

Kabetreenerite tasemekoolituse erialane õppekava

Abitreeneri (EKR kutsetase 3) õppekava

Erialane maht: 30 tundi

Kuulajad:

üldharidus- ja huvikooli õpetajad, noormängijate treenerid ja abitreenerid.

Eesmärgid:

Treener peab:

- mõistma kabe rolli ja võimalusi noorte kasvatamisel
- tundma inimälu psühholoogiat ja kasutama seda õppetöö planeerimisel
- valdama vajalikke algteadmisi kabemängust ja -reeglitest
- mõistma motivatsiooni tähtsust algõpetusel
- tundma arvuti kasutamise võimalusi nii kabe mängimiseks, õppimiseks kui ka õpetamiseks

Teemad

1. Kabe seos psühholoogia ja pedagoogikaga (6 tundi)

1.1 Kabe ajalugu (2 tundi)

1.2 Kabe kui osa inimkultuurist (2 tundi)

1.3 Kabemäng lapse arengu faktorina (2 tundi)

2. Kabe ja mälu (6 tundi)

2.1 Mälu liigid (2 tundi)

2.2 Lapse arengu ja tema mälu arengu perioodid (4 tundi)

3. Pedagoogilise meisterlikkuse täiendamine (12 tundi)

3.1. Iseseisva tunni läbiviimise kogemus (4 tundi)

(algõpetuse spetsiifika, pedagoogilised võtted, mis arendavad lapse mõtlemist ja soodustavad õpitava paremat omandamist)

3.2. Kabetreenerile vajalike teadmiste ja oskuste omandamine (4 tundi)

(kombinatsiooniline mäng, kivide arendamise põhimõtted, notatsiooni ja lauageomeetria õpetamine, opositsioon, lihtsamad lõppmängud, õppematerjali ettevalmistamine, koolitustsükli planeerimine ja dokumenteerimine)

3.3. Kabetreeneri töö psühholoogilis-pedagoogilised alused (4 tundi)

(treener kui pedagoog ja kasvataja, treeneri töö sisu, treeneri funktsioonid, grupitöö spetsiifika, organisatsiooniline töö, sportlik täiustamine)

4. Kabereeglid, kabeeetika (2 tundi)

5. Kabevõistluste organiseerimine ja läbiviimine (2 tundi)

6. Kabemängu ja -õppega seotud arvutiprogrammid, mänguinventar (2 tundi)

Märkus: alateemade 3.1 ja 3.3 puhul võib koolitus olla asendatud vaatlusanalüüsiga õppeeesmärgiga treeningtundide külastamise kohta.

Soovitav kirjandus:

1. Urmo Ilves. Kabemängu nipid ja tehnika. Tallinn, 2015. ISBN: 978-9949-33-969-3

2. Iser Kuperman, Ülo Kesker. Rahvusvahelise kabe alused. Tallinn, 1961.

3. Kabereeglid ja võistlusmäärused

<http://kabeliit.ee/index.php?title=Kabekoodeks>

4. Jüri Schuster, Aksel Rei, Ülar Lauk, Hendrik Olde. Male — treenerite tasemekoolituse õpik, EOK, 2007. ISBN: 978-9985-9808-0-4

http://treener.eok.ee/dokument_open.php?dokument_id=197

5. Edgar Krull. Pedagoogilise psühholoogia käsiraamat. Tartu Ülikooli Kirjastus, 2018.

ISBN: 978-9949-77-700-6

6. Heiki Krips. Konfliktidest ja suhtlemisoskusest õpetamisel ning juhtimisel. Atlex, 2011.

ISBN: 978-9949-441-89-1

Kabetreenerite tasemekoolituse erialane õppekava

Nooremtreeneri (EKR kutsetase 4) õppekava

Erialane maht: 50 tundi

Kuulajad:

läbitud on kabe abitreeneri koolitus ja taotlevad nooremtreeneri astet.

Eesmärgid:

Treener peab teadma/valdama

1. kabeajalugu
2. enamlevinud kabeliikide erinevusi
3. kabemängu strateegia ja taktika põhimõtteid
4. algülevaadet avangute teooriast
5. kabe rolli noorte kasvatamisel
6. arvuti kasutamise põhimõtteid
7. treeneri töö pedagoogilis-professionaalset struktuuri ja sisu

Treener peab oskama

1. laste ja noorte algõpetuse metoodikat
2. näidata põhilisi mängu strateegilisi ideid
3. kasutada sportliku valiku põhimõtteid, meetodeid ja vahendeid
4. hinnata kabetaja tehnilist-taktikalist, psühholoogilist ja füüsilist ettevalmistust

