

## **Läbiva teema „Tervis ja ohutus“ ohutuse alateema õpetajaraamat alusharidusele**

---

2017

## Sisukord

Sisukord .....	2
Lapse areng ja selle hindamine eelkoolis .....	4
Turvaline ja tervist edendav käitumine – mida arvestada eelkoolis õpetades? .....	5
Õppekäikude ja -ekskursioonide korraldamine laste ohutust silmas pidades .....	21
Liiklusteemade käsitlemine koolieelses lasteasutuses – liikluskalender .....	22
Teemadeülesed õpiülesanded .....	27
Ülesanne 1: Turvaline käitumine erinevates olukordades .....	27
1.1. Käitumine enda ja võõra (lemmik)loomaga .....	27
1.2. Ohutu käitumine loomaaias – matkimismäng .....	31
1.3. Turvaline käitumine lasteaia õuealal .....	32
1.4. Turvaline käitumine eksimise korral .....	39
1.5. Turvaline käitumine võõrastega suheldes .....	41
Ülesanne 2: Ohtlikud esemed kodus .....	44
Ülesanne 3: Erinevate tähtpäevade tähistamine turvalisust silmas pidades .....	48
Ülesanne 4: Vigastuste ennetamine .....	52
Ülesanne 5: Kollikool .....	57
Õpiülesanded alateemade kaupa .....	60
1. Liiklusohutus .....	60
1.1. Raudteeohutus – Rongisõidu lavastamine .....	60
1.2. Helkuriõpe – Kuidas olla liikluses nähtav? .....	64
1.3. Minu ratas on korras .....	72
1.4. Kiivri kasutamine .....	82
1.5. Sõiduki peatumisteed .....	91
1.6. Turvavöö kasutamine .....	95
2. Tuleohutus .....	107
3. Plahvatusohutus .....	115
4. Veeohutus .....	118
5. Elanikkonna valmisolek hädaolukordadeks .....	122
6. Hädaabitelefon 112 .....	126
6.1. 112-le helistamisel aadressi ütlemine .....	126
6.2. Hädaabikõne tegemine .....	129
7. Vägivalla sh kiusamise ennetamine .....	133
8. Tervis .....	138

8.1. Tervislik toitumine .....	138
8.2. Hügieen ja ravimiohutus .....	143
LISA 1. Ainesisu lõiming läbiva teema „Tervis ja ohutus“ ohutuse alateemaga .....	146
LISA 2. Alushariduse detailsed õpitulemused ohutuse alateemade kaupa .....	153

## Lapse areng ja selle hindamine eelkoolis

### Millega on vaja lapse arendamisel arvestada<sup>1</sup>

Tänapäeval ollakse üsna üksmeelsel seisukohal, et laps areneb bioloogilise ja sotsiaalse vastasmõjus, ehk geenide kõrval on sama oluline ka kasvatus.

Laps areneb, jälgides enda ümber toimuvat, otsides teadmisi ja seletusi, kuidas maailm on struktureeritud ning seetõttu on lapse arengus olulised teised inimesed, lähikeskkond ja kultuur. Suhtlemine teiste inimestega eeldab enda teistele mõistetavaks tegemist, teistega enda kogemuste ja tähenduste jagamist. Teadmised ümbritseva kohta saadakse interpreteerides, seega kogevad erinevad lapsed (erinevas vanuses, erineva kultuuritaustaga, erinevate oskustega jne) sama situatsiooni erinevalt ning iga laps võib õpetaja poolt edastatavat infot erinevalt interpreteerida ja mõtestada.

Ka laste areng ei ole ühesugune, vaid varieerub ning võib iga konkreetse lapse puhul olla erinev, mistõttu on seda oluline arvesse võtta ka lapse arengu hindamisel.

### Lapse arengu hindamise põhimõtetest<sup>2</sup>

Laste hindamisel võivad olla erinevad eesmärgid, näiteks võib hindamine aidata kindlaks teha lapse arengulisi saavutusi või anda infot õppimise toetamise võimaluste ja vajaduste kohta. Eriti koolieelses lasteasutuses on tähtis meeles pidada, et hindamine tähendab **informatsiooni kogumist lapse arengu erinevate valdkondade kohta**. Lapse hindamine on **protsess**, kus vaadeldakse, salvestatakse, jälgitakse, fikseeritakse ja dokumenteeritakse lapse poolt tehtav nende loomulikus keskkonnas ning lapse arengule kohasel viisil. See tähendab, et hindamine peab sobima iga lapse **individuaalsete vajaduste ja arengutasemega**.

Kuna lapse arengule aitab kaasa **positiivne, toetav ja innustav õhkkond**, on hindamisel oluline märgata lapse edu ning näha lapse nõrgemate külgede kõrval ka seda, milles ta on tubli. Kindlasti ei tohiks hindamine olla lapse jaoks hirmutav ja raske.

Hindamiseks on soovitatav kasutada erinevaid meetodeid ja teha seda erinevates situatsioonides, et tuleksid välja lapse tegelikud oskused, aga ka ebatüüpiline käitumine ning arengudünaamika:

- vaatlused, arengutabelid, formaalsed ja mitteformaalsed testimised, intervjuud ja küsimustikud lastevanematele, portfoolid, videod, fotod, lapse tööd, arvamused jne;
- erinevatel aegade ja erinevates kohtades (kodu, lapseaed, huviringid, perearsti keskus jm) kogutud info.

Hindamisse on soovitatav kaasata võimalikult palju lapsega seotud isikuid – lapsevanemad ja kõik lapse õpetamisega seotud õpetajad, nt muusika- ja liikumisõpetaja, logopeed, psühholoog, kes kõik peavad osalema nii hindamise planeerimises kui ka tulemuste interpreteerimises. Samuti peaksid kõik partnerid osalema ka otsuste tegemisel ja neile edastatav info peaks olema lihte ja arusaadav ning andma infot vanemate rolli kohta hindamise käigus. Lisaks tuleks infot küsida ka lapselt endalt, nt millega ta hästi toime tuleb, mida talle meeldib teha, ning võimalusel ka tema eakaaslastelt. Oluline on teada ka seda, millega saavad lapsed hakkama vähese kõrvalise (nt õpetaja või vanema) abiga.

<sup>1</sup> Kikas, E. (2008). Sissejuhatus. Õppimine ja õpetamine koolieelses eas. Tartu Ülikooli kirjastus

<sup>2</sup> Nugin, K. Lapse arengu hindamise põhimõtetest. Kikas, E. (2008). Õppimine ja õpetamine koolieelses eas. Tartu Ülikooli kirjastus

Hindamise tulemused on oluline laste enestega läbi arutada, et lapsed teaksid, mida nad on juba hästi teinud ja millega on veel vaja vaeva näha.

## Turvaline ja tervist edendav käitumine – mida arvestada eelkoolis õpetades?

Väikelaste tervist ja turvalisust puudutavatel teemadel on ilmunud terviklik ülevaade „*Tervelt ja ohutult: abimaterjal lapsevanemale ja õpetajale tervise ja ohutuse teemad lasteaia- ja algkooliealistele*“ (Läti Riigi hariduskeskus, 2011; koostanud: SIA “Outloud”, eesti keelde tõlkinud ja kohandanud: Sotsiaalministeerium), mille põhjal on tehtud järgnev kokkuvõte. Lasteaia õpetaja saab antud peatükist tervikliku pildi eelkoolialise lapse turvalisust ohustavatest olukordadest ning võimalustest, kuidas neid vältida saaks. Õpetaja saab igapäevaseid tegevusi planeerides tuua laste mängudesse ja aruteludesse sisse neid igapäevaeluga seotud turvalisuse aspekte, mida lapsed esmalt peaksid märkama ja teadvustama õppima. Ohtude märkamine on vajalikuks eelduseks ohuolukordade vältimise oskuse tekkimiseks.

Antud õppematerjal sisaldab ka töölehti, mille abil õpetaja erinevaid turvalisuse ja tervise teemasid käsitleda saaks; osad neist on toodud ära ka antud õpetajaraamatu ülesannete juures, kus vastavaid ohutuse teemasid on käsitletud.

Tervikuna saab materjaliga tutvuda:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

### **Mõisted:**

Ohutus on seisund, kus igasugused ohud, mis võivad tekitada kahjustusi, on kontrolli all, et säiliks inimese ning ühiskonna tervis ja heaolu.

Tervis ei ole ainult haiguse või puude puudumine, vaid ka füüsiline, vaimne ja sotsiaalne heaolu.

Käitumine on inimese igasugune tegevus, mis võib olla nii enda algatatud käitumine kui ka tema vastureaktsioon välistele stiimulitele.

Riskikäitumine ja -tegevus on toimingud, mille tulemusel juhtub õnnetus, ja seetõttu võib kannatada või haigestuda inimene, kusjuures mitte alati just riskikäitumisega isik. Need võivad olla pereliikmed, sõbrad, klassikaaslased, tuttavad, lihtsalt möödujad või teised inimesed, kes õnnetusjuhtumi ajal on lähedal. Ohtlik tegevus võib põhjustada ka varalist kahju, näiteks võib kahjustada omand (mööbel, sõidukid jne).

Riskikäitumine on:

- käitumine, mida inimesed ei teadvusta ohtliku või kahjulikuna (selline käitumine on sagedamini iseloomulik noorematele lastele, kellel puuduvad teadmised ohutust käitumisest ning arusaamine käitumise ja tagajärgede seostest, näiteks mängimine tikkudega ja tulekahju teke);

- käitumine, mida inimesed küll teadvustavad ohtlikuna, kuid ignoreerivad ohutusega seotud kaalutlusi ja eeldavad, et õnnetusjuhtumi võimalus on väike (selline käitumine on sagedamini iseloomulik suurematele lastele, näiteks kiivrid, põlve- ja küünarnukikaitsmed rulluisutades või hoolimatud hüpped kiigelt).

Tervis ja ohutus põhineb valikutel, mida inimesed teevad eluajal – igaüks meist valib, kas käituda ohutult või ohtlikult, tervislikult või ebatervislikult.

Kõige enam on ohtlikule käitumisele ja selle tagajärgedele alati lapsed ja noorukid. Nad sageli ei teadvusta oma käitumise võimalikke tagajärgi. Lisaks on riskikäitumine ja selle tagajärjed nii laste ja noorukite teadlikult või alateadlikult algatatud kui ka täiskasvanute poolt tekitatud.

Laste füüsiline ja emotsionaalne areng toimub järk-järgult ning sageli jälgendavad nad täiskasvanuid (nt vanemaid, vanavanemaid, õpetajaid), kuid neil ei ole piisavalt oskusi, et käituda ohutult. Seepärast tuleb täiskasvanutel käituda ohutult ja tervislikult alati, igas eluolukorras, mitte ainult olles või tegeledes lastega. Lastele tuleb selgitada, mil viisil avaldub ohtlik või hoolimatu käitumine ja millised võivad olla selle tagajärjed.

Pärast õnnetust lapsed ja eriti noorukid peaaegu alati selgitavad oma käitumist väliste teguritega – isegi kui nad tunnistavad oma ohtlikku käitumist, väidavad nad siiski, et neil ei olnud muud valikut või võimalust. Asjaolu, et lapsed, teismelised ja noorukid ignoreerivad oma teadmisi ohutust käitumisest, on seotud peaaegu osade erineva arenguga erinevates vanuseetappides. Näiteks, puberteedieas areneb kiiresti aju see osa, mis hoolitseb emotsionaalse ja sotsiaalse suhtlemise eest, kuid aju osa, mis hoolitseb kriitilisest mõtlemisest, areneb hiljem (see areneb 25. eluaastani).

4–7aastastel lastel on elav kujutlusvõime – nad ei mõista riske ega tunneta oma tegude tagajärgi, mistõttu suudavad välja mõelda hulljulgeid asju ja ohtlike mängu. Lapsi tuleb nende mängudes (igapäevakogemuste, mitte teoreetilisel tasandil) juhendada ning hoiatada ohtliku ja ebatervisliku käitumise eest. Tihti on õnnetused nooremate lastega täiskasvanute läbimõtlema tegevuse tagajärg – näiteks tikud, põlev vedelik, sigaretid on jäetud lapsele kergesti kättesaadavasse kohta. Laps hakkab mängima nende asjadega ja põhjustab juhuslikult tulekahju või põletab ennast. 4–7aastased lapsed on väga aktiivsed ja liikuvad, nii et täiskasvanud peaksid alati olema laste läheduses, et vajadusel vältida ohtlikku olukorda, sest selles eas lapse enesekontrollivõime alles areneb.

Täiskasvanud, pidage meeles: lapsed õpivad oma kogemustest ja täiskasvanutest, eriti oma lähedastest ja autoriteetidest! Alati näidake oma tegevusega õiget käitumist ja sel viisil õpetage lastele, kuidas käituda ja hoolitseda ohutusest ja tervisest.

Kasvades areneb lapsel tema isiklik identiteet ja kasvab sotsiaalne kogemustepagas. Tekkib soov panna proovile oma iseseisvus, nii eksperimenteerib laps sageli erinevate käitumisviisidega, mis selles arengustaadiumis iseloomustab tema vajadusi.

Inimestel on mitmeid emotsionaalseid vajadusi, mille täitumine võib põhjustada ohtliku käitumise:

- kuulumine mingisse gruppi (pere, sõprade seltskond, klass jne);
- väide “mina suudan” (laps üritab tõestada, et ta on tähtis ja et temaga peab arvestama);
- väide “mind respektieritakse”, “mul on mõjuvõimu”;
- väide “mul on julgust” (ka tegutsedes hulljulgelt, imiteerides vanemaid lapsi või täiskasvanuid ja sageli öeldes: “Vaata, mida mina suudan!”).

Olukord on alati ohtlik, kui laps on sõprade või eakaaslaste seltskonnas, mõnes suuremas grupis. Seda ohtu tugevdab:

- ümbritseva rühma surve;
- soov avaldada oma sõpradele muljet;
- soov, et teda võetaks rühma;
- soov integreeruda rühma, mitte olla tõrjutu;
- vastumeelsus öelda midagi valjusti, kui tuleb käituda ohtlikult.

Ohutu käitumine õnnetuste vältimiseks igapäevastes olukordades, näiteks tehes koos vanematega füüsilisi toiminguid, olles seenel, koristades kodu või lõõgastudes, iseseisvates mängudes ja tegevustes, või õppeasutuses – oma isikliku kogemuse kaudu areneb lapsel arusaam ohutu ja ohtliku, tervisliku ja ebatervisliku tegevuse erinevustest ja tegevuse otsesest seosest tagajärgedega. Laps peab mõistma ohutu käitumise põhjendatust, et ta õpiks iseseisvalt vastu võtma vastutustundlikke ja ohutuid otsuseid.

Sagedasemad lastega seotud traumad, millega arstid oma igapäevatöös kokku puutuvad, on otseses korrelatsioonis laste vanuse ja tegevustega, mida lapsed konkreetses vanuses ja aastaajal teostavad. Õnnetuste põhjused on väga erinevad: puudulik täiskasvanutepoolne järelevalve, ohtlik keskkond, näiteks kodukeemia ja ravimite kättesaadavus, ülekuumenemine päikese käes, samuti teabe puudumine. Õnnetustele ja nende arvule on iseloomulik hooajalisus. Enamik õnnetusi toimub suvekuudel, talvel aga vähem. Sügisel ja talvel on igapäevane valge periood lühike, kusjuures märkimisväärse osa sellest veedavad lapsed haridusasutustes ja täiskasvanute juuresolekul, seetõttu on traumade arv väiksem.

Kõige tüüpilisemad õnnetuste liigid lastel vanuses 4–11 aastat:

- kukkumised;
- põletused;
- lämbumine;
- uppumine;
- õnnetused aktiivse puhkuse ajal;
- liiklusõnnetused;
- mürgistused;
- elektrilöögid;
- loomade ja putukate hammustused;
- vigastused teravate esemetega jm.

### **Kukkumised**

Kukkumised on näiliselt ettearvamatud, sageli põhjustavad neid mahavalgunud ja koristamata vedelik, väikesed, silmapaistmatud, valesse kohta jäetud esemed, näiteks mänguasjad, tooliljalad, käekotid, kingad, või lahtised esemed, vaibaääred. Neid võib põhjustada takerdumine, komistamine või libisemine. Takerdumine põrandal olevatesse elektrijuhtmetesse, võib tekitada seadme enda, näiteks monitori või teler, kukkumise. Omakorda tuleb plaaditud põrandatega ruumides olla ettevaatlik vee või mõne muu vedelikuga põrandal. Märjad plaadid muutuvad libedaks, mistõttu on väga oluline kohe kokku pühkida mahavoolanud vedelik või mahapudenunud esemed ja toiduained, näiteks suhkur või jahu. Soovitav on vannitoa põrandale asetada matt, millele astuda märgade jalgadega, ja kuivata jalad hoolikalt.

Lastega juhtuvad õnnetused on suures osas ennetatavad, kusjuures täiskasvanud peaksid potentsiaalselt ohtlikke olukordi märkama enne kui õnnetus aset leiab.

Ohtlik ja sagedane komistuskohd on trepid, mistõttu peab silmas pidama järgmist:

- trepil tuleb liikuda kiirustamata ja ettevaatlikult;
- kohtades, kus treppidel liigub üheaegselt palju inimesi, näiteks koolis, tuleb järgida liikumise suunda ja poolt;
- treppidel või trepi käsipuudel ei tohi istuda ega mööda neid alla sõita;
- tuleb vältida mahakukkunud asju, et nende otsa mitte komistada (trepile ei tohi jätta seljakotte, riideid ega mänguasju);
- treppidel tuleb tagada hea valgustus.

Sageli ei näe lapsed ette, kui ohtlikud võivad olla mitmesugused tegevused kõrgematel pindadel, näiteks aknalauadel, toolidel või treppidel. Sagedasti kukutakse, sest lapsed ronivad ebasobivatele abivahenditele. Näiteks, kui on vaja ulatuda kõrgete kohtadeni (võtta või panna esemed kapi ülemistele riiulitele), asetatakse mitmeid toole või muid esemeid üksteise otsa. Selline käitumine on ohtlik. On ohtlik ronida ka arvutitoolile või teistele liikuvatele objektidele, näiteks ratastel kastidele, mis võivad veerema hakata, ja ronija kaotab tasakaalu.

Riskikäitumine on:

- hüpped kõrgustest, näiteks mängides ja imiteerides langevarjureid või matkides mingeid lendavaid objekte;
- ronimine puu otsa, eelnevalt mõtlemata, kuidas saadakse alla;
- sõit jalgrattaga liumäel;
- kiikumine tooliga;
- hüppamine mööbliesemetel (näiteks voodil);
- sõitmine või enda allalibistamine trepikäsipuudel jm.

Kukkuda on võimalik ka rõdult ja aknalaualt. Laste harjumust kummarduda üle rõduääre või ronida aknalauale ja seeläbi võimalikku kukkumist soodustab vanemate mõtlematu ja ohtlik käitumine – väikeste laste asetamine jalgadega aknalauale (nt aknalaualt hüvastijätt või tervituseks külalisele). Nii ei tohiks käituda, sest see stimuleerib last ronima suuremaks kasvades aknalauale. Akna juures ei tohi olla toole või muid mööbliesemeid, kus laps saaks ronida, et saada aknalauale või aknast võimalikult kaugele vaadata.

## **Põletused**

Lapsed on uudishimulikud, tahavad aidata täiskasvanuid ja teha iseseisvalt kodutöid, seepärast peaksid täiskasvanud vastavalt lapse eale õpetama ohutult käsitsemata küünlaid kui ka tikke ja tulemasinaid.

Talvel põletavad lapsed sageli end vastu kuumi kütteseadmeid, ahju- või kaminauksi, mistõttu ei tohiks lastel olla ligipääsu neile – need tuleb piirata tõkete/piiretega, et laps ei saaks neid avada ja ennast põletada. Ka järelevalveta jäetud küünlad, näiteks advendiaegses pärjas või peolaua, põhjustavad sageli tulekahju, mille käigus lapsed saavad nii põletushaavu kui ka suitsumürgistusi. Kui põlevad küünlad on jäetud lauale, on kõige levinum süttimise põhjus laudlinanurga kogemata tõmbamine, mis ajab ümber ka küünla. Seda juhtub kõige sagedamini siis, kui lapsed jooksevad ja mängivad toas. Väikeste lastega kodudes peaks vältima laudlinu kõõgis ja söögitoas, eriti kui lauale asetatakse soojad toidud, kuna väikelaps sirutab end laual toimuva nägemiseks, hoiab kinni laudlinast ja tõmbab selle endale peale koos kuumade supitaldrikuga.

Kevadel, pärast lume sulamist, võivad lapsed täiskasvanuid jäljendades süüdata eelmise aasta kuivanud rohtu – samas soojal aastaajal suureneb lõkkesse astumise või kukkumise risk. Eriti

aktuaalne on see jaanipäeva ajal – igal aastal astub mõni laps näiliselt kustunud lõkkesütele või kukub üle lõkke hüpates lõkkesse, saades erineva raskusastmega põletusi.

Lapsi tuleb õpetada nägema ebakindlat olukorda ning ise vältima võimalikke tagajärgi. Mänguasjad või isiklikud esemed tuleb pärast kasutamist asetada neile ettenähtud kohta mitte sellepärast, et nii käsib teha täiskasvanu, vaid seepärast, et tagada endale ja teistele ohutu liikumine.

Eriti ettevaatlik tuleb olla grillimisel, sest lapsed kipuvad grillile otsa jooksuma. Oluline on paigutada grill või süüdata lõke eemal liikumisradadest, näiteks maja ja puhkeala vahelistest teedest. Pange tähele, et süütevedelik on tuleohtlik ja kergesti süttiv ning et selle kasutamine on seotud põletusohuga. Põletusriski vähendab piisavalt suur ala, et lapsed saaksid viibida ohutul kaugusel lõkke- või grillimiskohast. Lõkke- või grillimiskoha valimisel tuleb arvestada ka tuulesuunaga, kuna on sädemete leviku oht.

Lapsed vanuses 10–14 aastat käituvad sagedamini ohtlikult, tekitades tulekahjusid kuurides, aiamaajades, kõrvalhoonetes või garaažides. Et täiskasvanud ei segaks ohtlikke mängu, valivad lapsed (enamuses poisid) sageli mahajäetud hooneid või uusehitisi. Selles vanuses lapsed on juba veendunud, et nad suudavad tulla toime tulega, kuid neil puuduvad oskused.

Põletused juhtuvad sageli kodus, näiteks köögis. Toitu tuleb valmistada pliidi kaugematel põletitel, keerates käepidemed tahapoole. Keeva vedelikku ei tohiks jätta lauaservale või ulatada kellegi üle teiste inimeste peade. Tavapäraselt kannatavad niimoodi väiksemad lapsed, kuid end kipuvad põletama ka noorukid ja täiskasvanud. Kuuma vett ei tohi jätta nõuga pörandale, sest sinna võib sisse astuda, nõu otsa võib komistada ja end ära põletada.

Põletusi võib põhjustada lastele käeulatusse jäetud kuum triikraud. Ka sisselülitamata triikrauda ei tohiks jätta lastele kergesti ligipääsetavasse kohta, kuna väiksemad lapsed jäljendavad oma vanemaid, ja soovides aidata, võivad triikraua sisse lülitada ja proovida triikida. Samuti võivad ka noorukitel puududa iseseisva triikimise oskused ja nad võivad saada põletusi.

### **Kurku tõmbamine ja lämbumine**

Enamik lapsi tõmbavad kurku, kui nad midagi söövad, närivad või lutsivad ning samal ajal käivad, hüppavad, jooksevad või räägivad. Sageli juhtub seda lasteürituste või pidulike sündmuste ajal. Kurku tõmbamist võivad põhjustada näiteks popkorn, kommid, pähklid, seemned, närimiskumm. Laps võib kurku tõmmata ka kapsasüdamiku, õuna, viinamarja või porgandi. Lapsi tuleb õpetada mitte sööma seistes, lamades või liikudes. Tervislik toitumine on regulaarne, kiirustamiseta, tarbides täisväärtuslikku ja tasakaalustatud toitu, seda söömise ajal hoolikalt läbi närides ja juues peale vedelikku, soovitatavalt magustamata vett.

Väiksemad lapsed (tavaliselt alla aasta vanused) on alati lämbumisohtu, kui jäädakse nägupidi riietesse, padjale või kilekotti. Seetõttu tuleb suuremaid lapsi õpetada, et noorematel õdedel-vendadel ei tohiks lubada mängida selliste asjadega nagu padjad, kaubapakendid või ostukotid. Pakend tuleb kohe ära visata, kotid tuleb hoida lapsele kättesaamatus kohas.

Patareisid tuleb hoida turvalises ja selleks ettenähtud kohas, tuleb alati hoolikalt kaaluda, kui ohutud on elektroonilised laste mänguasjad – allaneelatud patareid on eluohtlikud. Patarei sattumisel organismi, näitaks söögitorru, tekib umbes 10 minuti jooksul keemiline põletus. Patarei sattumine hingamisteedesse võib omakorda tekitada lämbumisohtu.

### **Mürgistus**

#### Ravimitest

Ravimeid, näiteks tabletid, salvid, tilgad ja erinevaid toidulisandid (edaspidi „ravimid“), tootva tööstuse arenedes kasvab ka nende kättesaadavus. Farmaatsiatoodete pakendite erinevad kujud ja värvilisus paelub laste tähelepanu, sest need sarnanevad kommidega.

Paljudes peredes on muutunud ebatervislikuks harjumuseks looduslike vitamiinide (puu- ja köögiviljad) asemel ülemäärane toidulisandite kasutamine. Ravimite kasutamise kasv täiskasvanute hulgas suurendab ka ravimimürgistusega laste arvu.

Kodus tuleb ravimeid hoida lastele kättesaamatus kohas. Ravimikast peab olema erimärgistatud ja suletud. Laps peab teadma, kus kohas ravimeid kodus hoitakse, salastatud koht tekitab kõrgendatud huvi peidetud asja vastu. Kuid laps peab ka teadma, et ta ise ei tohi neid puutuda. Täiskasvanutele on selline ravimite hoidmine suhteliselt ebamugav, eriti kui ravimeid tuleb kasutada regulaarselt mitu korda päevas, sageli tehakse vigu: hoides ravimeid käekotis või jopetaskus, kust lapsed saavad neid kergesti kätte. Ravimeid ei tohi panna lauale selleks, et neid hiljem manustada. Esiteks tuleb valmistada pealejoodav vedelik, seejärel tuleb ravim pakendist välja võtta ja kohe alla neelata. Kui laps on siiski alla neelanud tableti või lausa mitu, on oluline hoida alles pakend ja sellest teavitada meditsiinipersonali (samuti võimalikust allaneelatud tablettide arvust).

Lapsed peavad teadma, et ravimid on ette nähtud üksnes erilistel puhkudel ja nende kasutamise määrab arst. Ravimeid tohib kasutada ainult täiskasvanute juuresolekul ja arsti määratud annustes.

#### Igapäevaselt kasutatavatest keemilistest ainetest ja segudest

Ohtlikud keemilised ained ja segud kodus on šampoonid, pesupulber, koristus- ja pesemisvahendid, putukatõrjevahendid, ilutooted (juukselakid, küünelakid, küünelakieemaldajad, habemeajamisvaht, parfüümid jm), toataimede hooldusvahendid, kiirkuivavad liimid, värvid, pärast remonti üle jäänud lahustid, äädikas (mõnel juhul ka äädikaessents) jne. Suvel on võimalik kokkupuude ka mineraalväetiste, kahjuritõrje- ja muude taimekaitsevahendite, õlide, kütuste, küttesegude jms põllu- ja aiatöödel kasutatavate ainetega.

Kõiki nimetatud aineid ja segusid tuleb hoida lukustatud, lastele kättesaamatus kohas (nt kõrgetes või lukustatavates riulites), originaalpakendis, et neid kogemata ei jookse ka täiskasvanud ise (tüüpviga on kemikaalide villimine toidu- või joogipakenditesse). Kui ohtlike ainete pakendid on tühjendatud, visatakse need ära selleks ettenähtud kohta – soovitatav on need sorteerida ja eelnevalt pesta.

Lapsed peavad õppima tegema praktilisi ruumide puhastamise, nõude- või pesupesemise ning muid iseteenindustöid. Edukas õppimine on tehes seda koos täiskasvanuga. Täiskasvanud peavad lastele rääkima, milleks kasutatakse kodukeemiatooted, ja nende võimalikest ohtudest tervisele. Seetõttu on asjakohane lastega koos koristustöid tehes kasutada looduslikke ja tervisele kahjutuid aineid. Tähelepanu tuleks pöörata ka lapse riietusele – kui riided on kokku puutunud kemikaalidega (näiteks, särgivarrukas on märgunud mingi pesuvahendiga), siis tuleb see viivitamata võtta seljast, sest paljud kemikaalid võivad imenduda ka läbi terve naha.

Kui laps on söönud või joonud mis tahes kemikaali või kemikaalisegu, on oluline hoida alles selle pakend, et näidata seda arstile ja et oleks võimalik valida sobivaim ravi.

#### Alkoholist

Lapsed peavad alkoholist teadma, et see on kahjulik (lapse) organismile.

#### Gaasist

Maagaas ei ole mürgine, kuid see on lämmatav, sest surub ruumist hapniku välja. Gaas on õhust kergem, mistõttu tõuseb üles, ja seda on lihtne õhutada. Gaasi kasutatakse kodudes peamiselt toiduvalmistamiseks ja kütmiseks.

Gaasipliit ja ahi on mõeldud ainult toidu valmistamiseks. oluline on mitte jätta järelevalveta sisselülitatud gaasipliiti. Ahi ei ole kapp erinevate asjade hoidmiseks. Gaasipliidi läheduses ei tohi asuda kergesti süttivaid või plahvatusohtlikke esemeid. Gaasipliidi läheduses ei tohi mängida. Kui gaasipliit vajab remonti, tohib seda teha ainult gaasiseadmete tehnik, sest remonttööde isetegemine võib põhjustada gaasilekke või -plahvatuse.

Gaasipliidi kohal pesu kuivatamine on väga ohtlik, sest pesu võib süttida ja põhjustada põlengu. Gaasipliidi juures ei soovitata end soojendada, sest leegi põledes väheneb hapnikukogus ruumis. See on tervisele ohtlik, kuna tekib vingugaas, mis võib põhjustada lämbumise. Selle kontsentratsioon tõuseb eriti siis, kui hapniku juurdepääs põlemiskohale on piiratud. Seetõttu on oluline gaasipliidiga ruume sageli ventileerida, kasutades selleks õhupuhastajat.

Gaasipliiti ei tohi kasutada tuuletõmbega ruumis, sest leek võib kustuda ja gaas lekib ruumi. Tundes spetsiifilist gaasilõhna, peab täiskasvanu gaasitoite sulgema, ruumi tuulutama (avades akna) ja kutsuma abi. Lapsi tuleb õpetada, et tundes gaasilõhna tuleb ruumist viivitamata lahkuda. Tundes lõhna ühises trepikojas, naabrite juures või tänaval, tuleb samuti viivitamata kutsuda päästeteenistus, kuna hädaoht ähvardab ka ümberkaudsete inimeste elu ja vara.

Kui on tunda gaasilõhna:

- on keelatud kasutada lahtist tuld;
- tuleb tagada, et tõmbetuulega ei puruneks aknad või ukse, mis võib tekitada sädet;
- keelatud on sisse ja välja lülitada elektrivalgustust ja muid elektrilisi seadmeid (näiteks arvutid), et mitte tekitada sädet.

Mõnedes kodumajapidamistes kasutatakse ballooniaasi, mis tekitab lisaohtu, sest ballooned on suured ja rasked. Väikese põhja läbimõõdu ja kõrguse suhte tõttu on nad suhteliselt ebastabiilsed. Balloone tuleb hoida püstiasendis; need tuleb kinnitada, et vältida nende ümberkukkumist. Balloonide hoiukohas ei tohiks kunagi hoida muid esemeid, eelkõige tuleohtlikke materjale, nagu kütus, õli, värv või söövitavad vedelikud – see võib põhjustada ohtlikke olukordi.

### Mürgistest taimedest ja seentest

Mürgised taimed sisaldavad mitmesuguseid mürgiseid aineid (toksiine), mis inimkehasse sattudes või sellega kokkupuutel põhjustavad mürgistuse või isegi surma. Mõned mürgistest taimedest näevad välja nagu söödavad, olles erksavärvilisemad ja väljakutsuvad, näiteks ussilakk, salu-siumari, harilik näsiniin ja teised erksavärvilised, samuti mürgised marjad, või huvitava välimuse ja peterselli lõhnaga surmaputke juur.

Lapsed peaksid teadma, et tundmatuid taimi ja marju ei tohi täiskasvanu loata isegi puudutada, sest osa mürkaineid võib imenduda isegi läbi terve naha.

Korjata võib ainult neid seeni, mida tunnete. Seenemürgistus võib tekkida mitte ainult mürgistest seentest, aga ka niinimetatud söögiseentest, mis on riknenud või valesti töödeldud (keetmata või liiga vähe keedetud). Seened tuleks korjata korvidesse, et need ei kuumeneks üle, ei oleks kokku pressitud ning et oleks tagatud õhu juurdepääs neile. Ei soovitata korjata seeni autoteede,

raudteede, prügimägede ja tehaste ümbrusest, kus on suurenenud õhusaaste. Laps ei tohi üksi metsa minna ja korjata seeni – seda tohib teha ainult koos täiskasvanuga.

Ei ole võimalik õppida tundma kõiki mürgiseid taimi ja marju, oluline on teada, et ei tohi närida ja süüa tundmatuid taimi ja nende osi: lehti, juuri ja vilju.

### **Loomade tekitatud vigastused**

#### Lemmikloomad

Loomade tekitatud vigastuste tõttu kannatavad kõige sagedamini lapsed vanuses 10–12 aastat. Kõige tavalisemad on koerahammustused (selliseid traumasid saavad poisid 1,3 korda sagedamini kui tüdrukud), samuti kassikriimustused. Nooremad lapsed saavad enamasti hammustusi pähe ja kätte, samas kui teismelised jalgadesse. Kui loom hammustab, on vale teda agressiivsuses süüdistada, kuna loom käitub oma instinkti järgi. Kõige sagedamini tekitavad hammustusi või kriimustusi just isiklikud koduloomad või tuttavate (näiteks sõprade, naabrite või vanavanemate) loomad.

Ohutusnõuded kokkupuutel lemmikloomadega:

- ärge puudutage, paitage ega kaisutage võõraid koeri ja kasse ilma peremehe loata;
- ärge puudutage looma, kui tema käitumises on märgata agressiivsust, näiteks kass sisiseb, küüned on väljas, koer uriseb ja hambad on irevil;
- ärge olge looma, eriti koera kõrval, kui ta sööb;
- ärge puudutage looma, kui ta on koos oma poegade;
- ärge kasutage looma nukuna, püüdes teda riietada või nukuvoodisse magama panna;
- ärge üritage heita looma peale, niiviisi teda kinni hoides, et ta ei saaks põgeneda;
- ärge tirige looma sabast, kõrvadest;
- ärge toppige sõrmi silmadesse, kõrvadesse, ninna, saba alla jm;
- ärge lööge looma jalaga;
- ärge tõstke looma õhku ega loopige teda;
- ärge asetage looma vette – vanni või muusse anumasse, kui teda ei pesta täiskasvanute juuresolekul.

Täiskasvanutel on koera soetamise otsuse tegemisel oluline teadvustada vastutust looma eest ja õpetada ohutut käitumist ka lastele. Juba alates esimesest päevast tuleb koerale selgeks teha tema hierarhiline koht peres, et loom ei tajuks, et ta on võrdne lapsega, ega hakkaks temaga agressiivselt konkureerima: näiteks kõigepealt sööb peremees (täiskasvanu) ja alles siis koer. Koera sööda ainult peremees ühes ja samas kohas. Oluline on pärast eemaldada koera sööginõu, sest loom võib kaitsta ka tühja sööginõud.

Last tuleb õpetada koera mitte õrritada, näiteks:

- mitte tõmbama pulgaga mööda aeda, mille taga elab koer;
- mitte torkima pulgaga läbi aia koera;
- kiiresti mitte jooksmas (näiteks mitte põgenema koera eest);
- mitte narrima;
- mitte vehkima kätega;
- mitte mööduma koerast sõites jalgrattal (õige teguviis nähes vastu jooksmas rihmata koera on tulla jalgrattalt maha ja lükata seda loomast möödumisel käekõrval, kuna jalgratta rataste

pöörlemine tekitab heli, mida inimkõrv ei kuule, kuid koera kõrvadele on see väga ebameeldiv, mistõttu nad reageerivad ägedalt isegi aeglaselt liikuvale jalgrattale).

Samuti võivad last hammustada ka muud lemmikloomad - tuhkud, tšintšiljad, rotid, merisead, erinevad linnud, näiteks siis, kui laps pistab sõrmed loomapuuri. Erilist tähelepanu tuleks lapsele pöörata loomanäituse külastamise ajal, kus ei tohiks lubada lapsel paitada või kaisutada võõrast looma, isegi kui looma peremees kutsub seda tegema. Selles tuleb lapsega kokku leppida enne näituse külastamist.

### Maod

Madu ei ründa inimesi, ta võib hammustada, kui teda tahtlikult ärritatakse, näiteks toksitakse kepiga, pekstakse või tahtmatult astutakse/ istutakse peale või puudutatakse kätega. Eestis võib kohata kolme maoliiki, millest ainult üks on mürgine – see on rästik. Madu nähes ei tohi teha järske liigutusi. Madu ei kuule heli, kuid tajub maavibratsiooni, seepärast peaks aeglaselt taganema nii, et ei tekiks maapinna vibratsiooni. Loodusesse minnes on oluline valida sobiv riietus: see peab olema kattev ja vabalt langev, et oleks kaitstud kehaosad, samuti tuleb kanda pika säärega saapaid.

### Putukad

Suvel veedetakse palju aega õues, kus on palju parme, sääski, herilasi ja teisi putukaid. Eriti ettevaatlik peab olema vapsikute, mesilaste, herilaste ja kimalastega. Kõige ohtlikumad on hammustused näkku ja suhu. Kui vabas õhu süüa magusaid puuvilju ja marju või kooki ning juua magustatud jooki, on putukatel lihtne sattuda suhu.

Putukahammustuste ohtude vähendamiseks tuleb järgida järgmisi nõudeid:

- ärge sööge vabas õhus, näiteks jäätist või kooki, ja ärge jooge, aga kui siiski joote, kasutage selleks kõrsi, nii saate vältida putukate sattumist suhu;
- ärge kõndige paljajalu, eriti õites rohumaaudel;
- täiskasvanud peaksid hävitama elukoha lähedal olevad herilaspesad;
- mesilasi, herilasi, kimalasi mitte provotseerida järskude liigutustega.

Metsades, võsastikes, rohumaaudel ning linnaparkides võib esineda puuke. Puugid on tavaliselt aktiivsed aprilli algusest kuni oktoobri lõpuni, kuid soodsatel ilmastikutingimustel võib see periood olla pikem. Puugid satuvad sageli inimeste jalatsitele või riietele pahkluu kõrgusel ning liiguvad seejärel aeglaselt ülespoole. Metsa minnes peaks riietus olema kohandatud nii, et puuk ei pääseks selle alla. Püksisääred tuleks pista sokkidesse või saapasäärtesse, varrukaotsad ja krae peaks olema liibuvad, särk tuleb panna püksi. Soovitav on kanda heledaid riideid, millel puugid on hästi nähtavad. Naastes metsast koju, peavad täiskasvanud veenduma, et lapse riietel ja kehal ei ole puuke. Puuke võib koju tuua ka korjatud taimede või seenekorvidega.

### **Vigastused teravate esemetega**

Lapsel võib iga ese saada mänguasjaks, näiteks klaaskauss võib muutuda suureks astronautikiivriks või kahvel mõõgaks. Mängu ajal võib ese puruneda, sellest võib saada vigastuse põhjustaja, näiteks võib laps vigastada käsi või jalgu klaasikildudega, eseme teravate servade või pindadega. Paljud vigastused on seotud väikeesemetega: nuppude, rattakeste, mänguasjade silmade jms – neid võivad lapsed toppida kõrva või ninna või alla neelata.

Lastele kergesti ligipääsetavatesse kohtadesse ei tohi jätta pisikesi ega teravaid esemeid, mida on võimalik alla neelata või millega saab end vigastada, näiteks raseerimisvahendid, juukseklambrid või küünekäärid.

Erilist tähelepanu tuleks pöörata laste pidudele:

- valida tuleks ühekordselt kasutatavaid taldrikuid ja topse;
- laste toitudes tuleks vältida kahvlite, nugade, purunevate nõude ja teravate pulkade kasutamist, samuti lutsukomme ja kuumi jooke;
- võimalikkusel peaks loobuma laudlinade kasutamisest, kuna mööda joostes on võimalik kergesti haarata laudlina nurgast ja seda tõmmata ning selle tulemusel võivad ümber minna sellel olevad esemed (eriti ohtlikud on küünlad ja kuumad vedelikud);
- peoruumis ei tohiks olla purunevaid või teravaid esemeid – vaasid, mitmesugused meened, teravate nurkadega lauad;
- ruumis peab olema piisavalt ruumi vabalt liikumiseks.

Majapidamises kasutatakse erinevaid tööriistu. Lapsele tuleb igapäevaolukordades selgitada iga tööriista kasutusala ja seda, miks tööriistaga tuleb ümber käia ettevaatlikult ja seda kasutada ainult selleks ettenähtud eesmärgil ja viisil.

Lapsed osalevad meeleldi kodutöodes. Seepärast tuleb tööriistu, nagu ka ravimeid ja keemilisi aineid ja segusid, hoida lastele kättesaamatus kohas ning tagada, et laps üksi ei saaks neid kasutada ega elektriseadmeid käivitada. Ärge kunagi jätke tööriistu ja seadmeid järelevalveta, isegi mitte lühikeseks ajaks. Mängides parkides, osaledes koristustöödel ja mujal, võib leida näiteks kasutatud süstlaid, nõelu, klaasikilde, naelu. Sellepärast peaksid lapsed olema teadlikud, et selliseid esemeid ei tohi puutuda; süstlad ja nõelad võivad olla nakatunud, naelad aga roostetanud.

Lapsed peavad teadma, et tööriistad ei ole mänguasjad. Seevastu täiskasvanud peaksid soodustama olukordi, kus lapsed saavad proovida ohutult nende esemete kasutamist ettenähtud otstarbel ja viisil.

### **Veekogud**

Veekogude ääres peab igal aastaajal olema eriti ettevaatlik. Uppumisoht esineb nii suvel veekogu ääres puhates kui ka talvel ja kevadel, mil võib vajuda läbi jää.

### Supeldes

Kõige ohutum on supelda selleks ettenähtud kohtades. Kui selliseid ei ole, tuleb valida laugja kalda ja tugeva põhjaga kohad. Jõgedes tuleb valida kõige aeglasema vooluga koht, kus puuduvad keerised või muud ohtlikud kohad. Enne suplemist peavad täiskasvanud kontrollima supluskohta ja veekogu põhja.

Enne suplemist või paadisõitu (lapsed peavad tingimata kandma päästeveste) tuleb juuresolijaid teavitada, kui keegi ei oska ujuda.

Täispuhutavaid ujumisvahendeid, näiteks ujumisirõngad, madratsid, pallid, tohib kasutada ainult täiskasvanute järelevalve all – need ei ole turvavahendid. Kui laps läheb vette, peab täiskasvanu olema lähedal ja tähelepanelik. Täiskasvanu seisku alati sügavamal vees lapse ees. Last tuleb jälgida ja hoiatada lainete eest, mis võivad tõugata jalust või ootamatult ehmatada nii, et laps võib kaotada tasakaalu. Lisaks võib veevool märkamatu suplejat või näiteks täispuhutaval madratsil olijat kanda kaugemale merre.

Kodu lähedal olevad tiigid, basseinid ja kaevud tuleb piirata nii, et laps üksi neile ligi ei pääseks. Basseini ei tohi pärast suplemist jätta mänguasju, mis köidavad lapse tähelepanu; nende järelle upitades võib laps kukkuda vette.

Oluline on lastele selgeks teha, kuidas vees ja veekogude lähedal ohutult käituda, ning ergutada neid hoiduma hoolimatust teguviisist, hoiatades selle võimalikest tagajärgedest.

Ei ole soovitatav minna vette, kui läheduses ei ole ühtki teist inimest, kes võiks vajadusel appi tulla. Lapsed üksi supelda ei tohi!

Hoolimatu teguviisi näited suplemisel:

- jõu ülehindamine, püüdes ujuda kõige kaugemale või ületada jõge;
- hüppamine vette tundmatus supluskohas, eriti pea ees (veekogu põhjas võivad olla kivid, põhja vajunud teravad esemed, mis võivad põhjustada vigastusi, samuti ei pruugi veesügavus olla piisav);
- sukeldumine vee alla;
- ujumine madratsil või ujumisrõngaga kaldast kaugele (sügavas kohas võivad need rebeneda);
- suplemine tugevas tuules, äikese ajal või öösel;
- nalja tegemine, hüüdes valjult “Appi! Upun! “. Olukorras, kus on tõesti abi vaja, ei pööra keegi sellele enam tähelepanu.

#### Jää!

Kõige ohtlikum on jää varatalvel, kui see on alles tekkinud, samuti kevadel, kui jää on päikese mõjul hakanud sulama. Kuigi selline jää näeb välja piisavalt paks, on see tegelikult kohev ja nõrk. Et saaks ohutult uisutada, mängida jäähokit või teha jääl midagi muud, peaks jää olema vähemalt 25 cm paksune. Jää on nõrk kohtades, kus veehoidlasse voolab soojem, tööstuses kasutusel olnud vesi, jõesuudme aladel ja kitsendustes, kalameeste raiutud jääaukude piirkonnas. Jää tugevust vähendavad ka sissekülmunud pilliroog, põõsad või mis tahes esemed. Enamasti saavad lapsed kannatada jalutades või liueldes nõrgal jääl (eriti kevadel), samuti minnes jääle, et päästa jääst läbi vajunud lemmiklooma. Kui aga jää inimese raskuse all ikka praguneb või on juba murdunud, on ohutum edasi liikuda, suurendades keha ja jää kokkupuute pinda jääga ehk laskudes kõhuli.

