

2011

**INNOVE**  
Elukestva Õppe Arendamise Sihtasutus

# Põhikooli karjääriõpetuse valikaine õpetajaraamat

Kolmas kooliaste



**R1JALEIDJA**

Haridus- ja Teadusministeerium



**KARJÄÄRITEENUSTE  
ARENDESKESKUS**



Euroopa Liit  
Euroopa  
Regionaalarengu Fond



Eesti tuleviku heaks

# Põhikooli karjääriõpetuse valikaine õpetajaraamat

Kolmas kooliaste

**Tallinn 2011**

Suur tänu SA Innove karjääriteenuste arenduskeskuse pikaajaliste partnerkoolide õpilastele,  
kelle tagasiside karjääriõpetuse tundidele  
pakkus õpetajaraamatu koostajatele palju väärtuslikku informatsiooni!

Koostaja:	SA Innove karjääriteenuste arenduskeskus
Täiendatud versiooni autorid:	Riina Aljas, Reet Jakobson, Terje Jürivete, Sirli Kriisa, Mare Lehtsalu, Kaie Saar, Tiina Saar, Tiina Trampärk, Marike Uusjärv
Esimese versiooni autorid:	Kaire Karon, Heldi Kikas, Virve Kinkar, Mare Lehtsalu, Mirjam Lindpere, Terje Paes, Lana Randaru, Nelly Randver, Tiina Saar, Ene-Mall Vernik-Tuubel, Mare Väli
Sisutoimetaja:	Mare Lehtsalu
Keeletoimetaja:	Interlex OÜ
Kujundus ja küljendus:	Aita Linnas, OÜ BürooDisain
Kaanepilt:	2008.aastal SA Innove korraldatud kunstikonkursi „Minu tulevane töö“ parimateks hinnatud õpilastööde seast Jaanika Kutser, Suuremõisa Põhikooli 9.klass
Autoriõigus:	SA Innove
ISBN:	978-9949-9111-2-7

Õpetajaraamatu esimene versioon on koostatud 2007 aastal ESF rahastatud projekti *Karjääriteenuste süsteemi arendamine Eesti Vabariigi* raames, mida viis ellu SA Innove.

Õpetajaraamatu käesolev täiendatud versioon valmis SA Innove programmi *Karjääriteenuste süsteemi arendamine* raames. Programm on rahastatud Euroopa Sotsiaalfondist.

## Eessõna

Nagu väikesest võrsest kasvab puu, mis hakkab vilja kandma, nii saab igast lapsest ükskord täiskasvanu, kes peab võtma enda kanda erinevad elurollid. Mis ametis leiba teenida, kuidas vajalikud oskused omandada – nendele küsimustele on inimesed vastuseid otsinud läbi aegade. Ajad on olnud eriilmelised ja pakkunud vägagi erinevaid võimalusi. On teada aegu, mil elusid kujundas traditsioon – õpipoisist sirgus meister oma isa jälgedes. Amet ei olnud valik tunniks ega päevaks, vaid kogu eluks. Selle kindla veendumusega elati sajandeid.

Praegune töömaailm pakub rohkelt valikuvõimalusi ja -vabadust ning sellega kaasneb ka nii ebamäärasus kui ebakindlus. Me elame ajal, mil näib, et asju, mille kohta saab öelda, et need on kindlalt omal kohal, jääb aina vähemaks. Tulevikku prognoosida on keeruline. Kindel on vaid üks – muutumine on pidev, võib-olla järjest kiirem ja mitte ette aimatav. Kas on ehk tööde seegi, et elu on just selline, nagu igaüks ise seda näha tahab? Kes soovib, tunnetab ebakindlust, kes oskab, hindab selle enda jaoks ümber vabaduseks ja võimalusteks. Ka selline on uus reaalsus, uus olukord.

On tähtis mõista, et koos valikuvabaduse suurenemisega kasvab isiku vastutus. See tähendab teadlikult vastutuse võtmist eluvalikutes leidmaks omale parim tööalane rakendus ning hoidmaks seda. Igaühe kohus on avastada endas viis, kuidas panustada ühiskonda parimal moel ja mitte üksnes oodata hüvesid riigilt.

Organisatsioonide jaoks on tõeline väärtus inimene, kes on pühendunud. Järjest kõrgemalt hinnatakse vaimseid väärtusi, mis omakorda annab lootust, et sõnakõlksust „koostöö” on kujunemas reaalselt toimiv ühistegevus, et avastada ja vastu võtta uusi väljakutseid, genereerida ideid. Uus olukord tähendab inimese jaoks sedagi, et muutustele kiirest reageerimisest enamasti ei piisa. Muutusteks on vaja valmis olla. Valmisoleku eelduseks on adekvaatne enesehinnang, ühiskonnas toimuvate protsesside mõistmine ja osalus elukestvas õppes. Valmisolek – see on suutlikkus karjääri iseseisvalt ja teadlikult kujundada.

Oma potentsiaali avastamine ja võimaluste realistlik nägemine – need on karjääriõppe oodatavad tulemused isiku jaoks. Pole vahet, kas tegemist on muusika, majanduse, ühiskonnaõpetuse, bioloogia või muu õppeainega. Ka nende ainete õppimist ja õpetamist toetab karjääriõpe võrdsel moel, aidates õpilastel leida endas vastus sellistele väga olulistele küsimustele nagu „Miks ma üldse õpin?”, „Miks ma koolis käin?”.

Vahest veelgi tähtsam küsimus on „Mis mind elus õnnelikuks teeb?”. Pere- ja tööelu tasakaalus hoidmine, eneseteostus erinevates elurollides – needki on karjääriõpetuse olulised teemad.

Oleme koostanud selle õpetajaraamatu abiks neile pedagoogidele ja koolidele, kes hindavad kõrgelt oma õpilasi ja soovivad neid toetada karjäärivalikuteks valmistumisel. Tahan julgustada kõiki, kes veel kaalutlevad, kas lisada karjääriõpetus valikainena kooli õppekavasse. Õpilased armastavad seda õppeainet. Usaldagem neid!

Koostajate nimel  
Mare Lehtsalu

## SISUKORD

<b>SISSEJUHATUS</b>	<b>8</b>
<b>TEOREETILISED ALUSED</b>	<b>10</b>
<b>KARJÄÄRIÕPETUSE AINEKAVA</b>	<b>14</b>
<b>ÕPPEPROTSESSI KAVANDAMINE</b>	<b>18</b>
<b>ÕPPESISU JA TEGEVUSED</b>	<b>21</b>
<b>Teema 1: ENESETUNDMINE JA SELLE TÄHTSUS KARJÄÄRI PLANEERIMISEL</b>	<b>22</b>
<b>Õpitulemused</b>	<b>22</b>
<b>Terminid</b>	<b>22</b>
<b>Teema kirjeldus</b>	<b>23</b>
<b>1.1 Isiksuseomadused: temperament ja iseloom</b>	<b>26</b>
Käsitlus	26
Maht	26
Tegevused	26
1. Temperamenditüübid ja tööstiil	27
2. Introverdid ja ekstraverdid	30
3. Milline sa oled?	33
4. Iseloomuomaduste sorteerimine	36
Viited sarnastele tegevustele	38
<b>1.2 Isiksuseomadused: väärtused, vajadused, emotsioonid</b>	<b>39</b>
Käsitlus	39
Maht	40
Tegevused	40
5. Väärtused	41
6. Mida inimesed väärtustavad ehk mida peavad oluliseks?	43
7. Mida sa elus vajad?	45
8. Milline on sinu saavutusvajadus?	47
9. Emotsioonid ehk tunded	49
10. Kuidas saad jagu halvast tujust?	51
Viited sarnastele tegevustele	53
<b>1.3 Isiksuseomadused: võimed, huvid ja oskused (üldoskused, erioskused)</b>	<b>54</b>
Käsitlus	54
Maht	54
Tegevused	54
11. Mida arvad enda võimete kohta?	55

12. Võimed	57
13. Mida sulle meeldib teha?	59
14. Huvid	61
15. Mida oskad teha?	63
16. Suhtlemisoskus	65
Viited sarnastele tegevustele	67
<b>1.4 Minapilt ja enesehinnang</b>	<b>68</b>
Käsitlus	68
Maht	68
Tegevused	68
17. Kokkuvõte eneseanalüüsist	69
18. Millised on sinu elurollid?	71
Viited sarnastele tegevustele	73
<b>Teema 2: ÕPPIMISVÕIMALUSTE JA TÖÖMAAILMA TUNDMINE NING SELLE TÄHTSUS KARJÄÄRIPLANEERIMISEL</b>	<b>74</b>
<b>Õpitulemused</b>	<b>74</b>
<b>Terminid</b>	<b>74</b>
<b>Teema kirjeldus</b>	<b>78</b>
<b>2.1 Muutuv tööturg: tööturu hetkeolukord, trendid, arengud, prognoosid, tööandjate ootused, tööseadusandlus. Muutuv tööjõuturg: tööjõuturu nõudlus ja pakkumine, konkurents, elukestev õpe, töömotivatsioon</b>	<b>79</b>
Käsitlus	79
Maht	82
Tegevused	82
19. Kuidas on ametid muutunud?	83
20. Soorollid ja ametid	84
21. Tuleviku töökohad	85
22. Mõtterännak: unistuste töö	86
23. Välismaal õppimine ja töötamine	89
24. Minu võimalikud karjääristsenaariumid	92
25. Tööpakkumiste analüüs	94
Viited sarnastele tegevustele	95
<b>2.2 Majandustegevusalad, kutse, ametid, kutsestandardid, elukutsete ja ametite liigitamine</b>	<b>96</b>
Käsitlus	96
Maht	100
Tegevused	100
26. Kodukoha töövõimalused	101

27. Kohalik elu	103
28. Arva ära, mis elukutse see on?	105
29. Nimisõnamäng	106
30. Ameti ja elukutse fail	108
31. Kirjakandja	110
32. Mõista, mõista, kes see on?	114
33. Mütsimäng	117
34. Õppekäik ettevõttesse	119
Viited sarnastele tegevustele	125
<b>2.3 Haridustee: erialad, haridussüsteem, formaalne ja mitteformaalne haridus, hariduse ja tööturu vahelised seosed</b>	<b>126</b>
Käsitlus	126
Maht	128
Tegevused	128
35. Töötamine ametit õppimata	130
36. Haridustase ja eriala	132
37. Haridustase ja erialased õppimisvõimalused	134
38. Isiklike võimaluste kaardistamine ja analüüs	136
39. Erialade rakendamise võimalused	140
40. Mind huvitavad erialad	142
41. Minu õpiplaani järgmiseks kolmeks aastaks	146
Viited sarnastele tegevustele	148
<b>Teema 3: PLANEERIMINE JA OTSUSTAMINE</b>	<b>149</b>
<b>Õpitulemused</b>	<b>149</b>
<b>Terminid</b>	<b>149</b>
<b>Teema kirjeldus</b>	<b>150</b>
<b>3.1 Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess: otsustamine ja seda mõjutavad tegurid, otsustamisraskused, karjääriinfo allikad, infootsimine, alternatiivid, sundvalikud, muutustega toimetulek, karjääriinfo, karjääriõustamine</b>	<b>151</b>
Käsitlus	151
Maht	152
Tegevused	152
42. Leia infot	153
43. Võlur	155
44. Töömotivatsioon	157
45. Eelistused	159
46. Ajakava koostamine	161
47. Tegevuste tähtsustamine	163



48. Otsustamisraskused	165
49. Otsusta kohe	167
Viited sarnastele tegevustele	169
<b>3.2 Isikliku karjääriplaani koostamine: elukestev õpe, karjäär, karjääriplaneerimine, karjääriplaani koostamine, edu, elurollid, elulaad, õpimotivatsioon, omavastutus, kandideerimisdokumendid</b>	<b>171</b>
Käsitlus	171
Maht	174
Tegevused	174
50. Värviline elukulg	175
51. Elurollid	176
52. Peatükid minu elus	177
53. Minu tuleviku plaan	179
54. CV koostamine	182
55. Motivatsioonikiri	183
56. Tööintervjuu	184
57. Minu isiklik karjääriplaan	185
58. Karjääriotsuse tegemise protsess	189
Viited sarnastele tegevustele	192
<b>ÕPIMAPP</b>	<b>193</b>
<b>ÕPIMAPI KOOSTAMINE</b>	<b>194</b>
<b>ÕPPEKÄIK ETTEVÖTTESSE</b>	<b>195</b>
<b>KARJÄÄRIÕPETUS JA EETIKA</b>	<b>196</b>
<b>ÕPETAJATE KOGEMUSI</b>	<b>197</b>
Soovitatav kirjandus	216
Muud kasulikud infoallikad	218
Kasutatud kirjandus	219



## SISSEJUHATUS

Tänapäeval on karjääriõppel õppeprotsessis oluline roll. Põhikooli riikliku õppekava (Vabariigi Valitsuse 28. jaanuari 2010. aasta määrus nr 14) kohaselt on karjääriõpe koolidele kohustuslik õppekava läbiva teemana „Elukestev õpe ja karjääri planeerimine” ning **soovituslik karjääriõpetuse valikainena**.

Riiklik õppekava sätestab, et põhikool kujundab väärtushoiakuid ja -hinnanguid, mis on isikliku õnneliku elu ja ühiskonna eduka koostöömise aluseks. Põhikool aitab õpilasel jõuda selgusele oma huvides, kalduvustes ja võimetes ning tagab valmisoleku õpingute jätkamiseks järgneval haridustasemel ja elukestvaks õppeks. Põhikooli lõpetanud noorukil on arusaam oma tulevastest rollidest perekonnas, tööelus, ühiskonnas ja riigis.

Oskuslikult kavandatud karjääriõpetuse õppeaine kooli õppekavas aitab eelnimetatud eesmärgi tõhusalt saavutada, toetada õpilaste teadlikke valikuid haridustee ja tulevase tööelu kavandamisel.



Käesolev õpetajaraamat on ennekõike kompaktne tugimaterjal **karjääriõpetuse õpetajatele**. Soovi korral leiavad kõik pedagoogid sellest ideid, näiteid ja muud kasulikku informatsiooni ka läbiva teema „Elukestev õpe ja karjääri planeerimine“ käsitlemiseks.

### Kuidas õpetajaraamatut kasutada

Praktilised harjutused on koondatud õppesisu peateemade kaupa. Kõik soovitused ja juhised lähtuvad karjääriõpetuse valikaine ainekavast, mis on põhikooli riikliku õppekava lisa 11.

Karjääriõpetuse õpitulemuste saavutamiseks sobivad kõige paremini **aktiivõppe meetodid**. Sellest lähtuvalt on koostatud ka **tegevused** ehk **harjutuste komplektid** (õpetaja juhend ja õpilase tööleht). Neid on oluliselt rohkem, kui aine maht (35 tundi) ühe õppetsükli jooksul kasutada võimaldab. Seega on õpetajal võimalus valida konkreetsele õpperühmale sobivaid tegevusi ja harjutusi. Õpilaste huvi korral saab neid anda ka iseseisvaks kodutööks. Tegevusi valides on vajalik analüüsida nende aja ja asjakohasust uuenenud õppekavast lähtuvalt.

**Õpetaja juhendid** on detailsed. Need sisaldavad muuhulgas ka teemasse sissejuhatavaks aruteluks sobivaid küsimusi või teemat laiendavaid ja teemadevahelisi seoseid luua aitavad küsimusi. Harjutustele kuluv **aeg** on enamasti märgitud ligikaudsena, tavaliselt sõltub see rühma suurusest. Vajadusel jõuab harjutusi sooritada ka märgitust lühema ajaga ja seega ühes õppetunnis kombineerida mitmete erinevate tegevuste ja töölehtedega või valida mõni hoopis muu meetod.

Enamiku harjutuste juurde kuulub **õpilase tööleht**. Sealjuures on märgistatud, millised neist on õpilasel soovitatav **õpimapiks** koondada . Töölehed on nummerdatud. Nii on mugav juba täidetud töölehti üles leida, et siduda varasemal töölehel olevad tulemused uue harjutusega. Tegevused, mille sooritamiseks on vajalik **arvuti** ja enamasti ka **Interneti** kasutamise võimalus, on märgistatud vastava ikooniga .

Tundide planeerimisel ei saa tugineda üksnes selles väljaandes sisalduvale. Ainesisu põhjalikum tundmine eeldab õpetajalt kindlasti täiendavat tööd erinevate materjalide ja karjääriinfo allikatega. Vastav kirjandus on esitatud soovitusliku kirjanduse loetelus.

Ka mitmed kirjastused on välja andnud raamatuid aktiivõppe meetoditest. Vastav loetelu on toodud soovitusliku kirjanduse nimekirjas.

## Õpetajaraamatu kujunemise lugu

See õpetajaraamat on 2007. aastal karjääriõpetuse valikaine õpetajaraamatu täiendatud versioon. Vt [http://www.rajaleidja.ee/public/Suunaja/P\\_hikooli\\_petajaraamat\\_16\\_05\\_08.pdf](http://www.rajaleidja.ee/public/Suunaja/P_hikooli_petajaraamat_16_05_08.pdf). Raamatu koostamine on olnud pikk ja huvitav protsess. Autorid on karjääriteenuste valdkonna spetsialistid, õpetajad ja karjäärinõustajad, kellel on pikaajaline töökogemus. Töörühma iseloomustas motiveeritus ja sünergia.

Enne, kui valmis õpetajaraamat, töötati välja karjääriõpetuse ainekava esmane versioon, mis on avaldatud õpetajaraamatu esimeses versioonis. Hiljem viimistleti seda uue riikliku õppekava põhimõtetele ja formaadile vastavaks ning on nüüdseks kinnitatud *riikliku õppekava lisa 11*. Raamatu esimese versiooni koostamise käigus töörühm koondas, analüüsis ja valis erinevatest varem koostatud meetodilistest materjalidest välja need harjutused ja töölehed, mis hästi toetavad karjääriõpetuse õppe-eesmärkide saavutamist ja õppesisu käsitlemist. Koostati ka uusi õpetaja juhendeid ja harjutuste komplekte. Raamatu esimest versiooni testiti ühe õppeaasta jooksul karjääriteenuste projekti<sup>1</sup> partnerkoolides karjääriõppe arendustegevuste raames. Väärtuslikku tagasisidet saadi nii pedagoogidelt kui õpilastelt.

Testimise tulemuste põhjal käivitus 2009 aastal õpetajaraamatu uuendamine. Kogemustega õpetajad kirjutasid artiklid, raamatut korrigeeriti mitmel moel. Just siis, kui see oli saanud peaaegu avaldamisküpseks, kinnitati uus põhikooli riiklik õppekava. Sellest tulenevalt asuti raamatu sisu veelkord üle vaatama, parandama ja täiendama. 2010 aasta lõpus lisati õpetajaraamatusse olulised suunavad viited Haridus- ja Teadusministeeriumi tellimusel valminud riikliku õppekava rakendamise juhendmaterjalile „Karjääriõpetuse valikaine aineraamat põhikooliõpetajale“, et õpetajal oleks mugav ja tõhus neid igapäevatöös kasutada.

Lisaks on õpetajaraamatus mitmed teemakäsitlete tekstid nüüdisajastatud või kiiresti aeguva sisu tõttu lühendatud ja varustatud asjakohaste veebiviidetega. Lisatud on peatükk „Teoreetilised alused“, „Õppeprotsessi kavandamine“ ja karjääriõpetuse õpetajate kogemusi kirjeldavad artiklid. Tõsi, täna on olukord, kus kõik head praktilised näited ning tehtule tagasisaated jäävad paratamatult eelmise põhikooli ja gümnaasiumi riikliku õppekava kehtivuse perioodi. Väljundipõhine paradigma ja sellest lähtuvalt käivitatud õppekavareformi käigus on palju muutumas. Samas on selge, et uues suunas teele asudes on iga varasem väärt kogemus see suurepärane pagas, millest leiab seemneid uutele ideedele, uuele kasvule.

Haridusmuutus sõltub sellest, mida õpetajad teevad ja mõtleavad – nii lihtne ning nii keeruline see ongi. Kõik oleks ju väga kerge, kui saaksime mõtlemist seaduste abil muuta. (Michael Fullan)

Õpetajaraamatut on kavas ka edaspidi täiendada. Tagasisidet kogume SA Innove karjääriteenuste arenduskeskusega struktuurifondidest rahastatava riikliku programmi „Karjääriteenuste süsteemi arendamine“ raames koostöökokkuleppe sõlminud koolidelt.

Head mõtted, ideed, ettepanekud ja igasugune tagasiside on oodatud kõigilt lugejatelt!

<sup>1</sup> SA Innove karjääriteenuste arenduskeskuse poolt läbi viidud ESF rahastatud projekt „Karjääriteenuste süsteemi arendamine Eesti Vabariigis“.

## TEOREETILISED ALUSED

Sõna „karjäär” tänapäevases käsitluses on Eestis kasutusel juba üle kümne aasta, 90-ndate lõpust. Tuleb tõdeda, et seda tõlgendatakse ikka erinevalt. Vanemaealises elanikkonnas tekitab termin enamasti seoseid ametialase liikumisega madalamalt ametikohalt kõrgemale ja kohati kannab negatiivset varjundit samastatuna sõnaga „karjerist”. Kaugeltki kõik tänased lapsevanemad pole piisavalt kursis, milline seos karjääri teemadega on noorel, kel ei ole veel mingit otsest seost tööeluga. Koolisüsteemis on kohati endiselt kasutusel mõisted „kutsenõustamine” ja „kutsesuunitlus”, mis karjääriplaneerimise tänapäevase käsitlemise korral tekitab pigem segadust. „Kutsenõustamine”, „kutsevalik” ja „kutsesuunitlus” ei ole ju lihtsalt moest läinud sõnad. Mõistmise võti peitub nende sõnade tähenduses. Kutsenõustamise ja -suunitluse ideeks oli inimese sobitamine mingile kutsetööle pikaks ajaks. Tänapäevane maailm esitab töötajale hulgaliselt erinevaid nõudmisi. Vaid teatud puhkudel on võimalik kord õpitud eriala baasil terveks eluks töö säilitada. Töö sisu on suuresti muutunud. Järjest rohkem on ameteid, mis eeldavad laiapõhjalist ettevalmistust, mitme kutseala teadmisi ja oskusi. Seega konkreetse kutsealaga seotud karjäärinõustamine on vaid üks osa tervikust.

Uue käsitluse kohaselt on igal inimesel karjäär ja see ei kitsene üksnes tööalaseks tegevuseks ega mingile eluperioodile. **Karjäär** on inimese elukestev areng kõigi tema elurollide omavahelises kooskõlas. Sealhulgas haridus- ja tööalane areng. Karjäär on kujunemise, arenemise, muutuste ja võimaluste voolus kulgemise tee. Karjääriplaneerimine on protsess, mitte ühekordne tegevus. Pidev eneseanalüüs ja otsuste langetamine, enese teadlik juhtimine ühest seisundist teise. **Karjääri kujundamine** tänapäevases maailmas on kui uut moodi olemise ja elamise viis, mis eeldab ergast meelt, taiplikkust, tegevuses paindlikkust, avatust nii kõigele uuele kui koostööle. Piltlikult öeldes: nagu lainevoogudel liikumine. Kui ei saa väga täpseid kaugeid eesmärke seada, on arukas olla valmis erinevaid võimalusi märkama, neist kinni haarama. Seada eesmärk ja selle poole püüelda. Seada siht ja selle järgi liikuda. Kui vaja, leida tee, kuidas takistustest mööduda. Vahest pole arukas üritada taksitusi iga hinna eest murda ning seejuures „kaela murda”.

### Kuidas teooriad õpetajat aitavad?

Küsimustele, kuidas inimesed töökohti valivad, kuidas õpivad otsuseid langetama ja probleeme lahendama, ei ole üheseid vastuseid. Siinkohal on ilmikas metafoor: kui toidu valmistamiseks on olemas kõik vajalikud toiduained ja selge ettekujutus, milline roog välja peaks nägema, siis ei saa seda ikkagi valmistada, kui pole retsepti. Õpilase vajadus ongi endale karjääri planeerimise „retseptiraamat” koostada, õpetaja ülesanne teda selles tegevuses toetada.

Karjääriõpetuse õpetajal ja kõigil pedagoogidel on karjäärinõustamise ja -juhendamise teooriate tundmisest palju abi. Tõsi, teooriatesse ei saa klammerduda, neisse on parem loovalt läheneda. Karjääriteooria pakuvad õpetajale teatud raamistiku õpilase seisukohtade, tulevikku puudutavate ideede mõistmiseks. On loomulik, et õpetaja ja õpilase arusaamad elust võivad olla erinevad. Seega teooriate tundmine vabastab õpetaja isiklikest eelarvamustest, annab julgust õpilase vajaduste objektiivseks hindamiseks. Samuti selguse, kuidas aidata ja suunata õpilast tema tõekspidamistest lähtuvalt. Ennekõike aitab teooriate tundmine kavandada tegevusi, mis on efektiivsed.

## Teooriad ja tänapäev

Karjääriteenuste kujunemise ajaloole pilku heites näeme, et vastavalt sellele, kuidas elu ja inimesed on muutunud, on arenenud ka **teooriad**, millele nõustamisel ja karjääriõppes tugineda. Teoreetikute taotlus on inimloomust senisest paremini mõista ja leida viise, kuidas inimesi karjääri kujundamisel toetada. Teemasse huumorit lisades saab öelda, et leidub ka nn „sildistav kataloog karjääriplaneerijast”: oportunistlik karjääriplaneerija; elumuutustest lähtuv karjääriplaneerija; ennast analüüsiv karjääriplaneerija; uuriv karjääriplaneerija.

Sügavama huvi korral vaata täpsemalt trükisest<sup>2</sup>.

Alljärgnevalt on toodud üldistav lühikokkuvõtte teoreetikute erinevate koolkondade seisukohtadest läbi aegade.

Kõige vanem ja ühtlasi tuntuim on „isiksuseomaduste kokkulangevuse teooria”, mille peamiseks ideeks on tunda inimest ja püüda leida viis, kuidas teda töökohaga kokku sobitada. Vaatluse all on inimese isikuomadused ja töö peamised tunnused. Seda lähenemist on nimetatud ka kruvi-ja-kruviaugu-stiilis mõtlemiseks. Selle teooria ere väljund on *John Hollandi kutse-eelistuste* teooria, millest on põhjalikumalt juttu edaspidi.

„Mina-kontseptsiooni teooria” kohaselt on karjääri areng dünaamiline protsess, pidevalt uutele kogemustele tuginev liikumine. Karjääri arengu eeldused on *kasv ja eneseavastamine*. Selline lähenemine aitab õpilasel avastada ja mõista, mida praegune või tulevane töö neilt nõuab ja neile pakub.

„Kommunikatsiooni teooria” suunab avastama elus uut vaatenurka aktiivse suhtlemise kaudu. Teooria pakub uue lähenemise karjääri dünaamika mõistmiseks – erinevate vaatenurkade olemasolu. Seda võib käsitleda ka inimestega-kohtumise-mõju-karjääri-lestiis mõtlemisena. Erinevate inimestega kohtumine aitab õpilasel saada teada ja mõista, kes mida teeb, millised need inimesed on, kuidas nad jõudsid sinna, kus nad täna on, mida inimesed oma rollidest ise arvavad jne. Need olulised kohtumised erinevate inimestega pakuvad õpilasele erinevaid mudeleid rollide jaoks. Mida laiemad ja mitmekesisemad on vahetu suhtlemise võimalused, seda suuremad on eeldused õpilase silmaringi avardumiseks.

Teadad on ka „võimaluste struktuuri teooria”, mis suunab pöörama tähelepanu välisele situatsioonile inimese ümber. Valikute aluseks ei ole see, mis inimesele meeldib, vaid see, mis võib tõenäoliselt meeldima hakata. Selle teooria kohaselt ei vali inimesed oma karjääri ühegi mõistliku põhjenduse alusel, vaid võistlevad selle nimel, mis on nende kogemuste ja teadmistega inimestele kättesaadav. Õpilaste jaoks on selline lähenemine millised-võimalused-on-mulle-kättesaadavad-stiilis mõtlemine. Karjääriõppe raames näiteks keskendumine asjakohasele ja adekvaatsele teabele töömaailma sisenemise võimalustest.

Teooriate areng on jõudnud järku, kus humanistliku ja konstruktivistliku nõustamise meetodid praktikute tööriistana on justkui ühte sulandunud. Kasutatakse erinevate teooriate meetodeid ja võtteid, neid omavahel kombineerides ja ajakohastades. Põhjus on lihtne. Piltlikult öeldes: uus sisu ei sobi enam aegunud vormi. Uus teoreetiline mõtteviis on

<sup>2</sup> Tekste karjäärinõustamisest 2003: Kaasaegse nõustamispraktika paradigmad Ühendkuningriigi näitel. Sihtasutus Eesti Kutsehariduse Reform 2003

samavõrd mitmevärviline ja mitmemõõtmeline nagu elu ise. Areng on eriti selgelt märgatav õpilase (nõustatava) rolli muutusena. Varasemal perioodil peeti loomulikuks, et õpilane on passiivses rollis. Ta ootas, et ekspert pakub sobiva lahenduse. Täna mõistame ja väärtustame nõustamisel ja õppeprotsessis just õpilase (nõustatava) enda aktiivset osalust kui absoluutselt enesestmõistetavat seisundit. Eesmärk on aidata õpilasel omandada oskus, kuidas vaadata nii enda sisse, kui oskus ennast ja oma olukorda n-ö kõrvalt vaadelda. Meetoditena on kasutusel mängulisus, fantaasiat ja kujutlusi loovad harjutused ning tegevused, mis võimaldavad õpilasel tajuda olukordi kõigi meeltega. Teoreetikud nimetavad sellist uut lähenemist nõustamises *aktiivse kaasamise* meetodiks.

## Kutse-eelistuste teooria

*John Hollandi kutse-eelistuste* teooria on varemalt kõige enam rakendust leidnud teooria. Selle põhjal võib elukutsed jagada valdkondadesse. Hollandi tüpoloogias on püütud siduda erinevaid isiksusetüüpe kindlate kutsekeskkondadega. Teooria põhineb asjaolul, et kutsealane edukus, rahulolu ja püsivus sõltub esmajärjekorras isiksusetüübi ja tegevuskeskkonna vastavusest. Ühe või teise kutseala esindajad on teatud määral sarnased. Samas tõmbab kutseala ligi sarnaste vaadete ja kalduvustega inimesi. Et kindlates kutserühmades olevad inimesed on sarnased, siis reageerivad nad paljudes olukordades üsna ühetaoliselt, luues sellega iseloomuliku isikupärase keskkonna. Inimesed püüavad leida sellist tööd, mis võimaldab neil tõhusamalt avada oma võimeid, väljendada oma hoiakuid, väärtusi ja huve.

Eristatakse kuut tegevusvaldkonda (töökeskkonda) ja nendele vastavat kutse-eelistuste tüüpi.

1. Realistlik ehk praktiline – seotud tööasjade, tööriistade, masinate, loomade, taimedega; ei pea teiste inimestega aktiivselt suhtlema; meeldib näha oma töö otsest tulemust; oluline on tegevus, mis nõuab motoorset vilumust, kehalist osavust ja vastupidavust, konkreetsete asjadega tegelemist; eelduseks emotsionaalne stabiilsus ja praktilisus. Sobivad ametid: kalur, metsnik, operaator, treial, kokk, õmbleja, autojuht, aednik, insener, elektrik, ehitaja.
2. Intellektuaalne – töö andmetega; füüsika-, bioloogia- või kultuurinähtuste loovalt uurimine; olulised on lai silmaring, loovus, matemaatilised oskused ja teaduslik mõtlemine; ei pea olema erilist juhtimis- ja suhtlemisoskust. Sobivad ametid: bioloog, geograaf, teadur, arheoloog, füüsik, kirurg, arhitekt, matemaatik, sotsioloog.
3. Sotsiaalne – töö teiste inimestega neid õpetades, ravides, juhendades, kasvatades, nõustades või aidates; meeldib tegevus, mis annab võimaluse suhtlemiseks, koostööks, vaheldusrikkuseks, toetamiseks, tegutsemiseks, esinemiseks; olulised on eetilised, humanistlikud ja sotsiaalsed väärtused. Sobivad ametid: kasvataja, õpetaja, perearst, õde, hooldaja, põetaja, psühholoog, nõustaja, klienditeenindaja, sotsiaaltöötaja.
4. Konventsionaalne – töö andmetega, dokumentidega, aruannete ja ärikirjade

koostamine; meeldivad tööd, mis nõuavad kantselei- või ärioskusi ja täpsust ning kus valitsevad kindlad reeglid ja tavad; on selgelt määratletud, mis on õige, mis väär; matemaatilised võimed on paremad kui verbaalsed võimed. Sobivad ametid: raamatupidaja, finantsist, postisorteerija, sekretär, arhivaar, teller, maksuametnik.

5. Ettevõtlik – töö inimestega; müümise, juhtimise ja veenmisega seotud töö; nõuab juhtimis-, organiseerimis- ja veenmisoskust; töös on oluline võistlusmoment, enese maksmapanek, riskijulgus, aktiivsus, juhtimis- ja kõneoskus, aktiivne tegutsemine, meeskonnatöö; ei meeldi head keskendumisvõimet ja püsivust nõudev tegevus. Sobivad ametid: direktor, projektijuht, müügijuht, müügiagent, TV-reporter, näitejuht, diplomaat, poliitik, pressiesindaja, advokaat.
6. Artistlik – töö sõnade, muusika või teiste kunstivahenditega, et luua kunstilist tulemust; meeldib loominguiline tegevus, mis eeldab huvi kõige uudse vastu, originaalsust, ebatraditsioonilisust, eneseväljendust, intuitsiooni ja sõltumatust; ei meeldi kitsendused, pidev suhtlemine ja üksluine töö; keelelised võimed on tavaliselt tugevamad matemaatilistest eeldustest. Sobivad ametid: graafik, disainer, näitleja, tarbekunstnik, reklaamikunstnik, kunstiõpetaja, fotograaf, karikaturist, arhitekt, muusik.

Kutse-eelistuste teooriat on ka tänapäeval lihtne praktikas kasutada, kui sellesse ettevaatlikult suhtuda. Sest see tüpologia on nüüdisaja töökeskkonna kontekstis, kus tööala valikut mõjutavaid tegureid on oluliselt rohkem, veidi primitiivne. Ka ei eksisteeri n-ö puhtaid tüüpe. Seega tasub õpilastega koos mõelda ja arutada ning vältida lahterdamist. Üks näide: näitlejale ei piisa praegusel ajal üksnes artistlikkusest ja müügijuhile ettevõtlikkusest. Ettevõtlikkus on näitlejale sama vajalik omadus kui müügijuhile omakorda näitlejameisterlikkus.

Õpilaste juhendamisel karjääriõpetuse tundides on igati asjakohane tugineda erinevatele teooriatele. Kombineerida, sobitada ja üheskoos õpilastega meetodeid valida. Mis hästi töötab, mis mitte, sõltub paljudest asjaoludest. Õpetajalgi on hea endalt aeg-ajalt küsida: kuhu paadiga mööda maad liikudes välja jõuab?; kas see ikka on sobiv sõiduvahend?



## KARJÄÄRIÕPETUSE AINEKAVA

### 1.1. Üldalused

#### 1.1.1. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Aineõpetusega taotletakse, et õpilane:

- 1) teadvustab oma huvisid, võimeid ja oskusi, mis võimaldavad adekvaatse enesehinnangu kujunemist ning konkreetsete karjääriplaanide tegemist;
- 2) arendab oma õpioskusi, suhtlemisoskusi, koostöö-, otsustamis- ja infoga ümberkäimise oskusi;
- 3) arendab soovi ja oskust endale eesmärged seada ja nendeni jõudmiseks süsteemselt tegutseda;
- 4) kujundab soovi ja valmisolekut elukestvaks õppimiseks ja iseseisvaks karjääriotsuste tegemiseks;
- 5) tutvub erinevate ametite/elukutsetega, õppides tundma haridus- ja koolitusvõimalusi, töösuhteid reguleerivaid õigusakte ning kohalikku majanduskeskkonda.

#### 1.1.2. Õppeaine kirjeldus

Aines „Karjääriõpetus” käsitletakse teemasid, mis kujundavad õpilastes valmisolekut tööjõuturul parema rakendatavuse saavutamiseks, iseseisva otsustamisvõime arendamiseks, erinevate elurollide täitmiseks ja elukestvaks õppeks. Karjääriõpetus võimaldab ühiskonna inimressurssi tööturul paremal viisil rakendada, viies inimeste oskused ja huvid kokku töö- ja õppimisvõimalustega.

Aine koosneb kolmest osast:

1. Enesetundmine aitab kujundada enesekohaseid ja sotsiaalseid oskusi. Õpilane õpib ennast tundma. Arenevad suhtlemis- ja õpioskused. Omandatud teadmised ja oskused aitavad ennetada koolist väljalangevust.
2. Õppimisvõimaluste ja töömaailma tundmine soodustab sobivate valikute tegemist peale põhikooli lõpetamist. Õpilane oskab märgata muutusi töömaailmas ja väärtustada elukestvat õpet.
3. Planeerimine ja otsustamine. Õpilasel arenevad planeerimisoskus ja teadlikkus otsuste vastuvõtmisel. Kujuneb oskus kasutada karjääriinfo materjale. Õpilane tunnetab oma vastutust karjääritee kujundamisel ja elus toimetulemisel.

Karjääriõpetus keskendub õpilase isiksuse omaduste teadvustamisele ning esmaste karjäärivalikutega seostamisele. Õpilased õpivad hindama elukestva õppe tähtsust: saavad teavet erinevatest edasiõppimisvõimalustest ja oskavad seda kasutada oma plaanide elluviimisel. Õpilasi teavitatakse erinevatest tööharjutamiste võimalustest ning julgustatakse neid kasutama.

Põhikooli karjääriõpetuse ainekava koosneb ühest 35tunnisest kursusest. Karjääriõpetus toetab õpilase karjääri planeerimist ja valmisolekut elukestvaks õppeks, lõimides teistes õppeainetes omandatud teadmised.



### 1.1.3. Õppetegevust kavandades ja korraldades:

- 1) lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevustest, õppeaine eesmärkidest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest ning toetatakse lõimingut teiste õppeainete ja läbivate teemadega;
- 2) taotletakse, et õpilase õpikoormus (sh kodutööde maht) on mõõdukas, jaotub õppeaasta ulatuses ühtlaselt ning jätab piisavalt aega puhkuseks ja huvitegevusteks;
- 3) võimaldatakse õppida üksi ning üheskoos teistega (iseseisvad, paaris- ja rühmatööd), et toetada õpilaste kujunemist aktiivseteks ning iseseisvateks õppijateks;
- 4) kasutatakse diferentseeritud õppeülesandeid, mille sisu ja raskusaste toetavad individualiseeritud käsitlust ning suurendavad õpimotivatsiooni;
- 5) rakendatakse nüüdisaegseid info- ja kommunikatsioonitehnoloogiatel põhinevaid õppematerjale ja -vahendeid;
- 6) laiendatakse õpikeskkonda: ettevõtted, järgmise taseme õppeasutused, arvutiklass, looduskeskkond, muuseumid, näitused jne;
- 7) võimaldatakse saada ülevaade erinevatest töövaldkondadest, sh vahetult töökeskkondadega tutvuda;
- 8) kasutatakse erinevaid õppemeetodeid, sh eelistatuna aktiivõpet: rollimängud, arutelud, väitlused, probleemülesannete lahendamine, projektõpe, õpimapi ja uurimistöö koostamine;
- 9) õpilased võivad projektide ja uurimistöö teemad valida ise lähtuvalt oma huvist (ameti-, kutse- või eriala eelistusest lähtuvalt) või lapsevanemate, kohalike ettevõtjate, karjäärispetsialistide jt soovitudest;
- 10) luuakse tingimused õpilaste teadlikke karjäärivalikuid soodustavate hoiakute kujunemiseks;
- 11) õpitavad teemad seotakse ja ajastatakse aineõpetajatega koostöös inimeseõpetuse, ühiskonnaõpetuse, emakeeleõpetuse jt ainetega ning arenguvestlusega.

### 1.1.4. Füüsiline õpikeskkond

Õpilastele on tagatud järgmised tingimused ja vahendite kasutamine:

- 1) erinevad töölehed, küsimustikud;
- 2) karjääriplaneerimisalase kirjanduse kättesaadavus kooli raamatukogus;
- 3) arvutiklassi kasutamine ja arvuti veebist karjääriplaneerimisalase informatsiooni otsimiseks (rajaleidja.ee jt);
- 4) karjäärispetsialisti personaalne tugi, erapooletu ja usalduslik nõu vastavalt õpilase vajadustele.

### 1.1.5. Hindamine

Karjääriõpetuse õpitulemusi hinnates lähtutakse põhikooli riikliku õppekava üldosa ja teiste hindamist reguleerivate õigusaktide käsitlusest. Hinnatakse õpilase teadmisi ja nende rakendamise oskust, üldpädevuste saavutatust suuliste vastuste (esituste), kirjalike ja/või praktiliste tööde ning praktiliste tegevuste alusel, arvestades õpilase teadmiste ja oskuste vastavust ainekavas taotletavatele õpitulemustele. Õpitulemusi hinnatakse sõnaliste hinnangute ja numbriliste hinnetega.

Karjääriõpetuse käigus ei hinnata õpilase hoiakuid ega väärtusi, vajaduse ja võimaluse korral antakse õpilasele nende kohta tagasisidet. Hindamisel väärtustatakse õpilaste

isikupära ja toetatakse arengut. Õpilane peab olema hindamises aktiivne partner, kuna see toetab eneseanalüüsi oskuste kujunemist.

On soovitatav, et kursuse jooksul koostab õpilane personaalse õpimapi, millesse kogub eneseanalüüsi, ettevõtete külastuse töölehed jt õpiülesannete tulemused ning muud huvipakkuvad elukutse või erialadega seotud materjalid. Selles sisalduvad õpiülesanded võivad olla tehtud kas üksi või rühmatööna. Õpimapi kaitsmist saab hinnata kursuse koondhindena.

Õpilasele tutvustatakse kursuse alguses, mida, millal ja mille alusel hinnatakse.

Hinnatakse:

- 1) praktilisi töid: CV koostamine; essee; ettevõtte külastuse ja töövarjupäeva konspekt või kokkuvõtte, isiklik karjääriplaan (õpiplaan) jms;
- 2) praktilise tegevuse mõtestamise oskust;
- 3) oskust asjakohast informatsiooni otsida ja analüüsida;
- 4) loomingulisust ja ratsionaalsust;
- 5) teadlikkust peamistest karjääriotsust mõjutavatest teguritest;
- 6) õppekavas ettenähtud õpitulemuste saavutamist, mida õpilane tõendab arutelude, rühmatööde õpimapi esitlemise jt tegevuste käigus.

## 1.2. III kooliaste

### 1.2.1. Õpitulemused ja õppesisu

III kooliastme õpitulemused kajastavad õpilase head saavutust.

#### 1. Enesetundmine ja selle tähtsus karjääriplaneerimisel

##### Õpitulemused

Õpilane:

- 1) analüüsib enda isiksust;
- 2) eristab oma tugevaid ning nõrku külgi ja seostab neid erinevatel kutsealadel töötamise eeldustega;
- 3) kasutab eneseanalüüsi tulemusi karjääri planeerimisel.

##### Õppesisu

Isiksuseomadused: temperament ja iseloom.

Isiksuseomadused: väärtused, vajadused, emotsioonid.

Isiksuseomadused: võimed, huvid ja oskused (üldoskused, erioskused).

Minapilt ja enesehinnang.

#### 2. Õppimisvõimaluste ja töömaailma tundmine ning selle tähtsus karjääriplaneerimisel

##### Õpitulemused

Õpilane:

- 1) teab tööturu üldist olukorda, prognoose ja vajadusi, erinevaid ettevõtluse vorme;

- 2) teab kutseid ja ameteid ning kohalikke majandustegevuse valdkondi;
- 3) oskab leida infot tööturu kohta;
- 4) teadvustab ennast tulevase töötajana;
- 5) teab haridustee jätkamise võimalusi, oskab näha hariduse ja tööturu vahelisi seoseid.

### Õppesisu

Muutuv tööturg: tööturu hetkeolukord, trendid, arengusuunad, prognoosid, tööandjate ootused, töösuhteid reguleerivad õigusaktid.

Muutuv tööjõuturg: tööjõuturu nõudlus ja pakkumine, konkurents, elukestev õpe, töömotivatsioon.

Majandustegevusalad, kutsed, ametid, kutsestandardid: elukutsete ja ametite liigitamine.

Haridustee: erialad, haridussüsteem, formaalne ja mitteformaalne haridus, hariduse ja tööturu vahelised seosed.

## 3. Planeerimine ja otsustamine

### Õpitulemused

Õpilane:

- 1) teab karjääriplaneerimise põhimõtteid ja arvestab nendega karjäärivalikute tegemisel;
- 2) suudab otsustada ja teadlikult arvestada otsuseid mõjutavate teguritega;
- 3) kasutab vajaduse korral karjääriteenuseid (karjäärinõustamine, karjääriinfo vahendamine, karjääriõpe);
- 4) teadvustab erinevate elurollide ja -stiilide seoseid tööga;
- 5) omab teadmisi ja oskusi isikliku karjääriplaani koostamiseks;
- 6) saab aru oma vastutusest karjääri planeerimisel.

### Õppesisu

Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess: otsustamine ja seda mõjutavad tegurid, otsustamisraskused, karjääriinfo allikad, infootsimine, alternatiivid, sundvalikud, muutustega toimetulek, karjääriinfo, karjäärinõustamine.

Isikliku karjääriplaani koostamine: elukestev õpe, karjäär, karjääriplaneerimine, karjääriplaani koostamine, edu, elurollid, elulaad, õpimotivatsioon, omavastutus, kandideerimisdokumendid.

## ÕPPEPROTSESSI KAVANDAMINE

Karjääriõpetuse valikaine maht on 35 tundi. Põhikoolis on soovitatav jaotada ainetunnid kahele õppeaastale nii, et kursus lõpeks 9 klassi I poolaasta lõpuks.

**Väljundipõhine** õppekavareform on **õppija- ja õppimiskeskne**. Seepärast ei lähtuta ainekava koostamisel enam mitte sellest, mida õpetaja õpetab või teeb, vaid sellest, **mida õppija õppeprotsessi lõpuks on omandanud**. Selliselt seatud õppijakeskseid eesmärges nimetatakse **õpitulemusteks** ehk õpiväljunditeks. Kogu õppeprotsess tuleneb sellest, kuidas aidata õppijatel õpitulemusi saavutada: õppesisu tuleneb õpitulemuste kesksetest teemadest ja õppemetoodika lähtub õpitulemustes sõnastatud verbidest, olgu need siis seatud teadmise, mõistmise või rakendamisega. Hindamisel on keskseks küsimus „**Kuidas me teame, et õpitulemused on omandatud?**”. Selle muudatuse rakendamine pole kerge, sest pikka aega on tehtud teisiti.

(Pilli, E., 2010)

Õpitulemuste saavutamist toetavate tegevuste, teemade valiku, mahu ja järjekorra kohta ei leia käesolevast õpetajaraamatust ühest ettekirjutust, kindlat retsepti. Seda ei saagi olla. Kooli karjääriõpetuse ainekava koostamisel tuleb mõelda, kuidas saavutada õpilase jaoks terviklik õppeprotsess kooskõlas läbiva teema „Elukestev õpe ja karjääri planeerimine“ käsitlemisega. Karjääriõpetuse ainetundides võiks keskenduda kõige olulisemale, kinnistades varem õpitut jne. Näiteks isiksuse omaduste uurimine inimeseõpetuse aine raames võimaldab kujuneda õpitulemustel, mis karjääriõpetuse tunnis on aluseks eneseanalüüsile karjäärivalikute ja võimaluste kontekstis.

Näiteks õpitulemus „õpilane tunneb erinevaid ameteid“. Suhteliselt lihtne on erinevates ainetundides õpilastele konkreetse ainega enim seatud ameteid tutvustada. Nimetatud õpitulemuse saavutamiseks sellest üksi ei piisa. Kindlasti on soovitatav läbi mõelda, kuidas õpilased saaksid võimalikult paljude erinevate töövaldkondadega vahetult tutvuda. Kogeda „tööd seestpoolt“ otseses töökeskkonnas ja seejärel kogetut analüüsida – see on meetod, mis õpitulemuse saavutamist tõhusalt toetab.

Väljundipõhise õppeprotsessi kavandamisel on suureks abiks [Karjääriõpetuse aineramat põhikooliõpetajale](#), milles on muuhulgas toodud ka üks konkreetne **karjääriõpetuse õppeprotsessi kirjelduse** näidis. Aineramatus on soovitusel nii õppemeetodite valikuks, hindamiseks kui lõiminguks. Lisaks on põgusalt kajastatud, kuidas karjääriõpetus toetab riiklikus õppekavas sätestatud üldpädevuste kujunemist. Seoses sellega käesolevas õpetajaraamatus eelnimetatut põhjalikult ei kajastata.

Põhikooli III kooliastme karjääriõpetuse valikaine õpetajaraamat on koostatud kooskõlas gümnaasiumi karjääriõpetuse õpetajaraamatuga. Põhiküsimused, millele inimene seoses karjääri planeerimisega vastuseid otsib on läbi elu väga sarnased või koguni samad. Sellest tulenevalt on karjääriõpetuse õppeaine sisu põhikoolis ja gümnaasiumis suures osas väga sarnane. Karjääriõpetust kavandades ei tasu lasta end segadusse minna sellest, et mõlemas kooliastmes on ka õpitulemused kohati samad. Erisus on peamiselt rõhuasetustes, ka teatud teemade käsitlemise sügavuses või ulatuses, sõltuvalt sellest,

milliste valikuvõimalustega õpilane silmitsi seisab. Põhikoolis omandatud õpitulemus on eeldus sama õpitulemuse uue taseme saavutamisele edaspidi. Näiteks õpitulemus „õpilane analüüsib ennast“. Põhiküsimus seejuures on: milliste kriteeriumide alusel on asjakohane hinnata selle õpitulemuse saavutamist?

