

MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine



Narva Õigeusu Gümnaasium

**GÜMNAASIUMI VALIKÕPPEAINE
„RIIGIKAITSEÕPETUS” AINEKAVA**

Kinnitatud 29.10.2025 erakooli pidaja
MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine

Narva 2025



2. Valikõppeaine „Riigikaitseõpetus“

2.1. Õppe- ja kasvatuseesmärgid

Riigikaitseõpetusega taotletakse, et õpilane:

- 1) on Eestile lojaalne kodanik, kellel on positiivne hoiak ja valmidus vajaduse korral Eestit kaitsta ning kes tegutseb lähtuvalt õigusriigi põhimõtetest;
- 2) järgib demokraatlikke väärtusi, üldkehtivaid moraalinorme ja eetika põhimõtteid ning aktsepteerib inimeste ja nende väärtushinnangute erinevusi;
- 3) teab riigikaitse korraldust ja riigikaitse seotust erinevate ühiskonnaelu valdkondadega;
- 4) väärtustab riigikaitset, Kaitseväge ja vabatahtlikku tegevust Kaitseliidus ja on motiveeritud vaba tahte alusel läbima ajateenistust;
- 5) on omandanud esmased oskused hädaolukordades adekvaatseks käitumiseks, on abivalmis ja vastutustundlik kodanik;
- 6) hindab erinevatest teabekanalitest (sh digitaalsetest) saadud info asjakohasust ja usaldusväärsust ning käitub sellest lähtuvalt vastutustundliku kodanikuna, toetades ühiskonna demokraatlikku arengut;
- 7) kasutab asjakohast digitehnoloogiat, on teadlik digikeskkonna ohtudest, järgib ka digikeskkonnas moraali- ja väärtuspõhimõtteid;
- 8) kirjeldab väe- ja põhilisi relvaliike ja nende funktsioone;
- 9) kirjeldab maaväe allüksuseid alates jaost kuni diviisini.

2.2. Õppeaine kirjeldus

Riigikaitseõpetus on valikõppeaine, mille maht on kaks kursust, s.o 70 tundi. Üks kursus („Riigikaitse“ 35 tundi) moodustab teoreetilise osa, mis on kohustuslik, ning teine kursus („Praktiline õpe välilaagris“ 35 tundi) on praktiline kursus, mille viib läbi Kaitseliidu või Kaitseväge struktuuriüksus. Praktilise kursuse, s.o välilaagris osalemise eeldus on teoreetilise kursuse vastava osa läbimine. Kool korraldab riigikaitseõpetuse oma võimaluste järgi kas teoreetilise ja praktilise osa lõimitult või eraldi kursustena. Teoreetiline ja praktiline õpe on ainekavas õppeteemade all lõimitult. Õpetaja valikul käsitletakse teatud teemasid süvitsi ja teatud teemasid ülevahtlikult, et vältida õpilase ülekoormatust.

2.3. Võimalusi lõiminguks, üldpädevuste arengu toetamiseks ja õppekava läbivate teemade äsitlemiseks

Riigikaitseõpetuse kaudu toetatakse üldpädevuste arengut, käsitletakse läbivaid teemasid ning kasutatakse valdkonnaülese lõimingu võimalusi vastavalt kooli eripärale ja kooli õppekavas sätestatule.

2.4. Õppetegevuse kavandamise ja korraldamise põhimõtted

Õpet kavandades ja korraldades:

- 1) lähtutakse õppekava alusväärtustest, üldpädevustest, õppeaine eesmärkidest, õppesisust ja oodatavatest õpitulemustest ning toetatakse lõimingu teiste õppeainete ja läbivate teemadega;
- 2) taotletakse, et õpilase õpikoormus (sh kodutööde maht) on mõõdukas, jaotub õppeaasta ulatuses ühtlaselt ning jätab õpilasele piisavalt aega puhata ja huvialadega tegelda;
- 3) võimaldatakse õppida üksi ja koos teistega, et toetada õpilase kujunemist aktiivseks, abivalmiks ja vastutustundlikuks kodanikuks ning iseseisvaks ja aktiivseks õppijaks;
- 4) kasutatakse nüüdisaegseid e-õppekeskkondi ja -vahendeid ning õppijakeskseid õppemeetodeid;
- 5) õppetegevus välilaagris viiakse läbi Kaitseväge ja Kaitseliidu ohutuseeskirjade ja väljaõpet reguleerivate eeskirjade alusel.

