

## Sisukord

Ainevaldkond:	2
1.Aine	2
1.1. Õppe –ja kasvatusesmärgid	2
1.2.Õppeaine kirjeldus	2
1.3.Õppetegevus	3
1.4.Füüsiline keskkond	3
1.5.Hindamise üldalused (sealhulgas ka kujundav hindamine)	4
1.6.Läbibivad teemad kooliastmeti lähtuvalt õppeainest	4
1.7.Lõiming teiste ainetega	5
2.Gümnaasiumi õpitulemused	6
3.Klass: 12.kl	6
3.1.Õpitulemused antud klassile	6
3.2.Õppesisu (üldmaht t), 35	7
4.Hindamine	9

## **1. Ainevaldkond:**

Valikaine „Karjääriõpetus“ (11., 12.kl)

### **1.1.Õppe- ja kasvatuseesmärgid**

- 1) väärtustab õppimist elukestva protsessina;
- 2) arendab oma õpioskusi, suhtlemisoskusi, koostöö-, otsustamis- ja infoga ümberkäimise oskusi;
- 3) arendab soovi ja oskust endale eesmärgi seada ja nendeni jõudmiseks süsteemselt tegutseda;
- 4) võtab teadlikult vastutuse oma karjäärivalikute ja -otsuste eest;
- 5) teadvustab oma huvisid, võimeid ja oskusi, mis võimaldavad adekvaatse enesehinnangu kujunemist ning konkreetsete karjääriotsuste langetamist;
- 6) on teadlik erinevatest töövaldkondadest, ametitest/elukutsetest, töösuhetest reguleerivatest õigusaktidest, haridus- ja koolitusvõimalustest, tööturu üldistest suundumustest ning kohalikust majanduskeskkonnast, soorollide osatähtsuse teisenemisest muutuvast töömaailmast;
- 7) kasutab asjakohast informatsiooni karjääri planeerimisel;
- 8) analüüsib oma õpitulemusi ja senist töökogemust ning kavandab oma karjääri

### **1.2.Õppeaine kirjeldus**

Karjääriõpetus võimaldab ühiskonna inimressurssi tööturul paremal viisil rakendada, viies inimeste oskused ja huvid kokku töö- ja õppimisvõimalustega. Karjääriõpetus aitab kaasa sellele, et uut põlvkonda ei piiraks stereotüüpsed soorollid, mis mingis kultuuris ja mingil perioodil on välja kujunenud kui üldised jagatud arusaamad feminiinsuse ja maskuliinsuse kohta. Naiste ja meeste sünnipäraseks erinevused ei tingi seda, et nad peaksid tegema ainult teatud kindlaid töid ja õppima teatud erialasid. Ei ole kohane käsitleda eraldi meeste ja naiste tööd, omandatavad teadmised ametitega seotud terviseriskidest võimaldavad nii meestel kui ka naistel valikuid tehes mõista, milliste riskifaktoritega tuleb kokku puutuda. Valikaine kursus koosneb kolmest osast:

1. Enesetundmise teema käsitlemine ja vastavate praktiliste harjutuste sooritamine aitab õpilasel kujundada enesemääratluspädevusi ning eneseanalüüsi tulemusel langetada edasise haridustee ja tööeluga seotud teadlikke otsuseid. Käsitletakse sotsiaalsete ja õpipädevuste seoseid tulevaste õpingute ja tööeluga. Õpiharjumuste teadlik kujundamine sidustatuna karjääriplaanis püstitatud lühema- või pikemaajaliste eesmärkidega aitab ennetada õpilase haridustee katkemist.
2. Karjääriinfo: õppimisvõimaluste, erinevate töövaldkondade ja tööturu suundumuste tundmine on vajalik, et õpilane oskaks teadlikult kavandada oma karjääri. Kujuneb valmisolek paindlikuks reageerimiseks tööturul toimuvatele kiiretele muutustele ja elukestvaks õppeks. Tööturuga praktilise tutvumise käigus saavad õpilased ülevaate erinevatest töövaldkondadest. Õpilast suunatakse uurima ja võimaluse korral katsetama erinevaid töid, vabatahtlikku tööd, otsima ja leidma seoseid õpingute ja töövaldkondade vahel. Õpilase ettevõtlikkuse kujunemisele aitavad kaasa praktilised õpitegevused.

