



VÕRU SPORDIKOOLI ÕPPEKAVA

Kinnitatud õppenõukogus
30.08.2021 nr 13-8.2/2

1. ÜLDOSA

1.1. Võru Spordikooli õppekava on dokument, mille alusel toimub õppeprotsess kõigil erialadel.

1.2. Õppekava on koostatud vastavuses spordikooli põhimääruse, huvikooliseaduse ja huviharidusstandardiga.

1.3. Võru Spordikooli õppekava määrab kindlaks erialade õppe eesmärgid ja kestuse, õppeainete loendi, ainekavad, õppeaine valiku võimalused ja tingimused, ülemineku tingimused järgmisse õppeastmesse ning soovitatavad treeningmahud.

1.4. Õppekavale võivad õppima asuda isikud, kes on üldhariduskoolis vähemalt 1. klassi õpilased v.a. eelkooli puhul.

1.5. Võru Spordikoolis toimub õpetus järgmiste erialade ainekavade alusel:

- kergejõustik
- võrkpall
- murdmaasuusatamine
- orienteerumine
- laskesuusatamine
- maadlus
- kahevõistlus ja suusahüppe
- eelkool

2. ÕPPETÖÖ EESMÄRGID JA ÜLESANDED

2.1. Võru Spordikooli tegevuse eesmärgiks on:

2.1.1. Lastele ja noortele täiendavate sportimisvõimaluste loomine, noorte linliku liikumisvaeguse mõjude leevendamine.

2.1.2. Noorte vaba aja sisustamine huvitava, sportliku ja ausa mängu reeglitele rajatud tegevusega, et kasvatada noorte austust, kohusetunnet, iseseisvust, omaalgatust, initsiatiivi, aktiivsust, seadusekuulekust jt. positiivseid iseloomuomadusi.



2.1.3. Õpilaste mitmekülgne kehaline arendamine ja tervise tugevdamine, noorte tervislike sportlike eluviiside ja harjumuste kujundamine.

2.1.4. Süstemaatilise treeningu ja võistlemise protsessis igale noorele tema eeldustele, võimetele ja huvidele sobivaima ala leidmine ning tema treeningu korraldamine sportlikuks eneseteostuseks – võimetekohaselt maksimaalsete tulemusteni jõudmiseks juunioride ja täiskasvanute klassis.

2.1.5. Eesti rahvuskoondistele järelkasvuks talendikate noorte leidmine ja ettevalmistamine.

2.1.6. Õpilastele sporditeoreetiliste teadmiste ja praktiliste oskuste andmine treeningu tõhustamiseks ja iseseisvaks treenimiseks õppevaheaegadel või eriolukordades, samuti nende tervisespordiharrastuse jätkamiseks peale Võru Spordikooli lõpetamist.

2.2. Eesmärkide realiseerimiseks seab Võru Spordikool oma ülesanneteks:

2.2.1. Kindlustada laste ja noorte tingimused vaba aja sportlikuks sisustamiseks.

2.2.2. Organiseerida järjepidevaid ja regulaarseid sportlikke treeninguid vastavalt laste ja noorte eeldustele ja ettevalmistuse tasemele.

2.2.3. Leida süvendatud treeningtegevuse käigus spordis andekaid ja tahtekindlaid lapsi ja noori annete väljaarendamiseks.

2.2.4. Anda lastele ja noortele teoreetilisi teadmisi sportimisest ja spordiliikumisest ning praktilisi kogemusi teiste juhendamiseks ning spordikohtunikuna tegutsemiseks.

2.2.5. Olla oma teadmiste ja kogemustega abiks piirkonna koolide sporditegevuse meetoodilisel ja organisatsioonilisel suunamisel.

2.2.6. Luua vastastikku kasulikud sidemed piirkonnas tegutsevate spordiklubidega, olla initsiaatoriks oma õppurite, nende vanemate, sõprade ja treenerite poolt spordiklubide moodustamisel, nende sportimisvõimaluste jätkamiseks peale spordikooli lõpetamist.

2.2.7. Teha koostööd spordimeditsiini keskustega, et tagada treenimiseks vajalik tervisliku seisundi kontroll ja kehaliste võimete määramine.

3. ÕPPETÖÖ KORRALDUS

3.1. Õppekorraldus peab soodustama õppe- ja ainekavade täitmist, võimaldama ja toetama töö mitmekesistamist ja uute võimaluste leidmist.

3.2. Õppetöö spordikoolis toimub Eesti Hariduse Infosüsteemis registreeritud Võru Spordikooli õppekava alusel.

