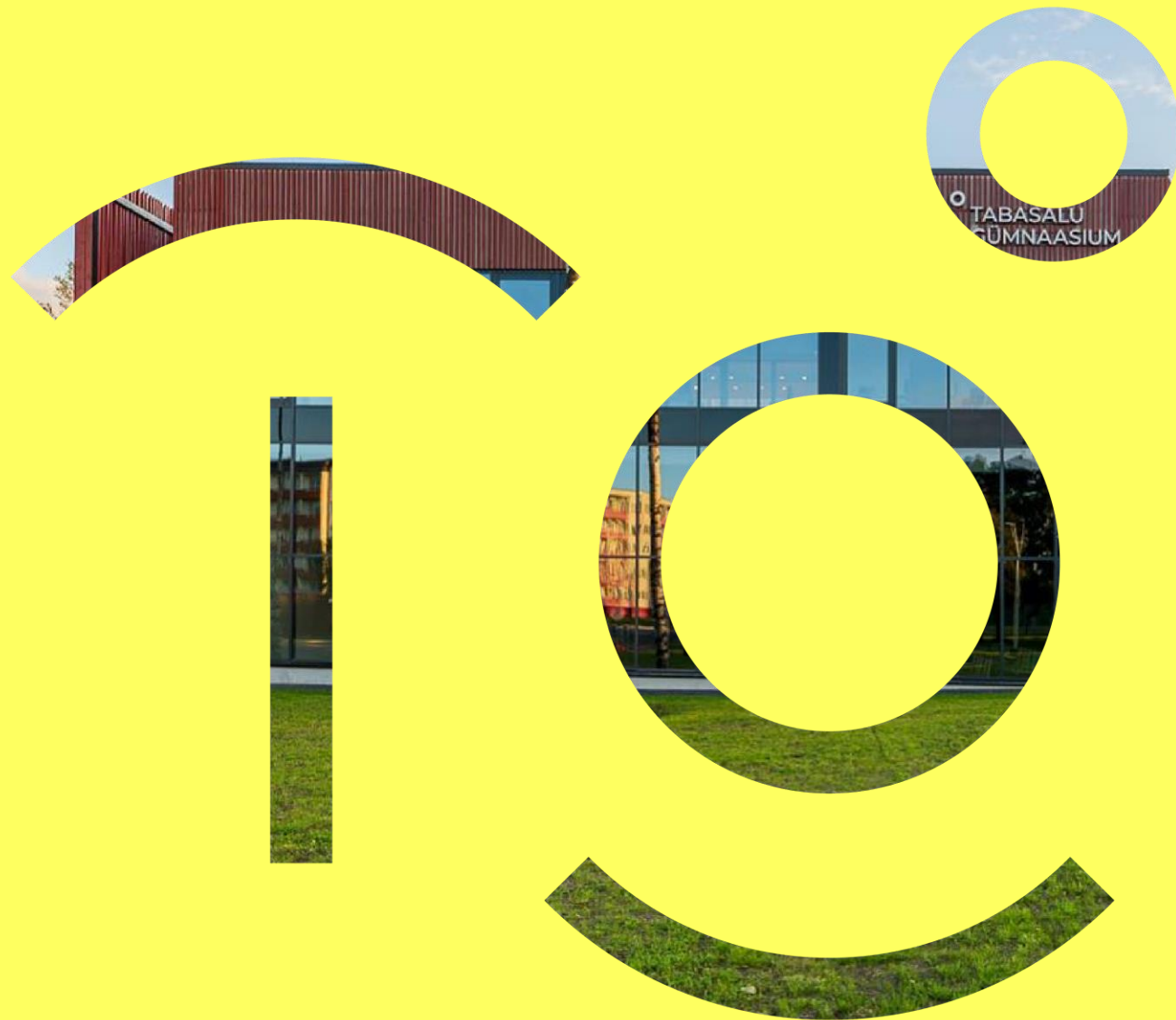


Valikained

2024/2025

I ja II semester



Tabasalu Gümnaasium soovib oma õpilastele pakkuda mitmekülgset ja laia valikut valikainetest.

Kooli poolt pakutud valikained toimuvad **sügis- ja kevadsemestril reedeti ning valikainete nädalal jaanuaris (6.01- 10.01.2025) ja juunis (2.06-6.06.2025) üldjuhul koolimajas.**

G1 peab sul olema vähemalt 4, G2 vähemalt 10 ja G3 vähemalt 15 AP.

Semestri valikained on mahult **1 AP (26 tundi)**, seal sees on auditoorne ja iseseisev töö.

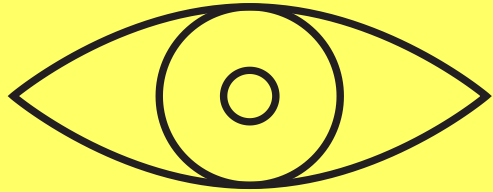
Valikaineid hinnatakse **AR/MA.**

Pärast aine lõppu küsitakse õppijalt **tagasisidet.**

**Tabasalu Gümnaasiumis korraldatud valikained
on sellel aastal viiest valdkonnast.**



Näe oma
tulevikku!



I semester

13.september 2024 – 24.jaanuar 2025

Reedeste valikainete tundide ajad:

1. 8:30-9:45
2. 10.00-11.15
3. 11.25-12.40
4. 12.50-14.05

Kultuur ja keeled

1. Soome keel 2 kursust A1 YKI- Catlyn Kirna
2. Saksa keele erinevad tasemed- Kirke Org Jaanus
3. American English Club- TalTech Mectory
4. Hiina keel ja kultuur- Konfutsiuse Instituut
5. Teleproduksioon- Kätlin Kontor Kirss
6. Kultuuriklubi Marianne Helena Rammo ja Laura Esta

Sotsiaalteadused:

1. Ajakirjandus- see on nii huvitav!- Madis Jürgen
2. Sissejuhatus praktilisse õigusteadusesse- Krista Savitsch
3. Probleemilahenduse oskused- Jaanika Järvlepp
4. Praktiline psühholoogia- Tiina Jõgeda
5. Kuidas lugeda inimesi?- Priit Laatre
6. Teenusedisain ja disainmõtlemine- Helena Veidenbaum
7. Küberturvalisus igapäevaelus- Catlyn Kirna
8. Rahvusvaheline projektijuhtimine- Marianne Helena Rammo

Loodusteadused:

1. Praktiline looduse tundmine- Aune Veersalu
2. Matemaatika tasanduskursus- Andreas Viikvald
3. Süvendatud matemaatika- Kalli Hein
4. Inseneeria ja tootmine
5. Mehhatroonika
6. Elekter Tallinna Tehnikakõrgkool
7. Programmeerimine Pythonis algajad- Kati Ilus
8. Tarkvaraarendus- Kati Ilus
9. Heli- ja valgustehnika alused- Rasmus Maasen
10. Google sheets e-kursus- Carita Hommik

Liikumine ja mõttesport:

1. Toitumispsühholoogia- Anne-Mai Küünemäe
2. Spordisündmuse korraldus- Tauri Tuisk

Ettevõtlus:

1. Eraisiku rahandus- Karl Läll
2. Majandusõpe algajatele- Krista Savitsch

Oskused iseseisvaks eluks:

1. Autokool- Reaali Autokool

Lisaks on sul võimalus valida aineid ka väljaspool kooli:

Edumus <https://school.edumus.ee/>

Teaduskool <https://teaduskool.ut.ee/et/kursused>

Tallinna Ülikooli Õpilasakadeemia <https://www.tlu.ee/akadeemia>

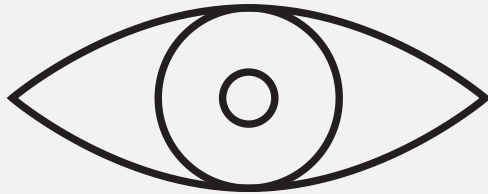
Tartu Ülikool <https://oigus.ut.ee/et/e-kursus-oiguse-alused-mittejuristile>

TalTech Tehnoloogiakool

- <https://taltech.ee/tehnoloogiakool/noore-inseneri-programm>
- <https://taltech.ee/tehnoloogiakool/tuleviku-loodusteadlase-programm>
- <https://taltech.ee/tehnoloogiakool/tuleviku-insener-disainer>

Sul on võimalus **taotluse alusel** väljaspool kooli **juhendatud huviharidust** üle kanda valikainete arvestusse (sport, muusika, kunst, keeled vms). Avaldus tuleb esitada õppejuhile.

