

Puu on sõber, mets on kodu

Programmi kirjeldus

„Puu on sõber, mets on kodu“ on õppeprogramm, mille rõhuasetus on kolmel osal: esiteks aitab see lastel turvaliselt ja juhendatult üle saada looduses viibimisega seotud hirmudest (nt “mis siis, kui ma eksin?”, “mis siis, kui näen putukaid või madu või looma?”). Teiseks õpitakse tegema metsaminekuks õigeid ettevalmistusi: mida selga panna, mida ja kuidas kaasa võtta. Kuidas käituda nii, et toetada nii enda kui kaaslaste turvalisust. Kolmandaks arendab programm loodusvaatluste oskusi ja loodustunnetust: õpitakse märkama metsa kui elukeskkonda, vaatlema metsa kihilisust, kirjeldama nähtut ning tegutsema loodussäästlikult ka siis, kui tekib hirm või kriisiolukord. Programmi jooksul kujuneb „metsa-käitumiskultuur“: rahulik tegutsemine, märkamise oskus, hoolivus looduse vastu ja ohutus.

Lühikirjeldus

Õppekäigul harjutavad 4.–6. klassi õpilased metsamineku ettevalmistusi, õpivad turvaliselt metsas liikuma ja vaatlema metsa kui elukeskkonda. Programmi jooksul tehakse juhendatud loodusvaatlusi ning mänguliste-simulatiivsete olukordade kaudu õpitakse, kuidas käituda eksimise korral, seda turvaliselt ja loodust säästes.

Sihtrühm ja keel: PK II kooliaste (4.–6. klass), eesti/vene

Toimumiskohad (kokkuleppel): Pannjärve ääres Kurtna järvestikus, Eesti

Kaevandusmuuseumi taga metsas

Aeg: aastaringselt

Kestus: 2h

Rühma suurus: kuni 20 õpilast + 2 õpetajat

Hind: 260.00 eurot/ 1 rühm

Rühmade vastuvõtuvõimekus: tavapäraselt 1 rühm korraga, kokkuleppel maksimaalselt 2 rühma. Sõltub ka klsside suurusest.

Õpitulemused (eesmärgid):

Teadmised. Programmi lõpuks õpilane:

- teab, et mets on elukeskkond, millel on palju kihte;
- teab, kuidas valmistuda metsaminekuks (riietus, jalatsid, vajalikud esemed, ilmastikuga arvestamine) ja miks see vähendab hirme ning tõstab turvalisust;
- taeb, mida teha eksimise korral ning miks on oluline rahulik, nähtav/kuuldav ja loodust säästev tegutsemine.

Oskused. Programmi lõpuks õpilane:

- oskab teha loodusvaatlusi ning kirjeldada ümbritsevat looduskeskkonda;
- oskab tegutseda nii, et ei kahjusta looduskeskkonda ja teisi elusolendeid;
- oskab eksimise korral rakendada „peatun–rahunen–märkan–tegutsen“ põhimõtet ning oskab abi kutsuda ja käituda loodust mitte kahjustamata ka kriisiolukorras.

Hoiakud. Programmi lõpetanud õpilane:

- tunneb suuremat kindlustunnet looduses viibimisel ning oskab oma hirme nimetada ja neid turvaliste tegevuste kaudu maandada;
- väärtustab metsa kui kodu ja puid kui elusolendeid ning käitub looduses hoolivalt ja jätkusuutlikult.

Seos õppekavaga

Loodusained, põhikool, II kooliaste:

- 20) liigub looduses turvaliselt, kahjustamata loodust, teisi ja iseennast;
- 24) teeb ettepanekuid lähiümbruse keskkonnahoiuks ning osaleb sellesuunalistes tegevustes.

Üldpädevused (kuni 3)

- Enesemääratluspädevus (hirmude teadvustamine, enesejuhtimine looduses, rahunemine ja kokkulepetest kinnipidamine).
- Suhtluspädevus (rühmas kokkulepped, tähelepanekute sõnastamine, kaaslaste toetamine, ühise kokkuvõtte esitamine).

Lõiming

- **Inimeseõpetus:** turvaline käitumine, enesehoid ja kaaslaste toetamine.

