

HAAPSALU KUTSEHARIDUSKESKUSE ÕPPEKAVA						
Õppekavarühm		Isikuareng				
Õppekava nimetus		Kutsevaliku õppekava				
		The Choice of Profession Curriculum				
Õppekava kood EHS-es		216662				
ESMAÕPPE ÕPPEKAVA				JÄTKUÕPPE ÕPPEKAVA		
EKR 2	EKR 3	EKR 4 kutsekesk- haridus	EKR 4	EKR 5	EKR 4	EKR 5
X						
<b>Õppekava maht:</b> 60 EKAP						
<b>Õppekava koostamise alus:</b> "Kutseharidusstandard", Vabariigi Valitsuse määrus nr 130 26.08.2013 ning SA Innove juhendmaterjal "Kutsevaliku õpe: kellele, miks, kuidas?" 2019						
<b>Õppekava õpiväljundid:</b> - on saavutanud valmisoleku, teadmised ja oskused selleks, et planeerida juhendamisel oma edasist karjääri- ja õpiteed ning koostada endale karjääriplaan; - on saavutanud valmisoleku jätkata õpinguid kutseõppes või üldharidusõppes ja mõistab selle olulisust oma tuleviku kujundamisel; - on tutvunud erinevate võimalustega edasiõppimiseks ja töötamiseks ning on nõustamise teel teinud jõukohase ja meelepärase (eriala)valiku; - on saavutanud vähemalt ühel erialal esmased oskused ja teadmised ning oskab täita eriala tavapäraseid ja piiratud vastutusega ülesandeid; - on arendanud oma suhtlemisjulgust ja -pädevust ning saab hakkama harjumuspärastes suhtlusolukordades; - on arendanud oma algatusvõimet ning oskab ellu viia vajalikke tegevusi, et saavutada elurollidega seotud eesmärged.						
<b>Õppekava rakendamine:</b> stационаarne koolipõhine õpe						
<b>Nõuded õpingute alustamiseks:</b> Õpingute alustamiseks haridusnõue puudub.						
<b>Nõuded õpingute lõpetamiseks:</b> Õppija on saavutanud kõik õppekavas kirjeldatud õpiväljundid.						
<b>Õpingute läbimisel omandatavad kvalifikatsioonid:</b> puudub						
<b>Lõpetamisel väljastatavad dokumendid:</b> kooli lõputunnistus koos hinnetelehega						
<b>Õppekava struktuur</b> <b>Põhiõpingute moodulid (18 EKAP)</b>						
<i>Nimetus</i>	<i>Maht</i>	<i>Õpiväljundid</i>				
Karjääri planeerimine	4 EKAP	On teadlik oma huvidest ja võimetest ning lähtuvalt nendest suudab juhendamisel teha teadlikke karjäärivalikuid; Planeerib juhendamisel oma õpi- ja karjääriteed; Mõistab erinevaid elurolle ja nendevahelisi seoseid oma karjääri planeerimisel; Oskab erialaste ja eluliste probleemide tekkimisel mõista abi vajadust ning küsida nõu ja tuge;				
Suhtlemise alused	6 EKAP	Suhtleb harjumuspärastes olukordades tavapäraste suhtluspartnerite ja oma grupiga. Oskab suhtlemisraskuste ilmnemisel küsida abi, nõu ja tuge.				
Töötervishoid ja -õigused	2 EKAP	Mõistab töötervishoiu olulisemaid nõudeid; Kasutab juhendamisel ergonoomilisi ja ohutuid töövõtteid; Saab aru oma õigustest ja kohustustest õppe- ja töökeskkonnas tegutsedes;				
Õpioskused	4 EKAP	Kohaneb õpingutega ja mõistab õppimise iseärasusi kutseõppes; Planeerib suunamisel oma aega tegevustest ja eesmärkidest lähtuvalt; Analüüsib juhendamisel ennast õppijana ning lahendab eettulevaid probleeme;				
Kehakultuur	2 EKAP	Mõistab tervisliku toitumise vajadust ja seoseid tervisega;				

Mõistab liikumise vajadust ja seoseid tervisega;  
Hindab juhendamisel oma olemasolevat füüsilist vormi ja aktiivsust ning seab koos õpetajaga eesmärgi;  
Osaleb tema jaoks jõukohases füüsilises tegevuses;