### Sammud tõhusa õppeprotsessi saavutamiseks:

1. **Õpitulemuse sõnastamine.** Keskne küsimus - mis tuleb kõigil õpilastel õppeprotsessi lõpuks omandada?

Põhikooli karjääriõpetuse puhul võib küsimuse püstitada ka nii: **mida õpilastel on vaja teada, osata, mõista, seostada, analüüsida, sünteesida**, et teha teadlikke valikuid haridustee kavandamisel?

**Õpitulemus** kirjeldab õppija pädevuste seisut õppeprotsessi lõpus. Vaja on mõelda, mis on need pädevused, mis õpilane õppeprotsessi lõpuks kindlasti omandama peab, ilma milleta hakkama ei saa.

Näiteks õpitulemus: **õpilane analüüsib oma isiksust**.

2. **Õppesisu ja meetodi valik.** Kuidas aidata õpilasel õpitulemus saavutada? Mis on kesksed teemad?

On teada, et eneseanalüüs eeldab isiksuseomaduste tundmist, analüüsi oskust ja ka mõõdikuid võrdlemiseks, järjestamiseks, välistamiseks jms. Eeldus on, et õpilane on omandanud ka isikuomadusi kirjeldava sõnavara, mõistes nende tähendusi. Isiksuseomaduste käsitlemiseks on palju erinevaid teooriaid, ka teoreetilisi materjale. Karjääriõpetuses isikuomaduste tutvustamiseks loengut pidada ei ole ilmselt tõhus. Selles osas kiputakse sageli eksima. Et välja selgitada, kas ja kui palju õpilased isikuomadustest varem teavad, sobib hästi mõni **sõnamäng**. Täiendavalt selgitusi jagada ja vajadusel suunata saab õpetaja ka aktiivõppemeetodite käigus.

Esmalt **analüüsida oma tegevust** (mis mulle teha meeldib?, mida ma tähtsaks pean? jne) ja seejärel analüüsida – **mida see minu kohta ütleb?, milline ma olen?** – on ilmselt õpilasele lihtsam ja loogilisem (kui vastupidises järjekorras toimida). Seejärel sobib pakkuda õpilasele täitmiseks tööleht (näiteks tööleht 3A „Milline sa oled“), mis võimaldab õpilasel ennast analüüsida läbi selle, **kuidas teised teda näevad**, teda iseloomustavad.

Kui õpilasel on küllaldaselt enda kohta infot kogutud, saab ta **süsteematiseerida**: minu võimed, iseloomuomadused, väärtused, tugevad küljed, nõrkused jne. Selleks on palju erinevaid võimalusi, töölehtede täitmisele lisaks sobivat erinevad **loovtööd**.

Suunatud teemaga **essee** on üks meetod, mis võimaldab õpilasel enesekohast teavet sünteesida.

3. **Hindamine.** Kuidas me teame, et õpitulemus on saavutatud?

Väljundipõhise õppekava loogika puhul püütakse hindamise meetod ja õppemeetod võimalusel ühildada (kasvõi teatud osas). Mitmed eeltoodud tegevused võimaldavad õpetajal õppeprotsessi käigus jälgida kuidas õpilasel läheb.

Kuidas aga kontrollida, **kas õpilane tõesti (!) analüüsib oma isiksust?** Kas oleks vaja mingit täiendavat hindamise meetodit? Ilmselt mitte, sest loovtöö annab õpetajale

õpilase tulemusest väga hea pildi. Essee põhjal saab õpetaja õpilase eneseanalüüsi oskust hinnata.

Peamine küsimus on – mille põhjal hinnata?

Kas ehk saame väita, et õpilane analüüsis ennast, seega saavutas õpitulemuse? Või ehk saame hinnata piisavaks, et õpilane kirjutas essee valmis? Paraku hindame sel moel, et õpilane oli hoolas ning parimal juhul sedagi, et õpilane oskab end analüüsida. Me ei saa hinnata seda, et õpilane tegi midagi, vaid mis selles tegevuses ilmnis.

Vaja on määratleda sisulised **hindamiskriteeriumid**. Õppekava kohaselt on õpilane juba varem inimeseõpetuse ainetundides eneseanalüüsi oskusi arendanud. Karjääriõpetuse kontekstis on loogiline rõhuasetus selles, et õpilane **analüüsib ennast (sh kui tulevast töötajat)**. Karjääriõpetuses on soovitatav mitmeeristav hindamine (arvestatud/mittearvestatud).

Seega sobivad hindamiseks hästi järgmised kriteeriumid:

- Toob esile enda positiivseid jooni, võimeid ja oskusi.
- Nimetab enda eeliseid ja tugevusi ning takistavaid nõrkusi.
- On seostanud isiksuseomaduste-põhist eneseanalüüsi ametivalikuga.

**Mida me saame järeldada käesoleva näite puhul?** Saame öelda, et eelkirjeldatud õppesisu ja meetodite toel **on õpitulemus saavutatav vaid osaliselt**, kahe hindamiskriteeriumiga vastavuses. Miks nii? Ükski meie valitud õppemeetod ei võimalda erinevaid elukutseid, ameteid ega ametimeeste isikuomadusi tundma õppida, analüüsida jne.

Kas sõnastasime õpitulemuse valesti? Kindlasti mitte! **Täiustada on vaja õppeprotsessi** nii, et õpilane omaks eneseanalüüsi tarbeks ka teavet erinevatele töötajatele sobilikest ja olulistest isikuomadustest.

*Vt lisaks Karjääriõpetus. Ainaamat põhikooliõpetajale. 2010*

[Tõhusa õppimise pedagoogilised lähtekohad](#) , Einike Pilli

[Õpitulemuste hindamise teoreetilised lähtekohad](#) , Einike Pilli

Eelnev lihtsustatud näide toob välja „vana“ ja „uue“ õppekava loogika erinevuse. Varem olid õpetajad harjunud teemapõhiselt tegevusi kavandama. Karjääriõpetuses käsitleti enamasti ainekava teemasid järjekorras: enesetundmine, tööturg ja õppimisvõimalused ning kõige lõpuks planeerimine ja otsustamine. Õpitulemuste saavutamist teemapõhine lähenemine paraku väga ei soodusta. Põhjus on lihtne. Valdav enamus karjääriõpetuse õpitulemused saavad kujuneda mitte ühe kitsa teema osaoskuste, vaid mitme teema osaoskuste pinnalt.

**Seega on vaja ainesisu kolm teemat omavahel oskuslikult lõimida!  
Sama tähtis on saavutada kolme teema omavaheline asjakohane sidusus!**

**Sidusus** on vertikaalne kordus õppekavas, st oskused ja mõisted peaksid korduma ning nende õppimiseks ja harjutamiseks peaks olema jätkuvalt võimalusi. **Järgnevus** tähendab, et õppekava peaks sisaldama mõistmise jätkuvat arenemist ning et iga järgnev kogemus toetuks eelnevale ning oleks laiem ja sügavam. Teatud liiki teadmised eeldavad teatud teist laadi teadmiste olemolu.

## ÕPPESISU JA TEGEVUSED

Järgnevas toodud **tegevused on koostatud „vana“ õppekava perioodil**, need on õpetajaraamatu esimesest versioonist üle võetud muutmata kujul. Seega ei ole neid koostades lähtunud tõhusa õppeprotsessi kavandamise põhimõtetest. Ka ei ole koostamisel hinnatud, kas õppemeetod võimaldab toodud osaoskuste või oodatud tulemuste saavutamist tegelikult.

Õpetaja juhendis on enamasti toodud **õpilaste osaoskused**, mitte õpitulemused. Tegevuste valikul ja järjestamisel on õpetajal eelnevalt vajalik läbi mõelda, kuidas saavutada **õppeprotsessi sidusus ja tõhusus**.

Välja pakutud konkreetne tegevuse käik õpetaja juhendis ei võimalda enamasti saavutada tulemusi, mis on kirja pandud selles eesmärgina.

Näiteks *õpilase töölehe nr 1* täimise käigus analüüsib õpilane enda temperamendi tüüpi. Eesmärk:

- Õpilane teab oma temperamenditüüpi.
- Õpilane oskab seostada elukutseid temperamenditüübiga.
- Õpilane teab oma temperamenditüübile vastavat tööstiili.

On ilmne, et üksnes siis, kui õpilane eelneva õppetegevuse käigus on erinevate elukutsete eeldusi (ka konkreetset temperamendi eripärast lähtuvalt) õppinud, on tõhus temalt küsida: Millised elukutsed/ametid sobivad sinu temperamenditüübiga? Üksnes siis saab antud tegevuse lõpus õpilane osata seostada elukutseid temperamenditüübiga!

Ka temperamenditüüpi saab õpilane üksnes oletada. Kas nii ka on, nagu talle tundub etteantud info lugemise põhjal? Ei pruugi.

On selge, et iga alategevus on vaid osake tegevuste jadas. Vaja on ka „jäämurdjaid“, lihtsalt huvi äratavaid momente. Siiski ei ole mõistlik teha tegevusi tegevuse pärast, ilma eelhindamata, kas need sel moel õpitulemusi saavutada aitavad.

Õpetaja juhendites ei sisaldu, mida õpilane mingi töölehe täitmiseks või rühmatöoks oleks pidanud varem, mõne muu tegevuse käigus omandama, ära õppima. Väljundipõhist õppeprotsessi kavandades saab (ja tuleb) raamatus välja pakutud töölehti, meetodeid ja tegevusi (58 tk) analüüsida, et saavutada õppeprotsessi **tõhusus**. Seega on antud raamat ka õppevahend õpetajale endale.

Lisaks siin koondatud tegevustele saab karjääriõpetuse tundidesse töölehti valida ka *Täiendavate töölehtede kogumikust*, vt <http://www.rajaleidja.ee/karjaariopetuse-valikaine/>. Töölehtede loendid on toodud õpetajaraamatus iga teema lõpuosas *Viited sarnastele tegevustele*. Kogumikust töölehti valides ja kasutades on samuti oluline silmas pidada, et need on koostatud varasema riikliku õppekava kehtivuse perioodil.



# TEEMA 1: ENESETUNDMINE JA SELLE TÄHTSUS KARJÄÄRI PLANEERIMISEL

## ÕPITULEMUSED

Õpilane:

- 1) analüüsib enda isiksust;
- 2) eristab oma tugevaid ning nõrku külgi ja seostab neid erinevatel kutsealadel töötamise eeldustega;
- 3) kasutab eneseanalüüsi tulemusi karjääri planeerimisel.

## Terminid

<b>Avatus</b>	Avatus peegeldab head kujutlusvõimet, esteetikameelt, vastuvõtlikkust tunnete, vahelduse otsimist, intellektuaalset uudishimu, loovust ning sallivust. Kõrge avatusega inimestel on enamasti lai huvide ring ning nad huvituvad kõigest uudest, on oma suhtumistes üldiselt liberaalsemad ning pööravad enam tähelepanu oma tunnete ja sisemiste seisundite. Madala avatuse skooriga inimestel on kitsas huvide ring, nad on oma suhtumistes enam konventsionaalsed ning eelistavad tuttavaid ja rutiinseid tegevusi sagedastele muudatustele. Keskmise avatuse skoor viitab huvile kõige uue vastu, samas eelistavad need inimesed töötada stabiilses ja vähest loomingulisust nõudvas keskkonnas.
<b>Ekstravertne inimene</b>	Ekstravertsus on iseloomulik inimestele, kes on seltsivad, jutukad ning valdavalt optimistlikud. Teiste inimeste juhtimine ja uute suhete loomine ei valmista neile raskusi ega muutu väsitavaks. Kõrge ekstravertsusega inimesed on keskmisest aktiivsemad suhtlejad, saavutavad seltskonnas enamasti liidri positsiooni.
<b>Emotsionaalne stabiilsus</b>	Kirjeldab inimeste emotsionaalset toimetulekut ja enesekontrolli. Kõrge emotsionaalse stabiilsusega inimesed on valdavalt rahulikud, pingevabad ning suutelised ka kriitilistes situatsioonides oma emotsioone vaos hoidma. Madala emotsionaalse stabiilsusega isikud seevastu kalduvad murelikkusele, närvilisusele ja ärevusele ning on suurema tõenäosusega rahulolematud nii enda kui oma tööga, sõltumata selle iseloomust.
<b>Emotsioonid</b>	Subjektiivsed tundeelamused, mis sisaldavad füsioloogilisi, käitumuslikke ja kognitiivseid reaktsioone sisemistele ja välistele sündmustele
<b>Enesehinnang</b>	Inimese üldine suhtumine iseendasse.
<b>Hoiak</b>	Suhtumine millessegi või kellessegi, mis mõjutab hinnanguid ja käitumist.
<b>Huvid</b>	Aktiivne valiv suhtumine midagi teada saada või teha.
<b>Introvertne inimene</b>	Madala ekstravertsusega inimesed on reserveeritud, sõltumatud teistest inimestest ja naudivad keskmisest enam üksiolemist ja iseseisvat tegutsemist. Ta on sisemaailma poole pöördunud indiviid kelle aju erutustase on kõrgem kui ekstravertidel.
<b>Iseloom</b>	Keskkonna ja pärilike omaduste mõjul kujunenud isikupäraste omaduste suhteliselt püsiv kombinatsioon, mis mõjutab inimese tegevusi, suhteid, valikuid.

<b>Isiksus</b>	Ainulaadse mõtlemise, tunnete ja käitumisviisiga iniviid, kellel on eneseteadvus ja sotsiaalne roll.
<b>Isiksuseomadused</b>	Karjääriplaneerimist mõjutavad isiksuseomadused, mis on võrdlemisi püsivad käitumise, mõtlemise või tunnete erinevused.
<b>Minapilt</b>	Terviklik kujund iseendast, mis hõlmab kujutlusi enda omadustest, olemusest, teiste suhtumisest ja enesehinnangust.
<b>Meelekindlus</b>	Meelekindlus väljendab inimese kohusetundlikkust, hoolikust, sihikindlust, edasipüüdlikkust ning usaldusväarsust. Kõrge meelekindluse skooriga inimestel on selgelt sõnastatud eesmärk, mille poole püüelda, ning nad tegutsevad selle suunas eesmärgipäraselt ja distsiplineeritult. Võime luua ise töödistsipliin ja sellest kinni pidada, ei vaja väliseid organisaatoreid. Madala meelekindlusega inimesed on paindlikud ning vähem orienteeritud kindlate eesmärkide saavutamisele. Vahtab ühe tegevuse kiirelt teise vastu, töös vajalikud kindlad etteantud reeglid.
<b>Motivatsioon</b>	Üldisem asjaolude kogum, mis paneb meid tegutsema ja hoiab tegutsemas.
<b>Oskused</b>	Teadmistel ja vilumustel põhinev tegevuste edukas sooritamise erinevates tingimustes.
<b>Temperament</b>	Temperament on isiksuse eripära, mis põhineb inimese närvisüsteemi tüübil ja avaldub tema käitumises ja väljendusliigutustes.
<b>Vajadused</b>	Keha või psüühika toimimise seisukohalt olulise tingimuse/teguri puudujääk.
<b>Võimed</b>	Pärilike omaduste ja keskkonna tingimuste koosmõjul kujunevad eeldused teadmiste, oskuste ja vilumuste omandamiseks, mis arenevad ja avalduvad tegevuses.
<b>Väärtused</b>	Tõekspidamiste kogum, mis mõjutab inimese tegevust ja otsustamist erinevates olukordades.

## Teema kirjeldus

Inimene moodustab kõikide isiksuseomaduste põimudes originaalse terviku ja on raske kui mitte võimatu leida kaht ühesuguste isiksuseomadustega inimest. Isiksuse iseloomustamiseks saab kasutada väga palju erinevaid sõnu/termineid. Isiksuse teoreetikud on läbi aegade püüdnud inimloomuse aspekte seletada, erinevate mudelite abil analüüsida. Osade teoreetikute arvates on kõik isiksuseomadused kujutluse vorm, mis eksisteerib vaid inimese peas. Teised seevastu on veendunud, et isiksuseomadused on reaalselt olemas, need varieeruvad ja inimesed on oma loomult ratsionaalsed. Tänapäeval väga aktiivset kasutust leidnud Suure Viisiku mudeli kohaselt iseloomustavad inimese isiksust kõige paremini viis faktorit: **ekstravertsus, sotsiaalsus, meelekindlus, neurootilisus ja avatus**. Isiksusepsühholoogia uurija H. J. Eysenck'i teooria kohaselt on kaks olulisemat üldist faktorit ehk isiksuse dimensiooni: **ekstravertsus - introvertsus** ja **neurootilisus – emotsionaalne stabiilsus**.

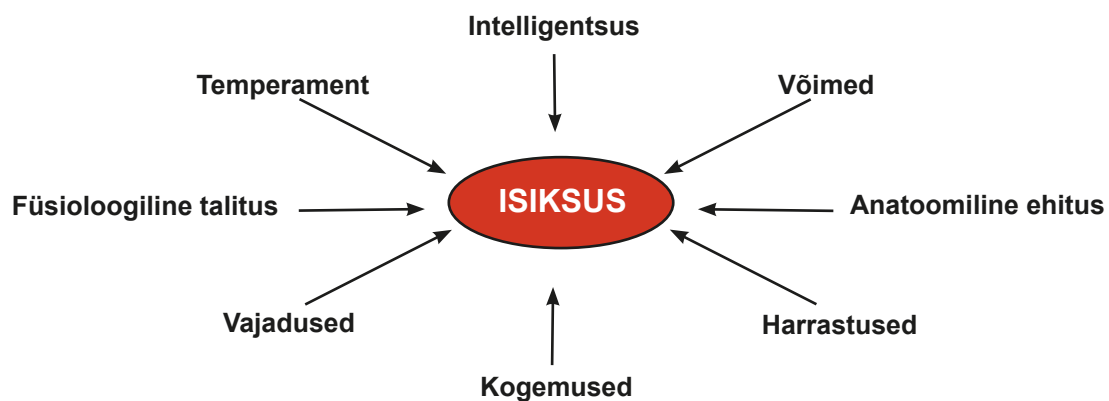
H. Gardneri multiintelligentsuse teooria keskendub võimetele.

Gardner väidab, et üldist vaimset võimekust pole olemas ja selle asemel on vähemalt 7 üksteisest erinevat, oma seaduspärasuse ja loogikaga vaimset võimekust:

1. keeleline ehk lingvistiline
2. loogilis-matemaatiline
3. muusikaline
4. ruumiline
5. kehalis-kineetiline
6. enesetunnetuslik (intrapersonaalne)
7. suhtlemisalane (interpersonaalne)

Allikas: Vikipeedia

Erinevaid teooriaid on palju ja puudub üks kõigiti efektiivne mudel isiku loomuse aspektide seletamiseks. On selge, et erinevad teooriad täiendavad üksteist ega välista. Karjääriplaneerimisega seotud eneseanalüüsi oskuste kujundamisel on soovitatav lähtuda erinevatest käsitlustest ja keskenduda vastuste otsimisele, millised, miks ja kuidas isiku erinevad aspektid on seotud karjääri võimalustega.



Olulised aspektid, mille üle õpilane eneseanalüüsil peaks juurdlema on **iseloom**, **väärtused**, **hoiakud**, **temperament**, **võimed** jt. On tähtis, et õpilane mõistab, kas, kuidas ja miks inimese harjumuslik käitumine, füüsilised omadused, erinevad oskused ja motivatsioon karjäärivalikuid mõjutavad.

Individuaalse karjääri arengus eristub kolm etappi, mis on tihedalt seotud inimese isiksuse arenguga: fantaasia-, proovi- ja realistlik staadium.

- Fantaasiastaadiumile on iseloomulik see, et laste meeliselukutsed ei ole seotud nende endi huvide ja võimetega. Lähtutakse enamasti intuitiivsest ettekujutusest ametitest (oluline periood 3.–10. eluaasta).

- Proovistaadiumis läbitakse huvide periood (oluline periood 11.–12. eluaasta), mil käiakse mitmesugustes huviringides.  
Võimete perioodi (oluline periood 12.–13. eluaasta) iseloomustab enda võimete proovilepanek ja võrdlemine kaaslastega.  
Vajaduste perioodil (oluline periood 13.–14. eluaasta) hakatakse ennast üha enam seostama täiskasvanute vajaduste maailmaga ja käitatakse vastavalt sellele.  
Väärtuste perioodil (oluline periood 15.–17. eluaasta) kujuneb hinnanguline suhtumine elunähtustesse, edasiõppimisse ja elukutsetesse.
- Realistlikus staadiumis (oluline periood 18.–23. eluaasta) oskavad noored teha enda huvidele, võimetele ja väärtushinnangutele vastavaid valikuid.

Põhikooli vanemate klasside õpilased on proovistaadiumis — läbimisel on võimete periood, suurenenud on huvi vajaduste ja väärtuste tundmaõppimise vastu.

## 1.1. Isiksuseomadused: temperament ja iseloom

### Käsitlus

Et **temperamendiomadused** mõjutavad paratamatult inimese tööstiili, siis on otstarbekas leida endale sobiv tegevusala ja töökeskkond.

Temperamentitüübi aluseks on närvisüsteemi tüüp, mida jagatakse nõrgaks ja tugevaks. Nõrga närvisüsteemi esindajad on melanhoolse temperamendiga inimesed. **Melanhoolikuid** ei saa mingil juhul pidada nõrkadeks inimesteks, vaid nad on ümbruse tajumisel väga vastuvõtlikud. Temperamentitüübi poolest jagunevad inimesed lisaks melanhoolikutele **koleerikuteks**, **flegmaatikuteks** ja **sangviinikuteks**, keda nimetatakse tugeva närvisüsteemi esindajateks. Puhtaid temperamentitüüpe on harva, enamasti on tegemist segatüüpidega.

Koleerikutele on iseloomulik ekstravertsus ja neurootilisus, melanhoolikud on introverdid ja neurootikud, flegmaatikud introverdid ja stabiilsed ning sangviinikud on ekstraverdid ja stabiilsed. Stabiilsete inimeste tunded on püsivad, need ei ole äärmuslikult tugevad ega ka liiga nõrgad. Neurootilised inimesed on tundlikud ja rahutud, nende tunded vahelduvad kiiresti. Introverdile sobivad rohkem süvenemist ja teatud rutiini nõudvad tööülesanded. Talle meeldib töötada aeglasemalt ja korralikult. Rohkeid sotsiaalseid kontakte nõudev ja väga vaheldusrikas töö võib introverdi muuta ülirutuvaks. Ekstravert tahab töötada kiiresti ja vaheldusrikkalt tugevat erutust esilekutsuvates olukordades, sest nad ei erutu nii kergesti. Rahulik olukord ei paku neile piisavalt pinget ja seetõttu võivad olla tegevuse tulemused tagasihoidlikud. Introvertidel läheb koolis õppimine paremini, eriti keerulistes ainetes. Ekstraverdid püüavad valida sellise ameti, mis on seotud suhtlemisega, introverdid eelistavad enam üksi tegutseda. Ekstraverdid vajavad tööl vaheldust, introverdid stabiilsust.

Temperamendiomaduste põhjal kujuneb **iseloom**, mida keskkond oluliselt mõjutab ja arendab. Iseloomuomaduste puhul saame rääkida endasse suhtumisest (nt tagasihoidlikkus, julgus jne), teistesse suhtumisest (abivalmidus, siirus jne), töösse suhtumisest (nt töökus, hooletus jne) ja tahteomadustest (nt iseseisvus, visadus jne). Lisaks enese analüüsi oskusele ja iseloomuomaduste tundmisele on õpilasel kasulik kujundada välja sõnavara, mida ta saab erinevates olukordades (nt kooli sisseastumisel, tööintervjuul) kasutada.

### Maht

2 tundi

### Tegevused

1. Temperamentitüübid ja tööstiil
2. Introverdid ja ekstraverdid
3. Milline sa oled?
4. Iseloomuomaduste sorteerimine

## 1. Temperamenditüübid ja tööstiil

Õpetaja juhend

Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab oma temperamenditüüpi.</li> <li>• Õpilane teab oma temperamenditüübile vastavat tööstiili.</li> <li>• Õpilane oskab seostada elukutseid temperamenditüübiga.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 1 Kirjutusvahendid Markerid ja valge paber rühmatööks
Meetodid	Individuaalne töö Rühmatöö Arutelu
Aeg	~ 45 minuti
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet. Töölehe täitmise juhend on õpilase töölehel. Temperamenditüüp, mille kirjelduses on kõige rohkem allakriipsutusi, iseloomustab õpilast kõige rohkem.</li> <li>• Peale töölehtede täitmist jaotada õpilased rühmatööks gruppidesse. Ühte rühma koondada sarnaste temperamenditüüpidega õpilased.</li> <li>• Rühmatöö käigus leida vastused töölehe küsimustele 2-4.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe.</li> <li>• Rühmatöö tulemused esitada suuliselt.</li> <li>• Soovi korral paigutada rühmatöö tulemused stendile.</li> </ul> <p><b>Aruteluks:</b></p> <p><i>Miks on vaja tunda enda temperamenditüüpi?</i></p> <p><i>Mis iseloomustab erinevate temperamendiomadustega inimeste õppimis- ja tööstiili?</i></p> <p><b>Näiteks:</b></p> <p>Sangviinik – peab alustatud tööd lõpuni viima;</p> <p>Koleerik – peab töö ja puhkuse paremini planeerima;</p> <p>Melanhoolik – peab arendama otsustamisjulgust;</p> <p>Flegmaatik – peaks kiiremini otsustama.</p>

## TEMPERAMENDITÜÜBID JA TÖÖSTIIL

### Õpilase tööleht 1

Loe alljärgnev tekst läbi ja kriipsuta alla kõik omadused, mis sind iseloomustavad.

<b>SANGVIINIK</b>	<b>Ekstravertne</b>		<b>KOLEERIK</b>
<p><b>Rahulik</b></p> <p>Sa oled rahulik, võtad asju realistlikult, kohaned uute olukordadega, saavutad seda, mis on sinu jaoks tähtis.</p>	<p>Sa oled meeldiva olemisega, elavaloomuline, muretu, mugav inimene. Kõne on sul vali, kiire, selge ja rõhutatud. Verbaalset kõne saadavad elavad liigutused ja miimika. Õpinguid ja töid alustades haarad kohe "härjal sarvist", omandad kiiresti teadmisi ja vilumusi, suudad töötada segavate kõrvalmõjudega, oled hea organisator, sulle meeldivad vaidlused ja võistlused, ei meeldi süveneda detailidesse, väldid üksluist tegevust.</p>	<p>Sa oled keevaline ja tormakas inimene. Sind iseloomustab rahutus, agressiivsus, ärrituvus, tujukus, impulsiivsus, optimism ja aktiivsus. Töös ja õpingutes pühendud jäägitult eesmärgi saavutamisele. Sa võtad endale sageli rohkem ülesandeid kui täita suudad. Vaidlustes tahad teistest üle olla, kui see ei õnnestu, lähed endast välja. Pingelisele tööperioodile järgneb mõõn, mil vajad energia taastamiseks põhjalikku puhkust.</p>	<p><b>Ängistatud</b></p> <p>Sul on suur sisemine pinge, põsed "maailmavalu", st muretsed asjade pärast, mis sinusse otseselt ei puutu, soovid hädasolijaid aidata ja saavutada enamat.</p>
<p>Sa oled visa ja püüdlik inimene. Sa oled passiivne, hoolikas, mõtlik, rahuarmastav, juhitud ja ühtlane. Kõne ja liigutused on aeglasel. Sõbrana oled truu ja ustav. Sa oled sihipärane töötegija harjumuspärasel keskkonnas. Uues olukorras kohanemine võtab aega. Enne töö alustamist teed põhjalikke plaane ja mõtled kaua. Kui aga töö alustad, siis teed sada sihikindlalt ja põhjalikult.</p>	<p>Sa oled väga tundlik ja püüdlik inimene. Sind iseloomustab tujutus, kartlikkus, mõningane jäikus. Sa oled pessimistlik, reserveeritud ja seltsimatu. Kuna su tundlikkus on suur, siis on sul hea muusikataju, empaatiavõime, reageerimine kriitikale jm. Pühendad palju aega eneseanalüüsile. Õpingute ja töö alustamiseks vajad nn sisseelamisega, kuid pärast seda täidad oma ülesandeid väga hoolikalt. Usud, et teised on Sinust paremad ja seepärast ei julge sa endale võtta ülesandeid.</p>	<p>Sa oled keevaline ja tormakas inimene. Sind iseloomustab rahutus, agressiivsus, ärrituvus, tujukus, impulsiivsus, optimism ja aktiivsus. Töös ja õpingutes pühendud jäägitult eesmärgi saavutamisele. Sa võtad endale sageli rohkem ülesandeid kui täita suudad. Vaidlustes tahad teistest üle olla, kui see ei õnnestu, lähed endast välja. Pingelisele tööperioodile järgneb mõõn, mil vajad energia taastamiseks põhjalikku puhkust.</p>	<p><b>MELANHOOLIK</b></p>
<p><b>FLEGMAATIK</b></p>	<p><b>Introvertne</b></p> <p>Sa oled tagasihoidlik, ei alusta esimesena suhtlemist, sul on paar kindlat sõpra, eelistad jätta oma tunded ja mõtted enda teada ning jagad neid usaldusväärsete inimestega.</p>		<p><b>MELANHOOLIK</b></p>



1. Milline temperamenditüüp iseloomustab sind kõige rohkem?

.....  
.....  
.....

2. Mispärast on vaja tunda iseenda temperamenditüüpi?

.....  
.....  
.....

3. Mis iseloomustab sinu õppimis- ja tööstiili?

.....  
.....  
.....

4. Millised elukutsed/ametid sobivad sinu temperamenditüübiga?


.....  
.....  
.....

5. Joonista siia pilt, mis iseloomustab sinu tööstiili.

## 2. Introverdid ja ekstraverdid

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab enda ja teiste temperamendiomadusi.</li> <li>• Õpilane oskab seostada temperamendiomadusi tulevaste õpingute ja ametivalikuga.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 2A, 2B</p> <p>Kirjutusvahend</p> <p>Kaardid elukutsetega iga õpilase jaoks</p>
Meetodid	Individuaalne töö, paaristöö, arutelu.
Aeg	~45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele töölehed ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Harjutuse esimeses osas õpilastel kirjutada töölehele nimetatud inimeste järele, kas ta on pigem ekstravert või introvert.</li> <li>• Võrrelda ja põhjendada tulemusi kaaslasega.</li> <li>• Harjutuse teises osas, pärast elukutsete liigitamist, põhjendada tulemusi. Seda võib teha ka grupitööna.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks on tähtis teada lähedaste ja tuttavate temperamendiomadusi?</i></p> <p><i>Mis iseloomustab ekstravertide ja mis iseloomustab introvertide sobilikke erialasid? Milliseid erinevusi märkad?</i></p>

Erialad, mis kirjutatakse lipikutele, mis on vajalikud harjutuse teises osas: õpetaja, direktor, ajakirjanik, arvutiprogrammeerija, metsavaht, kokk, arst, teadlane, näitleja, müüja, raamatupidaja, kirjanik, advokaat, õmbleja, aednik, tippSPORTlane, saatejuht, müügimees, müürsepp, elektrik, keevitaja, juuksur.

## INTROVERDID JA EKSTRAVERDID

### Õpilase tööleht 2A

Oled kindlasti kuulnud, et inimesed erinevad temperamenditüübi poolest. Neid on võimalik jagada introvertideks ja ekstravertideks.

Introverdid on sellised inimesed, kes on tagasihoidlikud ja kinnisevõitu. Neile meeldib tegutseda omaette. Nad räägivad oma mõtetest ja tunnetest vaid väga lähedastele sõpradele. Sõpru ei ole neil palju, kuid nende sõprus on kindel ja tugev. Oma tegevuse mõtlevad nad eelnevalt läbi. On usaldusväärsed ja põhjalikud.

Ekstraverdid on sellised inimesed, kes armastavad suhelda paljude inimestega. Neil on palju tuttavaid ja sõpru, kellele nad hea meelega räägivad oma mõtetest ja tunnetest. Käivad meelsasti sõpradega pidudel ja igasugustel üritustel. Vahel võib juhtuda, et lobisevad liiga palju ja ei ole seetõttu alati usaldusväärsed.

1. Mis sa arvad, kes sinu lähedastest ja tuttavatest käituvad enamasti nagu ekstraverdid ja kes käituvad enamasti nagu introverdid? Kirjuta oma arvamus tabelisse lähedase või tuttava nimetuse järel.

Ema
Isa
Lähedane inimene
Õde
Vend
Vanaema
Vanaisa
Klassijuhataja
Koolidirektor
Pinginaaber
Parim sõber
Sina ise

## INTROVERDID JA EKSTRAVERDID

Õpilase tööleht 2B

**Võrdle oma töölehe 2A tulemusi pinginaabri omadega.**

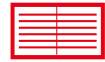
2. Mis sa arvad, millised erialad sobivad paremini introvertidele ja millised sobivad paremini ekstravertidele?


Õpetaja annab sulle selle ülesande täitmiseks kaardid 22 erialaga ja sinu ülesandeks on otsustada ning panna kirja, milliseid erialasid sa pead rohkem sobilikuks ekstravertidele ja milliseid introvertidele?

Introverdile sobilikud erialad	Ekstravertidele sobilikud erialad
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.
10.	10.

### 3. Milline sa oled?

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab ennast analüüsida.</li> <li>• Õpilane mõistab iseloomuomaduste paljusust.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 3A ja 3B</p> <p>Rühmatööks lisapaber</p> <p>Kirjutusvahend</p>
Meetodid	<p>Individuaalne töö</p> <p>Paaristöö</p> <p>Rühmatöö</p>
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Töölehe esimesel poolel õpilasel iseloomustada ennast erinevates situatsioonides.</li> <li>• Töölehe teisel poolel õpilastel analüüsida elus edasiviivaid ja takistuseks olevaid iseloomujooni.</li> <li>• Tulemusi võib võrrelda pinginaabri omadega või teha kokkuvõtlik rühmatöö, mille tulemusena rühma esindajatel tutvustada suuliselt elus edasiviivaid ja takistuseks olevaid iseloomujooni.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks on inimestel vaja teada enda positiivseid iseloomuomadusi?</i></p> <p><i>Miks on vaja olla teadlik enda puudustest?</i></p>

## MILLINE SA OLED?

### Õpilase tööleht 3A

1. Loetle sinule iseloomulikke omadusi, käitumisviise, tundeid. Mõtle, mis on see, mis teeb su just selleks, kes sa oled.

Selleks lõpeta laused, mille algus on juba antud.

- Sõbrad ütlevad, et olen

.....  
.....

- Vanemad ütlevad, et olen

.....  
.....

- Ise arvan, et olen

.....  
.....

- Kui mul on hea tuju, siis

.....  
.....

- Kui ma olen tujust ära, siis

.....  
.....

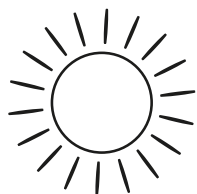
- Pidulikul üritusel olen

.....  
.....

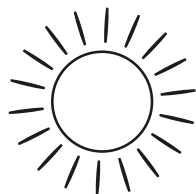
**MILLINE SA OLED?**

Õpilase tööleht 3B

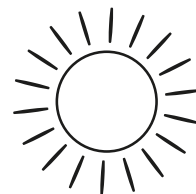
2. Mõtle, millised omadused (nt visadus ja kohusetunne) aitavad sul saavutada häid tulemusi nii õppimises kui ka mujal. Mõtle välja 5 sellist omadust ja kirjuta päikeste alla!



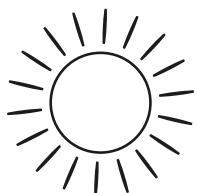
1.....  
.....



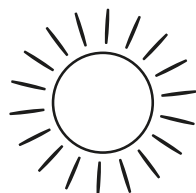
2.....  
.....



3.....  
.....



4.....  
.....



5.....  
.....

Oled Sa mõelnud, mis võib olla takistuseks (näiteks järjekindlusetus ja lohakus) Sinu mõningate eesmärkide ja soovide täitumise teel. Pane kirja 3 komistuskivi.



1.....  
.....



2.....  
.....



3.....  
.....

Võrdle enda tulemusi pinginaabri omadega

.....

.....

.....

.....

.....

.....


.....



## 4. Iseloomuomaduste sorteerimine

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab iseloomuomadusi.</li> <li>• Õpilane oskab arvestada teiste arvamusega.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 4</p> <p>Kirjutusvahend</p> <p>Iseloomukleepsud (40)</p>
Meetodid	<p>Individuaalne töö</p> <p>Rühmatöö</p>
Aeg	~45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilastel paigutada iseloomukleepsud erinevatesse tulpadesse lähtuvalt sellest, mil määral üks või teine omadus on neile iseloomulik.</li> <li>• Soovi korral õpilastel teha individuaalselt või rühmatööna kokkuvõtte.</li> <li>• Selleks valida 1 ja 2 veerust välja omadused, mis aitavad edu saavutada ja 3 ja 4 veerust need omadused, mida tasuks endas arendada.</li> <li>• Rühmatöö tulemused esitada suuliselt.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks on vaja osata ennast iseloomustada?</i></p> <p><i>Miks on vahel vaja arendada ka neid omadusi, milles inimene ei ole kõige tugevam?</i></p>

### Iseloomuomaduste kleepsupaber

40 omadust:

Aktiivne, rahulik, abivalmis, kannatlik, aus, töökas, viisakas, põhjalik, tagasihoidlik, vaikne, enesekindel, laisk, tundlik, järjekindel, seltskondlik, rõõmsameelne, jutukas, sõbralik, uudishimulik, hajameelne, tähelepanelik, iseseisev, otsustusvõimeline, püsiv, julge, täpne, visa, järeleandlik, kangekaelne, suhtlemisjulge, avameelne, pealiskaudne, hooletu, tundeid valitsev, emotsionaalne, usaldav, kahtlustav, auahne, kättemaksuhimuline, sõltumatu.

## ISELOOMUOMADUSTE SORTTEERIMINE

Õpilase tööleht 4

### Hinda ennast ise!

Paiguta vastavalt enesetundele iseloomumadused tabelisse. Selleks vali sobivad iseloomukleepsud ja paiguta nad tabelisse sulle sobivasse kohta. Soovi korral võid tabelisse veel iseloomujooni lisada.

On mulle täiesti iseloomulik	On mulle küllaltki iseloomulik	On mulle veidi iseloomulik	Ei iseloomusta mind üldse

Kirjuta siia need iseloomumadused, mis aitavad sul edu saavutada:

.....  
.....  
.....  
.....

Kirjuta siia need iseloomumadused, mida tasuks endas arendada:

.....  
.....  
.....  
.....

## Viited sarnastele tegevustele

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Minu iseloomulikud omadused	Iseloom	Iseloomuomaduste tundmaõppimine ja vastava sõnavara omandamine	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht 2
2	Isiksuse omadused	Iseloom	Iseloomuomaduste tundmaõppimine ja vastava sõnavara omandamine	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht 3
3	Minu tugevad küljed	Iseloom	Enda iseloomuomaduste analüüsimine	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht 8
4	Esmamulje	Temperament, iseloom	Esmamulje olulisus	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht 21
5	Milisena teised mind näevad	Iseloom	Iseloomuomaduste võrdlemine teiste arvamusega	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 13-14
6	Tehke minust oma juht	Iseloom, temperament	Mõtlemine inimese mitmekülgse üle ja vajalikud omadused erinevates rollides	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 22-23
7	Räägi partnerile endast	Iseloom	Enda iseloomustamine ja selle kohta tagasiside saamine	Noorsootõtaja kultuuridevahelises kommunikatsioonis. Tartu, 2005, lk 58
8	Keda meenutab?	Iseloom	Teiste iseloomustamine ja enda kohta teadasaamine	Noorsootõtaja kultuuridevahelises kommunikatsioonis. Tartu, 2005, lk 58
9	Kes ma olen?	Iseloom	Enda ja teiste positiivsete külgede märkamine	Karjäär-redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. Tln, 1998, lk 41-43
10	Mina ja teised	Iseloom	Kuidas teised tajuvad mind ja mina teisi	Karjäär-redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. Tln, 1998, lk 43-44
11	Värviline mina	Iseloom	Inimesetundmise arendamine	Karjäär-redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. Tln, 1998, lk 44-46
12	Minu sõber	Iseloom	Isiksuse omaduste määratlemine	Karjäär-redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. Tln, 1998, lk 46-47
13	Kes on kes?	Iseloom	Isiksuseomaduste seos erinevate erialadega	Karjäär-redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. Tln, 1998, lk 48-50
14	Mina olen mina	Iseloom	Sõnavara tundmaõppimine seoses isiksuseomadustega	Tulevikuvõimaluste uurimine N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 24
15	Kas sa tunned ennast?	Iseloom	Iseloomuomaduste tundmaõppimine ja vastava sõnavara täiendamine	Teel töömaailma. T. Saksakulm. Ellervo, 2004, lk 6
16	Milised elukutsed sobivad minu iseloomustusega?	Iseloom	Iseloomuomaduste seostamine elukutsetega	Teel töömaailma. T. Saksakulm. Ellervo, 2004, lk 8
17	Oled Sa ekstraverit või introvert?	Temperament	Temperamendiomaduste selgitamine	<a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>
18	Testid koolinoortele	Temperament, iseloom	Temperamendi ja iseloomuomaduste selgitamine	<a href="http://www.tulevikuredel.ee">www.tulevikuredel.ee</a>

## 1.2. Isiksuseomadused: väärtused, vajadused, emotsioonid

### Käsitlus

Väärtused on inimeste poolt mitmeti tõlgendatavad. Erinevad uurijad on väärtusi erinevalt kirjeldanud, kuid mitte üheselt defineeritud.

### Näiteks:

Väärtuste tõeliseks allikaks on huvi – asjad on väärtusteks sedavõrd, kuivõrd nad on soovitatavad; mis tahes objekt muutub väärtuseks, niipea kui huvi, ükskõik missugune see ka ei oleks, on ta vastu ärganud (R. Perry).

S.H. Schwartz käsitleb väärtusi kui kriteeriume, mille abil inimesed annavad hinnangu tegevustele, teistele inimestele ja sündmustele. Väärtused on erineva tähtsusega soovitatavad eesmärgid, mis on inimese elus või mingi sotsiaalse olemusvormi jaoks juhtivaks printsiibiks (S.H. Schwartz, 1994).

Ka väärtuste liigitamiseks ei ole teoreetikutel ühtset jaotust. Neid on vaadeldud nii üksikisiku kui grupi tasandil, väärtussüsteemidena jne.

*Rokeach'i* kohaselt **väärtus on tunnetus soovitavast**. Seega mõjutavad väärtused inimeste käitumist ning määravad selle, mille poole elus püüelda.

*Milton Rokeachi* teooria kohaselt jaguneb inimese väärtustesüsteem kaheks:

#### 1) **lõppväärtused** ehk soovitatavad seisundid

Lõppväärtused peegeldavad soove, mida inimesed elu jooksul saavutada tahavad.

#### 2) instrumentaalsed ehk **abistavad** väärtused

Abistavad väärtused võimaldavad valida sobiv käitumisviis selleks, et lõpptulemuseni jõuda.

### Näiteks:

Seda aluseks võttes saab väita, et karjääriõpetusel on üks olulisi rõhuasetusi suunata õpilasi analüüsima, **miks ja kuidas väärtused** (näit. *õppimine on minu jaoks tähtis*) sillutavad teed tulevikuvõimalustele (näit. *põnev, võimalusterohke elu*). Huvipakkuv töö ja amet – mis väärtused on vajalikud sellele töötajale? Näiteks õpilase eneseanalüüs: „Minu jaoks on kõige tähtsam, et ...“ .

Väärtused kujunevad välja varases eas. Noorte väärtussüsteemi kujundavad kodu, kool, sõbrad jm ümbrus. Tähtis osa on meedial. Väärtustele on iseloomulik, et nad kujunevad pika aja vältel ja muutuvad aeglaselt. Oluline on noortele selgitada põhiväärtusi, ilma milleta on elus raske hakkama saada. Nendeks on sõprus, perekonna turvalisus, hea elujärg, eneseteostus, eluküpsus, huvitav elu, sotsiaalne tunnustus ja võrdsed võimalused kõigile.

Võib eristada kolme esinevat inimtüüpi:

- **Põhivajaduste inimesed** - inimesed, keda juhivad äraelamise väärtushinnangud, mis seostuvad ellujäämise põhitingimustega: toit, riided, eluruum, turvaline vanaduspõlv.
- **Välismaailma inimesed** - inimesed, keda juhivad heaolu kasvuga seostuvad väärtushinnangud, nt kord, auahnus, tõhusus, tootlikkus.
- **Sisemaailma inimesed** - inimesed, keda juhivad väärtushinnangud, mis seostuvad nende eneste sisemise arengu ning teiste eest hoolitsemise eeldustega, nt perekond, sõbrad, suhted, õnn, huvitav elu, hobid jms.

Erinevad uuringutulemused näitavad, et Eesti inimesed on edule orienteeritud. Ühiskonna arenguga kaasnevad alati ka muudatused inimeste väärtushinnanguis ja eelistuses. Liikumine heaoluühiskonna suunas suurendab sisemaailma inimeste osakaalu. Samal ajal taandub põhivajaduste inimeste arv.

Vtlisaks Eesti elavik 21. sajandi algul: ülevaade uurimuse *Mina. Maailm. Meedia tulemustes*. Tartu Ülikooli Kirjastus, 2004

On selge, et üksikisiku väärtused peavad sobituma töökoha organisatsioonikultuuriga. Põhikooli õpilastele on lihtne tuua sellekohaseid näiteid võrdluses klassikollektiiviga. Kas väärtustatakse koostööd, häid suhteid, abistatakse üksteist, austatakse igaüht jne?

Väärtussüsteemiga on tihedalt seotud vajadused, emotsioonid, motivatsioon ja huvid.

Vajadused on inimest liikumapanevaks ehk motiveerivaks jõuks. Inimese vajaduste struktuuris saame eristada olulisi osi: füsioloogilised vajadused, turvalisusvajadus, armastus- ja kuuluvusvajadus ning tunnustus- ja eneseteostusvajadus. Kas töö on üksnes äraelamise vahend? Või hoopis nauditav tegevus ja väljund isiku tugevatele külgedele?

Huvi on motivatsiooni oluline aspekt. Oskus oma võimeid ja teadmisi kasutada – see on üks edukas olemise eeldus. Maailma „tipptegijate“ järgi otsustades võib kindlalt väita, et inimene saavutab edu, kui tegutseb oma huviväljas.

Isiklik huvi- armastus mingi kindla ala vastu, nauding või tähenduslikkus.

Situatiivne huvi – lähtub keskkonnast. Näiteks tekstid, teatrietenduse või filmi vaatamine, mis huvi äratavad. Samuti kui pakub huvi mingi väliskeskkonnas aset leidev areng, mingi tegevuse tagajärg jms.

Huvi kui psüühiline seisund –isiklik huvi ja seda alalhoidev keskkond. See tähendab, et inimene on keskkonnas, mis pakub talle pidevalt võimalusi isikliku huvi rahuldamiseks.

Emotsioonide hulka kuuluvad nii positiivsed kui ka negatiivsed tundeelamused. Põhi-emotsioonideks peetakse õnnelikkust, üllatust, kurbust, hirmu, viha ja vastikust. Kõik ülejäänud emotsioonid on nende kombinatsioonid. Lisaks sellele eristatakse emotsionaalseid seisundeid: meeleolu, afekt, kirm, frustratsioon, ärevus ja stress.

Õpilasel on oluline tunndma õppida enda emotsioone ja tulla nendega toime, arendada endas emotsionaalset intelligentsust. Enda emotsioonide tundmine aitab vältida impulsiivseid tegusid ja valesid valikuid, sealhulgas haridustee ja tööga seotud valikuid.

## Maht

3 tundi

## Tegevused

5. Väärtused

6. Mida inimesed väärtustavad ehk mida peavad oluliseks?

7. Mida sa elus vajad?

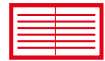
8. Milline on sinu saavutusvajadus?


9. Emotsioonid ehk tunded

10. Kuidas saad jagu halvast tujust?

## 5. Väärtused

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane mõistab väärtuste tähendust ja seost töömaailmaga.</li> <li>• Õpilane teab, mis on talle tulevases töös oluline.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 5 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Rühmatöö Arutelu
Aeg	~ 20 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilastel läbi lugeda töölehel olevate väärtuste kirjeldused ja valida välja enda jaoks olulisemad väärtused.</li> <li>• Valitud väärtustest õpilastel valida 3 tema jaoks eriti olulist.</li> <li>• Selgitada õpilastele valikute järjestamist.</li> <li>• Teha kokkuvõte, milliseid väärtusi hinnatakse klassis kõige rohkem. Selleks võib kasutada rühmatööd.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks on tähtis, et töökoht vastaks inimese väärtushinnangutele?</i></p>

## VÄÄRTUSED

### Õpilase tööleht 5

Mida sa oma tulevase töö juures hindad?

Järgneva loetelu abil saad kindlaks määrata, mis on sinu jaoks oluline.

Jooni alla need väärtused, mis on sinu jaoks olulised.

Seejärel määra kindlaks kolm sinu jaoks kõige tähtsamat väärtust. Selleks järjestada need tähtsuse järjekorras kirjutades väärtuste juurde järjekorranumbrid.


1. REISIMINE – töökoht nõuab sagedast reisimist.
2. VÕIM – juhid töökohal teisi inimesi.
3. KUULSUS – tõmbad endale alati tuntuse tõttu tähelepanu.
4. KONKURENTS – võistled töökohal teistega.
5. LOOVUS – kasutad oma kujutlusvõimet, et luua uusi viise millegi tegemiseks või ütlemiseks.
6. PAINDLIK TÖÖGRAAFIK – saad ise valida oma tööaega.
7. TEISTE AITAMINE – teenindad abivajajaid.
8. SÕLTUMATUS – otsustad ise, kuidas ja millist tööd teha.
9. MÕJUTAMINE – mõjutad teiste arvamusi ja otsuseid.
10. TÖÖ VÄRSKES ÕHUS – soovid töötada väljas.
11. FÜÜSILINE TÖÖ – töötad kohal, mis nõuab füüsilist pingutust.
12. INIMESTEGA SUHTLEMINE – töökoht, kus tegeled iga päev inimestega.
13. TÖÖ LASTEGA – sinu töö on laste õpetamine või nende eest hoolitsemine.
14. KÄSITÖÖ – töötad oma käte ja käsitööriistadega.
15. MASINATÖÖ – kasutad masinaid või muid seadmeid.
16. JÕUKUS – saad oma tööga teenida palju raha.
17. UURIMINE – otsid ja avastad uusi fakte ning rakendad neid.