Tunniplaan

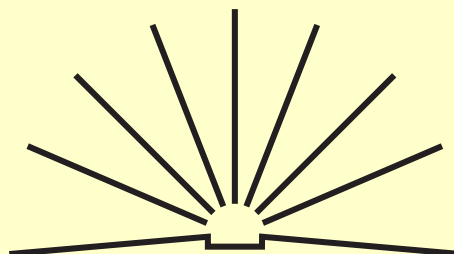


Tund	Aeg	147	149	150	201	205	211	228	230	231	216	Arvutiklass	Mõtetmängude tuba
1	8.30-9.45	Kuidas lugeda inimesi? 1 grupp Priit Laatre	Inseneeria ja tootmine Lauri Soosaar 20.09	Fotograafia Margus Metsaäär 13.09 üle nädala		Küberturvalisus Catlyn Kirna	Saksa keel Kirke Org Jaanus	Majanduse alused Krista Savitsch	Süvendatud matemaatika Kalli Hein 13.09 üle nädala	Probleemilahenduse oskused Jaanika Järvelepp 20.09		Programmeerimine Python Kati 20.09 üle nädala	
2	10.00-11.15	Kuidas lugeda inimesi? 2 grupp Priit Laatre			Praktiline psühholoogia 1 gr Tiina Jõgeda 20.09	Soome keel Catlyn Kirna		Sissejuhatus õigusesse Krista Savitsch		Toitumispsühholoogia Anne-Mai Künemäe	Spordisündmuse korraldus Tauri Tiik 13.09 üle nädala		
3	11.25-12.40	Kuidas lugeda inimesi? 3 grupp Priit Laatre	Mehhatroonika Rasmus Kits 20.09	Rahatarkus Karl-Robert Läll 12.15- 14.45 13.09 üle nädala		Praktiline loodus Aune Veersalu 20.09		Teleproduktioon Kätlin Kontor Kirss	Elekter ja automaatika Kristi Tõlp 13.09 üle nädala	Teenusedisain ja disainmõtlemine Helena Veidenbaum		Tarkvaraarendus Kati Ilus 20.09 üle nädala	
4	12.50-14.05				Praktiline psühholoogia 2 gr Tiina Jõgeda 20.09					Ajakirjandus- see on nii huvitav! Madis Jürgen			Rahvusvaheline projektijuhtimine Marianne Helena Rammo 20.09

Autokool toimub neljapäeviti kell 16.00- 18.30.

Esimene kogunemine 19.09 kell 16.00- 17.00 auditooriumis ja siis jagate ennast kahte gruppi.

KULTUUR JA KEELED



Soome keel

Catlyn Kirna on pikaajaline õpetamise kogemusega õppejõud ja õpetanud ka Tabasalu Gümnaasiumis erinevaid aineid. Catlyn Kirna on õppinud soome keelt Tallinna ülikoolis (tase B2) ja elab osajaga Soomes.

Teemad: Soome keele algkursus. Kursuse jooksul õpitakse soome keelt tasemele A1 ja tutvutakse Soome riigi ja eluga.

Sõnavara: hääldamine, tervitused, numbrid, inimesed, ilm, pere, söök ja jook, igapäevaelu ja muud baassõnad.

Grammatika: vokaaliharmonia, verbitüübid, osastav ja omastav kääned, mitmus, astmevaheldus, küsimused jne.

Kursus kasutab Suomen Mestari 1 raamatut + lisamaterjale.

Sügissemester alustab algusest, kevadsemester jätkab. Kui keegi juba oskab natuke soome keelt, võib ühineda ka kevadel.

Kursuse eesmärk on jõuda A1 tasemeni, mida saab soovi korral kinnitada [YKI testiga](#). Lisainfo selle kohta kursuse alguses.

Õpiväljundid:

Kursuse läbinud õpilane:

- oskab soome keelt A1 tasemel;
- teab peamisi fakte Soomest ja soome kultuurist;

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- läbida kõik kursuse testid: ca iga kolmas tund on test selle peale, mida on õpitud vahepeal, näiteks sõnavara või grammatika. Test on läbitud, kui tulemus on vähemalt 60% punktidest
- teha ülevaade ühest soome keele grammatika teemast (kevadel)
- osaleda vähemalt 70% tundidest: kuna kohtumisi on nii vähe, siis on keeruline, kui palju puududa; osalemisarvestust peetakse mõlemal semestril eraldi.
- Ainesse mahub maksimaalselt 24 õpilast

Saksa suhtluskeelee A1.1 taseme valikkursus algajatele (eeskätt suhtlusoskuse arendamiseks)

Kirke Org-Jaanus on TBG saksa keele õpetaja

Kas ei oleks tore, kui saaksid Saksamaal, Austrias või Šveitsis reisides aru sellest, millest kohalikud räägivad, mõistaksid, mida seales kohvikus või restoranis pakutakse, ehk lühidalt, saaksid hakkama saksakeelses igapäevasuhtluses?

Kui nii, siis on see saksa suhtluskeelee A1.1 taseme valikkursus algajatele just Sulle!

Kursuse eesmärk on omandada saksa keel sellisel määral, et kursuse läbinu saaks hakkama lihtsamas igapäevases suhtluses. Põhirõhk on rääkimisoskuse arendamisel ja selleks vajaliku sõnavara ning grammatika algteadmiste omandamisel ja kinnistamisel.

Teemad: endast, perest, kodust, sõpradest ja huvidest rääkimine; kohvikus-restoranis tellimine, poes ostlemine.

- **Õpiväljundid:** Kursuse läbinu saab hakkama lihtsama saksakeelse igapäevase suhtlusega, oskab lühidalt rääkida endast ja oma perest, kodust, sõpradest, ning on võimeline ennast saksa keeles väljendama nii kohvikus, restoranis kui poes jms.
- **Kursuse läbimiseks on vajalik:** aktiivne osalemine vähemalt 75% ulatuses kontakttundides ja lõputesti sooritamine vähemalt 50% ulatuses.

NB! Teisel semestril võid sellele kursusele valida ka jätkukursuse.

American English Club

1 AP (26h) Kursus toimub üle nädala terve õppeaasta vältel (nii sügis- kui kevadsemestril) TalTech Mectory

Õpetajad on Inglise keelt emakeelena rääkivad erinevate valdkondade esindajad.

Teemad: Ameerika kultuur, kunst ja kirjandus; tavad ja traditsioonid; elustiil ja eripärad; sport ja meelelahutus.

Igal korral toimub arutelu ja erinevad tegevused vastaval teemal.

Õpiväljundid:

- Kursuse läbinud õpilane: teab Ameerika kultuuri eripärasid;
- arutleb erinevatel Ameerika kultuuri ja traditsiooni puudutataval teemadel; mõistab kuulnud teksti tuttavalt ja vähemtuttaval teemal;
- osaleb vestluses erineva keeletasemega inimestega;
- mõistab kirjalikku teksti tuttavalt ja vähemtuttaval teemal;

- esitleb enda jaoks huvitavat teemat;
- arendab suulist eneseväljendusoskust ja Ameerika inglise kõnekeelt.

