
kataloog S21 K22

ainekood ÜAX600

nimetus

Kehakultuur

täpsustus

valikaine

õppejõud

T.Vavilov

eeldusaine(d)

asem

6

t kokku

90.0

t asem

15.0

t näd

0.0

EAP kokku

12.00

LO

0.0

GR

0.0

IND

0.0

SEM

0.0

PR

0.0

kvorm

asem

EAP

eesmärk

Spordist on tänapäeval saanud muusikute elu lahutamatu, vältimatu osa. Aine eesmärgiks on anda õpilastele oskus hindamaks oma kehalist vormisolekut, samuti valmisolekut sobiva spordiala või liikumisviisi harrastamiseks.

aine sisu

EMTA poolt pakutavate pidev treeningute ja loengute külastamine, osalemine rahva- ja ülikoolide spordiüritustel.

õpiväljundid

Aine läbinud üliõpilane:

1. On heas füüsilises vormis.
2. Mõistab kehalise aktiivsuse tähtsust tervisele ja töövõimele.
3. Valdab põhiteadmisi ja oskusi, et harrastada sportlikku liikumist iseseisvalt sise- ja välistingimustes.
4. Oskab iseseisvalt anda hinnangut oma füüsilisele hetkevormile.
5. Teab, kuidas käituda sportimisel juhtuda võivates ohuolukordades.
6. Oskab anda elementaarset esmaabi.
7. Omab baasteadmisi tervislikust toitumisest..
8. Oskab kehakultuuri seostada oma tulevase erialaga.

hindamismeetodid

Mitteeristav hindamine loengutes ja treeningutes osalemise alusel.

hindamiskriteeriumid

Arvestuse saamiseks peab üliõpilane semestri jooksul käima tunnis vähemalt 15 korda.

kirjandus / repertuaar

ainekava koostaja

T.Vavilov