



HARIDUS- JA  
TEADUSMINISTEERIUM

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Projekt "AGENDA – Euroopa täiskasvanuhariduse tegevuskava" Koolituspaketi „Teine võimalus“ soovituslik programm

**Eesmärk:** madala haridustasemega väikelaste vanematel on valmisolek haridussüsteemi tagasipöördumiseks, õpingute jätkamiseks.

**Sihtrühm:** kuni seitsmeaastaste väikelaste vanemad, kes ei oma põhi- või keskhariidust

**Toimumise periood:** november 2016 – aprill 2017

**Maht:** vähemalt 15 akadeemilist tundi

**Kestvus:** 3-4 tundi koolituspäev, 4-5 kokkusaamist, vajadusel rohkem.

**Osalevad maakonnad:** Jõgevamaa, Järvamaa, Läänemaa, Lääne-Virumaa, Põlvamaa, Pärnumaa, Valgamaa, Viljandimaa, Võrumaa

**Grupi suurus:** vähemalt 10 osalejat

**Läbiviijad/korraldajad:** MTÜd, koolituskeskused

**Kasutatavad meetodid:** lühiloeng, arutelu, rühmatöö, praktilised harjutused; õppekäigud koolitusasutustesse (täiskasvanute gümnaasium, kutsekool) ja Rajaleidja keskustesse.

**Koolitusruum:** on olemas nõuetekohane mööbel – igale osalejale laud ja tool, esitlustehnika, pabertahvel, markerid, internet, kohvipausi läbiviimise võimalus.

**Lastehoiu teenuse korraldamine:** toimub vastavalt vajadusele

### Koolituste oodatavad tulemused:

Koolituse läbinud:

- on senisest rohkem informeeritud konkreetsetest õppimisvõimalustest ning sobivate tugiteenuste kättesaadavusest;
- on kohtunud koolitusasutuste esindajatega, kes tutvustavad konkreetseid õppimisvõimalusi ja -tingimusi;
- oskavad oma võimeid ja võimalusi paremini analüüsida ning suudavad toime tulla erinevate rollidega, mida toob kaasa täiskasvanuna õppimine;
- omavad vajalikku infot õppimis- ja tööturu võimaluste kohta;
- on motiveeritud jätkama oma haridusteed, elukestvat õpet;
- enesehinnang on tõusnud, nad suudavad paremini analüüsida oma olukorda, võimalusi ning paremini ühitada töömaailma oma isikliku elukorraldusega.

**Koolituspaketile eelnevad ja järgnevad tegevused:** enne koolituspaketi läbiviimist sihtrühma teavitamine, ülesotsimine, potentsiaalsete osalejatega ühenduse võtmine ning koolitusgrupi komplekteerimine.

Pärast koolituspaketi läbiviimist osalejatelt tagasiside kogumine.

## KOOLITUSE TEEMAD JA ALATEEMAD

<b>ENESEANALÜÜS</b>
Oskused, teadmised, võimed. Vajadused ja väärtused. Suhtlemisoskused. Infoallikad.
<b>TÖÖTURU OLUKORD</b>
Muutused tööturul. Tööandja ootused töötajale. Hariduse ja tööturu vahelised seosed. Ohutegurid. Tööturualased infoallikad.
<b>ÕPPIMINE</b>
Õppimisvõimalused: tasemeõpe, täienduskoolitus. Elukestev õpe ja enesearendamine. Õppimisvõimaluste kaardistamine. Infoallikad õppimisvõimalustest.
<b>PLANEERIMINE JA OTSUSTAMINE</b>
Elurollide mitmekesisus, nende omavahelised seosed ja tasakaal. Isikliku ja tööalase karjääri kujundamine. Lühiajaline ja pikaajaline karjääriplaan. Tugivõrgustiku kaardistamine. Peamised karjääriinfo allikad.
<b>ENESEJUHTIMINE</b>
Positiivne enesehinnang. Hoiakute muutmine. Muutustega toimetulek ja alternatiivsete võimaluste analüüs. Omavastutus. Stressikäitumise analüüs ja enesejuhtimise olulisus. Eneserefleksioon ja saavutatu hindamine, uute eesmärkide püstitamine.