2.5. Hindamine

Hindamise eesmärk on saada ülevaade kursuse õpitulemuste saavutatusest ja õpilase individuaalsest arengust lähtudes kursuse eesmärkidest. Hinnatakse nii teadmisi ja nende rakendamist kui ka õppekava üldosas kirjeldatud üldpädevuste (eeskätt sotsiaalne ja kodanikupädevus, õpipädevus, suhtluspädevus, digipädevus) saavutatust. Laagris hinnatakse praktilisi sooritusi. Ohutu relvakäsitsemise testi positiivne sooritus on kohustuslik enne praktilisel laskeharjutusel osalemist.



kinnitatud 29.10.2025 erakooli pidaja MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine

Laskeväljaõpet viiakse läbi võimaluse korral kursuse „Praktiline õpe välilaagris“ raames Kaitseliidu või Kaitseväge ohutuseeskirjade ja väljaõpet reguleerivate eeskirjade alusel. Kui see ei ole võimalik, siis laskeõppe tulemust ei taotleta. Laskeõppe õpitulemuste saavutamata jäämine ei mõjuta kursuse üldist arvestamist. Hindamise korraldus lähtub kooli õppekavas sätestatust.

2.6. Õppekeskkonna kujundamise põhimõtted

Kool korraldab valdava osa õpet klassis, kuid võimaldab õpet ja õppekäike ka väljaspool klassiruumi. Välilaager toimub Kaitseliidu või Kaitseväge struktuuriüksuses või nende poolt korraldatud kohas. Välilaagris kasutatakse individuaal- ja allüksuse varustust ning õpitulemuste saavutamiseks vajalikke õppevahendeid. Relva- ja laskeõpe viiakse läbi vaid juhul, kui on võimalik tagada õppeks vajalikud tingimused, vahendid ja pädevad õppe läbiviijad.

Sotsiaalne ja vaimne õppekeskkond põhineb lugupidamisel ja üksteise seisukohtade arvestamisel. Kõiki õpilasi koheldakse eelarvamusteta, õiglaselt ja võrdselt, austades nende eneseväärikust ja isikupära. Õpetajad ja välilaagri läbiviijad loovad klassiruumis ja välilaagris õpilastele võimaluse näidata initsiatiivi, osaleda otsustamises ning tegutseda nii üksi kui ka koos kaaslastega. Märatakse ja ennetatakse õpilaste omavahelist kiusamist ning vägivalda.

2.7. Kursuste õpitulemused ja õppesisu

Kursus I „Riigikaitse“

Teema: Eesti sõjaajalugu

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) seletab näidete kaudu, kuidas sõjapidamine on ajaloo jooksul muutunud ning selgitab sõdade mõju ühiskonnale ja inimeste saatusele (oma perekonna näitel);
- 2) nimetab Eesti ja Euroopa sõjaajaloo tähtsamaid sündmusi ning nende põhjusi maailma ajaloo kontekstis; analüüsib sõja tagajärgi ja mõju ning seoseid ühiskondlike protsessidega;
- 3) seletab ja kasutab kontekstis mõisteid sõda, sõjaajalugu, sõjandus, sõjateadus, strateegia, taktika, heidutus, üldine sõjaväekohustus, palgasõjavägi, massiarmee;
- 4) teab, kes olid Michael Andreas Barclay de Tolly, Johan Laidoner, Aleksander Tõnisson, Julius Kuperjanov ja Johan Pitka, ning iseloomustab nende tegevust;
- 5) kirjeldab Eesti riigikaitse taasloomist.

