

## **Saue Riigigümnaasiumi valikained õppeaasta 2024/25 II perioodil**

Iga valikkursuse maht on üks kursus ning kursus läbitakse tervenisti II perioodi jooksul.

Õppeaasta III perioodi valikkursuste nimekiri avalikustatakse veebruarikuus ning nende valimine toimub hiljemalt veebruari lõpuks.

II perioodi valikkursuste valimine toimub 14.–15. oktoobrini. Õppijatele edastatakse registreerimise link, kus iga õppija peab valima oma kaks eelistust. Valikkursuste gruppidel on piirarv, mistõttu võib juhtuda, et kõik õppijad ei saa oma esimest eelistust, sel põhjusel valibki igaüks kaks valikkursust. Kui juhtub, et soovijaid on rohkem kui kohti, siis eelistame esmalt G3 õppijaid (kellel pole nõutud valikkursuste maht täis), seejärel G2 ning viimases järjekorras G1 õppijaid.

Teatud valikkursustel on ka piirang klassiastme kohta. Sellekohane info on iga valikkursuse tutvustuse juures.

Enne kui valikkursustele registreerimine avatakse, on kõigil õppijatel võimalik küsida lisaküsimusi valikkursuste kohta. Kui kursust õpetab meie enda kooli õpetaja, siis on võimalik koheselt temalt küsida. Kui õpetaja on väljaspool meie kooli, siis esita oma küsimused õppejuht Oliverile, kes vahendab suhtlust juhendaja ja õppija vahel. Samuti kõikide muude valikkursusi puudutavate küsimuste korral pöördu õppejuht Oliveri poole.

Valikkursust valides pea nõu sõpradega, vanematega, õpetajate, mentoriga ning leia endale kaks huvipakkuvat kursust.

Olles valikkursuse valinud, võtad kohustuse see kursus II perioodil läbida. See tähendab, et hiljem valikkursust enam muuta ei saa.

Valikkursused toimuvad valdavalt teispäeviti I ja II tunni ajal, ehk paaristunnina.

## Sisukord

Audiovisuaalne loojutustamine.....	4
Bioloogiline psühholoogia.....	5
Eesti viipekeel.....	6
Ettevõtlus ja karjääriõpetus.....	7
Heegeldamine algajatele.....	8
Hispaania keel algajatele, A1.1.....	9
Inimeste analüüsimine.....	10
IT- ja IT-projektide juhtimine.....	11
Jooga ABC.....	12
Liiklusõpetus.....	14
Lõuna-Korea ühiskond ja kultuur.....	16
Noorte grupicoaching.....	17
Perepärimus ja suguvõsauuring.....	18
Podcastindus.....	19
Psühholoogia.....	20
Päästekursus.....	21
Rahvusvaheline projektijuhtimine.....	22
Religiooniõpetus.....	23
Sissejuhatus filmikunsti.....	24
Suhted ja suhtlemine.....	25
Teenusedisain ja disainmõtlemine.....	26
Tekstiilesemete parandus ja tuuning.....	27
Tulevase noorsootöötaja baasõpe.....	28
Turism.....	29
Turvalisus ja enesekaitse.....	30
Õiguse alused.....	31

3-D modelleerimine .....33

## **Audiovisuaalne loojutustamine**

Audiovisuaalse loojutustamise õppeaine on sissejuhatus dramaturgiale ja stsenaaristikale, kus õpitakse seriaale ja filme analüüsima. Valikkursus sobib õpilastele, kellele pakub huvi loominguline mõtlemine, loominguline kirjutamine ja fiktsionaalsete teoste mõistmine ning analüüsimine. Kuna noored tarbivad filmide ja seriaalide sisu suurel määral, siis reaalsuses on antud õppeaine põnev ja hariv kõigile, kellele meeldib audiovisuaalset sisu tarbida.

Antud kursus on hea ettevalmistus noortele, kes on mõelnud minna tulevikus õppima näiteks filmi, audiovisuaalset meediat, ajakirjandust, ristmeediat või nüüdismeediat.

Valikkursuse lõpuks on noored omandanud baasteadmised audiovisuaalse loojutustamise põhitõdedest, oskavad luua fiktsionaalsele teosele karakterite kirjeldusi, oskavad seriaalide ja filmide ülesehitust analüüsida ning stsenaariumeid korrektselt vormistada. Lisaks on noortel võimalik kursuse raames külastada Kanal2 „Õhtu!“ saadet ning näha, kuidas üks populaarne telesaade valmib.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Annaliise Kalamees, tegevprodutsent

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## **Bioloogiline psühholoogia**

Valikaine käsitleb käitumise ja psüühika bioloogilisi aluseid, keskendudes aju ja närvisüsteemi talitlusele ning nende seostele psühholoogiliste protsesside ning käitumisega.

Valikaine sobib kõigile psühholoogia huvilistele, kes sooviksid rohkem teada sellest, kuidas inimese geneetika ja ajus toimuvad keemilised protsessid mõjutavad inimese käitumist.

