

KINNITATUD

Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli
nõukogu 27.05.2025.a otsusega nr 1.1

TALLINNA TERVISHOIU KÕRGKOO



TERVISEDENDUS

80997

Õppeasutus	TALLINNA TERVISHOIU KÕRGKOOI
Õppeasutuse kood	70003980
Õppekava nimetus	TERVISEDENDUS
Õppekava nimetus inglise keeles	HEALTH PROMOTION
Kõrgharidustaseme õpe	rakenduskõrgharidusõpe
Õppekava kood EHIS - es	80997
Andmed õppekaval õppe läbiviimise õiguse kohta	Õppekava kuulub "Tervishoid" õppekavagruppi, milles on antud õigus õpet läbi viia. Vabariigi Valitsuse 11.07.2019 määrus nr 62.
Õppekava esmane registreerimine	30.05.2007
Õppeasutuses õppekava versiooni kinnitamise kuupäev	Õppekava on heaks kiitnud Tervisedenduse õppekava nõukogu 28.04.2025. Õppekava on heaks kiitnud Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli nõukogu 27.05.2025 otsusega nr 1.1.

Õppe valdkond	tervis ja heaolu
Õppesuund	tervis
Õppekavagrupp	tervishoid
Õppekava peaeriala (või erialad) ja nende maht (EAP)	tervisedendus 180 EAP
Kõrvaleriala(d), muud võimalikud spetsialiseerumised õppekavas ja nende maht (EAP)	kõrvalerialasid ja spetsialiseerumist õppekaval ei ole
Õppevormid	päevane õpe
Õppe nominaalkestus	kolm aastat
Õppekava maht Euroopa ainepunktisüsteemi ainepunktides (EAP)	180
Kohustuslike ainete maht (EAP)	170
Valikainete maht (EAP)	10
Õppekeel	eesti keel
Õpiväljundite saavutamiseks vajalikud teised keeled	inglise keel

Õppe alustamise tingimused	gümnaasiumi lõputunnistus, lõputunnistus kutsekeskhariduse omandamise kohta või nendele vastav kvalifikatsioon
Õppekava eesmärk on tagada rahvusvaheliselt tunnustatud kvaliteetne rakenduskõrgharidus töötamiseks rahvatervishoiu valdkonnas ning võimaldada üliõpilasel omandada tervisedenduse ja ennetuse spetsialistina töötamiseks ning magistriõppes õppimiseks vajalikud kompetentsid.	

Õppekava õpiväljundid	
1. Teab tervisedenduse aluseid ja arengusuundi, mõistab nende olulisust ja eripära ning eristab fakte arvamustest. 2. Teab huvikaitse ja kommunikatsiooni aluseid ning mõistab ja oskab rakendada sobilikke meetodeid tervisemuutuste saavutamiseks arvestades asjaosaliste eripärasid ning konteksti. 3. Teab planeerimise ja juhtimise aluseid ning töötab iseseisvalt ja meeskonnas välja tervisedendusega seotud probleemide lahendused, väärtustades koostööd, tõenduspõhisust ja jätkusuutlikkust. 4. Koostab uurimistöö sõnastades tervisedendusega seotud probleeme, kavandades andmekogumist ja analüüsid kriitiliselt teaduskirjandust ning tulemusi. 5. Mõistab tervisedendust laiemas valdkondlikus kontekstis, seostab ja kasutab üldteadmisi ning -oskusi erialases tegevuses, väärtustades turvalisust, kestlikkust, andmepõhisust ja innovatsiooni. 6. Rakendab omandatud teadmisi ja oskusi täites erialaseid ülesandeid vastutustundlikult, loovalt ning eetilisel, analüüsid enda isiklike ressursse ja professionaalset arengut.	

Õppekava täitmise tingimused	
Õppekava sisaldab: seitse moodulit (180 EAP)	
Tervisedenduse alused	32 EAP
Huvikaitse ja kommunikatsioon	23 EAP
Juhtimine ja planeerimine	29 EAP
Uurimistöö	25 EAP
Üldained	21 EAP
Praktika	40 EAP
Valikained	25 EAP
Praktika maht	40 EAP
Lõputöö maht	5 EAP
Valikainete maht	10 EAP

Valikuvõimalused õppekava läbimiseks	Üliõpilased läbivad 10 EAP ulatuses valikaineid. Valiku võib teha oma õppekava valikainete moodulist või kõrgkooli mõne teise õppekava valikainete moodulist.
Õppekava lõpetamise tingimused	õppekava täitmine täies mahus ja positiivsele hindele kaitstud lõputöö
Lõpetamisel saadava diplomi nimetus ja vastava kraadi nimetus	rakenduskõrghariduse diplom Diploma of professional higher education

	Terviseteaduse bakalaureusekraad <i>Bachelor of Science in Health Sciences (BSc)</i>
Lõpetamisel väljastatavad dokumendid	rakenduskõrghariduse diplom, selle juurde kuuluv akadeemiline õiend ja ingliskeelne <i>Diploma Supplement</i>
Edasiõppimise võimalused	magistriõpe
Pääs tööturule	On omandanud õpiväljundid tervisedenduse ja ennetuse spetsialistina töötamiseks.
Lisainfo	http://www.ttk.ee/et/kontaktileht

TERVISEDENDUSE ÕPPEKAVA SELETUSKIRI

Alates 2025/2026 õppeaastast on tervisedenduse õppekavasse sisse viidud järgmised muudatused:

