

TAMME LEHT



Tartu Tamme
Gümnaasium
oktoober 2020



Toimetajad:

Elizaveta Iškova



Ingrid Janter



Elis-Marlene Kirm

Toimetaja ja keeleteoimetaja

Liisbeth Laanemets



Anel Neumann

Lisette Oru



Toimetaja ja küljendaja

Kirke Ratt



Steffy Prants

Saskia Ehin



Toimetaja ja fotograaf

Nora Tuisk



Ketlin Naarits

Reili Rebane



Juhendaja

Irene Roots



Liina Nagel

Eva Kiisk



Stefi Treier



Kaanefoto: Ketlin Naarits

2020—2021

Pildil 11. loodusklassi noored

JUHTKIRI

Koolileht – see oleme meie. Kui ütleme “meie”, siis mõtleme tervet kooliperet. Saatke omaloomingulisi tekste, pilte, jagage oma mõtteid! Mis valmistab muret, mis hoopis rõõmu? Seetõttu pikemat teksti siia ei kirjutagi. Hakake lugema! Ja siis kirjutama, joonistama!



SELLES LEHES:

ilusa noore luulet
õudusjutt
poisid Efektivist
rähklemine rööbiti
teetest!
räägime klorofüllist
ikka maskiga ja
räägime koolist ka!

Sügis

Viimne sügisleht langeb,
kui härmas kogu maa.
Vaaruvad esimesed hanged,
kui valgus taandub taas.

Päike justkui jäätunud
silmapiiri taha.
Soojusest järgi jäänud
on vaid kauge kaja.

Rongid aina valjemalt
sõidavad siit mööda,
viivad ära mõtted,
mis und on piiranud.

Kevade uue päikse toob,
sulab kõik maa ja ilm.
Viimne lumeräitsak
veeks nüüd jääbki.
kuni uue talveni,
kuni uue jääni,
Mina sind ootama
vaid jäängi

Luuletused: Helen Lang

Pilt: Ketlin Naarits

Melanhoolne

vihmavari

Melanhoolne vihmavari
püüab vapralt piisku.
Poleks nagu kunagi
tundnud sellist niiskust.

Tahaks ma, et päike paistaks
valguskiiri õhku paiskaks.
Kuid tahaks ka, et sajak veel
Et pöuda poleks eluteel

Toomemägi

Vahtrast alleel on kui lõputu tee, kus
värvide mäng tantsib lendlevatel lehtedel.
Soojus imbub kätte läbi kuuma kohvi,
mida võiksid hoida hoopis sinu soojad sõrmed.
Siis tantsiksid ka mu südamepaelad ammu tuntud
tantsu, kus keerlen ja pöörlen.

Allee lõpus on sild, millelt vaataksin kaunist Tartut
sügisel.
Nagu sild, räägiksid ka sina minuga inglite keeles.
Ma tean, et Tartu asemel imetleksid sa mind.

Seisan üksi värvide mängus alleel,
kohv käes.



ÕUDUSJUTT

Õpetaja lauale jõudis jutt, kes kirjutab, kes küll teaks ...

Oli tuuline novembri pärastlõuna ja õpilased olid kogunenud kooliballile tantsimiseks. Kõik, kes koolimajja jõudsid, tundsid end ärevil, nagu juhtuks varsti midagi halba. Enamik surus selle mõtte maha ja osa kirjutab selle lihtsalt ärevuse arvele. Koolimaja tundus sellel õhtul eriti kõhe ja sünge. Keegi ei oleks arvanud, et see oli esimene hoiatusmärk.

Koolimaja oli kaunistatud tulede ja lintidega, mis rippusid laest. Kooliruumid nägid välja võluvad ning väga ruttu oli ebameeldiv õhkkond unustatud ja kõik kogunenud inimesed tantsisid all aatriumis või vestlesid teise korruse treppide juures. Ka õpetajaid oli näha nautimas oma õhtut.

Teine hoiatusmärk, mida pidutsejad oleks pidanud tõsisemalt võtma, jõudis mõne hetke pärast, kui oli kuulda Kirpu karjatust. Geio ja Kätri-Avelin jooksid karjatuse peale kohale ja leidsid sealt hirmunud näoga Kirpu, kes hüppas Geiole sülle. Kirpu hakkas neile rääkima, kuidas ta oli läinud vetsu käsi pesema ning kui ta peeglisse vaatas, nägi ta lumivalget nägu, kes sosistas: "Tokko". Asi oli selge, nad pidid küsitلهma minema Tokkot.

Samal ajal kui Geio, Kätri-Avelin ja Kirpu Tokkot otsisid, helistas Summelile mingisugune imelik number. Julge nagu ikka, võttis Summel telefoni vastu, aga kõik, mis ta kuulis, oli hingamine. "Hallo?" proovis ta aru saada, kes talle helistab, aga tulutult. Jahmunud Summel vajutas telefonikõne kinni ja jäi mõttesse. Sügavas mõttes olev Summel ei märganudki, kui Suurmets ehmunult ja kiirustades klassiruumi juurest kõndis: "Ma kuulsin sosinaid!" Äsja liitunud Kurn pöördus Summeli poole: "Kes kuulis?" "Helgi kuulis," vastas Summel, mille peale Suurmets vahele segas. "Aga Helgi ei näinud." Kui Suurmets situatsiooni kirjeldas, kus selgus, et kuuldi Tokko nime, otsustasid nad kindlameelselt Tokko üles otsida.

Õpetajad jõuavad ühiselt laborisse, olles hämmingus, et nad kõik Tokkot otsivad, ja näevad teda mingisugust luud uurimas. Kõik hakkavad läbiseigi

igasuguseid küsimusi esitama, aga aru pole saada kellestki. Lõpuks tormab laborisse Nikitkina ja pärib kõigilt, mis toimub. Tokko võtab esimesena sõna ja jutustab, kuidas ta leidis looduspraktikal metsast ühe huvitava luu.

