

Põlva Gümnaasiumi valikkursused 1.-5. juunil 2020						
Valikkursuse nimi	Õpetajad/Kool/Kursuse toimumiskoht	Kursuse lühikirjeldus	Õpitulemused	Orienteeruv kava	Hindamine	Osalejate piirmäärad/märkused
Pallimängud rannas	Elina Martin Rein Suvi	Valikkursus keskendub erinevate pallimängude tutvustamisele, mida harrastatakse ja mille võistlused toimuvad rannas. Kursusel tutvustatakse rannavõrkpalli ja rannakäsipalli. Kursus annab võimaluse tegutseda ka vastavate alade kohtunikuna ja õpetab turniirisüsteemis peetava pallimänguala läbiviimist. Kursuses on ühendatud praktiline tegevus teooriaga. Kursuse korraldajatel on õigus vajadusel kursuse läbiviimise kohta muuta, nt. sõltuvalt ilmastikuoludest.	Kursuse läbinud õpilane: * teab rannas harrastatavate pallimängude reegleid * oskab mängida (vähemalt algtasemel) õpitud pallimänge * oskab tegutseda kohtunikuna * mõistab turniirisüsteemis peetava võistluse põhimõtteid * teab erinevaid harjutusi pallimänguks vajalike kehaliste võimete arendamiseks.	E(1.06): Sportmängud teooria + praktiline tegevus. T(2.06): Sportmängud teooria + praktiline tegevus. K(3.06): Sportmängud teooria + praktiline tegevus. N(4.06): Kordamine, testid.	Hindamisel rakendatakse arvestuslikku skaalat, kus „arvestatud“ (AR) tähendab, et õpilane on õpitulemused saavutanud ning „mittearvestatud“ (MA) tähendab, et õpilane ei ole kõiki õpitulemusi saavutanud. Valikkursuse positiivse hinde läbimise tingimused: *Aktiivne osalemine valikkursuse tundides: õpilane osaleb kursuse kõigis tundides. *Kursuse jooksul analüüsib õpilane oma tegevust rannapallimängude õppimisel ning kursuse lõpul annab sellele kirjaliku enesehinnangu. *Tegutsemine kohtunikuna. *Kursuse lõpus sooritab õpilane kirjaliku testi. *Tunnist puudumise korral võib õpetaja rakendada lisatulesandeid.	Igast koolist max 1
Praktiline musitseerimine	Küllike Joosing	Ansambli mängu oskused, laaditaju ja rütmioskuse arendamine, lauluoskuse ja pillimängu ühendamine. Ühislooming ja rõõm sellest. Enda saatmine erinevatel pillidel. Mänguvõtted, saatmine rütmipillidel. Kehapilliharjutused.	Mänguvõtted, saatmine rütmipillidel tutvumine erinevate pillidega - ukulele, klaver, kitarr, plaatpillid . Mänguvõtetega tutvumine, saate kujundamine. Lauluoskused, kehapill, improvisatsioon .		Hindamine arvestuslik, arvestus sõltub kohalkäimisest ja pühendumisest.	Igast koolist max 1
Videokursus	Eleri Lõhmus	Videoõpetuses harjutame erinevaid videotegemisega seotud aspekte (kadreering, kompositsioon, valgus, plaanisuurused, tegevuse filmimine ja lõikamine, audio, monteerimine, planeerimine) ning iga kursusel osalev õpilane saab nädala lõpuks valmis oma lühivideo.	Kursuse läbinud õpilane: - oskab planeerida video tootmist - oskab võttel arvestada valgustingimustega - oskab kadeerida sobiva kompositsiooniga ja plaanisuurusega kaadreid - oskab arvestada audio salvestuse eripäradega - oskab salvestada ja monteerida esteetiliselt ning kommunikatiivselt atraktiivset videot	E(1.06): tutvumine, kadreering, kompositsioon, plaanisuurused; lõpuvideo ettevalmistus T(2.06): audio, tegevuse filmimine ja lõikamine; lõpuvideo salvestamine K(3.06): montaaž, lõpuvideo salvestamine N(4.06): lõpuvideo montaaž R(5.06): lõpuvideo montaaž, esitlus ja tagasiside	Positiivse tulemuse saab õpilane, kes osaleb kõigil kohtumistel, teeb ära jooksvad miniülesanded ning esitab tervikliku lõpuvideo.	Igast koolist max 1

Piirivalveõpe	Arvi Suvi	Kursus „Piirivalve“ on üks osa valikõppeainest „Sisekaitseõpe“. Õppetöö toimub valdavalt erinevates Lõuna prefektuuri piirivalveüksustes. Teooriatunnid on seotud praktiliste tundidega. Kursusel osalejad saavad osaleda koos piirivalveametnikega erinevates (õppe) tegevustes, lahendades ülesandeid meeskonnas tegutsedes. Kursuse jooksul tutvutakse erinevate üksustega, piiriga ja piirivalvurite tööga. Kursuse lõpuks oskab õppija teadlikult hinnata enesesuutlikkust piirivalve valdkonna kutsevalikul.	Kursuse läbimisel õpilane: selgitab piiri valvamise üldiseid põhimõtteid, meetodeid ja taktikat; tuvastab reisi ning transpordivahendi dokumentide lihtsamaid võltsinguid; selgitab ohutuse nõudeid veekogul olles.	E(1.06): sissejuhatavad tunnid, Põlva Gümnaasiumis T(2.06): õppetöö piiripunktis, tutvumine piiripunktiga K(3.06): õppetöö maismaapiiri kordonis N(4.06): õppetöö maismaapiiri kordonis (veepiir) R(5.06): kursuse lõpetamine, Põlva Gümnaasiumis	Mitteeristav hindamine. Kriteeriumiks on osalemine ja aktiivsus kursusel.	Kursus on mõeldud eelkõige nendele õpilastele, kel läbitud politsei- ja päästjaõppe kursused.
