

Saue Riigigümnaasiumi valikained õppeaasta 23/24 III perioodil

Iga valikkursuse maht on üks kursus ning kursus läbitakse tervenisti III perioodi jooksul. Ühel perioodil saab õppija läbida vaid ühe kursuse, välja arvatud juhul kui üheks kursuseks on „Elu on sinusoid“, mis toimub laupäeviti, seega saab õppija läbida teisipäeviti veel teise kursuse.

III perioodi valikkursuste valimine toimub 19.–20. veebruaril. 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, seejärel G2 ning viimases järjekorras G1 õppijaid.

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 III perioodil läbida. See tähendab, et hiljem valikkursust enam muuta ei saa.

Valikkursused toimuvad valdavalt teisipäeviti I ja II tunni ajal, ehk paaristunnina. Erandiks on kursus Elu on sinusoid.

Sisukord

Eesti viipekeel.....	4
Elu on sinusoid.....	5
Esinemisoskus.....	6
Filosoofia	7
Hiina keel	8
IT- ja IT-projektide juhtimine	9
Jooga ABC.....	10
Joonistamise algkursus.....	12
Liiklusõpetus.....	13
Podcastindus	15
Päästekursus.....	16
Religiooniõpetus	17
Sissejuhatus filmikunsti	18
Teadlik enesejuhtimine	19
Tekstiilesemete parandus ja tuuning.....	21
Turvalisus ja enesekaitse.....	22
Õiguse alused.....	23
3-D modelleerimine	24

Valikkursuste loetelu

Valikkursus	Sihtgrupp	Piirarv
Eesti viipekeel	G1, G2, G3	25
Elu on sinusoid	G1, G2, G3	18
Esinemisoskus	G1, G2, G3	12
Filosoofia	G1, G2, G3	20
Hiina keel	G1, G2, G3	20
IT- ja IT-projektide juhtimine	G1, G2, G3	25
Jooga ABC	G1, G2, G3	15
Joonistamise algkursus	G1, G2, G3	25
Liiklusõpetus	G2, G3	25
Podcastindus	G1, G2, G3	25
Päästekursus	G1, G2, G3	25
Religiooniõpetus	G1, G2, G3	25
Sissejuhatus filmikunsti	G1, G2, G3	15
Teadlik enesejuhtimine	G1, G2, G3	25
Tekstiilesemete parandus ja tuuning	G1, G2, G3	15
Turvalisus ja enesekaitse	G1, G2, G3	20
Õiguse alused	G1, G2, G3	25
3-D modelleerimine	G1, G2, G3	16

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.

Õppija soovitab:

Tund on põnev ja huvitav, õpetaja on tore, valikaine ei ole väga keeruline ka. Lisaks viipekeele oskamine võib tulevikus kasuks tulla.

See on väga huvitav ning õpetaja on väga tore ja kirglik

Uus ja põnev, ning tuleb elus ka abiks.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Janne Oja

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

Elu on sinusoid

Mida teeme: Paneme võnkumistele käed külge! Uurime, kuidas võnkumine avaldub mehaanikas, elektris ja optikas, kuidas see matemaatikaga seostub, kuidas sinagi sellega kokku puutud ja miks on see vajalik.

Kuulame miniloenguid, teeme katseid ja demosid, lisaks loome plakateid ja koostöös saavad teoks õpilasettekanded. Õppetöö toimub nii üksi kui rühmana. Toimetame koolimajas ning käime muuseumis ja teaduskeskuses!

Keda otsime: Kursusele on oodatud eelkõige G2 õpilased, sest kursus avardab teadmisi juba läbitud füüsika kursustest ning eriti elektromagnetväljast (*Füüsika* III kursus ei tundugi siis enam nii teoreetiline). Kuid samas ootame kõiki, kel huvi saada teada, kuidas maailm meie ümber toimib.

Toimumisajad:

L 16.03.24 kl 9:00 – 16:00 Õppepäev 1. “Elu on sinusoid”

L 23.03.24 kl 9:00 – 16:00 Õppepäev 2. “Elu on sinusoid” (külastame muuseumi ja teaduskeskust)

L 13.04.24 kl 9:00 – 16:00 Õppepäev 3. “Elu on sinusoid”

L 04.05.24 kl 9:00 – 16:00 Õppepäev 4. “Elu on sinusoid”

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: füüsik Jana Paju-Hamburg ja õpetaja Berit Väli

Toimumisaeg: III periood, neljal laupäeval

Maksimaalne osalejate arv: 18

Esinemisoskus

Õppe sisu:

- Erinevate hääle- ja kõneharjutuste kasutamine, selgema kõne loomine, näitlejameisterlikkuse põhialuste tutvumine harjutuste, improvisatsioonide ja ülesannete kaudu.
- Elementaarne tegutsemisoskus mistahes esinemisega seotud situatsioonis.
- Improviseerimisoskuse arendamine erinevate loovate ülesannete kaudu.