Õppesisu

Sõjapidamise muutus ajaloo jooksul. Sõja mõiste. Sõjapidamisest vana- ja keskajal. Palgaväe teke. Üleminek üldisele sõjaväekohustusele. Alalised armeed, regulaarmee, massiarmeed. Ohvitserkonna kujunemine. Tehnika mõju sõjandusele. Sõda ja majandus. Sõjavastane liikumine. Sõjapidamise ulatus (maailmasõjad) ja sotsiaalne mõju 20. sajandi. Rahvasteliit.

Eesti sõjaajalugu üldise sõjaajaloo kontekstis. Ristisõdade ajastu ja muistne vabadusvõitlus. Eestlaste sõjaline organisatsioon muinasajal. Malev. Suurriikide võitlused Vana-Liivimaa pärast. Saja-aastase sõja sündmused Eestis (1558–1661). Põhjasõda ja selle tagajärjed Eestile. Vene impeeriumi sõjad ja Eesti. Sõjalised koormised. Sõjaväeteenistus Eesti alal. Sõjalised kaitserajatised. Esimene maailmasõda ja Eesti iseseisvuse sünn. Rahvusväeosad. Vabadussõda 1918–1920. Kooliõpilaste roll Vabadussõjas. Tartu rahu. Eesti riigikaitse 1920–1940. Teine maailmasõda ja Eesti. Eestlased Saksa armees ja Punaarmees. Soomepoisid. Metsavendlus. **Okupatsiooniar mee kohalolek.** Mõjud ühiskonnale, keskkonnale ja majandusele. Eestlased Nõukogude armees. Nõukogude armee lahkumine Eestist.

Eesti riigikaitse taastamine. Valikud Eesti riigikaitse taasloomisel. Eesti riigikaitsepoliitika kujunemine ning riigikaitsestruktuuride peamised suunad ja olulisemad sündmused.

Teema: Tänapäeva sõjalised kriisid, sõjad ja relvakonfliktid

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) toob näiteid 20. sajandi teise poole ja nüüdisaegsete sõjaliste kriiside ja konfliktide kohta, analüüsib



kinnitatud 29.10.2025 erakooli pidaja MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine

nende tunnuseid, põhjusi ja arenguid;

2) kirjeldab rahvusvahelise julgeolekukeskkonna erinevaid arenguetappe ning võrdleb külma sõja aegset ja tänapäevast julgeolekukeskkonda;

3) iseloomustab peamisi julgeolekuga tegelevaid rahvusvahelisi organisatsioone (NATO, EL, ÜRO, OSCE);

4) nimetab massihävitusrelvade põhitüüpe, kirjeldab nende kasutamise eesmärke ja tagajärgi; 5) iseloomustab ja kasutab kontekstis mõisteid sõjaline kriis ja konfliktid, infosõda ja hübriidsõda, traditsiooniline ja asümmeetriline oht, küberturvalisus, psühholoogiline kaitse, massihävitusrelv, terrorism, heidutus.

Õppesisu

Rahvusvahelised kriisid ja konfliktid 20. sajandi teisel poolel valitud näidete toel. Julgeoleku riskid ja ohud, rahvusvaheline poliitika ja selles osalejad, riikidevahelised suhted. Kollektiivne kaitse ja julgeolek: ÜRO, NATO, Euroopa Liit. Rahvusvahelise sekkumise põhjused ja tagajärjed. Kriisid ja kriisikoldded külma sõja ajal: Korea sõda, Kuuba kriis, Vietnami sõda. Rahvusvahelised rahuoperatsioonid. Tuumaajastu. Võidurelvastumine ja relvastuskontroll. Rahvusvaheline humanitaarõigus: eesmärk ja otstarve. Punase Risti tegevus konfliktides. Relvastuse areng.

Nüüdisaegsed rahvusvahelised konfliktid (alates 1990. aastast). Asümmeetrilised ohud. Infosõda, infooperatsioonid, informatsiooniline mõjutustegevus. Hübriidrünnakud ja -sõda. Küberkonfliktid ja küberturvalisus. Psühholoogiline kaitse. Relvastuse areng. **Massihävitusrelvad (tuumarelv, bioloogiline relv, keemiarelv).** Liigid ja toime ning kahjustavad mõjud. Relvade kasutamine ajaloos. Massihävitusrelva leviku piiramine. Kaitsevahendite areng. Kaitsevahendid erinevatele massihävitusrelva tüüpidele. Individuaalsed ja kollektiivsed kaitsevahendid.

