

## **Laste vaimse tervise edendamine 2013**

### **Vaim on terve – rõõmus meel**

**Koostajad:** õpetaja **Inge Aavik** ja õppealajuhataja **Oksana Aasa, Elva Lasteaed Murumuna**

#### **Teemad**

Üksteise toetamine, märkamine, hoolimine

#### **Taustinformatsioon**

Õpetaja igapäevatöö on lastele õpetada ja näidata hoolivust, märkamist ja toetamist. Antud töös tõime välja Lepatriinude rühma mõned üritused ja ettevõtmised, millega saab rühmaõpetaja toetada lapse vaimse tervise arengut. Tegevuste märksõnadeks on „mäng“ ja „mängulisus“. Igapäevaseid mängu mängides omandavad lapsed kõik vajalikud teadmised ja oskused. Kõige parem mäng on see, kus laps peab jõudma järeldustele ise. Meie lasteaia selle õppeaasta moto on „Märka mind!“.

#### **Õppe- ja kasvatustegevuse üldoskused**

Üldoskuste kujunemist toetatakse kõigi õppe- ja kasvatustegevuste kaudu, lõimides omavahel erinevaid valdkondi:

- laps osaleb ühistegevuses ja teeb koostööd teiste lastega;
- laps omandab uusi teadmisi praktiliste situatsioonide, kogetud emotsioonide ja kujutluste kaudu;
- laps väljendab verbaalselt lihtsamaid emotsioone, oma soove, tahtmisi ja seisukohti, et jõuda kokkuleppele;
- laps püüab suunamisel teisi abistada ja lohutada ning tal on ettekujutus teiste inimeste tunnetest ja mõtetest.

#### **Osalejate vanus**

3–4-aastased.

## Mängud

### 1. „Märka haigust“

#### Eesmärgid:

- laps teab ja oskab märgata haiguse tunnuseid;
- laps teab, et tablette ei tohi võtta ilma täiskasvanu loata.

#### Meetodid

Arutelu, vaatlus, mäng, maalimine.

#### Vahendid

Erinevad tabletid ja pillid, pildimaterjal, värvid, paber.

#### Valdkonnad

Keel ja kõne, mina ja keskkond, kunst.

#### Tegevuse kirjeldus

Õpetaja arutleb lastega haiguse teemal.

Õpetaja küsib:

„Milline näeb välja inimene kes on haige (sümptomid)?“

„Millised näevad välja tabletid?“

„Millised võivad veel rohud olla?“

„Mida teha selleks, et saada terveks (et olla terve)?“.

Arutelu lõpus mängitakse pantomiimimängu: õpetaja aevastab ja nuuskab, seejärel küsib laste käest:

„Mis vaevab seda inimest?“

„Kas ta on terve?“

„Kuidas ta terveks saab?“.

Seejärel räägib õpetaja headest vitamiiniallikatest, mida leiame loodusest: marjadest, puu- ja köögiviljadest. Õpetaja rõhutab, et tervislik toitumine teeb lapsi tugevamaks ja tervemaks. Õpetaja annab maitsta lastele marju, näiteks jõhvikat ja pohla (pilt 2).



Teema lõpetuseks joonistavad lapsed punasele taustale tablette (pilt 3). Õpetaja tuletab veel kord meelde, et tablette ei tohi võtta täiskasvanu loata. Just seetõttu on aluspaberi taust punane.



Pilt 1. Arutelu koos näitevahenditega



Pilt 2. Sööme vitamiine



Pilt 3. Maalime tablette

## 2. „Märka abivajajat“

### Eesmärgid:

- laps teab, et sõbrad hoiavad üksteist;
- laps oskab pakkuda abi;
- laps on valmis aitama täiskasvanuid nende igapäevastes töodes.

### Meetodid

Vaatlus, näidend, arutelu.



## Valdkonnad

Keel ja kõne, mina ja keskkond, liikumine.

## Tegevuste kirjeldused

Vaba mängu ajal suunab õpetaja lapsi märkama abivajajaid ning osutama neile oma abi.



Pilt 4. *Ma aitan sind!*



Pilt 5. *Liiv saabastest välja, et tädi Nellal (õpetaja-abi) oleks vähem tööd*



Pilt 6. *Ma aitan onu Ilmarit (kojamees)*

1) Näidend „Naeri mure“. Lepatriinude rühm lavastas koostöös teiste Elva Lasteaia Murumuna rühmadega näidendi pealkirjaga „Naeri mure“.