Oodatavad õpitulemused:

1. Õpilane oskab hinnata esinemisoskuse olulisust ning tunneb esinemisest rõõmu.
2. Õpilane julgeb esineda nii grupikaaslastele kui ka publikule.
3. Õpilane on avatud loovatele ülesannetele.
4. Õpilane teab, millist riietust vastavalt esinemisele kanda, kuidas laval seista, kuidas ennast nõ suurde plaani mängida.
5. Õpilane oskab vahet teha erinevate esinemislaadide vahel
6. Õpilane tunneb tunnis kasutatavate hääle, ja kõneelementide nimetusi
7. Oskab kasutada keha, miimikat ja žeste mõtete ja tunnete väljendamiseks

Õppija soovitab:

See nõuab väljumist enda mugavustsoonist ja sunnib olla julgem. Tunnis teeme koos lõbusaid, tihti tobedaid ja piinlikke asju, aga peab olema piisavalt julge, et seda taluda. Me õpime olema enesekindlamad esinedes kus iganes, olgu see siis esitlus klassi ees või tähtis kõne mingil suurel laval.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Sirly Hiimäe

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 12

Filosoofia

Filosoofiakursusel käsitleme mitmeid tänapäeval aktuaalseid teemasid erinevatest vaatenurkadest ning tuues kõikjal sisse ka ajaloolise perspektiivi ning kultuuridevahelise erinevuse. Kursus on kui rännak läbi ajaloo ja erinevate kultuuride, vaadeldes kõiki meile tänapäeval olulisi teemasid. Kursuse olulisim eesmärk on õppijate silmaringi laiendamine.

Teemadena käsitleme riigivalitsemist (miks on vaja riigivõimu, miks eelistada demokraatiat, kes on hea valitseja jne), armastust („tõeline armastus“, seksuaalsus, armastuse tähenduse muutumine läbi ajaloo), meditsiiniküsimusi (inimuuringud, abort, eutanaasia, sünd, surm), haridus (mis on teadmine, tehisintellekti mõju), religioon ja kultuuridevaheline suhtlus. Kõik teemad tulevad vaatluse alla läbi ajaloolise perspektiivi, moraali ja eetika.

Kursus on üles ehitatud aruteludel ja näidisjuhtumite lahkamisel, seega väga olulist rolli mängib avatud suhtumine ja valmidus osaleda aruteludes. Siiski ei pea muret tundma ka see, kes tavapäraselt pisut vaiksem on.

Arvestuse saamiseks on tähtis kohalolek, kaasamõtlemine ja loovülesande sooritamine.

Seega kui soovid teisipäeva hommikuti mõtestada koos kaaslastega lahti igapäevaelu erinevaid külgi, siis tule filosoofia valikkursusele!

Õppija soovitab:

Soovitan filosoofiat teistele, sest tunnid on väga huvitavad. Teiseks ka sellepärast, et tunnis katame väga paljusid elu eri valdkondi ja mõtestame need lahti, minul isiklikult on aidanud need tunnid näha olukordi teistmoodi ja aidanud paremini ja teadlikumalt käituda.

Soovitaksin seda valikainet, sest seal on väga palju arutelusid ning seal valikaines õpid sa hoopis teise nurga alt mõtlema. Plussiks on ka õpetaja, kes teeb tunnid alati lõbusaks ja huvitavaks.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Oliver Hoole

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 20

Hiina keel

Kui sulle meeldib keeli õppida või tahad lihtsalt omapärast väljakutset, siis on antud kursus hea võimalus laiendada oma silmaringi ühe maailma vanima keelega. Hiina keele kirjaviis erineb eesti tähestikust tohutult, mille tõttu keskendume kursusel enim suulisele oskusele. Küll aga, on hiina tähemärkide õppimine väga teretulnud ja innustatud. Õppetöö toimub auditoorsete loengutena, millele järgneb loengu välisel ajal iseseisev kodune töö. Kursuse läbimine määratakse kontrolltööde asemel aktiivse osalemise ja koduste tööde esitamiste arvelt.