1. Kaasajastatud on õppekava eesmärki ja õpiväljundeid.
2. Uuendatud on moodulite nimetused, eesmärgid, õpiväljundid ja/või mahud:
 - 2.1 Tervisedenduse alused (32 EAP) – mooduli nimetus on jäänud samaks, kuid varasemast rohkem on tervisedenduse kõrvale toodud ennetus. Mõningal määral on muudetud õppeaineid, näiteks on antud moodulisse lisatud eetika;
 - 2.2 Huvikaitse ja kommunikatsioon (23 EAP) – vastavad tervisedendaja kompetentsid on võetud õppekavas fookusesse ja sellest tulenevalt on teemadena lisatud näiteks argumenteerimine ning väitlemine;
 - 2.3 Juhtimine ja planeerimine (29 EAP) – vastavad tervisedendaja kompetentsid on võetud õppekavas fookusesse ja sellest tulenevalt on lisatud näiteks planeerimine kogukonnas;
 - 2.4 Uurimistöö (25 EAP) – lisatud on õppeaine *Journal Club*, mis on varasemalt olnud valikaine, kuid osutunud oluliseks õppimaks teaduskirjanduse kasutamist;
 - 2.5 Üldained (21 EAP) – ühte moodulisse on paigutatud õppeained, mis ei ole spetsiifiliselt tervisedenduse osad, kuid pakuvad olulisi üldisemaid teadmisi ja oskusi rahvatervishoiu valdkonnas tegutsemiseks. Näiteks järgmised teemad: demograafia, epidemioloogia, tööohutus jt;
 - 2.6 Praktika (40 EAP) – praktikad on koondatud ühte moodulisse, laiendatud on võimalusi praktilise kogemuse saamisel (nt on lisatud praktika rahvusvahelises organisatsioonis) ja samas korrigeeritud varasemate praktikate mahtu;
 - 2.7 Valikained (25 EAP) – lisatud on kolm uut valikainet, et üliõpilased saaksid tutvuda veelgi rohkemate võimalike töökohtade ja nende spetsiifikaga.
3. Õppeained, mis jäävad eraldiseisvalt õppekavast välja ja mille sisu liidetakse osaliselt teiste õppeainetega:
 - 3.1 Rahvatervis;
 - 3.2 Sotsioloogia ja tervisedendus;
 - 3.3 Vaimne tervis ja tervist kahjustav sõltuvuskäitumine;
 - 3.4 Tervist toetav toitumine ja kehaline aktiivsus;
 - 3.5 Haiguste ja vigastuste ennetus;
 - 3.6 Strateegiad ja meetodid;
 - 3.7 Filosoofia;
 - 3.8 Haldusoskused;
 - 3.9 Õppimine ja õpetamine;
 - 3.10 Anatoomia ja füsioloogia;
 - 3.11 Psühholoogia;
 - 3.12 Sotsiaalpsühholoogia;
 - 3.13 Sissejuhatav praktika tervisedendusse.

4. Õppeained, mille puhul on muudetud ainult nime:
 - 4.1 Keskkonnatervishoid (3);
 - 4.2 Rahvatervishoid ja demograafia (4).
5. Õppeained, mille puhul on muudetud nime, mahtu, eesmärki ja/või õpiväljundeid, kuid teemad ning sisu on suures mahus samad:
 - 5.1 Sissejuhatus tervisedendusse ja ennetusse (5);
 - 5.2 Tervisemõjurid (5);
 - 5.3 Kogukond ja võimestumine (5);
 - 5.4 Tervisekommunikatsioon (5);
 - 5.5 Tervisealane seadusandlus (3);
 - 5.6 Tervisepoliitika (5);
 - 5.7 Planeerimise alused (5);
 - 5.8 Haigusõpetus (3);
 - 5.9 Epidemioloogia ja biostatistika (4);
 - 5.10 Praktika riigiasutuses (5);
 - 5.11 Praktika paikkonna tasandil (8);
 - 5.12 Praktika organisatsioonis (15).
6. Õppeained, mille puhul on muudetud nime, mahtu, eesmärki ja/või õpiväljundeid ning teemade lisamisega on sisu suurel määral muutunud (nt mitme õppeaine liitmine):
 - 6.1 Inimese areng (5);
 - 6.2 Filosoofia ja rahvatervishoiu eetika (4);
 - 6.3 Argumenteerimine ja avalik esinemine (5).
7. Uued kohustuslikud õppeained:
 - 7.1 Positiivne psühholoogia ja vaimne heaolu (3);
 - 7.2 Tervisekäitumine ja tervist toetav keskkond (5);
 - 7.3 Väitlusklubi (5);
 - 7.4 Planeerimine kogukonnas (6);
 - 7.5 Tervisekäitumise muutuse planeerimine (6);
 - 7.6 Strateegiline planeerimine (6);
 - 7.7 Praktika rahvusvahelises organisatsioonis (4);
 - 7.8 Praktika kohalikul tasandil (8);
 - 7.9 *Journal Club* (5).
8. Uued valikained:
 - 8.1 Tervisedendus haridusasutuses (5);
 - 8.2 Tervisedendus töökohal (5);
 - 8.3 Tervisedendus kolmandas sektoris (5).

Tervisedenduse õppekavas ei ole muudetud õppekava nimetust, õppe alustamise tingimusi, õppe nominaalkestust ja mahtu, õppekeelt, spetsialiseerumisvõimalusi, õppekava sisu liigitust.

LÕPETAJATE OODATAV TEGEVUSVALDKOND

Tervisedendaja (*Health Promotion Specialist*) on erialase kõrgharidusega spetsialist, kelle tegevus on suunatud indiviidide, gruppide, organisatsioonide ja elanikkonna tervise ning elukvaliteedi arendusele. Tema tegevuse eesmärgiks on töötada tervist toetava keskkonna ja võrdsete võimaluste loomise suunas erinevatele sotsiaalsetele gruppidele nende tervisepotentsiaali igakülgselt arendamiseks.

