



## Koolitusteenuse kirjeldus

**Avaliku Halduse Arengukeskus OÜ** (AHA Keskus) pakub 2018. aasta kevadpoolaastal koolitusi järgmises mahus ning kvaliteedis:

**Koolituspäevade arv:** 14 õppepäeva, sh 1 vene keeles

**Koolituste maht:** 6-7 akadeemilist tundi

**Sihtgrupi suurus:** kuni 25 inimest koolitusgrupis, konverentsil kuni 70 inimest

Järgime teenuse osutamisel kvaliteedistandardeid ning kindlustame osalejate 80%-lise rahulolu nii teenuse sisulise kui ka korraldusliku poolega.

AHA Keskus kohustub:

- koostama koolituste kalenderplaani ja sõlmima lektoritega kokkulepped;
- esitama HAJÜ-le kooskõlastamiseks koolituste täpse sisu ja lektorid;
- reklaamima kõigile Harjumaa lasteaedadele toimuvaid koolitusi;
- registreerima osalejad ja suhtlema nendega meili teel;
- valmistama koostöös lektoritega ette koolitusmaterjalid;
- organiseerima koolitusruumid;
- korraldama kohvipausid;
- esitama aruande HAJÜ-le.

### Koolituste kalenderplaan:

Teema	Lektor	Läbiviimise aeg
1. Kui lapse käsi on tegevuses, siis on ta õnnelik ja mõtleb - lõimitud kunstitegevused	Gled-Airiin Saarso	26.02.2018
2. Stressi, pinget ja negatiivsete tunnete ennetamine. <i>Koolitus õpetajatele</i>	Marju Koor	13.03.2018
3. Loovliikumine	Anu Vask	21.03.2018
4. Muusika- ja liikumistegevuste planeerimine lasteaias	Katre Jaani	28.03.2018
5. Liitühm – kas hädaabinõu või hea võimalus laste arengu toetamiseks?	Lee Kerde	04.04.2018
6. Pärimuskonverents: Folklooriring lasteaias	Ülle Krabo	05.04.2018
7. Arengulise erivajadusega (AEV) väikelaste õpetamisest	Ülle Kuusik	13.04.2018
8. Laste käitumisprobleemid kodus ja lasteaias (vene k)	Irina Tuhkru	17.04.2018
9. Kuidas vältida läbipõlemist? <i>Koolitus juhtidele</i>	Marju Koor	23.04.2018
10. Tööst arenguliste erivajadustega (AEV) laste vanematega	Ülle Kuusik	03.05.2018



11. Lugemis- ja kirjutamisoskuste arendamine koolieelses eas	Valli Vilu	09.05.2018
12. Autistliku lapse mõistmine ja toetamine	Ivica Mägi	16.05.2018
13. Lõimitud õpe – lihtsamast lihtsam õppekorraldus!?	Lee Kerde	24.05.2018
14. ATH laps lasteaias	Angela Jakobson	30.05.2018

## 1. Kui lapse käsi on tegevuses, siis on ta õnnelik ja mõtleb – lõimitud kunstitegevused

Toimumise aeg: **26.02.2018**

Toimumise koht: Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn

Osalejad: Harjumaa koolieelsete lasteasutuste õpetajad

Õppekava kogumaht: 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

Koolitaja: **Gled-Airiin Saarso**

### Koolituse mõte:

Koolieelses eas on lapse mõistmine ja teadmised teda ümbritsevast elust ja keskkonnast õppimise ja kasvamise kogemuslikuks kui ka tunnetuslikuks teljeks. Maailm meie ümber on tervik, õpime seda ka sellisena tundma. Koolitusel lõimime kunstitegevused Mina ja keskkond valdkonnaga. Vaatlemine, uurimine, võrdlemine ning arvutamine on aluseks kunstitegevustele.

### Õppe sisu:

Loome ja meisterdamise vahendeid ja mängu, mille abil saaks laps harjutada edukat toimetulemist teda ümbritsevas sotsiaalses, looduslikus ja tehiskeskkonnas (sh enesekohased oskused, tervise väärtustamine, pere, kodu ja ametid, rahvuslikud tähtpäevad, väärtused ja käitumisreeglid, looduse rütmid, linn, liiklus, turvalisus).

### Kunstitegevused:

- Paberi- ja papitööd - ruumilised ja tasapinnalised
- Meisterdamine erinevatest materjalidest
- Loovad tehnikad ja tehnoloogiad
- Mustrite ja ornamentide harjutused

### Tulemus:

Koolitusel loodud meisterdused köidetakse A4 suuruseks tegelusraamatuks. Sarnane oma mängude ja tegeluste raamatu meisterdamine on õpetaja abiga eakohane vanemate rühmade lastele.

