

## ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

### 1. Üldandmed

Õppeasutus:	Valgamaa Kutseõppekeskus
Õppekava nimetus: (venekeelsetel kursustel nii eesti kui vene keeles):	Mina olen Mina – keerulistes situatsioonides
Õppekavarühm: (täiendus koolituse standardi järgi)	Isikuareng
Õppekeel:	eesti keel

### 2. Koolituse sihtgrupp ja õpiväljundid

**Sihtrühm ja selle kirjeldus ning õppe alustamise nõuded.** Ära märkida milliste erialaoskuste, haridustaseme või vanusegrupi inimestele koolitus on mõeldud ning milline on optimaalne grupi suurus; ära tuua kas ja millised on nõuded õpingute alustamiseks.

**Sihtrühm:** Inimestega töötavad hoolekandeesutuste, haridusasutuste ja teenindusvaldkondade spetsialistid.

**Grupi suurus:** 12

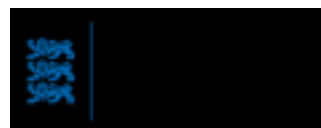
**Õppe alustamise nõuded:** Keskkharidus või sellega võrdsustatud haridustase

**Õpiväljundid.** Õpiväljundid kirjeldatakse kompetentsidena, mis täpsustavad, millised teadmised, oskused ja hoiakud peab õppija omandama õppeprotsessi lõpuks.

- teadvustab iseenda tundeid, mõtteid, omadusi, võimeid ja käitumist
- analüüsib enda tähendusest ümbritsevas keskkonnas
- seostab mina pilti ümbritseva taustüsteemiga
- arendab iseenda mõtlemise ning sisemiste seisundite peegeldamist
- teadvustab iseenda mõtlemisprotsesse
- arendab oskust eneseanalüüsijana kriitiliste situatsioonidegantoimetulekuks
- seostab enesemääratlust isiksuseomaduste ja kognitiivsete võimetega

**Õpiväljundite seos kutsestandardi või tasemeõppe õppekavaga.** Tuua ära vastav kutsestandard ning numbriline viide konkreetsetele kompetentsidele, mida saavutatakse.

Kutseõpetaja tase 5,7,6, kohustuslikud kompetentsid B.2.4 Refleksioon ja professionaalne enesearendamine; Õpetaja tase 6, kohustuslikud kompetentsid B.2.4 Refleksioon ja professionaalne enesearendamine;



**Põhjendus.** *Tuua põhjendus koolituse sihtrühma ja õpiväljundite valiku osas.*

Inimestega töötamisel võib ette tulla olukordi, kus konfliktsete situatsioonide tagajärjel jääb tunne, et miski on valesti. *OSKA Hariduse- ja teaduseuringuaruanne 2018 (lk 104) toob välja, et* “Vajakajäämised suhtlusoskustes võivad seada ohtu õpetaja suhted õppijate ja lapsevanemate, aga ka kolleegidega. Oma seisukohtade adekvaatne ja hinnanguvaba esitamine teise osapoole (õppija, lapsevanema) isikut riivamata on eduka koostöö alus.” Järjest olulisemaks saab oskus iseenda tundeid, mõtteid, omadusi, võimeid ja käitumist teadvustada. Inimese, kui isiksuse minapilt võib saada jäädava kahjustuse, kui puudub oskus analüüsida ennast ümbritseva keskkonna sündmustega. Oskuslikumatel eneseanalüüsijatel on lihtsam kriitiliste situatsioonidega toime tulla ja mõista et konfliktsituatsioonid ei saa inimest määratleda, vaid inimestel on erinevad isikuomadused, elud ja suurt mõju avaldab ümbritsev keskkond.