#### **Aktiivselt puhates**

Aktiivselt puhates või tehes sporti, näiteks jalgrattasõidul, rulluisutades, hüpates batuudil või kiikudes, on võimalikud erinevad õnnetused. Kusjuures kannatada võivad saada nii hetkel aktiivselt puhkavad lapsed kui ka teised lähedal olijad.

See tähendab, et ei tohi mängida liikuvate objektide, näiteks kiikede, lähedal või teedel. Suhteliselt kerged vigastused, mida lapsed saavad, on muhud, sinikad, väikesed haavad ja marrastused. Kuid lapsed saavad tihti ka erinevaid luumurde, peavigastusi, sügavaid haavu, liigesenihestusi. Et vältida venitusi ja lihaste vigastusi, tuleb end enne aktiivse puhkuse alustamist (näiteks enne batuudile astumist) korralikult soojendada ja venitada.

Kui aktiivse puhkuse ajal on juhtunud õnnetus, on esimene reegel katkestada tegevus, minna koju ja teatada vanematele juhtunust. Raskematel juhtudel helistada telefonil 112 ja kutsuda arstiabi.

#### Jalgrattaga sõites

Jalgratta, rulluisude või rula ostmisel peaks lapsele kohe hankima ka kiivri, põlve- ja käekaitsmed ning veenduma, et need vastavad ohutusnõuetele. Jalgrattaga sõites on soovitatav kanda heledaid rõivaid – nii on sõitja paremini nähtav nii autojuhtidele kui ka jalakäijatele. Jalgrattaga ei tohiks sõita pimedas, hämaras, udus või kui nähtavus on halb. Kui see on siiski vajalik, tuleb kasutada

spetsiaalseid jalgrattalaternaid ees ja taga, veendudes eelnevalt, et need on piisavalt eredad. Oluline on, et üleriided peegeldaksid valgust (näiteks helkurvest), see muudab ratturi hästi nähtavaks. Ei ole lubatud hoolimatu sõit, tõstes mõlemad käed juhtraualt või jalad pedaalidelt.

Jalgrattaga sõites alati tuleb kanda kiivrit ja muid kaitsevahendeid, ükskõik kui lähedale või kaugemale kodust on vaja sõita. Lapsed saavad sageli jalgrattatraumasid just oma koduhoovis. Lapsed ja noorukid ei kasuta kiivrit, kui täiskasvanud seda ei tee, sest lapsed ise selle vajalikkusele ei mõtle; tavaliselt on suurematel lastel häbi või kardavad nad eakaaslaste poolt naeruvääristamist või lihtsalt eiravad võimalikke riske. Kui lapsele ostetakse jalgratas, siis tuleks kindlasti osta ka kiiver! Ideaalis valigu laps ise endale selline kiiver, millist ta tahaks kanda (näiteks laps saab valida millist värvi on kiiver või millised on sellel olevad pildid).

Väikelaste jalgrattad tuleks täiendava ohutusmeetmena varustada spetsiaalse lipuga, mis kerkib märgatavalt üle ratta ja annab märku väikesest ratturist, kui on ees mingid takistused, mis raskendavad nähtavust ja varjavad lapse madalat jalgrattast, näiteks jalakäijate ülekäiguradadel, tänava äärde pargitud autode vahel või sõites ülesmäge, kus nähtavus on piiratud.

Jalgratas peab olema tehniliselt korras. Alati enne sõitu tuleb veenduda, et jalgratta helkurid on kõvasti kinnitatud, pidurid töötavad hästi, juhtraud liigub kergesti, kõik rattad on kindlalt kinnitatud raami külge ja rehvid on täis pumbatud. On soovitatav muuta selline kontrollimine lapsele harjumuseks, mis omakorda arendab tema kaasvastutust ja iseseisvust.

Vigastused jalgrattasõidul võivad tekkida ka siis, kui laps on reisija täiskasvanu jalgrattal. Sellistes olukordades tuleb kasutada spetsiaalset lapse jalgrattaistet, et vältida lapse jalgade sattumist rattakodaratesse. Samuti on oluline nii ratturil kui ka reisijal kanda sobivat riietust, vältides laiade säärtega pükse või seelikud, mida on võimalik tõmmata rattakodaratesse või keti vahele.

#### Rulluisutades

Rulluisutades tuleb alati kasutada randmekaitsmed, kuna kukkudes püüavad inimesed instinktiivselt toetuda kätele ja võivad vigastada randmeliigeseid. Rulluisutaja võib tasakaalu kaotada ka väikeste kivide, konarliku tee või teekatte vuugikohtade tõttu, sest rula ega rulluiskudega ei ole võimalik järsku peatuda. Ohtlikud on kõnnitee ja tänava ristumiskohad – kõnniteel võib olla kerge kalle, mis takistab peatumist ja laps võib välja sõita sõiduteele. Kõnniteede asemel on parem valida rulluisutamiseks ettenähtud kohad, pargid või siseõued, kus ei liigu autosid.

#### Batuudil hüppates

Batuut peab olema varustatud turvavõrguga, et hüppaja ei kukuks batuudilt maha, ei pörkaks vastu selle metallkonstruktsioone ja et tema jalg ei libiseks vedrude vahele. Sageli unustatakse batuudi ostmisel osta turvavõrk hoitakse selle arvelt kokku. Samuti on hüppamise ajal oluline kanda selleks tegevuseks sobivat riietust, näiteks T-särk, lühikesed püksid või spordipüksid, võimlemissussid, paksud sokid, või olla lihtsalt paljajalu. Esimestel hüppamiskordadel alustada kergemate hüpetega ja veenduda, et hüppaja suudab kontrollida oma liigutusi (lahtitõukamise koht ühtib maandumiskohaga). Ainult siis tohib järk-järgult õppida keerulisemaid hüppeharjutusi.

Batuuti ei tohi kasutada, kui see on märg (näiteks pärast vihma), sest siis on see libe. Et vältida kokkupõrkeid ja õnnetusi, tohib batuuti kasutada ainult üks inimene korraga. Oluline on vältida kukerpallitamist, sest ebaõige maandumine batuudile võib põhjustada selja-, kaela- ja peatraumasid.

Batuudi all ei tohi olla kõrvalisi esemeid, et kellelgi ei tekiks soovi ronida batuudi alla ajal, kui keegi sellel hüppab (näiteks, kui batuudi alla veereb pall, võib sellele järgi minna alles siis, kui hüppaja on batuudilt maha tulnud).

### Mängides

Liumägede, rippkiikede, rõngaste, trapetsite, köite ja teiste talade või sammaste külge kinnitatavate mänguasjade ohutus algab juba nende nõuetekohasest kokkupanemisest. Seetõttu on oluline lugeda hoolikalt kasutusjuhendis olevat teavet (selles pööratakse erilist tähelepanu detailidele, mis võivad olla ohtlikud, kui need ei ole korralikult kokku pandud). Sellised mänguasjad vajavad perioodilist kontrolli ja tehnilist hooldust – näiteks riputussüsteemid, kinnitused, toed – et need ei põhjustaks kukkumist ega läheks ümber. Iga kord enne kiikumist tuleb veenduda kiige ohutuses, kuna sageli on eelnevatel aastatel ülesse riputatud köis- või lattkiiged muutunud pärast talve ohtlikuks.

Oluline on selgitada lastele *ohutu kiikumise* põhimõtteid:

- kui kiigel keegi juba kiigub, siis peab seisma kiigest piisavalt kaugel, et vältida kokkupõrkeid kiigega ja vigastusi;
- kiigelt ei tohi maha hüpata selle liikumise ajal;
- ei tohi kiigutada tühja kiike või esemeid sellel (esemed võivad kukkudes kedagi vigastada);
- kiikudes ei tohi püüda ega peatada teisi lapsi;
- kiigel tuleb istuda selle keskel, kogu raskusega istmel;
- ei tohi kiikuda püstiasendis (v.a juhul, kui kiik on just selleks ette nähtud);
- ühel istmel võib istuda vaid üks laps.

Ka *liumägi* on ohtlik koht mänguväljakul. Liugu tohib lasta ainult istuvas asendis. Otsese päikesevalguse toimel võivad liumäe detailid kuumeneda ja lapsed võivad saada põletusi.

Mänguväljakutel ei tohi midagi siduda atraktsioonide külge (näiteks jakid, nöörid, aasad, lemmikloomade rihmad), sest see on ohtlik (tekkitab kähkumise oht). Rippumine pea alaspidi mis tahes võimlemisseadmest tekitab ohu kukkuda ja maanduda pea peale, mis võib põhjustada tõsiseid seljavigastusi. Samuti on sage õnnetuste põhjus kõikides vanuserühmades palliga mängimine sõidutee lähedal.

### Talvel

Talvel kannatavad lapsed kõige enam mäest alla sõites, näiteks kelkude, “liugurite”, kiledega, samuti suusatades, lumelauasõidul või uisutades. Aeg-ajalt esineb ka libastumisi libedal tänaval või katuselt lume ja jääpurikate kukkumisega seotud vigastusi. Kahel viimasel juhul on kõige olulisem vältida ohtlikke kohti, näiteks, kui tänaval kõndides on näha, et hoone katuselt on äsja kukkunud lund või jäätükke või hoone katust puhastatakse, peaks minema teisele poole tänavat.

Aktiivsel sportimisel juhtub enim õnnetusi siis, kui sõitja ei suuda valitseda kelku, suuski või lumelauda ning kihutab takistuse (näiteks puu või aed) vastu, samuti põrgates kokku teiste talverõõmude nautijatega. Eriti ohtlikud on olukorrad, kus lapsed sõidavad mööda isetehtud radu, mis lõppevad otse sõidutee ääres või ületavad seda. Oluline on õpetada lastele erinevaid pidurdus-, pööramis- ja ohutu kukkumise viise, et nad saaksid vältida erinevaid takistusi ja end kaitsta.

Kui suuremad lapsed hakkavad mäel üksi käima, on täiskasvanutel oluline teada, kuhu nad lähevad. Enne seda tuleb lastega arutada, millist nõlva mööda on ohutu sõita. Oht sattuda õnnetusse sõltub kõige enam sõitja käitumisest ja sõidutingimustest, samuti varustuse (näiteks suusad) tehnilisest seisukorrast.

Näited ettevaatamatust käitumisest talvel:

- pikivahe eiramine (igaühel on kohustus vältida kokkupõrget eessõitjaga, kes ei näe, mis toimub tema selja taga). Selle kohustuse selgitamiseks lastele sobib hästi võrdlus liikluseeskirjadega;
- sõitmine nii, et omavahel hoiab kätest kinni mitu suusatajat või uisutajat;
- kahe puu vahelt läbi sõitmine (näiteks kelguga);
- sõitmine märke või mäest alla suure sagina ajal;
- tagaajamise mängimine liuväljal;
- uisutamise suuna mittejärgimine (uisutatakse tavaliselt vastupäeva);
- mäest alla sõitmine kilega (isegi kui teel juhtub olema väike kivi või kõvem jäätükk, võib vigastada lülisammast, eriti sabaluud);
- sõitmine kelgu või kilega, hoides kinni autodest või ühistranspordist.

*Suusamäel* on oluline kasutada kaitsekiivrit. Nii suusatamisel kui ka sõitmisel lumelaua ja kelguga sobib sama kiiver, mida laps kasutab jalgrattasõidul. Kiivri kandmine mäel peaks olema kohustuslikud kõigile sõitjatele. Enne suusatamist mäel või suusaradadel ja uisutamist liuväljal on oluline tutvuda nende kasutustingimustega. Kasutustingimusi võib tavaliselt leida puhkekoha kodulehelt, samuti võivad need olla välja pandud suusaraja või liuväljal äärde hästi nähtavasse kohta.

### **Elektriohutus**

On palju ja erinevad elektriohutuse nõudeid, mida peab igapäevaelus täitma, et kaitsta ennast ja lapsi elektritraumade eest, näiteks:

- mitte läheneda maha langenud elektriliinile;
- mitte süüdata lõket elektriliini postide läheduses;
- äikesetormi ajal mitte seista elektripostide ja puude all.

Lapsed ei tohi mängida trafopunktide lähedal, samuti ei tohi püüda neid avada. Kui trafopunkti üks on avatud, tuleb viivitamata teatada sellest täiskasvanutele. Kui trafopunkti on kukkunud pall või sinna sattunud lemmikloom, näiteks kass või koer, tuleb sellest teavitada täiskasvanut. Laps ei tohi üritada oma jõududega eset või looma päästa. Hukkuda võivad nii päästja kui ka loom, keda üritati päästa.

Ka puhates võib saada elektritraumasid. Näiteks, kui elektriliinide lähedal lennutatakse lohet või laps üritab ronida elektriliinide lähedal kasvava puu otsa. Samuti on oluline järgida lõbustusparkidesse paigaldatud juhiseid ja hoiatusi ning pargi personali juhiseid. Äikese ajal ei tohi kasutada karusselle.

Elektriohutus on tähtis töötamisel maakodudes, suvilates või aias. Näiteks, kastes aeda voolikuga, tuleb olla ettevaatlik, et veejuga ei ulatuks elektriliinideni, sest vesi juhib elektrit. Lastele on elektrilise muruniiduki kasutamine eriti ohtlik, sest nende oskused ei ole veel piisavad, et teha seda tööd ohutult. Vihma ajal ei tohi elektrilist muruniidukit üldse kasutada. Väliürituste ajal tuleks vältida toolide paigutamist elektrijuhtmetele, sest toolijalg võib kahjustada juhtme isolatsiooni ning see võib põhjustada elektrilöögi. Talumajapidamistes tuleks ettevaatlik olla elektrikarjustega. Neid ei tohi puudutada. Ning kui tiigist või muust veekogust pumbatakse vett elektrilise pumbaga, siis selles veekogus ei tohi supelda ega üldse sellesse siseneda.

Elekter on ohtlik mitte ainult selle poolest, et võib põhjustada elektrilöögi, vaid ka selle poolest, et vigastatud elektripaigaldised võivad põhjustada tulekahju. Seepärast lapsed peavad tundma märke, mis viitavad asjaolule, et esineb elektriseadmetest tulenev põlenguohut, ning sellest tuleb viivitamata teatada täiskasvanutele:

- lüliti või pistikupesa lähedal täheldatakse suitsu;
- on kuulda sädelusele iseloomulikku praksuvat heli;
- tunda on kõrbeva kummi või plasti lõhna;
- elektriseadet lülitist sisse või välja lülitades on märgata sädelust.

Käesolevas peatükis ei ole loetletud kõik elektriohutuse nõuded, vaid ainult need, milliste eiramine enamasti põhjustab elektrilöögi lastele vanuses 4–11 aastat.

### **Abi kutsumine**

Noorematel lastel peaks meeles olema ainult üks telefoninumber, millele helistamiseks on võimalik saada abi mis tahes hädaolukordade või õnnetuste korral - hädaabinumber: 112. See on tasuta kõne igalt telefonilt, kõikjal Eestis, kus on mis tahes mobiilsidevõrgu leviala. 112 on ühtne hädaabinumber Euroopa Liidu riikides.

Oluline on meeles pidada, et telefoninumbrile 112 saab helistada ka siis, kui mobiiltelefonil ei ole SIM-kaarti või kõnekaardi krediit on lõppenud või telefon on lukustunud ja PIN-kood ei ole teada.

Häirekeskuse päästekorraldajale tuleb esitada järgmised andmed:

- KUS TOIMUB:
  - aadress (täielik aadress linna nimetusega, sest kui ühendus peaks katkema, siis päästeteenistus vähemalt teab sündmuse asukohta);
  - objekt (näiteks kortermaja, sild üle jõe);
- MIS ON JUHTUNUD, näiteks:
  - tulekahju (mis põleb, mis korrusel ja millises ruumis);
  - inimene on vajunud jää alla (kus);
  - sõbral on pea katki (kuidas õnnetus juhtus);
- KANNATANUTE ARV JA VIGASTUSTE ISELOOM, näiteks:
  - mis liiki traumad, kui seda on võimalik määratleda;
  - kas hoonesse on jäänud inimesi;
- enda perekonnanimi ja telefoninumber (soovitav).

Häirekeskus annab teavet selle kohta, kuidas konkreetses olukorras toimida, või ühendab vajaliku tugiteenistusega – kiirabi, politsei, munitsipaalpolitsei, gaasiavariiteenistus või muu teenistus. Kui selline ühendus on loodud, siis ka nendele teenistustele tuleks anda teavet samas järjekorras, nagu eespool kirjeldatud. Kõnet järgmise tugiteenistusega tuleb alustada algusest, sest nad ei ole kuulnud eelnenud vestlust.

Igal juhul tuleb hädaabikõnet jätkata seni, kuni kõne lõpetab Häirekeskuse päästekorraldaja. Avari- ja erakorralises olukorras on tähtis mitte sattuda paanikasse ja säilitada rahu.

Kui on vaja nii pääste- kui ka meditsiiniabi (näiteks, kui inimene on jää alla vajunud), siis tuleb valida number 112. Häirekeskuse päästekorraldaja võtab ise ühendust kiirabiga, et edastada vajalik teave.

### **Allikas:**

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

„Tervelt ja ohutult: abimaterjal lapsevanemale ja õpetajale tervise ja ohutuse teemad lasteaia- ja algkooliealistele“ Läti Riigi hariduskeskus, 2011; Materjali on koostanud: SIA “Outloud”, eesti keelde tõlkinud ja kohandanud: Sotsiaalministeerium.

**Alushariduse õpetajatele on abiks ka järgmised materjalid:**

TEL-võrgustikku kuuluvate lasteaedade poolt koostatud hea praktika näiteid:

<http://www.terviseinfo.ee/et/tervise-edendamine/lasteaias/tervist-edendavate-lasteaedade-tel-vorgustik/head-praktikad/ohutus-ja-turvalisus>

Töölehtede kogumik 4-11aastastele:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

Käsiraamat õpetajatele:

[http://oppekava.innove.ee/wp-content/uploads/2015/07/Oppevaldkonnad\\_Alusharidus.pdf](http://oppekava.innove.ee/wp-content/uploads/2015/07/Oppevaldkonnad_Alusharidus.pdf)

**Tagasi sisukorda**

## Õppekäikude ja -ekskursioonide korraldamine laste ohutust silmas pidades

(Kai Kuuspalu)

Koolieelses eas on oluline roll ümbritseva maailmaga tutvumisel õppekäikudel, lasterühmaga liikumisel. Vajalik on lasteasutuse siseselt kokku leppida õppekäikude, -ekskursioonide korraldamisega seonduvad ohutuse põhimõtted laste ohutust silmas pidades. Samuti tuleb lapsi lasteaia varasest eas õpetada rühmas liikuma, kokkulepitud reeglitest kinni pidama, arvestama teiste liiklejatega ning silmas pidama enda ja teiste liiklejate ohutust. Mõned soovitusel lasterühmaga liiklemiseks leiad siit <http://www.liikluskasvatus.ee/opetajale/lasteaed/oppekaigud-lasteruhmaga-liiklemine-tanaval/>. Lisaks võid vaadata õppevideot <http://www.liikluskasvatus.ee/opetajale/lasteaed/oppekaigud-lasteruhmaga-liiklemine-tanaval/kuidas-liikuda-lasteruhmaga-liikluses/>.

Lasterühmaga liiklemine ja Liiklusseadus:

§ 8 (3) Liiklust reguleerib politseiametnik või abipolitseinik, kes on saanud sellekohase väljaõppe. Liiklust võib omandatud pädevuse piires reguleerida ka sellekohase väljaõppe saanud:  
10) lasterühma saatja laste ohutuse tagamisel;

*Maanteeamet on taganud lasterühma saatjatele tasuta reguleerija I astme pädevuskoolitusi.*

*Täpsemat infot koolituse sisu ja oma asutusse tellimisvõimaluste kohta leiad siit:*

<http://www.liikluskasvatus.ee/opetajale/infopaevad/koolitused-opetajale/>

§ 22 (7) Koolieelikute ja algklasside õpilaste rühm (edaspidi *lasterühm*) võib liikuda ainult täiskasvanute saatel kõnniteel kaks last kõrvuti. Kõnnitee puudumisel võib lasterühm liikuda teepeenral, seejuures valgustamata asulateel ning asulavälisel teel ainult valge ajal ja kahesuunalise liikluse korral eraldusribata tee vasakpoolsel teepeenral. Lasterühma saatja peab tagama ohutuse ja tal peab olema seljas ohutusvest.

§ 36 (4) Sõitjateveol, mille eesmärgiks on laste vedu, kasutataval bussil peab esi- ja tagaosas olema lasterühma tunnusmärk ning peatuse ajal peavad põlema ohutuled. Bussijuht ja lasterühma saatja peavad tagama laste bussi sisenemise ja bussist väljumise ning sõidutee ületamise ohutuse.

[RT I, 31.12.2010, 3 - jõust. 01.07.2011]

Soovitame bussi tellimisel õppeekskursiooniks pöörata tähelepanu järgnevale:

1. Soovitame Teil laste turvalisuse tagamiseks tellida ekskursiooni jaoks ainult turvavöödega varustatud busse. Turvavöödega varustatud juhuveol kasutatavate busside andmed on leitavad siit: [https://www.mnt.ee/sites/default/files/content-editors/Failid/Yhistransport/turvavöödega\\_varustatud\\_reisijateveo\\_teenuse\\_pakkujad.pdf](https://www.mnt.ee/sites/default/files/content-editors/Failid/Yhistransport/turvavöödega_varustatud_reisijateveo_teenuse_pakkujad.pdf).
2. asulavälisel teel laste veoks kasutatavas bussis võib alla 18-aastaseid lapsi olla vastavalt istekohtade arvule ja seisvate laste vedu on keelatud;
3. sõitjateveol, mille eesmärgiks on laste vedu, kasutataval bussil peab esi- ja tagaosas olema selgelt nähtav lasterühma tunnusmärk ning peatuse ajal peavad põlema ohutuled;
4. bussijuht peab olema välja puhanud ja kaine;

5. bussil peab olema kehtiv tehnoülevaatus, mille olemasolu saate kontrollida aadressilt: <https://eteenindus.mnt.ee/public/soidukTaustakontroll.jsf>
6. bussijuht ja lasterühma saatja peavad tagama laste bussi sisenemise ja bussist väljumise ning sõidutee ületamise ohutuse;
7. Kui kokkulepitud kohale saabub ekskursiooniks tellitud buss, mis ei vasta esitatud nõuetele või mille juht on nähtavate väsimuse tunnustega, on targem ja ohutum väljasõidust selle bussiga loobuda ja võtta koheselt ühendust bussiettevõttega nõuetele vastava asendusbussi ja/või asendusjuhi saamiseks.
8. Enne ekskursiooni soovitame lastele meelde tuletada mõned põhilised bussiga liiklemise ohutusreeglid. Näiteks:
  - sõidu ajaks tuleb turvavöö kinnitada. Kinnitama peab nii, et turvavöö jookseks üle puusa- ja vaagnaluu, mitte üle kõhu. Turvavööd tuleb pingutada ja vajadusel võtta selle alt ära paksud riided. Ülemine diagonaalrihm ei tohi joosta üle kaela. Seepärast soovitame väiksematel lastel kas kasutada istumisasendust või asetada diagonaalrihm selja tagant;
  - sõidu ajal bussis seista on ohtlik ja keelatud;
  - bussijuhti ei või sõidu ajal segada! Igasugune lärmamine ja valju muusika kuulamine pole bussis lubatud.

## Liiklusteemade käsitlemine koolieelses lasteasutuses – liikluskalender

### (Kai Kuuspalu)

Liikluses toimetulekuks ettevalmistusel on lasteaia, eriti koolieelikute rühmas väga oluline osa. Järjepideva liikluskasvatuse toetamiseks on Maanteeamet välja töötanud õpetajatele soovitusel teemade käsitlemiseks kuude lõikes.

*Märkus: Kuude lõikes eraldi lehtedena kalendrid saavad lasteaedade kõik rühmad Maanteeametilt iga õppeaasta alguses, augustis.*

### **September: Ära ületa teed bussi varjust!**

Teemad: Tee ületamine enne sõiduteed, ohutus teeületusel jälakäijana ja jalgratturina.  
Kuidas käituda ühistranspordis?

### **Oktoober: Helkur võib päästa elu!**

Teemad: Enda nähtavaks tegemine liikluses jalakäijana ja jalgratturina:  
heledad/erksavärvilised riided, helkur ja tuled. Millised on meie rühma liikumisviisid?

### **November: Turvavöö!**

Teemad: Lapse turvavarustus: turvavöö ja -iste. Turvavöö kinnitamine nii sõiduautos kui bussis.

### **Detsember: Libedusetõrje ehk kuidas ennetada kukkumist?**

Teemad: Libeda teega tekkivad ohud liikluses. Kelgutamise kohad ja ohud. Kuidas ma talvel liikluses nähtav olen?

### **Jaanuar: Lumehanged!**

Teemad: Teeületamine lumehangede tagant, piiratud nähtavus. Talveröö mud ja tihe liiklus ei kuulu kokku.

### **Veebruar: Foorituled!**

Teemad: Teeületus valgusfooriga ristmikul. Liiklusmärgid: hoiatavad, keelavad, suunavad, osutavad.

**Märts: Lase rong läbi!**

Teemad: Eriotstarbelised sõidukid, erinevad alarmid. Hääled liikluses. Erinevad ühistranspordi liigid: buss, lennuk, laev, rong, tramm, troll jm.

**Aprill: Ohutus eelkõige!**

Teemad: Kevadised liikumisvahendid: jalg- ja tõukeratas, rula, rulluisud jm. Kiiver: mida ostmisel jälgida ja kuidas kiiver õigesti kinnitada? Minikiivri katse.

**Mai: Kaotad minuti – võidad elu!**

Teemad: Ohud nutiseadmete ja kõrvaklappide kasutamisel liikluses. Liikluses ole tähelepanelik ja ära kiirusta!

**Juuni: Ettevaatust!**

Teemad: Ratturi ja ratta turvavarustus. Jalgrattaga sõiduosavuse arendamine, teeületus. Kus tohib jalgrattaga sõita?

**Juuli: Liikluses on reeglid ja need kehtivad kõigile!**

Teemad: Liiklusreeglite ülekordamine. Kuhu lähen puhkama, millega sinna sõidan?

**August: Tee ületamisel ole ettevaatlik!**

Teemad: Peatu, kuula, vaata ja veendu! Oleme liikluses sõbralikud ja viisakad: „TERE“ on silmside ja „AITÄH“ on käeviibe ja peanoogutus.

**Soovitusi lasteaia õpetajatele**

Eesmärgistatud liikluskasvatuse rühma tasandil sõltub mitmetest asjaoludest: *Kas õpetaja/rühma meeskond väärtustab liikluskasvatuse teemat? Milline on nende isiklik kogemus? Kuidas on asutuse tasandil tagatud ühtsed põhimõtted ja eeldused liikluskasvatuse läbiviimiseks? Kuidas rühma/lasteaia meeskond kavandab ja viib läbi konkreetseid tegevusi õppetöösse? Keda õpetaja kaasab liikluskasvatuse läbiviimisesse?*

**Aspektid, millega arvestada liikluskasvatuse planeerimisel:**

- Laste ja vanemate hoiakud, nende liikluskäitumuslikud harjumused, liikumisviisid jne: milline on laste liikluskäitumuslik taust, millised peaksid olema antud rühma puhul liiklushariduse rõhuasetused, õpetaja tegevused laste ja ka vanemate suunal
- Reaalne liikluskeskkond: laste kodude, lasteaia või tulevase kooli ümbrus/liikluskeskkond ja eripärad
- Õpetajad: nende liikumisviisid, liikluskäitumuslikud harjumused, hoiakud ja kogemused
- Asutuse õppekava: selles kehtestatud normid, tavad, suunad
- Õigusloome, kehtiv reeglistik
- Meie liiklusolud ja -kultuur: tugevused ja nõrkused, liiklusohutuse kampaaniad jms
- Liikluslane statistika, uurimused

**Koolieelse lasteasutuse õppekavas seondub otsesemalt liiklusharidusega**

- Tunnetusprotsesside arendamine (tajude/meeleorganite ja tahtliku tähelepanu arendamine, emotsioonide ohjamine)
- Valdkond *MINA JA KESKKOND*, tehiskeskkond (sõidukid; valgusfoor ja tänava ületamine; liiklusmärgid; turvavarustus jm liiklusteemaline sisuinfo)
- Valdkond *MINA JA KESKKOND*, sotsiaalne keskkond (ohuallikad ning ohutu käitumine; põhjus-tagajärg seoste loomine; viisaka liikleja kujundamine)

### **Liiklusharidus õppe- ja kasvatusprotsessis**

#### **Kuidas planeerida?**

Liikluskasvatus koolieelses lasteasutuses on igapäevane, üldisesse õppe- ja kasvatustegevusse lõimitud. Kõik sõltub konkreetse lasteaia korraldusest. Traditsionaalsed üritused, temaatilised nädalad, ühised ülemajalised tegevused kajastuvad kindlasti lasteasutuse aasta tegevuskavas. Rühma tasandil on mõistlik rühma aasta tegevuskavas välja tuua konkreetse aasta liikluskasvatuse eesmärgid, koostööpartnerid ning koostöötegevused lastevanematega, sh ka temaatilised üritused (kui neid on). See aitab õpetajal terve aasta vältel püstitatud eesmärgi õppekäikudel meeles hoida ning rühma igapäevasesse õppetegevusse lõimida, sh nädalakavu koostades.

Heaks võimaluseks lõimida liiklusteemat mingi muu nädalakava temaga, on liiklusest lastega koos arutada konkreetse aastaaja, reaalse elu juhtumiste, nädala teema jm taustal näiteks hommikuringis ning väga hea, kui nädalakava planeeringus toetab seda tegevust ka mõni uurimus koos lastega, mängukeskkond või õppekäik. Õppekäigud lasteaias on üldse ühed olulisemad liiklemiseks vajalike oskuste harjutamisel ja väärtuste kujundamisel. Õppekäiguks liikluskasvatuse mõistes võib lugeda igat jalutuskäiku või välja minekut lasteaia territooriumilt. Õppekäikudeks vajalikke kogemusi ja häid nippe saab maanteeameti poolt korraldatavatelt lasterühma saatja koolitustelt. Häid ideid ja kogemusi erinevate liiklusteemade käsitlemiseks võid leida tudengite väljatöötatud näidisinädalakavadest: <http://www.liikluskasvatus.ee/opetajale/lasteaed/opilaste-tood/>.

#### **Liikluskasvatus ja mäng.**

Laps õpib ja harjutab tulevaseks eluks just mängu kaudu. Seepärast on ka liikluskasvatases õpetajal oluline roll mängude sihipärase kasutajana õppe-eesmärkide saavutamisel, mängukeskkonna looja ning laste mängu suunajana. Kuidas liiklusteema on „märkamatu kohal“ rühmas loodud mängunurkades? Näiteks lugemisenurgas võiks see väljenduda temaatiliste raamatute näol, ükskõik kas siis eakohaste ostetud raamatute või laste ja vanematega koostöös kokkupandud oma liiklusraamatu näol. Kuidas on liiklummängude planeerimisel arvestatud aastaegade ja nendest tulenevat erisustega? Nii näiteks on loomulik, et sügisel pimedama aja saabumisel ilmuvad poemängu müügile helkurid ning et kodumängus on ka nukkudel helkurid riiete küljes. Läbi selliste rollimängude saab õpetaja suunata lapsi harjutama kasutama teadmisi ja oskusi oma tulevaseks ohutuks käitumiseks liikluses. Omal kohal on muidugi ka igasugused tähelepanu ja keha tunnetust arendavad liikumismängud ning liiklusalaste teadmiste omandamist toetavad õppemängud, mida õpetaja saab valida nädalakava koostamisel nädalateemat arvestavalt.

Lasteaia liiklusharidusalane peamine eesmärk on last ette valmistada iseseisvalt jalakäijana liiklemiseks ja grupis liikumiseks. Selle eesmärgi saavutamiseks on tähtsal kohal pidev kordamine ja praktiline harjutamine võimalikult realses keskkonnas: kas siis lasteaia õuealale loodud

liikumisväljakul või teiseldatavate liiklusvahendite liiklussituatsioonide simuleerimise abil. Maanteeameti toel on võimalik igal lasteaial soetada oma asutusele teiseldatav õppevahendite komplekt „Liiklusvanker“, mille abil saab nii õuealale laste väljas mängimise ajaks kui ka siseruumides luua erinevaid õppimiseks olulisi liiklussituatsioone. Antud vahenditele on loodud ka õppemetoodiline materjal, millega on võimalik tutvuda siin: <http://www.liikluskasvatus.ee/wp-content/uploads/2014/01/Liiklusvanker-Metoodiline-juhend.pdf>



(Allikas: Maanteeamet)

#### **Liikluskasvatus ja koostöö vanematega.**

Vanem on õpetajale koostööpartner. On väga oluline jagada vanematega vastutust lapse arengu toetamisel, küsides vanemate arvamust, tutvustades neile iganädalaselt kavandatavaid õppetegevusi ning kaasates neid aktiivsemalt õppeprotsessi ja lapse arengu vaatlemisse. Lapse arengu vaatluste läbiviimisel on vanemate kaasabi lapse liikluskäitumise osas hädavajalik: lisaks sellele, et lapse liikluses toimetuleku osas on õpetajal üpris keeruline individuaalseid vaatlusi läbi viia (nt kas ta jääb enne sõiduteed seisma), saab vanem ise lapse arengu vaatlusi õpetaja juhendamisel läbi viies head tagasisidet oma lapse toimetulekust liikluses ning saab lapsega liikluses täiendavalt vajalikele aspektidele tähelepanu pöörata.

Koostöö on efektiivseim siis, kui nii õpetajad kui vanemad jagavad ühiseid põhiväärtusi ja on järjekindlalt headeks eeskujudeks. Vanematele tuleb järjepidevalt meelde tuletada nende eeskuju mõju oma lapse hoiakute ja käitumise väljakujunemisele. Samuti ei tohi unustada vanemate tunnustamist ja kiitmist.

*Liikluskasvatuse korras* on sätestatud, et õpetaja on liikluskasvatuses ka vanemate juhendaja: jaga talle näpunäiteid oma lapse arendamiseks, loo võimalusi lapsele ja vanemale koos õppimiseks ning vajadusel korralda temaatilisi sündmusi või koolitusi, kaasates eriala spetsialiste ka väljastpoolt lasteasutust. Lapse arengu iseärasustest liikluses toimetulekuks on kirjutanud Esko Keskinen oma raamatus „Lapsed ja noored liikluses“, mille eestikeelset tõlget saad lugeda liikluskasvatuse lehelt <http://www.liikluskasvatus.ee/opetajale/huvitavat-lugemist/> . [www.liikluskasvatus.ee](http://www.liikluskasvatus.ee) lehelt võid leida muudki huvitavat lugemist, tudengite lõputöid (ka lastevanemate suunal), praktikute kogemusi, mänge jne.

**Tagasi sisukorda**

## Teemadeülesed õpiülesanded

### Ülesanne 1: Turvaline käitumine erinevates olukordades

#### 1.1. Käitumine enda ja võõra (lemmik)loomaga (Marge Järv)

##### Taustainfo

##### Loomade tekitatud vigastused: lemmikloomad

Loomade tekitatud vigastuste tõttu kannatavad kõige sagedamini lapsed vanuses 10–12 aastat. Kõige tavalisemad on koerahammustused (selliseid traumasid saavad poisid 1,3 korda sagedamini kui tüdrukud), samuti kassikriimustused. Nooremad lapsed saavad enamasti hammustusi pähe ja kätte, samas kui teismelised jalgadesse. Kui loom hammustab, on vale teda agressiivsuses süüdistada, kuna loom käitub oma instinkti järgi. Kõige sagedamini tekitavad hammustusi või kriimustusi just isiklikud lemmikloomad või tuttavad (näiteks sõprade, naabrite või vanavanemate) loomad.

Ohutusnõuded kokkupuutel lemmikloomadega:

- ärge puudutage, paitage ega kaisutage võõraid koeri ja kasse ilma peremehe nõusolekuta;
- ärge puudutage looma, kui tema käitumises on märgata agressiivsust, näiteks kass sisiseb, küüned on väljas, koer uriseb ja hambad on irevil;
- ärge olge looma, eriti koera kõrval, kui ta sööb;
- ärge puudutage looma, kui ta on koos oma poegadega;
- ärge kasutage looma nukuna, püüdes teda riietada või nukuvoodisse magama panna;
- ärge üritage heita looma peale, niiviisi teda kinni hoides, et ta ei saaks põgeneda;
- ärge tirige looma sabast, kõrvadest;
- ärge toppige sõrmi silmadesse, kõrvadesse, ninna, saba alla jm;
- ärge lööge looma jalaga;
- ärge tõstke looma õhku ega loopige teda;
- ärge asetage looma vette – vanni või muusse anumasse, kui teda ei pesta täiskasvanute juuresolekul.

Täiskasvanutel on koera soetamise otsuse tegemisel oluline teadvustada vastutust looma eest ja õpetada ohutut käitumist ka lastele. Juba alates esimesest päevast tuleb koerale selgeks teha tema hierarhiline koht peres, et loom ei tajuks, et ta on võrdne lapsega, ega hakkaks temaga agressiivselt konkureerima: näiteks kõigepealt sööb peremees (täiskasvanu) ja alles siis koer. Koera söödab ainult peremees ühes ja samas kohas. Oluline on pärast eemaldada koera sööginõu, sest loom võib kaitsta ka tühja sööginõud.

Last tuleb õpetada koera mitte õrritada, näiteks:

- mitte tõmbama pulgaga mööda aeda, mille taga elab koer;
- mitte torkima pulgaga läbi aia koera;

- kiiresti mitte jooksmas (näiteks mitte põgenema koera eest);
- mitte narrima;
- mitte vehkima kätega;
- mitte mööduma koerast sõites jalgrattal (õige teguviis nähes vastu jooksmas rihmata koera on tulla jalgrattalt maha ja lükata seda loomast möödumisel käekõrval, kuna jalgratta rataste pöörlemine tekitab heli, mida inimese kõrv ei kuule, kuid koera kõrvadele on see väga ebameeldiv, mistõttu nad reageerivad ägedalt isegi aeglaselt liikuvale jalgrattale).

Samuti võivad last hammustada ka muud lemmikloomad - tuhkruud, tšintšiljad, rotid, merisead, erinevad linnud, näiteks siis, kui laps pistab sõrmed loomapuuri. Erilist tähelepanu tuleks lapsele pöörata loomanäituse külastamise ajal, kus ei tohiks lubada lapsel paitada või kaisutada võõrast looma, isegi kui looma peremees kutsub seda tegema. Selles tuleb lapsega kokku leppida enne näituse külastamist.

**Allikas:**

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

(läbi viidud 17.11.2016)

**Õppetegevuste eesmärk:** Lapsed teadvustavad need ohud, mis on seotud oma ja võõra lemmikloomaga ja oskavad käituda lihtsamates olukordades: kuidas ja millal võib looma paitada, mida teha, kui koer ründab jne. Laps oskab oma sõnadega kuuldu lugu ümber jutustada ja arutleda kuuldu ning lemmikloomaga käitumist puudutavatel käsitletud teemadel.

**Aeg:** 30 min.

**Sihtrühm:** 5-7aastased lapsed

**Õppetegevused:**

1. Jutustus.
  - A. Vallik jututab „Krista teeb võõrale koerale pai“ raamatust „Las laps loeb“ ettelugemine osade kaupa.
  - Küsimuste esitamine kuuldu osade kohta.
  - Lapsed jutustavad oma sõnadega jutut ümber. Arutelu ja vestlemine koduloomade paitamise teemal.
2. Töölehe täitmine (vt Lisa 1): tähtede rägastikust lausete kokku lugemine ja koera pildi joonistamine ja arutelu, miks selline käitumine on antud olukorras vajalik.
3. Mängukoera peal õpitu demonstreerimine.
  - Õpetaja võtab mängukoera ja simuleerib erinevaid olukordi, mil koera paitamine ei ole soovitatav. Lapsed näitavad järgemööda, kuidas sellises olukorras tuleks käituda ja põhjendavad otsust.
  - Õpetaja esitab erinevaid situatsioone nii koera kui kassiga käitumisest, mida lapsed võivad valesti teha (vt taustainfo) ning küsib laste käest, kas nii tohib teha. Lapsed põhjendavad.

**Õpitulemused:**

- Laps teab, kuidas tuleb käituda enda ja võõra loomaga;
- oskab õppesituatsioonis demonstreerida lemmikloomaga käitumist;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikke ja kahjulikke;

- kirjeldab, kuidas inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- jutustab kuulnud teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid;
- kujutab objekte neile iseloomulike tunnuste kaudu.

#### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: perekond ja kodu; tervise väärtustamine; üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: keelekasutus, sõnavara, jutustamine ja kuulamine; lugemine;
- Kunst: tehnilised oskused – joonistamine.

**Tagasiside kogumine:** Laps jutustab tutvumisest võõra loomaga. *(kommentaar - meie rühmal on see kogemus olemas – paar koeraomanikku on käinud lasteaia aia taga koera näitamas ja lastega vestlemas).*

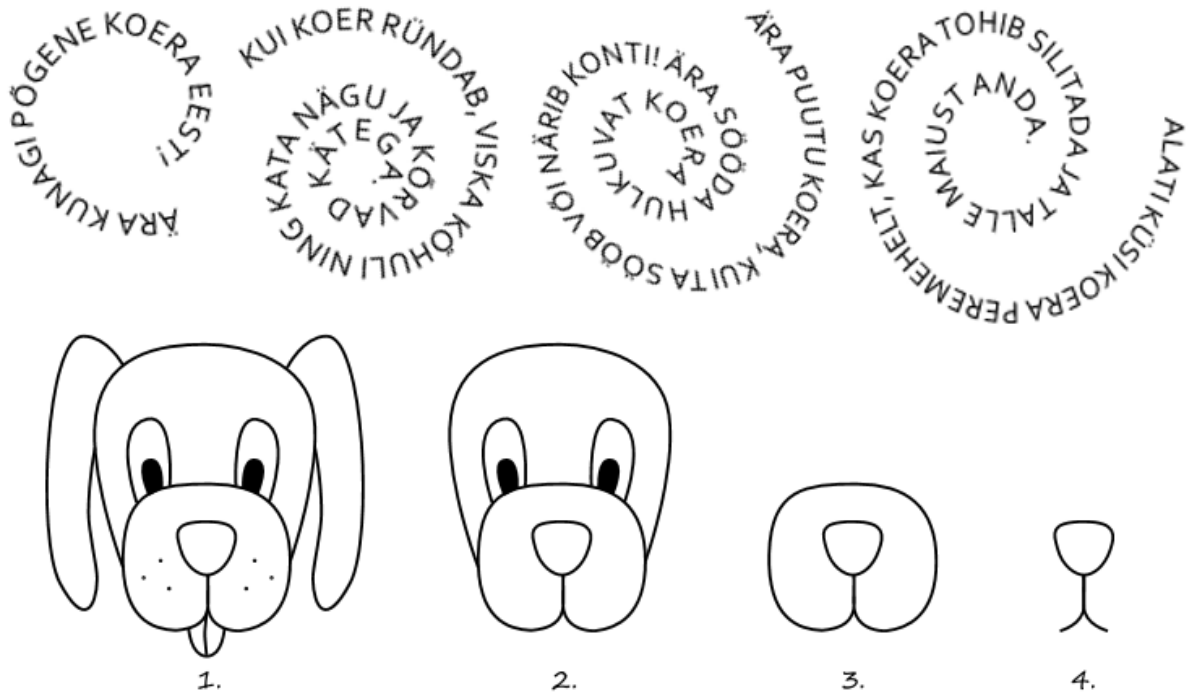
## LISA 1.

### Tööleht

1. Lugeda väiteid koerte ja enda käitumise kohta. Arutada rühmades laste isiklike kogemusi loomadega.

Tähtede rägestikku on peidetud järgmised laused: 1. Ära kunagi põgene koera eest! 2. Kui koer ründab, viska kõhuli ning kata nägu ja kõrvad kätega. 3. Ära puutu koera, kui ta sööb või närib konti! Ära sööda hulkuvat koera. 4. Alati küsi koera peremehelt, kas koera tohib silitada ja talle maiust anda.

2. Joonistage koerte pildid lõpuni, kasutades näidisena 1. pilti. Kasutades omandatud koerajoonistusoskusi, joonistada A4 lisalehele koer, kes on ümbritsetud turvalise keskkonnaga (näiteks koer tara taga, koer rihma otsas ja suukorviga jalutamas koos omanikuga).



#### Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

### Tagasi sisukorda

## 1.2. Ohutu käitumine loomaaias – matkimismäng

(Marge Järv) (tegevus läbi viidud 16.11.2016)

**Õppetegevuste eesmärk:** Kinnistab teadmisi loomadest ja loomaaiaist. Teab, kuidas on sobiv käituda loomaaias looma puuri juures.

**Aeg:** 25 min.

**Sihtrühm:** 5-6aastased lapsed

### Õppetegevused:

1. Sissejuhatav osa. Täna tuletame meelde loomi, kes elavad loomaaias. Vaatame arvutist koos Tallinna Zoo videot: <https://www.youtube.com/watch?v=cGQzALdAxdU>

2. Tuletame meelde loomaaiamängu. Räägin, et meie linnas on loomaaed. Hommikul avatakse loomaaia väravad. Inimesed lähevad loomaaeda. Loomaaias elavad (*lapsed nimetavad erinevaid loomi ja matkivad neid*) rebased, karud, jänased, kaelkirjakud, krokodillid, jänased, papagoid, kalad, maod jne.