Tervisedendaja peamisteks tegevussuundadeks on: tervist toetava keskkonna ja võrdsete võimaluste loomine; koostöö algatamine ja vahendamine, tervisepotentsiaali arendamine; kogukondade ja gruppide suutlikkuse arendamine, võimendamine; inimeste tervisealase teadlikkuse ja oskuste arendamine; tervise huvikaitse ja poliitika mõjutamine ning analüüsimine; tervisealaste süsteemide arendamine; tervisealase info kaardistamine ja uuringute teostamine; tervisedendavate sekkumiste planeerimine ja koordineerimine.

Vastavalt rahvatervishoiu seadusele ([RT I, 02.01.2025, 3](#)) on tervisedenduse ülesanded nii riigi tasandil, omavalitsuste tasandil kui mittetulundussüsteemil ja erasektoril.

Võimalused töötamiseks tervisedenduse valdkonnas: spetsialistina kohalikes omavalitsustes, riigiasutustes (ministeeriumid, riigiametid), Tervise Arengu Instituudis, koolides, lasteasutustes, eraettevõtetes ning mittetulundusühingutes.

Õpinguid on võimalik jätkata magistriõppekavadel.

Õppekava läbimisel täies mahus on lõpetanud võimalik taotleda tervisedendaja kutsetunnistust.

ÕPPEKAVA ALUSED JA PRAKTIKA KORRALDUS

2014. aastast on Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli tervisedenduse õppekava akrediteeritud Rahvusvahelise Tervisedenduse ja Hariduse Assotsiatsiooni (*International Union for Health Promotion and Education, IUHPE*) poolt. Rahvusvahelise akrediteeringu järgi vastab tervisedenduse õppekava Euroopa Tervisedenduse Kutsestandardile (*Core Competencies and Professional Standards for Health Promotion*).

Tervisedenduse õppekava tugineb Eesti Kutsekojas kinnitatud [tervisedendaja, tase 6 kutsestandardile](#).

Õppekava läbimisel omandatakse teadmised ja oskused ning praktiseerimise kogemus, et saavutada kõik üheksa tervisedendaja kompetentsi. Eriline tähelepanu on huvikaitisel, kommunikatsioonil, juhtimisel ja planeerimisel. Õppekava võtmepädevused on analüüsioskus sh kriitiline mõtlemine, eestvedamine sh koostööoskus.

Õppekava põhimõtted:

- tervisedenduse õppekava on koostatud vastavuses Rahvusvahelise Tervisedenduse ja Hariduse Assotsiatsiooni ja Eesti Tervisedenduse Ühingu heade tavadega;
- tervisedenduse õppekavas on pööratud rõhku üliõpilase rakenduslikule tööle kogukonna tasandil;
- õppetöö käigus kasutatakse probleemilahendusel põhinevaid õppemeetodeid, mis motiveerivad üliõpilasi omandama oskusi iseseisvaks tööks;
- kõrvuti oskustega lahendada kogukonna terviseprobleeme omandavad üliõpilased teadmisi ja oskusi käsitleda ka globaalseid probleeme.

Õppetöö koosneb kontaktõppest, praktikast ja iseseisvast tööst. Kogu teooriaõppe mahust moodustab kontaktõppe mitte rohkem kui 50% ja iseseisev töö mitte vähem kui 50%.

Kohustuslik praktika moodustab õppekavas määratud õppe mahust 22%. Õppekavas on teoreetilised teadmised ja kutseala praktilised oskused omavahel tihedalt integreeritud ning toetavad õppekava õpiväljundite saavutamist. Praktika eesmärgi saavutamiseks on koostatud konkreetsed praktika ülesanded, mis on aluseks praktika hindamisel.

Praktika sisu ja praktikate järjestus on seatud üldisemast spetsiifilisemaks. Üliõpilased alustavad tervisedendusega tutvumist rahvusvaheliselt tasandilt, liiguvad riiklikule, sealt edasi maakonna ja kohaliku omavalitsuse organisatsioonidesse. Viimase praktika võib üliõpilane sooritada vabalt valitud sektori organisatsioonis rakendades terve õppeaja jooksul saadud teadmisi ja oskusi töökoha tervisedenduse planeerimiseks.

Seadusandlikud aktid ja tegevusvaldkonna baasdokumendid:

- Eesti Vabariigi haridusseadus (RT I, 15.03.2022, 4);
- Kõrgharidusseadus (RT I, 11.03.2023, 54);
- Kõrgharidusstandard (RT I, 13.06.2024, 5);
- Tervisedendaja kutsestandard, tase 6 (25.04.2024);
- Rahvastiku tervise edendamise eetika koodeks (21.06.2011);
- Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli põhimäärus (RT I, 09.08.2019, 11);
- Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli väljundipõhise õppekava statuut (24.09.2024);
- Tervishariduse keskuse põhimäärus (16.04.2018);
- Rahvatervishoiu seadus (RT I, 02.01.2025, 3).

ÕPPEKAVALE JA ÕPPETÖÖ KVALITEEDILE ESITATAVAD NÕUDED

Õppekava on kooskõlas õppeasutuse tegevussuundadega, mis tulenevad õppeasutuse arengukavast ja põhimäärusest. Õppetöö läbiviimine on kooskõlas õppeasutuse sisemiste kvaliteedistandardite ning siseriiklike ja rahvusvaheliste kvaliteedinõuetega. Õppekava eesmärgid ja õpiväljundid on võrdväärsed ja võrreldavad kooskõlas kvalifikatsiooniraamistiku kuuendal tasemel kirjeldatud nõuetega. Õppekava eesmärkide ja õpiväljundite alusel on võimalik hinnata õppekava lõpetaja teadmisi ja oskusi. Kasutatavad õppemeetodid toetavad õppekava eesmärkide saavutamist.