Matkatarkuste kursus	Kairiin Märton, Kasper Kallari, Hanna Renata Kottise, Evelin Arulepp, Uku Rätsep,	Matkatarkuste tutvustamine ja ~15-km matka läbimine varustusega, õõbimine sissitelgis, orienteerumine, ise looduses toidu valmistamine	Oskab komplekteerida matkavarustust Oskab püstitada ja telki Oskab süüdata kiiresti lõket, kasutades tulepulka Oskab kasutada toidu valmistamiseks katelokki Oskab lasta õhupüssist Oskab orienteeruda kaardi ja kompassi abil Oskab vähemalt 3 sõlme – seasõrg, kalamehesõlm ja surmasõlm, lipsusõlm, topelt kaheksa, poomissõlm Oskavad ise söögiaegu planeerida rännakul Tunneb esmaabi põhimõtteid.	E 1.06: 08.45 Sissejuhatus kursusesse 9.00 – Teoreetiline kursus välilaagrist 12.00 lõuna 13.00 – teoreetiline kursus jätkub. 15.00 – laskeohutuse eeskirja tutvustus 16.00 - Kojumine T 2.06 9.00 – varustuse kontroll 10.00 – start õppepunktidega rännakule 16.00 – jõudmine laagripaika, laagri püstitamine 17.00 – orienteerumisvõistlus (bingo) 19.00 – õhtusöök 20.00 – külaline 22.00 – lõkkeõhtu (vorstid, vahukommid, küpsised) 24.00 – öörahu (sega grupid) K 3.06 8.00 – äratus, hommikuvõimlemine 9.00 – hommikusöök (võileivad, saiakesed) laagri kokkupanek 10.00 – varustuse hooldus 12.00 – tagasiside	Kursuslane on läbinud iseseisvalt koos varustusega matka ja õõbinud jaotelgis On sooritanud positiivselt (vähemalt 75%) testi teoreetilise osa peale. Kursuslane peab osalema kursusel vähemalt 90% kursuse mahust, ning võtma osa aktiivselt kõikidest üritustest.	Igast koolist max 1.

