

ÕPPEKAVA

VEPA metoodika väljaõpe klassiõpetajale e-kursusega

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 tulemusliku ennetustegevuse ja toetava õpikeskkonna loomise olulisust ning panust õpilaste ning õpetajate vaimse tervise hoidmisel;
- 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 korrektselt 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 põhiluseid ja oskab VEPA-mängu läbi viia ja oma igapäevatöös kasutada;
- omab ülevaadet VEPA metoodika kasutamise tulemustest Eestist ja mujal maailmas;
- oskab neutraalselt reageerida laste ebasobivale käitumisele ja suunata oma fookuse sobiva käitumise märkamisele ja selle tunnustamisele;
- reflekteerib ja analüüsib oma tööd ning tunnis toimuvat ja oskab planeerida järgmisi eesmärgi VEPA metoodika edukaks kasutamiseks;
- oskab leida viise kohandamiseks VEPA metoodikat iga õpilase jaoks sh HEV õpilastele;
- teab, kuidas leida viise koostööks VEPA-mentori, lapsevanemate ja kolleegidega VEPA metoodika kasutamiseks.

VÄLJAÕPPE KOMPONENDID, MAHT JA SISU

VEPA metoodika väljaõpe klassiõpetajatele e-kursusega hõlmab **40 akadeemilist tundi**. Õpe koosneb järgmistest komponentidest:

Komponent	Maht (akad tundi)	Sisu
E-kursus	8h	Sissejuhatus, VEPA metoodika taust ja alustamine; VEPA-elemendid; VEPA-mäng ja metoodika mõjud; lõputest
Refleksioonipäev	6h	Kogemuste vahetamine koolitaja eestvedamisel valikus 2 x 3 h Zoomis või 1 x 6 h kontaktkohtumine.
Juhendatud praktika	14h	Mentori tunnikülastused, individuaalne nõustamine, praktiline tugi koolis
Iseseisev töö	12h	Materjalide läbi töötamine, praktikarefleksiooni koostamine

Selgitused:

E-kursus tuleb läbida täismahus. Kursus koosneb kolmest temaatilisest moodulist:

- Moodul 1: VEPA-ga alustamine
- Moodul 2: VEPA-elemendid
- Moodul 3: VEPA-mäng ja metoodika mõjud

E-kursuse moodulite läbimise tähtaeg on **28.11.2025**.

Peale e-kursuse moodulite läbimist avaneb õppijale valikvastustega lõputest, mis tuleb sooritada hiljemalt **02.03.2026**.

Refleksioonipäev - Kogemuste vahetamise kohtumine – õppija osaleb **kohustuslikus aruteluringis**, mille eesmärk on VEPA metoodika praktilise kasutamise mõtestamine ja heade praktikate jagamine. Õppijal on võimalik valida kahe formaadi vahel:

- 2 x 3 akadeemilist tundi Zoomi vahendusel
- 1 x 6 akadeemilist tundi kontaktkohtumisel

Juhendatud praktika:

- Mentoriga koostöö – tunnikülastused, nõustamised ja praktiline tugi koolis. Mentori tegevuste täpsem kirjeldus on leitav mentori tööjuhendis.

Iseseisva töö käigus töötab õppija läbi koolitusmaterjalid ja koostab praktikarefleksiooni.

E-ÕPPEKESKKONNA KIRJELDUS

Digiriigi Akadeemia moodle's asub iseseisvalt läbitav e-kursus. Väljaõppes osalemiseks tuleb ennast Digiriigi Akadeemias kasutajaks teha. Juhised Digiriigi Akadeemia moodle kursusega liitumiseks saadetakse osalejale enne väljaõppe.

MATERJALID

- "VEPA metoodika e-kursus" (2024) Tervise Arengu Instituut, "VEPA metoodika. E-kursuse töövihik" (2024) Tervise Arengu Instituut.
- „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.

LÕPETAMISE TINGIMUSED JA VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID

Väljaõppe edukaks läbimiseks tuleb:

- läbi teha VEPA metoodika e-kursus hiljemalt 28.11.2025
- sooritada Digiriigi Akadeemia moodle keskkonnas elektroonne valikvastustega lõputest vähemalt 70% õigete vastustega hiljemalt 02.03.2026
- osaleda kogemuste vahetamise kohtumisel
- 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 "Lastele ja peredele toetamine" (SFOS nr 2021-2027.4.07.23-0002).