



Põhja-Eesti Rajaleidja keskuse ja Eesti Töötukassa Tallinna ja Harjumaa osakonna karjääriteenused Tallinna ja Harjumaa haridusasutustele

Põhja-Eesti Rajaleidja keskus ja Eesti Töötukassa Tallinna ja Harjumaa osakond pakuvad koostöös individuaalseid nõustamisi, infoleenguid, tööturгу tutvustavaid töötube ja grupinõustamisi, mida saab valida nii allpool loetletud teemaplokkide kui ka sisuteemade kaupa.

Tegevusi viime läbi haridusasutuses kohapeal, Põhja-Eesti Rajaleidja keskus, Eesti Töötukassa büroodes või muus eelnevalt kokkulepitud kohas.

Karjäärispetsialistide ühine eesmärk on aidata kaasa õpilaste karjääriplaneerimise oskuste kujunemisele ja toetada koole riikliku õppekava täitmisel.






Kontakt:

Põhja-Eesti Rajaleidja keskus – oma soovist kirjutada pohjaeesti@rajaleidja.ee või helistada numbril 5886 0701. Karjäärispetsialistide kontaktid leiata aadressil www.rajaleidja.ee/pohjaeesti








Eesti Töötukassa Tallinna ja Harjumaa osakond – oma soovist kirjutada aet.trei@tootukassa.ee või helistada numbril 634 8035, 5198 9640.






Karjääriteenused on koolile TASUTA!


	TEEMA	SISU	ÕPIVÄLJUNDID	TEENUSE PAKKUJA
	INDIVIDUAALSED KARJÄÄRITEENUSED õpilastele alates 7. klassist			
INDIVIDUAALSED	Individuaalnõustamine	<ul style="list-style-type: none"> • Individuaalne vestlus. • Testide ja küsimustike täitmine. • Lahenduste leidmine motivatsiooni, otsustamise ja valikutega seotud probleemidele. 	<ul style="list-style-type: none"> • Oskab seada isiklikke õpi- ja tegevuste eesmärgid ning koostada tegevusplaani. • Oskab leida eneseanalüüsi käigus edasiviivad ja takistavad tegurid ning siduda enesekohast teavet ametite ja haridusvõimalustega. 	
	Õppeasutusse ja/või tööle kandideerimise simulatsioon	<ul style="list-style-type: none"> • Kandideerimisvestluse simulatsioon gümnaasiumisse/kutsekooli/ülikooli sisseastumiseks või tööle kandideerimiseks. • Kandideerimisdokumentide koostamise juhendamine ja/või individuaalne ülevaatamine. 	<ul style="list-style-type: none"> • Oskab analüüsida sisseastumis- ja/või tööle kandideerimise tingimusi. • Oskab vormistada vajalikke dokumente. • On teadlik kandideerimisvestluse struktuurist ja ülesehitusest. 	