### Koolitaja kogemus:

**Gled-Airiin Saarso** jaoks on kunst ja käsitöö, loovus ja isetegemine olnud tähtsad juba lapsest saati. Õpetajaametis saab oma teadmisi, avastusi teistega jagada ja samas oma õpilastelt ise õppida. Loovuse roll laste arendamisel on oluline just koolieelses eas, selles valdkonnas on Gled-Airiin



õpetajaid koolitanud ning avaldanud mitmeid õppematerjale.

### Ilmunud õppematerjalid veebis

1. Eesti rahvakunst käelises tegevuses koolieelses eas  
[https://www.tlu.ee/opmat/tp/eesti\\_rahvakunst/index.html](https://www.tlu.ee/opmat/tp/eesti_rahvakunst/index.html)
  2. Teiste rahvaste kunst käelises tegevuses koolieelses eas  
[https://www.tlu.ee/opmat/tp/teiste\\_maade\\_rahvakunst/](https://www.tlu.ee/opmat/tp/teiste_maade_rahvakunst/)
  3. Tekstiilitööd ja põimimised koolieelses eas <https://www.tlu.ee/opmat/tp/poimimine/>
  4. Trükkimine <https://www.tlu.ee/opmat/tp/trykkimine/>
  5. Loovad meisterdamise tehnikad koolieelses eas  
[https://www.tlu.ee/opmat/tp/loovad\\_meisterdamise\\_tehnikad/index.html](https://www.tlu.ee/opmat/tp/loovad_meisterdamise_tehnikad/index.html)
  6. Kirja eelharjutused rahvuslike sümbolitega  
<https://www.tlu.ee/opmat/tp/eelharjutused/index.html>
  7. Mängud ja pillid taaskasutusmaterjalidest koolieelses eas  
<https://www.tlu.ee/opmat/tp/mangudjapillid/index.html>
  8. Paberist meisterdused koolieelses eas <https://www.tlu.ee/opmat/tp/paber/>
  9. Ruumide kaunistamine [https://www.tlu.ee/opmat/tp/ruumide\\_kaunistamine/](https://www.tlu.ee/opmat/tp/ruumide_kaunistamine/)  
Kogumik "Aastaaegade võlu meisterdamisel"  
<http://www.lasteaed.net/2013/10/09/aastaaegade-volu-meisterdamisel-gled-airiin-saarso/>
- Vääna mõisa vihiku lehitseja <https://e.issuu.com/issuu-reader3-embed.../.../twittercard.html...>  
Laupa mõisa vihiku lehitseja <https://e.issuu.com/issuu-reader3-embed.../.../twittercard.html...>

## 2. Stressi, pinget ja negatiivsete tunnete ennetamine. Koolitus õpetajatele

**Toimumise aeg:** 13.03.2018, 10.00-16.15

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa lasteaedade õpetajad

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Marju Koor

**Koolituse eesmärk:** suurendada osalejate teadlikust füsioloogilistest ja emotsionaalsetest stressi- ja läbipõlemise sümptomitest; määratleda personaalsed stressiallikad ja pakkuda erinevaid käitumuslikke ja emotsioonide juhtimisel põhinevaid pingete juhtimise tehnikaid

### Õppe sisu:

- Esmased märgid emotsionaalsel ja käitumuslikul tasandil, mis viitavad ülekoormusele ja

võimalikule stressile, läbipõlemisele ja depressioonile. Kuidas füüsiline keha annab meile märku, et midagi on valesti e. kuidas lugeda erinevaid kehasignaale;

- Millised on meie alateadlikud hirmud, lahendamata probleemid, mis otseselt v. kaudselt mõjutavad reaktsioone stressi ja läbipõlemise olukorras; osalejate alateadlike pingevaldkate kaardistamine Warteggi testiga;
- Isikliku ja tööelu tasakaal vaimse tervise säilitamise kontekstis ja toimetulekuvõimalused kasutades erinevaid psühhoteraapia võtteid;
- Tegevusel põhinev stressijuhtimine: suhtlemine ja suhted erinevate isiksustega (nt. manipulaatorid, agressorid jne.) ja keerukate olukordadega (nt. agressiivsus, viha jne.), sh. lahendamatu konfliktidega. Teiste reaktsioonidega toimetulek ja tõlgendamine stressi maandaval viisil.
- Stressi ja läbipõlemist soodustavad emotsioonid ja mõtted: kuidas tekivad ja süvenevad negatiivsed tunded (nt. viha, süütunne, abitus, hirm, alaväärsus jne.), mis on tegelikult nende taga ning kuidas neid mõtete ja käitumise tasandil mõjutada ja muuta; enesekindluse ja -hinnangu säilitamise ja/v. suurendamise võimalused;
- Enesemotiveerimine: kuidas leida ja aktiveerida sisemisi ressursse, et säilitada või suurendada motivatsiooni pingevaldkordades. Kuidas tulla välja "mugavustsoonist" ja leida uusi väljundeid uue inspiratsiooni leidmiseks.
- Alternatiivsed tehnikad pingetega toimetulekuks (lõõgastus, värvi- ja lõhnateraapia, enesesisendused jne).

