

Rocca al Mare Kooli
ja
Kaarli Kooli

VALIKAINETE TUTVUSTUSED
10. klassile

2025/2026

Rocca al Mare Kool ja Kaarli Kool korraldavad gümnaasiumi valikkursuseid ühiselt. Ühe valikkursuse maht on 35 tundi, gümnaasiumi jooksul peab õpilane läbima 6 valikkursust ning õppeained ei tohi korduda.

35-tunnine valikainekursus toimub I–II või III–IV perioodi jooksul teispäeviti

- Rocca al Mare Koolis algusega 14.30;
- Kaarli Koolis algusega 15.00.

Auditoorsetele tundidele lisanduvad õppekäigud ja/või iseseisev töö.

Mõned kursused toimuvad ka tunniplaanivälistel aegadel või e-kursusena, täpne toimumisaeg on kirjas kursuse tutvustuse juures või annab selle teada aineõpetaja.

Lisaks kooli korraldatud kursustele on õpilasel võimalik võtta kursuseid ka väljastpoolt. Väljastpoolt kooli võetavaks valikaineks sobivad Edumus School'i e-kursused (vt lk 49), mõne allpool loetletud kõrgkooli või muu õppeasutuse juures toimuvad kursused (riigieksamite ettevalmistuskursused ja autokool selleks ei sobi). Väljast võetud valikkursuse saab arvestatuks kursuse läbimist kinnitava tunnistuse alusel, iga kursuse maht peab olema vähemalt 35 akadeemilist tundi.

Rocca al Mare Kooli õpilasel on gümnaasiumi jooksul võimalus valida ka üks oma huvitegevusest lähtuv VARIA-kursus (vt täpsemalt lk 50).

Kolme õppeaasta peale kokku võib RaM Kooli õpilane väljastpoolt kooli võtta maksimaalselt 2 valikaine- või VARIA-kursust.

Kaarli Kooli õpilastel on võimalik väljastpoolt kooli võtta maksimaalselt 3 valikainekursust.

Valikute esitamiseks saadetakse Sulle link elektroonilise ankeedi juurde, kus vali üks kursus kummakski poolaastaks.

Valikkursused toimuvad kahe kooli gümnaasiumiklasside vahel moodustatud õpperühmades.

Vali targalt, Sinu õppekava võib suures osas määrata Su tuleviku!

Õppeasutused, kus eelneval kokkuleppel kooliosa juhatajaga võid kursusi läbida, on järgmised:

- Tallinna Tehnikaülikooli tehnoloogiakool
- Tartu Ülikooli teaduskool
- Tallinna Ülikooli õpilasakadeemia
- Tallinna Ülikooli keeltekeskus
- Eesti Kunstiakadeemia
- Tallinna Saksa Kultuuriinstituut / Goethe Instituut
- Puškini Instituut
- Prantsuse Kultuurikeskus
- Vanalinna Hariduskolleeegiumi võõrkeelekursused
- Edumus School

SISUKORD

1. DIPLOMAATIA (Kaarli Koolis)	5
2. INIMENE JA ÕIGUS (Kaarli Koolis)	6
3. INTERNETITURUNDUSE ALUSED (Kaarli Koolis)	7
4. INVESTEERINGUTE ANALÜÜS (varasem eraisiku rahandus)	9
5. PRAKTLINE ETTEVÕTLUS – ETTEVÕTJATE LUGUDE NÄITEL	11
6. KESTLIKU ROCCA AL MARE KOOLI KUJUNDAMINE	13
7. VEEBITEHNOLOOGIAD	15
8. SOOME KEEL ALGAJATELE	16
9. KÕNE- JA VÄITLUSKUNST	18
10. LOO(V)KIRJUTAMINE (Kaarli Koolis)	20
11. KAEMUS USUMAILMA (Kaarli Koolis)	21
12. KOGNITIIV- JA KÄITUMISPSÜHHOLOOGIA (Kaarli Koolis)	22
13. SUHTED JA SUHTLEMINE (Kaarli Koolis)	23
14. COACHING	24
15. ESMAABI	25
16. MATKAMISE ALUSED (Kaarli Koolis)	26
17. SPORT JA TERVIS KUI TEADUS	27
18. NÄITLEJAMEISTERLIKKUSE ALUSED (Kaarli Koolis)	29
19. ELEKTROONILISE MUUSIKA LOOMING	31
20. FOTOGRAAFIA	32
21. VIDEOÕPE	33
22. RÕIVADISAIN	34
23. PÄRANDTEHNOLOOGIA (Kaarli Koolis)	35
24. LOOVUSE ARENDAMINE EHK KUIDAS OLLA LOOV	37

E-KURSUSED

1. ÕIGUSE ALUSED MITTEJURISTILE (Tartu Ülikooli e-kursus)	38
2. EDUMUS SCHOOL'I VALIKAINED	40
3. VARIA	41

DIPLOMAATIA – MIS SEE ON?

Õpetaja Kristel Engman

diplomaat, Vabariigi Presidendi kantselei välisosakonna juhataja

Kursuse eesmärk

Õpilane saab ülevaate riikidevahelisest rahvusvahelisest suhtlusest ja selle toimepõhimõtetest ning diplomaatia kõõgipoolest. Kursus on praktilise suunitlusega.

Kursuse kirjeldus

Kursus koosneb auditoorsest kohtumisest, millele lisandub Vabariigi Presidendi kantselei ja võimalusel ühe Tallinnas tegutseva saatkonna külastus.

Kursusel käsitletavad teemad

- Kuidas ja millal diplomaatia tekkis?
- Mis iseloomustab Eesti välis teenistust ja esinduste võrgustikku?
- Kes esindab Eestit?
- Mis on protokoll?
- Kui tugev on meie julgeolek?

Kursuse läbimise eeldused

Osalus tundides (vähemalt 75%), referaat ühest rahvusvahelisest sõlmkõnusest või olulisest teemast (max 2 lk) arvestades kursuse jooksul omandatud teadmistega. Referaat sisaldab käsitletava teema taustakirjeldust, ettepanekuid lahendusteks ning Eesti võimalikke seisukohti. Iga õpilane kannab oma referaadi ette, järgneb arutelu.

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

INIMENE JA ÕIGUS

Õpetaja Meelis Pirn

Kursuse eesmärk

Baasteadmiste andmine õiguse alustest, õiguskorraldusest, olulisematest seadustest

Kursuse kirjeldus

Kursus algab õiguse olemuse ja ajaloo tutvustusega. Seejärel käsitletakse inimõigusi ja nende kaitset (ÜRO Inimõiguste harta, ÜRO lapse õiguste konventsioon, EN Inimõiguste ja põhivabaduste konventsioon, Euroopa Inimõiguste Kohus) ning seejärel eesti õigussüsteemi ja -korraldust õigusharude kaupa.

Tutvutakse olulisemate seadustega, milles igaüks võiks osata edaspidises elus orienteeruda (Põhiseadus, Karistusseadustik, Perekonaseadus, Pärimisseadus, Töölepingu seadus, Võlaõigusseadus, Asjaõigusseadus, Autoriõiguse seadus jt.)

Kursuse läbimise eeldused

Iga tunni lõpus tuleb vastata küsimustikule keskkonnas Quizizz. Küsimused on koostatud tunnis läbi võetud teemadel. Õpilastel, kes tundides käivad ja küsimustele valdavalt õieti vastavad, ei tule kursuse läbimiseks midagi rohkem teha. Õpilastel, kes tundidest puuduvad või vastavad Quizizz keskkonnas küsimustele valdavalt valesti, tuleb kursuse läbimiseks teha kontrolltöö.

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

INTERNETITURUNDUSE ALUSED

Õpetaja Kristo Olli

Kursuse eesmärk

Anda õpilasele baasteadmised internetiturundusest ja peamiselt selle sisuloomelisest nurgast ehk kuidas luua sotsiaalmeedia postitusi, blogiartikleid, reklaame, kodulehti kui ka e-kirju nii, et inimesed neid päriselt lugeda tahaksid ja Sinu toodet/teenust ka ostaksid. Kursus keskendub vähem tehnilisele/IT poolele ning rohkem sisuloome, strateegia ja kirjutamise poolele.

Kursuse tulemusena saab õpilane väärt oskused selleks, et tulevikus ise oma toodet/teenust müües sihtrühma hästi kõnetada, karjäärialaselt endale rohkem uksi avada, teiste kandidaatide ja konkurentide seast silma paista ja oma ettevõtmistes edukas olla.