## 6. Mida inimesed väärtustavad ehk mida peavad oluliseks?

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane mõistab erinevate elukutsete erinevaid väärtussüsteeme.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 6 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Rühmatöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilasel kirjutada töölehe vastavasse lahtrisse, mida ta antud elukutsete juures peab tähtsaks. Abiks on tabeli all olev väärtuste loetelu.</li> <li>• Tabeli viimasesse ritta õpilasel kirjutada, mida ta ise väärtustab.</li> <li>• Võib kasutada rühmatööd, et saada ülevaade, mida õpilased arvavad erinevate elukutsete esindajate väärtussüsteemist.</li> <li>• Selleks jagada õpilased rühmadesse. Iga rühm teeb kokkuvõtte kolme eriala väärtushinnangutest. Rühmatöö tulemused kanda suuliselt ette.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks võivad olla erinevate elukutsete esindajatel erinevad väärtused?</i></p>

## MIDA INIMESED VÄÄRTUSTAVAD EHK MIDA PEAVAD OLULISEKS?

### Õpilase tööleht 6

Mis sa arvad, mida väärtustavad nendel erialadel töötajad oma elus ja tegevuses? Kirjuta oma arvamus tabelisse eriala nimetuse järele. Et sul oleks lihtsam seda tabelit täita, on esimene eriala näitena juba tehtud. Jätka nüüd sina!


Arst	teiste abistamine, täpsus ja korrektsus, teadmiste omandamine
Õpetaja	
Juuksur	
Pankur	
Müüja	
Sportlane	
Autojuht	
Direktor	
Poliitik	
Talupidaja	
Advokaat	
Kohtunik	
Keevitaja	
Tisler	
Õmbleja	
<b>SINA ISE</b>	

**Väärtuste loetelu:** ausus, õiglus, teiste eest hoolitsemine, iseseisvus, näeb ruttu oma töö tulemusi, saa reisida, ei pea kontoris istuma, saab palju värskes õhus viibida, saab teisi juhtida, organiseerimine, uute asjade väljamõtlemine, omab võimu, saab esineda, toodab inimestele vajalikke tooteid/saadusi, saab kuulsaks, saab töötada omaette, saab töö eest kõrget palka, saab ennast pidevalt proovile panna, saab teistele kasulik olla, saab teha praktilist tööd, töö on kogu aeg loominguline, lihtne töö.

## 7. Mida sa elus vajad?

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane mõistab, mis on vajadus.</li> <li>• Õpilane mõistab enda seost erinevate vajadustega.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 7 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Paaristöö
Aeg	~ 25 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilastel paigutada töölehel olevad vajadused sobivatesse tabeli osadesse. Selleks kasutada tabeli all olevat vajaduste loetelu.</li> <li>• Soovi korral lisada tabelisse omapoolseid vajadusi.</li> <li>• Õpilasel võrrelda tulemusi pinginaabri omadega.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks: <i>Kuidas võivad vajadused mõjutada meie igapäevast tegevust?</i></p>

## MIDA SA ELUS VAJAD?

Õpilase tööleht 7

Tabelisse on kirjutatud mitmesugused tegevused, mis kuuluvad meie igapäevase elu juurde. Kirjuta igasse alarühma tabeli all olevast tegevuste loetelust need, mida sina vajad. Lisa igasse rühma omalt poolt juurde veel tegevusi, mida just sina vajad ja mis on sinu jaoks tähtsad.

PÕHIVAJADUSED ILMA MILLETA INIMENE EI SAA ELADA	SUHTLEMINE JA TEISTE INIMESTE HULKA KUULUMINE	EESMÄRKIDE POOLE LIIKUMINE EHK ENESETEOSTUS
<i>Liikumine</i>	<i>Sõbrustamine</i>	<i>Sportimine</i>
<i>Hügieen</i>	<i>sünnipäevadel käimine</i>	<i>Õppimine</i>

**Tegevused:** söömine, vanematega reisimine, eriala õppimine, olümpiaadidel osalemine, teatrikülastused, magamine, joomine, klassis vastamine, töötamine, hobidega tegelemine, hingamine, huviringis käimine, tervise hoidmine, raamatute lugemine, internetis suhtlemine, puhkamine, karjääriplaneerimine, muusikariista harjutamine.

**Millised vajadused on sinu jaoks kõige olulisemad?**

.....

.....

.....

.....

.....

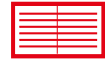
.....


.....

.....

## 8. Milline on sinu saavutusvajadus?

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane teab, mis on saavutusvajadus ja seostab seda oma eesmärkidega.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 8 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Paaristöö Rühmatöö
Aeg	~45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilasel hinnata iga saavutusvaldkonda. Hindamine toimub kümnepallisel skaalal. Sobiv number märkida ringiga.</li> <li>• Õpilasel võrrelda oma tulemusi pinginaabri omadega.</li> <li>• Rühmatöona teha kokkuvõtte enamhinnatud saavutusvaldkondade kohta. Klass jagada rühmadeks, iga rühm loeb oma töölehtedelt kokku, millised olid kõige rohkem punkte saanud saavutusvaldkonnad.</li> <li>• Rühmatöö tulemused kantakse suuliselt ette.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks on tähtis, et inimesed tahaksid elus midagi saavutada?</i></p> <p><i>Nimetage inimesi, kes on elus midagi olulist saavutanud (need võivad olla pereliikmed, tuttavad, kuulsused jne).</i></p>

## MILLINE ON SINU SAAVUTUSVAJADUS?

### Õpilase tööleht 8

Inimestel on palju erinevaid vajadusi. Kõik me tahame süüa, juua, magada, tegutseda, olla armastatud, suhelda sõpradega. Lisaks sellele tahame ka midagi saavutada. Meie eesmärgid võivad olla kas kergemini või raskemini, kiiremini või pikema aja vältel saavutatavad.

**Mõtle, mida sooviksid sina saavutada? Märgi kümnepallisel skaalal, kui tähtsad on sinu jaoks need saavutused?**

<b>Korralik haridus</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Võõrkeelte oskus</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Sportlikud saavutused</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Lõbustused</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Raha</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Suhted sõpradega</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Hea töökoht</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Palju reisida</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Perekond</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Teiste abistamine</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Iseseisvus</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Teiste juhtimine</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

<b>Tähelepanu keskmes olemine</b>									
Vähe tähtis			Keskmiselt tähtis				Väga tähtis		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Võrdle oma tulemusi pinginaabri omadega, mida märkasid?

.....  
 .....

## 9. Emotsioonid ehk tunded

### Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane teab 6 põhiemotsiooni ja seostab neid iseenda elukogemustega.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 9 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Rühmatöö
Aeg	~ 35 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilasele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilasel kirjutada töölehele, mis võib esile kutsuda erinevaid emotsioone.</li> <li>• Jagada klass 4-ks rühmadeks. Iga rühm teeb ülevaate kahe emotsiooni kohta. Nii saavad lapsed hea ülevaate, millised sündmused kutsuvad esile erinevaid emotsioone.</li> <li>• Rühmatöö tulemusena esitada kokkuvõtted: miimika ning kehakeele abil väljendada vastavaid emotsioone.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Kuidas võivad emotsioonid õppimist mõjutada?</i></p> <p><i>Kas inimesed saavad oma tundeid mõjutada?</i></p>






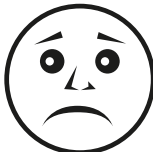




## EMOTSIOONID EHK TUNDED

### Õpilase tööleht 9

Meie ümber toimub pidevalt erinevaid sündmusi, mis meid mõjutavad. Vahel on see mõju hea, vahel häiriv.

Arvatakse, et mõned emotsioonid ehk tunded on omased enamikule inimestest. Selliseid emotsioone on kuus: rõõm, üllatus, kurbus, hirm, viha, vastikus.


**Püüa siia kirja panna, mis sinus selliseid tundeid tekitavad:**

Mille üle rõõmustad?		Mis tekitab sinus viha?	
Mille peale üllatud?		Miks oled kurb?	
Mis sind naerma ajab?		Mis tekitab sinus hirmu?	
Mida sa naudid?		Mis tekitab sinus vastikust?	

## 10. Kuidas saad jagu halvast tujust?

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane teab, kuidas toime tulla erinevate emotsioonidega ja säilitada positiivne meeleolu.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 10 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Rühmatöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet</li> <li>• Julgustada õpilasi leidma lisaks töölehel olevatele hea tuju säilitamise viise.</li> <li>• Rühmatööna teha suulised kokkuvõtted selle kohta, kuidas on võimalik säilitada hea tuju. Selleks jagada õpilased rühmadesse. Iga rühm valib töölehtedelt need võimalused halvast tujust jagusaamiseks, mis on kõigil rühmaliikmetel ühesugused või sarnased. Rühmas arutada läbi ka suuremad erinevused.</li> <li>• Rühmatöö tulemused esitada suuliselt.</li> <li>• Rääkida õpilastele emotsionaalsest intelligentsusest.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Kas kõik inimesed käituvad halva tujuga ühtemoodi?</i></p> <p><i>Miks on tähtis, et inimene säilitaks enesekontrolli ka keerulistes olukordades?</i></p> <p><i>Kuidas mõjutavad meie tunded suhtlemist teiste inimestega?</i></p>

## KUIDAS SAAD JAGU HALVAST TUJUST?

*Õpilase tööleht 10*

Vahel juhtub, et mingil põhjusel on tuju halb. Keegi meist ei soovi, et see halb tuju pikalt kestaks. Seetõttu on sul kindlasti omad nipid, kuidas halvast tujust jagu saada.

1. Tõmba joon alla nendele tegevustele, mis su meeleolu parandavad. Kui siit loetelust on midagi olulist puudu, siis lisa omalt poolt juurde.

- Vestlus sõbraga
- Vestlus vanematega või lähedastega
- Jalutamine
- Tegelemine spordiga
- Söömine
- Maiustamine
- Uute asjade ostmine
- Kinokülastus
- Raamatu lugemine
- Muusika kuulamine
- Koristamine
- Laulmine või ümisemine
- Veekeskuse külastamine
- Magamine
- Lemmikloomaga tegelemine
- Toiduvalmistamine
- Torisemine
- Karjumine
- Tülitsemine
- Vihane olek

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

2. Mis sa arvad, miks on vaja, et inimene oskaks säilitada positiivse meeleolu ka nendes olukordades, mis ei ole eriti meelepärased (nii koolis kui ka tulevikus tööl ja suhetes pereliikmete ja sõpradega)?

.....

.....

.....

**Viited sarnastele tegevustele**

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Pildid minu elust	Väärtused	Mida elus väärtustatakse	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 5
2	Mida ma elus vajan?	Vajadused	Enda vajaduste peale mõtlemine	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 9
3	Mida ma elus hindan	Väärtused	Mis on mulle mu tulevase töö juures tähtis	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 12
4	Väärtused	Väärtused	Mida elus hindad	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 14
5	Vajadused	Vajadused	Millised vajadused mõjutavad minu tegevust	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 17-18
6	Väärtused	Väärtused	Töötamisega seotud põhiväärtused	Testid ja küsimustikud kutse- ja personali- valikuks. Ülle Suur 2006, lk 98-99
7	Kas suudad end valitseda?	Emotsioonid	Test enesekontrolli kohta	Testid ja küsimustikud kutse- ja personali- valikuks. Ülle Suur 2006, lk 170-171
8	Väärtused	Väärtused	Väärtushinnangute seostamine töötamisega	Tähelepanu-tulevik! N. Perry, Z. VanZandt. TIn, lk 39-40
9	Väärtused	Väärtused	Mida tahan erinevates valdkondades saavutada	Karjäär - redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. TIn, 1998, lk 33-34
10	Mõttele positiivselt	Emotsioonid	Positiivse ellusuhtumise harjutamine ja vastava sõnavara leidmine	Karjäär - redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. TIn, 1998, lk 72-73
11	Mida pead tulevases töös tähtsaks	Väärtused	Töö põhiväärtuste peale mõtlemine ja endaga ühendamine	Teel töömaailma. T. Saksakulm. Ellervo, 2004, lk 30-31
12	Näitleja valikud	Väärtused	Töö- ja elustiili väärtustamine	Unistused versus tegelikkus. TIn, 2006, lk 50
13	Kelle kingad?	Emotsioonid	Empaatiavõime arendamine	D. Shapiro. Konflikt ja kommunikatsioon 1995, lk 179-180
14	Tehke minust oma juht	Iseloom, temperament	Mõtlemine inimese mitmekülguse üle ja vajalikud omadused erinevates rollides	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 22-23

### 1.3 Isiksuseomadused: võimed, huvid ja oskused (üldoskused, erioskused)

#### Käsitlus

Võimete alged on sünnipäraselt ette antud ja me saame oma võimeid elu jooksul tegevuse kaudu arendada. Võimeid saame jagada keelelisteks, loogilis-matemaatilisteks, ruumilisteks, kehalisteks, muusikalisteks ja personaalseteks (seotud suhtlemisega).

Huvisid on võimalik jaotada mitmeti. On olemas materiaalsed, vaimsed ja sotsiaalsed huvid. Ulatuse järgi saab jagada huvid laiadeks ja kitsasteks. On olemas ka püsivad ja lühiajalised huvid.

Huvid ja võimed soodustavad oskuste väljakujunemist. Oskused kujunevad ja arenevad tegevuses. Üldoskusi saab kasutada erinevates olukordades (nt suhtlemis-, organiseerimis- ja arvutioskus). Erioscused on vajalikud konkreetsete tööülesannete täitmisel (nt masinakirjaoskus, programmeerimine, lillede istutamine).

Huvidega tegelemine aitab õpilasel endas paremini selgusele jõuda, avastada enda tugevad ja nõrgad küljed ning teha sobivamaid karjääriotsuseid.

#### Maht

2 tundi


#### Tegevused

11. Mida arvad enda võimete kohta?
12. Võimed
13. Mida sulle meeldib teha?
14. Huvid
15. Mida oskad teha?
16. Suhtlemisoskus

## 11. Mida arvad enda võimete kohta?

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane analüüsib enda võimeid.</li> <li>• Õpilane teab enda võimekuse tugevaid külgi.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 11 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö
Aeg	~45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada töölehe ülesannet.</li> <li>• Juhtida õpilaste tähelepanu sellele, et nad vastaksid igale väitele eraldi ja teeksid kokkuvõtte iga võimete gruppi kohta. Kokkuvõtlik number kirjutada õpilasel võimekusgrupi nimetuse all olevasse suurde kollasesse ruutu.</li> <li>• Juhendada õpilasi, et igaüks teeks kokkuvõtted selle kohta, millised võimekusgrupi tulemused on neil kõige tugevamad. See tulemus kirjutada õpilastel vabas vormis töölehe lõpus olevale punktiirjoonele.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks: <i>Kas kõik inimesed on milleski võimekad? Põhjendada!</i></p>

## MIDA ARVAD ENDA VÕIMETE KOHTA?

Õpilase tööleht 11

Inimesed on võimekad väga erinevates valdkondades. Mõnel on hea lauluhääl, teine on jälle tubli spordis. Mis sa arvad, millised on sinu võimed?

Kirjuta iga tegevuse järgi endale hinne kümne palli süsteemis. Mida suurem number, seda paremini õnnestub sul see tegevus.

**Kirjuta, mitu punkti said iga võime kohta suure ruudu sisse.**

Keelelised võimed

Oskan ennast hästi väljendada

Kirjutan hästi kirjandeid

Mul õnnestuvad hästi jutustavad ained

Matemaatilised võimed

Oskan hästi arvutada

Mul on head tulemused reaalainetes

Oskan planeerida enda kulutusi

Ruumiline kujutlusvõime

Oskan ette kujutada, kuidas näeb välja maja selle külje pealt, mida ei ole näha

Leian hästi võõras linnas üles vajaliku koha

Mulle meeldib joonestada

Kehalised võimed

Olen spordis osav

Minu liigutused on sujuvad

Olen osav käsitöös ja meisterdamises

Muusikalised võimed

Oskan laulda

Mulle meeldib mängida mõnda pilli

Tahan osaleda või osalen mõnes ansamblis või kooris

Võime mõista teisi inimesi

Kuulan meelsasti, mida teised mõtlevad või tunnevad

Oskan suhelda erinevate inimestega

Mind kutsutakse sageli kaasa erinevatele üritustele

Võime mõista iseennast

Saan aru oma tunnetest ja käitumise sügavamatest põhjustest

Mulle meeldib enda üle mõtiskleda

Unistan sageli sellest, mis kõik võiks minuga juhtuda

Mida saad enda võimete kohta kokkuvõtlikult öelda?

.....

.....


.....

.....

## 12. Võimed

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab analüüsida enda võimeid.</li> <li>• Õpilane teab teiste arvamust enda kohta.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 12 Lipikud õpilaste nimedega Kirjutusvahend Valge paber, lipikud õpilaste nimedega
Meetodid	Individuaalne töö Paaristöö Arutelu
Aeg	~40 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Jaotada õpilastele lipikud nimedega, iga õpilane saab ühe lipiku.</li> <li>• Juhtida õpilaste tähelepanu sellele, et nad mõtleksid hoolega, mida oma klassikaaslase kohta kirjutada.</li> <li>• Anda aega klassikaaslasele küsimuste esitamiseks.</li> <li>• Selgitada õpilastele küsimustele vastamise olulisust.</li> <li>• Lasta õpilastel anda kirjutatud iseloomustused klassikaaslastele.</li> <li>• Anda õpilastele aega oma iseloomustuse uurimiseks.</li> <li>• Anda soovijatele võimalus välja öelda oma arvamus saadud tulemuste kohta.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks on oluline tunda enda võimeid?</i></p> <p><i>Kuidas on võimalik edasiõppimisvõimalusi valides arvestada enda võimetega?</i></p>



## VÕIMED

### Õpilase tööleht 12

Vali koos kaaslasega (pinginaaber) õpetaja käest kaks lipikut nimedega ja kaks lehte paberit. Kummagi lipiku peal on ühe klassikaaslase nimi. Kui juhtub sinu enda või kaaslase nimega lipik, siis vahetage need ringi.

Nüüd arutage pinginaabriga ja pange koos kirja kahele eraldi paberile, milles on need kaks klassikaaslast võimekad. Mõelge nii selle peale, mida te koolis olete tähele pannud, kui ka selle peale, mida teate nende vaba aja tegemistest.

Kui te ei tunne klassikaaslast küllalt hästi, siis püüdke esitada talle selliseid küsimusi, mille abil saate tema kohta rohkem teada.

Kui teil on ülesanne valmis, siis andke paberid oma arvamusel nende klassikaaslastele, kelle kohta te oma arvamust avaldasite.

### **Vaata, mis on sinu enda kohta kirjutatud?**

Millega oled nõus?

.....

.....

.....

.....

Millega ei ole nõus?

.....

.....

.....

.....

Milliseid võimeid tahaksid veel arendada? Põhjenda!

.....

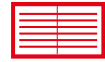
.....


.....

.....

### 13. Mida sulle meeldib teha?

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab analüüsida enda huvisid ja märkab huvialadega tegelemise kasulikkust.</li> <li>• Õpilane teab, kas ta on rohkem üksi- või koostegutseja.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 13 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Avalik esinemine
Aeg	~ 25 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilastel meelde tuletada võimalikult palju tegevusi, mida nad saavad huvialade alla paigutada.</li> <li>• Soovijatele võimaldada esineda kokkuvõttega enda huvidest.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Millised huvid soodustavad teistega suhtlemist?</i></p> <p><i>Milliste huvialadega saab tegelda enamasti üksi?</i></p> <p><i>Millised huvialad on kõige kulukamad?</i></p>

## MIDA SULLE MEELDIB TEHA?

### Õpilase tööleht 13

1. Kirjuta tabeli esimesse veergu tegevusi, mis sulle meeldivad. Need võivad olla kinos käimine, raamatute lugemine, jalgpalli mängimine, joonistamine, metsas jalutamine, sõpradega rääkimine, ristsõnade lahendamine jms.
2. Vaata loetelu uuesti läbi ja kirjuta tabeli teise veergu, kas soovid seda teha koos sõpradega (K) või üksinda (Ü).
3. Viimane veerg tähistab sagedust. Kui oled selle huvialaga tegelnud viimase kuu jooksul, tee sellesse veergu "linnuke".

Tegevus	Koos/üksinda märgi K või Ü	Viimase kuu jooksul märgi ✓

Vaata tabel veel kord üle ja kirjuta siia, millega tegeled kõige sagedamini:

.....

.....


.....

.....

## 14. Huvid

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab huvialade mitmekesisust ja võimalust valida endale uusi huvialasid.</li> <li>• Õpilane teab huvide seotust eriala ja töökoha valikuga.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 14 Kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö Paaristöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht.</li> <li>• Alustada tabeli täitmist koos, selgitada ülesande sisu ja näidet.</li> <li>• Julgustada õpilasi selleks, et nad kindlasti märgiksid enda huvialad ja mõtleksid nende seotuse peale erinevate erialadega.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:  <i>Millised huvid on inimest arendavad?</i>  <i>Kas inimesel võib olla ka teda kahjustavaid huvisid?</i></p>

## HUVID

### Õpilase tööleht 14

Huvidega tegelemine arendab sind ja võib aidata teha valikut, milline eriala ja milline töökoht valida.

Kirjuta tabeli esimesse veergu erinevaid huvisid, millega inimesed tegelevad. Teise veergu kirjuta, mida need huvid inimeses arendavad ja kolmandasse veergu kirjuta, milliste erialade juures võib nendest huvidest kasu olla.

Kirjuta tabelisse ka enda kolm kõige olulisemat huviala, mida need arendavad ja milliste erialade juures võib neid vaja minna.

Huvid	Mida arendab	Milliste erialade juures läheb vaja
Markide kogumine	Täpsust, järjekindlust, silmaringi, teadmisi	Arst, matemaatik, pankur

Minu huvid	Mida arendab	Milliste erialade juures läheb vaja

Võrdle enda huvisid pinginaabri omadega. Mida märkad?

.....

.....


.....

.....

## 15. Mida oskad teha?

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane teab enda oskusi ja suudab neid põhjendada.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 15 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Paaristöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet. Selleks juhendada õpilasi, et nad täidaksid tabeli parempoolse veeru. Vajadusel seletada õpilastele oskuste tähendusi.</li> <li>• Soovi korral võimaldada õpilastel täita tööleht paarilise kohta.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks: <i>Millised oskused aitavad koolis hästi edasi jõuda?</i> <i>Kuidas on võimalik uusi oskusi juurde õppida?</i></p>

## MIDA OSKAD TEHA?

Õpilase tööleht 15

Kindlasti oskad teha paljusid asju! Kirjuta tabeli paremasse veergu, millega tõestad, et sul on olemas oskused nendes valdkondades, mis on tabeli vasakus veerus. Kui sa mõnda asja ei oska teha, siis jäta see rida tühjaks. Esimene oskus on näitena juba ära tehtud.

Nüüd jätkka sina!

Oskan	Tõestan, et oskan
teistega suhelda	kuulan, kui teistel on mulle midagi öelda
teistega hästi läbi saada	
midagi organiseerida	
kõnet pidada	
teisi juhendada	
teisi õpetada	
oma tuba remontida	
autot remontida	
toitu valmistada	
koristada	
luuletusi kirjutada	
õppida	
olla tubli mingil alal	
sportida	
ehitada	
teha uurimistööd	
teisi veenda	
uusi ideid välja mõelda	
otsustavalt tegutseda	
oma tegevust planeerida	
joonistada	
laulda	
tantsida	
arvutil töötada	

Kirjuta siia need oskused, mille üle tunned uhkust!

.....

.....


.....

.....

## 16. Suhtlemisoskus

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab analüüsida enda suhtlemisoskusi.</li> <li>• Õpilane oskab arvestada teiste arvamusega enda kohta.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 16 Lipikud õpilaste nimedega Kirjutusvahend Liim
Meetodid	Individuaalne töö Paaristöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Jagada lipikud nimedega (iga õpilane saab ühe lipiku).</li> <li>• Selle kaaslase kohta, kelle nimi on lipikul õpilasel täita töölehe parem pool (lõikejoonest paremal).</li> <li>• Peale töölehtede täitmist õpilasel lõigata leht mööda lõikejoont pooleks ja anda õpilasele, kelle kohta töölehe parem pool täideti.</li> <li>• Õpilastel soovi korral liimida saadud töölehe parem poole enda töölehe külge mööda lõikejoont.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Kuidas on võimalik enda suhtlemisoskusi arendada?</i></p> <p><i>Millised suhtlemisoskused aitavad uues keskkonnas hakkama saada?</i></p>



## SUHTLEMISOSKUS

### Õpilase tööleht 16

<p>1. Hinda kõrvuti enda ja oma kaaslaste suhtlemisoskusi. Õpetaja käest saad lipiku selle kaaslaste nimega, kelle suhtlemisoskusi hindad. Tee vastavasse lahtrisse rist.</p> <p>2. Lõika paber mööda lõikejoont pooleks ja anna kaaslastele tema kohta täidetud osa ning küsi kaaslaselt sinu kohta antud hinnang endale.</p> <p>Liimi saadud hinnanguleht mööda lõikejoont enda töölehe külge.</p>	<p>Võrdle endale antud hinnanguid kaaslaste poolt sinule antud hinnangutega. Mida märkad?</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
--	--

Suhtlemisoskus	Minu nimi		Kaaslaste nimi	
	Eriti ei oska	Oskan mingil määral	Eriti ei oska	Oskan mingil määral
Räägin teistega hea meelega				
Hoolin teiste tunnetest				
Kuulan teised ära				
Loon kergelt suhteid ka võõrastega				
Saan hakkama ka ebameeldivate kaaslastega				
Ei vihasta kergesti				
Saan aru, et teised võivad mõelda minust erinevalt				
Ei kaota kergesti enesevalitsemist				
Oskan tülisid klaarida				
Oskan käituda seltskonnas				
Säilitan hea tuju ka võõras keskkonnas				
Oskan leida õige jututeema				

## Viited sarnastele tegevustele

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Minu saavutused	Võimed, oskused	Mida ja tänu millistele omadustele oled saavutanud	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 6
2	Minu kordaminekud	Võimed, oskused	Mida ja tänu millistele omadustele oled saavutanud	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 7
3	Huvid	Huvid	Huvide peale mõtlemine	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 15
4	Mida mulle meeldib teha	Huvid	Huvide sorteerimine	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 16
5	Mida tahan paremini teha?	Võimed, oskused	Võimete arendamise võimalused	Elutee planeerimine. TIn, 2004. Õpilase tööleht 19
6	Minu oskuste raamat	Oskused	Positiivsete külgede avastamine	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 10-12
7	Veenmisoskus	Oskused	Enda läbirääkimis- ja veenmisoskuste katsetamine	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform 2003, lk 31-36
8	Huvide portree	Huvid	Enda tugevate huvide väljasegitamine	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 21
9	Testi oma huvisid	Huvid	Huvide seos erinevate elukutserühmadega	Testid ja küsimustikud kutse- ja personalivalikuks. Ülle Suur. 2006, lk 112-120
10	Kas oled hea suhtleja?	Oskused	Suhtlemisoskuste testimine	Testid ja küsimustikud kutse- ja personalivalikuks. Ülle Suur. 2006, lk 156-162
11	Mis meeldib, mis pakub huvi?	Huvid	Huvide ja harrastuste meenutamine ja praeguste huvide ülesmärkimine	Karjäär - redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. TIn, 1998, lk 35-37
12	Minu oskused	Oskused	Oskuste hindamine ja enesevaatluse arendamine	Karjäär - redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. TIn, 1998, lk 57-58
13	Oskused ja võimed	Oskused, võimed	Enda võrdlemine teistega ja enda oskuste ja võimete taseme hindamine	Karjäär - redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. TIn, 1998, lk 59-60
14	Suhtlemisoskus	Oskused	Enda suhtlemisoskuste hindamine	Karjäär - redel või tee? P. Jamnes, K. Savisaar. TIn, 1998, lk 61-62
15	Minu vaba aeg	Huvid	Huvide ja elukutsete seostest	Tulevikuvõimaluste uurimine N. Perry, Z. VanZandt. TIn, 1999, lk 27-28
16	Tunne oma võimeid ja oskusi	Võimed, oskused	Erinevate võimete teadvustamine ja enda võimete testimine	Teel töömaailma. T. Saksakulm. Ellervo, 2004, lk 11-28
17	Tehke minust oma juht	Iseloom, temperament	Mõtlemine inimese mitmekülguse üle ja vajalikud omadused erinevates rollides	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 22-23

## 1.4 Minapilt ja enesehinnang

### Käsitlus

Minapilt on ettekujutus sellest, kuidas inimene iseennast näeb ja mõistab. Minapilt kujuneb kõigi nende teadmiste, oskuste ja kogemuste põhjal, mis inimesel on. Lapsepõlv ja noorus on minapildi kiire kujunemise aeg teistelt saadud hinnangute, isiklike õnnestumiste ja ebaõnnestumiste kaudu.

Minapildi alusel kujuneb enesehinnang.

- Enesehinnang iseenda isiksuseomaduste tundmise põhjal. Isiksuseomaduste tundmaõppimise kaudu kujuneb välja adekvaatne ehk kohane enesehinnang. See eeldab enda temperamendi- ja iseloomuomaduste, väärtuste, vajaduste, emotsioonide, võimete, huvide ja oskuste tundmist.
- Enesehinnang iseenda väärtustamise järgi – eneseaustus.

Selle alusel saab enesehinnangut jagada madalaks, adekvaatseks ja kõrgeks. Madala enesehinnangu korral ei julge noor võtta endale vastutust keerukamate ülesannete täitmise eest. Tema eneseaustus on väga kõikuv ja sõltub sageli teiste arvamusest. Adekvaatse enesehinnanguga inimene teeb valikuid enda isiksuseomaduste põhjal. Adekvaatse enesehinnangu kujunemine on karjääri planeerimise seisukohalt väga tähtis, kuna see aitab iseseisvaid otsuseid vastu võtta. Kõrge enesehinnanguga inimene peab ennast teistest paremaks, mis võib kaasa tuua tagasilööke ja raskusi suhtlemisel ning karjääri planeerimisel.

Tänu enda isiksuseomaduste teadlikule tundmaõppimisele suudab õpilane toetuda karjääriplaneerimisel oma tugevatele külgedele. Õpilane teadvustab ka enda nõrkusi ja vajadusel ning võimalusel tegeleb nende arendamisega. Minapildi suhteline stabiilsus on aluseks noore inimese väljakujunemisele ja eneseteostusele.

### Maht

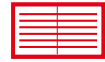
2 tundi



### Tegevused

17. Kokkuvõtte eneseanalüüsist
18. Millised on sinu elurollid?

## 17. Kokkuvõtte eneseanalüüsist

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane teab enda erinevaid isiksuseomadusi.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 17 või leht valget paberit Täidetud töölehed õpimapist Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne kirjalik töö Kodune töö
Aeg	~ 45 min, vajadusel lõpetada kodus
Tegevuse kirjeldus	<p>Selle ülesande täitmiseks on kaks erinevat võimalust:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jagada õpilastele töölehed eneseanalüüsi kokkuvõtte tegemiseks. Selgitada, kuidas nad saavad kasutada õpimappi kogunenud töölehti. Näitena võib koos ära teha kokkuvõtte esimese osa.</li> </ol> <p>Esimese võimaluse korral valmib õpilase erinevate töölehtede tulemusi koondav kokkuvõtte enda isiksuseomadustest. </p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Jagada õpilastele valged lehed eneseanalüüsi kokkuvõtte tegemiseks. Soovijatele anda võimalus teha kokkuvõtte vabas vormis. Sellisel juhul rõhutada, et nad kokkuvõttes kirjutaksid võimalikult paljudest enda isiksuseomadustest, mitte eluloost.</li> </ol> <p>Teise võimaluse korral valmib vabas vormis kirjeldus enda isiksuseomaduste kohta. </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kokkuvõttes sisalduvat enesekohast informatsiooni saab kasutada kõigis otsustamist eeldavates karjääri planeerimise situatsioonides (näiteks erialavalik, tööleminek, tööintervjuu).</li> </ul>

## KOKKUVÕTE ENESEANALÜÜSIST

### Õpilase tööleht 17

Sa oled täitnud mitmesuguseid ülesandeid ja harjutusi selleks, et enda isiksuseomadusi paremini tundma õppida. Järgnevalt tee kokkuvõtte sellest, mida oled enda kohta teada saanud. Selleks saad kasutada neid töölehti, mida oled enda kohta täitnud. Et sul oleks kokkuvõtet pisut lihtsam teha, siis on siin lehel ka väike plaan selle kohta, mida võid kirjutamisel arvestada.

#### Minu isiksuse omadused:

Temperament .....

.....

Iseloom .....

.....

Vajadused .....

.....

Väärtused .....

.....

Emotsioonid .....

.....

Võimed .....

.....

Huvid .....

.....

Oskused .....

.....

Enesehinnang .....

.....

Tahaksin endas arendada .....

.....

.....

Olen enda üle uhke sellepärast, et .....


.....

.....

## 18. Millised on sinu elurollid?

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab elurollide mitmekesisusest.</li> <li>• Õpilane oskab näha seost praeguste ja tulevaste elurollide vahel.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 18 Kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö Paaristöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Julgustada neid mõtlema ja täiendama tabelis olevate elurollide loetelu, pöörata tähelepanu elurollide muutumisele.</li> <li>• Vajadusel selgitada õpilastele elurolli mõistet.</li> <li>• Õpilasel leida paarilise kohta veel vähemalt üks eluroll, mida tema tabelis ei ole.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Millised kohustused kaasnevad õpilase rolliga?</i></p> <p><i>Milliseid rolle on kõige kergem täita?</i></p> <p><i>Milliseid rolle on kõige raskem täita?</i></p>

## MILLISED ON SINU ELUROLLID?

### Õpilase tööleht 18

Inimesed täidavad oma elu jooksul palju erinevaid rolle ehk osasid. Näiteks sinu klassijuhataja on lisaks sellele veel ka kellegi tütar või poeg, ta võib olla ka kellegi ema või isa, kellegi õde või vend. Inimese rollid muutuvad elu jooksul. Mis sa arvad, milliseid rolle täidad sa oma elus praegu ja milliseid tahaksid veel täita? Tee tabeli teise ja kolmandasse veergu sinu valikutele vastavatesse kohtadesse ristikesed.

Minu rollid	Praegu	Tulevikus
Laps		
Tütar, poeg		
Õde, vend		
Ema, isa		
Tädi, onu		
eestimaalane		
Õpilane		
Üliõpilane		
Kutsekooli õpilane		
Sõber, sõbranna		
Töötaja		
sportlane		
Poliitik		
Lemmiklooma omanik		
Huviklubi liige		
Firma juht		
Töökaaslane		

Kui arvad, et sul on praegu või tulevikus veel rolle täita, mida ei ole siin tabelis, siis kirjuta need lisaks.

Võrdle oma elurolele kaaslaste tulemustega. Millised rollid on teil erinevad?

.....

.....

.....

.....

## Viited sarnastele tegevustele

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Head sündmused minu elus	Enesehinnang	Enesehinnangut toetavate omaduste selgitamine	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht 18
2	Minu rollide labürint	Enesehinnang	Ettekujuvus enda poolt täidetavatest osadest	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht 22
3	Millised on rollid meie peres?	Enesehinnang	Ootused enda isikule, enda väärtustamine	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht 23
4	Mis on edu?	Enesehinnang	Mõtlemine sellele, mida positiivset olen korda saatnud	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 15-16
5	Minu edusammud	Enesehinnang	Saavutustele mõtlemine	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 19-20
6	Rollid, mida ma esitan	Enesehinnang	Elurollide paljusus	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 21-22
7	Minu roll maailmas	Enesehinnang	Mina kui maailmakodanik ja vastutustunne	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 24-25
8	Eneseaustus	Enesehinnang	Tugev ja nõrk eneseaustus	Testid ja küsimustikud kutse- ja personaliivalikuks. Ülle Suur. 2006, lk 84-86
9	Iseloomustav puu	Enesehinnang	Enesehinnangu komponendid, üldistus enda erinevatest omadustest	Noorsootõtaja kultuuridevahelises kommunikatsioonis. Tartu, 2005, lk 59
10	Kuidas mul läheb?	Enesehinnang	Enda õppeedukuse hindamine ja võimalikud arengud	Tulevikuvõimaluste uurimine N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 26
11	Õppimisstiil	Enesehinnang	Milliseks hindad enda õppimisstiili	Tulevikuvõimaluste uurimine N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 36-37
12	Autoportree	Enesehinnang	Enda omaduste väljendamine kas sõnas või pildis	Tulevikuvõimaluste uurimine N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 41
13	Kuidas enesest lugupidamine avaldub?	Enesehinnang	Eneseaustuse ja enesekindluse sisendamine	Teel töömaailma. T. Saksakulm, Ellervo, 2004, lk10
14	Õpi tundma oma kutsesuundumust	Enesehinnang	Isiksuseomaduste, väärtushinnangute, huvid ja oskuste üldpildi järgi sobiva töökeskonna valimine	Teel töömaailma. T. Saksakulm, Ellervo, 2004, lk 32-42
15	Tehke minust oma juht	Iseloom, temperament	Mõtlemine inimese mitmekülguse üle ja vajalikud omadused erinevates rollides	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 22-23



## TEEMA 2: ÕPPIMISVÕIMALUSTE JA TÖÖMAAILMA TUNDMINE NING SELLE TÄHTSUS KARJÄÄRIPLANEERIMISEL

### Õpitulemused

#### Õpilane:

- teab tööturu üldist olukorda, prognoose ja vajadusi, erinevaid ettevõtluse vorme;
- teab kutseid ja ameteid ning kohalikke majandustegevuse valdkondi;
- oskab leida infot tööturu kohta;
- teadvustab ennast tulevase töötajana;
- teab haridustee jätkamise võimalusi, oskab näha hariduse ja tööturu vahelisi seoseid.

#### Terminid

<b>Amet</b>	Kindlate tööülesannete ja vastutusega tööalane tasustatav tegevus.
<b>Ametikoht</b>	Konkreetne tööülesannete ja vastutuse kogum organisatsioonis või asutuses teatud töö tegemiseks.
<b>Bakalaureuseõpe</b>	on kõrghariduse esimese astme õpe, mille kestel üliõpilane süvendab oma üldhariduslikke teadmisi, omandab eriala alusteadmisi ja -oskusi ning magistriõppeks ja töö alustamiseks vajalikke teadmisi ja oskusi.
<b>Elukestev õpe</b>	Elukestev õppimine haarab kõiki elu jooksul ette võetud õppe-tegevusi, mille eesmärgiks on parandada ja täiendada oma teadmisi ja oskusi vastavalt iseenda, ühiskonna ja tööturu vajadustele.
<b>Eriala</b>	Haridusasutuses omandatav teadmiste ja oskuste kogum, mis on nõutav teatud kutsealal töötamiseks.
<b>Formaalharidus</b>	Riiklike õppekavadega fikseeritud, eesmärgiliselt organiseeritud õppetegevus, millel on fikseeritud kestvus ja õppekava, mis on astmete ja hinnete tasandite alusel hierarhiliselt struktureeritud, millel on vastuvõtu tingimused ja formaalne registreerimine.
<b>Hõivatu</b>	Isik, kes <ul style="list-style-type: none"> <li>- töötab ja saab selle eest tasu kas palgatöötajana, ettevõtjana või vabakutselisena</li> <li>- töötab pereettevõttes või oma talus otsese tasuta või</li> <li>- ajutiselt ei tööta.</li> </ul>
<b>Informaalne haridus</b>	Informaalne haridus hõlmab igasugust õppimist, nii töö käigus kui vabal ajal perekonna ja sõprade ringis ning ei ole struktureeritud, puuduvad otsesed õpieesmärgid, õppematerjalid ja õppekavad.

<b>Pädevus</b>	ehk kompetentsus hariduse kontekstis on teadmiste, oskuste, hoiakute ja väärtushinnangute kogum, mis on vajalik tulemuslikuks ja jätkusuutlikuks tegutsemiseks teatud valdkonnas. Pädevused on õpitavad, aga nad ei kujune välja mingi konkreetse aine õpingute tulemusena. Üks pädevuste olulisi omadusi on ülekantavus – pädevus pole rakendatav vaid ühes kindlas kontekstis.
<b>Kutse andmine</b>	Protsess, mille käigus hinnatakse kutset taotleva isiku (edaspidi taotleja) kompetentsuse vastavust kutsestandardis toodud ning mille tulemusena väljastatakse taotlejale kutsetunnistus.
<b>Kutsetunnistus</b>	Dokument, mis tõendab, et sul on olemas kõik vastavas kutsestandardis kirjeldatud oskused ja teadmised.
<b>Kutseharidus</b>	Kutseharidus on teatud erialal töötamiseks, teatud kutse saamiseks, teatud ametikohale kandideerimiseks või selle säilitamiseks vajalike teadmiste, oskuste, vilumuste, väärtuste ja käitumisnormide süsteem, mille omandamine ja täiendamine loob eeldused tulemusrikkaks professionaalseks tegevuseks.
<b>Kutsekeskharidus</b>	on kutseharidusstandardi ja kutse- või erialade riiklike õppekavadega kehtestatud nõuete kogum. Kutsekeskhariduse omandamine loob eeldused ja annab õiguse asuda tööle õpitud kutse- või erialal või jätkata õpinguid kõrghariduse omandamiseks.
<b>Kutsestandard</b>	Dokument, milles kirjeldatakse kutsetegevust ning esitatakse kutsealade ja -tasemete kompetentsusnõuded ehk töö edukaks tegemiseks vajalike oskuste, teadmiste ja hoiakute kogumit.
<b>Kutseõppe põhihariduse baasil</b>	Põhihariduse baasil kutseõppes õppija omandab kutse-, eri- või ametialal oskustöö tegemiseks vajalikud teadmised, oskused ja hoiakud. on kutseharidusstandardile ja kutse- või eriala riiklikule õppekavale vastava kutseõppe õppekava alusel toimuv õpe, kus õpingute alustamise eeltingimus on omandatud põhiharidus ning õppekava nominaalkestus on üks kuni kaks ja pool aastat, muusika ja esituskunstide õppekavarühmas kuni kolm aastat
<b>Kutsekeskharidusõppe</b>	Kutsekeskharidusõppe õppekaval õppija omandab iseseisvaks oskustöökaks vajalikud kutse-, eri- ja ametialased teadmised, oskused ja hoiakud ning õppekavaga määratud üldhariduslikud teadmised ja oskused.
<b>Kutseõppe keskhariduse baasil</b>	Keskhariduse baasil kutseõppes õppija omandab teadmised, oskused ja hoiakud keskharidust eeldavaks iseseisvaks oskustöökaks.

<b>Kutseõpe keskhariduse baasil</b>	Keskhariduse baasil kutseõppes õppija omandab teadmised, oskused ja hoiakud keskharidust eeldavaks iseseisvaks oskustööks.
<b>Kutseõpe põhikoolis ja gümnaasiumis</b>	Põhikoolis ja gümnaasiumis toimuva kutseõppe eesmärk on õpilastele kutse-, eri- või ametialaste, samuti karjääri planeerimisega seotud esmateadmiste ja -oskuste võimaldamine ning õpingute jätkamiseks valmisoleku kujundamine.
<b>Kutseõpe põhikoolis</b>	on õpe, mille kaudu põhiharidust omandavad õpilased (sh lihtsustatud või toimetuleku õppekaval õppijad) omandavad kutseõppe õppekava alusel esmased kutse-, eri- ja ametialased teadmised ja oskused.
<b>Kutsealane eelkoolitus</b>	on põhikoolis ja gümnaasiumis kutsesuunitluse eesmärgil toimuv väikesemahuline kutse- või erialade tutvustus põhikooli ja gümnaasiumi riiklikus õppekavas, põhikooli lihtsustatud riiklikus õppekavas (abiõppe õppekava) või toimetuleku riiklikus õppekavas ettenähtud valikainetena mahuga kuni 15 õppenädalat.
<b>Mitteformaalne haridus</b>	Eesmärgiliselt organiseeritud õppetegevus kindlate programmide alusel, mida on võimalik omandada täiskasvanukoolitusasutustes, töökohas, samuti ühiskondlike organisatsioonide, huvigruppide ja kutseliitude vahendusel; läbimise järgselt reeglina formaalset tunnistust või diplomit ei anta.
<b>Põhihariduse nõudeta kutseõppes</b>	õppija omandab kutse-, eri- või ametialal oskustöö tegemiseks vajalikud teadmised, oskused ja hoiakud.
<b>Rakenduskõrgharidusõpe</b>	on kõrghariduse esimese astme õpe, mille kestel üliõpilane omandab kindlal kutsealal töötamiseks või magistriõppes edasi-õppimiseks vajalikud pädevused.
<b>Varasemate õpingute ja töökogemuse arvestamine</b>	võimaldada haridustasemetest koosnevas haridussüsteemis õppimise (formaalharidus), muu organiseeritud õppetegevuse (mitteformaalne haridus) ja erialase töökogemuse kaudu ning igapäevase tegevuse ja vaba aja raames õppimise (informaalne haridus) tulemusi lugeda samaväärseks käesoleva määruse § 12 lõike 3 punktis 1 nimetatud vastuvõtingimuste täitmise või õppekava läbimisel saavutatavate õpiväljunditega;
<b>Tööturg ja tööjõuturg</b>	Vastastikusel sõltuvuses olevate ostu- ja müügitehingute protsess.
<b>Tööjõud</b>	Isikud, kes soovivad töötada ja on võimelised töötama; majanduslikult aktiivne rahvastik – jaguneb töötajateks, ettevõtjateks ja töötuteks. Tööjõud moodustub hõivatutest ja töötutest.

<b>Tööjõunõudlus</b>	hõlmab täidetud ja vabad töökohad ning tööjõu pakkumine töötava ja mittetöötava tööjõu. Tööjõu nõudlus näitab, kui palju ja milliseid töötajaid ettevõtte vajavad. Tööjõu pakkumine näitab, kui palju on neid inimesi, kes tahavad töötada pakutud tingimustel.
<b>Töötü</b>	Isik, kes on ilma tööta (st ei tööta kusagil ega puudu ajutiselt töölt) ning kes otsib aktiivselt tööd ja on töö leidmiseks valmis kohe tööd alustama.
<b>Töömotivatsioon</b>	Vajadused ja soovid, mis on tõukejõuks isiklikus tööalases tegevuses.
<b>Töövari</b>	Inimene, kes jälgib teise inimese tööpäeva.
<b>Õpe/koolitus töökohal</b>	Kutsealane ettevalmistus töövõtjatele, mis toimub töökohal.
<b>Üldharidus</b>	Üldharidus on teadmiste, oskuste, vilumuste, väärtuste ning käitumisnormide süsteem, mis võimaldab inimesel kujuneda pidevalt arenevaks isiksuseks, kes on suuteline elama väärikalt, austama iseennast, oma perekonda, kaasinimesi ja loodust, valima ning omandama talle sobivat elukutset, tegutsema loovalt ning kandma kodanikuvastutust.
<b>Üldkeskharidus</b>	on põhikooli ja gümnaasiumi riikliku õppekavaga kehtestatud nõuete kogum. Üldkeskhariduse omandamine loob eeldused ja annab õiguse jätkata õpinguid kõrghariduse omandamiseks.
<b>Varjutatav (töövarjul)</b>	Kogemustega inimene, keda terve tööpäeva saadab õpilane.

## Teema kirjeldus

Karjääri planeerimiseks on vajalik, et inimene oskab märgata muutusi tööturul ja tunneb neid mõjutavaid tegureid. Põhikoolis õpilane analüüsib erinevaid ameteid, töötajatele esitatavaid nõudeid ja seostab neid oma eeldustega, huvidega, väärtustega jms. Oodatav õpitulemus on, et õpilane **mõistab tööturu ja hariduse vahelisi seoseid**.

Õpilast suunatakse analüüsima, millist tööd ta soovib tulevikus teha. Sellest lähtuvalt saab asuda haridusteed kavandama. Teadlike õpivalikute tegemiseks suunatakse õpilast analüüsima oma soovidele, eeldustele ja reaalsele võimalustele vastavaid võimalusi.

Viimastel aastatel on maailmas toimunud murrangulised protsessid. Globaliseerumine, tehnoloogiate kiire areng, mis võimaldab info ja teadmiste enneolematult kiiret levikut ning piiramatut kättesaadavust globaalses ulatuses jne. Ettekujutus nii tööst kui töö tegemise vormidest on 21. sajandil oluliselt muutunud, samuti on muutunud nõuded töö tegijale. On väga vähe töid, mis viimase kümne aasta jooksul muutunud ei ole. On pigem üksikud erandid, mille puhul töö sisu ja töötegijale esitatavad nõuded on muutusteta, näiteks garderoobi töötaja.

Infoühiskonnast on arenemas teadmusühiskond, vastavalt arenevad ka majandusmudelid „Uues“ majanduses on peamine konkurentsi tegur innovatsioonivõimekus. Industriaalajale omaseks olnud tööjaotuse ja sotsiaalsete kihtide vahelised piirjooned kaovad või hägustuvad, sh füüsilise ja vaimse töö vahel, erinevate kutsete vahel, haridus- ja töösüsteemide vahel, tekivad integreeritud kutsed jne.

Muutuste kiirus on kaasa toonud uusi riske ja tunduvalt suurema ebastabiilsuse, sh töösuhetes. Vajalikud oskused vananevad kiiresti, kui töötajad neid ei uuenda. Pidev enesetäiendamine on möödapääsmatu ja see omakorda kiirendab inimkapitali arengut.

