

## Tervise töögrupi koosolek

Aeg: 01.12.2020 kell 14.15 – 15.15

Kohal: Pille Viljak, Emma Koiduaru, Annika Kallas, Merje Konstantinova, Marika Rohelpuu, Heili Krill, Merily Tagamets, Lia Raat, Uuve Jakimainen.

Puudus: Ester Pill (majandusjuht).

Päevakord:

1. Tegevustest ülevaade 1. poolaastal töögruppide ajalise plaani alusel (Google Drives);
2. Lasteaia tegevuskava eesmärkidest lähtuv 1. p-a keskkonna tegevuste analüüs;
3. Rühmade koondtabeli tutvustamine, kust saab ülevaate kõikide rühmade projektides keskkonna-teemalistest eesmärkidest, tegevustest ja vastavast analüüsist

### ÕUES OLEMINE, KUI VÄÄRTUS LAPSE TERVISELE

EESMÄRK	TEGEVUSED EESMÄRGI TÄITMISEKS	KOKKULEPPED (aeg, vastutaja jmt)
projektidesse planeeritud teadlikult tervise teemad	Vt rühmade tabel	
laste päevakavas on suurenenud õuesolemise tähtsus	<ul style="list-style-type: none"><li>• sept-dets laste hommikune vastuvõtmine (07.00-08.15) ja kojusaatmine õhtuti (16.00-18.00) õues, lisaks lõunane õuesolek (10.30-12.00...12.30)</li></ul>	
töötaja käitub terviseteadlikult, on eeskujuks: <ul style="list-style-type: none"><li>• õues toimetamine;</li><li>• toitumine</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• õuereeglite ülevaatamine, kokkulepped, jagamine drives;</li><li>• piirkondade vahetus igakuiselt;</li><li>• märkamine: rohkem töötajaid on sööma hakanud;</li></ul>	jaanuaris - toitlustamise teema vaatluse alla
nii hetke õuealal kui lasteaia renoveerimises olemas “unistused” õuealale nii talve kui suveperioodil praktilisteks tegevusteks	- hetkel: arutlusel õuemajakese vajadus (suurus, sealsed tegevused jne), õuesõppemaja kasutamine ( laua ja pinkide vajadus - söömine ja meisterdamine);	

olemas vahendid tervise- ja tööohutuse tingimuste parendamiseks	<ul style="list-style-type: none"> <li>• maskid;</li> <li>• käte desinfitseerimine;</li> <li>• joped ja püksid;</li> <li>• minnakse töötervishoiu arsti juurde;</li> </ul>	detsembris logode külgeõmblemine
töötaja osaleb oluliste otsuste tegemisel		
nähtavus: Meie oleme Tervist Edendav Lasteaed	<ul style="list-style-type: none"> <li>• arvamus: praegu vähe nähtavust;</li> </ul>	ettepanek: teeks videoklipi (hommik, õhtu), mille postitaks FB, et näidata, kuidas oleme hommikul ja õhtul õues; dets - helurimäng tasku- ja pealampidega;
Lasteaed osaleb piirkondlikes ja vabariiklikes kampaaniates ja konkurssidel	-	

### TERVIS RÜHMADE PROJEKTIDES (1. POOLAASTA 2020)

Iga rühm leidis võimaluse, kuidas lapsi huvitanud teemaga siduda õppekavast tervis ja lõimida terviseteadlikkus.

RÜHM	EESMÄRGID	TEGEVUSED	ANALÜÜS
MLI	<p>Laps järgib õppekäigul reegleid ja suudab teistele lastele selgitada miks peab nii käituma</p> <p>laps oskab märgata võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm</p> <p>laps teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda, teab oluliste liiklusmärkide (ülekäigukoht, anna teed, stop, jalgrattatee, jalgteed, bussipeatus, õueala) tähendusi</p>	<p>Ühiselt enne õppekäiku reeglite kokkuleppimine</p> <p>Õuesõpe- jalutuskäik sadamasse, randa, liiklus Emajõel. Katse: erinevad veed läbi mikroskoobi. Miks me ei joo Emajõe vett?</p> <p>Õuesõpe- jalutuskäik sadamasse, randa, liiklus Emajõel.</p> <p>Liiklusreeglid vee peal.</p> <p>Õppekäik- Luunja liiklusmärgid. Lapsed pildistavad, seletavad märgi tähendust. Mis tähendus on liiklusmärgil jalakäijale?</p> <p>Joonistamine- Liiklusmärgid (geomeetrilised kujundid), fantaasia liiklusmärk</p> <p>Bee- bot: liiklusmärkide mäng</p> <p>Liiklusmärkide doomino</p>	<p>Alati piisab vaid meenutamisest ja laps ise kutsub end reegleid taas jälgima. Need pole ka rasked: oleme koos, kuulame, tervitan/täna, ei räägi kõva häälega.</p> <p>Lastel tekkis harjumus iga liiklusmärgi tähendust selgitada ja seostada enda käitumisega.</p> <p>Ikka peame meelde tuletama sõidutee ületamise reeglit kus kasutame aktiivselt teadmist paremast-vasakust poolest.</p> <p>Jalgratastel sõitmine toimub vaid turvavarustusega.</p> <p>Asendasime lihtsalt sõitmise erinevate oskuste omandamisega: jalakäijate rada, kasutame erinevaid</p>

