



# TALLINNA LÄÄNEMERE GÜMNAASIUM

## KÄSSKIRI

Tallinn

04. oktoober 2018 nr 1-2/56

Õppekäikude ja ekskursioonide läbiviimise korra kehtestamine

Tallinna Läänemere Gümnaasiumi põhimääruse § 22 lg 2 p 22 alusel

1. Kehtestada Tallinna Läänemere Gümnaasiumi „Õpilaste ekskursioonide, matkade ja õppekäikude läbiviimise kord“.
2. Tunnistada kehtetuks Tallinna Läänemere Gümnaasiumi direktori käskkiri 24. oktoober 2016 nr 1-2/56.

(allkirjastatud digitaalselt)

Deniss Prenetsov  
direktor

## **Tallinna Läänemere Gümnaasiumi õpilaste ekskursioonide, matkade ja õppekäikude läbiviimise kord**

### **1. Üldsätted**

1.1 Koolivälised õppetunnid (ekskursioonid, õppekäigud, matkad, projektiüritused) peavad seonduma ainekavaga ja olema planeeritud õpetaja töökavas.

1.2 Õpilaste ekskursioone ja õppekäike korraldatakse vastavalt klassijuhatajate ja aineõpetajate õppeaasta töökavadele õpetajate või klassijuhatajate juhtimisel.

1.3 Õppekäikude ja ekskursioonide korraldamisel peavad õpetajad kinni lisan 3 toodud kokkulepetest marsruutide ja sihtkohtade valiku osas.

1.4 Ekskursiooni, matka või õppekäigu korraldaja esitab kooli direktorile hiljemalt 5 päeva enne ürituse toimumist nõuetekohaselt vormistatud avalduse (lisa 1), mille kinnitab kooli direktor, arvestades ürituse eesmärki, iseloomu, õpilaste vanust ja nende tervislikku olukorda ja määrab turvalisuse eest vastutaja.

1.5 1.-6. klassi õpilasi saadavad täiskasvanud, arvestades vähemalt 1 täiskasvanu 10 õpilase kohta.

1.6 7.-12. klassi õpilasi saadavad täiskasvanud, arvestusega vähemalt 1 täiskasvanu 15 õpilase kohta.

### **2. Mitmepäevaste Eestiseste ja -välise ekskursioonide korraldamise kord.**

2.1 Ekskursiooni eest vastutav õpetaja kooskõlastab kooli direktoriga järgmised andmed:

- ekskursiooni toimumise aeg
- ekskursiooni kava
- õpilaste arv ja klassid
- kaasatud täiskasvanud\* (õpetajate ja lastevanemate nimed ning nende kontakttelefonid).

2.2 Ekskursiooni eest vastutav õpetaja teavitab eelseisvast ekskursioonist õpilasi ja nende vanemaid ning koostab soovijate esialgse nimekirja. Õpilased on teadlikud sellest, et soovijate nimekirja kinnitab kooli direktor.

2.3 Ekskursiooni eest vastutav õpetaja esitab direktorile kinnitamiseks ekskursioonil osalevate õpilaste nimekirja. Nimekirjas ei tohi olla õpilasi, kelle suhtes on ekskursiooni perioodil rakendatud klassivälistest üritustest kõrvaldamise karistusmeetmed. Üksikutel õpilastel võib direktor anda luba ekskursioonil osalemiseks ainult koos lapsevanemaga. Nimekirja koopia jääb direktorile.

2.4 Peale nimekirja kinnitamist alustatakse raha kogumist ekskursiooniks. Kui peale nimekirja kinnitamist lisanduvad uued ekskursioonist huvitatud õpilased, peab ekskursiooni eest vastutav õpetaja enne raha kogumist need nimed direktoriga kooskõlastama.

\*iga 5 õpilase kohta on 1 täiskasvanud reisisaatja.

### **3. Ettevõtmise ettevalmistamine ja läbiviimine.**

3.1 Ekskursiooni või õppekäigu korraldaja teavitab lapsevanemaid kirjalikult (võib ka eKooli kaudu) planeeritavast üritusest.

3.2 Vanem kinnitab allkirjaga oma nõusolekut lapse üritusest osavõtu kohta ja ühtlasi on lapsevanem kohustatud informeerima ürituse eest vastutajat lapse tervisest tulenevatest erikohtlemise vajadusest.

3.3 Ürituse eest vastutaja õpetaja (klassijuhataja) viib läbi õpilastele instrueerimise järgmistel teemadel:

- liiklusohutus;
- loodus- ja tervishoiureeglid;
- sanitaarnõuded;

- ohutusnõuded lõkke tegemisel;
  - elementaarsed esmaabi andmise võtted;
  - leitud lõhkeaine või lõhkekehade, ka omavalmistatud laskeriistade ohtlikkus
- 3.4 Õpetaja selgitab, missugused on teekonnal ja sihtkohas telefoni (side) kasutamise võimalused.
- 3.5 Õpetaja võtab kaasa esmaabi vahendid, mobiiltelefoni.
- 3.6 Turvalisuse kindlustamisel järgib ürituse vastutaja kooli hädaolukorra lahendamise plaani lisa 9 „Turvalisus õppekäikudel ja klassi/kooli ekskursioonil“ toodud juhiseid.