### Valikõpingute moodulid (42 EKAP)

Nimetus	Maht	Õpiväljundid
Erialane valikaine	30 EKAP	On tutvunud vähemalt kahe erialaga kutsekoolis vastavalt isiklikule soovile ja võimetele; Tunneb vähemalt ühe eriala töövõtteid algaja tasemel; Oskab juhendamisel lahendada lihtsamaid tööülesandeid valitud erialadel; Kasutab juhendamisel ergonoomilisi ja ohutuid töövõtteid;
Üldõpingute tasandusmoodul	10 EKAP	Oskab kasutada juhendamisel lihtsamaid matemaatikateadmisi ja -oskusi ning neid seostada tavaelus vajaminevaga; Väljendab end arusaadavalt kõne- ja kirjakeeles, kasutades suhtlusolukorrale sobivat sõnavara; Loeb ja mõistab lihtsamaid õppeks ja igapäevaeluks vajaminevaid tekste; Koostab juhendamisel lihtsamaid tarbetekste; Oskab juhendamisel kasutada mõningaid lihtsamaid arvutirakendusi ning interneti võimalusi nii isiklikel kui ka tööalastel eesmärkidel;
Individuaalne tegevus	2 EKAP	Hindab juhendamisel oma arenguvajadust ja seab sellest lähtuvalt eesmärgid edasiseks tegevuseks;

### Valikõpingute valimise võimalused:

Valikõpingute sisu lepitakse kokku õppijaga individuaalses õppe- ja arenguplaanis vastavalt õppija huvidele ja vajadustele. Õpilasel on võimalik valida valikmooduleid teistest õppekavadest või teisest koolist moodulite raames, mis toetavad eriala õpinguid. Valikõpingute valimine toimub Haapsalu Kutsehariduskeskuse õppekorralduseeskirjas sätestatud tingimustel.

### Spetsialiseerumise võimalused:

puuduvad

### Õppekava kontaktisik:

Ülle Ojamäe  
õppedirektor  
Telefon ,

### Märkused:

Kooli õppekava ja moodulite rakenduskavad on kättesaadavad:

[https://hkhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava\\_pdf?oppekava=152](https://hkhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava_pdf?oppekava=152)

[https://hkhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava\\_pdf?oppekava=152&rakenduskavad=jah](https://hkhk.siseveeb.ee/veebivormid/oppekavad/oppekava_pdf?oppekava=152&rakenduskavad=jah) (koos moodulite rakenduskavadega)

## Kutsevaliku õppekava

Õppekava moodulite nimetused ja mahud(EKAP)	Maht kokku	1. õppeaasta
<b>Põhiõpingute moodulid</b>	<b>18</b>	<b>18</b>
Karjääri planeerimine	4	4
Suhtlemise alused	6	6
Töötervishoid ja -õigused	2	2
Õpioskused	4	4
Kehakultuur	2	2
<b>Valikõpingute moodulid</b>	<b>42</b>	<b>42</b>
Erialane valikaine	30	
Üldõpingute tasandusmoodul	10	
Individuaalne tegevus	2	

## Kutsevaliku õppekava

Seosed kutsestandardi „“ kompetentside tegevusnäitajate ja eriala õppekava moodulite vahel.

Kompetentsi nimetus kutsestandardis	Eriala õppekava moodulid				
	Karjääri planeerimine	Suhtlemise alused	Töötervishoid ja -õigused	Õpioskused	Kehakultuur

X – tähistatakse, millises moodulis antud kompetentsi tegevusnäitaja omandatust hinnatakse

## Haapsalu Kutsehariduskeskus

### 2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“

#### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
1	Karjääri planeerimine	4	Eneli Uibo
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õppija teeb teadlikke otsuseid õpi- ja karjääriteel ning osaleb oma karjääriplaneerimise protsessis.		
<b>Teoreetiline töö</b>	<b>Iseseisev töö</b>		
80 t	24 t		

Õpiväljund 1	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Õppemeetodid	Hindamine
On teadlik oma huvidest ja võimetest ning lähtuvalt nendest suudab juhendamisel teha teadlikke karjäärivalikuid;		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enesetundmine</li> <li>- Isikuomadused</li> <li>- Võimed</li> <li>- Oskused</li> <li>- Võimalused</li> </ul>	Loeng, grupidöö, individuaaltöö, õppevideod.	Mitteeristav
<b>Hindamisülesanne:</b> Praktilised tööd lisada õpimappi.				
<b>Lävend</b>				
<b>Praktilised tööd</b>				
Juhendamisel enesetundmise testide ja harjutuste sooritamine.				

Õpiväljund 2	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Hindamine
Planeerib juhendamisel oma õpi- ja karjääriteed;		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Karjäär</li> <li>- Karjääri planeerimine</li> </ul>	Mitteeristav

		- Erinevad kutsed ja ametid - Karjääriplaani	
<b>Hindamisülesanne:</b> Praktilised tööd lisada õpimappi.			
<b>Lävend</b>			
<b>Praktilised tööd</b>			
Karjääriplaani koostamine juhendamisel.			

