

EVALD ISKÜL

Kiviõli I Keskkooli õpetaja

**HINDAMISEST
V-XI KLASSI POEGLASTE
KEHALISE KASVATUSE
TUNDIDES**



TÄLLINN 1965

ÕPETAJATE JA KASVATAJATE TÖÖKOGEMUSI

EVALD ISKÜL

Kiviõli I Keskkooli õpetaja

Hindamisest V—XI klassi poeglaste
kehalise kasvatuses tundides

0.0000

ÕPETAJATE TÖÖKOGEMUSI

2

Tartu Riikliku Ülikooli
Raamatukogu
66079

ARHIIVKOGU

SISSEJUHATUS

Nõukogude pedagoogika seisukohalt võime vaadata teadmiste kontrollimist ja hindamist kui üht õpetamismeetodit. Hinne ei näita üksnes õppematerjali omandamise kvaliteeti, vaid äratav õpilastes ka huvi teadmiste, oskuste ja vilumuste omandamise vastu.

Samad põhimõtted kehtivad hindamise kohta ka kehalise kasvatuses tundides. Süstemaatiline hindamine kasvatab distsipliini, aktiveerib õpilasi, tõstab nende huvi kehaliste võimete arendamise vastu, innustab neid iseseisvale harjutamisele, tõstab kehalise kasvatuses tundide osatähtsust ka nende õpilaste silmis, kes peavad kehalist kasvatust ikka veel teise- või isegi kolmandajärguliseks õppeaineks. Tänu süstemaatilisele hindamisele näeb õpilane piltlikult, kuidas paranevad tema sportlikud tulemused, kuidas kasvab jõud, suurenevad osavus, kiirus ja vastupidavus. Seega tõuseb huvi kehakultuuri ja spordi vastu üldse.

Õeldut arvesse võttes ei tohiks kellelgi tekkida vastuväiteid süstemaatilise kontrolli ja hindamise vajaduse kohta kehalise kasvatuses tundides.

HINDAMISE MEETODID JA VORMID KEHALISE KASVATUSES TUNDIDES

Analoogiliselt teiste õppeainetega võime ka kehalises kasvatuses eristada kaht paralleelselt kasutatavat hindamismeetodit: a) jooksvat hindamist ja b) perioodilist hindamist.

Jooksva hindamisega saame süstemaatiliselt kontrollida läbivõetud materjali omandamist. Selle põhjal võime tööplaanis korrektiivse teha, näiteks pühendada harjutusele rohkem või vähem aega olenevalt antud harjutuse omandamise kiirusest. Jooksva hindamisega pöörame tähelepanu eelkõige harjutuste kvalitatiivsele küljele.

Peamiseks jooksva hindamise vormiks on vaatlus. Vaatluse heaks küljeks on selle vormi lihtsus ja see, et ei lähe aega

kaotsi. Mõned autorid (7, lk. 29; 10, lk. 21; 11, lk. 8)* peavad ainuõigeks vaatlust etteteatamisega, põhjendades seda sellega, et ette teatamata hindavad õpetajad reeglina mitte õpilase oskusi ja vilumusi, vaid käitumist ja distsipliini. Mina isiklikult ei nõustu sellega. Ka etteteatamise korral võib õpetaja teha analoogilise vea, s. t. hinnata ainult käitumist ja distsipliini. Minu arvates võiks kasutada hindamist etteteatamisega erandjuhtudel, pidades silmas õpilase individuaalseid iseärasusi ning harjutuste spetsiifikat. Üldreeglina hindan vaatluse teel sellest ette teatamata. Selline nõue on fikseeritud ka kehalise kasvatuse programmi (1963. a. väljaanne) seletuskirjas.

Peale vaatluse on kasutusel veel teisigi jooksva hindamise vorme. Need on individuaalne ja frontaalne kontroll.

Individuaalse kontrolliga ei tohi liialdada, kuna see nõuab aega ja nõrgendab samal ajal kontrolli ülejäänud õpilaste üle, eriti kui on tegemist suurte gruppidega (25—30 õpilast). Sama kehtib V—VI klassi kohta. Selles eas on poisid väga elavloomulised ja kogemused on näidanud, et kui nendel silma peal ei hoia, esineb paratamatult distsipliinirikumisi. Soovitav on individuaalset kontrolli kasutada vahelduseks vanemate klasside tundides ja nimelt juhul, kui töö on organiseeritud gruppide kaupa (näit. võimlemistundides). Sel ajal kui üht väljakutsutud õpilast kontrollitakse (koduse ülesande või individuaalse ülesande täitmine, õpitud harjutuse tehnikaelemendi omandamine jne.), tegutsevad ülejäänud iseseisvalt või grupijuhtide, õpetaja abiliste juhtimisel. Sobiv on individuaalne kontroll ka ettevalmistava või erigrupi õpilaste hindamisel.

Frontaalset kontrolli olen kasutanud teoreetiliste teadmiste, rivi- ja korraharjutuste kontrollimiseks, samuti selliste harjutuste hindamisel, mis nõuavad minimaalset ajakulu (näit. jooksutehnika ja selle elemendid, suusatamisviiside tehnika, võimlemisharjutused, nagu rõhtseis, turiseis jne.).

Nii individuaalse kui ka frontaalse kontrolli abil on võimalik peale kvalitatiivsete näitajate kontrollida ka kvantitatiivseid näitajaid (näit. käe- või kõhulihaste jõu arengut, osavuse või kiiruse kasvu jne.).

Vaatluse ja individuaalse kontrolli teel hindan tunnis tavaliselt 3—4 õpilast, frontaalse kontrolli kasutamisel aga märksa rohkem — kuni tervet klassi (gruppi).

* Sulgudes olevad numbrid viitavad artikli lõpus esitatud kirjanduse loetelule.

Perioodiline hindamine toimub programmis antud või õpetaja enda poolt koostatud kontrollharjutuste põhjal. Neid võiks õppeveerandi kohta olla 3—6. Väär on kõigi kontrollharjutuste sooritamine veerandi lõpus, veelgi halvem, kui neid on kuhjatud 2—3 ühele tunnile. Kontrollharjutused olen vastavalt materjali läbivõtmisele hajutanud õppeveerandile. Ettevalmistus kontrollharjutuste sooritamiseks sõltub harjutuse iseloomust. Raskemate harjutuste puhul võib see kesta üle ühe õppeveerandi, isegi üle ühe õppeaasta. Näiteks on X klassis raskemaks kontrollharjutuseks poeglastele jõuga tireltõus rippest. Selle ettevalmistamine algab tegelikult juba VI klassist (kehtivat programmi silmas pidades), kus õpitakse tireltõusu madalal kangil ühe jala hoo ja teise tõukega.

Hindamisjuhised on antud ammendavalt kehalise kasvatusprogrammi (V—XI kl.) seletuskirjas (lk. 13—14), siin pole vajadust selle juures pikemalt peatuda.

Küll aga tahaksin mõne sõnaga peatuda A. N. Šifrini artiklil õppeedukuse hindamisest kehalises kasvatuses (11, lk. 11). Autor on kirja pannud nõuded nende harjutuste hindamiseks, kus tuleb hinnata nii tehnikat kui ka tagajärge (näit. kergejõustiku alad, murdmaasuusatamine). Nendes reeglites on öeldud, et kui õpilane saab mitterahuldava hinde kvantitatiivses näitajas (aeg, sentimeetrid jne.), siis hoolimata tehnika hindest tuleb mitterahuldav hinne ka välja panna. Samas on kehtestatud (õigemini: soovitatud) nõue: kui õpilane sai harjutuse tehnika eest hinde «2», siis ei lubata teda kontrollharjutuse sooritamisele. Näiteks kui õpilase suusatamistehnika on mitterahuldav, ei lubatagi teda aja peale sõitma. Nimetatud mõtetega ei saa ma nõustuda. Õpilastele peab ikkagi individuaalselt lähenema. Autor märgib õigesti, et ettevalmistavasse gruppi kuuluvate õpilaste hindamisel tuleb tehnikahinde osatähtsust tõsta. Mida teha aga füüsiliselt vähem arenenud õpilastega või nendega, kellel on normaalsest märgatavalt suurem kehakaal? Minu arvates tuleb iga konkreetset juhtu eraldi arvestada ja programminõudeid mitte dogmadena pimesi rakendada.