Teemad

1. Kabe roll noorte kasvatamisel (**2 tundi**)
2. Kabe ajalugu (**4 tundi**)
3. Avangute teooria, keskmängu strateegia ja taktika, lõppmängu tehnika (**16 tundi**)
 - 3.1. Avangute teooria (4 tundi)
 - 3.2. Keskmängu strateegia ja taktika (6 tundi)
 - 3.3. Lõppmängu taktika (2 tundi)
 - 3.4. Standardsed lõppmängud (4 tundi)
4. Pedagoogilise õpetamise metoodika (**20 tundi**)
 - 4.1. Õppeprotsessi organiseerimine (4 tundi)
 - 4.2. Kabetreeneri psühholoogilis-pedagoogilise tegevuse alused (4 tundi)
 - 4.3. Meisterlikkuse arendamine (4 tundi)
 - 4.4. Põhilised treeninguvahendid ja nende kasutamise meetodid (4 tundi)
 - 4.5. Treeningumetoodika iseärasused erinevate kvalifikatsiooniga rühmades (4 tundi)
5. Tehniliste õppevahendite kasutamine (**2 tundi**)
6. Erinevad otsingud kabeandmebaasides (**2 tundi**)
7. Sportlike tulemuste prognoosimine (**2 tundi**)
8. Sportliku valiku bioloogilised ja psühholoogilised aspektid (**2 tundi**)

Soovitav kirjandus:

1. В.С.Литвинович, Н.Н.Негра. Курс шашечных дебютов. Минск, 1985
2. В.П. Агафонов. Курс дебютов. Международные шашки. Москва, 1988
3. В.С. Литвинович, И.Р. Перченков. Школа позиционной игры. Русские шашки, Москва 1984
4. Tjalling Goedemoed. Course in Draughts. <https://fmjd.org/promo/cid.php>
5. В.Р. Маламед, Ю.П. Барский. Курс шашечных окончаний. Международные и русские шашки. Москва 1989
6. Jaak Loko. Sporditeooria. Atlex, 1996.
7. Kabeprogrammid Turbo Dabase, Aurora.

Kabetreenerite tasemekoolituse erialane õppekava

Treeneri (EKR kutsetase 5) õppekava

Erialane maht: 70 tundi

Kuulajad:

läbitud kabe nooremtreeneri koolitus ja taotlevad treeneri astet.

Eesmärgid:

Treener peab teadma/valdama

- valdab süvendatult avangute teooriat, samuti strateegiat ja taktikat keskmängus ning lõppmängu tehnikat
- oskab koordineerida erinevaid meetodeid ja metoodikat õpilaste spordimeisterlikkuse täiustamisel
- valdab õpetamise metoodikat ja pedagoogika aluseid
- mõistab kabe meditsiinilis-bioloogilisi ja psühholoogilisi probleeme

Teemad

1. Kabetaja sportliku meisterlikkuse täiustamine (30 tundi)

- kabeteooria kasutamine õppe-treeningprotsessis
- klassikalise kabepärandi kasutamine kabe õpetamisel
- maailmameistrite ja tippsuurmeistrite loomingu kasutamine kabe õpetamisel

2. Õpetamise metoodika ja pedagoogiline meisterlikkus (20 tundi)

- treenerile hädavajalike teadmiste ja oskuste omandamine
- treener-õpetaja psühholoogilis-pedagoogilise tegevuse alused
- teooria ja sportliku valiku printsiibid
- spordiklubides ja –koolides kabetaja ettevalmistamise iseärasused
- kõrgema järgu kabetajate treeningu läbiviimine
- individuaalplaanide ettevalmistamine arvestades treeningu etappe ja perioode

3. Meditsiinilis-bioloogilised ja psühholoogilised probleemid kabes (10 tundi)

- meditsiinilis-bioloogilised ja psühholoogilised faktorid mängu protsessis
- meditsiinilis-bioloogilised ja psühholoogilised erinevused ealiste muutuste foonil
- meditsiinilis-bioloogilised ja psühholoogilised aspektid sportliku valiku protsessis
- naiste spordi meditsiinilis-bioloogilised iseärasused
- meditsiinilis-bioloogilised ja psühholoogiline kontroll kabetaja tervisliku seisundi ja treeningtöö efektiivsuse määramisel

4. Kabe treeningtöö aspekte (5 tundi)

- kabe harrastamiseks sobivad spordirajatised
- õppe-treeninglaagrite organiseerimine ja läbiviimine
- rahvusvaheline ja rahvuslik kabe klassifikatsioon
- treeningprotsessi teaduslik ja materiaal-tehniline kindlustamine

5. Kabevõistluste korraldamine ja läbiviimine (5 tundi)

- FMJD ja IDF-i mängureeglid
- Rahvuslike ja rahvusvaheliste võistluste korraldamine ja läbiviimine

Soovitav kirjandus:

1. Jaak Loko. Sporditeooria. Atlex, 1996.
2. Leena Annus. Noorsportlase terviseuuringud. Tallinn, 2000.
3. Rein Jalak, Leena Annus, Lauri Rannama, Aalo Eller. Spordimeditsiin treenerile. Tallinn, 2004.
4. Kabereeglid ja võistlusmäärused
<http://kabeliit.ee/index.php?title=Kabekoodeks>
5. Jüri Schuster, Aksel Rei, Ülar Lauk, Hendrik Olde. Male — treenerite tasemekoolituse õpik, EOK, 2007. ISBN: 978-9985-9808-0-4
http://treener.eok.ee/dokument_open.php?dokument_id=197
6. Edgar Krull. Pedagoogilise psühholoogia käsiraamat. Tartu Ülikooli Kirjastus, 2018. ISBN: 978-9949-77-700-6
7. Iser Kuperman, Ülo Kesker. Rahvusvahelise kabe alused. Tallinn, 1961.
8. В.М. Голосув. Мастера шашечных турниров. Leningrad, 1989.