**Lisa 1** Taotlus õppekäigu eest tasumiseks

**Lisa 2** Õppekäigu registreerimise leht (üritus õppetöö osana)

**Lisa 3** Ekskursiooni registreerimise leht (üritus väljaspool õppetööd)

**Lisa 4** Õppekäigu garantiikiri

**Lisa 5** Kooli hädaolukorra lahendamise plaani lisa 9

**Lisa 6** Kokkulepped marsruutideks ja sihtkohtadeks klassiti ja õppeainet

# TALLINNA LÄÄNEMERE GÜMNAASIUMI

direktorile

## TAOTLUS ÕPPEKÄIGU EEST TASUMISEKS

Klass: \_\_\_\_\_ Õpilaste arv: \_\_\_\_\_

Põhiõppeaine: \_\_\_\_\_

Õppekäigu kuupäev: \_\_\_\_\_

Õppekäigu koht: \_\_\_\_\_

Teema: \_\_\_\_\_

Õppekäigu eesmärk: \_\_\_\_\_

### Õppekäigu kulud:

Bussi maksumus: \_\_\_\_\_

Ühistranspordi piletid: \_\_\_\_\_

Sissepääsu piletid: \_\_\_\_\_

**Maksumus kokku:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

õpetaja ees- ja perekonnanimi

\_\_\_\_\_

allkiri

\_\_\_\_\_

direktori resolutsioon

**NB! Lisada arved. Eelnevalt välja selgitada, kas nõutakse ettemaksu või toimub maksmine pärast õppekäiku.**



# TALLINNA LÄÄNEMERE GÜMNAASIUM

## Õppekäigu registreerimise leht (üritus tundide ajal)

Klass/klassid: .....

Väljasõidu kuupäev:.....

Väljasõidu aeg (märkida tunni jrk.nr.):.....

Koolis tagasid kell: .....

Õppekäigu koht:.....

Õppekäigu teema: .....

Lõimitud õppeained:.....

Turvalisuse eest vastutav(-ad) õpetaja(-d) ja kontakttelefonid:.....

.....

Kaasatud õpetajad/täiskasvanud ja nende kontakttelefonid: .....

Õpilaste nimekiri:

Jrk.nr.	Klass	Õpilase ees- ja perekonnanimi	Puudumine märkida sümbooliga “-”
1.			

Õpilaste nimekiri, kes jäävad kooli õppima, sest ei osale õppekäigus:

Jrk.nr.	Klass	Õpilase ees- ja perekonnanimi
1.		

Registreerimise lehe esitamise kuupäev:.....

Turvalisuse eest vastutava õpetaja allkiri: .....

Õppealajuhataja nõusolek (kinnitatud allkirjaga): .....

Direktori kinnitus (allkiri ja pitsat): .....



# TALLINNA LÄÄNEMERE GÜMNAASIUM

## Õppekäigu registreerimise leht (üritus väljaspool õppetööd)

Klass/klassid: .....

Väljasõidu kuupäev:.....

Väljasõidu aeg:.....

Õppekäik lõpeb kell: .....

Õppekäigu koht:.....

Turvalisuse eest vastutav(-ad) õpetaja(-d) ja kontakttelefonid:

.....

Kaasatud õpetajad/täiskasvanud ja nende kontakttelefonid:

.....

Õpilaste nimekiri:

Jrk.nr.	Klass	Õpilase ees- ja perekonnanimi	Puudumine märkida sümbooliga “-”
1.			

Registreerimise lehe esitamise kuupäev:.....

Turvalisuse eest vastutava õpetaja allkiri: .....

Direktori kinnitus (allkiri ja pitsat): .....

**Teatis**

Olen teadlik, et .....toimub õppekäik.

Mina \_\_\_\_\_ olen rääkinud oma lapsega käitumisest  
õppekäigul.

Kuupäev: .....

Lapsevanema allkiri: .....

## Kooli hädaolukorra lahendamise plaani lisa 9

## TURVALISUS ÕPPEKÄIKUDEL JA KOOLI/KLASSI VÄLJASÕITUDEL

### Sisukord

Üldosa.....	9
Sissejuhatus .....	9
Üldised juhtnõõrid õnnetusjuhtumi korral tegutsemiseks .....	9
Tegutsemisjuhised erinevates hädaolukordades:.....	9
Meditsiinilised probleemid õppekäigul/väljasõidul.....	9
Õpilase haigestumine .....	9
Õpetaja haigestumine .....	10
Kerge vigastus .....	10
Raske, üliraske vigastus .....	10
Õpilase, õpetaja surm .....	10
Tuleohutus väljasõidul.....	10
Võõrad (kolmandad) isikud väljasõidul.....	10
Õpilase kadumine .....	11
Liiklusavarii .....	11
Ujumise turvalisus .....	11
Uppuja päästmine .....	12
Päästmine jääaugust.....	12
Päästmine jääpangalt.....	12
Esmaabi ABC .....	13
Elustamise ABC.....	14
LISA 1 Õppekäigu/väljasõidu registreerimise leht .....	



## Üldosa

Õppekäik ja väljasõit õpilastega algavad selle hoolika planeerimisega. Sisuka programmi kõrval on väga oluline pöörata tähelepanu ka selle turvalisusele. Kõigi muude praktiliste ülesannete kõrval (bussi tellimine, programmi koostamine jne) tuleks enne teele asumist analüüsida ka sellega kaasnevat turvalisuse riske ja koostada tegevuskavad tegutsemiseks võimalike õnnetusjuhtumite korral.

## Sissejuhatus

Enne kui õppekäik või väljasõit võib alata, peab kooli juhtkond määrama turvalisuse eest vastutava õpetaja.