Kergejõustiku ja suusatamise kontrollharjutuste hindamisel pean õigeks keskkooli kehalise kasvatusprogrammi seletuskirjas antud juhendit: tehnikat tuleb hinnata kontrollharjutuse täitmisel ning selle eest võib hinnet tõsta või alandada ühe palli võrra.

Kui A. N. Šifrin veerandi koondhinde panemisel peab tähtsamaks kontrollharjutuste täitmisel saadud hindeid, mitte aga tehnika eest saadud hindeid, siis olen ma sellega päri. Kuidagi ei saa aga nõustuda sama autori seisukohaga, et kui õpilane saab kas või ühes kontrollharjutuses mitterahuldava hinde, siis hoolimata headest ja väga headest hinnetest selle kõrval, tuleb veerandi kokkuvõttes «2» välja panna. Ma olen kaugel sellest, et veerandi hinde panemisel lihtsalt aritmeetiline keskmine hinnete rea põhjal välja arvutada, kuid A. N. Šifrini seisukohta pean siiski ebaõigeks.

Hindamisel tuleks tingimata arvesse võtta õpilase suhtumist kehalise kasvatuses tundidesse ja tema püüdlikkust. On ju hoopis teine väärtus «5»-l, mille taga seisab tõsine töö ja harjutamine, kui «5»-l, mis on saavutatud nagu muuseumis, heade füüsiliste eelduste tõttu. Tahän sellega veel kord alla kriipsutada individuaalse lähenemise tähtsust õpilaste hindamisel kehalise kasvatuses tundides. Teiste sõnadega: tuleb arvesse võtta õpilase vanust, füüsilisi eeldusi või nende puudumist, tervislikku seisukorda ja huvi kehalise kasvatuses vastu.

Füüsiliselt enam arenenud ja antud harjutust kergemini omandavaid õpilasi hindan kontrollharjutuste puhul vajaduse korral varem, nõrgematele annan rohkem aega: näiteks ei pane ma sageli kohe mitterahuldavat hinnet välja, vaid annan õpilasele 1—2 nädalat lisaaega (muidugi, kui see on võimalik) täiendavaks harjutamiseks ja alles siis kontrollin uuesti. Kui paistab, et vahepeal pole vaeva nähtud, tuleb lõpuks muidugi «2» välja panna.

Sama klassi meditsiinilise põhigrupi õpilastele on kehtetatud võrdsed nõuded nii tehnika kui ka kontrollharjutuste kohta. Klassist klassi need nõuded kasvavad. Õpetaja enda poolt väljatöötatud nõudeid ja kontrollharjutusi peab aga individualiseerima: vanematele ja füüsiliselt enam arenenud õpilastele tuleb neid kõrgendada, füüsiliselt nõrgematele — alandada. Põhimõtteks olgu: iga norm või nõue olgu selline, mis nõuab enne tööd, kui seda täita suudetakse. Meie kooli tütarlaste kehalise kasvatuses õpetaja sm. V. Anderson on kasutanud näiteks järgmist, minu arvates soovitatavat võtet: kavatsetes hinnata II õppeveerandil käelihaste jõudu, teeb ta juba sügisel I õppeveerandil nn. eelkontrolli. Selle tulemusena selgus näiteks, et õpilane A kõverdas toenglamangus käsi 3 korda, õpilane B — 1 korra. Õpetaja teatab pärast seda klassile, et II veerandi lõpus hindab ta kõiki õpilasi selles harjutuses ja

annab koduseks ülesandeks teenida käelihaseid. Lõplikul kontrollil selgub näiteks, et õpilane A ei suutnud ka nüüd rohkem kui 3 korda käsi kõverdada, õpilane B aga 6 korda. Hindamisel võtab õpetaja arvesse harjutuse kvaliteedi või kvantiteedi juurdekasvu, s. t. arengu.

Sellist hindamise moodust ei saa aga alati kasutada sel põhjusel, et mõned õpilased võivad eelkontrollil mitte kasutada täisvõimeid ja sellega näiliselt arengut suurendada.

A. I. Tšernov (10, lk. 23) ei soovita kontrollharjutuste täitmisel üheaegselt hinnata kvaliteeti ja kvantiteeti. Näiteks õpilane, kes on vaevalt omandanud sisejalahüppe tehnika kõrgushüppes, võib seda küll rahuldavalt demonstreerida madalal kõrgusel, kuid maksimaalsel kõrgusel ei tule see veel kuidagi välja. Samal ajal üleastumistehnikat kasutades täidab ta edukalt nõude kõrgeima hinde saamiseks. Olengi kasutanud paljude harjutuste (kergejõustiku alad, murdmaasuusatamine) hindamisel moodust, kus hindan eraldi tehnikat ja tagajärge. Kas kokkuvõttes panna välja üks ühine hinne (sel juhul tehnikat arvestades võib hinnet tagajärje eest tõsta või alandada ühe palli võrra, nagu eespool juba märgitud) või kaks eraldi hinnet, see ei tohiks vaidlusküsimuseks muutuda. Iga õpetaja otsustagu siin ise, kumba moodust kasutada. Nii või teisiti ei kaota tehnika eest pandud hinne oma tähtsust.

Paljudel kehalise kasvatusõpetajatel on juurdunud halb harjumus: mitte kasutada jooksvat hindamist, vaid piirduda 2—3 arvestustunniga veerandi lõpus, kus õpilased täidavad programmis esitatud arvestusnõudeid. Arvestusharjutuste täitmine on muidugi vajalik, kuid ei asenda teisi hindamisvorme. Sellistes koolides, kus jooksvale hindamisele vajalikku tähelepanu ei pühendata, on tundidel sageli vaid üks eesmärk: valmistada õpilasi ette normatiivide sooritamiseks. Seejuures ei pühendata tavaliselt tähelepanu tehnikale, ei parandata vigu, ei õpetata selle sõna otseses tähenduses. Tulemuseks on nn. «trillimise» tunnid, kus koormus võib olla vägagi kõrge, kuid mis kehaliste harjutuste vastu huvi äratamise asemel võivad seda huvi õpilastes hoopis lüüa.

Kokkuvõtteks antud küsimusest tuleb rõhutada veel kord, et kasutada tuleks võimalikult mitmekesiseid hindamismooduseid. Hinnata tuleb mitte üksi kontrollharjutusi, vaid ka seda õppematerjali, mille kohta programmis pole nõudeid antud. See ergutab õpilasi omandama kõiki harjutusi, ka neid, mida ei saa hinnata kvantitatiivsete näitajate põhjal.

TEOREETILISTE TEADMISTE HINDAMINE

Meil kehtivas kehalise kasvatusprogrammis on igal klassil praktilise õppematerjali kõrval 1—2 tundi eraldatud teoreetiliste teadmiste andmiseks (hügieen, arstlik kontroll jne.). Sellele lisanduvad suusatamise ja ujumise teoreetiline osa, ettenähtud spordialade võistlusmäärustikuga tutvumine jne.

