



HOOLDUSÖPPE TEGEVUSVALDKONDADE KAVAD

KOGNITIIVSED OSKUSED		
I arengutase	II arengutase	III arengutase
• Eeltunnetuse kujundamine. Elementaarsete reaktsioonide esile kutsumine: pilgu suunamine, puudutamine ja kompimine esemete panemine suhu. • Kompimismeel. Puudutamisele reageerimine. Puudutamise talumine. Esemete puudutamine koostegevuses. Kätte pandud esemete hoidmine. • Nägemismeel. Valgusele reageerimine. Aeglaselt liikuva eseme, valguse lühiaegne jälgimine.	• Erinevate aistingute seostamine. • <i>Võta-anna</i> tegevused esemetega. • Eseme paigutamine/asetamine ettenäidatud kohta. Eseme otsimine õpetaja suunamisel (pildilt, toast). • Esemete valik ja paigutamine vastavasse vormi. • Sarnaste piltide/kujude/objektide leidmine (nt kaks elevanti). • Nimetatud tuttavatele esemetele osutamine (käega, pilguga).	• Objekti kahe tunnuse märkamine (suunamisel). • Igapäevaste esemete tavapärase asukoha teadmine ka juhul, kui ese ei ole nähtaval (nt riided käivad kapis). • Mitmest klotsist torni ehitamine. • Üksteise sisse ja peale käivate lelude



• Haistmismeel. Erinevate lõhnade nuusutamine, meeldivale/ebameeldivale lõhnale reageerimine. • Maitsmismeel. Eri maitsete tunnetamine. Meeldivale/ebameeldivale lõhnale reageerimine. Erinevate maitsete proovimise talumine. • Kuulmismeel. Reageerimine helile. Pilgu/pea/keha pööramine heliallika suunas. • Helide tekitamine (nt kehapill, mõni ese) • Tasakaalumeel. Erinevad tasakaaluharjutused, nt erinevates suundades kiikumine, harjutused koos füsioterapeudiga matil, kasutades vastavaid palle jne. • Liigutuste kordamine meeldiva kogemuse jätkumiseks (nt palli viskamine, kõlapulkade toksimine).	• Õpetaja suunamisel erinevate häälte tegemine, milles on kindel tempo ja rütm (plaksutamine, koputamine jne). • Ette näidatud lihtsate tegevuste jäljendamine (nt auto/palli veeretamine jne). • Kompimise teel tuttavate esemete äratundmine (nt: lusikas-söömine). • Põhjus-tagajärg suhte harjutamine (nt joogipudeli haaramine, et kustutada janu). • Orienteerumisõpetus. Igapäevastes tegevustes korduva situatsiooni äratundmine keskkonnast tulenevate vihjete põhjal (nt ujulas käimine, sööklas käimine).	ühendamine (nt püramiid). • Kujundite paigutamine vastavasse vormi. • Ühe tunnuse alusel (kuju, värv, suurus) esemete rühmitamine. • Nimetatud pildile osutamine. • Eseme ja foto/pildi sobitamine. • Pildipaaride ühendamine. • Kaheosalise lihtsa pildi kokku panemine.
--	--	---



• Takistavatest teguritest vabaneda üritamine (nt rätiku näo pealt ära tõmbamine). • Esemeeesmärgipärane haaramine (õpetaja suunamisel). • Orienteerumine lähiümbruses. Igapäevases ümbruses enese turvaliselt tundmine. Igapäevaste esemete märkamine keskkonnas. Kohanemine uute tingimustega (ruumid, inimesed). • Igapäevaselt korduva situatsiooni äratundmine keskkonnast tulenevate vihjete põhjal (nt söömisele eelneb põlle ette sidumine või mõne eseme katsumine või mõni väljend).		• Pliiatsi ja pintsli sihipärane kasutamine (kriitseldamine).
---	--	---



