

## **Laste vaimse tervise edendamine 2013**

### **Süda hüppab rõõmust**

**Koostaja:** vanemõpetaja **Eve Laidvee, Pärnu Raeküla Lasteaed**

#### **Teema**

Emotsioonide kirjeldamine

#### **Taustinformatsioon**

Lähtudes riiklikust õppekavast, on õppe- ja kasvatustegevuse üldeesmärk lapse mitmekülgne ja järjepidev areng kodu ning lasteasutuse koostöös. Üldeesmärgist tulenevalt toetab õppe- ja kasvatustegevus lapse kehalist, sotsiaalset, vaimset ning emotsionaalset arengut, mille tulemusel kujuneb lapsel terviklik ja positiivne minapilt.

Tervislik psühhosotsiaalne keskkond loob eelduse laste füüsilise, emotsionaalse, vaimse ja sotsiaalse arengu toetamiseks. Lapse emotsionaalne areng hõlmab emotsioonide kogemist, nende väljendamist ja neist arusaamist. Lastele on vaja õpetada oma tundeid ära tundma ja neile vastavalt ka käituma.

Lasteaias on vaja tagada lastele emotsionaalselt turvaline, hooliv ja toetav keskkond. Positiivsete emotsioonide kasvatamise seisukohast on oluline luua lapsele rõõmus meeleolu. Lasteaias peab lapsel olema turvaline ja hea olla, sest rõõm tekitab omakorda rõõmu ja kui tuju on hea, areneb ka laps paremini.

#### **Õppe- ja kasvatustöö eeldatavad tulemused lapsest lähtuvalt:**

- laps väljendab oma emotsioone ja oskab lihtsamaid emotsioone (rõõm, kurbus, viha) nimetada;
- laps teab ja oskab kirjeldada lihtsamaid emotsioone põhjustavaid sündmusi;
- laps seostab emotsioone sobiva miimika ja kehakeelega;
- laps tahab ja julgeb oma tunnetest rääkida;
- laps kogeb ühiseid emotsioone, naudib ühistegevust.

#### **Laste vanus ja arv**

5–6-aastased, 18 last.

## **Tegevuse kirjeldus, metoodika ja integreeritus teiste valdkondadega**

### Tegevus 1: „SÜDA HÜPPAB RÕÕMUST“

Vaatlus:

Lapsed tutvuvad Preili Rõõmukesega, kes on alati heas tujus, sest ta rõõmustab kõige selle üle, mida ta teeb. Preili Rõõmukesele ei meeldi pahurad ja kurvad inimesed. Tema püüab ka nende tuju rõõmsaks teha. Rõõmu tunda on kõigile meeldiv. Lapsi rõõmustavad paljud erinevad asjad, sündmused, olukorrad, inimesed. (pildimaterjal)

Arutelu lastega:

„Mis sind rõõmustab?“

„Kuidas sa ennast tunned, kui oled rõõmus?“

Liikumine muusika järgi:

„Kuidas me oma rõõmu väljendame?“

Lapsed näitavad oma keha ja näoilmetega, kuidas seda teha.

Matemaatika:

Preili Rõõmuke on kaasa toonud värvilised „rõõmupallid“. Lapsed loendavad palle, rühmitavad palle värvuse järgi (punased, kollased, sinised), võrdlevad erinevaid moodustatud hulki (mida on rohkem, mida vähem, mida võrdselt).

Liikumine:

Teatevõistlus värviliste pallidega (moodustada kaks võistkonda, pallide viimine korvi, võidab see võistkond, kes on esimesena kõik pallid ära viinud).

Lõimitud valdkonnad:

mina ja keskkond; keel ja kõne; liikumine; matemaatika; muusika

### Tegevus 2: KURBUS JA RÕÕM

Põhineb väärtuskasvatusemetoodikal „Kiusamisest vabaks“.

Lapsed võtavad oma väikesed karud ja istuvad ringi. Preili Rõõmuke näitab lastele emotsioonipilte.

Vaatlus:

Emotsioonipildid: rõõm, kurbus

Arutelu ja vestlus lastega:

„Kuidas sõbra tuju heaks teha, kui ta on kurb?“

„Mõnikord võib sul olla paha tuju või oled kurb, siis saab tuju paremaks teha naljaga või hoopis hea ja sõbraliku sõnaga.“

„Mis võiksid olla head sõnad?“

Mänguline tegevus: „Naeratuse edasiandmine sõbrale.“

Laps võtab peoga oma suult naeratuse ning annab selle kujundlikult edasi teisele lapsele koos hea ja sõbraliku sõnaga.

Laulumäng:

„Kui sul tuju hea.“

Teeme liigutusi koos paarilisega, istudes vastamisi; lõpus teeme paarilisele kalli ja pai.

Joonistamine:

„Mina olen rõõmus, mina olen kurb“

Laps joonistab kaks emotsioonipilti.

Lõimitud valdkonnad:

keel ja kõne; muusika; mäng; mina ja keskkond; kunst

### Tegevus 3: PAHUPIDI LOOD

Preili Rõõmuke on kaasa võtnud muinasjuturaamatu „Punamütsike“.