Kursuse eesmärk on anda õpilastele põhjalik ülevaade bioloogilisest lähenemisest psühholoogiale, tutvustades selle teoreetilisi aluseid, uurimismeetodeid ning praktilisi rakendusi. Kursuse jooksul analüüsitakse erinevaid juhtumiuuringuid ning teadustöid. Õpilased õpivad mõistma, kuidas bioloogilised protsessid mõjutavad käitumist, tunded ja emotsioone ning millised on tänapäeval uurimissuunad biopsühholoogias.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Jana Aid

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Eesti viipekeel

Sissejuhatavas kursuses antakse teoreetiline ülevaade eesti viipekeele olemusest ja eesti viipekeelsete kurtide kogukonnast. Praktilises osas käsitletakse igapäevaelu puudutavat viipevara, harjutatakse mõistmist, viibete ja sõrmendite kasutamist erinevates suhtlussituatsioonides. Sellel kursusel pannakse rohkem rõhku praktilise osale ehk arusaamisele, viipevara omandamisele. Interaktiivne õpe sisaldab praktikume, arutelusid, rühmatöid, harjutusi ja analüüse. Kursuse läbinu mõistab igapäevaseid väljendeid ja suudab oma mõtteid elementaarsetes suhtlussituatsioonides eesti viipekeeles lihtlausetega väljendada ja tunneb viipekeelsete kurtide kogukonna kultuuri.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Janne Oja

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Ettevõtlus ja karjääriõpetus

Õppeaine eesmärgiks on kujundada õpilastes ettevõtluspädevust ja karjääri kujundamise pädevust. Valikõppeaine annab ülevaate ettevõtte toimimisest ja ettevõtluse tähtsusest ühiskonnas, kuidas ettevõtlus on uute ideede teostamise ja ühiskonna arengu alus, töökohtade looja kodukohta ja riigi majanduses. Õpilased saavad teavet ettevõtja ameti ja erinevate elukutsete, elukutsetele esitatavate nõuete ja õppimisvõimaluste kohta, õpivad koostama elulookirjeldust ning käituma töövestlustel. Õpitakse analüüsima tööturu nõudmisi ja pakkumisi, nägema ja hindama oma soove ning võimalusi. Õpilased mõistavad töötaja kui ühe põhilise ressursi väärtust tööandja jaoks ja kõigi töötajate võrdse kohtlemise tagamise ja soolise võrdõiguslikkuse edendamise vajalikkust. Õpilastes kujundatakse ettevõtlikku hoiakut ja mõistmist, et vastutus ühiskonna jätkusuutliku, loodust ja elukeskkonda säästva arengu tagamiseks on nii üksikisikul kui ka ettevõtetel.

Valikaine on jagatud kolmeks suuremaks teemaks: ettevõtluskeskkond ja ettevõtlikkuse kujundamine, võimalused töömaailmas ning rahatarkus ehk finantskirjaoskus.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Aileriin Lelov

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

**NB!** valikainet ei saa valida G1 majandusmooduli õpilased ja varasemalt selle mooduli läbinud.

## Heegeldamine algajatele

Selles praktilises kursuses saavad õpilased tutvuda heegeldamise põhitõdedega, õppides lihtsamaid töövõtteid, nagu aassilmus, kinnissilmus ja sambad. Paari lihtsa heegeldusvõtte abil on võimalik luua tohutult palju erinevaid projekte – alates sallidest ja kottidest kuni dekoratiivsete aksessuaaride või isegi riideesemeteni. Kursus sobib hästi just neile, kellel puudub eelnev heegeldamise kogemus, kuid soovivad arendada oma käsitööoskusi ja loovust. Kõik materjalid ja tööriistad on algajatele sobivad ning kursuse lõpus on osalejatel valmis oma esimesed heegeldustööd!

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Melanie-Marie Tamm

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund



## Hispaania keel algajatele, A1.1

Kursuse eesmärk on omandada algteadmisi hispaania keele ja kultuuri kohta. Kursusel õpitu võimaldab mõista ja kasutada lihtsamaid igapäevaseid hispaaniakeelseid väljendeid, mille läbi õpilasel on võimalus laiendada suhtlemisvõimalusi ning kultuurilist silmaringi.

Kursuse õpiväljundid:

Õpilane on tutvunud põhiliste hääldusreeglitega ja omab algteadmisi hispaania keele grammatikast.

Oskab reageerida levinud tervitus- ja hüvastijätusituatsioonides ja oskab jagada ja küsida kontaktandmeid.

Oskab lühidalt kirjeldada oma huvisid, perekonda, tegevusi ning küsida nende kohta vestluspartnerilt.

Saab hakkama poes hinnaküsimisega ning on tutvunud turismiga seotud sõnavaraga.