3. Planeerimise ja otsustamise põhimõtete tundmine aitab õpilasel süstematiseerida informatsiooni iseendast, tööturu võimalustest ja seostada seda tulevikuplaanidega. Õpilane analüüsib erinevaid karjäärivalikuid mõjutavaid tegureid. Õpilasel kujunevad teadmised ja oskused eesmärkide püstitamiseks, karjäärilaste otsuste langetamiseks, võimalike probleemide äratundmiseks ja nende ennetamiseks ning töö ja eraelu ühildamise tähtsusest. Oskused ja huvid kokku töö- ja õppimisvõimalustega.

Valikõppeaine kursus „Karjääriõpetus“ keskendub õpilase adekvaatse enesehinnangu kujunemisele. Õpilane tunneb erialade, ametite ja elukutsete vahelisi seoseid. Ta oskab näha ja mõistab töömaailmas toimuvat ja on teadlik selle mõjust isikliku tööalase karjääri planeerimisele. Õpilane teadvustab oma vastutust ja on motiveeritud isiklikku karjääri teadlikult planeerima. Soolise võrdõiguslikkuse printsiibi käsitlemine karjääriplaneerimisel suurendab õpilaste teadlikkust, et valikuid saab teha enda soovide ja eelduste järgi ning valida saab ka neid elukutseid, mis traditsiooniliselt on olnud sooliselt eelistatud. Karjääriõppes õpetatakse sallivust ja valikuvabadust. Õpilased teavad, et palgaküsimuste lahendamisel lähtutakse töö sisust ja vastutusastmest, mitte soolistest eelistustest. Karjääriõpetus aitab õpilasel luua enda jaoks tervikpilt teistes õppeainetes, kursustel ja erinevates elusituatsioonides omandatud teadmistest, oskustest ja kogemustest, mis on aluseks karjääriotsuste langetamisel.

### 1.3. Õppetegevus

Kursust õpetades on soovitatav korraldada järgmisi õppetegevusi:

- 1) rollimängud ja teised aktiivõppe meetodid, multifunktsionaalsed meetodid;
- 2) eneseanalüüsi ja töövaldkonna tundmise küsimustike ning mõttearenduslehtede täitmine;
- 3) auditoorsed loengud või iseseisev töö veebikeskkonnas teoreetiliste teadmiste omandamiseks;
- 4) töö karjääriinfo allikatega, info kriitiline analüüs;
- 5) intervjuu läbiviimine (nt konkreetse ametiala esindajaga);
- 6) kutsesobivustestide läbiviimine;
- 7) õppevisiidid, ettevõtete külastused;
- 8) iseseisev töö (nt erinevate tööaladega tutvumiseks);
- 9) karjääriplaani koostamine;
- 10) õpimapi koostamine.

### 1.4. Füüsiline keskkond

Õpilastele on tagatud järgmised tingimused ja vahendite kasutamine:

- 1) erinevad enese ja tööturu tundmaõppimise töölehed, küsimustikud, mõttearenduslehed;
- 2) õppevisiidid reaalsesse töökeskkonda;
- 3) karjääriplaneerimisalase kirjanduse kättesaadavus kooli raamatukogus;

- 4) arvutiklassi kasutamine (vastavalt vajadusele personaalseks või rühmatööks) ainetunnis veebist karjääriplaneerimisalase informatsiooni otsimiseks (rajaleidja.ee jt);
- 5) karjäärispetsialisti personaalne tugi, erapooletu ja usalduslik nõu vastavalt õpilase vajadustele

### **1.5.Hindamise üldalused (sealhulgas ka kujundav hindamine)**

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 taotletavatele õpitulemustele. Õpitulemusi hinnatakse sõnaliste hinnangute ja numbriliste hinnetega. Hindamisel väärtustatakse õpilaste isikupära ja toetatakse arengut. Õpilane peab olema hindamises aktiivne partner, kuna see toetab eneseanalüüsi oskuste kujunemist.

