

## Laste vaimse tervise edendamine 2013

### Stressipalli valmistamine

**Koostaja: Haapsalu Lasteaed Pääsupesa**

#### **Teema**

Stressiga toimetulek

#### **Õppe- ja kasvatustegevuse eesmärgid:**

- laps suudab keskenduda tegevusele;
- laps oskab valmistada stressi maandavat objekti kui mänguvahendit;
- laps oskab oma paha tujuga toime tulla, suheldes kaaslaste ja täiskasvanuga.

#### **Osalenute vanus ja arv**

6–7-aastased, 20 last.

#### **Läbiviidud tegevuse kirjeldus ja läbiviimise metoodika ning integreeritus teiste õppe- ja kasvatustegevuse valdkondadega**

Integreeritus: emakeel, muusika, käeline tegevus, ümbritsev elu.

Õpetaja: „Lapsed, täna on mul teile rääkida üks tore jutt poisist, kes oli õuel veidi rielnud oma sõpradega. Ta tuli tuppa ja oli päris pahur. Ema küsis: „Mis sul viga? Said pahakolliga kokku?“ Poiss vastas: „Ei saanud midagi, poistega riidlesime.“ Ema: „Milles siis probleem?“ „Ah, nad ei tahtnud mind mängu võtta ja mina ütlesin ka, et ei tahagi nendega mängida ning ärgu meie hoovile enam tulgu!“ Ema: „Nii pole küll ilus. Kuule, aga teeme sinu tuju heaks ning siis lähed õue ja lepid sõpradega ära, sest sul on midagi, mida nendel ei ole. Ja sa oskad midagi, mida nemad ei oska! Kas teeme nii?“ Poiss: „Hea küll, kui see tõesti aitab!“

„Selline jutt siis. Mida teie, lapsed, arvate? Kuidas käituda sõpradega? Kuidas saaks pahast tujust üle? Kas meie võiksime ka proovida, kuidas saab oma kätega pahast tujust üle?“

„Ma näitan teile, kuidas saab teha üht vahvat palli – stressipallikest, millega saab mängida: nägusid teha, poose muuta. Mis see stress võiks olla? Miks on vaja stressipallikest?“ Laste arutelu.

Vaja läheb väiksemat õhupalli, jahu, letrit, lõnga, kunstsilmi, markerit, PVA-liimi.

#### Töökäik:

„Kasutades letrit, täida õhupall jahuga. Täida nii palju, kui õhupalli sisse selle venimata olekus läheb. Seo kinni, ma aitan sind, kui abi vajad. Kinnita sidumiskohta punt lõngajuukseid, mille oled enne lõngajuppidest kokku lõiganud. Nina venita pallist välja, seo nõõriga – jääb selline kena "kartul", aga võib ka ilma ninata teha. Kleebi silmad, joonista veekindla markeriga suu. Võidki hakata tasakesi mudima. Ainult ole ettevaatlik, pall võib katki minna!“

„Nii see käibki. Ole pai ja hakkame koos tegema. Mina panen ka plaadi mängima, et oleks mõnusam tööd teha. Kui abi vaja, siis küsi – aitan.“

10–15 minutit töö tegemiseks. Lapsed saavad valida ise palli ja lõngajuuste värvi. Kui tööd valmis, vaatame need üle ja proovime nägusid teha.

„Kuidas te tunnete ennast pärast sellist tööd? Kas poiss meie jutust võib selle palliga poiste juurde minna ja ära leppida, et sõbralikult koos edasi mängida? Mida veel võiks teha, et tuju hea oleks? Mida teie teete, kui tuju paha?“

„Mina arvan, et me võiksime veel ühe mängu mängida, mis teile meeldib.“ Kui ei tule laste varianti, siis „Kui sul tuju hea“. „Aga nüüd riidesse ja õue! Sõbrad juba ootavad seal!“

**Tegevustes kasutatud materjalid ja vahendid:**

- väiksemad erinevat värvi õhupallid;
- jahu (või ka tärklis, manna, herved);
- lehter;
- lõng;
- kunstsilmad;
- marker;
- PVA-liim;
- plaadimängija muusika esitamiseks tegevuse ajal.

**Läbiviidud tegevuste mõju hindamine**

Mõju pole hinnatud, aga laste säravad silmad tehtud tööst ja hea meel sõprussuhetest on tegevuse mõju näitajad ning kui laps oskab kaaslase tuju parandamisel kaasa aidata, on kõik hästi.