



KOOLITUSMAJAKAS
KURESSAARE AMETIKOOL

KINNITATUD
direktori
käskkirjaga nr 5-1

KURESSAARE AMETIKOOLI TÄIENDUSÕPPE ÕPPEKAVA
Laste vaimse tervise märkamine ja toetamine

ÕPPEKAVA NIMETUS	Laste vaimse tervise märkamine ja toetamine
ÕPPEKAVARÜHM	Lastehoid ja teenused noortele
KOOLITUSE MAHT JA ÕPPEVORMID	Koolituse maht: 24 auditoorset tundi millest 18 tundi on loengu vormis ja 6 tundi praktiliste osakuste rakendamine õppekeskkonnas
ÕPPEKAVA KOOSTAMISE ALUS	Õppekava on koostatud lasteaedades ja lastehoius töötavate õpetaja abidele täienduskoolituseks.
ÕPIKESKKOND	Õppeklassid ja õppetöoks vajalikud ruumid vastavad tervishoiu ja tööohutuse seaduses sätestatud tervishoiu ja -ohutuse nõuetele.
SIHTGRUPP JA ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED	Koolituse sihtrühmaks on lasteaedades ja lastehoius töötavad õpetaja abid, kellel on aegunud haridus või puudub erialane haridus. Õpingute alustamise eeldus on keskharidus.
EESMÄRK	Koolituse eesmärk on anda õpetaja abidele teadmised ja praktilised oskused laste vaimse tervise probleemide märkamiseks ning esmaseks toetamiseks. Koolitus keskendub vaimse tervise häirete tundemärkide äratundmisele ja sobivate toetusstrateegiatega kasutamisele lasteaia/lastehoiu keskkonnas.
ÕPIVÄLJUNDID	Koolituse läbinu: <ol style="list-style-type: none"> 1) teab laste vaimse tervise probleeme ja suudab märgata nende varajasi tunnuseid; 2) pakub esmast tuge vaimse tervise häiretega lastele ja toetab nende toimetulekut; 3) loob ja hoiab turvalist ning toetavat keskkonda; 4) teab, millal ja kuidas suunata laps edasi spetsialisti juurde; 5) teeb koostööd lapsevanemate ja tugisüsteemidega, et tagada lapse vaimse tervise pidev toetamine.
ÕPPESISU	<p>1. Vaimse tervise alused (4 tundi)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laste arenguetapid. • Vaimse tervise ja emotsionaalse heaolu seosed. • Vaimse tervise mõjutajad: lasteaed/lastehoid, perekond, sotsiaalsed suhted. <p>2. Laste vaimse tervise probleemide äratundmine (10 tundi)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tüüpilised vaimse tervise probleemid lastel: ärevus, depressioon, käitumishäired. • Vaimse tervise häirete varajased tunnused ja sümptomid. • Käitumise muutuste jälgimine ja sellest aru saamine. <p>3. Toetamise strateegiad (6 tundi)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kuidas pakkuda esmatasandi tuge (aktiivne kuulamine, empaatia). • Toimetulekuoskuste arendamine: stressi maandamise ja emotsioonide reguleerimise tehnikad. • Käitumuslike ja sotsiaalsete oskuste toetamine. • Turvalise keskkonna loomine.

	<ul style="list-style-type: none"> • Koostöö koduga vaimse tervise toetamisel. • 4. Tugisüsteemid (4 tundi) • Millal ja kuidas kaasata spetsialiste? • Koostöö vanemate ja/või hooldajatega. • Kuidas suunata laps tugispetsialisti juurde? • Eetikaküsimused ja privaatsuse kaitse.
ÕPPEMEETODID	<p>Loengud: Teoreetiliste teadmiste jagamine ja diskussioonid vaimse tervise teemadel.</p> <p>Grupitööd ja arutelud: õppija ja koolitaja vaheline kogemuste vahetamine ja parimate praktikate jagamine.</p> <p>Juhtumipõhine õpe: Erinevate situatsioonide ja näidete analüüs.</p> <p>Rollimängud: Simulatsioonid, kus osalejad saavad praktiseerida laste vaimse tervise probleemide märkamist ja toetamist.</p>
ÕPPEMATERJALID	<p>Artiklid ja materjalid vaimse tervise teadusajakirjadest.</p> <p>Koolitaja koostatud õppematerjalid ja juhtumipõhised ülesanded.</p>
NÕUDED ÕPINGUTE LÕPETAMISEKS, HINDAMISMEETODID JA -KRITERIUMID	<p>Koolitusel osalemine 100% ja kõikide õpiülesannete täitmine.</p> <p>Praktiline ülesanne:</p> <p>Koolituse käigus lahendavad osalejad vaimse tervise probleemidega seotud rollimänge, et näidata oma oskusi märkamises ja toetamises.</p> <p>Hindamiskriteeriumid: suhtlemisoskus, empaatia, oskus pakkuda tuge ja teha koostööd spetsialistidega.</p> <p>Grupiarutelu ja refleksioon:</p> <p>Kursuse lõpus toimuvad arutelud, kus osalejad jagavad oma kogemusi ja reflekteerivad, kuidas nad edaspidi oma töös vaimse tervise toetamisel teadmisi rakendavad.</p> <p>Hindamiskriteeriumid: aktiivne osalemine, kriitiline mõtlemine ja meeskonnatööoskus.</p>
KOOLITUSE LÄBIMISEL VÄLJASTATAV DOKUMENT	<p>Tunnistus – õpiväljundid on saavutatud.</p> <p>Tõend – õpiväljundid on saavutamata või ei täitnud hindamiskriteeriume.</p>
KOOLITAJA KOMPETENTUST TAGAVA KVALIFIKATSIOONI VÕI ÕPI- VÕI TÖÖKOGEMUSE KIRJELDUS	<p>Pille Kriisa</p> <p>Eripedagoog, Rakvere Ametikooli õpinõustaja. Koolitab noortega tegelevaid spetsialiste. On pälvinud Haridus- ja Teadusministeeriumi tunnustuse, kui noortest koosnenud tunnustuskomisjon valis ta 2014. aastal enim silma paistnud koolitajaks.</p>