Kursuse läbinud õppija omandab algteadmised hiina keelest ja selle loogikast - mõistab hiina keele põhitõdesid, tähemärkide kirjutamise loogikat ja oskab eristada toone. Oskab osaleda algelises vestluses hiina keeles - tutvustada ennast, oma tegemisi ning oma pere. Lisaks õpime põhilist sõnavara, et saada hakkama poes ja turul. Muidugi ei saa keelt õppida ilma kultuuri õppimata, seega tutvume ka erinevate Hiina tavade ja traditsioonidega.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Hele-Riin Vackermann

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 20

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 ning 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 ressurssidega. 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, Inchcape Motors Estonia IT-juht

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

Jooga ABC

Kursus algab rahulikult, saame selgeks jooga baasteadmised - Päikesetervituse, jooga põhiasendid ja hingamisharjutused. Kursuse teises osas hakkame õpitud lihvimis - 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 teoorias 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, joogatreener (<https://shaktijooga.com/endast>)

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 15

Joonistamise algkursus

"Joonistamise algkursus" on õige valikaine neile, kes on huvitatud kunstist ja joonistamisest. Joonistamisoskus on oluline eeldus noortele, kes on tulevikus huvitatud jätkama oma haridusteed kunstiülikoolides ja praktilis-loomingulistes valdkondades nagu arhitektuur, fotograafia jm. Eesti Kunstiakadeemiasse sisseastumise üheks eelduseks on omaloomingu portfoolio. Antud kursus on hea võimalus oma portfooliosse materjali koguda.

Kursuse raames tutvutakse joonistamise algtõdedega. Õpitakse kasutama erinevaid joonistusvahendeid, arendatakse silma ja käe koostööd. Läbitakse klassikalise joonistamise ülesanded: vaikelu (natüürmort) joonistamine, kus fookuses on kompositsioon, hele-tumedus, valgus ja vari, vorm, perspektiiv jne.

Õppija soovitab:

Soovitan seda valikainet, kuna seal õpetatakse, kuidas joonistada erinevaid objekte ning näiteks ka inimest. Tundide jooksul saab õppida erinevaid asju joonistama ning see on eriti sobilik alustajale joonistajale, kuna saad selgemaks põhiasjad.

Selles aines, saab rahulikult joonistada, omas stiilis, omas tempos. Erinevad stiilid, asjad ja teemad mida saab harjutada.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Regina Laanetu-Sild, Ruum ja kompa studio kunstiõpetaja

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

Liiklusõpetus

Liiklusõpetus sobib valikainena õpilastele, kes soovivad omandada ohutu liiklemise põhitõdesid. Liiklusõpetuse maht teoriakursusena on 20 75-minutilist tundi, millele lisandub ka valikaine eksam ning see vastab ka B-kategooria mootorsõidukijuhi teoriakursuse õppekavale.

Valikaine kursus toimub kahes gruppis, millest 1. grupp toimub II perioodil ning 2. grupp III perioodil.

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 (2x70 minutit) ning lõpeb eksamiga. Kõik kursusel osalejad saavad OÜ Autosõit e-õppe keskkonna kasutamise võimaluse, kus soovi korral on võimalik täiendavalt kuulata teorialoenguid, 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 kogenud 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 liiklusohhte.

Õppija soovitab:

Lihtne viis, kuidas suurem osa autokooli teoriast ära teha. Ka esmaabi kursused toimuvad koolis nii et ei pea ise kuhugi eraldi sõitma.

Sihtgrupp: G2, G3

Juhendaja: Kristi Jõgiste, OÜ Autosõit

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

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/>

Õppija soovitab:

Soovitan seda valikainet, sest seal sa õpid ennast selgelt väljendama ning ka saadet juhtima. Lisaks saad teadmised kuidas teha podcasti ja mida selleks vaja on.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Uku Nurk

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

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.

Õppija soovitab:

Väga huvitav sissevaade päästmistöele.

Huvitav, saab palju uut teada, kursus on väga praktiline.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Saue Vabatahtliku Tuletõrjeühingu päästjad

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

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, milledele 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.

Õppija soovitab:

Saab teada erinevate usundite ajaloost ja nende kujunemisest ning sellest kuidas inimesed nendest usunditest maailma näevad.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendajad: Peeter Tamm, Laagri koguduse õpetaja

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

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.

Õppija soovitab:

Kui sulle meeldib teada saada kuidas filmi tehakse või ise tulevikus filmi teha, siis selles valikaines saab sellest kõigest väga põhjalikult teada. Iga tund saab näha palju sisukaid slaide, kust saab palju õppida.

Valikaine sobib kellelegi, kes tahab harida end filmimaastikul ja saada aimdust, kuidas valmivad filmid.

Õpetaja üli äge ja räägib väga huvitavalt. Kõik, mis õpetab on seotud filmindusega, kuid ta suudab nii huvitavalt rääkida, et isegi neile kellele ei meeldiks filmindus kuulaks.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Vivian Säde, noor filmitegija

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 15

Teadlik enesejuhtimine

Kursusel õpitakse tundma ja aru saama, kuidas on omavahel seotud füüsilise keha reaktsioonid ja inimese psühholoogilised seisundid. Õpitakse ennast teadlikult juhtima analüüsides elus esilekerkivate sündmuste mõju nii mõtlemisele, tunnetele kui kehale. Õpilane saab teada, milliseid olukordi ja situatsioone on võimalik muuta ja milliseid mitte. Samuti seda, kuidas sellistel puhkudel käituda ja oma vaimset tervist hoida.

