

## Valikmoodulid

### Sisukord

|  |    |
|--|----|
| Valikmoodul: Ettevõtlus ja rahatarkus..... | 2  |
| Ettevõtluse roll majanduses .....          | 2  |
| Majanduse alused inglise keeles .....      | 5  |
| Isikumajandus ja rahatarkus.....           | 7  |
| Valikmoodul: Kultuur .....                 | 11 |
| Maailmareligioonid .....                   | 11 |
| Rahvakultuur .....                         | 13 |
| Draama ja teater.....                      | 15 |
| Valikmoodul: Loodusruum .....              | 18 |
| Elus ja eluta loodus: vesi .....           | 18 |
| Elus ja eluta loodus: energia .....        | 20 |
| Avastusretk looduses .....                 | 22 |
| Valikmoodul: Mina ja maailm.....           | 24 |
| Inimene ja õigus .....                     | 24 |
| Globaliseeruv maailm.....                  | 26 |
| Psühholoogia.....                          | 29 |
| Valikmoodul: Tervis ja sport.....          | 32 |
| Tervislik eluviis.....                     | 32 |
| Terviseteadlik liikumine ja sport.....     | 33 |
| Matkamine .....                            | 35 |

## Valikmoodulid

### Valikmoodul: Ettevõtlus ja rahatarkus

Mooduli eesmärgiks on anda teadmised ettevõtluskeskkonna mõjuritest nii isiklikul kui riigi tasandil. Anda oskused valida ettevõtlusvormide vahel ning planeerida ettevõtte alustamist. Uuritakse, kuidas ettevõtted loovad töökohti, stimuleerivad innovatsiooni ja aitavad kaasa ühiskonna heaolule. Rahatarga kodaniku ja ettevõtjana oskab õpilane juhtida finantse ning teha parimaid majandusotsuseid nii enda kui ka enda potentsiaalse ettevõtte tasandil. Moodulis lõimitakse keeleõpe ning erinevad majandus- ja ettevõtlusteemad, luues õpilasele võimekuse suhelda erinevatel majandusteemadel ka ingliskeelses keeleruumis. Kursus “Majanduse alused inglise keeles” peegeldab osaliselt samu teemakäsitusi, mis teised mooduli kursused, et võimaldada õppijal õpitu kinnistamist ning võõrkeeles suhtlemist. Sellega toetatakse õppija oskuste ja pädevuste kujundamist globaliseerivas maailmas, sealhulgas tutvutakse erinevate parimate praktikate ja näidetega maailmast.

Mooduli kursused:

- **Ettevõtluse roll majanduses**
- **Majanduse alused inglise keeles**
- **Isikumajandus ja rahatarkus**

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Ettevõtlus ja rahatarkus   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Ettevõtluse roll majanduses</b>  |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, iseseisev töö, õppekäigud, võistlused, projektid, praktilised tegevused jms.   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Imbi Raudkivi   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Kursuse käigus tutvutakse ettevõtluse põhitõdedega, erinevate ettevõtlusvormide ning ettevõtluskeskkonna sisuliste eeliste ja puudustega. Õppija saab ülevaate Eesti ettevõtluse tugisüsteemidest, ettevõtte juhtimise strateegiast ja rahastamisest. Käsitletakse ettevõtluse mõjutegureid ja võimalusi ühiskonna eri tasanditel. Saadakse ülevaade ettevõtte alustamisega seotud ülesannetest ja rajamise etappidest, konkurentsieelistest, ressurssidest ning ettevõtluse rollist majanduses. Kursus toetab õpilaste ettevõtlikkust, annab teadmisi majandusprotsessidest ja inimesest kui ressursside omanikust ja arukast tarbijast. Mõtestatakse lahti ettevõtluse olulisus ühiskonna toimimisel. |

|                     |                                    |   |
|---------------------|------------------------------------|---|
| <b>Kursuse kava</b> | Tundide arv                        | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja, praktilised ülesanded, projektid (nt kogukonnas), videotunnid vms. Õppevormi valik lähtub õpperühma eripärast ja lepitakse kokku kursuse alguses koos õpilastega.   |
|                     | 4-5 tundi                          | <b>Ettevõtluskeskkond</b><br>Ettevõtlikkus ja ettevõtlus; ettevõtte, ettevõtja rollid ja vastutus; ettevõtluskeskkond, ettevõtluse võimalused ja riskid; äriidee ja selle kavandamine, koostöö tähtsus (ülesanded, vastutus, tööjaotus, aja planeerimine), ettevõtluse rolli ja olulisuse mõtestamine ühiskonna toimimisel. Ettevõtjate strateegiad. Ettevõtte missioon, visioon, strateegia, taktika. Kodukoha ettevõtete kaardistamine.<br><i>Põhimõisted - Ettevõtlikkus, ettevõtlus, äriidee, tööandja, ettevõtluskeskkond, SWOT, strateegia, taktika, missioon, visioon.</i>                                   |
|                     | 2-3 tundi                          | <b>Ettevõtte organisatsioonilised vormid.</b> FIE, osäühing, aktsiaselts, täisühing, usaldusühing, MTÜ, sihtasutus jne. Eesti näited.<br><i>Põhimõisted - FIE, osäühing, aktsiaselts; MTÜ ja sihtasutus, täisühing, usaldusühing.</i>   |
|                     | 7 tundi                            | <b>Ettevõttega alustamine.</b> Alustamise etapid. Ettevõtte asutamise tingimused, ettevõtte tegevuse planeerimine, ressursid (tööjõud, tooraine, kapital), kasum, ettevõtte tasuvus ja selle hindamine enda ärimudelil. Ettevõtluse tugisüsteem, riiklikud ja mitteriiklikud organisatsioonid. Ettevõtlusinkubaator. Ettevõtte rahastamisallikad.<br><i>Põhimõisted - algkapital, ressursid, investeerimine, ärimudel, strateegiline juhtimine, missioon, visioon; väärtuspakkumine, ettevõtte tasuvus, ettevõtlusinkubaator, pangakrediit, liising, laen, ettemakse, ühisrahastus, riskikapital, väärtpaberid.</i> |
|                     | 3 tundi                            | <b>Konkurents ettevõtluses</b> Konkurentsi vormid. Konkurentsieelis. Konkurentsistrateegia. Konkurentsi positiivne ja negatiivne mõju tootmisele ja tarbijale. Absoluutne ja suhteline konkurentsieelis. Edu- ja ebaedu. Konkurents ja keskkond.<br><i>Põhimõisted - konkurentsieelis, konkurentsistrateegia.</i>   |
|                     | 2-3 tundi                          | Külalisesinejad, võimalikud praktilised tegevused.  |
| 1 tund              | Õpitu kinnistamine ja refleksioon. |   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Kursuse õpitulemused</b>  | <p>Kursuse lõpus õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb ettevõtlusvorme ja oskab tuua näiteid praktikast;</li> <li>• mõistab, analüüsib ja hindab erisuguseid võimalusi ettevõtluseks;</li> <li>• on ettevõtlik ja tunneb ettevõtluse põhimõisteid;</li> <li>• teab, mida teha oma ettevõtte asutamiseks ja juhtimiseks;</li> <li>• suhtub positiivselt ettevõtlusesse ning oskab hinnata endas ettevõtjale vajalikke omadusi ja neid arendada;</li> <li>• teab erinevate ettevõtlusvormide eeliseid ja puudusi;</li> <li>• teab ettevõtluse tugisüsteeme ja rahastamise võimalusi;</li> <li>• mõistab konkurentsi olulisust ettevõtluses;</li> <li>• saab aru ettevõtete rollist majanduses ning ühiskonna toimimisel;</li> <li>• koostab lihtsa ärimudeli, hindab vajalikke ressursse ja kavandab nende kasutamist majanduses.</li> </ul> |
| <b>Hindamine</b>             | <p>Kursuse sooritamiseks on vaja õpilasel osaleda kõigis kursuse tegevustes (projektid, õppekäigud jms) ning esitada kokkulepitud tööd. Hindamine on mitteeristav. Arvestuslik hinne - ärimudel, kursusetöö.</p>  |
| <b>Õppematerjalid</b>        | <p>Majandusõpik gümnaasiumile, JA Eesti SA, 2018.<br/> Ettevõtlikkusest ettevõtluseni, õpik SA Teadlik Valik, 2012.<br/> E-õppe andmebaasid ja -keskkonnad:<br/> <a href="https://ettevotlusope.edu.ee/materjalid/">https://ettevotlusope.edu.ee/materjalid/</a><br/> <a href="https://www.tthk.ee/bw_client_files/tthk/public/img/File/Oppematerjal/Ettev_alused.pdf">https://www.tthk.ee/bw_client_files/tthk/public/img/File/Oppematerjal/Ettev_alused.pdf</a><br/> <a href="https://www.minuraha.ee/">https://www.minuraha.ee/</a><br/> <a href="https://www.rik.ee/et/e-ariregister/e-ariregistri-portaal">https://www.rik.ee/et/e-ariregister/e-ariregistri-portaal</a><br/> jms<br/> Aineõpetaja poolt kohandatud õppematerjalid.</p>  |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>Majandus- ja Kommunikatsiooniministeeriumi materjalid.<br/> Välisministeeriumi materjalid.<br/> Eesti Panga aruanded, materjalid.<br/> Eesti Statistikaameti materjalid.</p>   |
| <b>Kursuse väljund</b>       | <p>Osalemine ainevõistlustel.<br/> Reaalne õpilasepoolne kokkuvõte/kursusetöö, mida õpetaja saab kasutada nt tundide läbiviimisel.<br/> Ärimudel.<br/> Õpilane saab saadud kogemusi kasutada karjääri ja isikliku elu planeerimisel ja teistes majandusainetes.</p>   |

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Ettevõtlus ja rahatarkus  |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Majanduse alused inglise keeles</b>   |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, grupitööd, iseseisvad tööd, arutelud, debatid, videotunnid.   |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Rea Raus   |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Kursuse käigus õpitakse tundma majanduse alustalasid ja majandussüsteemide toimimise põhimõtteid. Kursus on sissejuhatus majandusteadusse, andes ülevaade baassõnavarast ja tähtsamatest protsessidest inglise keeles. Uuritakse erinevate majandussüsteemide plusse ja miinuseid, süvenetakse rahatarkuse küsimustesse. Õppija saab ülevaate turunduse ja reklaami olemusest ning suudab koostada lihtsamat turundusplaani. Õppija on kursis tähtsamate, jooksvate majandusuudistega. Kursusel lähtutakse õppijate B1/B2 keeletasemest. |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv  | Teema ja õppevorm   |
|                                      | 4 tundi  | Turumajandus, turumajanduse ja pideva majanduskasvu probleemid (videotund, arutelu, kontakttund). erinevad majandussüsteemid- võrdlus. Erinevad ettevõtlusvormid. Kontakttunnid, arutelu, debatt, analüüs. Videotund.         |
|                                      | 3 tundi  | Töö ja tööhõive. Sõnavara (ametid, töökeskonna tegurid jne), ametlike kirjade/dokumentide formaadid. Praktiline kirjutamine (ärikiri, CV jne). Kontakttunnid, grupitööd.  |
|                                      | 3 tundi  | Raha ja pangandus. Kontakttunnid. Sõnavara, arutelu, ettekanded.  |
|                                      | 3 tundi  | Turundus ja reklaam. Kontakttunnid, grupitöö, videotund. tehisintellekti kasutamine turundusplaani koostamisel.   |
|                                      | 3 tundi  | Ärialane sõnavara, idioomid, väljendid, small talk. Dialoogide koostamine. Kontakttunnid, paaris- ja individuaalne töö.   |
|                                      | 3 tundi  | Aruanne. Aruande kirjutamine esitatud andmete alusel. Graafikute ja tabelite kirjeldamine, sõnavara (nimisõnad, tegusõnad, mäarsõnad, omadussõnad). Aruande struktuur. Praktiline harjutus. Kontakttunnid, individuaalne töö. |
|                                      | 2 tundi  | Kursusel õpitu kinnistamine, kokkuvõtvad arutelud, majandusuudiste arutelud.  |
| <b>Kursuse õpitulemused</b>          | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• orienteerub majanduse ja ettevõtluse ingliskeelses terminoloogias ning sisus;</li> <li>• saab aru inglise keele vajadusest ning tähtsusest rahvusvahelistumises;</li> </ul>  |   |

