



**MAHT:**  
**8 akad. tundi**  
**(kontaktkoolitus);**  
**4 nädalat**  
**(veebipõhine**  
**koolitus)**

Õppides teadlikult ja motiveeritult, saab õpilane huvid ja oskused, mis hoiavad teda liikumas nii praegu kui tulevikus. Sisemist motivatsiooni toetades aitad õpilastel avastada tegevused, mis neile tegelikult ja pikaajaliselt huvi pakuvad. Kuidas aga sisemist motivatsiooni üles leida? Teoria ja praktiliste tegevustega lõimitud koolitust viivad läbi kogenud motivatsiooniekspertid.

# Õpilaste sisemist motivatsiooni toetava õpetamise ABC

## Koolitus liikumisõpetuse ja kehalise kasvatuses õpetajale

**KONTAKTKOOLITUS TOIMUB TEIE VALITUD RUUMIDES. EELDAME VÕIMALUSI NII TEOREETILISEKS SEMINARIKS KUI AKTIIVSEKS PRAKTIKUMIKS. VEEBIPÕHINE KOOLITUS TOIMUB TARTU ÜLIKOOLI MOODLE'I KESKKONNAS.**

Koolitusel õpitakse:

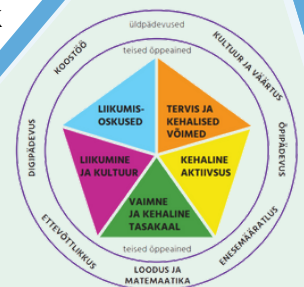
- mis on motivatsioon ja kuidas motivatsioon jaguneb,
- mis on õpetajapoolne autonoomsuse toetus ja kontrolliv käitumine,
- millised on psühholoogilised baasvajadused,
- kuidas toetada õpilaste psühholoogilisi baasvajadusi ja seeläbi sisemist motivatsiooni,
- kuidas mitte rikkuda õpilaste sisemist motivatsiooni.

Koolitus on seotud liikumisõpetuse ainekava kõigi õpitulemustega: vaid sisemist motivatsiooni toetavas keskkonnas saab õpilane oskusi ja teadmisi omandada rõõmsalt, mis tagab pikaajalise huvi õpitava vastu.

Liikumisõpetuse ainekavast on koolitus otseselt seotud kehalise aktiivsuse valdkonnaga: õpetajana saame kaasa aidata õpilaste sisemise motivatsiooni kujunemisele kehaliste harjutuste ja kehalise aktiivsuse suhtes. See omakorda kandub üle üldisele kehalisele aktiivsusele väljaspool kooli ehk laste vaba aja tegevustesse.

**Üldpädevuste toetamine:** õpitu aitab toetada õpilaste suhtlus- ja enesemääratluspädevust.

**Koolitusi viivad läbi Andre Koka ja Henri Tilga Tartu Ülikooli sporditeaduste- ja füsioteraapia instituudist**



Liikumisõpetus

Mitmekeelised oskused ja liikumisrõõm kogu eluks!

Koolituse tellimine ja hinnainfo Tartu Ülikooli liikumislaborilt:

Kadi Rutens, kadi.rutens@ut.ee