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- Osaleda vähemalt 13 kohtumisel aasta jooksul ja koostada lühike ülevaade läbitud teemadest vastutavale õpetajale (Liis Raudvere).
- **Sügissemestri toimumise ajad:** 23.09, 7.10, 21.10, 4.11, 18.11, 2.12, 16.12.

Aines osalejate arv ei ole piiratud.

Fotograafia

Margus Metsäär on olnud seotud mitmesuguste fotograafia alaste projektide ja koolitustega, ta on õpetanud nii gümnaasiumis kui ma EKA kursustel. Margus Metsäär on osalenud mitmetel isik- ja ühisnäitustel. Ta korraldab galeristina tööd fotograafiasuunalises Galerii1826-s ja töötab fotograafina Studio edge4est´is.

Oma kunstilises tegevuses on ta peamiseks suunaks inimene läbi portree ning maailma- ja enesetunnetus läbi abstraktse foto.

Teemad:

- Sissejuhatus fotograafiasse (ajalugu, stiilid, žanrid).
- Fototehnika (foto tekkimine, fotoaparaadi kasutamine, tehniliste parameetrite nt ISO, fookuskaugus jne ülevaade ja erinevate fotograafiliste kujutiste tegemise võimalused).
- Fotograafia kunstilised väljundid (kompositsioon, valgus, tähendused, värvid, taju, stiil, žanr jne).
- Valgus (loomuliku kui ka kunstliku valguse kasutamise põhimõtted, põhiliste valgusskeemide ülevaade, valguse tajumine).
- Sissejuhatus analoogfotograafiasse (aparaatide areng, salvestusvõimalused alates dagerrotüüpiast kuni tänapäevaste ilmutusprotsessideni).
- Loovus ja kunstiline väljendus.

- Fototöötlus (ülevaade erinevatest fototöötlusprogrammidest).
- Kursusetöö, loovtöö.

Kursuse läbinud õpilane:

- Omab teadmisi fotograafia ajaloo kohta.
- Oskab analüüsida erinevaid fotograafia stiile ja meetodeid.
- Oskab elementaarsel tasemel kasutada fotoaparaati ning omab arusaama, kuidas saavutada eesmärgistatud tehnilist tulemust.
- Omab algseid teadmisi analoogfotograafiast.
- Omab ülevaadet fototöötlusprogrammide ja nende võimalustest.
- On võimeline iseseisvalt looma fotot, kui enda loovuslikku väljendust.

Hindamine: Arvestus läbi lõputöö (loovtöö) teostamise

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- Võimalusel fotoaparaadi kasutamine (ei ole ilmtingimata vajalik, piisab ka mobiiltelefonist).
- Arvuti kasutamise võimalus iseseisvate tööde tarbeks vajalike materjalidega tutvumiseks (fotode vaatamine, kirjanduse lugemine jne) ja fototöötlusprogrammide kasutamise lisamaterjaliga tutvumiseks (YouTube jne).

Teleproduksioon

Kätlin Kontor-Kirss on hariduselt jurist, kuid töötanud enam kui 25 aastat hoopis meediavaldkonnas, nii raadios kui televisioonis ning teleproduksiooni ettevõtetes. Saatejuhi, diktori ja toimetaja tööle lisaks on Kätlin stsenaristina (varjunime Eleonora Berg all) kirjutanud Eesti televaatajale hästi tuntud telesarjad „Kelgukoerad“, „Pilvede all“, „Kartulid ja apelsinid“, „Üheotsapilet“, „Sinu, minu, meie“, „Kümnest kümme“ ja stsenaariumid filmidele „Pilvede all. Neljas öde“, „Õigus õnnele“, „Salmonid. 25 aastat hiljem“. Lisaks on Kätlin tootnud dokumentaalfilme, kirjastanud raamatuid, osalenud start-up projektide käivitamises ning loonud turundusprojekte, mis on väärinud kõrgeima tunnustuse eri konkurssidel (Kuldmuna, Eesti Meelelahutusauhinnad, Digitegu). Täna tegutseb Kätlin nii stsenaristi kui teleprodutsendina, samuti vabakutselise ajakirjaniku ja turundusspetsialistina. Lisaks on Kätlin rahvakohtunikuks Harju Maakohtus.

Oled kuulnud telemaagiast? Nüüd on sul võimalus teada saada millega tegu ja seda ise kogeda. Teleproduksiooni kursus annab sulle põhiteadmised televisiooni ajaloost, arengust, parimatest praktikatest ning tänapäevast võimalustest. Õpid tundma ja mõistma seda maailma, kus sünnivad parimad telesaated, seriaalid, filmid ja formaadid, mis vallutavad maailma. Tunned ära, kas ka sinul võiks olla tulevikus oma roll selles pöörases, kuid nii ahvatlevas ja loovas valdkonnas.

Teemad, mida lähemalt tundma õpid:

- Televisiooni ajalugu ja areng;
- Teleproduksiooni areng ja tänapäev;
- Teletootmise protsessid ja vahendid;
- Parimad praktikad meilt ja mujalt;
- Teleproduksiooni meeskond, televisioon kui tiimitöö;
- Millest sünnib telemaagia;
- Praktiline töö võtteplatsil;
- Vastutus loomingus: eetika, moraal, juriidika.

NB! Sügissemestril toimuvad Tabasalu Gümnaasiumis uue noortesarja „Märkamatu“ võtted, milles ka antud kursusel osalejatel on võimalus kaasa lüüa. Lisaks kutsub Kätlin tundidesse televaldkonna tänased tipud ehk toimuvad harivad ja inspireerivad kohtumised mõne saatejuhi, produtsendi, operaatori, stsenaristi jt põnevate ametite esindajatega.

Kursuse läbinud õpilane on tuttav televisiooni ajaloo, arenguga ning mõistab televaldkonna tänaseid toimimisprintsiipe. Ta on nii teoorias kui praktikas tuttav erinevate rollidega teleproduksiooni meeskonnas ja on võimeline end rakendama vähemalt ühes ametis antud valdkonnas. Ta mõistab meeskonnatööd ning oskab arvestada nii eetilisi kui juriidilisi aspekte. Telepisikuga nakatumine on väga tõenäoline!

Kursuse läbimiseks on vajalik kohalolu miinimum 75% ning kursuse juhendaja antud praktilise ülesande sooritamine ja esitamine (kirjalikult, igaühel individuaalne ülesanne).

Kultuuriklubi

Kultuuriklubi valikainet annavad **Laura Esta ja Marianne Helena Rammo**, staažikad kultuurihuvilised. Tõenäoliselt leiad meid teatripuhveti sabast, kinolinastuse esireast või raamaturiiulite vahelt.

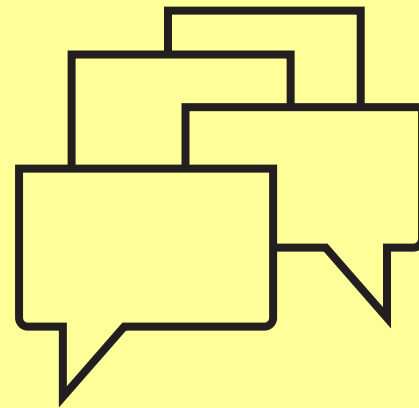
Teemad:

Filmi- ja sõnakunst.

Kursuse läbinud õpilane:

- on vaadanud üht maailma filmiklassika tähtteost
- on lugenud üht maailmaklassika kuldvarasse kuuluvat teost
- on analüüsinud üht legendaarset telelavastust
- teab erinevaid eesti ajakirjanduslike väljaandeid ning on kursis seal ilmuvaga

SOTSIAALTEADUSED



Ajakirjandus- see on nii huvitav!