Õpetamise nõutava kvaliteedi ja lõpetanute erialase pädevuse tagab:

- õppekava ülesehitus ja vastavus eriala nõuetele;
- õppekava sisu järjepidev arendamine;
- õppejõudude erialase ja pedagoogilise pädevuse tõstmine erinevate täienduskursuste läbimise ning vahetusõppejõuna töötamise teel;
- õppekava rahvusvahelisuse tagamine läbi õppejõudude ja üliõpilaste mobiilsuse ning kõrgkoolide vahelise koostöö.

Õppekava sisu ja arendamist suunab õppekava nõukogu, mille koosseisu kuuluvad tervisedenduse õppejõudude, üliõpilaste ja praktiseerivate tervisedendajate esindajad ning teiste kõrgkoolide tervisedenduse õppeainete õppejõud. Õppekava nõukogu on suunav ja toetav, vajadusel teeb ettepanekuid õppekava muutmiseks ning õppekeskkonna arendamiseks. Tööandjate kaasamine

õppekava nõukogusse tagab tagasiside õppekava toimimisele väljastpoolt kõrgkooli ning tööandjate vajaduste arvestamist.

Õppekava arenduse tagavad: pidev üliõpilaste tagasiside küsitlus õppeaine lõppemisel, regulaarne vilistlaste tagasiside küsitlus pärast mõneaastast lõpetamisjärgset töökogemust, vajadusele vastav sise- ja välishindamine, tagasiside tööandjatelt.

Lõputööde kaitsmise komisjoni esimees on tööandja esindaja või erialaliidu esindaja, kes omab vähemalt magistrikraadi. Regulaarselt viiakse läbi praktikajuhendajate koolitusi. Eriala õppejõudude jätkusuutlikkus tagatakse vilistlaste ja eriala spetsialistide kaasamisega õppetöösse ning õppejõudude regulaarsete täienduskoolitustega.

Õppeprotsessi korralduse sätestab Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli õppekorralduse eeskiri. Õppetöö viiakse läbi semestrite kaupa ja tunniplaan reguleerib üliõpilaste kontaktõppe koormust õppenädalate ja õppeaasta lõikes ning on koostatud õppijakeskselt. Õppetöö läbiviimiseks on kõrgkoolis olemas kaasaegsed õppevahendid ja õppeklassid.

ÕPPEKAVA MOODULID JA AINED, NENDE EESMÄRGID JA ÕPIVÄLJUNDID

Mooduli nimetus: Tervisedenduse alused		Maht: 32 EAP
Eesmärk	Omandada teadmised ja arusaamine tervisedenduse alustest, eripäradest ja olulisusest.	
Õpiväljundid	1. Teab tervisevaldkonna olemust, mõistab tervisedenduse ja ennetuse eripära ning vastava spetsialisti rolli. 2. Teab ja mõistab vanusest ning keskkonnast tulenevaid inimese arengu eripärasid. 3. Mõistab tervisemõjurite olemust, sh tervisekäitumise kujunemist, olulisust ja rakendamisevõimalusi tervisemuutuste saavutamisel. 4. Teab ja mõistab kogukonnas toimuvaid protsesse ning võimestumise olulisust ja rakendamisevõimalusi. 5. Teab positiivse psühholoogia olemust ja vaimset heaolu toetavaid meetodeid. 6. Mõistab rahvatervishoiu eetika printsiipe ja nende rakendamist tervisedenduses.	
Mooduli hindamine: Moodulit hinnatakse õppeainepõhiselt.		
Õppeained		
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Sissejuhatus tervisedendusse ja ennetusse	5
Eesmärk	Omandada baasteadmised rahvatervishoiust, tervisedendusest ja ennetusest.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab rahvatervishoiu olemust. 2. Kirjeldab tervise ja tervisedenduse kontseptsioone. 3. Selgitab tervisedenduse ja ennetuse olemust ning erialaspetsialisti rolli. 4. Annab ülevaate rahvastiku terviseolukorrast ja arengusuundadest.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Inimese areng	5
Eesmärk	Omandada teadmised ja arusaam vanusest ning keskkonnast tulenevatest inimese arengu eripäradest.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab inimese anatoomiat ja füsioloogia toimimismehhanisme. 2. Annab ülevaate enamlevinud psüühikahäiretest. 3. Selgitab inimese arenguetappide eripärasid elukaareüleselt ja keskkonnaspetsiifiliselt.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tervisemõjurid	5
Eesmärk	Omandada teadmised tervisemõjuritest ning arusaam nende olulisusest tervisemuutuste saavutamisel.	