Õpiväljund 3	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Hindamine
Mõistab erinevaid elurole ja nendevahelisi seoseid oma karjääri planeerimisel;		- Erinevad võimalused ja valikud - Erinevad ametirollid ja elurollid - Karjääriinfo otsingud arvutil - Õppimisvõimalused - Vabatahtlik töö - Tööturu infoallikad ja võimalused - Tööturu dokumendid arvutil - CV, motivatsioonikiri, kaaskiri	Mitteeristav
<b>Hindamisülesanne:</b> Praktilised tööd lisada õpimappi.			
<b>Lävend</b>			
<b>Praktilised tööd</b>			
- Juhendamisel erialased infootsingud arvutil. Meeskonnatöona, juhendamisel tulemuste arutelu. - Juhendamisel CV ja motivatsioonikirja koostamine.			

Õpiväljund 4	Hindamiskriteeriumid	Teemad/alateemad	Hindamine
Oskab erialaste ja eluliste probleemide tekkimisel mõista abi vajadust ning küsida nõu ja tuge;		- Töö leidmise allikad ja abi - Töökoha kaotamise abi ja allikad - Töötukassa - Rajaleidja - Tööle kandideerimise vestlus - Erinevad infoallikad eluliste probleemide lahendamisel	Mitteeristav
<b>Hindamisülesanne:</b> Praktilised tööd lisada õpimappi.			

<b>Lävend</b>
<b>Praktilised tööd</b>
Juhendamisel erinevates situatsioonülesannetes osalemine.

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- analüüsib juhendamisel oma tugevusi ja nõrkusi, teadmisi ja oskusi;</li> <li>- juhendamisel selgitab välja oma tugevad küljed, et seostada need realistlike õppimise ja töötamise võimalustega;</li> <li>- valib juhendamisel etteantud valikutest oma tugevustele ja nõrkustele, samuti hobidele ja huvivaldkondadele sobilikku kutse oma õpingute jätkamiseks;</li> <li>- väljendab juhendamisel oma soove ja osaleb oma karjääriplaani koostamisel;</li> <li>- osaleb oma põhiliste elektrooniliste kandideerimisdokumentide koostamisel;</li> <li>- leiab juhendamisel informatsiooni, sh elektrooniliselt erialade ja õppimisvõimaluste, samuti tööturu kohta;</li> <li>- osaleb juhendamisel vähemalt ühes projektitöös meeskonnaliikmena.</li> </ul>
<b>Iseseisev töö</b>	Õpimapi täiendamine
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kokkuvõttev hinne kujuneb kogu õppeprotsessi jooksul. Õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, projektitöös, hindab juhendamisel oma tööd ja selle tulemust. Esitleb juhendamisel oma õpimapi ja karjääriplaani.
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine

## Haapsalu Kutsehariduskeskus

### 2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“

#### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	statsioonaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
2	Suhtlemise alused	6	Reet Saareväli
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õppija suhtleb vastastikust suhtlemist toetaval viisil, oskab väljendada oma soove ja vajadusi.		
<b>Teoreetiline töö</b>	<b>Iseseisev töö</b>		
120 t	36 t		
<b>Teemad ja alateemad</b>	Esmamulje. Kontakti loomine ja hoidmine. Enesehinnang. Minu tugevused ja nõrkused. Hoiakud ja valikud. Stress ja sellega toimetulek. Kuulamine. Eneseavamine ja eneseväljendus, erinevad suhtlusstiilid. Kehakeel. Meeskonnatöö. Toimetulek keerulistes olukordades. Internetisuhtlus. Enese tutvustus töösituatsioonis.		

<b>Õpiväljund 1</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Teemad/alateemad</b>	<b>Hindamine</b>
Suhtleb harjumuspärastes olukordades tavapäraste suhtluspartnerite ja oma grupiga.		Kontakti loomine ja hoidmine kuulamine eneseavamine eneseväljendus.	Mitteeristav
<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö			
<b>Lävend</b>			
Kasutab situatsioonile sobivat verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist.			

<b>Õpiväljund 2</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<b>Teemad/alateemad</b>	<b>Õppemeetodid</b>	<b>Hindamine</b>
Oskab suhtlemisraskuste ilmnemisel küsida abi, nõu ja tuge.		Minu tugevused ja nõrkused Erinevad suhtlusstiilid. Stress ja sellega toimetulek. Toimetulek keerulistes olukordades.	Arutelu	Mitteeristav



<b>Hindamisülesanne:</b> Rollimängud	<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö
<b>Lävend</b>	
Teab üldtunnustatud, elementaarseid suhtlustavasid ja -norme ning järgib neid.	
<b>Praktilised tööd</b>	
Rollimängud, analüüs	