Kogemusi ja näpunäiteid jagab 30 aastat Eesti Ekspressis töötanud **Madis Jürgen**. Ja kui hästi läheneb, paneme kursuslaste kobedamatest töödest ka kogumiku kokku.

Kursusel tutvustatakse ajakirjandusžanre ja loo kirjutamise protsessi idee sünnist valmis teoseni. Analüüsitakse lehelugusid, arutatakse, miks mõnda teksti on mõnus lugeda ja teist mitte. Miks mõni lugu haarab kaasa, teise läbi lugemine on tõsine töö.

Kursuslased saavad igas põhižanris ka ise kätt proovida, uudist, intervjuud või portreelugu proovida teha.

Teemad:

- Mis on ajakirjandus? Miks seda vaja on? Kuidas seda tehakse?
- Mida kujutavad endast ajakirjanduslikud žanrid - arvamislugu, uudis ja olemislugu (intervjuu, reportaaž, portreelugu jne)?
- Räägime ajakirjandusest, mida on huvitav lugeda ja mida on ka endal huvitav teha.

Kursuse läbinu saab ettekujutuse, mida peab tegema selleks, et sünniks hea lugu. Kuidas valmistuda intervjuuks, kuidas võita allika usaldust. kuidas end teemaga kurssi viia, mida panna tähele reportaazi või portreelugu tehes; missuguseid küsimusi küsida ja missuguseid mitte jne jne.

Kursuse käigus käiakse ka mõnes toimetuses kohal ja kohtutakse tegevajakirjanikega, kes räägivad oma tööst.

Kursuse läbimiseks on vajalik käia kohal, näidata üles huvi ja leidlikku meelt ja püüda kirjutada valmis kirjatööd, mis on teha antud. Kursuse edukalt läbinu saab arvestuse.

Sissejuhatus praktilisse õigusteadusesse

Krista Savitsch on majandus- ja ühiskonnaainete õpetaja ning õpilasfirmade juhendaja.

Kursuse eesmärk on tutvustada Eesti õigussüsteemi, õigusameteid ja õigushariduse omandamise võimalusi. Kursus annab algteadmised mitmest õigusvaldkonnast ja on praktilise loomuga.

Kursus annab praktilisi teadmisi tavakodanikule ning loob ettekujutuse õigusteaduse õppimisest ülikoolis ning erinevatest õigusametitest. Kursus on loodud neile, kes ei ole õiguse spetsiifiliste valdkondadega varem kokku puutunud.

Õpetamine toimub eluliste juhtumite põhiselt erinevaid valdkondi omavahel lõimides.

Kursuse lõpetaja saab algteadmised teemadel:

Mis on õigus ja kuidas see tekkis; Eesti õigussüsteemi ajalooline kujunemine; Õigussuhe; Põhiseadus; Inimõigused; erinevad õigusliigid; Lepingud; Tarbijakaitse; Karistamine ja karistusõigus; Kohtumenetlus.

Kursuse käigus tutvutakse erinevate kaasustega ning lahendatakse ka üks kaasus Riigikohtu konkursi raames. Võimalusel külastatakse ühte kohtu liiki või kutsutakse õigusvaldkonda esindav külaline.

Kursuse läbinud õpilane:

1) mõistab õiguse olemust ning põhimõtteid, millel rajanevad Eesti

Vabariigi põhiseadus ja teised seadused;

2) omandab teadmisi Eesti õigussüsteemist;

3) kujundab teadlikkust orienteeruda õigusküsimustes, arendab tahet ja võimet osaleda õiguslastes diskussioonides ning lahendab iseseisvalt õigusprobleeme;

4) kujundab oma õiglus- ja õigustunnetust, sallivust ja austust teiste inimeste ning tõekspidamiste vastu;

5) arendab efektiivse õiguskäitumise seisukohast olulisi oskusi, nagu kriitiline mõtlemine, analüüs, suhtlemine, vaatlus, probleemide lahendamine;

6) avardab oma teadlikkust õigussüsteemi toimimisest ning seaduste, juristide ja õiguskaitseorganite rollist;

7) omandab algteadmisi kutsevaliku võimalustest Eesti õigussüsteemis.

8) tutvub erinevate kaasustega ja osaleb Riigikohtu konkursil ühe kaasuse lahendamisega.

Kursuse jooksul saadakse 3 arvestusliiku hinnet:

- üks kirjalik töö õpitud materjali peale
- osalemine Riigikohtu konkursil ühe kaasuse lahendamisega
- kokkuvõtte õppekäigust kohtumajja või külalisesinejast

Probleemilahenduse oskused

Jaanika Järvlepp on Tabasalu Gümnaasiumi õpilasnõustaja ja tervisevaldkonna eestvedaja.

Me kõik puutume oma elus kokku erinevate probleemidega

Teemad:

- Vaatleme erinevaid probleemide liike ja millest probleemid tulenevad ning läheneme neile lahenduskeskselt.
- Selle õppeaine jooksul vaatame otsa erinevatele probleemsituatsioonidele ning mängime läbi nende lahendused.

Õpiväljundid:

- teadlikkuse tõus probleemilahendamise viisidest
- praktilised harjutused ja teadmised, kuidas probleeme lahendada

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- kohalkäimine,
- aktiivne osavõtt,
- teostada lõpuülesanne.

Kursuse mahust (26h) on 14 tundi kontaktõpe ja 9 tundi iseseisev/praktiline töö.

Praktiline psühholoogia

Tiina Jõgeda on töötanud ajakirjanikuna (põhiliselt Eesti Ekspressis) ja psühholoogilise nõustajana oma nõustamiskabinetis Sigmund.

Ta on lõpetanud Professionaalse Psühholoogia Erakooli ja kirjutanud õnne ja psühholoogia teemalist kolumni ajalehes Eesti Ekspress. Praegu kirjutab Postimehes kolumni Hea elu teejuht. Ta on kirjutanud raamatud Õnne valem ja Luba endale midagi head.

Kursus jaguneb kaheks teemablokiks:

1. Isiksusepsühholoogia (Kuidas ennast mõista? Kuidas ennast kehtestada ja saada seda, mida tahad? Kuidas teada, mida tahad? Kuidas oma tunnetest aru saada ja kuidas neid juhtida? Optimism ja pessimism. Nautimine ja pingutamine. Õnn ja rahulolu)

2. Suhtlemispsühholoogia (Kuidas luua suhteid? Kuidas suhelda nii, et tore oleks nii minul kui teistel? Kuidas teisi kuulata? Empaatia. Lojaalsus. Tõrjumine. Stress. Depressioon. Rõõmustamisvõime.

Kursuse läbinud õpilane: on grupitööde, eneserefleksiooni ja teoreetiliste teadmiste tulemusel endast paremini teadlik, teab enesejuhtimise algtõdesid ja paranevad suhtlemisoskused.

Kursuse läbimiseks on vajalik: tundides praktilistes harjutustes osalemine.

Mõned raamatud, millele kursus tugineb, nende lugemine pole küll kohustuslik, aga neis sisalduvad teadmised tulevad kasuks:

- Ehe õnn, Martin P. Seligman
- Õpitud optimism, Martin P. Seligman
- Motivatsioon, Abraham H. Maslow
- Emotsionaalne intelligentsus, Daniel Goleman
- Sotsiaalne intelligentsus, Daniel Goleman

Kuidas lugeda inimesi?

Priit Laatre on Tollijärelvalve (sh reisijate profileerimine) külalislektor Sisekaitseakadeemias, Tallinna majanduskoolis ning riigigümnaasiumites.