Teema: Eesti julgeoleku- ja kaitsepoliitika ning riigikaitse juhtimine

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) kirjeldab Eesti riigikaitse laia käsituse põhimõtteid, eesmärke ning üldist korraldust;
- 2) kirjeldab Eesti julgeoleku- ja kaitsepoliitika põhijooni rahvusvaheliste suhete ning Euroopa ja maailma julgeoleku kontekstis;
- 3) nimetab Eesti peamised julgeolekuohud;
- 4) kirjeldab Eesti riigikaitse juhtimist ja nimetab erinevate osapoolte ülesanded;
- 5) nimetab Kaitseväge ja Kaitseliidu ülesandeid ja kirjeldab nende struktuuri ja oskab neid võrrelda;
- 6) kirjeldab Kaitseväge ja Kaitseliidu traditsioone ning sümboolikat; tunneb ära kaitseväelase vormiriietuse, auastmetunnused ja eraldusmärgid;
- 7) seletab ja kasutab kontekstis mõisteid riigikaitse lai käsitus, kaitsevõime, heidutus, asümmeetrilised ohud.

Õppesisu

Eesti julgeoleku- ja kaitsepoliitika. Ohud Eesti julgeolekule. Eesti julgeolekupoliitika põhimõtted ja eesmärgid. Iseseisev kaitsevõime ja kollektiivkaitse, sh liitlassuhted. Eesti osalemine NATO-s.

Riigikaitse lai käsitus. Erinevate institutsioonide roll riigikaitstes. Ühiskonna kaasatus riigikaitsetesse ja erinevate elualade seotus riigikaitsega. Kodaniku osalemine riigikaitstes. Psühholoogiline kaitse.

Eesti riigikaitse juhtimine. Erinevate institutsioonide ülesanded riigikaitse juhtimises. **Kaitsevägi.** Struktuur ja ülesanded. Kaitseväge juhtimine. Struktuuriüksused, nende põhiülesanded ja sümboolika.

Kaitseliit. Struktuur ja ülesanded. Kaitseliidu sõjaväeline ja kollegiaalne juhtimine. Kaitseliidu struktuuriüksused. Kaitseliidu traditsioonid ja sümboolika. Kaitseliidu liikme roll riigikaitstes osalemisel. Võimalused osaleda Kaitseliidu tegevuses.

Teema: Kaitseväeteenistus

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) väärtustab aja- ja reservteenistuse läbimist, et olla vajaduse korral valmis osalema riigikaitstes;
- 2) teab oma ülesandeid ja rolli riigikaitstes osalemisel;



kinnitatud 29.10.2025 erakooli pidaja MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine

- 3) väärtustab vaba tahte alusel ajateenistuse läbimist;
- 4) kirjeldab ja võrdleb ajateenistuse, asendusteenistuse, reservteenistuse ja tegevteenistuse eesmärgi ja korraldust;
- 5) kirjeldab tegevväelase elukutset ja elukutse omandamise võimalusi;
- 6) seletab ja kasutab kontekstis mõisteid kaitseväekohustus, kaitseväekohustuslane, kutsealune, ajateenija, ajateenistus, kaitseväeteenistus, tegevteenistus, tegevväelane, reservteenistus, reservis olev isik, õppekogunemine.

Õppesisu

Kaitseväeteenistus. Teenistuse liigid. Kaitseväeteenistuskohustus. Kaitseväekohustuslane, sh kutsealuse õigused ja kohustused.

Ajateenistus. Ajateenistusse kutsumine ja kutsumisest vabastamine. Ajapikendused. Ajateenistuse kestus. Ajateenija õigused ja kohustused ning sotsiaalsed garantiid. Ajateenistuse korraldus ja väljaõpe. Naissoost isikute vabatahtlikult kaitseväeteenistusse astumine. **Asendusteenistus.** Usulistel või kõlbelistel põhjustel ajateenistuse asendamine asendusteenistusega. Teenistuskohad.

