

**Tallinna Kopli Ametikool
 Kutsehariduse õppekava „Puhastusteenindaja abiline“**

ÕPPEKAVA MOODULITE RAKENDUSKAVA VALIKÕPINGUD			
Sihtrühm	Hariduslike erivajadustega õpilased, kes on õppinud lihtsustatud- või toimetulekuõppes		
Õppevorm	Statsionaarne koolipõhine õpe		
Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
1	Toitumine ja toitlustamine	16	Erki Palits, Riina Levanoja, Kersti Laius
Nõuded mooduli alustamiseks	Nõuded puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane mõistab tervisliku toitumise ja toitlustamise põhialuseid, valmistab juhendamisel lihtsamaid toite.		
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid		
1. Mõistab tervisliku toitumise vajadust ja seoseid tervisega.	Õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Selgitab toitumise tähtsust. • Kirjeldab levinumaid toitumisvigasid ja neist tulenevaid tervisehäireid • Nimetab tervisliku toidu valiku põhimõtteid (mõõdukus ja mitmekesisus, toidupüramiid ja taldrikureegel). 		
2. Tunneb toiduainete gruppe ja käitlemise nõudeid	Juhendamisel õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Eristab ja kirjeldab erinevaid toiduainete gruppe ning nende kasutamist toidu valmistamisel • Demonstreerib toiduainete nõuetekohast käitlemist praktilises tegevuses. • Valib toiduaineid toiduhügieeni põhimõtteid järgides (säilivusaeg, toiduaine välimus jm). 		

3. Kavandab oma tööd ja eeltöötleb toidutoorme kasutades asjakohaseid tehnoloogilisi võtteid.	<ul style="list-style-type: none"> • Koostab ja vormistab lihtsama päevamenüü. • Kavandab oma tööd vastavalt menüüle ja/või etteantud korraldustele • Eeltöötleb säästlikult toidutooret, kasutades asjakohaseid võtteid ja vahendeid, järgides toiduhügieeni nõudeid ja tööohutust.
	<ul style="list-style-type: none"> • Eeltöötleb ja töötleb säästlikult toidutooret, kasutades asjakohaseid kuumtöötlemise meetodeid, järgides toiduhügieeni nõudeid ja tööohutust. • Hindab oma töö tulemust.
4. Valmistab erinevast toormest kuumi ja külmi toite ja jooke.	<p>Juhendamisel õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valmistab erinevast toormest lihtsamaid kuumi ja külmi toite ning jooke. • Käitleb toiduaineid säästlikult ja järgib toiduhügieeni nõudeid. • Kasutab tööks ettenähtud töövahendeid, ja -seadmeid, lähtudes ergonoomilise, ohutu ja säästva töö põhimõtetest, järgib hügieenireegleid. • Kasutab ja puhastab köögiseadmeid ja töövahendeid vastavalt kasutusjuhendile, hoiab korras oma töökoha. • Töötab tervist, keskkonda ja vahendeid säästvalt, rakendab ergonoomilisi töövõtteid ning sooritab rühi-, koordinatsiooni ja võimlemisharjutusi. • Järgib võimetekohaseid tööjuhendeid. • Hindab igapäevaselt oma töö tulemusi
5. Katab laua ja serveerib toidu.	<ul style="list-style-type: none"> • Katab juhendamisel sobiva kujundusega ja etiketi reegleid järgides erinevaid laudu. • Serveerib toite ja jooke etiketi reegleid järgides. • Valmistab ette toidukorvi / pakib toidud kaasa.
Teemad, alateemad	<ol style="list-style-type: none"> 1. õpiväljundi teemad ja alateemad: TERVISLIK TOITUMINE. Toitumise tähtsus. Toidupüramiid. Taldrikureegel. Levinumad toitumisvead. Toitumisega seotud tervisehäired. 2. õpiväljundi teemad ja alateemad: TERVISLIK TOITUMINE. Toitumise tähtsus. Toidupüramiid. Taldrikureegel. Levinumad toitumisvead. Toitumisega seotud tervisehäired. 3. õpiväljundi teemad ja alateemad: HÜGIEEN JA TOIDUAINED. Isiklik hügieen. Toiduhügieen. Toiduainete grupid. Toiduainete kasutamine ja säilitamine. Toiduainete käitlemine. 4. õpiväljundi teemad ja alateemad: TÖÖ KAVANDAMINE. Menüü ja selle koostamine. Töö kavandamine vastavalt menüüle. KÖÖK. Kodukök ja suurkök. Erinevad ruumid ja sisustus. Töökoht, tööpinnad. Köögi korrashoid. TÖÖVAHENDID JA –SEADMED. Mehaanilised ja elektrilised töövahendid ja seadmed. Kasutusjuhendid. Tööohutus.