Teemad:

- Mis on inimeste profileerimine ja milleks seda vaja on.
- Risk ja riskide hindamine.
- Inimeste käitumist mõjutavad tegurid.
- Käitumise prognoosimise tunnused.
- Kehakeel (mitteverbaalse käitumise märgid ja tähendused).
- Valetamine. Valetamisele viitavate tunnuste avastamine (märguandesignaalid).
- Nägu kui raamat.
- Emotsioonid ja silmad.
- Tätoveeringud kui pildiraamat inimkehal.
- Milliseid sõnumeid soovitakse edastada.

Omandatud on tehnikad, mis aitavad õpilastel edasises elus:

- õigemaid valikuid ja otsuseid teha;
- paremini ja tõhusamalt suhtlema;
- tõhusamalt läbirääkima;
- perspektiivituid olukordi kiiremini ära tundma ning ennetama ja vastavalt enda käitumist reguleerima;
- hinnata inimeste usaldusväärust võimalikult täpselt juba suhete alustamise algetapis;
- esitama õigeid küsimusi.

Kursuse läbimiseks:

- Õpilane osaleb vähemalt 80% tundides ja lahendab tunnis ülesanded.
- Koostab esitluse kaasõpilastele.

Teenusedisain ja disainmõtlemine

Helena Veidenbaum on omandanud kraadi EKA ja TTÜ Disaini ja tootearenduse ühisõppekaval. Ta on töötanud projektjuhina disainibüroos Velvet, produtsendina animatsioonistuudios Motion, teenuseomanikuna Ampler Bikes'is, teenusedisainerina avaliku sektori innovatsioonitiimis. Praegu töötab vabakutselise produtsendina ja on külalisõppejõud.

Teenusedisaini ja disainmõtlemise kursusel omandad arusaamise teenusedisainist, disainimeetoditest ja disainmõtlemisest. Tunnid sisaldavad nii teooriat kui ka praktilisi harjutusi (individuaalselt ja grupis).

Teemad:

- teenusedisain ja disainimeetodid
- heade ja mitte nii heade lahenduste, toodete ja teenuste kaardistamine
- probleemkohtade leidmine
- topelt-teemanti disainmõtlemise mudel
- persoonade loomine
- kasutajateekonna loomine
- väärtuspakkumise disain

- prototüübi loomine ja testimine
- tagasiside küsitlus vs intervjuerimine

Kursuse läbinud õpilane oskab märgata häid ja arendamist vajavaid tooteid ja teenuseid. Ta oskab ideid genereerida ja katsetada. Õpilane on harjutanud uue lahenduse prototüüpimist ja testinud seda sihtrühma esindajatega, et näha, mis töötab, mis mitte ja mida tuleks järgmise prototüübi edasiarenduse käigus teisiti teha. Õpilase empaatiavõime on suurem ja ta oskab end teiste kingadesse asetada ning vaadata maailma läbi teiste silmade.

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- osavõtt õppetööst
- iseseisva töö tegemine ja esitamine
- grupitöös osalemine, panustamine ja esitlemine

Lugemiseks:

Simon Sinek "Esmalt küsi "miks."

Kuidas edukad inimesed ennast ja teisi tegudele inspireerivad,,

Tom ja David Kelley "Creative Confidence"

Knapp "Sprint. Kuidas kõigest viie päevaga lahendada suuri probleeme ja proovida läbi uusi ideid"

Küberturvalisus igapäevaelus

Catlyn Kirna töötab Tallinna ülikoolis õppejõuna, TalTechis spetsialistina ja erasektoris küberturbe konsultandina. Peamine fookus kübervaldkonnas on tavainimesed ja nende küberturbe: kuidas ennast kaitsta, mis on peamised ohud. Catlyn haldab ka laste küberturbemängu Spoofy: www.spoofy.ee

Teemad: Kursuse eesmärk on vaadelda küberturvet tavainimese seisukohast: mis kedagi mõjutab, kuidas toimuvad ründed, kuidas ennast kaitsta.

Kursuse jooksul räägitakse:

- Mis on küberturve
- Tavainimese ja tema kodu küberturve
- Peamised küberrünnakud: olemus ja näited
- Häkkerid ja kübersõda
- Tehisintellekt ja algirütmid

Kursusel osalemiseks ei ole vaja programmeerida, aga programmeerimisoskust võib kasutada kodutöodes.

Kursuse raames tehakse koostööd erasektori ja TalTechiga.

Kursuse läbinud õpilane:

- Teab ja oskab kasutada peamisi juhiseid enda kaitseks kübermaailmas
- Oskab neid juhiseid ka edasi anda
- Tunneb ära peamised küberründed

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- Osaleda vähemalt 60% tundidest (osa arvestuslikest töödest toimub tunnis)
- Esitada kõik arvestuslikud tööd: kolm tehakse tundides ja kolm kodutööd (praktilised ja teoreetilised, juhised aine alguses).

Rahvusvaheline projektijuhtimine

Marianne Helena Rammo juhib TBG-s koolielu, kultuuri ja kommunikatsiooni.

Aine annab teadmised projekti tsüklis ning tutvusta olulisimaid põhimõtteid, kuidas kirjutada projekti, annab teadmised programmide rahastusvormidest ja taotlusvõimalustest ja loob eeldused neid reaalses elus kasutada.

Aine haarab endas üht külalistundi kogunud projektispetsialisti või praktiku poolt. Töö toimub Microsoft Teamsi keskkonnas.

Teemad:

- Meeskonnatöö
- Õppeliigid: mitteformaalne õpe
- Projektitöö: projekti etapid, eesmärgistamine, vajalikkus, tähtsus, aktuaalsus, sihtgrupp.
- Erasmus+ ja Euroopa Solidaarsuskorpuse programmid

Kursuse läbinud õpilane:

- Tunneb mitteformaalse õppimise põhimõtteid ja meetodeid;
- Tunneb meeskonnatöö põhitõdesid;
- Tunneb projektijuhtimise põhitõdesid ja oskab neid igapäevaelus rakendada;
- Oskab analüüsida projekti etappe ja ennetada riske. Tunneb rahastusvorme ja -võimalusi.

Valikaine arvestatud saamiseks:

- Aktiivne osalemine tundides ja praktilistes tegevustes;
- Õigeaegselt esitatud kodutööd;
- Grupitööna esitatud projektikirjeldus;
- Projektikirjelduse esitlus.

LOODUSTEADUSED ja TEHNOLOOGIA



Praktiline looduse tundmine

Aune Veersalu on bioloog, kes püüab tunda metsas nii taimi, loomi, linde, seeni kui putukaid ja seoseid ökosüsteemides. Ta on juhendanud välipraktikume TLÜ-s ja TÜ-s.

Hariduselt on ta hüdrobioloog, kes viimasel ajal on tegelenud põhiliselt ebapärlikarbiga ja ka õpetajatööga.

Aines **õpime tundma** liike, ökosüsteeme ja nende toimimist praktiliste õppekäikudega kooli ümbruses ja kaugemal.

Samuti loodusandide kasutamist (söödavad/mürgised marjad, seened, taimed, ravimtaimed), loomade tegevuse jäljed.

Eraldi teemad on sügisel seened, marjad, veeloomad, ökosüsteemide ja liikide valmistumine talveks.

Teemad:

- Millisest ümbrustest missuguseid liike oodata.
- Mis liigid on ohtlikud või mürgised.
- Kuidas liike kasutati või võib kasutada, näiteks toiduks või raviks.
- Millistes toiduahelates levinud liigid on.
- Liikide sümbiootilised suhted.

- Näha erinevaid liike eri aastaaegadel ning eri kellaaegadel.
- Olla looduses/metsas pikemat aega, et nähe erinevusi öö ja päeva vahel.
- Mida metsa kaasa võtta.
- Millised liike mõjutab inimtegevus kõige rohkem.
- Millised liigid on ohustatud inimtegevuse tõttu.
- Mida teha kui leiad võõrliigi.
- Kuidas võõrliigid hävitavad kohalike liike.

