

Ohutus ja turvalisus

Kehaline aktiivsus ja sellega seotud ohtude ennetamine

Ohutult kiiremini, kõrgemale, kaugemale

Tallinna Loitsu Lasteaed

Autor: Ülla Maide, vanempedagoog

Taustinformatsioon

Kõige olulisem ei ole mõõta mitte seda, kui kiiresti laps jookseb, kui kõrgele ronib või hüppab, kaugele viskab või heidab, vaid jälgida hoopis seda, kuidas ta teab, oskab ja hindab oma võimeid, tugevust, enesekindlust ning osavust, ennetades ohtusid.

- Seoses laste kehalise aktiivsuse vähenemisega igapäevaelus on laste ohutaju ja kehalised võimed arendamist ning suunamist vajavad.
- Vähene huvi liikumise ja sportlike tegevuste vastu vajavad huvi äratamist.
- Laste oskus ohuolukorras leidlikult ja vigastusi vältivalt käituda on selgitust ning näitlikustamist vajav.
- Lapse oskus tegutseda erineva ohtliku olukorra tekkimisel vajab läbimängimist.
- Laste enesekindlus ja vähesed kogemused abi otsimisel ning lahenduste leidmisel vajavad kiiret ja oskuslikku tegutsemist (otsida üles täiskasvanu, helistada hädaabinumbriks, leida ise lahendus, otsida sõbra abi).
- Professionaalsete sportlaste esinemine näitab kogemuslikult turvavahendite ja ohutu tegutsemise võimalikkust ning vajalikkust.
- Sportlaste eeskujuga innustab oma tervise nimel ohutult tegutsema ja tervist väärtustama.

Õppe- kasvatustöö üldeesmärgid:

- eneseusu, julguse ja alalhoidlikkuse kasvatamine;
- teadmine, et füüsiline tegutsemine ja liikumine on tervisele kasulik;
- tahe liikuda ja tegutseda tervislikult ning ohte vältides.

Õppe- ja kasvatustegevuse eeldatavad tulemused lapsest lähtuvalt:

- teadmised ohtlike olukordade tekkimisvõimalustest läbi erinevate liikumisvahendite (karussellid, liumäed, redelid) ja mängude (vehklemine, hüpped, palli- ning jooksumängud);
- oskab leida lahendusi ja abiotsimise võimalusi, mängides läbi erinevaid ohuolukordi;
- on julge, analüüsiv ja tegutseb otsusekindlalt abi otsimisel;
- oskab olla planeerimisvõimeline ja koostööaldis;
- teab, et reeglid on kohustuslikud täimiseks kõikidele osavõtjatele.

Osalejate vanus ja arv

6–7aastased, 18 last

Seostatus teiste valdkondadega:

- keel ja kõne (vanasõnad, kõnekäänud, tarkuseterad);
- lugema, kirjutama õpetamine (lasteaia aadress, rühma nr, oma nimed, vanus, harjutus või vahend, lk nr);
- matemaatika (pikkuse, laiuse, kõrguse võrdlev hindamine, orienteerumine, geomeetrilised kujundid);
- mina ja keskkond (vahendite ohtlikkus või kasutusvõimalus hädaolukorras);
- liikumine (erinevatel vahenditel ronimine, liikumine, pallimängud);
- kunst (kontrollvihiku valmistamine, kartulitrüki templid).

Ettevalmistus tegevuseks

- Kokkulepe sportlastega: kooskõlastada kellaeg, koht, mänguteemad, vestlusteemad.
- Ettevalmistused saalis: sportlastele vastava vaba ruumi võimalus liikumiseks.
- Ettevalmistused lasteaia territooriumil: vahendite olemasolu, märgistada ringliikumise kontrollpunktid, kontrollida püsivahendite ohutust.
- Abipersonali ja teiste õpetajatega kokkulepe kontrollpunktide juures aitamiseks.
- Lastel sportlik riietus ja jalanõud.

Vahendid

- Pallid korvides, kõrgushüppevahendid, rõngad, hari, koonused, kontrollvihik ja -pitsatid 3 x 6.
- Esmaabivahendid (nt desinfitseerivad vahendid, plaastrid).
- Eelmisel päeval on valmistatud rühmatööna (kolm last moodustavad oma tiimi) kontrollvihikud (volditud, klammerdatud, nimed, lk nr jm).