Hea erialane ettevalmistus on võtmetähtsusega kõigis töövaldkondades. Samas ükski õpitud eriala ei anna tänapäeval ametit terveks eluks. Tööturul sobiva rakenduse leidmiseks loob paremad võimalused laiapõhjaline haridus, mis vastab muutunud töö iseloomule.

## 2.1 Muutuv tööturg: tööturu hetkeolukord, trendid, arengud, prognoosid, tööandjate ootused, tööseadusandlus.

### Muutuv töøjõuturg: töøjõuturu nõudlus ja pakkumine, konkurents, elukestev õpe, töömotivatsioon

#### Käsitlus

Majandus loob ühiskonda väärtust ressursside tootmise teel. Majandus kujundab riikide staatust ühiskonnas ja riikide omavahelisi suhteid. Majanduse tõusud ja langused, mis on loomulikud protsessid, mõjutavad tööturu olukorda, trende, ka tööandjate ootusi jms. Veel mõned aastad tagasi majanduskasvu tippajal läks paljudel meelest sellele eelnenud periood, mil riigis valitses suur tööpuudus.

Eelmise majandustsükli ajal (1998 – 2007) reageeris Eesti tööturg majanduse tsüklilistele liikumistele küllaltki tugevalt. Tööpuuduse määr suurenes 9,6 protsendilt (1997) 14,6 protsendini (2000). Seejärel majandustsükli tõusufaasis töötus aasta-aastalt vähenes, saavutades madalaima taseme (4,1%) 2007. aasta lõpus. Alates 2008 aasta algusest kasvas töötus taas. Selle perioodi majanduskasvu aeglustumise mõju tööturule on siiski erinev 90-ndate kriisi järgsest mõjust. Võrreldes eelmise ajaga on tööturg mitmes mõttes muutunud. Töøjõud on seoses piiride avanemisega Euroopas tunduvalt mobiilsem. Majanduskasvu aeglustumine soosis töö otsimist Lääne-Euroopa teistes riikides. Näiteks 2004. ja 2006. aastal emigreerus välismaale ca 2% töötajatest, 2007. aastal moodustas teistesse riikidesse tööle suundujate osakaal ligikaudu 0,65% koguhõivest (Eesti Panga andmed, mis põhinevad ettevõtjate küsitlustel). Töøjõu liikumist mõjutavad ka riikidevahelised palgaerinevused. 2009. – 2010. aastal räägiti suurenevast töömigratsioonist, kui tõsisest ohumärgist, eriti teatud valdkondades (näiteks arstid).

Nii-öelda „buumi“ ehk ülekuumenemise aastatel (2006 – 2007) tekkis Eestis hulgaliselt täitmata töökohti, kehtivate palgatasemete juures oli nõudlus paljudel tegevusaladel suurem kui pakkumine. Valdkondades, kus töøjõudu nappis, osteti konkurentidelt töötajaid üle. Tipptegijatest, kutseoskustega töötajatest oli suur puudus ja töötajate pärast omavahel konkureerides olid tööandjad sunnitud töötajatele lisaks kõrgele tasule ka erisoodustusi ja hüvesid pakkuma. **Õpingute katkestajate arv kasvas kiiresti.** Kiire majanduskasv oli loonud olukorra kus paljude lihttööde eest sai küsida kõrget tasu. Hõive suurenes seega ka nende elanike arvelt, kellel vähem pingelise tööturu korral tööd leida poleks õnnestunud. Näiteks 2006. aastal kasvas hõive Eestis ca 39 000 inimese võrra. Lisandunud töötajatest 41% olid pensionieas elanikud, 19% olid olnud eelnevalt heitunud ja 18% pikaajaliselt (üle kahe aasta) töötud. Kõige kiirem hõive kasv oli ehitussektoris. Uue languse juures tõi see omakorda kaasa kõige suurema hõive languse just kinnisvara- ja ehitussektoris. See puudutas ka teisi riike ja mitte üksnes Eestit. 2010. aasta esimeses kvartalis oli Eestis töötuid 137 000, kellest 51 000 oli tööd otsinud aasta või kauem.

#### Mis iseloomustab Eesti tööturgu?

2010. aasta lõpuks sai Eesti majanduslangusest üle, peamiselt eksporditulude kasvu toel. Majanduskasvu soodustavate teguritena nähakse tootlikkuse tõusu uute tehnoloogiate kasutuselevõttuga. Teguritest tuuakse üha enam esile ka loovust ja tarbijakesksust. Viimastel aastatel on saanud aina selgemaks fakt, et ühiskonnal, mis on suuteline looma sünergiat kultuuri ja äri vahel, on majanduskasvuks rohkem väljavaateid. Kui varem keskendusid suurettevõtted majanduse edu saavutamisel kvaliteedile, efektiivsusele ja

tööoperatsioonide pidevale parandamisele kohalikes ettevõtetes, siis nüüd on tootmine liikunud maadesse, kus on madalapalgaline tööjõud. Uute toodete ja teenuste arendamisel muutuvad järjest olulisemaks pehmed väärtused – töökultuur, emotsioonid ja elustiil.

Eestis on seatud siht areneda teadmispõhise ühiskonna suunas. Teadmispõhine ühiskond on pidevalt arenev, ühiskonna jätkusuutlikkus põhineb teadmiste loomisel ja kasutamisel ühiskonna ja innovatiivse majanduse tõhusa toimimise suunas, et tõsta inimeste heaolu.

Teadmispõhise ühiskonna keskmises oleval võtmetehnoloogiad (info- ja kommunikatsioonitehnoloogiad, biotehnoloogiad, materjalitehnoloogiad) mõjutavad sügavalt majandusharusid, asendavad või täiendavad olemasolevaid tehnoloogiaid ning annavad tõuke uute tehnoloogiliste suundade arengule. Võtmetehnoloogiate rakendamine avaldab suurt mõju tootlikkuse kasvule ja mõjutab sügavalt ühiskonna toimimise kõiki aspekte.

*Allikas: [Eesti teadus- ja arendustegevuse ning innovatsiooni strateegia 2007-2013](#)*

Ettevõtlusstatistika andmetel et Eesti tööjõu **liikuvus** üks Euroopa suuremaid. Seda kinnitavad andmed, kui palju töökohti ettevõtted aasta jooksul loovad ja sulgevad (võtavad inimesi tööle või lasevad lahti). Järjest vähem on pikaajalisi ja kindlaid töösuhteid ning rohkem lühiajalisi lepinguid. Sama oluline kui tööturu paindlikkus on ka töötajate turvatunne ja kaitstus. Euroopas räägitaksegi turvalisest paindlikkusest. Eestis on sotsiaalsed garantiid minimaalsed, seega turvalisest paindlikkuseni on arenguruumi.

Pikaajaline tööpuudus on suur probleem, millega puutuvad kokku paljud riigid, ka Eesti. Pikka aega kestev töötus toob endaga kaasa raskeid tagajärgi nii töötule endale, tema perekonnale kui ka ühiskonnale tervikuna. Mida kauem vältavad tööotsingud, seda keerulisem on töötul uut töökohta leida.

Pikaajaline töötus tekkis Eestis 1990. aastate alguses majanduse ümberstruktureerimise tagajärjel. Sellega kaasnenud töötajate arvu järsk vähenemine tõi endaga kaasa töötuse kiire suurenemise. Töötud, kelle oskused ei vastanud tööturu uutele nõudmistele, olid raskustes uue töökoha leidmisega, mis pikendas nende tööotsinguid. Paljud töötud muutusid kas pikaajaliseks töötuks või kaotasid üldse lootuse tööd leida (heitunud) ning langesid tööturul välja.

Võrreldes eelmise majanduskriisiga on pikaajaliste töötute vanuseline koosseis märkimisväärselt muutunud: noorte osatähtsus on tunduvalt suurenenud ja vanemaaliste osatähtsus vähenenud. Noorte pikaajalise töötuse põhjusi tuleb otsida kiire majanduskasvu aastatest, kui kinnisvarabuuri käigus laienes ehitussektor ja tööle võeti hulgaliselt ilma erialase hariduseta noori töötajaid. Majanduskriisi puhkedes tõmbus ehitussektor taas kokku ning kiiresti tekkinud töökohad kadusid sama tempokalt. Nüüd on erialaste oskusteta vabanenud tööjõul suuri raskusi endale rakenduse leidmisega.

*Allikas: Marksoo, Ü. [Pikaajalised töötud Eesti tööturul. Sotsiaalministeerium. Teemaleht 5/2010](#)*

Seoses sündivuse langusega 1990. aastast on Eesti tööealise **elanikkonna arv** aasta-aastalt **vähenenud. Seega tööjõu pakkumine lähiaastatel väheneb.** Eesti Panga prognoosi kohaselt väheneb tööealine rahvastik Eestis 2015. aastaks ligikaudu 45 000 inimese võrra. Seega on üks võimalus hõive puudujääki kompenseerida teistest riikidest töötajate sissetoomisega. Samas sarnaselt Eestile kahaneb tööealine elanikkond ka enamikus teistes Euroopa riikides ja järgnevatel kümnenditel väheneb tööjõu pakkumine Euroopa Liidus tervikuna.



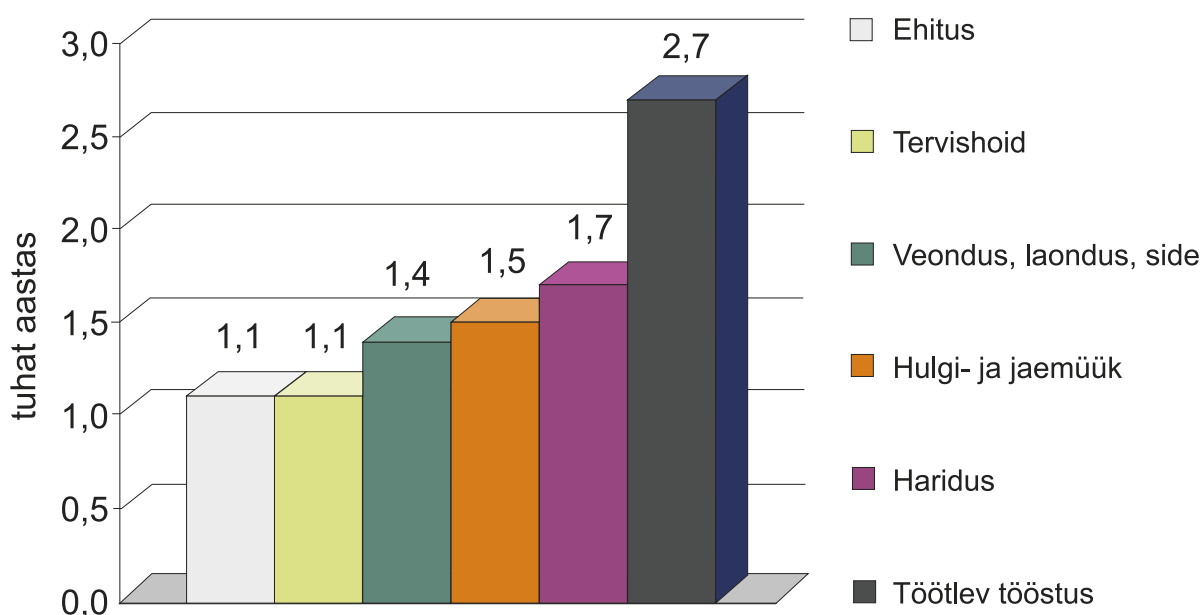
**Palk** Eesti ettevõtetes sõltub suhteliselt suures osas otseselt töötaja tulemuslikkusest. Et tööjõukulused optimeerida (vältida lõputut palgakulude kasvu), kasutavad Eesti ettevõtted võrreldes teiste riikidega ka muid töötajaid motiveerivaid meetodeid. Eestis on kollektiivsete palgalepingute osakaal väikseim muudest EL-i liikmesriikidest.

### Milliseid töötajaid tulevikus vajatakse?

Eestis on tööealise elanikkonna hulgas palju eri- ja kutsealase ettevalmistuseta inimesi. See on tõsine probleem. Tööandjad muutuvad selles osa järjest nõudlikumaks. Lisaks heal tasemel eri- ja kutsealasele ettevalmistusele oodatakse töötajalt (lihttöolisest kuni tippspetsialistini) sageli mitme valdkonna tundmist, suhtlemisoskust, paindlikkust jms.

Nii tööjõu vajadus üldiselt kui sh asendusnõudlus (surma või pensionile siirdumise tõttu vabanevat töökohad) vajadus kasvab tõenäoliselt hariduse-, ja humanitaaria valdkonnas, samuti tehnika, tootmise ja põllumajanduse valdkonnas. Teadmuspõhise ühiskonna suunas liikudes on Eestil vaja oluliselt rohkem reaalteaduste spetsialiste.

### Tööjõuvajaduse prognoos aastani 2015:



Vt lisaks:

[Oskuste vajadus Euroopa tööturul aastani 2020](#)

[Majandusprognoosid aastani 2015 \(http://www.mkm.ee\)](http://www.mkm.ee)

Eesti teadus- ja arendustegevuse ning innovatsiooni strateegia

Nagu eelpool kirjas, on viimase kümnendi muudatused on olnud lausa hüppelised, seetõttu on praegustel noortel keeruline hetkeolukorda tuleviku seisukohalt õigesti hinnata. Tuleb olla paindlik ja samas teadlik toimuvast.

### Seadusandlus

Töösuhe on leping töötaja ja tööandja vahel. Vabakutselisena töötamine tähendab sageli mitut lepingut töötaja ja tema klientide vahel.



### Töösuhete reguleerimiseks on olemas erinevaid lepinguid:

Kollektiivleping on vabatahtlik kokkulepe töötajate või töötajate ühingu või liidu ja tööandja või tööandjate ühingu või liidu, samuti riigiasutuste või kohalike omavalitsuste vahel, mis reguleerib tööandjate ja töötajate vahelisi töösuhteid.

Töölepingu alusel teeb füüsiline isik (töötaja) teisele isikule (tööandja) tööd, alludes tema juhtimisele ja kontrollile. Tööandja maksab töötajale töö eest tasu.

Töövõtulepinguga kohustub töövõtja tegema mingi töö, tellija aga maksma selle eest tasu. Töövõtulepingus kirjeldatakse tehtavat tööd, määratakse tasu ja töö tähtaeg. Töövõtulepinguga töötaval inimesel ei ole õigust puhkuseeaduses sätestatud puhkustele, näiteks põhipuhkusele ja puhkusetasule. Samas teeb töövõtja tööd vabalt valitud ajal, kuid tähtajaks.

Vt täpsemalt [Töötamise alused](http://www.eesti.ee) (www.eesti.ee)

### Töö töömotivatsioon

Motivatsioon (see, mida töölt tahad) tõmbab töö poole ning säilitab tööle pühendumise. See on lihtsalt öeldes inimese tahe midagi teha.

Küsitluste põhjal on hea palk tähtsuselt enamasti esimese kolme motivatsiooniteguri hulgas. Kuid see pole kaugeltki ainus, ega pruugi olla kõige olulisem. Paljud kõrgelt kvalifitseeritud inimesed teevad vähem tasustatud tööd seepärast, et neile see töö lihtsalt meeldib. On hästi kindlustatud inimesi, kes käivad tööle selleks, et suhelda jne.

Üha rohkem tähtsustatakse töökeskkonda ja meeskonda, teisisõnu füüsilist (ergonoomilist keskkonda) ning emotsionaalset kliimat ettevõttes. Sageli on huvi konkreetse töö vastu peamine ajend, miks inimene teatud kohale kandideerib. On uuritud, et õnnelikud on pigem need töötajad, kes saavad ise otsustada neisse puutuvate otsuste üle, kelle töö varieerub ning töökohas valitsevad usalduslikud suhted, kõrge moraal, toetus, kokkuhoidmine ja üksmeel.

Õpilased saavad analüüsida, millist osa tööga rahulolus mängivad raha, sõbrad, kindlustunne, teiste austus ja huvidele vastavus.

Vt täiendavalt tööturuinfo allikaid: [Tööturuinfo teejuht](#) lk 18 - 24. SA Innove. Tallinn. 2010

### Maht

3 tundi (soovituslik)

### Tegevused

19. Kuidas on ametid muutunud?
20. Soorollid ja ametid
21. Tuleviku töökohad
22. Mõtterännak: UNISTUSTE TÖÖ
23. Välismaal õppimine ja töötamine
24. Minu võimalikud karjääristsenaariumid
25. Tööpakkumiste analüüs

## 19. Kuidas on ametid muutunud?

### Õpetaja juhend

Eesmärk	Õpilane mõistab töö sisu muutumist majanduse ja ühiskonna arengu tingimustes ning oskab analüüsida, kuidas ametid on muutunud.
Vajaminevad vahendid	Paber, kirjutusvahend
Meetodid	Grupitöö Arutelu
Aeg	~ 20 – 35 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jagada õpilased gruppidesse, kus nad arutlevad, millised on viimase 15 aasta jooksul tekkinud ametikohad? (nt teller, matkajuht, arvutiinsener, optometrist, reklaamitegija, reisikonsultant jne)</li> <li>• Vastata tuleks küsimustele: mis on nende tööde sisu, kus ja kuidas saaks õppida? Kuidas on muutunud töökeskkonnad, töövahendid nendes ametites?</li> <li>• Arutelu tulemused vormistada paberile.</li> <li>• Igast grupist üks esindaja toob välja 2 – 3 parimat leidu, kirjeldab neid, teised võivad täiendada.</li> </ul>

## 20. Soorollid ja ametid


### Õpetaja juhend

Eesmärk	Õpilane mõistab ameteid läbi soorollide.															
Vajaminevad vahendid	Paber, kirjutusvahend															
Meetodid	Rühmatöö Paaristöö Arutelu															
Aeg	~ 30 – 35 min															
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jagada klass kaheks grupiks. Paluda A rühmal kirjutada üles n.ö. meeste ameteid läbi ajaloo ja B rühmal naiste ameteid läbi ajaloo – ca 10 –15 erinevat.</li> <li>Õpetajal kirjutada tulemused tahvlile.</li> <li>Seejärel jagada igale pingipaarile vähemalt kaks ametit sellest valikust (kõigile erinevad, kui võimalik).</li> <li>Arutada paarides, millised neist ametitest on tänaseks selgelt muutunud mõlema soo ametiteks ning millised on endiselt soorolli mõjutusega (nt lasteaia kasvatajad on tänaseni peamiselt naised). Millistel ametikohtadel oleme rohkem harjunud nägema mehi, millistel naisi? Miks?</li> </ul> <p>Ametid, mida õpetaja võib lisaks välja pakkuda:</p> <table> <tr> <td>Sekretär</td> <td>Lasteaiaõpetaja</td> <td>Kondiiter</td> </tr> <tr> <td>Taksojuht</td> <td>Medõde</td> <td>Koolidirektor</td> </tr> <tr> <td>Müügimees</td> <td>Lilleseadja</td> <td>Füüsik</td> </tr> <tr> <td>Turvamees</td> <td>Minister</td> <td>Juuksur</td> </tr> <tr> <td>Kohtunik</td> <td>Skulptor</td> <td>Kassapidaja</td> </tr> </table>	Sekretär	Lasteaiaõpetaja	Kondiiter	Taksojuht	Medõde	Koolidirektor	Müügimees	Lilleseadja	Füüsik	Turvamees	Minister	Juuksur	Kohtunik	Skulptor	Kassapidaja
Sekretär	Lasteaiaõpetaja	Kondiiter														
Taksojuht	Medõde	Koolidirektor														
Müügimees	Lilleseadja	Füüsik														
Turvamees	Minister	Juuksur														
Kohtunik	Skulptor	Kassapidaja														

## 21. Tuleviku töökohad

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane mõistab ühiskonnas toimuvaid protsesse kasutades loovust ja kriitilist mõtlemist.
Vajaminevad vahendid	Paber Tahvel Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Rühmatöö
Aeg	~ 20 – 30 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Paluda õpilastel kasutada fantaasiat ja mõelda tuleviku töökohtadele aastal 2050. <i>Abistav küsimus: Millised praegused ametid võiksid olla selleks ajaks kadunud ja millega asendunud?</i></li> <li>• Igal õpilasel mõelda välja üks töökoht, mida täna ei eksisteeri, kuid mis ühiskonna arenedes oleks üsna tõenäoline.</li> <li>• Õpilastel kirjeldada selle töö sisu ja joonistada ameti esindaja paberile. </li> <li>• Seejärel jagada õpilased väikestesse gruppidesse (kuni 4) ja lasta neil kõikide grupiliikmete tulevikukohtade kohta arutleda: <i>Milline peab olema see inimene, milliste isikuomadustega, milliste teadmistega, et sellisel kohal töötada?</i></li> <li>• Kirjutada tahvlile iga grupi esindaja poolt öeldud kokkuvõtteid: tulevikuamet; töö sisu; milline inimene sellele tööle sobib...</li> </ul>

## 22. Mötterännak: unistuste töö

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab ennast paremini analüüsida, mõistab oma ootusi tulevasele tööle ja oskab ära tunda unistusi.</li> <li>• Õpilane näeb seoseid, kuidas unistustest teha tõelisus.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 22 Kirjutusvahend
Meetodid	Kujutlusmatk Arutelu
Aeg	~ 20–25 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Paluda õpilastel võtta mugav asend istumiseks, vaadata enda sisse, soovi korral sulgeda silmad ja siis jutustada neile rahuliku häälega.</li> <li>• Anda õpilastele järgmine kirjeldus:           <p>„Kujutle ühte ilusat kevadhommikut. Ärkad, päike paistab, õhk on värskene ning uni oli kosutav. Oled ergas ja teotaheline ning hakkad minema oma unistuste töökohale. Kujutle seda teekonda. Mis sinna jääb? Ilm on ilus, õhk värskene ja jõuad kohale. Milline koht see on, on see üldse hoone, või on su töö pigem liikuv? Uksel tervitab sind heast tujus kolleeg, kellel on hea meel, et sind näeb. Mõttele, mida ta ütleb. Lähed oma töökohale. Mõttele, milline ruum see on – vaata enda ümber, mida sa näed? Mis vaade seal aknast avaneb? Milline valgus, interjööri ja lõhnad seal on?</p> <p>Mõttele, mida sa esimese asjana tööks teed. Naudi seda tunnet, et teed maailma parimat tööd.</p> <p>Kujutle nüüd, et ülemus, (kui selline üldse on, või siis mõni partner) tuleb sind tunnustama. Mida ta ütleb, millise häälega? Mis tunde see tekitab?</p> <p>Nüüd mõttele palgapäevale. Kujutle kohe hoolega mitu nulli sel numbril taga on, mis su pangakontole kantakse unistuste töö eest?</p> <p>Nüüd mõttele sellele, et tööpäev on läbi, sul on hea tunne sellest ja hakkad koju minema, et tegeleda muude tähtsate asjadega. Mõttele, kuidas sa lähed ja et on mõnus olla.</p> <p>Tule nüüd siia klassi tagasi ja jagame pisut tekkinud mõtteid.”</p> </li> </ul>

**Kellel ei tekkinud üldse kujutlust?**


**Kes nägi, et töötab hoones, kas seda oli raske kujutada? Äkki on töö liikuv?**

**Kas ülemus tunnustas? Milline ta oli ja mida ütles?**

**Milline palganumber tuli – tõstke käed, kes nägi, et 15 – 20 000?**

**Milline oli töö, mida tegite? Mis seal veel oli?**

Kui nüüd mõned kujutised tekkisid, siis siin peitubki vastus. Iga inimese sees on olemas kujutus unistuste töökohast. Seda tuleb ainult uurida ja enda sisse vaadata. Loomulikult muutub see eluaja jooksul, kuid enese sees rännakutel käimine võiks saada tavaks. Mida paremini noor end tunneb, seda paremini tunneb ta ka ära õiged võimalused, ega kandideeri siis huupi.


- Iga õpilane on teinud kokkuvõtte sellest, milline oli tema unistuste töökoht ja need nüansid, mida ta seal nägi. 



## 23. Välismaal õppimine ja töötamine

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab välismaal õppimise iseärasusi ning mõistab kultuuride vahelisi erinevusi.</li> <li>• Õpilane oskab näha positiivseid ja negatiivseid aspekte ning teab milleks valmis olla.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 23 Paber, kirjutusvahend Arvuti, Internet
Meetodid	Kodune töö - infootsing, intervjuu, paaristöö, arutelu
Aeg	Kodutöö + ~15 min paaristööd klassis
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jagada õpilastele tööleht ja paluda neil koduse tööna intervjuuerida kedagi, kes on õppinud, töötanud või teinud vabatahtlikku tööd välismaal. Kontakte lasta õpilastel hankida mõnelt tuttavalt, õpilasvahetusega tegelevatelt firmadelt, samuti leida asjasse puutuvaid kontakte trükisest Õppima Euroopasse või <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> samanimelisest osast.</li> <li>• Intervjuu põhjal täita tööleht. </li> <li>• Klassis moodustada paarid, paarilistel jagada oma intervjuu tulemusi. ~ 5 min</li> <li>• Igal õpilasel lasta pärast öelda üks asi, mis ta sellest kogemusest (intervjuust) enda jaoks kasulikku õppis.</li> </ul>



## VÄLISMAAL ÕPPIMINE JA TÖÖTAMINE

Õpilase tööleht 23

Küsimused intervjuuks

1. Mis sinu nimi on?

.....

2. Kui vana sa oled?

.....

3. Kust sa pärit oled?

.....

4. Kui kaua sa välismaal õppisid/töötasid?

.....

5. Kuidas sa selle võimaluse leidsid?

.....

6. Miks sa valisid just selle võimaluse?

.....

7. Kas sa valmistusid selleks kuidagi eriliselt?

.....

8. Kui hästi sulle tutvustati kohapealseid tingimusi, elu – olu ja seda, mida sinult oodatakse jne?

.....

9. Kas ja milliseid probleeme sul tekkis kohale jõudmisel ja kohanemisel?

.....

10. Mis tööd sa tegid? või Mida sa täpselt õppisid (mis eriala)?

.....

11. Milles see töö/õppimine seisnes? Täpsusta.

.....

12. Kus sa elasid?

.....

13. Kui kulukas oli seal elamine Eestiga võrreldes?

.....

14. Mis sulle välismaal viibimisest kõige eredamalt meenub?

.....

15. Mis sind kõige rohkem hämmastas sealse kultuuri juures?

.....

16. Mis meeldis?

.....

17. Mis ärritas?

.....

18. Mis on kõige suurem erinevus Eesti kultuuriga?

.....

19. Kas seda tööd/eriala õpet saaks ka Eestis kohepeal?

.....

20. Kas sa näed pärast välismaal viibimist piisavalt karjäärivõimalusi?

.....

21. Kas sul on plaanis uuesti välismaale minna?

.....

22. Mida sa teeksid teisiti, kui saaksid seda kogemust korrata?

.....

23. Millega sa praegu tegeled?

.....

24. Millega sa vabal ajal tegeled?

.....

25. Kuidas sa seda kogemust enda jaoks hindad?

.....

26. Mis sa sellest kogemusest õppisid?

.....


27. Mida sa mulle soovitaksid?

.....

## 24. Minu võimalikud karjääristsenaariumid

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane mõistab karjäärivõimalusi (horisontaalne, vertikaalne, ametikohasisene ja kannapööretega) ja oskab neid enda tulevikuga siduda.</li> <li>• Õpilane mõistab võimaluste paljusust, enesejuhtimise vajalikkust ja elukestva õppimise tähtsust ning oskab ennast analüüsida.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 24 Paber, kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev kodune töö Esitlus
Aeg	Kodutöö + ~ 30 min klassis esitluseks
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutvustada õpilastele erinevaid karjääriviise (horisontaalne, vertikaalne, ametikohasisene ja kannapööretega karjäär).</li> <li>• Jaotada õpilastele töölehed.</li> <li>• Paluda õpilastel karjääriviiside põhjal kirjutada kodus töölehele enda võimalik karjääristsenaarium järgnevas 20 aastaks. </li> <li>• Tunnis paluda 4 – 5 õpilasel esitleda (tutvustada) suuliselt teistele oma kodutööd.</li> <li>• Õpetajal kontrollida ka teiste töid.</li> </ul>

## MINU KARJÄÄRISTSEENAARIUM 20 AASTAKS

*Õpilase tööleht 24*



Kirjuta karjääriviiside põhjal enda võimalik karjääristsenaarium järgnevas 20 aastaks.

## 25. Tööpakkumiste analüüs



### Õpetaja juhend

Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab analüüsida töökuulutusi ning seostada enda eeldustega.</li> <li>• Õpilane parandab/suurendab enese esitlemis- ja analüüsioskusi.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Töökuulutused; Internet Paber, kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö Arutelu grupis Ettekanne
Aeg	~ 40 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpetajal koguda eelnevalt võimalikult palju tööpakkumisi (väljalõiked ajalehtedest või väljatrukid interneti tööportaalidest).</li> <li>• Individuaalse tööna lasta igal õpilasel mõelda enda ette, milline see töö olema peaks, mida ta otsib (3 omadussõna; nt – saab palju ringi liikuda, vaba graafikuga, võimalik võõrkeeli kasutada vms).</li> <li>• Seejärel jaotada õpilased gruppidesse (kuni 6 grupis) ja anda igale analüüsimiseks 10–15 tööpakkumist. Grupil välja valida esmalt 3 sobivat, seejärel üks sobiv tööpakkumine ja keegi, kes grupist sellele tööpakkumisele kõige enam vastab.</li> <li>• Igal grupil panna oma esindaja valmis oma kandidatuuri kaitsma sellele ametikohale. Kasutada võib ka välja mõelnud argumente, miks just tema on parim kandidaat, millised on tema tugevused ja eelised seda töökohta saada.</li> <li>• Teised grupid saavad olla personalijuhi rollis ja esitada lisaküsimusi.</li> <li>• Gruppidel arutada ka seda, kas antud õpilane saaks töökohtale vastu võetud või mitte.</li> </ul>

**Viited sarnastele tegevustele**

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Mida sa tead <u>töömaailmast</u>	Tööturg	Aidata õpilastel välja selgitada, kuidas nad orienteeruvad töömaailmas.	<a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>
2	Hea töötaja omadused	Tööandjate ootused	Ergutada õpilasi mõtlema selle üle, milliseid isikuomadusi hindavad tööandjad töötaja juures kõige enam ja kuidas neid endas arendada.	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 27
3	Hea töö?	Töö väärtused, töömotivatsioon	Õppida tundma erinevaid tööga rahulolu aspekte ja nende seost võimetega.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 40
4	Nii see käib	Tööturg, tööjõuturg, tööjõu nõudlus ja pakkumine	Õppida tundma ja kasutama tööhõivealase info allikaid.	Tulevikuvõimaluste uurimine. N. Perry, Z. VanZandt. TIn, 1999, lk 53

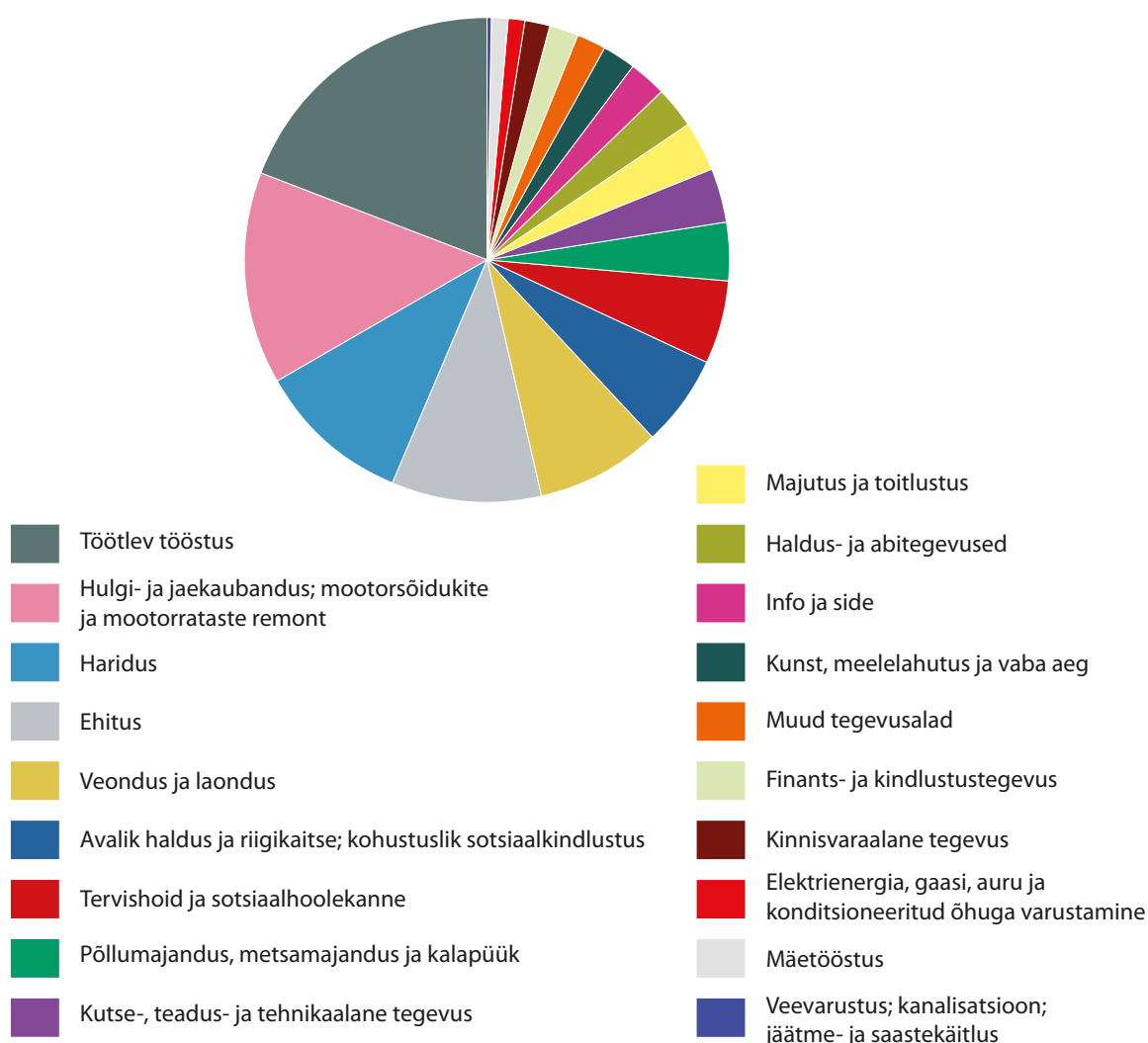
## 2.2 Majandustegevusalad, kutse, ametid, kutsestandardid, elukutsete ja ametite liigitamine

### Käsitlus

Tööturgu saab kirjeldada, uurida ja analüüsida erinevate liigituste ja klassifikaatorite järgi.

Vt [Eesti majanduse tegevusalade klassifikaator EMTAK 2008](#)

Erinevate majandus tegevusalade hõive Eestis varieerub oluliselt. Kõige rohkem töötab inimesi töötlevas tööstuses, kaubanduses, kõige vähem kalanduses, mäetööstuses.



### 15–74-aastased hõivatud tegevusala järgi 2009 (tuhat)

Statistikaameti andmed, 2009

Enamasti on tegevusalad jaotunud ühtlaselt maa erinevatesse piirkondadesse, nt kaubandus, teenindus. Kuid on ka tegevusalasid, mis on koondunud vaid teatud piirkondadesse, nt mäe- ja keemiatööstus Ida-Virumaale, põllumajandus maale, kalandus saartele ja rannikualadele.

Elukutsevalikul on seega oluline arvestada, et töövõimalused ühel või teisel tegevusalal piirkonniti erinevad. Ühel tegevusalal töötamiseks on vaja enamasti kutsealast ettevalmistust ja eeldusi.

**Kutse andmine** on protsess, mille käigus hinnatakse kutset taotleva isiku (edaspidi taotleja) kompetentsuse vastavust kutsestandardis toodud ning mille tulemusena väljastatakse taotlejale kutsetunnistus.

Kutsestandard on dokument, milles kirjeldatakse kutsetegevust ning esitatakse kutsealade ja -tasemete kompetentsusnõuded ehk töö edukaks tegemiseks vajalike oskuste, teadmiste ja hoiakute kogumit.

Teisisõnu kutsestandard väljendab tööandjate ootusi töötajatele ning on aluseks õppekavadele.

Näiteks peab kokk oskama valmistada erinevaid toite, teadma ja täitma hügieeninõudeid, ehitaja peab mõistma laduda müüri, koristaja kasutada erinevaid puhastusvahendeid. Tööjõuturul konkurentsivõimelisena püsimine nõuab töötajalt lisaks mitmesuguseid üldoskusi (emakeele ja võõrkeelte valdamine, arvuti kasutamise ja autojuhtimise oskus) ja sotsiaalseid oskusi (õppimisvalmidus, suhtlemisoskus, koostöövalmidus). Üld- ja sotsiaalsed oskused on tänapäeval vajalikud paljudel erinevatel kutsealadel töötamiseks. Näiteks läheb arvuti kasutamise oskust vaja sekretäril, raamatupidajal, arstil, reisikorraldajal jne. Teenindusega seotud kutsealadel töötamine eeldab koostöövalmidust, suhtlemisoskust, sõbralikkust.

#### **Vastavalt kutse tüübile toimub kutse andmine:**

1. Esmataseme kutse andmine õppeasutuse lõpetamisel
2. Kutse andmine tööturul tegutsevatele töötajatele

Vt täpsemalt [Kutsekoda](#).

**Hariduse ja tööturu vaheliste seoste** kirjeldamisel on Eestis aluseks võetud rahvusvaheline ühtne hariduse liigitus ISCED (*International Standard Classification of Education*) ja ametite klassifikaator ISCO (*International Standard Classification of Occupations*).

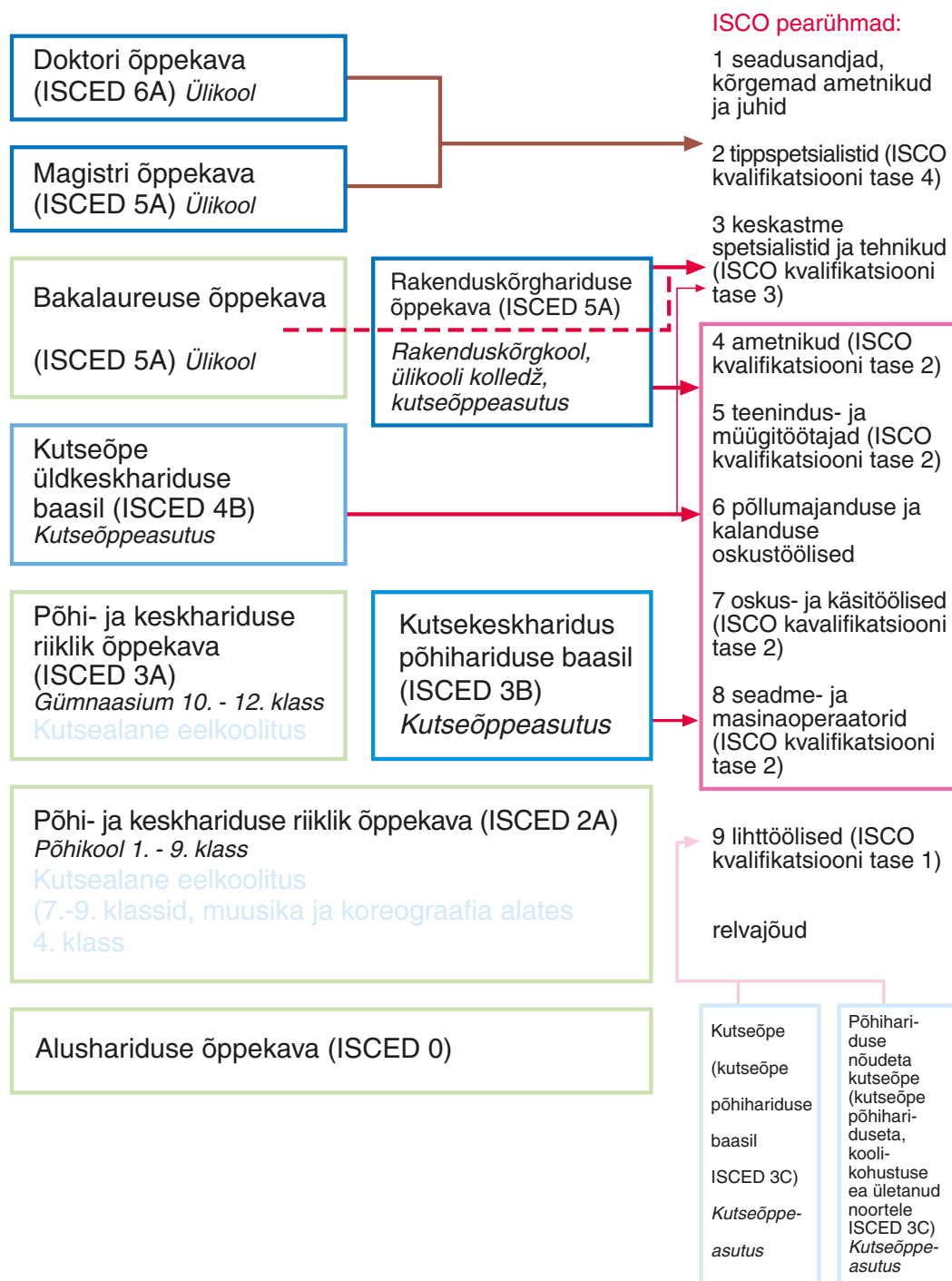
2008. aasta 1. septembril jõustunud kutseseaduse järgi on loomisel 8-tasemeline Eesti kvalifikatsiooniraamistik (EKR), mis sisaldab kõiki ametlikult tunnustatud kvalifikatsioone (diplomeid ja tunnustusi). Need on üldhariduse, kutsehariduse ja kõrghariduse kvalifikatsioonid ning kutsesüsteemi kaudu antavad kutsekvalifikatsioonid ehk kutsed. Uuele EKR-ile üleminek toimub järk-järgult ja on hetkel juba käivitunud.

Vt täpsemalt [Kutsekoda](#) (*Kutsesüsteem*).

Seega annab joonis ülevaate veel hetkel kehtivatest seostest teatud haridustasemel õppija ja sellele vastava ametiala vahel.



## Eesti formaalharidussüsteemi õppekava tasemete (ISCED 97) seos ametite klassifikaatori (ISCO 88) pearühmadega (2007)



Et õpilane neid seoseid mõistaks, on tal vaja uurida ja analüüsida, millised on hariduslikud eeldused ühel või teisel ametialal töötamiseks.

Vt [Ametite klassifikaator 1999](#)

Ametite klassifikaatori **pearühmad** on:

0. Relvajõud
1. Seadusandjad, kõrgemad ametnikud ja juhid
2. Tippspetsialistid
3. Keskastme spetsialistid ja tehnikud\*
4. Ametnikud
5. Teenindus- ja müügitöötajad
6. Põllumajanduse ja kalanduse oskustöölised
7. Oskus- ja käsitöölised
8. Seadme- ja masinaoperaatorid
9. Lihttöölised

Pearühmad jagunevad omakorda **alarühmadeks**

**Näiteks:**

**1. Keskastme spetsialistid ja tehnikud\***

- 31 Füüsika, keemia ja inseneriteaduse keskastme spetsialistid\*\*
- 32 Loodusteaduse ja tervishoiu abispetsialistid
- 33 Pedagoogika abispetsialistid
- 34 Muud keskastme spetsialistid

**31 Füüsika, keemia ja inseneriteaduse keskastme spetsialistid\*\***

- 311 Füüsika, keemia, inseneriteaduse jms alade tehnikud\*\*\*
- 312 Arvutispetsialistid
- 313 Optika- ja elektroonikaseadmete tehnikud ja operaatorid
- 314 Laevade ja õhusõidukite juhid ja tehnikud
- 315 Töökaitse- ja kvaliteediinspektorid

**311 Füüsika, keemia, inseneriteaduse jms alade tehnikud\*\*\***

- 3111 Keemia-, füüsika- jms tehnikud
- 3112 Ehitustehnikud
- 3113 Elektrotehniliste alade tehnikud
- 3114 Elektroonika- ja sidetehnikud
- 3115 Masinaehitustehnikud
- 3116 Keemiatööstuse tehnikud
- 3117 Mäetehnikud
- 3118 Joonestajad
- 3119 Mujal liigitamata füüsika, keemia, inseneriteaduse jms alade tehnikud

**Ametite ja kutsealade kirjeldused vt**

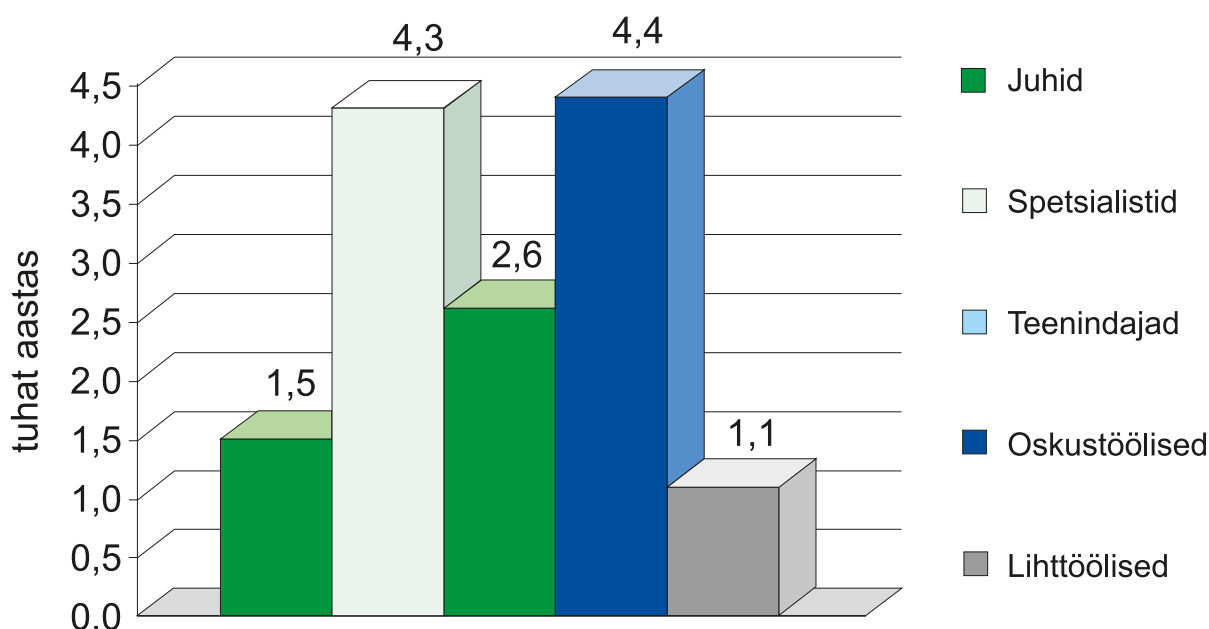
[www.rajaleidja.ee:AMETITE JA KUTSEALADE ANDMEBAAS](http://www.rajaleidja.ee:AMETITE_JA_KUTSEALADE_ANDMEBAAS)

Vastavalt töö sisule võib ameteid liigitada ka järgmiselt:

- Ärilised ametid – ärimine, juhtimine, turundus, müügitöö, nt müügijuht, turundusjuht, tegevusdirektor, ettevõtja.

- Administratiivsed ametid – kontrollimine, arvutamine, asjaajamine, sekretäritöö, haldustöö, rahandus, kindlustus, nt raamatupidaja, juhiabi, teller, maksuametnik.
- Praktilised ametid – praktilised, füüsilised ja tehnilised tööd, nt õmbleja, ehitaja, automehaanik, keevitaja, kaevur, pagar-kondiiter.
- Intellektuaalsed ametid – teadus- ja uurimistöö, meditsiin, sotsiaalteadused, nt teadlane, kirurg, ajaloolane, füüsik, matemaatik.
- Loomingulised ametid – kunst, kirjandus, muusika, teater, reklaam, moetöö, arhitektuur, disain, fotograafia, nt sisekujundaja, kunstnik, näitleja, helilooja.
- Sotsiaalsed ametid – teeninduse, suhtlemise, toetamisega ja juhendamisega seotud tööd, nt õpetaja, lektor, sotsiaaltöötaja, nõustaja, hotelli administraator, lasteaednik.

### Tööjõuvajaduse prognoos ametirühmade lõikes aastani 2015:



### Maht

3 tundi


### Tegevused

- Kodukoha töövõimalused
- Kohalik elu
- Arva ära, mis elukutse see on?
- Nimisõnamäng
- Ameti ja elukutse fail
- Kirjakandja
- Mõista, mõista, kes see on?
- Mütsimäng

## 26. Kodukoha töövõimalused

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab kodukoha peamisi tegevusalasid.</li> <li>• Õpilane mõistab tegevusalade seost geograafilise asukohaga.</li> <li>• Õpilane oskab analüüsida kohalikke töövõimalusi ja isiklike eelistusi.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 26</p> <p>Kirjutusvahend</p>
Meetodid	<p>Iseseisev kodune töö</p> <p>Individuaalne töö</p> <p>Arutelu</p>
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eelnevalt lasta õpilastel koduse tööna uurida internetist, kohalikest ajalehtedest, vm kodukohas tegutsevaid ettevõtteid.</li> <li>• Klassis jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Viia läbi ühine arutelu kodukoha tegevusaladest. Arutelu tulemused kirjutada tahvlile: <ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 kõige enam kodukohas levinud tegevusala</li> <li>- 3 maakonnas kõige enam levinud tegevusala</li> <li>- 3 kõige vähem kodukohas levinud tegevusala</li> <li>- 3 maakonnas kõige vähem levinud tegevusala.</li> </ul> </li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Miks on meie kodukohas välja kujunenud just sellised tegevusalad?</i></p> <p><i>Miks mõnda tegevusala pole üldse või on väga vähe?</i></p> <p><i>Millistel tegevusaladel võiks olla meie kodukohas tulevikku?</i> <i>Miks?</i></p> <p><i>Kas mind huvitaval tegevusalal oleks võimalik kodukohas tööd leida?</i></p>

## MINU KODUKOHA TÖÖVÕIMALUSED

### Õpilase tööleht 26

Tabelis on mitmesugused tegevusalad, mis eksisteerivad meie igapäevases majanduselus.