Näidendi eesmärgiks oli panna last märkama abivajajat ja osutama talle oma abi. Näidendi põhisõnad olid märkamine, koostöö ja hoolivus.



Pilt 7. Naeril oli suur mure...



Pilt 8. Koostöö aitas murest lahti saada



Pilt 9. Naeris on rõõmus ja õnnelik



Pilt 10. Lastel oli väga põnev etendust jälgida ja teada saada, kuidas üks probleem lahenduse leiab.

Pilt 11. Pärast näidendi vaatamist, said lapsed koos näidendi tegelastega lõbusalt sporti teha. Terves kehas-terve vaim!



### 3. „Ma hoolin sinust, märka mind!“



#### **Eesmärgid:**

- laps hoolib kaaslastest;
- laps hoolib loomadest ja lindudest; näiteks teab, miks linde peaks toitma ning mida võib neile toiduks anda;
- laps teab, et loodust tuleb hoida.

#### **Meetodid**

Vaatlus, rollimäng, õppekäik, avastusõpe, meisterdamine.

#### **Valdkonnad**

Keel ja kõne; kunst.

#### **Tegevuste kirjeldused**

- 1) Isadepäeval said lapsed koos isadega (vanaisadega, emadega) tegutseda. Vanemad aitasid ja suunasid lapsi, millega näitasid, et hoolivad nendest ja koosveedetud ajast.



- 2) Vaba mäng. Laste vabas mängus on sageli näha kõike seda, mida nad on õppinud ja omandanud. Lepatriinude rühma lapsed oskavad näidata hoolivust ja hoiavad sõpru, olgu see poiss või tüdruk, loom või lind.







3) Öppekäike on hea kasutada selleks, et näidata ja tutvustada lastele loodust ning seda, et ka loodus vajab meie hoolitsust ja abi. Lepatriinude rühma lapsed teavad, kuidas saab aidata linde talvel. Enne ja pärast öppekäiku toimub rühmas arutlev vestlus.



- 4) Avastusõpe teemal „Mis tunne on olla pime“. Lapsed said proovida, mis tunne on kõndida ruumis siis, kui mitte midagi ei näe. Laste sõnul, see oli väga raske ja hirmutav.



Seejärel tehti koostööd – ühel lapsel olid silmad kinni ja sõber suunas teda ohutult takistustest mööda või üle. Hiljem arutati, mis tunne oli olla pime, millal oli julgem astuda, kas üksi või koos sõbraga. Lapsed olid ühel meelel: „Sõbraga on julgem!“.



### **Kokkuvõte**

Kõik ülal kirjeldatud tegevused olid üles ehitatud toetudes Elva Lasteaia Murumuna õppeaasta eesmärkidele ning riiklikule ja lasteaia õppekavale. Kõik tegevustele püstitatud eesmärgid said saavutatud ning õppetegevuse mõju hindasid õpetajad laste vaatluse ja tagasiside kaudu.

Tulemused olid positiivsed:

#### 1) „Märka haigust“

Mängides nukkudega, andsid lapsed neile sibulat ja õunu ning rääkisid, et „Kui neid sööd, siis saad ruttu terveks.“ Nad tuletasid meelde (ka õpetajale), et tabletti ei tohi võtta ilma emmeta, nina peab nuuskama ja käsi tuleb pesta seebiga.

#### 2) „Märka abivajajat“

Pärast teema käsitlust ei pidanud õpetaja ütleva, et liiv tuleb võtta saabastest välja, seda tegid lapsed ise ja tuletasid seda meelde ka teistele. Samuti pakkusid lapsed aktiivselt sõbrale oma abi tema nõopide, luku või rihma kinnipanemiseks.

#### 3) „Ma hoolin“

Lapsed on muutunud hoolivamaks. Nad hoolivad teineteisest, loomadest ja loodusest. Loomadest hoolimist näitavad laste vabamängud mänguloomadega (söötmine,

paitamine, jalutamine). Loodusest hoolimine paistab välja taimede kastmises, nende vaatlemises ja õues olles „teo üle tee juhatamises, et keegi talle peale ei astuks“.

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

Coloring Pages for Kids. (<http://themanagr.webfactional.com/love-heart-coloring-pages>).

Rohelisem elutee. (<http://roheline-tee.blogspot.com/2012/04/haige.html>).

<http://100computertipsin100days.blogspot.com/2013/03/tip-55-extra-help-for-microsoft-office.html>