"Kõnnin teerajast kõrvale ja näen, et okstest ringi sees on maasse löödud üks pikk luu. Krikseldused olid ka mulla peal, aga nendest ma aru ei saanud." Kõik vaatavad talle vaikides otsa. Järgmisena kirjeldab Suurmets, kuidas ta klassiruumis Tokko nime kuulis, mille peale Kirpu jahmunult talle otsa vaatab ja teatab, et tema kuulis sama asja. Õpetajad on segaduses ega mõista, mis toimub. Järsku kostub kooliraadiost ebameeldivalt kriipiv hääl, mis kähib kaskivalt: "Kõik aatriumi!"

Selle sõnumi peale jooksid kõik aatriumisse. Aatrium oli külm ja pime. Ainukene valgus, mis seal oli, tuli lavaäärsetelt tulukestelt. Järsku hakkas mikrofon tegema vastikut lärmi ning publik jäi vait. Nende vaikimisel lõppes lärm ja lavale ilmus olend, kes kõhatas: "Tere.. mina.. olen.. Gruber.. van Juan. Ühel teist.. on.. minule.. midagi väärtuslikku.."

Olend kõhatas jälle ning jätkas: "Minu ema, keda ma südamest armastasin, käeluu. Andke mulle mu ema käsi!"

Liina Nagel vaatab jahmunult oma arvuti ekraani ja mõtleb, mida ta just lugese. Kuidas ta sellised õpilased Tamme Lehte võtnud on? Hämmingus paneb ta sülearvuti kaane kinni. "Appi!"





EFEKTIIV: TÄHTIS ON ÕPPIDA KOGEMUSTE JA KÜSIMUSTE KAUDU

Saskia Ehin & Elizaveta Iškova



Efektiiiv: Mikk Kaasik (11TE) – klaver, vokaal, Kaspar Kiisk (11TE) – soolokitarr, vokaal, Raner Kiisk (12TE) – basskitarr, helitehnika ja Mattias Mäesalu – trummid.

Bänd sai kokku, kui muusikakoolis soovitas kitarriõpetaja Raneril mängida basskitarri. Algul prooviti erinevaid kombinatsioone. Lõpuks: Mikk pandi klaveri taha, Mattias trummidele. Mikk kutsus ühte proovi ka Kaspari ja sealt sai alguse Efektiiiv.

Nime sai bänd, kui ühel suvel toimivas bändiproovis käis arutelu sellel teemal. Pähe tulid ainult küsi-

tavad nimed, aga vahetult enne bussipeatusesse minekut käis Mikk välja “Efektiiiv!”

Kuidas kirjeldaksite oma muusikat?

Raner: Praegu oleme stiililt *pop-rock* ja teeme palju *cover*’eid, aga vaikselt tahame üle minna ainult oma lauludele.

Kust tulevad muusika/laulusõnade ideed?

Raner: Mikk tuleb proovi, et temal tuli ilmutus. Ta on ideedegeneraator.

Kaspar: Meil on siiani pimeusk Mikku, sest muusika kirjutamisel on tal kohe olemas loo visioon: kuhu tuleks mingi partii lisada, kuidas miski paremini kõlaks ning ta pole seni eksinud.

On teil peale bänditegemise veel huvisid? Koos, eraldi?

Kaspar: Harjutame kodus pille, õpime või vahel saame niisama kokku ja *chillime*.

Raner: Ma töotan ka helitehnikuna.

Kui tekivad konfliktid? Kui tihti? Kuidas hindate oma tiimitööd?

Kaspar: Meil ei ole konflikte. Kõikidel on tekkinud oma roll bändis ning töö läheb sujuvalt. Me oleme nagu perekond ehk siis konflikte võib olla vahepeal tekib, aga nad pole suured ja lõpuks ikka lahenevad.

Raner: Minul ja Mattiasel on vahest väikesed seletamised omavahel. Mina organiseerin tehnikat ja kõike muud ning iga kord vaidlen temaga, et “Meil ei ole vaja valgustehnikat nii palju, mida ma teen nende kahekümne lambiga?”

Mis/kes on inspiratsiooniks? Iidolid?

Kaspar: Vaatame üles Eesti tegijatele, näiteks Taukarile ja Padari bändile.

Ranar: Ma olen seda usku, et me peaks võtma õppust nendelt, kellest võtavad õppust Padar ja Taukar. Peaks õppima parimatelt!

Toimetulek populaarsusega? Meeldib?

Raner: Me oleme lihtsalt neli venda, kes üritavad midagi. Aga äge, kui keegi teab mu nime. Raadiost on lahe kuulda oma laulu või kui sõbrad kirjutavad "Pane kohe Elmarile!". Muidu tegeleme ikka enda jaoks, kuulsus pole esikohal.

Tulevikuplaanid bändiga? Kellega tahaksite koostööd teha? Kindel paik, kus oleks soovi esineda?

Kaspar: Me tahame ikka tippu! Äge oleks esineda Tallinna Laululaval.

Raner: Lahe oleks esineda Saku Suurhallis ja Sommaris. Ägedad kohad on need, kus on rahvast. Töötaks pigem omaette, aga kui pakutakse, siis ikka Eesti tegijatega.

Karantiin mõjutas bändi, koostööd ja isiklikku muusikaelu?

Kaspar: Üritasime proove teha, aga need ei tulnud välja.

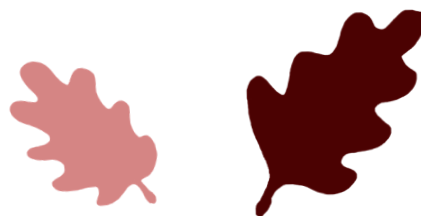
Raner: Pidime isegi pulmas esinema, aga koroonatõttu jäi muidugi ära.

Nõuanded algajatele muusikas?

Kaspar: Tähtis on õppida läbi kogemuste ja küsimuste.

Raner: Alguses toodad palju *crapi* ka. Mida mulle soovitas Elleri Muusikakooli õpetaja: "Alustamisel võta ette *country* kõige kõvem mees, kuula, vali laule, järgnevisi, bassipartiisid, ükskõik mida, mängi maha mingi pilli partii ja siis harjutad ülejäänud osa."

Raneri mõtteid muusikast ja muust ka järgmises numbris.