	<p>Jalgrattaga lasteaia õuealal sõites kasutab laps turvavarustust laps teab jalakäija ja jalgratturi ohutu liiklemise põhimõtteid</p> <p>Laps väärtustab tervisliku toitumise põhimõtteid. tervislik toit ka kosmoses.</p> <p>Ohutus: ohutus rühmas ja õues</p> <p>Rühma tulles pesen käed.</p>	<p>Mõisted- parem ja vasak. Loo kuulamine raamatust "Musta kassi naabrid."</p> <p>Liiklusmärgid- mida peab teadma jalgrattur?</p> <p>Õuesõpe- jalgrataste vigursõit.</p> <p>Voolimine - jalgratas. Katse muna ja kiivriga.</p> <p>20.10 Tulest targem päästeameti koolitus lastele</p> <p>Igapäevased vestlused toidust: millest koosneb, milleks kasulik. Uurimine: Meie toidulaud. Mis on tervislik- ja ökoloogiline toit? Kuidas me seda saame? Poes käies, mida arvestame (toidu kogus, millise koti valime).</p> <p>Kuidas vältida toidu äraviskamist ja mida teeme toidujääkidega? Komposteerimine ja kus kasutatakse komposti</p> <p>Räägime sellest, miks peab vähendama liha söömist (mitte lihast loobumist).</p> <p>Vaatleme toidupakendeid- leiame sealt roheline - või eestimaise märgistusega toiduaineid. Vaatame ka pildimaterjale (toidupüramiid jne)</p> <p>Mäng- tervislik ja mittetervislik</p> <p>Rühma reeglite koostamisel arutasime ka, mis on rühmas mängides ohuks. Nende vältimiseks reeglid: märg pörand kätepesust, ehituse kõrgus ei ületa lapse pikkust, koristan mänguasjad, sest nendele astudes võib ka haiget saada lisaks sellele, et mänguasi puruneb.</p> <p>See reegel on igapäevaseks täitmiseks ja kontrollime seda omavahel kogu aeg. Lisaks vestlused koroonast, maski kandmisest.</p>	<p>liiklusmärke, lapsed oskavad käega näidata sõidusuuna muutmist, oskavad sõita slaalomirajal.</p> <p>Koolitus oli väga hea. Lapsed oskasid järgmisel päeval kõigest ise veelkord rääkida ning seostasid oma kogemuste ja teadmistega.</p> <p>Salatite söömine tunduvat parem. kasuks on tulnud ka lisamotivatsioon, klepsu saamine.</p> <p>Meie rühma reeglid on lastega läbi arutatud, kokku lepitud ning neist kinnipidamine ei valmista mingeid raskusi.</p> <p>Laste teadmised head ja osatakse hästi kaasa rääkida.</p> <p>Lapsed teavad, milleks selline reegel. Köhimisel( kui seda vahel on) kasutatakse varrukate. Probleem käte korraliku kuivatamisega.</p>
--	--	---	--

