

Kuidas luua head lasteaeda?

Külvi Teder

Hea lasteaed on nagu tervete juurtega tugev puu, mis kannab kord head vilja. Lasteaia eripära on see, et tuleb keskenduda juurtele, viljad on vaid teadvuses, lasteaed neid ei näe. Kuid just juurtest sõltuvad tulevikus viljad. Milliseid vilju kasvatab lasteaed ehk mis on lasteaia eesmärk?

Mis on lasteaia eesmärk?

Kas lasteaia eesmärk on tagada laste turvaline hoidmine, kui vanemad on tööl, olla tore töökoht, õpetada lapsed kooliküpsaks või kujundada toimetulevaid ühiskonnaliikmeid?

Kui lasteaia eesmärk on **kujundada uut põlvkonda**, kes loob meie tulevikuühiskonna, siis **milliseid inimesi iga lasteaiaõpetaja täna Eestis kujundab?**

Kuna koolieelne iga (0–7a) on inimese (aju) arengus ja väärtuste kujunemisel kõige olulisem periood (tahame või ei taha, aga kõik saab alguse lapsepõlvest), siis on lasteaial suurepärane võimalus ja ka vastutus panna alus nii haridusteele kui ka inimeseks kasvamisele. See annab väga olulise tähenduslikkuse ja ka motivatsiooni lasteaiaõpetaja igapäevatööle.

Milline on hea lasteaed?

Kas hea lasteaed võiks tänapäeval olla lapsest lähtuv lasteaed? Aga mida see tähendab?

Kuna me ei saa üle ega ümber inimese baasvajadustest ja ikka veel samast ürgsest ajast ning selle töömehhanismidest, siis tuleb lasteaia igapäevatöös neid kõigepealt teadvustada ja tundma õppida (kui tahta mõtestatult ja tõhusalt tööd teha).

Seega võib öelda, et **hea lasteaed on see, kus lähtutakse lapse heaolust ja arengust** – teadlikult ja teaduspõhiselt.

Siit tuleneb hea lasteaia esimene küsimus: *mida vajab laps füüsiliseks ja psüühiliseks heaoluks, et see tagaks tema arengu, sh tahte õppida-tegutseda-uurida, ja seda veel grupis koos paljude erinevate kaaslastega?*

Teiseks: *millised õpetaja tegevused lasteaias kujundavad õnnelikku inimest, st inimest, kes tunneb iseennast ja suudab oma emotsioone ning käitumist reguleerida, sh keskenduda ja pingutada, suunata oma energia koostööle, olla loova ja paindliku, kuid seejuures ka kriitilise ja analüüsiva mõtlemisega?*

I juur

Baasvajadustega arvestamine

Iga inimese, sh lapse areng ja õppimine saab toimuda vaid siis, kui on rahuldatud füsioloogilised (nt vesi, toit, liikumine, uni) ja psühholoogilised baasvajadused (nt turvatunne, kontakt õpetajaga, meie-tunne). Baasvajadused on vahetult seotud lapse (õpi)motivatsiooniga – tahtega midagi teha, osaleda, midagi uut õppida. Kui jätame need oma töös arvestamata, siis saame passiivselt (lihtsalt ei huvita) või agressiivselt käituvad lapsed.

Seega, heas lasteaias teab õpetaja, millised on laste baasvajadused ja kuidas toimib lapse motivatsioonisüsteem, ning arvestab nendega oma igapäevatoos.

Füsioloogilised baasvajadused

Me teame, et iga inimene vajab õhku, toitu, vett, soojust, und, liikumist jne. Aga kuidas me õpetajana teame, et iga meie rühma lapse puhul on need põhivajadused rahuldatud? Kui hästi me tunneme iga last, et märgata muutusi tema käitumises? Sageli ei oska laps ise oma vajadusi sõnadega väljendada. Seega on meie ainus võimalus märgata käitumist, mis on nn jäämäe veepealne osa. Me peame päevarütmi üles ehitama nii, et kõik baasvajadused on rahuldatud, nt päevas on piisavalt liikumist ja aktiivsust, aga ka vaikuse, rahu ja keskendumise hetki.

Liikumine

Lapse heaolu ja õppimist mõjutab otseselt liikumine, mis lisaks heaolutundele paneb aju tööle ja võimaldab (ajutüves) loovusel tekkida.

Kui me aktiivselt liigume (eriti looduses), toodab aju keemilisi ühendeid, nagu serotoniin ja dopamiin. Füüsilist tegevust tehes (selg higine, hingeldamine) toodab aju nn ajutoitu ehk kemikaali BDNF, mis aitab närvirakkudel ajus kasvada.

Kui tahame mõtlemaid lapsi, siis peavad nad saama liikuda ja tegutseda, kuna mõtlemine ja liikumine on omavahel vahetult seotud, sh silma-käe koostöö. Nt meisterdades või jalgrattaga sõitma õppides toimub liikumine ja mõtlemine samal ajal.

