



LISA 10

AINEVALDKOND „KARJÄÄRIÕPETUS“

Kursuse nimetus	ENESE TUNDMAÕPPIMINE. Karjääriõpetuse 1. kursus
Staatus	kooli kohustuslik kursus
Eelduskursused	Puuduvad
Lõimumine	Matemaatika, loodusained, sotsiaalsained, keeled, kunstained, sport- ja liikumine, erialavalik.
Kursuse maht ja õppekorraldus	35 (45-minutilist) või 21 (75-minutilist) kontakttundi. Kursuse alguses tutvustab õpetaja kursusel käsitlevaid konkreetseid õpivorme ja mahte.
Õpetamise aeg	10. klassis
Kursuse lühikirjeldus õppesisu ja praktilised tööd	<p><u>Kursuse lühikirjeldus:</u> Kursuse käigus õpitakse tegema karjääriplaneerimisega seotud eneseanalüüsi, lähtudes erinevatest käsitlustest. Õpilane juurdleb oma iseloomu, väärtuste, hoiakute, temperamendi, võimete ja mõtteviisi üle. Õpilane õpib tundma oma päritoluperesüsteemi ning mõistma selle mõju indiviidi kujunemisele. Õpilane mõistab, kas, kuidas ja miks inimese harjumuslik käitumine, füüsilised omadused, erinevad oskused ja motivatsioon karjäärivalikut mõjutavad. Õpilasi suunatakse arutlema elulaadi erinevate aspektide üle, seostama oma väärtusi, eeldusi ja reaalseid võimalusi tööturu tegeliku olukorraga, nägema erinevaid alternatiive valikute tegemiseks ning selle põhjal otsuseid langetama. Samuti tutvustab kursus erinevaid vaimse tervise jätkusuutlikuks toetamiseks vajalikke enesehoole harjumusi.</p> <p><u>Kursuse õppesisu:</u> Päritolupere mõju indiviidile. Erinevad peresüsteemiga seotud mõjutegurid: pereuskumused, Emotsioonid, emotsionaalne intelligentsus. Isiksus ja isiksusetestid. Õppimine, õpistiilid, õpihoiakud. Motivatsioon ja seda mõjutavad tegurid. Ajajuhtimine. Eesmärgid ja otsused. Probleemilahendus. Enesehinnang ja enesekindlus. Enesejuhtimine ja proaktiivsus. Vajadused ja enesehoole. Komplimendid ja tänulikkus.</p> <p><u>Praktilised tööd:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● töölehed ● eneseanalüüsid loetu/vaadatu põhjal ● rühmatöö ● ettekanded ● õpimapi koostamine ● essee
Kursuse õpitulemused	<p>Kursuse lõpus õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● analüüsib enda isiksust ja kasutab analüüsi tulemusi karjääri planeerimisel; ● mõistab hariduse ja tööturu vahelisi seoseid ning vajadust pidevaks enesetäiendamiseks; ● on valmis teadlike karjääriotsuste tegemiseks ja vastutuse võtmiseks oma karjääri planeerimisel;



	<ul style="list-style-type: none"> • teadvustab oma huvisid, võimeid ja oskusi, mis võivad adekvaatse enesehinnangu kujunemist ning konkreetsete karjääriotsuste langetamist; • oskab endale eesmärged seada ning nendeni jõudmiseks süsteemselt tegutseda; • on arendanud oma õpi-, suhtlemis-, koostöö-, otsustamis- ja infoga ümberkäimise oskusi.
Hindamine	<p>Mitteeristav. Arvestatud/mittearvestatud.</p> <p>Kursuse arvestuse kujunemise aluseks on:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kursuse jooksul esitatavad kirjalikud tööd 50% • Lõpuessee 50% <p>Võlgnevuste likvideerimine – kokkuleppel õpetajaga.</p> <p>Kursusehinnet arvestatakse karjääriõpetuse kooliastmehinde väljapanemisel.</p>
Õppematerjalid	<p>Peamised õppematerjalid:</p> <ul style="list-style-type: none"> • internetimaterjalid, töölehed, vestluskaardid. <p>Lisamaterjalid:</p> <ul style="list-style-type: none"> • väljavõtted raamatutest, saated, filmid, testid.



Kursuse nimetus	KARJÄÄRIPLANEERIMINE. Karjääriõpetuse 2. kursus
Staatuse	kooli kohustuslik kursus
Eelduskursused	Puuduvad
Õpetamise aeg	12. klassis
Kursuse lühikirjeldus, õppesisu ja praktilised tööd	<p><u>Kursuse lühikirjeldus:</u> Kursusel käsitletakse teemasid, mis kujundavad õpilases valmisolekut optimaalseks rakenduseks tööjõuturul, iseseisva otsustamisvõime arendamiseks, erinevate elurollide täitmiseks ja elukestvaks õppeks. Kursuse jooksul toimuvad õppekäigud, tudengi- ja töövarjutamine, karjääriinõustamine, külalistunnid, osalemine virtuaalsel töö- ja karjäärimessil.</p> <p><u>Kursuse õppesisu:</u> Karjääriõppe peateemad on:</p> <ul style="list-style-type: none"> • eneseteadlikkus ja selle tähtsus karjääri kujundamisel; • võimaluste tundmine ja selle tähtsus karjääri kujundamisel; • otsustamine ja planeerimine; • tegutsemine - plaani elluviimine <p><u>Praktilised tööd:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • rühmatööd, paaritööd, töölehed, arutelud <p>Õpetaja võib teha jooksvalt muudatusi õppesisus.</p>
Kursuse õpitulemused	<p>Kursuse lõpus õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • analüüsib enda isiksust ja kasutab eneseanalüüsi tulemusi elutee planeerimisel ja karjäärivalikute tegemisel; • on motiveeritud õppima, tunneb ja kasutab erinevaid õpistrateegiaid; • oskab analüüsida ennast kui tulevast töötajat; • oskab leida infot tööturu, erialade ja õppimisvõimaluste kohta ning kasutab seda oma haridustee planeerimisel; • mõistab hariduse ja tööturu vahelisi seoseid ning vajadust pidevaks enesearendamiseks; • tunneb tööturu suundumusi, erinevaid töövaldkondi ning on teadlik võimalustest ja nõuetest tööturul; • mõistab karjääriplaneerimist kui terviklikku, järjepidevat ja elukestvat protsessi; • saab aru oma vastutusest karjääri planeerimisel; • oskab kasutada karjääriteenuseid.
Hindamine	<p>Mitteeristav hindamine. Kursuse koondhinde moodustavad esitatud kirjalikud ülesanded. Aineõpetaja täpsustab vastavate tööde arvu ja hinde kujunemise viisi õppeinfosüsteemis, lisades vajaliku info nii kursuse Tera materjalide hulka kui ka kontrolltööde graafikusse. Õpilane peab kohal käima vähemalt 75% tundidest. Kui puudumisi on rohkem, tuleb kursuse lõpus sooritada lisaülesanne. Kursusehinnet arvestatakse karjääriõpetuse kooliastmehinde väljapanemisel.</p>
Õppematerjalid	<p>Peamised õppematerjalid:</p> <ul style="list-style-type: none"> • internetimaterjalid (www.minukarjaar.ee; https://e-koolikott.ee/et/oppematerjal/31346-Targad-valikud-t)



	<p>ooturul#291073-Targad-valikud-tooturul; https://haridusportaal.edu.ee/)</p> <ul style="list-style-type: none">• töölehed
--	---