|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab vestelda erinevatel majandusteemadel inglise keeles (majandussüsteemid, erinevad ettevõtlusvormid, rahandus, tööelu, turundus, reklaam);</li> <li>• oskab koostada erinevaid ametlikke dokumente (ametlik kiri, CV, sooviavaldus, turundusplaan, aruanne);</li> <li>• oskab kirjutada ametlikku aruannet, algandmete analüüsi põhjal;</li> <li>• mõistab vestluste sisu õpitud teemade piires ning oskab suhelda, alustada vestlust, reageerida kaaslaste küsimustele;</li> <li>• oskab kasutada ingliskeelseid allikaid, info otsimiseks, analüüsiks ja sünteesiks;</li> <li>• oskab teha koostööd grupikaaslastega.</li> </ul>  |
| <b>Hindamine</b>             | Eristav hindamine (1-5). Hinnatakse grupitöid ja arutelusid, kontrolltöid ingliskeelsete terminite ja kontseptsioonide osas, ametlike kirjade kirjutamist.   |
| <b>Õppematerjalid</b>        | <p>Aineõpetaja poolt koondatud materjalid, kohandatud kursuse vajadustele vastavaks.</p> <p>Majandusõpik gümnaasiumile, JA Eesti SA, 2018.</p> <p>Ettevõtlikkusest ettevõtluseni, õpik SA Teadlik Valik, 2012.</p> <p>CV Editor   europass<br/> <a href="https://europa.eu/europass/eportfolio/screen/cv-editor?lang=en">https://europa.eu/europass/eportfolio/screen/cv-editor?lang=en</a></p> <p>Word Building Exercises - Business English Resources<br/> <a href="https://www.businessenglishresources.com/word-building-exercises/">https://www.businessenglishresources.com/word-building-exercises/</a></p> <p>How to write a report?   C1 Advanced (CAE)   engxam.com<br/> <a href="https://engxam.com/handbook/how-to-write-a-report-c1-advanced-cae/">https://engxam.com/handbook/how-to-write-a-report-c1-advanced-cae/</a></p> <p>Free Business English Lessons<br/> <a href="https://www.oxfordonlineenglish.com/free-business-english-lessons">https://www.oxfordonlineenglish.com/free-business-english-lessons</a></p> <p>BBC Learning English - Business English<br/> <a href="https://www.bbc.co.uk/learningenglish/business-english">https://www.bbc.co.uk/learningenglish/business-english</a></p> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>The A to Z of economics   The Economist<br/> <a href="https://www.economist.com/economics-a-to-z">https://www.economist.com/economics-a-to-z</a></p> <p>US Economy Statistics and Data Trends: GDP growth, inflation, unemployment rate and more   USAFacts<br/> <a href="https://usafacts.org/topics/economy/">https://usafacts.org/topics/economy/</a></p> <p>Market Economy - Overview, Characteristics, Pros/Cons<br/> <a href="https://corporatefinanceinstitute.com/resources/economics/definition-market-economy/">https://corporatefinanceinstitute.com/resources/economics/definition-market-economy/</a></p>  |

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Ettevõtlus ja rahatarkus  |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Isikumajandus ja rahatarkus</b>   |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, iseseisev töö, õppekäigud, praktilised ülesanded, videotunnid, podcastid, ettevõtjate/külalislektorite kogemuslood.   |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Imbi Raudkivi  |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | <p>Kursus on mõeldud õppijatele, kes soovivad omandada oskusi/teadmisi, kuidas teha kaalutletud finantsotsuseid isiklike rahaasjade majandamisel. Kursusel saadakse ülevaade teemadest – tulude/kulude planeerimine, vältimatud (püsikulud, nt kommunaalkulud) ja välditavad (nt mugavuskulud) kulud; miks ja kuidas säästa, meelerahufond; aktsiad ja väärtpaberitur, investeerimine – alustamine, võimalused ja riskid; kinnisvara üür või ost; Eesti pensionisüsteem; igapäevased pangateenused ja maksed, arvelduskonto valimine, hoiustamine; raha väärtuse muutused; mida peab teadma laenude kohta; kuidas kujuneb palk; milliseid makse tuleb maksta; kuidas targalt kindlustada jpm.</p> <p>Õppemeetodid on praktilised – avatud arutelud, näidisülesannete koostamine ja lahendamine jpm. Oskuste kujundamiseks kasutatakse kaasaegseid veebipõhiseid planeerimiskeskondi- ja rakendusi.</p> |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv  | <p>Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms).</p> <p>Õppevormi valik lähtub õpperühma eripärast ja lepitakse kokku kursuse alguses koos õpilastega.</p>   |
|                                      | 6 tundi  | <p><b>Isiklik finantsmajandus.</b></p> <p>Isiklikud finantseesmärgid. Eelarvestamine. Finantsplaan. Kuubilans. Vältimatud ja välditavad kulud. Kommunaalkulud. 50/30/20 reegel. Isiklik puhasväärtus. Rahanduslik elukaar. Hädareserv, meelerahufond. Rahaedu põhimõtted. Kinnisvara ost ja üür. Palk. Maksud. Töösuhted. Töölepinguseadus.</p> <p><i>Põhimõisted - kommunaalkulu, meelerahufond, finantsplaan, isiklik puhasväärtus.</i></p> |
|                                      | 1 tund   | <p><b>Igapäevased pangateenused, maksed.</b></p> <p>Pangateenused. Pangakaardid. Arvelduskontod. Krediidi- ja makseasutused. Maksekorraldused. Krediiditooted.</p> <p><i>Põhimõisted - krediiditoode.</i></p>   |
|                                      | 1 tund   | <p><b>Laenud.</b></p> <p>Laen kui kohustus. Laenuliigid. Eluasemelaen. Riiklik õppelaen. SMS laen. Tarbimislaien. Liising. Kapitali- ja kasutusrent. Käendus. Hüpotek. Lühi- ja pikaajaline laen. Laenamisaega seotud tasud. Krediidikulukuse määr.</p>   |

|                             |   |  |
|-----------------------------|---|--|
|                             |   | <i>Põhimõisted - liising, kapitalirent, kasutusrent, hüpoteek, krediidikulukuse määr.</i>  |
|                             | 1 tund  | <b>Kindlustus.</b><br>Kindlustuse liigid. Vabatahtlik, kohustuslik ja sundkindlustus. Reisi- ja tervisekindlustus. Õnnetusjuhtumi kindlustus. Elukindlustus. Kindlustusteenuste pakkujad. Kindlustusleping. Kindlustusega seotud tasud.<br><i>Põhimõisted - kindlustusteenus, kohustuslik kindlustus, sundkindlustus.</i>  |
|                             | 7 tundi   | <b>Investeerimine, säästmine ja ettevõtte finantsplaneerimine.</b><br>Isiklikud rahaasjad ja säästmine. Raha väärtuse kasvatamine. Risk ja tulu. Tootluse ja riski võimalik seos. Investeerimine. Lühi- ja pikaajaline säästmine. Aktsiad ja aktsiafondid. Aktsia nimi- ja turuväärtus. Investeerimisfond. Investeerimishoius. Investeerimiskonto. Tuletisväärtpaberid. Võlakirjad ja võlakirjafondid. Väärtpaberitehingud. Väärtpaberiportfell. Krüptovara. Väärtpaberiturg. Börs. Börsiettevõtted. Ettevõtte fundamentaalne ja tehniline analüüs. Väärtus- ja kasvuaktsia. Dividendid. Virtuaalne ja materiaalne vara.<br><i>Põhimõisted - aktsia, tuletisväärtpaber, võlakiri, ETF, krüptovara.</i> |
|                             | 1 tund  | <b>Pension.</b><br>Riiklik, kohustuslik, täiendav pension. Pensionifondid. Kogumispensioni alternatiivid.<br><i>Põhimõisted - pensionifond, pensionisammas.</i>  |
|                             | 2 tundi   | <b>Raha ajaväärtus.</b><br>Intressid. Intressimäär. Diskonteerimine. Liht- ja liitintress. Nominaal- ja reaaliintress. Nüüdisaja tulevikuväärtus. Annuiteet ja perpetuiteet.<br><i>Põhimõisted - intress, annuiteet, perpetuiteet, diskonteerimine.</i>  |
|                             | 2 tundi   | Tagasisidestamine ja õpitu kinnistamine. . Võimalusel külalislektorid  |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | <b>Isikutasand</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, kuidas korraldada isiklike rahaasju;</li> <li>• mõistab finantsplaneerimise üldisi põhimõtteid;</li> <li>• saab aru kulude ja tulude kujunemisest ja eelarvestamise vajalikkusest;</li> </ul> |  |



|                       |   |
|-----------------------|---|
|                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• saab aru ja oskab kasutada erinevaid pangateenuseid;</li> <li>• teab erinevaid laenu liike;</li> <li>• mõistab laenudega kaasnevaid kohustusi;</li> <li>• oskab valida kindlustusteenuste pakkujaid ja saab aru erinevate kindlustusliikide olemusest ja vajadusest;</li> <li>• teab pensionifonde ja nende sisu;</li> <li>• teab säästu-, investeerimis- ja laenu tooteid ja oskab hinnata nende mõju isiklikule finantsolukorrale;</li> <li>• saab aru isiklike rahaasjade lihtsast matemaatikast;</li> <li>• oskab lahendada teemakohaseid finantskirjaoskuse ülesandeid;</li> <li>• mõistab säästmise ja investeerimise loogikat;</li> <li>• teab erinevaid väärtpabereid ja saab aru väärtpaberitehingutest;</li> <li>• mõistab investeerimisega kaasnevaid riske;</li> <li>• teab investeerimisfondide erisusi;</li> <li>• orienteerub peamistes finantsmajandamise terminites;</li> <li>• oskab kasutada kaasaegseid veebirakendusi isiklike rahaasjade planeerimisel.</li> </ul> <p><b>Ettevõtte tasand</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab ettevõtte rahastamise võimalusi;</li> <li>• oskab tuua näiteid võimalikest ettevõtte kuludest ja tuludest ning saab aru nende kujunemisest;</li> <li>• mõistab ettevõtjate kui tööandjate palga arvestamise “loogikat” (tööandja kulud);</li> <li>• teab, mis on ettevõtete väärtpaberid ja börsiettevõtteid;</li> <li>• mõistab ettevõtete finantsüsteemi toimimist;</li> <li>• teab, miks on vaja ettevõtte finantsplaneerimist;</li> <li>• mõistab ettevõtte fundamentaalse ja tehnilise analüüsi vajalikkust;</li> <li>• teab, kuidas kasutada Tallinna Börsi kodulehte ning tunneb peamisi teemakohaseid mõisteid.</li> </ul> |
| <b>Hindamine</b>      | Kursuse sooritamiseks on vaja õpilasel osaleda kõigis kursuse tegevustes (projektid, õppekäigud, ülesannete lahendamine jms) ning esitada kõik kokkulepitud tööd. Arvestuslik hinne - teemakohane kursusetöö/projekt või ainetunni ettevalmistamine ja läbiviimine. Hindamine on mitmeeristav.  |
| <b>Õppematerjalid</b> | Majandusõpik gümnaasiumile, JA Eesti SA, 2018.<br>Ettevõtlikkusest ettevõtluseni, õpik SA Teadlik Valik, 2012.<br>E-õppe andmebaasid ja -keskkonnad:<br><a href="https://ettevotlusope.edu.ee/materjalid/">https://ettevotlusope.edu.ee/materjalid/</a><br><a href="https://www.tthk.ee/bw_client_files/tthk/public/img/File/Oppematerjal/Ett ev_alused.pdf">https://www.tthk.ee/bw_client_files/tthk/public/img/File/Oppematerjal/Ett ev_alused.pdf</a><br><a href="https://www.minuraha.ee/">https://www.minuraha.ee/</a><br><a href="https://www.rik.ee/et/e-ariregister/e-ariregistri-portaal">https://www.rik.ee/et/e-ariregister/e-ariregistri-portaal</a><br>Rahandusministeeriumi õppematerjalid IV kooliastmele:   |

|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | <p><a href="https://www.fin.ee/mentorklubides-loodud-oppematerjalid-iv-kooliaste">https://www.fin.ee/mentorklubides-loodud-oppematerjalid-iv-kooliaste</a><br/> <a href="https://www.fin.ee/finantspoliitika-valissuhted/rahatarkus/abiks-opetajale#iv-kooliaste">https://www.fin.ee/finantspoliitika-valissuhted/rahatarkus/abiks-opetajale#iv-kooliaste</a><br/> Finantsinspektsiooni materjalid<br/> <a href="https://fi.ee/et">https://fi.ee/et</a><br/> Pensionisüsteem<br/> <a href="https://www.pensionikeskus.ee/pensionisusteem/eesti-pensionisusteemi-ulevaade/">https://www.pensionikeskus.ee/pensionisusteem/eesti-pensionisusteemi-ulevaade/</a><br/> Finantsaabits<br/> <a href="https://www.minuraha.ee/et/publikatsioonid/finantsaabits">https://www.minuraha.ee/et/publikatsioonid/finantsaabits</a><br/> Tallinna Börs<br/> <a href="https://www.nasdaqbaltic.com/et/">https://www.nasdaqbaltic.com/et/</a><br/> Rahatarkus IV kooliastmele<br/> <a href="https://www.fin.ee/finantspoliitika-valissuhted/rahatarkus/abiks-opetajale#iv-kooliaste">https://www.fin.ee/finantspoliitika-valissuhted/rahatarkus/abiks-opetajale#iv-kooliaste</a><br/> Aineõpetaja poolt kohandatud õppematerjalid.</p> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>Väärtpaberite teejuht<br/> <a href="https://www.nasdaqbaltic.com/files/tallinn/bors/koolitus/Vaartpaberite_teejuht.pdf">https://www.nasdaqbaltic.com/files/tallinn/bors/koolitus/Vaartpaberite_teejuht.pdf</a><br/> Investeerimise teejuht<br/> <a href="https://www.nasdaqbaltic.com/files/tallinn/bors/koolitus/Investeerimise_teejuht.pdf">https://www.nasdaqbaltic.com/files/tallinn/bors/koolitus/Investeerimise_teejuht.pdf</a><br/> Ajakirjad, perioodika: Investor, Äripäev jms</p>   |
| <b>Kursuse väljund</b>       | <p>Kursusetööna nt õppematerjali koostamine.<br/> Õpilane saab saadud kogemusi kasutada isikliku elu planeerimisel ja teistes majandusainetes.</p>   |

## Valikmoodul: Kultuur

Mooduli eesmärk on laiendada õpilase silmaringi kultuurivaldkonnas, andes võimaluse süvendatult tutvuda kolme kitsama valdkonnaga (teater, rahvakultuur ja maailmareligioonid). Need kursused loovad aluspõhja, et mõista paremini kirjandust, muusikat, kunsti, ajalugu ja teatrit. Kursused on samal ajal ka üksteist toetavad: maailmareligioonide kursus annab ülevaate maailma suurtest usunditest, samas kui rahvakultuuri kursusel tegeletakse just meie pärandkultuuri seostest rahvausundiga; draama ja teatri kursus annab ülevaate ka teatri ajaloost, kust selgub selle religioosne taust. Samas on kursused ka praktilised ja kogemuslikud, andes võimaluse tunnetada pärimuslikkust rahvalaulust, -tantsust ja -mängust ning teha paaris või grupis draamaetüüde.