Asendusteenistuse kestus.

Reservteenistus. Reservis oleva isiku õigused ja kohustused. Õppekogunemised. **Tegevteenistus ja tegevväelase elukutse.** Väljaõpe, haridus, teenistuskäik ja karjäärivõimalused.

Teema: Riviõpe

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) kirjeldab rivikorra kujunemise ajalugu ja kasutamise vajadust näidete toel;
- 2) selgitab rivikorra tähtsust tänapäeval meeskonnatunnetuse ja ühtekuuluvuse ning distsipliini alusena;
- 3) teab, mis on käsklus, eel- ja täitekäsklus;
- 4) tunneb koondrivi käsklusi ja liikumist koondravis.

Õppesisu

Rivikord. Ajalooline ülevaade rivikorra kujunemisest. Üksuste riviline juhtimine ja liikumine lahinguväljal ajalooliste näidete toel.

Praktiline riviõpe. Kohustused enne rivistumist ning ravis. Tegevused paigal ja liikumisel. Rivikord väljaõppe korraldamisel. Käsklused. Tervitamine.

Teema: Relvaõpe ja ohutus

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) teab erinevaid relva- ja laskemoona liike;
- 2) teab relva kandmise kultuuri ning relva kasutaja vastutust;
- 3) teab relva ja laskemoona ohutu käsitlemise põhimõtteid;
- 4) kirjeldab relva ja padruni tööpõhimõtteid;
- 5) kirjeldab kuuli lendu ja seda mõjutavaid tegureid; 6) nimetab Kaitseväes ja Kaitseliidus kasutatavaid relvi ja relvasüsteeme.

Õppesisu

Relv. Relva kasutamise õigus ja sellega kaasnev vastutus. Kaitseväes ja Kaitseliidus kasutatavad relvad.

Ballistika. Padruni tööpõhimõte. Ülevaade ballistikast. Kuuli lennujoone kuju, tabatav ja tabamatu ala. Kuuli lendu ja hajumist mõjutavad tegurid.

Ohutusnõuded. Ohutusnõuded relva ja laskemoona käsitlemisel.

Teema: Topograafia ja orienteerumine

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) määrab paberkaardil kasutatavat mõõtkava ja teisendab seda maastikul sammupaaridesse;



kinnitatud 29.10.2025 erakooli pidaja MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine

- 2) tunneb ära topograafilise kaardi leppemärke ja iseloomustab kaardil kajastatud objekte; mõistab objektide vahelisi ruumilisi seoseid;
- 3) määrab kaardil malliga direktsiooninurga ja looduses maastikul kompassi järgi asimuudi;
- 4) selgitab direktsiooninurga ja asimuudi erinevusi ning põhjuseid;
- 5) orienteerub kaardi ja kompassi järgi.

Õppesisu

Topograafia sissejuhatus. Kaardi mõõtkava. Kaardi leppemärgid. Leppemärkide jaotus. Reljeefi märgistus kaardil. Reljeefi erinevad vormid ning nende iseloomustus.

Kompass, magnetiline asimuut ja direktsiooninurk. Kaartidel kasutatavad põhjasuunad. Magnetiline deklinatsioon. Direktsiooninurk. Magnetiline asimuut. Suunaparand. Kompass ja selle kasutamine. Kompassi kasutamise piirangud. Magnetilise anomaalia alad.

Kaardi orienteerimine, maastikul orienteerumine, käsi-GPSi kasutamine. Kaardi orienteerimine kompassi, joonobjekti, punktorientiiri, taevakehade järgi. Asimuudi määramine maastikul ja selle järgi liikumine. Üldised juhised ning piirangud käsi-GPSi kasutamiseks maastikul.

Teema: Esmaabi

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) oskab õnnetuse korral olukorda adekvaatselt hinnata ja vastavalt tegutseda, sh abi kutsuda, vajaduse korral abi anda ja kannatanut transportida;
- 2) analüüsib ohtusid, mis võivad õnnetuskohal esineda, ning teab, kuidas kaitsta ennast ja abivajajat võimalike ohtude eest;
- 3) teab elupäästva ja jätkuva esmaabi võtteid ja kasutab neid;
- 4) teab käepäraseid ja meditsiinilisi abivahendeid ja kasutab neid;
- 5) annab esmaabi erakorralise haiguse, õnnetuse või mürgistuse korral ning traumakannatanule.