3. Matkimismängu mängimine. Teen kahest nukunurga taburetist puuri ühele kaisuloomast tiigrile. Räägin, et tiigril on kõht tühi ja ta lamab õnnetult puuris. Jagan igale lapsele pildi toiduainetega (kurk, tomat, ploomid, kirsid, kringel, jäätis, porgand, kaalikas kapsas jne). Kujuta ette, et oled loomaaias tiigri puuri juures, sul on käes see toit, mis ma sulle pildina andsin. Mõtle, kas sa annaksid selle toidu näljasele tiigrile. Kui annaksid, siis pane kaart tiigrikese puuri juurde. Kui sa oma toitu tiigrile ei anna, siis anna see pilt minule. (*kommentaar: enamus lapsi loovutasid oma toidu tiigrile, minule anti tordi, kringli - magusate toitude pildid*). Üks tüdruk tuli selle peale, et toit tuleks anda looma hooldaja kätte. Vestlesime, et miks ei tohi ise tiigrile toitu anda (tiiger võib haigeks jääda, tiiger võib käest haarata.) Näitasin kuidas ei tohi näppu ja kätt puuri pista. Vestlesime märkidest loomade puuri juures ja toidu annetustest (nt kõrvitsad) elevantidele.

### Õpitulemused:

- Laps mõistab, et loomadele ei ole mõistlik/õige ise toitu anda ja loomaaeda võib annetada toitu.
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikku ja kahjulikku;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- kirjeldab võimalikke ohte;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobival reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;

### Lõiming

- Mina ja keskkond: üldtunnustatud käitumisreeglid; tervise väärtustamine, tervislik toitumine, inimkeha; ohuallikad ning ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine.

**Tagasiside kogumine:** Laps jutustab oma käigust loomaaeda.

### Tagasi sisukorda

### 1.3. Turvaline käitumine lasteaia õuealal (Kaja Lepik, Kai Kuuspalu)

#### Taustainfo

##### Mängides

Liumägede, rippkiikede, rõngaste, trapetsite, kõite ja teiste talade või sammaste külge kinnitatavate mänguasjade ohutus algab juba nende nõuetekohasest kokkupanemisest. Seetõttu on oluline lugeda hoolikalt kasutusjuhendis olevat teavet (selles pööratakse erilist tähelepanu detailidele, mis võivad olla ohtlikud, kui need ei ole korralikult kokku pandud). Sellised mänguasjad vajavad perioodilist kontrolli ja tehnilist hooldust – näiteks riputussüsteemid, kinnitused, toed – et need ei põhjustaks kukkumist ega läheks ümber. Iga kord enne kiikumist tuleb veenduda kiige ohutuses, kuna sageli on eelnevatel aastatel ülesse riputatud köis- või latti kiiged muutunud pärast talve ohtlikuks.

Oluline on selgitada lastele *ohutu kiikumise* põhimõtteid:

- kui kiigel keegi juba kiigub, siis peab seisma kiigest piisavalt kaugel, et vältida kokkupõrkeid kiigega ja vigastusi;
- kiigelt ei tohi maha hüpata selle liikumise ajal;
- ei tohi kiigutada tühja kiike või esemeid sellel (esemed võivad kukkudes kedagi vigastada);
- kiikudes ei tohi püüda ega peatada teisi lapsi;
- kiigel tuleb istuda selle keskel, kogu raskusega istmel;
- ei tohi kiikuda püstiasendis (v.a juhul, kui kiik on just selleks ette nähtud);
- ühel istmel võib istuda vaid üks laps.

Ka *liumägi* on ohtlik koht mänguväljakul. Liugu tohib lasta ainult istuvas asendis. Otsese päikesevalguse toimel võivad liumäe detailid kuumeneda ja lapsed võivad saada põletusi.

*Mänguväljakutel* ei tohi midagi siduda atraktsioonide külge (näiteks jakid, nöörid, aasad, lemmikloomade rihmad), sest see on ohtlik (tekib kähistamise oht). Rippumine pea alaspidi mis tahes võimlemiseseadmest tekitab ohu kukkuda ja maanduda pea peale, mis võib põhjustada tõsiselt seljavigastusi. Samuti on sage õnnetuste põhjus kõikides vanuserühmades *palliga mängimine* sõidutee lähedal.

##### Talvel

Talvel kannatavad lapsed kõige enam mäest alla sõites, näiteks kelkude, “liugurite”, kiledega, samuti suusatades, lumelauasõidul või uisutades. Aeg-ajalt esineb ka libastumisi libedal tänaval või katuselt lume ja jääpurikate kukkumisega seotud vigastusi. Kahel viimasel juhul on kõige olulisem vältida ohtlikke kohti, näiteks, kui tänaval kõndides on näha, et hoone katuselt on äsja kukkunud lund või jäätükke või hoone katust puhastatakse, peaks minema teisele poole tänavat.

Aktiivsel sportimisel juhtub enim õnnetusi siis, kui sõitja ei suuda valitseda kelku, suuski või lumelauda ning kihutab takistuse (näiteks puu või aed) vastu, samuti põrgates kokku teiste talverõõmude nautijatega. Eriti ohtlikud on olukorrad, kus lapsed sõidavad mööda isetehtud radu, mis lõppevad otse sõidutee ääres või ületavad seda. Oluline on õpetada lastele erinevaid pidurdus-, pööramis- ja ohutu kukkumise viise, et nad saaksid vältida erinevaid takistusi ja end kaitsta.

Kui suuremad lapsed hakkavad mäel üksi käima, on täiskasvanutel oluline teada, kuhu nad lähevad. Enne seda tuleb lastega arutada, millist nõlva mööda on ohutu sõita. Oht sattuda õnnetusse sõltub kõige enam sõitja käitumisest ja sõidutingimustest, samuti varustuse (näiteks suusad) tehnilisest seisukorrast.

Näited ettevaatamatust käitumisest talvel:

- pikivahe eiramine (igaühel on kohustus vältida kokkupõrget eessõitjaga, kes ei näe, mis toimub tema selja taga). Selle kohustuse selgitamiseks lastele sobib hästi võrdlus liikluseeskirjadega;
- sõitmine nii, et omavahel hoiab kätest kinni mitu suusatajat või uisutajat;
- kahe puu vahelt läbi sõitmine (näiteks kelguga);
- sõitmine märke või mäest alla suure sagina ajal;
- tagaajamise mängimine liuväljal;
- uisutamise suuna mittejärgimine (uisutatakse tavaliselt vastupäeva);
- mäest alla sõitmine kilega (isegi kui teel juhtub olema väike kivi või kõvem jäätükk, võib vigastada lülisammast, eriti sabaluud);
- sõitmine kelgu või kilega, hoides kinni autodest või ühistranspordist.

**Allikas:**

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

### **Õppetegevuste eesmärk:**

Õppetegevuste kaudu saavad lapsed teadlikuks võimalikest ohtudest lasteaia õuealal, teavad, kuidas neist hoiduda ning turvaliselt käituda. Õppekäiguga lasteaia ümbruses omandavad lapsed ohutu grupiga liikumise reeglistiku, õpivad tundma õueala märki ning oskavad hinnata õuealal ja lähiümbruses valitsevaid ohte (teavad, et ei ole alati autojuhile nähtavad) ning teavad, kuidas seal turvaliselt käituda ja teed ületada.

**Aeg:** 45 minutit

**Sihtrühm:** 6-7aastased lapsed

**Õpikeskkond:** Tegevus toimub rühmaruumis ja/või õues (lasteaia õuealal ja lasteaia vahetus ümbruses).

### **Õppetegevused:**

1. Õppejutu (koostab õpetaja või kasutab allpool toodud lugusid) kuulamine (5-10 minutit)

- Õpetaja jutustab lastele erinevaid lugusid:

*Märkus: õpetaja võiks valida välja/jutustada neid lugusid, mis seostuvad paremini antud lasteaia (territooriumi, asukoha vms) või antud laste profilliga (nt milliseid olukordi on nende puhul esinenud).*

- 1) Lasteaia koju minnes oli Oskar väga elevil ja ootas juba põnevusega koju jõudmist – tal oli täna ema sünnipäev ning külla oli oodata ka palju lapsi, kellele Oskar tahtis oma uusi mänguasju näidata ning kellega koos mängida. Kuigi ema palus Oskaril oodata teda lasteaia värava juures, oli ema ise jäänud Sanderi emaga juttu ajama ning Oskar lihtsalt ei jaksanud enam ema oodata – nii väga tahtis ta ruttu koju jõuda. Ta nägi, et lasteaia kõrval parklas seisab palju autosid, kuid seisvast autost ei ole ju ohtu - oli ta alati arvanud ning läks joostes

ühe seisva auto tagant ema auto poole. Korraga tagurdas esimese auto tagant välja tema poole teine auto – autojuht ei olnud Oskarit teise auto tagant näinud ning ei teadnud, et sealt keegi välja tuleb.... Mis juhtus edasi?

- 2) Lasteaias on mitu toredat kiiku, millel alati keegi kiikuda tahab. Sellepärast juhtub seda tihti, et mitu last on korraga kiige juures oma järjekorda ootamas. Ka sel korral olid Liis ja Sonja ootamas oma kiikumise korda, kui nende rühma poiss Sander seal juba enne neid kiikus. Sander armastas aga suurt hoogu ja palus Liisil ja Sonjal talle suuremat hoogu lükata. Liis oleks võinud ju ka üksi teha, aga Sonja ei tahtnud ka niisama oodata ning lepitigi kokku, et Liis lükkab hoogu eest ja Sonja kiigu tagant – nii peaks Sander küll väga suure hoo sisse saama. Nii andsidki tüdrukud Sanderi kiigele aina hoogu juurde, kuniks Liis juba tüdines ning jäi seistes vaatama, mida teised lapsed liivakastis teevad. Äkki märkas Liis ehmatusega, kuidas kiik kiiruga tema poole sööstab, aga tal ei olnudki käsi (hoo lükkamiseks ja praegu enda kaitsmiseks) ette pandud... Mis juhtus edasi?
- 3) Lasteaia liivakastis on ikka tore mängida ja sinna mahub ka palju lapsi korraga erinevaid mängu mängima. Ka sel päeval olid ühes liivakastis koos mitu poissi ja mitu tüdrukut, kellel olid käsil erinevad mängud. Poisid olid liivast teinud põnevad teerajad, mille tõusudel ja langustel said nende autod kiiresti pöörinal ja mürinal sõita, siit-sealt liiva mõne veoauto kasti laadides ning mõnes järgmises kohas jälle maha kallates. Tüdrukutel olid aga hoos kõõgi mängimisega – nad valmistasid oma rühma laste jaoks erinevaid kooke ja suppe, salateid ja praade – kõike, mida tüdrukud maitsvaks ja kasulikuks pidasid. Aeg läks edasi ja oma mängu jaoks oli nii poistel kui tüdrukutel järjest rohkem ruumi vaja, sest poiste autod vajasisid uusi teeradasid ning tüdrukute kõõgis valmisid üha uued toidud, kuna taheti valmistada kõikidele rühma lastele midagi head ja kasulikku. Nii juhtuski, et kuskil said kokku tüdrukute küpsetised ja poiste teerajad ning kõik tahtsid saada enda kätte seda osa liivakastist, mis veel teeradade ja söökidega katmata olid. Tüli ei lasknud end kaua oodata: „Meil on seda liiva vaja, sest meil tuleb teed edasi ehitada!“, teatasid poisid. „Ei, meil on tarvis veel kolmele lapsele valmistada sööke, meil on selleks liiva ja ruumi vaja!“, nõudsid tüdrukud vastu. Kummalegi poolele tundus, et neil on seda liivakasti osa rohkem vaja kui teisel poolel. Kui siis juhtus, et ühe poisi auto sõitis kogemata tüdrukute koogi sisse, siis ei pidanud üks tüdruk enam vastu ning viskas poistele otse näkku suure peotäie lahtist liiva.... Mis juhtus edasi?

2. Arutelu õppejutu ainetel (10 min)

Õpilased pakuvad erinevaid lõpplahendusi – leitakse nii häid kui vähem häid loo lõppe ning sõnastatakse lahendus, kuidas ohtlikku olukorda sattunud laps oleks saanud ohtu vältida ja turvaliselt käituda.

3. Õppekäigul vaatlus, võrdlemine ( 30 min)

*Märkus: Enne õppekäigule minemist (eriti väljapoole lasteaia territooriumi), korraldatakse üle grupis liikumise ja koos tegutsemise reeglid (vt teoreetilist tausta)*

1) Õppekäigul lasteaia ümbruses:

- uuritakse ja võrreldakse lasteaia ümbruses seisvate autode (eelneval kokkuleppel autoomanikega) kõrgusi ning laste pikkusi. Tehakse kindlaks, kas kõiki lapsi on kõikide autode tagant näha. Sama tehakse läheduses olevate hekkide, ehitistega, mille varjust võivad lapsed teele astuda.

- Vaadeldakse lasteaia sissesõiduteel olevaid liiklusmärke ning hinnatakse võimalikke ohtlikke käitumisi sellel alal.
  - Vaadatakse, kuidas saada aru, et auto võib parklas liikuma hakata (inimene sees, tuled põlevad, mootori hääl, taga valge tuli – näitab, et tagumine käik on sees jne) ja mida teha, et vältida seal ohtu.
  - Kuidas turvaliselt ületada sõiduteed? Parkivate autode või last varjavate objektide (nt hekid, ehitised jms) vahelt või tagant sõiduteele astumine; oma ohutuses veendumine, enda nähtavaks tegemine jms.
- 2) Õppekäigul lasteaia territooriumil käiakse läbi kõik kohad, kus on teada, et mõni laps on kunagi viga saanud või on tekkinud lastele ohtlikke olukordi.
- Märkus: Tegevust võiks teostada erinevatel aastaaegadel, kuna mõned olud (nt libedus talvel) on siis erinevad.*
- Õpetaja koostab õpperaja, mille erinevateks peatuskohtadeks on laste mängukohad, kus laste turvalisus võib olla ohus (nt kiiged, ronimispuud, liumägi jms). Õpetaja koostab/joonistab antud õpperada arvestades kaardi, märkides peale lastele mõistetavad sümbolid-peatuskohad piltide ja numbritega; lapsed loevad koos õpetajaga kaarti ning liiguvad numbrite alusel järgmisele kohale.
  - Sihtkohas palutakse lastel arvata, mis/milline käitumine võib selle koha juures ohtlikuks osutuda (nt kui mitu last ronivad ühel ajal liumäele, lasevad sealt alla juba siis, kui keegi veel all on; kiikumine lahtiste kätega, seistes, mitmekesi, kiigu kiikumisraadiusesse liikumine jne).
  - Koos õpetajaga sõnastatakse igas kohas mõned reeglid, kuidas seal oleks kõige toredam (s.t turvalisem) kõigil lastel mängida (nt liumäelt laseme alla alles siis, kui eelmine liugu lasknud laps on alt juba ära läinud; kiikudes hoian alati kõvasti kätega kinni, ei lähe kiigu lähedusse siis, kui keegi kiigub jne).
4. Töölehe täitmine (10 minutit)- iseseisev töö
1. Õueala, ülekaik jt lastele oluliste (lasteaia ja kodu läheduses asuvaid) liiklusmärkide joonistamine või värvimine (noorematele võib trükkida märgid välja ja neid värvitakse näidise põhjal);
  2. Erinevaid igapäevaseid olukordi puudutavate piltide värvimine, millest osad kujutavad potentsiaalselt ohtlikke, teised ohutuid olukordi (vee, tule, elektri, liikluse jt teemadega) (vt nt Lisa 1 ja Lisa 2 töölehti).
5. Töölehtede üle arutlemine (10 minutit)
- Millised nendest liiklusmärkidest asuvad lasteaia ja kodu ümbruses (mida laps on märganud)? Millise kujuga on antud liiklusmärgid?
  - Millised värvitud piltidest kujutasid lapsele ohtlikke olukordi, millised mitte? Pildid jagatakse selle alusel kahte rühma. Mis oli osadel piltidel kujutatust ohtlikku? Kas lapse kodus võib ka selline olukord aset leida?
6. Kokkuvõtte ja järelduste tegemine (10 minutit)
- Ühine arutelu teemadel lapse pikkus ja auto (heki, ehitise) kõrgus; liiklusmärgid õuealal; kuidas eristada seisvat autot liikuma hakkavast autost, kuidas saavad kõik lapsed lasteaia õues

turvaliselt mängida. Arutelu, mille käigus lapsed kirjeldavad õueala nende kodu juures ning kuidas saavad nad seal turvaliselt käituda (liigeldes ja mängides).

**Õpitulemused:**

- Lapsed saavad aru ohust, et autojuht ei pruugi neid alati näha;
- teavad väliseid märke, mille abil hinnata, kas õuealal olev auto valmistub sõitma hakkamiseks.
- teavad, kus ja kuidas on ohutu mängida.
- tunnevad erinevaid ohte lasteaia territooriumil ja selle vahetus ümbruses.
- tunnevad lasteaia sissesõiduteel olevaid lihtsamaid liiklusmärke.
- kirjeldab võimalikke ohte liikluses jm;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita.
- leiab erinevate kujundite hulgast ringi, kolmnurga, ristküliku, ruudu ning kera ja kuubi, kirjeldab neid kujundeid;
- järjestab kuni viit eset suuruse järgi (pikkus, laius, kõrgus jm).

**Lõiming**

- Mina ja keskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine; ohuallikad ning ohutu käitumine; kodu, lasteaed; üldtunnustatud käitumisreeglid;
- Keel ja kõne: keelekasutus: sõnavara; suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Matemaatika: suurused ja mõõtmine; geomeetrilised kujundid;
- Kunst: kujutamine ja väljendamine: mõtete, tunnete edasiandmine nähtaval kujul; kujundamine: objektile esteetilise lisaväärtuse andmine.

**Tagasiside kogumine/andmine:**

- Lapsed võtavad värvitud liiklusmärgid endaga kaasa, et koduteel ja koduõue ümbruses leida üles samasugused märgid. Sellest ülesandest teavitab õpetaja ka lapsevanemaid.
- Teiste värvitud piltide puhul võtavad lapsed kaasa ohtu kujutavad olukorra kirjeldused, näitavad neid vanematele ning arutavad, kuidas laps on kodus sellise olukorra tekkimise eest kaitstud. Sellest ülesandest teavitab õpetaja ka lapsevanemaid.

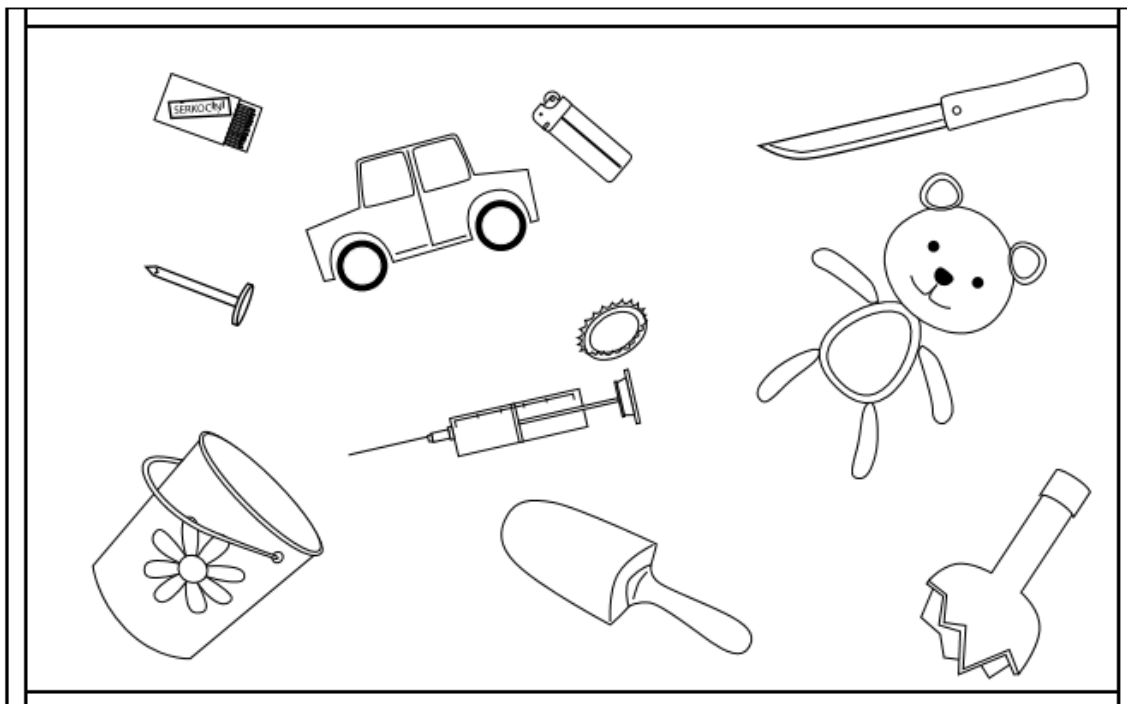
## **LISA 1**

### **Tööleht**

Leia ja värv! seitse ohtlikku eset, millega lapsed võivad end vigastada!

Teemad: Ohutus mängides, teravad esemed, torke- ja löikevigastused, tuleohutus.

Vastused: 1. Tuletikud – tulekahju. 2. Tulemasin – tulekahju. 3. Nuga – löikevigastused. 4. Nael – torkevigastused. 5. Süstal ja nõel – torkevigastused ja infektsioon. 6. Metallkaas – sõrmevigastused. 7. Klaasikillud – löike-, torkevigastused.



Allikas:

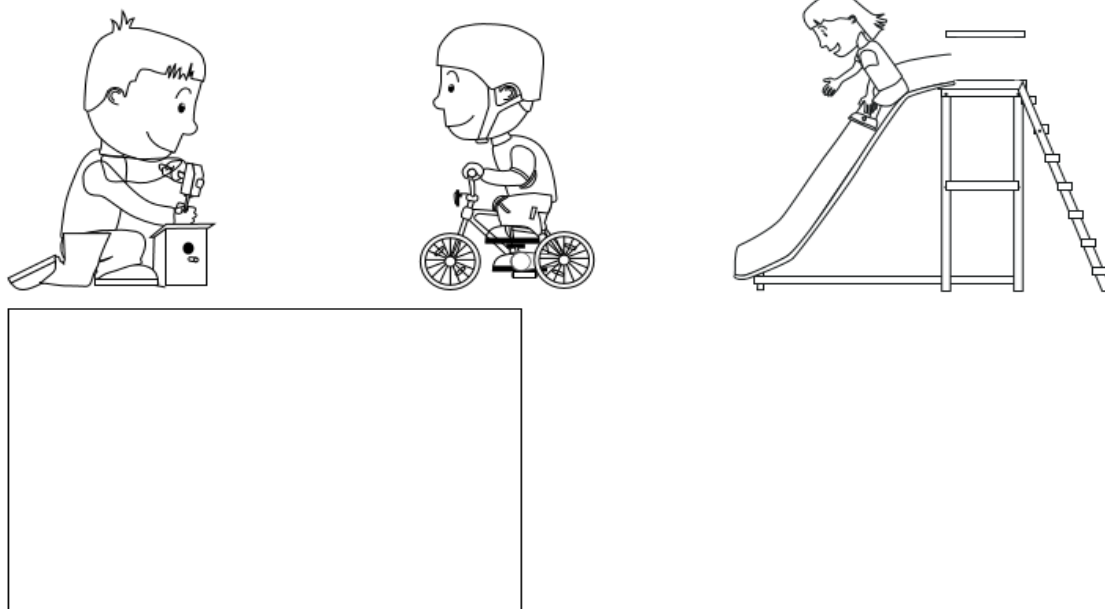
[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

## LISA 2

### Tööleht

Värvida pilte, kus on näha laste harrastused. Ristkülikus visandada mõni muu oma harrastus (näiteks kelgutamine, uisutamine, suusatamine jne).

Teemad: Turvalisus harrastustega tegelemisel



Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

[Tagasi sisukorda](#)

#### 1.4. Turvaline käitumine eksimise korral

(Edvi Freiberg)

##### **Õppetegevuste eesmärk:**

Õppetegevustega arendatakse laste teadmisi eksimise korral käitumiseks ning abi küsimiseks – lapsed oskavad ja julgevad pöörduda politseiniku ja usaldusväärse täiskasvanu poole abi saamiseks. Lapsed oskavad öelda oma ees- ja perekonnanime, ema või isa ees- ja perekonnanime, kodust aadressi ja hea, kui ka vanema telefoninumbrit. Lapsed teavad, et nende andmete kaudu on võimalik täiskasvanu abiga viia neid kokku vanemaga ja ka koju. Laps teab, et eksimise korral tuleb ka helistada 112.

**Aeg:** 25 min.

**Sihtrühm:** 4-6aastased lapsed

##### **Õppetegevused:**

###### 1. Erinevate eksimist puudutavate olukordade läbimängimine.

- Õpetaja küsib laste käest, kas neil on kunagi juhtunud niimoodi, et nad on kadunud vanematel silmist ning on kasvõi natukeseks olnud omapead võõras kohas, eksinud?
- Mida lapsed siis tundsid? Mida tundsid vanemad?
- Mida lapsed ja vanemad selles olukorras tegid?
- Õpetaja räägib lastele võimaliku loo, kus on vaja paluda abi ning lapsed mängivad erinevates rollides (rolle võiks vahetada) antud olukorra läbi. Võimalikke olukordi:
  - o Eksimine laadal

Lapsed jaotatakse 3-4 liikmelistesse gruppidesse ning nad moodustavad perekonna (isa, ema, lapsed). Lapsed mängivad läbi laada külastust. Laadal on müügil palju asju. Sellel ajal, kui ema-isa vaatasid toidunõusid /riideid jooksid lapsed mänguasjade leti juurde ning seal kohe järgmise leti juurde. Nad ei leidnud enam ema-isa üles.

Lapsed nägid ligidal politseiniku ja läksid tema juurde ning ütlesid, et ema-isa on kadunud. Politseinik küsis laste käest nende nimed ning ka ema-isa nimed. Seejärel läksid lapsed koos politseinikuga ja läbi mikrofoni öeldi ema-isa nimed ja kutsuti nad lava juurde telki lastele järgi.

- o Eksimine rannas (saab mängida ka lasteaia õuel liivakastis)

Lapsed jaotatakse 3-4 liikmelistesse gruppidesse ning nad mängivad läbi rannas liivalosside tegemist. Seda saab mängida ka lasteaia õuel liivakastis liivalosse tehes. Grupp moodustab perekonna (vanaema ja lapsed). Vanaema räägib lastele, et ta läheb ujuma ja käsib lastel liivalosse valmistada. Vahepeal näevad lapsed, et veidi eemal on tehtud väga suur liivaloss ning nad lähevad seda vaatama. Seejärel aga lähevad edasi järgmiste losside juurde ja nii nad avastavad, et ei tea, kus nad täpselt on. Nad hakkavad nutma. Lähedal on täiskasvanu, kes küsib, mis on juhtunud. Kuna lähedal ei ole rannavalvet ja lapsed ei tea vanaema nime, siis helistab täiskasvanu 112-le ja ütleb laste ning nende ema-isa nimed ja telefoni numbrid ning ka asukoha. Helistaja saab 112-lt juhise minna lastega rannavalve kioski juurde ja oodata politsei tulekut.

###### 2. Arutelu mängitud olukordade üle.

- Miks juhtus nendes lugudes nii, et lapsed eksisid ära?
- Mida oleksid saanud lapsed teha teisiti, et ei oleks kaotanud vanemaid/vanaema silmist?

- Mida oleksid saanud teha lapsevanemad ja vanaema teisiti, et lapsed ei oleks kaduma läinud?
- 3. Arutletakse nimede üle:
  - miks on olemas eesnimi ja perekonnanimi?
  - Mis juhtuks, kui oleks olemas ainult eesnimed? Kas teie teate sama nimega lapsi, täiskasvanuid? Kuidas neil ja nende paljudel nimekaimudel vahet tehakse?
- 4. Enda ja vanemate ees- ja perekonnanimi – nimede harjutamine.
  - Lapsed kirjutavad enda ja ema-isa ees- ja perekonnanime välja või panevad kokku tähtedega klotsidest.
- 5. Hädaabinumbri kirjutamise ja telefonil valimise harjutamine.
  - Lapsed kirjutavad numbrit 112 erinevatel viisidel: nt numbrite ümber jooni tõmmates, tikkides, joonistades, klotsidest kokku pannes, sõrmede peal näidates, põrandal mitmekesi kujundit sisse võttes jne.
  - Numbri valimine telefonis: kuidas valida, ka kinniste klahvidega jne. Harjutamine mängutelefoni peal.

#### **Õpitulemused:**

- lapsed oskavad öelda oma ees- ja perekonnanime;
- lapsed oskavad öelda ema-isa ees- ja perekonnanime;
- Lapsed oskavad öelda ema-isa telefoninumbri;
- lapsed oskavad eksimise korral paluda usaldusväärse täiskasvanu abi;
- lapsed teavad, et eksimise korral tuleb helistada 112;
- tutvustab ja kirjeldab iseennast;
- kirjeldab oma kodu, perekonda;
- nimetab ja kirjeldab erinevaid ameteid;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida.
- kirjeldab enda asukohta ümbritsevate esemete suhtes, orienteerub ruumis, õuealal jm;

#### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond, kodu; ametid, üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; lugemine ja kirjutamine;
- Matemaatika: arvud;
- Liikumine: ohutus, enesekontroll, liikumismängud.

#### **Tagasi sisukorda**

## 1.5. Turvaline käitumine võõrastega suheldes

### Taustainfo

Võõras on isik, keda laps ei tunne. Lapsed kujutavad tihti ette “hirmutavat koletist”, kui täiskasvanud mainivad sõna “võõras”. Päriselus võib võõras nii välja näha kui ka käituda kenasti ja olla hästi riides või kanda isegi vormiriietust.

Mida peaks lasteaiaaegne laps teadma suhtlemisest võõrastega?

Suhtlemine võõrastega tänaval – kui keegi võõras inimene palub helistamiseks telefoni, ei tohi seda talle anda, sest on üsna tõenäoline, et telefoni ei anta tagasi. Kunagi ei tohi minna võõrasse autosse, isegi kui võõras lubab, et ta viib vanemate juurde, või kasutab mõnda muud ettekäänet – näiteks, kui võõras palub näidata teed. Võõrad ei tohiks küsida abi lastelt. Kui last kõnetab võõras autos, siis tuleb ümber pöörata ja joosta eemale, auto liikumisele vastupidises suunas. Kui võõras püüab järgneda või lapsest kinni haarata, tuleb põgeneda ja karjuda. Juhtumist tuleb kindlasti rääkida oma vanematele või täiskasvanutele, keda laps usaldab. Ohtlik võõras ei taha sattuda tähelepanu keskpunkti. Lapsed ei tohi kunagi tee ääres “hääletada” ega peatada võõrast autot, et kuhugi sõita. Ei tohi võõrastelt vastu võtta asju, näiteks maiustusi, jäätist või raha. Tavaliselt ründavad võõrad üksi olevaid lapsi, seepärast alati on turvalisem teele asuda koos sõbra või sõbrannaga. Lapsed ei tohiks kasutada otseteid (näiteks läbides tundmatuid sisehoove), kui seda ei ole lubanud teha nende vanemad.

Suhtlemine võõrastega kodus – enne ukse avamist tuleb ukseketti või ukse silma kasutades vaadata ja veenduda, et tulija on see, kelle väidab end olevat. Vargad võivad kehastuda näiteks kaubamüüjaks, remondimeheks, gaasi- või veearvesti kontrollijaks. Kui kodus ei ole täiskasvanuid, siis ei tohiks laps ust avada!

### Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

**Õppetegevuste eesmärk:** õppetegevustega taotletakse, et laps oskab hoiduda võõraste liigsest usaldamisest, kuid samas oskab usaldusväärselt täiskasvanult vajadusel abi paluda.

**Aeg:** 25 min.

**Sihtrühm:** 5-6aastased lapsed

### Õppetegevused:

1. Töölehe värvimine (vt Lisa 1).
2. Ohtlike olukordade tuvastamine töölehe piltide järgi – miks antud olukorrad võivad olla lastele ohtlikud?

3. Ühine arutelu laste turvalisusest suheldes võõrastega: millal tuleks võõra inimese poole pöörduda, milline täiskasvanu on usaldusväärne, miks (politseinikud; ametnikud, kellel on töötõend jne), mida ei tuleks võõrastele öelda ja anda (oma kodust aadressi, kodust uksekoodi, teisi paroole jne), mida ei tohi teha?
4. Rollimängud, kus lapsed mängivad läbi kohtumise võõraga kõigis nimetatud olukordades. Võõra rollis peaks olema täiskasvanu.

#### **Õpitulemused:**

- Laps teab, miks võib suhtlemine võõrastega talle ohtlik olla;
- oskab vältida võõrastega seotud ohte (ei lähe kaasa, ei anna enda ja kodu kohta käivat infot, ei avastust jne);
- teab, milline on usaldusväärsem täiskasvanu ja millal tema poole oleks vaja pöörduda;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus jm;
- nimetab ja kirjeldab erinevaid ameteid;
- mõistab, et inimesed on erinevad ning neil on erinevad vajadused;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel.

#### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond, kodu, ametid; ohuallikad ja ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine.

#### **Tagasiside kogumine/andmine:**

- Õpetaja saab laste ohtude hindamise ja vältimise oskusest teada arutlustes ja rollimängudes;
- Õpetaja teavitab lapsevanemaid võõrastega suhtlemise käsitlemisest lastega ning palub ka vanematel vestelda lapsega võimalikest ohuolukordadest, millesse laps võõrastega suheldes võib sattuda, andes konkreetseid suuniseid käitumiseks.

## LISA 1

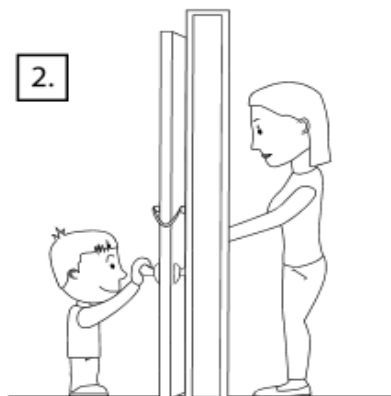
### Tööleht

Värvi pildid ja selgita, miks piltidel kujutatud olukorrad võivad olla ohtlikud!

1.



2.



3.



4.



Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

[Tagasi sisukorda](#)

## Ülesanne 2: Ohtlikud esemed kodus

(Kaja Lepik jt)

### Taustainfo

Sagedasemad lastega seotud traumad, millega arstid oma igapäevatöös kokku puutuvad, on otseses korrelatsioonis laste vanuse ja tegevustega, mida lapsed konkreetses vanuses ja aastaajal teostavad. Õnnetuste põhjused on väga erinevad – puudulik täiskasvanute poolne järelevalve, ohtlik keskkond, näiteks kodukeemia ja ravimite kättesaadavus, ülekuumenemine päikese käes, samuti teabe puudumine. Õnnetustele ja nende arvule on iseloomulik hooajalisus. Enamik õnnetusi toimub suvekuudel, talvel aga vähem. Sügisel ja talvel on igapäevane valge periood lühike, kusjuures märkimisväärse osa sellest veedavad lapsed haridusasutustes ja täiskasvanute juuresolekul, seetõttu on traumade arv väiksem.

### Kõige tüüpilisemad õnnetuste liigid on:

- kukkumised – takerdumisest, komistamisest ja libisemisest; treppidel, hüppamisest, ronimisest, kiikumisest, kõrgetel pindadel viibimine;
- põletused – kütteseadmete ja pliitide vastu, lõkke tegemisel ja grillimisel; kuumade vedelikega;
- lämbumine – söömisel; mängides pakendiga; nägupidi riietesse, patja jäädes; ohtlike ja väikseid osasid alla neelates (nt patareid);
- uppumine – veekogudes, kodus või kodu lähedal leiduvatesse veega täidetud anumatesse;
- õnnetused aktiivse puhkuse ajal – traumad mängimisel ja liikumisel (kelgutamine, batuudil hüppamine, suusatamine, kiikumine jne);
- liiklusõnnetused – koos vanemaga sõidukis liigeldes; jalgrattal liikudes; õuealal, tänaval mängides;
- mürgistused – ravimitest, kodukeemiast, gaasist, alkoholist;
- elektrilöögid – elektrilistest (katkistest) kodumasinatest, juhtmete ja pistikupesadega mängides;
- loomade ja putukate hammustused – lemmikloomade poolt tekitatud hammustused ja kriimustused; mesilaste ja herilaste nõelamine, puugid;
- vigastused teravate esemetega – tööriistad, mängides purunevad esemed, väljaspool kodu leitavad teravad esemed.

### Allikas ja täielik ülevaade:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

### Õppetegevuste eesmärk:

Lapsed on teadlikud ohtudest, mis on tingitud tööriistade (- vahendite) või kodukeemia vales kasutamisest ja teavad, et neid esemeid tohib kasutada vaid täiskasvanuga koos ja neid tuleb paigutada lastele ohutult.

Lapsed tunnevad erinevaid ohuallikaid kodus.

Lapsed oskavad hinnata oma oskusi ning teadmisi erinevate vahendite kasutamisel.

**Aeg:** 30 minutit

**Sihtrühm:** 5-7aastased lapsed

**Õppetegevused:**

1. Sissejuhatus teemasse (5 minutit)

- Õpetaja annab lühiülevaate tunni teemast (kiirabi on pidanud välja sõitma koju, sest lastega on juhtunud erinevaid õnnetusi: nt väike laps sõi ära pesugeelikapsli, arvates, et see on komm; jõi limonaadi pudelist kemikaali, mille ema oli sinna ümber kallanud; laps põletas ennast kuuma pliiti katsudes ära jne), toetudes mõnele äsja meedias kajastunud või antud laste kogemusega seotud teemale.

2. Rollimängud koos aruteluga (10 min) (osalejatele on enne antud roll tutvumiseks)

- Õpetaja tutvustab lastele erinevaid olukordi-juhtumeid ning rolle selles (võib kasutada allpool toodud näiteid või mõelda neid ise välja):

1) Lapsevanem+ laps

Lapsevanemal on söögitegemine pooleli, käed on jahused ning ta palub lapsel tuua köögikapi pealt tassi. See aga on nii kaugel, et laps ei saa seda kätte ja otsustab ronida taburetile. See aga läheb ümber.

Miks juhtus õnnetus? Mida oleks saanud teha teisiti nii lapsevanem kui laps?

2) Lapsed omavahel.

Lapsed mängivad oma toas kodu. Nukkudele kaetakse laud ning tahetakse pakkuda morssi.

Noorim laps saadetakse kööki siirupi järele. Pudelis aga ei olnud mahl, vaid nõudepesuvahend.

Mis sai edasi? Milline õnnetus võis juhtuda? Kuidas lapsed peaksid õnnetuse korral käituma?

Mida oleks saanud teisiti teha?

3. Ohtlike esemete, vahendite nimetamine, kirjeldamine (10 min)- ühine arutelu

- Õpetaja näitab pilte olulisematest võimalikku ohtu kujutavatest esemetest ning palub lastel arvata, millega on tegu; seejärel arutletakse, kuidas võib sellest esemest tekkida kahju lapsele ja kuidas selle esemega saaks käituda/kuhu asetada, et see ei saaks tekitada lapsele kahju.

Terariistad: käärid, nuga, naaskel, naelad-kruvid, kirves, nõel, saag

Ravimid: kõik tabletid (k.a vitamiinid), suspensioonid-siirupid (nt köharohi)

Kodukeemia: puhastusvahendid (nii kodu- kui pesu); süütevedelikud, bensiin (nt muruniiduki, hekilõikuri vm töövahendi tarvis)

Tule- ja söögitegemise vahendid: tikud, välgumihkel, süütabletid, süütevedelikud, gaasipliit, elektripliit, väligrill (nii gaasi- kui söegrill)

- Lapsed jagavad väikeste gruppidesena pildid eespool nimetatud esemetest järgmistesse gruppidesse: „teravad esemed“, „rohud“, „kodukeemia“, „põletavad esemed“.
- Lapsed kirjeldavad paarilisele mõnda eelpool nimetatud kodus leiduvat eset, kirjeldades nii selle väljanägemist kui ka viisi, kuidas see võib lapsele ohtlik olla ning paariline proovib ära arvata, millega on tegu.

4. Pildil võimalike koduste ohtlike olukordade leidmine, ära märkimine ja värvimine (10 minutit)

- Lapsed leiavad töölehel olevalt pildilt (vt Lisa 1) üles kõik ohtu kujutavad olukorrad ja esemed ning märgivad need ära (nt punasega või punase ristiga vm viisil); pildi võib ka eelnevalt ära värvida, et oleks rohkem aega süveneda pildil kujutatusse;
- 5. Mäng kodus leiduvate ohtlike esemete paigutamiseks.
  - Õpetaja asetab kas suuremasse nukumajja või koduks tehtud ruumi ossa erinevaid lapsele ohtlikke esemeid (asendades ohtlikumad mänguasjade või pakenditega), mida enamikes kodudes leidub (ravimipakid, tööriistad, terariistad, pliit jne);
  - Lapsed käivad kas üksi või 2-kaupa ning saavad ülesandeks sättida esemed ümber nii, et need lapsele enam ohtu ei kujutaks; lapsed põhjendavad nii eelneva olukorra ohtlikkust kui ka oma tegevust – kuidas nüüd on olukord lapsele turvalisem.
- 6. Töölehe kontroll koos aruteluga (5 minutit)
  - Koos loetakse kokku leitud ohuolukordade arv ning kohad;
  - Iga olukorra üle on arutelu, mis selles olukorras ohtlikku on.
- 7. Kokkuvõtte ja järelduste tegemine (5 minutit)

#### **Õpitulemused:**

- Laps oskab märgata kodus ohtlikke esemeid ja vältida vigastusi nendega;
- teab, mida tohib kasutada vaid täiskasvanute juuresolekul;
- oskab õnnetuse korral käituda (abi küsida), ei peida end ega salga juhtunut;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus jm;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikku ja kahjulikku;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- jutustab pildi, kuuldu teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid;
- määrab esemete hulga ühiseid tunnuseid ja jaotab esemeid kahe erineva tunnuse järgi
- kasutab materjale ja tööriistu ohutult ja sihipäraselt.

#### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond, kodu; ametid; tervise väärtustamine; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: ehitised, kodutehnika;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; lugemine ja kirjutamine, lastekirjandus.
- Matemaatika: hulgad (ühised tunnused);
- Kunst: tehnilised oskused: joonistamine; kujundamine: objektile esteetilise lisaväärtuse andmine.

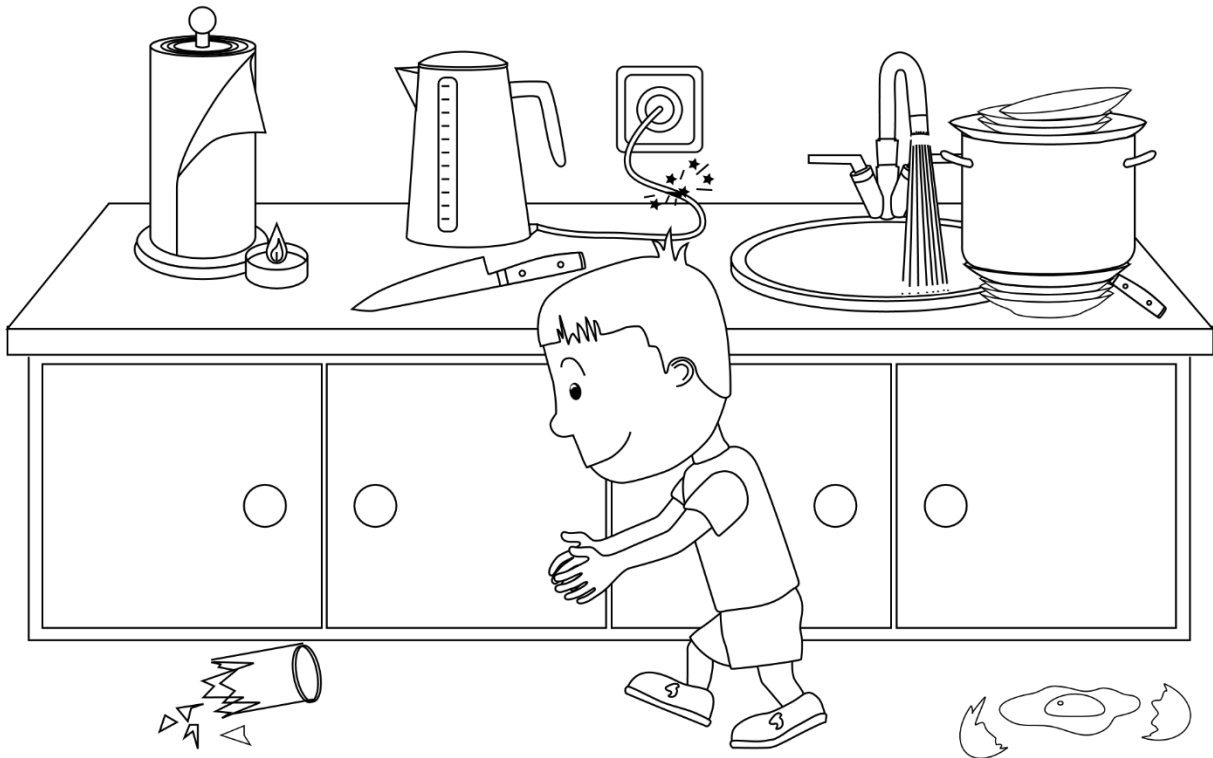
#### **Tagasiside kogumine/andmine:**

- Lastevanemate informeerimine (nt koosolekul) kodus lastele ohtlikeks osutuda võivatest esemetest ning instrueerimine koos lapsega teostatavaks kodu kaardistamiseks.
- Lapsed kaardistavad koos vanematega oma kodu ohtlikud kohad ja vahendid. Koos mõeldaks välja, kuhu ja kuidas paigutada need esemed, mis lapsele võivad ohtlikud olla.