3.3. Spordikooli õppekorralduses kasutatakse erinevaid õppevorme ja –meetodeid, sealhulgas:

- treeningtunnid ja teoreetilised tunnid rühmades;
- individuaaltreeningud;
- kontrollkatsed, testid;
- spordivõistlused;



- spordilaagrid;
- spordikohtuniku ja –juhendaja praktika;
- spordiala tehnika, -treeningtundide ja -võistluste analüüs;
- erinevad distantsõppe vormid

3.4. Spordikooli õppekorraldus põhineb plaanipärasel ja regulaarsel treeningtööl neljas järjestikulisel astmes:

- eelkooli aste;
- algettevalmistuse aste;
- õppe-treening aste;
- meisterlikkuse aste (meisterlikkuse tasemega sportlased treenivad üldjuhul koos õppe-treening astme grupiga).

3.5. Spordikooli õppuriteks võetakse lapsevanema kirjaliku avalduse alusel selleks soovi avaldanud lapsed ja noored vastavalt spordikooli võimaluste ja tingimuste olemasolule.

3.6. Spordikooli astumiseks ei teha mingeid takistusi rahvuse, soo, päritolu, tõekspidamiste, varandusliku seisundi või muude tunnuste põhjal.

3.7. Õppeaasta spordikoolis algab 01.septembril ja kestab järgmise aasta 31.augustini.

3.8. Õppe- ja kasvatustöö toimub üldhariduskoolide õpetegevusest vabal ajal 44 nädala jooksul aastas spordikooli tingimustes ja kuni 8 nädalat spordilaagris või individuaalplaanide järgi. Õppetöökõ loetakse ka tegevust treeninglaagrites ja võistlustel.

3.9. Õppetunni arvestuslikuks pikkuseks on 45 minutit.

3.10. Õppetundide arv ja nende järjekord määratakse tunniplaanis.

4. ÕPPEAINED JA SISU

4.1. Võru Spordikooli iga eriala õppeained ja sisu on välja toodud ainekavades, mis asuvad õppekava lisades 2 kuni 9.

4.2. Ainekava määrab kindlaks õppe-treeningtöö eesmärgid, ülesanded, aastase tsükli ülesehituse, kehaliste võimete arendamise suunad, õppe-treeningtöö korralduse, õppeastmete tasemete iseloomustused ja põhisuunitlused, praktilised ning teoreetilised õppematerjalid ja õppeained.

5. ÕPPE-TREENINGTÖÖ MAHUD

5.1. Õpperühmade täituvusnormid ning õppe- ja kasvatustöö mahud tundides kehtestab igale rühmale spordikooli direktor võttes aluseks Kultuuriministri määruse nr 9. 26.11.2014.a. „Treeneri tööjõukulu toetuse määramise tingimused, sealhulgas nõuded spordialaliidule, spordiklubile ja spordikoolile ning selle omaosalusele, treeningrühmale ja treenerile, ning toetuse suuruse, jaotamise, tagasimaksmise ja tagasinõudmise kord“ (õppekava lisa 1).

- 5.2. Õppe- ja kasvatustöö on jaotatud mitmele aastale ning õppurid jagatud õpperühmadesse.
- 5.3. Õpperühmade moodustamisel arvestatakse õppurite vanust, sportlikku staaži ja spordimeisterlikkuse taset.
- 5.4. Nõuded ühest treeningastmest teise üleminekuks määratakse erialade ainekavades

6. TREENERID JA ÕPPURID

- 6.1. Võru Spordikooli treenerite kutsed ja -tasemed on vastavuses Kutseseadusele, EKR (Eesti Kutsekvalifikatsiooni-raamistik) kutsestandarditega.
- 6.2. Spordikooli treener on õpitegevuse kavandaja ja looja ning õppimise innustaja.
- 6.3. Treener juhindub õppe- ja kasvatustöö planeerimisel õppe- ja ainekava eesmärkidest.
- 6.4. Treeneri ülesandeks on:
- 6.4.1. sportlike ja kehaliste võimete terviklik, tulemuslik ja ohutu arendamine;
 - 6.4.2. õpilastele sõbraliku ja turvalise õpikeskkonna tagamine;
 - 6.4.3. töös iga üksiku õppurini jõudmine;
 - 6.4.5. suunata õpilast nägema ja hoidma ümbritsevat keskkonda;
 - 6.4.6. anda õpilasele teadmisi kohalikust spordielust ja ajaloost.
- 6.5. Spordikooli õppurid on lapsed ja noored, kes valivad spordiala vastavalt oma soovidele, huvidele ja võimetele.
- 6.6. Spordikooli astumise ja -osalemise täpsemad tingimused on fikseeritud huvikooli põhimääruses.