### 3. Loovliikumine

**Toimumise aeg:** 21.03.2018

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn

**Osalejad:** Harjumaa koolieelsete lasteasutuste liikumisõpetajad

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Anu Vask

**Koolituse eesmärk:**

Mitmeskesistada lasteaia õpetajate praktilisi liikumistegevuslikke oskusi lähtudes terviklikust loovliikumissüsteemist.

**Õppe sisu:**

- Loovtantsu teooria ja tantsuelemendid (keha, ruum, jõud, aeg) laienduste ja ülesannetega.
- Mida liikumiselemendina välja pakkuda ja kuidas seda teha?
- Loovliikumine kui süsteem.
- Terviklikud liikumissüsteemid (Laban, võitluskunstid, tantsuteraapia, jooga).
- Mida tähendab terviklikkus liikumistundides?
- Reeglid ja nõudlikkus. Millel hoida fookust, kuidas teemaga edasi areneda?
- *Praktiliste ülesannete läbimängud.*
- Liikumistegevus lapse erinevas eas.



- Muusika, erinevad vahendid, tegutsemiskoha vahetus. Korduste arv ja kordamise ime.
- Tunni ülesehitus.

#### **Tulemused:**

Osalejad tutvuvad teoreetiliselt ja kogemuslikult (loov)liikumise kvaliteetidega. Teadmised toetavad liikumisõpetajat tunni ettevalmistamisel ja enda häälestamisel liikumisgrupi juhina.

#### **Koolitaja kogemus: Anu Vask**

Anu on praktiseerinud tantsuõpetaja-koreograafi, nüüdseks juba 20 aastat. Anu töötab erinevates kollektiivides: OMAtsirkuses akrobaatide loovliikumistundide ja võistluskavade ettevalmistamisega, eralasteaias Naba rühma laste ning beebide ja emade gruppidega, Nõmme kultuurikeskuses kaasaegse tantsu õppega noortele. Kunstnikuna väljendab ta end rühmituses Laik. Käsil on magistriõppe lõpetamine koreograaf-lavastajana.

#### **Soovitatud kirjandus:**

Mary Joyce "Loovtants", kirjastus Koolibri 2013.

Holger Oidjärv "Tervitame päikest. Lastejooga."

Anu Sööt "Loovmäng",

Janice Pomer "Perpetual motion. Creative Movement Exercises for Dance and Dramatic Arts.", 2002.  
"Movement and Dance in Early Childhood".

## **4. Muusika- ja liikumistegevuste planeerimine lasteaias**

**Toimumise aeg:** 28.03 2018, 10.00-16.00

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa lasteaiade muusika- liikumisõpetajad

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Katre Jaani, meister-õpetaja; lavastaja; koreograaf; režissöör; lava- ja meigikunstnik

#### **Koolituse eesmärgid:**

- Saada uusi ideid õppetegevuse planeerimiseks ja läbiviimiseks riiklikust õppekavast lähtuvalt.
- Õppida meeskonnatööna õppetegevust planeerima ja kokkuvõtteid tegema.
- Õppida juurde uusi õppetöö meetodeid.

#### **Õppe sisu:**

- Tegevuste planeerimine, õppesisu seos rahvakalendri ja ümbritseva eluga;
  - SÜGIS (vanavanemate päev; sügispeod; isadepäeva peod);
  - TALV (Jõulud; vastlad; talveõlumaa);
  - KEVAD (NALJApäev; MUNApühad, EMAdapäev);
  - SUVI – RÜTMIRÄPID ÕUES
- Ürituste kava lasteaias ja nende seos õppe- ja kasvatustööga;
- Harjutuste, mängude ja käeliste tegevuste näiteid kevadkuudeks
- Uued õppevahendid tegelustes.

#### **Soovitatud kirjandus:**

Avaliku Halduse Arengukeskus OÜ  
[ahakeskus@ahakeskus.ee](mailto:ahakeskus@ahakeskus.ee)

[www.ahakeskus.ee](http://www.ahakeskus.ee)