## LISA 1.

### Tööleht ohtlike olukordade ja esemete tuvastamiseks.

Hoolikalt uuri pilti ja leia ohtlikud olukorrad, märgi need ära, tõmmates ring ümber ohtliku olukorra. Ohtlikud olukorrad on võimalik ka ära värvida.



#### Vastused ja ohu selgitused:

1. Paberrätik, mille kõrvale on jäetud põlev küünel, mis võib süüdata rätiku ja põhjustada tulekahju.
2. Säädelev veekeetja elektrijuhe, mis võib põhjustada nii tulekahju kui elektrilööki.
3. Tööpinnale jäetud nuga, mis võib maha kukkuda ja vigastada jalga.
4. Lahti jäetud veekraan, mis, muuseas, ei ole keskkonnasõbralik käitumine. Vesi võib loksuda üle kraanikausi ääre ja valguda põrandale, mis võib muutuda libedaks.
5. Toidunõud, laotuna virna, kus väiksemad esemed asetatud alla, suuremad peale. Nõudevirn võib ümber kukkuda ja maha kukkudes võivad nõud puruneda.
6. Põrandale kukkunud muna ei ole kohe ära koristatud ja seetõttu on põrand libe.
7. Põrandal on kokkupühkimata klaasikillud. Killud võivad vigastada käsi (kinnasteta puhastades) ja jalgu (kõndides paljajalu).

#### Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

#### Tagasi sisukorda

## Ülesanne 3: Erinevate tähtpäevade tähistamine turvalisust silmas pidades

**Õppetegevustega käsitletavad ohutuse alateemad:** tule-, vee-, plahvatusohutus (pürotehnika); vägivalla- (sh kiusamise) ennetus; avalikus kohas käitumine; abi kutsumine ja andmine

### Taustainfo

Tähtpäevade tähistamise eel ja ajal laste turvalisust puudutavatele asjaoludele/olukordadele tähelepanu juhtimine on hea ja lihtne viis ühendada lasteaias kombestiku ja meie ühiskonnas hinnatavate väärtuste tutvustamine ning ohutusõpe. Kuna vastavad tegevused on planeeritud vahetult tähtpäevade eel või nende ajal, siis on need aktuaalsed, ajaliselt võimalikult vahetud (kohe rakendatavad või jälgitavad) ning mitmekülgsed (koos tähtpäeva tutvustamisega kaasneb ka ohutusõpe). Turvalise käitumise väärtustamine on osa laiemast väärtuskasvatusest ning seega seostub väga hästi ka teiste väärtuste ja normide tutvustamise ja rakendamisega – hoolimine iseendast ja oma lähedastest, rahvusest, teistest inimestest.

**Õppetegevuste eesmärk:** õppetegevustega taotletakse, et laps tunneb ja väärtustab põhilisi rahvuslikke ja riiklike tähtpäevasid ja nende tähistamise kombeid ning tunneb ohte, mida nende tähistamisega kaasnevad tegevused võivad endaga kaasa tuua, tegutseb vaid koos täiskasvanuga ning oskab ohte oma võimaluste piires ennetada. Laps õpib väärtustama neid, kes tema heaolu eest hoolt kannavad või on kandnud (otseselt või kaudselt: vanemad, vana- ja esivanemad, sõbrad, riigiasutused sh päästjad, riik jne) ning oskab neile oma headest soovidest ja tunnetest teada anda.

**Aeg:** 25 min

**Sihtrühm:** 5-6aastased lapsed

### Õppetegevused

Vastavalt saabuvatele pühadele tutvustatakse nii nende tähistamise kombeid kui ka võimalikke ohte, mis võivad nendega kaasneda. Alati mängitakse ja/või arutatakse läbi võimalikud olukorrad ning võimalused, kuidas saaks kõigi jaoks turvaliselt ja hästi pidupäevi tähistada. Põhiline sõnum kõikide lastele ohtu kujutavate toimetuste tegemisel on täiskasvanu kaasamine ja juuresolek.

- **Vastlapäev:** turvaliselt kelgutamise harjutamine (sõiduvahendi ja liulaskmise koha valimine, ohutuse järgimine: piisavad vahed kelkude vahel, ühekaupa kelgul sõitmine); vastlakuklite söömisel mõõdukuse jälgimine – kuklite söömisel arutelu, kui palju lapsed arvavad, et võiksid neid ära süüa, kui palju oleks juba liiga palju, kuidas laps ennast tunneb, kui on liiga palju (magusat) süüa, kui palju magusat on päeva jooksul ohutu süüa, miks on liigne suhkur halb, millistes toitudes ja jookides on palju suhkrut.
- **Jaanipäev:** mäng turvaliselt lõkke läheduses viibimisest, tule tegemisest ja tule juures tegutsemisest vaid täiskasvanute järelevalve all, vee või teiste tulekustutusvahendite lähedal hoidmine – mäng kujuteldava lõkke ümber, kus õpetaja loetleb nii ohutuid kui ohtlikke olukordi (nt lõke läks põlema – ümberringi on tehtud turvaline ala, kus miski muu ei saa tuld võtta ning läheduses on esmased tulekustutusvahendid; laps läheb lõkkesse kartuleid panema – ta läheb väga lähedale ja seal on kuum; lapsed togivad puuoksaga lõkkes põlevaid

oksi ning nende oksake võtab otsast juba tuld, aga lapsed seda ei märka; suured inimesed kutsuvad kõiki üle lõkke hüppama; laps võtab enda kätte lõkke kõrval valminud grillvarda peal küpsenud shashlõkivarda ja tahab kätega sellest kinni hoida, kuid see on kuum ja kõrvetab; lapsed hammustavad just lõkkelt tulnud grillvorsti, kuid see on väga kuum; ema võtab lõkkelt grillvorsti, lõikab selle tükkideks ja laseb sel taldrikul natuke jahtuda jne).

- **Hingedepäev:** küünla põletamisel kergelt süttivate materjalide lähedusest eemaldamine (küünlakaunistused, süttiv alus); aknalaua küünla põletamise ohud: kardinad, tuuletõmbus; ootamatuste vältimine (lemmikloomade, väikelaste liikumine ja tegutsemine). Turvalise küünlapõletamise läbimängimine: küünlaalus, millel küünal on kindlalt kinnitatud; läheduses ei ole kergelt süttida võivaid materjale (paber, kardin), väikesed lapsed ja lemmikloomad ei ulatu küünlani ega saa lauda kõigutades seda ümber lükata; surnuaial kalmuküünalde ohud (metallist pind läheb leegi tõttu kuumaks); käitumine surnuaias: hauaplatsidel käimise vältimine, prahi viskamine selleks ettenähtud konteineritesse surnuaial, vaikselt ja rahulikult käitumine, teiste tunnetega arvestamine (inimesed tulevad surnuaeda meenutama kalleid inimesi ja neile tänu avaldama); esivanemate tundmine ja nende panuse väärtustamine ning mälestuse hoidmine juba lahkunud vanavanemate puhul.
- **Jõulud:** mängulised tegevused: küünalde ohutu põletamine laual, kuusel ja õues (ootamatuste välistamine nagu tuuletõmbus, lähedal viibivad lapsed ja loomad); kergelt süttida võivate materjalide hoidmine kaugemal lahtisest tulest; stabiilsed ja tulekindlad küünlaalused – erinevates olukordades ohtude tuvastamine ning küünalde sättimine rühmaruumis selliselt, et need oleksid turvaliselt paigutatud (küünlaid ei pruugi süüdata või süüdata ainult siis, kui on leitud turvaline olukord); säraküünalde põletamine – kuidas turvaliselt põletada, mängitakse rühmaruumis läbi; piparkookide küpsetamisel ja kaunistamisel kuumadest pindadest eemalehoidmine (ahi, ahjuplaadid, kuumad piparkoogid) – mängult piparkookide küpsetamine ja juba valmis piparkookide kaunistamine ohtude märkamisega; ülesöömise vältimine – arutelu, milliseid lemmiksööke lapsed jõulude ajal on söönud ja kuidas lapsed on end tundnud, kui on liiga palju söönud; perega koosolemise väärtustamine kingitustest enam.
- **Aastavahetus:** tinavalamisel kuumast hoidumine – võimalusel teha koos läbi, kuid rõhutada ohtlikke olukordi ning nende vältimise võimalusi; ülesöömise vältimine – arutelu, kuidas lapsed on end tundnud, kui on liiga palju head korraga söönud; ettevaatus pürotehnikaga (laps ei tohi ise pürotehnikat kasutada, alati hoiduda ohutusse kaugusesse).
- **Vabariigi aastapäev:** paraadile minnes sobiliku riietuse valimine (keha soojavajaduse erinevus seismisel ja liikumisel) – õue minnes jälgitakse aastapäevale eelneval nädalal õues olevat ilma (esmaltp läbi akna) – mida lapsed näevad, (vanemate lastega vaadata ka temperatuuri – kas seda on palju või vähe, on külm või soe ilm) ja kuidas hindavad riietuse ja õues viibimise aja sobilikkust ilmaga. Õues proovitakse natuke aega ühe koha peal seista ja tunnetada, kas siis on kehal kuidagi teistmoodi tunne kui sama ilma ja riietusega joostes ja mängides. Tuppa tulles hinnatakse, kas riietus ja õues viibimise aeg ning tegevused olid sobilikud (ei hakanud külm ega palav, oli parajalt soe).
- **Sõbrapäev:** kõikidele rühmakaaslastele tehakse või öelda midagi head ja ilusat nt pallimänguna palli veeretades (palli veeretaja ütleb midagi toredat palli saaja kohta või mida ta ootab healt sõbralt ning palli kättesaaja ütleb, kas ka tema sellist sõpra hindaks või midagi head järgmise lapse kohta ning saadab palli veeretades teele omad ootused heale sõbrale ja

kaaslastele jne) ja/või joonistatakse/meisterdatakse kaart, pannakse sinna kirja üks hea soov ja julgustav lause sõbraks olemisest ning loositakse välja kaartide saajad vms;

- **Emadepäev:** mängitakse läbi erinevaid olukordi, kus lapsed tahavad emale emadepäevaks midagi kingituseks teha, kuid puutuvad kokku erinevate ohtudega – õpetaja (või vanem laps etteantud stsenaariumi põhjal) mängib ette olukordi (lapsed tahavad küpsetada kooki, lõikavad noaga leiba, õmblevad midagi, liimivad kaardile erinevaid osasid, valmistavad kohvi jne), lapsed ütleavad kohe, kui märkavad ohtlikku olukorda ja kirjeldavad, milles oht seisneb (nt kuum ahi, gaasipliit, terav nuga, terav nõel, mürgine liim, kuum vesi jne) ning kirjeldavad, kuidas ema end tunneks, kui lapsed end vigastaksid. Ohtlike tegevuste juures on põhisõnumiks täiskasvanuga koos tegutsemine.
- **Vanavanematepäev:** vanavanematele tänukirja vormistamine ja kujundamine näidise alusel (ema-isa hea kasvatamise ja lapselaste kasvatamise, hoidmise ja armastamise eest); meelepea kujundamine nt suitsuanduri kontrollimise kohta, hädaabinumbri kohta vms, millele lisatakse hooliv sõnum ja nimi; arutelu, miks vanavanematega on tore koos olla ning oma vanavanematele mõne hea põhjuse kirjutamine (kaardile, tänukirjale või meelepeale).
- **Euroopa 112 päev (11. veebruar):** hädaabinumbri helistamise vajalikkuse üle arutlemine (kui on vaja kiirabi, päästjaid või politseid) – mis võiks olla juhtunud, mil numbrile 112 on vaja helistada? Mängitakse pääste-, kiirabi- ja politseiautoga väljasõitmist, mille eel õpetaja räägib, kuidas Häirekeskusele tuli kõne ja helistajaks oli keegi (nt laps, vanaema, mees) ja millest ta võis teada anda, et välja sõitis nt päästeauto. Arutelu – kuidas helistada (numbri valimine ja küsimustele vastamine, kõne lõpetamine vaid loa saamisel, oma nime ja aadressi ütlemine)? Numbrile 112 kirjutamise harjutamine erinevatel viisidel (noorematel klotsidest või pusle kokkupanek, suurematel kirjutamine paberile, joonistamine, lõikamine ja kleepimine, tikkimine, rühmaruumi pörandale mänguasjadest või liikumistunnis lamavatest lastest suurte numbrile 112 moodustamine – neist fotode tegemine ja koos vaatamine).

#### **Õpitulemused:**

- lapsed tunnevad neid ohtusid, mis erinevate tähtpäevade tähistamisega võivad kaasneda ja oskavad neid võimaluste piires vältida;
- teavad, et selliste tegevuste juures, mis ei ole lastele turvalised, peab viibima täiskasvanu;
- kirjeldab oma kodu, perekonda ja peretraditsioone;
- nimetab Eesti riiklikke sümboleid ja rahvatraditsioone;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikku ja kahjulikku;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus jm;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel; arvestab kaassuhtleja ja suhtlemise paigaga;
- rühmitab nähtusi ja tegevusi ajatunnuse järgi;
- loob esemeid erinevaid tehnikaid ja materjale kasutades ning räägib nende otstarbest;
- koostab ise või valib tööst lähtuvalt sobivad motiivid või vahendid eseme kaunistamiseks;

#### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond ja sugulased, kodu; ametid, kodumaa, eesti rahva tähtpäevad, kombed; üldinimlikud väärtused ja üldtunnustatud

käitumisreeglid; tervise väärtustamine, tervislik toitumine, inimkeha; ohuallikad ning ohutu käitumine;

- Keel ja kõne: keelekasutus: sõnavara; suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; lugemine ja kirjutamine, lastekirjandus;
- Matemaatika: arvud; suurused ja mõõtmine; geomeetrilised kujundid;
- Kunst: kujutamine ja väljendamine: mõtete, tunnete edasiandmine nähtaval kujul; kujundamine: objektile esteetilise lisaväärtuse andmine; tehnilised oskused: voolimine, joonistamine, maalimine, meisterdamine;
- Liikumine: kehalise kasvatuse alased teadmised: ohutus, enesekontroll ja hügieen; erinevad spordialad; liikumismängud.

### Tagasi sisukorda

## Ülesanne 4: Vigastuste ennetamine

**Õppetegevustega käsitletavad ohutuse alateemad:** tule- ja veeohutus, kemikaaliohutus, liiklus- sh raudteeohutus, vigastuste ennetamine, abi kutsumine, mürgistuste ennetamine

### Taustainfo:

Väikelapsed puutuvad igapäevaelus kokku väga paljude erinevate esemete, vahendite ja olukordadega, mis kas kodus, tänaval, lasteaias või avalikus kohas neid ümbritsevad. Täiskasvanute jaoks on tegu abivahenditega, mis nende igapäevaelu korraldust lihtsamaks ja mugavamaks muudavad, kuid samal ajal võivad needsamad vahendid osutuda väikelastele ohtlikeks – mürgistused, vigastused kukumisest, torgetest ja lõigetest, põletused, mürgistused jm vigastused on need, millega kiirabiartstid tihtipeale kokku puutuvad. Vigastuste ennetamisel on laste jaoks kõige tähtsam oskus ohte ära tunda, et seeläbi neid vältida saaks ning teadmine, et lapsele ohtu kujutavate vahenditega tegutsemisel on äärmiselt vajalik täiskasvanu juuresolek.

Eelkoolidele on töötatud välja “Aga mina” põrandamäng – mitmekülgne õppevahend, mis aitab õpetajatel läbi viia vigastuste ennetusteemalisi õppetegevusi, vt. <https://agamina.ee/porandamang/>. “Aga Mina” loova põrandamängu eesmärk on mängu kaudu suurendada väikelaste teadmisi, kuidas vältida vigastuste tekkimist nii **kodus, mänguväljakutel, rannas, matkal** kui ka **liikluses** olles. Mängus osalejad saavad testida oma teadmisi **põletuste, mürgistuste, kukumiste, liiklus-, tule-, vee-, raudteeohutuse** ning **muude valdkondade vigastuste** ennetamise osas. Mängu eesmärk ei ole lapsi “mulli sisse panna” ja võimalikke vigastuste tekkimisega seotud tegevusi keelata, vaid pigem õpetada neid ohte märkama ja teadvustama ning ohuolukorda teadlikult vältima.

Põhjalikumat ülevaadet võimalikest vigastustest eelkooliealiste laste hulgas vaata [siit](#)

**Õppetegevuste eesmärk:** lapsed õpivad märkama ja ära tundma erinevaid ohte, mis igapäevaelus võivad ette tulla. Erinevate vigastuste ja nende tekkepõhjuste teadvustamise kaudu saavad lapsed teadlikuks võimalustest, kuidas vigastusi saaks vältida. Kodus leiduvate tööriistade jt vahendite ja nende kasutamisega seotud ohtude teadvustamisega õpitakse nii ohutumaid käitumisviise kui ka kaasama sellistesse tegevustesse täiskasvanut.

**Sihtrühm:** lapsed vanuses 3-7 eluaastat; mängulised arutelud (õppetegevused 3, 5, 6) on sobilikumad vanuses 6 -7 eluaastat.

### Õppetegevused:

1. Sissejuhatav osa.
  - Lastega arutatakse vabas vormis, kus ja kuidas võib nendega juhtuda õnnetusi (kodus, lasteaias, tänaval, kodu- ja lasteaia hoovis/ees, mänguväljakul, autos, ühistranspordis, õues, toas, rõdul)? Kus on nende või nende lähedastega midagi juhtunud?
2. „Aga mina“ põrandamängu mängimine – vt võimalusi mänguks: <https://agamina.ee/porandamang/>
3. Vigastuste vältimise võimaluste kokkuvõte. Mänguline arutelu: „Mida saab teha selleks, et laps ei saaks viga(stada)?“
  - Õpetajal on valmistatud ette teemakaardid järgmiste teemadega: põletused (kuuma asja vastu minemisel haiget saamine, tulise vee vm vedelikuga kokkupuutest, päikesest tekkinud

põletused), mürgistused (kemikaali söömisest, joomisest, sissehingamisest ja naha peale sattumisest tekkinud vigastused, ravimite söömine jne), kukkumised (tasasel või konarlikul teel, millegi otsa ronimisel ning sealt kukkudes tekkinud vigastused), veeohutus (vette sattumisel ja vees olles tekkinud vigastused libisedes, ujudes, mängides, vette hüpates, paadi või abivahendiga sõites/ujudes vm moel tekkinud), tuleohutus (lahtise tulega seotud vigastused tikkudest, küünlast, lõkkest, ahjust/kaminast või elektrist saadud sädemest tekkinud tulekahjuga seotud vigastused), liiklusohutus (jalakäija või jalgratturina sõidu-, kergliiklus- või jalgteel liigeldes kas kukkumise, kokkupõrke vm moel saadud vigastused, kaassõitjana autos, bussis vm ühistranspordis kokkupõrkel saadud vigastused), raudteeohutus (rongi oodates – mängides või mürades ooteplatvormil või olles valel kaugusel saabuvast rongist – või raudteed ületades saadud vigastused); muud vigastused (torkehaavad, looma hammustused, elektrilöögist saadud vigastused).

- Õpetaja jagab lapsed kolme rühma ning laseb mõnel lapsel tõmmata välja teemakaardi, loeb sellelt ette vigastuse teema ning selle allikad. Ühe rühma lapsed pakuvad, kuidas sellised vigastused võivad lapsel tekkida (millal on selline asi ohtlik?); teise rühma lapsed pakuvad võimalusi, kuidas täiskasvanud saaksid selliseid õnnetusi ära hoida ja kolmas rühm pakub, kuidas lapsed ise saaksid vältida õnnetust.

Nt

Teema	Õpetaja: mis põhjustab vigastuse?	Üks rühm: millal on ohtlik?	Teine rühm: mida saab lapsevanem teha, et ei oleks ohtlik?	Kolmas rühm: mida laps saab ise teha, et ei saaks vigastada?
Põletused	Kuum pliit, kamin või ahi	Just on süüa tehtud, köetud ja on kuum – laps läheb vastu	Ema hoiatab, et on kuum ja jälgib, et laps ei läheks vastu	Laps ei lähe kuumade asjade vastu, ei mängi kohtades, kus võib kuum olla.
	Kuum triikraud	Ema on just triikinud pesu ja jätnud triikraua üksi, laps läheb vastu (kas mängib ka triikimist või kogemata)	Ema ei jäta triikrauda üksi ja võtab selle seinast välja ja tõstab eest ära, kus laps ei saa kätte	Laps teab, et kuum triikraud on ohtlik ja ei mängi sellega ja hoiab sellest eemale.
	Kuum vesi keedukannus või tass	Keegi on vett kuumutanud ja jätnud kuuma vee lauale serva lähedale või kus laps selle kätte saab	Kuuma vett ei jäeta lastele kättesaadavale kohale	Kui laps näeb kuuma vett (aurav anum), siis hoiab sellest eemale.

	Kuum päike rannas	kuuma ilmaga on lapsed pikalt rannas ja mütsi ei ole peas	rannas olles lapsevanem jälgib, et lastel oleks müts peas ja ei olda kaua rannas või pannakse millalgi juba riided selga	Laps võtab ise mütsi kaasa ja hoiab seda alati rannas peas; paneb riided selga, kui on pikemalt rannas
	Lahtine tuli nt küünal, tikud, lõke	tikud ja põlev küünlad on lastele kättesaadavad ja nad mängivad nendega või lähevad vastu; lõkke juures on lapsed üksi või neid ei jälgita	Küünlaid ja tikke ei jäeta lastele kättesaadavasse kohta; lapsed ei ole üksi, kui lähedal on põlevad küünlad ja lõke.	Laps ei võta tikke ja küünlaid mängimiseks, sest see on ohtlik; lõkke juurde läheb ainult koos täiskasvanuga.
	jne			

4. Arutelu, milliseid tööriistu ja -vahendeid lapsed kodus teavad? Nimetatakse erinevaid.
5. Töölehe täitmine: joonistada lõpuni ja kirjutada alla tööriistade nimetused, mida kodus võib leida (vt Lisa 1).
6. Töölehe ülevaatamine ning vajadusel õigete nimetuste kirjutamine.
7. Kokkuvõttev arutelu – kuidas need tööriistad võivad lapsele haiget teha (triikraud on kuum ja põletab jne) ning mida teha selleks, et sellega ei saaks end vigastada nii täiskasvanu kui lapse seisukohast (kui täiskasvanu triigib, siis ei ole triikraud lapsele ohtlikult asetatud, laps hoiab eemale, triigib ise ainult koos täiskasvanuga, hoidudes põletustest jne).

*(Märkus: Õpetajal võiksid võimalusel olla vastavad tööriistad ka rühmaruumis kaasas, et lapsed saaksid neid visuaalselt hinnata nii joonistuste lõpetamisel kui vigastuste võimaluste selgitamisel).*

## Õpitulemused

- Laps teab ja kirjeldab erinevaid ohuallikaid ja -olukordi, kus on võimalik end vigastada;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikku ja kahjulikku;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;

- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- määrab esemete hulga ühiseid tunnuseid ja jaotab esemeid kahe erineva tunnuse järgi;
- kirjeldab enda asukohta ümbritsevate esemete suhtes, orienteerub ruumis, õuealal ja paberil;
- leiab ümbritseva vaatlemisel erinevaid detaile, objekte ja nendevahelisi seoseid ning kujutab neid;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid.

### **Lõiming**

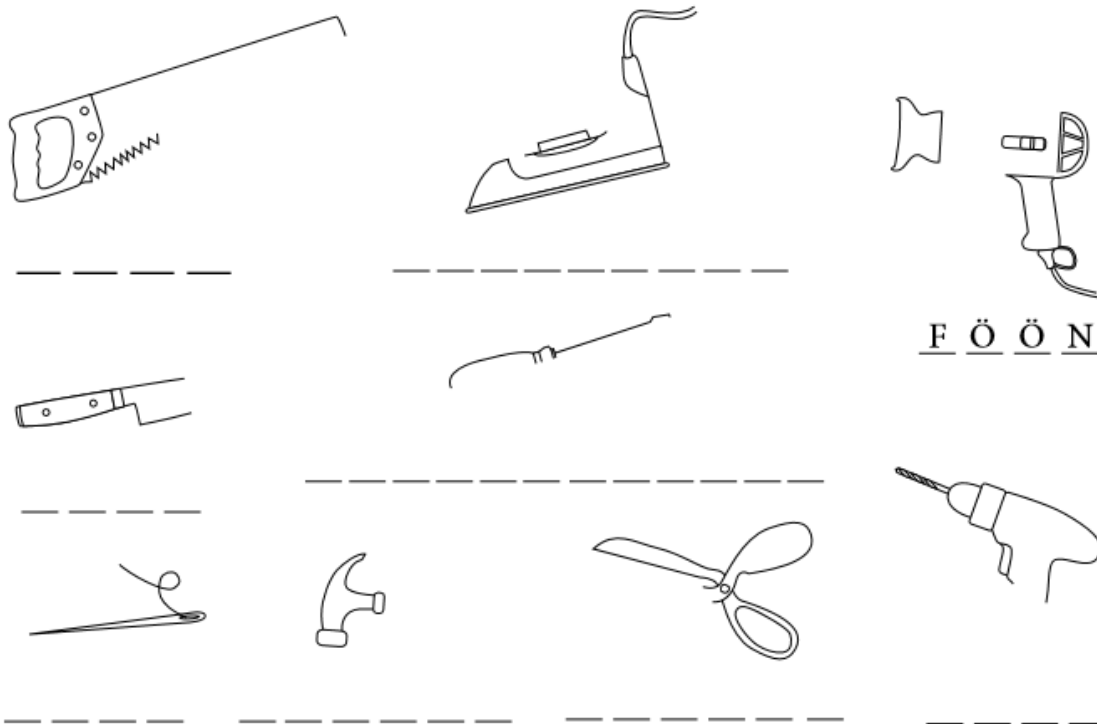
- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: üldtunnustatud käitumisreeglid; tervise väärtustamine; ohuallikad ning ohutu käitumine; looduskeskkond: kodukoha loodus; tehiskeskkond: ehitised, kodutehnika, jäätmed, transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine, turvavarustus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; lugemine ja kirjutamine;
- Matemaatika: hulgad;
- Liikumine: ohutus, enesekontroll, liikumismängud.

## LISA 1

### Tööleht kodus leiduvate tööriistadega

Käsitletavad teemad: töövahendid, abi vanematele, kodutööd, erinevad vigastuste põhjused.

Ülesanne: lõpetada joonistus ja kirjutada esemete nimetused.



**Õiged vastused:** 1. Saag 2. Triikraud 3. Föön 4. Nuga 5. Kruvikeeraja 6. Nõel (ja niit) 7. Haamer 8. Käärid 9. Puur (elektriline puurmasin)

#### Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

[Tagasi sisukorda](#)

## Ülesanne 5: Kollikool

**Õppetegevustega käsitletavad ohutuse teemad:** vägivalda- (sh kiusamise) ennetus, avalikus kohas käitumine, varaliste kahjude ennetamine.

### Taustainfo.

#### Sallivus.

Läbi teineteise parema tundmaõppimise ning ühiste huvide ja eelistuste teadvustamise tekib laste vahel parem kontakt ning teineteise suhtes ollakse sallivamad – sõltumata välistest erinevustest, oleme me alati milleski ka sarnased. Sallivuse kasvatamisele aitab kaasa empaatia arendamine, mistõttu tuleks lastel võimaldada panna end teise lapse (eriti sellise lapse, keda koheldakse halvasti) olukorda, et saada aru tema tunnetest, mida halb käitumine tekitab. Läbi mõistmise, kui halvasti võib kiusatu, või see, kellelt midagi ära võetakse või mängu ei võeta end tunda ja soovimatus ise sarnases olukorras olla, suureneb ka laste hoolivus ja soov vältida vastavat käitumist. Ühe esimese sammuna, mida lapsed saavad ise kiusamise ja teiste halva kohtlemise vastu teha, on õppida märkama selliseid olukordi, kus keegi kaaslastest tunneb ennast halvasti, kus kedagi kiusatakse või tema või tema asjade suhtes halvasti käitutakse; teiseks saab julgustada lapsi märgatud olukordades ise midagi ette võtma – sekkuma talle võimalikel viisidel. Lasteaia õpetajate eesmärgiks peaks olema lastes sellise teadmise kasvatamine, et hea on vaid selline rühm, kus kõik lapsed tunnevad ennast hästi ja turvaliselt.

#### Avalikus kohas käitumine.

Lastel tekivad esimesed arusaamad sellest, kuidas avalikus kohas käituda, juba väga varakult ning kuulub igapäevase käitumisõpetuse juurde – milline käitumine sobib kodus, milline tänaval, mida kus tohib teha, mida ei tohi. Selleks, et lastel tekiks ka sügavam mõistmine avalikku kohta sobiva käitumise kohta, tuleks juba lasteaialastega koos mõtiskleda, miks see ikkagi nii on, et igal pool ei sobi ühtemoodi käituda. Kasvatades lastes empaatilist suhtumist kaasinimestesse ning mõistes, et ka laps ise ei taha, et avalikes kohtades igal viisil käitutakse, saavad esmastest käskudest-keeldudest sisulisemad arusaamad avalikus kohas käitumise eripärade kohta.

**Õppetegevuste eesmärk:** Õppetegevuste kaudu soovitakse panna lapsi mõtlema, millised tegevused on ja millised ei ole sobilikud lasteaeda, kus kõikidel lastel võiks olla hea ja turvaline olla, mängida ja õppida. Vastandite tuvastamise kaudu sõnastatakse nii soovitatavad kui ebasoovitavad käitumisviisid ühisteks õppekäikudeks ja avalikus kohas käitumiseks.

**Sihtrühm:** 5-6aastased lapsed

### Õppetegevused:

1. Kollikoolile sobilikud õppeained. Allikas: Aabitsa töövihik 2.osa. Kriiska, Rattus. 2011; Avita; Harjutus 1; lk 4
  - õpetaja räägib lastele loo eriskummalisest koolist, kus õpivad kollilapsed ning neile antavatest tundidest, mis on väga erinevad meie laste tundidest nii lasteaias kui koolis. Õpetaja palub nimetada need tegevused ja tunnid, millega lapsed lasteaias tegelevad (liikumis-, muusikatund jt)
  - õpetaja loeb ette mõned kollikooli õppekavasse kuuluvad tunnid, millele lapsed võimalusel lisa aitavad leida:
  - Teiste laste asjade ära võtmine;

- Ühiste ja teiste laste asjade lõhkumine;
  - Ühiste mänguasjade endale krabamine ja teistega mittejagamine, asjade peitmine;
  - Teiste laste mängu segamine, ära rikkumine;
  - Kiusamine ja norimine;
  - Kaklemine ja löömine;
  - Teiste uneaja segamine;
  - Karjumine;
  - Tülitsemine jne
- Ühine arutelu sellise kollikooli tunniplaani üle:
- 1) Kas sellise tunniplaani alusel oleks hea ka antud lastel õppida? Kas neile sellised tunnid meeldiksid? Miks? Kas kõigil lastel oleks niimoodi hea õppida ja lasteaias, koolis käia?
  - 2) Põhjalikum arutelu iga kollikooli tunniplaanis oleva tunni üle- miks see tavalistele lastele ei sobi ja ei meeldi (keegi tunneb end halvasti ja on kurb – lastel peaks olema hea, turvaline ja tore lasteaias ja koolis käia; ainult selline keskkond on sobilik laste arenguks ja õppimiseks, kus kõik lapsed end hästi tunnevad)?
2. Ühine arutelu asjade ja suhete hoidmisest lasteaias ehk mida iga laps saab teha, et kõigil lastel oleks lasteaias hea ja turvaline käia?
- 1) Asjade hoidmine  
Isiklikud asjad: mida tasub ja mida ei tasu lasteaeda kaasa tuua; kuidas oma ja teiste asju hoida; asjade jagamine teistega; teiste laste asju tuleb küsida, mitte ise võtta;  
Ühised asjad: mänguasjade jagamine; koos mängides koristatakse ka koos pärast mängu lõppu ära; asju tuleb hoida korras ja tervena;
  - 2) Suhete hoidmine: üksteisest hoolimine ja abistamine; mängukaaslaste hoidmine; lastakse kõigil lastel oma arvamust avaldada ja seda põhjendada; üksteist julgustatakse ja toetatakse, kui midagi (nt õpitut) välja ei tule; mõistetakse, et lapsed võivad erineda nii väärtuselt, iseloomult kui ka oskuste ja õppimiskiiruse poolest; selline sõber, nagu sulle meeldib, tuleks püüda ka ise teistele olla; rühmas on kõik korras vaid siis, kui kõikidel lastel on seal hea olla. Erimeelsuste puhul selgitatakse seisukohti sõnadega.
3. Mõttemäng „Kollikooli lapsed ühisel väljasõidul“
- Õpetaja palub lastel ette kujutada, kuidas võiksid sellised kollikooli õpilased käituda ühisel klassi või rühma väljasõidul (siinkohal võiks õpetaja tuua näiteks kas peatselt toimuvat ühist väljasõitu või õppekäiku või juba olnut, et lastel oleks lihtsam olukorraga samastuda):
- 1) Mida võiksid kollikooli õpilased teha, kuidas käituda? Õpetaja võib alustada loetelu, mida lapsed jätkavad (nt karjuda, segada möödakäijaid; lõhkuda ja määrada nt bussis/rongis/tänaval toole jm kõigile kasutamiseks mõeldud mööblit ja asju; joosta ringi ja trampida; joosta kaassõitjatele ja tänaval käijatele otsa; kiusata ja narrida tänaval väiksemaid lapsi jne);
  - 2) Kuidas tunneksid ennast teised kaasreisijad bussis/rongis (väljasõidul) ja kaasliiklejad tänaval? Kas neil oleks hea olla kollikooli laste läheduses? Miks?
  - 3) Kuidas võiksid käituda meie lapsed ühisel külaskäigul/väljasõidul/õppekäigul, et möödakäijatel ja kaasreisijatel oleks ka hea ja rahulik olla? Kuidas saaksid lapsed käituda nii, et kõikidel teistel lastel oleks ka hea ja turvaline koos käia? Miks?

**Õpitulemused:**

- Laps saab aru, milline käitumine on sobilik lasteaia jms avalikus kohas;
- Oskab teha vahet enda ja teiste asjade vahel, neid hoida ja jagada;
- Saab aru, mis on oma – võõras – ühine vara;
- Teab, milline on usaldusväärne sõber;
- Teab, et teiste asju peab küsima, ei tohi ise võtta ja tahtlikult lõhkuda;
- Teab, kuidas kaaslastega suhelda, kuidas luua ja hoida suhteid (kätega ei lööda, vaid tehakse pai; konflikti situatsiooni lahendatakse sõnadega; püüab mõista teiste inimeste tundeid ning arvestada neid oma käitumises ja vestluses; tahab ja julgeb suhelda, huvitub suhetest, teised inimesed pakuvad huvi; hoolib teistest inimestest, osutab abi ning küsib vajadusel ise; oskab teistega arvestada ja teha koostööd).
- Teeb vahet hea ja halva käitumise vahel.
- Mõistab, et inimesed võivad olla erinevad, sh erinevad väliselt, käitumiselt, ka rahvused, rassid;
- Järgib kokkulepituid reegleid ja üldtunnustatud käitumisnorme.
- Selgitab oma seisukohti sõnadega.

**Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, lasteaed; üldinimlikud väärtused ja üldtunnustatud käitumisreeglid; tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine;
- Keel ja kõne: keelekasutus: sõnavara; suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; lugemine ja kirjutamine, lastekirjandus.

**Tagasi sisukorda**

## Õpiülesanded alateemade kaupa

### 1. Liiklusohutus

#### 1.1. Raudteeohutus – Rongisõidu lavastamine

(Triinu Uiboleht)

**Õppetegevustega käsitletavad ohutuse teemad:** liiklusohutus (raudtee), avalikus kohas käitumine.

##### Taustainfo

Põhilised reeglid rongis sõitmiseks:

- Ei tohi rikkuda avaliku korra reegleid ja häirida kaasreisijaid.
- Rongisõidu jaoks peab reisijal olema eelnevalt ostetud pilet. Piletit saab osta ka klienditeenindaja käest.
- Rongis tuleb hoida puhtust ja korda ja panema prahi selleks ettenähtud prügikasti.
- Jalgratas tuleb rongis paigutada selleks ettenähtud rattahoidjasse ning veenduda, et ratas on kindlalt kinnitatud.
- Ei tohi takistada rongitöötajate tööd.
- Kui reisija vajab kiiret arstiabi, peab ta pöörduma klienditeenindaja poole, kes korraldab esmaabi osutamise ja vajadusel kiirabi väljakutsumise.

**Loe lähemalt:** Põhjalikumalt on punktid toodud Elroni reisijateveo eeskirjas <http://elron.ee/wp-content/uploads/2013/11/Elroni-reisijateveo-eeskiri-koos-lisa-1.pdf>

**Põhilised reeglid raudtee läheduses käitumiseks:**

- Raudteed tohib ületada ainult selleks ettenähtud ülekäigukohtades
- Raudteed ületades ole tähelepanelik ning veendu vaadates ja kuulates, et lähenemas pole raudteesõidukit
- Lähenevale raudteesõidukile peab alati teed andma
- Raudtee lähimas ümbruses viibi vaid raudtee ületamiseks ja reisirongile minekuks või sellelt tulekuks
- Raudtee ning selle ümbrus pole sobiv koht jalutamiseks, sportimiseks, mängimiseks või mõnel muul moel vaba aja veetmiseks

##### Õppetegevuste eesmärk:

Valmistada koolieelikut ette ühistranspordis, antud juhul rongis, liiklemiseks koos täiskasvanuga ning iseseisvalt. Erinevaid rolle ja olukordi läbi mängides tutvub laps rongis ja raudtee läheduses käitumise reeglitega. Piletite meisterdamisel arendatakse laste käelist oskust; piletile hinna ja istekohta kirjutamisel ning hiljem istekoha mängurongis üles leidmisel saavad lapsed harjutada numbrite tundmist; peatuste kirjutamisel ja lugemisel arendatakse laste kirjutamis- ja lugemisoskust.

***Märkus:** Ülesande puhul tuleb silmas pidada, et laste lugemisoskus on lasteaias erinev. Õpetaja saab ülesannet vajadusel lihtsustada või lapsi abistada rongisõidu lavastamises (nt peatuste nimede ettelugemisel).*

**Aeg:** 45 minutit

**Sihtrühm:** lasteaia viimane rühm ehk 5-6aastased

**Õpikeskkond:** rühma mänguruum või saal

**Õppetegevused:**

1. Sissejuhatus

Teema sissejuhatuseks arutletakse ühiselt, kas keegi lastest on koos vanematega sõitnud rongiga Eestis või välismaal. Õpetaja võib paluda lastel ronge kirjeldada – mis värvi on rongid, palju inimesi sinna mahub, kuhu rongiga saab sõita, kas rongid sõidavad kiiresti jne.

2. Sõidumarsruudi valimine

Esmalt lepitakse õpetajaga kokku, kuhu rongiga sõidetakse. Sihtkohad saab õpetaja valida rongi peatuste kaardilt, mis on kättesaadav Elroni kodulehelt: [http://elron.ee/wp-content/uploads/2014/01/elron\\_araal\\_1050x500\\_14012016-kodulehele.pdf](http://elron.ee/wp-content/uploads/2014/01/elron_araal_1050x500_14012016-kodulehele.pdf). Näiteks sõidetakse Tallinnast-Tartusse.

3. Rongipiletite meisterdamine

Lapsed valmistavad õpetaja kaasabil ette rongipiletid. Õpetaja annab igale lapsele tema peatuse nimega paberi. Piletil peavad olema kirjas:

- jaam, kust alustatakse sõitu
- jaam, kus lõpeb sõit
- sõidu kuupäev
- pileti summa (mida lähemal on peatus, seda odavam peaks olema pilet)
- istekoht

*Märkus: kui on tegu nooremate lastega või on antud laste kirjutamis- ja lugemisoskus nõrgem, võib lasta peatuse nime panna kokku ka täht-puslest (laps peab siis viima kokku etteantud tähe ning leidma sellele vastava tähe oma tähtedega puslest, tähed nt piletile kleepides).*

4. Rongi peatuste siltide meisterdamine

Õpetajaga joonistatakse sildid peatuse nimega, et lapsed saaksid võrrelda peatuse nime oma piletil oleva nimega.

5. Rongi ette valmistamine

Ruumi paigutatakse toolidest rong. Toolidele kleebitakse peale istekohtade numbrid (siinkohal võib õpetaja rääkida, et päris rongis on numbrid vaid esimese klassi istmetel; kuid siinkohal oleks need abiks ka numbrite tundmaõppimisel). Rongi kõrvale paigutatakse toolidest „ooteplatvorm“, kus reisijad saavad rongi oodata.

6. Rollide jaotamine

Õpetaja jaotab kõigile erinevad rollid (näiteks kooliõpilane, jalgrattur, ema koos lapsega, vanaisa, vanaema). Lisaks antakse kahele õpilasele ka rongi klienditeenindaja roll. Klienditeenindaja kontrollib pileteid ning vajadusel aitab rongireisijaid. Õpetajast saab rongijuht, kes alustab rongiga sõitu, hõikab välja peatusi, näitab peatuse silti ning mängib lastega läbi rongisõidu ajal toimuvad sündmused.

7. Rongiga sõitmise reeglid (vt Taustainfo)

Enne rongisõidu alustamist räägitakse õpetajaga üle põhilised reeglid, mida on oluline rongis ja rongi oodates meeles pidada.

8. Rongisõit ja sündmuste läbi mängimine

Rongisõidu alguse hõikab välja õpetaja ning lapsed saavad rongi siseneda ja sealt väljuda oma piletil toodud peatuses. Õpetaja võib ka näiteks paberile märkida õpilaste nimede järgi, kes ja millises peatuses rongi siseneb või väljub. Need lapsed, kes on rongist väljunud või ootavad sisenemist, istuvad „ooteplatvormil“.

***Märkus:** õpetaja võiks kavandada laste sisenemise ja väljumise rongist selliselt, et lapsed ei peaks liiga kaua ooteplatvormil tegevuseta ootama. Võib leida ka ooteplatvormil ootavatele lastele lisategevust, et neid aktiivselt rongimängu kaasata nt peatuste lugemine lisaks õige käitumise pakkumises aktiivselt osalemisele.*

Rongisõidu ajal ehk jaamade vahel mängitakse läbi erinevad sündmused. Õpetaja loeb ette olukorra ning rongireisijad (nii rongis kui ka ooteplatvormil) saavad pakkuda vastuseid. Kui lapsed on öelnud õige vastuse, siis mängitakse olukord ka mängurongis läbi.

**Sündmus number 1:** Jalgrattur siseneb rongi, aga ta ei tea, kuhu oma ratas panna. Mida peaks jalgrattur tegema?

a) Jätab ratta ukse juurde seisma ja otsib endale istekoha (See on **vale** vastus, sest jalgratas võib ukse juures hakata teisi reisijaid segama rongist väljumisel ja rongi sisenemisel või sõidu ajal ümber kukkuda)

b) Palub abi klienditeenindajalt, kes näitab talle ära rattahoidja koha ning aitab seda kinnitada (**Õige** vastus, sest klienditeenindaja teab, kus rattahoidjad asuvad ning kuidas ratast õigesti kinnitada)

**Sündmus number 2:** Kooliõpilane magas kogemata maha oma rongipeatuse. Mida peaks kooliõpilane tegema?

a) Õpilane otsib üles klienditeenindaja, kes saab teda aidata ning öelda, kui kaugel on järgmine peatus (**Õige** vastus, sest klienditeenindaja teab, kust saada infot, et õigesse rongipeatusesse tagasi jõuda ning saab õpilast aidata).

b) Õpilane helistab oma vanematele ning räägib, mis juhtunud on (**Õige** vastus, sest vanemad saavad last rahustada ning anda nõu, mida teha, et laps jõuaks õigesse peatusesse tagasi).

**Sündmus number 3:** Rongis hakkab ühel reisijal paha ning ta minestab. Mida saavad teised reisijad teha?

a) Teised ei tee sellest reisijast välja (**Vale** vastus, sest reisija elu võib ohus olla ja kiire pöördumine abi saamiseks võib teda väga palju aidata; kui meie või meie lähedasega midagi halba juhtub, siis tahame me kindlasti, et keegi teda võimalikult ruttu aitaks)

b) Sellisest reisijast võib teavitada klienditeenindajat, kes vajadusel osutab arstiabi või helistab hädaabinumbrile 112 (**Õige** vastus, sest klienditeenindajad on läbinud vastavad esmaabikoolitused ning oskavad hädaolukorras reisijaid aidata ning vajadusel abi kutsuda)

**Sündmus number 4:** Rongi aknast näevad reisijad, et lapsed mängivad raudteele väga lähedal. Kas lapsed tohivad raudtee lähedal mängida?

a) Ei, lapsed ei tohi raudtee lähedal mängida (**Õige** vastus, sest raudtee läheduses aja veetmine võib olla ohtlik. Rong võib läheneda suure hooga ning sellega kaasnevast tuulest võib raudtee lähedal olija kaotada tasakaalu ning viga saada. Lisaks võib rongi liikumisega raudteelt lennata mõni kivi või muu ese, mis võib vigastada raudtee lähedal olijat)

b) Jah, lapsed tohivad raudtee lähedal mängida (**Vale** vastus, sest raudtee läheduses aja veetmine võib olla ohtlik – mängides hajub tähelepanu ning ootamatult võib tulla rong ja võib juhtuda õnnetus)

**Sündmus number 5:** Noormees istub rongis oma istmel ning ühes peatuses siseneb vanaema, kellel on mitu rasket kotti käes. Rongis pole aga ühtegi vaba kohta. Mida noormees peaks tegema?

a) Noormees istub oma kohal edasi ning ei tee vanaemast välja (**Vale** vastus, sest vanal inimesel on väga raske seista, seepärast peetakse vanu (ka noori emasid, lapseootel naisi ning puudega) inimesi eesõigusega reisijateks (nemad tuleks kindlasti istuma lasta). Seepärast peaks ka noormees pakkuma vanemale reisijale istet.

b) Noormees pakub vanaemale istet (**Õige** vastus, sest vanemad inimesed võivad väsida kiiresti, sest neil võib olla raske seista ning liikuvras rongis tasakaalu hoida).