### Turvalisuse eest vastutava õpetaja ülesanded enne väljasõitu on:

1. Saada täpne informatsioon õppekäigu/väljasõitu kohta (eesmärk, väljumine-saabumine, transport, ajakava jne) kõigile lastevanematele või hooldajatele.
2. Registreerida õppekäik/väljasõit vastavalt kooli poolt kehtestatud korrale (vt lisa 1).
  - a. Koolis kinnitatakse vahetult enne õppekäigu/väljasõidu algust selles osalevate õpilaste nimekiri.
  - b. Registreerimise lehel on fikseeritud turvalisuse eest vastutav õpetaja koos tema kontaktandmetega.
3. Võta kaasa kõikide kaasas olevate õpilaste ja nende vanemate või hooldajate kontaktandmed.
4. Kui mõni õpilane jääb teadmata põhjusel õppekäigule/väljasõidule tulemata, informeeri sellest tema vanemaid või hooldajaid.
5. Õppekäigule/väljasõidule lubada ainult terved õpilased
6. Kui õppekäigul osaleb krooniliste haigustega õpilasi, kontrolli, et õpilasel on kaasas vajalikud ravimid. Vajadusel konsulteeeri vanema või hooldajaga, et välja selgitada, millised piirangud on õpilasel väljasõidu/õppekäigu programmis osalemiseks.
7. Mitmepäevase väljasõidu korral võta kaasa esmaabi komplekt ja juhend „Turvalisus õppekäikudel“.
8. Mitmepäevase väljasõidu korral selgita eelnevalt välja, millised on sihtkohas meditsiinilise abi võimalused.

## Üldised juhtnõupid õnnetusjuhtumi korral tegutsemiseks

1. Säilita rahu!
2. Turvalisuse eest vastutav õpetaja jagab ülejäänud kaasas olevatele täiskasvanud saatjatele ülesanded:
  - a. kes teavitab vajadusel päästametit numbril 112 või politseid numbril 110,
  - b. kes tegeleb vajadusel kannatanutega,
  - c. kes hoolitseb ülejäänud õpilaste turvalisuse eest.
3. Turvalisuse eest vastutav õpetaja informeerib juhtunust kooli juhtkonda.
4. Võimaliku avaliku huvi korral määrab kooli juhtkond koolipoolse kõneisiku ja informeerib sellest kõiki sündmusega seotud osapooli.
5. Kooli kriisimeeskond korraldab vajadusel psühholoogilise kriisiabi kohapeal või väljasõidu järgselt koolis.

## Tegutsemisjuhised erinevates hädaolukordades:

### Meditsiinilised probleemid õppekäigul/väljasõidul

#### Õpilase haigestumine

1. Informeeri õpilase haigestumisest tema vanemaid või hooldajat.
2. Koostöös vanematega lepi kokku võimalike üldtuntud ravimite kasutamises.
3. Koostöös vanematega lepi kokku võimalikud viisid lapse koju toimetamiseks.

## **Õpetaja haigestumine**

1. Informeeri õpetaja haigestumisest kooli juhtkonda.
2. Haigestunud õpetajale korraldatakse transport väljasõidult lahkumiseks.
3. Kool saadab väljasõidule asendusõpetaja.

## **Kerge vigastus**

1. Anna vajalikku esmaabi.
2. Informeeri juhtunust õpilase vanemaid või hooldajat.
3. Vajadusel/võimalusel korralda vigastatud õpilase transport koju.

## **Raske, üliraske vigastus**

1. Fikseeri olukord ja jaga tegutsemisjuhised kõikidele täiskasvanud saatjatele (esmaabi andmine, abi kutsumine ja informeerimine, tegelemine ülejäänud õpilastega).
2. Alusta vajalikku esmaabi andmist.
3. Helista hädaabinumbril 112, tegutse edasi vastavalt nende poolt antud juhtnõudele.
4. Informeeri toimunust õpilase vanemaid või hooldajat ja kooli juhtkonda.
5. Jälgi, et keegi täiskasvanutest oleks pidevalt ülejäänud õpilaste juures.
6. Vajadusel katkestada väljasõit ja korraldada õpilaste transport kooli tagasi.

## **Õpilase, õpetaja surm**

1. Alusta koheselt elustamist.
2. Fikseeri olukord ja jaga tegutsemisjuhised kõikidele täiskasvanud saatjatele (abi kutsumine ja informeerimine, tegelemine ülejäänud õpilastega).
3. Helista hädaabinumbril 112 ja tegutse vastavalt nende poolt antud korraldustele.
4. Jälgi, et keegi täiskasvanutest oleks pidevalt ülejäänud õpilaste juures.
5. Informeeri toimunust kooli juhtkonda.
6. Kooli juhtkond korraldab juhtunust teatamise lähedastele. NB! Surmateadet ei tohi edastada telefoni teel!
7. Väljasõit katkestatakse ja korraldatakse õpilaste transport kooli tagasi.
8. Kooli kriisimeeskond korraldab vajaliku järeltöö koolis.

## **Tuleohutus väljasõidul**

Saabumisel tutvu majutuskoha evakuaatsiooniplaanidega ja informeeri õpilasi käitumisest tulekahju korral.

Tulekahju puhkemise korral:

1. Helista 112.
2. Kontrolli, kas kõik õpilased on evakueerunud.
3. Informeeri päästejuhti puuduvatest õpilastest.
4. Informeeri kooli juhtkonda.
5. Meedia suuna päästeameti kõneisiku või kooli direktori poole.
6. Kooli kriisimeeskond korraldab lapsevanemate teavitamist.
7. Kooli kriisimeeskond korraldab vajaliku järeltöö kohapeal või koolis.

## **Võõrad (kolmandad) isikud väljasõidul**

1. Kui väljasõidu kinnisele territooriumile saavad kolmandad isikud, proovi välja selgitada nende saabumise põhjus/eesmärk.
2. Vajadusel palu võõrastel lahkuda.
3. Kui võõras käitub ähvardavalt, taga esmajärjekorras õpilaste turvalisus, näiteks suunates kõik õpilased siseruumidesse.
4. Informeeri võimalikust ohuallikast politseid numbril 110.