Õppepäev viib kindlasti teatrisse, Teatri- ja Muusikamuuseumi ja/või Eesti Vabaõhumuuseumi ja/või erinevatesse pühakodadesse Eestis. Võimalusel toimuvad kohtumised näitlejate, lavastajate või pärimusmuusikutega.

Selle kursuse võiks valida õpilane, kellel on soov enda teadmisi kultuurivaldkonnas täiendada ja õppida ka praktiliste tegevuste kaudu.

Mooduli kursused:

- **Maailmareligioonid**
- **Rahvakultuur**
- **Draama ja teater**

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Kultuur   |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Maailmareligioonid</b>  |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, iseseisev töö, õppekäigud, võistlused jms.  |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Karl Hein  |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Kursusel antakse ülevaade maailmareligioonidest ehk siis suurimatest maailma religioonidest, mida järgib rohkem kui 80% maailma elanikkonnast. Esmalt tutvutakse Lääne religioonidega (judaism, kristlus, islam), seejärel India religioonidega (hinduism, budism) ning viimaks Ida-Aasia ehk Hiina religioonidega (taoism, konfutsianism). Antakse ülevaade erinevate religioonide rajajatest, pühakirjadest, olulisimatest mõistetest ning õpetuse põhisist. |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv  | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms).  |
|                                      | 1 tund   | <b>Sissejuhatus.</b> Maailmareligioonide mõiste. Maailma suurimad religioonid kaardil. Religioon Eestis.  |
|                                      | 7-9 tundi  | <b>Lääne religioonid.</b> Judaism, kristlus ja islam. Lääne religioonide levik ning olulisus tänapäeva maailmas. Olulisimad sarnasused ja erinevused. Lääne religioonide ajalugu. Pühakirjad: Koraan, Piibel, Vana ja Uus Testament, Toora, Tanak. Olulisimad isikud: |

|                             |  |  |
|-----------------------------|--|--|
|                             |  | Muhamed, Jeesus, Aabraham, Mooses, Aadam ja Eeva. Uskumused, tavad, kombed, sümbolid.  |
|                             | 5-7 tundi  | <b>India religioonid.</b> Hinduism, budism, džainism ja sikhism. India religioonide levik ning olulisus tänapäeva maailmas. India religioonide kujunemislugu. Olulisimad sarnasused ja erinevused. India religioonide ajalugu. Olulisimad alusmõisted: reinkarnatsioon, karma, dharm, kastisüsteem, nirvaana. Jumalad: Brahma, Višnu, Šiva. Olulisimad isikud: Siddharta Gautama, Mahatma Gandhi, Dalai Laama, Mahavira, guru Nanak. Uskumused, tavad, kombed, sümbolid. |
|                             | 3-5 tundi  | <b>Ida-Aasia religioonid.</b> Hiina rahvausund, taoism, konfutsianism, šintoism. Ida-Aasia religioonide levik ning olulisus tänapäeva maailmas. Ida-Aasia religioonide mõju Hiina ja Jaapani kultuurile. Olulisimad mõisted: Yin ja Yang, Tao, viis põhielementi, Tao, kami, Daodejing. Olulisimad isikud: Lao Zi, Konfutsius. Uskumused, tavad, kombed, sümbolid.   |
|                             | 1 tund   | <b>Kokkuvõte.</b> Usk Eestis tänapäeval. Ateism, agnostitsism, New Age. Religioossuse teisenemine. Kokkuvõtva eneseanalüüsi, “minu usuline maailmapilt” kirjutamine.   |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• nimetab suuremaid religioone maailmas ning võrdleb erinevate statistiliste näitajate kujunemise põhjuseid;</li> <li>• tunneb erinevaid religioonide klassifitseerimise viise ning analüüsib klassifitseerimisega kaasnevat väärtushinnanguid;</li> <li>• mõistab religiooni rolli inimese ja ühiskonna elus. Analüüsib näiteid tuues erinevate maailmavaadete mõju inimesele ja ühiskonnale;</li> <li>• oskab näha religiooni, väärtuste ning moraalsete tõekspidamiste seoseid üksikisiku ja ühiskonna elus;</li> <li>• analüüsib jõukohaseid religioosseid tekste;</li> <li>• suudab argumenteerides kaasa rääkida tänapäeva eetika ja religiooniga seotud küsimustes;</li> <li>• arutleb religioossete ja maailmavaatelistele probleemide üle;</li> <li>• analüüsib iseenda maailmavaadet ning määratleb iseenda religioosset kuuluvust.</li> </ul> |  |
| <b>Hindamine</b>            | Hindamise aluseks on kaks kontrolltööd (Lääne religioonide ning India religioonide kohta), erinevad tunniülesanded ning kodused tööd. Kõik hinded on võrdse kaaluga.<br>Hindamine on mittearvestav. Kursusel on võimalik saada hindeid „MA” (mittearvestatud), „A” (arvestatud) ning „5” (väga hea).<br>Selleks, et saada hinnet „A”, peab vähemalt 50% hinnetest olema sooritatud hindetele „A” või „5”. Selleks, et saada hinnet „5”, peab vähemalt 90% hinnetest olema sooritatud hindetele „5”.  |  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Õppematerjalid</b>        | Õpetaja koostatud ning tunnis jagatud materjalid: tekstid maailmareligioonidest, töölehed.<br>Õpetaja koostatud slaidid.<br>Väljavõtted pühatekstidest (Piibel, Nikaia usutunnistus, Koraan, Daodejing).<br>Film „Life of the Buddha” (2007).<br>Saate “Ajalik ja ajatu” episood „Hiina usundid”<br><a href="http://arhiiv.err.ee/video/vaata/ajalik-ja-ajatu-hiina-usundid">http://arhiiv.err.ee/video/vaata/ajalik-ja-ajatu-hiina-usundid</a> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | Erinevate usundite pühakirjad: Toora, Piibel, Koraan, Veedad, Tripitaka, Daodejing.<br>Borislav Arapovitš, Vera Mattelmäki. 1992. „Piiblilood”.<br>Toomas Jürgenstein, Olga Schihalejev. 2011. „Usundimaailma suured küsimused”.<br>Christopher Partridge. 2006. „Maailma usundid”, Eesti Entsüklopeediakirjandus.  |
| <b>Kursuse väljund</b>       | Osalemine usundiõpetuse olümpiaadil (toimub igal aastal, organiseerib Tartu Ülikooli usuteaduskond).<br>Kursuse lõpus kirjalik eneseanalüüs - õpilane oskab ennast religiooselt määratleda.   |

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Kultuur   |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Rahvakultuur</b>  |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, iseseisev töö, õppekäigud.  |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Karin Lükk-Raudsepp  |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Kursuse jooksul tutvutakse eesti rahvakultuuri erinevate valdkondadega ning jälgitakse meie rahvusliku kultuuri arengut läbi sajandite kuni tänapäevani. Kursuse eesmärgiks on õpetada noori adekvaatselt tajuma ja väärtustama meie rahva sajandite pikkust kultuuri, selle arengut ja muutumist läbi erinevate ajalooajalooperioodide.<br>Kursus toetab õppesisu ja tegevuste kaudu gümnaasiumi riikliku õppekava läbivate teemade käsitlemist (kultuuri- ja väärtuspädevus, enesemääratluspädevus, õpipädevus, suhtluspädevus ning digipädevus).<br>Kursus on üles ehitatud suurel määral praktilisele tegevusele: laulmisele, tantsimisele, tekstiloomele; võimalusel pillimängule. Kuna antud kursuse õppimiseks ei ole välja antud konkreetset õpikut, siis toimub materjalide otsimine individuaalselt, kasutades kõiki olemasolevaid infokanaleid. |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | <b>Tundide arv</b>   | <b>Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms)</b>  |
|                                      | 6 tundi  | Eesti regilaul analüüs, teksti loomine ja esitamine. Regilaulude liigid. Grupitööna ühe rahvalaulu muusikaline kujundamine ja ettekandmine. |
|                                      | 2 tundi  | Eesti uuema ehk linnalaulu analüüs ja esitamine. Rahvalike laulude tutvustamine ja esitamine.   |

|                             |  |  |
|-----------------------------|--|--|
|                             | 4 tundi  | Eesti rahvatantsude tutvustamine ja põhisammude omandamine. Laulumängude tutvustamine.                           |
|                             | 4 tundi  | Eesti rahvakalendri tähtpäevadega seotud kombestiku tundmaõppimine. Mardi- või kadripäeva kombestiku esitamine.  |
|                             | 1 tund   | Eesti pulmakombed ja traditsioonilised laulud.   |
|                             | 2 tundi  | Eesti rahvariiete tutvustamine. Oma päritolu kandi rahvariiete motiividel kaasaegse riietekomplekti kujundamine. |
|                             | 2 tundi  | Eesti rahvamuusikat esitavate/töötlevate ansamblite tutvustamine.  |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | <p>Kursuse lõpus õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab meie rahvalaulude tunnuseid ja liike ning oskab eristada vanemat rahvalaulu ehk regilaulu uuemast rahvalaulust;</li> <li>• oskab luua ja esitada rahvalauluteksti;</li> <li>• on tutvunud eesti rahvakalendri tähtpäevadega; teab tähtsamate kalendripühade tähendust ja kombeid;</li> <li>• mõistab rahvakalendri seoseid kristlike pühadega;</li> <li>• oskab populaarsemate rahvatantsude põhisamme (reinlender, labajalavalss, polka);</li> <li>• on tutvunud erinevate rahvapillidega;</li> <li>• on tutvunud eesti rahvariietega;</li> <li>• on tutvunud eesti vanasõnade ja muistenditega;</li> <li>• omab ülevaadet Eestis tegutsevatest folkansamblitest ning -solistidest;</li> <li>• omab ülevaadet Eestis korraldatavatest folkloorifestivalidest;</li> <li>• mõistab meie rahvakultuuri tähtsust;</li> <li>• oskab leida vajalikku infot erinevatest allikatest;</li> <li>• arendab loovat ja kriitilist mõtlemist;</li> <li>• oskab oma teadmisi, arvamusi ja seisukohti täpselt väljendada ja põhjendada;</li> <li>• suudab omandatud teadmistele ja oskustele tuginedes luua uusi teoseid (rahvalaulutekste, muistendeid, riidekomplektide jooniseid, jne).</li> </ul> |  |
| <b>Hindamine</b>            | <p>Õpitulemusi hinnatakse sõnaliste hinnangute ja numbriliste hinnetega. Kursuse hinne kujuneb tunnitööde (individuaalsed või grupitööd) ja koduste ülesannete (individuaalsed ja grupitööd) tulemuste põhjal. Hindamisel arvestatakse õpilase võimetekohast osalemist praktiliste ja/või loominguliste ülesannete täitmisel, aktiivset osalemist tundides, kirjalike tööde puhul töö korrektsust, nõuetele vastavust ning esitamise tähtaegadest kinnipidamist.</p> <p>Hinnatavad tööd:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) regilaulu esitamine,</li> <li>2) regilaulu teksti loomine (grupitöö),</li> <li>3) rahvatantsude tantsimine,</li> <li>4) laulumängudes osalemine,</li> <li>5) riietekomplekti loomine ja vormistamine,</li> <li>6) ühe ansambli tutvustus,</li> <li>7) rahvakalendri tähtpäevade kohta info kogumine ja esitamine.</li> </ol>  |  |

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Õppematerjalid</b>        | Eesti rahvaluule andmebaas<br><a href="https://www.folklore.ee/">https://www.folklore.ee/</a><br>Eesti rahvarõivaid<br><a href="https://rahvaroivad.ee/">https://rahvaroivad.ee/</a> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | Erinevad rahvakultuuriga seotud internetimaterjalid ja Wikipedia artiklid.   |
| <b>Kursuse väljund</b>       | Omaloominguliste tekstidega rahvakalendri tähtpäeva kombestiku esitamine. Kursusel omandatud tantsude ja lauluseadete kontsertarvestus.  |