Teoreetilisi teadmisi kontrollin tavaliselt tunni alguses frontaalse küsitluse teel. Harva olen kasutanud kirjalikku kontrolli tunni alguses või lõpus (kestusega 5—10 min.), millest võtavad osa kõik õpilased. Hea on ka moodus, millega vabandajad tööle rakendatakse: ma annan neile küsimusi teoreetiliste teadmiste valdkonnast ja nad peavad kirjalikult vastama.

On olemas mitmeid võimalusi kontrolliks, kuidas õpilased kasutavad teoreetilisi teadmisi praktikas. Näiteks: hügieeni-nõuetest kinnipidamine kehaliste harjutuste sooritamisel erinevates tingimustes, mängureeglite täitmine, tegutsemine koh-tunikuna, oskus iseseisvalt võistluste eel soojendust sooritada, suuskade määrimine enne võistlusi jne. Miks mitte seda hin-nata? Vähemalt 1—2 hinnet õpilase kohta õppeaasta jooksul teoreetiliste teadmiste eest ei ole probleemiks ühelegi kehalise kasvatusõpetajale.

RIVI- JA KORRAHARJUTUSTE HINDAMINE

Eeskujulik distsipliin on hea tunni üheks tähtsaks eeltingi-museks. Distsipliini kehalise kasvatuses tunnis aitab kindlus-tada õpilastelt ühtlase riietuse nõudmine. Olulist osa etenda-vad siin aga kahtlemata ka rivi- ja korraharjutused, millele paljud õpetajad ei osuta kahjuks vajalikku tähelepanu. Veelgi halvem: ei täideta üldse programmi nõudeid nimetatud harju-tuste osas. Samas aga murtakse pead, miks distsipliin tunnis lonkab, miks õpilaste rüht on halb.

Kehalise kasvatuses tund algab rivistumise ja raportiga. Kah-juks suhtub mõnigi õpetaja nendesse tunni elementidesse for-maalselt. Nagu jooksval lindil tulevad käsklused «Joondu!», «Valvell!», «Keskele vaat!», järgnevad raport, tervitamine, teema teatamine ja «Parem pool! Sammu marssi!». Kui see kor-dub nii veel tunnist tundi, täidavad õpilased käsklusi masinli-kult, mõtlematult. (Heaks kontrolliks sellisel juhul on käskluse «Vasak pool!» andmine käskluse «Parem pool!» asemel. Käsk-lust täidavad õigesti üksikud õpilased, vahel aga mitte ükski.) Kas saab sellisel juhul olla juttu riviharjutuste distsiplineeri-

vast, kasvatuslikust ja tähelepanu koondavast osast tunni alguses? Muidugi mitte.

Eelmärgitud arvestades nõuan selget, täpse sõnastusega ja igati korrektset raportit, samuti jälgin, et korrapidaja õpilane seisaks valvel, vaataks õpetajale otse silma, ei kõigutaks käsi ega nõtkutaks jalgu jne. Väiksematele vigadele tuleb juhtida tähelepanu kohe pärast tervitamist ja käskluse «Vabalt!» täitmist. (Näiteks: «Raporti ajal olid sul sõrmed sirutatud, pöörde ajal vibutasid kätega, käskluse «Vabalt!» andsid edasi enne, kui olid korralikult seisma jäänud pärast pöörde sooritamist.») Arvan, et ei ole vale viidata vigadele koheselt raporti esitamise käigus, kui seda saab teha ühe-kahesõnalise märkusega, näiteks: «Kannad kokku!», «Põlv sirgu!» jne. Jämedamate vigade puhul (takerdumine sõnastuses, pea pööramine ja lohakas seisang) olen lasknud kogu raportit korrata või siis teinud korralduse järgmises tunnis veel kord raporteerida. Soovitan V—VI klassis korrapidajat raporteerimisel hinnata. Ise olen seda teinud V klassis seni, kuni suuremaid vigu enam ei esine. Sissejuhatavas tunnis lasen üles kirjutada raporti teksti, et vältida võimalikke erinevusi, mis võivad pärineda algklassidest. Samuti püüan sissejuhatavas tunnis leida aega selleks, et üles kirjutada antud klassi programmis esitatud riviliste mõistete lühikesed definitsioonid. Varem kasutasin selleks sõjaväe rivimäärustikku, nüüd on need eestikeelses tõlkes antud E. Isopi brošüüris «Rivi- ja korraharjutused kehalise kasvatuses tundides».

Millele siis raporti hindamisel tähelepanu pöörata?

Olen vaadelnud järgmisi elemente: õpilase riviline seisang käskluste andmisel, häälendamise selgus, käskluse valjus (olenevalt vajadusest), paus eel- ja täitekäskluse vahel, antud käskluse täitmise nõudmine (näit.: käskluse «Joonda!» järel: «Jüri, veidi ettepoole!», «Kristjan, rind ette!» jne.), kõigi vajalike käskluste olemasolu ja nende õige järjekord, liikumine õpetaja juurde, peatumine, pöörde sooritamine, raporti esitamine (selle sõnastus ja õigsus), kõrvaleastumine, liikumine tagasi paremale tiivale, pööre, käskluse «Vabalt!» edasiandmine ja oma koha võtmine paremal tiival.

Rivi- ja korraharjutusi hindan veel tunnis ettevalmistava osa alguses, kasutades üldreeglina frontaalset kontrolli. Rivimõistete kohta esitan klassile küsimusi. Küsin neid õpilasi, keda kavatsen hinnata (3—5 õpilast ühes tunnis). Seejärel jälgin samade õpilaste praktilist oskust riviliste võtete sooritamisel.

Mõnikord piirdungi sellega, pannes hinde välja üksnes rivi- ja korraharjutuste eest. Teinekord vaatlen antud õpilasi kuni tunni lõpuni, arvestades hinde panemisel ka harjutuste täitmist tunni põhiosas.

Riviharjutuste hindamisel ei nõua ma V—VI klassis kõiki peensusi, kuna õpilased ei jõua nii paljudele elementidele (riviline seisang nõuab näiteks tähelepanu pööramist korraga 12—13 üksikelemendile) üheaegselt tähelepanu koondada. Alates VIII—IX klassist tuleks aga järeleandmised lõpetada. On ju tuntud reegel: riviharjutustes ei ole tähtsusetuid pisiasju.

Juba esimesest tunnist peale tuleb õpilastele selgitada riviharjutuste tähtsust. Soovitatav on kasutada näiteid ja pilte sõjaväelaste rivist, sisendada igati õpilastesse arusaamist, et rivi on püha koht ja seal peab äärmiselt tähelepanelikult kuumama kõiki käske ja korraldusi ning neid täpselt täitma. Karuteene tunni distsipliinile ja õpilaste hea rühi kasvatamisele osutavad need õpetajad, kes ei nõua enda poolt antud käskluste korralikku täitmist. Nii esineb selliste õpetajate tundides olukordi, kus antakse korduvalt käsklus «Valvel!», kuid samal ajal ei ole kordagi antud käsklust «Vabalt!». Tuleb tingimata nõuda, et õpilased kohendaksid end ja lahkuksid rivist ainult õpetaja loal, et nad liikumisel peaksid ettenähtud distantsi ega rikuks seda ka jooksmisel.

Kasutan riviharjutuste hindamisel ka kontrollharjutusi. IV veerandil hindan näiteks V klassis pöördeid paremale ja vasakule sammuliikumisel, VI klassis ümberpöört sammuliikumisel ja VII klassis edasiliikumise alustamist paigalsammult.

Suurte gruppide puhul V—VII klassis esineb sageli lubamatuid olukordi, kus klassi rivistumisele kulub mõne sekundi asemel terve minut või veelgi rohkem. Tõugeldakse, seistakse liiga väikeste vahedega jne. Sellise olukorra parandamiseks olen kasutanud vahetevahel võistlust: rivistumist kiirusele gruppide vahel. Olen seda rakendanud ka klasside vahel, fikseerides rivistumiseks (nõuetekohaseks!) kulunud aega stopperiga.