Paljudes uuringutes tuuakse välja, et liikumine aitab keskenduda, asjadest aru saada, meeles pidada, sujuvamalt ühelt ülesandelt teisele liikuda, psüühikahäiretest taastuda ning ennetab ja aitab vaimsete haiguste vastu.

Ka peale keskendumist (nt pingsat õppimist) vajab laps vabalt olemist ja liikumist, et n-ö välja hingata. Ja et aju hajevil režiim saaks sisse lülituda, mis on vajalik loovuseks, st loovateks väljatuleks, uuteks mõteteks ja ideedeks.

Vaikus

Lapse heaolu ja arengu toetamiseks tuleb lasteaia päeva luua aeg vaikuseks, iseendaga (oma mõtete, tunnete, kehaga) kohtumiseks. Tänapäeva mürarikka elukeskkonna tõttu ei suuda paljud lapsed vaikust taluda (nt hakkavad häälitsema, kehaga vingerdama, taguma). Aga seda saab tasapisi õppida, nt toetada vaikuseminutite metoodikaga, õrna heliga (muusikateraapiliste) pillidega, küünlaga jne.



Ringipakk ja pillid Tartu Luterliku Peetri Kooli lasteaias. Foto autor: Külvi Teder.

Lapse tervise ja arengu seisukohast rõhutatakse üha enam lapse **unevajadust**. Tänapäeval teame, et uni mõjutab lapse tervist, meeleolu ja käitumist, kuid otseselt ka õppimist, sh tähelepanu, keskendumist, mälu ning loovust. Uni pole vaid puhkeaeg. Siis toimub ajus tohutult aktiivne töö, mille tulemusel lapse olulised teadmised kinnitatakse mälu tõhusamasse osasse.

„Juba 10-minutiline uinak parandab aju kognitiivseid funktsioone. Lasteaias tugevdab isegi üürrike lõunauni hommikul õpitu mäletamist“ (Kurdzieli, Duckose ja Spenceri uuring 2013 raamatus Dehaene, 2022, lk 258).

Psühholoogilised baasvajadused

Arengu ja sügava õppimise eeldusena peavad olema rahuldatud lapse psühholoogilised baasvajadused: turvatunne, suhe (kontakt õpetajaga), kuuluvustunne, kompetentsuse tunne ja autonoomia. Kui õpetaja arvestab oma töös laste psühholoogilisi baasvajadusi, siis tagab see ka õpetajale töö rõõmu ja -motivatsiooni. Mis võiks olla parem, kui viibida koos lastega, kellega on head suhted ja rõõm koos olla (nn meie-tunne).

Suhe – turvatunne – kuuluvustunne

Edukas õpetamine algab lapsega **kontakti loomisest**. Õpetaja kõige **esimene ülesanne** iga (uue) lapse puhul on saavutada temaga kontakt ja luua hea suhe. Eriti on seda vaja keeruliselt käituvate lastega (nt kes ei tule iseenda tunnetega toime) või kelle kodu ei toeta lapse psühholoogilisi baasvajadusi (nt puuduvad kindlad piirid ja päevarütm, mis loovad turvatunde).

Suhte loomine algab väikestest kontaktide leidmistest ja loomistest (mingi ühisosa, ühised hetked, teemad, koostegevused), ja ikka naeratusest. Neuroteadus toob välja, et õpetaja siiras ja loomulik naeratus loob hea ja usaldusväärse suhtluskliima ning soodustab kontakti loomist.

Usaldus ja turvatunne saab tekkida alles siis, kui laps tajub (mitte õpetaja ei arva), et õpetaja päriselt arvestab temaga, märkab tema vajadusi ja ka reageerib nendele adekvaatselt, õiglaselt, hoolival ning koheselt. Lapsel tekib usaldus (*ma saan õpetajale alati loota*) ja turvatunne, mis paneb aluse kuuluvustundele (nn meie-tunne).

Kompetentsus – eneseusalduse tunne

Õpetaja **teine ülesanne** on võimaldada lapsel tunda ennast kompetentsena, st tunnet, et *ma saan hakkama, ma oskan ja suudan ise teha* (jõu- ja eakohastes tegevustes), vajadusel väikese abi või juhendamisega. Sellest sünnib eneseusaldus (usk oma võimetesse), mis saab tekkida vaid siis, kui laps saab ise teha, pingutada, katsetada ning lõpuks edu kogeda. Siit kujuneb välja kasvatus üs oluline eesmärk – usk endasse ja enda väärtusesse. Ja kui laps tunneb ennast väärtuslikuna, siis saab ka sõber olla väärtuslik – võime teha koostööd, pole vaja võistluslikkust. Iseendaga rahulolev laps (kui teda on väärtustatud sellisena, nagu ta on) ei vaja teistega pidevat konkureerimist ega püüa iga hinna eest olla teistest parem.

