

## 8.2. Kursus Terviseteadlikkus ja terviseedendus

### Kursuse eesmärk ja kirjeldus:

Kursuse eesmärk on suunata õpilasi tervislikult elama, mõistma tervise tähtsust nii üksikisiku kui ka ühiskonna tasandil ning edendama tervist elukestvalt. Kursusel käsitletakse vaimse ja füüsilise tervise tasakaalu, tervise säilitamise ja edendamise põhimõtteid ning terviseprobleemide ennetamist. Eriline rõhuasetus on terviseedendusel, mis hõlmab teadmisi ja oskusi terviseprobleemide ennetamiseks, tervislike eluviiside kujundamiseks ja nende levitamiseks laiemas kogukonnas.

### Praktilised tööd:

- Õpilase terviseteadlikkuse analüüs.
- Enda ideaalse nädalakava, sh liikumine ja toitumine, koostamine.
- Praktiline tervisealane projekt, mida esitatakse kursuse lõpuseminaril.

### 8.2.1. Peamised hindamismeetodid, hindamisviisid ja –vahendid

Terviseteadlikkus ja terviseedendus kursuse hindamine on mitmeeristav (arvestatud, mittearvestatud). Kursuse edukaks läbimiseks hinnatakse õpilase:

- Iseseisvaid töid: õpilane koostab ja esitab enda tervisekäitumise analüüsi ning ideaalpäevakava;
- Praktilist projekti: õpilane viib läbi praktilise projekti, milleks on ettekanne või töötuba terviseteadlikkuse ja terviseedenduse teemal.

Hindamine toimub vastavalt kooli hindamisjuhendile.

### 8.2.2 Õpitulemused ja sisu

Õpitulemused	Õppesisu
Kursuse lõpuks õpilane: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) mõistab tervise mõistet ja terviklikkuse põhimõtet ning tunneb enesevastutuse olulisust tervise hoidmisel;</li> <li>2) tunneb ja rakendab terviseedenduse põhimõtteid erinevates kontekstides;</li> <li>3) teab erinevate haiguste ennetamise ja tervise hoidmise viise, sh vaksineerimise ja hügieeni olulisust;</li> <li>4) mõistab tervisliku toitumise ja kehakaalu tasakaalu tähtsust;</li> </ol>	Sissejuhatus terviseteadlikkuse ja terviseedenduse teemasse. Tervise mõiste ja komponentide selgitus, enesevastutuse põhimõte ja tervise säilitamine elukestva õppimise kaudu.  Terviseedenduse teooriad ja mudelid. Kooli ja kogukonna terviseedendusprogrammid. Sotsiaalne turundus terviseedenduses ja selle mõju inimeste käitumisele.  Nakkushaiguste ennetamine ja vaksineerimine. Hingamisteede haiguste profülaktika, südame-veresoonkonna haiguste ennetamine ja nende levimus Eestis.  Põhiainevahetus ja organismi baasvajadused. Toiduvaliku põhimõtted, tervislik kehakaal,

<p>5) väärtustab vaimset tervist ning oskab kasutada stressi maandamise ja ajaplaneerimise meetodeid;</p> <p>6) tunneb sõltuvuste mõju tervisele ja oskab neid ennetada;</p> <p>7) oskab analüüsida oma tervisekäitumist ja koostada isikliku terviseplaani.</p>	<p>lisaainete ja energiajoogide mõju tervisele, toitumishäired ja müüdid toitumise kohta.</p> <p>Vaimse tervise teemad: stressi ja distressi mõisted, pingetaluvus ja läbipõlemine, päevakava koostamine ja aja planeerimine.</p> <p>Sõltuvuste ja meelemürkide teema, nende mõju tervisele ja sõltuvuse ennetamise võimalused.</p>
--	---

## 8.5. Kursus Matka- ja retkeõpe

### Kursuse eesmärk ja kirjeldus:

Kursus „ Matka- ja retkeõpe“ annab õpilastele praktilised oskused ja teoreetilised teadmised, mis on vajalikud matkamise ja loodusturismi korraldamiseks. Kursuse raames omandavad õpilased teadmisi Eesti looduskaitsest, ökoloogiast ja igaüheõigusest. Nad tutvuvad erinevate matkaliikidega, õpivad planeerima matku, kasutama orienteerumisvahendeid ning mõistavad, kuidas ennetada ja lahendada ohuolukordi looduses. Kursus lõpeb praktilise matkaga, kus õpilased saavad rakendada omandatud teadmisi ja oskusi reaalses keskkonnas.

