

VALGAMAA RAJALEIDJA KESKUSE INFOLOENGUD JA GRUPINÕUSTAMISED

Valgamaa Rajaleidja keskus pakub infoleenguid ja individuaalseid nõustamisi, mida saab valida järgnevast tabelist ja teemaplokkide kui ka alateemade kaupa.

Kontaktid:

Valgamaa Rajaleidja keskus/ valgamaa@rajaleidja.ee

karjäärinõustaja Jelena.kalames@rajaleidja.ee; mob +372 5885 3612

karjääriinfo spetsialist tuuli.mekk@rajaleidja.ee, mob +372 5303 0115

Info:

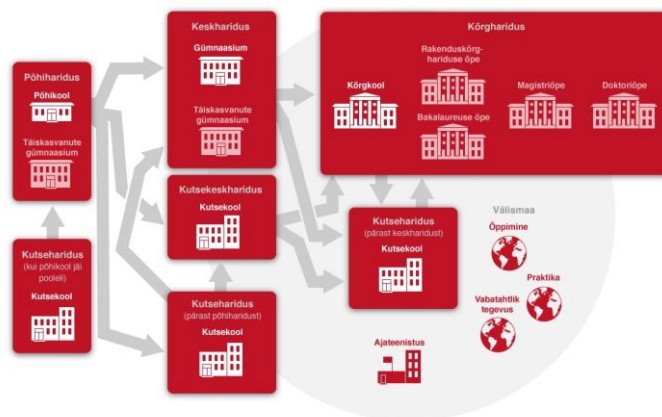
infolengu/ töötoa/ grupitöö pikkus on 45 minutit või 2* 45 min (põhjalikum teemade käsitus)








kasutatakse erinevaid aktiivõppemeetodeid (videod, analüüs, diskussioon, töölehed, lisavahendid, jne.)







noorele osalemine, grupitöö, esiluse tegemine, jm.

vajalikud vahendid kohtumiseks/ tööks on tahvel, projektor, internet





NB! Teie oma mõtted ja soovid teemade osas on teretulnud ja aitame võimalusel alati 😊