Tähelepanu koondamiseks tunni algul on heaks mänguks «Klass valvel!» (selle võib leida E. Isopi «Liikumismängudest»), mida olen edukalt kasutanud ka vanemates klassides.

Ei tohi alahinnata õpetaja isikliku eeskuju tähtsust. Kui tahad, et õpilased korrapidajana annaksid käsklusi selgelt ja valveseisangus, ei tohi ka endale lubada mugavust (käskluste

andmisel seista vabalt või käed seljal, toetudes seinale või midagi muud sellist).

Peatusin rivi- ja korraharjutustel sihilikult pikemalt, kuna see lüli, mis vajutab pitseri tervele tunnile, on meie tundides üheks nõrgemaks. Kui õpetaja pole nõudlik tunni esimestest minutitest alates, tekib õpilastel otsekohe mugav ja lodev suhtumine tundi, mis kandub ka tunni järgnevasse osadesse. Selle tulemusena sooritatakse harjutusi loiult, vähepüüdlilikult. Riviline korrektsus tunni algul annab tunnile vajaliku hoo, koondab õpilaste tähelepanu ja mõtted eelolevale tööle. Kui tunni riviline külg on korras, sooritatakse harjutusi korralikult, tõuseb tunni distsipliin. Muidugi mõista ei ole vähem tähtis tunni distsiplineeritud lõpetamine. Siingi ei tohi muga-vuse ja lohakuse korral silma kinni pigistada.

Oeldu põhjal peaks olema selge rivi- ja korraharjutuste tähtsus tunnis, samuti see, et hindamisel ei tohi riviharjutusi kahe silma vahele jätta.

HINDAMINE VÕIMLEMISTUNDIDES

Põhiliseks mooduseks jooksva hindamisel võimlemistundides on hindamine vaatluse teel. Vaatluse alla võetud õpilase tegevust tuleb jälgida juba tunni ettevalmistavas osas. Kuigi tunni põhiosa harjutusi sooritab füüsiliselt heade eeldustega õpilane mängeldes ja ta vääriks väga head hinnet, ei pane ma seda siiski sel juhul välja, kui sama õpilane sooritab harjutusi tunni ettevalmistavas osas lohakalt, ignoreerib õpetaja korraldusi korduste arvu suhtes (arvates, et ega õpetaja ei loe, kas ta teeb 8 või 10 küljepainutust). Loomulikult tuleb tunni lõpus hinde teatamisel seda põhjendada ning selgitada, millised olid vead, mis tingisid hinde alandamise ja milline oleks võinud hinne olla, kui neid vigu poleks esinenud.

Vanemates klassides (IX—XI) olen hinnanud õpilaste oskust valida soojenduseks harjutusi vastavalt tunni teemale, neid õigesti järjestada, ette näidata ja kirjeldada. Seda teeb iga õpilane ühe korra õppeaasta kestel. Põhiliselt olen kasutanud selleks võimlemistunde, vähemal määral tunde, kus võetakse läbi pallimängude elemente või kergejõustikuharjutusi. Õpilased koostavad tunni ettevalmistava osa kohta ka konspekte (vabas vormis), mille pärast soojenduse läbiviimist mulle esitavad. Konspektis peab olema märgitud doseerimine (korduste arv või ajaline kestus). Peab ütleva, et õpilased tulevad selle ülesandega hästi toime. Ei rikota ka nõuet soojenduse kestuse

suhtes (ca 12—15 min.) Puuduseks on aga see, et kui õpilased viivad tunni ettevalmistava osa läbi mitme järgneva tunni kestel, kipub harjutuste valik üksluisuse all kannatama: õpilased ei vaevu otsima uusi harjutusi, vaid kasutavad eelmistest tundidest meeldejäänuid.

Vastavalt programmile hindan VII klassis õpilaste koostatud hommikuvõimlemise harjutuste kompleksi ning praktilist hommikuvõimlemist (enda koostatud kompleksi järgi) klassi õpilastega. Et kompleks vastaks nõuetele, selleks vestlen VII klassis ettenähtud teoreetilises tunnis harjutuste valiku põhimõtetest, sellest, millist harjutuste järjestust kasutada, miks igasugune juhuslik järjestus pole õige jne. Samuti selgitan harjutuste kirjeldamist (hommikuvõimlemise kompleksi lasen paberile kirjutada, korduste arvu märkida ja selle sooritamise ajaks esitada). Esitan näidiskompleksi ja soovitan kirjandust, kust võib harjutusi leida, juhtides samal ajal tähelepanu ka hommikusele raadiovõimlemisele.

Võimlemistunnid viiakse põhiliselt läbi selliselt, et õpilased tegutsevad 2—4 grupis. Hindamisel vaatluse teel võtan harjutuste tehnika ja püüdlikkuse kõrval arvesse ka seda, kuidas õpilane täidab rivi- ja grupiharjutusi gruppide vahetusel. Gruppide vahetus aga peab tingimata toimuma rangelt rivikorras koos valvelseisangu, joondumise, pöörete, rivisammu ja muu vajalikuga. See aitab hoida tunni distsipliini ja töömeeleolu. Vaatluse alla võtan mitte üle 3—4 õpilase ja võimaluse korral valin vaatlusalused selliselt, et nad oleksid ühes grupis. Nii on kergem vaadelda ja ühtlasi iseseisvalt tegutsevatel õpilastel silma peal hoida.

Programmiliste kontrollharjutuste kõrval olen kasutanud veel enda poolt väljatöötatud harjutusi. Toon mõned näited.

Painduvusharjutustena olen kasutanud kaarsilda (II õppeveerandil) ja painutust ette (II või III õppeveerandil). Nõuded on ühised V—XI klassini. Kaarsilla puhul saab õpilane hinde «5», kui käed on sirged, jalad põveliiigesest samuti sirged ja täistallal maas, randmed ning rind on ühes vertikaaltasapinnas. Ettepainutusel saab õpilane hinde «5», kui ta suudab peopesad varvaste ette maha asetada jalgu põlvist kõverdamata ning peopesi maas hoida 2—3 sek. jooksul. Hinde «3» saab õpilane aga siis, kui ta suudab samades tingimustes hoida sõrmeotsi maas 2—3 sek. jooksul.

Käelihaste jõuharjutustena olen kasutanud käte kõverdamist toenglamangus (V—VIII kl.) või nii, et varbad toetuvad

pingile (IX—XI kl.), ronimist (V—VI), riplemist (VII—VIII kl.), käte kõverdamist rippes (IX—XI kl.). Normid hindamisel on mul järgmised:

- a) käte kõverdamine toenglamangus: V kl. — 10—7—3 korda;
VI kl. — 15—12—8 korda; VII kl. — 18—15—10 korda;
VIII kl. — 20—17—12 korda; IX kl. — 20—17—12 korda;
X kl. — 23—20—15 korda; XI kl. — 25—22—18 korda.
- b) ronimine köiel: V kl. — 5—4—2 m; VI kl. — 7—5—3 m.
- c) riplemine köiel: VII kl. — 3—2,5—1,5 m; VIII kl. — 3,5—3,0—2,0 m.
- d) käte kõverdamine rippes: IX kl. — 8—6—4 korda;
X kl. — 10—8—5 korda; XI kl. — 12—9—6 korda.

Jalalihaste jõu hindamiseks kasutan kükke ühel jalal (hindan nõrgema jala järgi). Normid kasvavad samuti järk-järgult: V kl. 5—3—1 korda, XI kl. 20—16—12 korda.

Kõhulihaste jõu hindamiseks olen VII—VIII klassis kasutanud selililamangust istesse tõusmist (fikseeritud jalgadega). Nõuded: selg peab olema sirge, aluspinnalt tõusevad üheaegselt selg, kukal ja küünarnukid (käed on asetatud kuklale).