Oskab kasutada hispaaniakeelseid numbreid, küsida ja öelda kuupäeva, kellaaega, vanust, aadressi ja telefoninumbrit.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Mari-Liis Madison, hispaania keele õpetaja

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Inimeste analüüsimine

Meie seas on üks vajakajäämistest oskamatus inimesi lugeda ja prognoosida, mida nad ette võtavad. Mitte sellepärast, et oleksime kõik kontrollimatud plahvatusohtlikud tüübid, valetajad või tohutult muutliku loomuga. Hoopis seetõttu, et enamik meist varjab seda osa oma elust, mida ta näidata ei taha - eriti siis, kui kaalul on midagi olulist nagu armastus, raha, karjäär või reputatsioon. Isegi tublid inimesed tunnevad vajadust asju varjata, sest keegi pole täiuslik ja me kõik oleme haavatavad. Häтта sattudes rikub suur protsent inimesi reegleid ja valetab: selleks, et midagi saada, või hirmust millegi ees. Aga isegi heas seisundis inimesed varjavad vahel tõde või lasevad siit-sealt üle nurga, et elus veel veidi edasi jõuda. Miljonid inimesed hoiavad oma plaane salajas ja varjavad täistõde hoopis tumedamatel põhjustel – näiteks ahnusest, manipuleerimiseks, võimu ja kontrolli saavutamiseks, petmise eesmärgil.

Selles valikaine kursuses õpetatakse kuidas inimeste üle paremini otsustada. Tuleb selgeks õppida kuidas inimesed olulistes olukordades käituvad ja miks. Kui te seda teate, võite end tulevaste ohtude suhtes turvaliselt tunda. Inimesi analüüsid saate palju teada nende iseloomu, kalduvuste, harjumuste, soovide, hirmude, kiindumuste, tugevuste, nõrkuste ja oskuste kohta, aga kõige selle eesmärk on leida ainuke alaliselt otsitav omadus: usaldusväärsus. See omadus mis kaotab salatsemise, valgustab tõde ja on positiivsete suhete loomisel vältimatu.

Kursuse teemad;

Inimeste profileerimine, inimeste käitumist mõjutavad tegurid, kehakeel, valetamine, valetamisele viitavate tunnuste avastamine, nägu, emotsioonid, tätoveeringud.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Priit Laatre (tollijärelvalve, sh reisijate profileerimise külalislektor Sisekaitseakadeemias)

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## IT- ja IT-projektide juhtimine

IT- ja IT-projektide juhtimise kursus on mõeldud neile, kes soovivad saada ülevaate IT erinevatest valdkondadest ning IT eesmärkidest, IT juhtimisega seotud tegevustest ning IT protsessidest. Valikaine annab ülevaate, kuidas IT valdkonda süsteemselt ja läbimõeldult korraldada, ning laiemalt on vaatluse all IT alused ning küberturvalisus. Suurem osa ning tähelepanu läheb kursusel IT projektidele ning nende juhtimisele. Kursus annab baasteadmised ja universaalse tööriistakasti kõigile, kes soovivad teada saada, kuidas enesekindlalt alustada uute IT projektidega või peavad osalema projektides. Lisaks saab kaasa praktilised soovitusel ja näpunäited, mida peab arvestama ning teadma ühe projekti läbiviimise või juhtimise juures.

Projektijuhtimise koolitusel saab selgeks, mis on IT projekt ja kuidas projekti eesmärgistada ning kuidas planeerida tegevusi ning meeskondasid. Räägitakse, kuidas kavandatu ellu viia nii, et kõik saaks tehtud olemasoleva ajaraami sees ning etteantud ressursidega. Kursuse käigus käsitletakse ka projekti enamlevinud probleeme ning nende ennetamist ja projektist kokkuvõtete tegemist.

Kursus toimub läbivalt seminari vormis, kuid sisaldab praktilisi ülesandeid ning grupitööd.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Evelyn Raamat, Inchape Motors Estonia IT juht

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Jooga ABC

Kursus algab rahulikult, saame selgeks jooga baastadmised - Päikesetervituse, jooga põhiasendid ja hingamisharjutused. Kursuse teises osas hakkame õpitud lihvima - võtame juurde uusi asendite variatsioone, kinnistame hingamisharjutusi ning kes soovivad, saavad õppida ka peapealseisu. Iga kohtumise esimene pool koosneb jooga teooriast, räägime joogaasendite ja hingamise tervendavast mõjust, tervislikust toitumisest, positiivsest mõtlemisest ja meditatsioonist, lisaks veel jooga ajaloo ja erinevatest joogastiilidest.

Kursusel õpid sa klassikalist hatha joogat. Hatha jooga on see osa joogast, mis aitab läbi füüsiliste harjutuste jõuda meelerahuni ja aitab meie keha, meele ja hinge viia harmoonilisse kooskõlla. Kursuse jooksul muutud sa tasapisi tugevamaks, painduvamaks, sinu hingamisharjumused paranevad ning sa suudad paremini keskenduda ja lõdvestuda.