## Temaatiline koolituskava

Teemad	Oodatavad õpiväljundid
<p>Grupiga kohtumine, tutvumine. Eneseanalüüs – 3 tundi. Varasemad oskused, haridustee, töökogemused. Motivatsioon, enesehinnang, väärtused. Olulisemad infoallikad enese tundmaõppimiseks.</p>	<p>Osalejad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- on teadlikud koolituskava sisust, ajakavast ja omavad motivatsiooni ning valmisolekut koolituse läbimiseks.</li> <li>- oskavad analüüsida oma isiksuseomadusi, varasemaid töö- ja õpikogemusi, ennast õppijana;</li> <li>- teavad enesehinnangu ja väärtuste mõju õpi- ja töövalikutele;</li> <li>- oskavad näha stiimuleid isikliku ja tööalase motivatsiooni tõstmiseks;</li> <li>- teavad ja oskavad kasutada olulisemaid infoallikaid internetis enese tundmaõppimiseks.</li> </ul>
<p>Töömaailma tundmaõppimine – 3 tundi. Hariduse ja tööturu vahelised seosed. Tööalane eneseanalüüs. Muutused ja prognoosid töömaailmas. Tööandja ootused töötajale. Riskid ja võimalused tööturul. Tööturualased infoallikad. Kohtumine tööandjatega.</p>	<p>Osalejad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mõistavad õppimise olulisust ning hariduse ja tööalase arengu seoseid;</li> <li>- suudavad paremini analüüsida oma võimalusi tööturul;</li> <li>- teavad tööandjate ootusi töötajatele ning oskavad analüüsida oma võimalusi sellest lähtuvalt;</li> <li>- teavad ja oskavad kasutada olulisemaid tööturualaseid infoallikaid internetis.</li> </ul>
<p>Õppimisvõimalused – 3 tundi. Tasemeõpe ja täienduskoolitus. Elukestev õpe ja enesearendamine. Õppimisvõimaluste kaardistamine kodukohas. Kohtumine kutseõppeasutuse ja/ või täiskasvanute gümnaasiumi esindajaga. Infoallikad õppimisvõimalustest.</p>	<p>Osalejad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- on teadlikud erinevatest õppimisvõimalustest;</li> <li>- mõistavad elukestva õppimise ja enesearendamise vajalikkust;</li> <li>- on kaardistanud õppimisvõimalused kodukohas endast lähtuvalt;</li> <li>- on kohtunud koolitusasutuste esindajatega, kes tutvustavad konkreetseid õppimisvõimalusi ja -tingimusi;</li> <li>- teavad ja oskavad kasutada peamisi õppimisega seotud infoallikaid internetis.</li> </ul>
<p>Tugivõrgustiku võimalused – 3 tundi. Õppimise, töö- ja pereelu ühitamise võimalused. Muutustega toimetulek ja alternatiivsete tegevusvõimaluste analüüs. Rajaleidja keskuse külastus, erinevate spetsialistide teenused. Karjääri planeerimisalased infoallikad. Töötukassa kaasamine partnerina.</p>	<p>Osalejad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- oskavad analüüsida ja näha võimalusi töö, pereelu ja isikliku elukorralduse ühitamiseks;</li> <li>- suudavad toime tulla õppimisest tulenevate muutustega, erinevate rollidega, mida toob kaasa täiskasvanuna õppimine;</li> <li>- mõistavad pere ja lähedaste toetuse ja abi olulisust, võimalusi õppima asumiseks;</li> <li>- on teadlikud erinevate tugiteenuste kättesaadavusest ja võimalustest kodukohas;</li> <li>- teavad ja oskavad kasutada olulisemaid karjääri planeerimisalaseid infoallikaid internetis.</li> </ul>
<p>Enesejuhtimine, muutustega toimetulek – 3 tundi. Omavastutuse roll õppimisel. Isikliku stressikäitumise analüüs, toimetulek tagasilöökidega.</p>	<p>Osalejad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mõistavad omavastutuse võtmise olulisust eesmärkide elluviimisel;</li> <li>- oskavad analüüsida isiklikku stressikäitumist, ennetada läbipõlemist;</li> </ul>

Eneserefleksioon ja saavutatu hindamine, uute eesmärkide püstitamine. Koolituse lõpetamine, kokkuvõtted, tagasiside.	- oskavad püstitada reaalseid eesmärke, planeerida tegevusi nende elluviimiseks ja hinnata saavutatut; - on motiveeritud jätkama oma haridusteed, elukestvat õpet.
--	---

## Kogemusõppepõhine koolituskava

**Kasutatavad meetodid:** lühiloeng, arutelu, õppekäigud

Kohtumised, külastused, tegevused	Oodatavad õpiväljundid
Kohtumine grupiga, tegevused koolituse sisu ja eesmärkide tutvustamiseks – 3 tundi.	Osalejad: - on kohtunud ja tutvunud grupiliikmetega; - on teadlikud koolitussarja sisust, ajakavast ja omavad motivatsiooni ning valmisolekut koolituse läbimiseks.
Maakondliku Rajaleidja keskuse külastus – 3 tundi.	Osalejad: - on informeeritud konkreetsetest õppimisvõima-lustest taseme- ja täiendusõppes; - teavad ja oskavad kasutada olulisemaid karjääri planeerimisalaseid infoallikaid; - on teadlikud erinevate tugiteenuste võimalustest.
Kutseõppeasutuse külastus – 3 tundi.	Osalejad: - on kohtunud kutseõppeasutuse esindajatega, kes tutvustavad konkreetseid õppimisvõimalusi ja -tingimusi; - on teadlikud erinevatest kutsekoolis õpitavatest erialadest ja nende spetsiifikast; - oskavad analüüsida enda kutsealast sobivust; - mõistavad erialase väljaõppe, pikaajalise tööalase arengu ja töötasu vahelisi seoseid.
Täiskasvanute gümnaasiumi külastus – 3 tundi.	Osalejad: - on kohtunud õppeasutuse esindajatega, kes tutvustavad õppimisvõimalusi ja -tingimusi; - omavad konkreetset infot õppimise jätkamise võimalustest lähtudes enda olukorrast; - on motiveeritud õpingute jätkamiseks.
Kohtumine tööandjaga. Koolituse lõpetamine, kokkuvõtete tegemine, tagasiside kogumine – 3 tundi.	Osalejad: - on motiveeritud jätkama oma haridusteed, elukestvat õpet; - suudavad paremini analüüsida oma võimalusi tööturul ning ühitada töömaailma oma isikliku elukorraldusega. - kasutab koolitusel omandatud teadmisi taseme-, kutse- või täiendõppe suundumisel.

Kava koostas Terje Paes, Tercare OÜ