

## “Ülemäärane ärevus: õpilase toetamise võimalused” õppekava

Täienduskoolitusasutuse nimetus	Koolituskeskus Luwi
Õppekava nimi	<b>Ülemäärane ärevus: õpilase toetamise võimalused</b>
Õppekavarühm	Klassiõpetaja koolitus
Õppe kogumaht (akadeemilistes tundides)	6 akadeemilist kontakttundi
Õppekava koostamise alus	Kutsestandard Õpetaja, tase 6 kompetents B.2.1 Õpi- ja õpetamistegevuse kavandamine, tegevusnäitaja: 1) selgitab välja õppija arengutaseme, lähtudes üld- ja valdkondlikest oskustest ning arvestab neid õppetegevuse eesmärkide seadmisel, toetudes õppekavale; märkab ja kirjeldab õppija erivajadusi ning teeb ettepanekuid tugispetsialisti poole pöördumiseks; valmistab ette arenguestlusi, juhindudes organisatsioonisiseste ja riiklike normdokumentide nõuetest;
Sihtgrupp	Täienduskoolitus klassi- ja lasteaiaõpetajatele, laste ja noortega töötavatele spetsialistidele ning lapsevanematele.
Õppe alustamise tingimused	Täisealine isik
Õppe eesmärk	Koolituse eesmärgiks on tõsta laste ja noortega töötavate spetsialistide teadlikust laste, noorukite ärevushäirete olemuse osas, millisel viisil mõjutab ülemäärane ärevus õppimist. Tervenemiseks on äärmiselt oluline luua tingimused. Täiskasvanutel, kes igapäevaselt last ümbritsevad on oma osa raviprotsessis. Kohased sekkumised klassiruumis võimaldavad lapsel õppida uusi oskusi, saada kogemusi, mis viib paranemisele. Teadlikkuse tõstmine on oluline samm vaimse tervise häirete ennetamisel ja nende tagajärgede leevendamisel.
Õpiväljundid	Teab ülemäärase ärevuse mõju õppimisele On saanud ülevaate kogemustest, praktilistest võtetest, kuidas abistada, toetada äreva lapse eneseregulatsiooni ja tähelepanufunktsiooni koolis

Õppesisu	Kuidas ära tunda ja mida esmaseks toetuseks saab teha koolis: lahusolekuärevus, selektiivne mutism, tikid, ülemäärane muretsemine, sotsiaalfoobia Esmaabi paanikahoo korral. Abistavad sekkumised õppimiskeskonnas: keskkonna kohandamine, akadeemilise edasijõudmise hindamine Sooritus- ja testärevuse korral õpilast abistavad strateegiad.
Õppemeetodid	Loeng, grupiharjutused ja -arutelud.
Iseseisev töö	-
Õppematerjalide loend	Koolitaja poolt koostatud õppematerjalid Soovituslik: Reilly, N (2015) Anxiety and Depression in the Classroom Serani, D (2013) Depression and Your Child
Nõuded õpingute lõpetamiseks, sh hindamise meetodid ja hindamiskriteeriumid	Õpilane on osalenud 80% õppetöös. Hindamise meetod: grupiharjutused ja -arutelud Hindamiskriteerium: õppija lahendab grupiarutelude ja –harjutuste käigus juhtumeid, arvestades lapse heaolu
K läbimisel väljastatav dokument (tunnistus või tõend).	Tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud. Tõend, kui õpitulemusi ei saavutatud, kuid õppija võttis osa õppetööst. Tõend väljastatakse vastavalt osaletud kontakttundide arvule.
Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- ja töökogemuse kirjeldus.	Kõrgharidus ja/või töökogemus õpetatavas valdkonnas.
Õppekorraldus, sh kvaliteedi tagamise alused	<a href="http://luwi.ee/oppekorraldus_ja_kvaliteedi_tagamine/">http://luwi.ee/oppekorraldus_ja_kvaliteedi_tagamine/</a>
Õppekava kinnitamise aeg:	01.2024