### **Õpitulemused**

- Laps vaatleb õpetaja juhendamisel teiste käitumist liikluses
- eristab õiget käitumist valest (jalakäija ja kaasreisija näited);
- kirjeldab võimalikke ohte liikluses oma liikumisviisist tulenevalt, sh oma koduteel (lasteaia ja kodu vahel);
- teab hädaabinumbrit 112;
- kirjeldab enda ja oma pere liikumisviise;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita.

### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, ametid; üldinimlikud väärtused ja üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine, turvavarustus, virtuaalkeskkond;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; lugemine ja kirjutamine;
- Matemaatika: arvud ja loendamine;
- Liikumine: ohutus ja enesekontroll; liikumismängud.

### **Tagasi sisukorda**

## 1.2. Helkuriõpe – Kuidas olla liikluses nähtav?

(Kerli Tallo ja Kristiina Niibon)

### Taustainfo:

- Halva nähtavuse korral või pimedal ajal teel liikudes peab jalakäija kasutama helkurit või valgusallikat (Liiklusseadus, 2011);
- Helkur on vahend inimese või muu objekti märgatavuse suurendamiseks pimedas, mis on lähitulede valgusvihus nähtav vähemalt 150 meetrit ja kaugtulede valgusvihus vähemalt 300 meetrit (sammas, 2011). Selle ilmestamiseks võib vaadata Soome Liikenneturva välja töötatud interaktiivset lahendust: <https://goo.gl/l7EEaY>; helkuri optimaalne kõrgusevahemik on 30–80 cm maapinnast – nii paistavad sõiduki tuled sellele kõige paremini peale (abivahendi meisterdamise juhendi kirjeldus „Soovitused õpetajale“ all);
- Helkurit ostes peab selle pakendil tootenimetuseks olema helkur, viide standardile EN 13356:2001, mis sätestab nõuded helkuri kvaliteedile, lisaks võiks pakendil olla andmed tootja kohta, CE-vastavusmärgis helkuril või selle pakendil ning eestikeelne kasutusjuhend;
- Parimad peegelduvusomadused on valgel ja kollasel helkuril, halvimal punasel ja mustal; mida suurem on helkuri helkiva pinna suurus, seda parem; see osa helkurist, mille helkiva pinna peale on midagi kaunistuseks kleebitud või trükitud (ja see on näpuga tuntav), ei helgi;
- Helkur tuleb välja vahetada, kui see on kulunud, sellel on kriimud või see ei helgi enam. Samuti tuleb helkur välja vahetada, kui see on pesumasinasse sattunud, kuna selle vastupeegelduvusvõime võib väheneda kuni 50%;
- Helkuri kinnitamisel on oluline jälgida, et see on nähtav võimalikult mitmest suunast, vajadusel kanda mitut helkurit või helkurribasid; helkurit ei tohi käe või kotiga varjata;
- Soovitav on valge ajal rippuvat helkurit mängimise ja ronimise ajal hoida taskus – rippuv helkur jope küljes võib olla mänguväljakul ronimisel lapsele ohuks.

Helkurist, selle ajaloost ja enda nähtavaks tegemisest liikluses (sh innovaatilised lahendused) on võimalik juurde lugeda Maanteeameti enda nähtavaks tegemise kampaania maandumislehelt [www.silmapaistev.ee](http://www.silmapaistev.ee).

**Õppetegevuste eesmärk:** kinnistada lapses teadmist, et helkuri kandmine pimedal ajal aitab teda sõidukijuhile nähtavaks teha; õpetada last märkama enda, oma pere ja teiste liiklejate helkuri kandmist.

**Aeg:** hommikuringis arutelu ja katse 50 minutit ning lisaks helkuri kandmise uurimus nädala jooksul (soovitav käsitleda septembri lõpp kuni jaanuar)

**Õppekeskkond:** rühma ruum, katseks soovitavalt pimendatud ruum

### Õppetegevused:

1. Arutelu hommikuringis – kuidas lapsed täna lasteaeda tulid? Mis on liikluses pimeduse tõttu oluline teema? Milliseid helkureid on lapsed näinud? Soovi korral laste õueriiete küljes olevate helkurite vaatlemine.

2. Katse – helkurite vaatlemine helkurtahvlilt. Katse käigus näidatakse lastele erinevaid helkureid, selgitatakse, kuidas helkur töötab ja mil viisil see on sõidukijuhtidele nähtav.

Vajaminevad vahendid: helkurtahvel (Lisa 1) vähemalt kaks taskulampi.

Soovitused tegevuse läbiviimiseks: sõltuvalt taskulampide arvust saavad korraga helkureid vaadelda kas üks või kaks last. Laps vaatleb taskulambiga helkureid umbes kahe meetri kauguselt, näidates silmade kõrguselt helkuritele taskulambiga valgust peale. Lapse ülesanne on vaadelda, milliseid helkureid ta näeb ning kas kõik paistavad ühtmoodi silma. Laps, kes on vaatluse lõpetanud, liigub oma istumiskohale tagasi ja arutleb teiste lastega nähtu üle. Kui kõik lapsed on helkurite vaatluse läbi teinud, viiakse suures ringis läbi arutelu, mida keegi nägi, ning kõikidest helkuritest antakse detailne ülevaade.

3. Katse vestiga. Eelnev arutelu selle üle, kuhu helkur kinnitada tuleks, et sa liikluses nähtav oleks.

Vajaminevad vahendid: vest (Lisa 1), vähemalt kaks helkurit.

Soovitused tegevuse läbiviimiseks: ühel lapsel palutakse selga panna vest, lapsed hakkavad pakkuma, kuhu helkuri kinnitada võiks. Et aru saada, kas selliselt paigutatud helkur võiks ka sõidukijuhile silma paista, jaotatakse lapsed (v.a arvatud vestiga laps) neljaks. Nelja gruppi jaotud laste roll on olla sõidukijuht – üks osa lastest istuvad vestiga lapsele näoga vastu, teine osa lähevad selja taha ja ülejäänud (kolmas ja neljas osa) jagunevad paremale ja vasakule. Iga kord, kui laste pakkumise peale helkur kusagile uude kohta kinnitatakse, ütlevad sõidukijuhid, kas nad näevad helkurit. Ülesanne on jõuda mõistmiseni, et ühest helkurist ei pruugi piisata. Katse jooksul võivad sõidukijuhid kohti vahetada, samuti võib vestikandjat vahetada. Pimeda ajal liigeldes peaks jalakäija kasutama kahte helkurit või helkurribasid – üks ühel küljel ja teine teisel küljel. Räägitakse veel kord helkuri töötamise põhimõttest. Arutelu, kui kõrgel on sõiduki tuled. Soovi korral kasutada selleks allpool kirjeldatud vahendit. Helkurid ja helkurribad paigutatakse üleriieetele nii, et need on nähtavad võimalikult mitmest küljest.

4. Uuring, millest õpetaja saab nädala jooksul tagasisidet oma rühma laste või nende vanemate helkuri kandmise kohta. Esmalt võib laste riided üle vaadata enne õue minekut – kui paljudel on helkurid või helkurribad. Uuringu läbiviimiseks võib kasutada tabelit (Lisa 2). Tabelis on nädalapäevad ja laste nimed. Kes ja kuidas tabelit täidab, lepitakse eelnevalt rühmas kokku. Uue nädala alguses tehakse hommikuringis uuringust kokkuvõte. Soovi korral saab tabelit kasutada ka üle terve lasteaia.

#### **Täiendavad soovitused õpetajale:**

- Tegevuste aluseks võib võtta Tallinna Ülikooli Rakvere Kolledži tudengite välja töötatud nädalakava, mis on leitav: <https://goo.gl/0uaaDg>;
- Lugeda raamatust „Jete ja Jasperi käigud“ lk 8 „Apteegis“;
- Mängunurka tuua sisse enda nähtavaks tegemise vahendid, pannes poodi müügile erinevad helkurid ja kinnitades need ka nukuriieetele;
- DVD-d: „Jänku Juss õpib liiklema“, Maanteeameti õppefilm „Helkur aitab!“ ja „Ole nähtav“, Lood Liikluskoer Värdis seiklustest; ETV saate „Rula ja Ratas“ video „Kaugele peegeldub helkur?“ <https://goo.gl/M27GVZ>;

- Helkuri optimaalse kõrguse mõõdik: selleks on vaja 50 cm pikkust riba, näiteks paberist või helkurpaelast. Pael või riba kinnitada vertikaalselt seinale nii, et selle alumine osa jääb maapinnast 30 cm kõrgusele ja ülemine 80 cm kõrgusele, ribast mööda kõndides peab riiete küljes olev helkur või helkurriba jääma selle riba kõrgusele. Mõõdik on soovituslik paigaldada kohta, kust lapsed ja lapsevanemad rühma tulles ja koju minnes mööda kõnnivad, juurde võib lisada plakati „Kontrolli siin, kas Sinu helkur on õigel kõrgusel“;
- Helkuripuu lasteaia välisukse juures. Kui lapsel pole helkurit, saab ta selle sealt võtta, või kui leitakse kaotatud helkur, riputatakse see puu külge. Asutuse poolt on oluline jälgida, et tegemist oleks päris helkuritega ning et need oleks kriimudeta;
- Nähtavaks tegemise teema võib lõpetada helkurmoesõu või helkurorienteerumisega lasteaia õuealal koos lapsevanematega.

#### **Õpitulemused:**

- laps teab, et helkuri kandmine aitab pimedal ajal end sõidukijuhile nähtavaks teha;
- jälgib täiskasvanu suunamisel helkuri olemasolu endal ja teistel;
- vaatleb õpetaja juhendamisel teiste käitumist liikluses;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, vee kogul, liikluses jm;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita.

#### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, kodu, lasteaed, üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liikumine, turvavarustus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Matemaatika: hulgad, loendamine ja arvud; geomeetrilised kujundid;
- Liikumine: kehalise kasvatuse alased teadmised: ohutus, enesekontroll; liikumismängud.

**LISA 1.**

**Helkurtahvel ja vest**

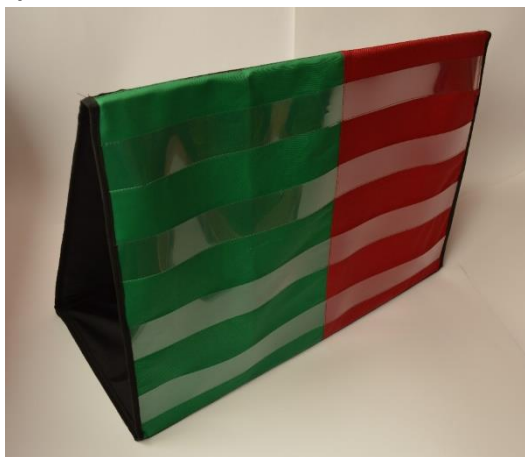
(Koostanud Kristiina Niibon)

**Tahvli kasutamise võimalused:**

**1. Riputatult konksude abil:**



**2. Kokkupanduna kolmnurkselt:**



**3. Magnet osa: mõeldud erinevate helkurite paigaldamiseks tahvlile magneti abil**

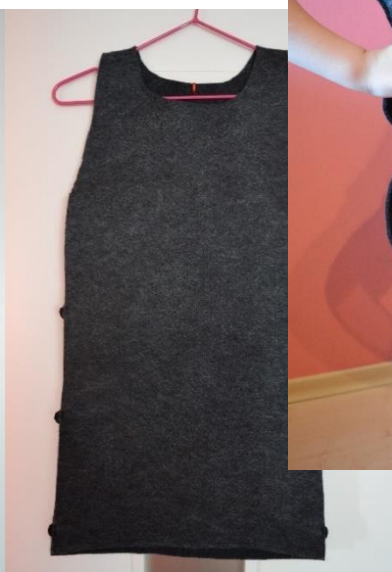


**Tahvel kokkupanduna:** Tahvli välisosal on kaks taskut, kus saab hoiustada helkureid ja mängu „õige või vale“ fotosid. Tahvel kinnitub kokkupanduna takjakinnitite abil. Tahvlit saab kanda käepaelte või õlapaela abil

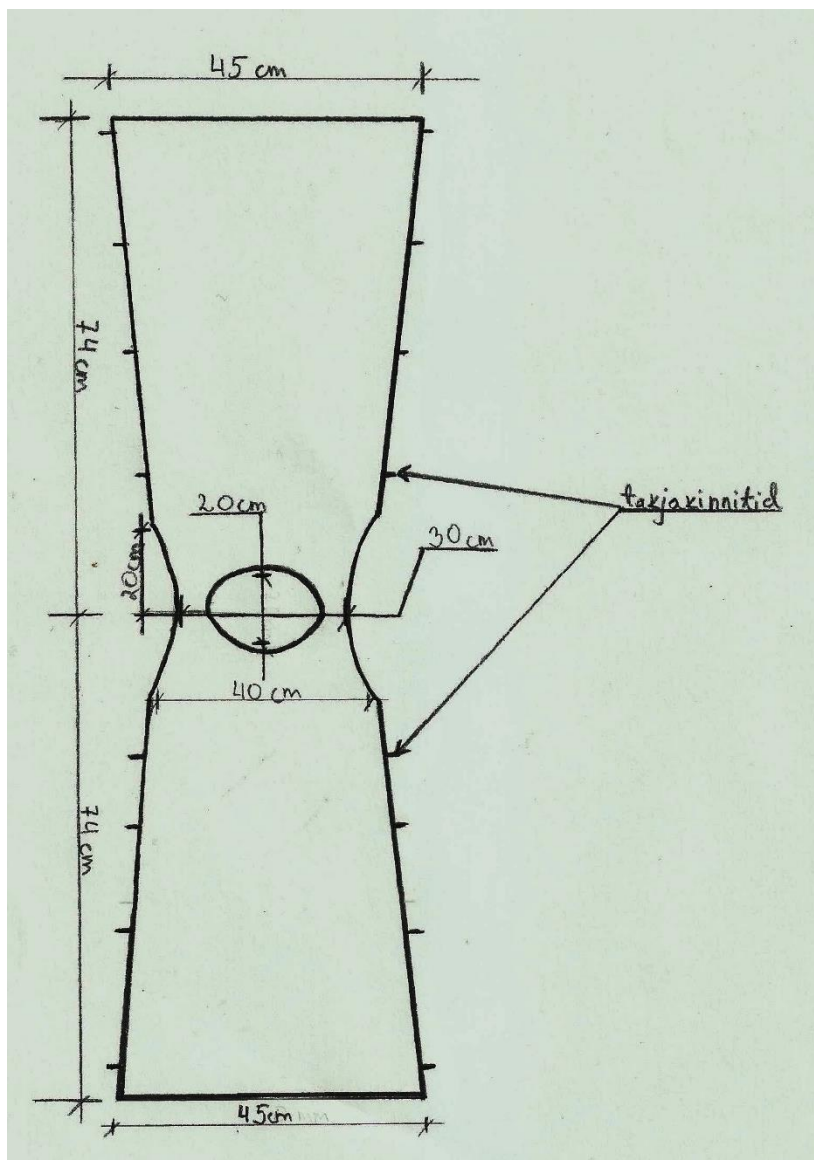


## **Vest**

Helkureid saab kinnitada vesti pinnale takjakinnitite abil, mis on paigaldatud helkuritele, terve vesti pind haakub takjakinnitiga. Helkuri kõrguse mõõtmiseks saab paigaldada helkuri reguleerimise mehhanismi vesti serva külge. Vesti saab kanda nii pahempidi kui õigetpidi, vesti seljaosal on punane märgis



Vesti meisterdamine:

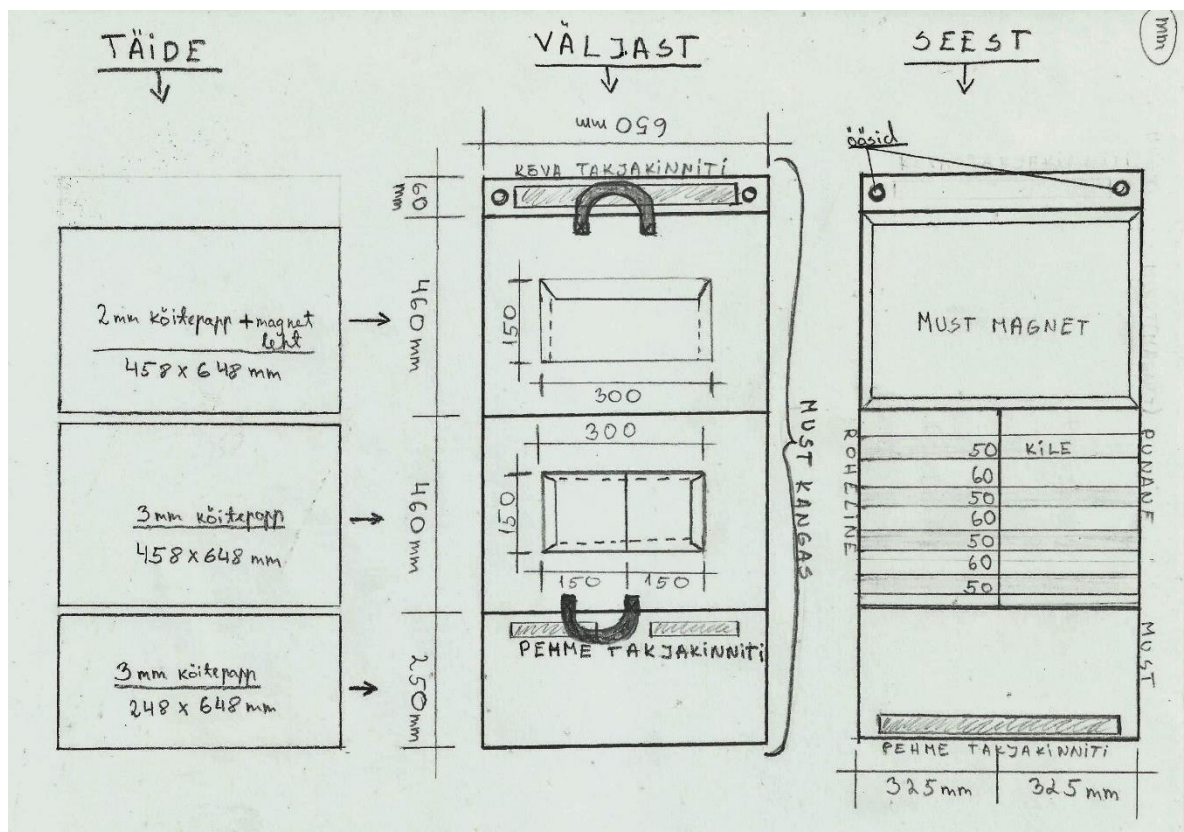


Mõõdud on pandud 122 cm pikkuse lapse järgi.

Tahvel-koti valmistamine:

1. Lõikasin välja vastavalt joonise mõõtudele (Pilt 1), hallist 3 mm köitepapist välja kaks tahvli täite osa, tugevdada tahvli konstruktsiooni
2. Lõikasin välja vastavalt joonise mõõtudele, hallist 2 mm paksusest köitepapist (Pilt 2) välja ühe tahvli täite osa ja pehmest magnetilehest (Pilt 3) sama suuruse tüki ning liimisin papi ja pehme magnetilehe omavahel kokku
3. Lõikasin 1 mm paksusest läbipaistvast plastiklehest (Pilt 4) välja kiletasku osad, vastavalt joonise mõõtudele
4. Tahvel-koti õmblemine sai teostatud firmas Ringiääres OÜ
5. Koti välispind kaetud musta pvc katte kangaga, mis tagab ilmastikukindluse
6. Tahvli sees olev roheline ja punane kangas samuti pvc kattega
7. Projekti joonise järgi peavad koti välisel poole asuvad taskud olema küljepealt volditud, et rohkem õppematerjale paremini mahutada

8. Koti kaasas kandmiseks on lisatud kotile ka õlapael, mis on eemaldatav ja sangad (Pilt 5)
9. Kotti saab riputada konksude abil, mis kuuluvad samuti komplekti (Pilt 5)



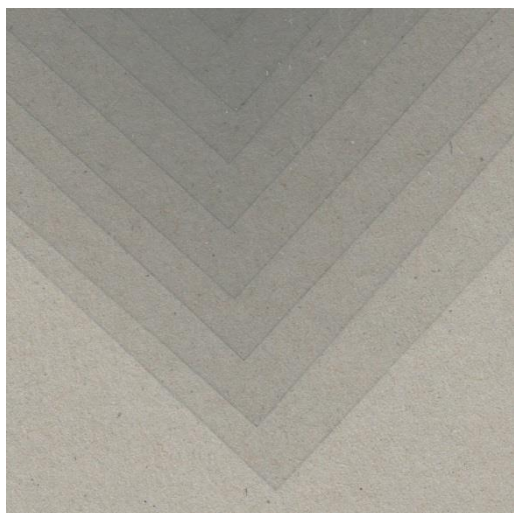
Pilt 1- tahvel-koti joonis



Pilt 2 – tahvel koti täidis 3mm ja 2 mm paksune kõitepapp



Pilt 3 – pehme magnetleht



Pilt 4 – läbipaistev plastikleht 1 mm

**LISA 2.** Näidistabelid laste ja vanemate helkurkontrolliks

	E	T	K	N	R
Lapse nimi					
Lapse nimi					
Lapse nimi					
Lapse nimi					
Lapse nimi					
Õpetaja nimi					

	E	T	K	N	R
Lapse nimi					
Ema/ Isa					
Lapse nimi					
Ema/ Isa					
Lapse nimi					
Ema/ Isa					
Lapse nimi					
Ema/ Isa					
Lapse nimi					
Ema/ Isa					
Rühma õpetajad					

[Tagasi sisukorda](#)

### 1.3. Minu ratas on korras

(Kerli Tallo ja Kristiina Niibon)

#### Taustainfo:

- Alla kaheksa-aastane laps ei tohi sõita jalgrattaga sõiduteel, alates kaheksandast eluaastast võib seadusliku esindaja või tema nõusolekul muu täiskasvanu vahetu järelevalve all sõiduteel jalgratast juhtida. Nõuded ei laiene õuealal liiklevale jalgratturile. 10–15-aastaselt lapsel peab sõiduteel sõitmiseks olema jalgratta juhtimisõigus; (Liiklusseadus, 2011.)
- Liiklusseadus (2011) sätestab, et korras jalgrattal peavad küljes olema: töökorras pidurid ja signaalkell, ees valge ja taga punane helkur ning vähemalt ühe ratta mõlemal küljel kollane või valge helkur (kodarahelkur), pimedas aja või halva nähtavuse korral lisaks ees valge ja taga punane tuli.

Rataste ajaloost saab lugeda aadressilt: <https://goo.gl/OFvEnR>. Kiivrist ja korras jalgrattast saab lugeda aadressilt: <http://www.liikluskasvatus.ee/lapsed/materjalid/lapse-jalgratas-ja-kiiver/>.

**Õppetegevuste eesmärk:** õpetada lapsele, mis vajalikud vahendid peavad jalgrattal küljes olema, et sellega sõitma minna

**Aeg:** 70 minutit, lisaks kodune ülesanne koos vanemaga (soovitav käsitleda aprill kuni juuni)

**Õppekeskkond:** rühm, lasteaia õueala (õppekäik)

#### Õppetegevused:

1. Aardejaht. Õpetaja annab lastele A4 paberi, millel on kujutatud midagi, mis asub nende rühma ruumides, pildi all on ka selgitav sõna trükitähtedes. Näiteks kui pildil on kujutatud riidekappi, siis on ka pildi all trükitähtedes kirjas riidekapp, või pilt mängunurgast ja kinnitav tekst pildi all. Lapsed liiguvad pildil asuvasse ruumi või eseme juurde, näiteks riidekapi juurde, kus õpetaja hakkab neid juhendama, kas nad on otsitavale aardele lähedal või mitte, andes vihjeid soe ja külme. Kui õpilased leiavad aarde, näiteks rattakell, siis on selle juures ka vihje uuele kohale, kus on peidus uus jalgrattale vajalik osa. Otsitakse seni, kuni leitakse peamine aare – jalgratas, mille kõik vajalikud osad on samuti aardejahi käigus välja tulnud. Seejärel istutakse maha ja pannakse jalgratas ringi keskele.

Aardejahi käigus leitud jalgratta vajalikud osad paigutatakse ja kinnitatakse jalgrattale õigesse kohta. Õpetaja paneb vajalikud osad jalgrattale külge, lapsed juhendavad teda. Enne juhendamist kirjeldavad lapsed, millega on tegu, mis värvi see on, samuti meenutatakse üheskoos, kust asjad üles leiti. Sama tegevust võib läbi viia ka lasteaia õuealal.

Vajaminevad vahendid: jalgratas, valge helkur, punane helkur, kodarahelkurid, rattakell, A4 paberil piltvihjed rühmas või lasteaia õuealal olevatele esemetele, mille all on sõna trükitähtedes.

2. Jalgratta meisterdamine (Lisa 1). Meisterdatakse papist jalgratas. Iga laps saab endale meisterdada isikliku jalgratta, mis õpetaja juhendamisel kokku pannakse. Suuremate rühmade puhul on soovituslik tegevusi läbi viia gruppides.

Vajaminevad vahendid: jalgratta meisterdamise komplektid.

3. Meisterdatud jalgrattale vajalike lisade kleepimine (Lisa 2) Eelnev meeldetuletus nõutud lisade kohta mängulises võtmes – õpetaja paneb maha sildid, et tähistada õiget või valet väidet (väidete tähistamise viisideks võivad olla: õige ja vale; rõõmus ja kurb nägu; pöial, mis näitab üles, ja pöial, mis näitab alla; punane ja roheline ketas). Õpetaja esitab lastele väiteid, kui väide on õige, astuvad lapsed tähistuse taha „õige“, kui vale, siis tähistuse taha „vale“. Väited võivad olla näiteks: jalgrattal peab ees olema valge helkur, jalgrattal peab ratta küljes olema kodarahelkur, jalgrattal peab taga olema sinine tuli, rattal peab olema töökorras kell, rattal peavad olema töökorras pidurid jne. Pärast mängu kleebitakse eelnevalt enda meisterdatud jalgrattale vajalikud asjad külge. Soovi korral võib jalgratastest hiljem näituse teha. Suuremate rühmade puhul on soovituslik tegevusi läbi viia gruppides.

Vajaminevad vahendid: eelnevalt meisterdatud jalgrattad, lisad kleepimiseks, väited, õige ja vale väite tähistamise vahendid.

4. Lapsevanem ja laps kontrollivad lapse jalgratta kodus koos üle. Lastele antakse päeval meisterdatud jalgratas õhtul koju kaasa, et koos vanemaga lapse enda jalgratas üle kontrollida.

#### **Täiendavad soovitused õpetajale:**

- Tegevuste aluseks võib võtta Tallinna Ülikooli Rakvere Kolledži tudengite välja töötatud nädalakava, mis on leitud: <https://goo.gl/3fWVOO>;
- Kui jalgrattateema on aktuaalne, võiks mängunurgas asuvas poes olla müügil jalgratta erinevad osad ning seal olevatel jalgratastel vajalikud lisad küljes;
- Õues käies võiksid lapsed jälgida, mis jalgratastel küljes on;
- Ideed lisategevusteks: muusikatunnis temaatilise laulu laulmine; rattakellade kontsert; vestlusring lapsevanema, suurema õe või vennaga, kes tegeleb jalgrattaspordi või jalgrattasõiduga;
- Jalgrataste kontroll Maanteeameti jalgratta ja kiivri kontrollkaardi abil;
- Lugu raamatust „Jete ja Jasperi käigud“ lk 20 „Pargis“.

#### **Õpitulemused:**

- Laps teab, et rattaga lasteaia õuealal sõitmiseks peab ta jalgratas korras olema;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- leiab erinevate kujundite hulgast ringi, kolmnurga, ristküliku, ruudu ning kera ja kuubi, kirjeldab neid kujundeid;
- rühmitab esemeid;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

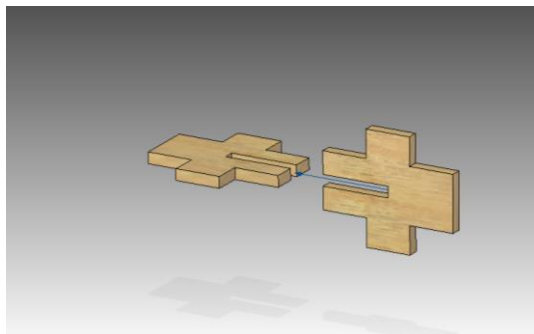
## **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, kodu, lasteaed, üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine, turvavarustus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Matemaatika: hulgad, loendamine ja arvud; geomeetrilised kujundid;
- Liikumine: kehalise kasvatuse alased teadmised: ohutus, enesekontroll; liikumismängud.

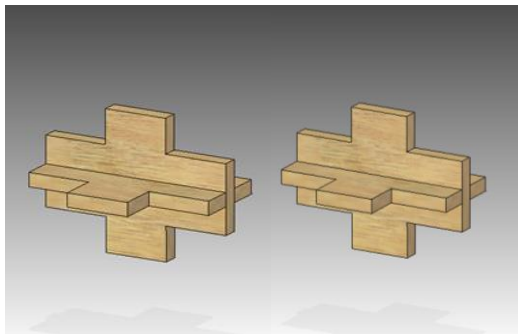
**LISA 1.** Jalgratta meisterdamine ja kleepimine  
Koostanud Kristiina Niibon.

## Jalgratta kokkupanemise juhend

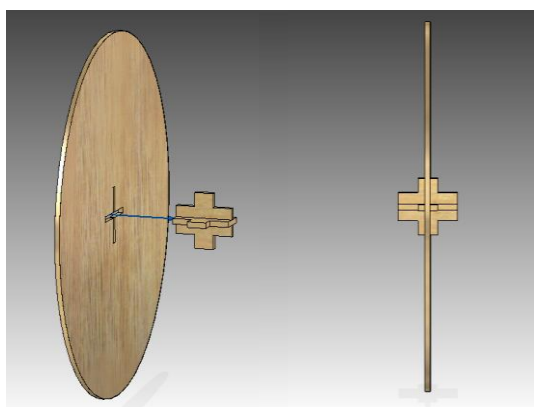
**Tegevus nr 1:** RATTAKINNITID



**Tulemus nr 1:**



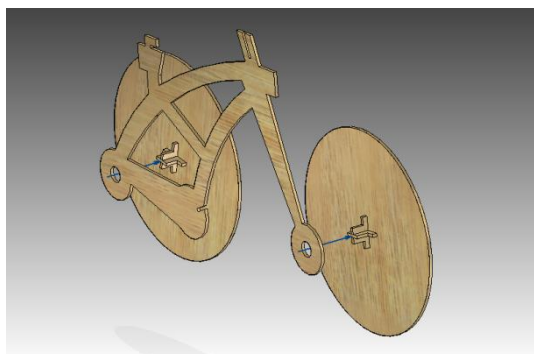
**Tegevus nr 2:** RATTAD + RATTAKINNITID



**Tulemus nr 2:**



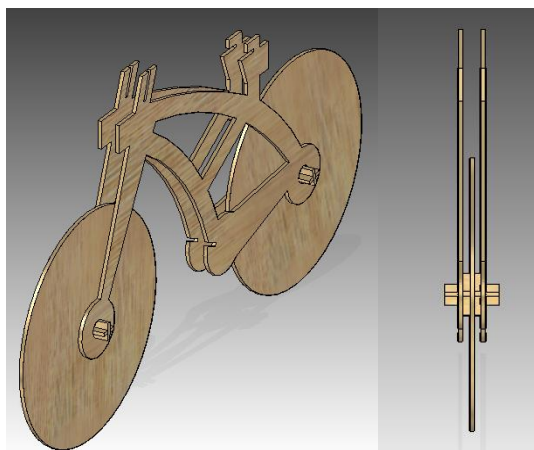
**Tegevus nr 3:** RAAM 1 + RATTAD



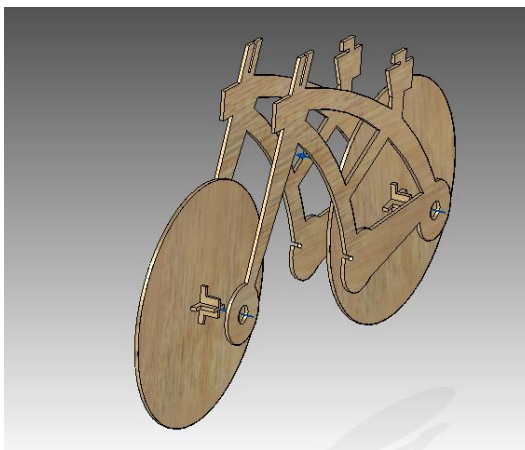
**Tulemus nr 3:**



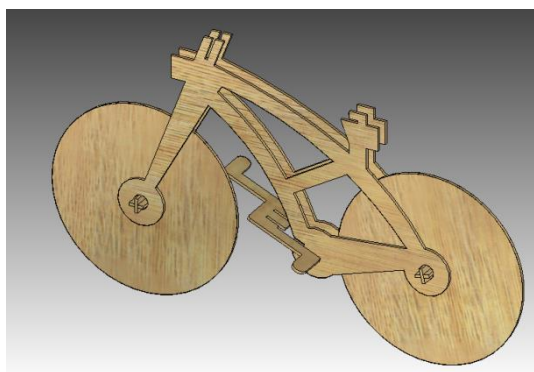
**Tegevus nr 4: RAAM 2 + RATTAD**



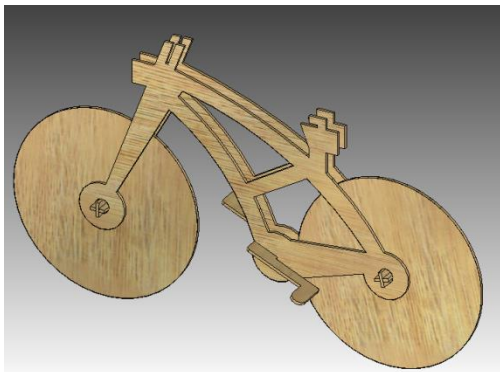
**Tulemus nr 4:**



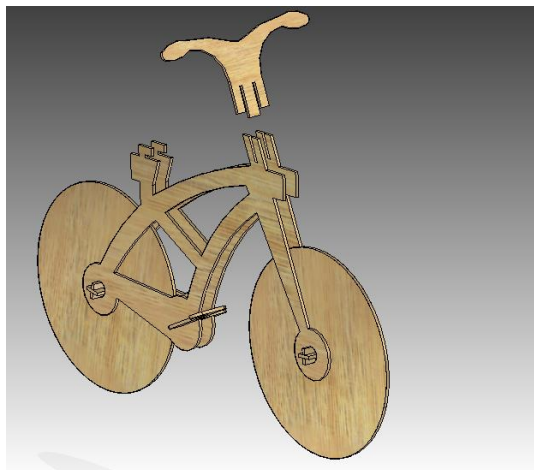
**Tegevus nr 5: PEDAALID + RAAM**



**Tulemus nr 5:**



**Tegevus nr 6: LENKS + RAAM**



**Tulemus nr 6:**



**Tegevus nr 7: SADUL + RAAM**



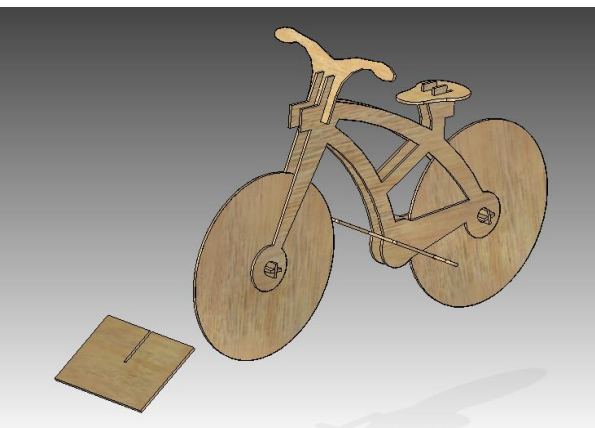
**Tulemus nr 7:**



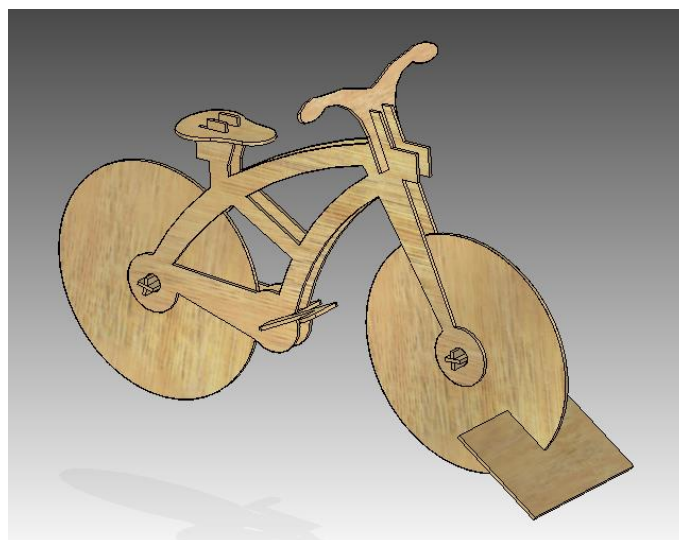
**Tegevus nr 8: JALGRATAS + RATAHOIDJA**



**Tulemus nr 8:**










**LÖPPTULEMUS:**



## LISA 2

### Kleebiste paigaldamise juhend

#### Kleebiste tähendused:

1. Kodarahelkurid:		2. Pidurid:	
3. Tagatuli:		4. Esituli:	
5. Tagahelkur:		6. Esihelkur:	
7. Rattakell:			

#### Kleebiste paigaldamise juhend:

- Kodarahelkurid**- paigalda mõlemale rattale kaks kodarahelkurit. Üks helkur ühele poole ratast ja teine helkur teisele poole ratast. Jälgi pilti!



- Pidurid**- paigalda mõlema juhtraua, käepideme osale üks pidur. Jälgi pilti!



**3. Tagatuli-** paigalda kleebis ratta tagaosale nii nagu pildil kujutatud.



**4. Esituli-** paigalda esituli ratta esiosale nii nagu pildil kujutatud.



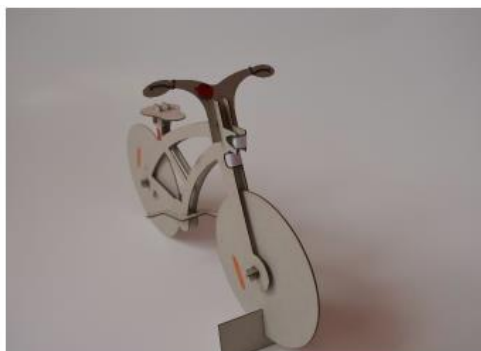
**5. Tagahelkur-** paigalda helkur ratta tagatule all olevale osale nagu on kujutatud pildil.



**6. Esihelkur-** paigalda helkur ratta esitule all olevale osale nagu on kujutatud pildil.



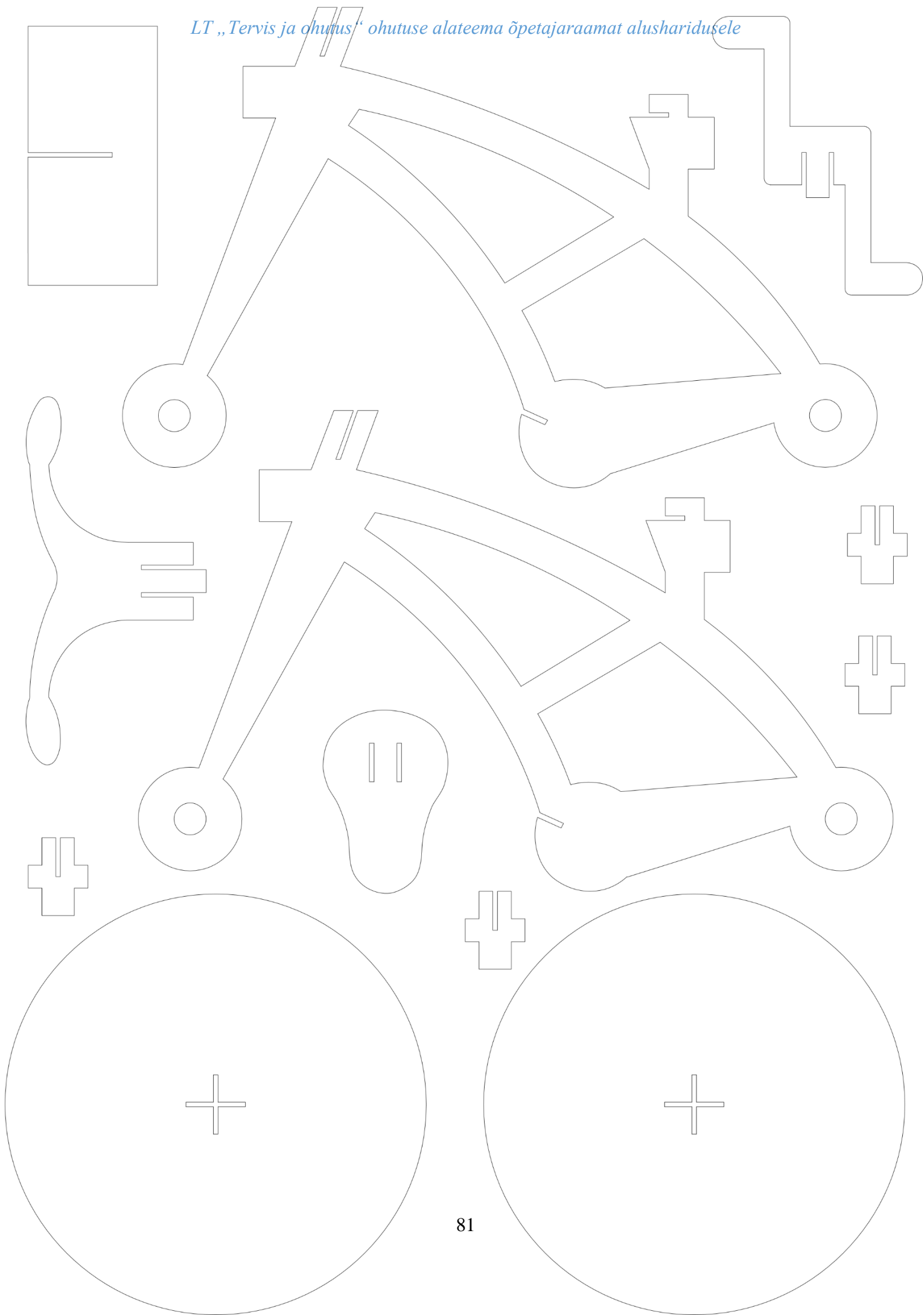
**7. Rattakell-** paigalda kell ratta lenksu külge nagu on pildil kujutatud.



### LÕPPTULEMUS



*LT „Tervis ja ohutus“ ohutuse alateema õpetajaraamat alusharidusele*



## 1.4. Kiivri kasutamine

(Kerli Tallo ja Kristiina Niibon)

### Taustainfo:

- Teel jalgrattaga sõitmisel peab alla 16-aastane sõitja kandma kinnirihmatud jalgratturikiivrit (Liiklusseadus, 2011);
- Kiiver kaitseb kukkumise korral lapse pead ja seda vaid siis, kui see on lapsele paras ja kinnitatud õigesti;
- Kiiver tuleb osta uuena, kuna kasutatud kiivril võivad olla tekkinud mikromõrad, mida silmaga ei näe, kuid õnnetuse momendil see pead seetõttu ei kaitse; kvaliteetsel kiivril on märgistus CE EN1078;
- Enne kiivri pähe panemist peab veenduma, et kiivri rihmades pole sees keerde, et see oleks peas otse ja ei loksuks;
- Kiivri pähe panemisel järgida 2-V-1 reeglit: kiivrit pähe pannes mahub otsmikule kaks sõrme (mitte rohkem), seejärel algab kiiver, kiivri üks rihm läheb kõrva eest ja teine tagant ning rihmad saavad kokku vahetult kõrva all ning moodustavad V-tähe, lõuaaluse rihma ja lõua vahele peab mahtuma üks sõrm.



- Foto 1). 2-V-1 reegli kohta leiab täpsustava pildi: <https://goo.gl/rbUFR6>



Foto 1. 2-V-1 reegel

Kiivri kohta saab täpsemalt lugeda: <http://www.liikluskasvatus.ee/noored/jalgratas/jalgratturi-kiiver/>, minikiivri tegevuste läbiviimiseks saab tasuta minikiivri tellida <http://tk.mnt.ee/?id=42&cat=5>, minikiivri katse saab läbi viia ka videoõpetuse järgi:

<http://www.liikluskasvatus.ee/noored/jalgratas/jalgratturi-kiiver/minikiivri-katse>; kiivri pähe panemist saab interaktiivses keskkonnas harjutada Soome Liikenneturva lehel: <https://goo.gl/TXtbei>.

**Õppetegevuste eesmärk:** näitlikustada kiivri kasutamise vajalikkust jalgrattaga sõitmisel; õpetada last jalgratturikiivrit endale pähe panema

**Aeg:** 45 minutit (soovitavalt aprill)

**Sihtrühm:** - 7-aastased lapsed

**Õppekeskkond:** rühm, lasteaia õueala

**Õppetegevused:**

1. Kiivri disainimine (Lisa 1). Lapsed disainivad või värvivad endale unistuste kiivri, millest hiljem seatakse rühma üles näitus. Pärast pildi valmimist kirjeldab iga laps enda kiivrit – mida ta sinna peale joonistas ja miks kiivri seesuguseks värvis.

Vajaminevad vahendid: igale lapsele prinditud A4 või A3 lehel kiivri pilt, värvipliatsid, soovi korral kleebised või muud vahendid kiivri kaunistamiseks.