## Õpilase kadumine

1. Uuri õpilastelt
  - millal kadunud kaaslast viimati nähti?
  - kus kadunud kaaslast viimati nähti?
  - kas keegi teab, kuhu kadunud õpilane läks?
  - kas keegi teab, miks kadunud õpilane ära läks (konflikt, keegi kutsus vmt)?
  - kas keegi on temaga pärast lahkumist telefoni teel rääkinud?
2. Püüa telefoni teel kadunud õpilasega kontakti saada.
3. Informeeri juhtunust õpilase vanemaid, uuri, kas neil on kadunud õpilase kohta infot.
4. Täpsusta, milline oli kadunud õpilase riietus.
5. Teavita politseid numbril 110 ja tegutse vastavalt politseilt saadud juhistele.  
**Kui lapse asukoha ja olukorra kohta puudub ka lapsevanematel info, on õpetaja kohustatud teavitama politseid ka juhul, kui vanem ei soovi teavitamist, sest õpilase elu ja tervis võivad olla ohus.**
6. Ära mine ise õpilast otsima, kui ülejäänud õpilased jääks järelvalveta.
7. Informeeri kooli juhtkonda.
8. Kontakteeru uuesti kadunud õpilase vanematega ja selgita, mida on õpilase leidmiseks tehtud ja mida veel ette võetakse.
9. Kui kadunud õpilane leitakse, informeeri sellest kõiki osapooli, otsimine katkestatakse.

## Liiklusavarii

1. Hinda olukorda ja jaga ülesanded.
2. Võimalusel tee õnnetuspaik teistele liiklejatele nähtavaks.
3. Kui keegi on saanud kannatada, teata kohe häirekeskusesse numbril 112.
4. Anna esmaabi:
  - Elusta,
  - teadvuseta kannatanud pööra külili asendisse ja ava hingamisteed,
  - sulge verejooksud surudes haav käe või riidetombuga kinni,
  - vestle pidevalt kannatanutega, sellega kontrollid nende teadvuselolekut, rahusta, kata soojalt käepäraste vahenditega.
5. Kui puudub otsene vajadus kannatanu bussist välja tõsta, on parem oodata, kuni saabuvad päästeteenistus ja kiirabi; kui kannatanu vajab elustamist, tõsta ta sõidukist välja vaatamata vigastustele, ava hingamisteed ja alusta elustamist.
6. NB! Kui buss on süttinud või vees ja kannatanuid on võimalik välja aidata enda elu ohtu seadmata, tee seda viivitamatult vaatamata vigastustele.
7. Likvideeri oht sõiduki süttimiseks, selleks eemalda võimalusel akult miinusjuhe. Püüa ära hoida igasugune sädeme tekkimise võimalus.
8. Kui buss on juba süttinud, kasuta tulekustutit, see peab olema olema igas transpordivahendis.

## Ujumise turvalisus

1. Tutvu eelnevalt võimaliku ujumiskoha turvalisusega ( vee temperatuur, ujumiskoha sügavus, põhi jne).
2. Määra ujumise kord ja jälgi selle täitmist.
3. Ujumine väljasõitudel on lubatud vaid täiskasvanud saatja valve all.

## Uppuja päästmine

### Kaldalt

1. Ulata kannatanule mõni ese, näiteks tugev puuoks, aer, lauajupp vm, basseinides võib olla selleks spetsiaalne teivas.
2. Võid heita basseini äärelle, kaile kõhuli ja ulatada abivajajale käe.
3. Kui abivajaja on "kääulatuse" kaugusest väljas, võid heita talle näiteks päästerõnga, -poi, viskeliini vms ja tõmmata kannatanu selle abil kaldale.
4. Kui ei ole päästevahendit, viska käepärane ujuv ese, millele abivajaja saaks toetuda.

### Vees

1. Abista kannatanut veest, kui vesi on piisavalt madal ja sinu jalad ulatuvad põhja - kui su jalad põhja ei ulatu, võid uppuda koos kannatanuga.
2. Ära mine vette kui vool, hoovus või pehme põhi teevad kannatanu vedamise raskeks.
3. Kui uppuja on kaldast kaugel ja otsustad minna vette, kutsu võimalusel kedagi appi ning lase tal helistada hädaabinumbri 112. Kui oled üksi, helista enne vette minekut 112.
4. Kui sul on mingi ujuvvahend (nt poi, päästerõngas, plastmassaer vmt), võta see kaasa ja jäta kannatanule lähenedes enda ja tema vahele. Kui ta on saanud ujuvvahendist kinni, vea teda või lase tal endal kaldale või basseini madalasse otsa ujuda.
5. Kui Sul ei ole ujuvvahendit, mine enne kannatanu haardeulatusse jõudmist talle selja taha, pane käsi tal kaenla alt läbi ja haara kinni ümber rinna. Nii vähendad ohtu, et uppuja sinust kinni haarates sind vee alla tõmbab. Kui nii siiski juhtub, tee kõik endast olenev, et haardest vabaneda. Selleks võid ka jõudu kasutada. Kõige rohkem kardab uppuja vee alla minekut, mistõttu võid haardest vabanemiseks hetkeks vee alla sukelduda.
6. Kui kannatanu on liikumatu, on ta arvatavasti teadvusetu. Keera kannatanu selili ja vea ta kaldale või basseini madalasse otsa. Jälgi, et vedamise ajal oleks kannatanu hingamisteed veepiirist kõrgemal.
7. Kui kannatanu on teadvuseta või väga raske, tuleb ta veest välja "lohistada". Selleks seisa kannatanu taha, haara tema kaenlaalustest, toetades kannatanu pea oma käevartele. Vältimaks kannatanu libisemist haardest välja, lukusta oma käed kannatanu rinnal ning lohista ta kaldale.