	<p>EELTÖÖTLEMINE. Tööohutus. Eeltöötlemisvõtted: sorteerimine, pesemine, koorimine, tükeldamine. Toiduainete säästlik kasutamine.</p> <p>KÜLM- JA KUUMTÖÖTLEMINE. Külmtöötlemine (hakkimine, tükeldamine, vahustamine, purustamine, riivimine, vasardamine, segamine). Kuumtöötlemine (keetmine, praadimine, küpsetamine, hautamine, aurutamine, röstimine, grillimine). Tööohutus.</p> <p>5. õpiväljundi teemad ja alateemad: KÜLMAD TOIDUD. Võileivad. Võileivakatted. Suupisted. Erinevad toorsalatid, segatud salatid ja salatikastmed. Soolaste ja magusate külmtoitude valmistamine. KUUMAD TOIDUD. Kuumad võileivad. Pudrud. Supid. Praed. Vormiroad. Kuumad magustoidud. JOOGID. Külmad joogid (vesi, morss, mahl, piim, keefir, kokteil). Kuumad joogid (tee, kohv, kakao).</p> <p>LÄBIVAD TEEMAD TOIDUVALMISTAMISEL. Toiduainete säästlik kasutamine. Isiklik hügieen. Toiduhügieen. Töövahendite ja –seadmete ohutu kasutamine vastavalt kasutusjuhendile. Ergonoomilised töövõtted. Toidu ja jookide maitsestamine. Degusteerimine. Töökoha korrashoid, nõude ja seadmete puhastamine ja pesemine. Köögis tekkivate jäätmete sorteerimine. Töö tulemuste hindamine.</p> <p>6. õpiväljundi teemad ja alateemad: LAUA KATMINE. Laudade liigid (selvelaud ja söögilaud). Lauapesu (laudlina, lauakate, salvrätikud). Lauanõud. Söögiriistad. Joogiklaasid. Kohvitassid. Etikett. Laua katmine vastavalt menüüle ja sööjate arvule. Lauakaunistused. TOIDU JA JOOGI SERVEERIMINE. Serveerimisnõud ja –vahendid. Etikett. Hügieen. Toidu ja joogi serveerimine. TOIDU KAASA PAKKIMINE. Toidukarbid. Termosed. Ühekordse kasutusega nõud. Toidu säilitamise põhimõtted. Toidu pakkimine.</p> <p>ISESEISEV TÖÖ. Õpimapi koostamine ja täiendamine: toiduvalmistamine, retseptid, laua katmine, nõude pesemine, menüü koostamine. Tagasiside vanematelt / tugiisikult.</p>
sh iseseisev töö	3 EKAP = 78 h
sh praktiline töö	9 EKAP = 234 h
sh praktika	4 EKAP = 104 h Praktikaülesanded hõlmavad õpiväljundeid 2-5.
Õppemeetodid	Praktiline töö. Õppekäik. Õpimapp. Rollimäng ja simulatsioon. Mõistekaart. Õppefilm. Analüüs (eneseanalüüs).
Hindamine	Mitteeristav, hindamine toimub kujundava hindamisena.
sh hindekriteeriumid	puuduvad
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kokkuvõttev hinne „arvestatud“ on saavutatud, kui õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, s.h praktilal, hinnates juhendamisel oma tööd ja selle tulemust. Esitleb juhendamisel oma õpimappi ja selle edaspidiseid kasutusvõimalusi.
sh hindamismeetodid	Praktiline töö. Vestlus praktilise töö kontekstis. Õpimapp kui valitud tööde esitus. Eneseanalüüs.

Õppematerjalid	<p>Masso, Salme. <i>Rahvaste toite</i>. 1987. Tallinn, Kirjastus "Valgus"</p> <p>Pastak, Helmi. <i>Toit - tervise varaait</i>. 1967. Tallinn, Kirjastus "Valgus"</p> <p>Issako, Lilian. <i>Köögiljad ja maitsetaimed</i>. 1989. Tallinn, Kirjastus "Valgus"</p> <p>www.e-koolikott.ee</p> <p>https://www.innove.ee/oppevara-ja-metoodikad/hev-oppija/</p> <p>M. Suitsu. 2009, <i>Säästlikult ja suupäraselt</i></p> <p>J. Norman. 2010, <i>Suur kokaraamat</i></p>
----------------	---