KURIKUULUS RÖÖPRÄHKLEMINE

Eva Kiisk & Stefi Treier



Rööprähklemine (inglise keeles *multitasking*) on kahe või enama tegevuse samaaegne tegemine ja/ või kiire edasi-tagasi liikumine mitme tegevuse vahel.

Kuidas saab alguse, eriti õpilaste seas, rööprähklemine?

Istud laua taga, töötuhin on imekombel oma potentsiaalse maksimumini jõudnud. Mõtted muudest asjadest on täielikult kõrvaldatud. Ühel hetkel tuleb aga ootamatult kas telefoniteade, -kõne vms, mis viib ideaalse keskendumisvõime nulli. Nende segavate faktorite tagajärgedeks ongi tihtipeale rööprähklemine.

Alati on öeldud, et inimene suudab mõelda ainult ühte mõtet korraga. Seda oleme pea kõik vähemalt korra oma vanematelt kuulnud: "Ära tegele muusika kuulamise ja õppimisega samal ajal!" On kindlaks tehtud, et rööprähklemisel langeb meie produktiivsus kuni 40%, ehkki on neid, kes ütlevad, et muusika kuulamine aitab neil just paremini keskenduda. Kõrvaliste tegevustega tegelemise tagajärjel kannatab kõige enam meie töö kvaliteet, kuna sujuv mõttevoog puudub.

Kas rööprähklemine on tõesti ainult kahjulik või võib see ka mõneti kasulikuks osutuda?

Kuigi on koolis vaja teha palju tööd, mida on tavaliselt raske õigeteks tähtaegadeks esitada, hakkavad

paljud õpilased rööprähklema. Kuigi võib ju arvata, et rööprähkeldes saab palju tööd korraga tehtud ja see on efektiivne õppemeetod, siis nii see kahjuks pole. Rööprähklemine võib mõjuda õppimisele ja keskendumisele väga halvasti ning võib õppimisvõimet isegi vähendada.

On tekkinud arvamus, et mitmele asjale keskendumises saame need kiiremini ja paremini tehtud. Kahjuks pole see üldsegi nii, sest aju ei suuda efektiivselt mitut asja korraga teha. Kui teha korraga kahte või enam asja, peab pidevalt asjadesse uuesti süüvima ning tekivad lüngad. Pealegi kulub selle jaoks ebavajalikult palju aega ja energiat.

Inimesed, kes tegelevad pidevalt rööprähklemisega, ei suuda enam mõtteid hästi organiseerida ja ebavajalikku informatsiooni välja sõeluda. Selle tulemusel saavad nad halvemaid tulemusi ning tunnis on uute teemade mõistmine palju raskem. Aju suudab siiski keskenduda ainult ühele asjale korraga.

Rööprähklemine tekitab palju stressi ning see võib mõjuda halvasti suhetele pere ja sõpradega, magamisele, söömisele ning üldiselt on energiat palju vähem. Stress ei muuda ainult õppimist raskeks, vaid ka muu elu. Palju raskem on teha oma igapäevaseid tegevusi, kui oled pidevalt väsinud.

Rööprähklemine on tegelikkuses halb õppemeetod ning igale õpilasele, kes seda kasutab, on tugevalt soovitatud leida parem alternatiiv.

Viis kergest nippi, kuidas oma produktiivsust maksimaliseerida:

- 1) Lülita välja kõik märguanded nii telefonis kui ka arvutis. Nendele reageerimine töö ajal hajutab tähelepanu ning aju ei pea algselt tehtud tegevust enam nii tähtsaks.
- 2) *White noise* (valge müra): kui töötad mürarikas keskkonnas, pane kõrvaklappidest nn valge müra heli, mis aitab ajul keskenduda tööle ning lülitada ebavajalikud taustahelid välja.
- 3) Liivakell/taimer: määra endale taimeri või liivakellaga 20 minutit produktiivset aega, kus keskendudki ühele teatud ülesandele. Nii saad kindel olla, et mõte ei lähe keset olulist tööd kaotsi ning saad oma ülesanded kiiresti valmis.

4) Märkmepaberid: hoia oma laual märkmepaberid, kuhu saad kirja panna töövoos järsult pähe tulevad ideed või teised mõtted, mis antud hetkel pole aktuaalsed. Nii saad tähtsamaga edasi tegeleda ning pärast kirja pandud ideede juurde tagasi tulla.

5) Päeva nimekiri: selleks, et oma aega mõistlikumalt organiseerida, tee endale igaks päevaks või nädalaks nimekiri asjadest, mida pead teatud ajaks ära tegema. Hea nipp on ka ettepoole panna tegevused, mis nõuavad rohkem aega, on keerulisemad või olulisemad kui teised.

TEE MAITSE JA MAITSE TEELE

Ingrid Janter



Istusime koolilehe toimetajatega 13. oktoobril hubases klassiruumis laudade taha, panime vee keema ning asusime eripäraseid teesid arvustama. Ilm oli väljas niiske ja jahe, üpriski täiuslik tee joomiseks.

Kuna igaüks valis ise, millise tee ta toob, oli meil lai

valik omapäraseid teesid. Osa pooldas mõrumaid, teised magusamaid jooke. Kokku hindasime kuut teed: Raspberry Punk, Forest Fruit, Pineapple and Pear, Black Tea and Thyme, Jasmine Dream ja Chocolate Toffee. Esimese koha sai punane marjatee Raspberry Punk ning viimase jasmiiinitee Jasmine Dream. Maitsed on loomulikult erinevad, jasmiiinitee tundus mõnele “oi, kui mõru!”

Kindlasti on oluline, kuidas oled harjunud teed jooma. Enamik meist piima teele ei lisa (eriti rohelistele – paljud eelistavad seda tüüpi teed piimata), ainult vahepeal mustale või marjamaitsele. Ka suhkrut ja mett ei kasuta igaüks, kuid mõrumate teede puhul tehakse erandeid.

Tore on mõelda tee maitsest või lõhnast kui tunde, nagu seda on hea hinde saamine või kooliaasta lõpp. Tihtipeale seostatakse teed õdusa tundmusega – kas siis vihmade ilmaga kodus või näiteks vanaema juures. Eriti sügisel ja talvel on mõnus teha endale tassitäie sooja teed, viiruse puhul näiteks raviteed.