<p>Praktiline psühholoogia</p>	<p>Maria Johnson</p>	<p>Psühholoogiline sissevaade oma seisundi ja kogemuste juhtimisse. Kes ma olen ja kelleks ma ennast pean? Milliseid võimalusi see mulle annab? Kuidas hoida häid suhteid teiste ja ise-endaga? Kuidas seada ja saavutada realistlikke ja väärtuspõhiseid eesmärke. Kuidas toetada ennast ja teisi teekonnal emotsionaalse ja psühholoogilise meisterlikkuse suunas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Olen analüüsinud ja täiustanud oma enesekohast maailmapilti 2. Oskan kasutada eneserefleksiooni arengu tööriistana 3. Oskan vaadelda oma sisekogemust ja selle alusel mõista oma vajadusi, väärtusi ja motiive 4. Olen seadnud lühikesed ja pikad arengu-eesmärgid 5. Tean, kuidas oma seisundit teadlikult juhtida 6. Mõistan emotsionaalsete reaktsioonide tagamaid 7. Oskan aidata ennast ja teisi, kui emotsioonid võimust võtavad. 8. Tean milles seisneb tervislik intiimsus ise-enda ja teistega 9. Olen kogenud suuremat ja sügavamat ühendust ise-enda ja oma kaaslastega. 	<p>E(1.06): “Kes ma olen ja kelleks ma ennast pean”: enese-kohased uskumused läbi metafoorkaartide + Johari aken. “Mis on minu jaoks oluline?” e. personaalsete väärtuste roll minu teekonnal. “Kelleks tahans saada” e. (väärtuspõhiste)Arengueesmärkide seadmine.</p> <p>T(2.06): “Minu personaalne arvutiprogramm”: individuaalsed erinevused info töötlemises e. Kuidas tekib minu maailmapilt? Milliseid piiranguid ja võimalusi minu meta-programmid endas kannavad.</p> <p>K(3.06): “Eduka suhtlemise põhitõed”: suhtlemisskeem ja kaitse-reaktsioonid. Kuidas aidata ennast/sõpra tagasi paati. Mis on konflikt ja kuidas seda juhtida? (+Armastuse 5 keelt)</p> <p>N(4.06): “Emotsionaalsete reaktsioonide saladused”: kust tulevad meie tunded ja mida nad meile öelda tahavad? (e. Rahuldumata emotsionaalsed vajadused) Kuidas ise enda emotsionaalse maastiku eest hoolitseda. (+kiindumusteooria)</p> <p>R(5.06): “Transpersonaalne maailmavaade”: Spirituaalsus ja minu suhe sellega. Meditatsioon ja mindfulness. Seksuaalsus, kui spirituaalne kogemus. Tervislik intiimsus. Kursuse kokkuvõte.</p>	<p>Osaleja on läbinud vähemalt 80% auditoorsest tööst (e. Kohal vähemalt neljal päeval) Osaleja on kursuse käigus pidanud refleksiooni päevikut (vähemalt 5 sissekannet) Osaleja on püstitanud arengueesmärgid ja hinnanud nende täitmist</p>	<p>Igast koolist max 1</p>
---------------------------------------	----------------------	--	--	--	---	----------------------------

<p>Geopeitus teoorias ja praktikas</p>	<p>Helle-Mari Märtson</p>	<p>Geopeitus on kaasahaarav rahvusvaheline orienteerumismäng. Kursuse käigus saab õpilane ülevaade mängu olemusest, erinevatest terminitest, aarete tüüpidest, headest tavadest ja reeglitest mängus ning eelkõige praktilist kogemust erinevates oludes ja erinevate raskustega aardeid otsides. Kursuse viimasel päeval mõtleme vähemalt kahe aarde kontseptsiooni välja ja võimalusel peidame need ühiselt geopeituse kogukonnale leidmiseks.</p>	<p>Kursuse lõpuks teab õpilane, mis on geopeitus, kuidas ja miks seda mängitakse. Õpilane on tutvunud erinevate aardetüüpidega ning leidnud iseseisvalt vähemalt 30 aaret.</p>	<p>E 1.06: tutvumine geopeitusega. Konto loomine, reeglid, sõnavara, idee, ajalugu, aarded jne. Proovime kohapeal lahendada mõningaid mõistatusaardeid ning genereerida ühiselt ideid koostetavate aarete kohta</p> <p>T 2.06: päev Tartus aardeid otsides, kusjuures iga õpilane võiks ise eelnevalt ühe mõistatusaarde lahendada.</p> <p>K 3.06: päev looduses aardeid otsides. Koha lepime õpilastega ühiselt kokku.</p> <p>N 4.06: päev looduses aardeid otsides. Koha lepime õpilastega ühiselt kokku.</p> <p>R 5.06: kokkuvõtted, logimata aarete logimine, hea logimistava, kahe uue aarde kontseptsiooni väljamõtlemine ja aarde valmis tegemine, sobiliku koha otsimine ja nõuetekohane vormistamine</p>	<p>Kursus on arvestatud, kui õpilane võtab aktiivselt osa vähemalt neljast õppepäevast, kusjuures esimene on kohustuslik kõigile.</p>	<p>Igast koolist max 1</p>