T 615 03 67, 51 84 574



- [www.folklore.ee](http://www.folklore.ee)
- [www.miksike.ee](http://www.miksike.ee)
- Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava
- Kikas, E. toim. 2008 Õppimine ja õpetamine koolieelses eas. TÜ Kirjastus
- Einon, D. 2004. Mängime ja õpime. Tallinn: Varrak
- Gustavson, M. 2004. Laste aeg – laste aed. Tallinn: Premark
- Jürimäe, M., Treier, J. 2004 Mäng on väikese inimese töö. Haridus 12/2004
- Jürimäe, M., Treier, J. 2008 Õppekavad ja lasteaed. TÜ Kirjastus
- Laanvee, E. 2004. Harjutused ja mängud lapse arengut toetava tegevusena. Tallinn: LogoServ
- Lasteaiaõpetaja käsiraamat. Õppe- ja kasvatustööst kuni 3-aastaste lastega 2003. Koost. M. Mänd. Tallinn: REKK
- Luumi, P. 2003. Jutustamine – taasavastatud traditsioon. Haridus 12/2004
- Oona, A. 2001. Muinasjuttudel baseeruv õppetsükkel. Tea ja toimetaja nr 18: Teel kvaliteetlasteaia poole I. Kirjastus Ilo
- Teedumäe, L. 2000. Lasteaia rahvakalender. Tallinn: Avita
- Vikat, M. 1999. Folkloori osa lapse arengus. Laps ja folkloor. Tallinn: TPÜ Kirjastus, 39-44

## 5. Liitühm – kas hädaabinõu või hea võimalus laste arengu toetamiseks?

**Toimumise aeg:** 04.04.2018, 10-16.00

**Toimumise koht:** Omaavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn

**Osalejad:** Harjumaa koolieelsete lasteasutuste õpetajad

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Lee Kerde, MA

**Koolituse eesmärk:**

Tutvustada liitühma toimimise põhimõtteid ning anda praktilist nõu, kuidas organiseerida õppekavakohast tegevust eri vanusega laste rühmas.

**Õppe sisu:**

- Lühike ülevaade liitühmade moodustamisest Eestis, uuringutest ja arvamustest liitühma kohta: plussid ja miinused.
- Missugune personal ja töökorraldus toetaks paremini tööd liitühmas?
- Missugused meetodid sobiksid liitühma?
- Kuidas liitühmas õppe- ja kasvatustööd planeerida ja läbi viia.
- Mille alusel moodustada õpigruppe.
- Missugune oleks parim liitühma koosseis ja kuidas tulla toime ebaühtlase koosseisuga rühmaga.

**Tulemused:**

Õppijal on kujunenud visioon liitühma toimimisest. Õppijal on kindel arusaam õpetaja ja teiste rühma töötajate rollist liitühmas. Õppijal on vähenenud hirmud liitühmas töötamise ees.



### **Koolitaja kogemus:**

**Lee Kerde** on omandanud mitmekülgse hariduse - lõpetanud G. Otsa nim. Tallinna Muusikakooli muusikateooria erialal, Tallinna Pedagoogilise Instituudi Kultuurhariduse erialal, Tartu Ülikooli Narva Kolledži koolieelse lasteasutuse õpetaja erialal (bakalaureusekraad) ja Tartu Ülikooli koolikorralduse erialal (magistrikraad). Lisaks olen muude väga paljude erialaste ja juhtimiskoolituste seas läbinud Maria Montessori meetodika koolituse, ettevõtluspedagoogika koolituse ning mänguteraapia kursuse. Lee on töötanud koolis ja lasteaias muusikaõpetajana kokku 14 aastat, lasteaiaõpetajana 11 aastat, millest 7 aastat liitühendas ning lasteaia juhina viimased 14 aastat.

### **Soovitatud kirjandus:**

Kerde, L. „Lapse areng ja koolivalmidus vanuseliselts homogeenes ja liitühendas: vanemate ja õpetajate arvamused ning laste arengunäitajad.“ Magistritöö. Tartu 2010

Kulderknup, E. „Õppe- ja kasvatustegevuse korraldus“ Studium 2009

Meister, I. „Avastagem laps“ Valgus 1994

Nugin, K., Õun, T. „Õppe- ja kasvatustegevus lasteaias“ Atlex 2017

Pitamic, M. „Lapse mängud: Montessori mängud ja tegevused väikelastele“ Pegasus 2010

Pitamic, M. „Õpeta mind seda ise tegema“ Koolibri 2006

Teras, A. „Liikluskasvatuse läbiviimise võimalusi lasteaia liitühendas“.

<http://www.teatoimeta.ee/uus/2013/03/01/liikluskasvatuse-labiviimise-voimalusi-lasteaia-liitruhuas/>

## **6. Pärimuskonverents : Folklooriring lasteaias**

Toimumise aeg: 05.04.2018

Toimumise koht: Laulasmaa Kooli lasteaed

Osalejad: Harjumaa koolieelsete lasteasutuste juhid ja õpetajad

Programm valmib koostöös Laulasmaa Kooli lasteaia õppealajuhataja Ülle Krabo'ga.

## **7. Arengulise erivajadusega (AEV) väikelaste õpetamisest**

Toimumise aeg: 13.04.2018, 10-16.00

Toimumise koht: Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

Osalejad: Harjumaa koolieelsete õpetajad, eripedagoogid

Õppekava kogumaht: 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

Koolitaja: Ülle Kuusik



#### Koolituse eesmärk:

- anda ülevaade arenguliste erivajadustega (AEV) väikelaste õpetamise põhimõtetest ning õpetamise meetoditest ja võtetest;
- tutvustada erinevate arenguvaldkondade (tunnetustegevus, praktilised tegevused) kujundamise esimesi samme integreerituna kõne arendusega.