2. Minikiivri katse. Katse läbiviimise protsessi eelnevalt vaadata: <http://www.liikluskasvatus.ee/noored/jalgratas/jalgratturi-kiiver/minikiivri-katse>. Õpetaja räägib lastele loo Ukust, Kaarlist ja Erikust. Võimalusel võiks lastel sellel päeval kaasas olla enda kiivrid.

Vajaminevad vahendid: lugu kolmest sõbrast (Lisa 2)

**LISA** ), kaks minikiivrit, kolm toorest muna (soovitavalt joonistatud nägudega), ajalehed või kile põrandale, õueala liiklusmärk.

Õpetaja selgitab lastele, et pead kaitseb vaid õigesti kinnitatud kiiver. Järgnevalt räägitakse, mida tuleb kiivri pähe panemisel jälgida. Õpetaja tutvustab lastele 2-V-1 reeglit ja näitab selle ühe lapse või enda peal ette. Seejärel näitavad kõik ilma kiivrita, kuidas 2-V-1 reegel käib ja lapsed näitavad veel ühe korra ilma õpetaja kaasa tegemata. Jutu ilmestamiseks võib õpetaja kasutada „õige“ või „vale“ pilte (Lisa 3) ja nende abil kiivri õige kasutamise läbi rääkida (kus on kujutatud 2-V-1 reeglit, kus kiiver on liiga suur ja liiga väike, kus tagurpidi jne).

3. Praktiline kiivri pähe panemise harjutamine. Lapsed harjutavad enda kiivriga selle õiget pähe panemist, õpetaja toetab, abistab ja julgustab neid. Hea on, kui rühmas on olemas ka peegel, kust laps ennast vaadata saab, selle abil saab õpetaja näidata, kust ja mida peaks veel sättima, mis on õigesti ja mis valesti.

#### **Täiendavad soovitused õpetajale:**

- Mängunurka tuua sisse kiivri teema: erinevate kiivrite müük;
- Tööleht erinevuste leidmiseks, värvimiseks ja õige tee leidmiseks <https://goo.gl/FsloFj>.

#### **Õpitulemused:**

- laps teab, et jalgratturikiiver on oluline kaitsevahend rattaga sõitmisel; oskab jalgratturikiivrit endale pähe panna;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

#### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, kodu, lasteaed, üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine, turvavarustus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Kunst: kujundamine: objektile esteetilise lisaväärtuse andmine;
- Liikumine: kehalise kasvatusalase teadmised: ohutus, enesekontroll; liikumismängud.

#### **Tagasi sisukorda**

**LISA 1.** Kiivri disainimine



## LISA 2. Lugu kolmest sõbrast

Täiendatud on Solveig Edasi loodud juttu kolmest sõbrast.

Elasid kord kolm sõpra: (Uku) Uljaspea, (Kaarel) Kavalpea ja (Erik) Tarkpea (Kui rühmas on sama nimega lapsed, võib eesnimed ütle mata jätta või mõelda uued eesnimed). Nad elavad ühes suures majas, mille taga on suur hoov, kus saab mängida, aga kus pargivad ka autod. Maja ees on õuealamärk (NÄITA MÄRKI). See tähendab, et hoovis võivad lapsed mängida, aga nad peavad olema ka ettevaatlikud, kui mõni auto hoovis liigub. Väljas on soe ilm ja sõbrad lähevad õue mängima. Hoovis on sile asfalt ning sellel on mõnus rattaga sõita.

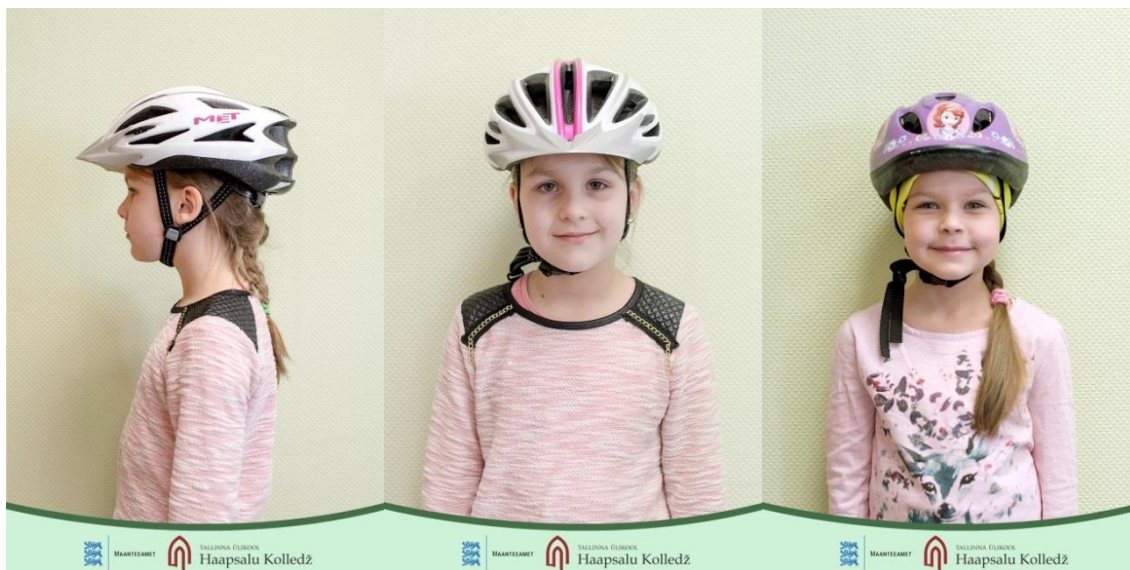
Sõbrad toovadki oma rattad ja hakkavad maja ees sõitma. Uku Uljaspea mõtleb: „No on vast mõnus soe ilm on, mina ei viitsi küll toast rattakiivrit tuua. Sõidan niisama.“ Kaarel Kavalpea toob ratta ja kiivri ka. Ta paneb kiivri pähe, aga ei viitsi kiivrit korralikult kinnitada. Tema kiivririhmad jäävad lahti. Erik Tarkpea paneb rattakiivri pähe ja kinnitab kiivri korralikult. Lapsed sõidavad ratastega hoovis, kuid vuhisedes üle lehti täis teeserva Uku Uljaspea kukub rattaga! (MUNA KUKUB MAHA!) Uku lööb pea ära ja saab haiget. Ukule sõidab kohe järele Kaarel Kavalpea. Tema näeb, et ees on pikali kukkunud Uku, ehmata ka ja kukub samuti ratta ümber. (MUNA KUKUB MAHA!) Õpetaja küsib lastelt: „Mis te arvate, mis juhtus Kaarliga?“ – Kaarel lõi ka pea ära ja sai haiget. Kahele poisile sõidab aga selja tagant järele veel Erik. Temagi sõidab pikali kukkunud ratastele otsa ja kukub. (MUNA KUKUB MAHA!) Erik saab põrutada, aga tema pea on terve! Õpetaja küsib, miks Erik haiget ei saanud, arutletakse.

[Tagasi sisukorda](#)

**LISA 3. Õige ja vale kiivri kasutamise pildid**

**Õige kiivrikasutamise pildid**





Vale kiivrikasutamise pildid



Kiiver on valesti peas, kuna:

- Kiiver on lapsele suur;
- Kiiver on ühele küljele viltu;
- Kiivri rihm jookseb üle kõrva;
- Lõunaalused rihmad on lõdvalt.



Kiiver on valesti peas, kuna:

- Kiiver on tagant regulaatoriga pingutamata;
- Kiivri rihm jookseb üle kõrva;
- Lõuaalune rihm on lõdvalt.



Kiiver on valesti peas, kuna:

- Selle rihmad on kinnitamata.



Kiiver on valesti peas, kuna:

- Selle külgmised rihmad on keerdus;
- Selle külgmised rihmad on lõdvalt.



Pildil on vale kiivrikasutus, kuna:

- Lapsel pole kiivrit peas.



Kiiver on valesti peas, kuna:

- Selle all on nokkmüts.



Pildil on vale kiivirikasutus, kuna:

- Kiiver on kukkumisel kahjustada saanud ning on katki.



Pildil on kiiver valesti peas, kuna:

- Selle lõuaalune rihm on pingutamata

[Tagasi sisukorda](#)

## 1.5. Sõiduki peatumisteed

(Kerli Tallo ja Kristiina Niibon)

### Taustainfo:

- Laps ei suuda hinnata läheneva sõiduki kiirust ja kaugust – kas on piisavalt ruumi, et auto saaks peatuda enne ülekäigurada, st anda hinnangut teeületuse ohutusele;
- Reguleerimata ülekäigurajal peab jalakäija enne sõidutee ületamist hindama läheneva sõiduki kaugust ja kiirust, andma juhile võimaluse kiirust sujuvalt vähendada või seisma jääda ja veenduma, et juht on teda märganud ning sõidutee ületamine on ohutu (Liiklusseadus, 2011);
- Jalakäija peab sõidutee ületama lühimat teed mööda, ohutussaare olemasolul selle kaudu (samas, 2011);
- Sõiduki peatumisteed koosneb reageerimisteedest (juht märkab tee ületajat ja vajutab pidurit) ja pidurdusteedest (maa, mis kulub pidurite rakendumisest seisma jäämiseni);
- Sõiduki peatumisteed kiirusel 50 km/h on kuival teekattel u 28 meetrit, märjal u 38 meetrit;

Peatumisteede määramiseks erinevatel kiirustel ja teekatetel (kuiv ja märg) on abiks tasuta tellitav peatumisteede ketas: <http://tk.mnt.ee/?id=274&cat=1>, sõiduki peatumisteede kohta saab juurde lugeda: <http://www.liikluskasvatus.ee/noored/jalgratas/jalgratturi-kiiver/minikiivrikatse/>.

**Õppetegevuste eesmärk:** harjutada last tajuma, kui kaugel peab sõiduk enne teda olema, et tee ületamine oleks ohutu; õpetada lapsel, et sõiduk ei saa koheselt pidama

**Aeg:** 40 minutit + järeltegevusena vaatlus õppekäigul (soovitatavalt august, september, mai)

**Sihtrühm:** - 7- aastased lapsed

**Õppekeskkond:** vähemalt 28-meetrine koridor, lasteaia õueala, rühma ruum

### Õppetegevused:

1. Katse – peatumisteed jalakäija, jalgratturi ja tõukeratturina. (Soovituslik on lasta eelnevalt lastel jalgratta ja tõukerattaga sõitmist harjutada ja tegevus läbi viia õues).

- Rollide jaotamine – jalakäija, jalgrattur, tõukerattur, koonuste vedajad.
- Õpetaja asetab maha stardijoone ning tema märguande peale hakkavad kolm liiklejat stardijoone tagant võrdse kiirusel liikuma, õpetaja märguande peale jäävad liikujad seisma. Kolm last, kellel on koonused, viivad koonused seisma jäänud liiklejate ette.
- Toimub tulemuste kokku võtmine ja peatumisteede võrdlus. Õpetaja räägib lahti, mis on peatumisteed, miks on erinevate liikumisviiside puhul peatumisteed erinev ja loob seose mootorsõidukite ja jalakäija tee ületamisega.

Vajaminevad vahendid: tõukeratas + kiiver, jalgratas + kiiver, kolm koonust, stardijoon.

### 2. Peatumisteede mõõtmine.

- Õpetajapoolne sissejuhatus tegevusse. Õpetaja asetab ühe koonuse stardijooneks maha. Mõõdulindi abil mõõdetakse koonuse algusest üks meeter, õpetaja seisab ühe meetri peale

ning lapsed loevad koonuse juurest, mitu nende sammu see on. Iga laps viib koonusest alates midagi kohta, kus ta arvab, et auto peab linnas enne tema tee ületamist olema, et teeületus oleks turvaline. Lapsed kogunevad õpetaja juurde.

- Õpetaja kerib koonusest alates mõõdulindi lahti, paludes kahe lapse abi – üks, kes esimese koonuse juures mõõdulinti kinni hoiab, ja teine, kes temaga lahtikeritud mõõdulindi lõppu koonuse asetab. Õpetaja selgitab, et vähemalt nii kaugel, kui on selle mõõdulindi pikkus, peab auto linnas olema, kui soovime ohutult teed ületada. Lapsed kõnnivad koos õpetajaga selle 28 meetrit läbi (edasi ja tagasi). Tagasiteel korjavad lapsed maha asetatud asjad üles. Õpetaja võib teekonda läbi kõndides lugeda kõvahäälselt ka sammude arvu (tehes enda tavapärastest sammudest väiksemaid samme).
- Tegevuse järel tehakse arutluse käigus kokkuvõtte olulisemast.

Vajaminevad vahendid: mõõdulint (Lisa 1), kaks koonust.

### 3. Õppekäik tänaval.

- Lapsed vaatlevad, kuidas erinevad sõidukid ülekäigurajal seisma jäävad, kuidas jalakäijad teed ületavad, kuidas nad käituvad. Soovi korral võib eelnevalt liikluses selle 28 meetrit ette anda.

#### **Täiendavad soovitused õpetajale:**

- ETV saate „Rula ja ratas“ video „Kui hästi oskad hinnata läheneva sõiduki kiirust?“ ja „Kas ja kui hästi näeb, kui väike laps astub autode vahelt teele?“;
- Soome Liikenneturva interaktiivne lehekülg peatumisteedkonna määramiseks erinevatel sõidukiirustel ja teekatetel: <https://goo.gl/iYDa00>;
- Tallinna Ülikooli Rakvere Kolledži tudengite töö „Teeületuse ohutus ja sõidukite kiirused“ <https://goo.gl/eTFiQa> või tudengite koostatud nädalakava <http://www.liikluskasvatus.ee/opetajale/lasteaed/opilaste-tood/>.

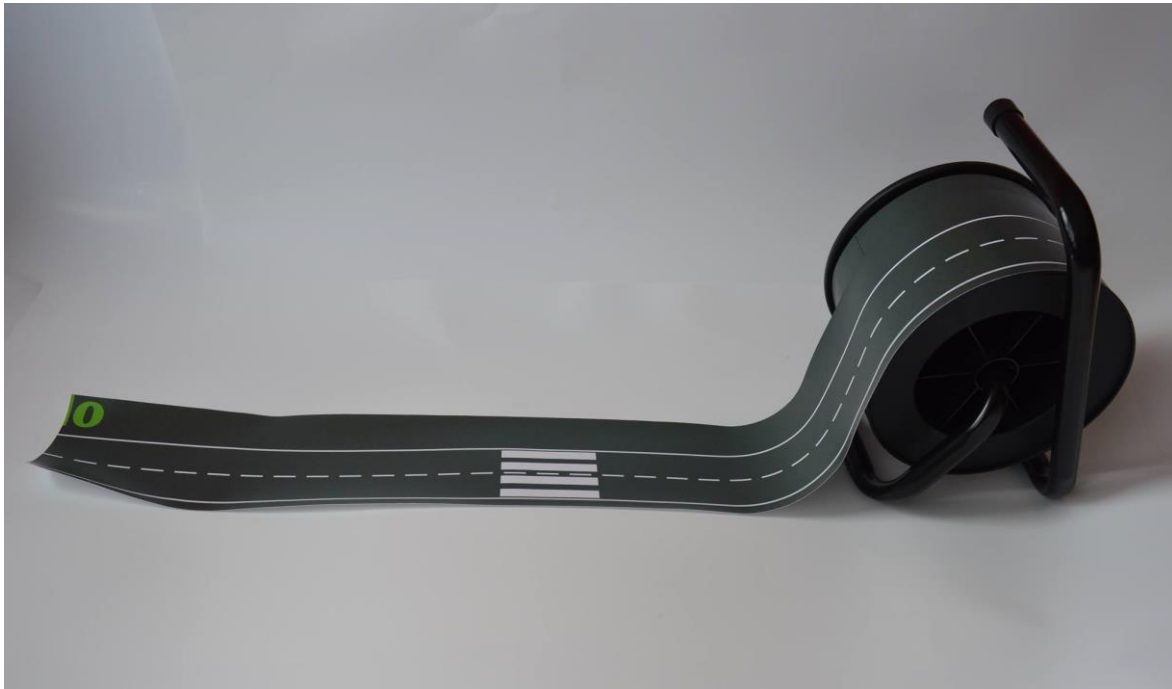
#### **Õpitulemused:**

- Laps oskab tajuda, kui kaugel peab sõiduk enne teda olema, et tee ületamine oleks ohutu;
- saab aru, et sõiduk ei saa koheselt pidama;
- kirjeldab enda asukohta ümbritsevate esemete suhtes, orienteerub ruumis, õuealal ja paberil;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- mõõdab esemete pikkust kokkulepitud mõõduühikuga (samm, pulk, nöörvms);
- eristab enamkasutatavaid mõõtühikuid (meeter, liiter, kilogramm) ja teab, kuidas ning kus neid ühikuid kasutatakse;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, kodu, lasteaed, üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine, turvavarustus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Matemaatika: suurused ja mõõtmine, arvud;
- Liikumine: kehalise kasvatuse alased teadmised: ohutus, enesekontroll; liikumismängud.

## LISA 1. Mõõdulint



[Tagasi sisukorda](#)

## 1.6. Turvavöö kasutamine

(Kerli Tallo ja Kristiina Niibon)

### Taustainfo:

- Sõidukis (sh bussis), millel on turvavööd, peab sõitja olema sõidu ajal turvavööga nõuetekohaselt kinnitatud (Liiklusseadus, 2011);
- Kui lapse pikkus ei võimalda turvavööd nõuetekohaselt kinnitada, tuleb kasutada tema pikkusele ja kaalule sobivat turvaseadet (samas, 2011);
- Turvavöö peab olema kinnitatud õigesti, valesti kinnitatud turvavöö võib tekitada vigastusi ning pingutamata turvavöö vahelt võib inimene välja paiskuda;  
Õigesti kinnitatud turvavöö diagonaalrihm jookseb diagonaalis üle keha (sh üle rangluu, ei tohi soonida kaela) ja alumine risti üle keha, puudutades puusanukke (Foto 2);



Foto 2. Õigesti kinnitatud turvavöö

- Turvavöö kinnitamisel on oluline jälgida, et selles pole sees keerde ning et see jookseks võimalikult keha ligidalt, paksemate riiete puhul tuleks turvavöö korrektseks kasutamiseks üleriided eest lahti võtta ja turvavöö kinnitada nende alt;
- Pärast turvavöö kinnitamist tuleb see üle pingutada;
- Turvalisim koht autos on tagaistmel keskel, sest auto tagumine keskmine iste pakub kokkupõrke korral kõige suuremat löögi distantsi. Näiteks ristmikul toimunud avarii korral saavad äärmised istekohad rohkem otsest lööki, samal ajal kui taga keskel istuv kaassõitja saab kõige vähem kannatada, kuna tema koht on autos kõige isoleeritum. (Castiglia, 2012.)

Täpsemalt saab turvavöö kasutamise kohta lugeda Maanteeameti liikluskasvatuse kodulehelt <http://www.liikluskasvatus.ee/taiskasvanud/autojuhile-ja-soitjale/turvavarustus-autos/turvavarustus-autos>. Lapse ohutust sõidutamistest ja erinevatest turvaseadmetest (sh Isofix) loe infomaterjalist „Lapse ohutu sõidutamine autos“: <https://goo.gl/i4Nxly>.

**Õppetegevuste eesmärk:** selgitada lastele turvavöö kasutamise vajalikkust; õpetada last õigesti turvavööd kasutama ning eristama õiget ja valet turvavöö kasutamist.

**Aeg:** 60 minutit (soovitavalt november)

**Sihtrühm:** - 7 – aastased lapsed

**Õppekeskkond:** rühma ruum

**Õppetegevused:**

1. Katse salatikarbi autoga. Õpetaja räägib lastele loo kahest sõbrast – (Uku) Uljaspea, (Toomas) Tarkpea.

Vajaminevad vahendid: kaks salatikarbiautot (Lisa 1), lugu kahest sõbrast (Lisa 2).

2. Arutelu lastega: mis te arvate, kas turvavööst on kasu; kas bussis tuleb ka turvavöö kinnitada ja miks.

3. Teema kinnistamine – kuidas on õige turvavööd kinnitada. Õpetaja esitab lastele õigeid ja valesid väiteid. Õige väite puhul tõstavad lapsed üles parema käe, vale puhul vasaku käe. Õpetaja esitab turvavöö kinnitamise kohta erinevaid väiteid, näiteks: autos peab turvavöö kinnitama, bussis ei pea turvavööd kinnitama; turvavöö peab enne sõitu üle pingutama; kui on lühike sõit (nagu Uljaspeal), ei pea turvavööd kinnitama.

4. Mäng „õige või vale“ (Lisa 3). Iga paar või kolmik saab endale pildi, ülesanne on moodustatud gruppides rääkida üksteisele, mida nad pildil näevad, ja otsustada, kas pildil kujutatud käitumine on õige või vale. Omavaheliseks aruteluks antakse aega paar minutit, seejärel viivad grupid pildi kas õige või vale sahtlisse ja ütlevad, miks nad nii otsustasid. Õpetaja täiendab vajadusel ja kordab üle olulise väite, mis peaks kõlama jääma.

**Soovitused täiendavateks tegevusteks:**

- Raamatust „Jete ja Jasperi käigud“ lk 16 „Teatriskäik“;
- Tegevuste aluseks võib võtta Tallinna Ülikooli Rakvere Kolledži tudengite välja töötatud nädalakava, mis on leitav: <http://www.liikluskasvatus.ee/opetajale/lasteaed/opilaste-tood/>;
- ETV saate „Rula ja Ratask“ video „Turvavöö bussis“ <https://goo.gl/cLXpGt>;
- Turvavöö teema mängunurgas: nukkudel turvatoolid ja sõitma minnes pöörata tähelepanu kõigi sõitjate (ka mänuasjade) turvavööde kinnitamisele;
- Temaatiliste piltide värvimine, näiteks: <https://goo.gl/qXzjzW>;
- Väljasõitude perioodil väljasõitude turvavöö teemal eriline tähelepanu (ka bussijuhi eeskuju ja meeldetuletus).

**Õpitulemused:**

- Laps teab, et õigesti kinnitatud turvavöö kaitseb teda avarii korral;
- Oskab turvavööd õigesti kinnitada;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;
- rühmitab esemeid asendi järgi;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;

- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, kodu, lasteaed, üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine, turvavarustus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Liikumine: kehalise kasvatusel alased teadmised: ohutus, enesekontroll; liikumismängud.

## LISA 1. Salatikarbi auto

Koostanud Kristiina Niibon.



### Kahe auto valmistamise tarvikud:

- 8 pudelikorki;
- 2 salatikarpi kaanega (suurus 2);
- 8 puidust grillimise pulka (pikkus: 20 cm, läbimõõt: 3 mm);
- 4 üllatusmuna plastikust osa;
- 4 kummi juppi (pikkus: 11 cm);
- 1 munakarp(10 muna karp);
- Käärid;
- Korkide uuristamiseks: 3 mm puur või muu uuristamist võimaldav tööriist;
- Kahepoolne teip või liim;
- Kollane värvilinepaber.

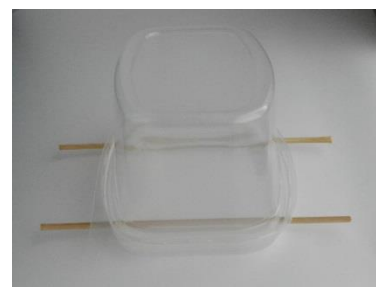
### Juhend esimese auto valmistamiseks

#### 1. Grillimispulgad + karbikaan:

- Võta 2 grillimispulka ja karbikaan, suru pulgad ükshaaval, terava otsa abil läbi kaane soonte, nagu pildil. Pulgad peavad kaane pealmist soont läbima nii, et oleks võimalik karbikaant hiljem ka sulgeda



- Lõika pulkade otsad ära nii, et nad jääksid mõlemast otsast paralleelsed. Pulgad võiksid jääda umbes 13 cm pikkuseks



## **2. Pulgad + korgid + (liim) + uuristamistarvik**

- Uurista korkide keskele 3 mm läbimõõduga augud
- Paigalda korgid pulkade otstesse nii, et nad jääksid sinna stabiilselt püsima, kui nad ei seisa stabiilselt pulkade küljes, võib pulkade ja korki aukude ühendus kohtadesse liimi lisada



## **3. Munakarp + käärid + kumm + kahepoolne teip**

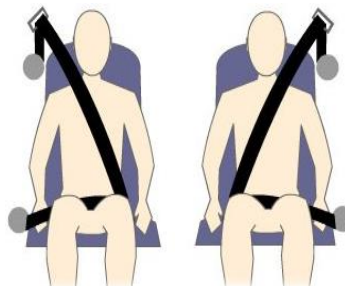
- Eelistatud on munakarp, mille munaresti osad on ümmargused, aga vajadusel sobivad ka kandilise restiga karbid



- Lõika munarestist välja sellise kujuga istmed nagu on näidatud pildil. Ühte autosse 2 tagumist istet.



- Tee igale istmele kaks turvavöö sisselõiget, nagu on näidatud pildil. Lõigete tegemise asukoht sõltub turvavöö jooksust (kas paremalt vasakule või vasakult paremalt)



- Lõika kummist 2 riba (vastavalt sellele mitu istet tuleb autosse), umbes 12 cm pikkust. Seo iga kummiriba otsad eraldi omavahel kokku, nagu pildil
- Paigalda kummid istmetele, eelnevalt lõigatud piludesse nagu pildil näha

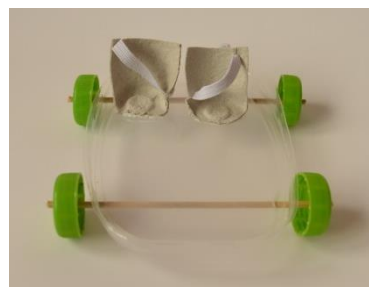


#### **4. Istmed + kahepoolne teip + karbi kaan**

- Paigalda kahepoolne teip istmete alla või lisa istmete alla liimi ja kinnita istmed liimi abil

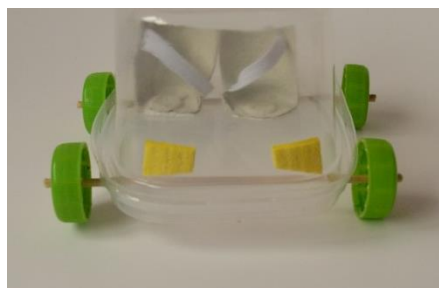


- Kleebi istmed karbikaanele nagu on näidatud pildil ja jälgi, et turvavöö jooks oleks õigelt poolt



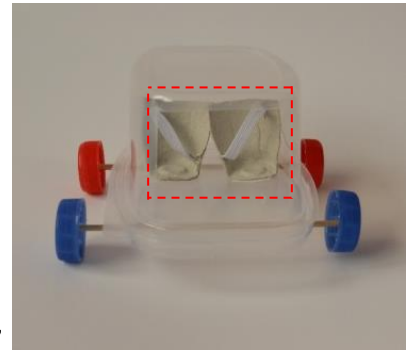
#### **5. Karp + värvilinepaber + liim**

- Lõika värvilisest paberist välja sobiliku kujuga auto esituled ning kleebi need liimi abil auto esiosale nagu on näidatud pildil



#### **LÖPPTULEMUS:**





**Juhend teise auto valmistamiseks:**

- Teise auto valmistamiseks kasutada esimese auto juhendit(lk 1-5),

**ühe erinevusega:** teisel autol tuleb kääridega välja lõigata kandiline esiklaasi

**LISA 2.** Lugu kahest sõbrast

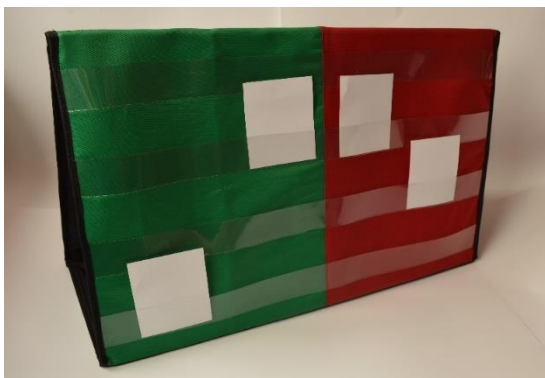
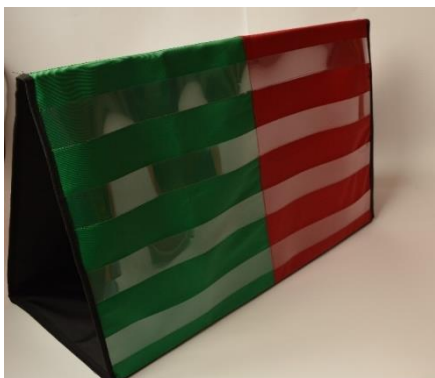
Elasid kord kaks sõpra: (Uku) Uljaspea ja (Toomas) Tarkpea (eesnimed võib soovi korral ütle mata jätta või asendada, kui rühmas on samanimelisi lapsi). Uljaspea ja Tarkpea kohtusid lasteaia s, kus neist said kohe suured sõbrad. Uljaspea elab linnas ja Tarkpea maal.

On reede, Tarkpea helistab Uljaspeale ja kutsub teda kinno. Uljaspea küsib vanematelt luba ning kui luba selleks saadud, otsustataksegi õhtul kinno uut 3D multikat vaatama minna. Lepitakse kokku, et kohtutakse kinomaja ees (NÄIDATA PILTI KINOMAJAST).

On õhtu ja sõbrad sätivad end multikat vaatama. Kuna Tarkpea elab maal, peab tema sõitu alustama varem sest sõit kinno võtab aega. Niisiis istuvadki nad emaga autosse, kinnitavad turvavööd, pingutavad need ning sõit linna võibki alata. Samal ajal, kui Tarkpea koos emaga linna hakkab jõudma, alustab isaga kodu juurest sõitu ka Uljaspea. Ta istub autosse, hakkab turvavööd haarama ja mõtleb endamisi: „Häh, seda turvavööd mul küll praegu vaja pole, kino on ju kohe siin samas ja pealegi minuga ju nangunii õnnetust ei juhtu!“ Poisid on juba peaaegu kino juures, kui jalakäija ootamatult teele astub. Mõlemad autod pidurdavad. Tarkpea pääseb ehmatusega ja tema on terve. Mis juhtus aga Uljaspeaga? – Uljaspea lendas autost välja ja saab haiget. Arutelu turvavöö kasutamise vajalikkuse üle.

**LISA 3.** „Õiged“ ja „valed“ pildid

Taskutesse saab paigaldada õigesti ja valesti kinnitatud turvavöö pilte. Rohelise ala taskutesse tuleb asetada „õiged“ pildid ja punase ala taskutesse tuleb asetada „valed“ pildid.



**Õigesti kinnitatud turvavööga pildid**





#### Valesti kinnitatud turvavööga pildid



Pildil on turvavöö valesti, kuna:

- Turvavöö on kinnitamata.



Pildil on turvavööd valesti kinnitatud, kuna:

- Laste kehaasendi tõttu jookseb turvavöö diagonaalrihm üle kaela.



Pildil on turvavööd valesti, kuna:

- Turvavöö diagonaalrihm soonib tüdrukutel kaela;
- Koer on autos kinnitamata.



Pildil on turvavöö valesti kinnitatud, kuna:

- Turvavöö on pingutamata;
- Turvavöö on kinnitatud üle paksude talveriiete.



Pildil on turvavöö valesti kinnitatud, kuna:

- Seljakott on seljas.



Pildil on turvavöö valesti, kuna:

- Turvavöö pole kinnitatud, seda hoitakse käega kinni.



Pildil on turvavöö valesti kinnitatud, kuna:

- Turvavöö diagonaalrihm soonib kaela.



Pildil on turvavöö valesti kinnitatud, kuna:

- Mänguloom on turvavöö ja sõitja vahel.

[Tagasi sisukorda](#)

## 2. Tuleohutus

### Taustainfo

Tulekahjud eluhoonetes saavad sageli alguse inimese tegevusest ja ohutusnõuete eiramisest. On loomulik, et lastel tekib eelkooli eas kõrgendatud huvi tikkude ja tule vastu. Oluline on selgitada, millal võib tuli olla ohtlik, laps oskab ohtlikku olukorda märgata ja teab, et sellest tuleb teavitada täiskasvanut.

Küünlaid ei tohi kunagi järelevalveta põlema jätta ning tuleb jälgida, et lapsed ega lemmikloomad ei jääks põleva küünlaga üksi ühte ruumi. Nii lemmikloomad kui ka lapsed võivad kogemata küünla ümber ajada. Küünalde paigutamisel tuleb olla hoolas – süttimisohlikele esemetele väga lähedale paigutatud küünlad võivad põhjustada tulekahju. Metalltopsis olevaid küünlaid võib ilma küünlaaluseta põletada vaid juhul, kui küünlaalne materjal pole kuumatundlik (erinevad plastikud sulavad juba küünla kuumusest ning võivad tuua kaasa suure õnnetuse, nt televiisorile asetatud küünal võib sulada televiisorisse ning seejärel selle süüdata). MITTE KUNAGI EI TOHI JÄTTA KÜÜNALT JÄRELEVALVETA, ka 10 minutiks unustatud küünal võib asjaolude kokkulangemisel tuua kaasa tulekahju.

Lastel on omadus matkida täiskasvanuid, seda ka kaminasse või ahju tuld tehes või küünlaid süüdates, mistõttu peab olema eriti valvas, et ei unustaks tikke ega muid süütevahendeid laste käeulatusse ning jälgida, et lapsed ei asuks ise ahjus või kaminas tuld kohendama. Rollimängudes tahavad lapsed tihti olla väga sarnased täiskasvanutele ning ei vali seetõttu kõige ohutumast lahendusest (nt telgi valgustamine küünlaga, lõkke tegemine toas jms).

**Õppetegevuste eesmärk:** Läbi mänguliste ja praktiliste tegevuste arendada laste põhjalikke ja eakohaseid teadmisi tuleohutusest. Temaatiliste piltide vaatamise ja hindamise ning erinevate, lahtise tulega seotud olukordade läbi mängimise kaudu, omandavad lapsed oskuse eristada ohtlikke ja ohutuid olukordi tulega; teavad, millised esemed ja olukorrad võivad põhjustada tulekahju ning millised toas tavaliselt leiduvad materjalid on kõige tuleohtlikumad. Õppetegevustega omandatud oskuste kaudu oskavad lapsed paremini vältida tuleohu tekkimist ning seeläbi ennetada tuleõnnetusi.

**Aeg:**

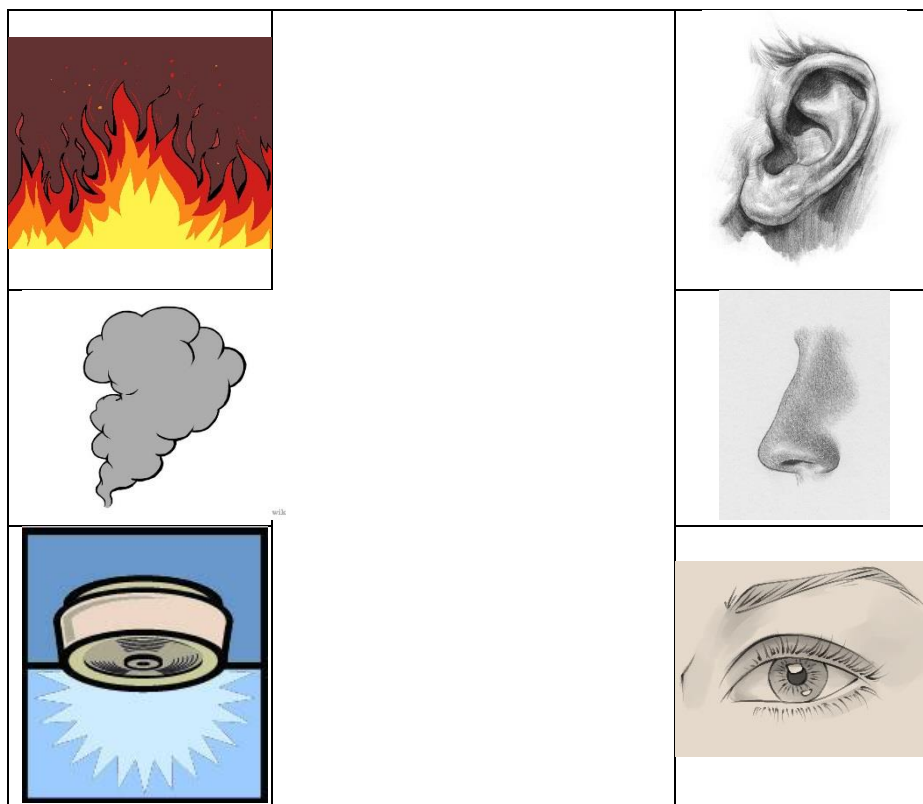
**Sihtrühm:** 4-7aastased lapsed

**Õppetegevused:**

1. Vaadatakse pilte (tuli ahjus/kaminas, lõke, põlev küünal täiskasvanu järelevalve alla, eluhoone tulekahju) ja arutatakse, kus ning millises olukorras võib tuld näha ja millal on tuli ohutu ja millal ohtlik.
2. Praktiline küünla paigutamine.
  - Õpetajal on kaasas küünal (koos küünlaalusega!) ja mängitakse üheskoos läbi olukorrad tikud ning, kuhu neid tohib paigutada – küünal peab olema vähemalt 30 cm kaugusel kõikidest põlevmaterjalidest ja kohas, kus seda tuul või lemmikloom ümber ei saa ajada. Tikkude õige

koht on nii kõrgel, et lapsed neid kätte ei saa! Õpetaja selgitab, et küünalde ja tikkudega mängimine võib põhjustada tulekahju.

3. Mäng, mille käigus õpetaja loob nt laua peale situatsiooni võimalikest tuleohtudest (nt küünal – ei põle mängu ajal, selle kõrval ajaleht, küünlajalg, küülakaunistus, suitsuandur, avatud aken, mängukass, tikud, nukk lapsena jne) ruumis ning lapsed saavad ülesandeks paarikaupa mõelda välja ja mängida läbi tegevused, mida antud tegelaskujud võiksid selles ruumis teha; selgitada, kas ja kuidas võiks tekkida tuleoht ning paigutada esemed ümber niimoodi, et need enam ohtu ei kujutaks. Lapsed põhjendavad oma tegevust. Õpetaja abistab lapsi tähelepanu juhtimisega erinevatele ohukohtadele/-olukordadele, mida lapsed ei märganud. Koos arutatakse läbi, miks mõni ese või olukord on tuleohtlik ning kuidas saab ohtu vältida. Õpetaja loob seejärel uue olukorra, mida asuvad lahendama järgmised lapsed ning järgneb taas arutelu.
4. Kergelt süttivate materjalide leidmine.
  - iga laps nimetada/märgistada lipukesega ühe kergesti süttiva materjali ruumis, kus viibitakse.
5. Piltidel õige paarilise leidmisega arutatakse, milliste meeltega on võimalik tulekahju avastada: suitsu tekkides tunneb põlemisele iseloomulikku lõhna; tuleleeki näed silmadega; suitsuanduri heli kuuleme kõrvadega.

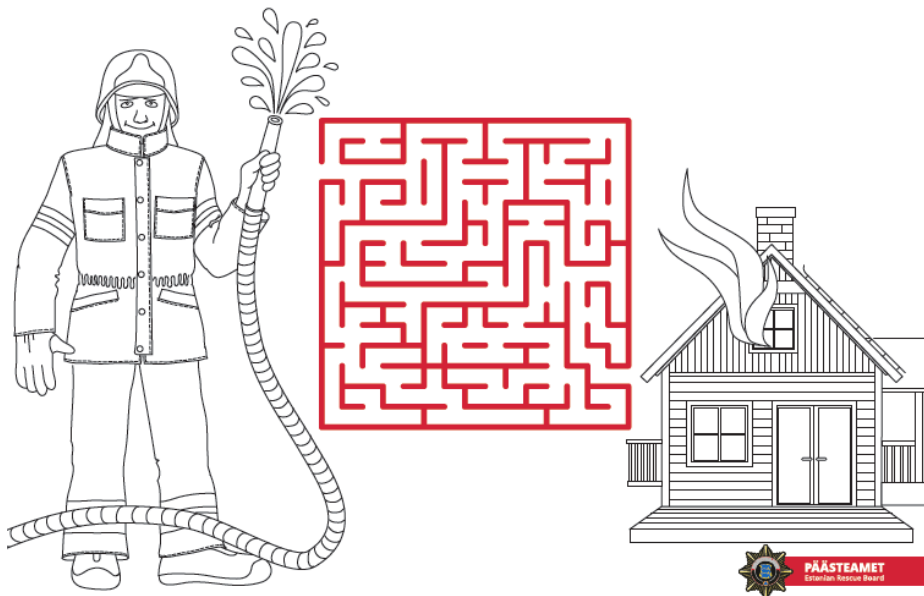


6. Kokkuvõte: olukorra tuleohutuse hindamine.

- Õpetaja näitab pilti (vt Lisa 1) ning lapsed peavad otsustama, kas pildil kujutatud olukord on ohtlik või mitte nt ohu korral pead vangutades ja ohutu olukorra puhul noogutades või ohu korral püsti hüpates ning ohutul juhul edasi istudes või ruumis erinevatesse kohtadesse liikudes (vastavalt sellele, kui palju soovib õpetaja lastele aktiivset tegutsemist pakkuda).
  - Iga olukorra juures saavad lapsed ka arutleda, kuidas ohtlikust pildist teha ohutut olukorda kujutav pilt – mida oleks vaja selleks muuta?
7. Õppetegevuste lõpuks ja kinnistamiseks vaadatakse multifilmi „Juss, ära mängi tikkudega“  
[http://www.lastekas.ee/e-punkt/800507\\_juss\\_ara\\_mangi\\_tikkudega.pdf](http://www.lastekas.ee/e-punkt/800507_juss_ara_mangi_tikkudega.pdf)

Lisaülesanne:

- labürindi ülesande lahendamine.
- Palun aita leida päästjal tee tulekoldeni!



**Õpitulemused:**

- Oskab nimetada, et küünalde ja tikkude kasutamine võib kaasa tuua tulekahju;
- selgitab, mis on lahtine tuli ning miks lahtist tuld ei tohi jätta järelevalveta;
- teab, millal on tuli ohtlik ja millal ohutu;
- oskab iseloomustada tuld (värvus, kuumus, suits, iseloomulik lõhn);
- oskab nimetada kergesti süttivaid materjale (nt puit, riie, paber jne);
- teab, et suitsuandur aitab avastada tulekahju ning selle õige koht on laes;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus jm;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;

- jutustab pildi, kuulnud teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid.

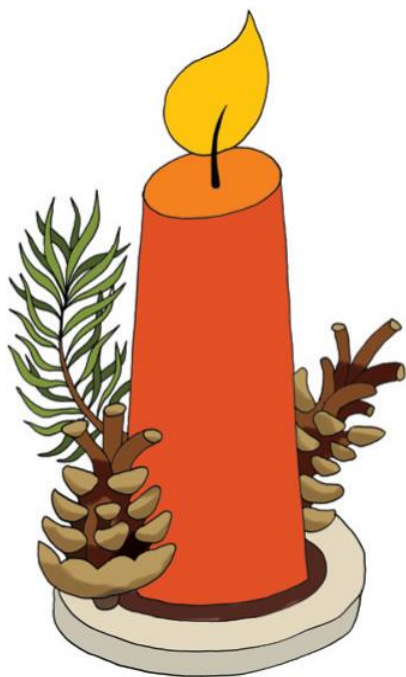
**Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: üldtunnustatud käitumisreeglid; ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine.

## LISA 1

### Pilte tuleohu(tuse) hindamiseks

Tuleohtlikud olukorrad.







Ohutuid olukordi kujutavad pildid:





[Tagasi sisukorda](#)

### 3. Plahvatusohutus

#### Taustainfo

Kindlasti tuleb plahvatusohtlik ese liigitada tundmatu eseme hulka. Seetõttu on mõistlik lastele rääkida tundmatust esemest ja üldiselt ohust, mitte otseselt plahvatusohust. Plahvatusesemete mõiste on liiga spetsiifiline ja ei tekita suure tõenäosusega eelkooliealistele selgeid arusaamasid.

Eestis on 23 viimase aasta jooksul leitud üle 80 tuhande lõhkekeha, mis teeb praktiliselt igale ruutmeetritele 2 leidu. Kuigi kõige enam võib lõhkekehaga kokku puutuda metsas või põllul ei saa välistada, et ka kodustel koristustöödel, liivakastis või õues mängides tuleb välja plahvatusohtlik ese. Meie lähiajaloost tuleb ette juhtum, kus Tallinna lasteaedadesse toodi liivakasti liiv Männiku karjäärast, kus on väga palju ohtlikke leide. Seega on tõenäosus, et laps võib ka mängimiseks mõeldud liivast leida tundmatu eseme, üpriski tõenäoline.

#### Õppetegevuste eesmärk:

Ülesande eesmärgiks on kinnistada teadmised, et kõik tundmatud esemed on ohtlikud ning ühtegi ohtlikku eset ei tohi puutuda. Õigeks tegevuseks tuleb lugeda kiiret täiskasvanu teavitamist.

**Aeg:** 30 min + praktiline osa 60 min

#### Õppetegevused:

1. Laste ülesandeks on kirjeldada õues erinevaid esemeid. Eesmärk on selgitada, et kui laps ei tea, milleks seda kasutatakse, siis ei tohi seda ka puudutada, kuna võib olla ohtlik (plahvatada, tekitada vigastusi).
2. Sissejuhatavas osas rühmaruumis (20 min) räägitakse teoreetiliselt, mida tähendab ja mis on tundmatu ese ja kuidas käituda sellise eseme leidmisel. Võib näidata mõningaid pilte, kus lapsed saavad juba eristada tuntud ja tundmatuid esemeid. Selgitatakse ohu mõistet - võib teha haiget, võib midagi katki teha vms.