IX klassis on kõhulihaste jõu harjutuseks tireltõus jõuga poolkõrgel kangil (jalad ulatuvad täistallale maha, kuid tõuget anda ei tohi). X—XI klassis on tireltõus jõuga rippes kõrgel kangil kordade arvule. Normid vastavalt: 2—1—1* ja 3—2—1 korda.

Et tunnis kasutada sellist kuldaväärt vahendit nagu hüpits, olen V klassis sisse seadnud ka hüpitsa kontrollharjutuse. Juba õppeaasta algul teatan õpilastele, et III õppeveerandil hindan hüplemist hüpitsaga. Selleks tuleb igal õpilasel endale hüpits muretseda (kas osta või ise valmistada) ja sellega regulaarselt harjutada. Kontrollharjutusteks on õpilase enda valikul 2—3 erinevat hüplemise moodust, mille veatul ja ladusal esitamisel saab ta kõrgeima hinde.

Akrobaatikas olen X ja XI klassile koostanud 3—5 elemendist koosneva kontrollharjutuse, mida hindan viiepallilise hindamissüsteemi põhjal. Tänavu oli XI klassi harjutus näiteks järgmine: kätelseis — hektpüsi, tiral ette toengkägarasse, tiritamm jõuga, tiral ette toengkägarasse, ülesirutushüpe.

Vabaharjutust V ja VI klassis ning harjutust vahendiga VIII klassis olen õpetanud vähehaaval II õppeveerandi vältel.

* Hinde «4» ja «3» väljapanemisel võtan arvesse sooritamise puhtust.

Vabaharjutust olen hinnanud kümnepallilises süsteemis analoogiliselt võimlemisvõistlustel kasutatava hindamisega. Hinde «5» normiks on 9 punkti, hinde «4» annab 8 punkti ja hinde «3» — 6,5 punkti.

Akrobaatilisi harjutusi, mis koosnevad ühest elemendist (turiseis, tiritamm jne.), ja toenghüppeid hindan tavalise viiepallilise süsteemi järgi. Mitmest elemendist koosnevaid harjutusi (akrobaatika, harjutuste kombinatsioonid võimlemisriistadel) olen hinnanud nii kümne- kui ka viiepallilist hindamis-süsteemi kasutades.

HINDAMINE KERGEJÕUSTIKU TUNDIDES

Programmis on antud kergejõustiku õppematerjali kohta 4—6 kontrollharjutust, needki kõik kvantiteeti kajastavad. See pole muidugi piisav. Hinnates ainult tagajärgi, muutub kergejõustikualane ettevalmistus ühekülgseks, pealegi ei stimuleeri selline hindamismoodus füüsiliselt hästi arenenud õpilasi.

Hinnates vaatluse teel igas tunnis õpitud tehnikaelementide omandamist üksikutel õpilastel, tõstame kogu klassi aktiivsust. Tehnika õppimine soodustab ka tagajärgede kasvu — hea tehnika juures on tagajärjedki paremad.

Tehnikat tuleb hinnata ka perioodiliselt. Programmi vastava lõigu läbitöötamisele järgneb 2 kontrolltundi: esimeses hinnatakse tehnikat, teises täidetakse arvestusnorme.

Kuidas erinevate alade tehnikat jooksvalt hinnata, selle kohta paar näidet. Alustades kaugushüppe õpetamist V klassis, pöoran esmajärjekorras tähelepanu äratõukele kiirelt hoojooksult. Üheks esimeseks juurdeviivaks harjutuseks on siin lühendatud hoojooksult äratõuge, millele järgneb õhulend ja maandumine sammseisus mõlemale jalale. Teises tunnis olen hinnanud juba 3—4 edukamat õpilast selles harjutuses, kolmandas tunnis 3—4 nõrgemat õpilast. Teine näide. Alustades jooksutehnika õpetamist, puututakse kokku jooksja eriharjutustega, nagu põlvetõstejooks, sääretõstejooks jne. Pärast seda, kui olen paaris-kolmes tunnis põlvetõstejooksu läbi võtnud, hindan selle harjutuse omandamise põhjal mõnda õpilast.

Oma praktikas olen kasutanud ka mitmeid tehnikaalaseid kontrollharjutusi, nagu põlvetõstejooksu, madallähte ja pendelteatejooksu tehnika V klassis, põlvetõstejooks hüpetena VI klassis, jooksutehnika ja kuulitõuke tehnika paigalt tõukel VII klassis, ringteatejooksu teatevahetamise tehnika ning kuulitõuke tehnika tõukel hoovõtuga VIII klassis, kettaheite tehnika pöördeta IX ja pöördega X klassis, odaviske tehnika XI klassis.

Veeranditele olen kontrollharjutused jaotanud enam-vähem võrdselt. Aastate jooksul on kujunenud nagu reegliks, et I õppeveerandil hindan keskmaajooksu, kaugushüpet ning palli- või granaadiviset, IV õppeveerandil kõrgushüpet ja kuulitõuet või heite-tõukeala tehnikat. Nii tuleb kummalgi kergejõustikuveerandil 3—4 perioodilist hinnet õpilase kohta, millele lisanduvad jooksval hindamisel saadud hinded.

HINDAMINE SUUSATAMISTUNDIDES

Jooksvat hindamist võib alustada kohe teisest suusatamistunnist. Veelgi enam, VI—XI klassi õpilasi võib hinnata juba esimeses suusatamistunnis eelmises klassis läbivõetud materjali põhjal (suusatamine keppideta, vahelduvtõukeline kahesammuline suusatamisviis jne.). Perioodiliseks hindamiseks soovitab B. I. Rodigin (8, lk. 35) jagada õppeaja suusatamises kaheks etapiks: I etapil jaanuaris ja veebruari esimesel poolel oleks peatähelepanu suunatud tehnikale. Etapi lõpus viiakse läbi kontrollkatsed tehnikas. Teisel etapil (veebruar-märts) on esikohal treening. Etapp lõpeb sõitmiseга aja peale.

Suusatamise tehnika hindamisel (samuti õpetamisel) kasutan tavaliselt kahekordset õpperingrada. Ise liigun ringraja keskel, sisemisel ringil suusatavad need, kes õpitavat tehnikaelementi veel hästi ei valda. Jälgin ja parandan siseringil sõitvate õpilaste vigu. Kes vabaneb vigadest või keda olen juba hinnanud, jätkab tehnika täiustamist välisringil. Hinde teatamisel juhin tingimata tähelepanu tehtud põhilistele vigadele. Suusatamistehnikas nõrgemaid õpilasi on soovitatav alati hinnata ette teatamata (ka tehnika perioodilisel hindamisel!), sest etteteatamine kutsub neis esile ülearust lihaste pinget ja närveerimist, mis asja veelgi halvendab. Sama põhimõtet tuleb kasutada õpilaste puhul, kelle kõrgema närvitegevuse tüüp on nõrk.

B. I. Rodigin (sama artikkel) soovitab veel järgmist võtet: 1—2 tundi enne tehnika hindamist kontrollib õpetaja vaatluse teel õpilasi. Juhtides tähelepanu peamistele vigadele, teatab ta igähele, millise hinde saaks iga õpilane oskuste eest antud momendil. See võte sunnib õpilasi kontrollkatseteni jäänud päevi ja tunde kasutama tehnika täiustamiseks ja jämedamate vigade kõrvaldamiseks.

Olen kasutanud nimetatud võtet suusatamistundides ja soovitan seda teha ka nendel, kes seda seni veel teinud pole.