#### Õppe tulemused:

- Õpetajad oskavad hinnata AEV väikelapse õpioskuste taset ja teavad nende kujundamise võtteid.
- Õpetajad oskavad kujundada ja arendada tajusüsteemide erinevaid skaalasisid ning kaemuslik-kujundilist mõtlemist.
- Õpetajad omavad ülevaadet kunstitegevuste ettevalmistavast perioodist ning suudavad kujundada lastel esmaseid voolimis- ja joonistamisoskusi.
- Kursusel osalejad teavad, kuidas kujundada esemelist mängu. Lisaks teatakse ja osatakse arendada eakohast sõnavara ja grammatikat ning tegevusi planeeriva-reguleeriva kõnefunktsiooni kommenteerivat alletappi.

#### Soovitav kirjandus:

- B. Kaasik, Ü. Kuusik, Ü. Lillipuu, H-M. Seero ja M. Viks. Väikelpse kõne, keele ja tunnetustegevuse areng. ILO. 2007.
- Ü. Kuusik. Rollimäng koolieelses eas. Haridus 1-2 .2006. Lk. 40 – 42.
- Ülle Kuusik. Rollimängust ja selle oskuste kujundamisest <http://koolielu.ee/pg/info/readnews/83683>
- J. Strebeleva. Mõtlemise kujundamisest arenguliste erivajadustega lastel. [www.hev.edu.ee](http://www.hev.edu.ee)
- J. Strebeleva. Laste arendamine ja õpetamine didaktiliste mängude abil. [www.hev.edu.ee](http://www.hev.edu.ee)

#### Koolitaja kogemus:

**Ülle Kuusik** on töötanud lektorina alates 1980.a. Selle aja jooksul on ta pidanud loenguid Tartu Ülikoolis ja Tallinna Ülikoolis nii statsionaarsetele üliõpilastele kui ka täiendkoolitustel osalejatele (kursus „Eripedagoogi nõuandeid tavarühma õpetajatele, 64 ak tundi“). 2004.a. on talle omistatud Magister Artiumi kraad eripedagoogikas. Alates 2014.a. omab logopeedi kutset (tase, 7) ning alates 2015.a. eripedagoogi kutset (tase, 8). J. Strebeleva hindamissüsteemi olemust ja selle järgi hindamist on Ülle õppinud autori enda juures (1996.a) ja omab vastavat litsentsi.





## 8. Lapse käitumisprobleemid kodus ja lasteaias - vene keeles

**Toimumise aeg:** 17.04. 2018, 10.00-16.00

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa lasteaegade õpetajad

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Irina Tuhkru

### Проблемы с поведением ребенка на дому и в детском саду

Природа непослушного и оппозиционного поведения

Все ли в порядке с ребенком?

Причины плохого поведения у детей дома и в детском саду.

Стили поведения взрослого и реакция детей.

Групповая работа по анализу моделей плохого поведения у детей

Наиболее распространенные детские вредные привычки:

- детские капризы
- крикливость
- истерики
- дерзость
- грубость
- вспыльчивость
- конфликтность
- драчливость
- задиристость
- импульсивность
- воровство
- кусание
- хныкание
- оскорбление
- сквернословие
- лживость и жульничество
- непослушание
- недоброжелательность
- отсутствие терпения и настойчивости

Принципы поэтапного изменения поведения ребенка

Составление плана поэтапного изменения поведения. Практическая работа в группах

Сопровождение изменения поведения. Позитивные подкрепления.

Работа с родителями.

Создание благоприятного климата для воспитания позитивных привычек у детей в детском саду.

**Koolitaja kogemus:**

**Irina Tuhkru** - psühholoog ( Peterburi Riiklik Ülikool 2001 ) , pedagoog (Herzeni-nimeline Leningradi



Pedagoogiline Instituut 1981), psühhoterapeut (Taani Gestaltteraapia Instituut 1998). Tallinna Gestaltteraapia Ühingu esimees, Tallinna Keskuse "Kammerton" direktor, projektijuht, psühholoog. Tegevusvaldkond: psühholoogiline nõustamine, psühhoteeraapia, pedagoogika. Praktiline tegevus üle 30 aasta.

## 9. Kuidas vältida läbipõlemist? *Koolitus juhtidele*

**Toimumise aeg:** 23.04.2018, 10.00-16.00

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa lasteaedade juhid

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Marju Koor

**Eesmärk:** teadvustada läbipõlemisele viitavaid emotsionaalseid, käitumuslikke ja tervislikke sümptomeid ning osata rakendada sekkumismeetodeid läbipõlemise ennetamiseks; samuti tutvustada positiivse psühholoogia ja vaimse tasakaalu suurendamise võimalusi töökohal.