### Praktilised tööd ja õppekäigud:

- Matkavarustuse hooldamine ja analüüs: Õpilased hindavad ja hooldavad oma matkavarustust, tagades selle töökindluse ja sobivuse matka jaoks.
- Orienteerumisharjutused: Õpilased praktiseerivad kaardi ja kompassi kasutamist ning navigeerimist GPS-seadmete abil looduses.
- Matka planeerimine ja juhtimine: Õpilased planeerivad ja juhivad loodusretke, võttes arvesse keskkonna tingimusi ja rühma vajadusi.
- Praktiline matk: Kursuse lõpus osalevad õpilased praktilisel matkal, kus rakendatakse kõiki kursuse jooksul omandatud oskusi ja teadmisi.

### 8.5.1. Peamised hindamismeetodid, hindamisviisid ja –vahendid

Kursuse hindamine on mitmeeristav (arvestatud / mittearvestatud). Kursuse edukaks läbimiseks peavad õpilased:

- osalema aktiivselt õppetöös;
- omandama teoreetilisi teadmisi ja rakendama neid praktikas;
- läbima 2-päevase loodusretke ja täitma sellel vajalikud ülesanded;
- täitma kõik praktilised ja kirjalikud tööd;

Hindamine on kokkuvõttev, arvestades nii teoreetilisi teadmisi kui ka praktilisi oskusi.

### 8.5.2 Õppe kavandamine ja korraldamine

Kursus on üles ehitatud nii teoreetiliste loengute kui ka praktiliste ülesannete ja matkade kombinatsioonina. Õpe toimub klassiruumis, looduses ja vajadusel ka võimlas või muudes sobivates siseruumides. Kursuse praktilised tegevused, sealhulgas matkamine ja orienteerumine, viiakse läbi õues, kasutades ära paikkondlikke loodusressursse.

- **Õppe maht:** 35 tundi, millest 20 tundi on praktiline töö ja 15 tundi teooria.
- **Praktiline matk:** Ööbimisega matk looduses, kus õpilased saavad rakendada omandatud oskusi ja teadmisi reaalses keskkonnas.

### 8.5.3 Õpitulemused ja sisu

Õpitulemused	Õppesisu
Kursuse läbinud õpilane:	Matkamise põhitehnikad ja terminoloogia. Matkaliigid ja nende eripärad. Matkamise ajalugu ja traditsioonid.

<ol style="list-style-type: none"> <li>1) tunneb matkamise terminoloogiat ja põhitehnikaid ning oskab neid tegevustes sihipäraselt kasutada;</li> <li>2) oskab hinnata ja hooldada matkavarustust, tagades selle sobivuse ja töökindluse matka ajal;</li> <li>3) tunneb matkamise ohutusreegleid ning oskab tagada enda ja kaaslaste ohutust looduses;</li> <li>4) oskab orienteeruda looduses, kasutades nii traditsioonilisi kui ka kaasaegseid navigeerimisvahendeid;</li> <li>5) teab Eesti looduskaitse üldpõhimõtteid ja igäüheõigust ning tunneb Eesti kaitsealasid ja loodusturismi rajatisi;</li> <li>6) tunneb ökoloogia aluseid ja mõistab inimtegevuse mõju looduskeskkonnale;</li> <li>7) oskab planeerida ja juhtida loodusretke, võttes arvesse keskkonda, rühma vajadusi ja turvalisust;</li> <li>8) oskab valmistuda matkaks nii füüsiliselt kui ka emotsionaalselt, hinnates oma suutlikkust ja varustuse sobivust.</li> </ol>	<p>Matkavarustuse tutvustus: telgid, magamiskotid, riietus, toiduvalmistamise vahendid. Varustuse hooldamine ja ladustamine.</p> <p>Ohutusreeglid matkal: ohuolukordade ennetamine, turvalisuse tagamine rühmaga liikudes, esmaabi andmine looduses.</p> <p>Orienteerumine kaardi ja kompassiga. Nutiseadmete ja GPS-i kasutamine looduses. Orienteerumise harjutused ja simulatsioonid.</p> <p>Eesti looduskaitse seadusandlus ja igäüheõigus. Ülevaade Eesti kaitsealadest ja loodusturismi sihtkohtadest.</p> <p>Keskkonnasäästlik käitumine looduses.</p> <p>Ökoloogia põhiprintsiibid. Inimtegevuse mõju looduskeskkonnale: saaste, elupaikade kadu ja looduse kaitse.</p> <p>Matka planeerimise etapid: marsruudi valik, varustuse planeerimine, ajakava koostamine.</p> <p>Füüsilise ja vaimse ettevalmistuse tähtsus matkal. Vastupidavuse hindamine ja treeningkavad. Varustuse sobivuse ja suutlikkuse analüüs.</p>
--	---