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kasutab situatsioonile sobivat verbaalset ja mitteverbaalset suhtlemist;</li> <li>- kasutab juhendamisel erinevaid suhtlemisvahendeid, sh järgib telefoni- ja internetisuhtluse head tava;</li> <li>- selgitab ja järgib juhendamisel suhtlemissituatsioonides üldtunnustatud käitumistavasid;</li> <li>- valib sobiva sõnakasutuse vastavalt suhtlusolukorrale.</li> </ul>
<b>Õppemeetod</b>	Loeng, arutelu, paaritöö, rühmatöö, analüüs, õppekäik
<b>Hindamismeetod</b>	Arutlus
<b>Hindamine</b>	Mitteeristav
<b>Lävend</b>	
Kasutab juhendamisel erinevaid suhtluskanaleid, sh. järgib telefoni- ja internetisuhtluse head tava.	
<b>Iseseisev töö</b>	Õpetaja poolt antud suhtlemisülesannete praktiseerimine igapäevaelus.
<b>Praktilised tööd</b>	Roosta seikluspargi külastus, meeskonnatöö harjutused.
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kujundav hindamine toimub kogu õppeprotsessi vältel. Õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, lahendab erinevaid situatsioonülesandeid ning analüüsib suhtlemisel ennast abiga.
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	M.McKay, M. Davis, P. Fanning Suhtlemisioskused; V. White, A. Demarais Esmamuljed; M. Veinmann Vajadus olla mõistetav; R. Bolton Igapäevaoskused

## Haapsalu Kutsehariduskeskus

### 2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
3	Töötervishoid ja -õigused	2	Heli Nõupuu
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotlema, õppija teab olulisemaid töötervishoiu- ja ohutusnõudeid ning töötamisega seotud õigusi.		
<b>Teoreetiline töö</b>	<b>Iseseisev töö</b>		
40 t	12 t		
<b>Teemad ja alateemad</b>	Mõistab töötervishoiu ja tööohutuse olulisemaid nõudeid		

Õpiväljund 1	Teemad/alateemad	Hindamine
Mõistab töötervishoiu olulisemaid nõudeid;	Töötervishoid Kasutab juhendamisel ergonoomilisi ja ohutuid töövõtteid	Mitteeristav
<b>Lävend</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- kujundab juhendamisel õiget kehahoiakut ja head rühti;</li> <li>- arendab juhendamisel kehamotoorikat ja füüsilist võimekust;</li> <li>- oskab arvestada kaasõpilasega rühmategevustes</li> </ul>		

Õpiväljund 2	Teemad/alateemad
Kasutab juhendamisel ergonoomilisi ja ohutuid töövõtteid;	Isikukaitsevahendid
<b>Hindamisülesanne:</b> Teab ja tunneb isikukaitsevahendeid, kasutab juhendamisel tööks vajalike isikukaitsevahendeid	

Õpiväljund 3	Teemad/alateemad	Õppemeetodid

Saab aru oma õigustest ja kohustustest õppe- ja töökeskkonnas tegutsedes;	Praktilise õppe töökoha ohutegurid Tööõnnetus Tuleohutus	Loend, õppefilmid
<b>Hindamisülesanne:</b> - nimetab juhendamisel tööandja ja töötajate põhilisi õigusi ning kohustusi ohutu töökeskkonna tagamisel - tunneb ära praktilise õppe töökoha põhilisi ohutegurid ja oskab sellest teavitada - tunneb ära tööõnnetuse ja teab enda kohustust teavitada tööõnnetusest - kirjeldab juhendamisel enda tegevust tulekahju puhkemisel töökeskkonnas sh nimetab hädaabi numbrit		

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	Õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, lahendab erinevaid õppeülesandeid ning analüüsib ennast juhendamisel.
<b>Õppemeetod</b>	Loeng. Praktiline töö. Õppekäik. Rollimäng ja simulatsioon. Õppefilmid.
<b>Hindamine</b>	Mitteeristav
<b>Lävend</b>	
- teab juhendamisel praktilise töö ohutegureid ja meetmeid nende vähendamiseks; - tunneb ohumärke - teab kooli kodukorda, teab oma õigusi ja kohustusi, oskab juhendamisel oma aega planeerida, vajadusel küsib abi ja nõu;	
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kujundav hindamine toimub kogu õppeprotsessi vältel. Õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, lahendab erinevaid õppeülesandeid ning analüüsib ennast juhendamisel.
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine

## Haapsalu Kutsehariduskeskus

### 2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“

### MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
4	Õpioskused	4	Liina Kriips
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õppija kohaneb ja saab paremini hakkama õpingutega Haapsalu Kutsehariduskeskuses.		
<b>Teoreetiline töö</b>		<b>Iseseisev töö</b>	
80 t		24 t	
<b>Teemad ja alateemad</b>	ÕPPIMINE HAAPSALU KUTSEHARIDUSKESKUSES Sisekorraeeskirjad ja õppekorralduseeskiri Infosüsteem Õppetöö korraldus Tugisüsteem, toetused Õpilase, kursusejuhataja ja aineõpetaja roll AJAPLANEERIMINE JA EESMÄRKIDE SEADMINE Motivatsioon Eesmärgistamine Ajaplaneerimine ÕPPIMINE Õppimisvõtted Õpistiilid Iseseisva töö tegemine Multiintelligentsus EDU JA EBAEDU Probleemid ja nende lahendamine Vaimne tervis		

#### Õpiväljund 1

Kohaneb õpingutega ja mõistab õppimise iseärasusi kutseõppes;

**Õpiväljund 2**

Planeerib suunamisel oma aega tegevustest ja eesmärkidest lähtuvalt;

**Õpiväljund 3**

Analüüsib juhendamisel ennast õppijana ning lahendab ettetulevaid probleeme;

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<p>Leiab juhendamisel õppetöös ja toimetulekuks vajalikku informatsiooni kooli kodulehelt ja siseveebist; Kirjeldab juhendamisel õppetöö korraldust ning õpilastele võimalike toetuste ja abi saamise võimalusi; Hindab juhendamisel oma õppimise ja käitumise vastavust õppekorralduseeskirja ja HKHK koolipere kodukorra ning toimetulekut koolis; Mõistab eesmärkide seadmise olulisust õppeprotsessis Eesmärgistab ja kavandab juhendamisel oma õppimist; Planeerib juhendamisel aega ja hindab koostatud plaani täitmist; Analüüsib juhendamisel ennast õppijana, tuues välja oma tugevad ja nõrgad küljed; Teab erinevaid õppimisstiile ja -võimalusi; Küsib vajadusel nõu, teavet ning tuge koolis toimetulekuks;</p>
<b>Õppemeetod</b>	loeng, grupitöö, individuaalne töö, arutelu, õppevideod, probleemülesande lahendamine
<b>Hindamisülesanne</b>	<p>Leiab juhendamisel kooli õppeinfosüsteemist ja koduleheküljelt vajaliku info - tööleht, rühmatöö Osalemine rühmaarutelul Tegevuskava õppeeesmärgi saavutamiseks Eneseanalüüs Mina Õppijana - arutelu, tööleht, joonis</p>
<b>Hindamismeetod</b>	<p>Rühmatöö Iseseisev töö Praktiline töö Arutlus Analüüs Tööleht</p>
<b>Iseseisev töö</b>	Iseseisev harjutamine oma nädala plaani jm ajakava jälgimiseks, enda tegevuse jälgimine ja kaardistamine
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kujundav hindamine toimub kogu õppeprotsessi vältel. Õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis ja täidab hindamisülesanded nõuetekohaselt.
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	<p>Õpetaja koostab ja vahendab õppematerjalid lähtuvalt iga õpilase olemasolevast tasemest, võimetest ja seatud eesmärkidest</p> <p>Ajajuhtimise veeb <a href="http://www.ajajuhtimine.ee/">http://www.ajajuhtimine.ee/</a> Burnett, G. Õpime õppima. <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> <a href="http://www.tootukassa.ee">www.tootukassa.ee</a> <a href="http://www.peaasi.ee">www.peaasi.ee</a> Õpiprobleemide leidmise test <a href="http://www.syg.edu.ee/~peil/opi_oppima/oskuse_test.html">http://www.syg.edu.ee/~peil/opi_oppima/oskuse_test.html</a> Video Arro, G „Kuidas kodustes tingimustes efektiivselt õppida“ <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yN2zH8VRGHE">https://www.youtube.com/watch?v=yN2zH8VRGHE</a></p>

**Haapsalu Kutsehariduskeskus**  
**2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“**  
**MOODULI RAKENDUSKAVA**

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
5	Kehakultuur	2	Mehis Ehanurm
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õpilane väärtustab tervislikke eluviise, liigub regulaarselt oma tervise tugevdamiseks ja töövõime tagamiseks.		
<b>Teoreetiline töö</b>		<b>Iseseisev töö</b>	
40 t		12 t	
<b>Teemad ja alateemad</b>	Vitamiinide ja mineraalainete vajalikkus, sisaldumine toidus, seos tervisega. Hügieen. Karastamine. Terves kehas terve vaim. Kehaliste võimete arendamine ja seos tervisega. Soojendus- ja venitusharjutused. Ohutus jõusaalis. Treeningkava koostamine ja analüüs. Üldkehaline ettevalmistus. Kaaslastega arvestamine. Ohutusnõuete järgimine Sportmängud. Võistlusmäärustega tutvumine.		