Kursuse peamised teemad

- Erinevate internetiturunduse kanalite ABC (mis on eduka kodulehe elementid, mis toimib hästi meiliturunduses, sotsiaalmeedia postitustes, Facebooki reklaamides jms)
- Mis on *copywriting* ja miks see on üks tähtsamaid turundusoskuseid?
- Kuidas luua tekste, mis päriselt ka inimesi kõnetavad ja tegutsema panevad?
- Millised postituste ja reklaamide formaadid toimivad kõige paremini?
- Mida, kuidas ja millal sotsiaalmeediase postitada?
- Milliseid abistavaid turundustööriistu kasutada?
- Kust leida sisuloomeks ideid ja inspiratsiooni?
- LinkedIni ABC ja persoonibrändi ehitamine

Kursuse läbimise eeldused

Kodutööde õigeaegne ja korrektne tegemine ning tundides aktiivne kaasatõttamine.

Õpetajast

Kristo Olli on copywriter, turundaja ja koolitaja (ja Rocca al Mare Kooli vilistlane), kes on aidanud üle 7 aasta tuntud brändidel nii Eestis kui ka välismaal luua kaasahaaravaid sisutekste, kodulehti, meiliturundust ja reklaame. Lisaks on Kristo aktiivne LinkedIni sisulooja ja nõutud koolitaja, kes õpetab oma kogemuste ja teadmiste põhjal ka teistele, kuidas LinkedIn enda ja oma ettevõtte jaoks edukalt tööle panna.

- Kristo LinkedIni profiiliga saab tutvuda siin: <https://www.linkedin.com/in/kristoolli/>

- Kristo LinkedIni algusloo ja koolituste kohta saab lugeda siin: <https://kristoolli.com/minu-linkedin-lugu>
- Kel huvi, saab Kristoga enne kursust juba lähemalt tutvuda ka podcastide kaudu: <https://kristoolli.com/linkedin-koolitused/podcastid>
-

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

INVERSTEERINGUTE ANALÜÜS

(varasem eraisiku rahandus)

Õpetajad Raimond Pääru

Sihtrühm

Ei sobi eraisiku rahanduse valikaines osalenud õpilastele, sisu kattub.

Kursuse eesmärk

Õppeaine eesmärgiks on tõsta õpilaste finantskirjaoskuse taset, anda teadmisi eraisiku rahanduse põhitõdedest, sealhulgas finantsplaneerimise, finantsotsuste ja investeeringute hindamise ja haldamisega seotud valdkondades. Samuti annab õppeaine ülevaate investeerimisvõimalustest eraisiku vaatenurgast. Kursusel osaleja saab aru, millised on tema kohustused maksumaksjana ning kuidas tegutseda võimalikult optimaalselt.

Kursuse kirjeldus, käsitletavad teemad

- Finantsplaneerimine ja isikliku rahaasjade süsteemi loomine
- Finantseesmärkide seadmine ja saavutamine
- Raha ajaväärtus ja rahandusotsused
- Eraisiku pangandus ja finantsteenused. Eraisiku krediitdikõlbulikkus
- Sissejuhatas investeerimisse
- Makromajanduse mõju finantsplaneerimisele ning investeeringutele
- Kinnisvara ostmise ja üürimisega seotud otsused
- Investeeringute alused, riski ja tulu kontseptsioon
- Investeerimine aktsiaturule, võlakirjadesse, ühisrahastusse ning muudesse varaklassidesse
- Majandustsüklid ja elutsükli põhine investeerimine
- Eraisiku tulud ja sellega seonduvad maksud, investeerimine ja maksuefektiivsus

Käsitleme teemasid nii loengu kui aktiivsete arutelude ja juhtumianalüüside vormis. Analüüsime praktilisi eraisiku finantsotsuste näiteid igapäevaelust.

Arvestuse saamise eeldused

- Aktiivne aruteludes osalemine (osalus vähemalt 70% kontakttundidest)
- Kodutööd

Teemad ja toimumisajad

1. nädal Sissejuhatus. Finantsplaanimine ja eesmärkide seadmine.
2. nädal Isiklikud finantsaruanded. Bilanss, rahavoogude aruanne, eelarve.
3. nädal Raha ajaväärtus. Alternatiivkulu. Liht- ja liitintress. Mõistlik laenamine.
4. nädal Pangateenused: arveldusarve, hoiused, püsikorraldus, e-arved, pangakaardid, väärt-paberikonto ja investeerimiskonto.
5. nädal Investeerimise ABC. Investeerimiseesmärkide seadmine. Kuidas alustada? Millised on valikud
6. nädal Investeeringute hindamine. Kuidas leida huvipakkuv investeering? Millest alustada? Kas aktsiad või fondid?
7. nädal Aktsiate analüüs: fundamentaalanalüüs, olulisemad finantsnäitajad aktsiate analüüsil, aktsiate võrdlemine suhtarvude baasi, väärtuspõhine vs. kasvuinvesteering, diskonteeritud rahavoogude meetod
8. nädal Võlakirjad ja laenud. Börsil noteeritud võlakirjade hindamine. Ühisrahastuse kaudu investeerimine.
9. nädal Kinnisvara – kas osta või üürida? Kinnisvara kui investeering
10. nädal Varaklassid ja majandustsüklid.
11. nädal Portfelliteooria ja investeerimisportfelli juhtimise põhimõtted.
12. nädal Kuidas rahaasju maksuefektiivselt korraldada? Maksud palgatöötajana, käibemaks, maksud ja investeerimine, kas ja kuidas makse optimeerida, investeerimiskonto vs ettevõtte alt investeerimine.
13. nädal Eesti pensionisüsteem ja pensionifondid. Milline valik teha?
14. nädal Kursuse kokkuvõte. Tehtud tööde tagasisidestamine.

Juhendajast

Raimond Pääru on inseneriharidusega ettevõtlik õpetaja, kes oma rahaasjad võttis kätte ülikooli esimese kursuse lõppedes 2016. aastal. Sellest ajast peale on ta pidanud täpset ülevaadet enda eraisiku finantsseisust ning igakuiste tuludest ja kulutustest. Finants- ja investeerimisteemadel on Raimond end ise harinud, töötades selleks läbi kümneid raamatuid, kuulates üle 1000 tunni erinevaid finantssteemalisi taskuhäälinguid ja esinemisi ning täiendades end ülikoolis erinevate investeerimis- ja majandusalaste kursustega. Kõike seda on ta praktiseerinud tegeledes ettevõtlusega juba viimased 8 aastat ning investeerides viimased 6 aastat. Täna toimetab Raimond aktiivselt kolme energeetika ja inseneeria valdkonna ettevõtte juhina ning enda ja oma pere rahaasju haldab ta läbi kahe erineva varahaldusettevõtte.

PRAKTILINE ETTEVÕTLUS – ETTEVÕTJATE LUGUDE NÄITEL

Juhendajad

„Praktiline ettevõtlus“ sai valikaine kursusena alguse RaM Kooli Arengufondi initsiatiivil ning käivitub algaval sügisel viiendat aastat. Kursus viiakse läbi RaM Kooli Arengufondi liikmete poolt. Valikaine meeskonnas jagavad külalisesinejatena oma teadmisi teisedki edukad ettevõtjad erinevatest valdkondadest, kes on pühendunud tulemusele ja tulevikule. Meie jaoks on kõige olulisem edasi viia praktiline oskus tegijatelt endilt.

Kursuse eesmärk

Meie soov on innustada õpilasi olema ettevõtlik, samas olla nii praktiline kui võimalik. Ettevõtlus ei ole ettevõtlikkus, kuid ettevõtja oluliseks komponendiks on ettevõtlik hoiak, mis aitab kaasa ja toetab ideede teostamist ning nende juhtimist. Aitame noortel toetada enda ja maailma paremaks muutvaid unistusi ja nende teostamist.

Sihtrühm

Osalema on oodatud kõik, kes soovivad oma unistusest sammu edasi astuda – proovida ette võtta mõni projekt või äriidee ja see ellu viia kogenud juhendajate suunamisel.

Kursuse kirjeldus

- Kursuse esimesel perioodil leiab igaüks või leitakse meeskonnana idee, koostatakse projekt või äriplaan, mis töötatakse samm-sammult üheskoos läbi. Projektina võib aluseks võtta ka õpilasfirma. Äriidee võiks olla ka reaalselt teostatav, kuid samas piisavalt suur, et sellest unistada.
- Teise perioodi lõpuks esitlevad kursusel osalejad oma äriplaani žüriile ning kuulutatakse välja võitja.
- Kogu protsessi käigus on vahetu tagasiside mentorite ja projektiliikmete vahel.

