

ESF VAHENDITEST RAHASTATAVA TÄISKASVANUTE TÄIENDUSKOOLITUSE ÕPPEKAVA

1. Üldandmed

| | |
|---|--|
| Õppeasutus: | Järvamaa Kutsehariduskeskus |
| Õppekava nimetus: (venekeelsetel kursustel nii eesti kui vene keeles): | Vaimse tervise hoidmine ja taastamine muusika ja helide abil |
| Õppekavarühm: (täiendus- koolituse standardi järgi) | Lastehoid ja teenused noortele |
| 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:

Vaimset tervist väärtustavad lasteaegade töötajad, puudega lapse hooldajad, lapsehoidjad, lastega töötavad spetsialistid, tugiisikud, õpetajad, õpetaja abid, kes vajavad täiendavaid teadmisi, kuidas paremini tunnetada ja mõista muusika mõju inimese vaimsele tervisele ning kasutada olemasolevaid ressursse vaimse tervise taastamiseks. Samuti kõik teised vaimse tervise toetamise võimalustest huvitatud inimesed, kelle igapäevatoos on palju suhtlemist ja teiste inimeste aitamist.

Grupi suurus: 12 osalejat

Õppe alustamise nõuded:

Puuduvad

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

- mõistab muusika ja helide olemust;
- tunneb muusika- ja helide mõju inimese ajule ja arengule;
- saab praktilise kogemuse muusika toimest läbi loovtegevuste;
- kasutab muusikat teadlikult vaimse tervise hoidmiseks.

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

OSKA raportis läbivalt ametikohtade lõikes:

* vaimse tervise riskide ennetamine, leevendamine, hoidmine, toetamine, varajane märkamine.

Lapsehoidja tase 5

B.2.4 Lapse tervise edendamine

Sotsiaaltöötaja, tase 6

B.3.4 Klienditöö

B.3.8 Lastekaitse

B.3.9 Sotsiaaltöö laste ja peredega
Täiskasvanute koolitaja, tase 6
B.2.2 Õppeprotsessi läbiviimine
2.rakendab erinevaid võtteid õppimist toetava füüsilise, vaimse ja sotsiaalse keskkonna loomiseks.

3. Koolituse maht

| | |
|---|----|
| Koolituse kogumaht akadeemilistes tundides: | 16 |
| Kontaktõppe maht akadeemilistes tundides: | 16 |
| sh auditoorse töö maht akadeemilistes tundides: (õpe loengu, seminari või muus koolis määratud vormis) | 10 |
| sh praktilise töö maht akadeemilistes tundides: (õpitud teadmiste ja oskuste rakendamine õppekeskkonnas) | 6 |
| Koolitaja poolt tagasisidestatava iseseisva töö maht akadeemilistes tundides: | 0 |

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:

Auditoorne töö (10 t)

- Muusika ja helide olemus.
- Müra, helid ja muusika meie ümber.
- Muusika ja loovtegevuste mõju inimese ajule ja arengule. Tervendavad helid. Muusika toime inimese heaolule;
- Muusika inimese elukaarel;

Praktiline töö (6 t)

- Muusika kasutamine vaimse tervise hoidmisel.
- Eneseanalüüs muusika- ja loovtegevustest, mida kasutada oma vaimse tervise taastamiseks

Õppekeskkonna kirjeldus:

Koolitusruum, mis on varustatud vajalike tehniliste vahenditega ja muusikariistadega või heli tekitavate asjadega ning võimaldab kasutada erinevaid aktiivõppemeetodeid ja gruppides töötamist.

Teoreetiline ja praktiline auditoorne õpe on omavahel tihedalt seotud, sest üks õppemeetod muutub sujuvalt teiseks vastavalt õppegrupi osalejate soovidele ning valmisolekule tegevuste muutmiseks.

Õppijal on soovituslik kaasa võtta muusikainstrument või heli tekitav asi.

Õppematerjal:

Vaimse tervise roheline raamat Sotsiaalministeerium 2020

The power of music: how it can benefit health (medicalnewstoday.com)

The health benefits of music (piedmont.org)

Muusika meditsiinis - patsiendi heaks, arstile abiks. Ajakiri Hippokrates, aprill 2007. Marina Vou

Muusikateraapia meditsiinis. Ajakiri Eesti Arst 2016 (95/11) Malle Luik

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

Nõutav vähemalt 80% õppekava läbimine ning eneseanalüüsi esitamine. Mitteeristav hindamine. Koolituse läbimisel väljastatakse osalejatele tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud.

| Hindamismeetod | Hindamiskriteeriumid |
|----------------|--|
| Eneseanalüüs | Muusika- ja loovtegevused, mida saab kasutada oma vaimse tervise taastamiseks. On analüüsitud tulemust ning reflekteeritud grupis. |

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.*

Marina Vou, Tallinna Konservatoorium (1989), koori dirigeerimine. Muusikateraapialased täienduskursused Tallinna Ülikoolis. Omab pikaajalist töökogemust erinevates haridusasutustes: huvi- ja üldhariduses, kõrgkoolides ja koolitusfirmades, tegutsenud terapeudina rehabilitatsioonimeeskondades. Tartu Tervishoiu kõrgkooli muusikateraapia valikaine juurutaja. Järvamaa Kutsehariduskeskuse sotsiaalvaldkonna täiskasvanute koolitaja Täiskasvanute koolitaja kutse, tase 6.