| Teema | Töötoa sisuteemad | Eesmärk | Õpiväljund | Lisainfo |
|---|--|--|---|---|
| Karjääriinfo  |  Mis ja milleks on karjääriinfo? Kuidas leida Mulle vajalikku karjääriinfot? | Anda ülevaade info küllusest, kriitilisest ning oskustlikust hindamisest- Anda ülevaade karjääriinfo otsingu põhimõtetest Tutvustada olulisi karjääriinfoallikaid | Õpilane teab ja oskab rakendada karjääriinfo otsimise põhimõtteid Oskab saadud infot seostada iseenda vajaduste ja huvidega | 45min või 2*45 min Võimalusel: arvutiklass, internetiühendus tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| Karjäärinõustamine -  <i>Alaealistel on vajalik lastevanemate nõusoleku leht.</i> |  Enesetundmine - isiksuseomaduste test (võimalik koos tööalase suundumuse testiga) | Põhineb viiefaktorilisel isiksusemudelil ja kirjeldab hinnatavate tundelaadi, aktiivsustaset, suhtlemisviisi, tegetsemisstiili ja vastuvõtlikkust. | Noor analüüsib enda isiksuse omadusi ja teeb teadlikumalt karjäärivalikuid. | Tutvustav loeng ja testid. Tagasiside andmine individuaalselt 30-45 min. (eesti/ vene keeles) Jelena.kalames@rajaleidja.ee |
| |  Enesetundmine - tööalase suundumuse test | Põhineb J. Hollandi teoorial ja kirjeldab tegevuslike eelistuste alusel erinevaid kutse-suundumuse tüüpe (sotsiaalne, ettevõtlik, teostatav, rakenduslik, uuriv ja loominguline). | Noor teadvustab oma kutse-eelistusi ja teeb valikuid teadlikumalt. | Tutvustav loeng ja testid. Tagasiside andmine individuaalselt 30-45 min. (eesti/ vene keeles) Jelena.kalames@rajaleidja.ee |
| |  Enesetundmine - temperamentitüübid. Kuidas temperamentitüübid seonduvad elukutse valikutega? | Temperamentitüüpide erinevuste tutvustamine. | Enesetundmise teadlikkuse tõstmine. Noor oskab analüüsida oma temperamenti erilisi. | Tutvustav loeng klassis + töölehe täitmine (45 min) ja individuaalne tagasiside noorele. Jelena.kalames@rajaleidja.ee |
| |  Enesetundmine - Jobpics – pildipõhine karjäärinõustamine | Piltidel põhinev õpivahend ametialaste huvide väljaselgitamiseks. Jobpicsi komplekt koosneb 183-st ametid tutvustavast pildikaardist ja kajastab kokku rohkem kui 600 erinevat ametit. | Grupitööna: ametite tutvustus, ametite tundmine. Mis on minu erialased suundumused. Individuaalse nõustamises sobib tööalaste suundumuste väljaselgitamiseks. | Loeng 45min klassis või individuaalne nõustamine. Tuuli.mekk@rajaleidja.ee Jelena.kalames@rajaleidja.ee |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| |  Enesetundmine - Õpistiilid ja nende mõju õppimistulemustele. Mis õpistiile me kasutame? Miks on oluline seda teada? | Õpistiilide tutvustus, õige stiili kasutamise mõju õpitemustele. Mis takistab minu õppimist? | Õpilane analüüsib oma õpistiili. Oskab rakendada testitulemusi õppimise muutmiseks efektiivsemaks. | Loeng 45 min klassis või individuaalne nõustamine Jelena.kalames@rajaleidja.ee |
| |  Enesetundmine - Millised on minu huvid, nende roll elukutse valikul. Minu vajadused ja väärtused. | Mida sulle meeldib teha? Mis on sulle südamelähedane ja oma? Tõsta teadlikkust huvide rollist karjääriplaneerimisel. Toetada õpilast oma huvide avastamisel karjäärivalikute tegemiseks. T-kujuline karjäär. Isikuomaduste, vajaduste ja väärtuste teadvustamine ja sidumine kutsevalikutega. | Õpilane oskab analüüsida huvide rolli karjääriplaneerimisel, teadvustab oma erinevate huvide olemasolu. Kirjeldab võimalusi, kuidas avastada ja edasi arendada oma huvisid. Noor oskab analüüsida ja seostada väärtusi kutsevalikutega. | Loeng 45 min kuni 1,5t või individuaalne nõustamine. Jelena.kalames@rajaleidja.ee Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| |  Enesetundmine - Karjääriplaani koostamine | Arendada oskust teha oma karjäärivalikuid teadlikumalt | Noor kavandab isikliku karjääriplaani (sisaldab noore pakutuid teemasid, õppimine, töö, huvide kaardistus jne) | 1 kuni mitu individuaalset nõustamist Jelena.kalames@rajaleidja.ee |
| |  Enesetundmine - Elumuutuste juhtimine | Arutelu, grupitöö: mis muutused tulemas põhikooli või gümnaasiumi lõpetajal. Motivatsiooni tõstmine muutustega toimetulekuks. | Noor oskab analüüsida oma oskusi, valmisolekut muutused ellu viia. On teadlik muutustest, mis kaasnevad erinevate otsustega (õppima või tööle asumine, kodust väljakolimine jne) | Loeng või individuaalne nõustamine Jelena.kalames@rajaleidja.ee |