## 8.6. Kursus “Jooga”

Jooga algõppe kursus annab esmased eneseabi oskused inimese (nii noormehed ja neiud) kui terviku arendamiseks. Õpilased kogevad treeningmeetodit, mille käigus arendatakse nii füüsilist kui vaimu. Harjutuste sooritamisel on tähtis koht hingamisel, õpitakse ennast ja oma füüsilist keha tunnetama ja tasakaalustama. Kursuse käigus tutvutakse ka tervisliku toitumise põhitõdedega ehk söögijoogaga. Julgustatakse õpilasi ennast avama, oma kehakeelt tunnetama.

Kursuse eesmärgid:

- 1) Parandada aktiivset ehk ergonoomilist kehahoiakut (rühti), sest tugi-liikumisaparaati säästlikumalt kasutades vabaneb hulgaliselt lisaenergiat;
- 2) Jooga harjutuste kaudu leevendada lihaspingeid ja valusid. Õpilane on märkimisväärselt vastupidavam, seda nii füüsiliselt kui ka vaimselt;
- 3) Õppida lõdvestusoskust, mis on vajalik pingevaba keha saavutamiseks;
- 4) Tutvustada ajurveeda toitumise põhitõdesid ja anda õpilastele praktiline kogemus;
- 5) Õppida tunnetama oma kaasasündinud või elu jooksul tekkinud kehaprobleeme. Nendele probleemidele individuaalse lähenemise kaudu toetavate harjutuste leidmine.

### 8.6.1. Hindamine

Hindamine on arvestuslik. On oluline, et õpilane annaks tagasisidet ja märkaks endas tekkinud muutusi joogaga tegelemise tulemusena. Kursusel omandatud teadmiste ja oskuste käigus koostab iga õpilane endale individuaalse harjutuste kava, mida ta esitleb ka teistele. Koos õpetaja ja teiste õpilastega analüüsides saavutatakse tema jaoks parim jooga kava, mida õpilane saab kasutada.

### 8.6.2 Õpitulemused

Kursuse lõpetaja:

- 1) saab rühti parandavate harjutuste kaudu lisaenergiat, väheneb stress ja suureneb tööviljakus (õppimisprotsessis);
- 2) selg väsib vähem, õpilane suudab püsida kauem ühes asendis (istumine, seismine);
- 3) oskab oma kehas tekkivaid pingeid lõdvestada ja näeb maailma positiivselt;
- 4) taastub kiiremini ja paremini joogaga tegelemise tulemusel ning on seeläbi paremas tujus, tervem, loovam ja ettevõtlikum;
- 5) tunneb tervisliku toitumise põhitõdesid ja oskab valmistada igapäevaselt lihtsaid ja kergeid toite.

## 8.8. Kursus Majandusõpe

### Kursuse eesmärk ja kirjeldus:

Majandusõppe kursuse eesmärk on anda õpilastele põhiteadmised ja -oskused, mis võimaldavad mõista majanduse põhiprotsesse ning rakendada neid teadmisi igapäevaelus. Kursusel käsitletakse majanduse põhialuseid, turumajanduse toimimist, finantside haldamist ning tarbija- ja tootja rolle. Kursus annab teadmised majandusarengu ja -poliitika aluste kohta ning aitab mõista majanduse globaalset konteksti. Kursuse käigus õpitakse tegema finantsotsuseid, analüüsima majanduslikke nähtusi ning kriitiliselt hindama majanduslikku teavet.

### Praktilised tööd ja õppekäigud:

- Analüüsitöö majanduslike näitajate põhjal (nt SKT, inflatsioon, töötus).
- Finantsplaani koostamine isikliku või pere eelarve jaoks.
- Ettevõtte püsi- ja muutuvkulude arvutamine, kasumi / kahjumi arvutamine.