Lisaks peavad kõik õpilased leidma omale 1 põneva ettevõtte, mis talle kõige rohkem huvi pakub ning presenteerima sellest kõikidele klassi ees täpselt 5 minutiga. Presentatsioon on individuaalne.

Hindamiskriteeriumid

Osalemine vähemalt 80% tundides, esitatud kolm kodutööd (äriidee leidmine, äriplaani koostamine, äriplaani esitlemine žüriile) ja oma ettekande presenteerimine. Äriideed on võimalus teha üksi või meeskonnas.

Soovituslik kirjandus

- „Elon Musk“ – Ashlee Vance
- „Kuidas saada rahatargaks. Rikkaks saamise õpik koolinoortele“ – Mihkel Truman & Jaak Roosaare
- „12 asja mida koolis ei õpetatud, aga mida kõik peaksid teadma“ – Roland Tokko

KESTLIKU ROCCA AL MARE KOOLI KUJUNDAMINE

Õpetajad

Kristel Mäekask, Kaisa Veskemaa, Kadi Asmer, Anneli Paat – RoheRaM töögrupp

Kursuse eesmärk

Tõsta Rocca al Mare kooli gümnasistide ja seeläbi ka kogukonna keskkonnateadlikkust. Kujundada õpilasi, kes on eeskujuks ja aitavad kaasa muudatuste tekkele oma koolis, sest meie käitumisest, suhtumisest, otsustest ja tegudest sõltub see, millises keskkonnas me elame.

Kursuse kirjeldus

Kursuse käigus tutvutakse erinevate keskkonnaprobleemide ja ringmajanduse põhimõtetega. Otsitakse erinevaid lahendusi Rocca al Mare Kooli rohemeelsuse toetamiseks ja RoheRaMi eesmärkide elluviimiseks (<https://ramkool.edu.ee/roheram/>). Kuulatakse erialaspetsialistide loenguid, osaletakse töötubades ning õppekäikudel. Väiksemates rühmades luuakse ja teostatakse üks jätkusuutliku arengu kontseptsioonist lähtuv rohetegu ning korraldatakse Rohefestivali. Kursus aitab paremini mõista iseenda ja laiemalt ühiskonna tegutsemise võimalusi ja tagajärgi ning edendab kriitilist mõtlemist ja tulevikuga arvestamist.

Kestliku Rocca al Mare Kooli kujundamise valikaine ja RoheRaM RING õpilaste panusel on korraldatud juba kolm RaM Rohefestivali (<https://ramkool.edu.ee/roheram/tegevused/rohefestival/>), kooli on soetatud jäätmete sorteerimiskastid, külastatud on Kliimaministeeriumi, Ragn Sells, Pandipakendit ja Pelgulinna Riigigümnaasiumi, osaletud mitmetel üritusel ning esinenud Saue Riigigümnaasiumi rohekonverentil. Koostöös valikaine õpilastega jätkub RoheRaM fookusprojekti – uuendatud kooli õueala – eesmärkide elluviimine.

Kui sa tahad midagi päriselt ära teha, siis see kursus on just sinu jaoks. Lisaks võib panustamine anda sulle suurepärase soovituskirja ülikooli astumiseks.

Praktilised töötoad

Kursuse käigus toimuvad mitmed praktilised tegevused erinevate spetsialistide juhendamisel:

- Kuidas valida kvaliteetset kestva riideeset, õpitakse tundma (tekstiil)materjale ja nende omadusi. Kangaste materjali määramine, enda riietusesemete analüüs.
- Tekstiiljätmed moeloomes. Õpitakse erinevaid meetodeid tekstiiljätmete ümbertöötlemiseks ja väärimiseks ning valmistatakse lihtsaid tooteid, rakendades jätkusuutliku moelooma põhimõtteid ja praktikaid.
- Toidujätmed Rocca al Mare koolis, vaatlus/analüüs ja päästetud toidust kokkamine.
- Süsiniku jalajälje hindamisel tehakse koostööd Sustinerega (<https://sustinere.eu/et/>) ja kasutatakse Greenspect platvormi, mis on tunnustatud kliimamõju juhtimise platvorm ettevõtetele ja organisatsioonidele.
- Rohetegu ja Rohefestivali korraldamine.

Arvestuse saamise eeldused

Kursuse hinne kujuneb välja töötubadest osavõtu, Rohefestivali korraldamise ja rühmatöö alusel.

VEEBITEHNOLOOGIAD

Õpetaja Mikk Oad

NB! VALIKAINET EI SAA VALIDA TEHNOLOOGIA SUUNA ÕPILASED, SEST SEE ÜHTIB NENDE ÕPPEKAVAS OLEVA AINEGA.

Eesmärgid

- Tutvuda veebilehtede loomisega seotud mõistete ja tehnoloogiatega.
- Valmisolek luua lihtsama ülesehitusega veebilehti.

Õpitulemused

- Õpilane tunneb ära ja oskab kasutada lihtsamaid HTML elemente, CSS märgistust ja Javascript süntaksit.
- Õpilane mõistab erinevate sisuhaldussüsteemide erinevusi ning nende võimalusi ja piiranguid.
- Õpilane analüüsib erinevaid võimalusi veebilehe loomiseks.
- Õpilane kasutab lihtsat versioonihaldust GIT abil.
- Õpilane kasutab tehisintellekti veebilehtede ja -rakenduste loomiseks.
- Õpilane on võimeline looma veebilehe isiklikuks tarbeks või väiksemale ettevõttele.

Kursusel läbitavad teemad

- HTML, CSS, Javascript ja PHP
- Veebilehe disain ja SEO
- Domeenid, serverid, andmebaasid
- Sisuhaldussüsteemid
- API'd
- Versioonihaldus ja GIT
- Tehisintellekti kasutamine veebilehtede ja -rakenduste loomiseks

Hinde kujunemine

Kursuse jooksul tuleb teenida nõutud arv punkte ülesannete lahenduste ja tundidest aktiivse osavõtu eest.

SOOME KEEL ALGAJATELE

Õpetaja Helen Tiitus

Sihtrühm

Soome keele valikkursus on mõeldud kõigile, kes on huvitatud laiendama silmaringi ja õppima soome keelt.

Valikaine eesmärk on pakkuda algajatele tugevat alust soome keele oskuste arendamisel, keskendudes keele põhiaspektidele nagu hääldus, sõnavara, grammatika ja igapäevane suhtluskeel.

Valikaine läbinud õppija:

- oskab tervitada, hüvasti jätta, tänada, vabandada ja väljendada lihtsaid vajadusi soome keeles;
- oskab küsida ja vastata lihtsatele küsimustele isikliku teabe kohta, nagu näiteks kus ta elab, inimesed, keda ta tunneb, ja asjad, mida ta omab;
- oskab moodustada lihtsaid lauseid oma perekonna, elukoha, hobide ja igapäevaste tegevuste kohta;
- tunneb ja oskab kasutada sõnavara, mis on seotud igapäevaeluga, sealhulgas toiduainete, ilmastiku, riietuse ja põhiliste numbriteni.
- Läbi keeleõppe saab õppija ülevaate soome kultuurist, kommetest ja eluviisist.

Õppeprotsess on toetatud digivahenditega, juturoboti ja keeleõppe äppidega.

Digivahendite kasutamine võimaldab õppijal õppida paindlikult oma tempos, kasutades erinevaid interaktiivseid materjale, nagu videod, rollimängud ja testid, mis toetavad ja täiendavad klassiruumis toimuvat õpet. Veebipõhine õpikeskkond julgustab õppijat olema aktiivne osaleja oma õppeprotsessis, võimaldades tal praktiseerida ja kinnistada õpitut nii iseseisvalt kui ka gruppitööde kaudu.

Valikaine on loodud selliselt, et see tasakaalustab keele erinevaid aspekte alates sõnavarast ja grammatikast kuni häälduse ja reaalsetes situatsioonides kasutamiseni. Veebikeskkonna ja auditooriumi vaheldumine võimaldab õppijal kogeda mitmekülgset õppemetoodikat, mis hõlmab nii iseseisvat tööd kui ka suhtlust kaasõppijatega. Juturoboti kasutamine soome keele õppimisel võimaldab õppijatel harjutada keelt turvalises keskkonnas, kus nad saavad eksida ja õppida vigadest. Õppijad saavad kasutada juturobotit igal ajal ja igas kohas, mis võimaldab paindlikkust õppeprotsessis.