Autonoomia – aktsepteeritus, mõttevabadus, eakohane valikuvabadus

Õpetaja **kolmas ülesanne** on oma mõtetes, sõnades ja tegudes austada (aktsepteerida ja väärtustada) iseennast ja iga inimest. See on aluseks õpetaja võimele respekteeerida last sellisena, nagu ta on, lasta tal avaldada oma arvamust ja võimaldada tal teha eakohaseid

otsuseid (kindlate ja turvaliste piiride sees). Kui laps saab teha eakohaseid valikuid, võtta tasapisi (eakohast) vastutust, ka eksida (õppida oma vigadest), siis õpib ta ka mõtlema ja analüüsima, järel dama, taipama ning oma käitumist reguleerima.

Autonoomia ei tähenda kõige lubamist või üksijäetust, vaid kindlate piiride ja hooliva suhte sees valiku- ja mõttevabadust.

Lasteaia kuldreegel peaks olema, et hinnangu saame anda lapse käitumisele ja tegudele, mis võisid olla sobimatud, kuid mitte lapse olemusele (sina **oled** halb laps). Sama kehtib ka õpetaja enda puhul. Saame analüüsida enda käitumist (nt kasutasin täna täiesti sobimatut meetodit või reageeringut), kuid see ei vähenda minu kui inimese väärtust. Pigem on see hea koht vigadest õppimiseks ja aina targemana edasi minemiseks.

Peamine on lapse tunne – *ma olen täiskasvanutele väärtuslik just sellisena, nagu ma olen (ma ei saa olla keegi teine)*. Vaid nii õpib laps ka teisi austama ja väärtustama. Ja taas, see on alus nii meie-tundele kui koostöövalmidusele laiemalt.

Baasvajadused on otseselt seotud ka **motivatsiooniga**, mis paneb inimese tegutsema ja näitab suuna. Nii sisemist motivatsiooni kui ka vaimset tervist laiemalt mõjutab õpetaja tegevuse mõtestatus ja isiklik tähenduslikkus. See on otseselt seotud töörõõmu ja erialase motivatsiooniga.

Kõige hullem, mis võib lastele osaks saada, on õpetaja, kes tegelikult ei taha seda tööd teha, ei mõista selle olulisust või on läbi põlenud.

Õpetaja **neljas ülesanne** lasteaias on iga oma tegevus mõtestada – **miks** ma midagi lastega teen, mida see tegevus lapsele annab, kuidas see arendab?

Õppetegevuste eesmärgistamine annab õpetaja tööle mõtte ning eesmärgi täitmise (kui näen oma pingutuse, töö tulemust lapse käitumise pealt) toob eduelamuse ja enesetõhususe tunde (tajun progressi, edasiminekut). Õppetegevuste eesmärgistamine ei peaks olema kopeeritud laused õppekavast, vaid õpetaja poolt tajutud ja oma sõnadega sõnastatud – milliseid oskusi minu rühma lapsed tegelikult eluks vajavad?

Õpetajal peab olema oma töös vabadus valida, mida ja kuidas ta soovib teha, juhul kui ta suudab ära põhjendada, kuidas see lapsi (või ühte last) toetab ja arendab. Otsustusvabadus tõstab inimese (õpetaja/lapse) sisemist motivatsiooni ja loob mõtestatuse tunde (ma saan teha seda, mis mind tõeliselt kõnetab, paneb tegutsema) ning paneb ka vastutust võtma.

Lasteaialapse motivatsiooni toidab õpetaja enda motiveeritus ja innustus ümbritsevat maailma uurida ning avastada, imestada ja imetleda, tõstatada häid küsimusi. Lapsel ei saa huvi tekkida, kui tal puudub väikseimgi kogemus või seotus teemaga. Näiteks looduse/keskkonna hoidmine algab looduse märkamisest ja tundma õppimisest. Armastada saab seda, mis on tuttav ja oma.

Seega, enne lapse tõelise huvi tekkimist peab ta saama koos huvitatud täiskasvanuga kogeda, tegutseda, avastada ja küsida kõikvõimalikke küsimusi.



Tartu Luterliku Peetri Kooli lasteaia õueala. Foto autor: Külvi Teder.

II juur

Õpetaja kui õpetamise vahend

Ükskõik kui tore ja tark on lasteaia juht või kui kaasaegne on lasteaia keskkond, sõltub siiski laste heaolu ja areng iga õpetaja mõtteviisist, eeskujust (sõnad, teod) ja eluhoiakust.

Või ükskõik kui kesised on lasteaia tingimused (keskkond, vahendid) või milline õpetaja kõrgharidus, ikkagi sõltub laste heaolu ja areng iga õpetaja eeskujust, mõtteviisist ja eluhoiakust. Seega on lasteaias peamine õpetamisvahend õpetaja ise.

