SISEKAITSEAKADEEMIA
Estonian Academy of Security Sciences

TÄIENDUSÕPPE ÕPPEKAVA 10.11.2026 nr 6.5-12/3260-1

Õppekava nimetus	Pääste ja elanikkonnakaitse alused
Kutsestandard	-
Eesti kvalifikatsiooniraamistiku tase	-
Maht	Kursuse kogumaht: 35 ak/h Kontaktõpe moodustab vähemalt 60% kursuse kogumahust. Ülejäänud maht võib olla kontaktõpe või õpetaja juhendamisel tehtav iseseisev õpe.
Õppekavarühm	Vara- ja isikukaitse
Läbiviimise keel	Eesti
Õppe eesmärk	Kursuse läbinud õpilane mõistab päästevaldkonna rolli ühiskonna turvalisuse ja laiapindse riigikaitse osana ning rakendab juhendamisel esmaseid ohutus-, esmaabi- ja päästealaseid tegevusvõtteid tavapärastes ohu- ja kriisiolukordades.
Õpiväljundid	Kursuse läbinu: 1) selgitab päästevaldkonna ja Päästeameti rolli laiapindse riigikaitse ning ühiskonna turvalisuse tagamisel; 2) kirjeldab Päästeameti ja Häirekeskuse ülesandeid ning päästjaks ja vabatahtlikuks päästjaks saamise võimalusi; 3) hindab tule-, vee- ja koduohutusega seotud riske ning pakub välja esmaseid ennetusmeetmeid oma kodu või kodukoha näitel; 4) tegutseb juhendamisel esmases õnnetus- või kriisiolukorras, kutsudes abi ja kasutades elupäästva esmaabi põhivõtteid; 5) kasutab juhendamisel levinumaid esmaseid kustutusvahendeid ja lihtsamaid päästevahendeid, järgides ohutusnõudeid; 6) arutleb kodukoha võimalike hädaolukordade üle ning seostab elanikkonnakaitse meetmeid enda valmisolekuga kriisiolukorras.
Õppe sisu (sh õppe teemad ja õppemeetodid)	• „Laiapindse riigikaitse käsitus“ (1 ak/h) − riigikaitse lai käsitus ja Päästeameti roll laiapindses riigikaitses • „Päästeasutused“ (4 ak/h) − Päästeameti ja Häirekeskuse missioon, visioon, põhiväärtused ja toimimine, päästjaks ja vabatahtlikuks päästjaks

	saamise võimalused ning hädaabiteadete menetlemise üldpõhimõtted • „Ohutus ja ennetustöö“ (6 ak/h) − päästeala ennetustöö põhimõtted, tule-, vee- ja koduohutuse, evakuatsiooni ning kodukoha riskide ennetamise ja maandamise põhimõtted • „Elupäästev esmaabi“ (4 ak/h) – kannatanu esmane ülevaatus, abi kutsumine, elustamine, verejooksu peatamine ja traumahaige käsitlemine • „Elanikkonnakaitse“ (5 ak/h) – riski- ja kriisikommunikatsioon, hädaolukorrad ja suurõnnetused ning elutähtsate teenuste toimepidevus • „Päästetööd“ (15 ak/h) − päästja kaitseriietus, päästetehnika ja töövahendid, esmased kustutusvahendid, tulekahjude ja eriliigiliste päästetööde alused ning praktilised harjutused päästekomandos Õppes kasutatakse lühiloenguid, juhendatud arutelusid, juhtumianalüüse, rühmatöid, kodukoha riskide kaardistamist, demonstratsioone, õppekäike ja praktilisi harjutusi.
Sihtgrupp	Üldhariduskoolide gümnaasiumiastme õpilased
Hindamisviisid	Mitteeristav hindamine
Õpingute alustamise tingimused	-
Lõpetamise tingimused (sh hindamismeetodid ja -kriteeriumid)	Kursus loetakse lõpetatuks, kui õpilane on osalenud vähemalt 60% kontakttundidest ja saavutanud õpiväljundid vähemalt miinimumtasemel. Õpiväljundite saavutamist hinnatakse mitteeristavalt tulemusega „arvestatud“ või „mittearvestatud“. Õpiväljundite hindamisel lähtutakse õppekava rakenduslikus lisas „Teemapõhised õpiväljundid ja hindamiskriteeriumid“ esitatud hindamiskriteeriumidest.
Lõpudokumendi väljastamise tingimused	Tunnistus väljastatakse õpilasele, kes on täitnud kursuse lõpetamise tingimused.
Lõpudokumendi tüüp	Tunnistus
Osalejate arv (*min* ja *max*)	*Min* 5, *max* 25
Õppematerjalide loend	Õppijale vajalikud materjalid annab õpetaja õppe käigus töölehtede, juhendite või veebiviidetena.
Õppekeskkonna kirjeldus	Õppetöö toimub: 1) klassiruumides või auditooriumides, mis võimaldavad rühmatööd ning on varustatud internetiühenduse ja audiovisuaalse tehnikaga; 2) päästeasutuse ja/või teiste koostööpartnerite territooriumil praktiliste tegevuste läbiviimiseks.

SISEKAITSEAKADEEMIA
Estonian Academy of Security Sciences

Koolitaja kvalifikatsiooni, õpi- või töökogemuse kirjeldus. Koolituse eest vastutav üksus.	Erialane ettevalmistus õpetatavas valdkonnas. Vähemalt 2-aastane praktiline töökogemus päästevaldkonnas või vabatahtliku päästja II tase ning vähemalt 5-aastane praktiline kogemus ennetus- ja operatiivtegevustes. Gümnaasiumi valikkursuse õpetaja üldised kvalifikatsiooninõuded on kehtestatud põhikooli- ja gümnaasiumiseaduses. Kursuse eest vastutav üksus: täiendusõppe keskus
Projektijuht	Siret Linnas