### MIDA JOOGA SULLE ANNAB

- ◆ kvaliteetsema une ja parema tervise
- ◆ tugevama immuunsüsteemi
- ◆ painduvama keha ja parema füüsilise vormi
- ◆ selgemad mõtted ja kindlama sihi
- ◆ tõstab keskendumisvõimet ja parandab mälu
- ◆ alandab stressitaset
- ◆ püsid oma elus rohkem "siin ja praegu"
- ◆ hakkad märkama ja teadvustama oma emotsioone
- ◆ uut sära ja rohkem eluenergiat

### KURSUSE JOOKSUL OMANDAD

- ◆ jooga ABC - nii teorias kui ka praktikas
- ◆ saad selgeks kõik hatha jooga põhiasendid (kursusel on neid ligikaudu 12) ja teed tutvust mitmete erinevate aasanate variatsioonidega
- ◆ õpid ära 2 hingamisharjutust - tulehingamise ja vahelduvhingamise

- ◆ arendad endas jõudu, painduvust, hingamisharjumusi ja keskendumist
- ◆ õpid õigesti ja tõhusalt lõdvestuma läbi spetsiaalsete lõdvestustehnikate
- ◆ saad ülevaate jooga teoreetilisest taustast ehk jooga 5 põhipunktist, milleks on õiged asendid, õige hingamine, õige lõdvestus, õige toitumise, positiivne mõtlemine ja meditatsioon jne

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Reelika Rohtmaa

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Liiklusõpetus

Liiklusõpetus sobib valikainena õpilastele, kes soovivad omandada ohutu liiklemise põhitõdesid. Liiklusõpetuse maht teoriakursusena on 20 70-minutilist tundi, millele lisandub ka valikaine eksam ning see vastab ka B-kategooria mootorsõidukijuhi teoriakursuse õppekavale.

Valikaine kursusel osalejatel on soovi korral võimalik lisaks läbida B-kategooria mootorsõidukijuhi õpe täies mahus, mis on lisatasu eest. Mootorsõidukijuhi õppe täismahu maksumusest arvutatakse maha teooria maksumus, sest teooria läbitakse tasuta valikaine raames.

**Eesmärk.** Koolituse eesmärgiks on põhjalike liiklusalaste teadmiste omandamine. Kursusel osalejad, kes sõlmivad lisaks ka koolituslepingu OÜ-ga Autosõit ja läbivad täiendavalt liiklusõpetuse valikainele edukalt sõidukursuse (min 28 tundi), pimedasõidu kursuse (2 tundi), algastme libedasõidu kursuse (3 tundi) ja esmaabi koolituse (16 tundi), omandavad B-kategooria mootorsõidukijuhi tähtajatu (eluaegselt kehtiva) kvalifikatsiooni, mis annab õiguse B-kategooria mootorsõiduki esmase juhtimisõiguse (alates 18. eluaastast) või piiratud juhtimisõiguse (alates 16. eluaastast) taotlemiseks Transpordiameti liiklusregistris. B-kategooria mootorsõiduki juhtimisõigus annab õiguse juhtida ka mopeedi.

**Õppetegevus.** Liiklusõpetuse kursus koosneb 10 loengukomplektist (2x75 minutit) ning lõpeb eksamiga. Kõik kursusel osalejad saavad OÜ Autosõit e-õppe keskkonna kasutamise võimaluse, kus soovi korral on võimalik täiendavalt kuulata teoorialoenguid, lahendada liiklusteste, lugeda õppematerjale ja vaadata temaatilisi filme. E-õppe kasutamine võimaldab liikluskoolitusest osa saada tervel perekonnal. Mootorsõiduki juhtimisõiguse taotlejad läbivad vähemalt 28 tundi õppesõitu (esimesed sõidutunnid Männiku õppeväljakul) ja lisakursused kogunud õpetajate juhendamisel. Esmaabi koolitusel läbitakse 10 teooriatundi e-õppes ja praktiline osa ühel koolituspäeval.

**Koolituse läbinu.** Liiklusõpetuses osaleja saab selgeks liikluse ja liiklusohutuse põhitõed. Mootorsõidukijuhi koolituse täies mahus läbinu omandab B-kategooria mootorsõidukijuhi kvalifikatsiooni ning peale Transpordiameti eksameid ja juhiloa saamist omab juba

16-aastaselt õiguse juhtida sõidukit lapsevanema juuresolekul, 18-aastaselt aga saab esmase mootorsõiduki juhtimisõiguse. B-kategooria mootorsõidukijuhi koolituse läbinu omandab sõiduki juhtimise põhitõed, saab iseseisvalt hakkama liikluses ja oskab vältida liiklusohte.

**Sihtgrupp:** G2, G3

**Juhendaja:** OÜ Autosõit

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Lõuna-Korea ühiskond ja kultuur

This is an introductory course to Korea held in English to further practice speaking, listening and writing. Students will explore South Korean history, language, and culture through a combination of lectures and interactive activities. In the middle and at the end of the course the students will need to make presentations on a certain topic. To further immerse students in South Korean culture, we will watch iconic films such as *The Admiral: Roaring Currents* and *The Crowned Clown*, which reflect key historical and cultural themes covered in class.