Millist õpetajat ma endale sooviksin, kui oleksin lasteaialaps? Kui ma lahkun lasteaiast, siis millise õpetajana ma soovin, et mind mäletatakse? Nendest vastustest saab iga õpetaja endale ise seada professionaalse õpetajaameti sihid, mida pidevalt silme ees hoida ja mille suunas liikuda.

Õpetaja eeskuju

Laps saab maailma tundma õppida vaid selle kaudu, mida ta näeb ja kogeb oma ümbruses, ning siis matkib seda kõike – nii head kui halba –, oskamata seal vahet teha (sest ju nii asjad käivadki). Seega on täiskasvanutel imeline võimalus ja ka vastutus olla oma eeskujuga peamine õpetamise vahend. Kõik, mida me tahame, et laps õpiks ehk matkiks, tuleb õpetajal elada ehk enda eeskujuga ette näidata – mõtteviisist kuni iga üksiku sõna ja tegevuseni.

Üldtuntud teadmist kinnitab ka tänapäeva **peegelneuronite teooria** (Hattie ja Yates, 2018, lk 261): „Kui inimesed tegutsevad samas füüsilises ruumis, hakkab vaadeldava inimese aju neuroloogiliselt „peegeldama“ seda inimest, keda ta jälgib.“

Kuid asi on veel sügavam. Peegelneuronid võimaldavad kogeda ka teise inimese tundeid (sh millised emotsioonid käitumise taga peituvad), mõista teise inimese käitumuslikke kavatsusi (empaatia alus) ja matkida lisaks teise inimese käitumisele ka emotsionaalset seisundit.

Õpetajal on oluline teadvustada nii oma liikumist kui liigutusi, st kuidas ma rühmas kõnnin, asju võtan, panen, lapsi puudutan. Aga teadvustada tuleb ka oma ilmet (näolihaseid), kas selles on lahkus, soojus, imestus, imetlus ja ka kohane ning siiras naeratus. Seda kõike hakkavad lapsed (ka kolleegid!) vastu peegeldama.

Seega, laps ei matki vaid täiskasvanu käitumist, vaid ta on justkui kâsn, kes imeb täiskasvanu mõtteviisi, käitumuslikud kavatsused ja emotsioonid enda sisemisse seisundisse.

Palju õnne! Lasteaias on pedagoogika võti õpetaja ise ja kasvatamine tähendab eelkõige õpetaja enesekasvatust, sh suurepärase eneseregulatsiooni võimet.

Õpetaja mõtteviis

Õpetaja mõtteviisist sõltub tema isiklik heaolu või stressirohkus, st millise hinnangu ta ise olukorrale annab. Inimesel on vabadus ja (aju) võimekus õppida pidurdama oma negatiivseid mõtteid (kognitiivne kontroll eesajus), et need ei läheks töömällu ja et inimene ei peaks hakkama käituma lähtuvalt aju reaktsioonist – võitle-või-põgene.

Inimese tuleviku edukus sõltub sellest, mida ta keerukate (st arenema panevate) olukordadega peale hakkab ja milliste suurepärase võimalustena enda (arengu) jaoks mõtestab.

Ka laps vajab eeskuju ja kogemust, kuidas paindlikult (uusi lahendusi) ja edasiviivalt mõelda, et ta ei jääks olukorda n-õ kinni (tardub, kui asi ei lähe nii, nagu ta tahab või algselt mõtles).

Laps vajab igapäevaselt kogemusi õpetaja mõtteviisist, mis on lahendustele (mitte virisemisele, süüdistamisele) orienteeritud – alati saab, kui väga tahta, tuleb välja mõelda, kuidas, ja hakata siis väikeste (jõukohaste) sammudega minema.

Lahenduskeskne mõtteviis on tõhus kõikide probleemide puhul nii laste kui täiskasvanute juures. Oluline on **sõnastada** probleem (hetkeolukord) ja eesmärk, kuhu tahetakse jõuda (kirjeldada soovitud olukorda). Seejärel täpselt kokku leppida, kes, mida ja ka kuidas teeb.

Õpetaja mõtteviisi kujundavad ka tema teadmised õppimisest ja õpetamisest. Teadmistest lähtuvalt saab õpetaja oma töös valida mõttekaid tegevusi ja meetodeid.

Näiteks teame, et intelligentsus pole geneetiline (fikseeritud), oluline on **pingutamine** (järjekindel harjutamine, vaeva nägemine, pusimine), mis tagab tegelikult lapsele edu. Laps peaks saama õpetajalt teadmise, et ta saab oma edukust ja elu ise juhtida.

Selleks et iga laps saaks päriselt õppida pingutama, peab õpetaja teadma, mis on iga lapse arengutase ja võimed ehk lähima arengu tsoon. Siis saab tagada lapsele jõukohase pingutuse (st natuke arengust ees) ja eduelamuse. Mis omakorda võimaldab endasse uskuda ja raskustes mitte alla anda.