1. Märki tabelisse tegevusalade loetelu järgi vastavalt selle esindatusele sinu kodukohas:

+ - palju      K – keskmiselt      V- vähe      – puudub

2. Märki ristikesega x – tegevusala, mis sind huvitab.

	Tegevusala esindatus minu kodukohas	Tegevusala esindatus meie maakonnas	Mind huvitav tegevusala
AIANDUS			
EHITUS			
ELEKTROONIKA/ AUTOMAATIKA			
ELEKTRIENERGIA			
GAASI- JA VEEVARUSTUS			
ETTEVÕTLUS/ ÄRITEGEVUS			
FINANTSVAHENDUS			
HARIDUS/ TEADUS			
INFOTEHNOLOOGIA			
KALANDUS/ LAEVANDUS			
HULGI- JA JAEKAUBANDUS			
KINNISVARA TEGEVUS			
KLIENDITEENINDUS			
KOOLITUS/ ÕPETAMINE			
KORRA-JA RIIGIKAITSE			
PÄÄSTE- JA TURVATEENISTUS			
KULTUUR/ KUNST / MUUSIKA			
LAOMAJANDUS			
MEDITSIIN/ TERVISHOID			
MEEDIA/ REKLAAM			
MEHAANIKA/ TEHNIKA			
METSAMAJANDUS			
MÄETÖÖSTUS			
PÕLLUMAJANDUS			
RIIGI-/ MAJANDUSHALDUS			
SOTSIAALHOOLDUS			
TEENINDUS			
TOITLUSTUS			
TRANSPORT/ LOGISTIKA/ SIDE			
TURISM/ HOTELLINDUS			
TÖÖTLEV TÖÖSTUS/ TOOTMINE			

Minu kodukoha peamised tegevusalad on .....

Mind huvitavad tegevusalad on .....

## 27. Kohalik elu

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab, kuidas nende kodukohas elatist teenitakse.</li> <li>• Õpilane oskab näha ja analüüsida, kuidas erinevate elukutsete ja ametitega kaasnevad erinevad ülesanded, vastutus, oskused, töötingimused jms.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 27 Kohalikud ajalehed ja infovoldikud
Meetodid	Iseseisev töö Rühmatöö
Aeg	~ 30-45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Peale õpilaste iseseisvat töölehtede täitmist arutada koos klassis vastused läbi.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Millised on meie kodukoha suurimad ettevõtted?</i></p> <p><i>Mis tegevusaladel need ettevõtted tegutsevad?</i></p> <p><i>Millised kodukoha ettevõttes tahaksid töötada? Miks?</i></p>

## KOHALIK ELU

*Õpilase tööleht 27*

**Kui palju te teate kohalikust tööelust?**

**Nimetage:**

Ettevõtte, kus töötab kõige rohkem inimesi

.....

Kaks toodet, mida teie kodukohas valmistatakse

.....

Mõni kohalik tööstusettevõtte

.....

Käsitöid, mida teie kodukohas on traditsiooniliselt tehtud

.....

Kõige lähem tööhõiveamet

.....

Kohaliku tööhõiveameti aadress

.....

Töö, mis nõuab suurt täpsust

.....

Kolm kohta, kus töötavaid inimesi te tunnete

.....

Ettevõtte, kus saavad tööd hooajatöölised

.....

Ehitusfirma, mis reklaamib end kohalikus ajalehes

.....

Mõni vahetustega töö

.....

Mõni turistide ja külaliste teenindamisega seotud asutus

.....

Mõni töö/amet, mis on seotud veega

.....

Mõni hiljuti avatud pood

.....

Mõni hiljuti tegevuse lõpetanud ettevõtte

.....

Mõni vaba töökoht, kus nõutakse eelnevat kaheaastast töökogemust

.....

Mõni amet, kus tuleb kanda kaitseriietust

.....

Kolm ametit, kus tuleb kanda vormi

.....

Amet, mida teie sündimise ajal veel ei olnud

.....

Amet, mis võib 20 aasta pärast olla kadunud

.....

## 28. Arva ära, mis elukutse see on?

Õpetaja juhend


Eesmärk	Õpilane oskab näha ja analüüsida, kuidas erinevate elukutsete ja ametitega kaasnevad erinevad ülesanded, vastutus, oskused, töötingimused jms
Vajaminevad vahendid	Paberlipikud elukutsete nimetustega igale õpilasele.
Meetodid	Avalik esinemine Arutelu
Aeg	~ 15-20 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada igale õpilasele paberlipik, millele on kirjutatud üks elukutse (nt kirjakandja, elektrik jne). Igal lipikul on erinev elukutse. Lipikule kirjutatud elukutse peab õpilane jätma enda teada.</li> <li>• Igal õpilasel kirjeldada klassikaaslastele oma lipikul olevat elukutset teiste sõnadega, st ta ei tohi kasutada elukutse nimetust. Teiste õpilaste ülesandeks on ära arvata, millise elukutsega on tegemist. Soovi korral võib kasutada ka võistlusmomenti, nt kes kiiremini elukutse ära arvab?</li> <li>• Elukutse kirjeldamiseks võib esitada abistavaid küsimusi:</li> <li>• Millega või kellega see töötaja tegeleb? <i>Millised on tema tööülesanded?</i> <i>Mida ta võib seda tööd tehes tunda?</i> <i>Mida ta peab teadma ja oskama?</i> <i>Milliseid töövahendeid ta kasutab?</i> <i>Kus ja millistes tingimustes ta töötab? Jne.</i></li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Milliseid mõtteid ja tundeid kutsetöö kirjeldamine tutvustajale tekitas?</i></p> <p><i>Mis valmistas elukutse tutvustajale üllatusi või raskusi?</i></p> <p><i>Mis valmistas elukutse äraarvajatele üllatusi või raskusi?</i></p> <p><i>Kust võiks saada infot elukutsete kohta?</i></p>



## 29. Nimisõnamäng

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab näha, kui paljud töölased tegevused ja elukutsed on seotud mingi kindla asja või nähtusega.</li> <li>• Õpilane oskab seostada oma huvisid ja harrastusi töölase tegevusega.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Paberitahvel, markerid</p> <p>Tööleht nr 29, kirjutusvahend</p>
Meetodid	<p>Rühmatöö</p> <p>Esitlus</p> <p>Paaristöö</p>
Aeg	Rühmatöö, esitlus ~ 25 min, paaristöö ~ 10 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jagada õpilased rühmadesse ja anda igale rühmale kätte 1 pabertahvli leht.</li> <li>• Anda igale rühmale üks nimisõna (nt tuli-vesi-õhk-maa) ülesandega leida võimalikult palju elukutseid ja tegevusalasid, mis selle sõnaga seonduvad. Rühmatöö tulemused kirjutada pabertahvlile, võimalusel püüda neid omakorda gruppideks seostada.</li> <li>• Igast rühmast ühel õpilasel esitleda tulemusi kogu klassile, teised täiendavad teda vajadusel.</li> <li>• Rühmatöö 10 min, esitlus ~ 15 min.</li> <li>• Seejärel arutada teemat edasi paarides. Selleks jaotada õpilastele tööleht nr 29 ja selgitada ülesannet. Paariliste ülesanneks on leida analoogseid seoseid oma huvide ja harrastustega.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul>

## KUIDAS MINU HUVID SEONDUVAD ERINEVATE TÖÖDEGA?

Õpilase tööleht 29

Pane kirja vähemalt 5 huviala, millega sa tegeled või tahaksid tegeleda.

Aruta paarilisega, milliste elukutsetega või tegevusaladega on sinu huvialad ja harrastused seotud? Leia igale huvile, harrastusele vähemalt 3 elukutset või tegevusala, kus see kasuks tuleb. Näiteks kui sind huvitab bioloogia, siis selle huvialaga seonduvad elukutsed võivad olla arst, õde, aednik, taimekasvataja, loomakasvataja vms; tegevusaladeks – meditsiin, põllumajandus, metsandus, aiandus vms.

Huviala, millega ma tegelen või tahaksid tegeleda	Elukutsed või tegevusalad, kus selle huvialadega tegelemine tuleb kasuks
1.	1. 2. 3.
2.	1. 2. 3.
3.	1. 2. 3.
4.	1. 2. 3.
5.	1. 2. 3.

Millised elukutsed, tegevusalad nende hulgast sulle huvi pakuvad? Millisel kutsealal sooviksid sina tulevikus töötada?

.....

.....

.....

.....

## 30. Ameti ja elukutse fail

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane oskab kasutada karjääri- ja kutsealase informatsiooni allikaid, internetis leiduvat karjääriinfot.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 30 Arvuti, internet - <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> kutsealade ja ametikirjelduste andmebaas Ärikataloogid, kohalikud ajalehed
Meetodid	Iseseisev töö Avalik esinemine Paaristöö või rühmatöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Selgitada õpilastele, mis vahe on ametil ja elukutsel. Näiteks õpetaja elukutse esindaja, kes töötab õppealajuhataja ametis jne.</li> <li>Anda õpilastele võimalus vabalt valida endale üks amet või elukutse, mille kohta nad uurivad väljaandeid, kasutavad <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> ametikirjelduste andmebaasi, ametite klassifikaatorit ning <a href="http://www.kutsekoda.ee">www.kutsekoda.ee</a> kutseregistrit. Kasutada võib ka paber kandjal informatsiooniallikaid.</li> <li>Jaotada õpilastele tööleht ülesandega leida sellel ametil või elukutsel töötamise kohta võimalikult palju iseloomulikku. Kui selle töö kohta ei ole piisavalt informatsiooni, võib töölehed täita kodus sõprade ja sugulaste abiga.</li> <li>Üks või mitu õpilast saavad tutvustada oma ülesande tulemusi kogu klassile ning vajadusel lasta teistel täiendada ning üheskoos analüüsida.</li> <li>Õpilased võivad selle töö kohta kogutud infot arutada pinginaabriga või väikestes gruppides, leida seoseid ja erinevusi teiste ametite ja elukutsete vahel.</li> <li>Täidetud tegevuslehed võivad jääda õpetaja kätte edasiseks kasutamiseks teiste õpilastega ja võib ka anda õpilastele, et nad saaksid iseseisvalt veel sarnase analüüsiga jätkata.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Kas informatsiooniallikad olid sobivad?</i></p> <p><i>Millistele küsimustele tegevuslehel oli kõige raskem vastust leida?</i></p> <p><i>Mis oli üllatuseks, mida varem selle ameti kohta ei teadnud?</i></p> <p><i>Kust veel võib erinevate ametite ja elukutsete kohta infot leida?</i></p>

## AMETI JA ELUKUTSE FAIL

### Õpilase tööleht 30

Leia palun, kasutades erinevaid infoallikaid, vastused järgmistele küsimustele.

Ameti või elukutse nimetus .....

Kolm tegevust, mida seda tööd tehes pidevalt teha tuleb

.....  
Tegevused, mis seda tööd tehes aegajalt ette tulevad

.....  
Mis eesmärgil ja kui palju kasutatakse selles töös arvutit

.....  
Kolm tüüpilist tegevusala, kus selliseid ametikohti või elukutseid esineb

.....  
Mis töötajatele selle töö juures meeldib

.....  
Mis töötajatele selle töö juures ei pruugi meeldida

.....  
Kuidas üldiselt suhtutakse selle töö tegijatesse

.....  
Milline on selle töö eest saadav sissetulek

.....  
Kuidas see töö mõjutab töötaja tervist

.....  
Muud ohud ja riskid, mis selle tööga kaasnevad

.....  
Kust leida infot selle ameti või elukutse vabadest töökohtadest

.....  
Milline kvalifikatsioon peab olema selle ametikoha saamiseks

.....  
Kus saab omandada vajaliku väljaõppe

.....  
Selle ameti kood ametite klassifikaatoris

.....  
Kas selle ameti kohta on olemas kutsestandard

.....  
Isikuomadused, mida tööandjad sellisel ametikohal töötajalt eeldavad

.....  
Võimalused FIE-na või töövõtulepingu alusel töötamiseks

.....  
Sellele tööle sarnased ametid

.....  
Millised on sellel ametikohal töötamise võimalused välismaal

.....  
Sündmused, mis võiksid suurendada nõudlust selle ametikoha esindajate järele

.....  
Sündmused, mis võiksid vähendada nõudlust selle ametikoha esindajate järele

.....

## 31. Kirjakandja

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane oskab põhjalikult analüüsida ühte ametit – tööülesandeid ja sisu, töötingimusi, nõudeid töötaja teadmiste, oskustele, haridusele jne.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 31 Kutsealamapid - kohalik noorte nõustamiskeskus Arvuti, internet - <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> kutsealade ja ametikirjelduste andmebaas
Meetodid	Iseseisev töö
Aeg	~ 15 min iseseisev töö, ~ 20 min arutelu
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht, selgitada ülesannet.</li> <li>• Koos analüüsida vastusevariante, anda võimalus õpilastele oma arvamust põhjendada.</li> <li>• Vastuselehe abil tuua välja olulisemad aspektid kirjakandja töös.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Millistele küsimustele tegevuslehel oli kõige raskem vastust valida?</i></p> <p><i>Mis oli üllatuseks, mida varem selle ameti kohta ei teadnud?</i></p> <p>Analoogset harjutust võib teha ka teiste ametite kohta, kasutades <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> kutsealade ja ametite andmebaasis olevaid ametikirjeldusi ja küsimustikke.</p>

## KIRJAKANDJA – vastustelet

Õpetajale (tegevuse 31 lisamaterjal)

	Väide	Vastus	Kommentaari
1.	Kirjakandja töö sobib neile, kellele meeldib aktiivne ja liikuv eluviis, inimestega suhtlemine ning värskes õhus viibimine	Õ	Kirjakandjad veedavad suurema osa tööajast väljas ja nende töö on väga liikuva iseloomuga, näiteks Eesti Postis töötavad kirjakandjad, kullerid ja autojuhid läbivad kokku iga päev oma töös teekonna, millega teeks 1,5 ringi ümber maakera.
2.	Kirjakandjal peab olema kutsekeskharidus	V	Kirjakandja ametikohal on nõutav põhiharidus. Eesti kutseõppeasutustes otseselt kirjakandjaks õppida ei saa.
3.	Kirjakandja peab oskama ka vene keeles suhelda	Õ	Kirjakandjal tuleb suhelda ka klientidega, kes eesti keelt ei valda. Ka osad postisaadetised on venekeelsed.
4.	Kirjakandja tööpäev kestab 8.00 –17.00	V	Tööpäev algab enamasti juba kella 6-7 paiku, sest ajalehed peavad hommikuks postkastidesse jõudma. Samuti tuleb ette töötamist õhtusel ja öisel ajal.
5.	Kirjakandja kannab enamasti spetsiaalset vormiriietust	Õ	Kirjakandjale antakse ettevõtte poolt vormiriided.
6.	Kirjakandja töövahenditeks on: A isikukaitsevahendid B postikott C sorteerimismasin D jalgratas	Õ Õ V Õ	A Ettevõtte poolt on töötajatele jagatud kaitsevahendid, näiteks koerte ja jää vastu. B Postikott on kirjakandja igapäevane töövahend posti laialitoimetamisel. C Pakkide ja kirjade sorteerimismasin on sorteerimiskeskuses töötava postitöötaja töövahend. D Kirjakandja töövahendiks on sageli jalgratas või ka auto.
7.	Kirjakandja tööülesandeks on: A postiteenuste tutvustamine B klientidele postisaadetiste kättetoimetamine C posti sorteerimine D postmarkide, ümbrike, kaartide müük	Õ Õ Õ Õ	A Kirjakandjal tuleb sageli anda klientidele infot ja nõu sobiva postiteenuse valikul. B Postisaadetiste kättetoimetamine on kirjakandja põhitöö. C Väikestes postkontorites tegeleb kirjakandja ka posti sorteerimisega. D Maapiirkonnas töötav kirjakandja müüb posti kandes ka kaupa – postmarke, ümbrikke, kaarte, lotosid jmt.

8.	<p>Kirjakandjale sarnased ametid on:</p> <p>A klienditeenindaja B laotööline C kuller D talman</p>	<p>Õ V Õ V</p>	<p>A Ka kirjakandja suhtleb klientidega ja jagab vajadusel infot postiteenuste kohta. Väiksemate asulate postipunktides on kirjakandja ja klienditeenindaja ühes isikus, st hommikul kannab töötaja kirjakandjana posti laiali ja pärast kannet teenindab kliente postkontoris.</p> <p>B Laotööline töötab ettevõtte laos – tema tööülesanneteks on kaupade sorteerimine, ladustamine ja komplekteerimine.</p> <p>C Kuller teostab uksest-ukseni teenust, tema ülesandeks on samuti kirjade ja postipakkide kogumine ja kätte toimetamine, mida ta väljastab saajale allkirja vastu.</p> <p>D Talman on sadamatööline.</p>
9.	<p>Kirjakandja toimetab posti laiali ainult siis, kui väljas on ilus ilm</p>	<p>V</p>	<p>Posti tuleb laiali toimetada igasuguse ilmaga, kuna postisaadetised peavad klientideni jõudma õigeaegselt.</p>
10.	<p>Kirjakandjal peab olema korrektnete ja puhas välimused ning riietus</p>	<p>Õ</p>	<p>Kuna kirjakandja on klienditeenindaja, siis peab ta tööülesannete täitmisel olema korrektnete ja puhta välimusega.</p>
11.	<p>Kirjakandja puhkus on 28 tööpäeva</p>	<p>V</p>	<p>Kirjakandja põhipuhkus on 28 kalendripäeva, mitte tööpäeva. Olenevalt ettevõttest võib töötaja saada ka vabu päevi ja lisapuhkust.</p>
12.	<p>Kirjakandja töö on füüsiliselt pingeline</p>	<p>Õ</p>	<p>Kirjakandjal tuleb läbida pikki vahemaid, samuti võib aegajalt ette tulla raskuste tõstmist. Töö nõuab jõudu ja osavust, kuna jalgsi või jalgratta seljas posti laiali vedamine on päris raske.</p>

## KIRJAKANDJA

### Õpilase tööleht 31

Vasta toodud väidetele kirjakandja ameti kohta kas vale või õige. Ole valmis oma valikut kaaslastele põhjendama.

1. Kirjakandja töö sobib neile, kellele meeldib aktiivne ja liikuv eluviis, inimestega suhtlemine ning värskes õhus viibimine Õige/Vale
2. Kirjakandjal peab olema kutsekeskharidus Õige/Vale
3. Kirjakandja peab oskama ka vene keeles suhelda Õige/Vale
4. Kirjakandja tööpäev kestab 8.00 –17.00 Õige/Vale
5. Kirjakandja kannab enamasti spetsiaalset vormiriietust Õige/Vale
6. Kirjakandja töövahenditeks on:
  - A isikukaitsevahendid Õige/Vale
  - B postikott Õige/Vale
  - C sorteerimismasin Õige/Vale
  - D jalgratas Õige/Vale
7. Kirjakandja tööülesandeks on:
  - A postiteenuste tutvustamine Õige/Vale
  - B postisaadetiste kättetoimetamine klientidele Õige/Vale
  - C posti sorteerimine Õige/Vale
  - D postmarkide, ümbrike, kaartide müük Õige/Vale
8. Kirjakandjale sarnased ametid on:
  - A klienditeenindaja Õige/Vale
  - B laotöölaine Õige/Vale
  - C kuller Õige/Vale
  - D talman Õige/Vale
9. Kirjakandja toimetab posti laiali ainult siis, kui väljas on ilus ilm Õige/Vale
10. Kirjakandjal peab olema korrektne ja puhas välimus ning riietus Õige/Vale
11. Kirjakandja puhkus on 28 tööpäeva Õige/Vale
12. Kirjakandja töö on füüsiliselt pingeline Õige/Vale



## 32. Mõista, mõista, kes see on?

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab analüüsida erinevate ameti ja kutsealade lõikes töö plusse ja miinuseid, neis eeldatavaid kutseoskusi ja - nõudeid.</li> <li>• Õpilane õpib nägema tööde vähemärgatavaid või ebameeldivaid külgi, mis avaldavad märkimisväärset mõju tööga rahulolule.</li> <li>• Õpilane oskab kasutada karjääri- ja kutsealase informatsiooni allikaid, internetis leiduvat karjääriinfot.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 32</p> <p>Arvuti, internet - <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> ametikirjelduste andmebaas, kutseregister <a href="http://www.kutsekoda.ee">www.kutsekoda.ee</a>.</p> <p>Kutseala mapid – kohalik noorte nõustamiskeskus</p> <p>Ajalehtedest töökuulutuste väljalõiked</p>
Meetodid	Rühmatöö
Aeg	~ 25 min

<p>Tegevuse kirjeldus</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valida elukutse või amet ja anda õpilastele lihtsaid vihjeid selle töö tingimuste, võimaluste, palga, tööülesannete ja kohustuste, koolituste, vajalike eelduste, piirangute ja ettevalmistuse kohta.</li> </ul> <p><b>Näide: juuksuri amet</b></p> <p>Tingimused: Töö toimub siseruumides ja peamiselt püsti seistes.</p> <p>Võimalused: Võib töötada laeval.</p> <p>Palk: Põhipalk alla Eesti keskmise.</p> <p>Inimesed: Töö väga erinevate inimestega (iseloomult, vanuselt, enese eest hoolitsemiselt jne).</p> <p>Tööülesanded ja kohustused: Tuleb tunda teatud kemikaale.</p> <p>Koolitus: Kutseõppeasutuses või praktilise töö käigus.</p> <p>Vajalikud eeldused: Hea suhtleja, on ilumeelt jne.</p> <p>Piirangud: Mitte eriti sobiv neile, kelle ei meeldi laupäeval töötada.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilaste ülesandeks on ära arvata amet või elukutse, kuid ülesannete ja kohustuste hulk peaks olema piiratud või nende kirjeldus tahtlikult ebaselge, muidu on elukutse äraarvamine liiga kerge.</li> <li>• Jagada õpilased väikestesse rühmadesse. Iga rühm saab ühe elukutse kirjelduse, mille kohta nad koostavad ja esitavad kaaslastele väiteid konkreetsest tööst, kasutades eeskujuna toodud näidet. Kutse kohta info saamiseks kasutada kutseala mappe, ajalehe väljalõikeid, <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>.</li> <li>• Seejärel püüavad teised rühmad ära arvata, mis tööga on tegemist. Võidab rühm, kes kõige rohkem ameteid või elukutseid ära arvab.</li> </ul>
---------------------------	--

## MÕISTA, MÕISTA, KES SEE ON?

*Õpilase tööleht 32*

Elukutsest ülevaate saamiseks vajad piisaval hulgal informatsiooni.

Uuri järele, mida peaksid teadma. Selleks on abiks allpool olevad küsimused.

Tee oma tulemustest väike kokkuvõte. Millised on kõige olulisemad punktid, mida sa teada said?

**Tingimused:** Info töötamise koha ja sealsete töötingimuste kohta.

.....

**Võimalused:** Info vabade töökohtade ja võimaluste kohta (edutamine).

.....

**Palk:** Info palgatingimuste, tööaja ja puhkuse kohta.

.....

**Inimesed:** Info kaastöötajate, ülemuste ja klientidega suhtlemise kohta.

.....

**Tööülesanded ja kohustused:** Info peamiste kohustuste ja vastutuse kohta.

.....

**Vajalikud eeldused:** Info vajaliku haridustaseme ja isikuomaduste kohta.

.....

**Koolitus:** Info eriala õppimise võimaluste kohta.

.....

**Piirangud :** Info elukutsega kaasnevate puuduste kohta.

.....

Miks inimestele see töö ei meeldi või miks nad lahkuvad?

.....

Tee oma tulemustest väike kokkuvõte.

See elukutse on .....

.....

Milline on selle elukutse kohta käiv kõige olulisem info, mida teada said?


.....

.....

### 33. Mütsimäng

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane mõistab elukutsete ja ametite erinevat tähendust</li> <li>• Õpilane oskab seostada ameteid tegevusvaldkondadega</li> <li>• Õpilane teab, et eriala omandamine on elukutseks valmistumise tee.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 33 Kirjutusvahend, valge paber Arvuti, internet Trükis „Ametite klassifikaator“</p>
Meetodid	<p>Individuaalne töö  Arutelu</p>
Aeg	<p>~ 25 min individuaalne töö  ~ 10 min arutelu</p>
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Paluda õpilastel mõelda, mis elukutse esindaja ta olla sooviks ja joonistada valgele paberile müts, mis seda elukutset iseloomustab või mida ta sooviks seda tööd tehes kanda.</li> <li>• Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>• Selgitada õpilastele elukutse ja ameti erinevat tähendust, tuues näite et sama elukutse esindajad võivad töötada väga erinevates ametites või vastupidiselt kindlas ametis.</li> </ul> <p><i>Ameti ja kutsenimetus võivad kokku langeda, aga ei pruugi. Elukutselt tüürimees võib töötada laevas tüürimehena, samas pidada merekoolis tüürimeeste õpetaja ametit jne.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutvustada, millisest <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> osast on soovitatav infot otsida:</li> <li>• ametite andmebaas, kutsestandardid ja kuidas kasutada trükist „Ametite klassifikaator“.</li> <li>• Lasta õpilastel täita töölehed. Kui elukutse rakendamiseks on rohkem kui 3 erinevat ametit, lasta õpilastel ise kaste juurde joonistada ja ametinimetus selle sisse kirjutada.</li> </ul> <p>Soovijatele võimaldada esineda kokkuvõttega enda tööst Iga õpilane on täitnud töölehe. </p> <p><b>Arueluks:</b></p> <p><i>Mis oli ülesande juures kõige keerulisem?</i> <i>Miks elukutse ja ameti nimetused alati ei saa kokku langeda?</i> <i>Mida on haridustee planeerimisel tänasest ülesandest õppust võtta?</i> <i>Mille järgi sina valiku teed? Kas selle järgi, mis elukutse soovid omandada või selle järgi millist ametit tahad tulevikus pidada?</i></p>

## MÜTSIMÄNG

## Õpilase tööleht 33

1. Kirjuta kolmnurga sisse selle elukutse nimetus, kelle mütsi sa joonistasiid.
2. Kirjuta ametid, kus selle elukutse esindaja harilikult töötab. Vajadusel otsi infot.
3. Kas sa tead, mis töövaldkonnas või valdkondades sellised ametid on? Kirjuta. Kui sa ei tea praegu, siis katsu järelle uurida
4. Uuri internetist, kus saab õppida eriala, et see elukutse omandada. Täida lahtrid.

<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; font-size: small;">             Joonista ameti kaste juurde, kui vaja!           </div>	TÖÖELU	
_____ VALDKOND		
<div style="border: 1px solid black; width: 100px; height: 40px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 80%; height: 20px; margin: 0 auto;"></div> </div> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">AMET 1</p>	<div style="border: 1px solid black; width: 100px; height: 40px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 80%; height: 20px; margin: 0 auto;"></div> </div> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">AMET 2</p>	<div style="border: 1px solid black; width: 100px; height: 40px; margin: 0 auto; display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 80%; height: 20px; margin: 0 auto;"></div> </div> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">AMET 3</p>

ELUKUTSE

Kutsekool	Kõrgkool	Gümnaasium või põhikool
HARIDUSTEE		

Põhjenda, miks see elukutse sulle huvi pakub?

.....


.....

### 34. Õppekäik ettevõttesse



#### Õpetaja juhend

Eesmärk	<p>Õpilane mõistab, et ettevõtte tööprotsessis on erinevatel ametitel kindel ja asendamatu koht ning oskab näha neid seoseid.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane on omandanud elukutsete ja ametitega tutvumise põhimõtted. Õpilane teab, millistele asjaoludele on vajalik erinevate töödega tutvumisel tähelepanu pöörata, samuti mõistab põhjuseid.</li> <li>• Õpilane teab, kuidas hankida informatsiooni elukutsete ja ametite kohta ning mõistab, kuidas seda kasutada oma karjääriotsuste langetamisel.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Õpiülesanne 1: tööleht 34/1          Õpiülesanne 2: tööleht 34/2          Õpilase abivahend <i>Teeme tutvust ametiga</i>.          Kirjutusvahend</p>
Meetodid	<p>Õpiülesanne 1: kirjalik töö väikestes gruppides          Õpiülesanne 2: individuaalne kirjalik töö, (paaristöö)</p>
Aeg	<p>Õpiülesanne 1: ~15 min rühmatöö, ~ 5 min arutelu          Õpiülesanne 2: ~20 min</p>
Tegevuse kirjeldus	<p>Traditsiooniliselt on õppekäik kas:          teemat ettevalmistav õppekäik (materjali kogumine; millegagi - nähtuste, protsesside, objektidega – tutvumine)          või          teemat kokkuvõttev õppekäik (varem õpitu üldistamine, teooria seostamine praktikaga).</p> <p>Õppekäigu kavandamisel ja õpiülesande koostamisel on soovitatav läbi mõelda: Mis peaks õpilasele meelde jääma? Kavandada korduse moment. <i>Millest õpilane peaks aru saama?</i> Sellest lähtuvalt valida meetodid: demonstreerimine, kujundite abil visualiseerimine, diskussioon jne. <i>Mida ja kuidas õpilane saab õpitut edaspidi üle kanda karjääriplaneerimise protsessi tervikuna?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Õppekäik ettevõttesse on efektiivne, kui õpilane täidab selle käigus õpiülesande. Ülesanne on vaja õpilasele anda enne õppekäigule minekut, vajadusel selgitada.</li> <li>• Enne õppekäiku tutvustada õpilastele mõisteid – kutse, amet, eriala. Samuti selgitada, mida peab teadma erinevatest ametitest ja erialadest. <i>Mida ja miks märgata? mida vaadelda?</i> Hea on kasutada abivahendit: <i>Teeme tutvust ametiga</i>.</li> </ul>

<p>Tegevuse kirjeldus</p>	<p><b>Õpiülesanne 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpetajal valmistada ette tööleht, lähtuvalt sellest, milline on külastatava ettevõtte struktuur. Vajadusel kujundada töölehe uus põhi.</li> <li>• Peale ettevõtte külastust jaotada õpilastele "Õppekäik ettevõttesse" tööleht 34/1.</li> <li>• Õpilastel täita tööleht gruppides (3-4 õpilast). Üheskoos arutada ja otsustada millise struktuuriga ettevõttega on tegemist. Vastavalt sellele loetleda ameteid, paigutades need skeemis sobivasse kasti.</li> <li>• Juhul, kui tegemist on ettevõttega, milles töötab väga erinevaid ametimehi, võib paluda õpilastel täiendada teise grupi poolt täidetud töölehte.</li> <li>• Viia läbi arutelu. Püüda saada selgust, kas ja kuidas ettevõtte struktuuri erinevate osade ja tasandite ametid omavahel sarnanevad ja/või erinevad, millised on erinevate ametikohtadel töötajate ühised kohustused/vastutusala.</li> <li>• Grupidöö ja arutelu tulemusena on õpilased kaardistanud erinevad ametikohad ettevõttes, ettevõtte struktuuris.</li> </ul>
	<p><b>Õpiülesanne 2</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peale ettevõtte külastust jaotada õpilastele "Õppekäik ettevõttesse" tööleht 34/2.</li> <li>• Õpilastel kirjeldada töölehel üht vabalt valitud ametit.</li> <li>• Võimalusel arutada pinginaabriga oma töö tulemusi.</li> <li>• Õpilane saab koostatud töölehe küsimustele tuginedes asuda ise- seisvalt uurima ja analüüsima erinevaid ameteid ja töövaldkondi.</li> <li>• Loogiliselt peaks sellele järgnema õpilaste töö iseendaga, st huvipakkuva tegevusala ja eriala välja selgitamine, kasutades selleks erinevaid infokanaleid ja õppekäigul omandatud ametiga tutvumise põhimõtteid. Kutsealade ja ametite uurimiseks võib soovitada <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> ametite andmebaasi.</li> </ul>

## TEEME TUTVUST AMETIGA

Tegevuse *ÖPPEKÄIK ETTEVÖTTESSE* abivahend

### IGAL AMETIL ON:

#### Töö iseloom

- Millised on konkreetsed tööülesanded?
- Millised on kohustused?
- Kui suur on iseseisev vastutus?
- Millised on inimestevahelised suhted?
- Kas töö on individuaalne või meeskonnatöö?
- Kas töö on teiste tegevust juhtiv ja koordineeriv või ettekirjutisi järgiv?
- Millisesse valdkonda töö kuulub: teenindus, tootmine, teadus, ehitus ...?

#### Töötingimused

- Milline on tööaeg: päeva- või öötöö, vahetustega töö, hooajatöö...?
- Kas töö on ruumis või välitingimustes?
- Milline on tööruum: kontor, müügisaal, laoruum, tootmisruum, lava...?
- Kas töötamisel on kokkupuude tervistkahjustavate faktoritega: kemikaalid, müra, vibratsioon, kuum, niiskus, külm, tolm ...?
- Kas töötamine toimub ohtlikes oludes: kõrguses, maa-all, merel...?
- Millised on palgatingimused, kui suur on töötasu?
- Millises asendis tuleb töötada: istudes, seistes, kõndides...?

#### Vajalikud teadmised, oskused ja isikuomadused

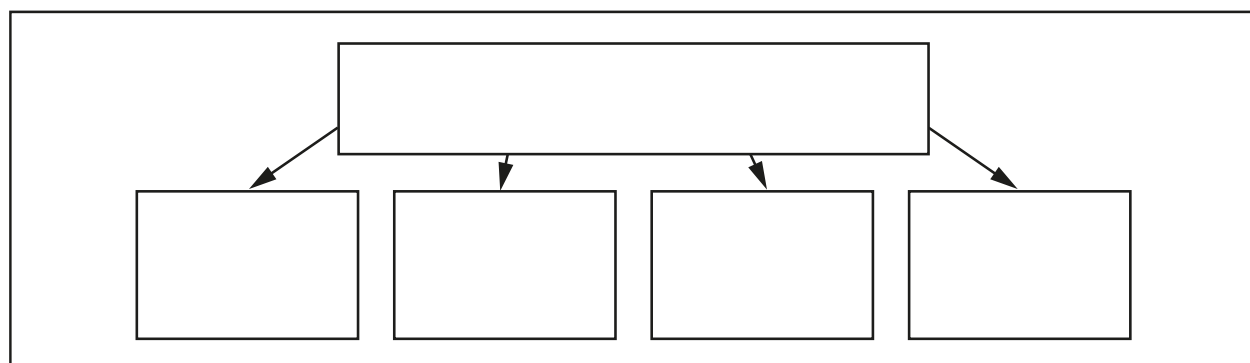
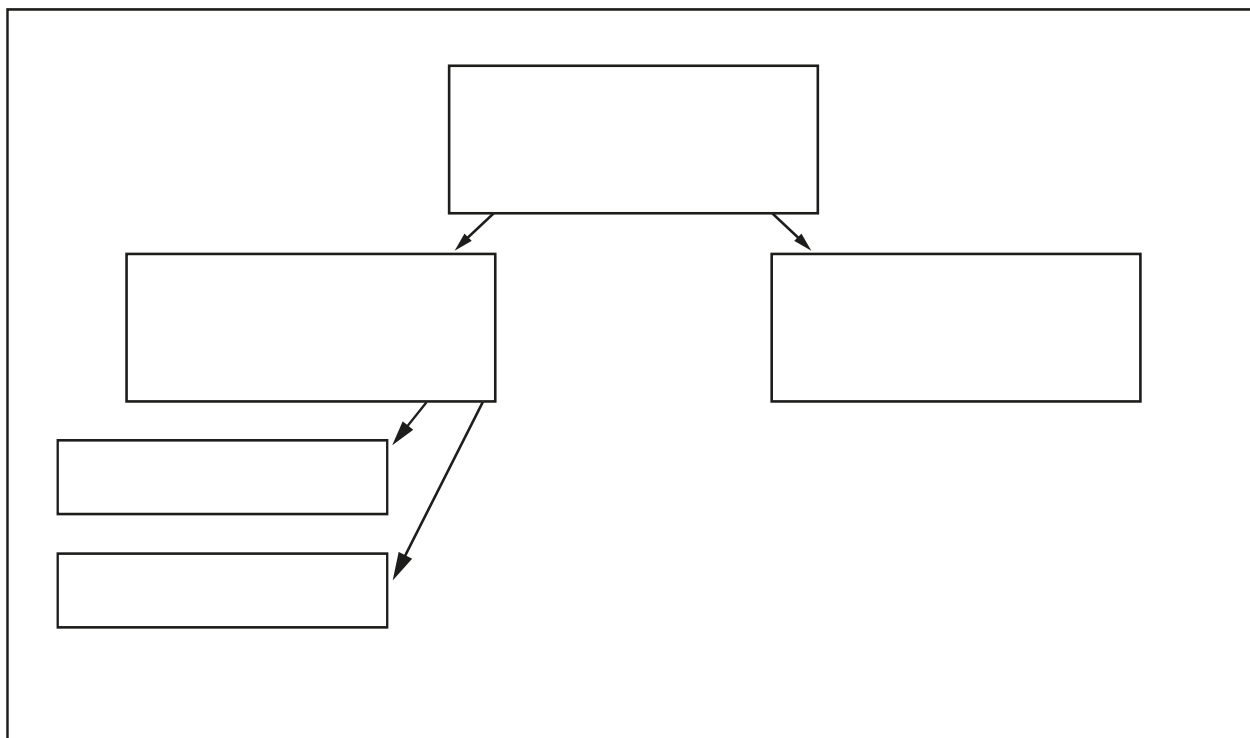
- Millist haridust kutse eeldab?
- Millised on konkreetsed töövõtted ja tehnikad, mida tuleb vallata kutsealal töötamiseks?
- Milliseid eri ja/või täiendavaid teadmisi see kutse eeldab?
- Millised isikuomadused on kutsetöökõks olulised: pingetaluvus, osavus, kiirus ...?



## ÕPPEKÄIK ETTEVÖTTESSE

Õpilase tööleht 34/1

Vali skeem, mis iseloomustab ettevõtte struktuuri.  
Kirjuta kastidesse AMETID.



Kui kumbki neist skeemidest ei sobi, siis võta valge paber ja joonista.

## ÕPPEKÄIK ETTEVÖTTESSE

*Õpilase tööleht 34/2*

Ettevõtte nimi .....

Ettevõtte tegevusala .....

Nimeta erinevaid ameteid, mis Sulle ettevõttekülastusest meelde jäid:

.....

Juhtivtöötajate ametid: .....

Spetsialistide ametid: .....

Oskustöötajate ametid: .....

Lihttööliste ametid: .....

Milline neist ametitest Sulle enam huvi pakkus? .....

Põhjenda:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

KIRJELDA SEDA AMETIT		
Töö iseloom		
Millised on konkreetsed tööülesanded?	Millised on kohustused?	Muud

Töötingimused		
Tööaja tingimused	Töökoha tingimused	Ohud töötamisel

Vajalikud teadmised, oskused ja isikuomadused		
Vajalikud Isikuomadused?	Vajalikud oskused?	Vajalik haridus? (keskharidus, kutseharidus, kõrgharidus)

Milliseid selle ettevõtte töötajate tööülesandeid Sa meeleldi täita ei sooviks?

.....

.....

Põhjenda

.....

.....

Koostas:

.....

..... klass

» ..... “ ..... 20.....

**Viited sarnastele tegevustele**

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Piirkonna kaardistamine	Majandustegevusalad	Aidata õpilastel tundma õppida erinevate piirkondade majandustegevusalasid ning ergutada neid mõtlema selle üle, kuidas geograafilised tingimused ja ressursid mõjutavad kohaliku majandustegevust ja elukutsevalikut.	Tulevikuvõimaluste uurimine. N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 52
2	Milles on erinevus?	Majandustegevusalad, kohalik tööturg	Õpetada õpilasi tundma ja liigitama kohalikus majanduses eksisteerivaid tegevusalasid.	Tulevikuvõimaluste uurimine. N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 36
3	Kohalik elu	Kohalik tööturg	Suurendada õpilaste teadlikkust sellest, kuidas nende kodukohas elatist teenitakse.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform. 2003, lk 65-66
4	Mõtted töö	Elukutsete uurimine	Aidata õpilastel väljendada oma arvamusi ja muresid seoses koolist lahkumise ja tööle hakkamisega.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform. 2003, lk 55-56
5	Ametite fail	Elukutsete uurimine	Ergutada õpilasi kasutama erinevaid karjääriinfo allikaid.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform. 2003, lk 57-58
6	Arvuti	Elukutsete uurimine	Anda õpilastele nimekirja peamistest küsimustest karjääriinfo ja töövõimaluste uurimisel.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform. 2003, lk 59-61
7	Elukutsete grupid	Elukutsete ja ametite liigitamine	Parandada õpilaste arusaamist elukutsete sarnasusest ja erinevusest ning õpetada neid grupeerima.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform. 2003, lk 62-64
8	Millega mulle meeldib töötada?*	Elukutsete liigitamine; töö ja huvid*	Aidata õpilastel hinnata, kuidas nende meelistegevused võivad olla seotud erinevate elukutsetega. Õpetada õpilasi elukutseid sarnasuse põhjal grupeerima.	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 19
9	Kas tunned erialasid/ameteid?	Elukutsete, ametite uurimine	Aidata õpilastel paremini tundma õppida neid huvitavaid elukutseid ja ameteid.	<a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>
10	Kuidas analüüsida elukutseid?	Elukutsete uurimine	Kujundada õpilastes oskus analüüsida erinevaid elukutseid.	<a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>
11	Alusmüüri rajamine*	Elukutsete uurimine, haridus*, eriala*	Anda õpilastele teadmisi erinevate elukutsete omandamiseks vajalikest haridusnõuetest.	Tulevikuvõimaluste uurimine. N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 39-40
12	Töövari	Elukutsete, ametite uurimine	Saada ülevaade erinevatel kutsealadel ja ametites töötavate inimeste igapäevatööst.	<a href="http://www.ja.ee">www.ja.ee</a>

## 2.3 Haridustee: erialad, haridussüsteem, formaalne ja mitteformaalne haridus, hariduse ja tööturu vahelised seosed

### Käsitlus

EV põhiseaduse (§ 29 lõige 1) järgi on igal inimesel õigus vabalt valida tegevusala, elukutset ja töökohta. Tegevusala vaba valik algab haridustee planeerimisega, mitte tööle asumisega. Seega tuleb õige teeots kätte leida juba põhikooli lõpus.

### Hariduse ja tööturu vahelised seosed

Teadlike haridusvalikute eeldus on hariduse, tööturu, elukutsete ja nende omavaheliste seoste mõistmine.

Eriala on haridusasutuses omandatav teadmiste ja oskuste kogum, mis on nõutav teatud kutsealal töötamiseks. Eriala ettevalmistus annab oskused ja teadmised tööks mingis kindlas valdkonnas (valdkondades), kindlustab valmisoleku töötada asjatundjana teatud keskkonnas ja tingimustel.

Kutsealane ettevalmistus kindlustab valmisoleku töötada ning toimida kutsetöös, ühiskonnas ja kultuurikeskkonnas aktsepteeritud tõekspidamiste järgi. Kutsealase ettevalmistuse moodustab teatud normide, väärtuste ja meetodite omandamine.

Ametialane ettevalmistus kindlustab kõige laiemas mõttes valmisoleku erinevaks tegevuseks, tööprotsessi ja tegijate vaheliste seoste tajumiseks, mitmekülgseks ja paindlikuks koostööks, samuti valmisoleku otsustada ja vastutada oma ametikoha pädevuse piires ning hinnata tulemusi ja tagajärgi.

Õpilasel on vaja aru saada, et eriala ei ole sama, mis kutse. Mõlemad on eeldused konkreetsel ametikohal töötamiseks, tööülesannete täitmiseks.

Näiteks:

Koolis emakeele õpetaja *ametikohtale* asumise eeldused on:

- lõpetatud eesti filoloogia *eriala* (TLÜ) või eesti ja soome-ugri keelteaduse (TÜ), eesti keele ja kirjanduse õpetaja (TÜ) vms
- õpetaja *kutsekvalifikatsioon*

Samade erialade lõpetajal on võimalus töötada keeleteoimetaja, kirjanduskriitiku, keele ja kirjanduse uurija ametis jne.

Kaasaja tööturul on järjest rohkem ameteid, kus eeldatakse ka mitme eriala ja kutseala pädevusi.

Õpilastega võiks arutleda:

1. Miks tänapäeval paljud töötavad täiskasvanud juurde õpivad?
2. Nimeta üks amet või elukutse, kus töötades ei pea midagi juurde õppima?
3. Kuidas sinu senised õpitulemused mõjutavad sinu tulevast tööd?

## Haridustee kavandamine

Põhiharidusega inimesel ei ole tänapäeval suuri väljavaateid tööturul. Töid, mille jaoks vajalikud oskused saab omandada töökohal, on väga vähe. Seepärast on põhikooli karjääriõpetuses rõhuasetus haridustee kavandamisel.

Pärast põhikooli on õpilastel võimalus haridustee jätkamiseks:

- üldkeskhariduse suunal
- kutsehariduse suunal

Seejuures on oluline arvestada, et teatud erialadel kutseõppeasutuses saab õppida üksnes gümnaasiumi järgselt. Seega peab õpilane oma kutsehuvide selgitamise käigus nägema oma haridusteed pikemalt ette, kui vaid järgmist valikut.

### Haridustee jätkamine üldkeskhariduse suunal

See suund sobib õpilastele, kes on võimekad teoreetilistes õppeainetes, kellel on ülekaalus vaimsed huvid, kellele meeldib arutleda või lahendada mõttetööd nõudvaid ülesandeid, meeldib uurida, lugeda.

Pärast gümnaasiumi on võimalus jätkata õpinguid kõrgkoolis või rakenduskõrgkoolis. Kutseõppeasutustes on palju keskhariduse baasil õpetatavaid erialasid.

### Haridustee jätkamine kutsehariduse suunal

See suund sobib õpilastele, kes eelistavad vaimsele tegevusele praktilist. Neile, kes soovivad midagi oma kätega teha, tunnevad huvi tehnika või tootmise vastu.

#### Kutseõpe põhihariduse baasil

Põhihariduse baasil kutseõppes õppija omandab kutse-, eri- või ametialal oskustöö tegemiseks vajalikud teadmised, oskused ja hoiakud.

Õppe maht põhihariduse baasil on 40 kuni 100 õppenädalat, muusika ja esituskunstide õppekavarühmas kuni 120 õppenädalat. Praktiline töö ja praktika moodustavad kutseõppe mahust vähemalt 50%, mis üldjuhul jaguneb nende vahel võrdselt.

Kutseõpe põhihariduse baasil loetakse lõpetatuks pärast kooli õppekava täitmist täies mahus, sealhulgas pärast kutse- või erialase lõpueksami sooritamist. Kutse- või erialase lõpueksami asemel võib kooli lõpetada ka kutseeksamiga. Põhihariduse baasil kutseõppe lõpetanule väljastab kool lõputunnistuse koos hinnetelehega põhihariduse baasil kutseõppe läbimise kohta.

#### Kutsekeskharidusõpe

Kutsekeskharidusõppe õppekaval õppija omandab iseseisvaks oskustööks vajalikud kutse-, eri- ja ametialased teadmised, oskused ja hoiakud ning õppekavaga määratud üldhariduslikud teadmised ja oskused.

Õppekavas määratud õppe maht kutsekeskhariduse omandamiseks on vähemalt 120 õppenädalat, sh vähemalt 40 õppenädala mahus üldharidusaineid. Seejuures moodustab kutseõppe maht vähemalt 50% õppekavas määratud õppe mahust. Praktiline töö ja praktika moodustavad kutseõppe mahust vähemalt 50%, mis üldjuhul jaguneb nende vahel võrdselt. Kutsekeskharidusõpe loetakse lõpetatuks pärast kooli õppekava täitmist täies mahus, sealhulgas kutse- või erialase lõpueksami sooritamist.

Kutse- või erialase lõpueksami asemel võib kooli lõpetada ka kutseeksamiga. Kutsekeskharidusõppe lõpetanud isikule väljastab kool lõputunnistuse koos hinnetelehega kutsekeskhariduse omandamise kohta.

## Kutsekool pole tupiktee

Järjest laienevad kutseõppeasutuse lõpetanute võimalused minna sujuvalt üle erialaselt sarnase profiiliga rakenduskõrgharidusõppesse. Lähedaste õppekavade puhul on võimalik rakendada varasema õpi- ja töökogemuse arvestamist (VÕTA) kõrgkooli sissesaanutele erialaainete tulemuste ainepunktideks ülekandmisel.

## Haridustee jätkamine täiskasvanute gümnaasiumis.

Täiskasvanute gümnaasiumis on võimalik õppida nii tavapärases vormis kui ka osakoormusega õppes, samal ajal töötades. Samuti individuaalplaani järgi õppides või täiendades oma teadmisi ka teatud kindlates õppeainetes. Haridustee jätkamise võimalused on samased päevase üldkeskharidusega.

Noorte töötus on Eestis viimastel aastatel olnud suur probleem. Ehkki töötuks jäämise risk väheneb koos haridustaseme tõusuga, on viimastel aastatel kerkinud noorte töötuse määr Eestis kõikide haridustasemetega puhul – seda seetõttu, et hariduse mõju ulatust töötusele mõjutab omakorda majanduse olukord.

Eri haridustasemetega noorte töötuse risk on erinev ning tavaliselt on kõrgharidusega noortel tööturul lihtsam hakkama saada kui neist madalama haridustasemega noortel. Majanduslanguse perioodil ongi töötus hüppeliselt kasvanud vähem haritud noorte hulgas: kuni põhiharidusega noorte töötuse määr on võrreldes 2008. aastaga tõusnud ligikaudu 2,5 korda, jõudes 2009. aastaks tasemele 44,1%. Teise haridustasemega (kutse- ja keskharidus) noorte töötuse määr oli aga vaid 24,8% ning kolmanda taseme haridusega ehk kõrgharidusega noorte hulgas on töötus kõige väiksem.