Läbivad teemad

- **Keskkond ja jätkusuutlik areng** märgatakse, et mets on elukeskkond; õpitakse käituma nii, et loodus ei saa kahjustada (vaikne liikumine, mitte lõhkuda elupaiku, kõik kaasa toodud viiakse ära).
- **Tervis ja ohutus** – harjutatakse metsamineku ettevalmistusi, riskide märkamisoskust ning eksimise korral rahulikku ja turvalist tegutsemist.

Meetodid (aktiivõpe): juhendatud välitöö, rühmatöö, vaatlus ja kirjeldamine, rollijaotus, aruteluring, olukorra-simulatsioon (eksimise korral tegutsemine) ja refleksioon.

Vahendid:

- Metsaseljakott näidisesemetega

Tegevuste käik (2 h)

1. Sissejuhatus ja ohutus (10 min).

Kohtumine kokkulepitud kohas. Juhendaja tutvustab lühidalt, mis on programmi eesmärk. Sõnastatakse lihtsad tegutsemise reeglid (püsime koos, kuulame märguandeid, hoian kaaslast silmapiiril, liigun rahulikult) ja lepitakse kokku liikumise piirid. Lapsed saavad öelda 1–2 asja, mis metsas vahel hirmu tekitab, ning juhendaja seob need kohe konkreetsete turvaliste tegevustega.

2. Praktiline test – kuidas olen metsaminekuks valmis (15 min)

Tehakse koos praktiline vaatlus: mis meil seljas on, mis meil kaasas on, kas oleme metsa minekuks valmis? Juhendaja näitab näidiste abil või pildikaartidega, mida võiks kaasa võtta (vesi, lisakiht, väike istumisalus, pliats/tööleht, vajadusel vihmakaitse) ning mida pigem mitte. Õpilased arutavad rühmades lühidalt ühe ilmaolu põhjal (nt sügisel jahe ja tuuline ilm / suvel soe ilm / kevadel kerge vihm/ talövel pakane), mida nad valiksid kaasa ja miks. Ikka selleks, et tõsta metsasolemise kindlustunnet.

3. Metsahäälestus “Mets on kodu” (20 min)

Liigutakse metsa ning juhendaja juhib tähelepanu, et lapsed jälgiksid ja jätaks meelde: teekonna, midagi eristuvat jne. Õpilased harjutavad “vaikse vaatleja” oskust: liigutakse aeglaselt, kuulatakse helisid, märgatakse lõhnu ja värve. See osa aitab hirme maandada, sest mets muutub tuttavamaks ja “loetavamaks”. Tegevusplatsile jõudes, vaadatakse ümbritsevat metsa (selle erinevaid kihte). Seejärel tutvustavad lapsed rühmades, mida nad teepeal nägid ja iseloomustavad neid hetkel ümbritsevat keskkonda. See õpetab lapsi olema tähelepanelik, märkama ja arusaadavalt kirjeldama.

4. Praktiline õpe “Puu on sinu sõber” (15min)

Kui oled metsas eksinud, siis **puu on Sinu sõber** – vali omale kodupuu, kallista puud, räägi temaga. Viiakse läbi vastavasisulised loodusvahendusemängud ja praktilised ülesanded. Tegutsetakse 3-4liikmelistes rühmades.

5. **Praktiline õpe “Mets on sinu kodu” (40 min)**

Kui oled metsa eksinud, siis **mets on Sinu ajutine kodu**. Tee metsa all olevast materjalist ohumärke, mida märkaksid juhuslikud möödujad, otsijad, helikopter jne. Ole kuuldav ja nähtav. Teostatakse praktilisi ülesandeid, kuidas teha ennast nähtavaks ja kuuldavaks.

„Mets ja puud aitavad sind – annavad toitu, katet ja sooja“. Praktiline õpe: lihtsamad söödavad taimed, kuidas hoida sooja ja saada kaitset, kuidas teha lõket ja seda hoida ohutuna. Metsa all olevast materjalist õpitakse valmistama istumisalust, mis aitab ära hoida alajahtumist.

6. **Kokkuvõtte ja metsast bussi juurde lahkumine (20 min)**

Seejärel tehakse kiire refleksiooniring, kus iga õpilane ütleb ühe lause stiilis “täna õppisin...” või “edaspidi panen selga / võtan kaasa / teen metsas nii...”, et kinnistada kindlustunne, vaatlusoskus ja loodussäästlik käitumine.