Pilte plahvatusohtlikest esemetest (suuruse hindamiseks koos võrdlusesemega):



Suurekaliibriline mürsk



Keskmise kaliibriga (suurusega) mürsk



Väikesekaliibriline mürsk



Miinipilduja miin



Soomust läbistav mürsk



Signaaltõrvik



Käsigranaat F1 ilma sütikuta

3. Praktiline osa (60 min)

- liigutakse õue, lapsed jagatakse 3- 4 grupiks (5-6 last grupis). Iga grupiga liigub kaasa ka õpetaja.
  - Õuealale on pandud erinevad esemed (kuni 10). Vähemalt 2 on lastele tuttavad ja ohutud (näit joonlaud, pliiats vms); vähemalt 2 on tuttavad, kuid ohtlikud (nuga, saag vms) ja vähemalt 3, mida suurem osa lapsi ei tea (lõhkekeha mulaaž, pürotehnika vms).
  - Ülesande ajal liiguvad lapsed ja õpetaja erinevate esemete juures ning laste ülesanne on selgitada, milleks seda kasutatakse ning kas see tundub talle ohtlik. Kui tundub ohtlik, siis palub õpetaja selgitada – miks see on ohtlik ja kuidas nüüd tuleks käituda? Kindlasti tuleb küsida kõikide grupis olevate laste arvamust.
4. Kokkuvõtvas osas selgitavad õpetajad veelkord üle arutlevas vormis, kuidas käituda tundmatu (ohtliku) eseme leidmise korral.

**Õpitulemused:**

- Laps oskab selgitada, et tundmatuid (võõraid, imelikke) esemeid ei tohi puudutada;
- oskab selgitada, et kui näeb tundmatut eset, siis ei puuduta seda ja teavitab koheselt lähedal olevat täiskasvanut;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikku ja kahjulikku;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus jm;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel; arvestab kaassuhtleja ja suhtlemise paigaga;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- jutustab pildi, kuuldu teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid.

**Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, ametid; üldtunnustatud käitumisreeglid; tervise väärtustamine; ohuallikad ning ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Liikumine: kehalise kasvatuse alased teadmised: ohutus, enesekontroll; liikumismängud.

**Tagasi sisukorda**

## 4. Veeohutus

### Taustainfo:

Hooajaline info, mis on seotud veeohutusega, on leitav lingilt: <http://veeohutus.ee/>

Üks väga suurtest ohtudest väikelapsele on veekogud ning seda mitte ainult suvel, vaid nõrga jää tõttu ka kevadel ja sügisel. Kurbi on fakt, et pigem upuvad väikelapsed koduõuel või selle lähistel olevas veekogus. Avalikes randades, kus võõra keskkonna tõttu on oht lapse kadumiseks suurem, on harjutud lastel rohkem silma peal hoidma kui koduhoovis. Kodune õueala tundub sageli turvaline ja võib tekkida olukordi, kus järelevalveks tundub piisavat sellest, kui teiste toimetuste kõrvalt aeg-ajalt veenduda, et laps on vaateväljas. Reeglina on väikelapsed väga impulsiivsed, mistõttu võib rahulikult mängiv laps hetkega meelt muuta ja ohtu sattuda. Õnnetused juhtuvad ootamatult ja kiiresti – uppumiseks pole tarvis enam, kui veesilma läheduses paariks minutiks laps silmist lasta. Uppumine on enamasti vaikne sündmus, ilma karjumise ja appihüüdmiseta, sest hingamisteedesse sattunud vee või kõrikrambi korral (ootamatu vee kurku tõmbamise korral) ei ole see füsioloogiliselt võimalik. Väikseid lapsi ei tohiks veekogu lähedal haardeulatusest kaugemale lasta – väikelapsed võivad vette joosta silmapilkselt. Suurematel lastel, kes omapäi vees käivad, on oluline koguaeg silm peal hoida. Kindlasti on oluline veega seotud ohtudest lapsega rääkida ja lapsed võimalikult vara ujuma õpetada.

### Erinevate veekogude iseloomustus:

Tiik – kunstlik veekogu, pindala ja sügavuse suhe ei pruugi olla tasakaalus, kaldad järsud, põhi mudane, suveperioodil tekib palju veetaimi, suveperioodil on vesi tavaliselt soe.

Karjäär – kunstlik veekogu, valdavalt rohtu kasvanud kallastega, pindala ja sügavuse suhe ei pruugi olla tasakaalus, põhja reljeef ettearvatu, suve teisel poolel esineb madalates osades rohkesti veetaimi, suveperioodil on vesi tavaliselt soe.

Järv – looduslik veekogu, vee läbipaistvus on reeglina kehv (kui on kirka veega järv on põhjuseks allikad st, et arvesta ka külmema veega), vee sügavus varieerub väga sügavatest väga madalateni, kaldaprofiil erinev, põhi võib olla nii „kandev“ kui ka pehme.

Jõgi – looduslik veekogu, vesi ei ole üldjuhul läbipaistev, sügavus varieerub väga madalatest kuni sügavateni (hauakohad), kõikides jõgedes vesi voolab (madal jõgi – kiirevool, sügav jõgi – aeglane vool), veetemperatuur reeglina madal, kalda profiil erinev.

Meri – looduslik veekogu, reeglina halva läbipaistvusega, kalda profiili järgi võimalik hinnata põhja profiili (kaldad kas raskelt läbipääsetavad või avatud), lainetus sõltub tuule tegevusest ja suunast.

### Õppetegevuste eesmärk:

Pöörata laste tähelepanu ohutu käitumise oskuste arendamisele ning väärtustavate hoiakute kujundamisele veekogu ääres. Õppemeetoditest on kesksel kohal vestlus õpilastega, looming, mäng, õpilugu.

### Soovituslikud õppevideod:

<https://www.youtube.com/watch?v=oOIAS9F-OK0> – eesti keeles (talvine veeohutus)

<https://www.youtube.com/watch?v=fJcd6tOMtwA> – eesti keeles (suvine veeohutus)

[https://www.youtube.com/watch?v=m\\_GwT8wfKe0](https://www.youtube.com/watch?v=m_GwT8wfKe0) – vene keeles (talvine veeohutus)

<https://www.youtube.com/watch?v=O4oENBmo1Qs> – vene keeles (suvine veeohutus)

Aeg: 3 x 30 min

**Õppetegevused:**

1. Teema ettevalmistamiseks lapsed koos õpetajaga joonistavad, meisterdavad, teevad kollaaži erinevatest veekogudest. See ei pea olema ühel päeval, vaid võibki teha nt esmaspäeval on teemaks meri, teisipäeval tiik, kolmapäeval järv. Iga joonistuse juurde lapsed koos õpetajaga arutavad, kas meri või tiik võivad olla ohtlikud? Miks? (vt taustainfo)
2. Multifilmide vaatamine koos õpetajaga (vt soovituslikud õppevideod) selle kohta, kuidas tuleb käituda veekogu ääres nii suvel kui ka talvel. Teemasid võib käsitleda vastavalt hooajale.
3. Peale multifilmide vaatamist toimub arutamine mängulises vormis: õpetaja võtab palli ja viskab lastele (igaühele eraldi) ning laps saab rääkida, mis oli selles multikas ohtlikku ja mida ta soovitaks oma sõpradel teha teistmoodi.
4. Ühise jutu koostamine rühmas teemal „Minu ohutu suvi veekogu ääres“, mida alustab õpetaja (nt selliselt: Oleme kogu perega – siin võib täpsustada ema, isa, väike vend või õde, suur vend või õde, vanaema, koer jne – tulnud suvilasse suve veetma. Meie suvila juures, saunamaja taga on väike tiik, milles elavad ka mõned kalad ja kevadeti on seal kosta konnade krooksumist. See on väga põnev koht, mida mulle avastada meeldib. Naabersuvilasse on juba jõudnud ka teine pere, seal hulgas ka minu hea sõber Jakob, kellega me kohtumegi rohkem suvel, kuid siis on meil alati võimalik palju põnevaid mängu mängida. Ühel ilusal ja soojal päeval otsustasime me Jakobiga minna tiigi äärde....) ning lapsed peaksid jätkamiseks pakkuma, kuidas võiksid sõbrad veeta ohutult aega tiigi ääres (kes peaks kaasas olema, mida arvestada, mis võib olla seal ohtlik jne). Järgmisena võtavad sõbrad plaani minna mere, järve vm veekogu äärde ning taas peaksid lapsed pakkuma välja võimalusi ohutult seda teha.
5. Kinnistamine – nädala lõpus lapsed koos kasvatajaga mängivad mängu, kus on erinevad veeohutust puudutavad väited. Kui väide on õige, siis lapsed plaksutavad, kui väide on vale, siis lapsed kükitavad.

Erinevaid väiteid veeohutuse teemal:

- Üksinda tohib veekogu äärde minna – kükitavad (vale vastus, sest veekogu äärde tohib minna ainult koos täiskasvanuga, kes vajadusel saab tulla appi ja oskab juhtida tähelepanu ohtlikele olukordadele vms)
- Rannas päikesepaistelise ilmaga peab mütsi vm peakatet kandma – plaksutavad (õige vastus, sest mütsi või rätiku kandmine päikeselise ilmaga aitab ära hoida pea ülekuumenemist ja sellega kaasnevat päikesepistet (tunnused on iiveldus ja oksendamine, teadvusehäire, nõrkus, peapööritus, peavalu, kumin kõrvades, virvendus silmade ees)
- Palavaga tuleb palju juua – plaksutavad (õige vastus, sest palava ilmaga me higistame rohkem – keha jahutab ennast niimoodi- ja meil tekib kiiremini vee puudus ja meil võib hakata halb. Et seda ei juhtuks, tuleks juua vett vms)

- Laps tohib üksinda ujuma minna – *kükitavad (vale vastus, sest veekogu äärde tohib minna ainult koos täiskasvanuga, kes vajadusel saab tulla appi ja oskab juhtida tähelepanu ohtlikele olukordadele)*
- Kui tahad ujuma minna, kutsu alati ema või isa kaasa – *plaksutavad (õige vastus, sest veekogu äärde tohib minna ainult koos täiskasvanuga, kes vajadusel saab tulla appi ja oskab juhtida tähelepanu ohtlikele olukordadele)*
- Kui mänguasi ujub vees kaugemale, läheb laps ise sellele järgi – *kükitavad (vale vastus, sest lapsed võivad sügavasse vette kandunud asju ära tooma minnes ohtu sattuda, et seda ei juhtuks, peaks täiskasvanu hindama olukorda, ning võimalusel ise sellele järgi minema)*
- Kui mänguasi ujub vees kaugemale, läheb sellele järgi täiskasvanu – *plaksutavad (õige vastus, sest lapsed võivad sügavasse vette kandunud asju ära tooma minnes ohtu sattuda; et seda ei juhtuks, peaks täiskasvanu hindama olukorda ning võimalusel ise sellele järgi minema).*
- Rannas olles peavad lapsed olema alati täiskasvanule nähtavad – *plaksutavad (õige vastus, sest õnnetused juhtuvad ootamatult ja kiiresti, seega on oluline olla kogu aeg vanemate vaateväljas).*
- Üksinda tohib jääle minna – *kükitavad (vale vastus, sest laps ei suuda hinnata jää paksust ja kandevõimet, selleks tuleb jääle alati minna ainult koos täiskasvanuga)*
- Kui tahad veekogu äärde minna, siis tee seda alati koos vanematega – *plaksutavad (õige vastus, sest veekogu äärde tohib minna ainult koos täiskasvanuga, kes vajadusel saab tulla appi ja oskab juhtida tähelepanu ohtlikele olukordadele)*
- Kui tahad jääle minna, siis tee seda koos vanematega, nemad oskavad jää paksust hinnata – *plaksutavad (õige vastus, sest laps ei suuda hinnata, kas jää on paks või mitte ning jääle minnes võib vajuda läbi jää)*
- Kui näed ohtlikku olukorda, lähed kohe ise appi – *kükitavad (vale vastus, sest ohuolukorra märkamisel teavita kindlasti täiskasvanut, kes suudab ohuolukorda õigesti hinnata ja vajadusel läheb ka appi)*
- Kui näed ohtlikku olukorda, kutsud täiskasvanud appi seda lahendama – *plaksutavad (õige vastus, sest ohuolukorra märkamisel tuleb teavitada kindlasti täiskasvanut, kes suudab ohuolukorda õigesti hinnata ja vajadusel läheb ka appi)*
- Jää peal tohib hüpata – *kükitavad (vale vastus, sest jäätunud veekogul tuleb liikuda ettevaatlikult ning kuulata ja vaadata, et ei oleks praksumist; hüpates võib aga vajuda läbi jää).*

#### **Õpitulemused:**

- Oskab selgitada, miks laps ei tohi ilma täiskasvanuta vette minna (ka vee äärde);
- oskab selgitada, miks ei tohi talvel ilma täiskasvanuta veekogu jääle minna;
- kirjeldab veekogude, nt jõgi, järv, meri, tiik erisusi;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- kirjeldab kodukoha loodust;
- selgitab ilmastikunähtuste sõltuvust aastaaegadest;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul jm;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulisel kõnes edasi anda;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond, kodu; ohuallikad ning ohutu käitumine; üldtunnustatud käitumisreeglid; looduskeskkond: kodukoha loodus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Liikumine: ohutus, enesekontroll, liikumismängud.

### **Tagasi sisukorda**

## 5. Elanikkonna valmisolek hädaolukordadeks

### Taustainfo

Eestis on selgelt eristatavad 4 aastaaega – kevad, suvi, sügis ja talv. Meie kliimavöötmel on omased talvel madalad ja suvel kõrged õhutemperatuurid. Esineb ka erinevaid sademeid (lumi, vihm, rahe), mille erakordselt suur hulk võib põhjustada olukorra, kus katkeb elektriühendus, vesi tungib majja, lumevangi jäämine, liiklustakistus vms. Samuti võivad tugevad tormid, pikalt kuum või külm ilm põhjustada probleeme (hoonete purustused, murdunud suured puud, terviserikked). Lasteaiaaegsed lapsed peaksid põhilise asjana teadma seda, et iga ilmaga ei ole soovitatav õues viibida ning et igasugust informatsiooni ilmaolude ja nende korral tegutsemise kohta annab talle lapsevanem.

### Õppetegevuste eesmärk:

Õppetegevuste kaudu teadvustavad lapsed erinevad võimalikud ilmaolud Eestis ning et erinevatel aastaaegadel tuleb riietuda erinevalt. Piltide vaatamise ja arutluste tulemusena oskab laps hinnata, millisel juhul võib ilm olla ohtlik ja ei ole sobilik välja minemiseks. Laps teab, et lisainformatsiooni ilma ja riietuse sobilikkuse kohta tuleb küsida lapsevanemalt.

**Aeg:** 2 x 30 min

**Sihtrühm:** 4-7aastased lapsed

### Õppetegevused:

1. Teema sissejuhatuseks räägitakse erinevatest aastaaegadest, mis meie kliimavööndis on ning kuidas need omavahel erinevad: millised on sademed, päikese ja valguse hulk, temperatuur ja need tegevused, mida siis lapsed teha saavad. Kas lapsed peaksid erinevatel aastaaegadel ka erinevalt riietuma? Miks?
2. Piltide põhjal ilma sobivuse hindamine.
  - Õpetaja leiab pildid, mis kirjeldavad erinevaid ilmastikuolusid:
    - tuul, tormine meri, tormimurd metsas;
    - päikseline ilm rannas;
    - äike, tume taevas, äiksepilved;
    - tugev vihm sadu;
    - suured lumehanged ja väga külm ilm, härmas puud;
    - vaikne rahulik lumesadu, sulailm (lumememm);
    - vikerkaar;
    - udu;
    - kuum suveilm (leida pilt, kus nt asfalt aurab, õhk väreleb vm moel on näha, et tegu on väga kuuma ilmaga).
  - Üheskoos vaadatakse kõik pildid üle, et lapsed saaksid üheselt aru, mida iga pildi peal on kujutatud.
  - Pildid jagatakse rühmaruumi, saali või mänguväljaku territooriumile (ilusa ilmaga võib mängu läbi viia ka õues) nii, et pildid on ilusti leitavad.
  - Iga laps saab vastavalt piltide arvule punased, rohelised ja kollased klepsu-mummud, laps liigub ühe pildi juurest teise juurde ning hindab, kas pildil kujutatud ilmaoluga võib minna

õue (kas õues on ohutu), lisades pildile vastavalt punase (ei tohi õue minna), kollase (ei tea ja küsin vanematelt) või rohelise (on ohutu õue minna) klepsu.

- Kui kõik lapsed on pildid ära hinnanud, kogutakse taas pildid kokku ja arutatakse võimalike ohtlike ja ohutute ilmastikutingimuste üle. Samuti räägitakse läbi, millise ilmaga kuidas riietuda (suvel päiksega müts pähe, pakasega kihiline riietus jne). Lastel peaks kõige olulisemana jääma meelde see, et nõu ilma, väljamineku ja sobiliku riietuse üle tuleks küsida lapsevanemalt.

3. Teema kinnistamiseks ilmatäringu valmistamine ja sellega mängimine.

- Töölehel (vt Lisa 1) värvitakse täringu kõik küljed, lõigatakse see välja ja liimitakse kokku ruumiliseks.
- Lapsed leiavad omale paarilise ning mängivad mängu, kus üks laps veeretab oma täringut, nimetab saadud numbri täringul ja millise ilmaga on tegemist; tema paariline ütleb, kuidas antud ilmaga tuleks riietuda; oma täringut veeretab siis vastanud laps, nimetab saadud numbri ja millise ilmaga on tegemist ning paariline ütleb, kuidas tuleks sellise ilma korral käituda: kas pigem mängida toas/võib minna õue mängima, saab kaua olla õues/ei saa üldse olla, tuleb aknad-uksed kinni panna ja elektri kasutamisest hoiduda/võib ka ujuma minna (äikeseohtu korral) jne. Seejärel vahetavad paarilised rollid (mida selga panna/ mida teha). Soovitav on mängida nii kaua, kuni kõik võimalused riietumiseks ja käitumiseks saavad mõlema lapse poolt öeldud.

4. Kokkuvõtteks multifilmi vaatamine, kuidas Jänku-Juss on jäänud lumevangi ning värvimislehe värvimine: [http://www.lastekas.ee/index.php?go=find\\_page&find=lumevangi&x=0&y=0](http://www.lastekas.ee/index.php?go=find_page&find=lumevangi&x=0&y=0)

**Õpitulemused:**

- Oskab kirjeldada, millise ilmaga võib õues ohtlik olla ja miks;
- mõistab, et lisainformatsiooni ilma (sobivalt riietumine õue minekuks, kas üldse õue minna), toimunud õnnetuste, käitumisreeglite jm kohta tuleb küsida vanematelt;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikku ja kahjulikku;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- kirjeldab loodust ja inimeste tegevusi erinevates ajatsüklites: ööpäev, nädal, aastaring;
- selgitab, miks on valgus, temperatuur, vesi, muld ning õhk taimedele, loomadele ja inimestele tähtsad;
- selgitab ilmastikunähtuste sõltuvust aastaegadest, öö ja päeva vaheldumisest;
- kirjeldab võimalikke ohte;
- jutustab pildi, kuuldu teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- loob esemeid erinevaid tehnikaid ja materjale kasutades ning räägib nende otstarbest;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest;
- leiab erinevate kujundite hulgast ringi, kolmnurga, ristküliku, ruudu ning kera ja kuubi, kirjeldab neid kujundeid;
- tunneb numbrimärke;

- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid.

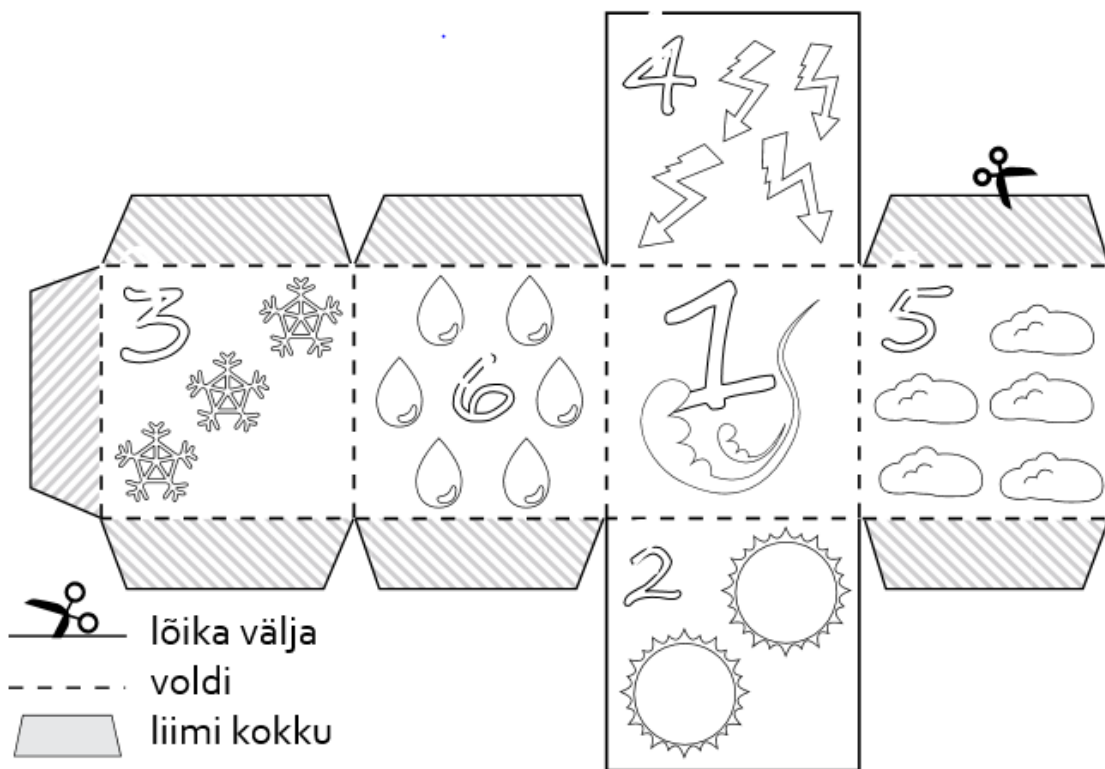
### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond; üldtunnustatud käitumisreeglid; tervise väärtustamine; ohuallikad ning ohutu käitumine; looduskeskkond: kodukoha loodus, muutused looduses;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Matemaatika: arvud; geomeetrilised kujundid;
- Kunst: tehnilised oskused: meisterdamine;
- Liikumine: liikumismängud.

## LISA 1

### Tööleht ilmatäringu valmistamiseks

Teemad: ilmastikutingimused; sobiva riietuse valik; käitumine erinevate ilmaolude, ka äikese ajal; päikesekaitse.



#### Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

[Tagasi sisukorda](#)

## 6. Hädaabitelefon 112

### 6.1. 112-le helistamisel aadressi ütlemine

(Edvi Freiberg)

#### Taustainfo

Aadressi ütlemine on hädaabikõnet tehes väga oluline, et säästa väga väärtuslikku aega ning abi esimesel võimalusel teele saata. Kui kõne tegijaks on laps ja õnnetus juhtub kodus, siis võib juhtuda, et ta ei oska aadressi nimetada ja seda kas seetõttu, et ta lihtsalt ei ole õppinud kodust aadressi selgeks (ei ole õpetatud), kas ta ei julge seda öelda seetõttu, et vanemad on turvalisuse kaalutlustel keelanud võõrastele koduse aadressi ütlemise või siis ei ole lapsel üldse arusaamist selle kohta, mis aadress on. Lasteaedade üritustel on Häirekeskuse koolitaja kogenud, et peagi kooliminevad lapsed ei pruugi aru saada aadressi olemusest – seda, et tegu on tänava nime ja maja, korteri numbriga. Lastele on valmistanud raskusi ka arusaam, mis õigupoolest on tänav ja mis mitte – vahel ei seostata sõiduteed tänavaga. Ka maja ja korteri numbrist arusaamine võib olla puudulik ning laps on asukohaks vastanud, et läheb korterisse trepikojast.

Kuid õnnetused võivad juhtuda ka kodunt eemal ja kui õnnetuse pealtnägijaks ning teavitajaks on laps, siis saamata aru, mis on aadress (isegi, kui on suutnud oma koduse aadressi pähe õppida), on ta koheselt raskustes asukoha määramisega. Häirekeskuse töötaja küll palub siis helistajal kirjeldada enda ümber olevat ning suudetakse ka helistaja positsioneerida, kuid õnnetuste juhtudes võivad elud sõltuda ka sekunditest ning oskus edastada aadressi aitab kindlasti säästa väärtuslikku aega.

Seetõttu on väga oluline, et last õpetataks juba lasteaias aru saama aadressi olemusest – sellest, et selles sisaldub tänava nimi ja maja ja korteri number; sellest, et tänavate nimed on kirjutatud tänavale üles ning maja numbrit saab samuti lugeda maja pealt. Õppida võiks ka seda, et kui laps ei näe seda tänavanime, millel toimub õnnetus, oskaks ta leida lähima nime ja maja ning kirjeldada ümbrust. Lastele tuleb koduse aadressi selgeksõppimisel kindlasti küll rõhutada seda, et kodu asukohta ei tohiks võõrastele avaldada, kuid selle juures on lapsel ka väga oluline teada, millal ja kellele ta seda kindlasti ütlema peaks.

#### Õppetegevuste eesmärk:

Lapsed saavad aru, miks on igale majale vaja aadressi, millest aadress koosneb ja oskavad öelda oma kodu ja lasteaia aadressi. Lapsed oskavad 112-le helistades öelda oma kodu aadressi.

**Aeg:** 2 X 25 min

**Sihtrühm:** 5-6aastased lapsed

#### Õppetegevused:

1. Õppekäik lähedal asuvalle tänavale erinevate majade aadressidega tutvumiseks.
  - Esmalt tuletatakse lastele meelde koos õppekäigul käimise reeglid nii ohutust kui käitumist silmas pidades.
  - Lapsed lähevad kogu rühmaga lasteaia alalt välja, õpetaja räägib ja näitab, mis on tänav, miks on vaja tänavale panna nimi, miks peavad majadel olema numbrid, miks on vaja korteritele numbreid.
  - Lapsed nimetavad erinevate majade aadresse.
2. Tegevused toas.

- Peale õppekäiku ütlevad lapsed, mis tänaval nad elavad, mis on nende maja number (kui lapsed ei oska seda kohe öelda, palutakse nii tänav kui majanumber vaadata järgi koos vanematega õhtul koju minnes ja küsitakse järgmisel päeval uuesti).
  - Iga laps mõtleb välja ühe juhuse, mille korral on vaja koju kutsuda appi kas kiirabi, politseid või päästjaid. Lapsed ütlevad lühidalt kohe esimeses lauses, mis neil kodus juhtus ja kus nad elavad.
3. Lapsed joonistavad kodutänav, sellel leiduvad objektid, mille järgi saaks tänavat/ümbrust eristada ja tänav äärde majad ning kirjutavad majadele numbrid ning tänavale nime.
- Lapsed jutustavad tehtud pildi järgi, milline on nende kodutänav ning mis neile seal meeldib.
4. Lapsevanematele selgitatakse päeval tehtud tegevusi ning esitatakse palve koos lapsega õhtul koju minnes vaadata üle kodu juures asuvad tänavanimed, k.a kodutänav ja majanumber ning neid objekte, mis jäävad kodu lähedale.
- Järgmisel päeval küsitakse uuesti kõikide laste käest nende kodust aadressi.

### **Õpitulemused:**

- Laps saab aru, millest koosneb aadress;
- oskab öelda oma koduse aadressi;
- oskab hädaabikõnet tehes öelda oma koduse aadressi;
- kirjeldab oma kodu ja kodukoha loodust;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- jutustab pildi ja oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid;
- teab arvude 1-12 järjestust ja tunneb numbrimärke ning oskab neid kirjutada;
- rühmitab esemeid asendi järgi;
- kirjeldab enda asukohta ümbritsevate esemete suhtes, orienteerub ruumis, õuealal ja paberil;
- leiab ümbritseva vaatlemisel erinevaid detaile, objekte ja nendevahelisi seoseid ning kujutab ümbritsevat vabalt valitud viisil;
- väljendab joonistades, maalides, voolides ja meisterdades meeleolusid ja fantaasiaid;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;
- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, kodu, lasteaed; üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine; looduskeskkond: kodukoha loodus, elukeskkond; tehiskeskkond: ehitised; jalakäija ohutu liikumine, turvavarustus;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; kirjutamine;
- Matemaatika: loendamine ja arvud; geomeetrilised kujundid;

- Kunst: kujutamine ja väljendamine: mõtete, tunnete edasiandmine nähtaval kujul;  
kujundamine: objektile esteetilise lisaväärtuse andmine; tehnilised oskused: joonistamine;  
kunstiteoste vaatlemine, vestlused kunstiteostest;
- Liikumine: kehalise kasvatuse alased teadmised: ohutus, enesekontroll.

**Tagasi sisukorda**

## 6.2. Hädaabikõne tegemine

(Edvi Freiberg)

### Taustainfo

Iga õnnetus, mis aset leiab, on alati millegi poolest erinev. Seepärast erinevad ka need küsimused, mida Häirekeskuse töötaja helistajale esitab. Õpetajad, käsitledes Häirekeskusele kõne tegemist, ei peaks lapsi harjutama etteantud küsimustega, kuna liiga kindlalt päheõpitud küsimuste korral vastamine võib lapsed segadusse ajada, kui Häirekeskusest tulevad oodatavate küsimuste asemel hoopis teised. Samuti võivad lapsed edastada informatsiooni valesti, kui on õppinud selgeks ühe ja kindla mustri. Hädaabikõne tegemiseks tuleb lastele õpetada numbrit 112, selle valimist ning et esimese asjana tuleb öelda, mis juhtus (ka viisakusreeglid jäävad siinkohal tagaplaanile ja esimene sõna ei ole „tere“); edasi tuleb lapsel hoolikalt kuulata, mida tema käest küsitakse ning vastata nii täpselt, kui ta oskab ja saab. Ja kui ta ei tea, ei näe, ei saa aru, tulebki lapsel selliselt Häirekeskuse töötajale vastata. Kindlasti ei tohiks laps hakata arvama midagi, mida ta ei tea või ei näe, ega samuti pakkuma suvalisi vastuseid vaid selleks, et vastata kuidagi küsimusele. Õpetaja võiks lastega harjutada küsimusi – vastuseid (ka antud õppetegevustes tooduid) vaid selleks, et lapsed õpiksid kuulama küsimust, vastama alusalt ning kirjeldama seda, mida näevad. Sellisel viisil saadav informatsioon on Häirekeskuse töötajale parim abi, mille alusel saab tema hinnata olukorda, sh ka lapse turvalisust õnnetuse läheduses viibides!

### Õppetegevuste eesmärk:

Lapsed õpivad, millal helistada hädaabinumbrile 112 ning oskavad teha hädaabikõnet.

**Aeg:** 25 min

**Sihtrühm:** 4-6aastased lapsed

### Õppetegevused:

#### 1. Lapsed mängivad läbi 112-le helistamist.

- Õpetaja arutab lastega hädaabinumbrile helistamist ning tuletatakse meelde number 112 (selle võib iga laps kas klotsidest või puslest kokku panna, kirjutada paberile, lumele vm);
- õpetaja vestleb lastega abi kutsumise vajalikkusest hädaolukorras: miks on vaja, kuidas see võib kedagi aidata, kas meie ka tahame, et suure õnnetuse korral keegi ruttu appi tuleks?
- õpetaja ja lapsed toovad erinevaid näiteid kiirabi, päästjate ja politsei kutsumiseks (õpetaja võib ka ise pakkuda erinevaid lihtsamaid olukordi ning küsida, kas siis tuleks 112-le helistada ning kas tuleks kohale kiirabi, pääste või politsei);
- iga laps mõtleb ise või koos kaaslasega välja 3 õnnetusjuhtumit (1 päästjate, 1 kiirabi ja 1 politsei), millede korral on vaja helistada 112 ja kutsuda abi.
- õpetaja küsib lastelt täpsustavaid küsimusi informatsiooni saamiseks

*(Märkus: siinkohal ei tohi olla eesmärgiks küsimuste ja vastuste päheõppimine, vaid olukorra kirjeldamise harjutamine!)*

Kõnede mängimisel arvestada järgmise infoedastuse järjekorraga:

- Ütle kõigepealt, *mis juhtus*. Õpetaja peaks toonitama, et mis juhtus tuleb öelda esmase infona juba esimeses lauses. Näiteks, kui maja põleb, siis tuleb kõnet alustada ütlusega „maja põleb“.
- *Kus juhtus* ehk aadressi ütlemine. Lapsed harjutavad oma kodu aadressi ütlemist, lasteaia aadressi ütlemist.
- Õnnetusjuhtumi kohta *täpsema info ütlemine*. Lapsed harjutavad kirjeldama, mida nad väljamõeldud õnnetusjuhtumi korral täpsemalt näevad või tunnevad.

Näiteid:

Maja põlengu korral: kas põleb elumaja (kuur, garaaž), mitu korrust on majal, kas inimesed on majast välja tulnud, kas koduloomad on majast välja saanud, kas keegi on põlengus viga saanud.

Varguse korral: kas varastatakse just praegu, mida varastatakse, mitu inimest varastab, mis on inimestel seljas, kui vanad on vargad, kus vargus toimub?

Jalgrattaga kukkumise korral: mitu inimest kukkus, millised on vigastused, kas verd jookseb palju, kas saad jalga/kätt liigutada, kus kukkumine toimus?

- *Oma nime ja telefoninumbri ütlemine*.

Lapsed harjutavad oma nime ja enda/vanema telefoninumbri ütlemist. Õpetaja räägib lastele, millal ja kellele võib laps oma aadressi, nime ja telefoninumbrit öelda (hädaabikõnet tehes, abi paludes usaldusväärselt täiskasvanult, politseinikule jt ametnikele jne).

## 2. Päästeauto lõikamine ja voltimine.

- lapsed lõikavad välja Lisas 1 antud päästeauto ja voldivad selle kokku;

- mängitakse erinevaid mängu, mil päästjad peavad päästeautoga kiiresti kohale sõitma.

2. Lapsevanematele selgitatakse õhtul päeva jooksul läbiviidud tegevusi ning palutakse koos lapsega harjutada oma nime ja telefoninumbri ning koduse aadressi ütlemist. Samas korrata üle, millal ja kellele tohiks laps neid andmeid öelda.

### **Õpitulemused:**

- Laps teab lihtsustatult, millal helistada hädaabinumbrile 112 (politsei, kiirabi ja päästjate kutsumiseks);
- oskab teha hädaabikõnet;
- oskab anda ausat lisainfot;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel; arvestab kaassuhtleja ja suhtlemise paigaga;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- jutustab pildi, kuulnud teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid;
- valdab suhtlemiseks piisavat sõnavara;
- nimetab ja kirjeldab erinevaid ameteid;
- tunneb numbrimärke ja oskab neid kirjutada;
- loob esemeid erinevaid tehnikaid ja materjale kasutades ning räägib nende otstarbest;

- peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

### **Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond, kodu, lasteaed, ametid; üldinimlikud väärtused; ohuallikad ning ohutu käitumine; tehiskeskkond: ehitised;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine; keelekasutus: sõnavara;
- Matemaatika: arvud;
- Kunst: tehnilised oskused: meisterdamine.

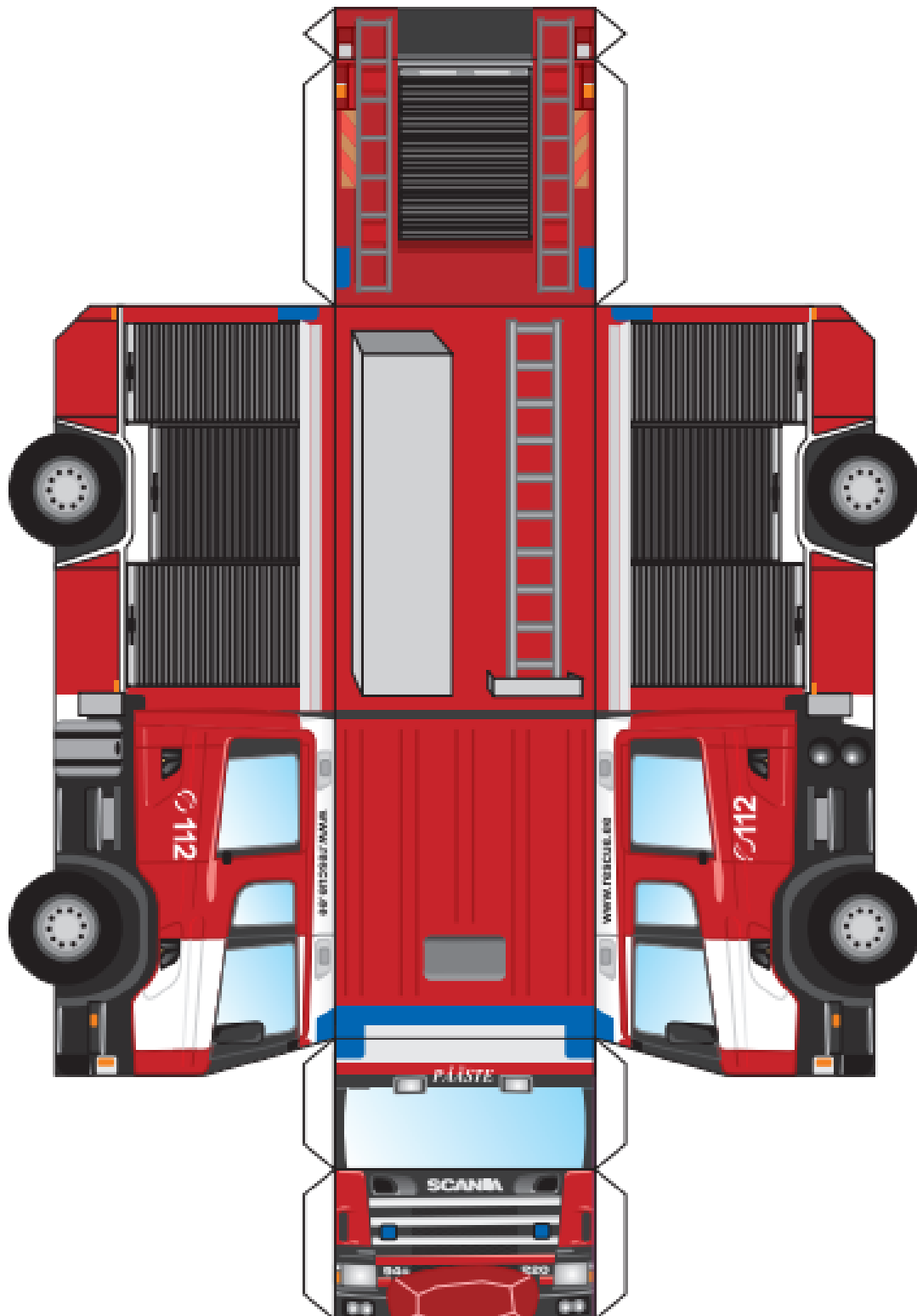
### **Tagasi sisukorda**

## LISA 1

### Tööleht. Päästeauto

Lõika välja ja voldi ning liimi (ohutuid töövõtteid kasutades) kokku päästeauto.

(Allikas: Päästeamet)



## 7. Vägivalla sh kiusamise ennetamine

**Õppetegevustega käsitletavad ohutuse teemad:** vägivallaennetus (sh sallivus)

### Taustainfo

Läbi teineteise parema tundmaõppimise ning ühiste huvide ja eelistuste teadvustamise tekib laste vahel parem kontakt ning ollakse teineteise suhtes sallivamad – sõltumata välistest erinevustest, oleme me alati milleski ka sarnased. Sallivuse kasvatamisele aitab kaasa empaatia arendamine, mistõttu tuleks lastel lasta võimalikult palju proovida panna end teise lapse (eriti sellise lapse, keda koheldakse halvasti) olukorda, et saada aru tema tunnetest, mida taoline käitumine tekitab. Läbi mõistmise, kui halvasti võib kiusatu end tunda ja soovimatus ise sarnases olukorras olla, suureneb ka laste hoolivus ja soov vältida kiusamist. Ühe esimese sammuna, mida lapsed saavad ise kiusamise ja teiste halva kohtlemise vastu teha, on õppida märkama selliseid olukordi, kus keegi kaaslastest tunneb ennast halvasti, kus kedagi kiusatakse; teiseks saab julgustada lapsi märgatud olukordades ise midagi ette võtma – sekkuma talle võimalikel viisidel. Lasteaia õpetajate eesmärgiks peaks olema lastes sellise teadmise kasvatamine, et hea on vaid selline rühm, kus kõik lapsed tunnevad ennast hästi ja turvaliselt.

### Kiusamisest.

Kristiina Treial, TÜ õppejõud ja SA Kiusamisvaba Kool asutajaliige, on selgitanud kiusamise olemust ning viise, kuidas sellega toime tulla ning ennetada. Tema sõnul mõistetakse kiusamise all tahtlikku ja korduvat teist inimest kahjustavat käitumist, kus kasutatakse ära jõudude ebavõrdsust ja mistõttu on ohvri raske end ise kaitsta. Selliselt ei ole iga kaklus, eriarvamus, tüli ja konflikt, kui need toimuvad ühekordselt ja võrdsete osapoolte vahel, käsitletav kiusamisena.

Treiali sõnul on kiusamise juures selle kõige negatiivsemaks ja kahjustavamaks komponendiks just korduvus ja jõudude ebavõrdsus, mistõttu tunneb kiusatav alati nii hirmu kui ka abitust ja seda ka juhtumite vahepealsel ajal, kuna ohver kardab uut kohtumist kiusajatega. Kiusamise ohvri võib kiusamine viia ärevuse ja depressioonini, enesehinnangu ja õpiedu languseni ning lausa elust lahkumise mõteteni. Samas ei jää kiusamiskogemusest kahjustamata ka nii kiusajad ise kui ka kiusamise pealvaatajad - kiusaja võib küll nautida lühiajaliselt eduelamust ja hirmul põhinevat populaarsust, kuid pikemas perspektiivis ähvardab ka neid ärevus, suhete probleemid ning ligi 4 korda suurem tõenäosus olla noore täiskasvanuna kuriteoga arvel; pealvaatajad kogevad aga suuremat ärevust, ka depressiooni sümptome, tugevalt on häiritud nende turvatunne ning soodustatud on sallimatud ja agressiivsed käitumisharjumused.

### Kes on tüüpilised kiusajad või ohvrid?

Kristiina Treiali sõnul on viimase aja uurimused näidanud, et kiusajaks ja ohvriks võib sattuda iga laps - selleks ei pea olema kuidagi eriline või keerulise taustaga.

Kiusamist soodustavad aga järgmised klassis/lasteaiarühmas avalduvad ilmingud:

- 1) lastel puudub kuuluvustunne, ei nähta enda olulisust seltskonnas ning
- 2) rühma kirjutamata reeglid lubavad teiste alandamist ning kahjustamist.

Need reeglid kujunevad ühelt poolt õpetajate poolt kehtestatud normidest ja teiselt poolt laste endi kaasatoodud tõekspidamistest näiteks sallivuse kohta – erinevusi mittesallivate laste hulgas on ka

Õpetajal väga raske rühmas hoolimise ja meie-tunnet tekitada. Seetõttu on väga suureks abiks kiusamise ennetamisel ja vähendamisel õpetaja tõhus koostöö vanematega. Õpetaja saab siiski ka ise midagi rühmas ära teha.

Õpetaja võimalused kiusamise ennetamiseks:

- 1) viia sisse tava arutada lastega rühmas ja lasteaias toimuvat (mitte õppimist ja õppetegevust puudutavast, vaid ka tunnetest ja muredest; nt kui on toimunud laste vahel mõni juhtum, tuleks võtta aega ja seda arutada) – selleks tuleks kujundada turvaline ja toetav õhkkond, kus lapsed saavad ja julgevad oma muredest rääkida ja oskavad ka teisi kuulata;
- 2) hoida laste hulgas tervet enesehinnangut – iga laps peaks teadma, et ta on oluline, ta saab hakkama ja kuulub kuhugi – siinkohal peaks õpetaja väga jälgima ka enda poolt antavaid hinnanguid ja signaale ning toetama lapse positiivset minapilti (ka siis, kui laps ei oska/tea midagi või on õpetaja arvates laisk või hoolimatu vms);
- 3) kehtestada ning, veel tähtsam, arutada kehtivate reeglite ja väärtushinnangute üle – mida tähendab sallivus ja hoolivus, austus ja julgus ebaõigluse vastu astuda – see aitab kaasa lastes kiusamist mittevõimaldava väärtussüsteemi tekkimisele;
- 4) tuleks väljendada kindlalt seisukohta, et kiusamine on igal juhul lubamatu!
- 5) lastele tuleks teadvustada nende võimalusi kiusamise ennetamiseks või peatamiseks – kui nemad märkavad rühmakaaslaste vastavat käitumist ning sellele reageerivad, siis ei pruugi üksikust juhtumist kujuneda süstemaatilist (kiusamist kui korduvat ja tahtlikku) käitumist.

(Allikas: <http://www.kivaprogram.net/estonia/mis-on-kiusamine-ja-kuidas-seda-peatada/kellele-on-kiusamine-kasulik>)

**Kiusamise vähendamise ja oma lapse abistamise kohta saab lisaks lugeda:**

[\*Laste ombudsmani büroo nõustamisvoldikust „Kool kiusamisest vabaks“\*](#)

[\*Kiusamisvaba Kooli kodulehel saadavast lapsevanemate miniõpikust\*](#)

[\*Haridus- ja Teadusministeeriumi kooliturvalisuse ülevaatest\*](#)

*Lasteaial ja õpetajatel soovitatakse kindlasti liituda „Kiusamisest vabaks!“ programmiga:*

<http://kiusamisestvabaks.ee/uudised/kiusamisest-vaba-lasteaed-ja-kool-ootab-uusi-liitujaid-n138>

*Iga koolitusel osalev lasteaiarühma meeskond saab endale metoodilised materjalid ehk kohvri, milles sisaldub: 22 teemakaarti, õpetaja käsiraamat, massaažiraamat, arutelukaardid töötajatele ja vanematele, kaks plakatit, nõuandevoldikud vanematele, kleepsud lastele, metoodikat tutvustav DVD, muusikaraamat ja CD plaat „Igaüks on isemoodi“, suur karu õpetajale ning 24 väikest karu lastele.*

**Õppetegevuste eesmärk:** läbi mängu suurendada laste sallivust rühmakaaslaste suhtes, kuna nähakse sarnaseid hobisid ja meeldivusi ning sarnaseid ootusi rühmakaaslastele nagu sõbralikkus, hoolivus ja abivalmidus. Arutluste käigus õpivad lapsed ära tundma olukordi, kus keegi tunneb end halvasti ning nägema enda võimalusi sekkuda ning abistada.

