

ÕPPEKAVA

VEPA metoodika väljaõpe klassiõpetajatele

ÕPPEKAVARÜHM

Kasvatusteadused

SIHTGRUPP

Üldhariduskooli 1.-6. klassi klassiõpetajad.

EESMÄRK

Õppija omandab alusteadmised ja oskused VEPA metoodika iseseisvaks kasutamiseks, et arendada laste eneseregulatsiooni- ja käitumisoskusi ning luua toetav õpikeskkond.

ÕPIVÄLJUNDID

Osaleja:

- mõistab VEPA metoodika kui tõenduspõhise ennetustegevuse olulisust ja panust õpilaste ning õpetajate vaimse tervise hoidmisel;
- omab ülevaadet VEPA metoodika kasutamise tulemustest Eestist ja mujal maailmas;
- mõistab VEPA metoodika mõju lapse eneseregulatsiooni ja sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arengule, turvalise ja toetava õpikeskkonna loomisele ning milline on nende mõju lapse tervisele ja heaolule;
- teab, kuidas kasutada korrektset ja paindlikult kõiki VEPA-elemente ning seostab nende mõju lapse käitumisega;
- teab, kuidas luua eeldused edukaks VEPA-mängu mängimiseks kasutades VEPA-elemente, mõistab VEPA-mängu põhialuseid ja oskab VEPA-mängu läbi viia ja oma igapäevatoos kasutada;
- oskab leida viise kohandamiseks VEPA metoodikat iga õpilase jaoks sh HEV õpilastele;
- reflekteerib ja analüüsib oma tööd ning tunnis toimuvat ja oskab planeerida järgmisi eesmärgi VEPA metoodika edukaks kasutamiseks;
- oskab neutraalselt reageerida laste ebasobivale käitumisele ja suunata oma fookuse sobiva käitumise märkamisele ja selle tunnustamisele;
- oskab leida viise koostööks VEPA mentori, lapsevanemate, kolleegidega VEPA metoodika edukaks kasutamiseks.

VÄLJAÕPPE KOMPONENDID, MAHT JA SISU

VEPA metoodika väljaõpe klassiõpetajatele hõlmab **48 akadeemilist tundi**. Õpe koosneb järgmistest komponentidest:

Komponent	Maht (akad tundi)	Sisu
3 koolituspäeva	24h	Kontaktkoolitus koosneb kolmest päevast: 1. koolituspäev: „VEPA-elementid“ 2. koolituspäev: „VEPA-mäng“

		3. koolituspäev: „VEPA metoodika tugevdamine“ ja lõputest.
Juhendatud praktika	14h	Mentori tunnikülased, individuaalne nõustamine, praktiline tugi koolis
Iseseisev töö	10h	Materjalide läbi töötamine, praktikarefleksiooni koostamine

Selgitused:

3 koolituspäeva – Koolituspäeva toimuvad vastavalt grupile Tallinnas või Tartus. Õppija peab osalema auditoorses töös **vähemalt 85% ulatuses**. Peale 3 koolituspäeva avaneb õppijale valikvastustega lõputest, mis tuleb sooritada hiljemalt **02.03.2026**.

Juhendatud praktika:

- Mentoriga koostöö – tunnikülased, nõustamised ja praktiline tugi koolis. Mentori tegevustega saab täpsemalt tutvuda [mentori tööjuhendis](#).

Iseseisva töö käigus töötab õppija läbi koolitusmaterjalid ja koostab praktikarefleksiooni.

ÕPPEKESKKONNA KIRJELDUS

Auditoorne õpe toimub Tervise Arengu Instituudi poolt korraldatud koolitusruumis. Koolitusel pakutakse kergeid kohvipause ning lõunat.

Väljaõppes osalemiseks tuleb liituda Digiriigi Akadeemia moodle kursusega. Juhised Digiriigi Akadeemia moodle kursusega liitumiseks saadetakse osalejale enne väljaõppe algust.

MATERJALID

- „VEPA metoodika. Õpetaja käsiraamat“ (2023) Tervise Arengu Instituut.
- Kool tagab, et iga väljaõppes osalev õpetaja saab endale **VEPA-õpetaja komplekti**, mis sisaldab õpetaja käsiraamatut ning muid metoodika kasutamiseks vajalikke materjale. Täpsed juhised materjalide komplekteerimiseks edastab koolitusele registreerunud õpetajale ja koolile Tervise Arengu Instituut kaks nädalat enne koolituse algust. VEPA materjalid on kursusel osalejatele ja ei ole levitamiseks ja jagamiseks kolmandatele osapooltele.



VEPA



**Tervise
Arengu
Instituut**



Kaasrahastanud
Euroopa Liit



Eesti
tuleviku heaks

LÕPETAMISE TINGIMUSED JA VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID

Väljaõppe edukaks läbimiseks tuleb:

- osaleda auditoorses töös vähemalt 85%. Erandkorral saab ühe puudunud koolituspäeva kompenseerida kodutööga, mille arvestamist kinnitab koolitaja.
- sooritada Digiriigi Akadeemia moodle keskkonnas elektroonne valikvastustega lõputest vähemalt 70% õigete vastustega hiljemalt 02.03.2026
- sooritada koostöös VEPA-mentoriga juhendatud praktika ja vastavalt etteantud vormile koostada praktika refleksioon ja laadida see Digiriigi Akadeemia moodle keskkonda hiljemalt 30. aprilliks 2026.

VEPA metoodika väljaõppe eduka läbimise kohta väljastatakse juunis 2026 tunnistus.

LISAVÕIMALUSED

Huvi korral saavad kõik VEPA-õpetajad:

- liituda Facebooki grupiga [VEPA õpetajate kohvik](#), kus saab vahetada kogemusi kolleegidega, jagada oma materjale ja saada vastused oma küsimustele
- lisateavet VEPA metoodika kohta [VEPA kodulehelt](#) ja [Facebooki lehelt](#)
- osaleda VEPA Zoom teemakohtumistel, et arutada jooksvaid küsimusi, saada abi, jagada ja kuulda kogemusi VEPA metoodika kasutamise kohta. Zoom kohtumistele tuleb eelnevalt registreerida. Kohtumise link saadetakse eelregistreerunutele e-posti teel. Kohtumine kestab 1-1,5 tundi ja seda viib läbi VEPA-koolitaja. Zoom teemakohtumisi ei salvestata ja need ei ole järelvaadatavad. Teemakohtumiste ajakava on leitav Digiriigi Akadeemia moodle's.

VEPA metoodika väljaõpet puudutavate küsimuste korral võtke ühendust e-posti teel vepa@tai.ee.

Programmi elluviimise rahastusallikas: ESF+ 6. prioriteetse suuna meetme 21.4.7.9 „Lastele ja peredele suunatud teenused on kvaliteetsed ja vastavad perede vajadustele“ TAT "Laste ja perede toetamine" (SFOS nr 2021-2027.4.07.23-0002).