

## **Kokkuvõtte Tallinna Ülikool terviseteaduste ja spordiinstituudi õppimisvõimalustest koostas Rivo Reinsalu:**

**Kehakultuuri õppekava** kuulub teeninduse valdkonna spordi õppekavade gruppi. Õppekava lõpetamisel omandatakse sporditeaduse bakalaureuse kraad.

Õppekava eesmärgiks on luua eeldused laiapõhjaliste teoreetiliste teadmiste ja praktiliste oskuste omandamiseks spordi ja tervise alal, mis võimaldavad jätkata õpinguid magistriõppes ning töötada spordiinstruktorina või keskastme kehakultuurispetsialistina.

Õppekava läbinud üliõpilane omab teoreetilisi baasteadmisi treeneri I taseme treenerilitsentsi omandamiseks, oskab kavandada ja juhendada sportlikku tegevust, suudab kasutada omandatud teadmisi tervistedendavatel eesmärkidel ning suudab tutvustada oma eriala, suhelda professionaalselt valdkonna erinevate osapooltega ning käsitleda eriala teadmisi laiemas kultuuri ja ühiskonna kontekstis.

Õppekava on jaotatud mooduliteks.

*Üldainete moodul* annab teadmised inimese, ühiskonna ja kultuuri seostest ning toetab üliõpilases tervikpildi kujunemist inimesest kui biopsühhosotsiaalsest tervikust ja selle funktsioneerimisest.

*Valikeriala mooduli* eesmärgiks on teadmiste, oskuste ja vilumuste omandamine ja arendamine valitud spordialal.

*Spordipedagoogiliste ja –sotsiaalteaduste moodul* toetab sporditreeningu läbiviimiseks ja treeningtöö juhtimiseks vajalike teadmiste omandamist ja teaduspõhise lähenemise kujunemist spordipedagoogi töösse ning oskuse kujunemist töötada erialiste spordiga tegelevate inimestega.

*Spordialade didaktika mooduli* ainetel kujundatakse didaktilised pädevused töötamiseks erinevatel spordialadel meetodikute-treeneritena.

*Terviseteaduste moodul* annab baasteadmised inimese ehitusest ja funktsioneerimisest ulatuses, millelt saab hakata arendama süvateadmiseid tööviimise ja tervist kujundavatest tegevustest. Toetab teadmiste omandamist kehalise treeningu tulemusena tekkivatest muutustest inimorganismis nii töö ajal kui ka puhkeperioodil ning pädevuste kujunemist töötamiseks erinevas vanuses ja erinevate vajadustega inimestega.

*Spetsialiseerumise valikmooduli* valik on üliõpilasele vaba (24 EAP). Õppekavas pakutakse üliõpilasele valikuvõimalusena Terviseedendamise kõrvalainet ja Õpetajakoolituse moodulit. Üliõpilane, kes valib terviseedendamise kõrvalaine, mis on üheks spetsialiseerumismooduliks ja tervisekasvatuse ainedidaktika ja praktika magistriõppes, omandab tervisekasvatuse kui täiendava aine õpetamise õiguse.

- Päevaja tsükliõpe
- 60 õppekohta (40 päevaõppes ja 20 tsükliõppes) (2014. aastal)
- [Sisseastumine bakalaureuseõppesse - kuidas ja millal?](#)

### *Keda ootame õppima?*

Kehakultuuri erialale ootame õppima sportlikke, teotahtelisi, avatud suhtlemisega inimesi, kelle eesmärgiks on kehakultuuriteooria ja -praktika süvendatud õppimine ning kutsumus ja soov suunata ja arendada laste, noorte või täiskasvanute sportlikku tegevust.

### *Miks tulla meile õppima?*

Kehakultuuri erialal õppides on sul võimalus end teostada armastatud valdkonnas ja omandada uusi teadmisi sõbralikus ja arenevas keskkonnas. Instituudi koostöö mitmete teiste spordiorganisatsioonidega nii Eestis kui välismaal avardab õppimisvõimalusi veelgi.