### 8.8.1. Peamised hindamiseetodid, hindamisviisid ja –vahendid

Kursuse hindamine on hindeline. Majandusõppe kursuse hindamine on mitmekesine ja hõlmab nii teoreetilisi teadmisi kui ka praktilisi oskusi. Hindamine toimub järgmiste meetodite kaudu:

- **Kirjalikud kontrolltööd ja testid:** Hindavad õpilaste arusaamist majanduse põhimõistetest ja teooriatest.
- **Praktilised tööd:** Näiteks finantsplaani koostamine ja majandusanalüüsi tegemine, hindavad õpilaste oskust rakendada teooriat praktilistes olukordades.
- **Esitlused ja grupitööd:** Hinnatakse õpilaste suutlikkust töötada meeskonnas ning esitada ja kaitsta oma majanduslikke otsuseid ja analüüse.
- **Osalemine aruteludes ja diskussioonides:** Hinnatakse õpilaste kriitilist mõtlemist ja võimet analüüsida majanduslikke nähtusi erinevatest vaatenurkadest.

Tagasisidet antakse regulaarsete vahetestide, praktiliste tööde ja klassiruumis toimuva arutelu põhjal, võimaldades õpilastel mõista oma tugevusi ja arenguvõimalusi. Hindamine toimub vastavalt kooli hindamisjuhendile.

### 8.8.2 Õpitulemused ja sisu

Õpitulemused	Õppesisu
Kursuse läbinud õpilane: 1) mõistab ja selgitab majandusringlust ja majandussüsteeme, turumajanduse põhimõtteid ja kasutab majanduse põhimõisteid; 2) tunneb kodumajapidamiste ressursside ja isiklike oskuste tähtsust toimetuleku eeldusena;	<b>Majanduse olemus</b> Soovid ja vajadused. Nappus ja kompromiss, alternatiivkulu. Majandusringlus. Majanduse põhivalikud: Mida? Kuidas? Kellele? Tootmistegurid: loodusressursid, inimressursid ja kapital. Tootmisvõimaluste piir. Turumajanduse alused: eraomand, hinnasüsteem, turukonkurents. Majandussüsteemid: turu-, käsu-, tava-, ja segamajandus. Majandusteaduse harud mikro- ja makroökonomika.

<p>3) teeb eesmärgipäraseid säästlikke valikuid tarbimisel ja finantsteenuste kasutamisel;</p> <p>4) tähtsustab haridust ja elukestvat õppimist karjääriteel ja tööturul, oskab vormistada elulookirjeldust ja kaaskirja;</p> <p>5) tunneb ettevõtluse põhimõisteid, analüüsib ettevõtete rolli turumajanduses;</p> <p>6) selgitab kvalifitseeritud tööjõu, innovaatilise tehnoloogia ning ressursside efektiivse ja keskkonnasäästliku kasutamise otsest mõju tootlikkusele;</p> <p>7) mõistab raha väärtust, analüüsib keskpanga rolli raharingluse korraldajana ning kommertsbankade ülesandeid maksete teostajana ja vahendajana raharingluses;</p> <p>8) mõistab üksikisiku ja ettevõtte kohustusi riigi ees, maksude tähtsust ühiskonna toimimisel ning valitsuse poliitikat majandusliku stabiilsuse, riigikaitse, ühishüviste ja sotsiaalse turvalisuse tagamisel;</p> <p>9) hindab Eesti majanduse arengusuundi ja võimalusi rahvusvahelises majanduses, mõistab jätkusuutliku majanduse globaalseid eesmärgi ja probleeme, väärtustab keskkonda.</p>	<p><b>Nõudmine ja pakkumine turul</b>  Nõudlus, pakkumine, tasakaaluhind, nõudluselastsus, hinnamõju. Pakkumise ja nõudluse tabelid ja graafikud. Nõudluse ja pakkumise muutused, neid mõjutavad tegurid. Turuhind ja turu tasakaal, defitsiit ja ülepakkumine</p> <p><b>Inimene kui ressursside omanik, ettevõtlik töötaja ja arukas tarbija</b>  Isiklik ja pere eelarve. Pere ressursside rakendamine. Arukas rahakasutus, säästmine, laenamine, investeerimine, pension ja kindlustus. Tarbija ja arukas tarbimine, tarbijakaitse. Tööjõud ja tööhõive tööturul, tööpuuduse liigid. Nõuded haridusele ja pädevusele töökohal, oskuste ja kogemuste tähtsus, elukestev õpe ja isiklik areng. Tööle kandideerimine, elulookirjelduse ja kaaskirja koostamine, töölevõtu vestlus. Erinevad lepingulised töövormid. Palgad. Maksud ja maksed töötasult. Töötaja, juhi ja alluva rollid. Töösuhteid reguleerivad õigusaktid.</p> <p><b>Ettevõtlus</b>  Kasumimotiiv ja ettevõtlikkus. Äriideed ja ettevõtte edutegurid. Innovatsiooni, tehnoloogia, tootlikkuse ja kvalifitseeritud tööjõu tähtsus ettevõtluses. Ettevõtte vormid Eestis. Ettevõtte alustamine ja rahastamine. Toodete ja teenuste hinna kujunemine. Turg ja turundus. Ettevõtete väärtpaberid ja börs. Vastutustundlik ja sotsiaalne ettevõtlus. Ringmajandus. Ettevõtluse roll majandusringluses ja riigis</p> <p><b>Raha ja finantsmajandus</b>  Raha funktsioonid ja roll majanduses. Pangandussüsteem, keskpanga ja kommertsbankade ülesanded raharingluses. Finantsasutuste pakutavad teenused. Eesti ja eurosüsteemi rahanduspoliitika. Finantssüsteemi toimimine- raha väärtuse muutumine ja hinnastabiilsuse tagamine, inflatsiooni ja deflatsiooni mõju majanduses. Tarbijahinnaindeks.</p> <p><b>Valitsuse osa majanduses</b>  Valitsuse roll majanduses ja ülesanded turu reguleerimisel. Riigieelarve moodustamine, tulud ja kulud. Eesti riigi eelarve, eelarve puudujääk ja riigivõlg. Erinevad maksusüsteemid, nende eelised ja puudused. Otsesed ja kaudsed maksud Eestis,</p>
--	--