### Teemad:

- Läbipõlemise olemus ja etapid; käitumuslike ja emotsionaalsete eripärade märkamine igas etapis ning sekkumisvõimalused igal tasandil;
- Väsimuse, kurnatuse, liigse muretsemise ja kontrollivajaduse ning irratsionaalsete mõtete ja tagasilangustele viivate emotsioonide ennetamine ja/v. igapäevane toimetulek. Praktiliste juhtumite analüüs. Isiksuslikud ja kogemusepõhised eripärad ennetamisvõimaluste valikul. Hoiakud, eelarvamused, väärtushinnangud, mis mõjutavad (toetades v. takistades) meie läbipõlemise ennetamist. Enesemotivatsiooni suurendamise tehnikad vaimse tasakaalu säilitamise tagamiseks.
- Muutuste algatamine meeskonnas ja isiksuslikul tasandil, et aktiveerida positiivset psühholoogiat ja vaimset tasakaalu töökohal; mõttemuutuste võimalused lähtudes psühholoogilistest eneseabivõtetest.
- Konfliktide lahendamine ja juhi kui lepitaja roll kollektiivis, säilitades sealjuures iseenda sisemist tasakaalu; suhtlemine erinevate isiksustega, et tagada sujuv koostöö.
- Lõõgastustehnikad ja positiivsete enesesisenduste loomine indiviidi ja kollektiivi tasandil.

**Koolitaja kogemus:** Marju Koor, MSC (psühholoog)

Omab koolitajana andragoogi 6. kutsetaset ning on läbinud 2014 a. suhtlemistreenerite väljaõppe. On õppejõuks erinevates kõrgkoolides ja töötab praktiseeriva psühholoogina. Lõpetas 2002 a. Tartu Ülikooli psühholoogia osakonna ning kaitses teadusmagistrikraadi 2010.a. On töötanud Eesti Maaülikoolis üliõpilaspäspühholoogina ning Tartu Tervishoiu Kõrgkoolis õppejõu ja psühholoogina. Käesolevalt tegeleb Tartu Ülikooli õendusteaduskonnas arstitudengitele suhtlemis- ja kriisialaste teadmiste ja oskuste õpetamisega ning OÜ Jako Koolitus riskigrupi kuuluvatele noortele suunatud projektide juhtimisega. Samuti täiendab end erialaselt EMDR (Eye Movement Desensitization and



Reprocessing) teraapia ja suhtlemistreenerite väljaõppes. Alates 2002. aastast on koolitajana keskendunud peamiselt tervishoiutöötajate ja pedagoogide psühholoogiaalaste teadmiste arendamisele. Tema peamisteks koolitusvaldkondadeks on suhtlemis- ja kriisipsühholoogia, stressijuhtimine ja läbipõlemise ennetamine, motiveerimine ja arengupsühholoogia.

## 10. Töö arenguliste erivajadustega (AEV) laste vanematega

**Toimumise aeg:** 03.05.2018, 10.00-17.00

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa koolieelsete lasteasutuste juhid ja õpetajad

**Õppekava kogumaht:** 8 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

### Koolituse eesmärgid:

- Anda ülevaade AEV lastega perede raskustest oma lapse probleemidega kohanemise
- Kirjeldada psühholoogilise kriisi etappe seoses AEV laste peredega.
- Tutvustada AEV laste vanemate allrühmi lähtuvalt probleemidega kohanemisest.
- Anda soovitusi ja tutvustada põhilisi võtteid konfliktide ennetamiseks ja nende lahendamiseks.
- Harjutada aktiivset kuulamist, minasõnumite esitamist jm.

### Õppe sisu:

Kuulajad saavad lühiülevaate AEV laste eripärade põhjustest ja avaldumisvormidest ning AEV lastega perede raskustest lapse probleemidega kohanemisel (kohanemist soodustavad ja raskendavad faktorid).

Psühholoogilise kriisi läbimise etapid.

Lastevanemate allrühmad lähtuvalt probleemse olukorraga toime tulekust.

Esmased võtted AEV lapse vanematega suhtlemisel (konfliktide ennetamine, nende lahendamine).

### Õppe tulemused:

Kursusel osalenud teavad, kuidas perre sündinud AEV laps mõjutab kogu peresüsteemi ning mõistavad lastevanemate mitteootuspäraseid reaktsioone. Õpetajad suudavad lapsevanemaid paremini koostöösse haarata ning konflikte vältida.

### Koolitaja kogemus:

**Ülle Kuusik** on töötanud lektorina alates 1980. aastast. Selle aja jooksul on ta pidanud loenguid Tartu Ülikoolis ja Tallinna Ülikoolis nii statsionaarsetele üliõpilastele kui ka täiendkoolitustel osalejatele. 2004. aastal on talle omistatud Magister Artiumi kraad eripedagoogikas. Alates aastast 2014 omab logopeedi kutset (7. tase) ning alates 2015. aastast eripedagoogi kutset (8. tase). J. Strebeleva hindamissüsteemi olemust ja selle järgi hindamist on Ülle õppinud autori enda juures (aastal 1996) ning tal on vastav litsents.



