

MAAKOND	JÄRVAMAA
ÕPPEASUTUS	Nimi: Paide Hammerbecki Põhikool Koduleht: https://paidehpk.edu.ee/ Paide Hammerbecki Põhikool on Ettevõtliku Kooli võrgustiku liige
EDULOO ESITAJA	Nimi: Helen Trug Amet: 7.a. klassijuhataja, huvijuht E-post: helen.trug@paidehpk.edu.ee
EDULOO EESTVEDAJA(d)	Nimi: Helen Trug, Kaire Õlge, Kristi Pärt Amet: huvijuht, sotsiaalpedagoog, õpetaja E-post: helen.trug@paidehpk.edu.ee
EDULOO KATEGOORIA	Parimad praktikad TULEMi rakendamisel
KLASS/VANUSERÜHM	7. klass III kooliaste
TEGEVUSE ALGUS- JA LÕPPKUUPÄEV	18.05.-19.05.2023
EDULOO PEALKIRI	Läbi raba päeval-ööl
TEGEVUSE EESMÄRGID JA SEOS ÕPPETÖÖGA	<p>2023. aasta on liikumisaasta. Uuringute kohaselt mõjub looduses liikumine hästi noorte tervisele, stressitasemele, tujule ja ka kaalule. Paide Hammerbecki Põhikooli 7. klass otsustas sel kevadel minna kahepäevasele jalgsimatkale, et õppeaasta jooksul kogutud õpikutarkus muuta kogemuste kaudu õppides eluliseks, turgutada vaimu ja panna proovile oma füüsilised võimed. Matkal toimunud koosõppimise, kaaslaste õpetamise, meeskonnatöö, vestluste ja arutelude käigus taotleti, et õpilased:</p> <ul style="list-style-type: none"> • mõistavad tervisliku liikumise põhimõtteid, tervise ja kehaliste võimete seost; • mõistavad vaimset ja kehalist tasakaalu soodustavate tegevuste mõju enda heaolule ja pingeliste olukordadega toimetulemisel; • mõistavad inimtegevuse ja looduskeskkonna seoseid, näitavad üles empaatiat ümbritseva suhtes ning väljendavad hoolivust ja respekti kõigi elusolendite suhtes; • tunnevad huvi looduse vastu, huvituvad looduse uurimisest ja uute teadmiste omandamisest; • rakendavad õpitut teadmisi ja oskusi uues kontekstis igapäevaelus; • oskavad teha koostööd teiste inimestega erinevates situatsioonides; • aktsepteerivad inimeste erinevusi ning arvestavad sellega suhtlemisel;

	<ul style="list-style-type: none"> • suudavad ennast selgelt ja asjakohaselt väljendada arvestades olukordi ja suhtluspartnereid, oma seisukohti esitada ja põhjendada; • oskavad reageerida muutustele paindlikult ning võtta arukaid riske; • väärtustavad elurikkust ja säästvat arengut.
<p>TEGEVUSE LÜHIKOKKUVÕTE MEEDIASSE <i>max 1000 tähemärki koos tühikutega</i></p>	<p>2023. aasta on liikumisaasta. Paide Hammerbecki Põhikooli 7. klass otsustas sel kevadel minna kahepäevasele jalgsimatkale imelisse Eestimaa loodusesse, et õppeaasta jooksul kogutud õpikutarkus muuta kogemuste kaudu õppides eluliseks, turgutada seeläbi oma vaimu ja panna proovile füüsilised võimed. 34 km pikkune matkatee, mis viis läbi Kodru, Seli ja Tellissaare rabade, pakkus nii kauneid vaateid kui ka vahvaid väljakutseid. Looduses liiguti Actionbound keskkonnas loodud matkamängu marsruudi järgi, lahendati meeskondades probleemülesandeid, korrati matkatarkusi ja õpiti pakkima matkakotti. Õhtusöögi tarvis koostati menüü, arvutati välja vajaminevad toidukogused ning valmistati lõkkel õhtusööki. Matkal toimunud koosõppimise, kaaslaste õpetamise, meeskonnatöö, vestluste ja arutelude tulemusena saadud kogemus võimaldab peale õpetegevuse mitmekesistamise ka kujundada lastes hoolivust looduse ja üksteise suhtes ning tugevdada oma klassi tunnet.</p>
<p>KOOSTÖÖPARTNERID</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. P. Dussmann Eesti OÜ, õppekäigu toitulustaja 2. Eesti Pagar OÜ, õppekäigu toitulustaja 3. 7. a klassi lapsevanemad, matkatarkuste tutvustajad, transport 4. Paide Hammerbecki Põhikooli aineõpetajad, lõimitud õuesõppe ülesannete loojad, õpilaste saatjad matkal.
<p>TEGEVUSES OSALENUD ÕPILASTE ROLLID</p>	<p>Õpilased tegid järgmisi tegevusi:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ajurünnak - Kuhu matkame? Milline on sobiv matkakott? Mis peab olema matkakotis? Mida matkale selga ja jalga panna? Kuidas turvaliselt matkata?; 2. Google mapi abil matka marsruudi koostamine; 3. interaktiivse matkamängu loomiseks vajalike aineülesannete küsimine õpetajatelt; 4. matkaks vajaliku varustuse otsimine ja ettevalmistamine; 5. Actionbound keskkonnas matkamängu loomine ja ülesannete sisestamine; 6. ühistranspordiga liikumiseks bussiaegade otsimine; 7. telklaagri püstitamine; 8. lõkkematerjali kogumine; 9. lõkke süütamine ja lõkkevalve; 10. toiduvalmistamine kogu matka seltskonnale; 11. mängude organiseerimine telklaagris.
<p>TEGEVUSE TULEMUSED JA MÕJU</p>	<p>Kahepäevase jalgsimatka jooksul omandasid 22 Paide Hammerbecki Põhikooli 7a klassi õpilast matkatarkusi läbi ise tegemise ja kogemise. Matk kujundas lastest hoolivust looduse ja üksteise suhtes ning nad said kogeda meeskonnatöö oskuse olulisust. Lõimitud õpiülesanded aitasid mõista, et koolis õpitut on reaalses elus väga</p>

	vaja. Kui matka alguses oli päris mitu õpilast, kes ei olnud sellest õppekäigust vaimustuses, siis peale matka antud tagasisides olid kõik 22 valmis rõõmuga järgmisel aastal uuesti matkale minema.
SOOVITUSED	Soovitan kõigile sellist matka oma klassiga. See annab võimaluse õppida õpilasi paremini tundma ja ka õpilastel näha õpetajat teises keskkonnas ja teistes rollides. Kui meilgi oli alguses väikene hirm, et matk on liiga pikk, siis ärme alahinda oma õpilasi, vaid tuleb anda neile võimalus. Keegi õpilastest ei väljendanud oma rahulolematust matka pikkuse osas. Eduka õppekäigu läbiviimiseks on vajalik hea koostöö kolleegidega, koostööpartnerite ja kindlasti lapsevanematega.
Viited illustreerivale materjalile	http://paidehpk.edu.ee/7a-klassi-oobimisega-matk/ https://drive.google.com/file/d/1D_7IdTOW-j6yvXIGCqVLFIKu5jcGBPlc/view?usp=sharing

Mina, Helen Trug, nõustun antud eduloo ja kaasa saadetud lisamaterjali avaldamisega SA Järvamaa koduleheküljel <https://jarva.kovtp.ee/> ja teistes kommunikatsioonikanalites.

Täidetud vorm saata meiliaadressile riina@jarva.ee. **Edulugu loetakse saadetuks, kui saate vastavasisulise vastuskirja.**