maksupoliitika. Fiskaal- ja monetaarpoliitika. Majanduse tsüklilisus, valitsuse roll riigi stabiilse arengu tagamisel.

**Rahvusvaheline majandus**

Riikide võrdlemine ja rühmitamine erinevate majandusnäitajate alusel: sisemajanduse ja absoluutne kogutoodang, inimarengu indeks, tarbijahinnaindeks. Rahvusvaheline majandus, riikide suhteline eelis, spetsialiseerumine. Kaupade eksport, import, kaubanduspiirangud. Rahvusvahelised maksed -valuutad, valuutaturg ja vahetuskursid, maksebilanss ja jooksevkonto. Rahvusvahelised majandusorganisatsioonid, Euroopa Liit ja vabakaubandus. Globaliseerumine maailmamajanduses, riikide erinev arengutase ja tööränne, ressursside ammendumine ja keskkonnaprobleemid. Jätkusuutlik majandus ja õiglane kaubandus.

## 8.9. Kursus Ettevõtlusõpe

### Kursuse eesmärk ja kirjeldus:

Ettevõtlusõppe kursuse eesmärk on arendada õpilastes ettevõtlikkust, loovust ja kriitilist mõtlemist, mis on vajalikud ettevõtluses tegutsemiseks. Kursusel käsitletakse ettevõtluse põhimõisteid, ettevõtte loomise ja juhtimise protsesse ning finantsplaneerimise aluseid. Õpilased õpivad tundma turunduse, müügi ja äriplaani koostamise põhialuseid ning saavad praktilisi kogemusi ettevõtluse simulatsioonide ja projektide kaudu. Kursus valmistab õpilasi ette realseks ettevõtlustegevuseks või ettevõtlusõpingute jätkamiseks kõrgkoolis.

### Praktilised tööd ja õppekäigud:

- Äriplaani koostamine ja kaitsmine (nt miniettevõtte loomine).
- Turundusstrateegia loomine ja müügikampaania korraldamine.
- Õppekäik inkubaatorisse või alustavasse ettevõttesse, et saada praktilist ülevaadet ettevõtlusmaailmast.

### 8.9.1. Peamised hindamismeetodid, hindamisviisid ja –vahendid

Kursuse hindamine on hindeline. Ettevõtlusõppe kursuse hindamine keskendub nii teoreetiliste teadmiste kui ka praktiliste oskuste hindamisele. Hindamise komponendid:

- **Kirjalikud kontrolltööd ja testid:** Hindavad õpilaste teadmisi ettevõtluse teooriatest ja põhimõtetest.
- **Praktilised projektid:** Näiteks äriplaani koostamine, turundusstrateegia loomine, hinnatakse õpilaste suutlikkust rakendada oma teadmisi praktilistes ettevõtlusolukordades.
- **Esitlused:** Hinnatakse õpilaste suutlikkust esitada ja kaitsta oma äriideid ning argumenteerida oma strateegiaid.
- **Osalemine simulatsioonides ja rollimängudes:** Hinnatakse õpilaste ettevõtlikku mõtlemist ja meeskonnatöö oskusi.