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
2	Kodumajanduse alused	9	Erki Palits, Riina Levanoja, Kersti Laius
Nõuded mooduli alustamiseks	Nõuded puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane väärtustab ennast ja oma tervist, kodu ja perekonda, peab lugu eesti rahva traditsioonidest ning suhtub lugupidavalt teistesse inimestesse.		
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid		
Õpilane: 1. Väärtustab Eesti rahvuskultuuri.	Õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Nimetab Eesti Vabariigi riiklikke tähtpäevi ja riigipühasid ning osaleb nende tähistamisel. • Kirjeldab Eesti rahvussümbolikat. • Nimetab olulisemaid rahvakalendritähtpäevi ja osaleb nende tähistamisel. • Tutvub eesti folklooriga (muinasjutud, muistendid, vanasõnad). • Tunneb eesti muusikat (heliloojad, helilooming). • Tutvub muusikaliste mõistetega (rütm, tempo, meloodia jm). • Huvitub muusikamaailmast (erineva ajastu muusika, rahvaste muusika). 		
2. Väärtustab ennast, oma kodu ja perekonda.	<ul style="list-style-type: none"> • Toob näiteid pere traditsioonidest. • Kirjeldab oma tegevusi pereliikmena. • Seostab inimese elukaares toimuvaid muudatusi ning vastavaid rolle pereelus. • Koostab oma tulevase kodu plaani lähtudes sisekujunduse põhimõtetest ning värvide ja valguse mõjust. 		
3. Osaleb perekondlike sündmuste / ühistegevuste ettevalmistamisel ja läbiviimisel.	<ul style="list-style-type: none"> • Kirjeldab ühistegevusi perekonnas ning osaleb nende ettevalmistamisel ja läbiviimisel. • Valmistab kutseid ja kaarte kas käsitööna või arvutil. 		
4. Väärtustab tervislikke eluviise läbi erinevate liikumisviiside.	<ul style="list-style-type: none"> • Kasutab erinevaid liikumisviise, sh rütmiline ja tantsuline liikumine muusika saatel. • Osaleb rahvatantsus, seltskonnatantsus, laulumängudes. • Omandab teadmisi, arusaame, oskusi ja kogemusi tervislikuks eluviisiks liikumiskogemuse kaudu. 		
Teemad, alateemad	1. Õpiväljundi teemad ja alateemad: EESTI RAHVUSKULTUUR. Rahvakalender ja aastaajad. Tähtpäevad ja riiklikud pühad. Kombed ja tähistamine. Eesti rahvapärimus, folkloor (muistendid, vanasõnad, muinasjutud). EESTI MUUSIKA AJALUGU JA TÄNAPÄEV. Eesti rahvamuusika (regilaul, rahvapillid ja pillimuusika). Eesti muusika- ja tantsutraditsioonid, s.h laulu- ja tantsupidu. Eesti muusika ajalugu ja tänapäev; heliloojad, helilooming (nt M.Härma, V.Tormis, E.Tubin, H.Eller, A.Pärt). Erinevad muusikainstrumendid. Rahvusooper Estonia, teater Vanemuine. Maailma rahvaste muusika (näiteid 14.sajandist tänapäevani). 2. Õpiväljundi teemad ja alateemad: MINA. PEREKOND. KODU. Elukaar. Täiskasvanulik käitumine. Soorollid. Tunded (sõprus, armastus) ja suhted. Minu pere. Pereliikmed. Sugupuu. Perevormid (registreeritud või laulatatud abielu, vabaabielu, külalisabielu, visiitabielu, üksikvanemaga pere ja lastetu perekond). Rollid pereelus. Kodu loomine ja sisustamine. Ruumi kujundamine.		