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Kultuur   |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Draama ja teater</b>  |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi.  |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Tiina Brock  |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | <p>Kursuse kaudu õpitakse mõistma draamakunsti põhialuseid ja teatri tähendust meie kultuuris. Õppe vältel analüüsitakse ja mõtestatakse ühiselt teatrietendusi ning täidetakse lihtsamaid dramatiseerimisülesandeid. Kursuse jooksul omandatakse nii teoreetilisi teadmisi kui ka praktilisi oskusi. Teatri ajalugu hõlmab vaid väikese osa kogu kursuse mahust, kuid on nüüdisteatri mõistmise seisukohalt siiski vajalik. Põhitähelepanu pööratakse draama olemuse ja teatritegemise spetsiifika selgitamisele ning etenduse analüüsile. Võimaluse korral on soovitatav külastada professionaalset teatrit, kuid analüüsiks sobib ka kooliteatri etendus. Et tutvuda eesti teatriklassikaga, võib kasutada ka arhiivisalvestusi. Teater on olemuselt erinevate kunstiliikide sulam, ühendades muusika, tantsu, kirjanduse, (video)filmi ja kujutava kunsti, mis võimaldab lõimida kursust kunsti- või muusikaõpetusega. Eraldi pööratakse valikkursuses tähelepanu Eesti teatri kujunemisele ja praegusele arengule.</p> <p>Õppetegevust kavandades ja korraldades on olulised järgnevad aspektid:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutatakse koostöö eri vorme: rühmatööd, paaritööd, projektid;</li> <li>• koostöö professionaalse teatriga ja/või kooli draamaõpetajatega;</li> <li>• vaadatakse teatris ja ka videosalvestusena näidendeid ning tehakse analüüs;</li> <li>• kirjutatakse nähtud etenduse põhjal retsensioone;</li> <li>• korraldatakse õppemänge, rollimänge, simulatsioone;</li> <li>• loetakse näidendit rollidena, tehakse rollianalüüsi.</li> </ul> |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv  | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms) |
|                                      | 6 tundi  | <b>Draama olemus</b>  |

|                             |         |   |
|-----------------------------|---------|---|
|                             |         | Näidend. Draama mõiste. Tegelaskõne: dialoog ja monoloog, repliik ja remark. Tegelase analüüs: muutumatu ja muutuv tegelane, avatud ja suletud tegelane. Näitleja rolliloo. Draama keskendatus inimestevahelisele suhtlemisele ning elu teatraalsusele. Draamateose aeg ja ruum. Konflikt, intriig ja probleem. Draamateose kompositsioon. Vaatus, stseen.  |
|                             | 3 tundi | <b>Dramaatika žanrid</b><br>Dramaatika põhižanrid: tragöödia, komöödia, draama, tragikomöödia. Ajaloolised žanrid: liturgiline draama, müsteerium, moralitee, miraakel. Commedia dell' arte ja tänapäeva improvisatsiooniline teater. Performance ja happening. Farss, jant ja sketš. Koomika liigid: situatsiooni-, karakteri- ja sõnakoomika. Kuuldemäng ja lugemisdraama. Sõnadeta lavastus. Tantsulavastus. Muusikalavastus.  |
|                             | 3 tundi | <b>Teatri tähendus ja funktsioonid</b><br>Lavastajatöö. Teater kui kollektiivne kunst: lavastaja, näitleja, muusikakujundaja, kunstniku, valguskunstniku ja kostüümikunstniku roll lavastuse valmimisel. Kirjanduse ja teatri suhted: dramatiseering, stsenaarium, libreto, lavastus, etendus. Lavastuse stiil ja atmosfäär. Etenduse vastuvõtt ja teatrikriitika. Teatriarvustus.  |
|                             | 6 tundi | <b>Eesti teatri ajalugu</b><br>Lydia Koidula ja August Wiera teater. Kutselise teatri süünd (Vanemuine, Estonia, Endla). Karl Menning. Estonia teatri ja Draamateatri asutamine. Lavastajad: Kaarel Ird, Voldemar Panso, Jaan Tooming, Mati Unt, Merle Karusoo, Elmo Nüganen, Tiit Ojasoo. Nüüdisteater. Repertuaariteater ja projektiteater.   |
|                             | 3 tundi | <b>Mõisted ja maailmateatri ajalugu</b><br>Commedia dell' arte, dialoog, draama, dramatiseering, etendus, farss, happening, intriig, jant, karakter, karakterikoomika, komöödia, konflikt, kuuldemäng, lavastus, liturgiline draama, lugemisdraama, miraakel, monoloog, moralitee, müsteerium, performance, projektiteater, remark, repertuaariteater, repliik, situatsioonikoomika, sketš, stseen, stsenaarium, sõnakoomika, tragikomöödia, tragöödia, vaatus.   |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> |         | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• eristab peamisi draamažanre, nimetab nende tunnuseid ja olulisemaid draamateoseid;</li> <li>• tunneb näitekirjanduse ja teatri põhimõisteid;</li> <li>• leiab seoseid kirjanduse, teatri, kujutava kunsti ja teiste meediumide vahel;</li> <li>• määrab lavastuse stiili, arvestades nii lavastaja, muusikakujundaja, kunstniku, valgus- ja kostüümikunstniku tööd kui ka näitlejate mängu;</li> <li>• arutleb teatrietenduse üle, hindab selle väärtusi, analüüsib kujundikeelt ning sõnastab oma vaatamiskogemuse;</li> </ul> |



|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjutab teatriarvustuse, rakendades õpitud mõisteid ja mõtestades lavastuses kasutatud teatrimärke;</li> <li>• teab olulisemaid tähiseid eesti teatri ajaloost;</li> <li>• on külastanud õppeperioodi vältel vähemalt kaht teatrietendust või vaadanud nende salvestusi;</li> <li>• seostab lavastust nii võrdlevalt kui ka eristavalt tänapäeva eluolu ja -nähtustega, iseenda ning üldinimlike probleemide ja väärtustega.</li> </ul>  |
| <b>Hindamine</b>             | <p>Kursusehinne on kolme palli süsteemis: 5, A, MA.</p> <p>Kursusehinne kujuneb mahukamate tööde ja väiksemate tunniülesannete põhjal. Täpsem hinde kujunemise kirjeldus on kursuse esimese tunni sissekande juures.</p> <p>Kursuse jooksul hinnatakse praktilisi loovtegevusi.</p> <p>Hinnatakse teadmisi ühe või kahe kokkuvõtva tööga (teatri ajalugu ja teatri olemus).</p> <p>Hinnatakse retsensiooni, mille õpilane kirjutab nähtud etenduse põhjal.</p>   |
| <b>Õppematerjalid</b>        | Õpik „Poetika” (Arne Merilai jt).  |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>Õpik „Kitzbergist Raudsepani” (Luule Epner).</p> <p>Voldemar Panso kohta materjale:</p> <p>Virtuaalnäitus: <a href="https://virtuaalne.ajaloomuuseum.ee/11Pansot/">https://virtuaalne.ajaloomuuseum.ee/11Pansot/</a></p> <p>Portreefilm „Teatri vang”: <a href="https://jupiter.err.ee/917704/teatri-vang">https://jupiter.err.ee/917704/teatri-vang</a></p> <p>ETV SAADE PANSO 75. juubeliks</p> <p><a href="https://arhiiv.err.ee/video/vaata/las-mind-vaata-tagasi-voldemar-panso">https://arhiiv.err.ee/video/vaata/las-mind-vaata-tagasi-voldemar-panso</a></p> <p>Raamat „Voldemar Panso” (Tormis, Karusoo 1990).</p> |
| <b>Kursuse väljund</b>       | Õpilane osaleb teatrite korraldataval retsensioonide ja/või dramatiseeringute konkursil või teeb ettekande ühest Eesti lavastajast või näitlejast.   |

## Valikmoodul: Loodusruum

Mooduli eesmärgiks on luua seosed erinevate loodusainete ning elus- ja eluta looduse objektide, nähtuste ning protsesside vahel. Omandatakse põhiteadmisi ning luuakse seoseid kahes valdkonnas - vesi ja energia. Mooduli viimane kursus annab võimaluse eelnevatel auditoorsetel kursustel omandatud teadmisi ja oskusi praktiseerida looduses. Moodul annab võimaluse mitmekesiseks õppetegevuseks ja oskused luua seoseid erinevate loodusainete ja meid ümbritseva loodusruumi vahel. Õpilane saab ülevaate vee/veekogude ja energiavarade paiknemise ja kasutamise kohta maailmas, kodumaakonnas. Olulisel kohal on arusaama kujunemine nähtuste põhjuse-tagajärje seostest ning maailma kirjeldamine eri tasandil. Arendatakse õpilaste uurimisoskusi, mis hõlmavad objektide ning nähtuste vaatlemist, kaardistamist, probleemide määratlemist, taustinfo kogumist ja analüüsimist, uurimisküsimuste ja hüpoteeside sõnastamist, katsete kavandamist. Õppetegevused annavad võimaluse arendada ruumilist mõtlemist/arusaamist ja ruumianalüüsi oskusi.

Mooduli kursused:

- **Elus ja eluta loodus: vesi**
- **Elus ja eluta loodus: energia**
- **Avastusretk looduses**

|                                      |  |  |
|--------------------------------------|--|--|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Loodusruum  |  |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Elus ja eluta loodus: vesi</b>  |  |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi. Kontaktunnid, iseseisev töö, võimalusel – miniuurimused/lühiprojektid, külalislektor(id). Loodusvaatlused.   |  |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |  |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Kadri Mitt, Mall Vainola, Imbi Raudkivi  |  |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Elus- ja eluta looduse objektid, nähtused ja protsessid lõimituna bioloogia, geograafia, füüsika ja keemiaga. Teemade seostamine kodumaakonna, Eesti ja maailma tasandil. Olulisel kohal on arusaama kujunemine nähtuste põhjuse-tagajärje seostest. |  |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv  | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms)  |
|                                      | 1-4 tundi  | <b>Vesi kui aine ja selle füüsikalised omadused.</b><br>Vee olekud, voolavus, pindpinevus, kapillaarsus, lained, vesi kui optiline keskkond.<br>Auditoorsed tunnid juhendajaga ning näitkatsed.  |
|                                      | 1-3 tundi  | <b>Vesi kui aine ja selle keemilised omadused.</b><br>Vesiniksides, vesi kui lahusti, vee karedus.<br>Auditoorsed tunnid juhendajaga ning näitkatsed.  |
|                                      | 1 tund   | <b>Vesi looduses</b><br>Vanaaja õpetlased veest. Vesi – levinuim aine looduses. Hüdrofääri vesi. Mage vesi, soolane vesi. Merevesi. Pinnavesi. Põhjavesi. Merevesi ravimina (Hunniuse näide). Vesi inimorganismis. Veepuudus. Vee magestamine. Näited maailmast.<br><i>Põhimõisted – hüdrofäär, mineraalvesi</i> |
|                                      | 1 tund   | <b>Loodusliku vee saasteained</b>  |

|                             |  |   |
|-----------------------------|--|---|
|                             |  | Keemilised elemendid – näited põhjavee, pinnavee, merevee saasteallikatest. Inimtegevuse negatiivne ja positiivne mõju veele, näited.<br><i>Põhimõisted – pinnavesi, põhjavesi</i>  |
|                             | 1 tund   | <b>Kodumaakonna vesi</b><br>Veekogude kaardistamine. Veekogude ja vee eripärad Läänemaal.<br><i>Põhimõiste – karst</i>  |
|                             | 3 tundi  | <b>Rannaprotsessid ja rannikud</b><br>Ülevaade ranniku tüüpidest, sh Läänemaal. Taanduvad ja kerkivad rannikud. Pinnamoe muutused rannikul, näited, sh Läänemaal. Inimmõju rannikutel.<br><i>Põhimõisted – laugrannik, järskrannik, rannajoon, rand, randla, möllirand, kliburand</i>   |
|                             | 1 tund   | <b>Ruumi „mõiste“ ja kohateave</b><br>Teabe kogumise meetodikad. Ruumiandmete muutuste võimalikud erisulised põhjused ja tagajärjed. Objektid, subjektid looduses.  |
|                             | 7 tundi  | Organismid Haapsalu Ees- ja Tagalahes: taimne ja loomne hõljum; taimestik; selgrootud, kalad, veelinnud ja imetajad. Inimtegevuse mõju: võõrliigid, eutrofeerumine, ülepuük, kliima soojenemise tagajärjed. Looduskaitsealused liigid. Õppevormiks on auditoorsed ja praktilised tunnid liikide määramiseks ja tundma õppimiseks. Võimalusel külalisõpetaja(d). |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab vee füüsikalisi-keemilisi omadusi (vesinikside, olekud, pindpinevus, voolavus, vee karedus, vee kvaliteet);</li> <li>• arutleb veest kui elukeskkonnast, tunneb erinevaid veega seotud liike ja teab nende kohastumusi;</li> <li>• võrdleb erinevaid veekogusid, analüüsib nii inimtegevuse mõju kui ka looduslikke protsesse;</li> <li>• oskab arutleda veekogude reostumise põhjuste ja tagajärgede üle;</li> <li>• teab maailma veepuuduse põhjusi, tagajärgi;</li> <li>• teab Läänemaa veekogude eripärasid ja oskab tuua näiteid</li> <li>• arutleb rannikul toimuvate loodusprotsesside ja inimtegevuse mõju üle rannikumuutustele;</li> <li>• oskab määrata tavalisemaid Haapsalu Ees- ja Tagalahe liike;</li> <li>• teab inimtegevusega seotud probleeme mereelustikule ja käitub ise vastutustundlikult ning keskkonnahoidlikult;</li> <li>• tunneb teabe kogumise meetodikaid ja oskab neid looduses kasutada.</li> </ul> |   |
| <b>Hindamine</b>            | Hindamine kursusel on mitmeeristav. Hinnatakse õppetööst osavõttu ja aktiivsust tundides. Kursus on arvestatud, kui õpilane on osalenud kõigis kursuse tegevustes ning esitanud kõik kokkulepitud tööd.  |   |