INDIVIDUAALSED	Karjääriplaani koostamine õpimapi põhjal	<ul style="list-style-type: none"> • Õpimapi kasutamine karjääriplaani koostamisel ja elluviimisel. Eelduseks on õpimapi olemasolu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Oskab analüüsida karjääriõppe raames koostatud õpimappi ning kasutada seda infoallikana oma karjääriplaani koostamisel ja elluviimisel. 	
	Karjääriinfo vahendamine	<ul style="list-style-type: none"> • Karjääriinfo vahendamine ja infootsingute juhendamine. • Karjääripetsialist aitab sõnastada olulisi küsimusi ning suunab vastuste otsimisel. 	<ul style="list-style-type: none"> • Teab karjääri planeerimisel olulisemaid infoallikaid, info otsimise viise ning oskab saadud infot kasutada. 	
<p>GRUPITEGEVUSED NOORTELE.</p> <p>Grupitegevused aitavad kaasa õpilaste karjääriplaneerimise oskuste kujunemisele ja toetavad koole riikliku õppekava täitmisel. Käsitletavaid teemasid on võimalik kombineerida. Rajaleidja pakub grupitegevusi kestvusega 45 või 2 x 45 minutit. Töötukassa grupitegevus kestab 45 minutit ja sisaldab kooli poolt valitud 2-3 teemat.</p>				
GRUPITEGEVUSED	ENESETUNDMINE			
	Kes ma olen?	<ul style="list-style-type: none"> • Isiksuseomadused, tugevused ja arendamist vajavad küljed, nende seostamine karjäärivalikutega. • Isiklike väärtuste seos igapäevaelu ja tulevikuvahetustega. • Takistused ja hirmud ning nende ületamine. 	<ul style="list-style-type: none"> • Teadvustab oma isiksuseomadusi ja väärtusi. • Oskab analüüsida oma tugevaid ja nõrku külgi ning arvestada nende mõjuga valikutele. 	
	Millised on minu huvid ja oskused?	<ul style="list-style-type: none"> • Huvitegevused ja nende seos karjäärivalikutega. • Elus olulised oskused. • Õpioskus (õpistiilid ja andelaadid). • Ajaplaneerimine ja motivatsioon. 	<ul style="list-style-type: none"> • Teadvustab oma huvisid ja oskusi, teab nende arendamise võimalusi ning seoseid karjäärivalikutega. • Teab oma andelaade ning olulisemaid õpistiile ning oskab neid kasutada. 	
	ÕPPIMISVÕIMALUSED JA TÖÖMAAILM			
Kuidas toimib Eesti haridussüsteem?	<ul style="list-style-type: none"> • Formaalne ja mitteformaalne haridus. Formaalharidussüsteem. • Õppimisvõimalused pärast põhikooli ja gümnaasiumi lõpetamist. • Kui õpingud on jäänud pooleli. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tunneb haridussüsteemi ja oskab selles orienteeruda. • On teadlik talle sobivatest haridusvõimalustest. 		

GRUPITEGEVUSED	Millised on minu võimalused välismaal?	<ul style="list-style-type: none"> • Välismaal õppimine. • Vabatahtlik tegevus Eestis ja välismaal. • Teadlikuna teelahkmel (võimalused ja ohud). 	<ul style="list-style-type: none"> • On teadlik õppimisvõimalustest välismaal. • Teadvustab vabatahtliku tegevuse kui võimalusi nii meil kui välismaal. 	
	Millised ametid ja ametivaldkonnad on olemas?	<ul style="list-style-type: none"> • Ametite ja ametivaldkondade tutvustamine. • Ametite sisu ja nõuded töötajatele. • Seos isiksuseomadustega. • Õppimisvõimalused. 	<ul style="list-style-type: none"> • Teab põhilisi ametivaldkondi ja olulisemaid ameteid, mõistab isiksuseomaduste ja ametite omavahelisi seoseid. 	
	Millised on noorte töötuse peamised näitajad?	<ul style="list-style-type: none"> • Ülevaade, millised on noorte töötuse statistilised näitajad ja mis mõjutab noorte töötust. • Noorte töötuse ennetamine. 	<ul style="list-style-type: none"> • On teadlik noorte töötuse peamistest näitajatest ja erialase ettevalmistuse tähtsusest hilisemas tööelus. 	
	Milline on tööturu hetkeolukord, üldised trendid ja suundumused?	<ul style="list-style-type: none"> • Ajakohase tööturustatistika ja -prognooside tutvustamine läbi interaktiivsete lahenduste. • Erinevate valdkondade tööjõuvajaduse prognoosi ja kasulike infoallikate tutvustamine. • Erinevad põlvkonnad tööturul. 	<ul style="list-style-type: none"> • On teadlik tööturu suundumustest ja trendidest. • Oskab leida infot teda huvitava valdkonna prognooside ja võimaluste kohta. • Mõistab, miks erinevad põlvkonnad suhtuvad töö tegemisse erinevalt. 	
	Kuidas kujuneb ja millest sõltub palk? Milline on palk erinevates valdkondades?	<ul style="list-style-type: none"> • Palga kujunemine (tööjõukulu, bruto- ja netopalk), riigile makstavad maksud. • Arutelu kululiikide planeerimise üle. • Ülevaade erinevate valdkondade palgastatistikast. 	<ul style="list-style-type: none"> • On teadlik kuidas kujuneb töötasu ja mis seda mõjutab. • On teadlik, millest palga küsimisel lähtuda ja kuidas oma kulutusi planeerida. • On teadlik, kuidas hariduslik taust ja töötamise valdkond mõjutab palka. 	
	Külaline, kes tutvustab enda edulugu või tööandja, kes räägib tööelu argipäevast ja hea töötaja omadustest.	<ul style="list-style-type: none"> • Külaline annab ülevaate, mis on tema jaoks olnud olulised mõjutajad tööelus. • Tööelu tutvustamine tööandja vaatenurgast. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mõistab, millised oskused ja omadused tulevad tööelus kasuks. • Oskab külalise kogemustest endale kasulikke leida. 	
	Mis on ülekantavad oskused ja kuidas need tööelus kasuks tulevad?	<ul style="list-style-type: none"> • Ülevaade, millised teadvustamata oskused on kasulikud igas töövaldkonnas. • Oskuste analüüsimine kaarditesti abil. • T-kujulise inimese teooria. 	<ul style="list-style-type: none"> • On teadlik, millised oskused on tööks vajalikud ning milliseid on tema ülekantavad oskused, mida tööotsingutel esile tuua. 	 

