

## MOODULI RAKENDUSKAVA

Sihtrühm: Matkajuht 4. taseme kutsehariduse taotlejad

Õppevorm: mittestatsionaarne

<b>Moodul nr 18</b>	<b><i>Uisumatkad</i></b>	<b><i>Mooduli maht 2 EKAPit</i></b>							
<b>Mooduli vastutaja</b>	Erle Tüür								
<b>Mooduli õpetajad</b>									
<b>Mooduli eesmärk</b>	Õppija omandab oskused ja teadmised uisumatkade ettevalmistamiseks ja turvaliseks läbiviimiseks.								
<b>Nõuded mooduli alustamiseks</b>	Nõuded puuduvad								
<b>Nõuded mooduli lõpetamiseks</b>	Moodul hinnatakse mitteeristavalt. Moodul on arvestatud kui õpilane on läbinud uisumatka.								
<b>Õpiväljundid (ÕV)</b>	1) Mõistab uisumatkade ettevalmistamise põhitõdesid ja kasutab seda matka ettevalmistamisel:			<ul style="list-style-type: none"><li>• Mõistab retkede temaatilise, meetodilise ning tehnilise planeerimise põhimõtteid;</li><li>• Planeerib uisumatka varustuse;</li><li>• Demonstreerib varustuse ettevalmistamist ja hooldamist.</li></ul>					
	2) Mõistab erinevate loodussituatsioonide mõju matkamise tehnikale:			<ul style="list-style-type: none"><li>• Valib õige liikumistehnika ja –taktika;</li><li>• Seostab retkel saadavat koormust läbitava marsruudiga;</li></ul>					
	3) Valib uisumatka varustuse ja teab, kuidas seda hooldada:			<ul style="list-style-type: none"><li>• Teab erinevate uiskude eeliseid ja puudusi;</li><li>• Demonstreerib uiskude ettevalmistamist ja hooldamist.</li></ul>					
<b>Mooduli maht kokku 52 tundi: sellest 10 tundi on kontaktõpe ja 42 tundi on iseseisvat tööd</b>									
<b>Teemad, alateemad</b>	K	IT	L <sup>1</sup>	P	ÕV	Õppemeetodid	Hindamine		Hindekriteeriumid

<sup>1</sup> K-kontaktõpe; IT-iseseisv töö; L-kontaktõppesest lõimitud õpe; P-ettevõttepraktika

					nr			Hindamis- meetodid	Lävend (3 või arvestatud)	4	5
<b>Uisumatkad</b>	<b>10</b>	<b>42</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,2, 3</b>						
1) Uisumatkade ettevalmistamine;	2	0	0	0		Loeng; Praktiline matk; Iseseisev töö.	Mitteeristav	Uisumatka analüüs	Õpilane on osalenud uisumatkal ja analüüsinud seda ette antud juhendi alusel.		
2) Erinevate loodussituatsioonide mõju matkamise tehnikale	6	42	0	0							
3) Uisumatkade varustuse valik ja hooldus	2	0	0	0							

Soovitav kirjandus

Ahi, J., Lääne, T., Petersoo, I.(2006). [Jäähoki ABC](#). Tallinn: Eesti Jäähoki Liit.

Männiste, M. (1974). Uisutamise õpetamine : Tallinn: Eesti Raamat