

## **Laste vaimse tervise edendamine 2013**

### **„Rõõm on minus eneses“**

**Koostajad:** lasteaiaõpetajad **Kristina Birk** ja **Ave Gill**, Tartu Lasteaed Klaabu

#### **Teema**

Emotsionaalne tervis – emotsioonide kirjeldamine ja nendega toimetulek

#### **Taustinformatsioon**

Töö teema sai valitud seoses sellega, et rühmas käivad 5–6-aastased lapsed, kes on küllaltki elavad, emotsionaalsed ja julged. Rühma eripäraks on Kõik Kaunid Kunstid. Teema sobis hästi kokku ka lasteaia väärtuste ja õppekava eesmärkidega. Meie rühma lapsed hoolivad teineteisest ja iseendast, oskavad oma emotsioone välja näidata. Selleks, et neid veelgi enam suunata emotsioone positiivsemalt välja näitama ja teisi märkama, valisime üheks nädalakava teemaks “Rõõm on minus eneses”. See haakus ka naljapäeva ehk esimese aprilliga. Seetõttu sai nädal väga positiivse alguse, kus lapsed said ennast ja oma positiivseid emotsioone välja elada.

#### **Õppe- ja kasvatustegevuse eesmärgid ehk eeldatavad tulemused lapsest lähtuvalt:**

- laps tuleb toime oma emotsioonidest rääkimisega, tunneb ära erinevad emotsioonid;
- laps esitab luuletust erinevate emotsioonide ja hääletoonidega;
- laps saab eduelamuse erinevaid nuputamisülesandeid lahendades;
- laps oskab erinevaid emotsioone kunstiliselt väljendada (joonistada, voolida jms);
- laps osaleb rühmatöös postri kujundamisel;
- laps kasutab loovalt erinevaid käepäraseid vahendeid liikumisharjutustes ja sportmängudes (ajalehed, salvrätid, kivikesed jne).

#### **Osalenute vanus**

5–6-aastased, lapsi rühmas 24.

## Tegevused

Nädal algas naljahommikuga, kus lapsed, samuti ka õpetajad, võisid lasteaeda tulla pidžamades. Lastel oli võimalus lahendada erinevaid nuputamisülesandeid, nad kuulasid nalju ja anekdoote ning osalesid tavapärasest pisut erinevas laulumängus "Kui sul tuju hea", mille sõnad olid muudetud ja tegevused pakkusid lastele nalja.

Järgnevatel päevadel toimusid vestlused-arutelud erinevate emotsioonide (rõõm, kurbus, viha, hirm jm) üle ning lapsed said pakkuda hea tuju nippe, mille me ka üles kirjutasime ja postrile lisasime.

Lapsesuu teemal „Kuidas saada rõõmus tuju?“

(Kalade rühma lapsed)

„Lähen kellegagi mängima“, „Lähen enda tuppa ja rahunen maha“, „Lähen enda tuppa ja mõtlen, mida tegin, ja siis lähen teistega mängima“, „Kui keegi lohutab“, „Lähen tantsima“, „Lähen narivoodisse rahunema“, „Panen voodis silmad kinni ja mõtlen heade asjade peale“, „Lähen magama“, „Sõbraga mängides“, „Ema ostab poest midagi head“, „Ema ja isaga mängides“, „Sõpradega mängides“, „Kui issi tuleb minuga mängima“, „Kui keegi teeb pai“, „Lumememme tehes“, „Kui ma vaatan telekat ja saan šokolaadi“, „Issi hakkab kõditama“, „Kui keegi räägib naljakat juttu“, „Joonistades ja maalides“.

Kunstitegevuses voolisid või joonistasid lapsed klassikalise muusika saatel erinevaid näoilmeid. Nädala lõpus joonistasid lapsed paberile nii palju erinevaid emotsioone, kui nad oskasid; keskmiselt joonistati neli kuni kuus erinevat näoilmet. Mõned laste joonistatud näoilmed valisime koos välja ja lisasime samuti meie rühma postrile.

Keele ja kõne valdkonnas õppisime luuletust esitama erinevate emotsioonide ja hääletoonidega. Luuletus jäi lastele seekord eriti kiiresti meelde. Kasutasime ka loovjutustamise lõngakera-meetodit „Rõõmupall“, kus õpetaja alustas ja iga laps sai oma mõttega juttu arendada.

Matemaatikas lahendasid lapsed grupitegevustena nuputamisülesandeid: tuletasime meelde kujundeid, seejärel tuli lastel leida paarid ja ühendada ühesuguse emotsiooniga näoilmed.

Muusika- ja liikumistegevustes oli laste lemmikuks laulumäng "Peegel" ning paaris liikumismängud ajalehega (saalis) ja teiste käepäraste vahenditega (õuealal).

Vabal ajal said lapsed mängida lotomängu "Näoilmed", mis koosneb 32 suurest ja väikesest näoilmetega kaardist.

### **Läbiviidud tegevuste mõju**

Selle nädala tegevuste tulemusena ilmnis, et lapsed tõepoolest hakkasid oma rühmakaaslaste tundeid ja emotsioone senisest enam märkama. Lohutati, kui kellelgi oli kurb tuju, ja arutleti omavahel selle üle, miks keegi midagi teeb või mida parasjagu tunneb.

Teema lõpetuseks valmis nädala tegevuste raames kogunud materjalidest suur poster pealkirjaga "Emotsionaalne tervis", mis pandi näitusele Klaabu terviseseminaril "Terve vaim, terve keha". Seal said meie postriga tutvuda kõik osalenud lapsevanemad, õpetajad ja külalised ning hiljem ka teiste rühmade lapsed.

### **Kasutatud ja soovitatav kirjandus õpetajale**

Ennok, K. (2012). Lapse emotsionaalne arendamine. Tartu: Atlex.