In addition, based on the availability of resources, time, and space, students may participate in hands-on activities, such as:

- Playing traditional Korean games
- Observing and practicing Korean traditional dance
- Participating in a Korean calligraphy workshop
- Attending an introductory Korean language lesson

The primary goal of this course is to introduce Estonian students to the rich history and culture of South Korea in an interactive learning environment.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Eliza Podburtnaja

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund



## Noorte grupicoaching

Grupicoachingu eesmärk on iseennast ja teisi paremini tundma õppida. Töötame grupis, kus läbi erinevate tegevuste saavutame õpitulemused. Grupp annab hea võimaluse märgata olulisi asju, mis endal jäänud märkamata. • See on koht, kuhu tulla avastama, kui veel ei tea, mida tulevikus teha soovid. • Kui tead täpselt, mis on su unistused, siis on see koht, kus saad tuge, et oma potentsiaal maksimumini viia ja seda kõike eriti hästi teha! • Soovid pingelistes ja rasketes olukordades paremini toime tulla. Näide: Sind huvitab sport, muusika vms, siis saad leida viise, kuidas toetada oma teekonda.

NB! Grupicoaching on konfidentsiaalne (grupis jagatud info ei kuulu avalikustamisele kolmandatele isikutele).

Teemad:

Mõtteviis, inspiratsioon ja ressursid, takistused (stress, läbikukkumine, kriisid, ennetus, lahendus), vajadused, mitmekesisus, emotsionaalne intelligentsus.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Kadi Nisu, superviisor ja coach

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Perepärimus ja suguvõsauuring

Maailm on kaua enne sinu sündi alanud ning sinus voolab mitme inimpõlve jagu erinevaid lugusid. Oled kunagi mõelnud, miks on sinul just selline eesnimi? Millisel viisil on just sinu perenimi sinu perenimeks? Kas need inimesed sellel vanal fotol on tõesti sinu vanavanemad? Kas see põnev lugu suguvõsa talust vastab ikka tõele ning miks on vanal vokil peal imelikud peremärgid?

Taolised küsimused tulevad igale inimesele aeg-ajalt pähe ning ainekursuse „Perepärimus ja suguvõsauuring - kes me oleme ja kust me tuleme" raames avaneb sul võimalus leida vastuseid just taolistele päringutele.

Sa pole sündinud vaid pelgalt oma perre, vaid põliste juurtega suguvõssa, mille harudest kajavad vastu sinu esivanemate hääled ning üheskoos on võimalik heita pilk enda päritolu minevikku, tutvuda selleks vajalike andmebaaside ning uurimuse põhimõtetega ja tõdeda – hea on teada, kes ma olen ja kust ma tulen.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Sirly Hiimäe

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Podcastindus

Podcastinduse valikaines saad teada:

- miks peaks üldse keegi tahtma podcasti teha
- podcasti eelised ja miinused
- podcasti sisu planeerimine
- millist tehnikat läheb vaja
- kuidas toimub podcasti distributsioon
- töö oma häälega
- saate juhtimine

Selleks, et valikaine ei jääks lihtsalt teooriaks, salvestame igas tunnis ühe episoodi antud tunni teemal. Usun, et see saab olema tõhus ja huvitav. Aine lõpuks on meil 10 episoodiline podcast, mida saate ise kuulata ja sõpradele jagada.

Täpsem kava ja video on leitav siit: <https://online.opime.ee/course/podcasti-valikaine-srg/>

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Uku Nurk

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Psühholoogia

Psühholoogia on aastaid olnud ülikooli astuvate abiturientide jaoks üks enim huvipakkuvatest erialadest. Aga mis see psühholoogia siis õieti on?

Kui proovida ühe lausega seda selgitada, võiks kirjeldada psühholoogiat kui teadust, mis uurib inimese vaimseid ja bioloogilisi protsesse nagu käitumine, emotsioonid ja mõtlemine ning nende vahelisi seoseid. Kursusel tutvume psühholoogia aluspõhimõtetega ja psühholoogiliste uuringute peamiste valdkondadega ning proovime leida vastuseid erinevatele küsimustele, näiteks:

- Mis on olulisem, kas geenid või meid ümbritsev keskkond?
- Miks me kolmandiku oma elust magame?
- Kas inimene on oma loomult heatahtlik või vägivaldne?
- Mis teeb meid õnnelikuks?
- Mis on psüühikahäire ja milline on ravi?

Lähemalt uurime selliseid teemasid nagu tajumine, suhtlemine, õppimine, mälu, otsustamine, veenmine, emotsioonid ja sotsiaalne käitumine.

Kursus sisaldab nii teooriat kui ka praktilist osa. Muuhulgas õpime lähemalt tundma üht väga levinud psüühikahäiret nimega depressioon, mille all kannatab maailmas hinnanguliselt 5% täiskasvanutest.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Rainer Mere, õpilasnõustaja

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Päästekursus

Kursuse eesmärk on anda päästevaldkonnaalased teadmised ja oskused nii ohuolukordade ennetamiseks kui ohuolukorra tekkimisel sellele ohutuks reageerimiseks. Täpsemalt tõstetakse noorte teadlikkust päästevaldkonnast, praktiseeritakse meeskonnatööd ning vaadeldakse keskkonna ohutust päästeala vaatevinklist kodukoha näitel. Lisaks võimaldab kursuse läbimine tõsta noorte teadlikkust ohtude tõsidusest ning loob eeldused olemaks oma kogukonnas eeskujuks vältides ning vajadusel reageerides ohuolukordadele.