|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | Auditoorsest tunnist puudumisel omandab õpilane teema iseseisvalt ning esitab sellest kirjaliku kokkuvõtte.  |
| <b>Õppematerjalid</b>        | <p>Õpetaja koostatud/kohandatud õppematerjalid.</p> <p>Läänemere seisund ja protsessid<br/> <a href="https://geo.edu.ee/wp-content/uploads/2021/10/Laanemere_seisund_Jyri_Elken.pdf">https://geo.edu.ee/wp-content/uploads/2021/10/Laanemere_seisund_Jyri_Elken.pdf</a></p> <p>Läänemere ökosüsteem ja aineringed<br/> <a href="https://geo.edu.ee/wp-content/uploads/2021/10/Laanemere_okosysteem_Kai_Kynniss_Beres.pdf">https://geo.edu.ee/wp-content/uploads/2021/10/Laanemere_okosysteem_Kai_Kynniss_Beres.pdf</a></p> <p>Praktilisi töid Läänemere teemadel<br/> <a href="https://www.tartuloodusmaja.ee/wp-content/uploads/2020/03/Aktiivoppe_abimaterjal_III_Praktilisi_toid_Laanemere_teamadel_2011.pdf">https://www.tartuloodusmaja.ee/wp-content/uploads/2020/03/Aktiivoppe_abimaterjal_III_Praktilisi_toid_Laanemere_teamadel_2011.pdf</a></p> <p>Läänemeri meie ühine ja kordumatu aare<br/> <a href="https://bef.ee/wp-content/uploads/2014/04/L%C3%A4%C3%A4nemeri_meie_%C3%Bchine_ja_kordumatu_aare.pdf">https://bef.ee/wp-content/uploads/2014/04/L%C3%A4%C3%A4nemeri_meie_%C3%Bchine_ja_kordumatu_aare.pdf</a></p> <p>Keskkonnaportaali loodusveeb<br/> <a href="https://loodusveeb.ee/et/themes/rannik/ranniku-tuubid-ja-nendelevik">https://loodusveeb.ee/et/themes/rannik/ranniku-tuubid-ja-nendelevik</a></p> <p>Maa-ameti geoportaali kaardirakendused<br/> <a href="https://geoportaal.maaamet.ee/">https://geoportaal.maaamet.ee/</a></p> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>Loodusajakirjad Horisont, Eesti Loodus, National Geographic, Imeline Teadus jt</p> <p>Meresüsteemide Instituut<br/> <a href="https://taltech.ee/meresusteemide-instituut">https://taltech.ee/meresusteemide-instituut</a></p>   |
| <b>Kursuse väljund</b>       | <p>Ettevalmistus praktiliseks või uurimistööks.</p> <p>Ettevalmistus aineolümpiaadideks.</p> <p>Ettevalmistus kõrgkooli astumiseks.</p> <p>Ainesõnavara oskuslik kasutamine.</p>   |

|                                      |  |  |
|--------------------------------------|--|--|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Loodusruum  |  |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Elus ja eluta loodus: energia</b>   |  |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, iseseisev töö, õppekäigud, võimalusel miniuurimused/-projektid ja külalislektor(id), loodusvaatlused. |  |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |  |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Kadri Mitt, Mall Vainola, Imbi Raudkivi  |  |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Elus ja eluta looduse objektid, nähtused ja protsessid lõimituna bioloogia, geograafia, füüsika ja keemiaga.                                   |  |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv  | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms)  |
|                                      | 1-5 tundi  | <b>Energia kui füüsikaline suurus, energia liigid:</b> mehaaniline energia (kineetiline ja potentsiaalne energia), elektrienergia, hüdroenergia, tuumaenergia, valgusenergia, siseenergia, kütteväärtus. |

|                             |   |   |
|-----------------------------|---|---|
|                             |   | Auditoorsed tunnid juhendajaga.   |
|                             | 1-2 tundi   | <b>Keemiline energia ehk keemilise sideme energia</b> , ekso- ja endotermiline reaktsioon.<br>Auditoorsed tunnid juhendajaga ning näitkatsed.   |
|                             | 2 tundi   | <b>Energiaallikad</b><br>Primaarenergia. Tehniline energia. Traditsiooniline ja alternatiivenergia. Taastuvad ja taastumatud energiavarad. Energiavarade paiknemine maailmas. Energiakasutuse ajalugu maailmas ja suundumused 21. sajandil.<br><i>Põhimõisted - primaarenergia, tehniline energia, energia muundumine</i> |
|                             | 3 tundi   | <b>Energia tootmise ja kasutamise võimalused Läänemaal</b><br>Soojusenergia, vee energia, tuuleenergia, päikeseenergia, bioenergia ja nende keskkonnamõjud<br><i>Põhimõisted - biokütus, biomass</i>  |
|                             | 2 tundi   | <b>Miniuurimus</b>  |
|                             | 7 tundi   | Organismide energeetika. Päikeseenergia kasutamine ja fotosüntees. Fotosünteesijad vees: vetikad ja taimed. Heterotroofid ja rakuhingamine. Energiaringe vee ökosüsteemis. Energia liikumine ökoloogilises püramiidis.  |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab erinevaid energialiike ja oskab luua seoseid keskkonnaga;</li> <li>• teab erinevate organismide energiatarbimise viise;</li> <li>• mõistab jätkusuutliku energiatarbimise vajalikkust;</li> <li>• teab erinevaid viise ja allikaid, kuidas ja millest energiat toota;</li> <li>• kaardistab maailma energiavarad ja hindab energiapuuduse põhjusi;</li> <li>• teab, milliseid energiavarasid ja-liike kasutatakse kodumaakonnas;</li> <li>• oskab hinnata energiavarade keskkonnamõjusid;</li> <li>• teostab miniuurimuse energiavarade kasutamise kohta maailmas/regioonis/maakonnas;</li> <li>• teab kuidas fotosünteesivad organismid salvestavad päikeseenergiat;</li> <li>• teab kuidas energia liigub aine- ja energiaringes;</li> <li>• teab ökoloogilise püramiidi reeglit.</li> </ul> |   |
| <b>Hindamine</b>            | Hindamine on kursusel mitteeristav.<br>Hinnatakse õppetööst osavõttu ja aktiivsust tundides.<br>Kursus on arvestatud, kui õpilane on osalenud kõigis kursuse tegevustes ning esitanud kõik kokkulepitud tööd.<br>Auditoorsest tunnist puudumisel omandab õpilane teema iseseisvalt ning esitab sellest kirjaliku kokkuvõtte.  |   |
| <b>Õppematerjalid</b>       | Õpetaja koostatud/kohandatud õppematerjalid ja töölehed.  |   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | <p>Keskkonnagentuuri materjalid.<br/>         Interaktiivsed kaardirakendused ja andmeportaaliid.<br/>         Maa-ameti geoportaali kaardirakendused<br/> <a href="https://geoportaal.maaamet.ee/">https://geoportaal.maaamet.ee/</a><br/>         Statistikaamet - energeetika<br/> <a href="https://www.stat.ee/et/avasta-statistikat/valdkonnad/energia-ja-transport/energeetika">https://www.stat.ee/et/avasta-statistikat/valdkonnad/energia-ja-transport/energeetika</a><br/>         Looderanniku muutused<br/> <a href="http://vana.loodusajakiri.ee/eesti_loodus/artikkel4335_4314.html">http://vana.loodusajakiri.ee/eesti_loodus/artikkel4335_4314.html</a></p> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>Loodusajakirjad, nt Imeline Teadus, Horisont, Eesti Loodus.<br/>         Geograafiaõpetajate ühingu materjalid<br/> <a href="https://geo.edu.ee/materjalid/">https://geo.edu.ee/materjalid/</a></p>  |
| <b>Kursuse väljund</b>       | <p>Ettevalmistus praktiliseks või uurimistööks.<br/>         Ettevalmistus aineolümpiaadideks.<br/>         Ettevalmistus kõrgkooli astumiseks.</p>   |

|                                      |  |  |
|--------------------------------------|--|--|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Loodusruum  |  |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Avastusretk looduses</b>  |  |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi. Kahepäevane õppekäik, praktilised tegevused looduses.  |  |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |  |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Kadri Mitt, Mall Vainola, Imbi Raudkivi  |  |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | <p>Loodusretke ettevalmistamine, läbiviimine ja kokkuvõtete tegemine. Õpilased saavad looduses kasutada auditoorsetes tundides õpitud teemasid (vesi, energia) praktiliste ülesannete teostamiseks loodusruumis. Tutvutakse kodumaakonna/kodukoha looduslike objektidega ja protsessidega, lõimitakse teadmised (keemia, füüsika, bioloogia, geograafia) ja saadakse teemakohased kogemused, mida saab kasutada loodusteaduste edasiõppimisel. Tegevuste planeerimine toimub koos õpilastega. Õppemeetodid on mitmekesised (uurimuslik õpe, vaatlused, mõõtmised/katsed, hinnangute kujundamine jne) ja võimaldavad õpitulemuste kaudu kujundada üldpädevusi (väärtuspädevus, ettevõtlikkuspädevus, õpipädevus jne).</p> |  |
| <b>Kursuse kava</b>                  | 1 tund   | Sissejuhatus.  |
|                                      | 19 tundi   | <p><b>Õppekäik - praktilised tegevused õppekäigul</b><br/> <b>Loodusvaatlused</b> - maastik, elustik, pinnamood, elus ja eluta looduse seotus ja näited.<br/> <b>Rannikuvaatlused</b> - rannajoon, rannikutüübid, lainetuse mõju randlale, elustik, kivimid, vee-energia kasutamise võimalused kodumaakonnas; rannikute eripärad kodukohas.<br/> <b>Siseveed</b> - jäänukjärved, vana- ja uusjõed, rändavad jõesuudmed, karstivormid.<br/> <b>Tuuleenergia</b> - Aulepa tuulepark.<br/>         Vee ja tema füüsikaliste ning keemiliste omaduste määramine.</p> |

|                              |   |                                     |
|------------------------------|---|-------------------------------------|
|                              |   | Erinevate energialiikide märkamine. |
|                              | 1 tund  | Kokkuvõte.                          |
| <b>Kursuse õpitulemused</b>  | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• huvitub looduskeskkonnast ja selle uurimisest;</li> <li>• mõistab loodusteaduste omavahelisi seoseid;</li> <li>• kasutab antud moodulis omandatud teadmisi ja oskusi keskkonna objektide, nähtuste ja nendevaheliste põhjuse-tagajärje seoste selgitamiseks ning analüüsimiseks;</li> <li>• väärtustab elurikkust ja jätkusuutlikku arengut, käitub turvaliselt, järgib tervislikke eluviise ning on ühiskondlikult aktiivse hoiakuga;</li> <li>• panustab moodulipõhistesse praktiliste tegevuste planeerimisse;</li> <li>• oskab vaatluste jms põhjal andmeid süstematiseerida ja esitada korrektses vormis;</li> <li>• teostab looduses uurimusi, sõnastab hüpoteese;</li> <li>• märkab ja analüüsib inimõju põhjusi ja tagajärgi looduskeskkonnas;</li> <li>• kaardistab kodukoha loodusobjekte;</li> <li>• märkab ja analüüsib ruumiandmete vastastikuseid seoseid nende ajalises muutumises.</li> </ul> |                                     |
| <b>Hindamine</b>             | Kursus on arvestatud, kui õpilane osaleb õppekäigul läbiviidavates praktilistes rühmatöodes, esitades omapoolseid järeldusi ning tähelepanekuid.  |                                     |
| <b>Õppematerjalid</b>        | Mooduli kursustel kasutatud õppematerjalid.<br>Maa-ameti geoportaal<br><a href="https://geoportaal.maaamet.ee/">https://geoportaal.maaamet.ee/</a><br>Google my maps kaardirakendus<br><a href="https://www.google.com/maps/d/">https://www.google.com/maps/d/</a><br>Geomoodulid<br><a href="https://www.nbvm.no/index_est.html">https://www.nbvm.no/index_est.html</a><br>Keskkonnahoiuatlas<br><a href="https://na.unep.net/atlas/google.php">https://na.unep.net/atlas/google.php</a>   |                                     |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | Loodusajakirjad, nt Imeline Teadus, Horisont, Eesti Loodus.   |                                     |
| <b>Kursuse väljund</b>       | Ettevalmistamine praktiliseks või uurimistööks.<br>Ettevalmistus aineolümpiaadideks.<br>Ettevalmistus kõrgkooli astumiseks.<br>Teemakohaste projektide ettevalmistamine ja läbiviimine.   |                                     |

## Valikmoodul: Mina ja maailm

Moodul „Mina ja maailm” pakub õpilastele võimaluse mõista ennast ja oma rolli nii ühiskonnas kui ka laiemas globaalses kontekstis. See koosneb kursustest, mis käsitlevad inimese õigusi ja vastutusi, globaalseid probleeme ning psühholoogilisi aspekte. Mooduli valimine annab võimaluse arendada kriitilist mõtlemist, analüüsivõimet ning empaatiat – olulisi oskusi nii tänapäeva kui tuleviku ühiskonnas.

