

**Tervist Edendavate Lasteaedade võrgustiku liikmete head praktikad valdkonnas  
„Liikumisharjumuste kujundamine“**

**Tegevus**

**Nimetus:** Spordipidu

**Valdkond:** Liikumisharjumuste kujundamine

**Toimumisaeg:** 25. september 2013

**Tegevus oli:** iga-aastane traditsiooniline üritus lasteaia õuel koos personali ja lastevanematega

**Toimumiskoht:**

Maakond: Harjumaa

Linn või vald: Tallinn

Lasteaed: Lasteaed Mooniõied

**Sihtrühm**

**Peamine:** lasteaia lapsed

**Kaudne:** lapsevanemad

**Peamise sihtrühma vanus:** 3–7-aastased

**Peamise sihtrühma sugu:** poisid ja tüdrukud

**Planeeritud sihtrühma suurus:** 400

**Tegelikult osales:** 350–400

**Tegevuse kirjeldus**

**Vajaduse kirjeldus:** Kuna saime lasteaeda uue õuesõrpepaviljoni, siis otsustasime omavahel ühendada traditsioonilise spordipäeva ja uue paviljoni avamise. Üritust motiveeris korraldama ka asjaolu, et oleme teist aastat Tervist Edendav lasteaed ja seega pöörame rohkem tähelepanu laste tervisele ja tervislikele eluviisidele.

**Eesmärgid:** Arendada lastevanemate ja lasteaia vahelist koostööd, samuti on oluline pereliikmete endi vaheline koostöö ja selle arendamine. Lisaks on soov julgustada olema

kehaliselt aktiivsem ning tekitada osalejates suuremat huvi sportlike ja tervislike eluviiside harrastamise vastu.

**Kirjeldus:** Ettevalmistused spordipeoks algasid nädal enne ürituse algust. Huvigruppidele jagati infot kuulutuste kaudu ja lisaks oli info kättesaadav ka lasteaia kodulehel.

Kogunesime lasteaia hoovis asuvale suurele spordiplatsile. Päeva avas õunauss Juss, kes lõpuks palus kõigil osalejatel koguneda oma rühma õpetaja juurde. Edasi pidi iga rühm oma õpetaja eestvedamisel moodustama kätest kinni hoides pika ussi. Kui ussid said valmis, siis mindi mänguväljakule, kus lapsi ootas seiklusraja esimene punkt. Eelnevalt sai kokku lepitud, et igas punktis võib olla mitte rohkem kui 10 minutit. Seejärel pidi uss järgmisesse punkti edasi liikuma. Läbikäidavaid punkte oli üheksa. Peale kõigi üheksa punkti läbimist ootas õunauss Juss koos oma abilistega osalejaid ÕUNAUSSI KOHVIKUSSE, kus pakuti mahla ning erinevaid puu- ja juurvilju.

Seiklusraja punktid:

#### I PUNKT Õunaussi võidujooks

On kaks võistkonda, kus võistlevad koos lapsevanem ja laps. Kumbki hoiab hüppenööri otstest kinni. Laps jookseb ees, vanem järel. Õpetaja märguandel tehakse vigurjooksu, mille lõppedes antakse hüppenöör üle järgmisele paarile.

#### II PUNKT Kõige pikem õunauss

Võistkond peab tegema nii pika kätest kinni rivi kui vähegi võimalik. Olla võib nii püsti kui ka pikali, oluline on, et omavahel ollakse kontaktis. Soovi korral võib kasutada rivi pikendamiseks ka enda küljes olevaid esemeid.

#### III PUNKT Õunte sorteerimine

Kõik lapsed hoiavad langevarjust kinni, vanemad hoiavad omakorda kinni laste kätest (laste selja tagant). Õpetaja valab langevarju peale õunad (värvilised pallid), mida osalejad siis sorteerima hakkavad. Liigutades langevarju hakkavad õunad langevarju keskelt kukkuma õunakasti, mis asub langevarju all. Kui õun ei kuku täpselt kasti, pannakse see uuesti langevarjule tagasi.

#### IV PUNKT Õunte korjamise võistlus

Laps seisab ühel pool joont, vanem tema vastas, mõne meetri kaugusel. Lapsed viskavad palli vanematele, kes püüavad palli koonusega kinni. Iga viske eest antakse 1 punkt.

#### V PUNKT Õunte pommitamine

Lapsed ja vanemad viskavad joone tagant pallidele (õuntele) liivakottidega pihta. Igal osalejal on kaks viset.

#### VI PUNKT Tervislik toit

(linad, mille peale joonistatud suurelt suud) Lapsed võivad visata suhu ainult toitu, mis on tervislik. Vanemad teevad sama koos lapsega, ainult kaugemalt. Õpetaja nimetab erinevaid toite.

#### VII PUNKT Õunaussi jalgpall

(kaks väravat ja kaks kummiga palli) Pall siduda kummiga ümber lapse ja ümber täiskasvanu sisemise jala. Mõlemad koos peavad lööma palli väravasse. Igal paaril on kaks lööki.

#### VIII PUNKT Õunauss, jonniuss

Kõik on ringis ja hoiavad kätest kinni (vanem ja laps). Üks paar jookseb käest kinni hoides ümber ringi (laps seespool ringi ja vanem väljaspool). Kui laps puudutab kedagi ringis olijaist seljale ja ütleb "ÕUNAUSS", ei juhtu midagi, kui aga ütleb „JONNIUSS“, siis hakkab see laps, keda puudutati, koos vanemaga vastassuunas ümber ringi oma kohale tagasi jooksuma. Paar, kes jõuab enne kohale, võtab ruttu kätest kinni. Teine paar läheb uuele ringile.

#### IX PUNKT Ämblikuvõrk õunaaias

(nööriest punutud ämblikuvõrk) Eesmärk on koos vanemaga ronida üle ämblikuvõrgu ja seda nii, et ämblik üles ei ärkaks. Kui ärkab, siis tuleb uuesti alustada. (ämblik pandud puu otsa)

**Kas läbiviidud tegevust hinnati?:** Jah

**Soovi korral täpsusta:** Tervisegrupp analüüsis üritust

**Tulemused:** Tagasiside oli väga positiivne, kõik püstitatud eesmärgid täideti

**Kas tulemusi jagati?:** Igas võistluspunktis parimad saavutused said ära märgitud

**Tagantjärele tarkus:** Igas punktis oleks võinud olla vähemalt 15 min.

**Eelarve (EUR):** 100–200 EUR

**Rahastaja:** Lasteaed Mooniõied

## **Kontakt**

**Kontaktisik:** Ülle Teekel

**Telefon:** 501 8361

**E-post:** ylleteekel@hotmail.ee

**Korraldaja:** Lasteaed Mooniõied

**Kuulume tervist edendavasse võrgustikku:** Tervist Edendav Lasteaed