Valikaine arvestatud saamiseks:

- Aktiivne osalemine tundides ja praktilistes tegevustes;
- Õigeaegselt esitatud kodutööd.

Matemaatika tasanduskursus

Andreas Viikvald on TBG matemaatika õpetaja ja haridustehnoloog.

Aine on soovituslik kõigile, kellel on põhikooli matemaatika põhiteemades vaja meeldetuletamist ja ülesannete läbilahendamist.

Teemad:

- Tehted üks- ja hulkliikmetega.
- Tehted astmetega.
- Algebraised murrud ja ratsionaalavaldiste lihtsustamine.
- Lineaar- ja ruutvõrrandite ning võrrandisüsteemide lahendamine.
- Funktsioonid ja funktsioonide graafikud.
- Trigonomeetrilised seosed ja avaldised.
- Täisnurkse kolmnurga lahendamine.

Õpilane oskab:

- lihtsustada ratsionaalavaldisi;
- tunneb ja oskab kasutada algebraisi abivalemeid;
- kasutab võrrandite põhiomadusi lineaar- ja ruutvõrrandite lahendamisel;
- oskab lahendada lineaarvõrrandisüsteemi eri võtete abil;
- lahendab tekstülesandeid võrrandi või võrrandisüsteemi abil;
- tunneb funktsiooni mõistet ja erinevate funktsioonide omadusi;
- joonestab ja loeb funktsioonide graafikuid;
- kasutab Pythagorase teoreemi ja täisnurkse kolmnurga trigonomeetrilisi seoseid kolmnurga lahendamisel.

Kursuse läbimiseks on vajalik:

Sooritada kõik arvestuslikud tööd vähemalt 50%-le.

Süvendatud matemaatika

Kalli Hein on kogemusega TBG matemaatikaõpetaja.

Kursus on mõeldud G3 laia matemaatika õpilastele omandatud kursuste teemade osaoskuste süvendamiseks.

Laia matemaatika õppekava on väga tihe nii kursuste arvu kui sisu poolest, siis keerukamate ülesannete lahendamiseks ei jätku ajalist ressursi.

Teemad:

- Integraal.
- Planimeetria.
- Stereomeetria.

Selle kursuse eesmärk on korvata ajalise ressursi puudujääki. Lahendada "krõbedamaid" ülesandeid, korrata õpitud teoreetilist materjali, leida uusi seoseid ja eksperimenteerida erinevate lahendusvõtetega.

Kursuse läbimiseks on vajalik: 75% tundidest osavõtt + 1 rühmatöö (ülesannete lahendamine).

Inseneeria ja tootmine

Lauri Soosaar on mobiilsete töökodade kaasasutaja, STEM õpetaja, mehaanikainsener, tootmis- ja müügijuht, ettevõtja, hariduse uuendaja, teaduse ja tehnoloogia populariseerija, Eesti Tehnoloogiakasvatuse Liidu juhatuse ja Eesti Masinatööstuse Liidu nõukogu liige.

Infotehnoloogia, mehaanika, elektroonika ja inseneeria maailmate üheks põnevaks tervikuks lõimimine on muutunud tänapäeval üha olulisemaks. Heaks näiteks on erinevad robotid.

[Kursuse tutvustav video](#)

Kursuse käigus saavad õpilased ülevaate tänapäevastest moodsatest tootmisprotsessidest ja -tehnoloogiast ning õpivad ette valmistama digitaalseid töötlusfaile arvjuhitavatele seadmetele.

Kursuse läbinud õpilane:

- oskab valmistada 3D-mudeleid programmi Fusion360 kasutades
- tunneb arvjuhitava seadme (CNC) tööpõhimõtet (lasertöötlus, 3D printer, CNC frees)
- oskab ette valmistada tööfaile CNC seadmele
- oskab õpitut seostada tootmisettevõtte vajadustega
- oskab valida optimaalseid töötlemisviise soovitud detailide töötlemiseks ja valmistada tooteid

Kursuse läbimiseks on vaja sooritada praktilised tööd.

Mehhatroonika

Rasmus Kits on STEM õpetaja, ettevõtja, hariduse uuendaja, Eesti Teadushuvihariduse Liidu ja Eesti Informaatikaõpetajate Seltsi juhatuse liige, Robotex võistluste peakohtunik, First Lego League Eesti peakohtunik, Tallinna XXI Lego Innovatsioonistuudio arendusjuht.

[Kursuse tutvustav video](#)

Kursuse eesmärgiks on pakkuda arusaamist:

- mehhatroonikast kui inseneeriavaldkonna alast, mis interdistsiplinaarsena seob mitmeid oskuseid nagu elektroonika, programmeerimine, üldised digipädevused

Valikkursusel käsitletakse:

- mehhatroonika- ja robotikasüsteemi põhimõisteid ning süstemaatikat, nende süsteemide kasutusvaldkondi ning eripära,
- seadmete projekteerimise üldisi aluseid;
- mehaanika, elektroonika ja tarkvara tervikuks lõimimise üldpõhimõtteid;

- sissejuhatust anduritehnikasse ja ülevaadet sellest, andurite kasutamise üldpõhimõtteid;
- sissejuhatust mikrokontrolleritesse ja nende programmimisse;
- sissejuhatust täitursüsteemidesse ja nende tööprintsipiidesse ning mehhatroonikasüsteemi ideeprojekti koostamist.

Kursuse läbimisel õpilane:

Teab kokkuvõtlikult mehhatroonika (robotika) ajalugu ja valdkonnaga seotud aspekte.

Mõistab tänapäevaste digitaalsüsteemide ja nende kasutamisega seotud lihtsamaid tehnilisi aspekte.

Oskab koostada lihtsaid voluringe ning kasutada lihtsamaid elektroonikakomponente.

Tunneb kõige lihtsamal tasemel programmeerimisvõtteid riistvara juhtimisel.

Kursuse läbimiseks on vaja sooritada praktiline arvestuslik töö.

Elekter ja automaatika

Kristi Tõlp on ettevõtja ja Tallinna Tehnikakõrgkoolis õppejõud. Elektrivaldkonnas on olnud juba üle 10 aasta.

Elekter- automaatika on õppeaine, mis tutvustab õpilastele elektri ja automaatika baasteadmisi.

Kursuse käigus uuritakse elektri algtõdesid, lihtsamate elektriskeemide koostamist, automaatikasüsteemide aluseid, programmeerimise aluseid ja innovaatilisi tulevikutehnoloogiaid.

Õpilased saavad läbi praktiliste kogemuste ja avatud õppe ülevaate elektri ja automaatikaskeemidest, robotite ehitamisest ja programmeerimisest ning avastavad, kuidas need tehnoloogiad juba täna meie igapäevaelu mõjutavad.

Kursuse lõpul õppija:

- Tunneb elektri alusteadmisi;
- oskab lugeda lihtsamaid elektriskeeme;
- koostab algelisi vooluringe ning teab nende tööpõhimõtet;

- omab arusaama programmeerimisest ja robotite juhtimisest;
- tunneb algoritmide loomist ja loogikat;
- rakendab loomingulist mõtlemist, probleemilahendusoskust ja meeskonnatöö kogemust läbi praktiliste elektriprojektide;
- rakendab ettevõtliku mõtlemist ja loovaid lahendusi tuleviku probleemidele.

Kursuse sooritamiseks on vaja:

- õppeaines osalemine vähemalt 90% ulatuses
- grupidöö sooritamine
- õpetaja poolt antud praktiliste tööde tegemine ja nende esitamine tagasiside saamiseks.