Hindamine ja tagasiside

Õpilane saab tagasisidet nii sõnalise hinnangu kui ka hinde vormis. Vigu käsitletakse õppeprotsessis normaalse õppimise osana ja õppimisvõimalusena. Õpetaja hinnangute kõrval kasutatakse õppes ka enesehindamist ja kaaslaste antud hinnanguid.

Hindeliste töödena on jooksvad sõnavaratestid ja suulised esitlused kursusel käsitletavate teemade kohta.

TERVETULOA SUOMEN KIELEN KURSSILLE!

KÕNE- JA VÄITLUSKUNST

Õpetaja Margo Loor

Clear mind. Deep structure.

Based on the real, speak with joy.

This way everyone wins.

Kõne-, esinemis- ja väitlusoskused ei ole kaasasündinud. Need on õpitavad oskused. Ma saan igaühel aidata muutuda meeldivaks ja veenvaks kõnelejaks ja esinejaks, kes ise valmis õppima on.

Eesmärk

Valikaine alguses hindab iga õppija ise oma avaliku kõne ja väitlemise oskuseid ning seab omale õppe-eesmärgid. Valikaine jooksul luuakse üheskoos õpetajaga keskkond, milles on võimalik areneda muuhulgas (kuid mitte ainult) järgmiste eesmärkide suunas:

- oskus hinnata, millistes suhtlusolukordades on mõistlik kasutada argumenteerimisoskust ning millised olukorrad vajavad emotsionaalset lähenemist;
- oskus moodustada erinevat tüüpi argumente, neid ära tunda, tõestada, analüüsida, ümber lükata ja taastugevdada ning vastata demagoogiale;
- oskus juhtida küsimustega ennast ja teisi ratsionaalsele mõtlemisele;
- teadmine, kuidas toimub inimestevaheline kommunikatsioon ja millest sõltub kõne veenvus;
- oskus ette valmistada selge, struktureeritud ja veenev kõne;
- oskus püüda, hoida ja juhtida kuulaja(te) tähelepanu kõne ajal;
- mõistmine esinemisärevuse allikate osas ning oskus ärevust juhtida positiivselt;
- oskus suhelda kuulajatega oma sõnumi edastamise käigus.

Teemad

- Kõne kui suhtlusolukord. Kommunikatsioonimudel. Verbaalne ja mitte-verbaalne suhtlus. Kõne veenvuse tegurid. Argumenteerimine ja emotsionaalsus.
- Kõne koostamine ja esitamine. Kõne eesmärgid. Kõne osad. Näitlikustamine. Esinemishirm. Kehakeel. Parakeel. Esinemisstiil ja -kultuur.
- Kõne kuulamine ja kõnele reageerimine. Repliik ja küsimuste esitamine. Kuulamistakistused. Väitlemine. Jaatav ja eitav kaasus. Kaasuse ülesehitus:

teema, raamistus, definitsioon, kriteerium, argumentatsiooni struktuur, tõestusmaterjal. Ümberlõkkamine, taastugevdamine. Ristküsitlus. Kohtunikutöö ja tagasiside andmine.

Hindamine

Põhiline hindamine toimub iga õppija enda poolt. Regulaarselt valikaine jooksul analüüsib igaüks oma oskuste arengut enda seatud eesmärkide suunas, kasutades ühe allikana ka õpetaja-poolset tagasisidet. Lähtudes õppija eneseanalüüsist annab õpetaja omapoolse kvalitatiivse hinnangu valikaine jooksul toimunud arengule.

Õpetajast

Olen avaliku esinemise, kõnekunsti ja väitlusega tegelenud 1994. aastast, kui sellega esmakordselt ise Inglise kolledžis õppides kokku puutusin. Alguses tegelesin võistlusliku väitlusega, kus 1996. aastal saavutasin K.Popperi väitlusformaadi maailmameistrivõistluste võidu individuaalarvestuses. Hiljem hakkasin treenima, koolitama ja õpetama. 1998. aastal olin üks MTÜ Eesti Väitlusseltsi kaasasutajatest, hiljem selle president (1999-2000) ja nõukogu liige (2002-2005), väitluse Eesti Meistrivõistluste peakorraldaja ja peakohtunik 1998-2004, EV ülevabariigilise kõnevõistluse peakohtunik. Alates 1998. aastast olen läbi viinud argumentidel põhineva veenmise, arutelu ja otsustamise koolitusi õpilastele, tudengitele, õpetajatele ja täiskasvanutele, juhtinud diskussioone seminaridel ja konverentsidel. Koolitusi olen läbi viinud teiste seas ettevõtete tippjuhtidele, audiitoritele, müügimeeskondadele, kommunikatsiooniinimestele, sisekoolitajatele, raadiohäälele, ülikoolide õppejõududele ja õpetajatele, riigiasutuste töötajatele ja vabaühendustele ning sotsiaalsetele ettevõtetele.

Väljaspool Eestit olen nõustanud mitmete välisriikide väitlusprogrammide käivitamist ja arendamist (Myanmar, Laos, Kambodža, Nepaal) ning töötanud koolitajana rahvusvahelisel tasemel (loengud Chiang Mai Ülikoolis, Tais; treeningud Istanbulis jpm). Väitlusringi juhendaja, väitlustreeneri ja -õpetajana olen töötanud Tallinna 21. Koolis, Estonian Business School Gümnaasiumis, Vanalinna Hariduskolleegiumis, Rocca al Mare Koolis (2002-2012) ja Tallinna Ülikoolis.

Igapäevaselt olen väikese e.demokraatia organisatsiooni Citizen OS tegevjuht ja väitluskoolitusettevõtte SpeakSmart arendusjuht <http://www.speaksmart.ee/meeskond/margo-loor>.

Kuula ja vaata 2021/22 õpilaste arvamust [SIIN](#).

LOO(V)KIRJUTAMINE

Õpetaja Katrin Laur

Kursuse tutvustus

Kursusel kirjutame lühikesi tekste, kusjuures keegi ei pruugi karta, et peab oskama eriti hästi kirjutada. Me kirjutame lühikesi tekste ja loeme need samas klassiruumis teistele ette. Jällegi, keegi ei kommenteeri. Mina ka mitte. Teemad, mis ma ette annan, puudutavad enda või oma tuttavate mälestusi. Lühikesed tekstid, lõpetamine ega lihvimine ei ole kirjutamise siht. Siht on kogeda, et igaühel on need lood enda sees olemas. Kui kuulata teiste kirjutatut, siis ei tundu ka enda tekst enam nii abitu. Õpime üksteiselt, paneme tähele, mis mulle teiste tekstide juures meeldib ja proovime, kui tahame, järgi teha.

Tähtis on julgeda. Alguses on igaühel hirm, sellest saab paari korra peale päris kenasti üle.

Arvestuse saamise eeldused

Hinnet ma ei pane, loomingut ei saa hindega hinnata. Arvestatud on kursus siis, kui osavõtja ei puudu üle kahe korra ja ka kodused tööd ei ole üle kahe korra tegemata.

Õpetajast

Mina, Katrin Laur, olen režissöör ja kirjanik. 2022 ilmus mul ajalooline romaan „Tunnistaja“, mis sai 2023 Jaan Krossi kirjandusauhinna.

Olen töötanud dramaturgia- ja filmiõppejõuna Balti Filmi- ja Meediakoolis (2008-2011) ja dramaturgia professorina Kölnis, Meediakunsti Ülikoolis (Kunsthochschule für Medien Köln (2011-2021)

Mõlemas koolis oli mu Creative Writing seminar üliõpilaste lemmik, kes seal käisid, käisid tihti kogu oma ülikooliaja. See seminar õpetab ennast tunduma, õpetab mõtlema ja õpetab julgust. Ning muidugi õpetab ka kirjutama.

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

KAEMUS USUMAAILMA

Õpetaja Jaak Aus, Tallina Kaarli koguduse õpetaja ja Kaarli Kooli filosoofia õpetaja

Kursuse eesmärk

- Anda ülevaade inimese religioossusest ja sellest, kas ja kuidas inimesed usuvad või mida tänapäeval usutakse.
- Tutvustada kristlikku õpetust ja maailmavaadet.

Käsitletavad teemad

Tegelikult saame öelda, et kõik inimesed usuvad midagi või kedagi. Kursuse käigus vaatame sellele, mida või keda usutakse tänapäeval ja millised on tuntumad religioonid ja nende mõju maailmas. Mida usuvad eestlased ja kas eestlased on kõige vähem usklik rahvas või....