**Õpiväljund 1**

Mõistab tervisliku toitumise vajadust ja seoseid tervisega;

**Õpiväljund 2**

Mõistab liikumise vajadust ja seoseid tervisega;

**Hindamine**

Mitteeristav

**Lävend**

<b>Õpiväljund 3</b>
Hindab juhendamisel oma olemasolevat füüsilist vormi ja aktiivsust ning seab koos õpetajaga eesmärgi;

<b>Õpiväljund 4</b>	<b>Hindamine</b>
Osaleb tema jaoks jõukohases füüsilises tegevuses;	Mitteeristav
<b>Lävend</b>	

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	<p>Teeb toitumises tervislikke valikuid.</p> <p>Teab vitamiinide ja mineraalainete vajalikkust organismile.</p> <p>Mõistab liikumise vajalikkust ja seost tervisega.</p> <p>Teab hügieeni ja karastamise mõju, rakendab neid teadmisi igapäevaelus.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Oskab teha soojendus- ja venitusharjutusi.</li> <li>* Hindab oma kehalisi võimeid ja füüsilist vormi.</li> <li>* Arendab tahtejõudu ja vastupidavust läbi kergejõustiku.</li> <li>* Arendab oma kehalisi võimeid.</li> <li>* Arvestab ohutusreeglitega jõusaalis.</li> <li>* Oskab tõsta raskusi.</li> <li>* Seab eesmärgid oma füüsilise vormi arendamiseks ja koostab juhendamisel sobiva treeningkava nende saavutamiseks.</li> <li>* Järgib koostatud treeningkava ja hindab selle mõju.</li> <li>* Hindab oma kehalisi võimeid ja füüsilist vormi.</li> <li>* Osaleb tema jaoks jõukohases füüsilises tegevuses</li> <li>* Arendab sportliku ühistegevuse kaudu kohanemis- ja empaatiavõimet, koostööoskust, eneseväljendusoskust ning distsipliini.</li> <li>* Arvestab ohutusnõuetega erinevatel spordialadel.</li> <li>* Arvestab meeskonna liikmetega sportmänge mängides.</li> <li>* Oskab teha meeskonnatööd.</li> <li>* Arendab erinevate harjutuste kaudu painduvust, osavust, koordinatsiooni.</li> <li>* Kasutab õpitud elemente mängus ja järgib võimetekohaselt võistlusmäärusi ja -reegleid.</li> </ul>
<b>Õppemeetod</b>	Selgitus, arutelu, vestlus, harjutuste praktiline sooritamine. .vaatlus, ettenäitamine.
<b>Hindamisülesanne</b>	Kontrollharjutused. Käte-, kõhu- ja seljalihaste jõuharjutuste sooritamine. Treeningkava koostamine jõusaalis. (Abistamisel.) Kontrollharjutused kergejõustikus.
<b>Hindamismeetod</b>	Rühmatöö Praktiline töö Arutus Ülesanne/harjutus Probleemsituatsiooni lahendamine

<b>Hindamine</b>	Mitteeristav
<b>Lävend</b>	
Koostööoskused, meeskonnatöö, kehaliste võimete areng ja tase, praktilised oskused ja teadmised, kontrollharjutuste sooritamine kergejõustikus, üldkehalises ettevalmistuses ja sportmängudes. Aktiivsus tunnis. Omaalgatuslik sportlik tegevus.	
<b>Iseseisev töö</b>	Iseseisev harjutamine õpetaja poolt antud ülesannete sooritamisel
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kujundav hindamine toimub kogu õppeprotsessi vältel. Õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis vastavalt õpetaja soovitudele ja juhendamisele.
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	<p>J. Unger. Kergejõustikualade õpetamine. TPÜ, 1992</p> <p>S. Stonkus. Mängime korvpalli. ER, 1982</p> <p>N.Rogalski, E.-G. Degel. Jalgpalliaabits. ER, 1984</p> <p>A. Eingorn 500 harjutust võrkpallureile. ERK, 1963</p> <p>Võrkpall. Võistlusmäärustik. Tln, 2007</p> <p>A. Goldrin. Kergejõustikualased mängud ja mängulised harjutused. Tln, 1977</p> <p>M. Zapletal. 1000 mängu. Valgus, 1984</p> <p>J. Verhoshanski. Spetsiaalse jõuettevalmistuse meetodika. Tartu, 1993</p> <p>J. Susi, O. Andla, V. Suitsev. Kultuurism kõigile. Tartu, 1993</p> <p>Sulgpalli võistlusmäärused. Tln, 2007</p>