	<p>3. Õpiväljundi teemad ja alateemad: PEREKONDLIKUD SÜNDMUSED. Sünnipäevad. Pulmad. Matused. Lapse sünd. Ristimine. Esimene koolipäev. Kooli lõpetamine. Kutsed. Kaardid. ÜHISTEGEVUSED PERES. Matkamine, reisimine. Sugulaste kokkutulekud. Kultuuriürituste külastamine. Talgud (suurpuhastused, kartulivõtmine jm).</p> <p>4. Õpiväljundi teemad ja alateemad: TERVISLIKUD ELUVIISID. Liikumishariumus. Erinevad liikumisviisid (kõndimine, iooksmine). Jalutuskäigud. Taimse materjali kogumine (ravimtaimed, puulehed, kõrkiad jm). Rütmiline liikumine muusika saatel. Osalemine liikumisüritustel (spordipäevad, diskod). Rahvatants ja rahvalik tants (Voortants, Kaera-Jaan jm). Seltskonnatants (Kalle-Kusta, Suzanna jm). Rahvalikud laulumängud (Me lähme rukist lõikama, Laevamäng, Lambamäng jm).</p> <p>ISESEISEV TÖÖ. Õpimapi koostamine ja täiendamine (osalemine perekondlikel üritustel ja nende ettevalmistamisel, tähtpäevade tähistamisel kodus ja koolis):</p> <ul style="list-style-type: none"> • oma tulevase kodu plaani koostamine. • kutsete ja kaartide koostamine käsitööna või arvutil.
sh iseseisev töö	1,5 EKAP = 39 h
sh praktiline töö	6 EKAP = 156 h
sh praktika	-
Õppemeetodid	Praktiline töö. Õppekäik. Õpimapp. Rollimäng ja simulatsioon. Mõistekaart. Õppefilm. Analüüs (juhtumi- ja eneseanalüüs).
Hindamine	Mitteeristav, hindamine toimub kujundava hindamisena.
sh hindekriteeriumid	puuduvad
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kokkuvõttev hinne „arvestatud“ on saavutatud, kui õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, hinnates juhendamisel oma tööd ja selle tulemust. Esitleb juhendamisel oma õpimappi ning selle edaspidiseid kasutusvõimalusi.
sh hindamismeetodid	Praktiline töö. Vestlus praktilise töö kontekstis. Õpimapp kui valitud tööde esitus. Juhtumi- ja eneseanalüüs.
Õppematerjalid	www.e-koolikott.ee https://www.innove.ee/oppevara-ja-metoodikad/hev-oppija/

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
3	Kinnistu hooldamine	3	Erki Palits, Riina Levanoja, Kersti Laius
Nõuded mooduli alustamiseks	Nõuded puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane hooldab kinnistut järgides tööohutuse ja jäätmete käitlemise nõudeid.		
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid		
1. Hooldab kinnistu piirides paiknevaid haljastuid ja aiarajatisi.	<p>Juhendamisel õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • valib tööks vajalikud vahendid • valmistab ette, kasutab ja puhastab töövahendid ja haljastusmasinad ohutusnõudeid järgides • töötab haljastusmasinate ja tööriistadega ennast säästvalt ja ohutusnõudeid järgides • teeb vastavalt aastaajale põhilisi haljastustöid (muru hooldamine, puude ja põõsaste hooldamine, istutusala hooldamine, taimmaterjali talveks ettevalmistamine, teekatete hooldamine) • hooldab ergonoomiliselt ja säästlikult lihtsamaid aiarajatisi (korrastab, puhastab ja värvib verandasid, pinke, terrasse, kujusid jm). 		
2. Eristab jäätmete käitlemise liike ja võimalusi.	<p>Juhendamisel õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eristab jäätmeid (olme-, pakendi-, papp- ja paberi-, bioloogilised ja ohtlikud jäätmed). • Kirjeldab komposteerimise põhimõtteid. • Sorteerib kinnistul tekkivaid jäätmeid ja käitleb nõuetekohaselt. 		
3. Kasvatatakse, hooldab ja kasutab ilutaimi, sh ka maitsetaimi.	<p>Juhendamisel õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kirjeldab taimede ehitust ja suhteid keskkonnaga (ökoloogia). • Paljundab, kasvatatakse ja hooldab ilutaimi, sh ka maitsetaimi agrotehnoloogia nõuetest lähtuvalt • Valmistab lilleseadeid eesmärgist lähtuvalt. • Toob näiteid maitsetaimede kasutamise kohta • Hindab oma töö tulemust. 		