Õpetaja ülesanne on panna laps endasse uskuma, sest lapse enesehinnang – **uskumused oma võimetest** – mõjutab tema õpiedu. Õpetaja mõtteviis on eeldada: sa suudad kindlasti, kui pingutad; sa võid saavutada kõik, kui piisavalt kaua harjutad jne.

Õpetaja mõtteviis tuleb esile ka lapsele antavas **tagasisides** ehk kas õpetaja tunnustab õppeprotsessi (pingutus, strateegiad/kuidas midagi teha, keskendumine, püsivus, abi, küsimuste küsimine) või kiidab hoopis kiirust, teistest parem või vaikne olemist jms. Näiteks võiks öelda: „Sa oled tõesti vaeva näinud!”, „Sa suutsid täna Mari arvamuse lõpuni kuulata, ei rääkinud kordagi vahele. Suurepärase!”, „Sa oskasi küsida nii häid küsimusi!“ *mitte aga*, „Sa said kõige kiiremini valmis!”, „Mari istub nii ilusti vaikselt, ei sega õpetajat, ei küsi rumalaid küsimusi!“

Lapsest lähtuv mõtteviis

Lapsest lähtuv mõtteviis algab **kohalolust**: olen õpetajana 100% kohalolev, st tähelepanu ja mõtted on töö ajal laste juures.

Lapsest lähtuva mõtteviisi puhul on õpetaja peamine küsimus: kes sa oled, väike inimene? Kuidas sind paremini mõista? Mida saan mina siin ja praegu sinu heaks teha? Millist oskust saan sulle eluks õpetada, kui sa kunagi oled linnapea, politseinik, poemüüja või õpetaja?

Kuna inimesel on võime tajuda teise inimese hoiakut (seda nähtamatut, mida ei saa käega katsuda, kuid võime sõnadetagi kogeda), siis ka laps tajub, kas õpetajal on tõeline ja siiras huvi tema vastu ja soov teda päriselt mõista või teeb n-ö näitemängu. Just keerulised olukorrad (sh lapse mõistetamatu käitumine) arendavad õpetajat – analüüsisides, arutades, meetodeid katsetades kuni küsimuseni, mida ma pean veel juurde õppima, et last mõista ja tema arengut toetada.

Õpetaja mõtteviisi juurde kuulub ka arusaamine, et inimese käitumine on vaid jäämäe väike veepealne osa. Vee alla ehk meie silme eest varjatuks jääb tohutu suur veealune osa: inimese

väärtuste, uskumuste, vajaduste, emotsioonide, mõtete, (eel)arvamuste, varasemate elukogemuste kogum. Tegeledes jäämäe veealuse osaga, võime hakata last paremini mõistma ja jõuame ka eduelamuseni.

Meeleolu

Vaid õpetaja saab luua meeleolu oma rühmas – selle eest ei saa vastutada lapsed, vanemad, direktor ega haridusminister. Rühma meeleolu lähtub õpetaja **eluhoiakust**, tema hingelisvaimsest põhimeeleolust, töö tähenduslikkusest ja mõtteviisist. Lapsed tajuvad, millise sisemise eluhoiakuga õpetaja elab, kõneleb ja tegutseb, kas sellest peegeldub, et elu on alati elamist väärt ja pingutused mõttekad.

Määravaks saab mitte ainult see, **mida** õpetaja teeb, vaid ka see, **kuidas** ta seda teeb. Lapse õppimist ja õpimotivatsiooni mõjutab otseselt, kas täiskasvanu ise on innustunud ja täis tahet või pealiskaudne ja tujutu. Kui õpetaja on mingil põhjusel pinges või ärev, siis peab ta teadvustama, et seda tunnevad ka lapsed (nn emotsionaalne nakatumine). Hea ja õpetlik on lastele ka oma tunnetest rääkida, mis on loomulik osa inimeseks olemises.

Süviti õppimiseks, keskendumiseks ja loovaks mõtlemiseks on vaja meeleolu – **siin on meil aega**. Kuna laste heaolu, arengut ja õppimist takistab pidev kiirustamine, ajapuudus, pealiskaudsus, saavutussurve, pinge, müra jms, siis on vaja luua selline päevarütm, et oleks rahu ja keskendumist võimaldavaid hetki. Ideaalis võiks lapsel olla aeg-ajalt ka igav, et oma mõte saaks üldse sündida ja ta võiks ka unistada (*Mida ma tegelikult tahaksin?*) või planeerida (*Mida võiksin küll teha? Kuidas seda teha?*). Kui lapse päev on õpetajate ja vanemate poolt pidevalt planeeritud, siis ei õpigi laps ise midagi välja mõtlema või oma tegevust iseseisvalt alustama ja läbi viima. Siinkohal on lasteaias väga olulisel kohal vaba mänguaeg, mil laps peab hakkama oma peaga mõtlema, sh kavandama ja koostööd tegema.