Kuna maailmas elab 2,4 miljardit kristlast, siis sügavamalt vaatame kristlusesse. Räägime Piibli kujunemisest ja selle raamatu rollist tänases maailmas. Räägime terminitest ja õpetusest, mis seotud kristlaseks olemisega, surmajärgsest ja paljust muust, mis käib selle usundiga kaasas. Puudutamata ei jää moraali ja eetika teemad kontekstis, kuidas need aitavad elada ja langetada otsuseid.

Kursus on ülesehitatud aruteludele ja vestlustele, et kõik osalejad saaks soovikorral vastused, mis seotud usu, uskumise ja ehk veel palju muuga.

Külastame erinevate konfessioonide kirikuid ja kogudusi. Kursust saab lugeda leerikooli läbimiseks, kes seda soovib.

Arvestuse eelduseks on tundides ja õppekäikudel osalemine, natuke iseseisvat lugemist, et kursuse lõpus vastata valdkonna teemasid käsitlevale küsimustikule positiivselt.

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

SISSEJUHATUS KOGNITIIV- JA KÄITUMISPSÜHHOLOOGIASSE (EHK MIKS ME VAHEL NII RUMALAIK OTSUSEID TEEME?)

Õpetaja Oliver Sildmäe

Kursuse eesmärk ning kirjeldus

Oleme harjunud suhtuma endisse kui üsna ratsionaalsetesse olevustesse, kes teevad oma otsuseid kaalutletult ja läbimõeldult. Ning kuigi suudame tõesti numbreid kokku liita ning aeg-ajalt lausa muljetavaldavalt loogilisi mõtteid mõelda, siis viimaste aastakümnete arengud käitumis- ja kognitiivpsühholoogia vallas on näidanud, et valdava osa ajast tegutseme endalegi teadmata suuresti hoopis intuiitsetele ja automaatsetele mõtteprotsessidele tuginedes.

Õpime, mis evolutsioonilised põhjused nende mõtteprotsesside väljakujunemise taga on, mis kasu (ja kahju) meil neist tänapäevases maailmas on ning kuidas teadlikkus neist teemadest meil enda ja teiste käitumist paremini mõista aitavad. Uurime elulisi näiteid nende teadmiste erinevatest rakendusvaldkondadest, kaubandusest (miks kauplustes piima- ja saiatooted alati sissepääsust kõige kaugemas nurgas on?) kohturuumideni (miks kohtunikud pärastlõunal leebemaid otsuseid teevad?). Käsitleme ka tõenäosusteooria põhiluseid, et paremini mõista, miks meie intuitsioon sageli reaalsusega vastuollu satub ning kuidas juhuslikkus meid eksitada võib.

Hindamine: grupidöö

Juhendajast

RaM Kooli 12. lennu vilistlane, omandanud magistrikraadi kognitiiv- ja käitumisteadusteerialal (University College London, 2016). Töötanud iduettevõtetes andmeteaduse, masinõppe ja tootearenduse vallas.

Lisamaterjal

(kui ülalmainitud lugedes teema pisut hõguseks jäi)

Sissejuhatav video: <https://www.youtube.com/watch?v=R-sVnmmw6WY>

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

SUHTED JA SUHTLEMINE

Õpetaja Urme Raadik

Kursuse eesmärk on õpetada ja toetada noorte suhtlemisoskusi lähisuhetes: eneseväljendus, kuulamine, usalduse ja turvalisuse loomine, konfliktidega toimetulek jms.

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

Kursusel põimime teooria praktiliste harjutuste ja näidetega. Räägime ka inimeseks kasvamise teekonnast, närvisüsteemist, emotsioonidest ja mõtetest ning käitumuslikest mustritest, mis nendega kaasnevad.

Õpitulemused

Kursuse tulemusena teab/oskab õpilane:

- Kuidas turvaliselt kuulata;
- Kuidas turvaliselt ennast väljendada;
- Kuidas tulla toime suhtekonfliktides;
- Kuidas ära tunda oma tundeid ja vajadusi ning neid erinevates suhetes väljendada;
- Mõista enda käitumise mõju suhtekonfliktile ja seda vajadusel muuta;
- Kuidas meie kasvukeskkond ja bioloogia mõjutavad meie arengut ja seeläbi ka meie suhteid.

Tagasiside meetodid ja -kriteeriumid ning kursuse kokkuvõtva hinde kujunemine

Õpilase valikkursus saab arvestatud, kui ta osaleb vähemalt 80% tundidest ning kursuse lõpus edastab 1lk pikkuse essee, mida ta antud kursusest enda jaoks õppis ja kuidas õpitu toetab tema edasisi suhteid.

Õppematerjalid

Õppejõu poolt jagatavad materjalid (digitaalselt ja paberkujul) ning õpilaste enda poolt tehtud märkmed.

Soovituslik kirjandus

- H. Hendrix „Teekond soovitud armastuseni“
- H. Hendrix & Helen LaKelly Hunt „How To Talk With Anyone About Anything“

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

COACHING – SELLE OLEMUS JA TÖÖ- RIISTADE RAKENDAMINE IGAPÄEVAELUS

Kursuse juhendaja Ingrid Tullus

Lisaks juhendajale kaasame kursusele ka selle valdkonna eksperte ning külalis-
lektoreid.

Coaching on inspireeriv ja loomuinguline teekond, mis toetab inimese isiklikku
või tööalast kasvu ja toimetulekut muutustega. Coaching on suunatud tulevi-
kule. Protsessi käigus on eesmärk jõuda konkreetsete sammudeni ja tegevus-
kavani, mis aitavad jõuda eesmärkideni.

Coachingu meetoodika ja tehnikad tuginevad mõtteviisile, et inimene on ise
võimeline tajuma, mis on tema elus ettetulevate takistuste lahendamiseks vaja-
lik. Coachingu roll on aidata olukordi näha kõraltvaataja pilgu läbi, inspireerida
tegutsema. Protsessi eesmärk on õppimine ja eneseareng.

Kursusel käsitleme coachingu erinevaid mudeleid ja proovime neid praktikas.
Harjutame coachingu tehnikaid ning tööriistu: kuulamine, avatud küsimuste esi-
tamine, eesmärkide püstitamine.

Praktilised tegevused kursusel:

- Õppida mõistma ja seada eesmäärke
- Arendada enesejuhtimist
- Küsida avatud küsimusi
- Parandada suhtlemisioskust ja konfliktide lahendamist
- Rakendada õpitut praktilistes olukordades

Viisid raskuste või keerukate etappide lahendamiseks on alati olemas, tähtis on
need üles leida!

Arvestuse saamise eeldus

Arvestuse saamiseks on oluline aktiivne osavõtt tundidest ning iseseisvate
tööde sooritamine.

ESMAABI

Õpetaja Katriin Ever

Kursuse eesmärk

Õppeainete jaotuse – esmaabi, õppekäigud, iseseisev töö – aluseks on võimalikult praktilise ja atraktiivse meditsiini õppe pakkumine.

Kursuse kirjeldus

Õppetöö koosneb loengutest, seminaridest, praktilistest ülesannetest ning tervishoiuasutuste külastustest. Aine on aluseks teistele ainetele. Põhimõte – praktilistele tundidele peavad eelnema teooriatunnid. Kursusel läbitakse mootorsõidukijuhi esmaabi õppekava, valikaine läbimise kohta antakse välja tunnistus, mida saab esitada autokoolile.

Õppekäigud:

- Tallinna Tervishoiumuuseum (anatoomia õpe)
- Tallinna Kiirabi keskuse külastus, haiglaeelse etapi tutvustus
- Tervishoiu kõrgkooli (rahvakoolitus, elanikkonna koolitus) elustamise õpe
- Vaimse tervise häirete küsimus (psühholoogia) (noorte vaimse tervise keskus) külalislektor

Arvestuse saamise eeldused

Kursuse hinne kujuneb välja tundidest osavõtu, arvestuslike kontrolltööde, õppekäikude ja praktiliste arvestuste tulemusel.

NB! Praktilised tunnid on kohustuslikud.

MATKAMISE ALUSED

Õpetajad Ott Väli, Ivar Kaldam

Sihtgrupp

Õpilased, keda kõnetab looduses viibimine ja liikumine ning huvi pakuvad erinevad väljakutsed.

Kursuse eesmärk ja kirjeldus

Matkakursusel saab õpilane nii teoreetilise kui ka praktilise ülevaate matkamise olemusest ning selle võimalustest Eestis. Kursuse käigus õpitakse, millist matkavarustust valida, kuidas planeerida lihtsamat matka ja kuidas igapäevaelus saadud teadmisi rakendada.

