

Lisa 2

Kompetentsipõhise eneseanalüüsi vorm täiskasvanute koolitaja 6. taseme kutse taastõendajale

Taotleja ees- ja perekonnanimi: Ülle Sahlk

Palume Teil analüüsida 6. tasemele vastavaid kompetentse, kus iga kompetentsi puhul on esitatud tegevusnäitajad. Lahtris „Kompetentsi tõendamine“ on võimalik sisestada tekst pikkusega kuni 2000 tähemärki. Kirjeldage, analüüsige ja tooge näiteid oma tegevuse kohta koolitajana, mis iseloomustab kõige paremini Teie käitumist koolitusprotsessis. Lahtris „Viide tõendusmaterjalile“, kus on märges **Tõendusmaterjalide esitamine** palun lisage faktilisi andmeid, materjalide linke jne, mis tõendavad kompetentsi ilmnemist vm olulist informatsiooni enda kui koolitaja tegevuse kohta.

Portfoolios esitatud tõendusmaterjalid peavad iseloomustama konkreetset kompetentsi ja olema otselingiga kättesaadavad.

Loe lisaks www.andras.ee kodulehelt „E-portfoolio koostamise juhendit“, et saada infot, millised materjalid on sobilikud tõendusmaterjalid.

4. Tegelemine arendus-, loome- ja teadustööga	
4.1 Osaleb aktiivselt täiskasvanute koolitajate võrgustikes ja koolitajate kogukonna tegevustes, avaldades arvamust ja tehes ettepanekuid täiskasvanuõppe valdkonnas.	
Kompetentsi tõendamine	<i>Juba aastate eest ühinesin täiskasvanukoolitajate kogukonnaga ning osalen vastavalt võimalusele erinevatel üritustel. Jälgin pidevalt valdkonna uudiseid, osalen aruteludes, pakun ideid. Et mul oleks, mida teistele pakkuda, osalen ise sobivatel koolitustel ja üritustel. Samuti aitan kaasa ka oma klientide sisekoolitussüsteemide loomisele ja nende ajakohasena hoidmisele. Teen nende inimestele koolitusi ja täiendkoolitusi, viin läbi konsultatsioone.</i>
Viide tõendusmaterjalile	<i>Olen osalenud järgmistel üritustel:</i> • EPALE mittekongress; 05.2021. • EPALE Koolitusjuhi käsiraamatu üritus; 03.2022. • ANDRAS Koolitajate mittekongress; 05.2022. • ANDRAS aastakongress; 06.2022. • EU-OSHA; Kaugtöö kõverused; 08.2022. • EPALE koolitus; kevad, 2023. • ANDRAS; koostöös Haridus- ja Teadusministeeriumiga; 11.2023. • ANDRAS, Täiskasvanuhariduse edendamine ja õppimisvõimaluste avardamine; 12.2023. • EPALE 10. koolitajate mittekongress; 04.2025. <i>Minu poolt tehtud koolitused.</i>
5. Professionaalne enesearendamine	
5.1 Analüüsib ja hindab oma tegevust õppeprotsessis, toob välja enda tugevused ja arenguvajadused.	
Kompetentsi tõendamine	<i>Oma pika koolitajastaaži jooksul olen jõudnud arusaamisele, et üht kuivikut lektorit ei vaja keegi. Olen kindlal veendumusel, et õpitav teema kinnistub paremini, kui teooriale lisatakse piisav kogus praktikat ja kordamist, häid teemakohased elulisi näiteid. Sain sellele kinnitust ka Tauri Tallermäe mälu treeningu koolitusel. Et need lugude jutustamised paremini välja tuleksid, olen ennast registreerinud TlnRÜ koolitusele „Esitlusoskuste meistriklass“. Kuigi näen ennast õppeprotsessis just teadmiste edastaja rollis, siis tegelikult saan pea iga kord koolitusgruppide osalejatelt tagasisidet ja nõu „rosinaid“, et oma oskusi veelgi parendada. Olen veendunud, et saan osalejate usalduse ja turvatunde tagamisega edukalt hakkama, suudan pälvida nende avanemise ning oma murede/oskuste realistlikku</i>

