



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

Õppeasutus: Lasva Käsitööseltsi Maarahvaõpistu

1. Õppekava nimetus

Kuidas saavutada eesmäärke?

2. Õppekavarühm

Isikuareng

3. Eesmärk ja õpiväljundid

Eesmärk:

Koolituse tulemusel õppija mõistab elukestva õppimise vajadust ning oskab selleks püstitada realistlikke eesmäärke.

Õpiväljundid:

Koolituse läbinud õppija:

- * analüüsib oma huvisid, võimeid, oskusi ja eesmäärke
- * teab temale sobivaid õpitehnikaid ja oskab neid rakendada
- * oskab seada realistlikke lühemaajalisi eesmäärke ja kasutada neid pikemaajaliste eesmärkide elluviimisel
- * analüüsib eesmärgini jõudmisel tekkivaid probleeme ja oskab neid lahendada
- * teab ja rakendab enese motiveerimise meetodeid

4. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused

Sihtgrupp:

põhi- ja keskhariduseta või erialase ettevalmistuseta väikelaste vanemad;
majanduslikult mitteaktiivsed inimesed;
vähenenud töövõimega elanikud;
55+ inimesed.

Õppe alustamise tingimused: puuduvad

5. Õppe maht, õppe ülesehitus, õppekeskkond ja õppevahendid

Õppe maht ja ülesehitus: koolituse kogumaht on 40 akadeemilist tundi, millest 22 tundi auditoorset tööd, 18 tundi praktiline käsitöoline tegevus kooli keskkonnas. Iseseisvat tööd ei ole.

Õppekeskkond ja õppevahendid: 14 kohaline loenguruum, lisaks kasutada 12 kohaline käsitööõppeklass. Kõik vajaminevad materjalid ja töövahendid on koolituskeskuse poolt tagatud.

6. Õppeprotsessi kirjeldus, sh õppe sisu, õppemeetodid ja – materjalid

Õppe sisu ja õppematerjalid	Õppemeetodid
<p>Eneseanalüüs/ refleksioon</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Enese jälgimine, esmatasandi eneseanalüüs ▪ Uutele kogemustele avatus, soov uut õppida ▪ Praktiline käeline tegevus, selle käigus saadud kogemuste analüüs <p>Juhendaja poolt ettevalmistatud õppematerjal ja praktiline töö.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • loeng • SWOT- analüüs • kursuslaste intervjuu • praktiline töö <p>„paberehistöö”</p> <p>Hindamise meetod - intervjuu. Juhendaja abistavatele küsimustele vastates reflektreerib osaleja ennast õppijana.</p>
<p>Eesmärgistamine</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eesmärgi defineerimine ▪ Sammud eesmärgi saavutamiseks ▪ Praktiline individuaalne- ja kollektiivne töö <p>Juhendaja poolt ettevalmistatud õppematerjal, kursuslaste poolt pakutavate näidis juhtumite teoreetiline lahendamine.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • loeng • ajurünnak • rühmatöö • praktiline töö <p>„degupage tehnikas ese”</p> <p>Juhendaja annab õppijatele tagasisidet näidisjuhtumiste põhjal lühema ja pikemaajaliste eesmärkide seadmisel.</p>
<p>Edukogemus</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realistlike eesmärkide seadmise ja eneserefleksiooni vajadus • Inspireeriv edukogemuse näide - kohtumine ja kollektiivne praktiline koostöö edukogemusega inimesega • Edukogemusest tekkiva enesuse tähtsus • Isiklik edukogemus läbi praktilise töö <p>Juhendaja poolt ettevalmistatud õppematerjal ja praktiline töö.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • loeng • kollektiivne töö • kogemusõpe • praktiline töö <p>„martsipanist kaunistused”</p> <p>Õppijad hajrutavad eesmärgi sünnastamist, pikemaajalise ja lühemaajalise eesmärgi seadmist.</p> <p>Tagasiside juhendajalt.</p>
<p>Õpistrateegiad</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Oskus õppida ▪ Õpistiilid, õpistrateegiad, meetodid, õpитеhnikad ja –võtted ▪ Individuaalselt sobivamate tehnikate väljaselgitamine ja rakendamine õppeprotsessis. <p>Juhendaja poolt ettevalmistatud õppematerjal ja praktiline töö.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • loeng • õpistiilide testid • rollimäng • praktiline töö <p>„käsitöömaius”</p> <p>Hindamine. Õpistiilide testi täitmine, mille põhjal saab õppija juhendajalt tagasisidet enda õpistiili kohta.</p>
<p>Aja kavandamise/ planeerimise oskus</p> <ul style="list-style-type: none"> • Töökoormuse hindamine 	<ul style="list-style-type: none"> • loeng • rühmatöö

<ul style="list-style-type: none"> • Tegevuste prioritseerimine • Õpitava osadeks jagamise vajadus, ajaplaneerimiseks kasutatavad meetodid <p>Juhendaja poolt ettevalmistatud õppematerjal, teema ilmestamiseks ja analüüsimiseks igapäevaelulised näited.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • praktiline töö „portselanmaal” <p>Juhendaja annab tagasisidet rühmatöö ülesande lahendustele ja praktilise töö ajaraamidesse seadmisele.</p>
<p>Enesehinnang</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enesehinnangu aspektid: välimus, suhtlus, enesekindlus, haridus jne • Iseendaga sõbraks saamine • Adekvaatne enesehinnang • Enesehinnangu tõstmine • Praktiline töö, juhenda kaaskursuslasi. <p>Juhendaja poolt ettevalmistatud õppematerjalid ja praktilised harjutused, arutelud kursuslaste püstitatud näidete varal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • loeng • diskussioon • rollimäng • juhtumi uurimine • praktiline töö „šampooni, seebi valmistamine” <p>Kokkuvõtliku praktilise töö käigus õpib osaleja koostama enesehinnangut juhendaja poolt ette antud raamistikus.</p>

7. Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused

Osalemise 80% õppetegevuses. Õppija on täitnud kirjalikus vormis juhendaja poolt ette antud raamistikus enesehinnangu ja reflekteerinud ennast õppijana.

8. Väljastatavad dokumendid

Õppijale väljastatakse tõend koolitusel osalemise ja läbitud teemade kohta.

9. Koolitaja kvalifikatsioon

Kõrgharidus ja soovitatav täiskasvanute õpetamise alased täiendkoolitused.

Praktiline osa: head praktilised oskused ja vähemalt kahe aastane täiskasvanute koolitamise kogemus.