KOMMUNIKATSIOON		
I arengutase	II arengutase	III arengutase
- Kommunikatsiooni eelduste kujunemine. Ümbritsevas toimuva jälgimine pilguga. Reageerimine inimeshäälele Silmadega otsimine ja/või pea keeramine heliallika suunas. - Eneseväljendusele ärgitamine. Pilkkontakti loomine ja lühiajaline hoidmine. - Hääle esilekutsumine. Häälitsemine. Lalina esile toomine.	- Füüsilise kontakti võtmine soovitud eseme saamiseks, (nt viib voodi juurde kui soovib puhata). - Osutamine soovitud eseme saamiseks. - Näoilmete, erinevate hääletoonide mõistmine. - Žestile žestiga vastamine (nt. lehvitamine). - Häälitsuste matkimine. - Esemete kasutamine eneseväljenduseks (nt toob tassi, et juua paluda).	- Õpitud foto, PCS-pildi, piktogrammi, lihtsustatud viipe või (lalin) sõna situatsioonile vastav kasutamine, sh oma soovide väljendamiseks. - Kahesõnaliste lausungite (sh alternatiivsete suhtlusvahendite, nt suhtlustahvli)



• Hetkeline emotsionaalne reaktsioon situatsioonile, tuttavale häälele, sõnale (meeldib-ei meeldi). • Reageerimine üksikule esemele kui signaalile. Nähes signaaleset (nt. pall), mõistab järgnevat tegevust ja reageerib sellele mingil viisil. • Kuuldes signaalheli, mõistab järgnevat sündmust.	• Igapäevategevuste seostamine fotode/PCS piltide, piktogrammide, lihtsustatud viibete ja/või signaalsõnadega. • Oma nimele reageerimine. • Jaatuse ja eituse väljendamine õpitud viisil. • Reageerimine keelule koostegevuses, katkestab tegevuse vähemalt hetkeks (nt vabastab haardest ebasoovitava eseme).	kasutamine konkreetsetes situatsioonides. • Lihtsamatele igapäevastele küsimustele vastamine (sh alternatiivset suhtlusvahendit kasutades), nt mis tund sul on/algab, mis tundi lähed? jne). • Lihtsate igapäevaste korralduste järgimine (nt pane pall karpi). • Keelule reageerimine, keelatud
---	--	---



		tegevuse lõpetamine vähemalt mõneks ajaks.
--	--	---

MOTOORIKA		
I arengutase	II arengutase	III arengutase
Kirjeldus Iseseisvalt ei siirdu ega liigu. On ratastoolis, kärus või voodis istuvas või lamavas asendis. Füüsiline kontakt ja kehatunnetus. Füüsilise kontaktiga harjumine. Füüsilisele kontaktile positiivselt/negatiivselt	Kasutab liikumisel abivahendit (ratastool, käimisraam vms), võib vajada abistamist. Kasutab ebatavalist liikumismustrit.	- Liigub iseseisvalt. - Võib olla motoorselt kohmakas. - Osutab enda ja teiste kehaosadele. On



reageerimine. Positiivne reageerimine kehaasendi muutmisele. Reageerimine ebamugavale asendile. Positiivne reageerimine erinevatele teraapilistele tegevustele. - Füsioterapeudi poolt tehtavate harjutustega harjumine lihaspinge vähendamiseks ning lihastoonuse tõstmiseks. Asendid. - Pea hoidmine, tõstmine, pööramine erinevates asendites (kõhuliasendis, istudes, seisulaua seistes). - Kõhuliasendi lühiajaline aktsepteerimine. Võimalusel toetumine küünarvartele. Asendi säilitamine abiga või iseseisvalt.	- Kehaosadele osutamine, patsutamine koostegevuses (nt Knill tehnika). - Istumine ratastoolis, toolil, põrandal. - Toengpõlvituses (küpuli), põlvili olemine. - Pikali asendist istuma ja püsti asendisse siirdumine iseseisvalt või abiga. Soovi korral oma kehaasendi muutmine. - Lehvitamine, plaksutamine, patsutamine - Liikumine roomates, rullides, küpuli, põlvili, istuli, püsti toe najal. - Liikumine ratastoolis, käimisraami abil. - Eseme haaramine kahe käega. Eseme haaramine ühe käega, vahetamine käest kätte. Esemest lahti laskmine, viskamine. - Esemetega sihipärane manipuleerimine.	võimeline sooritama harjutusi paaris või rühmas. - Seisimine, kükitamine - Seisimine ühel jalal (lühiajaliselt, vajadusel abiga) - Asendite sujuv vahetamine iseseisvalt. - Liigutuste matkimine. Liigutuste sooritamine füüsilise, suulise või visuaalse juhendamise järgi. - Kõndimine ebatasasel maastikul, takistustest möödumine, nende
---	---	---