Vt täpsemalt [Teemaleht, art Noored töötud Eesti tööturul, Sotsiaalministeerium](#)

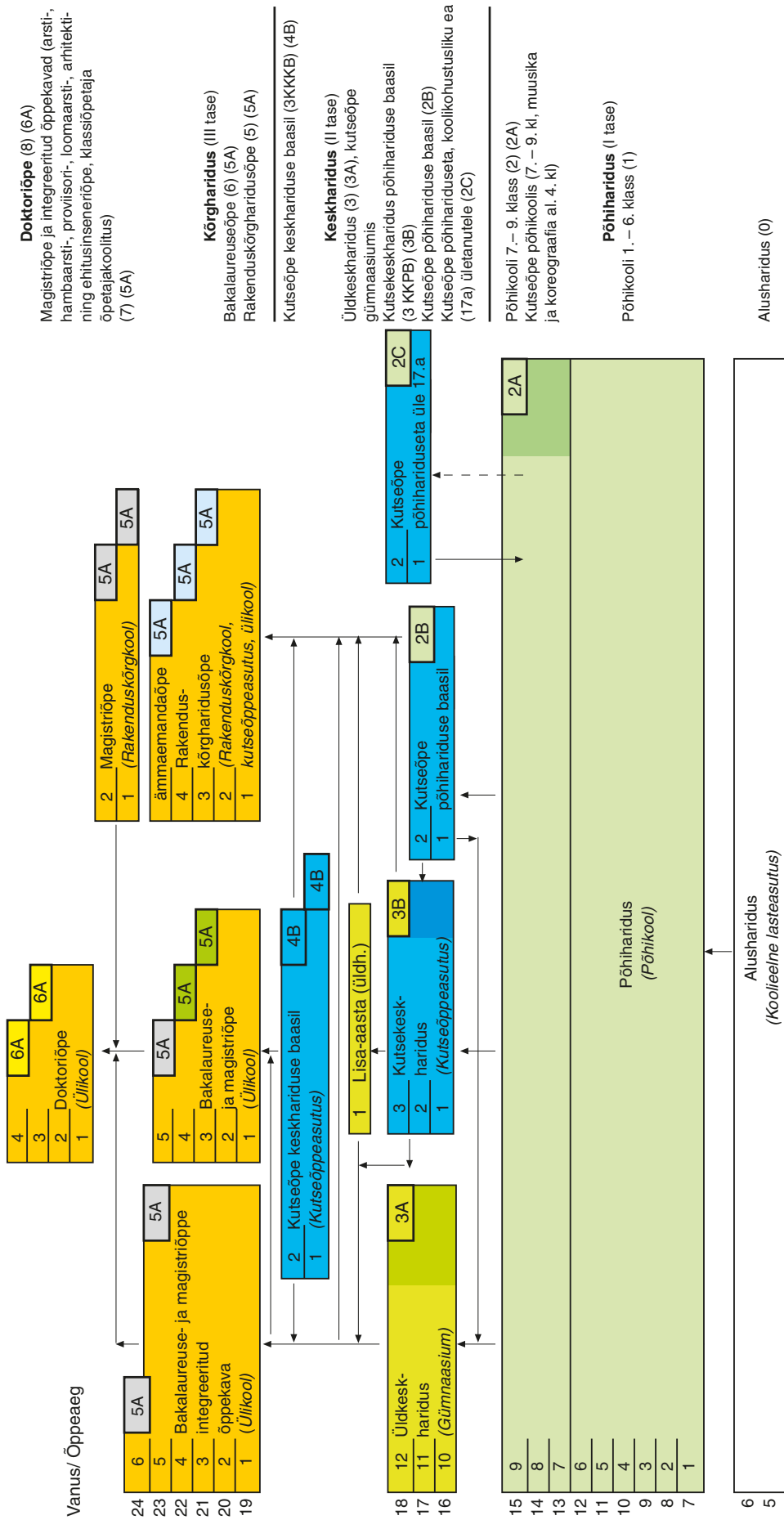
### Maht

3 tundi

### Tegevused

35. Töötamine ametit õppimata
36. Haridustase ja eriala
37. Haridustase ja erialased õppimisvõimalused
38. Isiklike võimaluste kaardistamine ja analüüs
39. Erialade rakendamise võimalused
40. Mind huvitavad erialad
41. Minu õpiplaani järgmiseks kolmeks aastaks

# Eesti formaalhariduse struktuur ja lõpudokumendid 2006



**Märkused:**

Võimalus õppida kutseõpet põhikooli ja gümnaasiumi riikliku õppekava valikainena (koostöös kutseõppeasutusega eraldi õppekava alusel)  
Kutsekeskhariduse õppekavad sisaldavad 40 õn mahus üldharidusaineid  
\*Magistriõpe toimub rakenduskõrgkooli ja ülikooli koostöös

**Lõpudokumendid:**

- 2A Põhikooli lõputunnistus
- 2B Lõputunnistus põhihariduse nõudeta kutseõppe läbimise kohta (põhihariduse, koolikohustusliku eea ületanud)
- 2C Kutsekeskhariduse lõputunnistus ja Riigieksamitunnistus
- 3A Gümnaasiumi lõputunnistus ja Riigieksamitunnistus
- 3B Lõputunnistus kutsekeskhariduse omandamise kohta (põhihariduse baasil)
- 3E Lõputunnistus keskhariduse baasil kutseõppe läbimise kohta
- 4B Rakenduskõrghariduse diplom
- 5A Integreeritud õppekava lõpetamisel diplom
- 5A Magistrikraad ja vastav diplom
- 6A Doktorkraad ja vastav diplom



## 35. Töötamine ametit õppimata

### Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane mõistab erialaõpingute vajalikkust.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 35 Kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö, võrdlus, väitlus Grupitöö
Aeg	~ 10 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht, selgitada ülesannet.</li> <li>• Õpilastel kirjutada töölehele ameteid, millel töötamiseks piisab põhi- või üldkeskharidusest.</li> <li>• Võrrelda tulemusi pinginaabriga ja põhjendada. Väidelda selle üle, kas ilma erialase ettevalmistuseta on lihtne leida tööd.</li> <li>• Harjutust võib teha ka grupitööna.</li> </ul>

## TÖÖTAMINE AMETIT ÕPPIMATA

*Õpilase tööleht 35*

**Nimeta töid, mida saab teha ilma et oleks tarvidust vastavat eriala koolis õppida!**

**Nimeta töid, mis õpitakse selgeks töötegemise käigus!**

HARIDUSTASE	AMET /TÖÖ
Pärast põhikooli	
Pärast gümnaasiumi	

## 36. Haridustase ja eriala

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab otsida vajalikku informatsiooni.</li> <li>• Õpilane arendab enda analüüsi- ja koostööoskusi.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 36 Arvuti, internet
Meetodid	Rühmatöö (3-4 õpilast)
Aeg	~ 20 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpetajal valmistada ette loosi võtmiseks väikesed paberid, kirjutada igale neist üks töövaldkond (näit ehitus, meditsiin, kultuur, haridus, transport, energeetika, metsandus, tootlustus jne).</li> <li>• Õpilastel lasta loosi teel valida valdkond.</li> <li>• Seejärel õpilastel omavahel kokku leppida, kuidas rollid jaotatakse -kas otsingut teostatakse üheskoos või jaotatakse omavahel ülesanded, kes mida otsib jne. Tähtis on, et üheskoos leitakse võimalikult palju erialasid. Võib korraldada võistlusena.</li> <li>• Arutleda selle üle, millised muud eeldused lisaks haridusele peavad veel olema etteantud töövaldkonnas töötavatel isikutel. Grupis lepitakse kokku, kes esineb.</li> <li>• Kokkuvõtteks anda igale grupile sõna: loendada erialad, kirjeldada lühidalt – millised eeldused peavad olema antud töövaldkonnas töötamiseks ja põhjendada miks.</li> </ul>

## HARIDUSTASE JA ERIALA

Õpilase tööleht 36



Nimeta \_\_\_\_\_ valdkonna erialasid,  
mida saab õppida \_\_\_\_\_ Otsi infot internetist.

ÕPINGUD	ERIALA
<p><b>Kutseõppeasutuses põhikooli järgselt</b></p>	
<p><b>Kutseõppeasutuses gümnaasiumi järgselt</b></p>	
<p><b>Rakenduskõrgkoolis</b></p>	
<p><b>Ülikoolis</b></p>	

## 37. Haridustase ja erialased õppimisvõimalused

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>Õpilane arendab infootsi-oskusi ja oskab leida informatsiooni õppimisvõimaluste kohta.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 37</p> <p>Kirjutusvahend</p> <p>Internet</p>
Meetodid	Individuaalne töö
Aeg	~ 15 minutit
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jaotada õpilastele tööleht. Juhendada, millistest erinevatest allikatest leiab informatsiooni õppimisvõimaluste kohta: <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>, EHIS jne.</li> <li>Õpilastel panna töölehele kirja erinevaid erialasid haridustasemetega kaupa.</li> <li>Õpilastel märgistada ringiga, milline kirjepandud erialadest talle kõige rohkem huvi pakub.</li> <li>Õpilased on täitnud töölehe. </li> <li>Anda kodutööks kirjutada essee teemal “..... eriala on põnev väljakutse” (ringiga märgistatud erialal). </li> </ul>

## HARIDUSTASE JA ERIALASED ÕPPIMISVÕIMALUSED

Õpilase tööleht 37

Nimeta erialasid, mida saab õppida...


ÕPINGUD	ERIALA
<p><b>Kutseõppeasutuses põhikooli järgselt</b></p>	
<p><b>Kutseõppeasutuses gümnaasiumi järgselt</b></p>	
<p><b>Rakenduskõrgkoolis</b></p>	
<p><b>Ülikoolis</b></p>	

Märgista ringiga, milline kirjapandud erialadest Sulle kõige rohkem huvi pakub.

## 38. Isiklike võimaluste kaardistamine ja analüüs

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane oskab oma seniseid oskusi, teadmisi ja huvisid erinevate õppeainete vastu näha kui eeldusi tulevase eriala valikul.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 38 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö
Aeg	~ 10-15 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht.</li> <li>• Õpilastel kanda tabelisse oma tulemused erinevates õppeainetes. Toodud loetelu saavad nad täiendada näiteks valikainetega.</li> <li>• Õpilased märgivad üles, millised õppeained meeldivad rohkem, millised vähem.</li> <li>• Õpilased on täitnud töölehe. </li> </ul>

## ISIKLIKE VÕIMALUSTE KAARDISTAMINE JA ANALÜÜS

Õpilase tööleht 38

Õpilased töötavad oma isiklike võimalustega.

### I osa

Mõtle hoolikalt läbi kõik õppeained ja hinded, mis sinu lõputunnistusele tõenäoliselt tulevad. Missugustes õppeainetes on sinu tulemused head?

Millejärgi oma edukusterinevates õppeainetes hindad? (Hinded tunnistusel, proovieksamite hinded, suuremate uurimistöde tulemused?)

Õppeaine	Väga head	Head	Kesised
Eesti keel			
Kirjandus			
Matemaatika			
Loodusõpetus			
Geograafia			
Bioloogia			
Keemia			
Füüsika			
Ajalugu			
Inimeseõpetus			
Ühiskonnaõpetus			
Muusika			
Kunst			
Kehaline kasvatus			
Tööõpetus			
Inglise keel			
Saksa keel			
Vene keel			
Prantsuse keel			
_____ keel			



**II osa**

Hinded on tähtsad, kuid ei määra veel kõike. On olemas ka teisi edu kriteeriume.

<b>Õppeaine</b>	<b>Väga head</b>	<b>Head</b>	<b>Kesised</b>
Eesti keel			
Kirjandus			
Matemaatika			
Loodusõpetus			
Geograafia			
Bioloogia			
Keemia			
Füüsika			
Ajalugu			
Inimeseõpetus			
Ühiskonnaõpetus			
Muusika			
Kunst			
Kehaline kasvatus			
Tööõpetus			
Inglise keel			
Saksa keel			
Vene keel			
Prantsuse keel			
_____ keel			

**III osa**


<b>Minu eelduste inventuur</b>			
	Õppeainete tule- mused kooli lõpus (kirjuta õppeained)	Soovitud erialal õppides peamised õppeained (kirjuta õppeained)	
<b>Tulemused väga head</b>			<b>Eriti vajalik</b>
<b>Tulemused head</b>			<b>Vajalik</b>
<b>Tulemused kesised</b>			<b>Pole vajalik</b>

Võrdle I, II, III osa tulemusi. Millisele järeldusele tuled?

## 39. Erialade rakendamise võimalused

Õpetaja juhend




Eesmärk	Õpilased oskavad eristada erinevate erialade rakendamies võimalusi vastavalt kas kitsalt teatud kindlas tegevusvaldkonnas või mitmetes.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 39 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Arutelu
Aeg	~ 25 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht.</li> <li>• Õpilastele selgitatakse teema lahti: on teatud erialad, mille lõpetamise järgselt saab töötada erinevates ametites, erinevates tegevusaladel. Hea on, kui lisaks õpilaste töölehel toodud näidetele arutatakse ka koos klassiga paar näidet läbi.</li> <li>• Õpilased kannavad tabelisse ette antud erialade nimetused.</li> <li>• Õpilased täiendavat tabelit. Suunata õpilasi mõtlema, millise eriala esindajad on pereliikmed, sugulased, sõprade ja tuttavate pereliikmed, samuti, millised võimalused on piirkonna kutsekooli erialade lõpetajatel.</li> <li>• Lasta soovijatel tutvustada oma töölehte märgitu. Arutleda.</li> <li>• Õpilased on täitnud töölehe. </li> </ul>



## 40. Mind huvitavad erialad

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>Õpilane oskab määratleda teda huvitavaid erialasid ja koole, kus seda eriala saab õppida.</li> <li>Õpilane oskab analüüsida oma isiklike haridusvalikuid peale põhikooli lõpetamist.</li> <li>Õpilane teab teda huvitaval erialal õppimaasumiseks vajaminevad sisseastumistingimusi.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Tööleht nr 40</p> <p>Kirjutusvahend</p> <p>Arvuti, internet</p> <p>Trükis „Abiks otsustajale“, infovoldikud</p>
Meetodid	<p>Individuaalne töö</p> <p>Arutelu</p>
Aeg	<p>~ 20 min individuaalne töö</p> <p>~ 15 min arutelu</p>
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jaotada õpilastele tööleht ja selgitada ülesannet.</li> <li>Vajadusel kasutada abistavaid infoallikaid- trükis „Abiks otsustajale“, koolide koduleheküljed, infovoldikud.</li> <li>Soovijatele võimaldada esineda kokkuvõttega enda valikutest.</li> <li>Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Arueluks:</p> <p><i>Millised on antud loetelust erialad, mis sind huvitavad ja mida sooviksid edasi õppima minna?</i></p> <p><i>Kas soovin seda eriala õppima minna peale põhikooli või gümnaasiumi lõpetamist?</i></p> <p><i>Kas seda eriala saab peale põhikooli õppima asuda?</i></p> <p><i>Mitu aastat õpitakse enamasti eriala peale põhikooli?</i></p> <p><i>Mitu aastat õpitakse enamasti eriala peale gümnaasiumi?</i></p> <p><i>Mis on eriala õppimine lihtsustatud õppekavaga?</i></p> <p><i>Millises koolis(koolides) võiksin seda eriala õppima minna?</i></p> <p><i>Millised on antud erialale õppimaasumiseks vajaminevad sisseastumistingimused s ind huvitavas kutseõppeasutuses?</i></p> <p><i>Keskmine hinne? Käitumishinne? Katse? Vestlus? Test? Konkurss?</i></p> <p><i>Mida peaksid arvestama kutseõppeasutuse valikul?</i></p> <p><i>Mida peaksid arvestama gümnaasiumi õppima asumisel?</i></p>

## MIND HUVITAVAD ERIALAD

Õpilase tööleht 40



5. Millisel erialal, ametis sooviksid töötada? : + = jah ; - = ei ; v = võib- olla
6. Kas soovid õppida eriala peale põhikooli (PK) või peale gümnaasiumi (G) lõpetamist?
7. Kool, kus võimalik seda eriala õppima minna. Vajaminevad sisseastumistingimused.

ERIALA, AMET	Vasta kas + / - / v	Kas peale PK või G?	Õppeasutus/ sisseastumistingimused
aia- ja loodusmajandus			
aiandus			
andmetöötlus ja veebidisain			
arhitektuuri disain			
arvutid ja arvutivõrgud			
arvutigraafika			
arvutiteenindus			
autode remont, teenindus			
disain			
ehitustisler			
ehitusviimistlus			
elekter			
ettevõtlus			
floristika			
fotograafia			
haljastus			
hotelliteenindus			
juuksur			
keevitaja			
kelner-baarmen			
kelner-ettekandja			
keskkonnakaitse			
kinnisvarahooldus			
kinnisvaramaakler			
kiviraiumine ja sepatöö			
kodumajandus (toitlustusteenindus)			
kokk			
kondiiter			
kunstiline kujundamine			
laevajuhtimine			
laomajandus			

lapsehoid			
loodusturismi korraldus			
lukksepatöö			
maamõõtmine			
maastikuehitus			
massaaž			
meditsiin (õendus)			
mehhatroonika			
merelaevandus ja kalapüük			
metallitööd			
metsamajandus			
metsandusettevõtja			
mäetööd			
mööbli-restauraator			
müügiasistent			
müügiesindaja			
müügikonsultant			
müügikorraldus			
müüja			
müürsepp			
pagar			
pagar-kondiiter			
palkmaja ehitus			
personalitöö			
piirivalveametnik			
postiteenindus			
programmeerimine ja infotöötlus			
puhastusteenindus			
puidukaubandus			
puidutöoline			
põllumajandus			
raamatupidamine			
rahvuslik käsitöö ja ettevõtlus			
reisikorraldus			
rekreatsiooni-korraldus			
rõivaõmblemine			
rätsepatöö			
sekretär- raamatupidaja			
sekretär-asjaajaja			
soojusenergeetika hooldus ja remont			






## 41. Minu õpiplaani järgmiseks kolmeks aastaks

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilasel on konkreetne tegevusplaani õpotee jätkamiseks ja koondatud vajaminev info kooli sisseastumiseks.
Vajaminevad materjalid	Tööleht nr 41 Kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö Infootsing Paaristöö
Aeg	~ 20 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht.</li> <li>• Antud töölehele on võimalik kirjutada kolm haridustee jätkamise võimalust. On teatud erialasid, mida saab õppida erinevates koolides. Samuti võib põhikooli lõpus olla vajadus kandideerida mitmesse gümnaasiumisse.</li> <li>• Kui õpilased vajavad selgitust tabeli täitmisel, siis juhendada: <ul style="list-style-type: none"> <li><u>Kooli nimi</u> — gümnaasiumi või kutseõppeasutuse nimetus.</li> <li><u>Eriala</u> — soovitud eriala kutseõppeasutuses või gümnaasiumi õppesuunda (humanitaar, reaalar, majandus jm).</li> <li><u>Omandatud haridustase</u> — võimalikud variandid vt Haridussüsteem 2007</li> <li><u>Kooli aadress</u> — siin oleks soovitatav vaadata kaardilt või internetist, kus kool täpselt asub.</li> <li><u>Kontaktandmed</u> — on oluline märkida telefon, e-mail ja kodulehekülg.</li> <li><u>Konkureerimistingimused</u> — Mis tingimustel kooli vastu võetakse (eksam, vestlus, essee jm)? Millised dokumendid on vajalik esitada (põhikooli tunnistus jm) ?</li> <li><u>Sisseastumiskatsete või eksamite aeg</u> — kuupäev ja kellaaeg.</li> </ul> </li> <li>• Koostatud plaan peaks olema reaalne, mille järgi õpilane tegutsema asub.</li> <li>• Moodustada paarid ja arutada paarilisega oma õpiplaani töölehe küsimuste põhjal.</li> <li>• Iga õpilane on koostanud oma tegutsemisplaani. </li> </ul>

## MINU ÕPIPLAAN JÄRGMISEKS KOLMEKS AASTAKS

Õpilase tööleht 41

VALIK	KOOLI NIMI	ERIALA (õppesuund)	OMANDATAV HARIDUSTASE	KOOLI AADRESS	KONTAKT- ANDMED	KONKUREERIMIS- TINGIMUSED	SISSEASTUMIS- KATSETE VÕI EKSAMITE AEG
1							
2							
3							

Kellega oled arutanud oma õpiplaani?

Kellega veel tahad arutada oma õpiplaani?

Mida saad veel teha, et olla konkurentsivõimelisem?

## Viited sarnastele tegevustele

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Alusmüüri rajamine	Elukutsete haridusnõuded; hariduse ja tööturu vahelised seosed	Anda õpilastele teadmisi erinevate elukutsete omandamiseks vajalikest haridusnõuetest.	Tulevikuvõimaluste uurimine. N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 39-40
2	Tööleminek	Hariduse ja tööturu vahelised seosed	Aidata õpilastel mõista töökohtadele omaseid haridus- ja koolitusnõudeid erinevate kutsealade lõikes.	Tähelepanu – tulevik! Tln, 1999, lk 56-57
3	Kuidas mina asju näen	2. teema õpitu kokkuvõte	Aidata õpilastel määratleda võimalikke tulevase elukutseid, et neid edaspidi lähemalt uurida ning seostada oma karjäärivõimalustega.	Tulevikuvõimaluste uurimine. N. Perry, Z. VanZandt. Tln, 1999, lk 42-43
4	Õppimisviisid	Haridustee	Õpetada õpilast nägema seost õppimisviisi ja edukuse vahel.	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht
5	Minu valikud peale põhikooli	Haridustee	Aidata leida erinevaid alternatiive haridustee jätkamiseks.	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht
6	Info otsimine õppimisvõimaluste jm kohta	Haridustee	Arendada infootsi oskusi, tutvustada <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a> võimalusi.	Elutee planeerimine. Tln, 2004. Õpilase tööleht

## TEEMA 3: PLANEERIMINE JA OTSUSTAMINE

### Õpitulemused

Õpilane:

- teab karjääriplaneerimise põhimõtteid ja arvestab nendega karjäärivalikute tegemisel;
- suudab otsustada ja teadlikult arvestada otsuseid mõjutavate teguritega;
- kasutab vajaduse korral karjääriteenuseid (karjäärinõustamine, karjääriinfo vahendamine, karjääriõpe);
- teadvustab erinevate elurollide ja -stiilide seoseid tööga;
- omab teadmisi ja oskusi isikliku karjääriplaani koostamiseks;
- saab aru oma vastutusest karjääri planeerimisel.

### Terminid

<b>Karjäär</b>	Töoga seotud ning teiste omavahelises seoses olevate elurollide elukestev areng.
<b>Elulaad</b>	Elamise viis, mille inimene valib oma aja ja teiste ressursside kasutamiseks
<b>Elurollid</b>	Inimese käitumine oma staatuse kohaselt
<b>Karjääriplaneerimine</b>	Elukestev muutuste, õppimise ja otsustamise protsessi teadlik juhtimine.
<b>Karjääriõpe</b>	Õppeprotsessi osa, mille käigus aidatakse õpilastel omandada teadmisi iseendast, töömaailmast, elukutsetest, õppimisvõimalustest ning kujundada hoiakuid ja toimetulekuoskusi, mis aitavad siseneda töömaailma, karjääriotsuste tegemist ning eneseteostust.
<b>Karjäärinõustaja</b>	Toetab inimesi karjääri kujundamisega seotud otsuste ja valikute tegemisel ning elluviimisel.
<b>Karjäärinõustamine</b>	Inimese toetamine iseenda tundmaõppimisel ning tulevikuplaanide koostamisel.
<b>Karjääriinfo</b>	Info hariduse, tööturu, elukutsete ja nende omavaheliste seoste kohta.
<b>Karjääriteenused</b>	Karjääriõpe, karjäärinõustamine, karjääriinfo vahendamine.
<b>Otsustamine</b>	Isiksuse tahtemadus, mis ilmneb inimese võimes teha olemasolevate teadmiste põhjal piisavalt põhjendatud valikuid.
<b>Isiklik karjääriplan</b>	Konkreetne tegevuskava oma karjäärieesmärkide saavutamiseks.
<b>Õpimotivatsioon</b>	Sisemised ajendid, põhjused ja jõud, mis mõjutavad õppija õpitegevust

## Teema kirjeldus

Karjääri planeerimist vaadeldakse kui **tulevase elulaadi valikut**, mis hõlmab erinevaid elurole. Õpilasi suunatakse arutlema elulaadi erinevate aspektide üle, seostama oma väärtusi, eeldusi ja reaalseid võimalusi tööturu tegeliku olukorraga, nägema erinevaid alternatiive valikute tegemiseks ning selle põhjal otsuseid langetama.

Planeerimise ja otsustamise protsessis on oluline toetada õpimotivatsiooni, teadvustada elukestva õppe tähendust ja tähtsust. Õpimotivatsiooni toetamise ühe võimalusena suunatakse õpilasi analüüsima ennast õppijana, kujundatakse õpioskusi ja neid toetavaid üldoskusi, nt aja kasutamine, õppimis- ja tööharjumused, muutustega toimetulek jne.

Otsustamine karjääri planeerimise mõttes on seisukohavõtt oma haridusteed ja võimalikku tulevast töist tegevust puudutavates küsimustes, arvestades erinevate asjaoludega. Karjääriõpetuse käigus vaadeldaksegi erinevaid võimalusi, otsust mõjutavaid tegureid, analüüsitakse võimalikke tagajärgi ning kaalutakse läbi, kuidas võimalikult tõhusalt oodatud tulemusi saavutada. Otsustamist mõjutavad käitumisharjumused, uskumused/soovid ning informeeritus. Selle võivad keerukaks muuta võimaluste paljusus (ka näiline paljusus), puudulik iseenda tundmine, ebakindlus, hirm otsustega kaasneva vastutuse ees või otsustamise edasilükkamine.

Noori mõjutavad sageli oma eakaaslaste hinnangud ja eelistused. Teisalt ka ühiskonnas valitsevad hoiakud ja stereotüübid, nt elukutsete liigitamine prestiižikateks ja väheprestiižikateks, meeste ja naiste omadeks.

Karjääriõpetuse käigus pannakse paika otsustusstrateegiad – kuidas seostada enda kohta teadaolevaid asjaolusid võimaliku tulevase tööise tegevuse ja selleks ettevalmistavate õpingutega. Tegevusplaanide koostamisel lähtutakse nii lähematest kui ka kaugematest eesmärkidest, hinnates kriitiliselt nende saavutamise võimalikkust. Teadvustatakse seost praeguste tegude ja tulevaste võimaluste vahel, mille tulemusena suureneb vastutus oma elukäigu eest.

### Karjääriplaneerimise etapid

- Teadvustamine – iseenda väärtustest, huvidest, eeldustest, vajadustest ja töömaailma võimalustest teadlikuks saamine.
- Tundmaõppimine – uurimine, proovimine, katsetamine, esialgse kutsevaliku tegemine, mittesobivate valdkondade kõrvalejätmine.
- Valmistumine – konkreetsete karjääriplaanide tegemine, õppimisvõimaluste valimine.

Planeerimise ja otsustamise teema käsitlemise lõpus peab õpilane eespool õpitu kokku võtma ja selle põhjal isikliku karjääriplaani koostama.

### **3.1 Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess: otsustamine ja seda mõjutavad tegurid, otsustamisraskused, karjääriinfo allikad, infootsimine, alternatiivid, sundvalikud, muutustega toimetulek, karjääriinfo, karjäärinõustamine**

#### **Käsitlus**

Karjääri planeerimine on tänapäeval pidev protsess. Olles ühe valiku langetanud, on tihtipeale vajadus keskenduda uutele, järgmistele sammudele. Karjäär on kas ametikohal, ameti- või kutsealal arenemine, liikumine madalamalt ametikohalt kõrgemale positsioonile või ka kannapöörded elus, et alustada millegi täiesti uuega. Karjäär on ka liikumine üha suurema isikliku vabaduse suunas – eraettevõtlus, kaugtöö, töö vabakutselisena.

Kes poleks kohanud arusaama, et „karjääriinimene“ on keegi, kellel silmad põlevad peas; kes näeb tööteemalisi unenägusid; kelle perekond on juba ammu unustanud, mis nägu ta on jne. Ka seda, et karjääriinimene loobub kõigest muust töö nimel. Tegelikult pole karjäär raske mäkketõus, vaid rahuldustpakkuv elu tervikuna kõigis oma valikutes. Ei saa sugugi õnnelikuks pidada inimest, kes pühendub ainult tööle ja kelle lähisuhted selle tõttu kannatavad. Või kes küll saabub õhtul koju, ent kelle mõtted on tuhandete kilomeetrite kaugusel. Selline inimene on oma perekonna jaoks emotsionaalselt kadunud. Saab väita, et iga hinna eest tööedu saavutamine polegi karjääri tegemine, vaid on tõesti karjerism. Ilmselt on tegu negatiivse nähtusega, kus lõppkokkuvõttes saavutatakse tulemused ränga hinnaga. Selle tulemusel jäädakse tihtipeale eraklikuks, sest ei leidu kedagi, kes sellisele edule kaasa elaks.

Karjäär on õnnelik elu tervikuna, iseendaga kooskõlas olemine. See on arenemine oma elutähtsates valikutes, olgu siis tegu õppimise, isiksuse arengu, töö või hobidega. Sellises tähenduses edendavad ka õppepuhkusel rändama läinud noor ja lapsepuhkusel olev ema oma karjääri, sest nende elu rikastub pidevalt uute õpetlike kogemustega.

Noorele on oluline selgeks teha, et kuigi põhikooli lõpus tuleb esmalt valida oma võimetele vastav haridustee, on ka edaspidises elus vaja valmis olla pidevateks muutusteks, enesetäiendamiseks ning vajaduse korral ka ümberõppeks. Võtmesõna on hea enesetundmine ja sellele tuginev pidev uute otsuste langetamine.

#### **Otsustamine ja enese juhtimine**

Otsustamine on isiksuse tahtemadus, mis ilmneb inimese võimes teha olemasolevate teadmiste põhjal piisavalt põhjendatud valikuid. See nõuab inimeselt iseseisvust, kriitikameelt, analüüsi- ja kohanemisvõimet ning julgust. Karjääri planeerimise üks tähtsamaid tegureid ongi otsuste tegemise oskus, seepärast tuleb kasuks mitmesuguste otsustamisvõtete tundmine. Kõige lihtsam ja käepärasem on plusside-miinuste tehnika, kus kirjutatakse paberile, mis on ühe otsuse poolt- ja vastuargumendid. Otsustamine on osa enese juhtimisest, mil tehakse põhjendatud valikuid, ning kui ilmneb mõni probleem, siis leitakse kiirelt sobivad lahendused. Kiirete otsuste tegemise võime on tänapäeval väga hinnatud oskus.

**Sundvalikud, mis need on?** Lühidalt öeldes on sundvalik olukord, kus on vaja teatud piiravate teguritega arvestada. Mõne õpilase puhul võib selleks olla elukoht, majandustegurid, tervis ja tihti paraku ka varasemad õpitulemused. Vastukaaluks tasub analüüsida erinevaid alternatiive ja teatud sundseisu korral kaaluda, kas ja kuidas elu järgmised valikud toetavad ummikseisust väljatulemist.

### Info otsimine

Selleks, et otsust langetada, tuleb koguda piisavalt infot. Karjääriinfo saamiseks on mitmeid viise – seda võib iseseisvalt Internetist hankida, külastada karjäärispetsialiste, koole ja ettevõtteid või küsitleda erinevates töövaldkondades töötavaid isikuid jne.

Teavet võib otsida:

- raamatutest ja teatmekirjandusest
- haridusmessidelt, nt Teeviidalt, Intellektikalt jt
- Internetist, nt [www.rajaleidja.ee](http://www.rajaleidja.ee)
- Töötukassast
- teabe- ja nõustamiskeskustest

Selleks, et õpilane endas lõpuni kindel oleks või siis pikemaajaliste plaanide seadmiseks võib ta alati pöörduda ka **karjäärinõustaja** ja **infospetsialisti** poole. Kindlasti on kasulik suunata õpilast karjäärinõustaja juurde juhul, kui ta selle valikaine lõpuks endiselt üldse ei tea, kuhu õppima asuda, mida elus ette võtta või mida mingi konkreetne elukutse tegelikult endast kujutab.

Karjäärinõustaja töö eesmärk on abistada ja toetada inimesi karjääriplaneerimisel. Koos nõustajaga mõeldakse, mis suunas inimene tahaks areneda, millisel alal töötada, aidatakse valida edasiõppimisvõimalusi, arendatakse töötamisioskust ja vajaduse korral koostatakse koos ka isiklik karjääriplaan.

### Maht

4 tundi


### Tegevused

42. Leia infot
43. Võlur
44. Töömotivatsioon
45. Eelistused
46. Ajakava koostamine
47. Tegevuste tähtsustamine
48. Otsustamisraskused
49. Otsusta kohe

## 42. Leia infot

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane kasutab oskuslikult erinevaid karjääriinfoallikaid, leiab vajalikku infot.</li> <li>• Õpilane teab oma võimalusi karjäärinõustamise kasutamiseks.</li> <li>• Õpilane oskab infot analüüsida, eristada olulist infot ebaolulisest.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 42 Arvuti 1-2 õpilase kohta, Internet
Meetodid	Individuaalne ja paaristöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutvustada õpilastele internetis erinevaid infoallikaid, kust saab erialade ja õppimisvõimaluste kohta infot otsida: <a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>, koolide nimekiri <a href="http://www.neti.ee">www.neti.ee</a> jne.</li> <li>• Jaotada õpilastele töölehed. Viia õpilased arvutiklassi või anda ülesanne koduseks lahendamiseks.</li> <li>• Tuletada meelde ametikirjelduste ja kutsekirjelduste leidmise võimalused.</li> <li>• Lasta õpilastel otsida internetist infot vastavalt töölehele.</li> <li>• Selgitada õpilastele karjääriinfo keskuste tööülesandeid ja nende kasutamise võimalust.</li> <li>• Selgitada õpilastele karjäärinõustaja teenuste kasutamise võimalust.</li> <li>• Lisaülesandena võib viia õpilased infomessile Teeviit, Intellektika vmt ning lasta seal oma töölehte täiendada, lisainfot ja alternatiive uurida. Infomessi asemel võib viia õpilased ka kohalikku info- ja nõustamiskeskusse.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul>



## LEIA INFOT

Õpilase tööleht 42

### 1. Kui oled selgusele jõudnud, milline elukutse on Sulle sobiv, uuri, millistes koolides on võimalik seda õppida.

Vaata erinevate koolide kodulehekülgi, tutvu teatmike vm infomaterjalidega karjäärikeskuses.

Elukutse: .....

Kooli nimi: .....

Eriala: .....

### 2. Tee endale selgeks, kas selle eriala omandamiseks piisab põhikooli lõpetamisest või tuleb enne ka gümnaasium lõpetada?

Paljusid erialasid ei saa õppida kohe pärast põhikooli (näiteks juuksuriks). Sellisel juhul tuleb leida sobiv keskkool/gümnaasium, kus omandada keskharidus.

Sisseastumise tingimused, vajalik eelnev haridustase: .....

### 3. Uuri soovitud kooli konkursitingimusi, kas saaksid praeguste hinnetega sinna sisse.

Soovitav oleks juba kaheksandas klassis uurida õppimisvõimalusi ja konkursitingimusi. Nii jõuad vajadusel oma õpitulemusi üheksanda klassi kevadeks veel parandada. Sellisel juhul on Sul ka kergem otsustada.

Konkursitingimused sisseastumisel: .....

Vajalik keskmine hinne: .....

Millistes ainetes pead oma tulemusi parandama: .....

### 4. Mõtle, mida saad praegu teha, et põhikool edukalt lõpetada?

Võib-olla tuleks Sul mõnes aines järeleaitamistunde võtta. Võib-olla peaksid referaadi kirjutamisse tõsisemalt suhtuma. Kas sa tegeled harrastustega mõistlikult või võtavad nad ära aja, mida oleks otstarbekam pühendada õppimisele?

Mida saan teha enne klassi lõpetamist: .....

Mida saan teha enne kooliveerandi lõppu: .....

Mida saan teha sel nädalal: .....

Mida saan teha täna: .....

### 5. Leia endale liitlased, kellega Sa tahad arutada Sinule sobivaid elukutseid ja õppimisvõimalusi?

Nii-öelda liitlasteks võivad olla isa, ema, õed, vennad, sõbrad, õpetaja, psühholoog, karjäärinõustaja. Otsustamine ei ole alati kerge, seepärast on alati hea, kui on keegi, kellega saad oma probleemi jagada.

Minu liitlased ja nõuandjad: 1) .....

2) .....

3) .....

### 6. Leia oma kodukohale lähima karjäärinõustaja ja karjääriinfokeskuse kontaktid ja teenused.


.....

.....

## 43. Völur

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab selgemalt oma unistusi ning oskab näha läbi oma unistuste ka reaalsel elu.</li> <li>• Õpilane oskab kirjeldada endale sobivat tööd.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 43 Puhas paberileht, tahvel või ekraan
Meetodid	Iseseisev töö Lumepalli veeretamine
Aeg	~ 30 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik õpilased on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~20 min. </li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes jagada klass 4-6 liikmelistesse gruppidesse. Iga grupile puhas paberileht.</li> <li>• Kirjutada analüüsi küsimused tahvlile või demonstreerida neid arvutist:</li> <li>• Miks soovid neid asju – kas soovid nende abil teistes inimestes imetlust või kadedust tekitada või oma elu mugavamaks muuta või kellegi teise aitamiseks?</li> <li>• Mida saaksid juba praegu teha, et tulevikus seda saada / saavutada?</li> <li>• Mille poolest sinu päev erines oma grupiliikmete päevast?</li> <li>• Milline peaks teie grupi liikmete arvates olema töö, mida te tulevikus teha tahaksite? Miks?</li> <li>• Millised on teie grupi 6 tähtsamat tööd iseloomustavat omadust? Põhjendage miks?</li> <li>• Veenduda, et kõik grupid on lõpetanud. Iga grupp võib oma vastused ette lugeda.</li> </ul>

## VÖLUR

### Õpilase tööleht 43

1. Pane kirja vähemalt 5 asja, mida tahad tingimata oma elu jooksul saavutada, omandada, kogeda.

- 1) .....
- 2) .....
- 3) .....
- 4) .....
- 5) .....

2. Kujutle, et võitsid lotoga miljoni. Mida sa selle rahaga teeksid?

.....  
 .....

3. Kujutle, et kohtud võluriga, kes on valmis täitma kolm sinu soovi. Mida sooviksid?

- 1) .....
- 2) .....
- 3) .....

4. Kui sa saaksid praegu kohe midagi oma elus muuta, siis mis see oleks?

.....  
 .....

Pane kirja oma täiuslik päev.

.....  
 .....

5. Mida sinu eakaaslased väärtustavad?

.....

6. Mida sinu perekond väärtustab?

.....


7. Missugune peaks sinu töö olema? Reasta see loetelu tähtsuse järgi sinu jaoks:

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> meeldiv töökeskkond   | <input type="checkbox"/> võim                  |
| <input type="checkbox"/> omaette tööruum       | <input type="checkbox"/> loon midagi uut       |
| <input type="checkbox"/> töotan koos teistega  | <input type="checkbox"/> käin lähetustes       |
| <input type="checkbox"/> töotan omaette        | <input type="checkbox"/> paindlik tööaeg       |
| <input type="checkbox"/> näen oma töö tulemust | <input type="checkbox"/> olen iseenda peremees |
| <input type="checkbox"/> töötasu               | <input type="checkbox"/> juhin teisi           |
| <input type="checkbox"/> prestiiž              |  |

## 44. Töömotivatsioon

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane oskab määratleda iseenda valikuid ja seostada neid töö motivatsiooniga.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 44 Kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö Paaristöö
Aeg	~ 10 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik õpilased on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~10 min. </li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes jagada õpilased paardesse ning arutleda etteantud küsimustel.</li> </ul> <p><i>Mida sa panid tähele, mis iseloomustab sinu praegust olukorda kõige enam?</i></p> <p><i>Millised on sinu soovid seoses tööga?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kokkuvõtteks võib arutleda nendel teemadel terve klassiga.</li> </ul>

## TÖÖMOTIVATSIOON

*Õpilase tööleht 44*

Palun märgista ristiga väited, mis kõige paremini iseloomustavad Sinu valikuid hetkel seoses tulevase tööga. Põhjenda ja too näiteid.

### **Praegune olukord võimaldab:**

- katta minu põhivajadused
- olla uhke enda üle
- olen millegi eest vastutav
- anda midagi teistele
- veeta lõbusalt aega
- näidata, mida ma suudan
- teha, mida teised inimesed ootavad
- võtta vastutust
- õppida tundma oma võimeid
- omada karjäärivõimalust
- olla aktiivne ja tegus
- olla täiskasvanu
- tutvuda uute inimestega
- muuta maailma paremaks
- võtta vastu väljakutseid
- olla kasulik

### **Pane kirja: Sinu 3 tööga seotud soovi.**

- 1) .....
- 2) .....
- 3) .....


### **Nimeta kuldkalakesele 3 põhjust, miks sa töötaks sellel ametikohal.**

- 4) .....
- 5) .....
- 6) .....

## 45. Eelistused

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane näeb oma tulevase tööga seotud konkreetseid ülesandeid, toetudes oma valikutele.</li> <li>• Õpilane teab oma eelistusi.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 45
Meetodid	Iseseisev töö Paaristöö Arutelu
Aeg	~ 15 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik õpilased on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~10 min. </li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes jagada õpilased paardesse ja lasta neil arutleda järgmisi küsimusi: <i>Mis on sinu positiivsed eelistused?</i> <i>Millised on sinu negatiivsed eelistused?</i> <i>Miks sa selliselt oma eelistused järjestasid?</i></li> <li>• Tulemused arutada läbi kogu klassiga.</li> </ul>

## EELISTUSED

*Õpilase tööleht 45*

**Nimeta 3 ülesannet tööleht, mida Sulle meeldiks teha**

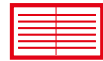
- 
- 
- 


**Nimeta 3 ülesannet tööleht, mida Sulle ei meeldiks teha**

- 
- 
-

## 46. Ajakava koostamine

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane võrdleb oma tegelikku ja ideaalset ajakasutust.</li> <li>• Õpilane näeb aja ratsionaalse kasutamise võimalusi.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 46 Suur pabertahvli leht, markerid
Meetodid	Iseseisev töö Rühmatöö
Aeg	~ 30 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jagada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik õpilased on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~15 min. </li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes jagada õpilased paaridesse ning lasta neil arutleda etteantud küsimustel: <i>Millised erinevused on vajaliku ja tegeliku aja kasutuse vahel?</i> <i>Võrdle oma tulemust parilise tulemusega.</i> <i>Tooge välja erinevused.</i> <i>Täiendage oma tabelit, kui midagi olulist enne välja jäi.</i> <i>Leidke ühiselt milliste tegevuste arvelt võiksite kokku hoida oma aega ja millistele peaksite aega juurde võtma.</i> <i>Millised tegevused võiks üldse välja jätta?</i></li> <li>• Arutada tulemusi kogu klassiga. Leida võimalusi aja paremaks kasutamiseks ja tegevuste ümberplaneerimiseks.</li> </ul>






## 47. Tegevuste tähtsustamine

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane oskab hinnata tegevusi oma igapäeva elus ja seostada neid oma tulevase karjääriga.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 47, tööleht 46
Meetodid	Iseseisev töö Rühmatöö
Aeg	~ 40 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jagada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik õpilased on ülesandest aru saanud.</li> <li>Töölehe täitmise aeg on ~20 min. .</li> <li>Kokkulepitud aja möödudes jagada õpilased 4-6 liikmelisteks gruppideks.</li> <li>Lasta grupiliikmetel esitada üksteisele järgmisi küsimusi: <i>Kas seda tegevust on üldse vaja teha? Kui jah, siis kas just sina pead seda tegema?</i>  <i>Kas seda tegevust võiks sooritada kuidagi teisiti? Kas sellele mahtu, sagedust vm võiks muuta?</i>  <i>Kas võiks muuta tegutsemise viisi?</i>  <i>Kas selle tegevuse võiks edasi anda kellelegi teisele? Kellele?</i></li> <li>Soovi korral arutleda nendel küsimustel kogu klassiga.</li> </ul>

## TEGEVUSTE TÄHTSUSTAMINE

### Õpilase tööleht 47

Selgitamaks oma tegevuste tähtsuse järjekorda, paiguta alljärgnevasse skeemi kõik oma peamised tegevused. Võta aluseks eelmises harjutuses (45) märgitud tegevused – tööleht 45 “Ajakava koostamine”.

1. Kiireloomulised ja olulised tegevused.	2. Kiireloomulised, kuid väheolulised tegevused.
3. Isiklikust vaatevinklist olulised, kuid nendega on veel aega.	4. Väheolulised tegevused, millega on veel aega.

Vaata oma tabelit.

*Milliseid mõtteid see sinus äratab?*

.....

.....

.....

*Kas oli raske oma tegevusi nende olulisuse alusel järjestada? Pahatihti satub just õppimine tabeli neljandasse välja, mistõttu avatakse raamat või konspekt alles viimasel õhtul enne kontrolltööd.*

.....

.....

.....

*Kuhu paigutasid sina õppimise?*

.....

.....

*Milliseid muutusi kavatsed oma ajakasutuses ette võtta?*

.....


.....

.....

## 48. Otsustamisraskused

Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane oskab hinnata erinevaid alternatiive ning langetada teadlik ja kaalutletud otsus.
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 48 Kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö Lumepall
Aeg	~ 30 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik õpilased on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~30 min. </li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes jagada õpilased 4-6 liikmelisteks gruppideks.</li> <li>• Lasta grupiliikmetel esitada üksteisele järgmisi küsimusi:</li> <li>• Kas sa otsustad iseseisvalt või vajad teiste abi? Kas otsustada on kerge või raske?</li> <li>• Kas sulle meeldib oma valikuid põhjendada?</li> <li>• Kuidas sulle tundus oma valikuid hinnata? Mida sa märkasid seda tehes?</li> <li>• Soovi korral arutleda nendel küsimustel kogu klassiga.</li> </ul>

## OTSUSTAMISRASKUSED

### Õpilase tööleht 48

Sa oled teinud ja teed ka edaspidi suuremaid või väiksemaid otsuseid. Sinu elutee kujundamine ja elukutsevalik nõuab kaalutletud otsustamisoskust. Järgnevalt on esitatud mõned küsimused, millele vastamine aitab Sul mõista otsustamise olemust lihtsat otsustamisülesannet tehes. Püüa vastata kõikidele küsimustele. Kui küsimus tundub raske, võta endale piisavalt mõtlemisaega. Sinu töö selle lehega on kõige tõhusam, kui arutad kirjapandut oma klassikaaslastega.

1. Kas Sulle meeldib iseseisvalt tähtsamaid otsuseid teha või vajad selleks kellegi abi või lased kellelgi enda eest otsustada? .....

.....

.....

.....

2. Kas Sa põhjendad endale ja, kui vaja, ka teistele oma valikute tegemise õigsust?

.....

.....

.....

3. Mida Sa täna õhtul teed? .....

.....

.....

.....

4. Pane kirja mitu varianti! .....

.....

.....

.....

5. Millised on kirjutatud variantide plussid ja miinused? .....

.....

.....

.....

6. Milline variant on Sinu jaoks kõige kehvem? Miks? .....

.....

.....

.....

7. Mida Sa täna õhtul tegelikult teed? Põhjenda valikut! .....

.....


.....

.....

## 49. Otsusta kohe

### Õpetaja juhend



Eesmärk	Õpilane oskab hinnata oma otsuse tegemise oskust
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 49 Kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö Rühmatöö
Aeg	~ 10 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik õpilased on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~10 min. </li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes jagada õpilased 4-6 liikmelisteks gruppideks. Anda igale grupil puhas tööleht.</li> <li>• Kirjuta arutlusele tulevad küsimused tahvlile. Lasta grupiliikmetel esitada üksteisele järgmisi küsimusi: <i>Millist otsuste tegemine oli raske?</i> <i>Mis takistas otsustamist?</i> <i>Tuleta meelde, millised raskused on sul olnud otsuste tegemisel?</i> <i>Milliste otsuste tegemine sinu elus on olnud lihtne?</i> <i>Kuidas suhtud väitesse, et julge otsustamine on pool võitu?</i></li> <li>• Soovi korral arutleda nendel küsimustel kogu klassiga.</li> </ul>

## OTSUSTA KOHE

Õpilase tööleht 49

Kujuta ette, et sul tuleb valida kahe võimaluse vahel. Kui eelistad oma toas roose rohkem kui liiliaid, siis tõmba sõnale "roosid" joon alla. Nii toimi iga võimaluste paari korral.