Õpitu aitab õpilasel olla oma tervise teadlik kujundaja, kes oskab hinnata, kuidas tekib kehaline heaoluseisund. Terviseteadlikkuse kujundamist käsitletakse erinevate tegurite koosmõjuna (sh puhkus, toitumine, kehaline aktiivsus, erinevad mõttemustrid ja emotsionaalsed tunded).

Kursusel käsitletakse järgnevaid teemasid:

elustiili mõju füüsilisele kehale;

hingamise füsioloogia ja selle mõju närvisüsteemile;

tervisetreeningu põhimõtted;

joogateaduse tutvustus;

psühholoogia ja füsioloogia sidusus, selle tähtsus elukvaliteedile;

teadlikud enesejuhtimise tehnikad.

Praktilised tööd- isikliku treeningplaani koostamine, kodused ülesanded õpitud tehnikate harjutamiseks, teadliku enesejuhtimise analüüs ja selle kasutamise võimalused erinevates elusituatsioonides.

Õppija soovitab:

Soovitaksin seda valikainet teistele sellepärast, et selles tunnis saad tundma õppida oma keha ja seda, kuidas oma tervist hoida ning seda parandada erinevate võtetega, mis pole ainult trenni tegemine ja toitumine. Selles tunnis sa avastad, kui lihtne võib olla oma heaolu parandamine ja kui tore on tegelikult kõik meie ümber toimuv. See tund annab motivatsiooni olema parem mina.

Ma soovitaksin oma valikainet, sest selle tunnid on täis palju praktikat ja lõbu. Seal sa õpid paljusid erinevaid asju, et nõ ennast häkkida. Lisaks saad sa sealt palju koju võtta ja ise otsustada, kas seda kasutada või mitte.

Soovitan seda teistele, sest sa oskad teha peale neid tunde enda emotsioone ja tundeid analüüsida. Et miks ja mida sa mingis olukorras tegid.

Viib õpilaste teadmised hingamise, meditatsiooni ja mindfulnessi kohta level kõrgemale.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Kristjan Saar, Kurtna Kooli direktor

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

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. aplikatsioon tehnikat (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.

Õppija soovitab:

Valikaines ei pea sul olema õmblemise ega riiete parandamise oskust, kõik on kergesti arusaadav ja rahulik viis kuidas oma hommikut alustada.

Tunnid on mõnusad ja rahulikud. On piisavalt aega, et tegeleda enda soovitud projektidega. Õpetaja ei nõua palju ning tundi saab minna hea tujuga, sest pole vaja muretseda kodutööde ega ebameeldivate ülesannete pärast.

Üllatavalt lõbus kui sa pole kunagi kokku puutunud tekstiiliõpetusega.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Marika Viira

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 15

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, võitluskunstide koolitaja

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 20

Õiguse alused

Kursuse õiguse alused eesmärk on võimaldada õpilastel omandada ülevaade Eesti õigussüsteemist ja vajalikest tähtsamatest õigusaktidest ning oskus kasutada õigusteadmisi.

Kursuse lõpetaja:

Teab õigusliku reguleerimise võimalusi, eesmärged ja mehhanisme

Orienteerub põhilistes juriidilistes terminites ja tunneb õigusaktide liike

Oskab leida vajalikke õigusakte ja neid igapäevases töös kasutada

Teab tsiviilsuhte tekkimise, muutmise ja lõppemise aluseid

Tunneb tehingute sõlmimise põhitingimusi, oskab arvutada tähtaegu, teab aegumise põhimõtteid

Teeb vahet juriidiliste isikute liikidel, orienteerub juriidilise isiku asutamise, lõpetamise põhimõtetes

Teab, mis on õigusvastane käitumine, millised on vastutuse liigid

Kursuse teemad:

Õiguse mõiste ja ajalugu.

Eesti riigiõiguse alusaktid.

Tsiviilõigus (asja-, võla-, pärimis- ja perekonnaõigus).

Äriseadustik (FIE, TÜ, UÜ, OÜ, AS, ühistud).

Majandusõigus (pankroti-, konkurentsi-, tarbijakaitse ja pangaseadus).

Intellektuaalse omandi kaitse.

Tsiviilprotsessiõigus.

Kriminaalprotsessiõigus.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Aileriin Lelov

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 25

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.

Õppija soovitab:

Soovitan seda valikainet, sest selles valikaines saab ise teha ägedaid 3D modelleeritud asju ning soovi korral saab ka valikaine lõpus ise midagi modelleerida ning selle välja printida.

Sihtgrupp: G1, G2, G3

Juhendaja: Alli Salusaar

Toimumisaeg: III periood, teisipäeviti 1.-2. tund

Maksimaalne osalejate arv: 16