Õpiväljundid	1. Selgitab tervisemõjurite mudelite sisu. 2. Kirjeldab õppimise ja õpetamise teooriaid ning põhiprintsiipe. 3. Demonstreerib tervisemõjurite mitmekesisust ja olulisust tervisemuutuste saavutamisel rakendades asjakohaseid õpetamismeetodeid. 4. Määratleb sihtrühmast lähtuvalt mõjutamist vajavad tervisedeterminandid.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Kogukond ja võimestumine	5
Eesmärk	Omandada teadmised kogukonnaprotsessidest ja arusaam võimestumise olulisusest tervisedenduses.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab kogukonna kontseptsioone ja sekkumisi. 2. Selgitab kogukonna arenguetappe ja võimestumise olulisust. 3. Määratleb kogukonna vajaduse ja eeldused võimestumiseks.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tervisekäitumine ja tervist toetav keskkond	5
Eesmärk	Omandada teadmised ja arusaam tervisekäitumise kujunemisest ning olulisusest tervisemuutuste saavutamisel.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab käitumise kujunemist ja olulisust tervisemuutuste saavutamisel. 2. Eristab tervist toetava ja tervist kahjustava käitumise kujunemise mehhanisme. 3. Annab ülevaate tervisekäitumise olukorrast ja arengusuundadest. 4. Demonstreerib teaduskirjanduse kasutamist tervisekäitumise seisukohtade põhjendamisel.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Positiivne psühholoogia ja vaimne heaolu	3
Eesmärk	Omandada teadmised positiivse psühholoogia olemusest ja meetoditest vaimse heaolu toetamiseks.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab inimese psüühika põhifunktsioone. 2. Annab ülevaate positiivse psühholoogia põhilähenemistest. 3. Määratleb vaimset heaolu toetavad meetodid.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Filosoofia ja rahvatervishoiu eetika	4
Eesmärk	Omandada arusaam rahvatervishoiu eetikast ja selle rakendamisevõimalustest.	
Õpiväljundid	1. Selgitab rahvatervishoiu eetika põhialuseid. 2. Eristab rahvatervishoiu eetikat meditsiinieetikast. 3. Arutleb erialastel teemadel/probleemide üle kasutades filosoofia keskseid printsiipe, mõisteid ja teooriaid.	
Mooduli nimetus: Huvikaitse ja kommunikatsioon		Maht: 23 EAP

Eesmärk	Omandada teadmised huvikaitsest ja kommunikatsioonist ning oskused tervisemuutuste saavutamiseks.	
Õpiväljundid	1. Teab huvikaitse ja kommunikatsiooni olemust ning mõistab nende rolli tervisemuutuste saavutamisel. 2. Teab argumenteerimise ja väitlemise põhimõtteid ning oskab ennast veenvalt väljendada. 3. Mõistab tervisepoliitika olemust, teab ja oskab kasutada erinevaid meetodeid tervisepoliitika (sh seadusandluse) mõjutamiseks.	
Mooduli hindamine: Moodulit hinnatakse õppeainepõhiselt.		
Õppeained		
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tervisekommunikatsioon	5
Eesmärk	Omandada baasteadmised tervisekommunikatsioonist ja huvikaitsest ning arusaam nende rakendamisest tervisedenduses.	
Õpiväljundid	1. Selgitab tervisekommunikatsiooniga seotud põhimõistete, protsesside ja mudelite sisu. 2. Kirjeldab huvikaitse olemust, meetodeid ja tegevusi. 3. Demonstreerib tervisekommunikatsiooni meetodite kasutamist tervisedenduses.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Argumenteerimine ja avalik esinemine	5
Eesmärk	Omandada arusaam argumenteerimisest ja avaliku esinemise oskused.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab argumenteerimise eeldusi ja sisu. 2. Kirjeldab teabe usaldusväärsuse hindamise ja demagoogiavõtete eristamise võimalusi. 3. Annab ülevaate kõne struktuurist ja liikidest ning teeb olukorrale vastava valiku. 4. Demonstreerib avalikku esinemist kasutades sobivaid audiovisuaalseid vahendeid.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tervisealane seadusandlus	3
Eesmärk	Omandada baasteadmised õigusloomest ja arusaam tervisedenduse spetsialisti rollist selles.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab Eesti õigussüsteemi ja õigusloomet. 2. Määratleb tervisedenduse jaoks olulised õigusaktid ja tervisedendaja rolli õigusloomes. 3. Demonstreerib õigusloomelise algatuse ja ettevalmistuse tegemist.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht

	Tervisepoliitika	5
Eesmärk	Omandada teadmised tervisepoliitikast ja oskused kasutada poliitikakujundamise meetodeid.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab tervisepoliitika olemust, juhtimise ja elluviimise põhimõtteid. 2. Selgitab tervisepoliitika kujundamise põhimõtteid ja võimalusi ning määratleb erinevad huvigrupid. 3. Demonstreerib tervisepoliitika mõjutamise meetodite kasutamist. 4. Analüüsib tervisedenduse spetsialisti rolli tervisepoliitika kujundamisel ja mõjutamisel.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Väitlusklubi	5
Eesmärk	Omandada teadmised väitlemisest ja oskused väidelda erinevatel terviseteemadel ning erinevates kontekstides.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab väitlemise aluspõhimõtteid ja väitlustehnilisi võtteid. 2. Demonstreerib tervikliku väitluskaasuse loomist ja esitamist. 3. Analüüsib ennast väitlejana.	

Mooduli nimetus: Juhtimine ja planeerimine		Maht: 29 EAP
Eesmärk	Omandada teadmised juhtimisest ja planeerimisest ning oskused tervisemuutuste saavutamiseks.	
Õpiväljundid	1. Mõistab Eesti kõrghariduse süsteemi, kõrgkoolis õppimise mitmekesiseid võimalusi ning juhib enda õppeprotsessi. 2. Teab juhtimise ja ettevõtluse aluseid. 3. Teab planeerimise aluseid ja võimalusi tervisedenduses. 4. Mõistab kogukonna muutuse, tervisekäitumise muutuse ja strateegilise planeerimise eripärasid ning oskab planeerida neid protsesse tervisedenduse spetsialisti rollist lähtuvalt.	
Mooduli hindamine: Moodulit hinnatakse õppeainepõhiselt.		
Õppeained		
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Sissejuhatus õppimisse	2
Eesmärk	Omandada valmisolek edukaks toimetulekuks õppeprotsessis Tallinna Tervishoiu Kõrgkoolis.	
Õpiväljundid	1. Omab ülevaadet Eesti kõrghariduse süsteemist ja rahvusvahelise koostöö võimalustest. 2. Tunneb Tallinna Tervishoiu Kõrgkooli õppe- ja praktikakorraldust ning õpi- ja nõustamissüsteemi. 3. Oskab koostada ja vormistada kirju ja õppealaseid dokumente. 4. Teab õppimise, meeskonnatöö, stressi- ja ajajuhtimise ning karjääri planeerimise aluseid.	

Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Juhtimine ja ettevõtlus	4
Eesmärk	Omandada teadmised organisatsiooni juhtimise ja ettevõtluse alustamise baasoskuste kujunemiseks.	
Õpiväljundid	1. Oskab kirjeldada organisatsiooni ja selle juhtimisprotsessi sh personalijuhtimist ning seostada neid oma erialaga. 2. Tunneb ettevõtlusvorme ja teab nende valiku põhimõtteid. 3. Valib ja analüüsib äriideed, oskab koostada äriplaani ning kavandada ja ellu viia projekte. 4. Tunneb maksunduse ja raamatupidamise aluseid algtasemel ja oskab taotleda finantseeringuid erinevatest finantsasutustest ja fondidest. 5. Tunneb toote- ja teenusearenduse ning turunduse põhimõtteid.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Planeerimise alused	5
Eesmärk	Omandada ülevaade ja algoskused tervisedenduse planeerimisest.	
Õpiväljundid	1. Selgitab tervisedenduse planeerimise põhimõtteid ja protsessi. 2. Annab ülevaate erinevatest planeerimise aluseks olevatest teooriatest ja mudelitest. 3. Demonstreerib eesmärkide sõnastamist tervisevaldkonna arengukavadele ja sekkumistele. 4. Kirjeldab tervisedendaja rolli erinevates planeerimisprotsessides.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Planeerimine kogukonnas	6
Eesmärk	Omandada oskused kogukonna muutuse planeerimiseks.	
Õpiväljundid	1. Selgitab kogukonna muutustele suunatud planeerimise eripära ja tervisedenduse spetsialisti rolli selles. 2. Demonstreerib võimestumise planeerimist. 3. Analüüsib ennast ja meeskonda kogukonna planeerimise kontekstis.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tervisekäitumise muutuse planeerimine	6
Eesmärk	Omandada oskused tervisekäitumise muutuse planeerimiseks.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab tõenduspõhisele sekkumisele omaseid tunnuseid ja annab ülevaate olemasolevatest sekkumistest toetudes teaduskirjandusele. 2. Selgitab teooriate ja meetodite kasutamist tervisekäitumise muutuse planeerimisel. 3. Töötab välja tervisekäitumise muutusele suunatud tervikliku sekkumise kohandatud versiooni, mis põhineb teooriatel ja tõendusel. 4. Analüüsib ennast juhina ja meeskonda sekkumise planeerimise kontekstis.	

Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Strateegiline planeerimine	6
Eesmärk	Omandada oskused tervisedenduse strateegiliseks planeerimiseks.	
Õpiväljundid	1. Selgitab strateegilise planeerimise põhimõtteid ja juhtimise spetsiifikat. 2. Demonstreerib oskusi planeerida interdistsiplinaarses meeskonnas strateegilist dokumenti. 3. Analüüsib tervisedenduse spetsialisti rolli strateegilise dokumendi koostamisel.	

Mooduli nimetus: Uurimistöö		Maht: 25 EAP
Eesmärk	Omandada oskused uurimistöö läbiviimiseks ja akadeemilise teksti kirjutamiseks.	
Õpiväljundid	1. Oskab leida ja kasutada usaldusväärseid tõenduspõhiseid teaduslikke infoallikaid erialases uurimistöös. 2. Oskab erinevatest allikatest pärit informatsiooni analüüsida ja refereerida. 3. Teab statistika põhialuseid, oskab metoodiliselt koguda andmeid ning neid korrektselt analüüsida. 4. Teab uurimistöö eetilisi aspekte ning oskab neid järgida. 5. Oskab püstitada erialaseid probleeme ning anda uurimistöö baasil soovitusi nende lahendamiseks.	

Mooduli hindamine: Moodulit hinnatakse õppeainepõhiselt.

Õppeained

Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Uurimistöö alused I	5
Eesmärk	Omandada valmisolek tõenduspõhise informatsiooni kogumiseks ja analüüsimiseks.	
Õpiväljundid	1. Oskab kasutada süstemaatilise kirjanduse otsingu põhimõtteid ja dokumenteerida otsingutulemused. 2. Oskab iseseisvalt kasutada teaduspõhiseid andmebaase ja analüüsida relevantset tõenduspõhist materjali. 3. Oskab refereerida erialast inglisi- ja eestikeelset teaduskirjandust. 4. Teab statistika põhialuseid ning oskab statistikat leida ja tõlgendada. 5. Oskab koostada ja vormistada iseseisvaid töid ning kasutab teaduskeelt.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Uurimistöö alused II	5
Eesmärk	Omandada oskused uurimistöö läbiviimiseks.	
Õpiväljundid	1. Mõistab teadusliku uurimistöö põhimõisteid ja põhimõtteid, saab aru teadustöö liikide omavahelistest erinevustest.	