Õppijad mõistavad kuidas õigussüsteem, ühiskonna areng, erinevad kultuuriruumid ja inimese hoiakud, väärtushinnangud ning käitumine on omavahel läbipõimunud ning kuidas need mõjutavad igapäevaelu ja tulevikku.

Õiguslased teadmised, globaalsete suundumuste mõistmine ning psühholoogilised arusaamad inimese olemusest aitavad õpilast igapäevaelus edukalt toimida ja annavad ohtralt mõtteainet enda tulevase õpitee kavandamisel.

Moodul aitab kaasa/toetab ühiskondlikult aktiivse ja teadliku inimese kujunemisele.

Mooduli kursused:

- Inimene ja õigus
- Globaliseeruv maailm
- Psühholoogia

|                                      |   |   |
|--------------------------------------|---|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Mina ja maailm   |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Inimene ja õigus</b>   |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi. Auditoorsete tundide kõrval toimub vähemalt üks tund Pärnu Maakohtu Haapsalu Kohtumajas.  |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass   |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Kalle Lõuna   |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Tundides käsitletakse inimese õiguste ja vajaduste kaitsmist elulistes situatsioonides, sh analüüsitakse ja mängitakse läbi ettetulevaid õiguslikke probleeme, tõlgendatakse õigustekste, arutletakse sobivate õiguskaitsevahendite ja -viiside üle. Käsitletakse kohtumenetluse üldpõhimõtteid ja Eesti õigussüsteemi. Õpilased saavad osaleda rollimängus „Kohtuistung”. Kursuse alusteema on „Eesti euroopaliku õigusruumi osana”. Järgnevatest temade hulgast valitakse koos õpilastega kaks süvendatult käsitletavat teemat: isikutevahelised varalised suhted; isiklikud ja perekondlikud õigussuhted; töö- ja majanduselu; mina ja kogukond. Tutvutakse ka karjäärivaliku võimalustega õiguselukutsete vallas. |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv   | Kursus koosneb viiest moodulist. Õpetaja valib esimestel tundidel koostöös õpilastega õppesisu hulgast lisaks <u>baasmoodulile kuni kaks süvendatavalt õpitavat moodulit.</u>   |
|                                      | 9 tundi   | <b>Baasmoodul: Eesti euroopaliku õigusruumi osana.</b> Õigusriigi põhimõtted ja põhiõigused. Õiguse allikad. Eesti euroopaliku õigusruumi osana. Inimõigused ja nende kaitse. Õiguse rakendamine. Kohtumenetluse üldpõhimõtted. |



|                             |  |   |
|-----------------------------|--|---|
|                             | 1-4 tundi  | <b>Isikutevahelised varalised suhted.</b> Tsiviilõiguse põhimõisted. Leping õiguste ja kohustuste alusena. Tarbija õigused Euroopa Liidus. Laenamine ja tagatised. Eluasemega seotud õigused ja kohustused. Tsiviilõiguslike vaidluste lahendamine. Juhul kui õpilased ei vali moodulit süvendatud õppeks leiab ikkagi käsitlemist: tsiviilõiguste põhimõisted ja tsiviilõiguste vaidluste lahendamine.       |
|                             | 1-4 tundi  | <b>Isiklikud ja perekondlikud õigussuhted.</b> Isiklikud õigused. Õigused autorina. Õigused teiste isikute teose kasutajana. Lapse ja vanema õigussuhe. Õigused ja kohustused kooselus ja abielus. Õigus pärida ja pärandada. Juhul kui õpilased ei vali moodulit süvendatud õppeks leiab ikkagi käsitlemist: isiklikud õigused.  |
|                             | 1-5 tundi  | <b>Töö- ja majanduselu.</b> Töötamine töölepingu alusel. Teenuste osutamine töövõtu- ja käsunduslepingu alusel. Töötus. Kandideerimine ja värbamine. Avalik teenistus. Ettevõtlus. Mittetulundussektor. Õiguselukutsed. Juhul kui õpilased ei vali moodulit süvendatud õppeks leiab ikkagi käsitlemist: Õiguselukutsed.   |
|                             | 2-4 tundi  | <b>Mina ja kogukond.</b> Kultuuriline, rahvuslik, hariduslik ja religioosne enesemääratlusõigus kogukonnas. Vabaühendustes ja kodaniku- aktsioonides osalemine. Avalik võim ja kogukonna- liikmed. Karistused ja karistusõigus. Küberruum ja virtuaalkogukonnad. Juhul kui õpilased ei vali moodulit süvendatud õppeks leiab ikkagi käsitlemist: Avalik võim ja kogukonnaliikmed. Karistused ja karistusõigus |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• tunneb ja väärtustab euroopaliku õigusruumi põhimõtteid ja oskab valida seaduskuuleka käitumisviisi;</li> <li>• tunneb elulistes situatsioonides ära õigusliku probleemi, tõlgendab õigustekste, valib sobiva õiguskaitsevahendi ja –viisi ning koostab argumenteeritud lahenduskäigu probleemile;</li> <li>• kasutab eesmärgipäraselt õiguslase teabe digitaalseid keskkondi ja -registreid;</li> <li>• põhjendab oma käitumise valikuid õiguslike argumentidega;</li> <li>• hindab oma karjäärivaliku võimalusi õiguselukutsete vallas.</li> </ul> |   |
| <b>Hindamine</b>            | Sõltuvalt tunni eesmärkidest, meetodikast ning õpikeskkonnast tulenevalt on hindamine variatiivne. Kursuse omandamisel on paljudel puhkudel eesmärgiks seatud õppija suutlikkus mõista probleemide ja õigusküsimuste olemust. Diskussioonis osalemise puhul hinnatakse nii õppija suutlikkust diskussioonis kaasa rääkida kui ka tema poolt väljendatu õigsust. Protsessihindamisel kasutakse hindeid: A, MA, 1, 2, 3, 4, 5.   |   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | <p>Õpilane peab esitama vähemalt ühe kaasuse analüüsi, analüüsima juristi (st prokuröri ja/või advokaadi) loengut, külastama võimaluse korral maakohtu kohtumaja, osalema rollimängus “Kohtuistung”.</p> <p>Kursuse lõpetab arvestuslik suuline seminar, milles kontrollitakse baasmooduli ja vabalt valitud moodulite põhiterminoloogiat. Suulise seminari ajal on lubatud kasutada abimaterjale.</p> <p>Kokkuvõtvalt hinnatakse kursust hinnetega „väga hea“ (5), arvestatud (A) või mittearvestatud (MA).</p> <p>Kokkuvõtva kursusehinde „väga hea“ (5) hinde eeltingimus on lõpuseminari läbimine hindele „väga hea“ (5) või edukas esinemine Riigikohtu kaasuskonkursil.</p>   |
| <b>Õppematerjalid</b>        | <p>Kasutatakse Eesti Vabariigi põhiseadust ja erinevaid elektroonilisi keskkondi</p> <p>Peamiseks väravaks on Riigiportaal <a href="https://www.eesti.ee">https://www.eesti.ee</a></p> <p>Olulisemad digitaalsed registrid ja infosüsteemid:</p> <p>Elektrooniline Riigi Teataja <a href="http://www.riigiteataja.ee">www.riigiteataja.ee</a></p> <p>Euroopa Liidu õiguse andmebaas Eur-Lex <a href="http://eur-lex.europa.eu">http://eur-lex.europa.eu</a></p> <p>Kinnistusraamat<br/><a href="https://kinnistusraamat.rik.ee/detailparing/Avaleht.aspx">https://kinnistusraamat.rik.ee/detailparing/Avaleht.aspx</a></p> <p>Äriregister <a href="https://ariregister.rik.ee/">https://ariregister.rik.ee/</a></p> <p>Rahvastikuregister <a href="https://www.eesti.ee/portaal/rrteenus.index">https://www.eesti.ee/portaal/rrteenus.index</a></p> <p>Karistusregister <a href="http://www.rik.ee/et/karistusregister">http://www.rik.ee/et/karistusregister</a></p> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>Eesti Vabariigi põhiseaduse kommenteeritud väljaanne<br/><a href="https://pohiseadus.ee/">https://pohiseadus.ee/</a></p> <p>Seadused (leitavad elektroonilisest Riigi Teatajast):</p> <p>Võlaõigusseadus (VÕS).</p> <p>Karistusseadustik.</p> <p>Tubakaseadus.</p> <p>Liiklusseadus.</p> <p>Perekonnaseadus.</p>   |
| <b>Kursuse väljund</b>       | <p>Pärnu Maakohtu Haapsalu Kohtumaja külastus. Kohtulavastus.</p> <p>Kaasuse lahendamine.</p> <p>Võimalus osaleda kaasuskonkursil.</p> <p>Karjäärivalik: õiguselukutsed.</p>  |

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Mina ja maailm  |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Globaliseeruv maailm</b>  |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, iseseisev töö kursuse teemavalikuga, projekt, miniuurimus jms.  |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Imbi Raudkivi  |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | <p>Kursus võimaldab süvendatult tegeleda eri regioonide aktuaalsete probleemidega arenenud ja arengumaade näidetel. Maailma loodusliku, kultuurilise, demograafilise ja majandusliku mitmekesisuse ning eripära tundmine lubab toime tulla globaliseerivas maailmas. Regioonide õppimisel rõhutatakse eelkõige loodusolude, rahvastiku, kultuuri, majanduse ja ühiskonna arengut vastastikustes seostes.</p> |

|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | <p>Konkreetne õppesisu täpsustatakse kursuse alguses õpetaja ja õpilaste koostöös. Õppesisu komplekteerides lähtutakse põhimõttest, et kaetud oleksid võimalikult paljud teemad maailma eri regioonide näidetel. Näidisjuhtumi valikul lähtutakse selle tähtsusest nii kohalikus kui ka regionaalses või globaalses kontekstis. Näidisjuhtumi analüüs võimaldab saavutada kursuses nõutavaid õpitulemusi. Käsitletavad probleemid on õpilastele relevantset ning neil on tänapäeva ühiskonnas suur kandepind, motiveerides õpilasi õppima sügavuti nii loodus- kui ka sotsiaaalainetega seotud mõisteid, teooriaid ja seaduspärasusi nüüdisteaduse kontekstis.</p>   |
| <p><b>Kursuse kava</b></p>   | <p>Konkreetne kava täpsustatakse kursuse alguses koostöös õpilastega. Kursuse kuus moodulit on teemade käsitlemise aluseks (seostatud loodus-, rahvastiku-, sotsiaal-majanduslikud ja ühiskondlikud probleemid riigi/maailma/regiooni tasandil) ja nende baasil kujundab õpilane ise oma õpitee õpitulemuste saavutamiseks. Iga mooduli teemakohaste probleemkohtade tutvustamiseks on 1 tund = 6 tundi. Teemavaliku tegemiseks 2 tundi. Kontaktunnid vahelduvad iseseisva õppega (valikud). Kaasaegsete globaalsete suundumuste ja andmeportaalide kasutamine läbi kursuse - pidev.</p> <p>Filmitund - 2 tundi</p> <p>Õpilase valikud kava st oma õpitee kujundamisel:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Õpilane võib valida uurimiseks konkreetse regiooni/riigi/linna vms ja sõnastab seejärel uurimisküsimused edasiseks tööks lähtuvalt paikkonna reaalsest olukorrast,</li> <li>2. Õpilane võib valida alateemade hulgast probleemi (üks või mitu) ja käsitleda seda globaalsel tasandil/regiooni tasandil vms).</li> <li>3. Õpilane võib valida uurimiseks konkreetse nõ läbiva teema ning käsitleda seda globaalsel, regionaalsel või riigi tasandil.</li> <li>4. Näidisjuhtumipõhine teemakäsitus.</li> <li>5. Eelpool välja toodud variandid seostatakse Eestiga.</li> </ol> <p>Teemad ja alateemad võimalike valikute tegemiseks:</p> |
| <p>1 tund tutvustamiseks</p> | <p><b>Loodusressursside kasutamine ja selle mõju keskkonnale.</b> Maavarade kaevandamisega kaasnevad keskkonna- ja sotsiaalsed probleemid. Energiaressursside kasutamise kaasaegsete tehnoloogiate rakendamine arengumaades ja arenenud riikides. Metsade majandusliku kasutamise kaasaegsete tehnoloogiate rakendamine arengumaades ja arenenud riikides ja arengumaades. Veeprobleemid. Loodusressursside konfliktide allikana. Maailmamere reostumise ja kalaressursside nappusega seotud probleemid.</p>   |

