

## Vaimne ja emotsionaalne turvalisus

### “Meie tervis sõltub teistest inimestest”

Autor: **Jelena Minina**, logopeed, **Tartu Lasteaed Kelluke**

#### Taustinformatsioon teemast:

Teema valikul lähtusin selle aktuaalsusest. Ohutust ja turvalisust võib nimetada üheks olulisemaks elu vajaduseks. Statistika andmetel satuvad lapsed kõige rohkem ohtlikesse situatsioonidesse. Oluline on õpetada neile ohutu käitumise teadvustamist ja reegleid väliskeskkonnas (õues, tänaval ning suhtluses eakaaslaste ja võõraste inimestega).

#### Õppe- ja kasvatustegevuse üldeesmärgid:

1. Erinevate õppemängude, loogikaülesannete ja lugemispalade abil tutvub laps teda ümbritseva keerulise maailmaga ja tunnetab, et ümbritsevas keskkonnas on palju mitmesuguseid ilminguid, esemeid ning inimestevahelisi suhteid, mis mõjutavad meie tervist.
2. Laps saab teada, millised on turvalise käitumise reeglid erinevates situatsioonides ja keskkondades.
3. Laps õpib orienteeruma ümbritsevas tegelikkuses – ära tundma ja adekvaatselt hindama reaalseid olukordi ning oma kogemustele toetudes nendest enda tervist kahjustamata välja tulema.

#### Õppe- ja kasvatustegevuse eeldatavad tulemused lapsest lähtuvalt

1. Laps saab aru, et tervis tähendab ümbritsevate inimeste positiivset meeleolu ja meelestatust.
2. Laps oskab ja julgeb väljendada oma emotsioone, tundeid ning mõtteid (nt mis tekivad tülitsetes ja leppides) ning teab, kuidas nendega toime tulla.
3. Laps oskab vaadelda ja kirjeldada teiste inimeste käitumist ning kaasinimestega tähelepanelikult käituda.

Osalejate vanus ja arv: 5–7eluaastat, 14–24 last

Läbiviidud tegevuste loetelu, metoodika ja integreeritus teiste valdkondadega

1. Õppetegevus teemal “Laps ja tema eakaaslased. Konfliktid ja tülid laste vahel”.

#### Eesmärgid:

- 1) Laps oskab oma käitumist kontrollida.
- 2) Laps oskab paremini suhelda teiste inimestega.
- 3) Laps arvestab teiste inimeste arvamustega, kontrollib oma emotsioone.
- 4) Laps tegutseb teise lapsega paaris kooskõlastatult.
- 5) Laps õpib ära tundma ja nimetama oma probleemi põhjust.

## Vahendid:

- 1) Joonistused (igal joonistusel on kaks kinnast).
- 2) Pliiatsite komplektid (üks komplekt kahe lapse peale).

## Tegevuse käik:

### Vestlus

#### Õpetaja:

- Lapsed, kas teile meeldib mängida? (*laste vastused*)
- Kuidas teile meeldib rohkem mängida, kas üksi või kahekesi? (*laste vastused*)
- Miks on parem mängida koos sõbraga? (*Üksi on igav jne*)

Kui mängib mitu last, siis võib välja mõelda mõne pikema ja huvitavama mängu. Siis saab otsustada, kes keda mängib, võib mõistatada mõistatusi ja lahendada ristsõnu, võib lihtsalt lõbusalt koos joosta.

- Lapsed, kas teil on juhtunud nii, et mänguhoos tekib tüli? (*laste vastused*)
- Kas te tahate proovida õppida mängimist ilma tülideta? (*laste vastused*).

### Aktiivõpe

Nüüd me teeme väikese proovi. Ole hea, leia endale paariline ja istu koos temaga laua taha. Laua peal on joonistus, kus on kujutatud kaks kinnast. Iga laps teeb ühele kindale mustri, kuid kokkuvõttes peavad paarilistel välja tulema ühesugused mustrid.