## 11. Lugemis- ja kirjutamisoskuste arendamine koolieelses eas

**Toimumise aeg:** 9.05.2018, 10.00-15.15

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa koolieelsete lasteasutuste õpetajad

**Õppekava kogumaht:** 6 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

### **Koolituse eesmärk:**

Lugemis- ja kirjutamisoskus on paljude teiste õpioskuste kujunemise aluseks. Lugemis- ja kirjutamisvalmiduse olemasolu on koolivalmiduse tähtis komponent.

### **Õppe sisu:**

- Lugema- ja kirjutama õppimise eelduste (eakohane suuline kõne, käe peenmotoorika, silma ja käe koostöö, rütmitaju ning foneemikuulmine jm) kujundamist;
- Osaoskuste (häälikanalüüsi- ja sünteesioskus jm) kujundamist;
- Lugemis- ja kirjutamisoskuste kujundamist.

### **Õppe tulemused:**

Koolituse läbinu:

- mõistab lugemis- ja kirjutamisvalmiduse kujunemise seaduspärasusi;
- oskab pädevalt luua tingimusi lugemis- ja kirjutamiseelduste ja oskuste tekkeks, muutes protsessi lastele huvitavaks ja kaasahaaravaks.

### **Koolitaja kogemus:**

**Valli Vilu** on koolieelikute kõne korrektsiooniga tegelenud juba üle nelja aastakümne. Logopeedi eriala omandas ta magistrikraadiga Tartu Ülikoolis ning koduülikooliga on ta seotud olnud aastakümneid (üliõpilaste juhendamine jm). Ajakirjanduses on ta avaldanud mitmeid eksperthinnanguid ja soovitusi lastevanematele. V. Vilu on koostanud kogumiku “Liisusalmid” ja avaldanud kaks raamatut- “Sõrmepere seiklused” ja “Pannkoogipidu”, mida saab kasutada pereringis lapse kõne arengu soodustamiseks. Koolitajana on Valli tegutsenud üle viieteistkümne aasta.



## 12. Autistliku lapse mõistmine ja toetamine

**Toimumise aeg:** 16.05.2018, 10.00-16.00

**Toimumise koht:** Sirge 2, Omavalitsusmaja, Tallinn

**Osalejad:** Harjumaa koolieelsete lasteasutuste õpetajad

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Ivica Mägi

### **Koolituse eesmärgid:**

anda baasteadmised autismialal lasteaiakasvatajatele ning lasteaias töötavatele inimestele – kuidas mõista ja toetata parimal viisil autistliku last

### **Õppe sisu:**

Koolitusel on fookuses autistlik laps lasteaias ning tema märkamine ja toetamine parimal viisil. Selgitatakse probleemseid olukordi, mis võivad tekkida just selles eas ja kuidas mõista autistliku last kõige paremini. Arutletakse millised võimalused on lasteasutuste töötajatel aidata kaasa autistliku lapse arengule. Antakse nõu kuidas suhelda teiste laste ja vanematega autismi teemadel.

### **Õppe tulemused:**

Saadakse teoreetilisi ja praktilisi baasteadmisi autismialal. Osatakse toime tulla autistliku lapsega ja sealjuures töötada ennastsäästvalt.

### **Koolitaja kogemus:**

Ivica Mägi on Põhja-Eesti Autismi Liidu ning Autismi ja ATH Keskuse üks loojatest ja juhataja ning kahe poja ema, kellest noorim on autistlik laps. Ivica on omandanud magistrikraadi sotsiaalteadustes, pühendunud autismi ja ATH valdkonna uurimisele ning arendamisele. Lisaks on ta läbinud teemakohaseid täiendkoolitusi Eestis ja välisriikides. Tegutseb selle nimel, et Eestis oleks ATH/autismispektrihäiretega lastel, peredel ja nendega töötavatel pedagoogidel, spetsialistidel igakülgne toetus ja abi olemas nii sotsiaal- kui haridussfääris. Autistlike ja ATH laste mõistmise, kaasamise ja toetamise teemadel koolitab ja nõustab Ivica autismiperesid, pedagooge, lastekaitsetöötajaid, teeb koostööd mitmete koolide, lasteasutuste, omavalitsuste ja muude organisatsioonidega.

## 13. Lõimitud õpe – lihtsamast lihtsam õppekorraldus!?

**Toimumise aeg:** 24.05.2018, 10.00-16.00

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa koolieelsete lasteasutuste õpetajad

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Lee Kerde, MA

### **Koolituse eesmärk:**

Koolituse läbinu omab teadmisi erinevate õppevaldkondade lõimimisest õppe- ja kasvatustegevustes.