### 3. Koolituse maht

Koolituse kogumaht akadeemilistes tundides:	18
Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides:	18
sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides: (õpe loengu, seminari või muus koolis määratud vormis)	12
sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides: (õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas)	6
:	

### 4. Koolituse sisu ja õppekeskkonna kirjeldus ning lõpetamise nõuded

**Õppe sisu ja õppekeskkonna kirjeldus.** *Tuua peamised teemad ja alateemad sh eristada auditoorne ja praktiline osa. Esitada õppekeskkonna lühikirjeldus, mis on õpiväljundite saavutamiseks olemas. Loetleda kursuse kohustuslikud õppematerjalid (nt õpikud vmt) kui need on olemas. Kui õppijalt nõutakse mingeid isiklikke õppevahendeid, tuua ka need välja.*

**Õppe sisu:**

- Tunnete, mõtete, omaduste, võimete ja käitumise - inimeseks olemine
- Ümbritseva keskkonna mõju
- Mina pilt ja tasutasüsteemid
- Mõtlemisprotsess
- Kriitiliste situatsioonidega toimetulek
- Enesemääratluse hindamine isiksuseomaduste mõttes
- Enesemääratluse arendamine

**Õppekeskkonna kirjeldus:**

· Valgamaa Kutseõppekeskus, Looe 3. Klassiruumid grupiõppe ja eratundide läbiviimiseks. Ruumid vastavad tervisekaitse- ja ohutusnõuetele ja on varustatud interaktiivsetahvli/pabertahvli ja arvutiga. Klassiruumides on nõuetele vastav valgustus, videoprojektori kasutamise võimalus ning internetiühendus.

· Koolitus toimub e-õppena veebikoolitusena.

Nõuded õppijale: E-õppe läbiviimiseks vajalik arvuti/telefon/tahvelarvuti olemasolu. Arvutikasutamise oskus algtasemel (internet, gmail).

Õppematerjalide loend: Õppes osalejad saavad paberkandjal ja/või digitaalselt jaotusmaterjalid, mis on koostatud õppe läbiviija poolt vastavalt õppesisu teemadele kõikide teemade kohta.

**Nõuded õppe lõpetamiseks, sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid.** *Nõutud on vähemalt 70% kontakttundides osalemine. Kirjeldada, kuidas hinnatakse õpiväljundite saavutamist.*

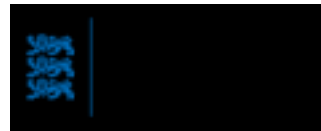
Hindamine on mitmeeristav, kasutatakse kujundavat hindamist.

Koolitus loetakse lõpetatuks, kui

- osaleja on saavutanud õppekava õpiväljundid ja sooritanud lõpetamiseks vajalikud tööd;
- osavõtt vähemalt 70% auditoorsetest tundidest.

Hindamismeetodid ja –kriteeriumid:

Õpiväljundeid hinnatakse läbi grupitööde ja praktiliste ülesannete lahendamise vastavalt koolitaja poolt ette antud tegevuste. Tegevused, ülesanded ja grupitööd peavad olema sooritatud ning saanud positiivse hinnangu.



## 5. Koolitaja andmed

**Koolitaja andmed.** *Tuua ära koolitaja(te) ees- ja perenimi ning kursuse läbiviimiseks vajalikku kompetentsust näitav kvalifikatsioon või vastav õpi- või töökogemuse kirjeldus.*

Janika Ploom – Tartu Ülikool - sotsiaalteaduste magister, peeriala: sotsiaaltöö ja sotsiaalpoliitika, kõrvaleriala: lapse õiguste ja heaolu valikmoodul. Valgamaa Kutseõppekeskus õpetaja/sotsiaalpedagoog. Sotsiaaltöö kogemus aastast 2004. Koolitaja kogemus aastast 2016. Sotsiaalpedagoogi/nõustaja kogemus aastast 2019.

Kärt Kuvvas-Mekk – Tallinna Ülikool haridusteaduste magister, peeriala:  
andragoogika; täiskasvanute koolitaja, tase 7, kutsetunnistus EE009925.

**Õppekava koostaja:**

*/ees- ja perenimi, amet, e-mail/*

Janika Ploom, sotsiaalpedagoog/õpetaja, [janika.ploom@vkok.ee](mailto:janika.ploom@vkok.ee)