### *Kuhu edasi?*

Õpingute jätkamisel on kõige erialalähedasemaks valikuks kehakultuuri õpetaja magistriõpe, et omandada gümnaasiumi kehalise kasvatuse õpetaja diplom koos valitud spordiala treeneri teadmiste ja oskustega. Lisaks on võimalik õpinguid jätkata paljudel osaliselt avatud õppekavadel ja kõikidel avatud magistriõppekavadel. Bakalaureuseastme lõpetanud on laiapõhjalised teadmised kehakultuuri erialal, mida saab rakendada sporditöö organiseerimisel.

### *Millised on vastuvõtutingimused?*

- Eesti keele riigieksam või eesti keele kui teise keele riigieksam 50%
- Vastuvõtueksam 50% (nõuded: <http://www.tlu.ee/tsivastuvott>)

Täiendavad 5 punkti vastuvõtueksamil annab kas:

1. töötamine õpetajana (esitada tõend koolis töötamise kohta) või
2. kehtiva [treeneri kutsetunnistuse](#) omamine (esitada koopia tasemelitsentsist)


Vajalikud dokumendid esitada eriala vastuvõtukomisjonile komplekseksamile eelneval üldkonsultatsioonil.

Hilisemaid pretensioone ei arvestata.

Vastuvõtulävend on 65 palli.

Kutsesobivuseksam sooritatakse sportliku mitmevõistlusena üldhariduskooli kehalise kasvatuse ainekava spordialadel -

**kergejõustikus** -  kirjeldus [\(pdf, 73 KiB\)](#)

**sportmängudes** (*kas korvpall või võrkpall*) -  [kirjeldus \(pdf, 84 KiB\)](#)

**ujumises** -  [kirjeldus \(pdf, 73 KiB\)](#)

**võimlemises** -  [kirjeldus \(pdf, 79 KiB\)](#)

- **ÕPINGUD** Kehakultuuri eriala sisseastumiseksamid:

PÄEVAÕPE ja TSÜKLIÕPE

1. Eesti keele riigieksam (eesti kool) või eesti keele kui teise keele riigieksam (vene kool) 50%

2. **Kutsesobivus** (praktiline) (50%)

**Täiendavad 5 punkti** vastuvõttueksamil annab kas:

1.
  1. töötamine õpetajana (esitada tõend koolis töötamise kohta) või
  2. kehtiva [treeneri kutsetunnistuse](#) omamine (esitada koopia tasemelitsentsist)


Vajalikud dokumendid esitada eriala vastuvõttukomisjonile komplekseksamile eelneval üldkonsultatsioonil.

Hilisemaid pretensioone ei arvestata.

VASTUVÕTULÄVEND 65 palli

[Lävendikalkulaator](#) Kutsesobivuseksam sooritatakse sportliku mitmevõistlusena üldhariduskooli kehalise kasvatuse ainekava spordialadel -

**kergejõustikus** -  [kirjeldus \(pdf, 73 KiB\)](#)

**sportmängudes** (*kas korvpall või võrkpall*) -  [kirjeldus \(pdf, 84 KiB\)](#)

**ujumises** -  [kirjeldus \(pdf, 73 KiB\)](#)

**võimlemises** -  [kirjeldus \(pdf, 79 KiB\)](#)



## **Vastuvõttueksami hindamine**

### **Kutsesobivuse eksami hinne pannakse välja nelja spordiala koondhindena (100 punkti)**

Koondhinde saamiseks peab osalema kõikidel aladel, positiivsed tulemused alal on 1-10 punkti.

Sisseastuja loetakse diskvalifitseerituks ja ei lubata sooritada järgnevaid eksameid kui:

- sisseastuja saab mõnel alal 0 punkti;
- sisseastuja ei stardi ujumise ja jooksudistantsidel või ei soorita harjutust võimlemises ja sportmängudes ning on fikseeritud vastaval alal kui MITTEILMUNUD.

Hindamise kirjeldus,  [koondhinde punktiarvestus kirjeldus \(pdf, 68 KiB\)](#)