<b>Lilled sinu toas</b>	Roosid – liiliad Sõnajalg – kummipuu Karikakrad – kannikesed
<b>Sõbrad</b>	Raamatusõber – teatrihuviline Filatelist – spordihuviline Kodulembeline – seltskonnalõvi
<b>Toidud</b>	Hamburger – kotletid kartuliga Jäätisetort – õunakook Apelsinid – heeringas hapukoorega
<b>Ametid</b>	Sekretär – direktor Autojuht – vagunisaatja Müügiesindaja – talunik
<b>Huvid, harrastused</b>	Teater – aiatöö Klassikaline muusika – matkamine Maalimine – ratsutamine
<b>Sinu tulevased lapsed</b>	Punapea – blond Vigurivänt – õpihimuline Ilus – armas
<b>Raamatud</b>	Kriminaalromaan - klassika Telefoni kataloog – D. Carnegie "Kuidas võita sõpru ja mõjutada inimesi" E. Hemingway "Ja päike tõuseb" – O. Luts "Kevade"
<b>Joogid</b>	Õlu – Fanta Tee – mahl "Värsk" - kohv

## Viited sarnastele tegevustele

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Info otsimine õppimisvõimaluste jm kohta	Karjääriinfo, infootsimine	Julgustada õpilasi aktiivsusele infot iseseisvalt hankima. Tutvustada õpilastele Rajaleidja andmebaasi võimalusi.	<a href="http://www.rajaleidja.ee">www.rajaleidja.ee</a>
2	Tulevikule mõeldes	Eesmärkide seadmine	Ergutada õpilasi unistama, ette kujutama oma tulevast elu.	Tulevik algab täna. Tööturuamet, 2001, lk 24
3	Unistused, soovid	Alternatiivid, eesmärkide püstitamine	Ergutada loovust. Harjutada mõtete, tunnete, soovide sõnastamist. Tegelda õpilaste ootuste ja soovidega tuleviku suhtes.	Karjäär – redel või tee? Koolibri, 1998, lk 26
4	Analüüsi oma õppimist	Õpimotivatsioon	Suunata õpilasi õppima tundma ennast õppijana.	Teel töömaailma. Ellervo, 2004, lk 48- 49
5	Kuidas õpin mina	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend, lk 26, õpilase tööleht lk 25
6	Õppimise test	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 27, õpilase tööleht lk 26
7	Minu hinnang õppetööle	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 28, õpilase tööleht lk 27
8	Minu takistused õppetöös	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 29, õpilase tööleht lk 28
9	Tahan paremini õppida	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 30, õpilase tööleht lk 29



10	Kuidas ma õpin kodus	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 31, õpilase tööleht lk 30
11	Miks on õppimine „IN“?	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend, lk 32, õpilase tööleht lk 31
12	Õppimisviisid	Õpimotivatsioon, õppimisoskused, ajaplaneerimine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 33, õpilase tööleht lk 32
13	Kui lõpetad põhikooli	Alternatiivide hindamine	Selgitada õpilastele õppimise tähtsust.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 34, õpilase tööleht lk 33
14	Intervjuu planeerimisest	Rollimäng	Abistada õpilastel küsimuste esitamise abil enda saavutusi analüüsima.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 45, tööleht lk 40
15	Planeeri oma päev	Elurollid	Ergutada õpilasi mõtlema erinevatest rollidest, mida neil tuleb igapäevaelus täita ja probleemidest, millega neil tuleb erinevate nõudmistega täitmisel kokku puutuda.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 48-52
16	Supernaine	Elurollid	Tutvustada täiskasvanuolu tööalaste ja koduga seotud rollide omavahelised suhteid.	Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 43-44
17	Valikute hindamine	Otsustamine	Arendada õpilastes valikuvõimaluste poolt- ja vastuargumentide arvestamisoskusi.	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 49
18	Eesmärkide püstitamine	Planeerimine	Arendada eesmärkide püstitamisoskusi.	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 50

## 3.2 Isikliku karjääriplaani koostamine: elukestev õpe, karjäär, karjääriplaneerimine, karjääriplaani koostamine, edu, elurollid, elulaad, õpimotivatsioon, omavastutus, kandideerimisdokumendid

### Käsitlus

Põhikooli õpilasele tähendab karjääri planeerimine enamasti tema edasise haridustee valimist, aga ka töökogemuste saamist ja huvitegevust, enese arendamist erineva tegevuse kaudu. Põhikoolist gümnaasiumisse või kutseõppeasutusse minek on üks suuremaid muutusi noore inimese arengus. Kas ta suudab kohaneda uue keskkonna ja talle esitatavate nõudmistega?

Oluline on rõhutada edasiõppimise vajalikkust, kuigi kohustuslik kooliharidus põhikooliga lõpeb. Õpilased peavad tunnetama hariduse tähtsust ning leidma endale sobiva viisi oma plaanide teostamiseks – kas gümnaasiumi või kutsekooli. Selge siht silme ees peaks oluliselt tõstma ka õpilaste õpimotivatsiooni. Põhikooli õpilastel on oluline õppida valmisolekut elukestvaks õppeks, enesetäiendamiseks ja muutustega kohanemiseks. Igasugune enesearendamine suurendab eneseusku. Õpilasi tasub suunata mõtlema selle üle, kas ja kuidas elukestev õpe võib olla üheks lahutamatuks osaks isiklikus karjääriplaanis.

Karjääriõpetuse raames saab õpilast toetada valikute tegemisel, üks on aga kindel – valiku peab ta ise langetama ja ka selle eest vastutuse võtma. Põhikooli õpilaselt nõuab karjääriotsuse tegemine küllalt suurt pingutust, sest see iga on probleemne organismis toimuvate füüsilis-emotsionaalsete muutuste tõttu, millele lisandub veel soov olla iseseisev ja sotsiaalselt tunnustatud. Sellega seoses unistatakse sageli elukutsetest, millel on ühiskonnas kõrge prestiiž, andmata endale aru, mida see töö endast tegelikult kujutab ja kas see on noore inimese isiksuseomadustega kooskõlas. Karjääri planeerimine kui läbimõeldud tegutsemine pärast põhikooli annab õpilasele kindlustunde ja tagab emotsionaalse stabiilsuse.

Karjäärivalikute tegemisel on üks väga oluline otsust mõjutav tegur tulevase kutsetööga kaasnev teatud kindel elulaad. Elulaad on elamise viis. See on tee, mille inimene valib oma aja ja teiste vahendite kasutamiseks. Elulaadi mõjutab see, millised elurollid inimesel parasjagu on. Tänapäevane õppur ja homme töötaja, lapsevanem ja töötaja jne. Elurolle käsitletakse ka enesetundmise teema juures.

Õpilaste erinev elulaad väljendub juba õpingute käigus. On neid, kelle põhitegevus on teadlik enesetäiendamine ja sellega seoses täidab suure osa ajast õppetegevus. Teised peavad enam lugu vaba aja tegevustest ja sellega seoses on ka nende elulaad teistsugune. Elamise viisi alged saadakse kahtlemata kodust, seda kujundavad mitmed tegurid. Lõpptulemusena on just elulaad see, mis võimaldab saavutada või mitte saavutada teatud asju elus.

Selle peale, milline konkreetne elulaad ühe või teise töö tegemisega kaasneb, ei pruugi põhikooli õpilased alati ise tulla.

Siinkohal saab esitada rea küsimusi, mille üle arutleda.

- Kus ja kuidas sa elad?
- Mida teed, et ennast ülal pidada?
- Kellega suhtled?
- Kuidas veedad vaba aega?
- Kas töötad kindla tööajaga?

jne

Elulaadi sobivad iseloomustama veel sellised märksõnad:

- töötamise koht (kodu, kontor, ateljee jne)
- vabadus ise valida tööaega
- tööaeg: töötamine päeval, õhtuti või öösiti, töötamine üheksast viieni viis päeva nädalas
- pikad puhkused
- pingeliste perioodide vaheldumine rahulikega
- harrastusteks ja pere jaoks jääva aja hulk
- harrastuste iseloom
- elupaik

jne

Seega on karjääri planeerimise üks võtmetähtsusega küsimus järgmine – kas selline tulevane võimalik elulaad on just see, mida väärtustan? Kuidas seda saavutada?

Karjääriplaani koostamisel ei pääse sellise põhimõttelise küsimuse käsitlemisest nagu mis on edu. Mis on edu kriteeriumiks kujunenud meie praeguses ühiskonnas? Milline tähendus on sellel igale üksikule inimesele? Kindlasti on oluline juhtida õpilaste tähelepanu sellele, et mitte ainult materiaalsed väärtused ei ole edu sümbol, vaid elus on ka muid olulisi põhiväärtusi edu või ebaedu hindamiseks.

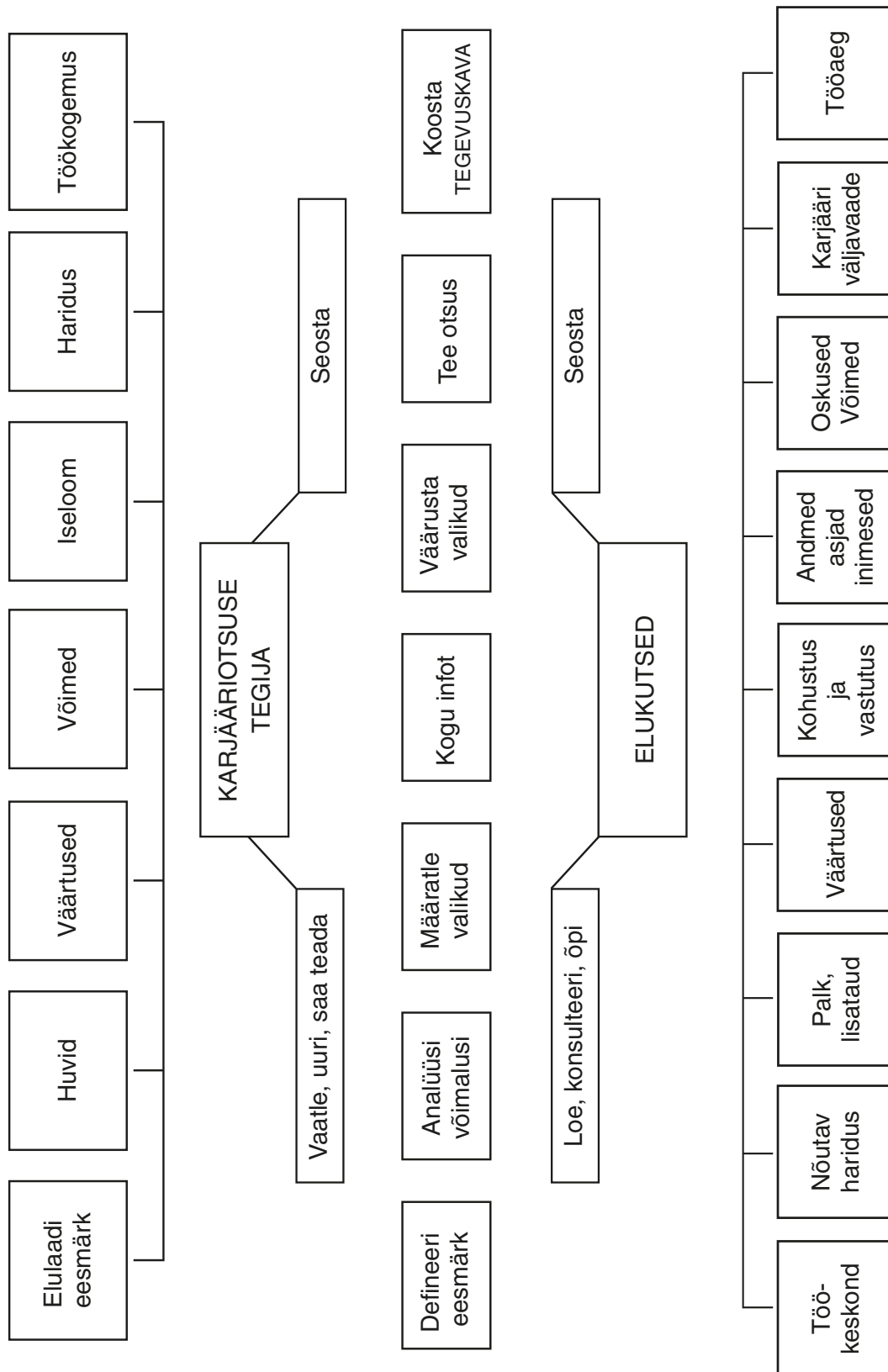
Juba põhikoolis õpib õpilane tööle kandideerimise dokumentide üldist vormistamist. Seejuures on vajalik õpilaste tähelepanu juhtida sisulistele asjadele, mida tööandja tulevase töötaja kohta teada soovib.

### **Karjääriplan**

Selleks, et leida oma võimetele, teadmistele ja loomumadustele sobiv eriala, peab õpilane tegema endas ühe põhjaliku ekskursiooni. See tähendab endale sadade küsimuste esitamist, varem täidetud töölehtede ülevaatamist, nendest kokkuvõtete tegemist. Kui õpilane pole varem selle peale mõelnud, siis võiks suunata teda uurima ka enda nõrku külgi, sest just sellest võib olla abi tegeliku kutsumuse leidmisel.

Ainekursuse lõpetuseks koostab õpilane oma isikliku karjääriplaani, milles ta võtab arvesse kõik eespool õpitu – oma isikuomadused, oskused, huvid, väärtused, töömaailma suunad, haridusvõimalused ja isiklikud eesmärgid.

# KARJÄÄRIOTSUSE LANGETAMINE



Vaatle, uur, saa teada

KARJÄÄRIOTSUSE TEGIJA

Seosta

Defineeri eesmärk

Analiüsi võimalusi

Määratle valikud

Kogu infot

Väärusta valikud

Tee otsus

Koosta TEGEVUSKAVA

Loe, konsulteer, õpi

ELUKUTSUSED

Seosta

**Maht**

7 tundi

**Tegevused**

50. Värviline elukulg

51. Elurollid

52. Peatükid minu elus

53. Minu tuleviku plaan

54. CV koostamine

55. Motivatsioonikiri

56. Tööintervjuu

57. Minu isiklik karjääriplaan

58. Karjääriotsuse tegemise protsess

## 50. Värviline elukulg

Õpetaja juhend




Eesmärk	Õpilane näeb oma elu kui tervikut, oskab unistada ja näha oma erinevate rollide tähtsust nende unistuste elluviimisel.
Vajaminevad vahendid	Suured joonistuspaperid Rasvakriidid, värvipliatsid vm joonistusvahendid
Meetodid	Iseseisev töö Paaristöö Arutelu
Aeg	~ 25 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jagada õpilastele joonistusvahendid.</li> <li>Anda õpilastele aega 10 minutit oma elukulu joonistamiseks – tema elu algusest lõpuni, kasutades nii palju või vähe erinevaid värve, kui ta soovib. Võib kasutada ükskõik milliseid kujundeid, sümboleid, värvilaike või pilte, et oma elu kirjeldada.</li> <li>Kokkulepitud aja möödudes lasta õpilastel paarilisega analüüsida ja arutleda oma joonistusi:                     <p><i>Mida sa joonistasid?</i></p> <p><i>Mida miski seal joonistuse peal tähendab?</i></p> <p><i>Kus sa praegusel hetkel oma pildi peal oled?</i></p> </li> <li>Iga õpilane on joonistanud oma elukulu. </li> <li>Arutada kogu klassiga selle joonistuse tegemist või hilisemat arutelu.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Kuidas oli oma elu joonistada?</i></p> <p><i>Kas eluunistused ja eluplaan said selgemaks?</i></p>

## 51. Elurollid

Õpetaja juhend




Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab erinevate rollide olulisust elus, nende rollide omavahelist suhet ning eesmärke iga rolli juures.</li> <li>• Õpilane on valmis elurollide arenemiseks ja muutumiseks ning elumuutustega toimetulekuks.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tühi paberileht, kirjutusvahend. Hiljem võib lehte ilmestada erinevate värvidega.
Meetodid	Individuaalne töö Arutelu
Aeg	~ 20 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Selle ülesande tegemisel lähtuda eelmisest ülesandest – elukulg.</li> <li>• Õpilased tõmbavad paberile joone, mis tähistab nende elutsükli. Selle joone peale märgivad oma sünni ja praeguse vanuse.</li> <li>• Seejärel lasta õpilastel selle peale joonistada oma kõikvõimalikke elurolle– millisest vanusest lisandus milline roll; millal mingi roll ära lõppes jne. </li> <li>• Kui see joonis on valmis, siis lasta õpilastel iga elurolli juures hinnata: mida nad tahavad saavutada 10 aasta jooksul? mida nad on 10 aasta pärast saavutanud oma iga rolli eraldi silmas pidades? Nt perenaine – milline perenaine ma tahan olla 10 aasta pärast?</li> <li>• Tunni lõpus arutada, mida selle ülesande tegemine neile juurde andis.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Kas nad avastasid oma tulevikuplaanides midagi uut?</i></p> <p><i>Kas said unistused veidi selgemad piirjooned? jne.</i></p>

## 52. Peatükid minu elus

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab väärtustada elu pisisündmusi terve elu ja karjääriplaani kontekstis.</li> <li>• Õpilane teab, et peab olema valmis elumuutustega toime tulema.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 52 Kirjutusvahend.
Meetodid	Individuaalne töö Rühmatöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele töölehed.</li> <li>• Selgitada õpilastele elu muutvate pisisündmuste olulisust.</li> <li>• Õpilastel jagada oma senine elu peatükkideks ja panna neile peatükkidele pealkirjad.</li> <li>• Igal õpilasel valida üks peatükk oma elust, mille ta pikemalt lahti kirjutab. Kirjutamise asemel võib nendest pealkirjadest ja sellest ühest olulisest peatükist ka väikestes rühmades arutleda.</li> <li>• Iga õpilane on täitnud töölehe. </li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Mis on olnud need elusündmused, mis on alustanud uut peatükki?</i></p> <p><i>Mismoodi need sinu tulevikku on mõjutanud?</i></p>



## PEATÜKID MINU ELUS

### Õpilase tööleht 52


Igaüks on läbi elanud selliseid sündmusi, mis on eriti meelde jäänud (nt mõnusalt veedetud suvepäev) või isegi edasist elukäiku muutnud (nt elukoha vahetus, uus sõber). Tuleta selliseid kogemusi meelde.

- Anna igale sellisele sündmusele pealkiri, nagu see oleks alustanud uut peatükki sinu elus.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- Vali neist peatükkidest kõige huvipakkuvam ja kirjuta sellest üks oma elu peatükk. Kirjuta, milline on olnud selle peatüki mõju sinu elule.

## 53. Minu tuleviku plaan

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane mõistab, mida ta tahab oma elus saavutada.</li> <li>• Õpilane oskab püstitatud eesmärgid analüüsida ja tegevusplaane koostada.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 53 Kirjutusvahend
Meetodid	Iseseisev töö Paaristöö
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jagada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~20 min. </li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes jagada õpilased paardesse, analüüsida paarilisega omavahel kirja pandut.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Mida eesmärkide saavutamiseks peaks veel tegema?</i></p> <p><i>Kuidas need eesmärgid seonduvad sinu tulevase ametialase karjääriga?</i></p>

## MINU TULEVIKU PLAAN

### *Õpilase tööleht 53*

Parim viis oma elu eesmärkides selgusele jõuda on need üles kirjutada. Siis hakkab kujutlusvõime nendega tegelema ja sa suudad paremini oma eesmärkide saavutamiseks tehtavat ette kujutada.

**Küsimused vastamiseks:**

*Kui tihti mõtled oma tulevikule?*

.....

.....

.....

MA TAHAN SAAVUTADA
--------------------

<b>MIDA MA SELLEKS OLEN ÕPPINUD</b>	
KOOLIS	VÄLJASPOOL KOOLI
<b>MINU ISIKSUSE OMADUSED, MIS AITAVAD EESMÄRGI SAAVUTAMISELE KAASA</b>	
<b>MIDA MA PEAN OMA EESMÄRGI SAAVUTAMISEKS VEEL TEGEMA</b>	

## 54. CV koostamine

Õpetaja juhend




Eesmärk	Õpilane oskab koostada keeleliselt ja sisuliselt korrektse CV.
Vajaminevad vahendid	Paberid (CVd) ja pliiatsid
Meetodid	Individuaalne töö Arutelu
Aeg	~ 20-25 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tuletada õpilastega meelde emakeeletunnis õpitud CV vormistamise nõudeid.</li> <li>• Lasta igal õpilasel koostada CV mustand.</li> <li>• Anda õpilastele koduülesandeks luua oma CV kuskile andmebaasi ja see välja printituna kaasa tuua. Igaüks saab analüüsida oma CVd, kas see vastab järgmistele nõuetele: <ul style="list-style-type: none"> <li>• CV lühitutvustus on atraktiivne ja tekitab inimese vastu huvi</li> <li>• Daatumid, millal midagi õpiti või kuskil töötati on paigas</li> <li>• CV-s pole esitatud vale informatsiooni</li> <li>• Kõikide töökogemuste, aga ka projektide juures on lahti kirjutatud, mis olid täpsed ülesanded ja mida õpiti kogemusest</li> <li>• CV-s ei esine kirjavigu ja see on keeleliselt korrektne</li> <li>• CV sisaldab korralikku iseloomuomaduste loetelu, kirjeldust oma hobidest jne</li> <li>• CV on inforikas ja ladusa keelekasutusega</li> <li>• CV on igakülgset inimese visiitkaart ja tekitab tööandjas huvi ühendust võtta (hinda seda 10 palli süsteemis: 1 – ei paku huvi ilmselt; 10 – tööandjat peaks see väga huvitama</li> </ul> </li> <li>• Kokkuvõttena arutada, mis oli kellegi raskuskoht, millised vigu oli enim.</li> <li>• Järgmiseks tunniks tuleks CV korrigeerituna tagasi tuua õpetajale.</li> </ul>

## 55. Motivatsioonikiri

### Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab kirjutada motivatsioonikirja.</li> <li>• Õpilane oskab võrrelda tööpakkumist enda ootustega ja rääkida endast ning selgitada oma motivatsiooni.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Näidis töökuulutus Paber, kirjutusvahend
Meetodid	Individuaalne töö
Aeg	~ 30 min
Tegevuse kirjeldus	<p>Jagada igale õpilasele juhend, kuidas motivatsioonikirja kirjutada <a href="http://www.cv.ee/content/index.php?id=672&amp;gr=1">http://www.cv.ee/content/index.php?id=672&amp;gr=1</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arutada selle juhendi põhjal motivatsioonikirja kirjutamise põhimõtteid.</li> <li>• Lasta igal õpilasel koostada motivatsioonikiri kandideerimaks padja alla paigaldatavate ja ise pähe „tuupivate“ õpikute müügiesindajaks firmasse N. Kusjuures infot enda kohta võib ka välja mõelda. Eesmärgiks on tööandjas tekitada tõsine huvi ja põhjendada enda motivatsiooni.</li> <li>• Iga õpilane koostab motivatsioonikirja. </li> <li>• Tuua välja erksamaid motivatsioonikirju ja katkeid õpilaste töödest.</li> </ul>

## 56. Tööintervjuu

### Õpetaja juhend

Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane teab tööintervjuu tavastsenaariumit.</li> <li>• Õpilane oskab käituda tööintervjuul.</li> <li>• Õpilane oskab võrrelda tööpakkumist enda ootustega ja rääkida endast, selgitada oma motivatsiooni.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	<p>Paberileht, kirjutusvahend.</p> <p>Eelnevalt lehtedest välja lõigatud ja tööportaalidest välja printitud töökuulutused (näiteks lillemüüja, müügimees, pangateller, finantsjuht, õpetaja, ehitaja, reklaamilooja, ettekandja, keskkonna spetsialist jne). Valik võiks olla võimalikult mitmekülgne.</p>
Meetodid	Rühmatöö
Aeg	~ 30-40 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jagada õpilased rühmadesse, igas rühmas 6 – 8 liiget.</li> <li>• Jaotada igale rühmale ca 10 töökuulutust, leht paberit ja kirjutusvahend.</li> <li>• Igal õpilasel tuletada meelde oma kolm tugevust ja iseloomuomadust (võib märkmeid teha).</li> <li>• Õpilastel kirjutada need kõik paberile ja leida grupi peale 3 ühist omadust.</li> <li>• Rühmas analüüsida töökuulutusi ja valida kolm enim sobivat kogu grupile.</li> <li>• Seejärel valida välja kolmest üks parim töökuulutust. Keegi grupist, kes võiks sellele töökohale kandideerida, valmistab grupi abil ette end tööintervjuuks ja motivatsioonikõneks.</li> <li>• Igast rühmast üks kandidaat saab 3 minutit aega oma pakkumist tutvustada ja enda sobivust põhjendada.</li> <li>• Kogu ülejäänud klass on samal ajal selle firma kujutletavad personalijuhid ja neil on õigus küsimusi juurde küsida.</li> </ul> <p>Aruteluks:</p> <p><i>Keda oleks tööle võtnud ja miks?</i></p> <p><i>Mis on need edutegurid, mis tööintervjuul kasuks tulevad?</i></p>

## 57. Minu isiklik karjääriplaan

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane võtab karjääri planeerimise kohta omandatud teadmised kokku ja analüüsib neid.</li> <li>• Õpilane teeb kokkuvõtte omandatud teadmiste kohta.</li> <li>• Õpilane koostab tegevusplaani oma tulevase karjääri planeerimiseks.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 56
Meetodid	<p>Iseseisev töö</p> <p>Paaristöö</p> <p>Arutelu</p>
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~20 min.</li> <li>• Kokkulepitud aja möödudes võtta õpilastel paardesse.</li> <li>• Arutada paarilisega omavahel, mida nad on kirja pannud. Kui keegi ei soovi oma töölehte kommenteerida, siis pole vaja sundida, ta võib töölehel olevate küsimuste üle ise mõtiskleda.</li> <li>• Arutada klassiga töölehe küsimuste põhjal.</li> <li>• Tunni lõpus lasta mõnel õpilasel teha kokkuvõte.</li> <li>• Isikliku karjääriplaani alusel saab ka iga õpilasega eraldi vestluse läbi viia tema edasise plaani analüüsimiseks.</li> </ul>





## MINU ISIKLIK KARJÄÄRIPLAAN

### Õpilase tööleht 57

Sa oled läbi töötanud palju erinevaid materjale. Nüüd on sul võimalus vaadata, mida kõike sa oled sellel õppeaastal enda ja oma tulevase karjääri kohta teada saanud.

Täida tööleht oma võimetest alates kuni kaugemate eesmärkideni välja. Loodetavasti pakub see sulle kõige eelnevalt õpitu äratundmisrõõmu.

<b>KAUGEM EESMÄRK</b>	
<b>LÄHIM EESMÄRK</b>	
<b>AMETID JA ELUKUTSED, MILLE KOHTA MA TAHAN VEEL INFOT SAADA</b>	
<b>TAKISTUSED ERIALA VALIMISEL VÕI KOOLI SISSESAAMISEL</b>	
<b>AMETID JA ELUKUTSED, MIDA OLEN TUNDMA ÕPPINUD</b>	
<b>VÄÄRTUSED</b>	
<b>OSKUSED</b>	
<b>VÕIMED</b>	
<b>HUVID</b>	

Mil viisil on sinu takistused ületatavad?

.....

.....

.....

.....

.....

Miks sa hindad just neid väärtusi?

.....

.....

.....

.....

.....

Kuidas oled tundma õppinud just neid ameteid ja elukutseid (lugenud lehest, rääkinud selle ala inimesega, näinud televiisorist vms)?

.....

.....

.....

.....

.....

Miks tahaksid just nende elukutsete kohta veel infot saada?

.....

.....

.....

.....

.....

Millised alternatiivid on su eesmärkidel?

.....

.....

.....

.....

.....

Kuidas suhtud väitesse, et raha paneb rattad käima?

.....

.....

.....

.....

.....

Kui palju sul lõppeesmärgi saavutamiseks aega kulub?

.....

.....

.....

.....

.....

Millised on kõige suuremad takistused edu saavutamisel?

.....

.....

.....

.....

.....

Kas sa oled piisavalt tundma õppinud elukutseid ja ameteid, mille hulgast endale sobiv valida?

.....

.....

.....

.....

.....

Millistel tingimustel seaksid endale hoopis teistsugused eesmärgid?

.....

.....

.....


.....

.....

## 58. Karjääriotsuse tegemise protsess

Õpetaja juhend



Eesmärk	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane kogub kokku informatsiooni iseenda, tööturu ja võimaluste kohta ning sõnastab alternatiivid edaspidiseks tegutsemiseks oma karjääriteel.</li> <li>• Õpilane hindab oma valikuid, langetab otsuse ning koostab tegevusplaani oma tulevase karjääri planeerimiseks.</li> </ul>
Vajaminevad vahendid	Tööleht nr 57
Meetodid	<p>Iseseisev töö</p> <p>Paaristöö</p> <p>Arutelu</p>
Aeg	~ 45 min
Tegevuse kirjeldus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaotada õpilastele tööleht. Kontrollida, et kõik on ülesandest aru saanud.</li> <li>• Töölehe täitmise aeg on ~25 min. </li> <li>• Arutada klassiga töölehe küsimuste põhjal.</li> <li>• Selle tegevuskava alusel saab ka iga õpilasega eraldi vestluse läbi viia tema edasise plaani analüüsimiseks.</li> </ul>

## KARJÄÄRIOTSUSE TEGEMISE PROTSESS

Õpilase tööleht 58

### 1. Valmisoleku julgus - otsusta otsustada.

Otsus, mida olen valmis tegema, on

.....

.....

- See võiks toimuda (millal?)

.....

.....

### 2. Kogu enda kohta informatsiooni.

- Minu 3 peamist huvi valdkonda on:

.....

.....

- Ma eelistan töötada (inimestega, andmete/ideede või asjadega):

.....

.....

- Mul on järgmised oskused:

.....

.....

- Töö juures hindan kõige rohkem neid kolme väärtust:

.....

.....

- Minu tugevamad küljed seonduvad järgmiste võimetega:

.....

.....

### 3. Uuri tööturgu.

- Võimalusi pakkuvad kutsed on:

.....

.....

- Mulle meeldivad neist (3):

.....

.....

.....

### 4. Kaalu erinevaid võimalusi ja järeldusi.

- Vaatle iga valikuvõimalust oma huvide, võimete, tugevate külgede ja väärtushinnangute vaatevinklist.

- Hinda iga valikuvarianti vastavalt sellele, kuidas neist igaüks pakub võimalusi tööga rahuloluks. Hinnangu võid kirja panna tabelina.

Tööta välja hindamise alus –

näiteks: 4 = väga hea, 3 = keskmine, 2 = talutav, 1 = mittetalutav.

Valik 1:

.....

.....

.....

Valik 2:

.....

.....

.....

Valik 3:

.....

.....

.....

**5. Võta vastu otsus.** Olles piisavalt kaalunud, olen huvitatud järgmisest elukutsesest:

.....

**6. Koosta plaan.** Millised on põhilised sammud, et selleks valikuks valmistuda?

Olen koostanud plaani, kuidas hakkan oma tulevikuks valmistuma. Minu põhilised sammud sealjuures on:

- 1) .....
- 2) .....
- 3) .....
- 4) .....
- 5) .....
- 6) .....
- 7) .....

(Pead lisama nii palju samme, kui vaja.)

**7. Tegutse.**

- Selleks, et järgida oma karjäärieesmärki, omandan ma järgmise koolitusel hariduse:

.....

.....

- Selleks, et omandada koolitust/haridust, mida vajan valitud kutsealal edu saavutamiseks, pean ma

.....

.....

**8. Hinda edasiminekut ja tee muutusi.**

- Vaatan selle plaani jälle üle ..... (päeva, nädala, aasta) pärast, hindan ning muudan seda vajaduse korral.
- Vaatan oma valiku üle ..... (aja) pärast.

### Viited sarnastele tegevustele

Nr	Harjutus	Teema	Eesmärk	Allikas
1	Rollid, mida ma esitan	Rollid	Õppida tundma erinevaid elurolle.	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 21 - 22
2	Minu roll maailmas	Rollid	Aidata õpilasel juurelda rolli üle nii kohalikus elus kui maailmas.	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 23 -24
3	Minu karjääri vikerkaar	Elurollid	Õppida tundma erinevaid elurolle.	Karjäär – redel või tee? Koolibri, 1998, lk 89-90
4	„Amblikuvõrk“ – tutvuste süsteem	Elurollid	Õppida tundma erinevaid elurolle.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 47, tööleht lk 42
5	Reisile	Planeerimine	Aidata õpilasel saada ülevaadet oma saavutustest ja neid arvesse võttes planeerida edasist.	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 25 -26
6	Võimaluste reisikohver	Karjääri-planeerimine	Aidata õpilasel fookuseerida, kuhu ta on teel ja mida ta teele kaasa võtab.	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 44
7	Minu tegevuskava	Planeerimine	Aidata õpilasel saada ülevaade hetkeolukorrast; harjutada tegevuskava koostamist.	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 27 -28
8	Minu isiklik kokkuvõte (Lisa1,2)	Planeerimine	Arendada eneseanalüüsioskust karjääri-planeerimisel.	Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003, lk 41- 44
9	Elu jooksul-5 aasta jooksul – oleks pidanud – pool aastat	Planeerimine, analüüs	Arendada eesmärkide püstitamise ja eneseanalüüsi oskusi.	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 51
10	Minu tegevuskava	Planeerimine	Arendada elu planeerimise oskusi.	Karjäärirada. Tööturuamet, 2003, lk 52
11	Esimene päev uues koolis	Planeerimine	Arendada elu planeerimise oskusi.	Elutee planeerimine. TTK, 2004. Õpetaja juhend lk 49, tööleht lk 45

# ÕPIMAPP

Mitmete riikide koolides kasutatakse *portfooliot* vahendina, kuhu õpilased koondavad ja talletavad info, mis on kas otseselt või kaudselt seotud karjääri planeerimisega. See abivahend hõlmab erinevatest ainetundidest, muust tegevusest ja vaba aja erinevatest situatsioonidest hangitud kogemusi ja teavet ning aitab õpilastel oma õppimist juhtida, näha õpitulemuste seoseid karjäärivõimalustega.

Portfooliot kutsutakse vahel *töö passiks* (Austria), *hariduse päevikuks* (Taani) või ka *karjäärivalikute passiks* (Saksamaa). Eestis on see saanud endale nime **õpimapp**.

Karjääriõpetuse valikaine puhul on õpimapi koostamine eriti soovitatav. Õpimapi põhjal saab õpilane meenutada, mida ta on erinevates ainetundides, huviringides, töötades ja muus tegevuses kogunud. See võimaldab kirja panna oma mõtteid ning kõike hiljem üle vaadata, analüüsida, soovi korral arutleda oma sõpradega, lähedastega, karjäärispetsialistidega ja õpetajaga. Kindlasti ei tasu seejuures piirduda üksnes karjääriõpetuse tundides täidetud töölehtede kogumisega. Lisaks läbiva teema „Elukestev õpe ja karjääri planeerimine“ käsitlemise kaudu hangitud kogemuste ülestähendamisele saab õpimapist kujundada vahendi, mis aitab õpilasel oma arengut jälgida palju laiemalt. Nii, et see lihtsustaks õpilase tervikliku „mina-pildi“ kujunemist, mis omakorda soodustab teadlike karjäärivalikute langetamist.

Õpimapp saab olla erinev. Näiteks see võib olla teatavat tüüpi album, kaust või mapp, kuhu õpilased koguvad või kleebivad erinevaid töölehti, väljalõikeid, dokumente, pilte jms, mida nad on erinevates olukordades kasutanud või koostanud. Ilmselt ei pea taotlema, et kõik õpilased lähtuvad mingist kindlast kohustuslikust vormist. Võiks jagada praktilisi soovitusi ja lasta neil seejuures vabalt oma fantaasiat kasutades kujundada isikupärane, igapäevaselt meeleldi kasutuses olev isiklik töövahend. Küll aga on oluline pöörata õpilase tähelepanu sellele materjalile, mida ta enda jaoks kogub ning võimalusel arutleda, miks just see tema jaoks oluline on.

## **Kuidas õpimapist kõige rohkem abi on?**

Õpimapi albumilaadne olemus ning selle üsna vaba täitmisviis erinevad õppeprotsessis traditsiooniliseks kujunenud info kogumisest ja talletamisest. Õpimapi pikemaajaline täitmine soodustab uute ideede teket ja suunab õpilast oma saavutusi teadlikumalt jälgima ning vajadusel endaga tööd tegema.

Kui õpilane mõistab selle koostamise põhimõtteid, on see talle tõhus vahend nii oma tugevate ja arendamist vajavat külgede märkamiseks, arengu jälgimiseks, kui individuaalse karjääriplaani koostamiseks.

Seetõttu on soovitatav karjääriõpetuse sissejuhatavas osas tutvustada selle koostamist, kasutades vajadusel abimaterjali *Õpimapi koostamine*.

Vaata lisaks [Karjääriõpetuse aineramat põhikooliõpetajale](#)



## ÕPIMAPI KOOSTAMINE

### Õpilasele

#### Mis on karjääriõppe õpimapp?

Kogum kõigest, mida sa pead vajalikuks arvestada oma eesmärkide saavutamisel. Hea õpimapp aitab sul mõista:

- mida sa suudad teha
- mida sulle meeldib teha
- milline sa oled

Kogu õpimappi infot ja ideid iseenda, oma hariduse ja töökogemuse kohta. Infot saad nii koolitöödest kui ka igasugusest tegevusest, milles osaled väljaspool kooli, näiteks huvitegevus, vanemate ja tuttavate tööeluga tutvumine jne. Tähtis pole see, et teavet oleks võimalikult palju. Kogu sinna infot, mis on sulle vajalik. Mõtle oma karjääriplaanidele, aruta seda kaaslastega, sest nii saab ka sulle endale selgemaks, mida sa tegelikult soovid. Kui saabub otsuste langetamise aeg, siis on sul oluliselt lihtsam!

#### Milleks?

- et säilitada ja meeles pidada karjääriplaneerimisega seotud küsimusi ning kasutada neid otsuste langetamisel
- et näidata oma mõtteid neile, kes saavad sind aidata – sinu lähedased, õpetaja või ka karjäärinõustaja
- et näidata seda inimestele, kes võivad sulle teatud võimalusi pakkuda – näiteks sinu tulevased tööandjad

#### Mida õpimapp sisaldab?

- sinu mõtteid ja tundeid oma karjääri kohta
- infot selle kohta, mida sa oskad teha
- infot selle kohta, mida sulle meeldib teha
- infot selle kohta, millised on sinu plaanid ja reaalsed võimalused

#### Mida õpimappi panna?

- töölehed
- mõtted, mida sa oled oma kogemuste kohta kirja pannud
- see, mida teised inimesed on sulle või sinu kohta kirjutanud
- info, mis on sinu meelest kasulik
- oma töökogemuste päevik
- fotod, pildid, kaardid, joonised

#### Kes sinu õpimappi loeb?

Sa ei taha ilmselt oma õpimappi kõigile näidata. Küllap sisaldab see asju, mida sa tahaksid ainult endale hoida. Sinu õpimapp kuulubki ainult sulle. Sina otsustad, mida soovid teistele näidata ja mida mitte. Ka siis, kui sa seda mitte kellelegi ei näita, on sulle sellest suur abi tuleviku planeerimisel!

## ÕPPEKÄIK ETTEVÖTTESSE

Teadlike karjääriotsuste langetamiseks ei piisa, kui õpilane teab karjääriplaneerimise põhitõdesid üksnes teoreetiliselt. Erinevaid tööprotsesse iseloomustavad teatud iseärasused, töökeskkonna tegurid, mille selgitamine suu- ja trükisõna abil on ebatõhus või lausa võimatu. On väga oluline pakkuda õpilastele erinevate ametite ja töökeskkondadega vahetu kokkupuute võimalusi.

Ei saa eeldada, et karjääriõpetuse valikaine raames korraldatud ettevõttekülastuste käigus tekib õpilasel küllaldane ülevaade erinevatest tööprotsessidest ja töövaldkondadest. Kindlasti saab ettevõttekülastuse kavandada nii, et selle käigus mõistab õpilane, **millele** on vaja erinevate töödega tutvumisel tähelepanu pöörata ja **miks**. Olenemata töövaldkonnast, saab üldistades rääkida **töö iseloomust, töötingimustest, hariduslikest ja muudest eeldustest, kaasnevatest terviseriskidest** jne. Lisaks õppekäigule on õpilasel palju erinevaid võimalusi töövaldkondadega tutvumiseks, olgu selleks siis lähedaste inimestega tööst rääkimine, meedias kajastatuga tutvumine, töövarjuks olemine, *rajaleidja.ee* ametite andmebaasist info otsimine jne. Õpilane saab ümbritsevast elust hõlpsasti endale kasulikku infot ammutada juhul, kui ta mõistab, **milliste teguritega on vaja elukutsevalikul arvestada**. Mis aitab mõista? Hästi läbimõeldud õppekäik võib olla parim meetod!

Traditsioonilise käsitluse järgi on õppekäik:

A	teemat ettevalmistav õppekäik materjali kogumine millegagi (nähtuste, protsesside, objektidega) tutvumine
B	teemat kokkuvõttev õppekäik varem õpitu üldistamine teooria seostamine praktikaga

Õppekäigu kavandamisel ja õppülesannete koostamisel on soovitatav läbi mõelda:

- Mida õpilane ametitest, elukutsetest, töövaldkondadest juba teab. Mida eelnevalt teada võiks või teadma peaks? Kas ja kui põhjalikult on erinevaid töövaldkondi ja muid teemasid karjääriõppes eelnevalt käsitletud?
- Millest õpilane peaks aru saama? Millele tuleb õpilaste tähelepanu suunata? Mida peaks õpilasele töökeskkonnas, erinevate ametite juures meelde jätma?
- Valida vastavad meetodid, nt näitamine, kujundite abil visualiseerimine, arutelu jne.
- Kavandada korduse moment.
- Mida ja kuidas saab õpilane õpitut edaspidi üle kanda karjääriplaneerimise protsessi tervikuna?
- Mis meetod aitab õpilast selle juures kõige tõhusamalt?

Tööeluga tutvumise õppekäik omab õpilasele oluliselt erinevat tähendus lähtuvalt sellest, kas tema jaoks on tegemist alles karjääri valikute avastamise ja teadvustamise või juba planeerimise faasiga. Vastavalt valitakse ka õpilaste **õpitulemuste hindamise meetod**.

Vt lisaks tegevus 34.

## KARJÄÄRIÕPETUS JA EETIKA

Ükskõik millise elukutse esindajate käitumist ja tegevusi kontrollib tema enda kõlbeline teadvus. Õpetajatöös tuleb sageli ette hetki, mis eeldavad pedagoogilt kõrgemat eetikat, sügavamat empaatiavõimet ja moraalinoüete täitmist, kui igapäevaelus tavakodanikult nõutakse.

Iga hea õpetaja on juba sündinud suure südamega ega vaja oma tegemistes eetika koodeksit. Ta mõistab, milles seisnevad karjääriteemadega tegelemisel need võimalikud hellad puutepunktid, mida **eetika** vastastikuste **suhtemustrite kujundajana** hästi toetab.

Karjääriõpetuse tundides käsitletakse õpilase isikut sisemiselt sügavalt puudutavaid küsimusi: õpilase isiksuse, perekonna, materiaalse ja sotsiaalse seisundi ning tervisega seotud asjaolusid. Tundides kasutatavad õppemeetodid julgustavad õpilasi ennast analüüsima ja arutlema klassikaaslastega. Õpetajalt nõuab delikaatsust ja tolerantsust võimalike eriarvamustega, väärtustega jne arvestamine. On nähtusi ja probleeme, mida õpetajal võib olla raske mõista, kuid millest ei saa mööda vaadata ja mida peab käsitlema, püüdes mitte kedagi kahjustada.

On väga tähtis, et õpilast suunates suudab õpetaja olla vaba enda hoiakutest ja eelarvamustest. Karjääriõpetuse üks peamine juhtmõte on - iga töö ja iga amet väärib austust. Kutsehariduse õpingute suhtes negatiivne hoiak ei ole kindlasti kooskõlas tööturu reaalse olukorraga.

Karjääriõpetuse tunnis võivad õpilase kõrgelennulised unistused ja ka ebaõnnestumisest tingitud pettumused olla selgemini esiletulevad kui teistes õppetundides. Tunnetel, unistustel, ambitsioonidel on väga oluline mõju õpilase tulevikule. On loomulik ja vajalik, et õpilane unistab, fantaseerib ning reaalsete teadlike valikute langetamise eel mõlgutab kõrgelennulisi mõtteid. Kas, millal ja kuidas õpilast „maa peale tagasi tuua“? Tasub mõelda.

Igal õpilasel on õigus oma valikutele ja eneseteostusele eeldusel, et ta oma toimingutega ei riiva teiste samasugust õigust. Elutee planeerimine on praktiliste otsuste langetamise kõrval sügavalt tunnetuslik tegevus, mille käigus teemasse süüvinud noore inimese meeled on valla kõigele väljastpoolt tajutavale, tema isikut puudutavale. Õpetajapoolsed eelarvamuslikud (nt õpilase perekonnaliikmete õpiedukusega või töölase toimetulekuga seotud) või õpilast halvustavad hinnangud võivad jätta oma tulevikku kavandava noore hinge valusad jäljed. Õpilase valikuid võivad mõjutada väga erinevad, mõnikord ka kõrvalseisjale tähtsusetuna tunduvad tegurid, ja ka sellega tuleb arvestada.

Õpetaja ja õpilase koostöösuhte aluseks on vastastikune usaldus. Kui õpilane ei austa õpetajat, siis ei pea ta lugu ka põhimõtetest, mida õpetaja propageerib. See on kui aabitsatõde. Kas aga alati kehtiv? Arutades õpilase käekäiku teiste õpetajatega ja õpilase vanematega, on samuti oluline kinni pidada usalduspõhimõttest. Õpilane ise otsustab, kellega, kus ja mida oma eluplaanidest jagada.

Õpetaja - täiskasvanu, kes oma teadmistele ja elukogemustele tuginedes tahab nii mõnigi kord anda nõu või otsustada noorte eest, peab alati mõtlema oma tegevuse eesmärgile ja oma vastutusala piiridele. R. Vance Peavy on öelnud, eetilise on **aidata teisi nii**, et see ei rikuks ega alandaks tema identiteeti, vaid **tõstaks tema suutlikkust iseseisvalt mõelda**, tunda ja tegutseda. Abistamine on hea, kui see aitab indiviidil liikuda oma püstitatud eesmärkide suunas.

## ÕPETAJATE KOGEMUSI

Alljärgnevas on toodud artiklid, milles karjääriõpetuse õpetamise kogemusi kirjeldavad SA Innove karjääriteenuste arenduskeskuse pilootkoolide õpetajad. Need on tagasivaated oma tööle eelmise riikliku õppekava kehtivuse ajal. Kindlasti tunneb lugeja ära need nüansid, mis seoses uue põhikooli riikliku õppekava kehtestamisega on tänaseks muutunud.

### Reet Jakobson

#### Tartu Descartes'i Lütseumi karjääriõpetuse õpetaja

Alustasin Tartu Descartes'i Lütseumis karjääriõpetuse õpetamist põhikoolile juba aastaid tagasi. Algusaastail toimusid karjääriõpetuse tunnid 7.–9. klassis. Tunnid toimusid klassijuhatajatundide arvelt ja päeva lõpus. Iga õpilane sai aastas 12 karjääriõpetuse tundi, seega põhikooli lõpuks oli õpilane läbinud 35tunnise kohustusliku hindelise programmi. Lisaks karjääriõpetusele läbisid kõik 8. klasside õpilased ka 12tunnise praktilise eelkutsekoolituse kursuse. Õpilasel oli võimalik valida 5–6 erineva praktilise eriala vahel (fotograafia, õmblemine, meedia, kokandus jne). Üsna pea sai selgeks, et 7. klassi õpilastele on karjääriõpetust sellisel kujul veel liiga vara õpetada. Sama kinnitas ka õpilaste hulgas läbi viidud küsitlus.

Otsustasime, et 7. klasside õpilased alustavad praktilise 12tunnise eelkutsekoolituse kursusega ja 8. ning 9. klassis toimuvad karjääriõpetuse tunnid. 8. klassis I poolaastal (17 tundi) ja 9. klassis II poolaastal (18 tundi). Tunnid toimusid väikestes rühmades ja selleks spetsiaalselt kohandatud nn karjääriklassis. Väga oluline oli see, et tundidel oli oma kindel koht õpilase tunniplaanis ja nad ei toimunud enam klassijuhatajatundide arvelt.

8. klassi karjääriõpetuse tundides arutlesime minapildi ja õppimisoskuste teemade üle ning 9. klassis siirdusime töömaailma ja uurisime erinevaid tulevikuvõimalusi.

8. klassides kasutasin väga palju aktiivõppemeetodeid ja üldse mitte loenguvormis tunde. Õpilastele meeldis väga teha rühmatööd ja oma töö tulemusi teistele õpilastele ette kanda, et saada eluks vajalik meeskonnatöö- ja esinemisoskus. Toredad olid tunnid, kus õpilased arutlesid oma õppimisprobleemide üle. Läbi rollimängude said nad kehastuda nii õpetajateks kui ka sellisteks õpilasteks, kes valmistavad nii kaasõpilastele kui ka õpetajatele probleeme. Õpilased pakkusid välja väga toredaid lahendusi, kuidas hoolsamini õppetööle pühenduda ja saavutada paremaid tulemusi ning ohjata tunnisegajaid.

9. klassides arutlesime edasiõppimisvõimaluste ja tööga seotud küsimuste teemadel. Uurisime erinevaid võimalusi töömaailma siirdumiseks. Õpilased pidid otsima ühe töökuulutuse, kirjutama selle põhjal oma CV ja kandideerimisavalduse. Töövestluse simulatsioonil kehastusid osad õpilased tööle kandideerijateks ning osad õpilased said olla töövestluse komisjoni liikmeteks.

Mõlemas klassis külastasid õpilased ka kahte Tartu linna ettevõtet või asutust ning kahel aastal toimus 8. ja 9. klassi õpilastega ühine väljasõit Võrumaale ning Tallinnasse. Võrumaal meeldis õpilastele kõige rohkem Kubija hotelli külastus koos etiketitunniga lõunalauas. Tallinnas võlus õpilasi kõige enam TV3-külastus.

Tagasisidest selgub, et õpilased peavad karjääriõpetuse tundi väga oluliseks. Nad saavad nendest tundidest palju erinevat teavet oma tuleviku planeerimiseks ning erinevaid sotsiaalseid oskusi elus hakkama saamiseks.

## Ardi Kärberg

### Tartu Descartes'i Lütseumi karjäärikoordinaator

Kui ma 2008. aasta sügisel Tartu Descartes'i Lütseumi karjäärikoordinaatorina tööle asusin, teadsin sellest ametist üsna vähe – olin lugenud vaid erinevaid artikleid karjääriõppest, selle vajalikkusest ja nõudlusest selle järele tänapäeva ühiskonnas. Minu jaoks oli uus töö huvitav väljakutse, võimalus panna end proovile, arendada ja rikastada oma teadmisi.

Esimene ülesanne koordinaatori rollis oli karjääriõppe tegevuskava väljatöötamine ja korraldamine koolis. Kuidas aga planeerida oma tegevust nii, et see oleks mitmekesine ja tulemuslik? See küsimus nõudis juba tõsisemat ettevalmistust ja mõttetööd.