Suusatamistundides nagu kõigis teisteski tundides peab kehalise kasvatuse õpetaja olema varustatud märkmikuga, kuhu

saab kirjutada hinded, ajad ja teha lühendatud märkmeid tehnikavigade kohta, mida kokkuvõtte tegemisel on hea kasutada, näiteks: täht «k» tähendab poolikut kepitõuget, «a» — allaiste puudumist jne. Märkmikust kannan hinded pärast tundi klassipäevikusse.

Programmis on toodud suusatamise kontrollharjutusena ainult murdmaasuusatamine. Kahtlemata on hinne aja eest murdmaadistantsi läbimisel kõige suurema kaaluga, kuid sellest on vähe. Tuleb koostada kontrollharjutusi eraldi tehnika hindamiseks, võttes aluseks programmi. Nii olen V klassis hinnanud suusatamist keppideta, vahelduvatõukelist kahe-sammulist suusatamisviisi ja laskumist põhiasendis; VI klassis — vahelduvatõukelist kahe-sammulist ja paaristõukelist kahe-sammulist suusatamisviisi, sahkpidurdamist, astumispöoret ja käärtõusu jne. XI klassis olen hinnanud kõiki eelmiste aastate jooksul läbivõetud suusatamisviise jne.

Kool, kus töötan, asub selles mõttes halvas kohas, et pole võimalik täita programmi nõudeid mäesuusatamises. Lumerohkel talvel tuleb kõne alla nn. «prügimäe» kasutamine (asub koolimajast umbes 1 km kaugusel), kuid enamasti on ka selle kiviprahised küljed suusatamiseks kõlbmatud. Tahes-tahtmata pean siis püüdma ainult murdmaasuusatamisviiside õpetamise ja hindamisega. Lumerohkel talvel saab veel kasutada endiste põlevkivikarjääride nõlvu (koolimajast 1,5—2 km kaugusel), kuid seda ainult viimaste tundide ajal, sest paaristunde me ei kasuta: sel juhul väheneks niigi väheste kehalise kasvatus tundide arv poole võrra; pealegi on kaks tundi V—VII klassile liialt pikk aeg, eriti kui on külmad ilmad.

Kuna meil tuleb ajakontrolliga sõita lauskmaal, on programmis antud ajanormid meile ilmselt liiga kerged. Olen neid normaalsete libisemistingimuste korral kärpinud umbes minuti võrra (V kl. — 0,5 minuti võrra).

Suusaspordi hügieenist vestlen V klassis III õppeveerandi esimeses tunnis (varajase talve korral II õppeveerandi lõpus). Samuti tutvustan siis programmi nõudeid suusavarustuse valiku, hooldamise, korrastamise ja tõrvamise ning määrimise kohta. Teoreetilisi teadmisi hindan järgmiste tundide alguses frontaalselt (ühes tunnis 2—4 õpilast). Külma või tuulise ilma korral ma õpilasi ei küsitle. Praktilisi oskusi (suusavarustuse remont, määrimine, tõrvamine) kontrollin ja hindan peajasjalikult väljaspool õppetundide aega (vaatlus võistluste eel, suuskade tõrvamisel, suusabaasi varustuse remontimisel jne.).

HINDAMINE SPORDIMÄNGUDE TUNDIDES

Spordimängude kohta ei ole meie programmis kontrollharjutusi. Arvan, et jooksva hindamise kõrval tuleb siiski igas klassis 2—3 kontrollharjutust sisse seada (aluseks võtta programm). Minul on näiteks V klassis kontrollharjutuseks jalgpallisööt jala siseküljega, VI klassis jalgpalli vedamine ümber takistuste ja korvpalli söötmine ning püüdmine kahe käega, VII klassis jalgpalli söötmine liikumisel, korvpalli põrgatamine ning rinnasööt kahe käega jne.

Jooksva hindamisel arvestan mängureeglite tundmist ja nende täitmist nii spordi- kui ka liikumismängudes, aktiivsust mängust osavõtmisel, tehnikaelementide valdamist, mängutaktikat jne.

KODUSTE ÜLESANNETE ANDMINE JA NENDE TÄITMISE HINDAMINE

Koduste ülesannete süstemaatiline andmine ja kontrollimine sunnib õpilasi kodus harjutama, muutes lõpuks kehalised harjutused õpilastele vajaduseks. Harjutused olgu küllalt rasked, et arendada õpilastes püsivust ja tahtejõudu ning säilitada huvi. Õigesti valitud harjutused aitavad kaasa programmimaterjali omandamisele, aitavad täiustada tehnikat, tugevdada õpilaste tervist, arendavad vajalikke psüühilisi omadusi jne. Harjutused peavad olema sellised, et neid oleks võimalik kodustes tingimustes sooritada.

Üldiste ülesannete kõrval annan ka individuaalseid ülesandeid vastavalt vajadusele. Eriline koht on kodustel ülesannetel ettevalmistavasse ja erigruppi kuuluvate õpilaste juures. Koduseid ülesandeid annan nii lühemaks kui ka pikemaks ajaks.

Koduste ülesannete andmisel olen harjutusi valinud selliselt, et nende täitmist oleks võimalik ka kontrollida. Sellisteks harjutusteks on: pöörded paigal ja sammuliikumisel, põlvetõstetjooks, põiajooks, polka- ja valsisamm, harjutused hüpitsaga, väikese palli püüdmine kahe ja ühe käega pärast ülesviset või põrget seinalt, turiseis, tiritamm, kergejõustikualade tehnikaelemendid, jala- ja käelihaste jõu arendamine, hommikuvõimlemise kompleksi koostamine jne. jne. Selliste harjutuste, nagu pöörded paigal, polkahüplemine jne. omandamine nõuab suhteliselt väikest ajakulu ja neid olen kontrollinud juba järgmisel tunnil. Teised harjutused, nagu tiritamm, jalalihaste jõu arendamine jne., nõuavad pikemaajalist ettevalmistust ja oleks

viga kontrollida selliste ülesannete täitmist kohe järgmisel või ülejärmisel tunnil. Pikemaajalisi ülesandeid olen õpilastele aeg-ajalt meelde tuletanud, muidu võidakse ülesanne unustada.

Kuidas ja millal kontrollida ning hinnata koduseid ülesandeid? Olenevalt harjutustest, olen kontrollinud frontaalselt kasvõi kogu klassi (näiteks jooksuharjutuste puhul). Hüpitsa-harjutust olen seevastu kontrollinud individuaalselt. Vahel olen kasutanud ka vaatlust. Üheks kontrolli mooduseks on vestlus vanematega (näiteks tegelemine hommikuvõimlemisega) või kaaslastega. Olen kasutanud naabruses elunevat klassikaaslast kehalises kasvatuses nõrgalt edasijõudva õpilase abistajana individuaalsete ülesannete täitmisel ja kontrollimisel.

Millal kontrollida ja hinnata koduseid ülesandeid tunnis, see oleneb ülesande iseloomust ja tunni eesmärgist. Spordialase lektüüri, rivi- ja korraharjutuste kontrollimiseks sobib tunni algus või ka puhkemoment tunni põhiosas (juhul, kui kasutatakse vastupidavusharjutusi, näiteks keskmaajooksu treening). Kergejõustiku, suusatamise ja mängude tehnikaelemente olen hinnanud tunni põhiosas. Individuaalsete ülesannete kontrolliks on sobiv kasutada tunni lõppu jne.