GRUPITEGEVUSED	Kuidas saab töötukassa olla kasulik noorele tööotsijale?	<ul style="list-style-type: none"> Ülevaade töötukassa võimalustest noore tööotsinguid toetada. 	<ul style="list-style-type: none"> On teadlik, miks Töötukassa poole pöörduda ja milliste teenustega saab Töötukassa tööotsijat abistada. 	
	Millised on tööandjate sõnumid noortele?	<ul style="list-style-type: none"> Tööandjate ootused ja soovitusel noorele tööotsijale. Tööandjate murekohad noorte värbamisel. Digitaalse jalajälje mõju tööotsingutele. Töötaja otsimise simulatsioon – võimalus panna end tööandja rolli. 	<ul style="list-style-type: none"> On teadlik, millised on tööandjate peamised ootused noortele, mida tööotsingutel arvesse võtta ja mida jälgida kandideerimisel. Mõistab, milline digikäitumine võib töölesaamist takistada või soodustada. 	
	Koolivaheajal tööle! - Miks ja kuidas?	<ul style="list-style-type: none"> Töö tegemise vajalikkus mõistekaardi meetodil. Ettevalmistus ja info suvetöö otsimiseks. Õppimise ja tööelu ühisosa leidmine. Töötusimiskanalid. 	<ul style="list-style-type: none"> Mõistab töö vajalikkust ja kooli- ning tööelu ühiseid jooni. On teadlik, millised on erinevad töötusimise võimalused ja töötusimiskanalid. 	
	Targalt Euroopasse tööle – mida teada enne välisriiki tööleminekut?	<ul style="list-style-type: none"> Ülevaade EURES võrgustiku ja selle võimaluste kohta. „Minu esimene EURES töökoht“ teenus noortele. Toetusprojektide tutvustamine. 	<ul style="list-style-type: none"> On teadlik kuidas leida ohutuid töötusingukanaleid, milliseid stipendiume on noortel võimalik töötusinguteks ja töökogemuse saamiseks taotleda. 	
	Seadusandlus - millised on noorte õigused tööturul?	<ul style="list-style-type: none"> Erinevate töösuhteid reguleerivate lepinguliikide tutvustamine läbi interaktiivsete lahenduste. Noorte õigused ja kohustused. Noorte töötamise seotud piiranguid. 	<ul style="list-style-type: none"> On teadlik, millised garantiid annab töölepinguga töötamine ja millised on piirangud alaealistele. Oskab pöörata tähelepanu töölepingu kohustuslikele osadele. 	
	Kuidas arvestada valikute tegemisel terviseriskidega?	<ul style="list-style-type: none"> Erialavalikutega seotud terviseriskid. 	<ul style="list-style-type: none"> Teab iseenda tervislikust olukorrast lähtuvaid riske eriala valikul ning oskab nendega arvestada. 	
	Kust leian vajaliku info?	<ul style="list-style-type: none"> Karjääri planeerimiseks vajalikud infoallikad. Toimimiskohaks arvutiklass 	<ul style="list-style-type: none"> Oskab leida talle vajaliku info ning seda kasutada. 	