Õppesisu

Tegutsemine õnnetuse korral. Ohu hindamine ja ohutuse tagamine, päästmine otsesest ohust, sh Rauteki haaret kasutades. Kannatanu seisundi hindamine. Tegevuste järjekord kannatanu esmasel ülevaatusel. Sündmuskoha tähistamine. Elupäästev esmaabi. 112-abikutse. Jätkuv esmaabi.

Elupäästev esmaabi. Elustamise ABC. Elupäästev esmaabi traumakannatanule. Suure välise verejooksu sulgemine abivahenditega ja abivahenditeta. Hingamisteede vabastamine ja vabana hoidmine. Teadvuse tasemed, teadvusetuse põhjused. Teadvuseta kannatanu abistamine. Šoki mõiste, liigid ja esmaabi. Kliiniline ja bioloogiline surm.

Esmaabi vigastuste ja haigestumiste korral. Jäsemetraumade fikseerimine. Sobivad asendid erinevate vigastuste ja haigestumiste korral. Termolina kasutamine. Heimliche võte. Allergia. Termilised traumad: põletused, päikesepiste, kuumarabandus, kuumakurnatus, külmumine, alajahtumine (hüpothermia). Uppumine. Mürgistused. Alkoholimürgistus. Psühhotroopsete ainete üledoos. Maohammustus. Putukate pisted. Võõrkeha hingamisteedes.

Teema: Siseturvalisus ja elanikkonnakaitse

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) kirjeldab Eestis toimuda võivaid hädaolukordi;
- 2) loetleb siseturvalisuse tagamisega tegelevaid ametkondi ja nende ülesandeid;
- 3) teab, kuidas riik erinevate hädaolukordade puhul tegutseb, ning kirjeldab elanikkonnakaitse korraldust riigis ja oma kodukohas;
- 3) kirjeldab enda ja oma pere ettevalmistusi erinevateks hädaolukordadeks ja elutähtsate teenuste katkestusteks (elekter, side, küte jmt);
- 4) kirjeldab enda käitumist ja teiste abistamist erinevate hädaolukordade puhul;
- 5) oskab leida teavet ohtudest nii kodukandis kui ka välisriiki reisides.

Õppesisu

Erinevad hädaolukorrad Eestis. Ohtude hindamine ja nende ennetamine. Erinevate hädaolukordade



kinnitatud 29.10.2025 *erakooli pidaja MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine*
riskid: loodusõnnetus, tehnoloogiline õnnetus, kiirgusõnnetus, äkkrünnak, massirahutus, epideemia, transpordiõnnetus jmt.

Hädaolukordades tegutsemine. Siseturvalisuse eest vastutavate ametkondade ülesanded hädaolukorras. Kohaliku omavalitsuse roll siseturvalisuse tagamisel. Kodanikuühenduste (vabatahtlikud päästjad, naabrivalve jt) ja abipolitseinike roll siseturvalisuse tagamisel. Esmane iseseisev hakkamasaamine ja abivajajate abistamine. Ulatuslik evakuatsioon.

Elutähtsad teenused. Elutähtsate teenuste ülevaade ja nende katkestuste mõju inimestele ja ühiskonnale. Elutähtsate teenuste toimepidevuse tagamine. Igaühe võimalused valmistuda elutähtsate teenuste katkestusteks.

Elanikkonnakaitse. Hädaolukordadeks valmisolek ja elanikkonnakaitse põhimõtted. Inimeste kohustused ning põhiõiguste ja vabaduste piiramine erinevate hädaolukordade ajal. Eriolukord, erakorraline seisukord, sõjaolukord.

Hättaşattumine välisriigis. Ettevalmistused välisriiki reisimiseks (sh teadmine Välisministeeriumi soovitusel). Välisriigis hädaolukorda sattudes asjakohane tegutsemine ja usaldusväärse info hankimine.