Kursuse jooksul koostab õpilane personaalse õpimapi, millesse kogub eneseanalüüsi, õpiülesannete tulemused ning muud huvipakkuvad elukutsete või erialadega seotud materjalid. Selles sisalduvad õpiülesanded võivad olla tehtud kas individuaalselt või rühmatööna.

Hinnatakse õpimapi täitmist.

### **1.6.Läbivad teemad kooliastmeti lähtuvalt õppeainest**

#### **Läbiva teema „Elukestev õpe ja karjääri planeerimine” käsitlemine**

- „Elukesteva õpe ja karjääri planeerimise“ läbiva teema raames taotletakse õpilase kujunemist isiksuseks, kes on valmis õppima kogu elu, täitma erinevaid rolle muutivas õpi-, elu- ja töökeskkonnas ning kujundama oma elu teadlike otsuste kaudu, sealhulgas tegema mõistlikke kutsevalikuid

#### **Läbiva teema „Keskkond ja jätkusuutlik areng” käsitlemine**

- „Keskkond ja jätkusuutlik areng“ läbiva teema käsitlemisel kujuneb sotsiaalselt aktiivseks, vastutustundlikuks ja keskkonnateadlikuks inimeseks, kes hoiab ja kaitseb keskkonda ning väärtustades jätkusuutlikkust, on valmis leidma lahendusi keskkonna- ja inimarengu küsimustele;

#### **Läbiva teema „Kodanikualgatus ja ettevõtlikkus” käsitlemine**

- Läbiva teema käsitlemisel taotletakse õpilase kujunemist aktiivseks ning vastutustundlikuks kogukonna- ja ühiskonnaliikmeks, kes mõistab kodanikualgatuse tähtsust, tunneb end ühiskonnaliikmena ning toetub oma tegevuses riigi kultuurilistele traditsioonidele ja arengusuundadele;

#### **Läbiva teema „Teabekeskond” käsitlemine**

- Läbiva teema käsitlemisel taotletakse õpilase kujunemist teabeteadlikuks inimeseks, kes tajub ja teadvustab ümbritsevat teabekeskkonda, suudab seda kriitiliselt analüüsida ning toimida selles oma eesmärkide ja ühiskonnas omaks võetud kommunikatsioonieetika järgi;

#### **Läbiva teema „Tehnoloogia ja innovatsioon” käsitlemine**

- Läbiva teema käsitlemisel taotletakse õpilase kujunemist uuendusaltiks ja nüüdisaegseid tehnoloogiaid eesmärgipäraselt kasutada oskavaks inimeseks, kes tuleb toime kiiresti muutuvast tehnoloogilises elu-, õpi- ja töökeskkonnas

### **Läbiva teema „Tervis ja ohutus” käsitlemine**

- Läbiva teema käsitlemisel taotletakse õpilase kujunemist vaimselt, emotsionaalselt, sotsiaalselt ja füüsiliselt terveks ühiskonnaliikmeks, kes on võimeline järgima tervislikku eluviisi, käituma turvaliselt ning osalema tervist edendava keskkonna kujundamises;

### **Läbiva teema „Väärtused ja kõlblus” käsitlemine**

- „Väärtused ja kõlblus“ läbiva teema käsitlemisel kujuneb kõlbliselt arenenud inimeseks, kes tunneb ühiskonnas üldtunnustatud väärtusi ja kõlbluspõhimõtteid, järgib neid koolis ja väljaspool kooli, ei jää ükskõikseks, kui neid eiratakse, ning sekkub vajaduse korral oma võimaluste piires

## **1.7.Lõiming teiste õppeainetega**

Seos ühiskonnaõpetusega, majandus- ja ettevõtlusõppega, psühholoogiaga.