Teemad, alateemad	<p>Teema 1. KINNISTU HOOLDAMISE TEHNOLOOGIA. Tööohutus kinnistu hooldamisel. Kinnistu hooldamisel kasutatavate tööriistade ja masinate kasutamine ja hooldamine.</p> <p>Murude, istutusala (kiviktaimla, turbaaed jm), puude, põõsaste ja hekkide hooldamine. Külmaõrnade taimede katmine talveks.</p> <p>Varjutamine. Teekatete hooldamine. Krundipiirete hooldamine.</p> <p>Treppide hooldamine. Müüride hooldamine. Terrasside, aiamaoöbli, pottide-konteinerite hooldamine. Aiarajatiste ja skulptuuride hooldamine.</p> <p>TEEMA 2. KESKKONNAHOID KINNISTU HOOLDAMISEL. Orgaaniliste jäätmete lubatud käitlemisviisid. Hooldustöödel tekkivate jääkide (jääkõlid, kemikaalid, plasttaara, värvid, puhastusvahendid) käitlemise viisid. Veekaitse haljasalade hooldamisel. Märgistused. Töötaja keskkonnaalane vastutus.</p> <p>TEEMA 3. ILUTAIMEDE KASVATAMINE, HOOLDAMINE JA KASUTAMINE.</p> <p>Taimede ehitus. Taimede suhted keskkonnaga (vesi, õhk, valgus, toitained). Ilutaimed (suvikud, püsikud, puud ja põõsad) ja nende kasvatamise nõuded. Maitsetaimed, nende kasvatamine ja kasutamine. Erinevatest materjalidest lilleseadete valmistamine.</p> <p>ISESEISEV TÖÖ. Kinnistu olukorra hindamine ja hooajaliste haljastustööde loetelu. Hooajalised tööd.</p>
sh iseseisev töö	0,5 EKAP = 13 h
sh praktiline töö	1 EKAP = 26 h
sh praktika	2 EKAP = 52 h Õpiväljundite 1-2 kinnistamine
Õppemeetodid	Praktiline töö. Praktika. Iseseisev töö. Õpimapp. Meeskonnatöö. Õppimisvestlus. Õppekäik. Rollimäng. Mõistekaart. Ülesannete lahendamine. Mitmete elementide kompleksne harjutamine.
Hindamine	Mitteeristav hindamine. Hindamismeetodite ja –kriteeriumide aluseks on tööandja poolt tunnustatud puhastusteenindaja abilise kutse hindamisstandard.
sh hindekriteeriumid	puuduvad
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kokkuvõttev hinne „arvestatud“ on saavutatud, kui õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, hinnates juhendamisel oma tööd ja selle tulemust.
sh hindamismeetodid	Praktiline töö. Vestlus praktilise töö kontekstis.
Õppematerjalid	<p>Kinnisvarahooldajate liit, 2008, „Kinnisvarahooldaja käsiraamat“</p> <p>www.e-koolikott.ee</p> <p>https://www.innove.ee/oppevara-ja-metoodikad/hev-oppija/</p>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
4	Tekstiilitöö	3	Erki Palits, Riina Levanoja, Kersti Laius
Nõuded mooduli	Nõuded puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane õpib tundma erinevaid tekstiilmaterjale ja nende kasutamiseviise ning valmistama juhendamisel lihtsamaid tekstiiliesemeid. Õpilane kogeb oma võimeid ja saab eduelamuse loovas praktilises tegevuses.		
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid		
Õpilane: 1. Sooritab ettevalmistustöid tekstiiliesemete valmistamiseks.	Juhendamisel õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Osaleb õppekäikudel loodusesse, näitustele ja muuseumidesse • Käitub õppekäikudel asjakohaselt ja kaaslas arvestavalt • Osaleb õppekäigu analüüsil ühises arutelus. • Teostab erinevaid tekstiilitööde ettevalmistustöid (triikimine, aurutamine, mudeli järgi lõikamine jm) • Kasutab ettevalmistustöödel näidiseid ja mudeleid. • Kasutab õpitud töövõtteid. 		
2. Valmistab lihtsamaid tekstiiliesemeid.	Juhendamisel õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Eristab erinevaid tekstiilmaterjale (puuvill, vill, siid) • Osaleb loominguiliselt tekstiilitööde valmistamisel. • Järgib võimetekohaseid tööjuhendeid. • Kasutab eesmärgipäraselt töövahendeid. • Järgib tekstiiliesemete valmistamisel ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse nõudeid. • Järgib kokkulepituid tööritmi. • Hindab oma tööd ja töö tulemust. 		
3. Sooritab füüsilisi harjutusi töövõime säilitamiseks ja parandamiseks.	Eeskuju järgi õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Teeb kaasa harjutusi kätele ja kehale • Hoiab tervislikku kehaasendit Iseseisvalt õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Sooritab õpitud harjutusi. 		