• Kāpūliasendi aktseptērimine, sāilitamine abiga. • Istumine kohandatud ratastoolis, eristmes, pōrandal vōi toolil (vajadusel abiga). • Sobivusel seismine seisulauā. Liigutuste sooritamine abiga: • Kāe sirutamine ōlaliigesest. Kāe kōverdāmine, sirutamine kōūnarliigesest. • Jālgade kōverdāmine, sirutamine. Liikumine. Keerāmine kōhult seljale, seljalt kōhule. Tasakaal. • Oma keharaskuse tunnetamine (kiikumine). Koordinatsioon	• Toidu vōtmine taldrikult (spetsiaalse) lusikaga, lusika suu juurde viimine (abiga, iseseisvalt). • Palli veeretāmine, viskāmine. • Esemete lahti tōmbāmine aluselt, rebimine kasutades ūhte kāt.	ūletāmine. Liikumine trepil, kaldpinnal (vajaduse korral toest kinni hoides). • Tunnelist lābi roomāmine. • Juhendāmise korral varbseinal ūles-alla ronimine. • Hūppāmine batuudil, vajadusel abiga . • Ujumine, suusatāmine, kelgutāmine individuaalsel tasemel. • Palli sihipārane viskāmine
--	--	---



- Käte toomine keskjoonele, suu juurde. Kätte antud eseme hoidmine haardes, suu juurde toomine. Eseme poole küünitamine, rippuva eseme tabamine. Eseme eemale lükkamine.
- Oma käte jälgimine.

Peenmotoorika.

- Erinevate materjalide kompimine (nt vesi, liiv).
- Erinevate voolimismasside, näpuvärvidega tegutsemine koos abi ja suunamisega.

(kaaslasele, korvi, märgi pihta jne) ja püüdmine.

- Liikumine edaspidi ja tagurpidi. Liikumine varvastel, kandadel.
- Tegutsemine mänguväljakul (liumägi jms).
- Plastiliini rullimine (alusel, kahe peo vahel), kritseldamine (liigutus küünarnukist) pliiatsi või kriidiga (edasi-tagasi, ringselt).
- Paberi rebimine ja voltimine kasutades mõlemat kätt.



SOTSIAALSED OSKUSED		
I arengutase	II arengutase	III arengutase
- Sotsiaalsed eeloskused. Enda kõrval/läheduses kaaslaste märkamine (vaatamine, puudutamine). - Füüsilise kontakti otsimine täiskasvanuga. - Häälitsemine endale tähelepanu tõmbamiseks. - Pilkkontakt. Pilgu lühiajaline fikseerimine. Pilkkontakti lühiajaline säilitamine. - Naeratamine vastuseks kõnetamisele, naeratamine positiivse emotsiooni väljendamiseks.	- Kontakti loomine ja säilitamine. - Kaaslasele käe ulatamine ringis. Füüsilise kontakti otsimine (patsutamine, pai, käest haaramine). - Erinevate hääletoonide mõistmine ja tähenduslik kasutamine. - Helluse ja heameele väljendamine.	- Kontakti otsimine teise inimesega, käest kinni hoidmine. - Kaaslase kutsumine suunamisel. - Märku andmine abivajadusest. - Pilkkontakti pikemalt hoidmine. - Emotsiooni mõistmine, väljendamine ja juhtimine täiskasvanu suunamisel (nt alternatiivse suhtlusvahendi abil). - Ennast kahjustavast käitumisest hoidumine suunamisel.
<u>Tegutsemine</u>		