### Õppe sisu:

- Mis on õppevaldkondade lõimimine?
- Lõimitud tegevuste planeerimine.
- Lõimitud tegevuste läbiviimine.
- Rühma personali rollide jaotus ja parimad võimalused lõimitud tegevuste läbiviimisel.

### Tulemused:

Õppija mõistab lõimitud õppe vajalikkust lasteaias. Õppija omab teadmisi lõimitud õppe planeerimisest ning läbiviimisest. Õppija omab arusaama rühma personali liikmete rollist lõimitud tegevuste läbiviimisel.

### Koolitaja kogemus: Lee Kerde

Lee on omandanud mitmekülgse hariduse - lõpetanud G. Otsa nim. Tallinna Muusikakooli muusikateooria erialal, Tallinna Pedagoogilise Instituudi Kultuurhariduse erialal, Tartu Ülikooli Narva Kolledži koolieelse lasteasutuse õpetaja erialal (bakalaureusekraad) ja Tartu Ülikooli koolikorralduse erialal (magistrikraad). Lisaks on ta muude erialaste ja juhtimiskoolituste seas läbinud Maria Montessori meetodika koolituse, ettevõtluspedagoogika koolituse ning mänguteraapia kursuse. Lee on töötanud töötanud koolis ja lasteaias muusikaõpetajana kokku 14 aastat, lasteaiasõpetajana 11 aastat, millest 7 aastat liitühmas ning lasteaias juhina viimased 14 aastat.

### Soovitatud kirjandus:

Kalimulina, E. „Tegevuste integratsioon kui lapsest lähtuva õpikäsitusel praktiline rakendamisevõimalus koolieelses lasteasutuses“ /“Arenev õppekava – õpikeskkond ja ainevaldkonnad „ Tartu 2006/ [http://ise.elnet.ee/record=b2424773~S1\\*est](http://ise.elnet.ee/record=b2424773~S1*est)

Mölder, M. „Meediakasvatuse lõimimine Õppe- ja kasvatusvaldkonnaga „Mina ja keskkond““. Lõputöö. Tallinn 2016

Nugin, K. „Üldõpetuse rakendamine lasteaias“ Atlex 2013

Tilk, M., Vaarpuu, S. „Kuidas laps lasteaias õpib“ <http://www.lasteaed.net/> 09.11.2014

## 14. ATH laps lasteaias

**Toimumise aeg:** 30.05.2018, 10.00-16.00

**Toimumise koht:** Omavalitsusmaja, Sirge t 2, Tallinn.

**Osalejad:** Harjumaa lasteaeade õpetajad, eripedagoogid

**Õppekava kogumaht:** 7 akadeemilist tundi, iseseisvat tööd ei ole

**Koolitaja:** Angela Jakobson

### Koolituse eesmärk:

Tõsta lastega töötavate spetsialistide teadlikkust aktiivsus- ja tähelepanuhäire olemuse, selle äratundmise, esmase hindamise, sagedamini kaasnevate probleemide ning abistamise ja võimaluste osas (eriõpetusviisid).



### **Õppekava sisu kirjeldus:**

- Aktiivsus- ja tähelepanu häire (ATH) - mis see on ja mis seda põhjustab?
- ATH diagnostilised tunnused, esinemissagedus ja kulg, kaasuvad probleemid.
- Sekkumismeetodid: psühhoteraapia ja farmakoteraapia võimalused ATH ravis.
- Koostöö vanemaga. Abistavad keskkonna ümberkorraldused lasteaias ja kodus.
- Lapse eneseregulatsiooni toetavad sekkumised rühmaruumis.
- Õpetuse kohandamine, eriõpetusviiside rakendamine.
- Praktiliste töövahendite tutvustus.

### **Koolitaja kogemus:**

**Angela Jakobson**, kliiniline lapsepsühholoog (kliinilise psühholoogi VII taseme kutsekvalifikatsioon)  
Angela on kaitsnud magistritööd „Aktiivsus- ja tähelepanuhäirega laste kognitiivsete võimete struktuur“ hindele cum laude. Õppinud Tartu Ülikooli doktoriõppes. Teema: „Algklassilaste kognitiivsed võimed. Hariduslike erivajadustega lastele kohase õpetuse planeerimine tavakoolis“.

### **Õppekava eduka läbimise korral omandatavad teadmised ja oskused:**

#### Õppekava läbinu:

- teab ATH tunnuseid ja ravivõimalusi,
- oskab eristada ATH kohta käivad levinumaid müüte faktidest
- teab ATH last abistavaid keskkonna ümberkorraldamise võimalusi
- on saanud ülevaate kogemustest, praktilistest võtetest, kuidas abistada, toetada ATH lapse eneseregulatsiooni ja tähelepanufunktsiooni rühmaruumis