Koduste ülesannete andmine ja nende täitmise hindamine toob kasu veel teisitigi — õpilased muretsevad lihtsamat isiklikku spordivarustust, nagu hüpits, tennisepall, kuul, ketas, käsikud, ekspander jne. Koduaeda rajatakse hüppekast, maja taha kuulitõukepaik, võimaluse korral isegi lihtne jalgpalliväljak, tõmmatakse üles võrkpallivõrk. Ühel meie kooli õpilasel on sisustatud väikeses kuuris kõigiti korralik atleetliku võimlemise harjutuspaik. On pandud üles kang, ruumis asetsevad kindlas korras mitmesuguses suuruses sangpommid, käsikud jne. Samas on ka kergejõustikuvahendite (kuul, ketas, hüppelatid) panipaik. Maja hoovis asub teivashüppepaik, kuhu on küllaldaselt varutud saepuru, selleks et ohutult 3-meetrise hüppeid sooritada.

ETTEVALMISTAVASSE JA ERIGRUPPI KUULUVATE, SAMUTI FÜÜSILISTE DEFEKTIDEGA ÕPILASTE HINDAMISE ISEÄRASUSI

Sageli tehakse vigu ettevalmistavasse gruppi kuuluvate õpilaste hindamisel. Ka kirjanduses on ilmunud otse vastukäivaid nõuandeid. Minu arvates on kõige õigem seisukoht meil kehtivas kehalise kasvatuses programmis, kus on öeldud, et ette-

valmistavasse gruppi kuuluvaid õpilasi hinnatakse samal alusel põhigrupi õpilastega, kusjuures vastunäidustatud harjutuste puhul hinnatakse ainult tehnikat (näiteks: kõrgushüppe tehnikat madalal kõrgusel, kuulitõuget kergema kuuliga jne.). Kõiki harjutusi pole loomulikult võimalik üldse sel määral kergendada, et neid suudaksid sooritada ettevalmistavasse gruppi kuuluvad õpilased. Millised harjutused aga ühel või teisel juhul vastunäidustatud on, see selgub vestlusest kooliarstiga.

Erigrupi õpilased ei tohiks kehalise kasvatuses tundides ainult kõrvaltvaataja osaga leppida. Konsulteritud eelnevalt kooliarstiga, olen rakendanud ka need õpilased tegevusse. Hinnanud olen neid arsti poolt lubatud harjutuste tehnika omandamise, samuti teoreetiliste teadmiste põhjal. Hindamisel olen arvestanud erigrupi õpilaste aktiivsust tunnis ja klassivälises töös (tegutsemine kohtunikuna, õpetaja abilisenä tunni organiseerimisel jne.).

Füüsiliselt vähem arenenud ja füüsiliste puudustega õpilaste hindamisele olen jällegi lähenenud individuaalselt. Näiteks ebanormaalselt suure kehakaaluga õpilasel on ilmselt raske hüppe- ja jooksunorme täita. Nendel aladel olen hinnanud tehnikat. Tagajärjele hüpata ega joosta pole neil lasknud või olen kergendanud norme, arvestades eraldi iga juhtu. Samal ajal pole ma kergendanud norme nendele õpilastele kuulitõukes või granaadiviskes. Köiel ronimise olen asendanud ronimisega redelil, sügavushüpetel vähendanud kõrgust jne. Füüsiliselt väga nõrkade ja väikese kasvuga õpilaste puhul olen teinud järeleandmisi just jõudu nõudvates harjutustes (kuulitõuge, kettaheide jne.). Tehnikat hindan aga ühistel alustel põhigrupi õpilastega.

Hindamisele ei kuulu õpilased, kes a) on ajutiselt arstitõendi põhjal kehalise kasvatuses tundidest vabastatud (pärast rasket nakkushaigust, raviperioodil, kui kehalised harjutused on vastunäidustatud jne.); b) omavad suuri kehalisi defekte (näiteks puudub üks jalg või käsi).

Nõrga tervisega õpilasi ei tohi kergekäeliselt kehalise kasvatuses tundidest vabastada. Olen nendele soovitanud võimlemist ja teisi kergemaid harjutusi ning sisendanud teadmisi, et kehakultuur on üheks võimsamaks vahendiks hea tervise omandamisel. Selleks olen toonud näiteid elust (näit G. Lurich), selgitanud küsimust kooli lastevanemate üldkoosolekul jne.

HINDAMISEST V—XI KLASSI KEHALISE KASVATUSE TUNDIDES

Kõigepealt mõni sõna programmist, mille põhjal toimub praegu kehaline kasvatus koolides.

Tundub, et kehtiv programm (1963. a. väljaanne) vajab läbi vaatamist ja mõningat korrigeerimist, sest seisukohad, mis 3—4 aastat tagasi paistsid ainuõiged olevat, on elu enda poolt kõikumata löödud. Kehalise kasvatuse peaesmärk koolis on õpilaste tervise tugevdamine, karastamine, noortele hea füüsilise ettevalmistuse andmine ning õige rühi väljakujundamine. Seda peaks arvestama uue programmi koostajad. Tehnika osatähtsust tuleks minu arvates vähendada. Seda ei tule mõista nii, et langeda teise äärmusse. Tingimata on vaja, et osataks õigesti joosta, tuntaks kõrgushüppe tehnika põhinõudeid jne., kuid tehnika peensustesse tungimine peaks jääma spordikoolide ning klassivälise kehakultuuritöö valdkonda. Meil on kehalist kasvatust ainult kaks tundi nädalas ja kui tehnikale pööratakse liigselt tähelepanu, jääb tahes-tahmata vajaka füüsilisest koormusest, sest tehnika õpetamisel on koormus teatavasti väike.

Seoses sellega, et hügieen eraldi õppeainena meie kooli õppeplaani ei kuulu, tuleks hügieeniküsimuste osatähtsust kehalise kasvatuse programmis mõningal määral tõsta.

Ka hindamise seisukohalt tuleks programmis nii mõndagi läbi vaadata. Näiteks on kontrollnõuded suusatamises kõigis klassides (V—XI) nõrgavõitu. Kõrgushüppes on V—VI klassi poeglastele hinde «3» kättesaamine tehtud minu arvates samuti liiga kergeks. VI klassi poeglaste programmis on võimlemises üheks kontrollharjutuseks «ronimine köiel 3 m». Kuidas hinnata? Kas arvestada ronimise tehnikat? Programmis igatahes selleks juhiseid pole antud. (Tütarlastele samas klassis — 2 m. Samuti jääb selgusetuks, on see norm «3», «4» või «5» saamiseks.)

Eespool oli juba juttu sellest, et tireltõus rippest jõuga kõrgel kangil X ja XI klassi poeglastele on liiga raskeks kontrollharjutuseks. Pealegi pole selge, kuidas seda hinnata. Programmi järgi saab olla vaid kaks hinnet: «2» ja «5» (kas õpilane ei soorita või sooritab harjutuse). Või tuleb ka selle harjutuse juures tehnikat arvestada?

Minu arvates ei õigusta ennast meie kliimatilisi tingimusi arvestades ujumise kontrollharjutuste programmi kuulumine. OVTK ja VTK normid tuleb muidugi täita, kuid harva juhtub

olema selline kevad või sügis, et seda saab teha õppetöö ajal. Kui aga õpilane täidab normatiivi ujumises näiteks juuni lõpus või juulis, kuidas siis ujumise hinnet arvesse võtta? Kas järgmisel õppeaastal?

Esitatud arvamused programmi kontrollnõuete kohta on tehtud tähelepanekute põhjal meie koolis ja kannavad seega subjektiivsuse pitsert. Paljud õpetajad võivad olla sootuks erinevatel seisukohtadel.

Lõpuks tahaksin seoses hindamisega peatuda kehalise kasvatuse õpetaja «raamatupidamisel».

Mina võtan igal sügisel endale märkmiku, mille formaat on sobiv taskus kandmiseks.