Lasteaias on õpetajal võtmeroll **positiivsete emotsioonide** loomisel ja emotsioonidega toimetuleku õpetamisel, sest laps ise pole selleks veel võimeline. Positiivne emotsioon innustab õppima, aitab paremini keskenduda ja toetab mälu. Mida turvalisemalt laps end tunneb, seda vähem peab aju investeerima energiat stressist vabanemisse. Hea meeleolu korral on ajurakkude ümber teistsugune keemiline keskkond, mis soodustab ka loovust. Kui laps tunneb, et täiskasvanu teda respektierib ja temast hoolib, saab tema „emotsionaalne aju“ tegeleda õppimisega.

Turvatunde loob ka kindel rütm – kui laps teab, mis tuleb (pole ärevil), siis saab aju tegeleda uue omandamisega. Kui päevategevused ja korraharjumused on selged (automaatsed), siis vabaneb laste piiratud mälu ja tähelepanu uute teadmiste ja oskuste õppimise jaoks.

Lasteaias on oluline leida meetodid, mis hoiaksid positiivset meeleolu ka päeva kiiretes ja lapse jaoks ebameeldivates hetkedes (nt mänguaja lõpus koristamine), et ei peaks moraliseerima, käskima või keelama. Päevarütmi (sh tegevuste üleminekuid) toetavad nt kindlad laulud ja pillihelid.

III juur

Kuidas õpetada lasteaias?

Et lapse õppimine saaks toimuda, peab õpetaja teadma, kuidas laps päriselt õpib. Kaasaegsed teadmised, kuidas õppimine ajus toimub, on aluseks nii õpetaja tegevuste ja meetodite valikutele kui ka igapäevasele suhtlusele, sh tagasisidele.

Ise tegemine ja kogemus

Lasteaia toetab õppimist tegevuspedagoogika, mitte n-õ seletamispedagoogika. Laps õpib ise tehes ja selle kaudu kogemusi saades. Ainult nii tekib arusaamine, areneb eneseusaldus (*ma suudan, ma tunnen asja, julgen katsetada*) ja kujuneb enesehinnang (*ma olen väärt*).

Tegutsemise käigus tehtud vead on kõige magusamad õppimise võimalused, sest viga aktiveerib aju rohkem kui õige sooritus ning paneb edasi tegutsema ja õiget lahendust leidma.

Uuringud näitavad, et lastele läbi ekraani näidatud õppe- ja multifilmide kaudu lapse oskused ei arene, rääkimata tajude arengust (mis on õpioskuste alus). Näiteks kui väikesel lapsel ei võimaldata ise õppida nõopi läbi nõopaugu kinni panema (vanem teeb alati lapse eest ära), siis laps ei saa arendada oma taju, mõtlemist, peenmotoorikat, pingutamist (*liiga raske, las emme teeb*), puudub eduelamus ja enesehinnang langeb (*ma ei saa hakkama*).

Kordused ja harjutamine

Sagedased kordused loovad ajus püsivad neuronitevahelised ühendused, et oskused ja teadmised kinnistuksid. Harjutamine ja mõistmine käivad käsikäes, st mida rohkem ja erinevatel viisidel (sh erinevates kohtades ja olukordades) laps harjutab, seda paremini saab ta õpitavast aru.

Kordused võimaldavad lapsel sügavamalt sisse elada, avastada nüansse ja luua üha uusi seoseid. Näiteks lugude jutustamine. Laps soovib taas ja taas kuulata samu lugusid, mille käigus ta analüüsib ja loob seoseid oma elu ning kogemustega.

Suhtlemine ja kõnelemine

Laps õpib suheldes reaalseste inimestega ja päris olukordades. Sealjuures on oluline lapsega kõnelemine, mis on mõtlemise ja mõistmisega vahetult seotud. Laps ei saa rääkida ega mõelda asjadest, mida ta ei tea. Lapse kõne ja mõtlemist saab arendada vaid kõnelevas keskkonnas, läbi sooja ja vahetu suhte, kus ollakse päriselt kohal, vaadatakse lapsele otsa, räägitakse lapsega ja lastakse lapsel ise rääkida ning oma algelisi mõtteid avaldada. Suheldes hakkab sotsiaalse aju osa tööle ning paranevad nii suhted kui ka õpitulemused.

IV juur

Mida õpetada lasteaias?