Kursus annab küllaltki praktilise vahelduse tavapärasele õppetööle. Lisaks teoreetilisele õppele, lähme ka päriselt matkama. Selge ilma korral saab lõkkeõhtul tähti vaadata ning kindlasti tuleb ööpimeduses kõetavat telki soojana hoida.

Kursus tutvustab erinevat tüüpi õues ajaveetmise võimalusi, mis soodustab inimese füüsilise ja vaimse tervise heaolu püsimist.

- **Teoreetiline õpe** klassiruumis (mis on matkamine, matkamise liigid, varustus, näpunäited jne).
- Matkamise teemaline **iseseisev kodutöö** ja selle 5-10 min esitlus klassiruumis. Kodutöö teemade valiku anname ja räägime läbi teoreetilise õppe ajal.
- **Praktiline õpe** maastikul – paaritunnine linnamatk ja ööbimisega matk.

Õpitulemused. Kursuse läbinud õpilane:

- on omandanud elementaarsed oskused looduses hakkama saamiseks, põhi-teadmised erinevatest matkaliikidest ja matkamise alustest;
- oskab valida ja kasutada sobivat matkavarustust;
- on arendanud matkavarustuse käsitsemisoskust, õppinud tule ülestegemist ja laagri haldamist.

Hindamine (arvestatud/mittearvestatud)

Kursus on arvestatud, kui õpilane on aktiivne kuulaja, kaasamõtlev ja -tegutses, sooritab iseseisva töö ning osaleb teoreetilises ja praktilises õppes.

NB! Kursusel osalejal tuleb täiendavalt tasuda matka korraldamisega seotud kulud (25-30 €)

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

SPORT JA TERVIS KUI TEADUS

Õpetaja Raimond Pääru

Kursuse eesmärk

Õppeaine eesmärgiks on õppida tundma seoseid erinevate reaallainete ning spordi- ja toiduõpetuse vahel. Selle käigus uuritakse, milliseid füüsika-, keemia ja bioloogiainet õpitud teadmisi saab rakendada treeningu ja toitumise efektiivsemaks muutmiseks. Tunnis käsitletu on sobilik laiapõhjalise treeningkava koostamiseks ning ei ole suunatud spetsiifilisele spordialale, vaid annab kätte üldised põhimõtted, mida iga spordiala harrastaja saab rakendada. See pole mitte lihtsalt teaduslik vaatlus spordile, vaid teaduse rakendamine treeningule, kus peamiseks eesmärgiks on heade tulemusteni jõudmine ning seeläbi ka pikema ja tervema elu saavutamine.

Kursuse kirjeldus, käsitletavat teemasid

1. nädal Sissejuhatus. Kursuse eesmärkide sõnastamine ja isiklike huvide ja teekondade kaardistamine.
2. nädal Spordi füüsika: jõud, töö, energia ja võimsus. Kuidas tehnika mõjutab sinu soorituse efektiivsust?
3. nädal Spordi bioloogia: rakuehitus ja -talitus treeningu seisukohast.
4. nädal Spordi keemia: energia tootmine ja biokeemilised reaktsiooni-võrrandid.
5. nädal Aeroobne treening: VO2 maksimum ja tsoon 2 treening.
6. nädal Praktikum: tsoon 2 treening.
7. nädal Praktikum: VO2 maksimum treening.
8. nädal Anaeroobne treening: jõud ja stabiilsus.
9. nädal Praktikum: jõusaali treening
10. nädal Toitumine: makrod igapäeva toidus ja toidulisandite roll täisväärtuslikus toitumises.
11. nädal Praktikum: ühine toiduvalmistamine, lähtudes toitainete jaotusest, mis on koostatud isiklike eesmärke arvestades.
12. nädal Taastumine ja puhkus (uni).
13. nädal Vaimne tervis kui osa treeningust: eesmärkide saavutamisele suunatud ennast säästva mõttelaadi kujundamine, meditatsioon ja hingamine.
14. nädal Kursuse kokkuvõte.

Käsitleme teemasid nii loengutena kui ka aktiivsetes aruteludes ja teoreetiliste probleemülesannete lahendamisel. Lisaks toimuvad praktikumid, kus katsetame õpitut praktikas ja saab ka naha märjaks.

Arvestuse saamise eeldused

- Osalemine 100% praktikumidest
- Osalemine vähemalt 70% loengutest
- Kodutööde õigeaegne esitamine

Juhendajast

Raimond Pääru on 27-aastane spordi ja teaduse sõber, kes oma elus on rinda pistnud erinevate spordialadega. Ta on tegelenud ujumise, kergejõustiku, jõutõstmise, poksi, suusatamise ja triatloniga. Proovitud on ka erinevaid ekstreemspordialasid rula, mäesuusa ja purjelaua surfi näol. Kõige arvestatavam kogemus võistluspordiga pärineb jõutõstmisest, milles on saavutatud 5 Eesti noorte meistri tiitlit kaaluklassides -83 ja -93 kg ning aastal 2013 valis Eesti Jõutõste liit Raimondi aasta noorsportlaseks. Lisaks sellele on saavutatud mitmeid koolinoorte ja piirkondade meistritiitleid lamades surumises ja kolmikalas. Raimondi viimaseks armastuseks võib aga lugeda triatloni harrastuse. Tulemustest on ette näidata 2023. aasta Tallinnas toimunud Ironman 70.3 distantsi aeg 6 h ja 5 min, mille ettevalmistus toimus vaid 4 kuuga. Oma treeningute juures on Raimond alati pannud suurt rõhku teadusele ja tehnikale, et olla oma tegemistes efektiivsem ning saavutada kiiremini ja/või kergema vaevaga häid tulemusi. Täna on Raimondi suurimaks eesmärgiks treenida lähtudes spordiarst Peter Attia poolt püstitatud mõtteharjutusest „Centenarian Decathlon“, mis keskendub pikaeealisusele ja enda keha toonuses hoidmisele kuni elu lõpuni.

NÄITLEJAMEISTERLIKKUSE ALUSED

Õpetaja Külli Reinumägi, näitleja

Kursuse kirjeldus

Näitlejameisterlikkuse aluste kursus on sissejuhatus teatri- ja filmikunsti valdkonda. Kursuse esmane eesmärk on suunata õpilast looma isiklikku ja teadlikku suhet oma loovusega ning märkama ja arendama oma näitlejaoskusi.

Kursuse tähtsaimad teemad hõlmavad järgmist:

1. Grupietüüdid ja koostöö: Koostööoskuste arendamine läbi grupiülesannete ja -etüüdide.
2. Näitlemise põhimõisted ja -tehnikad: Tutvumine näitlemise alustõdede ja rolliloomega, erinevate tehniliste võtete omandamine.
3. Kehakeel ja miimika: Kehakeele ja miimika tähtsuse mõistmine näitlejatöös ning nende teadlik kasutamine emotsioonide ja ideede edastamiseks.
4. Häälekasutus ja intonatsioon: Hääli ja selle kasutamine, intonatsioon ja diktsioon.
5. Individuaaletüüdid ja eneseväljendus: Individuaalsete ülesannete ja etüüdide kaudu eneseväljendusoskuste arendamine.
6. Õnadeta suhtlemine: Loodud olukordade lahendamine ilma sõnadeta, keskendudes kehakeelele ja mitteverbaalsele suhtlemisele.
7. Dialoogid ja monoloogid: Dialoogi ja monoloogi harjutused, luule esitamise põhitõed.
8. Loov mõtlemine ja improviseerimine: Loovuse ja improvisatsioonioskuste arendamine läbi erinevate improvisatsiooniharjutuste.
9. enesekindlus avaliku esinemise olukordades: Avaliku esinemise ja enesekindluse arendamine erinevates esinemissituatsioonides.
10. Analüüs ja tagasiside: Etüüdide analüüs ja konstruktiivne tagasiside andmine ja vastuvõtmine.

Kursuse eesmärgid ja sisu

Õpilane:

- mõistab näitlemise põhimõisteid ja -tehnikaid ning nende rakendamist;
- märkab oma kehakeelt ja häälekasutust, oskab neid teadlikult kasutada;
- arendab enesekindlust ja esinemisoskust, tunneb end mugavamalt avaliku esinemise olukordades;
- suudab töötada nii iseseisvalt kui ka meeskonnas, kohanedes laval tekkivate

erinevate olukordadega;

- oskab väljendada emotsioone ja ideid nii verbaalselt kui mitteverbaalselt;
- tunneb huvi näitlemise kui loova valdkonna vastu, mõistab ja väärtustab näitleja elukutse olemust;
- oskab analüüsida nähtud rolle ja lavastusi ning teeb põhjendatud järeldusi ja otsuseid.