Vestlus lastega vanasõna põhjal: „Kust muidu nalja saab, kui ise nalja ei tee?“, vanasõna lahtiseletamine.

Jutustamine:

Preili Rõõmuke jutustab muinasjuttu „Punamütsike“ tagurpidi ja kõike segi ajades. Lapsed peavad leidma õiged laused ja parandama. Lastele on muinasjutt eelnevalt tuttav.

Sõnade häälimine:

„naer“, „nali“, „rõõm“, „lõbu“

Mäng:

„Tujukujud“ – emotsioonide kujutamine läbi liikumise ja kehakeele.

Lõimitud valdkonnad:

keel ja kõne; mäng; liikumine

#### Tegevus 4: SÜDAMEST NAERMA

Preili Rõõmukesega juhtub alatasa naljakaid asju, mis teda naerma ajavad. Ta tahab teada, mis lapsi naerma ajab.

Pildimaterjali uurimine:

Kuidas tunded väljenduvad inimese näos, missugused näevad silmad, kulmud, suu välja erinevate emotsioonide puhul.

Jutustamine oma kogemusest:

„Millised asjad on naljakad?“

„Mis või kes sind naerma ajab?“

Sõnavara rikastamine uute sõnadega:

Sõnade „huumor“, „anekdoot“, „itsitamine“, „lõkerdamine“ lahtiseletamine.

Mäng:

„Naljakas nägu“ – peegli ees erinevate näoilmete tegemine.

Lõimitud valdkonnad:

mina ja keskkond; keel ja kõne; mäng

#### Tegevus 5: SAAMISRÕÕM JA ANDMISRÕÕM.

Arutelu lastega:

Kingituste tegemine ja saamine. Mitte ainult saamine ei tee rõõmu, vaid mõnikord võib andmine rohkem õnnelikuks teha.

„Kas sina oled tundnud rõõmu kingituse, üllatuse tegemisest?“

„Mis tunne sul siis oli?“

Loovharjutus:

„Mida ma kingiksin oma emale?“

Lapsed istuvad ringis ja ütlevad üksteise järel, mida kinkida, seejärel põhjendavad.

Joonistamine:

Kingitus emale. Joonista asju, mis teeb sinu arvates emale rõõmu.

Mäng:

Preili Rõõmukesel on kaasas kommid ja tahab neid ka lastele pakkuda.

„Kommide jagamine“ – lapsed istuvad ringis, esimene kommi saaja saadab kommi edas järgmisele, see omakorda järgmisele jne. Komm peab jõudma viimase lapseni, jagatakse seni, kuni ka esimene laps on oma kommi kätte saanud.

Lõimitud valdkonnad:

keel ja kõne, mäng, kunst

### **Kasutatud vahendid ja materjalid:**

- nukk Preili Rõõmuke (omavalmistatud nukk);
- värvilised plastmasspallid (punased, sinised, kollased);
- emotsioonipildid (rõõm, kurbus, viha);
- muinasjuturaamat (J. W. Grimmi „Punamütsike“);
- korvid;
- pildimaterjal (inimesed erinevate näoilmetega, enda kogutud materjal ajakirjadest);
- väikesed karud;
- suured peeglid;
- kommid;
- igale lapsele A4 formaadis valge paberileht;
- värvilised pliiatsid, rasvakriidid;

- CD-plaadid muusikapaladega (Jan Holland, „Accordion Hits“).

## **Kokkuvõte**

Igaüks meist vajab suhtlemist. Õpetaja ülesanne on ergutada lapsi oma mõtteid ja tundeid väljendama, seejuures austades lapse arvamust.

Kui laps tunneb, et tema mõtetest peetakse lugu, siis harjub ta neid ka väljendama. Lapse arengu hindamise üheks osaks on ka emotsionaalse arengu hindamine. Emotsionaalse arengu hindamiseks sobivad igapäevaolukorrad, korraldatud ühistegevused ja ka individuaalsed tegevused.

Emotsionaalse arengu hindamine toimub järjepidevalt ning hindamismaterjalid ja tulemused (vaatluslehed, joonistused, individuaalsed küsimused lapsele nii tema enda kui ka erinevate suhete, olukordade kohta) lisatakse arengumappi.

Läbiviidud tegevuste käigus said kõik lapsed rääkida oma kahest emotsioonist – rõõmust ja kurbusest, avaldada oma arvamust selle kohta, kuidas nali ja naer loovad rõõmsa ja mõnusa meeleolu. Lapsed said oma kaaslastele öelda häid sõnu ja kogeda sõbralikkust.

Lapsed said aru lihtsamatest seostest – emotsiooni põhjustab sündmus ja sellele järgneb käitumisviis.

## **Kasutatud kirjandus**

Almann, S. (2003). Tea ja toimet nr 22. Tallinn: Ilo.

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

Niiberg, T., Metspalu, A., Linnas, M. (2009). Muinasjutt lapse arendaja ning lohutajana. Tartu: Atlex.