Tagasisidet antakse individuaalsete ja grupidööde tulemuste, samuti õpetaja ja kaasõpilaste tagasiside kaudu, mis aitab õpilastel oma ideid ja projekte täiustada. . Hindamine toimub vastavalt kooli hindamisjuhendile.

### 8.9.2 Õpitulemused ja sisu

Õpitulemused	Õppesisu
Kursuse läbinud õpilane: 1) mõistab, analüüsib ja hindab erisuguseid võimalusi ettevõtluseks; 2) on ettevõtlik ja tunneb ettevõtluse põhimõisteid; 3) teab, mida teha oma ettevõtte asutamiseks ja juhtimiseks; 4) suhtub positiivselt ettevõtlusesse ning oskab hinnata endas ettevõtjale vajalikke omadusi ja neid arendada;	<b>Ettevõtluskeskkond</b> Ettevõtlikkus ja ettevõtlus; ettevõtte, ettevõtja roll ja vastutus; ettevõtluskeskkond, ettevõtluse võimalused ja riskid; äriidee ja selle kavandamine, rühmatöö tähtsus (ülesanded, vastutus, tööjaotus, aja planeerimine); ettevõtluse rolli ja olulisuse mõtestamine ühiskonna toimimisel.  <b>Ettevõtte alustamine</b> Ettevõtlusvormid, ärimudeli või äriplaani koostamine ja analüüsimine, ettevõtte asutamise tingimused ettevõtte põhikirja jt

<p>5) saab aru turgude toimimisest ja kavandab turundusstrateegia;</p> <p>6) koostab lihtsa ärimudeli, hindab vajalikke ressursse ja kavandab nende kasutamist;</p> <p>7) mõistab ettevõtte asutamise protsessi ja oskab läbi viia registreerimistoimingud, sh oskab valida sobiva ettevõtlusvormi;</p> <p>8) mõistab ja selgitab majandusringlust ja maksusüsteemi, teeb eesmärgipäraseid valikuid finantsteenuste kasutamisel.</p> <p>9) mõistab ettevõtte finantsjuhtimise põhialuseid, sh raamatupidamise, eelarvestamise ja maksude arvestuse olulisust;</p>	<p>asutamiseks vajalike dokumentide koostamine, ettevõtte tegevuse planeerimine, ressursid (tööjõud, tooraine, kapital), kasum, ettevõtte tasuvus ja selle hindamine enda ärimudelil</p> <p><b>Turg ja turundus</b>  Nõudlus, pakkumine ja turu tasakaal, konkurents, turunduse eesmärgid ja -tegevused. Toote ja teenuse, tarbija ja turu analüüs, sihtrühma määratlemine ja turundustegevuste valimine. Konkurentsi analüüs ja turueeliste selgitamine. Turundusmeetmed ja reklaam. Ärieetika.</p> <p><b>Finantsid</b>  Ärimudeli või Õpilasfirma tulude ja kulude arvestus, ressursside säästlik kasutus, püsi- ja muutuvkulud, omahind ja müügihind, töö tootlikkuse ja kvaliteedi tähtsus hinna kujunemisel; majandusarvestuse põhimõtted ja reguleerivad õigusaktid, eelarve, bilansi ja kasumiaruande koostamine</p>
---	---

## 8.10. Kursus Turundus

### Kursuse eesmärk ja kirjeldus:

Kursus „Turundus“ tutvustab õpilastele turunduse põhialuseid ja digitaalse turunduse eripärasid. Kursuse esimeses osas käsitletakse turunduse põhiteooriaid, sealhulgas turunduse mõisted, turundusstrateegiate väljatöötamine ja sihtrühmade määratlemine. Teises osas keskendutakse digiturunduse tööriistadele ja -tehnikatele, sealhulgas SEO-le, sotsiaalmeedia turundusele ja analüütikale.

Õpilased õpivad tundma, kuidas tänapäevane turundus mõjutab tarbijaid ning milliseid strateegiaid kasutatakse tarbijakäitumise mõjutamiseks. Kursus annab võimaluse praktiliste ülesannete kaudu rakendada õpitud teadmisi, luues ja analüüsides turundusstrateegiaid nii traditsioonilistes kui ka digitaalsetes kanalites.