	kirjelduse. Ilmselt just seetõttu on mind korduvalt palutud Töötukassa kliente hindama, et nad satuksid õige raskustasemega koolitusgruppidesse ning ei satuks halba seisu liiga tugevate teemadega rinda pista. Kõik minu koostööpartnerid koguvad regulaarselt tagasisidet toimunud koolituste kohta. See annab neile kindluse minu kui koolitaja kasutamiseks. Ja mina saan tagasisidet osalejatelt, et oma tööd veelgi tulemuslikult teha (vt esitatud iseloomustus).
Viide tõendusmaterjalile	• Töötukassa klientide testimine; 2020 – 2022 • TlnRÜ iseloomustus minu kui lektori kohta • Samuti võivad minu kohta anda hinnangu: ○ Igor Jallai; Valga Arvtuikeskuse juhataja; info@walk.ee ○ Monika Mägi; Juunika Koolitus OÜ; monika.magi@juunika.ee ○ Sigre Suurvarik; Tallinna Rahvaülikool; Sigre.Suurvarik@kultuur.ee ○ Eva Jantra; TalTech; eva.jantra@taltech.ee
5.2 Hindab oma füüsilist, vaimset ja emotsionaalset seisundit, võtab kasutusele abinõud tasakaalu saavutamiseks ja säilitamiseks.	
Kompetentsi tõendamine	Koolitaja töö on nii vaimselt kui füüsiliselt paljunõudev. Tänu oma põhikoolituste teemale – töötervishoid – suudan ennast jälgida ning hoida keha ning vaimu tervist. Kasutan iseenda puhul samu võtteid, mida oma koolitustel õpetan osalejatele. Et koolituspäevade järgselt pakkuda kehale puhkust ning liikumist, siis osalen aktiivselt Eesti tervisekäijate üritustel nii kodu- kui välismaal. Olen nendega koos liikumas käinud juba aastast 1997. Iga meie üritus sisaldab alati ka käimisüritust ja seda nii Eestis kui välismaal. Selleks, et ka pea puhata saaks ning suudaksin ennast päevastest mõtetest välja lülitada, olen päris usin raamatute lugeja, osalen oma Muuga kogukonna tegevuses, hoian lähedasi ning tihedaid suhteid perega.
Viide tõendusmaterjalile	Viimastel aastatel tehtud käimisüritustega reisirid: • Maijooksud • Pea kõik RMK loodus- ja matkarajad 2021-2024. • Ruhnu reis, 06.2021. • Iirimaa; 03.-09.08.2022. • Valmierabeerwalk; 09.2022. • Tallinna uue vangla külastus; 11.2022. • Ujumiskursus edasijõudnutele; 01.2023. • Masoovia ja Alam-Sileesia; 04.2023. • Ida-Soome; 09.2023.
5.3 Hoiab end kursis uuemate suundadega täiskasvanukoolituse valdkonnas. Käsitleb ennast õppijana, vastutab enda arengu eest.	
Kompetentsi tõendamine	Olen ilmselt oma tutvusringkonnas suurim elukestva õppe propageerija. Olen lõpetamas oma teist magistrikraadi. Et olla edukas ja hinnatud koolitaja, tegelen pidevalt enesetäiendamisega. Seda enam, et minu kaks peamist koolitusvaldkonda – digipädevused ning töökeskkonna ja -ohutuse teemad – on valdkonnand, mis on pidevas arengus ja muutumises. Ja eelmisel aastal omandasin uue oskuse uues täiskasvanute koolitamise valdkonnas – Soome Rohelise Kaardi Koolitus. Enam ma ei püüa olla nõ Hunt Kriimsilm ja tegutseda paljudes valdkondades. Pühendun oma teemadele süvendatult ning olen tänu sellele erialaselt ning professionaalselt edukam. Seepärast olen viimastel aastatel läbinud üle kahekümne koolituse enda arendamiseks ja tasemel püsimiseks. Järgmiseks oluliseks sihiks on õppida oskuslikult kasutama AI võimalusi.
Viide tõendusmaterjalile	• Digiturvalisus kutsega koolitajale; Tööinspeksioon (TI); 04.2021. • Joodik kollektiivis; TI; 08.2021.

- Tervislikud töökohad vähendavad koormust; TI; 09.2021.
- EVS-ISO 45001:2018 "Töötervishoiu ja tööohutuse juhtimissüsteemid. Nõuded koos kasutusjuhistega"; Eesti Standardikeskus; 10.2021.
- Infopädevuse koolitus; TI; 25.10.-21.11.2021.
- TEDxTallinn: Tajunihe; 10.2021.
- Ettevõtlusõpetaja mikrokraadi õpe; TlnÜ; kevadsemester, 2022.
- Mikro- ja makroökonomika; TlnÜ; kevadsemester, 2022.
- RA kohustuslikud osad; TI; 02.2022.
- Tuleohutuse eest vastutava isiku koolitus; PriErka OÜ; 10.2022.
- Korruptsiooni koolitus; TSK; 12.2022.
- Linnavalitsuse infotund jäätmemajanduse teemal; TlnLV; 04.2023.
- TI ja EU-OSHA; ohtlikud kemikaalid; 08.2023.
- AED koolitus; Tln Meditsiinikool; 01.2024.
- Soome Rohelise Kaardi koolitus; Työturvallisuuskeskus ry (TTK); 02.-03.2024.
- Soome Rohelise Kaardi koolitaja koolitus + sertifitseerimine; TTK; 04.2024.
- Työturvallisuuden peruskoulutus; TTK; 06.2024.
- Psykososiaalne kuormitus työssä; TTK; 10.2024.
- Vastuut ja velvoitteet yhteisellä työpaikalla; 1 TTK; 1.2024.
- Turvatuokio: Monimuotoisuuden huomioiminen perehdyttämisessä; TTK; 11.2024.
- Työhyvinvointikortin kumppanuusinfo; TTK; 01.2025.
- Stiilne monogramm; TlnRÜ; 02.2025.

Minu [läbitud](#) koolitused.

Mõned omandatud [tunnistused](#).