

# “LOODUSKESKKONNA KASUTAMINE ÕPPEPROTSESSIS”

lektor: Romet Vaino

**Koolitus sobib suurepäraselt inimestele, kelle töö üheks osaks on tegelemine lastega. Interaktiivne õppeprogramm kohandub kasutaja vajadustega, olenemata tasemest.**

Statistika näitab, et nii täiskasvanud kui lapsed veedavad üha suurema osa oma elust siseruumides ja ekraanide taga. Sellest tulenevalt nõrgeneb meie side väliskeskkonnaga, mis omakorda võtab meilt ära oskuse kasutada loodust kui ressursi isiklikuks heaoluks ja arenguks. Oma ettekandes räägin põhjalikumalt sellest, kuidas looduskeskkonnas viibimine inimese ja eelkõige noore inimese vaimset ja füüsilist arengut toetab, kuidas lapsele seda maailma tutvustada ja kuidas teda kontakti loomisel loodusega toetada. Eesmärk anda osalejatele mõtteid ja juhiseid, kuidas nutiajastul siiski leida võimalusi laste suunamiseks loodusesse.

**Kursus lisab teadlikkust loodusemõjust ja annab praktilisi meetodeid mida teha lastega looduses.**

*Miks see teema käsitletus on oluline?*

Nutiajastu lapsed ja noored kannatavad ebakindluse, ärevuse ja tähelepanuga seotud probleemide käes. Uuringud on näidanud, et looduskeskkond arendab lastes probleemilahendamisoskust, õpetab toime tulema oma emotsioonidega, pakub väljakutseid ja tõstab läbi nende enesekindlust. Inimene, kes on lapsepõlves loodusega head suhted loonud, leiab sealt tuge nii füüsilises kui vaimses mõttes ka hilisematel eluperioodidel.

*Mis juhtub, kui probleem jääb lahendamata?*

Probleemi eiramisel jääb noorel inimesel kasutamata väga suure potentsiaaliga ressurss, mis võiks toetada tema aju arengut, tema vaimset heaolu ja füüsilist võimekust.

## *Mis juhtub, kui probleem lahendatakse?*

Probleemi lahendamisel anname lapsele tema elutee alguses kaasa ühe väärtusliku pagasi, mis toetab teda kogu järgneva elu jooksul. Looduses liikumine muudab meid rahulikumaks, õnnelikumaks ja tervemaks.

### **E-kursusel käsitletavad teemad:**

1.osa- “Sissejuhatus looduskeskkonda”- Looduskeskkonna vajalikkus kasvuaas. ( Video kestus 49 min)

2.osa- “ZUGA liikumispaus”- Turgutav vahepala. ( Videofaili kestus 7:22 min)

3.osa- “ Looduskeskkonnamõju”- Mida looduskeskkonnamõju lastele annab. ( Video kestus 52 min)

4.osa- “ Mida põnevat teha lastega looduses”- Praktiline osa. ( Video kestus 74 min)

### **E-kursuse tulemusena osaleja:**

- \* Oskab anda lastele põnevaid ülesandeid looduses.
- \* Mõistab looduskeskkonna vajalikkust lapseas.
- \* Teab kuidas suunata erivanuses lapsi mentorina looduses.

Kui soovite pakkumist enam kui ühele kasutajale, siis võtke ühendust e-kirja teel: [kadritriin@meaningfultalks.eu](mailto:kadritriin@meaningfultalks.eu)

E-kursust saavad osta nii individuaalsed õppijad kui ka tööandjad oma töötajatele. Mitme kasutaja korral saab juht koondülevaate kõikide koolitusele registreeritud töötajate õpiprotsessidest ja tulemustest. E-kursuse suurim pluss on, et see aitab praktilistel teadmistel jõuda kõigi töötajateni ning neile õppimiseks sobival ajal.

- \* Üks kasutaja, hind **8,34 € (10 € km-ga)** / kasutaja
- \* 25+ kasutajat- küsi pakkumist

Peale ostu sooritamist saate **ühe tööpäeva jooksul** info e-kursusele ligipääsu kohta.

Kursuse läbimiseks kulub umbes **182 minutit**. E-kursuse kasutamiseõigus kehtib kuus kuud.

### **E-kursuse lektor:**

E-kursuse lektor Romet Vaino on matkajuht, vabakutseline kirjutaja ja hobifotograaf. Ettevõttes “Metaloodus” pakub ta põnevaid lahendusi looduses viibimiseks. Tema soov on anda inimesele kala asemel õng. See tähendab, et lisaks tavapärastele räätsa- ja kanuumatkadele pakub võimalust minna looduskogemusega süvitsi ja kasvada välja hirmust pimeduse, vaikuse ja määramatuse ees.

Romet Vaino sulest on ilmunud artiklikogumik “Peegel karu silmades” 2020 aasta septembris. Igakuiselt saab lugeda lugusid loodusest ja inimesest veebiajakirjast “edasi.org” lehelt.

Romet Vaino on otsimas võimalusi ja viise kuidas juhatada ka teisi inimesi teadlikuma looduses kulgemise ja tugevama vaimse tervise suunas.