Eriti imeline võib olla ise teed korjata ja kuivatada. Protsess teeb asja kohe südamelähedasemaks. Samamoodi armastatakse teha kohvi: kohvipuru terav lõhn tekitab inimestes nostalgiat. Mõnel võib aga ebameeldivam mälestus olla näiteks lasteaias pakitud ülimagusast lastekohvist.

Kutsuv võib tee juures olla paki välimus, tee maitse või vahva nimigi. Eesti külma kliimaga ja üleüldise tegusa eluviisiga on hea võtta väike paus ning nautida sooja tunnet kas üksi või koos teistega. Uute lemmikteede leidmine võib olla igati põnev ja värskendav – maailmas on avastada nii mõndagi.



MIKS MUUDAVAD LEHED VÄRVI?

Reili Rebane & Steffy Prants



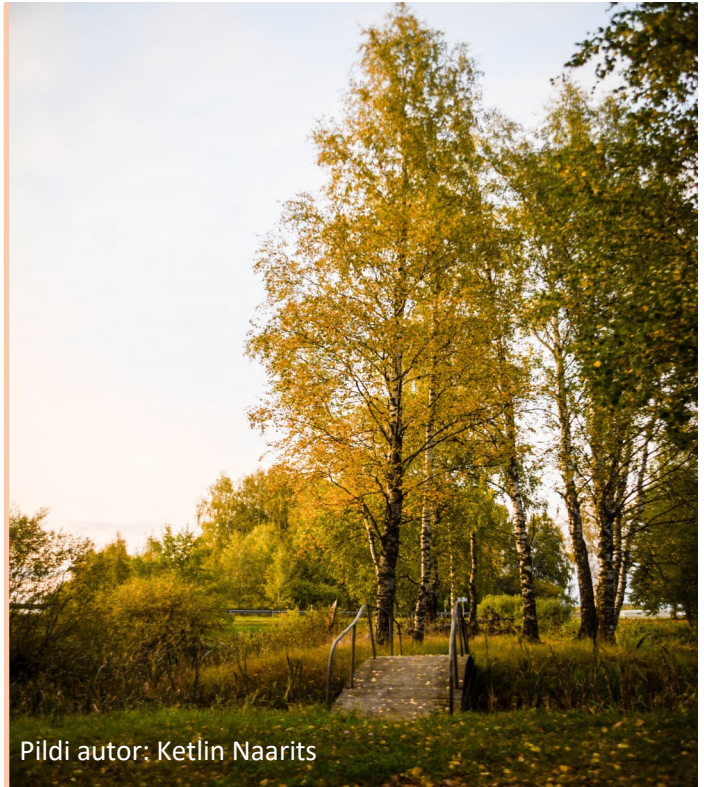
Paljude inimeste lemmikaastaag on sügis, sest siis on väljas väga palju värve. Me imetleme loodust, aga ei mõtiskle ülearu, miks lehed oma rohelse kaotavad.

Lehtedes on kloroplastid, mis sisaldavad klorofüllid, ja klorofüll annabki lehtedele rohelse värvi. Lehtede rohelus oleneb päikesevalgusest ja temperatuurist; sügisel muutuvad päevad lühemaks ja läheb külmemaks. Seetõttu aeglustub puu toiduvalmistamise protsess ja klorofüll hakkab lehtedest kaduma, kaotades ka seejärel rohelse värvi. Rohelse värvi kadumisel näitavad ennast teised värvid, näiteks kollane, oranž, punane ja isegi lilla.

Miks muutuvad mõned lehed pruuniks või kollaseks, aga teised punaseks?

Punase ja lilla värvi tekitaja lehtedes on antotsüaniin, mis lahustub rakumahlas. Oranži värvi saab leht karotenoididelt ja kollase värvi ksantofülidelt. Erinevatel puudel on lehtedes lisaks klorofüllile peidus erinevaid värve. Näiteks suhkruvaht muutub sügisel oranžiks, tamm pruuniks, kask ja saar kollaseks, valgepöök punaseks ja pirnipuu lillaks. See ei ole muidugi reeglipärane, kes mis värvi on, aga tavaliselt on igal puul oma värv.

Kõige suurema sügisetunde tekitavad inimestes puude värvimuutvad lehed. Need kollased, oranžid ja punased toonid püüavad inimeste pilke. Eriti võimenduvad värvid õhtuse kuldse päikesega ja väikesse tuuleiliga, mis sinna peale langedes panevad puudel olevad lehed rohkem särada. Meeldiva ja rõõmsa tunde, mis lehtede vaatamine tekitab, vallandab kehas serotoniini taseme tõusu ning rõõmsam meeleolu hoiab hetkekski eemale kõik need



Pildi autor: Ketlin Naarits

masendavad mõtted, mis pimedusega saabuda võivad.

Samuti tõmbab tähelepanu lehtede krõbisemine jalgade all, kui mitu päeva on olnud kuivad ilmad.

Sügisel on eriline lõhn, mis on tingitud mahalangenud lehtedest. Kui jalutada parkides või metsas, on tunda, et iga puu lehtedel võib eristada nendele omapärast lõhna.

Eriti kutsuvad värvilised ning krõbisevad lehed kohale lapsi, kellele meeldib suurtes lehehunnikutes mängida ja lehti laiali loopida.

Aga üks igal inimesel on erinevad tunded, mis neile sügiseste lehtede puhul meeldivad.

Õpetajate päeval tegid pilte: Robin Otter ja Emma Triin Seer



ÕPETAJATE PÄEV

Steffy Prants & Irene Roots



5. oktoobril toimus Tamme gümnaasiumis õpetajate päev. Nagu sel päeval kombeks, panid 12. klasside õpilased end proovile õpetajatena. Päevakavas olid lisaks tavapärasele tundidele ka 11.IT korraldatud IT-tunnid (väga erinevad teematoad, põhjalik töö!) kogu kooliperere ja õpilasesinduse poolt tehtud ühisüritus. Terve päeva vältel said õpetajad teha kaasa erinevaid tegevusi, näiteks toimus gruppides orienteerumine ning selle eest jagati hiljem ka auhindu.