Kui me soovime, et lapsed saaksid täiskasvanutena hästi hakkama, suudaksid oma elu juhtida ja olla õnnelikud, seda nii õpingutes, suhetes, pere- kui tööelus, siis tuleb selleks arendada:

- loovust ja kognitiivset paindlikkust (nt võime kohanduda muutunud oludega, vaadata sama asja teisest vaatenurgast, leida uusi probleemilahendusviise);
- kriitilist ehk analüüsivat mõtlemist jt kõrgemaid kognitiivseid funktsioone (nt planeerimise, aja arvestamise suutlikkus, otsustusvõimekus, tegevusega alustamine, töömälu jm);
- enda tundmist ja juhtimist, emotsionaalset intelligentsust (sh empaatia, oludele vastav käitumisviis, impulsi ja emotsioonide kontroll);
- suhtlemis- ja koostööoskusi.

Kui neid oskusi lapses ei arendata, võib tal täiskasvanuna olla raskusi teistega läbisaamisel, töö leidmisel ja hoidmisel, ta võib olla vähem usaldusväärne, käituda impulsiivsemalt, isegi agressiivselt, kuni kuritegeliku käitumiseni välja.

Ka uue töötaja värbamisel on määrav, millise inimesega on tegu (millised on tema väärtused, hoiakud, mõtteviis) ja kuidas ta oskab suhelda ning teha koostööd (nt lahendab eriarvamusi teisi austavalt, selgitab oma seisukohti, vajadusel pidurdab oma käitumist või emotsioone). Seega, tööle võetakse eelkõige emotsionaalselt intelligentne inimene, kes suudab ennast valitseda. Muid oskusi (nt õppetegevuste läbiviimist) on võimalik õppida.

Mida saab lasteaed teha, et panna alus neile oskustele ja võimetele? Eelkõige peab õpetaja tundma lapse arengut, et arendustöö toimuks õiges järjekorras. Kõigepealt tuleb rajada „majale“ vundament, et „seinad“ jääks püsima ja „katust“ oleks kuskile kinnitada. Näiteks sõimes peaks kogu õppekasvatustegevuse fookus olema tajude (meelte) arendamisel, enne kui siirdutakse omandama teadmisi, näiteks õppima tähti.

Lasteaia on kõigepealt oluline õpetada **iseenda tundmist** ja **iseendaga toimetulemist** ning **sotsiaalseid oskusi** (näiteks kaaslaste märkamist ja nendega arvestamist).

Iseenda tundmise juurde kuulub ka oma **emotsioonide tundmaõppimine** – mida ja miks ma tunnen, kuidas see mind mõjutab ja milline on minu reageering?

Inimeseks kasvamise juurde kuulub ka hingeharidus, sh hingelised tunded: härdus, pühalikkus, ilu ja imelisuse hoomamine, tänulikkus. Neid tundeid ei saa õpetada, vaid neid peab laps saama ise kogeda, et ka täiskasvanueas neid suuta luua ja tunda.

Iseenda tundmist ja iseendaga toimetulemist toetab lasteaia tunnetusprotsesside arendamine. Neid – taju ja meeli, mälu, tähelepanu, mõtlemist, keelt ja kõnet, kujutlust ja loovust – arendades paneme aluse õpivõimele ja õpioskustele, et laps suudaks õppida (st uut omandada), ise mõelda, end väljendada, keskenduda ja pingutada.

Iseenda tundma õppimiseks peab lapsele võimaldama kogeda (alates sünnist) kogu ümbritsevat päris (mitte virtuaal-) maailma, kasutades kõiki oma **meeli** – nägemis-, kuulmis-, maitsemis-, haistmis-, kompimis- ja tasakaalumeelt, süvatundlikkust (kehataju ruumis paiknemisel/liikumisel, jõu/liigutuste tugevuse tajumine) ja sisetundlikkust (keha sisemine tajumine, nt janu, pissihäda) –, mis moodustab inimese **sensoorse närvisüsteemi**. Sensoorne närvisüsteem on nagu puu juurestik, mille toitmisega pannakse alus sellele, et puu kasvaks tugevaks ja kannaks häid vilju. Samamoodi arenevad välja lapse võimed ja oskused, mida ta vajab kogu eluks – enese tundmisest, reguleerimisest ja väärtustamisest kuni eduni spordis, õpingutes ja suhetes. Kui laps ei saa piisavalt erinevaid sensoorseid sisendeid, kus kõik meeled on aktiivselt töös (nt laps tegeleb hoopis elektrooniliste mänguasjadega või on ekraani ees), siis on tal väga raske hiljem infot töödelda ja ta ei saa oma tegelikku potentsiaali välja arendada.

Laps „imeb“ kõik nähtu, kogetu, tunnetatu, maitstu endasse, et luua aju närvisüsteemis ühendusi, mida ta kasutab kogu ülejäänud elu. Kuigi sensoorne närvisüsteem areneb kogu elu jooksul, rajatakse vundament sellele esimesel viiel eluaastal (0–5a).