## Haapsalu Kutsehariduskeskus

### 2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“ VALIKÕPINGUTE MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
6	Erialane valikaine	30	Liina Krips
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Läbi on viidud karjäärinõustamine ja koostatud individuaalne õppekava individuaalsete valikainete rakendamiseks.		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õpilane omab ülevaadet vähemalt kahest erialast ning kaasagetest töövahenditest- ja oskustest, oskab juhendamisel lahendada lihtsamaid tööülesandeid ühel erialal. Õpilane tutvub erialaga läbi praktilise töö kooli praktilise õppe keskkonnas ja/või ettevõttes.		
<b>Teoreetiline töö</b>	<b>Praktiline töö</b>	<b>Iseseisev töö</b>	
100 t	600 t	80 t	
<b>Teemad ja alateemad</b>	<p>1. Kutsevalik I Õppijale koostatakse individuaalne plaan soovitud ja karjäärinõustamisest tulenevalt eriala algõppe ja tutvumise kava Haapsalu Kutsehariduskeskuses õpetatavate erialade lõikes</p> <p>Kutsevalik II Õppijale koostatakse individuaalne plaan soovitud ja karjäärinõustamisest tulenevalt eriala algõppe ja tutvumise kava Haapsalu Kutsehariduskeskuses õpetatavate erialade lõikes</p>		

<b>Õpiväljund 1</b>	<b>Hindamine</b>
On tutvunud vähemalt kahe erialaga kutsekoolis vastavalt isiklikule soovile ja võimetele;	Mitteeristav
<b>Lävend</b>	

<b>Õpiväljund 2</b>	<b>Hindamine</b>
Tunneb vähemalt ühe eriala töövõtteid algaja tasemel;	Mitteeristav
<b>Lävend</b>	

**Õpiväljund 3**

Oskab juhendamisel lahendada lihtsamaid tööülesandeid valitud erialadel;

**Õpiväljund 4**

Kasutab juhendamisel ergonoomilisi ja ohutuid töövõtteid;

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	Omab ülevaadet ja esmast kogemust vähemalt kahest Haapsalu Kutsehariduskeskuses õpetatavast erialast. Teab ja kirjeldab olulisemaid kutse- ja erialaseid mõisteid. Oskab täita vähemalt ühel erialal juhendamisel tavapäraseid piiratud vastutusega tööülesandeid, kasutades ergonoomilisi ja ohutuid töövõtteid.
<b>Õppemeetod</b>	miniloeng, praktiline töö, arutelu, meeskonnatöö, individuaalne töö, analüüs, õppekäik
<b>Hindamisülesanne</b>	Praktilised erialased ülesanded.
<b>Hindamismeetod</b>	Praktiline töö Enesehindamine
<b>Iseseisev töö</b>	erialase praktilise õppe materjalide (õppevideod, juhised, ajakirjad vm) tutvumine
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kujundav hindamine toimub kogu õppeprotsessi jooksul. Õpilane on täitnud hindamisülesanded lähtuvalt hindamiskriteeriumitest
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	Õpetaja koostab ja vahendab õppematerjalid lähtuvalt iga õpilase olemasolevast tasemest, võimetest ja seatud eesmärkidest

## Haapsalu Kutsehariduskeskus

### 2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“ VALIKÕPINGUTE MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	statsionaarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
7	Üldõpingute tasandusmoodul	10	Ülle Ojamäe
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puuduvad		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et õppija on saavutanud keelepädevuse, matemaatikapädevuse ning digipädevuse, mis võimaldab jätkata õpinguid kutse-, kutsekeskharidus- või üldharidusõpingutes.		
<b>Teoreetiline töö</b>	<b>Iseseisev töö</b>		
200 t	60 t		
<b>Teemad ja alateemad</b>	<p>1. eesti keel Ortograafia. Võõrsõnad ja nende tähendused. Lühendid ja numbrid kirjas. Tarbetekstide lugemine ja mõistmine. Lihtsamate tekstide koostamine. Dokumentide nagu CV, avaldus ja motivatsioonikiri vormistamine.</p> <p>2. matemaatika Tehted ratsionaalarvudega. Ümardamine. Protsentülesanded. Elulise sisuga tekstülesanded.</p> <p>3. arvutiõpetus Arvuti kasutamise algtõed ja infotehnoloogia võimalused. Tekstitöötlus. IT-turvalisus, ohud ja võimalused internetis. Sotsiaalmeedia kasutamine. Info otsimine, Google ühistöövahendid.</p>		

#### Õpiväljund 1

Oskab kasutada juhendamisel lihtsamaid matemaatikateadmisi ja -oskusi ning neid seostada tavaelus vajaminevaga;

#### Õpiväljund 2

Väljendab end arusaadavalt kõne- ja kirjakeeles, kasutades suhtlusolukorrale sobivat sõnavara;

#### Õpiväljund 3

Loeb ja mõistab lihtsamaid õppeks ja igapäevaeluks vajaminevaid tekste;