Tallinna Tehnikakõrgkooli poolt pakutud valikaine toimub koolimajas ja **käiakse ka Tehnikakõrgkooli laborites ning ettevõttes.**

Tarkvaraarendus

Kati Ilus on lõpetanud Tartu Ülikooli informaatika bakalaureuseastme, andnud seminare informaatika esimese kursuse tudengitele ning hetkel õpetab nooremaid arvutihuvilisi Algorithmics Programmeerimiskoolis.

Teemad:

- Ülevaade rakenduse loomise etappidest nii tarkvaraarendus üldises plaanis kui kursusel loodava rakenduse jaoks:
 - soovituslikud mudelid
 - testimine, silumine jm
- Tarkvararakenduse prototüübi loomine järk-järgult
- Andmevahetus failidega
- Lihtne statistiline andmetöötlus
- Kahemõõtmelised andmestruktuurid
- Kahekordne tsükkel
- Rekursioon

Kursuse läbinud õpilane:

- Kirjeldab ja kasutab programmi elemente (andmestruktuurid, kahekordne tsükkel, rekursioon) ühes programmeerimiskeeles.
- Analüüsib programmikoodi ilma seda käivitamata.
- Analüüsib ülesannet, mille lahendamiseks tarkvararakendust hakkab looma ning valib selleks sobiva algoritmi. Samuti analüüsib ülesannet, mille lahendamiseks valib sobiva algoritmi ja tulemusena loob tarkvararakenduse.
- Loob koostöös teistega tarkvararakenduse toimiva prototüübi, mis lahendab etteantud ülesande.
- Loob tarkvararakenduse prototüübi jaoks vajalikud lisad (nt sobiva struktuuriga andmebaas, liidestumine seadmetega).
- Kohandab tarkvararakenduse kasutajaliidest.
- Leiab lähtekoodist vead, silub lähtekoodi.
- Haldab koostöös teistega programmeerija tööülesandeid ja lähtekoodiversioonihalduse keskkonnas.

Kursuse läbimiseks on vajalik kohustuslikud ülesanded lahendada nõutud tasemel.

Programmeerimine Pythonis algajatele

Kati Ilus on lõpetanud Tartu Ülikooli informaatika bakalaureuseastme, andnud seminare informaatika esimese kursuse tudengitele ning hetkel õpetab nooremaid arvutihuvilisi Algorithmics Programmeerimiskoolis.

Teemad:

- Programm
- Andmetüübid (arvud, sõned, tõeväärtused)
- Muutujad
- Loogilised avaldised
- Tingimuslause
- Tsükkel
- Sõned
- Järjend (massiiv)
- Alamprogrammid, funktsioon
- Andmevahetus

Kursuse läbinud õpilane:

Kirjeldab ja kasutab programmi elemente (muutuja, tsükkel, funktsioon jne) programmeerimiskeeles Python.

Analüüsib probleeme, mille lahendamiseks piisab kursusel käsitletavast materjalist ning valib probleemi lahendamiseks sobiva algoritmi.

Loob algoritmi põhjal töötava programmi.

Testib loodud programmi tööd, leiab ja parandab puudused.

Analüüsib etteantud programmikoodi ilma seda käivitamata.

Kursuse läbimiseks on vajalik kohustuslikud ülesanded lahendada nõutud tasemel.

Sissejuhatus heli- ja valgustehnika alustesse

Rasmus Maasen on töötanud helitehnikuna ja sellega seonduvate projektide juhtimisega 2014 aastast. Ta on töötanud erinevates asutustes nii helitehniku, müügimehe, kui koolitaja/juhendaja/õpetaja rollis, hetkel töötab külalisõppejõuna Tartu Ülikooli Viljandi Kultuuriakadeemias ning helitehnikuna RGB Baltic OÜ-s.

Valikainesse on oodatud kõik tehnikahuvilised, keda huvitab erinevate sündmuste tehnilised telgitagused. Eelduseks on keskmisest suurem tehnikahuvi ning oskus küsida küsimusi.

Sissejuhatus heli- ja valgustehnika alustesse, mille käigus õpitakse tundma Tabasalu Gümnaasiumi tehnikaparki - **teooria ja praktika käsikäes.**

Kursus kestab läbi aasta. Sügisel toimuvad paar koolituspäeva (kuupäevad lepitakse omavahel kokku) ja ülejäänud maht tuleb praktikast, mida läbitakse kooli sündmuste tehnilisel teostamisel, abistamisel.

Aine eesmärk on anda õpilastele ülevaade kooli heli- ja valgustehnikast ning tutvustada tehnika-alaseid baasteadmisi, kuidas helindada lihtsamaid sündmusi, kuidas lihtsate vahenditega valguspilti kujundada ning kuidas neid kooli kontekstis erinevatel sündmustel rakendada.

Teemad:

- Kaabli kerimine ja korrapärane hoiustamine.
- Helitehnika põhitõed: peamised tehnilised terminid, mikrofonide tüübid ja erinevused, helipuldid, kõlarite tüübid ja seadmete omavahelised ühendused.
- Valgustehnika põhitõed: DMX protokoll, erinevad valgustite tüübid, digitaalse valguspuldi võimalused.
- Kooli tehnikaga tutvumine.
- Sündmuse tehniliste vajaduste hindamine ja sellest tehnikavajaduste tuletamine.

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- Osaleda kolmel koolitusel
- Omada kuupäevalist praktikapäevikut
- Olla 10 sündmusel tehniline tugi
- Läbida teadmiste kontroll

Google Sheets e-kursus

Carita Hommik on matemaatikaõpetaja Tartu Jaan Poska Gümnaasiumis.

Videopõhine kursus aitab suurendada efektiivsust ja oskusi Google Sheetsi kasutamisel. Kõik videod on ettesalvestatud ja õpilane saab ise valida, millal ta neid läbib.

Teemad:

- Google Sheets baastoimingud
- Vormindamine
- Andmete korrastamine
- Funktsioonid
- Otsingufunktsioonid
- Graafikud
- Pivot tabelid
- Query funktsioonid

Osaleja:

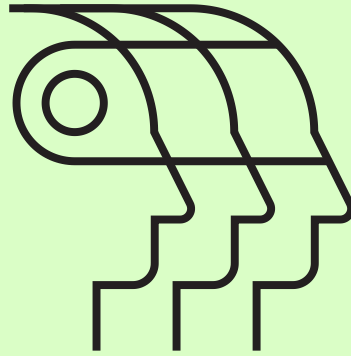
- oskab luua, avada ja salvestada Google Sheets dokumente;
- teab, kuidas manipuleerida ridadega, veergudega ja lahtritega;
- mõistab, kuidas kasutada põhilisi tööriistaribasid ja menüüsid ja oskab rakendada erinevaid vormindusvalikuid (font, värvid, äärised);

- oskab luua ja hallata tingimusvormingut kriteeriumite alusel;
- oskab seadistada rippmenüüsid lahtrites, mis aitavad juhtida sisestatavaid andmeid ja teab, kuidas sorteerida ja filtreerida andmeid;
- oskab kasutada andmete korrastamiseks mõeldud tööriistu;
- mõistab ja oskab rakendada tekstifunktsioone andmete töötlemiseks;
- oskab kasutada statistilisi funktsioone esmase analüüsi teostamiseks;
- oskab kasutada tingimuslikke ja loogilisi funktsioone andmete analüüsimiseks ja töötlemiseks ja teab, kuidas leida andmeid tabelitest otsingufunktsioonide abil;
- oskab luua erinevat tüüpi graafikuid ja teab, kuidas kohandada ja vormindada neid, et need esitaksid andmeid selgelt ja esteetiliselt;
- oskab luua pivot tabeli, et analüüsida ja kokku võtta suuri andmehulki.
- teab, kuidas kohandada pivot tabelite sätteid ja filtreid, et esitada soovitud informatsiooni;
- teab mitmeid kasulikke nippe ja kõrgetasemelisi töövõtteid, mis aitavad tõhustada tööd Google Sheetsiga.