|                             |   |  |
|-----------------------------|---|--|
|                             | 1 tund tutvustamiseks   | <b>Rahvastikuprotsesside mõju ühiskonna arengule</b><br>Demograafilisest situatsioonist tulenevad probleemid ühiskonnas ja rahvastikupoliitika. Rändega kaasnevad probleemid lähte- ja sihtriigile. Pagulasprobleemid nüüdismaailmas. Haiguste levik ning sellega seotud probleemid. Lapstööjõu kasutamine ja nüüdisaegne orjakaubandus. Valglinnastumine ning sellega kaasnevad probleemid. Keskkonnaprobleemid suurlinnades. |
|                             | 1 tund tutvustamiseks   | <b>Erinevused regioonide ja riikide vahel ning riikide sees</b><br>Piirkondlike erinevuste põhjused (konkreetsed riigi näitel) ja sellest tulenevad probleemid. Mitmekultuurilise ühiskonna eelised ja probleemid. Kultuuride väärtimõistmine ja selle tagajärjed, kultuuridevahelised konfliktid. Regioonide linnamustrid. Regioonide põllumajandusmustrid.   |
|                             | 1 tund tutvustamiseks   | <b>Kaubanduse ja tarbimisega seotud konfliktid ning nende lahendamine</b><br>Rahvusvaheline kaubandus ja globaalne ebaõiglus. Õiglane kaubandus ja selle võimalused nüüdisaegses maailmas. Arengumaade toiduprobleemid, nende põhjused ja võimalikud lahendused. Vaesus ja humanitaarabi tänapäeva maailmas. Toidukriis.   |
|                             | 1 tund tutvustamiseks   | <b>Globaalsed keskkonnaprobleemid ja nende mõju eri regioonidele</b><br>Kliimamuutused ja selle regionaalsed tagajärjed. Bioloogilise mitmekesisuse vähenemine. Mullastiku vaesumine. Kõrbestumine. Relvakonfliktidega kaasnevad sotsiaalsed ja keskkonnaprobleemid. Jäätmed.  |
|                             | 1 tund tutvustamiseks   | <b>Kommunikatsioon ja üleilmastumine</b><br>Tänapäeva infoühiskond, selle oht ja võimalused. Arvutite ja mobiiltelefonide tegelik hind.  |
|                             | 2 tundi   | Õpilane <b>valib</b> eelnevale tuginedes <b>teema</b> , lepib kokku uurimuse/tegevuse esmase sisu, võimalikud tegevused, vormi.  |
|                             | 2-3 tundi   | <b>Filmitund/-tunnid koos analüüsiga</b>   |
|                             | 7-8 tundi   | <b>Teemaga tegelemine, uurimuse teostamine, sisu süstematiseerimine, järeldused ja analüüs, vormistamine</b>   |
|                             | 2-3 tundi   | <b>Kursusetööde/uurimuste ettekanded, tutvustamine kaasõpilastele.</b><br>Arutelu ja hinnangud.  |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• on kursis maailma eri regioonide aktuaalsete probleemidega, teab nende põhjusi ning võimalikke tagajärgi;</li> <li>• toob näiteid loodusolude, rahvastiku, kultuuri, majanduse ja ühiskonna arengu vastastikuste seoste kohta õpitud regiooni näitel;</li> <li>• toob näiteid globaliseerumise mõjude kohta maailma eri regioonidele;</li> <li>• väärtustab looduslikku ja kultuurilist mitmekesisust ning peab lugu eri rahvaste kommetest ja traditsioonidest;</li> </ul> |  |

|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• leiab nii eesti- kui ka võõrkeelsetest allikatest maailma eri piirkondade kohta infot ning tõlgendab, üldistab ja hindab seda kriitiliselt;</li> <li>• osaleb aktiivselt probleemide ja konfliktide lahendamisel, põhjendades ning kaitstes oma seisukohti ja valikuid argumenteeritult.</li> </ul>   |
| <b>Hindamine</b>             | Hinnatakse kursuse moodulite tegevusi. Moodulite hinnete põhjal kujuneb kursusehinne (esitada/sooritada tuleb kõik kokkulepitud tööd). Hindamine on mitteeristav. Õpitulemuste kontrolli ja hindamise eesmärk on saada ülevaade õpitulemuste saavutusest ja õpilase individuaalsest arengust. Hinnatakse töö planeerimisoskust, meeskonnas töötamise oskust, uurimusliku töö läbiviimise oskust, aruteludes ja vaheseminarides osalemist, iseseisva töö sooritamise oskust, argumenteerimisoskust, analüüsioskust. Kursus lõpeb kursusetööga, milleks võib olla ettekanne, projekt, õppetunni ettevalmistamine ja läbiviimine jms (lepitakse kokku kursuse alguses). |
| <b>Õppematerjalid</b>        | Maailmakooli kodulehekülj. <a href="https://maailmakool.ee/">https://maailmakool.ee/</a><br>Google Earth<br>ÜRO keskkonnahoio atlas<br>Bioneer.ee<br>Tagasi kooli e-tunnid<br>MTÜ Mondo filmikool <a href="https://maailmakool.ee/materjalid/?c=et,film">https://maailmakool.ee/materjalid/?c=et,film</a><br>Õpetaja koostatud/kohandatud õppematerjalid.  |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | Päevaleht, Postimees, Äripäev.<br>Üleilmastumine ja globaalprobleemid. Kirjastus Koolibri, 2009.   |
| <b>Kursuse väljund</b>       | Kursusetöö/miniuurimus.  |

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Mina ja maailm  |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Psühholoogia</b>  |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi. Valdavalt on tegemist kontakttundidega. Iseseisev õpe toimub e-õppepäeva korral. Võimaluse korral kaasatakse külalisõpetajaid. Kursuse teemade käsitlemisel arvestatakse võimaluse korral õpilaste huvide ning eelistustega.   |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass  |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Annika Rouhiainen  |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Tegemist on sissejuhatava kursusega psühholoogiamaailma. Kursus annab ülevaate psühholoogia peamistest probleemidest, mõistetest ja rakendamisest ning kursuse käigus kujuneb arusaam psühholoogiast kui teadusest. Kursus aitab paremini mõista inimese olemust ning pakub arutlemisvõimalusi ja kaasamõtlemist inimpsüühika ja -käitumise teemadel. Kogu ainekäsitus on võimalikult elulähedane. |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv  | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms).  |
|                                      | 1 tund   | <b>Psühholoogia – mis see on?</b> 1. Psühholoogia peamised harud ja uurimismeetodid. 2. Teadusliku ja rahvapsühholoogia võrdlemine. |

|                             |  |  |
|-----------------------------|--|--|
|                             | 6 tundi  | <p><b>Tunnetuse ja tegevuse bioloogiline alus – kuidas ma ehitatud olen?</b></p> <p>1. Inimese närvisüsteem: perifeerne ja kesk-närvisüsteem. 2. Aju ehitus ja funktsioonid. 3. Meeleelundid ja aistingud. 4. Psüühiliste häirete bioloogiline alus. 5. Sõltuvushaigused, sõltuvuslik käitumine. 6. Psühhotroopsed ained.</p>              |
|                             | 5 tundi  | <p><b>Kognitiivne psühholoogia – kuidas ma infot vastu võtan ja talletan?</b></p> <p>1. Taju, tajuliigid ja omadused. 2. Mõtlemine, mõtlemise elemendid, probleemide lahendamine ning keele ja mõtlemise seosed. 3. Mälu, mäluliigid ja protsessid. 4. Õppimine, teadmised, oskused, õppimisviisid. 5. Tahtlik ja tahtmatu tähelepanu.</p> |
|                             | 6 tundi  | <p><b>Sotsiaal- ja isiksusepsühholoogia – kuidas ma maailmaga suhestun?</b></p> <p>1. Isiksus, vaimne võimekus ja individuaalsed erinevused. 2. Emotsioonid ning nende väljendamine. 3. Vajadused, eesmärgid ja motivatsioon. 4. Sotsiaalne taju, sotsiaalne võrdlemine. 5. Rühmaprotsessid. 6. Konflikti olemus ja lahendusmeetodid.</p>  |
|                             | 2 tundi  | <p><b>Vaimne tervis – kuidas ma ennast tervena hoian?</b></p> <p>1. Tervislik eluviis ja selle põhimõtted. 2. Levinumad vaimsed häired ning psühholoogilise abi võimalused.</p>  |
|                             | 1 tund   | <p><b>Kursuse kokkuvõte</b> Teadmiste kontroll (ühtlasi ka kinnistamine) „Kuldvillaku”, mälumängu või viktoriini stiilis.</p>  |
| <b>Kursuse õpitulemused</b> | <p>Kursuse lõpus õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• on tutvunud psühholoogia tegevusvaldkondadega, teeb vahet teadusliku ja rahvapsühholoogia vahel rakendades kriitilist mõtlemist; on kuulnud peamistest klassikalistest psühholoogilistest eksperimentidest;</li> <li>• mõistab inimpsüühikaga seotud bioloogilisi ja füsioloogilisi aluseid ja mehhanisme, sh häirete kujunemist ja sõltuvuskäitumist;</li> <li>• teab peamisi mälu ja õppimise toimimise mehhanisme ja protsesse, oskab kasutada õpistrateegiaid ja õppimist mõtestada; mõistab erineva informatsiooni vastuvõtu- ja töötlemismehhanisme;</li> <li>• on omandanud ülevaate isiksusest, sotsiaalsest tajust, võrdlemisest ja rühmaprotsessidest. Kirjeldab põhiemotsioone ja nende väljendusviise; oskab kirjeldada vajaduste, eesmärkide ja motivatsiooni omavahelisi seoseid;</li> <li>• oskab vaimset tervist hoida, sellega seonduvaid probleeme võimaluse korral ennetada; tunneb tervisliku eluviisi põhimõtteid, sh mõistab mõtete, tunnete ja käitumise koostoimimise tähtsust vaimse tervise hoidmisel;</li> <li>• mõistab psühholoogiaõppe rakenduslikke võimalusi edasiste õpingute ja karjäärivaliku osas.</li> </ul> |  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Hindamine</b>             | <p>Kursus hinnatakse „arvestatud”, „mittearvestatud” või eriti silmapaistvate tulemuste korral hindega „5”. Kursusehinne kujuneb arvestuslike tööde, tunni- ja kodutööde põhjal. Arvestuslikeks töödeks on: 1) ettekanne ühe kursusel käsitletava teema kohta, 2) individuaalne eksperiment õpilase poolt valitud teemal viie nädala jooksul. Viie nädala jooksul tegeleb õpilane talle olulise teemaga (näiteks mõne harjumuse muutmise, isikliku heaolu teema, õpioskuse vms) ning täidab iganädalaselt oma eksperimendipäevikut Moodle`is.</p> <p>Tunni- ja kodutöödeks on nii suulised, kirjalikud, kui ka praktilised individuaal- ja rühmatööd.</p> <p>Positiivse kursusehinde saamiseks peavad olema mõlemad arvestuslikud tööd sooritatud positiivsele tulemusele.</p> <p>Lähtudes psühholoogiakursuse spetsiifikast, ei hinnata õpilase seisukohti ega hoiakuid, vaid teadmisi ja argumenteerimisoskust.</p> |
| <b>Õppematerjalid</b>        | <p>Õpetaja koostatud tunnimaterjalid.</p> <p>Rumberg, T., Uljas, P. 2002. Psühholoogia õpik gümnaasiumile.</p>  |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | <p>Gleitman, H., Gross, J., Reisberg, D. 2015. Psühholoogia.</p> <p>Allik, J. jt. 2002. Psühholoogia gümnaasiumile. TÜ Kirjastus.</p> <p>Noorte Vaimse Tervise portaal <a href="https://peaasi.ee/">https://peaasi.ee/</a></p> <p>Psühholoogia-alane nõustamine <a href="https://lahendus.net/">https://lahendus.net/</a></p>   |
| <b>Kursuse väljund</b>       | <p>Omada üldist arusaama psühholoogiast ning omandada praktilisi eluks vajalikke psühholoogiaalaseid teadmisi ja oskusi.</p>  |

## Valikmoodul: Tervis ja sport

Mooduli eesmärgiks on anda teadmisi tervist mõjutavatest teguritest, tervislikest eluviisidest ja keskkonna ning tervise kokkupuutepunktidest. Omandatakse põhiteadmisi ja -oskusi tervislikest ja keskkonnateadlikest eluviisidest, tervislikust toitumisest, kehalise aktiivsuse tähtsusest tervisele ja töövõimele ning tervise taastamise võimalustest. Mooduli õppetegevustesse on lõimitud erinevaid ainevaldkondi ning tegeletakse palju õuesõppega, sportides/liikudes ja matkates.

