

## Valikaine MATKARÕÕM ainekava

### I Õppeaine kirjeldus ja maht

Matkarõõmu tundides naudime aktiivset tegevust ja liikumist Eestimaa looduses. Valikaine selgroo moodustavad õppekäigud erinevatele matkaradadele. Sihtkohad valime vastavalt aastaajale ja ilmaoludele.

Arvestuse saamiseks tuleb õpilasel osaleda õppekäikudel ning pidada matkablogi.

Kursus kestab ühe poolaasta.

### II Õppe- ja kasvatusesmärgid

#### Matkatundides õppija

- mõistab ja kogeb, et aktiivne füüsiline tegevus looduses aitab vaimul puhata;
- märkab ja väärtustab ümbritsevat keskkonda, loodust
- mõistab ja hindab looduses liikumisega seotud riske;
- mõistab, hindab ja väärtustab meeskonnatöö ja füüsilise pingutuse kaudu saadud kogemust ning enda ja kaaslaste isiksuseomadusi.

#### Praktilise tegevuse ja arutelude käigus käsitleme matka planeerimise ja turvalisusega seotud teemasid:

- kaart ja/või GPS-seade;
- riietus, jalatsid;
- varustus ning selle kasutamise oskus,
- vee tähtsus, toidu valmistamine looduses;
- esmaabi;
- keskkonnakaitse, loodusrikkuste märkamine, tundmaõppimine ja hoidmine;
- igapäheõigus ja looduses liikumine.

### **III Üldpädevuste kujundamise võimalused**

Õppekäigid loodusesse aitavad kujundada kultuuri- ja väärtuspädevust: õpilane tajub oma seotust loodusega ning väärtustab looduslikku mitmekesisust.

Matkapäeviku pidamine veebis aitab kujundada digipädevust: õpilane oskab digivahendite abil infot leida ja säilitada, tekstisisu luua.

## IV Õpitulemused ja õppesisu klassiti

### 5. klass, 1 tund nädalas

Õppesisu ja -tegevused	Õpitulemused
Õppekäigud loodusesse	<p>Kursuse lõpuks õppija</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● mõistab, et puhkuseks sobib mõõdukas füüsiline tegevus looduses;</li><li>● käitub loodust säästvalt ning hoiab ja kaitseb loodust;</li><li>● oskab planeerida matka ning väärtustada meeskonnatööd;</li><li>● oskab vähendada matkal eettulevaid riske, grupiga looduses turvaliselt käituda ning teab, kuidas õnnetuse korral käituda;</li><li>● oskab hinnata kvaliteetset matkavarustust ning valida endale sobiva (sealhulgas jalanõud ja riietus);</li><li>● oskab süüdata lõket ning sellel ka toitu valmistada;</li><li>● teeb looduses lihtsaid katseid, analüüsib neid ja teeb järeldusi;</li><li>● õpib Eestis erinevates kooslustes kasvavaid taimi.</li></ul>
Matkapäeviku täitmine veebis	<p>Kursuse lõpuks õppija</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● oskab oma matkakogemuse kokku võtta ja kirja panna;</li><li>● oskab tekstidokumendile pildimaterjali lisada;</li><li>● oskab Google'i tekstidokumenti jagada;</li><li>● oskab infot otsida ja leitud materjali refereerida.</li></ul>

**6. klass, 1 tund nädalas**

<b>Õppesisu ja -tegevused</b>	<b>Õpitulemused</b>
Õppekäigud loodusesse	<p>Kursuse lõpuks õppija</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● mõistab, et puhkuseks sobib mõõdukas füüsiline tegevus looduses;</li><li>● käitub loodust säästvalt ning hoiab ja kaitseb loodust;</li><li>● oskab planeerida matka ning väärtustada meeskonnatööd;</li><li>● oskab vähendada matkal ettetulevaid riske, grupiga looduses turvaliselt käituda ning teab, kuidas õnnetuse korral käituda;</li><li>● oskab hinnata kvaliteetset matkavarustust ning valida endale sobiva (sealhulgas jalanõud ja riietus);</li><li>● oskab süüdata lõket ning sellel ka toitu valmistada;</li><li>● teeb looduses lihtsaid katseid, analüüsib neid ja teeb järeldusi;</li><li>● õpib Eestis erinevates kooslustes kasvavaid taimi.</li></ul>
Matkapäeviku täitmine veebis	<p>Kursuse lõpuks õppija</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● oskab oma matkakogemuse kokku võtta ja kirja panna;</li><li>● oskab tekstidokumendile pildimaterjali lisada;</li><li>● oskab Google'i tekstidokumenti jagada;</li><li>● oskab infot otsida ja leitud materjali refereerida.</li></ul>

7. klass, 1 tund nädalas

Õppesisu ja -tegevused	Õpitulemused
Õppekäigud loodusesse	<p>Kursuse lõpuks õppija</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● mõistab, et puhkuseks sobib mõõdukas füüsiline tegevus looduses;</li><li>● käitub loodust säästvalt ning hoiab ja kaitseb loodust;</li><li>● oskab planeerida matka ning väärtustada meeskonnatööd;</li><li>● oskab vähendada matkal eettulevaid riske, grupiga looduses turvaliselt käituda ning teab, kuidas õnnetuse korral käituda;</li><li>● oskab hinnata kvaliteetset matkavarustust ning valida endale sobiva (sealhulgas jalanõud ja riietus);</li><li>● oskab süüdata lõket ning sellel ka toitu valmistada;</li><li>● teeb looduses lihtsaid katseid, analüüsib neid ja teeb järeldusi;</li><li>● õpib märkama looduses olevat infot;</li><li>● õpib Eestis erinevates kooslustes kasvavaid taimi.</li></ul>
Matkapäeviku täitmine veebis	<p>Kursuse lõpuks õppija</p> <ul style="list-style-type: none"><li>● oskab oma matkakogemuse kokku võtta ja kirja panna;</li><li>● oskab tekstidokumendile pildimaterjali lisada;</li><li>● oskab Google'i tekstidokumenti jagada;</li><li>● oskab infot otsida ja leitud materjali refereerida.</li></ul>