Kursuse läbimiseks on vaja on vaadata kõik õppevideod ja sooritada ülesanded.

Vajalik on Google konto olemasolu ja võimalus kasutada arvutit.

LIIKUMINE JA TERVIS



Toitumispsühholoogia

Anne-Mai Künemäe on koolitaja, toitumisnõustaja ja -terapeut. Töötab nõustajana Confido Arstikeskuses ja õpetajana Vääna-Jõesuu koolis. Üheks peamiseks uurimissuunaks on meelelise toitumise teemad.

Teemad:

- **Emotsionaalne söömine.** Kuidas emotsioonid (stress, kurbus, igavus, üksindus) mõjutavad toitumiskäitumist.
- **Toidueelistuste ja valikute kujunemine.** Kuidas kultuurilised, sotsiaalsed ja keskkonnategurid kujundavad meie toitumisvalikuid. Turunduse ja reklaami mõju. Perekonna ja sotsiaalse keskkonna roll. Varase lapsepõlve kogemused.
- **Söögiisu ja näljatunde reguleerimine.** Kuidas aju ja hormonaalne süsteem reguleerivad söögiisu ja näljatunnet. Psühholoogilised tegurid (tajutav täiskõhutunne, toidu väljanägemine) ja nende roll selles, kui palju ning mida süüakse
- **Söömishäired.** Anoreksia, buliimia, liigsöömishäire, ortoreksia

- **Toitumise ja käitumise muutmine.** Kuidas muuta oma toitumiskäitumist tervisliku(ma)ks, erinevad kognitiivsed tehnikad (haridus, motiveerimine, toitumisnõustamine, coaching, käitumisteraapiad jms.)
- **Teadlik söömine (Mindful eating).** Teadlik kohalolek söömise ajal. Tähelepanu pööramine toiduga seotud kogemustele. Maitse, tekstuur, lõhn, välimus, hääl. Keha nälja- ja täiskõhutunde tajumine.

Kursuse läbinud õpilane mõistab, kuidas psühholoogilised, emotsionaalsed ja käitumuslikud tegurid mõjutavad toitumisvalikuid ja -harjumusi.

- Mõistab, kuidas inimese mõtted, tunded ja käitumine seostuvad toitumisega ning kuidas need omakorda mõjutavad tervist ja heaolu.
- Oskab märgata iseenda toitumist mõjutavaid tegureid ning suudab toituda teadlikult.

Kursuse läbimiseks on vajalik: Osalemine min. 70% tundides, grupitöö ja iseseisvate tööde tähtaegne esitamine ja grupitöö esitlemine.

Spordisündmuse korraldus

Tauri Tilk on töötanud 15 aasta spordikeskuse juhina ning korraldanud suuremaid ja väiksemaid üritusi.

Teemad:

- Sündmuse planeerimine,
- eelarvestamine,
- sponsorlus,
- meeskonna koostamine,
- reaalse ürituse korraldamine.

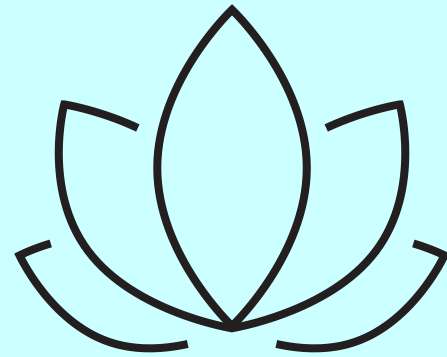
Kursuse läbinud õpilane:

- saab aru, mida tähendab ühe ürituse korraldamine,
- millised on ohud, kuidas neid vältuda.
- Kursuse lõpuks tuleb õpilastel kokku panna üks ürituse plaan ning see kogu kursusega ellu viia.

Kursuse läbimiseks on vajalik:

- osaleda loengutes,
- teha kaasa kõik praktilised harjutused,
- sooritada kõik iseseisvad ülesanded
- ning kursuse lõpuks osaleda aktiivselt ürituse korraldamises.

ETTEVÕTLUS



Rahatarkus

Karl Läll on õpetaja ja praktik rahanduses ta pöörab eeskätt tähelepanu eraisiku enda elule ja otsustele.

<https://investorkarl.ee/blog/>

Valikaine eesmärgiks on kujundada õpilase mõttemustreid selles suunas, et õpilane saaks tulevikus elulisi otsuseid (Kus ma elan? Kellena ma töötan? Kellega ma paarisuhtes olen? Mida ma oma vaba ajaga teen?) langetada niimoodi, et nende otsuste defineerivaks kriteeriumis ei oleks „Mis on rahaliselt võimalik?“ vaid „Mida ma reaalselt tahan?“

Koos õpilasega teha õpilase reaalne elu esimene investeering.

Teemad:

- Eraisiku rahanduse alused.
- Mõttemustrid, et juhtida oma elus raha, mitte lasta rahal juhtida oma elu.
- Finantsilises mõttes õnneliku elu ABC – säästa, teeni, investeeeri.
- Koduse eelarve analüüs.
- Sissetuleku suurendamise vajaduse analüüs ja praktilised võimalused.
- Rahanduse matemaatika.
- Risk.
- Investeerimise ABC – pensionisambad, mikroinvesteeringud, aktsia, võlakiri, aktsiafond, võlakirja fond, kodu ost.

Arvestuse saamiseks on vaja sooritada kolm kirjalikku hindelist tööd, mis on võrdse kaaluga.

Majandusõpe algajatele

Krista Savitsch on majandus- ja ühiskonnaainete õpetaja ning õpilasfirmade juhendaja.

Kursuse jooksul õpilased :

- omandavad majanduse põhimõisteid ja tutvuvad tänapäeva turumajanduse põhimõtetega;
- õpivad hindama ressursside tähtsust;
- võrdlevad erinevaid majandussüsteeme.

Teemad:

- Majanduse olemus.
- Nappus ja kompromiss, alternatiivkulu.
- Majanduse põhivalikud: mida? kuidas? kellele?
- Tootmistegurid: loodusressursid, inimressursid ja kapital.
- Mikro- ja makroökonomika.
- Turumajanduse alused: eraomand, hinnasüsteem, turukonkurents, ettevõtlikkus.
- Motiiv.
- Kasum.

- Majandussüsteemid: käsu-, tava-, turu- ja segamajandus.

Kursuse jooksul kohtutakse ühe ettevõtjaga ja külastatakse ühte ettevõtet või ettevõtlusküla Tartus.

Kursuse lõpus õpilane:

- teab majanduse põhimõisteid
- orienteerub turumajanduse põhimõistes
- tajub ressursside olulisust
- oskab näha majandussüsteemide erinevusi
- on kohtunud ühe ettevõtjaga
- on külastanud ühte ettevõtet või ettevõtlusküla Tartus

Kursuse saab sooritada kui:

- õpilane on osalenud 50% kontakttundides ja sooritanud iseseisvad tööd 50% ulatuses.
- Õpilane on kohtunud ettevõtjaga ja osalenud õppekäigul.

OSKUSED ISESEISVAKS ELUKS



Autokool

Reali Autokooli teooria õpetaja on **Silver Varendi**.

Teorialoengute päev on tõenäoliselt kolmapäev pärast tunde.

Loeng on 3x45 min kord ja nii 15 ak/h loenguid klassiruumis.

Lisaks on kõigile kohustuslik:

- 28 ak/h e-õpet,
- pimedaja praktikum,
- teooriaeksamid.

Teooria osa tasub kool ja õpilane maksab sõidud, mis oleks 965.- (sisaldab km).