Teemad, alateemad	<p>1. õpiväljundi teemad ja alateemad: ÜMBRITSEV KESKKOND JA RAHVAKUNST. Keskkond. Rahvakunst. Tarbekunst. ÕPPEKÄIGUD. Erinevad tekstiilitööga seotud ametid. Töökeskkond ja -tingimused. Erinevad tööd ja töövahendid. ETTEVALMISTUSTÖÖD. Erinevad materjalid (paber, nõör, lõng, tekstiil). Triikimine. Aurutamine. Mudeli järgi lõikamine. Joonlaud, mõõdulint. Mõõtmistööd. Mõõdu märkimine riidele. Kavandamine. Kavandi kandmine materjalile.</p> <p>2. õpiväljundi teemad ja alateemad: ERINEVAD TEKSTIILMATERJALID. Puuvill, vill, siid. Looduslikud ja sünteetilised materjalid ja nende kasutusvõimalused. Sõlmimine. VILL KUI MATERJAL. Rahvakunsti tähendus kultuuriloos. Villa erinevad kasutamisevõimalused. Viltimise esmased töövõtted, tehnikad. Nööri viltimine ja kujundamine sõlmeks. Pallikese viltimine. Tasapinnalise eseme viltimine. KUDUMINE. Töövahendid. Lihtsad silmused ja silmuskudumine. Kudumite viimistlemine. ÕMBLEMINE. Käsitsi õmblused. Töövahendid ja –ohutus. Nööbi õmblemine. Õmblusmaterjalid ja nende erinevad kasutamisevõimalused. Kodusisustustekstiilid ja nende kasutamisevõimalused.</p> <p>3. õpiväljundi teemad ja alateemad: MINA JA MINU KEHA. Kehaosad ja nende nimetused. Liigutuste juhtimine ja suunamine. FÜÜSILISED HARJUTUSED. Lihtsad korduvad harjutused kätele, õlgadele ja seljale. Pingete äratundmine oma kehas. Ergonoomilised tööasendid.</p> <p>ISESEISEV TÖÖ. Joonistamise- ja värvimisülesanded. Muuseumite kodulehekülgedega tutvumine. Kaasaegsete tekstiilide äratundmine, vaatlemine ja kirjeldamine.</p>
sh iseseisev töö	0,5 EKAP = 13 h
sh praktiline töö	3 EKAP = 78 h
sh praktika	-
Õppemeetodid	Praktiline töö. Õppekäik. Õpimapp. Mõistekaart. Analüüs (eneseanalüüs).
Hindamine	Mitteeristav, hindamine toimub kujundava hindamisena.
sh hindekriteeriumid	puuduvad
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kokkuvõttev hinne „arvestatud“ on saavutatud, kui õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, hinnates juhendamisel oma tööd ja selle tulemust.
sh hindamismeetodid	Praktiline töö. Vestlus praktilise töö kontekstis. Õpimapp kui valitud tööde esitlus. Õppekäigu analüüs.

Õppematerjalid

Õppekirjanduse/ õppematerjali nimetus	Autor	Ilmumise aasta	Väljaandja
Eesti rahvarõivad	Melanie Kaarma, Aino Voolmaa	1981	Tallinn Eesti raamat
Eesti tikand. Mustrilehed	Irina Tammis/ Elo Lutsepp	2010	Varrak
Viltimine ja villa võlu	Jorie Johnson	2009	Tornikiri
Ehteraamat	Siire Vanaselja	2006	AS Ajakirjade kirjastus
Käsitöö	Katherine Sorrell	2006	Varrak
Kompositsiooniõpetus	Eve Kärner	2006	TEA
Nagu päikene taevas	Aili Vint	2000	Ilo Tallinn
Huovutus ja huopatyöt	Brown, V	2004	Helsinki WSOY
Stage costume	Kidd, Mary K.	1996	London, A & B Black

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
5	Värvus- ja kunstiõpetus	3	Erki Palits, Riina Levanoja
Nõuded mooduli alustamiseks	Nõuded puuduvad		
Mooduli eesmärk	Õpetusega taotletakse, et õpilane märkab ja väärtustab ilu ning kogeb eduelamust ja loomisrõõmu, kasutades juhendamisel kunsti võimalusi ja erinevaid materjale vabaks eneseväljenduseks.		
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid		
Õpilane: 1. Sooritab ettevalmistustöid kunstialasteks loovtöödeks.	Juhendamisel õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Osaleb õppekäikudel näitustele ja muuseumidesse • Käitub õppekäikudel asjakohaselt ja kaaslas arvestavalt • Osaleb õppekäigu analüüsil ühises arutelus. • Teostab erinevad ettevalmistustöid kunstialasteks loovtöödeks (tööpinna ja töövahendite ettevalmistus) • Riietub asjakohaselt • Valmistab kavandi lähtuvalt teemast. 		
2. Valmistab lihtsamaid kunstialaseid loovtöid.	Juhendamisel õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Osaleb kunstialaste loovtööde valmistamisel. • Eristab ja nimetab erinevaid värvusi. • Kasutab erinevaid materjale (looduslikud materjalid, paber, papp). • Kasutab näidiseid ja mudeleid, kavandit. • Eristab erinevaid töövahendeid (pintslid, pliatsid, kriidid, värvid jm) • Kasutab eesmärgipäraselt töövahendeid. • Järgib kunstialaste loovtööde valmistamisel ergonoomilisi töövõtteid ja tööohutuse nõudeid. • Järgib kokkulepitud tööritmi. • Hindab oma tööd ja töö tulemust. • Hoiab korras oma töökoha, -vahendid ja –materjalid. 		
3. Sooritab füüsilisi harjutusi töövõime säilitamiseks ja parandamiseks.	Eeskuju järgi õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Teeb kaasa harjutusi kätele ja kehale • Hoiab tervislikku kehaasendit Iseseisvalt õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Sooritab õpitud harjutusi 		