### Päästmine jääaugust

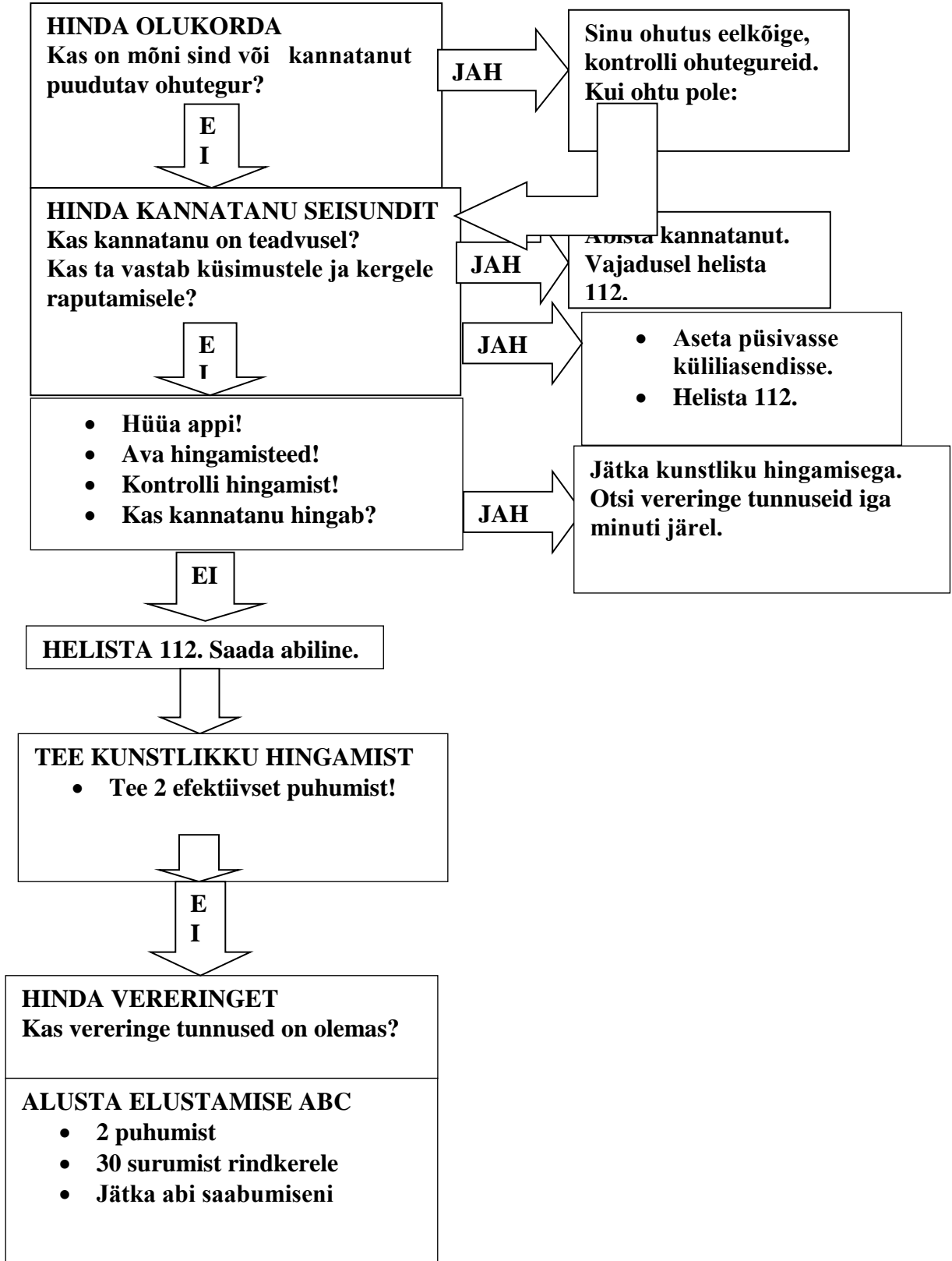
1. Ole rahulik!
2. Helista 112 või lase seda kellegil lähedalolijal teha.
3. Lähene hädasolijale võimalusel tema käidud rada. Kui ta on sinuga samas kaalus, siis on see orientiiriks, kus jää veel kannab.
4. Päästma minnes jälgi jää käitumist. Kui kuuled praksumist, viitab see sellele, et jää ei ole piisavalt tugev.
5. 2-3 meetrit enne jääaugu serva heida kõhuli ja liigu roomates. Selliselt jaotad oma kehakaalu ühtlaselt mööda jääd ja ei vaju ise sisse.
6. Ulata hädasolijale mingi ese (kaasa võetud puuoks, laud, redel jne.), kui muud käepärast ei ole, siis sobib selleks ka sinu jope.
7. Kui hädasolija ei suuda kangestunud sõrmede tõttu abivahendist haarata, siis rooma väga ettevaatlikult talle lähemale ja proovi temast kinni saada.
8. Kui oled hädasolija jääaugu servale saanud, siis ärge tõuske püsti, vaid roomake või rulluge eemale. Juhul kui kannatanu ei suuda roomata, pead teda lohistama.
9. Hoolitse, et saaksite ruttu sooja ja märjad riided seljast ära.

### Päästmine jääpangalt

1. Teavita häirekeskust numbril 112.
2. Proovi saada hädasolijaga kontakt ja selgita talle, et abi on teel. Oluline on, et hädasolija ei liiguks jääpangal, sest see võib lagunema hakata.

3. Kui jääpang on piisavalt lähedal, võid proovida hädasolijale ulatada puuksa, heita nõõri, salli vmt.
4. Kui hädasolija saab sinu ulatatud esemest kinni, siis tõmba ta ettevaatlikult kalda lähedale.
5. NB! Ära proovi jääpangale ujuda, talvises külmas vees jahtud kiiresti ja upud ära.

## Esmaabi ABC



## **Elustamise ABC**

Kui kannatanu on võõras ja puudub spetsiaalne kaitsemask, siis suust suhu hingamist ei tehta ja piirduakse vaid kaudse südamemassaažiga.

