

ENESEKAITSE , 10.klass

Õpetaja: Tallinna vangla spetsialistid

Maht: 35 tundi (1 kursus)

Õpitulemused:

enesekaitsekoolituse läbinud õpilased oskavad enesekaitsevõtteid ja -tehnikat, teavad kuidas end ohuolukorras kaitsta, on hea üldfüüsilise tasemega, on omandanud teadmisi eetilise käitumisest, oskavad kasutada vanglateenistuse erivahendeid ja teenistusrelvi, oskavad anda esmaabi, omavad ülevaadet vanglateenistusest kui ühest suurimast sisejulgeolekuvaldkonna tööandjast.

Õppesisu:

enesekaitsevõtteid ja -tehnikat, kuidas end ohuolukorras kaitsta; vanglateenistuse erivahendite ja teenistusrelvade kasutamine; osalejate üldfüüsilise taseme parandamine ning osalejates hoiakute kujundamine eetiliseks käitumiseks; esmaabikoolitus, mille läbimise tõend kehtib autojuhiloo taotlemisel; vanglateenistuse kui ühe suurema sisejulgeoleku valdkonna tööandja, kindlat karjääri pakkuva riigitöö tutvustamine.

Valikkursuse arvestamine:

kursus loetakse arvestatuks, kui õpilane osaleb aktiivselt kõikidel treeningutel ning põhjuseta puudumisi ei ole. Täismahus enesekaitsekoolituse läbimisel antakse osalejatele tunnistus. Tunnistuse omamine annab sisekaitseakadeemiasse sisseastumise katsetel (vestlusel) täiendavaid punkte.