*Lapsed töötavad paarides. Kui töö on valmis, räägib õpetaja iga paariga. Lapsed vastavad küsimustele:*

1. Kumb teist mõtles selle mustri välja?
2. Kas te olite mõlemad selle mõttega nõus?
3. Mille kohta teil oli erinev arvamus?
4. Kas teile meeldis joonistada koos? Miks?

### Reeglite rakendamine praktilise ülesande kaudu (treening).

*Õpetaja: Proovime teha kahekesi tööd, kasutades meie reegleid.*

*Ülesanne: Mõtle ja joonista midagi, mis on kollane. Te joonistate kahekesi ühel paberil. Et oleks kergem, pöörake end teineteise poole. Kui sa tead vastust, siis sosista see sõbrale kõrva. Kui te mõlemad olete nõus, noogutage. Kui mitte, siis kuulake paarilise arvamust.*

*Töö lõppedes õpetaja vestleb lastega:*

1. Lapsed, kas teil oli huvitav kahekesi joonistada? Miks?
2. Missuguseid reegleid pidasite meeles, kui joonistasite?
3. Mida te tundsite?
4. Missugune reegel oli kõige raskem?

### Aga nüüd tuleb veelgi raskem ülesanne.

Sellel paberilehel on joonistatud lõpetamata joon. Arutage koos, missuguseks kujundiks seda võib muuta. Selle ülesande täitmine eeldab, et te arutate omavahel, mida te teete. Ärge unustage, et meile on abiks reeglid.

*Lapsed teevad tööd, siis toimub arutelu:*

1. Kumb teist mõtles selle joonistuse välja?
2. Millega te olite nõus?
3. Kas teil oli ka vastakaid arvamusi?
4. Vastake mõlemad, mis teile meeldis selles ülesandes?

## 5. Lapsed, kas teile meeldis koos töötada?

Mul oli meeldiv jälgida, kuidas te töötate koos. Te olite sõbralikud, järeleandlikud, ei tülitsenud. Nii käituvad ainult tõelised sõbrad.

*Õpetaja: Nüüd mängime mängu: „Lõpeta lause”.*

- Minu sõber...
- Sõber meeldib mulle, sest...
- Ma soovin oma sõbrale...

### **Kokkuvõte**

*Õpetaja: Lapsed, te tegite täna palju tööd, igaüks õppis midagi juurde. Mõtelge, mida te selgeks saite? (laste vastused).*

*Nüüd ma palun teil teineteist tänada hea töö eest. Kui te mängite, püüdke alati meeles pidada meie reegleid.*

## 2. Õppetegevus “Võõrad inimesed – kas nad on meile ohtlikud või mitte?”

### **Treening „Viisakuse õppetunnid“ (ohutu olukorra näide).**

Valitakse situatsioon, kus eeldatakse viisakat käitumist, mis on normiks ühiskonnas. Näiteks bussis on viisakas pakkuda istekohta vanemale naisterahvale. Lapsed istuvad ringis, sisse astub „vanaema“ ja palub järjest kõikidel osalejatel pakkuda talle istet. Lapsed võivad vastata oma soovi kohaselt.

Mängujuht võib anda korraldusi:

- „Praegu te kõik olete viisakad ja hoolitsete selle eest, et „vanaemal“ oleks väga mugav sõita“.
- Teine korraldus: „Nüüd olete kõik kurjad, võib-olla teil valutab selg või jalg, võib-olla teile ei meeldi „pealetükkiv vanaema“ ja sellepärast te ei soovi talle istekohta pakkuda“.
- Veel üks korraldus: „Kui „vanaema“ palub, siis kõik vastavad talle eitavalt, kuid viisakalt naeratades“.

Vanaema rolli võivad soovi korral proovida mitmed lapsed.

Küsimused aruteluks:

- 1) Kuidas tundus olla viisakas reisija/„vanaema“?
- 2) Kas oli lihtne öelda „ei“?
- 3) Missugused vastused olid kõige kurjemad / kõige viisakamad?
- 4) Mida sa tundsid?