MHO	<p>-laps püüab käituda ohutult (nimetab ohtusid/põhjustagajärg seos)</p> <p>-laps kasutab omandatud teadmisi sarnastes situatsioonides</p> <p>-laps saab aru lihtsamatest seostest (läbi praktilise tegevuse)</p> <p>-laps tunneb rõõmu</p>	<p>-muffinitegu – hügieen köögis, kuuma ahjuga toimetamine; terviseamps – nugade ja õunalõikuri eesmärgipärane käsitlemine, esmaabi; erinevad retked – vaatan ennast, jälgin kaaslast, märkan abivajajaid (tigude, putukate, vihmausside aitamine üle tee)</p> <p>-käitumisreeglid Midrikoolis; terviseamps (kuivatatud õunad ja jääkide komposteerimine); seemnete võtt aiandist ja Midrihobude peenralt; muffinitegu; nõiakööki vahendid – sorteerimisel avastatud eluslooduse viimine aiandisse putukahotelli;</p> <p>-nt igapäevane kartuli pildistamine ja taime eest hoolitsemine – mida vajab taim kasvamiseks, oskus märgata ja ka meeles pidada. Lõpuks valmib piltide põhjal film kartuli eluringist.</p> <p>-tegevustes lähtume laste huvist</p>	<p>-laps püüab käituda ohutult (nimetab ohtusid/põhjustagajärg seos) – jällegi, teoorias lapsed tugevad, praktikas nõrgad. Läheb jätkamisele.</p> <p>-laps kasutab omandatud teadmisi sarnastes situatsioonides – enamuse puhul toimib, üksikute puhul veel mitte. Seetõttu jääb ka jätkuprojekti eesmärgiks.</p> <p>-laps saab aru lihtsamatest seostest (läbi praktilise tegevuse) – toimib. Samas, kuna laste õppimine toimubki läbi praktiliste tegevuste ja tegevused on meil vahelduvad, siis jääb edasisse kasutusse.</p> <p>-laps tunneb rõõmu – jah. Aga tore oleks seda ka jätkuprojektis kohata.</p>
MHI	<p>Laps väärtustab tervisliku toitumise põhimõtteid.</p> <p>Laps teab kui kasulikud on erinevad aedviljad ja kus neid kasutatakse.</p> <p>Laps selgitab kuidas mõned inimeste loodud esemed mõjuvad loodusele halvasti nt autode heitgaasid, põlev plastmass.</p> <p>Laps põhjendab miks on õhk inimestele ja loomadele vajalik.</p>	<p>Igapäevaselt lastele erinevate salatite, suppide maitsmine. kumb on tervislikum kas toores või keedetud aedvilja. Hammastele on kasulikum aedvilja närida.</p> <p>Mängime turgu ja müüme erinevaid puu ja juurvilju nii eestimaiseid kui võõramaised. Mäng toimub nii toas kui õues. Käime erinevatel õppekäikudel.</p> <p>Rattapäeval toimub vestlus miks on rattaga kasulikum sõita kui autoga</p> <p>Toimuvad erinevad arutelud lastega nt millega inimesed ja loomad hingavad ja milleks on vaja teatud organeid.</p>	<p>Lastele meeldis aed ja puuvilju üksikult süüa. Salatitest väga huvitatud pole. Innustame neid igapäevaselt salateid sööma.</p> <p>Turu mäng läks lastele väga hästi peale nii toas kui õues. Samuti meeldis lastel õppekäikudel käija ja avastada nii kapsapõldu kui peedipõldu.</p> <p>Lapsed rääkisid et rattaga saab trenni teha ja värsket õhku hingata.</p> <p>Õhu teema läks samuti hästi peale. Oli erinevaid avastamisi. Tuli teemaks nii inimese keha kui ka organid. Erinevad lennumasinad, erinevad linnud, inglid, millega õhku saab teha? Lehvikute meisterdamine, fööni ja tolmuimeja katsetamine jne. Langevarjurite voolimine jne.</p>
MKU	<ul style="list-style-type: none"> <li>Laps teab, kuidas sõiduteed ületada.</li> <li>Laps tunneb juuksuri vahendeid, nende otstarvet ja nendega seotud ohte.</li> <li>Tunneb rõõmu õues liikumisest</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(Õ) Õppekäik Luunja tänavatel - õpime olema eeskujulikuks jalakäijaks.</li> <li>(Õ) Rännak Luunjas - "Sügise märgid".</li> <li>(T) Juuksuri vahendite kasutamine, ohud.</li> <li>Jooga-Mõmmi lõdvestusharjutused.</li> <li>Kiirrännakud õues</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Õppisime ka kääride (kuidas kääridega rühmas liikuda), fööni ja sirgendaja (kuumus) ohtudest.</li> <li>Projekt algas sügise tulekuga, igal pikemal õueskäigul otsisime sügise märke ja muutusi looduses, ilmastikus.</li> </ul>
MTR	<p>¤Laps teab jalgrattaga sõitmise nõudeid (kiiver)</p>	<p>¤ Rattapäeval reeglite kordamine. Keelumärgi tutvustamine. Koonustega tähistatud rada, liiklus õiges suunas. Ülekäiguraja joonistamine (kriitidega), reeglid ülekäigurajal, lapsed tutvustasid reegleid ka vanematele.</p>	<p>¤ Kiiver pannakse iga kord pähe ja palutakse abi kinnitamisel. Sõidetakse vastavalt reeglitele õp.juhendamisel. Tuuakse juba ise koonused paika. Vanemad on rõõmsad, et reegleid täidetakse.</p>