| Haridus  |  Millised on minu edasiõppimise võimalused Eestis? (välismaal?) | Ülevaate andmine erinevatest edasiõppimisvõimalustest Eestis (või välismaal), mida õpilane saab seostada oma karjääriplaaniga. Selgitada erinevates õppeasutustes õppimise eripärasid. | On teadlik erinevatest edasiõppimisvõimalustest Eestis (välismaal) ning oskab neid seostada enda võimaluste ja huvidega. On teadlik erinevates õppeasutustes õppimise eripäradest ning oskab nende sobivust hinnata vastavalt enda võimalustele ja huvidele. | 45min / 2* 45 min Võimalusel: arvutiklass, internetiühendus Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| |  Õppimine peale põhikooli – mida pean teadma? mis muutub? | Anda ülevaade erialadest, sisseastumistingimustest, toetustest, elukorraldusest, jm. Elukorralduse muutustest teadvustamine | On teadlik kodust eemal õppimisega kaasnevatest muudatustest, oskab eelarvet koostada, teab hariduse erinevusi, jm. | 45min / 2* 45 min Võimalusel: arvutiklass, internetiühendus Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| |  Õppimine on karjäär | Anda ülevaade karjääri mõistest (kitsam ja laiem) tähendusest. Erinevad karjääritüübid (vertikaalne, horisontaalne, ametikohasisene, kannapöörde karjäär); õppimine ja haridus (formaalne, mitteformaalne ja informaalne haridus) | Ülevaade inimese elukestva arengu ja erinevate elurollide olulisusest, tööeluga seotud areng, jne. Missuguse karjääritüübi (vertikaalne, horisontaalne, ametikohasisene ja kannapöörde karjäär) esindaja? Millised on hariduse erisused (formaalset, mitteformaalset ja informaalset haridus) | 45 min Arvuti, esitluse näitamise ja interneti kasutamise võimalus Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| Töömaailm  |  Suveks tööle! Miks ja kuidas? | Aidata noorel leida (suve) töö ehk oskus ennast pakuda/ müüa tööandjale | Noor on teadlik erinevatest töötamise võimalustest, oskab analüüsida tööpakkumisi, erinevaid ameteid, jne. Kaardistab oma oskused, teadmised, kogemused, jne | 45 min kuni 2*45 min Arvutiklass, internetiühendus Tahvel, pabertahvel Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| |  Vabatahtlik töö ehk minu esimene töökogemus! | Anda ülevaade võimalustest enda, oma oskuste, võimete ja tugevuste tunDMAõppimiseks. | Anda ülevaade antud valdkonnast, missugust tööd nimetatakse vabatahtlikuks tööks? Kuidas antud tegevusest kasu saada – analüüsida oma tegevust, tööd. | 45 min kuni 2*45 min Arvutiklass, internetiühendus Tahvel, pabertahvel Jelena.kalames@rajaleidja.ee Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| |  Ametite maailm | Anda ülevaade ühiskonnas toimivate muudatuste, tendidest, suundumustest ja selle mõjust ametitele | Arutelu, analüüs muudatustest töömaailmas. Missugused on uued ametid, mida ja kus on võimalik õppida? | 45 min kuni 2*45 min Interneti ühendus Tahvel või pabertahvel Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| |  Ettevõtte külastus (koostöös kooliga ettevõtte leidmine) | Tutvustada maakonna võimalusi – töövaldkonnad, reaalsed töötingimused, luua praktilisi näited antud töö argielust. | On teadlik ettevõtetest ja seal olevatest erinevatest ametitest. Analüüsi käigus ülevaade ametitest, õppimisvõimalustest, töö eripärast, jm. | Ettevõtte kes on valmis gruppi vastu võtma, loenguruum eeltöö/tagasiside jagamiseks Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| Ettevõtlusharjutus  | Ametite ja oskuste arutelu | Anda ülevaade läbi rühmatöö, mis ametid on ettevõttes. Analüüsida, millised oskused ja omadused on edukal töötajal. | On teadlik erinevatest töökohtadest ettevõttes. On teadlik, millised oskused ja omadused on edukal töötajal. | 45 min kuni 2*45 min Arvutiklass, internetiühendus Tahvel või pabertahvel Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| Kandideerimine (töö, kool, jm)  | Kandideerimisdokumendid (CV, avaldus, kaaskiri, motivatsioonikiri) | Pöörata tähelepanu dokumentide vormistamisele ja sisule. | Teab kandideerimisdokumentide sisu ja dokumentidele esitatavaid nõudmisi. Teab korrektsete kandideerimisdokumentide vajalikkust. | 45 min kuni 2*45 min Arvutiklass, internetiühendus Tahvel või pabertahvel Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| | Töövestluseks ettevalmistumine | Anda infot töövestluse olemusest, tüüpidest, ettevalmistuse olulisusest, vestlusel käitumisest. | Teab töövestluse tüüpilisusi, vestluse erinevaid vorme. Oskab pöörata tähelepanu vestluse ettevalmistustegevusele | 45 min kuni 2*45 min Arvutiklass, internetiühendus Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| | Kandideerimisvestluse simulatsioon | Läbi teha terviklik kandideerimisvestluse protsess (intervjuus osalemine ja kokkulepete sõlmimine) | On läbi teinud vestluse simulatsiooni (oskab vormistada vajalikke dokumente, teab, mis on tähtis tööintervjuuks valmistumisel, lähtub eneseanalüüsist). | 1 noor = ca 25 min Eraldi ruum koos esinduse laua ja toolidega Jelena.kalames@rajaleidja.ee Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |
| Teenused  |  Rajaleidja keskus noorele | Anda ülevaade keskusest: spetsialistid, võimalused, kontaktid, jne. | Teab, millised spetsialistid töötavad keskused. | 45 min kuni 2*45 min Arvutiklass, internetiühendus Tuuli.mekk@rajaleidja.ee |