Õpilasesindus korraldas õpetajate auks auhinnagala "Kelleks ma saada tahtsin?", kus jagati õpetajatele tiitleid populaarsete lapsepõlve ametisoovide järgi. Tiitliteks olid kooli politseinik (Aleksandr Kirpu), kosmonaut (Arnika Aadusoo), koomik (Urmas Tokko), stilist (Liia Vijand), spioon (Pille Liivamägi) ja arst (Leili Järvsoo). Õpilasesinduse liikmed esitasid ilusa laulu ja tantsisid rütmikalt õpetajatele. Emotsioonirikka ja graatsilise tantsu esitasid Merit Leiman ja Harry Jakob Ling. Südamliku dueti laulsid Helen Lang ja Anna-Grete Kärblane. Päev oli sisukas ja meeldejääv.

UUED NÄOD TAMMES

Ketlin Naarits & Kirke Ratt

Võtsime ühendust õpetajate Aivar Meldre (bioloogia), Aly Valvase (haridustehnoloog, roboti-

ka; kes on vasakul õpetajate päeva pildil) ning Karin Tepaskentiga (matemaatika; kas on ka õpetajate päeva pildil), et koolipere saaks neid paremini tundma õppida.

Miks soovisite kandideerida just Tartu Tamme Gümnaasiumi?

Aivar: Otsisin töökohta, mis asuks Tartus. Mõned TTG-ga tuttavad inimesed soovitasid mind TTG-sse ja vastupidi: mulle TTG-d. Kandideerisin ning enne, kui jõudsin mujale vaadata, öeldi, et mind oodatakse TTG-sse tööle :)

Karin: Olin pikka aega uue püsiva töökoha otsingutel. Kiiresti sain aru, et minu kodukohas mulle sobivat tööd ei leidu. Tartu on mind alati inspireerinud. Kui esimest korda Tartusse õppima tulin, siis unistasin siia elama asumisest ja töökoha leidmisest. Minu unistused hakkavad täituma. Tartu Tamme Gümnaasiumi poolt pakutav matemaatikaõpetaja ametikoht on saanud mulle uueks ja põnevaks väljakutseks. Olen väga huvitatud toimivast ning teotavast kollektiivist, sest hea koostöö tulemusel saavad alati täidetud püstitatud eesmärgid ning tagatud õpilaste jätkusuutlik areng.

Aly: See kool tuli ise minuni. Mul ei olnud tookord plaanis elukutset vahetada, töötasin Keskkonnaametis infosüsteemide spetsialistina. Juhtus aga nii, et üks asi viis teiseni ja nüüd on juba aasta märkamatu möödas, mil olen koolis toimetanud. Olen väga rahul ja õnnelik, et lasin asjadel lihtsalt juhtuda. Loodan, et olen tänaseks juba väikese panuse kooli toimimisse andnud ning soovin ainult paremaks saada oma valdkonnas.

Milline oli Teie lemmikõppeaine põhikoolis?

Aivar: Kunst, muusikaõpetus

Karin: Põhikoolis oli lemmikõppeaineid rohkem kui üks – kunst, käsitöö, geograafia, loodusõpetus ja alates 5. klassist ka matemaatika.

Aly: Mulle meeldisid paljud õppeained. Lemmikud olid need, mis said kergesti selgeks - matemaatika, loodusõpetus, kehaline kasvatus jpt.



Milline oli Teie lemmikõppeaine gümnaasiumis?

Aivar: Bioloogia

Karin: Ma õppisin gümnaasiumis matemaatika-füüsika eriklassis. Kuigi matemaatikat oli nädalas üks tund rohkem kui füüsikat, siis lemmikõppeaine oli siiski füüsika.

Aly: Teistest ainetest ehk rohkem meeldis matemaatika, joonestamine ja informaatika - tollal saime Eestis toodetud personaalarvuti Jukuga esimesi samme informaatikas astuda.

Milline õppeaine Teile kooli ajal üldse ei meeldinud?

Aivar: Vene keel

Karin: Kehaline kasvatus. Pigem mulle ei meeldinud õpetaja õppemeetodid.

Aly: Ma ei mäleta, et oleks olnud aineid, mis üldse ei meeldinud.

Kuidas kirjeldaksite ennast kolme sõnaga?

Aivar: Stoiline, kiiksuga huumoriga

Karin: Kiire õppimisvõime, positiivne ellusuhtumine, oskus jääda rahulikuks kriitilistes olukordades.

Aly: Rõõmsameelne, abivalmis, toimekas

Mis on Teie elumoto/ lemmikütlus?

Aivar: "Kübeke pohhuismi igasse päeva on õnneliku elu alus" - A. Meldre

Karin: 20. sajandi pimekurt ameerika kirjanik Helen Keller on öelnud: "Igaühel, kes soovib saada tõelisi teadmisi, tuleb lõpuks ikka raskuste mäest omapäi üles ronida. Ja kuna selle tippu ei vii ükski lihtne otsetee, tuleb sul ise see käänuline rada üles leida."

Aly: Kui kuidagi ei saa, siis kuidagi ikka saab.

Kas olete pigem kassi- või koerainimene?

Aivar: Kassiinimene, sest mulle need väikesed rotte meenutavad geneetilised ebardid, nähvitsad (chihuahuad, mopsid jm), kes looduses vähem kui kümne minutiga sureksid, ei meeldi.

Karin: Kassiinimene.

Aly: Lapsepõlves oli mul üks-kaks kõutsi ja vanaema juures kaks koera, kellega metsas koos ringi uitasin. Praegu on meie peres kaks kassi, seega vist kassisõber ;-)

Kas Te oleksite terve päeva pigem delfiin või koolibri?

Aivar: Arvestades, et koolibri võib (päriselt ka) juba paari tunniga nälga surra, kui magusat ei saa, tun-

nen, et olen rohkem koolibri tüüpi.

Karin: Koolibri. Üritan end teadlikult väga mitmekülgses valdkonnades harida ja seeläbi kogemusi omandada. Teinekord tuleb lihtsalt oma hirmudest üle olla ja midagi katsetada, sest muidu ju ei saagi teada, kas tegevus meeldib või mitte.