### **A – hingamisteede avamine**

- Aseta oma üks käsi kannatanu otsmikule ja painuta tema pead õrnalt tagapoole.
- Eemalda kannatanu suust võõrkehad ( hambaproteesid, okse, toit jne.).
- Aseta oma sõrmeotsad kannatanu lõua alla ja tõsta lõug ette-üles.
- Kontrolli, kas kannatanu nüüd hingab.
- Kui kahtlustad lüüsisamba kaelaosa vigastust, ära pead tagapoole kalluta, vaid ava hingamisteed tõstes ainult õrnalt alalõuga.

### **B – kunstlik hingamine**

- Aseta oma üks käsi kannatanu lõua alla ja teine laubale, surudes sellega pea kuklasse ja lõua ette-üles.
- Laubal oleva käe sõrmedega suru kinni tema ninasõõrmed.
- Suru oma avatud suu tihedalt ümber kannatanu avatud suu.
- Puhu õhk ühtlaselt kannatanu suhu ja jälgi, et tema rindkere samal ajal kerkiks.
- Tõsta hetkeks oma pea ja lase kannatanul ise välja hingata.
- Korda sissepuhumist teist korda.

### **C- kaudne südamemassaaž**

- Aseta kannatanu selili kõvale alusele.
- Lasku põlvili kannatanu kõrvale.
- Aseta oma ühe labakäe tüvi kannatanu rinnaku keskele.
- Aseta oma teise labakäe tüvi esimese käe peale ja seo sõrmed omavahel.
- Suru sirgete kätega kannatanu rinnakule nii, et rindkere vajuks 4-5 cm.
- Vajuta nii 30 korda kiirusega umbes 100 survet minutis käsi kannatanu rindkerelt eemaldamata.
- Surve ja survest vabastamise vahekord on 1 : 1.
- Pärast seda tee jälle 2 õhu sissepuhumist kopsudesse.

**Jätka elustamist kiirabi saabumiseni või kuni kannatanu hakkab ise hingama ja pulssi on tunda.**

**Juhul kui kaitsemaski ei ole käepärast ja suust suhu hingamine ei ole elustajale tänapäeva tingimustes turvaline, on parem teha ainult südamemassaaži, kui üldse mitte elustada. Kannatanu ellujäämise võimalus on suurem ka siis, kui elustatakse ilma kunstliku hingamiseta.**

# Õppekäigud

Lisa 1

klass	õppeaine	Teema õppekavas	Õppekäigu koht	Õppekäigu teema	aeg
1.klass	Eesti keel Matemaatika Loodusõpetus	1. loodus minu ümber, loomalood. 2. Mängiv inimene 3. võlumaailm 4. Omakultuur ja kultuuriline mitmekesisus	Miia-Milla-Manda muuseum  Mets ja talu  Loomaaed	1. Poeskäik 2. Raha 3. Toitumine 4. Koduloomad ja metsloomad 5. Mets ja puud 6. Aastaajad 7. Reisimine 8. Loomad 9. Mõõdühikud	II poolaasta  Kevad  Mai lõpp – juuni algus
1.klass	природоведение  искусство и развитие речи	1.Рождество и Рождественские. обычаи*  2.Деревня.  3.Животные в лесу.  1.Художественные произведения в местных музеях и художественных галереях.	Музей по открытым небом Рокка-аль-маре  Музей по открытым небом Рокка-аль-маре  Музей природы  Кадриоргский Художественный музей или музей Миккеля	«Рождество малышам» (декабрь)  «Лето в деревне» (май-июнь)  «Подготовка животных к зиме» (октябрь)  «Через замочную скважину» или «История Кадриоргского дворца» (осень)	
2.klass	Eesti keel Matemaatika Loodusõpetus Kunst Inimeseõpetus	1.loodus minu ümber, loomalood. 2. minu tervis 3. Keskkond ja ühiskonna	Tervishoiumuuseum  Mets ja talu	1. Keha ja tervis 2. massi- ja mõõdühikud 3. Inimene kui osa loodusest 4. Koduloomad ja metsloomad 5. Mets ja puud	Sügisel  Talvel

		<p>jätksuutlik areng 4. Omakultuur ja kultuuriline mitmekesisus</p>	<p>Energiakeskus/ Linnamuuseum/ E.Vilde maja- muuseum (valikuliselt)</p> <p>Botaanikaaed</p>	<p>6. Aastaajad 7. Veeringlus 8. kodu ja naabrid 9. Ilma ennustamine 10. põõsad, puhmad 11. park 12. Esmaabi ja tervis</p>	<p>Talvel</p> <p>Kevadel</p>
<b>2.klass</b>	<p>учение о человеке</p> <p>природоведение</p>	<p>1.Родной край.Праздники.</p> <p>1.Животные Эстонии.</p> <p>2.Строение человека.</p>	<p>Музей по открытым небом Рокка-аль-маре</p> <p>Музей природы</p> <p>Музей здоровья</p>	<p>«Масленица» (февраль)</p> <p>«Животные» (март)</p> <p>«Строение человека» (апрель)</p>	
<b>3.klass</b>	<p>Eesti keel Matemaatika Loodusõpetus Kunst Inimeseõpetus</p>	<p>1. loodus minu ümber, loomalood. 2. minu tervis 3. Keskkond ja ühiskonna jätkusuutlik areng 4. Omakultuur ja kultuuriline mitmekesisus</p>	<p>Mets ja talu Teaduskeskus АННАА Meremuuseum Kadrionu Kunstimuuseum</p>	<p>1. Elekter 2. Taimed 3. Seiklused merel 4. Massi- ja mõõtühikud 5. Vooluring 6. Magnet 7. Ilmakaared 8. Tutvumine kunstnikega ja nende loominguga</p>	<p>Sügisel II veerand II poolaasta Kevadel</p>
<b>3.klass</b>	<p>природоведение</p>	<p>1.Электричество и магнетизм. 2.Скорость.* 3.Группы и совместная жизнь организмов.</p>	<p>Центр энергии</p> <p>Музей природы</p>	<p>«Электричество и магнетизм.Гроза как явление» (весна)</p> <p>«Совместное сосуществование организмов различных видов. Пищевая цепь». (осень-зима)</p>	