Teemad, alateemad	<p>1. õpiväljundi teemad ja alateemad: TÄHELEPANU- JA VAATLUSHARJUTUSED. Looduse ja looduspiltide vaatlus. Taimed, loomad, inimesed – vaatlus ja ilu märkamine. Sarnaste esemete eristamine kuju, värvuse, suuruse järgi. Ajaline järjestamine (päevarütm ja aastaajad pildidel). Kompositsiooniharjutused. Punkt, joon, pind, mahulisus. ETTEVALMISTUSTÖÖD. Tööpind. Töövahendid. Töörõivad, enda välimuse korrashoid töö ajal ja peale töö lõpetamist. Kavandamine. ÕPPEKÄIGUD. Muuseumid ja näitused kui õpikohad. Erinevad kunstiliigid. Kunstnikud. Erinevate materjalide kasutusvõimalused.</p> <p>2. õpiväljundi teemad ja alateemad: VÄRVIÕPETUS. Põhivärvused. Lihtsa toonirea koostamine. Soojad ja külmad värvid. Heleda ja tumeda värvuse eristamine. Näpuvärvidega maalitud meeleolupildid. Esimese astme värvid: kollane, punane, sinine; teise astme värvid: oranž, violetne, roheline; kolmanda astme värvid: saadakse segamise teel. Värvuseta värvid. Koloriit. JOONISTAMINE. Väljendusvõimalused joonistamise kaudu. Töövahendid: grafiit- ja värvipliatsid, kriit ja rasvakriit. Proportsiooniõpetus. Vaatlus ja analüüsimine. Idee realiseerimine. Kujundlik mõtlemine ja üldistamine. MATERJALID JA TEHNIKAD. Lihtsad trükitehnikad. Looduslikud materjalid, nende kasutamine. Erinevad pabermaterjalid. Pabermosaik. Ruumi kujundamine ja kaunistamine vastavalt tähtpäevale. Materjalid: erinevad paberid, erinevad pintsliid, veetops ja vesi. Guaásvärvid ja nende kasutamine. Paberid: hele ja toonitatud paber, struktuurne paber, majapidamispaper. TÖÖKOHA, TÖÖVAHENDITE JA –MATERJALIDE KORRASHOID. Värvide ohutu kasutamine ja säilitamine. Vajalike töövahendite ja –materjalide korrashoid, peale tööd oma kohale asetamine. ENESETEOSTUS LOOMETÖÖ KAUDU. Looming kui eneseväljendus ja suhtlemisvõimalus. Oma töö eksponeerimine.</p> <p>3. õpiväljundi teemad ja alateemad: MINA JA MINU KEHA. Kehaosad ja nende nimetused. Liigutuste juhtimine ja suunamine. FÜÜSILISED HARJUTUSED. Lihtsad korduvad harjutused kätele, õlgadele ja seljale. Pingete äratundmine oma kehas. Ergonoomilised tööasendid. ISESEISEV TÖÖ. Joonistamise- ja värvimisülesanded. Pooleliolevate tööde lõpetamine.</p>
sh iseseisev töö	
sh praktiline töö	3 EKAP = 78 h
sh praktika	-
Õppemeetodid	Praktiline töö. Õppekäik. Õpimapp. Analüüs (eneseanalüüs).
Hindamine	Mitteeristav, hindamine toimub kujundava hindamisena.
sh hindekriteeriumid	puuduvad

sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kokkuvõttev hinne „arvestatud“ on saavutatud, kui õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, teostab juhendamisel lihtsamaid kunstialaseid loovtöid.
sh hindamismeetodid	Praktiline töö. Vestlus praktilise töö kontekstis. Valminud tööde esitlus. Õppekäigu analüüs.
Õppematerjalid	<p>„Kollane sinine nagu päike taevas“ Aili Vint 1980</p> <p>„Kaunistusi jõuludeks“ Fiona Watt 2004</p> <p>„Üldine kunstiajalugu“ Jaak Kangilaski 1997</p> <p>„Kompositsiooniõpetus“ Eve Kärner 2006</p> <p>"Joonistamise ja maalimiskursus" Angela Grai 2007</p> <p>J. Miller „Värvid. Inspireeriv stiil klassikast kaasajani.“ 2000</p> <p>A. Racinet „RACINET’S Full-Color Pictorial History of Western Costume“</p> <p>Värvimisraamat „Kaunid õied läbi sajandite“ 2017</p> <p>Geomeetrilised puslemõistatused 2017</p> <p>www.e-koolikott.ee</p> <p>https://www.innove.ee/oppevara-ja-metoodikad/hev-oppija/</p>