Lisaks elanikkonnakaitse teemadele käsitletakse kursusel esmaabi, sh vaimse esmaabi teemat, kui ka tutvustatakse noortele erinevaid päästevaldkonnaga seotud alasid, sh tuletõrjesport ja vabatahtlik pääste. Selle raames on planeeritud erinevate valdkonnaga seotud asutuste ja organisatsioonide külastused. Õppetöö on planeeritud suures osas seminari vormis, mida kinnistatakse maksimaalselt läbi praktika. Väikeses mahus on planeeritud ka iseseisev töö. Kaasatud on erinevad külalislektorid.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Saue Vabatahtliku Tuletõrjeühingu päästjad

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Rahvusvaheline projektijuhtimine

Projektipõhise ja vabakutselise töö osakaal kasvab maailmas oluliselt. See tähendab, et inimese karjäär moodustub tulevikus paljudest osaajaga ülesannetest, mille leidmiseks ja millega edukaks toimetulemiseks on vaja ettevõtlikkust, enesemüügiostust, enesejuhtimisoskust, iseseisva projektileidmise ja -juhtimise ning lepingusõlmimise võimekust, mitmiktegevustega (i.k. multitasking ehk nn rööprähklemine) harjumist ja sobilike seda laadi töö leidmise platvormide tundmist

Rahvusvaheline projektijuhtimine annab võimaluse olla uurija, avastaja, meeskonnaliige, eestvedaja, otsustaja. Sina kui osaleja saad õppida ja teha järgmist:

- suhelda nii emakeeles kui võõrkeeltes (eriti areneb su inglise keel),
- harjutada matemaatikat reaalses elus ning saada teadmisi teadusest ja tehnoloogiast (kus sa mujal ikka nii vara eelarvet õpid koostama :),
- arendada infotehnoloogia oskusi (taotluse täitmine e-keskkonnas, levitamistegevuste korraldamine),
- kogeda kultuuridevahelist suhtlust ja kultuuriteadlikkust (koostööpartnerid on teistest Euroopa Liidu riikidest),
- näidata algatusvõimet ja ettevõtlikkust.

Kokkuvõtvalt – kirjutame nii hea projekti, mille hindajad kiidavad heaks ja otsustavad seda rahastada ning siis viime kõik tegevused ellu!

PS! Eduka projekti korral tuleb arvestada reisimisega!

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Eliko Kõiv

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Religiooniõpetus

### **Religiooniõppe valikkursus - “Parimad asjad elus ei ole asjad”**

Religiooniõppe kursus lähtub usuvabaduse tunnustamise põhimõttest ja noore inimese õigusest haridusele. Religioonialane haritus on usuvabaduse tagamise olulisemaid eeltingimusi.

Valikkursusel tutvume erinevate maailmareligioonidega (judaism, kristlus, islam, hinduism, budism).

Vaatleme küsimusi, millele erinevad religioonid püüavad vastuseid leida.

Arutame olulisi bioetika küsimusi, mis kuuluvad inimese eluringi sünnist surmani.

Mõtleme sellele, millised võiksid välja näha ühiskond ja inimsuhted ilma kümnele käsule tugineva eetikata.

Saame teadmisi ja kogemusi, mis aitavad meil kujundada meie endi maailmavaadet.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendajad:** Peeter Tamm, Laagri koguduse õpetaja

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Sissejuhatus filmikunsti

‘Sissejuhatus filmikunsti’ valikkursusel tutvume filmiloomise protsessiga ideest lõpptulemuseni välja.

Võtame üksipulgi läbi kõik filmiosakonnad — stsenaristika, režii, kunst, heli, valgus, kaamera, montaaž, produtsenditöö — ja arutame, kuidas need annavad oma panuse lõpptulemusele.

Valikkursuse lõpuks on õpilasel palju selgem idee sellest, kuidas päriselt filmi loomine käib — nii teoorias kui ka praktikas.

Samuti sisaldab valikkursus üht kinokülastust ning ka tuuri BFMis (Tallinna Ülikooli Balti filmi, meedia ja kunstide instituut.)

Valikkursuse praktilisteks väljunditeks on 1-3 minutilised lühifilmiprojektid ning analüüsiv essee filmist, mida kinos vaatasime.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Vivian Säde, noor filmitegija

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund



## Suhted ja suhtlemine

Suhete teemaline valikaine sisaldab nii teooriat kui ka praktilisi ülesandeid. Kursuse eesmärk on õpetada ja toetada noorte suhtlemisoskusi lähisuhetes: eneseväljendus, kuulamine, usalduse ja turvalisuse loomine, konfliktidega hakkama saaminejms.

Kursus baseerub Imago suhteteoorial, mis on loodud USA-s Harville Hendrix'i PhD poolt. Imago teoorias on integreeritud erinevad psühholoogilised, käitumuslikud, filosoofilised, sotsiaalsed ja vaimsed lähenemised.

Imago eesmärk on aidata lähisuhetes liikuda uute arusaamade, oskuste, parema mõistmise ja sügavama läheduseni, mis loob soodsa võimaluse elutervete, usalduslike ja armastusväärsete suhete loomiseks.