<p>Lihtsad ja pidulikud soengud</p>	<p>Hanna Hiiesalu</p>	<p>Õpitakse tegema lihtsamaid soenguid, punutisi, lokitehnikaid. Räägitakse juuksehooldusest ning vahenditest.</p>	<p>Õpilane teab kuidas hooldada oma juukseid, oskab teha vähemalt ühe ülespandud soengu, lokisoenguid ning punutisi.</p>	<p>E(1.06): Sissejuhatus, juuksehooldus, juuksuriks õppimise võimalused. Punutised.</p> <p>T(2.06): Punutised ja lokisoengud</p> <p>K(3.06): Lokisoengud ja ülespandud soengud</p> <p>N(4.06): Ülespandud soengud ning arvestustöö harjutamine</p> <p>R(5.06): Harjutamine ning arvestustöö</p>	<p>Arvestustööna teeb kursusel osaleja punutisest ja lokkidest ülespandud soengu.</p>	<p>Igast koolist max 1</p>

<p>Tehnika lühikursus</p>		<p>Aines tutvutakse tehnika võimalustega EMÜ Tehnikainstituudis.</p> <p>Proovida erinevaid tehnoloogiaid</p>	<p>Kursusel osalenud:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Teavad lõiketööstusest -Teada kiirprototüüpimist -Omavad praktilist kogemust tööpinkide kasutamisega -Teavad kasutatavaid tarkvarasid CAD, CAM, IDE 	<p>0.0. kodutöö - kirjatükk ootused kursuselt (1h)</p> <p>1. Sissejuhatus, töökorraldus, ohutus, ringkäik ja ootuste arutelu(2h)</p> <p>1.1 kodutöö - lõiketööstus materjalidega treimine tutvumine (4 h)</p> <p>2. Lõiketööstus praktikum treimine (4h)</p> <p>2.1 kodutöö - lõiketööstus materjalidega freesimine tutvumine (4 h)</p> <p>3. Lõiketööstus praktikum freesimine (4h)</p> <p>3.1 kodutöö -CAD/CAM materjalidega tutvumine (4h)</p> <p>4. CAD/CAM praktikum (4h)</p> <p>4.1 kodutöö - CNC materjalidega tutvumine (4h)</p> <p>5. CNC praktikum (4h)</p> <p>5.1 kodutöö - kiirprototüüpimise materjalidega tutvumine (4h)</p> <p>6. Kiirprototüüpimise praktikum (4h)</p> <p>6.1 kodutöö - elektroonika materjalidega tutvumine (4h)</p> <p>7. Elektroonika praktikum (4h)</p> <p>7.1. kodutöö - kirjatükk reflektioon kursusel saadust, tagasiside (1h).</p>	<p>Arvestuslik hindamine. Kursus on läbitud, kui on osaletud vähemalt 80% tundidest.</p>	<p>Tunnid toimuvad Tartus. Igast koolist max 1</p>
<p>Suupistete valmistamine ja serveerimine</p>	<p>Maarja Volt</p>	<p>Kursus toimub Põlva Gümnaasiumis. Kursus koosneb teoreetilisest ja praktilisest osast. Teorias tutvume toitlustuse erialaga ning õpime erinevaid selvelaudade liike. Praktiline osa koosneb: menüü koostamisest, lauakatmisest ja laua seadete valmistamisest. Kursuse lõputööks on suupiste laua katmine, suupistete valmistamine ning serveerimine. Lõputöö toimub rühmatööna.</p>	<p>Kursusel osalenud õpilane teab, kuidas tuleb katta lauda. Oskab valmistada juur- ja puuviljadest lauaseadeid. Oskab valida ja valmistada suupisteid furšettlauale. Oskab koostada menüüd vastavalt sündmusele.</p>	<p>E 01.06 Eriala tutvustamine. Praktilisteks töödeks ettevalmistamine.</p> <p>T 02.06 Ettevalmistus praktiliseks tunniks.</p> <p>K 03.06 Suupistelaua menüüde koostamine, kalkulisatsioonikaardi koostamine. Tellimuslehe koostamine.</p> <p>N 04.06 Suupistete valmistamine ja serveerimine.</p> <p>R 05.06 Suupistete valmistamine ja serveerimine.</p>	<p>Praktilise töö sooritamise : Suupistete valmistamine ning serveerimine.</p>	<p>Igast koolist max 1</p>
<p>Lipp-lipi, lapp-lapi peal</p>	<p>Epp Volkov Veronika Grigorjev</p>	<p>Lapitehnikaks vajalike töövõtete ning vahendite tundma õppimine. Teadmiste rakendamine praktikas ehk toote valmistamine. Kursus ei eelda eelnevaid teadmisi ega kogemusi õmblemises.</p>	<p>Õpilane oskab:</p> <ul style="list-style-type: none"> •õmblusmasinat kasutada (niidistamine, seadistamine töökorda jne.) •tekstiilide, materjalide tundmine •töövahendite valik •töömeetodite valik •lapitehnika põhitõed 	<p>E(1.06): Töövahendite ja materjalidega tutvumine ning eeltööd</p> <p>T(2.06): Kuni 4 lapitehnika võtte õppimine</p> <p>K(3.06): Kuni 4 lapitehnika võtte õppimine</p> <p>N(4.06): Oma toote valmistamine</p> <p>R(5.06): Oma toote valmistamine ja viimistlemine</p>	<p>Kursuse lõpuks peab valmima lapitehnikas toode. Arvestuse saamiseks on vajalik kõikide tööproovide olemasolu.</p>	<p>Igast koolist max 1</p>