Aly: Koolibri - pääseks kohtadesse ja tegutsema, kuhu muidu keeruline minna.

DISTANTSÕPPE JA ÜKSI ÕPPIMISE TEEMADEL VÕTSIME ÜHENDUST MEIE KOOLI ÕPILAS-NÕUSTAJA HELINA HARROGA

Liisbeth Laanemets & Elis-Marlene Kirm



Kuidas on Teie suhtumine distantsõppesse ajaga muutunud?

Minu tööelu korraldus on pidanud paindlikumaks muutuma. Kindlasti oli kevadel palju katsetamist, millega kaasnes nii õnnestumisi kui ka ebaõnnestumisi. Arvan, et üht-teist olen siiski aja jooksul õppinud.

Kas distantsõppe ja sellega seostuvate asjaoludega on suurenenud teie töötunnid? Kui palju ja kuidas mõjutanud tavalist töörutiini?

Tänaseks päevaks, mil distantsõppe on siiski pigem erand kui reegel, on töörutiin valdavalt taastunud. Üldjoontes toimuvad kõikvõimalikud päriselulised, virtuaalsed või telefonivestlused siiski tööpäevade raames.

Kevadel, mil kõik oli väga-väga uus, oli küll alguses raske tööaja piire paika panna. Nii mõnigi kord juhtus, et suhtlemine kellegagi toimus hilisõhtuti, nädalavahetusel vms. Ma ise ei märganudki, et nii ei peaks olema, sest olles kogu aeg kodus, oligi raske eristada, et nüüd on tööaeg ja nüüd on iseenda aeg.

Minu töö eripära on veel ka see, et tegelikult tuleb niikuinii, ka täiesti tavaliste koolinädalate ja -kuude puhul ette, et ikka tuleb vajadusel kellegi jaoks ka hilisõhtul, varahommikul, nädalavahetusel või riigipühadel olemas olla. Oluline on teadvustada endale vajadust teha vahet kriisi ja muul moel keerulise olukorra vahel.

Kas distantsõppe võimalus võiks jääda püsima ka peale koroonamöödumist?

Näen selles võimaluses kindlasti ressursi õpilastele, kes tervislikel või muudel põhjustel ei saa koolis kohal viibida, ent on valmis ja tahavad siiski koolipäeva raames kaasa töötada. Samas näen ka ohtu ületöötamiseks ja läbipõlemiseks nii õpetajatele kui ka õpilastele.

Mille osas olla ettevaatlik, kui osaled distantsilt?

Distantsõppe osas tuleb olla realistlik - see kahjuks ei asenda realselt koolis kohal olemist. See võimaldab mingil määral tunnis toimuvast osa saada, ent tuleb olla valvas, et ei tekiks illusiooni, justkui oleks see täpselt sama efektiivne või hea õppimise viis. Lisaks kipuvad hindelised tööd distantsõppel olemise ajal kuhjuma.

Kindlasti tasub ka oma silmade tervisega arvestada, olla nende väsimuse suhtes tähelepanelik ja teha puhkepause ning -päevi.

Kellelt küsida vajaduse korral abi?

Kellelt vaja. See sõltub tihti abist, mida tarvis. Vahel saab abi sõpradelt või pereliikmetelt, teinekord klassijuhatajalt või aineõpetajalt, või siis hoopis kooli õpilasnõustajalt või õppenõustajalt. Internetist kindlasti ka. Ma arvan, et vajaduste ja abi küsimuse juures on kõige kriitilisem koht hoopis selle ära tundmises, ET abi on vaja. Tihti mõtleme, et ah, küll ma saan hakkama... Aga äkki ei pea nii raske olema. Vahel ei olegi kõige olulisem, kelle poole pöörduda, sest kui see inimene ise aidata ei saa, siis tihti oskab ta soovitada, kellelt järgmiseks küsida. Kõige tähtsam on lihtsalt küsida. Suhtlemine aitab!

Millega saavad aidata õppenõustaja ja õpilasnõustaja? Kas nendega saab suhelda ka distantsil olles?

Jah, nii õpilasnõustaja kui ka õppenõustajaga saab suhelda ka distantsil olles. Alati saab kirjutada Stuudiumi suhtluskeskkonnas, saata e-kiri või helistada (kooli kodulehel olev telefoninumber töötab kenasti ja seda ka siis, kui nõustaja on kabinetist eemal). Lisaks on nõustajad valmis viima läbi nõustamisi vidokõnedena - Skype, Google Meet, Zoom.

ÕPPENõustajal ja ÕPILASNõustajal on veidi erinevad profiilid, ent tegelikult ei ole vahet, kelle poole pöörduda. ÕPPENõustaja Sandra keskendub peamiselt kooliga toime tulemisele: õppetöös osalemine, õppimine ja õpivõtted, aja planeerimine ja juhtimine, motivatsioonilised mureküsimumused. Vajadusel kindlasti ka suhete-konfliktidepõhised mured, majanduslikud või üksinda elamisest tingitud toime- tulekuraskused jms.

ÕPILASNõustaja Helina on oma ettevalmistuselt psühholoog, ent tegutsemisvaldkond on laiem. Peamiselt tegeleb Helina vaimse tervisega (meeleolu - depressioon, ärevus; tähelepanu- ja keskendumisraskused, (häirivad) mõtted ja nende juhtimine), enesehinnanguga, motivatsiooniga, ent ka õpioskuste ja -võtete, suhete, identiteedi, sotsiaalsete oskuste jms teemadega.

Kuidas teha õppimine enda jaoks lihtsamaks? Lõbusamaks?

See on tihti väga individuaalne ja sõltub sellest, mis on kellegi jaoks lihtne või lõbus. Üks kõige universaalsemaid võtteid asjade lihtsustamiseks on teha neid võimalikult väikesteks juppideks. Kui tundub, et ülesanne on ikka veel liiga raske, siis tuleb juppi veel poolitada ja seda seni, kuni töösuutäis tundub allaneelatava suurusega olevat.

Lisaks võib igast õppimisest mängu teha. Pikk võrkeelne tekst vaja pähe õppida: teen laused taseme- teks, leian sõnadele veidraid või naljakaid seoseid, iga ära õpitud lause järel on mängija ehk õppija ära teeningud autasu vms.