Mooduli kursused:

- **Tervislik eluviis**
- **Terviseteadlik liikumine ja sport**
- **Matkamine**

|                                      |   |   |
|--------------------------------------|---|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Tervis ja sport  |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Tervislik eluviis</b>  |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi.   |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass   |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Rea Raus  |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Sissejuhatav, teemasid avav, horisontaalselt kõiki tervise- ja spordialaseid kursusi integreeriv ülevaatekursus. Kursusel antakse ülevaade elukeskkonna mõjust inimese tervisele, mõistmaks elukeskkonna ja tervise seoseid. Keskkonnatervise mõju hindamise olemus ja tervise toetamine igas tegevusvaldkonnas. Inimese ja keskkonna tervist mõjutavad faktorid (toit, õhk, vesi, tarbimisharjumused jne). |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv   | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms).  |
|                                      | 4 tundi   | Tervist mõjutavad faktorid, keskkonnategurid ja tervis; vaimne ja füüsiline tervis ning seda mõjutavad tegurid.   |
|                                      | 3 tundi   | Toit ja tervis, toitumisnõustamine, pestitsiidid, anti- ja probiootikumid; miniuurimus, (võimalusel külalislektor).   |
|                                      | 2 tundi   | Sõltuvuste ennetamine, (võimalusel külalislektor).  |
|                                      | 4 tundi   | Tervis igas valdkonnas, terviklik lähenemine tervisele - majandus, kultuur, ühiskond. Elukeskkond linnas, rohemajandus, rohelised linnad (sustainable cities). Tervise edendamine paikkonnas. |
|                                      | 3 tundi   | Tervisedendus, kuidas motiveerida, turundada tervist edendavaid programme, tegevusi.  |
|                                      | 3 tundi   | Praktikum, tervisetooted. Kursuse projekt-grupitöö.   |
|                                      | 2 tundi   | Esitlused, tagasiside.  |
| <b>Kursuse õpitulemused</b>          | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab kirjeldada ja analüüsida keskkonna ja tervise seoseid;</li> <li>• mõistab elukeskkonna (linna-, maa-, töö- ja kodukeskkonna) olulisust inimeste tervisele;</li> </ul>   |   |



|                        |   |
|------------------------|---|
|                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab elu alussüsteemide (õhk, vesi, pinnas, toit) kvaliteediga seonduvaid aspekte ja terviseriske;</li> <li>• tunneb linna tervist mõjutavaid tegureid ja oskab hinnata keskkonnamõju (keskkonna mõjuhinnangute koostamine) tervisele;</li> <li>• oskab kirjeldada viise, kuidas planeerida ja edendada tervislikku elukeskkonda.</li> </ul>   |
| <b>Hindamine</b>       | Kursuse hinne kujuneb arvestuslike tööde (miniuurimus, kursuse projekt, grupitööd) ning jooksva hindamise alusel. Hindamine on eristav (1-5), kasutatakse kujundavat hindamist. Kasutatakse grupisest, individuaalselt hindamist.   |
| <b>Õppematerjalid</b>  | <p>Toitumine   Tervise Arengu Instituut (TAI)<br/> <a href="https://www.tai.ee/et/tervis-ja-heaolu/toitumine">https://www.tai.ee/et/tervis-ja-heaolu/toitumine</a></p> <p>Vaimse tervise uuringud   Tervise Arengu Instituut (TAI)<br/> <a href="https://www.tai.ee/et/teadustoo/teadustoo-ulevaade/vaimse-tervise-uuringud">https://www.tai.ee/et/teadustoo/teadustoo-ulevaade/vaimse-tervise-uuringud</a></p> <p>Mis on tervisedendus?   Terviseinfo<br/> <a href="https://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/uldpohimotted/tervisedenduse-uldpohimotted">https://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/uldpohimotted/tervisedenduse-uldpohimotted</a></p> <p>Tervisedendus töökohal<br/> <a href="https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-03/131531282937_tervisedendus_toekohal_est.pdf">https://www.tai.ee/sites/default/files/2021-03/131531282937_tervisedendus_toekohal_est.pdf</a></p> <p>7 innovative projects making cities more sustainable<br/> <a href="https://www.weforum.org/agenda/2020/09/cities-sustainability-innovation-global-goals/">https://www.weforum.org/agenda/2020/09/cities-sustainability-innovation-global-goals/</a></p> <p>Goal 11: Sustainable cities and communities<br/> <a href="https://www.globalgoals.org/goals/11-sustainable-cities-and-communities/">https://www.globalgoals.org/goals/11-sustainable-cities-and-communities/</a></p> <p>Health in the green economy<br/> <a href="https://www.who.int/docs/default-source/environment-climate-change-and-health/health-in-the-green-economy-briefing-housing-en.pdf?sfvrsn=a2b522ac_4">https://www.who.int/docs/default-source/environment-climate-change-and-health/health-in-the-green-economy-briefing-housing-en.pdf?sfvrsn=a2b522ac_4</a></p> <p>Probiotikumidest tõendus põhised   Tartu Ülikool<br/> <a href="https://ut.ee/et/sisu/probiotikumidest-toendus-pohised">https://ut.ee/et/sisu/probiotikumidest-toendus-pohised</a></p> <p>Terviseamet selgitab: mida silmas pidada antibiootikumide kasutamisel<br/> <a href="https://www.terviseamet.ee/et/uudised/terviseamet-selgitab-mida-silmas-pidada-antibiootikumide-kasutamisel">https://www.terviseamet.ee/et/uudised/terviseamet-selgitab-mida-silmas-pidada-antibiootikumide-kasutamisel</a></p> <p>Õpetaja poolt koostatud materjalid.</p> |
| <b>Kursuse väljund</b> | Kursuse projekt, miniuurimus.   |

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Tervis ja sport  |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Terviseteadlik liikumine ja sport</b>  |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi: kontakttunnid, iseseisev töö, ettekanded, treeningpäevik. |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Aavo Tomingas   |

|                              |   |   |
|------------------------------|---|---|
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b> | Kehaline aktiivsus ja tervis, tervis kui heaoluseisund. Kehalise aktiivsuse mõju tervisele. Kehaline vormisolek ja aktiivsus ning selle hindamine. Kursusega taotletakse, et õpilane mõtleb oma liikumisharjumuste peale, jälgib, analüüsib ja vajadusel muudab neid.   |   |
| <b>Kursuse kava</b>          | Tundide arv   | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms).  |
|                              | 2 tundi   | Kehalise vormisoleku ja aktiivsuse tähtsus, selle hindamine, eesmärkide seadmine ja liikumisharjumuste kujundamine.                               |
|                              | 2 tundi   | Tervisliku treeningu osad, treening- või liikumispäevik, treening/liikumiskavad, erinevad treeningmeetodid (ringtreening, treening jaamades jne). |
|                              | 2 tundi   | Ettekanded valitud spordi- või liikumise kohta. Küsimuste esitamine ettekandjale ja kokkuvõtted ettekannetest.                                    |
|                              | 8 tundi   | Treening või liikumistundide läbiviimine paarides, jälgides õpitut (õpilaselt-õpilasele) tunni lõpus analüüs.                                     |
|                              | 1 tund  | Personaaltreeneri ja toitumisharjutaja töö (külalis-esineja).   |
|                              | 2 tundi   | Aus sport - spordin puhtalt, antidoping, toidulisandid.   |
|                              | 4 tundi   | Kursuse lõpus kokkuvõtte treeningpäevikust, enda vormisoleku hindamine, eneseanalüüs ja tagasiside.   |
| <b>Kursuse õpitulemused</b>  | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab kehalise aktiivsuse tähtsust tervisele ja töövõimele;</li> <li>• valdab põhiteadmisi ja -oskusi, et harrastada liikumist iseseisvalt;</li> <li>• mõistab oma rolli tervisliku keskkonna kujundamisel, luues selleks eeldused läbi oma teadliku käitumise;</li> <li>• oskab kirjeldada tervise kui terviku erinevaid tahke ning nende omavahelisi seoseid;</li> <li>• oskab iseseisvalt leida tervisealast informatsiooni, kasutades usaldusväärseid infoallikaid;</li> <li>• oskab selgitada kehalise aktiivsuse mõju tervisele;</li> <li>• oskab kasutada kehalise võimekuse lihtsamaid enesekontrollimeetodeid ja jälgib oma kehalise vormisoleku taset ning on valinud jõukohase liikumisviisi.</li> </ul> |   |
| <b>Hindamine</b>             | Hinnatakse õppetööst osavõttu ning aktiivsust tundides. Arvestuslik hinne ettekande, kaasõpilastele läbiviidud treeningtunni ja treening- või liikumispäeviku täitmise ning eneseanalüüsi eest.   |   |
| <b>Õppematerjalid</b>        | Mitmekesine toitumine<br><a href="https://www.eok.ee/team-estonia/tugiteenused/toitumisharjutamine/mitmekesine-toitumine">https://www.eok.ee/team-estonia/tugiteenused/toitumisharjutamine/mitmekesine-toitumine</a><br>Spordin puhtalt<br><a href="https://spordipuhtalt.ee/">https://spordipuhtalt.ee/</a><br>Liikumisharjumuste kujundamine:<br><a href="https://liigume.ee/liikumisharjumuste-kujundamine/">https://liigume.ee/liikumisharjumuste-kujundamine/</a>  |   |

|                              |  |
|------------------------------|--|
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | Toidulisandid<br><a href="https://eadse.ee/antidoping/toidulisandid/">https://eadse.ee/antidoping/toidulisandid/</a>     |
| <b>Kursuse väljund</b>       | Terviseteadlikult liikuv ja sportiv õpilane. Õpilaselt õpilasele võimalus tutvustada oma lemmik spordi- või liikumisala. |

|                                      |   |   |
|--------------------------------------|---|---|
| <b>Ainevaldkond</b>                  | Valikmoodul: Tervis ja sport  |   |
| <b>Kursuse nimetus</b>               | <b>Matkamine</b>  |   |
| <b>Kursuse maht ja õppekorraldus</b> | 21 (75-minutilist) tundi.   |   |
| <b>Õpetamise aeg</b>                 | 10. klass   |   |
| <b>Vastutav õpetaja</b>              | Peep Aedviir  |   |
| <b>Kursuse lühikirjeldus</b>         | Kursusel saab õpilane teadmised ja oskused matka (retke) kavandamisest, matkamiseks sobivast riietusest ja turvalisusest läbi praktilise matkamise, ööbimisega metsas.  |   |
| <b>Kursuse kava</b>                  | Tundide arv   | Teema ja õppevorm (tund juhendajaga, õppekäik, iseseisev töö, külalisõpetaja vms).  |
|                                      | 1 tund  | Sissejuhatus, kogemuste jagamine. Matk, retk, turism. Matka olemus ja matkamise viisid. Matkamise eesmärgid. Matkamine kui kutseala - matkajuhid, matkatreenerid. Matkamine kui loodusteraapia - keha ja vaimu turgutamine. |
|                                      | 1 tund  | Ridala Matkaklubi tegevusest, mägironimisest. Sõlmede tegemise õppimine. Mägironimise võtted, praktiline ronimine.  |
|                                      | 1 tund  | Matka planeerimine, teekond, kaardirakendused. Ohud matkamisel. Telgi püstitamine.  |
|                                      | 1 tund  | Matkavarustus, seljakotid, telgid, riietus, jalatsid. matka söök, jook. Esmaabi ja ohutus.  |
|                                      | 1 tund  | 2-päevase matka planeerimine, ülesannete jagamine.  |
|                                      | 16 tundi  | Praktiline matkamine.   |
|                                      | 1 tund  | Kokkuvõtte matkast ja matkakursusest, eneseanalüüs. Tagasiside.   |
| <b>Kursuse õpitulemused</b>          | Kursuse lõpus õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• on omandanud matka teadmised, väärtustab looduses matkamist;</li> <li>• oskab koostada lihtsamat matkarada;</li> <li>• on omandanud eluks vajalikud oskused ja teadmised, et vabal aja tegevusena tervislikult liikuda ja keha ning vaimu turgutada;</li> <li>• oskab tegutseda meeskonnas ja kaaslastega arvestada;</li> <li>• teab kuidas käituda vigastuste ja võimalike ohtude korral.</li> </ul> |   |
| <b>Hindamine</b>                     | Hindamine on mitmeeristav. Arvestuse saamiseks on vaja, et õpilane on koostanud matka teekonna, osalenud matkal etteantud tingimustel ja teinud kokkuvõtte matkast ning eneseanalüüsi.  |   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Õppematerjalid</b>        | EOK treenerite koolitusmaterjalid<br><a href="https://treener.eok.ee/otsing.php?vk_id=142">https://treener.eok.ee/otsing.php?vk_id=142</a><br>Kaardirakendused<br><a href="https://geoportaal.maaamet.ee/est/kaardirakendused-p2.html">https://geoportaal.maaamet.ee/est/kaardirakendused-p2.html</a><br>Matkaliidu kodulehekülg<br><a href="https://matkaliit.ee/category/koolitus/">https://matkaliit.ee/category/koolitus/</a> |
| <b>Soovituslik kirjandus</b> | Seljakoti pakkimine<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=7lr3bRKSpCM&amp;ab_channel=MATKaTV">https://www.youtube.com/watch?v=7lr3bRKSpCM&amp;ab_channel=MATKaTV</a><br>5 loodusteraapilist viisi<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Z3reyGhWqxs&amp;ab_channel=MATKaTV">https://www.youtube.com/watch?v=Z3reyGhWqxs&amp;ab_channel=MATKaTV</a>  |
| <b>Kursuse väljund</b>       | Matkamine, keha ja vaimu turgutamine.   |