	искусство	1.Портрет. 2.Рождественские программы.*	Кадриоргский Художественный музей Кадриоргский Художественный музей и Нигулисте	«Портрет — чужой взгляд» (весна) «Рождественское чудо». «Ангелы церкви Нигулисте». (зима)	
4.klass	Природоведение  искусство и эстонский язык	1.Вселенная. 2.Человек.  1.Калевипоэг.	Центр энергии  Музей здоровья  Художественный музей	«Планетарий.Звёздное небо» (сентябрь-октябрь). «Строение человека» (весна)  «Калевипоэг».	
4.klass	Eesti keel Vene keel Inglise keel Kunst	<b>Õppimine ja töö.</b> <b>Vaba aeg.</b>	Eesti Lastekirjanduse Keskus või Rahvusraamatukogu	<i>Lugemiseelistused</i> Eesmärgid: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Oskab kasutada raamatukogu</li> <li>• Oskab valida raamatut</li> <li>• Oskab kasutada raamatut infoallikana (sisukord, aineregister)</li> <li>• On tutvunud tuntud lastekirjanike teostega</li> </ul>	2. veerand
4.klass	Käsitöö ja kodundus	Idee ja kavandi tähtsus eset valmistades. Ideede leidmine ja edasiarendamine kavandiks. Ühistöö kavandamine, tööjaotus rühmas. Ühise töö analüüsimine ja hindamine.	PiparkoogiMaania fotovõistlusest osavõtt ning Disaini-ja Arhitektuurigaleriis näituse külastus.	PiparkoogiMaania. Igal aastal kuulutatakse välja uus teema.	Detsember

<b>4-klass</b>	математика	Римские цифры	Экскурсия по старому городу	Римские цифры и архитектура	
<b>5.klass</b>	история	7.Эстония в XVIII-XIX веках.	Rocca-al-Mare Vabaõhumuuseum	Жизнь эстонского крестьянства в 19 веке.	3.veerand
	Käsitöö ja kodundus	Rahvakunst. Rahvakultuur ja selle tähtsus. Esemeline rahvakunst. Tavad ja kombed. Rahvuslikud mustrid ehk kirjad ajaloolistel ja tänapäevastel esemetel. Muuseumide roll rahvakunsti säilitajana. Tekstiilkiudained. Looduslikud kiud, nende saamine ja omadused. Kanga kudumise põhimõte.		Rahvakultuur. Tavad ja kombed.	3.veerand
	Eesti keel	<b>Kodukoht Eesti</b>	.	Tähtpäevad ja kombed Rahvariided Linn ja maa	3.veerand
<b>5-kl</b>	Математика	Геометрические фигуры Масштаб	Экскурсия по старому городу; в ботанический сад	Архитектура старого города Составление планов участков земли	
	kunst	Rahvakunst.	Rocca-al-Mare Vabaõhumuuseum	Rahvakultuur.Kombed.	3.veerand
<b>5.klass</b>	Käsitöö ja kodundus	Idee ja kavandi tähtsus eset valmistades. Ideede leidmine ja edasiarendamine kavandiks. Ühistöö kavandamine, tööjaotus rühmas. Ühise	PiparkoogiMaania fotovõistlusest osavõtt ning <b>Eesti Tarbekunsti/ ja Disainimuuseum</b>	PiparkoogiMaania. Igal aastal kuulutatakse välja uus teema.	2.veerand

		töö analüüsimine ja hindamine.			
	Ajalugu	20.-21.sajand		Eesti kultuuri ajalugu 20.-21.sajandil	
	Eesti keel	<b>Riigid ja nende kultuur. Tähtpäevad ja kombed.</b>		Jõulud Eestis	
<b>5.klass</b>	Loodusõpetus	Очистка питьевой воды	<b>AS Tallinna Vesi</b>	Joogivee puhastamine	1.veerand
<b>5.klass</b>	Inimeseõpetus	Принципы первой помощи. Первая помощь в разных ситуациях.	<b>Eesti Tervishoiu Muuseum</b>		4.veerand
<b>6.klass</b>	ajalugu	<b>I. Доисторические времена и история древнего мира</b>	<b>Ajaloomuuseum</b>	Исторические источники Общая характеристика доисторического периода в Эстонии, Пулли, Кунда.	<b>3.veerand</b>
	Eesti keel	<b>Riigid ja nende kultuur</b> Eesti tuntumad sündmused ning nendega seotud nimed ajaloo- ja kultuurivaldkonnast		Eesti ajaloo ülevaade.	
	Математика	Симметрия относительно прямой и центральная симметрия	Экскурсия в ботанический сад	Симметрия в природе	
<b>6.klass</b>	Käsitöö ja kodundus	Rahvakunst. Rahvakultuur ja selle tähtsus. Esemeline rahvakunst. Tavad ja kombed. Rahvuslikud mustrid ehk kirjad tänapäevastel esemetel. Rahvuslike detailide kasutamine tänapäevast tarbeeset kavandades.	<b>Mardilaat</b>	Rahvuslikud mustrid tänapäevastel esemetel. Rahvakultuur ja selle tähtsus.	<b>2.veerand.</b>