7. ÕPIKESKKOND

- 7.1. Füüsilist keskkonda kujundades jälgib spordikool, et õppetöö kasutatavate rajatiste ja ruumide sisustus on turvaline ning vastab tervisekaitse ja ohutusnõuetele, ruumid, sisseseade ja õppevara on esteetilise väljanägemisega.
- 7.2. Spordikool kasutab treeninguteks Võru Spordikeskuse hallatavaid spordibaase ja -väljakuid ning Võru üldhariduskoolide spordisaale ja -väljakuid.
- 7.3. Sotsiaalse ja vaimse keskkonna kujundamises:
- osaleb kogu koolipere;
 - luuakse vastastikusel lugupidamisel ja üksteise seisukohtade arvestamisel põhinevad ning kokkuleppeid austavad suhted õpilaste, vanemate, õpetajate, kooli juhtkonna ning teiste õpetuse ja kasvatuses seotud osaliste vahel;
 - koheldakse kõiki õpilasi eelarvamusteta, õiglaselt ja võrdõiguslikult, austades nende eneseväärikust



ning isikupära;

- jagatakse asjakohaselt ja selgelt otsustusõigus ja vastutus;
- välditakse õpilastevahelist vägivalda ja kiusamist;
- ollakse avatud vabale arvamusvahetusele, sealhulgas kriitikale;
- luuakse õpilastele võimalusi näidata initsiatiivi, osaleda otsustamises ning tegutseda nii üksi kui ka koos kaaslastega;
- luuakse õhkkond, mida iseloomustab abivalmidus ning üksteise toetamine õpi- ja eluraskuste puhul;
- luuakse keskkond, mis rajaneb inimeste usalduslikel suhetel, sõbralikkusel ja heatahtlikkusel;
- korraldatakse koolielu inimõigusi ja demokraatiat austava ühiskonna mudelina, mida iseloomustavad kooliperes jagatud ja püsivad alusväärtused ning heade ideede ja positiivsete uuenduste toetamine.

8. HINDAMINE

8.1. Hindamise kriteeriumiks osavõtt treeningust ja võistlustest. Õppetöö hindamiseks on sõnaline analüüs ja hinnang. Treener võib anda hinnangut protsessile ja lõpptulemusele.

8.2. Analüüsi ja hinnangu andmise eesmärgid on:

- anda teavet õppetöö tulemustest õppurile, lapsevanematele, õpetajale, kooli juhtkonnale;
- määratleda õppuri individuaalsed õpitulemused;
- motiveerida õppurit sihikindlalt harjutama ja õppima.

8.3. Hindamise põhikriteeriumiks on muutused iga õppuri arengus nii isiksusena kui ka treeningtööst osavõtjana.

8.4. Analüüsivat tagasisidet saab õppur osaledes erinevatel katsetel, testidel ja võistlustel.

8.5. Tunnustav kooliväline hindamine võib toimuda vabariiklikel ja rahvusvahelistel võistlustel saavutatud tulemustega.

8.6. Iga õppeaasta lõpus selgitatakse välja ja tunnustatakse erialade parimaid õppureid, kelle valib välja spordikooli õppenõukogu treenerite ettepanekute alusel.

8.7. Kokkuvõtva hindamisega kirjeldatakse õpilase teadmisi ja oskusi, mis tal on kujunenud õppekava läbimise lõpuks.

9. SPORDIKOOLI LÕPETAMINE

9.1. Spordikool loetakse lõpetatuks pärast õppekava täitmist koos gümnaasiumi või kutsekooli lõpetamisega.

9.2. Spordikooli lõpetajaks loetakse õppurid, kes on spordikoolis läbinud vähemalt õppetreeningastme, täitnud spordikooli lõpetamiseks kehtestatud teoreetiliste teadmiste ja praktiliste oskuste normatiivid.

9.3. Õppuri spordikooli lõpetamise otsuse teeb õppenõukogu.



9.4. Spordikooli lõpetamise kinnitab direktor käskkirjaga.

9.5. Spordikooli lõpetamist tõendab õppuri lõputunnistus, milles kajastatakse spordikoolis õppimise aeg ja spordiala treeneri hinnangut omandatud teadmiste kohta. Lõputunnistus allkirjastatakse spordikooli direktori ja treenerite poolt.

10. LÕPPSÄTTED

10.1. Ettepaneku õppekava muutmiseks võivad teha kooli pidaja või tema poolt volitatud ametiisik, kooli hoole- või õppenõukogu.

10.2. Ettepaneku kooli õppekava muutmiseks arutab läbi kooli õppenõukogu ja kinnitab kooli direktor käskkirjaga.

10.3. Õppurite spordikooli vastuvõtmise ja õppurite spordikoolist väljaarvamise seotud andmete õigsuse eest EHIS-es vastutab spordikooli direktor.

10.4. Õppekava jõustub käskkirja allkirjastamisel.