Hindamine ja tõendus

- **Kujundav hindamine:** juhendaja suunavad küsimused ja vaatlused tegevuste käigus (ettevalmistuste põhjendamine, rahulik tegutsemine, vaatlusoskused, loodussäästlik käitumine, kokkulepetest kinnipidamine).
- **Tõendusmaterjal:** pildid tehtust

Ohutus, ligipääsetavus ja õpikeskkond

- **Õpikeskkond.** Metsarada / metsaalune (looduslik, kohati ebatasane pinnas).
- **Ohutus.** Püsime koos ja liigume kokkulepitud alal; enne liikumist tehakse ülevaade riietusest ja ilmastikuoludest; arvestatakse puukide, libeduse ja okste/juurikatega; Loodust ei kahjustata (ei murta elusat puud, ei lõhuta elupaiku).
- **Ligipääsetavus.** Üldjuhul sobib tavapärase liikumisvõimega õpilastele; suurema liikumispuudega õpilaste puhul sõltub sobivus konkreetse raja pinnasest ja pikkusest (vajadusel on võimalik valida lihtsam lõik).

Juhis õpetajale

- **Enne programmi.** Palun andke õpilastele aegsasti teada, et tegevus toimub metsas ja liikumine on looduslikul pinnasel. Kontrollige ilmaprognoosi ning suunake lapsi valima kihiline riietus ja kinnised, ilmastikule sobivad – kindlasti kinnised jalanõud. Vajadusel paluge kaasa väike joogipudel. Leppige lastevanematega kokku, et pärast programmi tehakse kodus puugikontroll. Kui rühmas on allergikuid (putukahammustused, taimed) või terviseriskidega lapsi, palun teavitage juhendajat enne programmi algust.
- **Eeltöö (soovituslik):** Soovitame klassis lühidalt arutada kaht teemat: (1) „Mis võib metsas hirmutada ja mis aitab rahuneda?“ ning (2) „Mida tähendab mets kui kodu?“ Õpilased võivad koostada oma „metsamineku nimekirja“ (riietus + kaasavõetav) ja valida ühe kokkuleppe, mis aitab rühmal koos püsida. Soovi korral paluge õpilastel võtta kaasa 1 küsimus, millele nad programmis vastust otsivad.
- **Programmi ajal (õpetajaroll):** Õpetaja on programmi vältel rühma turvalisuse ja töörahu kaasvastutaja. Palun toetage juhendajat liikumise korraldamisel (rühma koos püsimine, tempovalik, piiri hoidmine) ning aidake kaasa kokkulepitud reeglite järgimisele. Rühmatööde ajal toetage laste tähelepanu suunamist: julgustage vaikselt vaatlema ja kirjeldama (mitte ainult „ära arvama“), aidake hoida ülesanded fookuses

ning toetage neid õpilasi, kellel tekib ärevus või vastumeelsus (rahulik kaasamine, väikeste sammude kaupa tegutsemine). Eksimise-simulatsiooni ajal julgustada turvalist ja loodussäästlikkust tegutsemist ning aidata hoida lapsi kokkulepitud alal.

- **Järeltöö ideed (valik):** Klassis saab õpitut kinnistada lühikese refleksiooniga: iga õpilane kirjutab või joonistab „Minu metsasõbra reeglid“ (2–3 kokkulepet) ning „Mida ma metsas nüüd paremini oskan?“. Rühmad võivad koostada plakati „Mida võtta metsaminekule kaasa?“ (eri ilmaolude jaoks) või teha lühiesitluse oma vaatlusalusest puust („kuidas me teda kirjeldasime ja mida märkasime“). Aruteluks sobib ka teema „Kuidas inimene metsa mõjutab ja kuidas mets kaitsem mind ja kuidas mina saan metsa hoida?“ ning praktilise ülesandena „Planeeri perega 30-minutiline metsatiir“ (marsruut, varustus, turvareeglid).

Juhendajad ja kompetents

Programmi viivad läbi kogenud keskkonnahariduse juhendajad; kvalifikatsiooni ja kogemuste kirjeldus on toodud kodulehel. <https://www.matkaklubi.ee/koolitajad/>