Riski- ja kriisikommunikatsioon. Teabeallikad piirkonna ohtude kohta. Ohuteabe ja hoiatuste edastamise vahendid. Allikad, kust leida hädaolukordades teavet käitumisjuhistest ja olukorra lahendamiseks.

Kursus II „Praktiline õpe välilaagris“

Kursusel (35 tundi) praktiseeritakse välitingimustes erinevates situatsioonides hakkamasaamist üksikisiku tasandil ja meeskonnana. Õpitakse majutuse (sh hügieenialade) rajamist ja toitlustuse korraldamist välitingimustes ning individuaal- ja allüksuse varustuse kasutamist. Harjutatakse erineval maastikul orienteerumist kompassi ja kaardiga valgel ning pimedal ajal. Praktiline esmaabi hõlmab tegevuste harjutamist simuleeritud õnnetuspaigal ning elupäästvat ja jätkuvat esmaabi.

Teema: Välilaagri rajamine ja eluolu välitingimustes, sh toitlustamine, keskkonnakaitse

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) rajab välitingimustes majutus-, söögi- ja hügieenialad;
- 2) järgib välitingimustes toitlustamise ja hügieeni reegleid;
- 3) oskab välitingimustes valmistada sooja toitu (sh kasutada kuivtoidupakki);
- 4) tunneb meetmeid, kuidas ära hoida reostust looduses ning metsatulekahjude teket.

Õppesisu

Harjutatakse majutuse ja toitlustuse korraldamist välitingimustes koos telkide, söögi- ja hügieenialade püstitamise ning sooja toidu valmistamisega.

Teema: Individuaal- ja allüksuse varustus

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) kasutab välitingimustes hakkamasaamiseks vajalikku üksikisiku ja meeskonna varustust otstarbekohaselt ja õigesti.

Õppesisu

Õpitakse tundma individuaal- ja allüksuse varustuse otstarvet ning seda õigesti kasutama.

Teema: Topograafia ja liikumine maastikul

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) orienteerub üksi ja mitmekesi kaardi ja kompassi järgi vähe- ja keskmiselt liigendatud maastikul valgel ja pimedal ajal;
- 2) tunneb õist orienteerumist piiravaid tegureid.

Õppesisu



kinnitatud 29.10.2025 erakooli pidaja MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine

Harjutatakse kaardi ja kompassi kasutamist vähe- ja keskmiselt liigendatud maastikul, oma asukoha ja kauguste määramist ning objektidele osutamist erineval maastikul ja erinevas valguses. Erinevad liikumisviisid.



kinnitatud 29.10.2025 erakooli pidaja MTÜ Õigeusu Hariduse Ühing Ülestõusmine

Teema: Esmaabi välitingimustes

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) kasutab üldiseid esmaabivõtteid erakorralise haigestumise, mürgistuse või õnnetusjuhtumi korral;
- 2) tunneb erinevaid kannatanu transportimise võtteid;
- 3) kasutab käepäraseid ja meditsiinilisi abivahendeid.

Õppesisu

Harjutatakse üldiseid esmaabivõtteid, erinevaid kannatanu transportimise võtteid ja käepäraste abivahendite valmistamist ja kasutamist.

Teema: Laskeõpe

Relva- ja laskeõpe viiakse läbi juhul, kui koolil on võimalik korraldada õppekäik lasketiiru või praktilise õppe raames välilaagris.

Õpitulemused

Kursuse lõpus õpilane:

- 1) järgib relva ja laskemoonaga ümberkäimise ohutuseeskirju ja -nõudeid; 2) käitub lasketiirus turvaliselt laskmiskäskluste järgi;
- 3) võtab iseseisvalt laskeasendeid ja kasutab õiget päästmistehnikat;
- 4) sooritab ohutult tiirulaskmise praktilisi harjutusi juhendaja kontrolli all.

Õppesisu

Harjutatakse tsiviilrelva või mittesõjarelva ja laskemoona ohutut käsitsemist ning erinevaid laskeasendeid juhendaja kontrolli all.