### Praktilised tööd:

- **Turu-uuringu läbiviimine ja analüüs:** Õpilased viivad läbi turu-uuringu, kasutades erinevaid andmekogumismeetodeid ja esitavad selle tulemused analüüsina.
- **Turundusstrateegia loomine ja esitlemine:** Õpilased töötavad välja turundusstrateegia valitud toote või teenuse jaoks, kombineerides traditsioonilisi ja digitaalseid kanaleid.
- **Sotsiaalmeedia kampaania loomine:** Õpilased loovad ja planeerivad sotsiaalmeedia kampaania ning hindavad selle tulemuslikkust analüütika vahendite abil.
- **Tarbijakäitumise analüüs:** Õpilased analüüsivad erinevaid reklaame ja turunduskampaaniaid, keskendudes nende mõjule tarbijatele ja eetilistele aspektidele.

### 8.10.1. Peamised hindamismeetodid, hindamisviisid ja –vahendid

Turunduse kursuse hindamine on mitmeeristav (arvestatud, mittearvestatud). Hindamine keskendub nii teoreetiliste teadmiste kui ka praktiliste oskuste hindamisele. Hindamise komponendid:

- **Kirjalikud kontrolltööd ja testid:** Hindavad õpilaste teadmisi ettevõtluse teooriatest ja põhimõtetest.
- **Praktilised projektid:** Näiteks turundusstrateegia loomine, turu-uuringute läbiviimine. Hinnatakse õpilaste suutlikkust rakendada oma teadmisi praktilistes ettevõtlusolukordades ning ideede innovaativsus.
- **Esitlused:** Hinnatakse õpilaste suutlikkust esitada ja kaitsta oma turundusplaani ning argumenteerida oma strateegiaid.
- **Osalemine simulatsioonides ja rollimängudes:** Hinnatakse õpilaste ettevõtlikku mõtlemist ja meeskonnatöö oskusi.

Tagasisidet antakse individuaalsete ja grupidööde tulemuste, samuti õpetaja ja kaasõpilaste tagasiside kaudu, mis aitab õpilastel oma ideid ja projekte täiustada. Hindamine toimub vastavalt kooli hindamisjuhendile.

### 8.10.2 Õpitulemused ja sisu

Õpitulemused	Õppesisu
Kursuse lõpuks õpilane:	Turunduse definitsioon ja selle tähtsus ettevõttes. Turunduse põhielemendid: toode, hind, koht ja edendamine (4P-d). Turunduse

<p>1) tunneb turunduse põhimõisteid ja mõistab turunduse rolli ettevõtte arengus ja konkurentsivõime tagamisel;</p> <p>2) mõistab turundusuuringute vajalikkust ja oskab läbi viia lihtsamaid turu-uuringuid;</p> <p>3) tunneb sihtrühma määratlemise ja turunduse segmenteerimise põhimõtteid ning oskab neid rakendada;</p> <p>4) oskab koostada turundusstrateegia, mis hõlmab nii traditsioonilisi kui ka digiturunduse kanaleid;</p> <p>5) tunneb sotsiaalmeedia turunduse põhialuseid ja oskab luua turunduskampaaniaid erinevates sotsiaalmeedia kanalites;</p> <p>6) mõistab tarbijakäitumise mõjutamise põhimõtteid ning oskab analüüsida turunduse mõju tarbijana;</p> <p>7) oskab kasutada digitaalseid tööriistu ja analüütikat turundustulemuste hindamiseks ja optimeerimiseks;</p> <p>8) mõistab turunduseetika põhimõtteid ja oskab neid rakendada oma turundustegevuses.</p>	<p>arengusuunad ja selle muutumine ajas. Turunduse roll konkurentsieelise saavutamisel ning ettevõtte brändi ja maine kujundamisel.</p> <p>Turundusuuringute põhialused ja nende roll turundusstrateegia kujundamisel. Uuringumeetodid: kvantitatiivsed ja kvalitatiivsed meetodid. Andmete kogumine, analüüs ja tõlgendamine.</p> <p>Sihtrühma määratlemine ja turusegmentide tuvastamine. Segmentide valik ja positsioneerimine turul.</p> <p>Turundusstrateegia loomine: eesmärkide seadmine, turunduskanalite valik, ja tegevuste planeerimine. Traditsioonilised turunduskanalid (reklaam, PR, otseturundus) ja nende integreerimine digiturunduse strateegiaga. Digiturunduse põhimõisted ja tööriistad (SEO, sotsiaalmeedia turundus, e-posti turundus, sisuturundus, Google Ads jne).</p> <p>Sotsiaalmeedia turunduse strateegiad ja kanalite valik. Populaarsed sotsiaalmeedia platvormid (nt Facebook, Instagram, LinkedIn, TikTok) ja nende eripärad turunduses. Sisu loomine ja kampaaniate planeerimine sotsiaalmeedias.</p> <p>Tarbijakäitumine ja selle mõjutamise strateegiad. Reklaamipsühholoogia ja selle mõju ostuotsustele. Kriitiline analüüs turundusstrateegiatest tarbija vaatenurgast.</p> <p>Digiturunduse analüütika ja mõõdikud (nt Google Analytics, sotsiaalmeedia statistika, e-posti turunduse mõõdikud).</p> <p>Turundustegevuste tulemuslikkuse hindamine ja optimeerimine andmete põhjal</p> <p>Turunduseetika ja selle tähtsus vastutustundlikus äritegevuses. Eetilised probleemid turunduses (nt tarbijate eksitamine, andmekaitse, reklaamide sihtimine). Eetika rakendamine turundusstrateegias ja kampaaniates.</p>
---	---