	Eesti keel	<b>Riigid ja nende kultuur. Tähtpäevad ja kombed.</b>		Mardipäevaga seotud kombed	
<b>6.klass</b>	loodusõpetus	Eesti elukooslused Формирование и развитие болот Животный и растительный мир лесов, болот, рек, озёр	<b>loodusmuuseum</b>	Soode teke ja areng. Loomad ja taimed metsas, soos, jõgedes ja järvedes	<b>4. veerand</b>
	Eesti keel	<b>Kodukoht Eesti</b>		Eesti loodus, ilm, käitumine looduses	
<b>6.klass</b>	Loodusõpetus	Лес	<b>RMK</b>	???	<b>1.veerand</b>
<b>7.klass</b>	Eesti keel Vene keel Inglise keel Inimeseõpetus	<b>Igapäevaelu</b>	<b>Päästeamet</b>	<i>Hädaolukorrad</i> Eesmärgid: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpilane oskab tegutseda hädaolukorral (teab päästeameti numbrit, oskab kirjeldada olukorda)</li> <li>• Tutvub Päästeameti tööga</li> <li>• Oskab vältida ohtlikke olukordi</li> </ul>	1.veerand
<b>7. klass</b>	ajalugu	Тема. Города и торговля, возникновение городов и условия жизни, ганзейская торговля в Северной Европе, цеховой порядок, правление городов.	<b>Tallinna Linnamuuseum</b>	Городская жизнь и местное самоуправление	2.veerand
	Eesti keel	<b>Kodu ja lähiümbus</b> Kodukohta vaatamisväärsused ja nende tutvustamine		Tallinna linnaelu vanasti.	
<b>7.klass</b>	Bioloogia	+	<b>Energiakeskus</b>	+	3.veerand

<b>7.klass</b>	Käsitöö ja kodundus	Rahvakunst. Sümbolid ja märgid rahvakunsti. Kudumine, heegeldamine ja tikkimine eesti rahvakunsti. Rahvarõivad. Eesti etnograafiline ornament tänapäevase rõivastuse ja esemelise keskkonna kujundamisel. Eestlaste toit läbi aegade. Toitumistraditsioonid ja toiduvalikut mõjutavad tegurid (asukoht, usk jms.)	<b>Eesti Rahva Muuseum</b>	Rahvakunst. Kudumine, heegeldamine ja tikkimine eesti rahvakunsti. Rahvarõivad.	4.veerand
	Eesti keel	<b>Kodukoht Eesti.</b> Vaatamisväärsused <b>Riigid ja nende kultuur</b>		Eesti rahva kombed Rahvarõivad	
<b>8.klass</b>	ajalugu	Тема 2.Эстония.	<b>Kiek in de Kōk</b>	Эстония в составе Шведского государства. Северная война	1.veerand
	Eesti keel	Kodukoht Eesti		Eesti vaatamisväärsused. Tutvumine Eesti vana aja ehitiste ja elulaadiga	
	Kunst	Disain ja kavandamine.	Eesti Tarbekunsti- ja Disainimuuseum		2.veerand
<b>8.klass</b>	Käsitöö ja kodundus	Disain ja kavandamine. Tekstiilid rõivastuses ja sisekujunduses. Rõivastus kui ajastu vaimu peegeldaja - sotsiaalsed märksüsteemid. Moelooming. Komplektide ja kollektsioonide ja kollektsioonide	<b>Eesti Tarbekunsti- ja Disainimuuseum</b>	Tekstiilid rõivastuses ja sisekujunduses. Rõivastus kui ajastu vaimu peegeldaja - sotsiaalsed märksüsteemid. Moelooming. Komplektide ja kollektsioonide koostamise põhimõtted. Sobivate lisandite valik stiili kujundades.	2.veerand

		koostamise põhimõtted. Sobivate lisandite valik stiili kujundades. Käsitsitöö väärtustamine tarbekunsti osana või isikupärase eneseväljendusena.		Käsitsitöö väärtustamine tarbekunsti osana või isikupärase eneseväljendusena.	
<b>8.klass</b>	keemia	Переработка мусора	<b>Iru SEJ, Jäätmetöötluskeskus</b>		3.veerand
	Eesti keel	<b>Kodukoht Eesti.</b> Loodus ja looduskaitse; keskkonnahoidlik ja säästlik käitumine		Prügi töötlus; keskkonnasäästlik käitumine	
<b>8.klass</b>	Bioloogia	Ökoloogia Растения	<b>Lahemaa Rahvuspark</b>		4.veerand
	Geograafia	Растительные сообщества Лесные сообщества <a href="http://www.loodusegakoo.s.ee/metsakool">http://www.loodusegakoo.s.ee/metsakool</a>			
	Eesti keel	<b>Kodukoht Eesti.</b> Loodus ja looduskaitse; keskkonnahoidlik ja säästlik käitumine		Looduskaitse. Käitumine looduses.	
<b>9.klass</b>	Eesti keel	<b>Õppimine ja töö.</b>	<b>Mess „Teeviit“, Tallinna Näituste paviiljon</b>	<i>Edasiõppimine ja kutsevalik.</i> Eesmärgid: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tutvustada õpilastele edasiõppimise võimalusi</li> <li>• Tutvustada erinevaid õppeasutusi ning neis õpetatavaid elukutseid</li> </ul>	2.veerand

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Õpetada leidma vajalikku infot</li> </ul>	
<b>9.klass</b>	литература	Серебряный век русской литературы	<b>Тойла</b>	Игорь Северянин в Эстонии	4.veerand
	Eesti keel	<b>Kodukoht Eesti.</b> Vaatamisväärsused. <b>Vaba aeg.</b> Kirjandus ja kunst		Igor Severjanin eesti keeles ???	
	Kunst	Rahvakunst.	KUMU	Eesti kunstnike teostega tutvustamine.	4.veerand
<b>9.klass</b>	Keh.kasvatus	Spordialad ja sportlikud tegevused. Tuntud sportlased.	<b>Tartu Observatoorium</b>  <b>Spordimuseum</b>	Teab Eesti sportlasi ja nende saavutusi tähtsatel võistlustel Väärtustab tervisesporti, teab selle vajalikkusest	3.veerand
<b>9.klass</b>	muusika		<b>Teatri- ja Muusika muuseum</b>		1.veerand