Tunnis põimime teooria praktiliste harjutuste ja näidetega. Teeme suhtlemisharjutusi: õpime, kuidas jagada nii rõõme kui ka keerukusi, kuidas turvaliselt väljendada oma vajadusi ja emotsioone.

Õpime kuulamist- kuidas seda teha tõelise kohalolu ja huviga, ka siis, kui kaaslase vaatenurk on meie omast väga erinev. Kursuse raames räägime ka inimeseks kasvamise teekonnast ja närvisüsteemist, emotsioonidest ja mõtetest ning käitumuslikest mustritest, mis nendega kaasnevad.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Karis Ross, suhteterapeut ja koolitaja

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Teenusedisain ja disainmõtlemine

Teenusedisaini ja disainmõtlemise kursusel omandad arusaamise teenusedisainist, disainimeetoditest ja disainmõtlemisest, õpid märkama erinevaid toote- ja teenuse lahendusi enda ümber, leidma parandamist ja arendamist vajavaid kohti ja võimalusi. Õpid grupitöö käigus isiklike ja kasutajateekonna loomist, harjutad koostööd teistega, genereerid vastavalt teemale/valdkonnale/probleemile ideid ja lood oma väljatöötatud tootele või teenusele prototüübi, mida testid grupitöö raames vähemalt 5 sihtrühma esindajaga. Teed prototüübi testimisest ja kogutud tagasisidest lähtuvalt järeltõlge edasisteks muudatusteks ja täiendusteks.

Kursuse läbinud õppija:

Oskab märgata häid ja parandamist/arendamist vajavaid tooteid ja teenuseid enda ümber. Oskab ideid genereerida ja katsetada, kuidas valitud probleemi kõige paremini lahendada. On harjutanud uue lahenduse prototüüpimist ja seda testinud sihtrühma esindajatega, et näha, mis töötab, mis mitte ja mida tuleks järgmise prototüübi iteratsiooni käigus teisiti teha. Suurenenud empaatia ja võime end teiste kingadesse asetada.

**Sihtrühmad:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Helena Veidenbaum

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Tekstiilesemete parandus ja tuuning

Täna liigume üha rohkem selle poole, et tarbida vähem ja kasutada juba olemasolevat kauem. Meil kõigil on riideid või dekoratiivesemeid, mis on kuidagi armsad ja millest loobuda ei taha. Selle kursusel saabki oskusi, kuidas parandada või kaunistada tekstiilesemeid.

Õpitakse:

1. nõeluma/ parandama tekstiilesemeid (nähtav ja nähtamatu parandus)
2. aplikatsioonitehnikat (masinal ja käsitsi)
3. tuletakse meelde erinevaid tikkimispisteid

Kursuse lõpuks on iga osalenu proovinud erinevaid tekstiilesemete parandamise ja kaunistamise võtteid ning kaunistanud/parandanud vähemalt ühe enda eseme.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Marika Viira

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Tulevase noorsootöötaja baasõpe

Valikkursus on mõeldud õpilasele, kes näeb oma tulevikku noortega seoses. Kursuse läbinu oskab toetada ja võimendada noori ning on saanud esimesed kogemused noorsootöös. Õpingud on individuaalsed, lähtuvad õppija huvist ning on praktilised.

Õppetöös kasutame palju aktiivõppe meetodeid, arutleme ning saame tegutseda päris noorsootöötajana. Kas sa teadsid, et noorsootöötajad tegutsevad noortekeskustes, noorte infospetsialistidena, laagrites, huvitegevuses, koolis, noorte osaluse toetajatena, noorteühendustes, tänaval, koolitajana ning korraldavad noortesündmusi ja projekte? Seega võimalusi on miljoneid. Tule ja seo oma tulevik noortega!

Kursuse läbimisel on võimalik taotleda ka laagrikasvataja osakutse, kui läbida eraldi 16 ak h mahus esmaabikoolitus. Kursus korraldatakse koostöös Saue Noortekeskusega, kus saab läbida praktika.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Eilika Mätas

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Turism

Kõik me oleme mingil määral puutunud kokku turismiga, kas vanematega puhkuseraisil olles või klassiekskursioonil. Käesolev kursus on nn "turism pähklikoores" st, et lisaks turismiteoreetilistele teadmistele (turismigeograafia) tutvume maailma tuntuimate vaatamisväärsustega. Osaleja saab ülevaate Eesti turismispetsiifikast (kruisi- ja loodusturismist), lisaks saab infot selle kohta kuidas saada giidiks. Õpime lugema ja koostama reisikava ja kalkulatsiooni põhimõtteid. Kursuse lõppedes peaksid õpilased olema suutelised iseseisvalt koostama näiteks klassiekskursiooni kava ja lisaks teadma, millele tuleks tähelepanu pöörata, et saavutada elamusreis.

Kursus on silmaringi ja maailmapilti avardav. Kursusel on nii individuaalseid kui ka grupitöid, mille tulemusi analüüsitakse tunni ajal.

Kursuse lõpus toimub praktiline linnaekskursioon.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Piret Kirme

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## **Turvalisus ja enesekaitse**

Valikkursus tugineb Filipiinide võitlussüsteemil Pekiti Tirsia Kali.