Märkmikus on kõigepealt kehalise kasvatuse tundide tunniplaan, seejärel arvestusnõuded (programmilised ja enda poolt koostatud) kõigi klasside kohta. Igale klassile on eraldatud 6 lehekülge. Esimesel kahel leheküljel on järgmised andmed: õpilaste nimekiri tähestikulises järjekorras (ka isanimi), täpne sünniaeg, ujumisoskus, OVTK- või VTK-normide sooritamine, spordiühingusse «Noorus» kuuluvus, vormistatud spordijärgud. Märkmel VTK-normide sooritamise ja järkude täitmise kohta on tehtud pliiatsiga, et oleks võimalik õppeaasta kestel vajaduse korral parandusi teha. Samas on ka märkus ettevalmistavasse või erigruppi kuuluvate õpilaste nimede järel. Märgitud on ka klassi kehakultuuriorganisatori nimi. Need kaks lehekülge võimaldavad saada kiiresti statistilist materjali VTK-normide sooritamise ja järgusportlaste kohta. Seda aga tuleb vahel vaja. Teiseks annavad need leheküljed ülevaate, millise füüsilise ettevalmistusega õpilastega on antud klassis tegemist, seega kergendavad individuaalset lähenemist õpilastele kehalise kasvatuse tundides. Sünniaegade käepärast olek on hea võistkondade moodustamisel, samuti ülesandmislehtede vormistamisel — ei ole tarvis sirvida klassipäevikuid ega õpilasraamatuid.

3.—6. lehekülge on täielikult pühendatud hindamisele veerandite kaupa. Iga veerandi alguses jaotan lehekülje joonimise teel selliselt, et iga kontrollharjutuse jaoks on vastav lahter (kergejõustiku alade, suusatamise jne. puhul on lahter jaotatud kaheks: nii on võimalik märkida üles nii tagajärg kui ka hinne). Üks lahter (esimene) on jooksvate hinnete jaoks, viimane — veerandi koondhinde jaoks (6. leheküljel ka aastahinde panekuks).

Tehes statistikat viimase 2—3 õppeaasta kohta (mul on muide säilitatud märkmikud alates aastast 1954, kui asusin

tööle Kiviõli I Keskkoolis), selgub, et igal õpilasel on õppeaasta jooksul keskmiselt 24—26 hinnet, neist 5—10 jooksvat hinnet.

Märkmete säilitamine võimaldab jälgida õpilaste füüsilist arengut V klassist kuni XI klassini, samuti teha korrektiivseid kontrollharjutustes.

Märkmikust kannan hinded kas järgmisel vahetunnil või pärast tunde klassipäevikusse. Õpilaspäevikusse ma hindeid kandnud ei ole, kuigi seda soovitab B. I. Rodigin (8). Nooremates klassides on see kahtlemata soovitatav lastevanemate informeerimiseks.

Õppeveerandi või -aasta koondhinde väljapanemisel tekkinud kahtluse korral võtan arvesse õpilase aktiivsust tundides ja klassivälises kehakultuuritöös. VII—VIII ja X—XI klassis olen arvesse võtnud loomulikult ka OVTK või VTK I astme normide täitmist. Selline nõue on kirja pandud ka praegu kehtiva kehalise kasvatuse programmi seletuskirjas.

*

Ei saa öelda, et minu poolt kasutusele võetud kontrollimise ning hindamise süsteem kehalise kasvatuse tundides kõigi õpilaste juures positiivseid tulemusi oleks andnud, kuid et enamiku õpilaste juures on olnud märgata huvi kasvamist kehalise kasvatuse tundide ning üldse kehaliste harjutuste vastu, selles ei ole mingit kahtlust. Üldiselt on paranenud ka distsipliin tundides. Harva esineb juhtumeid, kus tundi tullakse mittekohases riietuses (sellistel puhkudel on olemas vabandatavad põhjused). Märgatavalt on vähenenud vabandajate arv tundides. Kui mõne aasta eest oli üksikuid õpilasi, kes vahete-vahel omavoliliselt tunnist puudusid, siis selliseid õpilasi meil praegu enam ei ole. Pideva kontrolli ja hindamisega on välistatud ka juhtumid, et õpilane saab kehalises kasvatuses suvetöö. See tõttu ongi viimastel aastatel olnud õppeedukus kehalises kasvatuses meie koolis 100%-line.

KASUTATUD KIRJANDUSE LOETELU

1. Боген М. М., Опыт текущего учета успеваемости на уроках легкой атлетики, «Физическая культура в школе», 1958, № 10.
2. Бурцева М., Опыт текущего учета успеваемости, «Физическая культура в школе», 1958, № 9.
3. Важное звено учебно-воспитательной работы, «Физическая культура в школе», 1958, № 6.
4. Давыдов В. Я., Дисциплина на уроке физической культуры, «Физическая культура в школе», 1960, № 2.
5. Левков И. В., Домашние задания по физической культуре в 5—10 классах, «Физическая культура в школе», 1959, № 9.
6. Мохов И. П., Опыт оценки навыков учащихся по спортивным играм, «Физическая культура в школе», 1958, № 9.
7. Родигин Б. И., Опыт применения текущего учета успеваемости на уроках физической культуры, «Физическая культура в школе», 1958, № 8.
8. Родигин Б. И., Учет успеваемости учащихся 5—7 классов на уроках «лыжной подготовки», «Физическая культура в школе», 1959, № 1.
9. Родигин Б. И., Два важных вопроса учета успеваемости, «Физическая культура в школе», 1959, № 7.
10. Чернов А. И., Учет успеваемости, «Физическая культура в школе», 1960, № 6.
11. Шифрин А. Н., Учет успеваемости по физической культуре, «Физическая культура в школе», 1958, № 6.
12. Eesti NSV Haridusministeerium, Keskkooli programmid 1958/59. õppeaastaks, Kehaline kasvatus, I—XI klass, Tallinn 1958.
13. Eesti NSV Haridusministeerium, Keskkooli programmid 1961/62. õppeaastaks, Kehaline kasvatus, V—XI klass, Tallinn 1961.
14. Isop, E., Rivi- ja korraharjutused kehalise kasvatuses tundides, Tallinn 1961.
15. Laidvere, J., Riviharjutuste kasvatuslikust mõjust, «Nõukogude Õpetaja» 30. XI 1957, nr. 48.
16. Peegel, V., Õpilaste kehalise kasvatuses huvides, «Nõukogude Õpetaja» 3. III 1962, nr. 9.
17. Tiik, A., Kehalise kasvatuses teostamine nõigaterviseliste õpilastega, «Kehakultuur» 1949, nr. 23.

SISUKORD

	Lk.
Sissejuhatus	3
Hindamise vormid ja meetodid kehalise kasvatuses tundides	3
Teoreetiliste teadmiste hindamine	8
Rivi- ja korraharjutuste hindamine	8
Hindamine võimlemistundides	11
Hindamine kergejõustiku tundides	14
Hindamine suusatamistundides	15
Hindamine spordimängude tundides	17
Koduste ülesannete andmine ja nende täitmise hindamine	17
Ettevalmistavasse ja erigruppi kuuluvate, samuti füüsiliste defektidega õpilaste hindamise iseärasusi	18
Hindamisest V—XI klassi kehalise kasvatuses tundides	20
Kasutatud kirjanduse loetelu	23

Об оценке знаний и умений мальчиков
на уроках физкультуры в V—XI классах

На эстонском языке

Toimetajad V. Peegel, F. Lipp

Korrektor E. Kalda

Ladumisele antud 27. 07. 1965. Trükkimisele antud 11. 12. 1965. Paber 60×90, ¹/₁₆.
Trükipoognaid 1,5. Autoripoognaid 1,28. Arvestuspoognaid 1,31. Trükiarv 500.
Tellimine nr. 780. MB-11591.

ENSV MN Asjadevalitsuse Trükikoda, Tallinn.

Hind 4 kop.

Hind 4 kop.

A-27520

TÜ RAAMATUKOGU



1 0300 00399441 7