Psühholoogia – isiksuseomaduste, huvide, võimete, oskuste, väärtuste seos karjäärivalikutega

Majandus- ja ettevõtlusõppe – seosed valimisega ja uurimisega huvitava valdkonnaga lähtuvalt tööturu olukorda;

Ühiskonnaõpetus – seosed avaliku, ettevõtlus- ja mittetulundussektori toimimisega, üksikisiku rolliga majanduslikus süsteemis, võimalusi ja vajadust mõjutada ühiskonnas toimuvat ning omandada oskused otsustamisprotsessides osalemiseks

## **2. Gümnaasiumi õpitulemused:**

Õpilane:

- 1) analüüsib enda isiksust ja kasutab eneseanalüüsi tulemusi elutee planeerimisel ja karjäärivalikute tegemisel;
- 2) on motiveeritud õppima, tunneb ja kasutab erinevaid õpistrateegiaid;
- 3) oskab analüüsida ennast kui tulevast töötajat;
- 4) oskab näha oma erinevate elurollide seost karjäärivalikutega.
- 5) tunneb tööturu suundumusi, erinevaid töövaldkondi ning on teadlik võimalustest ja nõuetest tööturul;
- 6) teab karjäärivõimalusi majandustegevusvaldkondades;
- 7) mõistab hariduse ja tööturu vahelisi seoseid ning vajadust pidevaks enesearendamiseks;
- 8) oskab leida infot tööturu, erialade ja õppimisvõimaluste kohta ning kasutab seda oma haridustee planeerimisel mõistab karjääriplaneerimist kui terviklikku, järjepidevat ja elukestvat protsessi;
- 9) suudab iseseisvalt otsustada ja analüüsida otsuseid mõjutavaid tegureid;
- 10) kasutab vajaduse korral karjääri spetsialistide abi (karjäärinõustamist, tuge karjääriinfo hankimisel ja analüüsil);

- 11) on valmis teadlike karjääriotsuste tegemiseks ja isikliku karjääriplaani koostamiseks elukestva õppe kontekstis;  
 12) võtab vastuse oma karjääri planeerimisel.

### 3. Klass: 11.,12.kl

#### 3.1.Õpitulemused antud klassile

Õpilane:

- tunneb enda temperamendi ja iseloomuomadusi;
- teab enesemotivatsiooni tähtsust oma tegevuse reguleerimisel
- teab enda isiksuseomadusi ja oskab sellega arvestada karjääriotsuste tegemisel
- teab, millised isiksuseomadused on tööjõuturul hinnatud
- mõistab, kuidas võivad igasugused eluvalikud mõjutada tööalast arengut
- analüüsib oma töövõimalusi ja isiklike eelistusi
- teab teda huvitaval erialal õppima-asumiseks vajaminevad sisseastumistingimusi, riigieksameid
- tunneb J.Hollandi teoorial põhinevat kutse-eelistuste tüpoloogiat ning oskab elukutseid ja ameteid analüüsida sellest lähtuvalt.
- mõistab hariduse ja tööturu vahelisi seoseid ning elukestva õppe põhimõtteid
- teavad erinevate erialade rakendamise võimalusi
- näeb karjääriplaneerimist elukestva protsessina ning kutsevalikut selle ühe osana
- tunnetab vajadust õppida läbi elu

#### 3.2. Õppesisu (üldmaht t): 35 tundi

Õppesisu	Õpitulemused	Õppega seotud tegevuste orienteeruv maht
1.Sissejuhatus ainesse	Õpilane: <ul style="list-style-type: none"> <li>• seostab karjääriõpetust igapäevaeluga</li> <li>• mõistab karjääriplaneerimise olulist enda tuleviku kujundamisel</li> </ul>	<b>1t</b>