	<p>☒ 112 tähtis telefoninumber- (päästeamet, häirekeskus) kiirabi, tuletõrje, politsei.</p> <p>☒ Laps tunneb rõõmu õues liikumisest</p> <p>☒ Laps oskab iseseisvalt taskurätti kasutada (tervise ohutus).</p> <p>☒ Laps oskab käsi seebiga pesta ja korralikult kuivatada</p> <p>☒ Laps mõistab, et riietuda tuleb vastavalt ilmale</p> <p>☒ Laps vajab helkurit või märgistust, õhtud on pimedad! (helkur aitab mind).</p> <p>☒ Söön taldriku tühjaks, söön kõike ei vali</p>	<p>☒ Laps õpib mängu telefonil nuppudega vajutama 112, õppekäik Emajõe äärde, ohutus veekogu ääres</p> <p>☒ Õppekäik Emajõe äärde, liikumistunnid Roosiaias, õppekäik vihmaga, vihmavarjudega Emajõe äärde, jooksu ja peitusemängud lilla hobuse juures, tormituule nautimine.</p> <p>☒ Võtab taskurätiku ise, nuuskab, viskab kohe prügikasti, kasutab 1x, ei pane taskusse.</p> <p>☒ Igapäevane tegevus.</p> <p>☒ Igapäevane riietumine, ka riided selga õiges järjekorras (kampsun, sall, müts, kombekas, saapad, kindad).</p> <p>☒ Helkurite uurimine.</p> <p>☒ Lapsed viivad ise prae taldrikud lauale, võtavad võieiva ja joogi, lusikad, kahvlid, valavad ise joogi. Esimesena saab magustoidu see kel taldrik tühjaks söödud.</p>	<p>☒ Pigem sooviti värvida kogu telefon ära. Üksikud täitsid korraldust. Peab käärde tööd veel tegema. Lapsed kasutavad päris mängutelefone igapäeva mängus.</p> <p>☒ Liikumine sobib kõigile, ainult omas tempos. See tekitab probleeme.</p> <p>☒ Igapäevane tegevus. Laps teab kust selle võtma peab. Vajab veel harjutamist.</p> <p>☒ Nõutakse juba seepi. tore kui keegi oskab küsida seepi!!! VAHVA!</p> <p>☒ Võtab veel aega! Mõnigad on väga nobedad juba.</p> <p>☒ Igapäevane tegevus riietumisel. On ka mõnel juurde pandud isetriigitavad helkurid. Tavahelkur kaob mänguhoos ära.</p> <p>☒ Lapsed viivad toidu lauda. Valavad joogi ise. Katavad laua. Söödud ka siis kui on tehtud peenmootorika, (Oskan eraldada taldrikus süü, ei söö). PROOVIN UUSI MAITSEID KA!</p>
MKI	Laps peseb ja kuivatab käsi ja suud täiskasvanu suunamisel.	Kõike teen "ISE" - riietumine, potil käimine, käte pesemine ja kuivatamine. Õppekäik Roosiaeda, Emajõe äärde.	Osa lapsi kipub toitu käega haarama (k.a. salatit, suppi) ning seetõttu on nende laste riided, käed ja söögikoha ümbrus toitu täis.

<p>Laps küsib eneseteenendamisel abi, kujunevad tualetiharjumused.</p> <p>Laps istub söögilauas ja sööb iseseisvalt.</p> <p>Laps tunneb rõõmu õues liikumisest.</p> <p>Laps oskab saalis ohutult liikuda.</p> <p>Laps oskab sirutada ja lõdvestada.</p> <p>Laps kasutab kiivrit jalgrattaga sõitmisel.</p>	<p>Liikumistunnid Roosiaias, sõimeaias.</p> <p>Õues mäng värviliste pallidega. Õuealal veerevate esemete otsimine ja veeretamine luimäel, maapinnal.</p> <p>Rattapäev - kiiver kohustuslik.</p>	<p>Käte pesemise ja kuivatamisega saavad kõik lapsed hakkama. Mõnele lapsele tuleb eraldi öelda, et käed tuleb kuivatada.</p> <p>Õues meeldib lastele väga olla, kuid õue saamine ei ole laste jaoks piisav motivatsioon, et end ise riidesse panna.</p> <p>Rattapäev ei läinud käima sellel poolaastal.</p>
--	---	--

Protokollis Lia Raat