Tegevus 1

Kogunetakse saali, kus kaks sportlast tutvustavad sportlikku kahevõitlust epees. Sportlastel on seljas valge liibuv vehklemisülikond, mõök (relv) ja kaitsev mask, kinnas ning vastavad jalanõud. Sportlased selgitavad, miks on vajalik ennast kaitsta spetsiaalse riietusega ja missugused on tagajärjed, kui ei täideta ohutusreegleid. Epees on relv ühendatud elektriseadmega, kus võistlejad peavad 6minutilise võistlusaja jooksul sooritama 5 torget.



Foto: Laura Johanson. Võistlussport vajab treenimist

Lapsed saavad hoida käes mõõka, mis ei ole terav, aga võib trauma tekitada, kui kaitseriietus, mask ja kinnas puuduksid. Ohtlikuks võib osutuda elekter, mis fikseerib torke ja puute. Iga spordiala juures on kindlad ohutusreeglid ja mängureglid ja need on alati kohustuslikud ja täitmiseks.



Foto: Laura Johanson. Hoia alt, MM-meister N. Novosjolov!



Foto: Laura Johanson. Harjutamine teeb meistriks!

Trauma või oht viga saada võib tekkida pulgaga mängides, vehkides, joostes või torgates. Lastel puuduvad kaitsevahendid, seetõttu on vajalik teada ohtlikest ja ohututest vahenditest mängudes.

“Ära tee teisele seda, mida sa ei taha, et sulle tehakse!”

Tegevus 2

Esmaabi

Läbimängitav meditsiiniline abi ja lihtsamad vahendid iga kontrollpunkti juures: abistajateks lasteaia õpetajad, abipersonal ja lapsevanemad.

Enne sportlikku liikumist tutvustatakse erinevaid ohtlikke olukordi ja abiandmise või -otsimise võimalusi. Vestluses on aktiivseteks osalejateks ja nõuandjateks lapsed ise.

Ühiselt läbitakse kõik punktid ja pakutakse välja vastava liikumisega seotud ohud ja traumad ning abi ja lahenduste leidmise moodused.

Näiteks:

- jooks: marrastused, nihestused (puhastamine, kaaslaste toetamine jalavalu korral, õpetaja kutsumine);
- redel: peapõrutus, hingamistakistus (abi hüüdmine, õpetajale teatamine, 112 helistamine);
- karussell: pearinglus, oksendamine, kukkumine (kaaslaste reageerimine, abi kutsumine, 112);

- hüpped: lihasrebendid, luumurd (abi kutsumine, 112);
- pallimängud: kõik ülaltoodud sümptomid ja kiire abi – 112.

“Õnnetus ei hüüa tulles!”



Foto: Laura Johanson. Kus häda kõige suurem, seal abi kõige lähem!

Sportlik liikumine

Ringmeetod: läbida erineva sportlikku liikumisega seotud punktid (6) koos oma tiimiga 5 x.

Moodustatakse eelnevalt kokkulepitud kolmeliikmelised võistkonnad, kaasas oma võistkonna kontrollvihik. Sinna võetakse sooritatud liikumise eest vastav märk:

- kolmnurk – siksakjooks koonuste vahel
- X – redelil ühelt poolt üles, teiselt poolt alla
- + – karussell
- ristkülik – kaugushüpe rõngasse
- ruut – kõrgushüpe
- ring – pallivise



Foto: Laura Johanson. Aeglaselt sõuad, kaugemale jõuad!

Tegevus 3

Ühismäng “Jalgpall”

“Tähtis on osavõtt, mitte võit!”

Tehakse kokkuvõte:

- lapsel areneb vastupidavus, ta tunneb liikumisest rõõmu;
- laps teab, et spordis ja mängudes kehtivad reeglid, arvestatakse üksteisega;
- laps oskab ohuolukorras adekvaatselt käituda.

Läbiviidud tegevuste mõju hindamine

- Ürituse tulemusel on lapsed teadlikumad antud teemast ning on seetõttu ettevaatlikumad mängides, liikudes ja sportides.
- Erinevate eriolukordade tekkimisel on lapsed abivalmid, tähelepanelikud ja teadlikud lähima abi leidmisel.
- Lapsed on hakanud suure huviga jalgpalli harrastama. Paljud lapsed osalevad liikumis- ja sporditreeningutes.
- Liikumismänge organiseeritakse omaalgatuslikult.

Soovitatav kirjandus

- Turvaline keskkond (2007). Tea ja Toimeta. Tallinn, Kirjastus Ilo
- Karvonen, P. (2003). Liikumisrõõm. Tallinn, Kirjastus Ilo
- Randrüüt, K. (2003). Valik kehalisi harjutusi laste- ja noorte liikumistundides kasutamiseks. Tallinn
- Punane Rist (2000) Esmaabi. Tallinn
- Eesti Haridusministeerium (1998). Tervisekasvatus