<p><b>Teema 1. Enesetundmine ja selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 1.1. Isiksuseomadused Närvisüsteemi tüüp Temperament Iseloom</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab enda närvisüsteemi iseärasusi (introvertsus, ekstraversus).</li> <li>• teab oma temperamendile vastavat tööstiili.</li> <li>• oskab seostada elukutseid temperamenditüübiga</li> </ul>	<p><b>4t</b></p>
<p><b>Teema. 1.Enesetundmine ja selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 1.2. Isiksuseomadused Vajadused Väärtused Hoiakud Motivatsioon Emotsioonid</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab väärtuste tähendust ja seost elurollidega</li> <li>• mõistab, mis on vajadus</li> <li>• teab, millised käitumisviisid on omased emotsionaalselt intelligentsele inimesele</li> </ul>	<p><b>5t</b></p>
<p><b>Teema 1. Enesetundmine ja selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 1.3. Isiksuseomadused Võimed Intelligentsus Huvid Üldised, ülekantavad ja kutsespetsiifilised kompetentsid</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, milliseid võimeid nõuab tema poolt valitud eriala</li> <li>• teab, millised on tema lemmikerialad</li> <li>• oskab analüüsida enda huvisid ja märkab huvialadega tegelemise kasulikkust</li> </ul>	<p><b>4t</b></p>
<p><b>Teema 1. Enesetundmine ja selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 1.4. Minapilt ja enesehinnang</p>	<p>Õpilane;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab analüüsida ja väärtustada enda isiksust;</li> <li>• oskab eristada oma tugevaid ning nõrku külgi ja seostab neid erinevatel kutsealadel töötamise eeldustega;</li> </ul>	<p><b>1t</b></p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et isiksuseomadused moodustavad terviku, mille üksikud osad täiendavad üksteist.</li> </ul>	
<p><b>Teema 2. Karjääriinfo tundmine ning selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 2.1. Muutuv tööturg Tööturu olukord, trendid, arengusuunad, prognoosid Tööandja ootused Ettevõtluse vormid, töösuhteid reguleerivad õigusaktid</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab tööturu üldist olukorda, prognoose ja vajadusi</li> <li>• teab erinevaid ettevõtluse vorme</li> <li>• oskab uurida mõjusid, mida muutused tööellu kaasa toovad</li> </ul>	<b>3t</b>
<p><b>Teema 2. Karjääriinfo tundmine ning selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 2.2. Muutuv tööjõuturg Tööturunõudlus ja pakkumine Konkurents, elukestev õpe, töömotivatsioon Võrdne kohtlemine tööjõuturul</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab, millised on teda käivitavad jõud töökoha valikul</li> <li>• teadvustab ennast tulevase töötajana</li> <li>• oskab analüüsida oma töövõimalusi ja isiklike eelistusi</li> </ul>	<b>3t</b>
<p><b>Teema 2. Karjääriinfo tundmine ning selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 2.3. Majandustegevusalad, ametid ja ametite rühmad Kutse ja kutseoskused, kutsestandardid, kutseeelistused</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teab kutseid ja ameteid ning kohalikke majandustegevuse valdkondi</li> <li>• teab olulisemaid infokanaleid</li> <li>• oskab leida infot tööturu kohta</li> </ul>	<b>2t</b>
<p><b>Teema 2. Karjääriinfo tundmine ning selle tähtsus karjääriplaneerimisel</b></p> <p>Alateema 2.4. Haridustee</p>	<p>Õpilane:</p>	<b>2t</b>