	2. Teab teadustöös kasutatavaid erinevaid metoodikaid ning oskab töö planeerimisel valida kõige otstarbekama andmekogumise ning analüüsimise meetodi. 3. Oskab koguda või leida statistilisi andmeid ja relevantset tõenduspõhist allikmaterjali ning neid oma töös analüüsida, korrektselt refereerida ja viidata. 4. Mõistab teadus- ja meditsiinieetika põhimõtteid, oskab töö koostamisel pöörata tähelepanu teadustöö eetilistele aspektidele.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Uurimistöö	5
Eesmärk	Rakendada teadmisi erialase uurimisprobleemi või erialapraktikas esineva olukorra analüüsimiseks ja kujundada valmisolek lõputöö koostamiseks.	
Õpiväljundid	1. Uurimistöö koostamisel tugineb kõrgkooli uurimissuundadele, erialasele probleemile, eesmärgile ja ülesannetele. 2. Oskab koostada nõuetele vastava uurimistöö. 3. Arutleb, teeb järeldusi ja oskab anda soovitusi erialase probleemi lahendamiseks.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Lõputöö	5
Eesmärk	Näidata üliõpilase oskusi õppekava läbimisel omandatud teadmiste kasutamisel, praktiliste oskuste omandamist uuringu läbiviimisel, kasutades erinevaid uurimistöö meetodeid.	
Õpiväljundid	1. Mõistab uurimistöö eetikat ja usaldusvärsust tagavaid põhimõtteid ning rakendab neid uurimistöö koostamisel. 2. On võimeline läbi töötama ja analüüsima uurimisprobleemiga seotud teaduslikku kirjandust. 3. Valdab kasutatud andmete kogumise viisi ja analüüsimeetodit. 4. Oskab selgitada uurimistulemusi ja nende olulisust erialale. 5. Oskab kriitiliselt analüüsida ja kaitsta töös esitatud seisukohti ning arutleda uuritud teemal.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	<i>Journal Club</i>	5
Eesmärk	<i>To learn how to find and critically analyse scientific articles.</i>	
Õpiväljundid	1. <i>Knows how to find suitable scientific literature for handling a problem/question.</i> 2. <i>Critically analyzes scientific articles and their validity.</i>	
Mooduli nimetus: Üldained		Maht: 21 EAP
Eesmärk	Omandada baasteadmised erinevatest indiviidi- ja rahvastikutasandi protsessidest ning neid mõjutavatest teguritest, omandada baasoskused tööks andmetega ning jätkusuutlikuks ja turvaliseks erialaseks tegutsemiseks.	

Õpiväljundid	1. Teab patoloogia, immuunsuse ja geneetika põhialuseid ning oskab seostada neid tervedendusega. 2. Mõistab rahvastiku muutumise protsesse, teab epidemioloogia ja biostatistika aluseid ning oskab arvutada ja tõlgendada erinevaid andmeid. 3. Mõistab globaalse tervise ja keskkonnatervishoiu olemust ning mõju tervisele, väärtustab keskkonna hoidmist. 4. Teab kvaliteedijuhtimise aluseid, mõistab töökeskkonna ohutuse põhimõtteid ja oskab anda esmaabi. 5. Teab tervishoiu kasutatavate tehnoloogiate ja e-tervise infosüsteemi tööpõhimõtteid.	
Mooduli hindamine: Moodulit hinnatakse õppeainepõhiselt.		
Õppeained		
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Haigusõpetus	3
Eesmärk	Omandada baastadmised patoloogiast, mikrobioloogiast ja inimese geneetikast luues aluse asjakohaste erialaste valikute tegemiseks.	
Õpiväljundid	1. Mõistab üldpatoloogia põhiprotsesse ja enamlevinud haiguste etiopatogeneesi. 2. Mõistab mikrobioloogia ja immuunsuse põhialuseid. 3. Mõistab geneetika aluseid ning pärilikkuse ja muutlikkuse olemust.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tööohutus	3
Eesmärk	Omandada oskused esmaabi andmiseks, ohutuks käitumiseks töökeskkonnas ja tuleohu korral.	
Õpiväljundid	1. Teab tervishoiuorganisatsiooni kvaliteedijuhtimise ja riskijuhtimise põhimõtteid. 2. Oskab hinnata töökeskkonna ohutegureid ja koostada riskianalüüsi. 3. Teab, kuidas rakendada ergonoomilisi töövõtteid ja edendada tervist töökohal. 4. Oskab anda esmaabi ilma abivahenditeta. 5. Oskab tegutseda tuleohu korral.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Keskkonnatervishoid	3
Eesmärk	Omandada ülevaade keskkonnatervishoiu tegevusvaldkondadest sh mõjust tervisele.	
Õpiväljundid	1. Mõistab keskkonnast tingitud ohutegurite mõju elanikkonna tervisele ja tunneb nendest põhjustatud tervisehäireid. 2. Teab olulisemaid elukeskkonnaprobleeme Eestis, keskkonnakaitse alaseid mõisteid, populatsiooni dünaamikat, seda mõjutavaid tegureid ning looduskaitse bioloogilisi aluseid.	