#### Õpiväljund 4

Koostab juhendamisel lihtsamaid tarbetekste;

#### Õpiväljund 5

Oskab juhendamisel kasutada mõningaid lihtsamaid arvutirakendusi ning interneti võimalusi nii isiklikel kui ka tööalastel eesmärkidel;

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	vormistab juhendamisel tööle kandideerimiseks vajalikud tarbetekstid (CV, avaldus,motivatsioonikiri); leiab juhendamisel teksti teema, keskse mõtte ja probleemi, vastab fakti- ja järeldamisküsimustele, koostab tekstist kokkuvõtte; väljendab oma mõtteid selgelt ja arusaadavalt nii kõnes kui kirjas, kasutades vajadusel abi; tunneb lihtsamaid matemaatilisi mõisteid ja seoseid; kasutab tüüpülesannete lahendusstrateegiaid ja lahendab nende abil probleemülesandeid; rakendab õpitud matemaatikateadmisi teistes õppeainetes ja igapäevaelus; kasutab juhendamisel sobivaid digivahendeid, suhtleb ja teeb koostööd õppetöös vajalikes digikeskkondades; on teadlik digikeskkonna ohtudest ning oskab kaitsta oma privaatsust, isikuandmeid ja identiteeti; järgib digikeskkonnas samu eetikapõhimõtteid nagu igapäevaelus.
<b>Õppemeetod</b>	loeng, harjutavad ülesanded, iseseisev töö, paaritöö, probleemõpe, arutelu
<b>Hindamisülesanne</b>	Teksti lugemine ja küsimustele vastamine CV ja avalduse koostamine Matemaatikaülesande lahendamise Infootsing Arutelu arvuti kasutamise teemal
<b>Hindamismeetod</b>	Praktiline töö Tööleht
<b>Iseseisev töö</b>	Õpetaja poolt antud ülesanded iseseisvaks lahendamiseks ja harjutamiseks, infootsing, töö tekstiga.
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Kujundav hindamine toimub kogu õppeprotsessi jooksul. Õpilane on täitnud hindamisülesanded lähtuvalt hindamiskriteeriumitest
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	Õpetaja poolt koostatud töölehed ja õppematerjalid

## Haapsalu Kutsehariduskeskus

### 2. taseme kutseõppe õppekava „Kutsevaliku õppekava“

#### VALIKÕPINGUTE MOODULI RAKENDUSKAVA

<b>Sihtrühm</b>	haridusnõudeta õppijad		
<b>Õppevorm</b>	stационаarne - koolipõhine õpe		
<b>Mooduli nr</b>	<b>Mooduli nimetus</b>	<b>Mooduli maht (EKAP)</b>	<b>Õpetajad</b>
8	Individuaalne tegevus	2	Liina Krips
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	puudub		
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õpetusega taotletakse, et iga õpilane arendab vastavalt oma huvidele ja vajadustele individuaalset tegevust (arendav vestlus, kooli tugiteenus, huvitegevus, vabatahtlik töö vm) ja saab tagasisidet kokkulepitud vormis, ajal ja kohas.		
<b>Teoreetiline töö</b>	<b>Iseseisev töö</b>		
40 t	12 t		
<b>Teemad ja alateemad</b>	Huvi väljaselgitamine ja laiendamine Tegevused väljaspool kooli Arutlemine ja nõustamine		

<b>Õpiväljundid</b>
Hindab juhendamisel oma arenguvajadust ja seab sellest lähtuvalt eesmärgid edasiseks tegevuseks;
<b>Hindamismeetod:</b> Praktiline töö Arutlus Analüüs

<b>Hindamiskriteeriumid</b>	Analüüsib juhendamisel oma hetkeolukorda ja arenguvõimalusi. Planeerib juhendamisel oma arenguvajadusest ja hetkeolukorrast lähtuvaid tegevusi.
<b>Õppemeetod</b>	Vestlus, arutelu, analüüs juhendamisel, tegevuskava koostamine
<b>Hindamisülesanne</b>	Õpilane osaleb aktiivselt tegevustes. Koostab juhendamisel esmase tegevuskava edasisteks tegevusteks.
<b>Hindamismeetod</b>	Arutlus Analüüs

	Tööleht
<b>Iseseisev töö</b>	Tutvumine enda lähipiirkonna tegevusvõimalustega
<b>Mooduli kokkuvõtva hinde kujunemine</b>	Õpilane on osalenud kooli spetsialistiga tagasisidevestluses ja kokkulepitud tegevuses.
<b>Mooduli hindamine</b>	mitteeristav hindamine
<b>Õppematerjalid</b>	Spetsialisti koostab õppematerjalid vastavalt õpilase individuaalsele vajadusele.