• Paarisharjutuste sooritamine täiskasvanuga koostegvuses. • Patsumängud koos täiskasvanuga. • Peitusemängu, piilumismängu mängimine täiskasvanuga (näo varjamine käte või rätikuga).	• Paarisharjutuste sooritamine koos eakaaslasega füüsilisel suunamisel. • Lihtsa nalja mõistmine tuttavas tegevuses. • Võta-anna mäng täiskasvanuga. • Tegutsemine teist last aksepteerides. • Tegutsemine koos täiskasvanuga lihtsa eesmärgi nimel. • Enda märkamine peeglis, oma peegelpildile reageerimine (naeratamine, häälitsemine).	• Paarisharjutuste sooritamine koos eakaaslasega suulisel juhendamisel või ettenäitamisel. • Lihtsa nalja mõistmine ja tegemine • Koos eakaaslasega tegutsemine. • Jagamine teistega (suunamisel nt maiused, mänguasjad). • Matkimine (uued tegevused, häälitsused). • Mänguoskus: osalemine ringmängudes, rollimängudes. • Oma asjade tundmine (oma kapp, koolikott, voodi jne). Hoidumine kaaslaste asjade (mänguasjad, toit) loata kasutamisest.
---	--	---



	Enda äratundmine pildilt, videos. • Peitusemängu, piilumismängu mängimine täiskasvanuga (näo varjamine käte või rätikuga). • Kaaslaste tundmine nimepidi, ära tundmine pildilt, videos. • Endale osutamine, nimele reageerimine (hommikuring). • Tohib/ei tohi-piirangute harjumuslik täitmine (oma ja teise lapse mänguasi jne). • Oma järjekorra lühiajaline ootamine tegevustes.	• Võimetekohane sotsiaalne käitumine tuttavas situatsioonis (nt poes, tänaval; õnnitlemine, tervitamine jne). • Ohtlike olukordade vältimine talle tuttavates situatsioonides. • Jõukohases tegevuses iseseisvalt tegutsemine algusest lõpuni.
--	--	--



	Hüvastijätkuks ja tervituseks lehvitamine.	
--	--	--

IGAPÄEVAOSKUSED		
I arengutase	II arengutase	III arengutase
- Söömine/joomine (vastavalt vajadusele ja võimekusele). - Kätte pandud söögivahendi hoidmine, vajadusel abiga. Söögivahendi suu juurde viimine abiga. Joomine tassist abiga.	Söömine/joomine. Söömine lusikaga (abiga). Joomine tassist: tassi laualt võtmine, suu juurde viimine, joomine, lauale asetamine. Tahke toidu hammustamine.	Söömine/joomine. Harjumuspäraste toitumise iseseisev söömine ja joomine tuttavates tingimustes. Puhtuse hoidmine söömisel: enese puhtus, laua puhtus. Salvraiti kasutamine.
Riietumine.	Riietumine. Riietamisele kaasaaitamine. Käte ja jalgade sihipärane liigutamine	Riietumine. Õpitud riietumis-/lahtiriietumisoskuste võimalikult



Nõustumine riietamisega. Kaasa aitamine käte ja jalgade sirutamise-kõverdamisega.	riietumisel: käe pistmine varrukasse, jalgade panemine püksisäärtesse. Mõne riietuseseme (peakatte, jalanõu) seljast, peast, jalast võtmine.	iseseisev kasutamine tuttavate riietusesemete puhul.
Hügieen. - Nõustumine ööpäevaringse mähkmete kasutamisega ja sinna juurde kuuluvate protseduuridega. - Nõustumine hügieenitoimingutega: näo ja käte pesemine, hammaste pesemine, nina pühkimine, pea kammimine. Suu avamine hammaste pesemiseks.	Hügieen. - Istumine WC-potil (toetatuna, iseseisvalt). - Enesehoolduseks vajalike osatoimingute sooritamine abiga: nina ja suu pühkimine, hammaste pesemine, pea kammimine. - Eneseteeninduseks vajalike toimingute õiges järjekorras sooritamine (alternatiivkommunikatsioonile toetudes).	Hügieen. - WC-sse minemise vajadusest märku andmine. - Nina nuuskamine (meeldetuletamisel). Käte ja hammaste pesemine vähese abiga. - Lihtsad töötegevused: mänguasjade koristamine, laua katmine, koristamine, pühkimine jne.