	3. Hindab keskkonnast tingitud mõjureid inimese tervisele ja väärtustab keskkonda hoidvat käitumist.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Epidemioloogia ja biostatistika	4
Eesmärk	Omandada alusteadmised epidemioloogiast ja biostatistikast.	
Õpiväljundid	1. Teab epidemioloogia põhimõisteid, epidemioloogiliste uuringute liike ja nende kavandamise põhimõtteid. 2. Teab biostatistiliste andmete kogumise printsiipe ja andmete tüüpe. 3. Analüüsib avaldatud epidemioloogilisi uurimustöid ja arvutab ning tõlgendab näitajaid.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Rahvatervishoid ja demograafia	4
Eesmärk	Omandada ülevaade rahvastiku muutumise protsessidest maailmas ja nende mõjuritest ning analüüsida demograafilisi andmeid.	
Õpiväljundid	1. Omab ülevaadet demograafilistest arengutest ja nende mõjuritest ning erinevate rahvastikugruppide iseärasustest (üldtunnustest). 2. Oskab eristada erinevate demograafiliste andmete kogumisviise ning hindab nende tugevusi ja nõrkusi. 3. Kasutab rahvastikuandmete allikaid, analüüsib rahvastiku protsesse ning interpreteerib demograafilisi näitajaid.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tervishoiutehnoloogia ja e-tervis	2
Eesmärk	Omandada teadmised tervishoius kasutatavate tehnoloogiate tööpõhimõtetest ja e-tervise infosüsteemist.	
Õpiväljundid	1. Teab ja kasutab tervishoiutehnoloogia valdkonna terminoloogiat ja loodud e-lahendusi ning saab aru andmete liikumise olulisusest. 2. Omab ülevaadet tervishoiutelemaatika rakendamise võimalustest. 3. Mõistab andmekaitse nõudeid ning küberturvanõuete olulisust.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	<i>Global Health</i>	2
Eesmärk	<i>To get an overview about the global processes, about their influence on public health and about the functions of international health organizations.</i>	
Õpiväljundid	1. <i>Has general knowledge of global processes and their causal factors, and understands the influence of global processes on one's health.</i> 2. <i>Has an overview about global communicable diseases and non-infectious chronic diseases, their spreading causes and main prevention measures.</i> 3. <i>Explains the areas of activities of the key international health organizations, and finds and uses the overviews of statistics of international health organizations.</i>	

Mooduli nimetus: Praktika		Maht: 40 EAP
Eesmärk	Kinnistada teooriaõppes omandatud teadmisi, omandada praktilisi kutsealaseid oskusi ning kujundada ametialaseid hoiakuid ja eetilisi väärtushinnanguid.	
Õpiväljundid	1. Mõistab erinevate tasandite organisatsioonide struktuuri, korraldust ja rolli tervisedenduses ning rakendab teooriaõppes õpitut.	
Mooduli hindamine: Moodulit hinnatakse õppeainepõhiselt.		
Õppeained		
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Praktika rahvusvahelises organisatsioonis	4
Eesmärk	Saada ülevaade tervisedendusest rahvusvahelisel tasandil ning seostada teooriat praktikaga.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab rahvusvahelise institutsiooni organisatoorset korraldust, struktuuri ja töökorraldust. 2. Selgitab organisatsiooni rolli tervisedenduses. 3. Analüüsib enda tegevust ja võimalusi rahvusvahelisel tasandil tegutsedes.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Praktika riigiasutuses	5
Eesmärk	Saada ülevaade tervisedendusest riiklikul tasandil ning seostada teooriat praktikaga.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab riikliku institutsiooni organisatoorset korraldust, struktuuri ja töökorraldust. 2. Selgitab seoseid riiklike institutsioonide tegevuse vahel lähtudes tervisedendusest. 3. Selgitab riikliku tasandi rolli tervisedenduses ja tervisedendaja võimalusi tervisepoliitika kujundamisel. 4. Analüüsib enda tegevust ja võimalusi riigiasutuses tegutsedes.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Praktika paikkonna tasandil	8
Eesmärk	Saada ülevaade tervisedendusest paikkonna tasandil ning seostada teooriat praktikaga.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab paikkonna tasandi institutsiooni organisatoorset korraldust, struktuuri ja töökorraldust. 2. Selgitab paikkonna tasandi rolli tervisedenduses ja tervisedendaja võimalusi tervisepoliitika kujundamisel. 3. Planeerib ja viib ellu teoorias õpitut. 4. Analüüsib enda tegevust ja võimalusi paikkonna tasandil tegutsedes.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Praktika kohalikul tasandil	8

Eesmärk	Saada ülevaade tervisedendusest kohaliku tasandil ning seostada teooriat praktikaga.	
Õpiväljundid	1. Kirjeldab kohaliku tasandi institutsiooni organisatoorset korraldust, struktuuri ja töökorraldust. 2. Selgitab kohaliku tasandi rolli tervisedenduses ja tervisedendaja võimalusi tervisepoliitika kujundamisel. 3. Planeerib ja viib ellu teoorias õpitut. 4. Analüüsib enda tegevust ja võimalusi kohalikul tasandil tegutsedes.	
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Praktika organisatsioonis	15
Eesmärk	Omandada teadmised ja oskused planeerida töökoha tervisedendust.	
Õpiväljundid	1. Kaardistab ja hindab organisatsiooni/kogukonna tervisevajadused. 2. Planeerib, juhib ja hindab tervisedenduse programme, arengu- ja rakenduskavade protsessi. 3. Moodustab organisatsioonis/kogukonnas tervisedenduse töögruppe kaasates erinevaid asjaosalisi. 4. Rakendab teooriaõppes omandatud teadmisi organisatsiooni probleemide lahendamisel. 5. Analüüsib enda tegevust ja võimalusi tervisedenduse spetsialistina tegutsedes.	

Mooduli nimetus: Valikained		Maht: 25 EAP
Mooduli hindamine: Moodulit hinnatakse õppeainepõhiselt.		
Õppeained		
Kood	Õppeaine nimetus	Maht
	Tervisedendus haridusasutuses	5
	Tervisedendus töökohal	5
	Tervisedendus kolmandas sektoris	5
	Projektipõhine praktika	5
	Tuutorkoolitus	5