

Jalgsimatkajuhi koolitus

10.–11. aprill 2021 zoom keskkonnas

17.–18. aprill 2021 Aidu karjääri ja Eesti Kaevandusmuuseumi territooriumil, Kohtla–Nõmme, Toila vald Ida–Virumaa

Õppekava

Nimi	Aktiivtegevuste instruktor tase 4, jalgsimatkajuht
Õppe kogumaht	32 tundi (16 teooria + 16 praktika)
Õppekava koostamise alus	Kutsestandard: Aktiivtegevuste instruktor EKR4, kinnitatud Teeninduse Kutsenõukogu otsusega nr 25 (25.01.2021).
Sihtrühm	Aktiivtegevuse instruktori EKR4 (jalgsimatkajuhi) kutsest huvitatud inimesed.
Õppe alustamise eeldused	Osaleja on vähemalt 18 aastat vana ja omab Eestis looduses liikumise kogemust ning tal on huvi inimestega välitingimustes töötamise vastu. Oluline on ka füüsiline vorm (vastupidav – võimeline läbima maastikul järjest vähemalt 5 km).
Õppe eesmärk	Koolituse läbinu on omandanud teadmised ja oskused aktiivtegevuste instruktori EKR4 kutseeksami sooritamiseks (spetsialiseerumine jalgsimatkad).
Õpiväljundid	Koolituse läbinu: <ul style="list-style-type: none">• oskab jalgsimatku ette valmistada ja läbi viia;• teab ja oskab kasutada erinevaid jalgsimatka viise tulenevalt aastaajast ja maastikust (va jää peal);• teab ja oskab kasutada eri tehnilisi vahendeid;• teab jalgsimatkadega seotud ohtusid, oskab hinnata ja juhtida riske jalgsimatkal;• teab seadusandlusest tulenevalt oma vastutust;• oskab orienteeruda ja kasutada eri orienteerumisvahendeid;• oskab klienti instrueerida;• oskab juhtida päevaseid matku;• teab, kuidas vahendada loodust ja tutvustada piirkonna kultuuripärandit;• teab, mida ja kuidas teha õnnetusjuhtumite puhul ning mõistab esmaabi andmise oskuse vajalikkust.

Õppekava	<ul style="list-style-type: none"> • Jalgsimatkade ettevalmistamine ja läbiviimine; • matkaraja või matkapiirkonna ja marsruudi valimine, kliendi võimekuse ja soovide arvestamine (peatused jms); • jalgsimatka iseärasused, eri liikumisviisid vastavalt aastaajale ja maastikule; • jalgsimatka varustus, tehnilised vahendid, nende kasutamine, heakorra jälgimine, transport ja hooldamine; • ilma ja ilmastikuoludega arvestamine (sh lumi); • jalgsimatkade ohud, riskide hindamine ja juhtimine; • seadusandlus, eetika (sh säästva turismi põhimõtted), osapoolte teavitamine (sh kliendi eelteavitamine); • koostöö eri osapooltega; • orienteerumine ja eri orineteerumisvahendite kasutamine (kaart, kompass, IKT); • kliendi vastuvõtmine ja instrueerimine; • päevaste matkade juhtimine: meetodikad, stiilid, järelvalve, juhendamine matka ajal, matka lõpetamine; • matkatoidu planeerimine ja korraldamine; • looduskeskkonna vahendamine ja piirkonna kultuuri- või pärandkultuuriobjektide tutvustamine matkadel; • õnnetusjuhtumid ja nende lahendamine.
Õppemeetodid	Loengud. Arutelud. Analüüsid. Rühmatööd. Õpperetked.
Õppevahendite loend	Kompassid, kaardid, GPS-d, nutitelefoniid, räätsad ja/või suusad, matkakepid, säärised jms varustus.
Nõuded õpingute lõpetamiseks	Vajalik viibida kohal 80% ulatuses.
Õpingute lõpetamisel väljastatav dokument	Tõend koolitusel osalemise kohta.
Lisateave	Soovitused varustusele: sobivad riided ja jalanõud väljas olemiseks ning erineval maastikul liikumiseks (sh soos). Võimalusel kaasa võtta kompass, GPS või nutitelefoni.

Hind: 220.- eurot, sisaldab: loengut, praktilist õpet, materjale, varustust, kohvipause

Info ja registreerimine: Tel 514 1692, e-post info@matkaliit.ee

Ööbimisvõimalus 17.–18.aprill (oma kuludega):

- majutus Eesti Kaevandusmuuseumi hostelis 18 eurot / 1 voodikoht (ilma hommikusöögita)
- majutus põrandal (madratsil) ühises ruumis 10 eurot / 1 koht (ilma hommikusöögita)
- telkimine Eesti Kaevandusmuuseumi territooriumil 8 eurot / 1 telk.

Söömisvõimalused (oma kuludega):

- toitus Eesti Kaevandusmuuseumi kohvikus (hinnad: supp 3 eurot, praad 7 eurot)
- valmistada ise. Kohapeal on kasutada elektripliit, veekeedukann, priimused, potid, kulp, toidunõud.

Lektorid:

Tõnu Pihelgas on olnud nii Eesti Matkaliidu asepresident ja kui ka president. Tõnu on matkanud erineval viisil 1980ndest aastatest. Matkade sh jalgsimatkade juhtimisega on Tõnu tegelenud 2000ndatest aastatest. Erinevate koolituste läbiviimisega on Tõnu tegelenud 2013. aastast. Lisaks matkamisele õpetab Tõnu ka õigusteadust.

Ingrid Kuligina on Eesti Matkaliidu president ja Alutaguse Matkaklubi juhatuse esinaine. Ta on tegelenud matkamisega juba lapsepõlvest 1983. aastast, matkaringide läbiviimisega alates 1988. aastast ja matkaalaste koolitustega alates 2000. aastast.

Ta on saanud oma aktiivse tegevuse mitmeid tunnustusi: 1996 – aasta matkategelane, 2011 – aasta matkategelane, 2011 – Ida-Virumaa aasta koolitaja, 2018 – aasta matkategelane

Katrin Pärnpuu elus on õnnel, juhustel ja kokkusattumustel oma roll. Kõik need mängisid oma osa, kui ta ligi paarkümmend aastat tagasi sattus matkamise, reisimise ja matkajuhi–reisijuhi töö juurde. Kogutud ja kogunevaid kogemusi jagab ta juba pea 10 aastat õpihimulistele täiskasvanutele Haapsalu Kutsesõidukeskuses. Armastusest looduse ja matkamise vastu leidis end peagi ka suhtest Eesti Matkaliiduga, olles aastaid Matkaliidu juhatuses ja ka Matkaliidu president. Matkaliidus lööb ta abistava käena kaasa ka praegu.