PLANEERIMINE JA OTSUSTAMINE				
GRUPEGEVUSED	Kuidas oma elu juhtida?	<ul style="list-style-type: none"> Oma elu juhtimine ja kujundamine. Karjääri mõiste. Karjääriplaneerimise olulisus. Vabadus ja vastutus. 	<ul style="list-style-type: none"> Oskab luua seoseid igapäevaelu valikute ja tulemuste vahel ning on teadlik enda vastutusest valikute osas. Oskab seada eesmärgid ja kavandada samme nende saavutamiseks; teab, kust leida abi. 	
	Karjääri planeerimine – miks ja kuidas?	<ul style="list-style-type: none"> Pikema- ja lühemaajaliste eesmärkide seadmine ja nende saavutamine. Karjääriplaneerimise mudelid. 	<ul style="list-style-type: none"> Mõistab karjääriplaneerimise olulisust. Oskab kasutada isiklikult sobivat meetodit. 	
	Kuidas otsustada?	<ul style="list-style-type: none"> Otsustamiseks vajalik info. Otsustamise meetodid. 	<ul style="list-style-type: none"> Mõistab otsustamisel olulise info vajalikkust ning leiab otsustamiseks isiklikult sobiva meetodi. 	
	Õppeasutusse või tööle kandideerimine	<ul style="list-style-type: none"> Kandideerimisdokumentide koostamise juhendamine noorteprojektidesse, suvetööle, gümnaasiumisse, kutseõppeasutusse või kõrgkooli kandideerimisel. Järgneb individuaalne dokumentide ülevaatamine ja kandideerimise simulatsioon. 	<ul style="list-style-type: none"> Suudab teadlikult valmistuda kandideerimiseks - oskab koondada, analüüsida ja esitada enesekohast infot. 	
KARJÄÄRIÕPET TOETAVAD TEGEVUSED ÕPETAJATELE				
ÕPETAJATELE	Karjääriõpet toetavad tegevused õpetajatele	<ul style="list-style-type: none"> Temaatilistel üritustel osalemine. Karjääriteema sidumine arenguvestlusega õpilaste karjääriteemaliste loov- ja uurimistöde teemade soovitamine ja kaasjuhendamine. karjääriõppeteemalised töötoad ja seminarid. Aineõpetajate metoodiline nõustamine karjääriõppe lõimimisel ainetundidesse. Karjääriõppe metoodiliste materjalide ja karjääriinfoallikate tutvustamine. 		

KARJÄÄRITEENUSED LAPSEVANEMATELE				
LAPSEVANEMATELE	Infoleeng/grupinõustamine lapsevanematele	<ul style="list-style-type: none"> • Kuidas saavad Rajaleidja karjäärinõustajad ja karjääriinfospetsialistid noort toetada? • Kuidas toetada noort karjäärivalikute tegemisel? 		
	Individuaalne nõustamine	<ul style="list-style-type: none"> • Kuidas toetada noort karjäärivalikute tegemisel? Osaleb kas vanem või vanem koos lapsega. 		