<p>Erialad, haridussüsteem, formaalne ja mitteformaalne haridus          Hariduse ja tööturu vahelised seosed</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab hariduse ja tööturu vahelisi seoseid ning elukestva õppe põhimõtteid</li> <li>• oskab leida asjakohast infot erialade ja õppimisvõimaluste kohta ning kasutab seda oma haridustee planeerimisel;</li> <li>• teab, kust ja kuidas vajadusel saada toetavat nõustamist</li> </ul>	
<p><b>Teema 3. Planeerimine ja otsustamine</b>           Alateema 3.1. Karjääriplaneerimine kui elukestev protsess          Otsustamine ja seda mõjutavad tegurid, otsustamisraskused          Karjääriinfo allikad, infootsimine          Alternatiivid, sundvalikud, muutustega toimetulek, karjääriteenused</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• võrdleb oma tegelikku ja ideaalset ajakasutust</li> <li>• oskab hinnata tegevusi oma igapäeva elus ja seostada neid oma tulevase karjääriga</li> <li>• mõistab karjääriplaneerimist kui elukestvat protsessi</li> </ul>	<p><b>4t</b></p>
<p><b>Teema 3. Planeerimine ja otsustamine</b>           Alateema 3.2. Isikliku karjääriplaani koosamine          Elukestev õpe, edu          Elurollid, elulaad          Karjäär, õpimotivatsioon, omavastutus          Kandideerimisdokumendid          Karjääriplaneerimine, karjääriplaani koostamine</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• teadvustab erinevate elurollide ja -stiilide seoseid tööga</li> <li>• oskab koondada ja süstematiseerida informatsiooni iseendast, töömaailma võimalustest, nõudmistest ja õppimisvõimalustest ning seostada seda oma tulevikuplaanidega</li> <li>• oskab koostada isikliku tegevuskava oma karjääriplaanide teostamiseks</li> </ul>	<p><b>6t</b></p>
<p>Kokkuvõttev tund. Elukestev areng</p>	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• saab aru oma vastutusest karjääri planeerimisel</li> </ul>	<p><b>1t</b></p>

- |  |  |  |
|--|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• analüüsib isiku elukestva arengu ja karjääriplaneerimise seoseid</li></ul> |  |
|--|--|--|

#### 4. Hindamine

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

Hinnatakse:

- 1) praktilisi töid: CV koostamine; motivatsioonikiri, kandideerimise avaldus, eneseanalüüsi kokkuvõte, isiklik karjääriplaan;
- 2) testid;
- 3) oskust asjakohast informatsiooni otsida ja analüüsida (karjääriinfo analüüsi kokkuvõte);
- 4) rühmatöö tegevuse käigus
- 5) teadlikkust peamistest karjääriotsust mõjutavatest teguritest;
- 6) iseseisva analüüsi oskust;
- 7) õpimapi esitlemise

Õpitulemusi hinnatakse sõnaliste hinnangute ja numbriliste hinnetega. CV ja motivatsioonikirja koostamisel hinnatakse struktuuri ja sisu. Rühmatöö osalemises hinnatakse aktiivsust, küsimuste esitamine teemade järgi ja nendele vastamine, osalemine diskussioonis. Õpimapi puhul eeldatakse õpilase aktiivsust ja hinnatakse töölehtide ja ülesannete täitmist. Kas anda tagasisidet kogu rühmale või individuaalselt, sõltub sellest, kui suur on oluliste puuduste kokkulangevus. Kui see on üle 50%, on otstarbekas anda tagasisidet kogu rühmale.

Kirjalikud tööd hinnatakse viiepalli süsteemis

Hinne „5“ 90-100% hinnatakse õpilast, kes on saavutanud 90–100% maksimaalsest võimalikust punktide arvust

Hinne „4“ 75-89%

Hinne „3“ 50-74%

Hinne „2“ 20-49%

Hinne „1“ 0-19%

Kursusehinne pannakse välja kursuse jooksul saadud hinnete alusel samuti arvestatakse õpilase õppetööst osavõttu, tema teadmisi ja oskusi. Kursuse hindamisel kasutatakse hinnangu „arvestatud“ ja „mittearvestatud“.