PTK- Filipiinide võitlussüsteem, mis põhineb traditsiooniliste relvade kasutamisel: kaigas, machete, nuga. PTK õpetab kuidas kaitsta ennast selliste rünnakute eest, kus ründaja kasutab nii relvi kui ka käsi ja jalgu. Süsteem on ametlikult kasutusel Filipiinide jõustruktuurides ja paljudes nii tsiviil- kui ka jõustruktuurides üle maailma. PTK põhimõtted: „ Me usume ellu, me ei usu surma! Me usume tervisesse, me ei usu haigustesse! Me usume edusse, mitte läbikukkumistesse!“.

PTK arendab enesekaitse oskust, osavust, koordineerimist, säilitab tervist, annab oskuse ennetada konfliktsituatsioone ja neid vältida, mis on kõige parem lahendus. Kursusel räägitakse ka Eesti seadusandlusest ja antakse ülevaadet olulistest ohtudest, mis on tänapäeval olemas meie ühiskonnas. Kursusele on oodatud kõik, sõltumata eelnevast kogemusest.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Vladimir Sillaste

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund

## Õiguse alused

Õiguse aluste kursusele on oodatud õpilased, kes tunnevad huvi õiguse vastu üldiselt ning tahavad kursis olla juriidilise valdkonna teemadega, millega me igapäevaelus kokku puutume. Näiteks tööõigus, lepinguõigus, asjaõigus, kinnisvaraõigus, perekonna- ning pärimisõigus. Kursuse jooksul tutvume õigusteaduste magistrikraadi nõudvate ametitega, nagu advokaat, kohtunik, kohtujurist, notar, prokurör, ettevõtlusjurist jt. Toimuvad väljasõidud kohtusse ja advokaadibürosse. Kursusele ootame väga õpilasi, kes soovivad ülikooli minna õigusteadust edasi õppima.

### Kursuse eesmärk

- Tekitada huvi õigusteaduse õppe vastu.
- Anda ülevaade õiguse olemusest, õigusaktide hierarhiast ja olulisematest õigusalastest mõistetest.
- Anda teadmisi kehtivast õigusest ning tähtsamatest õigusaktidest.
- Läbi praktiliste näidete ja väljasõitude tutvustada juristi eriala praktilist poolt.

### Käsitletavat teemad

- Õigusest üldiselt (õigusallikad, õigussüsteem, õigusarud, õigussuhe, kohtusüsteem, e-riik ja info leidmine).
- Tsiviilõigus (õigus- ja teovõime).
- Võlaõigus (võlasuhe, leping ja lepingute liigid, müügileping, tövõtuleping, käsundusleping, laenu- ja liisinguleping, kahju õigusvastane tekitamine).
- Tööõigus (töölepingu mõiste ja töölepingu sõlmimine, töötaja ja tööandja kohustused, töö- ja puhkeaeg, puhkus, töötaja vastutus, töölepingu lõp- mine, vaidluste lahendamine).
- Asjaõigus ja kinnisvaraõigus (vallas- ja kinnisasjad, asjaõigused ja piiratud asjaõigused, valdus, kinnistusraamat).
- Perekonnaõigus (abielu, abikaasade varasuhted, kooselu, vanemate õigused ja kohustused).
- Pärimisõigus (pärand, pärimine seaduse, testamendi ja pärimislepingu järgi, sundosa, pärandi vastuvõtmine ja kaaspärijate suhted).
- Karistusõigus (süüteod ja karistused, karistusõiguse üldised põhimõtted, kohtu, prokuröri ja kaitsja roll menetluses).

- Külastused kohtusse, advokaadibüroosse.

Kursus sisaldab loenguid, arutelusid, näiteid elust ja kohtupraktikast, väljasõite ning tutvumist erialase tööga.

Kursuse lõpus teevad õpilased ettekande viimaste aastate skandaalsete kaasuste ainetel.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Veronika Selge

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund



## 3-D modelleerimine

3D-modelleerimine on kolmemõõtmelise arvutigraafika üks osa, kus luuakse soovitud esemest kolmemõõtmeline mudel. Kursusel kasutatakse mudelite modelleerimiseks programmi SolidEdge hariduslikku versiooni.

Kursuse eesmärgiks on anda põhiteadmised erinevate tööriistade funktsioonidest, et luua lihtsamaid 3D mudeleid ja õppida tundma SolidEdge erinevaid mooduleid.

Kursuse teemad:

- \* ülevaade SolidEdge moodulitest;
- \* traditsioonilise ja sünkroonmodelleerimise erinevused;
- \* eskiiside/jooniste loomine;
- \* koostemoodul;
- \* koostude komplekteerimine;
- \* 2D jooniste vormistamine mudelitest;
- \* 3D printimine.

Kursuse lõpuks on võimalus jõuda ka ideest teostuseni ehk modelleerida ise 3D mudel ning see 3D-printeri abil välja printida.

**Sihtgrupp:** G1, G2, G3

**Juhendaja:** Alli Salusaar

**Toimumisaeg:** II periood, teisipäeviti 1.-2. tund