Arvestuse saamise eeldused

Arvestuse saamise eelduseks on aktiivne osavõtt tundidest, osalemine individuaal- ja grupietüüdides ja nende analüüsis.

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

ELEKTROONILISE MUUSIKA LOOMING

Õpetaja Aleksander Kreiter

Sihtgrupp

Kõik muusikast või selle loomest huvitatud inimesed. Eelnev muusikaharidus ei ole määrav. Sobib nii algajatele, kui ka edasijõudnutele.

Kursuse eesmärk ja kirjeldus

Avardada silmaringi muusika valdkonnas ja omandada baasoskused elektroonilise muusika loomiseks kasutades arvutit.

Käsitletavad teemad

Kursusel õpime tundma elektroonilise muusika olemust, selle loomiseks vajalikku tarkvara ja erinevaid meetodeid muusika komponeerimiseks.

Tunnid koosnevad peamiselt muusika kuulamisest ja analüüsimisest, praktilistest ülesannetest ning avatud arutelust aine teemadel.

Arvestuse saamise eeldused

Aktiivne osalemine ainetundides, jooksvate praktiliste ülesannete sooritamine, kursuse lõpus tuleb esitleda enda loomingut (projektina).

Õpetajast

Aleksander Kreiter on mitmekülgne meedia artist. Ta õppis Amsterdamis muusika produtseerimist ning tänase päevani külastab maailma tipptaseme stuudioid enesearengu eesmärkidel. Lisaks korraldab üritusi, kus ka esineb DJ rollis ning panustab noorte arengusse muusika valdkonnas.

NB! Kursusel osalemise eelduseks on oma kaasaskantav arvuti ning kõrva-klappide olemasolu.

FOTOGRAAFIA

Õpetaja Sohvi Viik-Kalluste

Sihtgrupp

Kursusele on oodatud alustav fotohuviline, keda köidab fotokunst.

Kursuse eesmärk ja kirjeldus

Õppeaine eesmärgiks on anda osalejale teadmised ja oskused algtasemel fotode tegemiseks, tutvustada fotokunsti žanreid, ajalugu ja erinevaid autoreid.

Praktiseerime fotopõhiste ideede planeerimist ja elluviimist. Räägime fotograafia tehnilisest poolest ning praktiseerime uusi teadmisi nii sise-, kui välis-tingimustes. Kursuse lõpuks valmib igal õpilasel fotoseeria, mida ta esitleb ja kaitseb ühishäituse avamisel.

Hinde kujunemine

Kursuse lõpus toimub ühishäitus. Õpilane tutvustab oma töö käiku ning lõpp tulemust. Hinnatakse töö tehnilist poolt, oma idee välja töötamist ning kursusel osavõttu.

NB! Õpilasel peab olema kaasas oma kaamera!

VIDEOÕPE

Õpetajad Mihkel Oksmann

Sihtgrupp

Kursusele on oodatud kõik, keda huvitab video- ja filmimaailm (audiovisuaalne loojutustamine, filmimine ja monteerimine).

Kursuse eesmärk ja kirjeldus

Tutvume video- ja filmitootmise etappidega, erinevate žanrite ja autoritega. Õpime audiovisuaalset teost (lavastuslik lühifilm, lühidokumentaal, videolugu või muusikavideo) planeerima, teostama ja esitlema. Tutvume nii tehniliste, kui sisuliste filmise- ja monteerimispõhimõtetega.

Alustame kursust teose idee väljamõtlemise, kirjaliku edasiarendamise ning sobiva vormi leidmisega. Vaatame näiteid erinevatest žanritest ja analüüsime neid. Vastavalt teosele ja vormile, töötame välja sisukokkuvõtte, *storyboardi*, stsenaariumi või stsenaarse kavandi. Õpime läbi praktilise workshopi filmimise ja monteerimise põhimõtteid. Läbi individuaalse tagasiside arendame videoteoseid kuni hindamiseni.

Hinde kujunemine

Kursuse lõpus toimub suuline hindamine. Õpilane tutvustab oma töö käiku ning lõpptulemust. Hinnatakse töö tehnilist poolt, oma idee välja töötamist ning kursusest osavõttu.

NB! Õpilasel peab olema kaasas oma kaamera!

RÕIVADISAIN

Õpetaja Kristina Rajando

Sihtgrupp

Kursusele on oodatud noored, kes huvituvad rõivadisainist ja soovivad õppida valmistama mõnd rõivaeset. Eelnev tekstiilide käsitlemise ja õmblemise kogemus tuleb kindlasti kasuks, kuid pole esmatähtis, kui on tahe õppida ja tegutseda.

Eesmärk

Kursuse eesmärgiks on läbida disainiprotsess ideest valmis rõivaesemeni.

Käsitletavad teemad:

- disainiprotsessi põhitõed;
- keskkonnateadlikud valikud, nt taaskasutus ja nulljäák kui ökoloogilise elulaadi võimalused uusloominguks;
- rõivaeseme kavandamise erinevad tehnikad;
- oma kollektsiooni loomine;
- lõigete kohandamise põhimõtted;
- õmblustehnoloogia.

Hindamine

Hinde saamise eelduseks on aktiivne osalemine tundides, oma kollektsiooni ja erinevate ülesannete kavandite ning valmis rõivaeseme esitus.

Hindamisel arvestatakse

- õppija tööpanust oma ideede materjaliseerimiseks;
- loovust;
- teostatud töö ideed ja teostuse kvaliteeti.

PÄRANDTEHNOLOOGIA

Õpetaja Raul Oberschneider

Olen 2008. aastal lõpetanud Vana-Vigala Tehnika-ja Teeninduskooli sepa-kiviraiduri eriala. 2014-2020. aastatel töötasin TLÜ Haapsalu Kolledžis õppeaine "metallid ja nende sulamid" õppejõuna. Sepa-ja puutööga olen tegelenud järjepidevalt alates erialakooli lõpetamisest. Oma kõige väärtuslikumaks tööks pean 2013. ja 2014. aastatel Matsalu Loodusfilmide Festivali jaoks käsitööna valmistatud festivali peaaühindu. Oma erialast lähtuvalt olen koostööd teinud Viljandi Kultuuriakadeemia õppejõudude ja tudengitega. Üldiselt on mu elu kulgenud kirves vöö ja haamer käes, kuid viimasel ajal on see asendunud tudengitoolil istumisega õppides TLÜ Haapsalu Kolledžis disaini ja käsitöötehnoloogiate erialal. :)

Kursuse tutvustus

Pärandtehnoloogia kui loov tehniline ja kultuuriline praktika ja sellega seotud rakendused ja arendused, mis lähtuvad traditsioonilistest paikkondlikest käsitöötehnikatest, kujunduspõhimõtetest ja oskustest. Lihtsustatult võime öelda, et aine käsitleb eesti käsitöökultuuri uurimist ning sellele toetudes käelise tegevuse praktiseerimist.

Kursusele ootame õppureid, kellel on huvi traditsioonilise eesti käsitöökultuuri põhjaliku tundmaõppimise ning selle professionaalse, loova ja jätkusuutliku rakendamise vastu nüüdisaegses elukeskkonnas. Olulisel kohal on käsitöö mõtestamine, uurimine ja edasiarendamine.

Pärandtehnoloogia õppekava läbimise tulemusel omandatakse teadmised ja oskused, mis aitavad hästi lahti mõtestada traditsioonilise käsitöö tehnikaid ja looduslikke materjale ning osatakse neid loovalt rakendada praegusaja elukeskkonnas.

Aine sisu

- kursusel saadakse ülevaade pärandtehnoloogia mõistest;
- saadakse ülevaade materjalidest mida kasutatakse tarbekunstis; arhitektuuris, rõivatootmises. Näiteks: Puit, metall, kivi jt;
- õpitakse tundma ja käsitlema erinevaid tööriistu ning nendega seotud kasutusvaldkondi;
- välipraktikal (1p) praktiseeritakse ühe pärandkultuuri objekti taastamisel erinevaid töövõtteid;

- kooli tehnoloogia klassis valmistab iga õpilane ühe puidust/metallist tarbeseeme ja teeb sellest kirjaliku ülevaate, mis sisaldab ajaloolist käsitlust ja valminud eseme tööprotsessi;
- õpilane teeb ettekande ühest Eesti pärandtehnoloogist või valdkonnas tegutsevast inimesest.