## 8.12. Kursus “Majandusmatemaatika elemendid”

Kursusega taotletakse, et õpilane:

- 1) saab ettekujutuse teda ümbritseva majandusmaailma toimimist kirjeldavatest põhilistest matemaatilistest mudelitest ja nende rakendamise viisidest;
- 2) oskab kasutada matemaatikat mõistlike otsuste langetamiseks oma majanduskäitumises.

Kursus koosneb kolmest põhivaldkonnast:

- 1) protsentarvutuse rakendused majandusülesandeid lahendades (indeksid, maksustamine, hindade kujunemine, valuutaga seotud arvutused);
- 2) majandusprotsesside modelleerimine funktsioonide abil (nõudlus, pakkumine, kulu, tulu, puhastulu, reklaamitulu, kauba tellimine);
- 3) finantsmatemaatika alused (intressid, viivised, laenud).

### 8.12.1. Peamised hindamismeetodid, hindamisviisid ja –vahendid

Hinnatakse õpilase teadmisi ja oskusi, kirjalike ja/või praktiliste tööde ning praktiliste tegevuste alusel, arvestades õpilase teadmiste ja oskuste vastavust ainekavas taotletud õpitulemustele. Õpitulemuste hindamisel kasutatakse numbrilisi hindeid. Hindamine toimub vastavalt Otepää Gümnaasiumi hindamisjuhendile.

### 8.12.2. Õpitulemused ja sisu

MAJANDUSMATEMAATIKA ELEMENDID	
Õpitulemused	Õppesisu
<p>Õpilane</p> <p>1) selgitab hinnaindeksite tähendust ja arvutamist kui protsentarvutuse üht rakendust;</p> <p>2) kasutab protsentarvutust hinnaindeksite, sh tarbijahinnaindeksite arvutamiseks ja tõlgendamiseks;</p> <p>3) selgitab põhiliste maksuliikide tähendust (tulu-, sotsiaal-, käibe-, aktsiisimaks jt) ning arvutuskäike kui protsentarvutuse rakendusi;</p> <p>4) kasutab protsentarvutust palgakulude ja kauba hinna kujunemise selgitamisel ning leidmisel (lihtsamad juhud);</p>	<p>Protsentarvutuse põhiülesanded. Indeksid. Tarbijahinnaindeks. Põhilised maksud, nende arvutamine (tulu-, sotsiaal-, käibe- ja aktsiisimaksu näitel). Palgakulud. Kauba hinna kujunemine. Valuuta kursid ja konverteerimine. Inflatsiooni arvutamine tarbijahinnaindeksi abil.</p> <p>Reaalpalk. Nõudlus- ja pakkumisfunktsioonid. Turutasakaal. Kulu-, tulu- ja puhastulufunktsioonid. Reklaamitulu funktsioon. Liht- ja liitintress. Arved ja viivised. Hoiuste tulusus. Laenude kulukus eluaseme ja õppelaenu näitel.</p>

5) selgitab raha ja valuutaga seotud põhilisi mõisteid (kurss, konverteerimine, inflatsioon, reaalpalk) ning oskab neid lihtsamatel juhtudel leida ja arvutada;

6) selgitab funktsioonide kasutamist nõudluse, pakkumise, turutasakaalu, kulu, tulu ja puhastulu ning reklaamitulu modelleerimiseks, oskab neid mudeleid (eelkõige lineaarseid mudeleid) lihtsamatel juhtudel koostada ja rakendada;

7) selgitab liht- ja liitintressi mõistet ning oskab neid rakendada hoiustamise ja laenamisega seotud olukordade ohjamiseks (arvete tasumine, viivised, hoiuste tulusus, laenude kulukus ja kustutamine õppelaenu ja eluasemelaenu näitel).