Karjäärikoordinaatori töö juurde kuuluvad kindlasti õppekäikude organiseerimine erinevatesse asutustesse, töötubade ja infomesside külastamine, kutsesobivustestide läbiviimine, õpilaslaatade korraldamine, külalisesinejate kutsumine kooli, temaatiliste konkursside läbiviimine ning palju muudki.

Juba mitmendat aastat järjest korraldatakse TDLis üritust „Teadus- ja tehnikanädal“, mille eesmärk on laiendada õpilaste silmaringi ja tõsta reaalinete populaarsust läbi mitmesuguste tegevuste. Samuti on traditsiooniks kujunenud detsembris toimuv jõululaat, kus õpilased näitavad oma ettevõtlikkust ja ärivaistu: valmistavad ise oma toodangu ning protsentidega pead murdes arvutavad hindu ja pakuvad vajadusel allahindlust oma kaubale. Kogu kooliaasta jooksul saavad õpilased osaleda fotokonkursil „Inimene ametipostil“, mille eesmärk on huvitavate elukutsete pildistamine loomulikus töökeskkonnas.

Karjääriõppe integreerimine õppeprotsessi on Tartu Descartes'i Lütseumis andnud tulemuseks karjääriõpetuse tunnid 8. ja 9. klassidele (kokku 24 tundi). 7. klassidele toimuvad kahe tsükli eelkutsõppe kursused, st õppijad saavad omandada teadmisi ja oskusi kokandusest, fotograafiast, moevaldkonnast ja robotikast. Gümnaasiumis on karjääriõpetus valikainena sotsiaalsuuna valinud õpilastele.

Hästi toimib ka karjääriinfo nurgakene, mis sisaldab teavet karjääriteematika ja -ürituste kohta. Tulevikus on plaan välja kujundada karjääriõpetuse klass, kus oleksid infostendid erinevatest elukutsetest ja õppimisvõimalustest. Täiendavalt võiks õpperuumis olla videoprojektor, DVD-mängija, arvuti, mugavad toolid vestlusringiks, stendid rühmatöödeks, joonistusvahendid jne. Samas saaks seal läbi viia karjääriõpetuse tunde, kus õpilased arendavad teadlikkust iseendast ning kujundavad hoiakuid, mis soodustavad nüüdisaegsesse töömaailma sisenemist.

Leian, et kõike seda üksi ette võtta on karjäärikoordinaatoril kindlasti raske. Eriti siis, kui ta töötab ainult poole kohaga või teeb seda vabast tahtest teise töö kõrvalt. Seega on väga oluline koostöövõrgustiku loomine. Võimalusel tuleks karjääriõppe koordineerimisse kaasata juhtkond, klassijuhatajad, aineõpetajad, õpilased – kõik, kellel on natukenegi huvi ja soovi aidata kaasa kooli kui terviku arendamisele.

Kindlasti ei tohiks koordineerimine piirduda ainult koolisisese tegevusega. Koostöö lastevanemate, karjääriinfospetsialistide ja -nõustajatega on sama oluline, et aidata erinevas vanuses inimestel oma karjäärivalikuid teha. Õnneks on väga palju ära teinud ka SA Innove, mis koordineerib erinevate programmide raames karjääriteenuste arendamist, teabe- ja õppematerjalide vahendamist, karjäärikoordinaatorite koolitust ja nende osalist tasustamist.

Vaatamata praegusele majandussurutisele, tahaks loota, et igas koolis saab olema täiskohaga ja nüüdisaegsetes tingimustes töötav karjäärikoordinaator, toimiks efektiivne koostöö erinevate huvirühmade vahel ning – mis kõige olulisem – õpilased suudaksid teha põhjendatud ja tarku valikuid oma karjääri planeerimisel.

## Saima Tell

### Keeni Põhikooli karjääriõpetuse õpetaja

Õpetan karjääriõpetust 9. klassis kolmandat aastat. Mulle meeldib seda teha, sest kogen küllaltki sageli laste ehtsat ahaa-elamust. Minu eeliseks on see, et õpetan 9. klassis ka ühiskonnaõpetust, mis on karjääriõpetusega tihedalt seotud, eriti kodanikuühiskonna ja majanduse osa.

Alustan tavaliselt 8. klassis maikuus, enne suvepuhkusele minekut, mil tutvustan õpilastele 9. klassi karjääriõpetuse ainekava, vajalikke töövahendeid ja soovin, et nad suvel mõtleksid oma tulevikule. 9. klassi esimeses tunnis kirjutavad nad mulle, mida ootavad meie koostööst, kelleks tahavad saada, kus koolis seda õppida saaks, kas vanematega on sel teemal räägitud. Hea on aasta lõpus võrrelda, kas soovid on muutunud. Siiani on olnud klassis kuni 20 õpilast.

Minu tegevused õpilase karjääriplaneerimise toetamiseks koolis on järgmised: karjääriõpetuse tundide läbiviimine, ametite tutvustamiseks ametnike, lastevanemate või vilistlaste kutsumine kooli (kutsume seda tundi rosinaks), õppeekskursioonid ja -käigud asutustesse, vestlused 9. klassi klassijuhatajaga ja lastevanematega.

Tunni läbiviimisel olen aluseks võtnud õpetajaraamatu „Elukestev õpe ja karjääriplaneerimine“ põhikooli ainekava mõne muutusega. Lisaks olen kasutanud kursustel saadud töölehti. Eriti huvitavalt kujutasid õpilased ette oma unistuste töökohta. Õpilased panid silmad kinni ja kujutlesid oma töökoha asukohta, tööd ja palka. Avasid silmad ja rääkisid, kuhu nad jõudsid. Aasta lõpuks valmis portfoolio, mis aitab ka edasiõppimisel. Õpilased jälgivad ka telesaateid. Näiteks „Töötaja“ annab palju materjali aruteluks ja on suurepärase õppematerjal. Hea abiline tundide läbiviimisel on Valga Maavalitsuse noorte karjäärinõustaja, kes viib läbi teste ja töötubasid, teabega varustab karjääriinfospetsialist. Välismaal vahetusõpilasena õppimisest rääkisid MTÜ YFU noored. Väga palju pean ise lugema, teavet jälgima ja materjale otsima, et ajaga kaasas käivat tundi anda.

Teisel ja kolmandal veerandil tuli erinevatel aegadel karjääriõpetuse tundi külaline. Ta tuli majja alati nii, et keegi ei näinud. 9. klass muutus tunni alguses lõbusaks: kes oli koolimaja juures autod üle vaadanud, kes ootas aknal, kes oli kodus uurinud, kas tema vanem ei tule, pinniti õpetajate käest jne. Tunnis oli külalise jaoks aega 15–20 minutit, mõnikord rohkem, sest tunniplaanis oli meie tund viimane. Esimesena oli oma ametit tutvustavama kutsutud koolimajas ventilatsiooni ehitav ehitusmees, seejärel tulid raamatupidaja, talunik, elektriinsener, kaubandustöötaja, õpetaja, meditsiinitöötaja, rahandusspetsialist maksuametist, projekteerija, politseinikud jne. Külalised tutvustasid oma ametit nii, et õpilased võisid neilt kuuldu põhjal veenduda, et enamik karjääriteest oleneb ainult iseendast ja elukestvast õppest. Maakonna ajakirjanikuga kohtumise tund lõppes lõbusa artikliga „Valgamaalases“.

Eriti meelde jääv ja koolis traditsiooniks muutuv oli Vabariigi Presidendi ja SA Noored Kooli algatus „Tagasi kooli“, kus üheksa meie vilistlast andsid tunde ja rääkisid oma ametitest. Päev lõppes ühisüritusega, kus õpilased võisid vilistlastele küsimusi esitada ja oma arvamusi avaldada. Kodanikupäeval käib meil alati külas Sangaste vallavanem, kes



kohtub 9. klassi õpilastega ümarlauavestluses. Kevadel võtab 9. klassi vallamajas vastu vallavolikogu esimees ja vallavanem tutvustab vallaametnike tööd. Õppeekskursioonid on traditsiooniliselt üle aasta 8. ja 9. klassis, kus külastame Toompea ja Kadrioru riigiasutusi. Projekti raames oli meil võimalus külastada Olustvere Teenindus- ja Maamajanduskooli, kus tutvuti kooli eluoluga, õppimisvõimalustega ja praktilises osas võisid kõik traktorit juhtida. Kaks hingelt põllumeest leidsidki endale kooli. Kool võimaldab õpilastel lisaks Tartus toimuvale haridus-ja infomessile Intellektika käia neid huvitavate koolide lahtiste uste päevadel ning maakonna karjäärilastel teabepäevadel. Koostöös tööõpetuse õpetajaga käime igal aastal mööblit tootvas ettevõttes AS Sanwood ja palkmaju ehitavas OÜs Landhaus. Nendes firmades töötavad meie lapsevanemad ja me oleme sinna alati oodatud.

Kevadel on põhirõhk lastevanematega suhtlemisel, sest enne kooli lõpetamist selgitab klassijuhataja arenguestlusel välja, kuhu õpilased õppima lähevad ja kas vanemad on teadlikud. Võrreldes aasta algusega olid eelmisel aastal neljal õpilasel edasiõppimise soovid muutunud. Kahel viimasel aastal on 50% läinud keskharidust omandama ja teine 50% kutsekeskharidust. Kui kõik on hetkel omale edasiõppimiseks koha leidnud, loen oma töö lõppenuks.

Eelmisel aastal lasin algklasside õpilastel joonistada teemal „Kelleks tahan saada?“. Võtsin need pildid enda kätte, tänavu lasen samadel õpilastel jälle joonistada ja nii 9. klassini. Kindlasti on neil 9. klassis huvitav vaadata, kas mõtted on muutunud ja kuidas.

## Toivo Ärtsis

### Kambja põhikooli karjääriõpetuse õpetaja

#### Kogemusi karjääriõpetuse õpetamisest

Karjääriõpetuse õpetajana algas minu karjäär võrdlemisi juhuslikult – kui 2002. aastal kadus riikliku õppekava uuendamise käigus 8. klassi tunnijaotuskavast inimeseõpetus, leidis Kambja kooli juhtkond, et selle asemel võiks õpilastele pakkuda 35 tunni ulatuses täiendavat ühiskonnaõpetuse kursust „Karjääri planeerimine ja sotsiaalse toimetuleku oskused”.

Tol korral olid minu teadmised karjääriõppest ja -õpetusest ikka võrdlemisi napid – ma olin juhtumisi osalenud vaid mõnel teemakohasel õppepäeval ja kuulanud üksikuid ettekandeid hariduskonverentsidel. Sellest hoolimata tundus uus väljakutse mulle igati huvipakkuv. Tänu sotsiaaltöölasele ettevalmistusele teadsin siiski igikestvat aabitsatõde, et iga inimene vajab oma kujunemisel vähem või rohkem suunamist-toetamist. Teadsin sedagi, et kaalutletud otsuseid suudab langetada ja ellu viia vaid see inimene, kellel on piisavalt teadmisi ja arusaamist nii endast kui enda ümber toimuvast.

Kooliraamatukogust leidsin ma toona mõningaid karjääriõppega seonduvaid trükiseid, mille toel harisin oma vaimu ja suutsin koostada vajaliku õppekava. Tahtmata olnult pikemalt peatuda, mainin siiski, et Kambja kooli esimese karjääriõpetuse ainekava alateemadeks olid „Elukutsevalik ja karjääri planeerimine”, „Isikuomaduste tundmaõppimine”, „Tervisliku seisundi mõju kutsevalikule ja karjäärile”, „Töö otsimine ja tööleminek”, „Kutsevaliku ja karjääriplaneerimisega seotud infolevi”. Kui ma seda aastate eest vormistatud dokumenti oma nüüdse ettevalmistuse ja teadmistega mõõdan, siis veidi maavillasena see ju mõjub, kuid samas ei ole punastamiseks vähimatki põhjust.

Kui SA Innove algatas 2005. aasta sügisel murrangulise mõjuga karjääriteenuste süsteemi arendamise projekti ja kutsus Kambja kooli üheks partner- ja pilootkooliks, avanes mul võimalus noppida tuumakaid teadmisi karjääriteenuste põhialuste koolituselt. Projekti raames valmisid ka karjääriõpetuse ainekava ja mahukas õpetajaraamat – neile tuginedes hakati 2007. aasta sügisel karjääriõpet korraldama ka Kambja koolis.

Kaheksa aastat on piisavalt pikk ajavahemik, et veidi üldistada ja analüüsida karjääriõpetajana kogutud muljeid ja mõtteid.

Pelgalt isikliku arvamusel ei tahaks ma teha väga põhjanevaid järeldusi, kuid mulle tundub siiski, et tänased põhikoolilõpetajad ei ole karjäärivalikute tegemiseks mitte sugugi küpsemad, kui olid nende eakaaslased kaheksa aasta eest. Pigem kaldun arvama, et nüüdsed noored ootavad või vajavad oma edasist haridusteed ja karjääri kujundavate otsuste tegemisel sootuks enam juhendamist, nõustamist, jõustamist ja motiveerimist.

Praegu, kõikvõimalikest moodsatest tehnoloogiatest küllastunud ajastul kaugenevad inimesed üksteisest ja traditsioonilistest suhetest suisa seitsme penikoorma saabastega, kuid sirgub inimlaps tipib oma eluteel endistviisi vargsi ja kahtlevalt. Et hakata kaela kandma ja n-ö luua endale pea, vajab noor inimene – nagu mullu ja muiste – hoolitsust ja tähelepanu, kuid... Peresuhted on paraku lõdvenenud, ema või isa või mõlemad on



leidnud tööd perest ja kodust kaugemal või vaevlevad sootuks töötusdepressioonis, üks põlvkond ei tunnusta teist, telerist ja arvutist on saanud kasvataja, sõprussuhted on kolinud virtuaalmaailma ja sealseks sotsiaalvõrgustikesse...

Kurb küll, kuid pahatihti ei leia meie noored oma perest ega hõimust seda head usaldusisikut või mõttekaaslast, kelle seltsis, toel ja innustusel oma tulevikuplaane kavandada ja kaaluda. Sestap on igati mõistetav, miks erinevate õpilas- ja noorteorganisatsioonide liidrid on hakanud viimastel aastatel aina valjemalt soovima, mõnikord nõudmaga, et karjääriteenused oleksid kõikjal Eestis kõigile soovijaile kättesaadavad, et karjääriõpetus jõuaks kõikidesse meie koolidesse. Noored on jõudnud äratundmisele, et just karjääriõpetuse tund võib olla meie heitlikul ajal see ainus ja hüva koht, mis loob sirgijale põhjuse ja võimaluse otsida endast kullatera.

Kui praegused (kooli)noored tahavad ja oskavad võrdlemisi koosmeelselt karjääriõpetust väärtustada, siis neist põlvkond või paar vanemate inimeste keskel levib ka sootuks teistsuguseid arvamusi. Ühes soliidsete haridus- ja noortejuhtide koolitusrühmas lühidalt karjääriõpetuse põhimõtteid tutvustades oli minulgi võimalus kogeda seda jõuetuse tunnet, kui tajusin, kuidas mõistmatuse müür ei lasknud mõnel kuulajal edastatud sõnumi tuumani jõuda. Oponeerivast arvamusest kumas ikka veel see sügav hirm, et tänapäevane karjääriõpetus on nagu nõukogudeaegne kutsevalikukomisjon – selle kaudu aetakse noored ummikusse, kogu nende edasise elu ja valikud määrab ära keegi võõras. Teisalt olen kuulnud karjääriinfospetsialistidelt, et kahjuks leidub ka selliseid koole, kus lastele ei võimaldata loenguid, testimisi jms ka sel juhul, kui see toimuks tasuta mõne projekti raames.

Karjääriõpetuse õpetajana tegutsemine on kinnistanud minus üha rohkem arvamust, et lisaks õpilastele tuleks karjääriõppe teemadel harida ka nende vanemaid. Kui seda ei tee, juhtub nõnda, et käbid kukuvad oma kändudest liiga kaugemale, kuid sellisest vastandumisest ei tõuse tulu.

### **Karjääriõpetuse töökava**

Kambja põhikool on olnud karjääriõpetuse ainekava ettevalmistamise ja rakendamise projektis katsekooliks alates 2005. aastast, kuid oma ainekava alusel jõudis karjääriõpetus siin VIII klassi õppekavasse veelgi varem – 2002. aastal.

Kambja kooli VIII klassi karjääriõpetuse töökava lähtub põhiosas SA Innove koostatud ainekava kontseptsioonist, kuid mõne teema puhul (eelkõige tööseadusandlus, töökeskkond, tervis) on õpetamiskogemustest lähtudes säilitatud varasema õppekava rõhuasetused.

Karjääriõpetuse töökavas käsitletakse teemasid, mille kaudu põhikooli kolmanda kooliastme 8. või 9. klassi õpilased õpivad tundma oma isiksust ja kujundavad iseseisvat otsustusvõimet, et olla paremini valmis erinevate elurollide täitmiseks, tööjõuturul meelepärase rakenduse saamiseks ning elukestvaks õppeks.

**Töökava (35 tundi) jaguneb kolmeks osaks:**

1. Enesetundmine ja selle tähtsus karjääriplaneerimisel (Kes ma olen?) – 10 tundi.
2. Õppimisvõimaluste ja töömaailma tundmine ning selle tähtsus karjääriplaneerimisel (Kuhu ma tahan jõuda?) – 12 tundi.
3. Planeerimine ja otsustamine (Kuidas seada endale eesmärgid ja need saavutada?) – 10 tundi.

Karjääriõpetuse ainekursus algab 3 sissejuhatava tunniga, milles erinevaid aineosi tutvustatakse ja püütakse kujundada neist tervikpilt ühiskeskmesuse (kontsentrisuse) põhimõttel.

Töökava koostamisel on arvestatud nii varasemate õppeaastate karjääriõpetuse tundidest talletatud kogemusi ja tähelepanekuid kui arvamusi tagasisideküsitlustest. Igal õppeaastal on läbinud karjääriõpetuse ainekursuse kõik Kambja kooli 8. kl õpilased – tavaliselt 18 kuni 22 noort.

Karjääriõpetuse kursuse mõju põhikoolilõpetajate otsustuste ja valikute kujundajana oleks ehk kõige tuntavam ja tänuväärsem, kui tunnid toimuksid nii 8. kl teisel poolaastal kui 9. kl esimesel poolaastal või täielikult 9. kl esimesel poolaastal. Paraku on mõnevõrra tagasihoidlikum kasutegur nendel karjääriõpetuse tundidel, mis jäävad 9. kl teise poolaastasse. Kui noor langetab oma esimese selgemalt teadvustatud edasiõppimisplaani (karjääriplaani) alles koolilõpukevadest kiirustades või kellegi (sõprade, vanemate jne) mõjutusel, kaotab ta kahjuks võimaluse kontrollida, kas tema otsus on piisavalt kaalutletud ja püsiv.

Töökava selle versiooni koostamisel on lähtutud arusaamast, et see dokument võiks olla eeskujuks ja inspiratsiooniallikaks eelkõige neile õpetajaile, kes alles alustavad süstemaatilise karjääriõpetuse ainekursuse õpetamist ja/või ei ole läbinud karjääriteenuste põhialuste kursust. Töökavas toetatakse nii ainetundide järjestamisel kui sisustamisel valdavalt karjääriõpetuse valikaine õpetajaraamatu ülesehitusele ja materjalidele, et ka kogemusteta ja/või põhjalikuma ettevalmistuseta õpetajad tunneksid end tundideks valmistumisel turvaliselt.

Kõige olulisem erinevus õpetajaraamatu ja käsitletava töökava ülesehituses avaldub selles, et ainekursust alustatakse kolme sissejuhatava tunniga. Nõnda antakse õpilastele kiirem võimalus saada karjääriõpetuse sisust terviklikum ja enesekohasem ülevaade juba enne seda, kui õppeperioodi jooksul jõutakse kõigi teemade detailsema käsitluseni.

Kui võrrelda ainekavas ja õpetajaraamatus esitatud teemajaotust antud töökavaga, siis mõnevõrra põhjalikumalt tähelepanu osutatakse ettevõtlusvormide, tööseadusandluse ja töötervishoiuga seonduvale. Et nimetatud teemade süvakäsitlused õpetajaraamatus puuduvad, peab õpetaja nendeks tundideks valmistudes täpsemalt mõtlema, kuidas vajalikku teavet koguda ja edasi anda.

Karjääriõpetuse ainetunnid on kavandatud valdavalt traditsiooniliste klassitundidena, kuid pikemate loengute asemel tuleks keskenduda õpilaste iseseisvale tööle (näiteks töölehtede täitmine individuaalselt, paaris- või rühmatööna, teabeotsingud veebist ja tekstidest jms) ja teadmisi-oskusi kinnistavatele ühisarutlustele, esitlustele jms. Tundide ergastamiseks võiks kasutada teste ja mitmesuguseid mängulisi elemente (rollimängud, karjääriteematikaga seonduvad mängud jms).

Töökava edukaks elluviimiseks võiks märkimisväärne osa tundidest toimuda arvutiklassis, et õpilased saaksid vahetult tutvuda mitmesuguste karjääriinfo allikatega ja sooritada teabeotsinguid.

Õpilaste küsitlemisel on selgunud, et kõige enam hinnatakse neid õppetunde, mis on pühendatud õppekäikudele (ettevõtete, kutsekoolide või karjäärimesside külastused), mitmesugustelt veebilehekülgedelt karjääriinfo otsimisele ja enese tundmaõppimisele sobiva karjäärivaliku tegemise kontekstis.

Kolmanda kooliastme õpilased on oma õpimotivatsioonilt, huvidelt ja võimetelt kindlasti väga erinevad, mistõttu tundides on sageli vajalik diferentseerida nii õppeülesande sisu kui töötempot. Sestap pakub käsitletav töökava paljudesse tundidesse õppeülesandeid mõningase liiaga, et neid saaks vajadusel pakkuda lisaülesandeks kiirematele õpilastele või neile, kellele n-ö kogu klassi ülesanne mingil põhjusel ei sobi. Õpetajal tuleks tunniks valmistamisel konkreetsetest õpilastest lähtudes läbi mõelda, mida ta kasutab põhiülesanneteks ja mida jätab lisaülesandeks.

Töökavas soovitatavad tööjuhendid ja -lehed on koostatud paljude asjatundlike karjäärispetsialistide ja psühholoogide poolt üldiseks kasutamiseks, kuid need materjalid ei suuda kindlasti vastata iga konkreetse kooli, klassi ja õpilase soovidele või ootustele. Sellest asjaolust tulenevalt võib karjääriõpetajal tekkida vajadus näidismaterjale täiendada ja viimistleda, mõne teema osas võib olla otstarbekas ka täiesti uue töölehe koostamine. Näidismaterjalide kohandamise või teistega asendamise vajadust hakkab õpetaja tunnetama siis, kui tal on juba mõningane õpetamiskogemus, et järeldada, kuidas mõni konkreetne töövahend või -võtte õpilaste poolt vastu võetakse või oma ülesande täidab.

Käsitletav ainekava on koostatud ja esitatud üksnes näidismaterjalina, mistõttu on ilmselge, et ühelgi õpetajal ei ole kohustust seda järgida 1:1. Õpetajaraamat, täiendavate soovitatavate materjalide kogumik jpt trüki- ja veebimaterjalid on külluslikuks allikaks, et leida erinevaid käsitusviise ja õppeülesandeid.

Kõik õpilased ja klassikollektiivid on alati omanäolised. Seetõttu ei saa ega tohi ühtegi karjääriõpetuse töökava võtta universaalse lahendusena – neid tuleks igal õppeaastal ja iga klassi puhul vastavalt vajadusele loovalt muuta, varieerida ning täiendada.

Tund	Teema	Metoodika	Ülesanded	Täiendavad allikad	Märkused
1.	<p><b>SISSEJUHTATUS AINESSE (rõhuga õppekava I osale)</b></p> <p>Üldiselt karjäärist, karjääriplaneerimisest, enesetundmisest ja elukestvast õppest.</p> <p>Õppe korralduse (sh portfoolio koostamise) tutvustamine. Hindamise tutvustamine.</p>	<p>Loeng-vestlus. Arutlus.</p> <p>Testi „Mida ma elus hindan“ täitmine ja analüüs.</p>	<p>Testi „Mida ma elus hindan“ täitmine (TST lk 33-34).</p> <p>Portfoolio sisseseadmine.</p>	<p>*Täiendavad soovituslikud tegevused karjääriõpetuse tunnis põhikooli tasemel. (Lühendatult TST.)</p>	<p>TL – viide õpetajaraamatus avaldatud töölehele.</p>
2.	<p><b>SISSEJUHTATUS AINESSE (rõhuga õppekava II osale)</b></p> <p>Muutuv tööturg ja tööjõuturg.</p> <p>Portaali Rajaleidja üldtutvustus ja kasutajaks registreerimine.</p>	<p>Loeng-vestlus.</p> <p>Töölehtede täitmine üksi, paaride või rühmadena; testi täitmine üksi. Arutlus töölehtede ja küsimustiku tulemuste põhjal.</p>	<p>TL nr 19</p> <p>Küsimustik „Mida sa tead töömaailmast“ (TST lk 113-114 või portaali <a href="http://www.rajaleidja.ee">http://www.rajaleidja.ee</a>).</p> <p>TL nr 20</p> <p>Loominguline ülesanne „Tuleviku tökohad“ (tööjuhend nr 21) võib olla nii tunni- kui kodune ülesanne.</p>	<p>*Täiendavad soovituslikud tegevused karjääriõpetuse tunnis põhikooli tasemel. (Märkus: viitena TST.)</p> <p>*Portaal Rajaleidja: <a href="http://www.rajaleidja.ee">http://www.rajaleidja.ee</a></p>	<p>Tund arvutiklassis.</p>
3.	<p><b>SISSEJUHTATUS AINESSE (rõhuga õppekava III osale)</b></p> <p>Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess.</p> <p>Karjääriõppe sisu ja karjäärikoordinaatori roll Kambja koolis.</p>	<p>Loeng-vestlus.</p> <p>Küsimustiku ja mõttearenduslehe täitmine. Arutlus.</p> <p>Mõttevahetus õpilaste ootustest karjääriõppele ja karjääriõpetusele.</p>	<p>Rajaleidja küsimustik „Mida sa tead karjääriplaneerimisest?“</p> <p>Rajaleidja mõttearendusleht „Sinu elu 10 aasta pärast“.</p>	<p>*Portaal Rajaleidja.</p>	<p>Kui kodutööks oli jäetud TL nr 21, algab tund sellest kokkuvõtte tegemisega.</p> <p>Tund arvutiklassis.</p>

## I OSA ENESETUNDMINE JA SELLE TÄHTSUS KARJÄÄRIPLANEERIMISEL

## I osa

## Töökava

Aeg	Teema	Metoodika	Ülesanded	Täiendavad allikad	Märkused
4.	<p><i>Isiksuseomadused: temperament ja iseloom.</i></p> <p>Temperamentitüübid ja tüüpid. Introverdid ja ekstraverdid.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaride või rühmadena; testi täitmine üksi. Arutlus.</p>	<p>TL nr 1 ja 2. Test „Oled sa ekstravert või introvert?“ (TST lk 28-29) või portaalist Rajaleidja.</p>	<p>*Täiendavad soovitusliikud tegevused karjääriõpetuse tunnis põhikooli tasemel.(Märkus: viitena TST.) *portaal Rajaleidja: <a href="http://www.rajaleidja.ee">http://www.rajaleidja.ee</a></p>	<p>Tund arvutiklassis.</p>
5.	<p><i>Isiksuseomadused: temperament ja iseloom.</i></p> <p>Iseloom ja selle mõju inimese (töölases) karjääris. Iseloomuomaduste sorteerimine.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaride või rühmadena. Arutlus.</p>	<p>TL nr 3 ja 4. TL „Millisena teised mind näevad?“ (TST lk 10).</p>		
6.	<p><i>Isikuomadused: väärtused, vajadused ja emotsioonid.</i></p> <p>Väärtused ja nende roll inimese (töölases) karjääris.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaride või rühmadena. Arutlus. Testi tulemuste analüüs.</p>	<p>TL nr 5 ja 6. Test „Väärtused“ (TST lk 38-40).</p>		

7.	<p><i>Isikuomadused: väärtused, vajadused ja emotsioonid.</i></p> <p>Vajadused ja nende roll inimese (töölases) karjääris.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaride või rühmadena. Arutlus.</p>	<p>TL nr 7 ja 8. TL „Vajadused” (TST lk 36-37).</p>	
8.	<p><i>Isikuomadused: väärtused, vajadused ja emotsioonid.</i></p> <p>Emotsioonid ja nende mõju inimese (töölasele) karjäärile.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaride või rühmadena. Arutlus. Testi tulemuste analüüs.</p>	<p>TL nr 9 ja 10. Test „Kas suudad end valitseda?” (TST lk 41-42).</p>	
9.	<p><i>Isikuomadused: võimed, huvid, oskused.</i></p> <p>Võimed ja nende roll inimese (töölases) karjääris.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi või paaridena. Arutlus. Test. Mõttevahetus võimete, õppimisviiside ja õpitulemuste seostest.</p>	<p>TL nr 11 ja 12. Test „Õppimisviisid” (TST lk 167-168).</p>	
10.	<p><i>Isikuomadused: võimed, huvid, oskused.</i></p> <p>Huvid ja nende mõju inimese (töölasele) karjäärile.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaridena või rühmadena. Arutlus.</p>	<p>TL nr 13 ja 14 TL „Huvide portree” (TST lk 68).</p>	<p>*Täiendavad soovituslikud tegevused karjääriõpetuse tunnis põhikooli tasemel. (Märkus: viitena TST.)</p>
11.	<p><i>Isikuomadused: võimed, huvid, oskused.</i></p> <p>Oskused (üld- ja erioskused) ja nende roll inimese (töölases) karjääris.</p>	<p>Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi või paaridena. Arutlus.</p>	<p>TL nr 15 ja 16. TL „Minu oskused” (TST lk 85).</p>	

12.	Minapilt ja enesehinnang. Mõistete kordamine.	Loen-vestlus. Oluliste teemakohaste mõistete (õpetajaraamatu lk 15) kordamine. Eneseanalüüsi ettevalmistuseks tööleht „Head sündmused minu elus”. Portfoolio põhjal eneseanalüüsi koostamine kodutööna.	Tööleht „Head sündmused minu elus” (TST lk 94). TL nr 17 – portfoolio põhjal eneseanalüüsi koostamine jääb kodutööks.	*Täiendavad soovituslikud tegevused karjääriõpetuse tunnis põhikooli tasemel.(Märkus: viitena TST.)	Kodutööna koostatav eneseanalüüs edastada õpetajale vähemalt 1 päev enne järgmist tundi.
13.	Elurollid.	Kokkuvõte, üldine tagasiside ja arutlus eneseanalüüsi töölehtedest. Teooria ja mõistete selgitus. Töölehe täitmine üksi ja paaridena. Arutlus töölehe tulemuste põhjal. Rollimäng „Rollid, mida ma esitan”.	TL nr 18. Rollimäng „Rollid, mida ma esitan” (TST lk 101-102).	*Täiendavad soovituslikud tegevused karjääriõpetuse tunnis põhikooli tasemel.(Märkus: viitena TST.)	Portfoolio korrastamine.



## II OSA ÕPPIMISVÕIMALUSTE JA TÖÖMAAILMA TUNDMINE NING SELLE TÄHTSUS KARJÄÄRIPLANEERIMISEL

### II osa Töökava

Aeg	Teema	Metoodika	Ülesanded	Täiendavad allikad	Märkused
14.	Erinevad karjääriotsused ja muutuvas töömaailmas.	Kujutlusmatka „Unistuste töö“ koostamine töölehel. Mõttevahetus. Karjääriotsuste teooria ja mõistete selgitus. Karjääriotsuste koostamine (TL 24). Tunni elavdamiseks mäng „Arva ära, mis elukutse see on“ (juhend TL 28).	TL nr 22. TL nr 24 „Minu karjääriotsused“ 20 aastaks“, lõpetamine kodutööna.		Vajadusel töölehe nr 24 „Minu karjääriotsused“ lõpetamine aastaks“, lõpetamine kodutööna.
15.	Töökava ootused töökavale muutuval töö- ja töökavade analüüs.	Tagasiside karjääriotsuste koostamine. Loeng-vestlus-esitlus, mis printsiipidel töökavade koostamiseks; kus ja kuidas neid avaldatakse; kuidas kuulutuste sõnumit mõista. TL nr 25 alusel koostab iga õpilane töökavade analüüsi, mida arutatakse rühmas. Loovtöö: koostada üksi, paaris- või rühmatööna meelepärase töökavade kuulutus.	TL nr 25. Loovülesanne: koostada meelepärase ööpakkumiskuulutus.	*Rajaleidja ja teised karjääriinfo portaalid. *Kuidas kujundada oma karjääri. Avatud Eesti Fond, 1998.	



16.	Ametite klassifikaator – elukutsete ja ametite liigitamine. Kutsestandardid.	Teooria ja mõistete selgitus. Tutvumine huvipakkuva kutsestandardiga töölehe täitmiseks. Tunni elavdamiseks mäng „Arva ära, mis elukutse see on” (juhend TL 28).	TL nr 30.	*Kutsekoja veebileht <a href="http://kutsekoda.ee">http://kutsekoda.ee</a> . *Rajaleidja ametite andmebaas.	Soovitavalt tund arvutiklassis.
17.	Hariduse ja tööturu vahelised seosed. Haridussüsteem Eesti Vabariigis. Formaalne ja mitteformaalne haridus. Elukestev õpe.	Loeng-vestlus-esitlus, teooria ja mõistete selgitus. Tutvumine nn Eesti hariduspuuga (formaalhariduse õppekava tasemetega). Praktiline ülesanne: õpilased joonistavad oma õpiplaane kujutava hariduspuu.	Loovtöö: isikliku hariduspuu joonistamine.		
18.	Erinevad haridussenaariumid: kas keskharidus või kutsekeskharidus?; töötamine ametit õppimata jms.	Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine rühmadena või üksi. Arutelu.	TL nr 35, 36, 37. Kodutöö: uurimus, essee või esitlus „.... Eriala on minule põnev väljakutse”.	*karjääriinfoportaal Rajaleidja. *EHIS.	Soovitavalt tund arvutiklassis. Kodutöö: uurimus, essee või esitlus „...Eriala on minule põnev väljakutse”. (Tähtaeg: 4 nädalat)

19.	Edasiõppijale vajalikud infoallikad.	Teooria ja mõistete selgitus, viited infoallikatele. Õpilane tutvub edasiõppijatele suunatud infoallikatega, külastab koolide veebilehekülgi ja täidab valitud töölehe. Arutelu paarides ja kogu klassiga.	TL nr 42 või 29.	*karjääriinfoportaal Rajaleidja. *EHIS. *Tartu KHK karjääriinfoportaal. *Koolide teatmikud ja –infovoldikud.	Tund arvutiklassis.
20.	Õppimine või töötamine välismaal.	Tunni külaliseks on välismaal õppinud või töötanud inimese, kelle vestluse ja küsitlemise põhjal saab täita TL 23. (Kui külalist ei leita, käsitleb teemat õpetaja meediast või veebist leitud näidete toel, TL 23 võib jääda kodutööks.)	TL 23.		Tund külalisesega.
21.	Ettevõtluse vormid.	Loeng-vestlus-esitlus tutvustab ettevõtluse aluseid. Teemakäsitluse ja äriseadustiku põhjal täidavad õpilased töölehe.	Tööleht äriseadustikuga tutvumiseks.	*Kodaniku käsiraamat. 2008. *Äriseadustik (Elektroniline Riigi Teataja)	Tund arvutiklassis.
22.	Kohaliku piirkonna majandustegevuse valdkonnad.	Loeng-vestlus-esitlus, mille käigus täidetakse TL nr 26. TL nr 27 täidetakse üksi või paaristööna, järgneb arutelu ja täiendamine. Tunni elavdamiseks mäng „Arva ära, mis elukutse see on” (juhend TL 28).	TL nr 26 ja 27.	*Kambja valla veebikülg *Tartu linna veebikülg. *Tartu maakonna veebikülg.	Tund arvutiklassis. Tagasiside kodutööna valminud uurimustest, esseedest ja esitlustest.

23.	Tööseadusandluse alused. Tööturuteenused.	Loeng-vestlus-esitlus tööseadusandluse alustest. Teemakäsitluse ja seaduse teksti alusel täidetakse tööleht.	Tööleht tööseadusandluse ja tööturuteenusustega tutvumiseks.	*Kodaniku käsiraamat. 2008. *Tööseadusandlus (Elektroonilises Riigi Teataja). *Sotsiaalmiisteeriumi veebilehekülg. *Töötukassa veebilehekülg.	Tund arvutiklassis.
24.	Ettevõtte külastamine.	Ettevõtte külastamine. TL nr 34/2 täitmiseks valmistumine muudab ettevõtte külastuse teadvustatud tegevuseks.	TL nr 34/2 kodutööna.		Kodutööks jääb TL nr 34/2.
25.	Kokkuvõtte ja analüüs ettevõtte külastamisest. Mõistete kordamine.	Tagasiside ettevõtte külastusest, arutlus kodutöö põhjal. Rühmatööna täita TL nr 34/1. Oluliste teemakohaste mõistete (õpetajaraamatu lk 66-68) kordamine.	TL nr 34/1. Ristsõna mõistete kordamiseks.		Portfoolio korrastamine.

### III OSA PLANEERIMINE JA OTSUSTAMINE

#### III osa Töökava

Aeg	Teema	Metoodika	Ülesanded	Täiendavad allikad	Märkused
26.	Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess: otsustamine ja enese juhtimine, õpi- ja töömotivatsioon.	Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaridena või rühmadena. Mõttevahetus.	TL nr 43, 44, 45.		
27.	Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess: otsustamisraskused.	Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine üksi, paaridena või rühmadena. Mõttevahetus.	TL 48, 49.		
28.	Tervis kui karjääri planeerimist mõjutav tegur: tervisliku seisundi arvestamine elukutsevalikul, meditsiiniline karjäärinõustamine, nõuded tervisele erinevatel kutsealadel.	Teooria ja mõistete selgitus. Rühmatööna koostada tee- makohased välkettekanded õppematerjali põhjal.	Teemakohased esit- lused rühmatööna.	*Tervis ja karjäär. Inimese tervis – eriala valiku ja tööalase kar- jääri mõjutaja. Innove, 2008.	
29.	Tervis kui karjääri planeerimist mõjutav tegur: töökeskkonna mõju tervisele, ergonoomika, kutsehaigused.	Teooria ja mõistete selgitus. Terviseriskid arvutiga töötamisel, praktilised võtted nende ohtude väldi- miseks. Töökeskkonna riskianalüüsi koostamine töölehe alusel.	Tööleht töökeskkonna riskianalüüsi koosta- miseks vabalt valitud ruumile.	*Tervis ja karjäär. Inimese tervis – eriala valiku ja tööalase kar- jääri mõjutaja. Innove, 2008.	

30.	Karjääriteenuste (karjäärinõustamine, karjäärinfo vahendamine, karjäärirõpe) tutvustamine.	Teooria ja mõistete selgitus. Karjäärriotsuste langetamise skeemiga tutvumine, arutelu ja analüüs. Viited karjääriteenustele veebis. Töölehe täitmine üksi ja paaristõhna.	TL nr 53.	*Portaal Rajaleidja. *Töötuskindlustusamet veebilehekülj. *Sotsiaalministeeriumi veebilehekülj.	Tund arvutiklassis.
31.	Isikliku karjääriplaani koostamine: soovitusi korreksete kandideerimisdokumentide koostamiseks (avaldus, kaaskiri, CV, motivatsioonikiri).	Teooria ja mõistete selgitus. Tutvumine dokumentide näidistega paberil ja karjäärinfoportaalides. CV koostamine (soovitavalt veebikeskkonnas).	TL nr 54 ja 55. CV koostamine.	*Rajaleidja.ee *Europass *CV-Keskus. *CV-Online	Soovitavalt tund arvutiklassis.
32.	Isikliku karjääriplaani koostamine: kuidas olla edukas kandideerimisel ja kooli- või tööintervjuul.	Teooria ja mõistete selgitus. Töölehe täitmine rühmatöona. Tööintervjuu rollimänguna.	TL nr 56.	*Rajaleidja.ee. *Kuidas kujundada oma karjääri. Avatud Eesti Fond, 1998.	
33.	Isikliku karjääriplaani koostamine: elurollidest ja stiilidest karjäärivalikute kontekstis.	Teooria ja mõistete selgitus. Mõistete kordamine. Töölehtede täitmine ja arutelu. Ajurünnak karjäärivalikute kontekstis teemal „Minu rollid maailmas”.	TL nr 52. Ristsõna mõistete kordamiseks. Tööleht „Minu roll maailmas” (TST lk 184-185).		

34.	Karjääriplaani koostamine	Teooria ja mõistete selgitus. Töölehtede täitmine karjääriplaani koostamiseks.	TL nr 57 ja 58, lõpetamine kodutööna.		Portfoolio korrastamine.  Kodutööna koostatav karjääriplaan (TL nr 57 ja 58) edastada õpetajale vähemalt 1 päev enne järgmist tundi.
35.	Tagasiside ja analüüs õpilaste karjääriplaanidele.  <b>KOKKUVÕTE</b>	Karjääriplaanidega tutvumine paaristööna, mõtlevahetus ja tagasiside.			

## Soovitav kirjandus

- Ametite klassifikaator. Sotsiaalministeerium, Tln, 1999
- Allik, J., Konstabel, K., Realo, A. Isiksusepsühholoogia. Tartu Ülikooli Kirjastus, 2003
- Bachmann, T., Maruste, R. Psühholoogia alused. Ilo, 2003
- Buehl, D. (2001). Interaktiivõppe strateegiad klassiruumis. Tallinn: OK Arenduskeskus
- Carter, P. Harjutused aju võimekuse kiireks ja efektiivseks tõstmiseks. 2001
- Christiani, A., Scheelen, F.M. Arenda võimeid. Ilo, 2004
- Clayton, P. Kehakeel töökeskkonnas. Koolibri, 2004
- Covery, S. R. Väga efektiivse inimese 7 harjumust. Ilo, 2006
- Eesti elavik 21.sajandi algul: ülevaade uurimuse *Mina. Maailm. Meedia tulemustes*. Tartu Ülikooli Kirjastus, 2004
- Elutee planeerimine. Valikainekava põhikooli vanemale astmele. Karjäärikeskus, 2004
- Farr, J. M. Vali endale õige elukutse. Avita, 2000
- Eysenck, H. J. Tunne oma IQ. Odamees, 2004
- Godwin, M. Kes sa oled? 101 võimalust näha iseennast. Ersen, 2000
- Herkel, A. Mina, sina, meie. 1989
- Hindle, T. Töölevõtuvestlus. Koolibri, 2000
- Howard Figler "The Career Counselor 's Handbook"
- Jakobson, M., Wiegand, E. Muutumisvõime minus. 1998
- Bolles, R.N. Mis värvi on Sinu langevari? Tööotsija käsiraamat. Tallinn, 2000
- Farr, J.M. Vali endale õige elukutse. Avita, 2000
- Jalast, J. Tunne ennast, et tunda teisi. AS Ülo ja Tiit Siinmaa. Tallinn, 1994
- James, J. Kehakõne. Tea Kirjastus, 1998
- Jakobson, M., Wiegand, E. Muutumisvõime minus. 1998
- Jamnes, P., Savisaar, K. Karjäär – redel või tee? Tallinn, 1998.
- Jamnes, P., Savisaar, K. Kutsesuunitlustöö koolis. Tallinn, 1998
- Karjääri planeerimine. Töövihik VIII-IX klassile. Karjäärikeskus
- Karjäärirada. Tööturuamet, 2003
- Kidron, K.122 õpetamistarkust. Tallinn: Andras & Mondo, 1999
- Kidron, A. (1987). Nõupidamiste korraldamine ja rühmatöövormid. Tallinn: Valgus.

- Klein, N. No logo. Tänapäev, 2003
- Koolist tööle. Haridus ja tööturg 2006. SA Innove Karjäärinõustamise Teabekeskus, 2006
- Krips, H. (2003). Suhtlemisoskustest õpetamisel ja juhtimisel. Tartu: Tartu Ülikooli Kirjastus.
- Krull, E. Pedagoogilise psühholoogia käsiraamat. Tartu Ülikooli Kirjastus, 2000
- Kuidas kujundada oma karjääri. AEF Karjäärikeskus, 1998
- Kutsevaliku test. Leia endale sobiv eriala ja elukutse. Ellervo, 1999
- Landsberg, M. (2003). Juhendamise kunst. Tallinn.
- Lehtsalu, M., Pilli, E. Karjääriõpetus. Ainaaamat põhikooliõpetajale. SA Innove. 2010
- Mark, M., Pearson, C.S. Kangelane ja lindpää. Fontes, 2002
- Nõmm, E. & Valgma, R. (2008). Õpetamisest: eesmärgist teostuseni. Eesti Vabariikliku Kirjastus
- Nõmm, E. & Valgma, R. (1995). Grupiprotsessid ja nende juhtimine. Tõravere.
- Perry, N., Vanzandt, Z. Tulevikuvõimaluste uurimine. Kutsesuunitlusprogramm põhikooli õpilaste jaoks. Õpetaja juhend. Omanäolise Kooli Arenduskeskus, 1999
- Raudsepp, K. Oskuste vajadus Euroopa tööturul aastani 2020 SA Innove 2008
- Rebas, E. Inimene teiste inimeste seas. Rollimängud suhtlemissituatsioonidest. Õppefilm 7-12 klassile. Adiuto, 1996
- Rumberg, T., Uljas, J. Psühholoogia gümnaasiumile. Koolibri, 2001
- Räigel, K.. Tants ümber tööposti (aktiivõppest). Tallinn, 2004.
- Rüütel, E., Elenurm, T., Pehk, A., Tomberg, M. & Visnapuu, P. (2001). Loomismäng. Muusika-, sõna-, liikumis-, kunsti- ja värviharjutusi rühmatöök. Tallinn 2001: TPÜ.
- Saavutuste logiraamat. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003
- Salumaa, T., Talvik, M., Saarniit, A. Aktiivõppe meetodid I ja II. 2004, 2006
- Salumaa, T. & Talvik, M. (2003). Ajakohastatud õppemeetodid. Tallinn.
- Saksakulm, T. Kuidas leida sobivat töökohta? Tööotsija teejuht. Ellervo, 2001
- Saksakulm, T. Tunne ennast ja oma karjäärivõimalusi. Ellervo, 2002
- Saksakulm, T. Teel töömaailma. Ellervo, 2004
- Saar, T. Karjääri keerdtrepp. Kirjastus Äripäev, 2006
- Saar, T. Kuidas võita maailma parim töökoht. Eesti Ekspress Kirjastus, 2005



Shapiro, D. Konflikt ja kommunikatsioon (käsiraamat-õppematerjal õpetajale). Avita, 1997

Sukamägi, A. Karjääri kujundamine: kutsesuunitlus: materjale programmi läbimisel. Haridusministeerium, 2000, 2002

Sõerd, J. Psühholoogia alused. Valgus, 1988

Teeviit. Tööturuamet, 2003

Testid ja küsimustikud kutse- ja personalivalikuks. Koost. Ülle Suur. 2006

Unt, I. Andekas laps. Koolibri, 2005

Õppima Euroopasse. SA Innove Karjääriinõustamise Teabekeskus, 2006

Vaatame koos tulevikku. SA Eesti Kutsehariduse Reform, 2003

White, V., Demarais, A. Esmamuljed. Pegasus, 2005

## Muud kasulikud infoallikad

Karjääriinfoportaal [www.rajaleidja.ee](http://www.rajaleidja.ee)

Rajaleidja suunaja osa <http://www.rajaleidja.ee/opetaja-ja-karjaarikordinaator/>

Abiks otsustajale (rajaleidja.ee)

Eesti Konjunkturiinstituut: <http://www.ki.ee>

Eesti Pank: majandusprognoosid

Kutsekoda: [www.kutsekoda.ee](http://www.kutsekoda.ee)

Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium: [www.mkm.ee](http://www.mkm.ee)

Statistikaamet: [www.stat.ee](http://www.stat.ee)

Statistikaameti koolinurk: [www.stat.ee/files/koolinurk](http://www.stat.ee/files/koolinurk)

Sotsiaalministeerium: Töövaldkonna uuringud ja analüüsid; Väljaanded – toimetised; Statistika

Töötukassa: [www.tootukassa.ee](http://www.tootukassa.ee)

SA Innove karjääriteenuste arenduskeskuse raamatukogu, vt [www.innove.ee/teabekeskus](http://www.innove.ee/teabekeskus) vt täiendavalt tööturuinfo allikaid: Tööturuinfo teejuht, lk 18 - 24. SA Innove. Tallinn. 2010

## Kasutatud kirjandus

Lehtsalu, M., Pilli, E. Karjääriõpetus. Aineraamat põhikooliõpetajale. SA Innove. 2010

Munro, M., Law, B. The Morrisby Careers Education Programme. The Morrisby Organisation. 1994

Michael Fullan. Uudne arusaam haridusmuutustest. AS Atlex. Tartu 2006

Vöörmann, R. Artikkel „Noorte tööturuvõimalused majanduskriisi tingimustes“. Ühiskonna turvalisuse teenistuses. Artiklite kogumik. Sisekaitseakadeemia. 2010

Siimer, K., Malk, L. Noored töötud Eesti tööturul. Sotsiaalministeerium. Teemaleht 4/2010

Marksoo, Ü. Pikaajalised töötud Eesti tööturul. Sotsiaalministeerium. Teemaleht 5/2010  
Eesti teadus- ja arendustegevuse ning innovatsiooni strateegia 2007-2013

Tööjõu vajaduse prognoos aastani 2015, Majandus- ja Kommunikatsiooniministeerium

Õpetajaraamat on kompaktne tugimaterjal **karjääriõpetuse õpetajatele**. Soovi korral leiavad kõik pedagoogid sellest ideid, näiteid ja muud kasulikku informatsiooni ka läbiva teema „Elukestev õpe ja karjääri planeerimine“ käsitlemiseks.