### **Treening “Ohtlikud olukorrad” (ohtliku olukorra näide).**

#### **a) Lapsed mängivad paaris.**

*Üks teist kujutab endale järgmist situatsiooni ette: istud kodus ja mängid raamatuga või loed raamatut, kui äkki keegi laseb uksekella. Teine laps on kurjategija rollis, kes räägib lahke häälega ja palub ukse lahti teha.*

*Pakkuda lastele järgmisi käitumisreegleid:*

*Ära räägi võõrastega. Lapsevanemad ise tulevad ja teevad ukse lahti.*

*Ära ütle võõrastele inimestele, et sa oled üksi kodus. Ütle, et isa on väsinud ja ta magab või isa on vannis.*

## **b) Vestlus «Ohtlikud olukorrad».**

*Õpetaja teeb kokkuvõtte. On vaja teada ohutu käitumise reegleid ja sellele vastavalt käituda, siis võõras inimene ei tee sulle liiga.*

- Ära käi inimeühjal tänaval.
- Ära jaluta pimedal ajal.
- Ära jutusta võõraste inimestega.
- Ära karda kutsuda abi, hüüa valju häälega appi.

## **3. Treening „Hirmunud siilike“**

Üks osaleja kehastab hirmunud siilikest, kes tõmbus kerra. Teise lapse ülesandeks on saada „siilikese“ kontakti erinevate žestide või sõnade abil, rahustada ja saavutada tema usaldus, et siilike rulluks kerast lahti.

„Üks teist mängib siili, kes kardab ootamatult ilmunud looma. Teised lapsed tulevad kordamööda siili juurde ning proovivad teda rahustada.

Kujuta ette, et sa oled väga tilluke ning kardad suurt looma. Siilike, proovi tõmbuda kerasse, et kaitsta oma nina ja kõhtu. Üks laps tuleb sinule appi, kuid sa ei suuda veel võõraid usaldada. Kes tahab siilikest rahustada?“ Lapsed tulevad kordamööda siilikese juurde ja räägivad temaga hästi vaikselt, silitavad siilikest. Lapsed näitavad siilile žestide abil, et nad suhtuvad temasse sõbralikult. Seejärel siilike rahuneb.

Toimub arutelu:

1. Mida te tundsite, kui olite siilid? Kui olite lapsed?
2. Kuidas te proovisite saavutada kontakti siiliga? Mis oli raske? Mis aitas?
3. Missugustes olukordades sa käitud hirmunud siilikese moodi?“

## **4. Lauamängud:**

”Kuidas vältida ohtusid?” nr 2 (Õues ja liikluses)

”Kuidas vältida ohtusid? Nr 3 (Kodus)

”Meie tunded ja emotsioonid”

”Kohtumine võõraste inimestega”

”Minu sõbrad”

**Tegevustes kasutatud materjalid ja vahendid:**

1) Kaardikomplektide teemad:

Millisest lapsest on jutt?

Kus lapsed elavad?

2) Lauamängud:

”Kuidas vältida ohtusid?” nr 3 (Kodus)

”Meie tunded ja emotsioonid”

”Kohtumine võõraste inimestega”

”Minu sõbrad”

3) Pehmed mänguasjad (kaelkirjak, ahv, põder, lehm, kass, konn, kana jt)

4) Värviline paber, käärid, liim

5) Viltpliatsid, pliatsid, vahakriidid, vesivärvid, erineva paksusega pintsliid.

6) Erinevate emotsioonidega maskid (rõõm, imestus, viha, ükskõiksus)

## Hindamine

Antud tegevuste läbiviimise mõju ei ole eraldi hinnatud. Lapse arengu kompleksne analüüs toimub reeglina õppeaasta lõpus. Eeldatavalt paranevad lapse sotsiaalsed oskused, laps oskab määratleda enda ja teiste tundeid ning oskab nendega toime tulla.

## Kirjandus

Akimova G. 2002. 365. Kõige paremad mängud 2–7a lastele

Doronova, T. 1997. Vikerkaar. Programm

Kivisalu, K. 2003. 100 mängu lapsega. Pere ja Kodu

Sterkina, R. 2008. Ohutuse alused lastele. Programm