Tihti on kasu ka sellest, kui õppida väikese grupiga koos. Kahe-kolmekesi on vahel hea üksteist n-ö testida, üksteisele informatsiooni tagasi vastata, üheskoos mõnele probleemile vastust otsida, tööjuppe omavahel ära jagada või lihtsalt üksteist õppimisega tegelema motiveerida, selle asemel, et unustada end kassipilte või -videoid vaatama.

Mis oleks teie nõuanded efektiivseks iseseisvaks õppimiseks?

Mulle tundub, et optimaalse efektiivsuse saavutamiseks tuleb iseennast tundma õppida: Kuidas, milal ja mismoodi toimib õppimine minu jaoks kõige tõhusamalt ja lihtsamalt? Millised minu tugevused kompenseerivad nõrgemaid jooni? Kas ja milliseid ülesandeid teen paremini üksinda ja millistel juhtudel on õpi-sõbrast kasu? Milline keskkond on õppimise jaoks parim? Tegelikult on kõige olulisem esmalt mõelda välja, MIDA ja MIKS ma tahan saavutada. Kui ma ei usu millessegi, siis on väga raske sellega tegeleda. Näteks kui õpilane, kes üldse ei armasta raamatuid lugeda, peab seda siiski tegema, siis oleks tal esmalt vaja välja mõelda, mida ta tegema peab ja miks ta seda tegema peaks - pean raamatu sisu endale nii palju selgeks saama, et kolm kätte saada, sest ma tegelikult tahan õppida inseneriks, mis vajab keskharidust; pean õppima teksti piisava keskendumisega lugema, mõistma ja kasutama, et eesti keele eksamil vähemalt 75 punkti kätte saada, sest see on oluline ülikooli sisse saamisel vms. Kui tegevus on enda jaoks mõtestatud ja eesmärgistatud, siis on juba lihtsam sellega tegeleda. Lisada sinna veel teadmised oma isiklikest vajadustest ja eripäradest ning nii ongi tee efektiivse õppimiseni sillutatud. Nii **õppimise mõtestamisel, iseenda tundmaõppimisel kui ka endale sobivate õpivõtete leidmisel saab alati õpilasnõustajalt või õppenõustajalt abi paluda. Selleks me olemas olemegi ja aitame suurima heameelega.**



Pilt: erakogu

Kui vajad nõustamist, palun võta ühendust õpilasnõustaja (psühholoog) Helina Harroga

- helina.harro@tammegymnaasium.ee
- või õppenõustaja Sandra Kremanniga
- sandra.kremann@tammegymnaasium.ee

Õppenõustajat Sandrat tutvustame teile järgmises numbris!

KAS IGA PÄEV ON MASKIPÄEV?



Nora Tuisk & Anel Neumann

Pärast tormilist koroonakevadet teab iga laps ja vanainimene: pese käsi, ära puuduta oma suud-silmi, püsi haigena kodus! Nende soovitude kõrval otsib aga kõlapinda veel üks viirusseire vahend, mille kasutamisevajadus ei ole selginenud ega juurdunud ei meil ega välismaal – maski kandmine. Kui vaatame näiteks meie omas koolimajas ringi, on maskikandjate hulk märgatavalt väike – saaksime regulaarselt maski kandvate koolikaaslaste nimed ühe-kahe käe sõrmedel üles lugeda. Sama trendi on märgata ka ühistranspordis, toidupoes, teatrisaalis jne. Kellel siis on õigus – kas maskiga või maskita? Kas ja millistes olukordades peaks siis maski kandma ja kui, siis millist maski valida?

Milleks mask?

Mask, kattes suu ja nina, takistab piisknakkuseid (nt Covid-19, tuulerõuged, tuberkuloos) tekitavate viiruseosakeste levikut ühelt inimeselt teisele. Mask peab kandmisel kinni haigestunu nakkusosakesed ning kaitseb tervet inimest viirusosakestega kokkupuute eest. Maskist on enim abi, kui seda kannavad mõlemad osapooled (nt terve ja haigestunud inimene).

Maski on mõttekas kanda siseruumides, kus on raske hoida teiste inimestega vähemalt 2-meetrist distantsi või kust liigub päeva jooksul läbi palju (potentsiaalselt haigeid või viirust kandvaid) inimesi.

Maski ei ole mõtet kanda näiteks õues (va juhul, kui distantsi hoidmine pole võimalik) ega kodus. Õues piisab, kui hoiad teistega 2-meetrist vahet, sest viirusosakesed on üpris rasked ning ei lendu kaugemale kui 2 meetrit. Kuna kodus elatakse lähistikku koos, on võimalus nakatuda ka maski kandes.

Mask on Terviseameti andmetel soovituslik ning esmajärjekorras peaks järgima hügieeni ja hoidma distantsi. See tähendab, et maski kandmise otsuse võib teha igaüks ise. Kui tunned näiteks koolis või mujal avalikus ruumis, et ei suuda end kätepesu ja distantsi hoidmisega piisavalt kaitsta, kannal iga juhul maski.

Millist maski kanda?

Kuigi võib tunduda, et viirusmaskiks sobib ükskõik milline mask või riideese, siis päris nii see ei ole. Terviseamet eristab kolme tüüpi maske: meditsiiniline (ka kirurgiline), mittemeditsiiniline (ka kogukonna, laiatarbe või isetehtud) ja respiraatormask. Meditsiiniline mask on avalikkusele kõike tuntum. Nagu nimigi ütleb, kasutatakse neid enim meditsiinasutustes, need on alati ühekordsed, ning need pakuvad kaitset nii maski kandjalt kui ka väliskeskkonnast lenduvate nakkuspiiskade vastu. Kirurgiline mask on vaieldamatult kõige efektiivsem, küll aga peab arvestama, et nende kättesaadavus võib (eriti kriisiolukorras) olla tavakodanikule raskendatud ja/või piiratud.