Näiteks tasakaalumeele arendamine (koos teiste meelte ja liikumisega) võimaldab lapsel paremini tähelepanu hoida, minna ühelt tegevuselt teisele üle ning toetab eneseregulatsiooni, mis on aluseks nii headele sõprussuhetele kui ka õppimisele. Kui laps tunneb ennast oma kehas hästi, siis on ta õpivõimelisem ja suudab luua häid suhteid kaaslasega. Et ta end oma kehas hästi tunneks, peab laps saama väga palju liikuda, sh turnida, ronida, roomata, joosta. Mõni laps vajab raskete asjade tõstmist ja tassimist, nt tahab suurtest laudadest või pakkudest onni ehitada. Mõni laps vajab tugevat puutekogemust, nt vajab kuhugi sisse pugemist, n-ö pesas olemist või raskustekki. Mõni laps aga peab õppima hoopis asju õrnalt hoidma ja asetama.

Kõige universaalsem on looduses tegutsemine ja looduslike materjalidega mängimine, mis arendab nii närvisüsteemi kui loovust, aga hoiab ka vaimset ja füüsilist tervist.

Seejärel saab hakata harjutama:

- **eneseregulatsiooni**, nt enda tunnete märkamist ja käitumise pidurdamist, ootamist (st kohe ei saa soovitud asja);
- **tähelepanu** hoidmist ja tasapisi pikemat keskendumist;

- **mõtlemist**, nt läbi ise tegutsemise ja kogemuste saamise, arutelude ja heade eakohaste küsimuste (Miks sa nii arvad? Kas saab ka teisiti?);
- **loovust**, nt soodustades erinevaid arvamusi, lahendusi, uusi ideid, mida laps saab rakendada enda loodud mängudes, sh looduslike või mittevalmis mänguasjadega.

Üks universaalne meetod nii mõtlemise, kõne, loovuse, kujutluse kui ka tähelepanu ja mälu arendamiseks on **lugude jutustamine** ja **lavastamine** rühmas olevate mänguasjade ja pillidega, et need jõuaksid laste mängu. Mängus (nt nukulavastus) toimub laste poolt juba vabatahtlik kõnearendus, mälu treening, loovalt jutukildude kokkupanek, pillimäng jms. Mängu ajal ühiselt lugu lavastades harjutavad lapsed ka koostööd ja eneseregulatsiooni.



Mängualus Tartu Luterliku Peetri Kooli lasteaias. Foto autor: Külvi Teder.

Sotsiaalsete oskuste õpetamine

Iseendaga toimetulemise (sh eneseregulatsiooni) jaoks on vaja, et laps kõigepealt usub endasse (positiivne mina-pilt) – *ma olen piisavalt hea ja ma saan hakkama*. Sotsiaalsete oskuste kujunemiseks on tal vaja ka positiivset maailmavaadet – *teine inimene või maailm on hea ja hoidmist väärt*. Sel juhul on laps avatud ja tahab sellesse ka panustada! Väikelast kahjustavad peredes nt sagedaste konfliktide, halvustamise, manipuleerimise ja silmakirjalikkuse nägemine, samuti uudiste vaatamine, kus on peamiselt sõjad ja katastroofid.

Sotsiaalsete ja koostööoskuste arendamiseks vajavad lapsed eeskujuks vanemaid ja õpetajaid, kes on aktiivsed, omavahel koostöised ja abistavad nii lasteaias, kogukonnas kui

ühiskonnas. Hoolitsetakse koos kellegi eest (nt vanad inimesed, haiged), tehakse ühistegevusi (nt talgupäevad), mõeldakse ja räägitakse üksteisest hästi (mõista püüdvalt), aktsepteeritakse eriarvamusi, ei panda võistlema ega võrrelda lapsi teistega (vaid ikka lapse enda varasemate oskuste ja võimetega).

Kogu eelpool kirjendatud õppe alus lähtub õpetaja mõttemaailmast ja eluhoiakust, mis on alati lahendustele ja arenguvõimalustele suunatud.

Kingitus, mille õpetaja saab lapsele ellu kaasa anda ja mida keegi ei saa temalt kunagi ära võtta, on lapse kogemus, et: „*Õpetaja ... (pane siia oma nimi) uskus minusse!*” või „*Isegi siis kui ma ..., õpetaja ikkagi uskus minusse!*”

Kasutatud allikad

Dehaene, Stanislas (2022). *Kuidas me õpime?* Argo kirjastus.

Hattie, John ja Yates, Gregory C. R. (2018). *Nähtav õppimine ja teadus sellest, kuidas me õpime*. Innove.

Väärtustepuu
HOOLIVUS,
AUSTUS,
TÄNULIKKUS

Lasteaia fookus -
JUURED

ÕPETAJA EESKUJU
sh mõtteviis ja eluhoiak

BAASVAJADUSD

ÕPPIMISE MÕISTMINE-
kuidas lasteaias õpetada

ALUSPÄDEVUSED -
mida lasteaias õpetada