Mooduli nr	Mooduli nimetus	Mooduli maht (EKAP)	Õpetajad
6	Kehaline kasvatus	6	Erki Palits, Riina Levanoja, Kersti Laius
Nõuded mooduli alustamiseks	Nõuded puuduvad		
Mooduli eesmärk	Üldfüüsilise tegevusvõime suurendamine läbi kehalise aktiivsuse.		
Õpiväljundid	Hindamiskriteeriumid		
Õpilane: 1. Väärtustab liikumisaktiivsust isiklikus ja rühmatöös saavutatud positiivse praktilise kogemuse kaudu.	Juhendamisel õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Omab huvi, motivatsiooni ja teadmisi kehakultuuriharrastuseks • Osaleb aktiivselt liikumistegevustes baasoskuste saavutamiseks 		
2. Osaleb liikumistunnis vastavalt individuaalsele kehalisele võimekusele ja võimalusele ennast arendada.	Juhendamisel õpilane: <ul style="list-style-type: none"> • Arendab kehalisi võimeid ja tahteomadusi läbi praktilise harjutamise • Kujundab õiget kehahoiakut ja head rühti • Arendab kehamotoorikat • Saavutab liikumisvilumuse 		

Teemad, alateemad	<p>1. õpiväljundi teemad ja alateemad: KEHAKULTUUR JA SELLE TÄHTSUS TERVISELE. Erinevad spordialad. Eesti olümpiavõitjad, tuntumad sportlased. PUHTUS JA HÜGIEEN. Treeningrõivaste ja -jalanõude kasutamine, hoidmine ja puhastamine. Enesehügieen. LIKUMISTEGEVUSED. Võimlemise ja tantsu treeningharjutused, tantsusammude ja - liikumiste ning terviktantsude õppimine (individuaalselt, paaris, rühmas). Ruumitaju ja koordineerimise arendamine läbi tantsutegevuse. Pallimängud, harjutused rõngastega jm. vahenditega.</p> <p>2. õpiväljundi teemad ja alateemad: VÕIMLEMINE. Põhivõimlemine, sh kehasoendusvõimlemine. Võimlemisharjutuste lähteasend ja sooritamine (sh sirutusharjutused, lihasharjutused ja venitusharjutused). Aeroobne võimlemine. Kehahoiaku jälgimine igapäevaelus. Kehahoiakut korrigeeriv võimlemine. (sh rühi- ja tasakaaluharjutused). Üld- ja peenmotoorika harjutused. Kehatunnetusharjutused. Võimlemine vahendiga (pall, akrobaatikapall). Osavusharjutused vahendiga. Pallimäng individuaalselt ja rühmas. KEHAKULTUURIGA TEGELEMISEKS VAJALIKUD OMADUSED. Sihikindlus, otsustavus, julgus, visadus, püsivus, kannatlikkus, enesevalitsemine, iseseisvus, algatusvõime. Tähelepanu- ja keskendumisoskus. Kaaslastega arvestamine. Pingutus- ja lödvestusoskus. Koormustaluvus. Orienteerumine ruumis, välitingimustes, liikumise suunad.</p>
	<p>3. õpiväljundi teemad ja alateemad: SOTSIAALSED OSKUSED JA KOOSTÖÖ. Ülesande juhiseid arusaamine, eneseväljendusoskus. Distsipliin ja käitumine. Koostööoskus paaris- ja rühmaülesannetes: tants, pallimäng jm. Enda ja oma soorituste hindamine. ISESEISEV TÖÖ Hommikuvõimlemine. Jalutuskäik. Huvitub spordist sh rahvaspordist. Võimalusel osaleb rahvaspordiüritusel. Tunnis omandatud oskuste ja teadmiste toel iseseisev harjutamine.</p>
sh iseseisev töö	1 EKAP (praktiline töö) = 26 h
sh praktiline töö	6 EKAP = 156 h
sh praktika	-
Õppemeetodid	Praktiline töö. Analüüs (eneseanalüüs).
Hindamine	Mitteeristav, hindamine toimub kujundava hindamisena.
sh hindekriteeriumid	puuduvad
sh kokkuvõtva hinde kujunemine	Kokkuvõttev hinne „arvestatud“ on saavutatud, kui õpilane osaleb aktiivselt õppeprotsessis, hinnates juhendamisel oma tööd ja selle tulemust.
sh hindamismeetodid	Praktiline töö. Vestlus praktilise töö kontekstis. Eneseanalüüs.

Õppematerjalid	Manocciha, Pat "Üldtreeningu anatoomia. Soojendus-, venitus- ja jõuharjutused". 2002. Tallinn, 2012 TEA Kirjastus www.e-koolikott.ee
----------------	---