Respiraatormaski tunneb ära selle ümmarguse kuju ja plastikust filtri järgi. Ka neid kasutatakse palju meditsiiniavaldkonnas, kuid on halvemad võrreldes kirurgiliste maskidega, sest tavaliselt suudab filter pidurdada küll väljastpoolt tulevaid nakkusosakesi, kuid ei peata maski kandja viirusosakesi. Seetõttu ei tohiks nakatunud isik avalikus ruumis respiraatormaski kanda.

Mittemeditsiinilisi maske valmistatakse mitmesugustest materjalidest (näiteks tekstiil või paber), sisaldavad tavaliselt euronõuetele kohast filter-riiet ning on sõltuvalt materjalist kas ühekordsed või

korduvkasutatavad. Kogukonnamaskid vähendavad mingil määral nakkusosakeste levikut, kuid on kindlasti vähem efektiivsed kui meditsiinilised maskid. Küll aga on mittemeditsiinilised maskid avalikkusele kergemini kättesaadavad ning on teisi abinõusid kasutades (puhtad käed, distantsi hoidmine) avalikus ruumis piisavalt võimekad.

Terviseameti koduleht soovitab rangelt koroonapositiivsetel või viirusnähtudega isikutel isolatsioonis püsida sõltumata sellest, kas nad kannavad maski või mitte.

Maski kandmisel on oluline meeles pidada, et mask on efektiivseim koosmõjus teiste Terviseameti soovitatud meetmetega (kätepesu, distants) ning oluline on järgida maski kandmise põhitõdesid:

- Pese enne maski käsitsemist hoolikalt käed (nii paigaldades kui ka eemaldades)!
- Veendu, et mask katab Sinu näo täielikult (ninajuurest lõua alla)!
- Maski eemaldades haara selle paeltest, mitte esiosast!
- Mask tuleb peale eemaldamist visata kohekselt prügikasti (ühekordne mask) või pesta pesumasinas vähemalt 60°C juures (riidemask)!
- Maski märgumisel tuleks see koheselt välja vahetada!

Allikad ja lisalugemist: Terviseameti koduleht ja kriis.ee



KEELEKEERUD

Piibe Leiger

Kokku või lahku? *ne*-liide teeb nimisõnast omadussõna. Kui omadussõnale eelneb teda täiendav käändsõna, siis kirjutame need sõnad kokku: mitme + päevased = mitmepäevased; viie+tunnine= viietunnine; koera + suurune = koerasuurune.

Ka siis kirjutame ikka kokku, kui omadussõna täiendav sõna on mitmuses või täiendsõnu on mitu: aastatepikkusest, teadmistepõhised; esivanemate aegne; viieteistkümneaastane.

Lahku tõmbab sellised sõnad vaid esimese sõna (sõnaühendi) juurde kuuluv täiend: minu esivanemate aegne; mitmete aastate pikkusest; suure koera suurune.

Kallis Piibe, palju õnne! <https://opleht.ee/2020/04/aasta-soome-keele-opetaja-piibe-leiger-soome-keel-volus-mind-kohe/>

HOROSKOOP

Jäärad on väga energilised ja aktiivsed. Nad tahavad alati teistega võistelda ning tihti saavutavad nad ka esimese koha. Jäärad on tõelised peohinged ja ilma nendeta pole pidu õige pidu.

Sõnnid tahavad olla alati ümbritsetud armastuse ja sõpradega. Samas on nad ka väga praktilised ja suudavad asju vaadata realistliku nurga alt. Peol on sõnnid väga sotsiaalsed ja lõbusad. Kunagi ei ütle nad ära bussijuhi mängust.

Kaksikud on sotsiaalsed ja lõbusad, kuid võivad kiirelt muutuda tõsiseks ja närviliseks. Neil võivad tihti esineda tujumuutused, kuid siiski on nad head sõbrad. Peol istuvad nad ühel hetkel nurgas ja nutavad ning teisel hetkel on tantsupõrandal peoloomad.

Vähid on väga emotsionaalsed ja tundlikud ning nad hoolivad palju oma perest ja sõpradest. Vähkil on ka värvikas iseloom ning nad ei sulandu alati massi. Peol alguses võivad ennast tunda erakuna, kuid aja möödudes on nad sõbrutsenud kõigiga.

Lõvid on sündinud juhid. Nad on väga enesekindlad ja nad suudavad saavutada kõike, kui pingutavad. Peol üritavad lõvid teha hulljulgeid asju ning kõiki teisi oma tegevustesse kaasata. Näiteks katusele ronida.

Neitsid on väga ettevaatlikud, organiseeritud ning nad pööravad tähelepanu väikestele detailidele. Nad on ka veidi arglikud ning nad ei suuda ennast alati väljendada nii, nagu nad tahaksid. Peol üritab neitsi lootusetult oma *crush*-iga flirtida.

Kaalud eelistavad rahumeelset elu ning neile ei meeldi olla üksi. Nad on ka väga targad ning neile meeldivad huvitavad sarjad ja raamatud. Peol meeldib kaaludele mängida erinevaid mängu ning peo lõpus aitavad nad vahel ka koristada.

Skorpionid on väga äkilised ja kohati ka hullumeelsed. Neile meeldivad väljakutsed ja seiklused. Pidu ei ütle nad kunagi pakutavast pitsist ära, kuid neid ei tohi talle liiga palju pakkuda.

Amburid on optimistlikud ja nad armastavad vabadust. Tihti võivad nad ka kohustusi viimasele minutile jätta, kuid nende loogiline mõtlemine ja intelligentsus päästab päeva. Kui peol on koer, siis võib leida amburi koera kallistamas.

Kaljukitsed on väga töökad ning iseseisvad. Neil on eluks välja mõeldud kindlad eesmärgid ning neid ei peata miski et neid saavutada. Pidudel võib kaljukitse leida tantsupõrandalt.

Veevalajad on väga avatud mõtlemisega, targad ja unikaalsed. Kuna nad on avatud mõtlemisega, siis neile meeldib koostöö ja neil on palju sõpru. Peol üritab veevalaja kõigiga juttu ajada.

Kaladel on väga värviline iseloom. Nad ümbritsevad ennast üksteisest erinevate inimestega, nad on abivalmid ning armastavad muusikat. Peol võib kalad leida laua all pikutamas.