Arvestuse eelduseks on osalemine tundides (vähemalt 80%), osalemine väljasõidul Eesti Vabaõhumuuseumi ja kirjalike/praktliste ülesannete sooritamine (kolm ülesannet, millest üks on individuaalne praktiline töö, üks praktiline grupitöö ja üks kirjalik esitlus).

NB! VALIKAINED TOIMUB KAARLI KOOLIS (Toompuiestee 4).

LOOVUSE ARENDAMINE EHK KUIDAS OLLA LOOV

Õpetaja Hanna Renter

Sihtgrupp

Loovoskused ei ole ainult loominguliste inimeste pärusmaa! Seega on kursusele oodatud kõik õpilased, kes soovivad paremini mõista, mida võib saavutada, kui võimaldada endal olla loovam ja tahta seda ka rakendada.

Kursuse eesmärk ja kirjeldus

Laused – 'Ma ei leia ideid ja ma ei tea, mida ma peaksin tegema.' või 'Ma ei oska vastavale olukorrale lahendust leida.' või 'Ma ei ole loominguline!' – on kindlasti paljudele tuttavad, aga julgustav on see, et me oleme KÕIK juba lapsest saati LOOVAD ja seega on tarvis need teadmised-oskused vaid endale selgeks teha ja/või meelde tuletada.

Kursusel saadakse baasteadmised sellest, mis on loovus. Samuti teadmised-oskused loovuse rakendamisest. Teatud osa on ka improviseerimisoskuse arendamisel. Seega omab kursus nii teoreetilist kui ka loovat poolt, millest viimane sünnib koostöös juhendaja ja õpilaste vahel, kus kõik õpivad kõigilt.

Kursus annab võimaluse olla edaspidistes ettevõtmistes ja lahenduste leidmises julgem, enesekindlam ning loovam.

Käsitletavad teemad

Kursus sisaldab muu hulgas järgmisi teemasid:

- loovus ja loomingulisus
- loovuse arendamine
- loovustehnikad
- mina kui looja
- teiste loovuse väärtustamine ja sellest õppimine

Hindamine

Aktiivne osavõtt tunnis toimuvast õppetööst ja sellega kaasnevatest praktiliste ülesannete sooritamisest ning neile järgnevatest aruteludest (50%). Praktiliste arvestuslike ülesannete sooritamine kursuse lõpus (50%).

ÕIGUSE ALUSED MITTEJURISTILE

(Tartu ülikooli õigusteaduskonna veebipõhine e-kursus)

Tutvustus

“Õiguse alused mittejuristile” on Tartu ülikooli õigusteaduskonna veebipõhine kursus, mis tutvustab õiguse algtõdesid ja aitab mõista õiguse erinevaid valdkondi ühtse seostatud tervikuna.

Kursus on loodud neile, kes ei ole õiguse spetsiifiliste valdkondadega varem kokku puutunud. Teadmisi jagatakse mittejuristile arusaadavalt ja kaasahaaravalt. Õpetamine toimub eluliste juhtumite põhisel erinevaid valdkondi omavahel lõimides ja käsitlust mõistlikult lihtsustades.

Sihtrühm

Kursusele on oodatud kõik huvilised, kes tahavad õigusest paremini aru saada ning õigusteemadel senisest enam kaasa rääkida. Kursus lihtsustab ka otsustamist, kas juura on sobiv eriala, mida ülikoolis õppida – olgu siis esimese või teise erialana.

Kursus annab Tartu Ülikooli õigusteaduskonna bakalaureuseõppesse kandideerijale **3 lisapunkti**.

Kursuse lõpetaja saab kaasa algteadmised:

- õiguse aluspõhimõtetest
- põhiseadusest, Eesti seadustest ja Euroopa Liidu õigusest ja õigusloomest
- inimõigustest
- omandiõigusest
- autoriõigusest, kaubamärkidest ja patentidest
- erinevatest lepingutest ja nende sõlmimisest
- lepingupoole õigustest
- perekonna- ja pärimisõigusest (UUS!)
- tööõigusest ning ettevõtte asutamisest ja juhtimisest (UUS!)
- haldusõigusest seoses suhtlemisega avaliku võimuga (UUS!)
- kuritegudest ja nende ennetamisest
- õigusvaidluste lahendamisest kohtus ja kohtuväliselt

Kursusel jagatakse ka praktilisi oskusi: nt kuidas leida elulise juhtumi lahendamise jaoks seadusest õige norm ja arvutada võlgnetavalt summalt viivist. Samuti saab osaleja ettekujutuse õigusteaduse õppimisest ülikoolis ning erinevatest õigusametitest.

Arvestuse saamise eeldus

Valikaine arvestatud saamiseks tuleb kursus edukalt läbida ja kuruse lõppedes saata tunnistus valikainete koordinaatorile.

Kursus toimub kaks korda õppeaasta jooksul, sinna peab registreerima õpilane ise.

Järgmine kursus toimub 15.09.2025 - 07.12.2025. Registreerimine on avatud kursust tutvustaval veebilehel.

Täpsem info ja registreerimine siin

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



Edumus SCHOOL'i valikained

Edumus School pakub distantsõppes valikainete kursuseid, mida õpetavad sellel alal tegutsevad professionaalid. *Live*-tunnid veebis, rühmatööd, osalejad koolidest üle Eesti.

2024/2025 õppeaastal võid ühe või mõlema valikuna esitada Edumus School'i poolt pakutava e-kursuse. Kursuste kirjeldused leiad [SIIT](#)

Edumuse valikainete kategooriad

- Eluoskused
 - Jätkusuutlikkus
 - Keeled
 - Mitmekesisus
 - Tehnoloogia
 - Äri & finants
-
- Kui teed valikute lingil märke kahe Edumus School'i kursuse kohta, siis on need sinu järgmise aasta valikained ja koolis pakutavaid sa reastama ei pea.
 - Kui teed valikute lingil märke ühe Edumus School'i kursuse kohta, siis on see sinu esimene valik ja saad koolist ühe kursuse juurde.

Kui valid kooli valikaine asemel Edumuse kursuse ja kursus(ed) on sinu kuue kohustusliku valikaine hulgas, tasub kursuse läbimisel selle eest kool.

Kui kursus jääb lõpetamata, tuleb kursuse tasu koolile kompenseerida, sel juhul lisatakse tasu õppemaksu arvele.

Kui Edumuse kursus on lisks kohustuslikule kuuele, tasub selle eest õpilane ise ja kursus läheb lõputunnistusele kirja lisaainena. Kui soovid kooliaasta jooksul vahetada koolis toimuva valikaine Edumuse kursuse vastu, tasub kursuse eest õpilane.

Arvestuse saamiseks tuleb koolile esitada Edumuse kursuse lõputunnistus.

NB! Väljaspool kooli võid läbida kuni 2 valikainet.

Valikaine võid läbida ka juba suvel, osaledes mõnel Edumuse suvekursusel.

VARIA

Kogu gümnaasiumi jooksul on õpilasel õigus läbida üks vähemalt 35-tunnine n-ö varia valikkursus mistahes (huvi)haridusasutuses (vajalik koolitusloa olemasolu).

Varia-kursuseks sobib ka laulmine Rocca al Mare Kooli noortekooris või ansambelis Õunake või aktiivne osalemine Meediaklubis või mujal koolielu tegemistes.

Noortekoori puhul valikainena arvestamise tingimuseks aktiivse liikmena osalemine vähemalt kahel järjestikusel hooajal. (Kooriga liitumise eeldus on huvi muusika vastu ning viisipidamisoskus. Arvestuse saamise otsustab dirigent.)

Õunakese puhul valikainena arvestamise tingimuseks pühendunult laulmine (proovides-esinemistel osalemine jms) vähemalt kaks hooaega. (Ansambliga saavad liituda lauluoskusega, musikaalsed, soovitavalt noodioskajad ja soovitavalt ka hääleseade individuaaltunde võtavad õpilased. Arvestuse saamise otsustab juhendaja.)

Meediaklubi puhul otsustab juhendaja, kas panus on olnud piisav, et osalemine täidaks valikkursuse nõuded.

Väljaspool kooli toimuva kursuse arvestuse tingimuseks on, et loa konkreetset kursust valikaineks arvestada annab kooli juhtkond **ENNE** kursuse toimumist, sõltuvalt kursusest võib olla nõutav ka lõputunnistuse esitamine.