**Aeg:** 3 x 30 min

**Sihtrühm:** 4-7aastased lapsed

**Õppetegevused:**

1. Mäng „Mis sulle meeldib?“. Mängu eesmärgiks on selgitada välja rühma laste hobid ja eelistused ning näidata nende kaudu lastevahelist sarnasust.

- Õpetaja selgitab lastele mängu reeglid: kõik lapsed istuvad ringikujuliselt ja esmalt ütleb õpetaja mingi teema ja näiteks ühe lause nt teemaks on hobid ja mulle meeldib tantsida; misjärel need lapsed, kellele samuti meeldib tantsida, jooksevad lause ütleja, antud juhul õpetaja, juurde ning ütlevad samuti, et neile meeldib ka tantsida; seejärel paigutuvad lapsed õpetaja lähedale taas ringikujuliselt. Seejärel veeretab üks laps täringut ning loeb õpetajast (kui viimasest lause ütlejast) niimitu last edasi, kui täringule numbraid tuli. Siis saab see laps tuua välja mõne oma hobi ja taas tulevad need lapsed, kes sama tegevust armastavad, ütleja juurde ja mäng jätkub;
- Kui lastel ei tule enam uusi mõtteid selle kohta, mida neile teha meeldib, pakub õpetaja järgmise teema. Võimalikke teemasid: mida sulle teha meeldib, millised loomad sulle meeldivad, milline on sinu arvates hea sõber, millises lasteaiarühmas sulle meeldib/meeldiks käia, kuidas sulle meeldib, et sinuga käitutakse jne. Õpetaja peaks võimalusel leidma neid teemasid, mis kaasaksid võimalikult paljusid lapsi ning tooma sisse võimalusi näidata, et hinnatakse sõbralikkust, hoolivust ja abivalmidust. Kui rühmas on mõni laps, kelle suhtes teised lapsed on näidanud üles sallimatust, saaks mängu kaudu leida võimalusi näidata tema sarnasust teistega (kui antud või mõni teine laps ei ole saanud täringut veeretades sõna, võib õpetaja osadele lastele ise sõna anda, seda põhjendades);
- Õpetaja võtab mängu kokku rõhutades laste sarnaseid meeldivusi ja hobisid, aga ka seda, et kõigile meeldib sõbralik, abivalmis ja hooliv rühmakaaslane.
- Õpetaja palub peale mängu lõppu lastel veel ringi jääda ja hetkeks meenutada iga rühmakaaslaste kohta midagi, mis neil oli ühist. Kui lapsele ei meenu mõne lapse suhtes midagi ühist, palub ta sel lapsel uuesti nimetada tegevusi ja meeldivusi, mis neid võiks ühendada.

2. Arutelu teemal „Kuidas saan mina aidata rühmakaaslastel end hästi ja turvaliselt tunda?“

- lapsed jagatakse kahte rühma, millest üks rühm saab ülesandeks tuua, vastavalt etteantud olukorrale, välja neid tundeid, mida antud olukorras võib tunda see laps/need lapsed, kelle suhtes halvasti käitutakse ning teine rühm toob välja neid tegevusi, mida nemad saaksid ja tahaksid teha, antud olukordades, et kõigil oleks lasteaiarühmas hea olla.
- Õpetaja pakub aruteluks võimalikud ebameeldivad olukorrad, mida lapsed juhtuvad lasteaias pealt nägema: teised lapsed lükkavad kellegi mängust välja ja ta on nüüd kurb; lapselt võeti ära mänguasi, kuigi ta alles sai selle enda kätte ja alustas mängu; ühed lapsed ei lase teisi kiikuma; üks laps istub üksinda teistest eemal ja kurvastab; osad lapsed kutsuvad teisi kellegi üle nalja tegema ja temalt asju ära võtma jne (õpetaja võib kasutada tegelikke, rühmas esinenud olukordi või hüpoteetilisi);
- peale ühe olukorra kirjeldamist-lahendamist vahetavad rühmad rollid – need, kes kirjeldasid tundeid, pakuvad nüüd olukorrale lahendusi ja vastupidi;
- õpetaja kutsub lapsi üles iga päev märkama mõnda sellist olukorda, kus mõni rühmakaaslane on ennast halvasti tundnud ja sellesse sõbralikult ja hoolivalt sekkuma. Võib nt nädala jooksul paluda lastel õhtuti anda tagasisidet selle kohta, kuidas lapsed sel päeval aitasid kaasa rühmas heade suhete hoidmisele/saavutamisele.

3. Aabitsas lk 18-19 joonistused ja küsimused selle kohta, miks on tähtis teineteisest aru saada, miks vahel valesti saadakse, mis võib juhtuda, kui ei saada aru? (Aabits. Vahur Keller, Airi Kuusk, Sirje Rattus, Catherine Zarip, Regina Lukk-Toompere. 159 lk; 2011 Avita; Ää);

**Lisaülesandeid:**

- programmi „Kiusamisest vabaks!“ materjalide põhjal soovitatud õppetegevused.

**Õpitulemused:**

- Laps oskab kaaslastega sõbralikult suhelda; teab, kuidas luua ja hoida suhteid (kätega ei lööda, vaid tehakse pai; konflikti situatsiooni lahendatakse sõnadega; püüab mõista teiste inimeste tundeid ning arvestada neid oma käitumises ja vestluses; tahab ja julgeb suhelda, huvitub suhetest, teised inimesed pakuvad huvi; hoolib teistest inimestest, osutab abi ning küsib vajadusel ise; oskab teistega arvestada ja teha koostööd);
- teeb vahet hea ja halva käitumise vahel;
- mõistab, et inimesed võivad olla erinevad, sh erinevad välimuselt, käitumiselt, ka rahvused, rassid;
- järgib kokkulepituid reegleid ja üldtunnustatud käitumisnorme;
- oskab selgitada oma seisukohti sõnadega;
- tutvustab ja kirjeldab iseennast, enda omadusi, huvisid jms;
- mõistab, et inimesed on erinevad ning neil on erinevad vajadused;
- julgeb keelduda (ühis)tegevus(t)est, kui osalemine on ennast ja teisi kahjustav või ohtlik;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel; arvestab kaassuhtleja ja suhtlemise paigaga;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- teab arvude 1–12 järjestust ja tunneb numbrimärke;
- peab kinni kokkulepituid mängureeglitest;
- peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid.

**Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, lasteaed; kombes, üldinimlikud väärtused ja üldtunnustatud käitumisreeglid;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Matemaatika: arvud;
- Liikumine: liikumismängud.

**Tagasiside andmine/saamine:**

- õpetaja ja lapsed saavad tagasisidet rühmakaaslaste hobide ja meeldimiste kohta mängu kaudu; lapsed kontrollivad mängu lõpus iseseisvalt üle, kas kõigi laste kohta jäi midagi ühist meelde ning vajadusel küsivad uuesti üle;

- teatud aja jooksul (nt nädala või kuidas õpetaja seab) annavad lapsed igal õhtul tagasisidet märgatud olukordade kohta rühmas, kus kaaslane on end halvasti tundnud ning enda sekkumisviiside kohta.

#### Tagasi sisukorda

## 8.Tervis

### 8.1. Tervislik toitumine

(Marge Järv jt)

**Õppetegevustega käsitletavad ohutuse teemad:** tervis (tervislik toitumine), ravimiohutus (vitamiinid), mürgistused (ravimid, mürgised taimed ja seened)

#### Taustainfo

Kuna toitumisharjumused hakkavad kujunema juba varajasest lapsepõlvest, siis on väga oluline alustada lastele tervislike toitumisharjumuste tutvustamist võimalikult vara. Lasteaiaaas laps võiks lihtsamal kujul osata teha vahet tervisliku ja mittetervisliku toidu vahel, teada lihtsustatult peamisi tasakaalustatud toitumise põhimõtteid ning järgida turvalise söömise võtteid (sööb rahulikult, istudes). Nii nagu kõikide teiste turvaliste käitumisega seotud teemade puhul, on lapsevanema eeskuju ka toitumise puhul väga tähtis – on raske veenda last toituma tervislikult, kui teised pereliikmed seda ise ei tee.

Tervislik toitumine on regulaarne, kiirustamiseta, täisväärtusliku ja tasakaalustatud toidu tarbimine, mida söömise ajal hoolikalt läbi näritakse ja millele juuakse peale vedelikku, soovitatavalt magustamata vett.

Paljudes peredes on muutunud ebatervislikuks harjumuseks looduslike vitamiinide (puu- ja köögiviljad) asemel ülemäärane toidulisandite kasutamine. Kuna ka farmaatsiatoodete pakendite ning toodete erinevad kujud ja värvilisus paelub laste tähelepanu, sest need sarnanevad kommidega, siis ei pruugi lapsed tunnetada nende (ülemäärasel) kasutamisel ohtu. Ravimite kasutamise kasv täiskasvanute hulgas on suurendanud ka ravimimürgistusega laste arvu. Lasteaiaaas lastele tuleks õpetada, et vitamiinide võtmine ei asenda täisväärtusliku toidu tarbimist ning on ohutu vaid õiges koguses ja näidustusele vastavalt võetuna. Lapsele peaks vitamiine ja teisi toidulisandeid andma vaid täiskasvanu, kes on vastava soovitusel saanud arstilt.

**Tõsisemad ohud väikelaste söömisel:** kurku tõmbamine ja lämbumine

Enamik lapsi tõmbavad kurku, kui nad midagi söövad, närvivad või lutsivad ning samal ajal käivad, hüppavad, jooksevad või räägivad. Sageli juhtub seda lasteürituste või pidulike sündmuste ajal. Kurku tõmbamist võivad põhjustada näiteks popkorn, kommid, pähklid, seemned, närimiskumm. Laps võib kurku tõmmata ka kapsasüdamiku, õuna, viinamarja või porgandi. Lapsi tuleb õpetada mitte sööma seistes, lamades või liikudes.

Mürgistused taimedest ja seentest

Mürgised taimed sisaldavad mitmesuguseid mürgiseid aineid (toksiine), mis inimkehasse sattudes või sellega kokkupuutel põhjustavad mürgistuse või isegi surma. Mõned mürgistest taimedest näevad välja nagu söödavad, olles erksavärvilisemad ja väljakutsuvad, näiteks ussilakk, salu-siumari, harilik näsiniin ja teised erksavärvilised, samuti mürgised marjad, või huvitava välimuse ja peterselli lõhnaga surmaputke juur.

Lapsed peaksid teadma, et tundmatuid taimi ja marju ei tohi täiskasvanu loata isegi puudutada, sest osa mürkaineid võib imenduda isegi läbi terve naha.

Korjata võib ainult neid seeni, mida tunneme. Seenemürgistus võib tekkida mitte ainult mürgistest seentest, aga ka niinimetatud söögiseentest, mis on riknenud või valesti töödeldud (keetmata või liiga vähe keedetud). Seened tuleks korjata korvidesse, et need ei kuumeneks üle, ei oleks kokku pressitud ning et oleks tagatud õhu juurdepääs neile. Plastpakenditesse ja kilekottidesse korjatud ja nendes hoitavad seened riknevad kiiresti. Ei soovitata korjata seeni autoteede, raudteede, prügimägede ja tehaste ümbrusest, kus on suurenenud õhusaaste. Laps ei tohi üksi metsa minna ja korjata seeni – seda tohib teha ainult koos täiskasvanuga.

Ei ole võimalik õppida tundma kõiki mürgiseid taimi ja marju, oluline on teada, et ei tohi puutuda, närida ja süüa tundmatuid taimi ja nende osi: lehti, juuri ja vilju.

**Allikas:**

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

**Teema: Vitamiinid minu toidus** (õppetegevused 4 ja 5 läbiviidud 10.11.16)

**Õppetegevuste eesmärk:** Õppetegevustega saab laps esmased teadmised tervislikest toiduainetest ja tervisliku toitumise esmastest põhimõtetest; valikute tegemise kaudu saavad lapsed teadlikuks nii kasulikest kui kahjulikest taimedest ja seentest ning omandavad teadmised, kuidas tundmatute taimede leiu korral käituda. Lapsed saavad esmased teadmised vitamiinidest ning täiendavate vitamiinide võtmisega kaasnevatest ohtudest ja vajadusest.

**Aeg:** 3 x 30 min

**Sihtrühm:** 5-7aastased lapsed

**Õppetegevused:**

1. Sissejuhatuseks vabas vormis arutelu, mida lapsed on kuulnud tervisliku toitumise kohta.
  - Mida, kui palju, millal süüa?
  - Mida juua?
  - Kuidas peaks sööma (istudes ja rahulikult)? Miks?
2. Valiku tegemine tervisliku või mittetervisliku toidu vahel. Töö piltidega (või pildikaartidega).

Toiduained, millest võiks pildid olla: või, maks, porgand, paprika, kala, muna, õli, seemned, pähklid, saiakesed-pirukad, kartulikrõpsud, juust, kommid, marjad: mustsõstrad, maasikad, karusmarjad; kaalikas, kartul, apelsin ja sidrun, leib, sai, puder, müsli, liha, idud, seemned, piim, mahl jne.

  - Lapsed võtavad paaridesse või kolmekauparühma (vastavalt laste arvule rühmas ja piltide arvule) ning iga rühm saab mõned pildid toiduainetest (toiduained võiks jaguneda rühmade vahel selliselt, et igale rühmale saaks mõni tervislik ja mittetervislik toiduaine pilt).
  - Lapsed nimetavad toiduaineid piltidel ja asetavad pildid põrandale kahte rühma: tervislikud ja mittetervislikud toiduained. Õpetaja paneb kirja need toiduained, mis on lastel valesti rühmitatud.

- Rühmad vahetavad omavahel pildid ning jagavad taas toiduained kahte ossa, kuni kõik rühmad on saanud grupeerida kõik toiduained.
  - Õpetaja võtab rühmade tulemused kokku, andes ülevaate sellest, millega lastel raskusi ei olnud (korrates üle, miks need toiduained on meile kasulikud ja teised kahjulikud), kuid peatub pikemalt neil, mille rühmitamisel lapsed eksisid.
3. Valiku tegemine kasulike ja kahjulike taimede ja seente vahel piltide põhjal (1 suurem pilt 1 taime – võib olla kas mari või kogu taim – ja seene kohta).
- Õpetaja näitab lastele pilti enamtuntud mürgistest (nt karuputk, lumeroos vms, hea oleks ka mõne ilusa punase, kuid mürgise marja pilt) ja mõnedest kasulikest taimedest (hea oleks ka kasulikust marjast mõni pilt) ning söödavatest ja mürgistest seentest ning palub neil, kes arvavad, et tegemist on kasuliku taime või seenega imiteerida selle korjamist, kuid neil, kes arvavad, et tegu võib olla mürgise taime või seenega, jääda püsti seisma. Lapsed pakuvad taime/seene nime ning õpetaja selgitab, kas tegu on kasuliku või kahjuliku taime/seenega.
  - Kui kõik pildid on üle vaadatud ja arvatud, räägib õpetaja sellest, et tihti ei ole üldse võimalik välimuse põhjal öelda, kas tegu on kasuliku või kahjuliku taime/seenega (siinkohal võiks näidata korraga kasulikku ja mürgist marja ning söödavat ja mürgist seent); osad taimed on aga nii mürgised, et isegi nende puudutamine teeb palju viga. Seepärast ei tohi ka katsuda neid taimi ja seeni (rääkimata nende murdmisest, närimisest, lutsutamisest või söömisest), mida sa päris kindlasti ei tunne. Seeni ja marju tuleb korjata ainult koos täiskasvanuga, kellelt saab küsida enne korjamist, kas antud mari või seen on söödav.
  - Õpetaja näitab uuesti samu pilte taimedest ja seentest, kuid nüüd palub lastel mängida korjamist ainult siis, kui ta päris kindlasti pildil olevat taime või seent tunneb ning jääda püsti ja liikumatuks siis, kui ta kasvõi natukenegi kahtleb, kas see on ikka söödav ja kasulik taim või seen. *Märkus: oluline ei ole mitte taimede ja seente nimede tundmaõppimine, vaid ennekõike arusaama omandamine, et tundmatut taime ja seent ei tohi puutuda.*
4. Lastele jutustamine vitamiinide teemal: *”Meie toiduainetes elavad vitamiinid. Vitamiine on väga palju erinevaid ja emmed/issid on pannud neile väga keerulised nimed, seepärast kutsutakse neid tihtipeale lihtsamalt ja lühemalt - ainult mõne üksiku tähe või tähe ja numbriga näiteks (näitan värvilisi ringe – kollasele ringile olen peale kirjutanud C, punasele A, rohelisele E, sinisele B, valgele D- tähe). Need vitamiinid aitavad meie kehal teha paljusid toimetusi nagu hoida nahka, silmi tervena, hoida keha tugevana, et pahalased ei pääseks meid haigeks tegema jne. Kõikides neis kasulikes toiduainetes, mida me enne vaatasime, on olemas mõned vitamiinid. Kõige parem ongi, kui me saame head vitamiinid kätte oma toidust. Kuna aga kõikides toiduainetes kõiki vitamiine koos ei ole, siis peamegi sööma erinevaid häid toiduaineid, et meie keha saaks kätte talle vajalikud erinevad vitamiinid. Vahest võib juhtuda, et meie kehal jääb mõnda vitamiini puudu, kui me ei ole hästi söönud. On ka selline vitamiin D, mida me saame ka päikese käest, kuid meie elukohas ei ole alati päikesepaistet ja siis võib ka sellest vitamiinist meie kehal puudus tulla.”*
5. Arutlemine vitamiinide teemal. Küsimused selleks:
- Milliseid vitamiine teile emme või issi on andnud? (kas laps oskab nimetada tähte või oskab kirjeldada vitamiini väljanägemist, selle toimet vms) *(kommentaari: lapsed nimetasid, et on söönud päikesevitamiini, rõõmu-, värvilisi vitamiine)*

- Miks sa vitamiine sööd?
- Mitu korda ja mitu vitamiini sa võid süüa?
- Kes sulle vitamiini annab? Miks?
- Miks ei tohi palju vitamiine süüa? Aga kui vitamiin näeb välja nagu komm, kas siis võib sellist vitamiini rohkem süüa?
- Kas võõraste poolt pakutud vitamiine tohid võtta?

**Lisaülesanded:**

- Lapsed joonistavad paberile 3-4 kasulikku taime või toiduainet, mis neile väga meeldivad.
- Õpetaja leiab mõne laulu kasulikest taimedest/marjadest/viljadest/seentest ning muusikatunnis lauldakse neid ning tuletatakse meelde, miks need kasulikud süüa on.
- Töölehe täitmine tervisliku toitumise, ohutu toiduvalmistamise ja -säilitamise, toiduhügieeni nõuete ja tervislike eluviiside kohta (vt Lisa 1). Igale üheksast pildist on peidetud üks number (1 kuni 9), mille lapsed peavad leidma ja ära värvima. Õpetaja arendab vestlust järgmistest tervise ja ohutusega seotud küsimustest: 1. piim ja piimatooted 2. puuviljade pesemine; 3. vee keetmine, kuuma eseme paigutamine; 4. röstsaiade valmistamine; 5. joogipudeli sulgemata jätmine; 6. keetmine gaasipliidil, kuum aur; 7. nõude pesemine; 8. toidu säilitamine külmikus; 9. toidu säilitamine sobival tingimustel (kindlasti mitte otsese päikesevalguse käes). Lapsi võib ergutada eraldi lehele joonistama pilti ohutu ja tervisliku toitumise kohta, pilt peab sisaldama numbrit 0.

Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

**Õpitulemused:**

- Tunneb tervisliku toitumise kõige lihtsamaid põhimõtteid;
- teab, et tundmatut taime ja seent ei tohi puutuda (ka mitte murda, närida, lutsida ja süüa);
- oskab teha vahet peamiste tervislike ja mittetervislike toiduainete vahel;
- teab üldstatult vitamiinide vajalikkust ning nende leidumist toiduainetes;
- teab, et täiendavate vitamiinide võtmisel on ka ohud;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikke ja kahjulikke;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;
- tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel; arvestab kaassuhtleja ja suhtlemise paigaga;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- määrab esemete hulga ühiseid tunnuseid ja jaotab esemeid kahe erineva tunnuse järgi.

**Lõiming**

- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond ja kodu; tervise väärtustamine, tervislik toitumine, inimkeha; ohuallikad ning ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: keelekasutus: sõnavara; suhtlemine, jutustamine ja kuulamine;
- Matemaatika: hulgad;
- Liikumine: peab kinni kokkulepitud mängureeglitest.

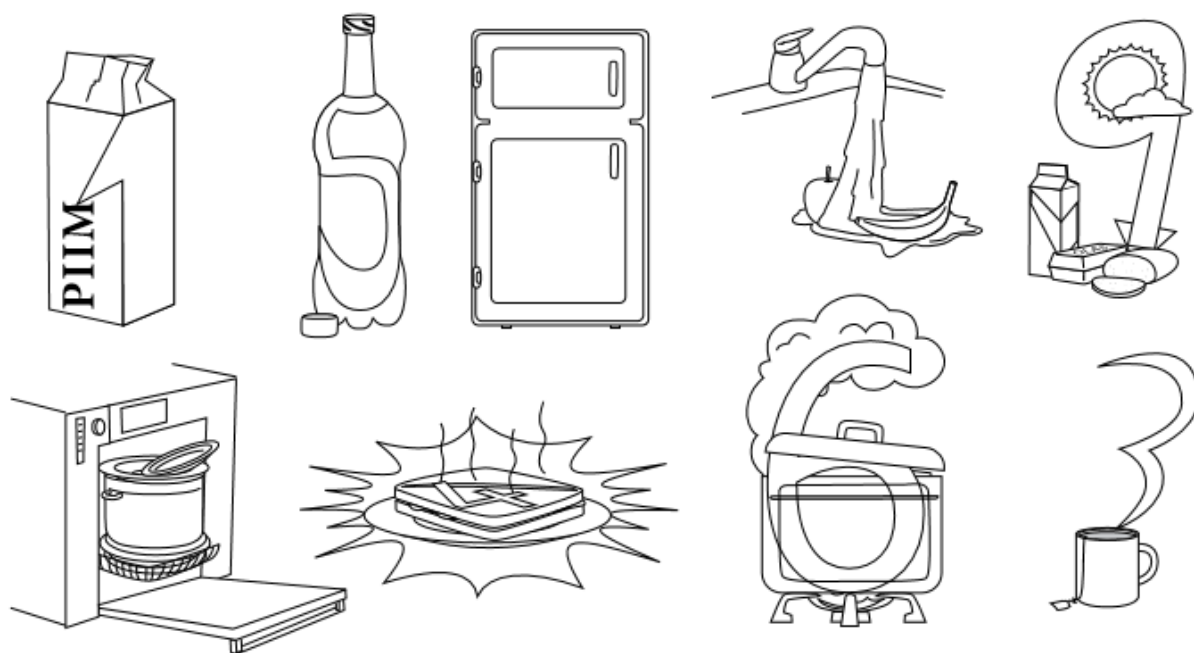
**Tagasiside kogumine:** Vestelda lastevanematega lapsele vitamiinide andmise ja tervisliku toitumise teemal.

**LISA 1.**

**Tööleht: leia peidetud numbrid ja värvi need!**

Teemad: Tervislik toitumine, ohutu toiduvalmistamine ja -säilitamine, toiduhügieeni nõuded

Õiged vastused: numbrid on paigutatud sellises järjekorras, alates vasakult: ülemises reas – 1, 5, 8, 2, 9; alumises reas – 7, 4, 6, 3.



[Tagasi sisukorda](#)

## 8.2. Hügieen ja ravimiohutus

**Õppetegevustega käsitletavad alateemad:** tervis (tervislik eluviis, isiklik hügieen), ravimiohutus.

### Taustainfo

#### Ravimitest

Ravimeid, näiteks tabletid, salvid, tilgad ja erinevaid toidulisandid (edaspidi „ravimid“), tootva tööstuse arenedes kasvab ka nende kättesaadavus. Farmaatsiatoodete pakendite erinevad kujud ja värvilisus paelub laste tähelepanu, sest need sarnanevad kommidega.

Paljudes peredes on muutunud ebatervislikuks harjumuseks looduslike vitamiinide (puu- ja köögiviljad) asemel ülemäärane toidulisandite kasutamine. Ravimite kasutamise kasv täiskasvanute hulgas suurendab ka ravimimürgistusega laste arvu.

Kodus tuleb ravimeid hoida lastele kättesaamatus kohas. Ravimikast peab olema erimärgistatud ja suletud. Laps peab teadma, kus kohas ravimeid kodus hoitakse, salastatud koht tekitab kõrgendatud huvi peidetud asja vastu. Kuid laps peab ka teadma, et ta ise ei tohi neid puutuda. Täiskasvanutele on selline ravimite hoidmine suhteliselt ebamugav, eriti kui ravimeid tuleb kasutada regulaarselt mitu korda päevas, sageli tehakse vigu: hoides ravimeid käekotis või jopetaskus, kust lapsed saavad neid kergesti kätte. Ravimeid ei tohi panna lauale selleks, et neid hiljem manustada. Esiteks tuleb valmistada pealejoodav vedelik, seejärel tuleb ravim pakendist välja võtta ja kohe alla neelata. Kui laps on siiski alla neelanud tableti või lausa mitu, on oluline hoida alles pakend ja sellest teavitada meditsiinipersonali (samuti võimalikust allaneelatud tablettide arvust).

Lapsed peavad teadma, et ravimid on ette nähtud üksnes erilistel puhkudel ja nende kasutamise määrab arst. Ravimeid tohib kasutada ainult täiskasvanute juuresolekul ja arsti määratud annustes.

#### **Allikas:**

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

**Õppetegevuste eesmärk:** lapsed tutvuvad esmaste hügieenitavade ja tervisliku eluviisi põhimõtetega ning mõistavad, kuidas need tegevused aitavad hoida tervist. Lapsed omandavad esmased teadmised ravimite kasutamisega seonduvatest ohtudest ja võimalustest.

**Aeg:** 3 x 30 min

**Sihtrühm:** 5-7aastased lapsed

#### **Õppetegevused:**

1. Teema sissejuhatuseks arutelu teemal „Mida me ise saame teha selleks, et oleksime terved“?

- lapsed võtavad koos õpetajaga ringi ja palli üksteisele visates või veeretades saab palli saaja võimaluse nimetada midagi, mida tema ise saab teha selleks, et olla terve. Vajadusel suunab õpetaja küsimustega toitumise, liikumise, puhkuse ja hügieeni kohta. Arutelu kokkuvõtteks võiks öelda, et me saame ise päris palju teha selleks, et meie tervis oleks tugevam;

- pallimäng jätkub lapse hügieeni eest hoolitsemise võimaluste teemal: käte pesemine enne sööki, pärast väljast tulemist ja lemmiklooma paitamist, hammaste regulaarne pesemine, enda pesemine jne nii kaua, kuni kõik olulised tegevused on loetletud;

- värvida asjad, mida on vaja enda pesemiseks (esemete alla kirjutatud nimetused); sõnade asemele kleepida kleepsud ja põhjendada, miks need seostuvad. (Liisu lasteaia. Eelkooli tööraamat I osa. Pille Arnek. 79 lk; 2016 Avita; Hammaste tervis, hügieen lk 77).

2. Töölehe täitmine kehahügieeni kohta. Vt Lisa 1

3. Mänguline ravimiohutust puudutavate olukordade hindamine.

- sissejuhatuseks küsib õpetaja laste arvamust, miks on vaja võtta arsti poolt väljakirjutatud ravimeid?

- õpetaja jagab lapsed rühmadesse (kuni 4 last rühmas) ning annab kõikidele kaks pulga otsa kinnitatud märki: roheline ja punane. Lapsed saavad ülesandeks õpetaja loetud väite korral omavahel arutada, kas antud tegevus on turvaline või ohtlik, vastavalt tõstes üles kas roheline (turvaline) või punane (ohtlik) märki ja põhjendades oma otsust.

- õpetaja loeb ette erinevaid ravimiohutust puudutavaid olukordi:

1. Kui võõras inimene (kes ei ole arst) pakub mulle ravimit-rohtu, siis ma võtan selle vastu. (vale)

2. Ravimeid tuleb hoida ohututes ja kindlalt suletud kohtades. (õige)

3. Ravimeid tuleb hoida niimoodi, et ka lapsed need alati kätte saaksid. (vale)

4. Kui ravimitel on ilusad pakendid, siis on need mõeldud lastele mängimiseks ja söömiseks. (vale)

5. Kui ma olen haige olnud ja arst on mulle kirjutanud välja rohu, mis mind aitas, siis annan seda ravimit ka oma sõbrale, kes on haigeks jäänud. (vale)

6. Ravimeid tohib kasutada ainult vanemate või arsti loal. (õige)

7. Kui ma tunnen ennast halvasti, siis võtan ise rohtu, sest ma tean, kus meil kodus ravimid asuvad. (vale)

8. Ma ei puutu kunagi tundmatuid ja võõraid ravimeid! (õige)

9. Kui ravimid ja vitamiinid on maitsvad ja näevad välja nagu kommid või siirup, siis võib neid võtta samapalju kui kommegi. (vale)

10. Kui ma süön vitamiine, siis ma ei pea korralikult puu- ja köögivilju sööma, sest saan oma vajalikud vitamiinid juba niigi kätte. (vale)

4. Teema kokkuvõttev rollimäng rühmades „Kui laps on jäänud haigeks....“

- rühmades võtab üks lastest haige rolli, teised kaks vanema ja üks lastest arsti rolli. Laps: kirjeldab, mida ta tunneb; lapsevanemad soovivad talle tegevusi haige olles (palju juua, puhata) ja hiljem tegevusi, kuidas laps saaks edaspidi terve püsida ning kutsutud arst kirjutab välja rohu (sh rõhutab, kuidas rohtu tuleb võtta ja kuidas peaksid vanemad ravimeid hoidma).

#### **Õpitulemused:**

- Tunneb erinevaid võimalusi, kuidas tervist hoida (s.h hügieeni järgimine);
- teab, kuidas on turvaline hoida ja võtta ravimeid;
- oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikke ja kahjulikke;
- kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;

- järgib isikliku hügieeni nõudeid, sealhulgas hammaste hoidmist ja hooldamist;
- kirjeldab võimalikke ohte kodus;
- saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobivalt reageerida;
- suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;
- jutustab pildi, kuuldu teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid.

### Lõiming

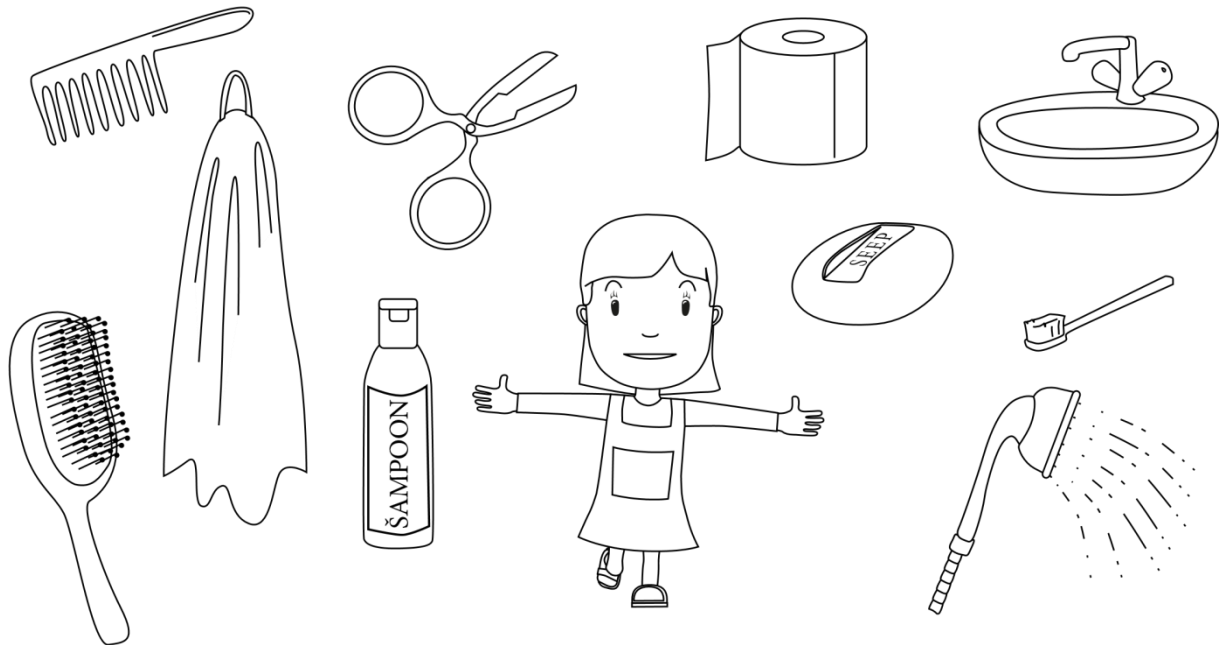
- Mina ja keskkond: sotsiaalne keskkond: mina, perekond, kodu; tervise väärtustamine, tervislik toitumine, inimkeha; ohuallikad ning ohutu käitumine;
- Keel ja kõne: suhtlemine, jutustamine ja kuulamine.

### LISA 1

#### Tööleht

Ühendada kehaosad või organid vastavate hügieenivahenditega.

Õpetajale: korraldada arutelu erinevatest igapäevaharjumustest, näiteks, et nägu ei ole soovitatav pesta seebiga, kuidas lõigata küüsi, mitu korda päevas ja kuidas puhastada hambaid.



Allikas:

[https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515\\_Abimaterjal\\_Tervelt%20ja%20ohutult\\_2011.pdf](https://intra.tai.ee/images/prints/documents/135782745515_Abimaterjal_Tervelt%20ja%20ohutult_2011.pdf)

[Tagasi sisukorda](#)

## LISA 1. Ainesisu lõiming läbiva teema „Tervis ja ohutus“ ohutuse alateemaga

VALDKOND	VALDKONNA TULEMUS LAPS:	VALDKONNA SISU	OHUTUSE ALATEEMA	OHUTUSE ÕPITULEMUS LAPS:
MINA JA KESKKOND	kirjeldab oma kodu, perekonda ja peretraditsioone	kodu, lasteaed, kool	Tuleohutus	<ul style="list-style-type: none"> <li>teab oma kodust aadressi, et vajadusel abi kutsuda;</li> </ul>
			Vara kaitse	<ul style="list-style-type: none"> <li>kirjeldab, milline on usaldusväärne sõber;</li> </ul>
			112 kasutamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>saab aru, millest koosneb aadress;</li> <li>oskab öelda oma kodust aadressi;</li> </ul>
			Liiklusohutus	<ul style="list-style-type: none"> <li>kirjeldab enda ja oma pere liikumisviise;</li> </ul>
	nimetab ja kirjeldab erinevaid ameteid	ametid	Tuleohutus	<ul style="list-style-type: none"> <li>teab, kuidas näeb välja täisvarustuses päästja;</li> <li>mõistab, et tulekahju korral võib hoonesse minna vaid päästja;</li> </ul>
			Elanike hädaolukorraks valmisolek	<ul style="list-style-type: none"> <li>oskab nimetada, millist tööd teevad/millal tulevad appi päästjad, politseinikud ja kiirabi töötajad;</li> </ul>
			112 kasutamine	<ul style="list-style-type: none"> <li>nimetab, kes tuleb kohale hädaabinumbrile helistades;</li> <li>saab lihtsustatult aru, millistes olukordades tuleb helistada hädaabinumbrile (kui on vaja kiirabi, päästjate või politsei abi);</li> <li>mõistab, et häirekeskuse töötajad tegelevad vajaliku abi õnnetuskohta saatmisega;</li> </ul>
	mõistab, et inimesed on	üldinimlikud väärtused	Vägivalla (sh	<ul style="list-style-type: none"> <li>mõistab, et inimesed võivad olla</li> </ul>

	erinevad ning neil on erinevad vajadused;		<b>kiusamise) ennetus</b>	erinevad, sh erinevad välisuselt, käitumiselt, ka rahvuselt ja rassilt; <ul style="list-style-type: none"> <li>• selgitab oma sõnadega, kuidas luua ja hoida suhteid ja lahendada eriarvamusi;</li> </ul>
			<b>Vara kaitse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab, milline on usaldusväärne sõber;</li> </ul>
	oskab eristada igapäevaelus tervisele kasulikku ja kahjulikku;	tervise väärtustamine, tervislik toitumine, inimkeha; üldtunnustatud käitumisreeglid;	<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et lapsed peavad autos kasutama turvatooli;</li> <li>• kasutab autos sõites turvatooli;</li> <li>• väärtustab viisakust liikluskeskkonnas (liikluse „tere“ – pilkkontakt);</li> </ul>
	kirjeldab, kuidas ümbritsev keskkond ja inimeste käitumine võib mõjutada tervist;	üldtunnustatud käitumisreeglid; ohuallikad ning ohutu käitumine;	<b>Tuleohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et põlev küünal ja lõke on lahtine tuli ning selgitab miks ei tohi lahtist tuld jätta järelevalveta;</li> <li>• oskab nimetada, et küünalde ja tikkude kasutamine võib kaasa tuua tulekahju;</li> <li>• teab, et suitsuandur aitab avastada tulekahju ning selle õige koht on lae;</li> <li>• teab, et tulekahju korral ei tohi peitu pugeda ja tuleb endast märku anda;</li> </ul>
			<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab võimalikke ohte liikluses oma liikumisviisist tulenevalt, sh oma koduteel (lasteaia ja kodu vahel);</li> <li>• eristab õiget käitumist vales jalakäija ja kaasreisija näitel;</li> <li>• järgib rühmas ja lasteaia õuealal kokkulepitud reegleid, sh jalgrattaga sõitmise osas;</li> <li>• järgib lastegrupis tänaval liigeldes kokkulepitud reegleid;</li> </ul>

			<b>Veeohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et ilma täiskasvanuta ei tohi vee äärde minna;</li> <li>• teab, et paadiga sõitma tohib minna ainult koos täiskasvanuga;</li> <li>• teab, et paadiga sõites peab alati kandma päästevesti;</li> </ul>
			<b>Plahvatusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et tundmatuid (võõraid, imelikke) esemeid ei tohi puudutada;</li> </ul>
			<b>Digiturvalisus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kasutab nutiseadmeid enda tervist kahjustamata;</li> </ul>
			<b>Vara kaitse</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mõistab, et teiste asju ei tohi ise võtta, selleks peab luba küsima;</li> <li>• saab aru, et asju ei tohi tahtlikult lõhkuda;</li> <li>• teab, et võõraid inimesi ei tohi koju lasta;</li> </ul>
			<b>Vägivalla (sh kiusamise) ennetus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab teistega arvestada, abi küsida ja anda;</li> <li>• teeb vahet hea ja halva käitumise vahel, teab, et löömine ei ole lubatud, selgitab oma seisukohti sõnadega;</li> <li>• selgitab oma sõnadega, kuidas luua ja hoida suhteid ja lahendada eriarvamusi;</li> <li>• järgib kokkulepituid reegleid;</li> </ul>
	kirjeldab kodukoha loodust, tuntumaid taimi, seeni ja loomi;	looduskeskkond: kodukoha loodus, elukeskkond	<b>Tuleohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab nimetada kergesti süttivaid materjale (nt puit, riie, paber jne);</li> </ul>
			<b>Veeohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kirjeldab veekogude (nt jõgi, järv, meri, tiik) erisusi;</li> </ul>
	kirjeldab loodust ja inimeste	muutused looduses	<b>Elanike</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• oskab kirjeldada, millise ilmaga võib õues</li> </ul>

	tegevusi erinevates ajatsüklites: ööpäev, nädal, aastaring;		<b>hädaolukorraks valmisolek</b>	ohtlik olla ja miks;
			<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kirjeldab võimalikke ohte jalakäijana erinevatel aastaaegadel;</li> </ul>
	selgitab, miks on valgus, temperatuur, vesi, muld ning õhk taimedele, loomadele ja inimestele tähtsad;	elukeskkond;	<b>Elanike hädaolukorraks valmisolek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>oskab kirjeldada, millise ilmaga võib õues ohtlik olla ja miks;</li> </ul>
	selgitab ilmastikunähtuste sõltuvust aastaaegadest, öö ja päeva vaheldumisest;	muutused looduses	<b>Elanike hädaolukorraks valmisolek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>oskab kirjeldada, millise ilmaga võib õues ohtlik olla ja miks;</li> </ul>
	kirjeldab võimalikke ohte kodus, veekogul, liikluses jm;	ohuallikad ning ohutu käitumine; transpordivahendid; kodu; virtuaalkeskkond	<b>Tuleohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>oskab nimetada, et küünalde ja tikkude kasutamine võib kaasa tuua tulekahju;</li> <li>teab, millal on tuli ohtlik ja millal ohutu;</li> </ul>
			<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kirjeldab võimalikke ohte liikluses oma liikumisviisist tulenevalt, sh oma koduteel (lasteaia ja kodu vahel);</li> <li>teab jalakäija jaoks ohutuid teeületuse kohti erinevates liikluskeskkondades;</li> </ul>
			<b>Digiturvalisus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>teab, mida tohib ja mida ei tohi nutiseadmega teha (nt tasuliste teenuste kasutamine, mängude allalaadimine, võõrale numbrile vastamine, linkide avamine), vajadusel pöördub abi saamiseks täiskasvanud poole;</li> <li>teab, kuidas oma nutiseadet kaitsta (ei anna seda võõrale, kasutab parooli või sõrmejälge);</li> <li>teeb vahet digitaalsel (nt mängud) või väljamõeldud maailmal (nt filmid) ja</li> </ul>

				päriselul;
	teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda ning jalgrattaga lasteaia õuealal sõita.	tehiskeskkond: transpordivahendid, jalakäija ohutu liiklemine, turvavarustus	<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et lapsed peavad autos kasutama turvatooli;</li> <li>• kasutab autos sõites turvatooli;</li> <li>• teab, et helkuri kandmine aitab pimedal ajal end autojuhile nähtavaks teha;</li> <li>• jälgib täiskasvanu suunamisel helkuri olemasolu endal ja teistel;</li> <li>• teab, et kiiver on oluline kaitsevahend rattaga sõitmisel;</li> <li>• oskab kiivrit endale pähe panna;</li> <li>• teab jalakäija jaoks ohutuid teeületuse kohti erinevates liikluskeskkondades;</li> <li>• teab oma rühma ja lasteaia õueala reegleid, sh teab kuidas ohutult jalgrattaga lasteaia õuealal sõita;</li> <li>• teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda, sh lastegrupis;</li> <li>• järgib rühmas ja lasteaia õuealal kokkulepitud reegleid, sh jalgrattaga sõitmise osas;</li> <li>• järgib lastegrupis tänaval liigeldes kokkulepitud reegleid;</li> </ul>
<b>KEEL JA KÕNE</b>	tuleb toime nii eakaaslaste kui ka täiskasvanutega suhtlemisel; arvestab kaassuhtleja ja suhtlemise paigaga;	suhtlemine, kuulamine	<b>Tuleohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et kui on avastanud/juhtunud tulekahju, siis tuleb sellest koheselt teavitada täiskasvanut;</li> </ul>
			<b>Plahvatusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et tundmatu eseme leidmisest tuleb koheselt teavitada lähedal olevat täiskasvanut;</li> </ul>
			<b>Elanike hädaolukorraks</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• teab, et lisa informatsiooni ilma ja sobivalt riietumise kohta õue minekuks</li> </ul>

			<b>valmisolek</b>	<p>tuleb küsida täiskasvanult;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>teab, et kui ise või keegi teine on sattunud ohtu, tuleb sellest kohe teavitada täiskasvanut;</li> </ul>
	saab aru kuuldu sisust ja suudab sellele sobival reageerida;	suhtlemine, jutustamine ja kuulamine	<b>112 kasutamine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>oskab hädaabinumbri helistades öelda oma koduse aadressi;</li> <li>oskab valida hädaabinumbrit ja vastata ausalt Häirekeskuse töötaja küsimustele;</li> </ul>
			<b>Dokumendikohustus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>selgitab oma sõnadega, mis on dokument ja milleks dokumenti vaja läheb;</li> </ul>
			<b>Vara kaitsmine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>saab aru oma – võõras – ühine tähendusest;</li> <li>selgitab, mis on varastamine;</li> </ul>
	suudab oma mõtteid suulises kõnes edasi anda;	suhtlemine ja jutustamine; keelekasutus: sõnavara	<b>Vara kaitsmine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>selgitab, mis on varastamine;</li> <li>kirjeldab, milline on usaldusväärne sõber;</li> </ul>
	jutustab pildi, kuulnud teksti või oma kogemuse alusel, annab edasi põhisisu ja olulised detailid, vahendab ka oma tundeid;	keelekasutus: sõnavara; suhtlemine, jutustamine ja kuulamine	<b>Tuleohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>oskab iseloomustada tuld (värvus, kuumus, suits, iseloomulik lõhn);</li> </ul>
<b>MATE-MAATIKA</b>	teeb 12 piires loendamise teel kindlaks esemete arvu, teab arvude 1–12 järjestust ja tunneb numbrimärke ning oskab neid kirjutada;	loendamine ja arvud	<b>112 kasutamine</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>nimetab hädaabinumbri;</li> </ul>
	kirjeldab enda asukohta ümbritsevate esemete suhtes, orienteerub ruumis, õuealal ja paberil;	suurused ja mõõtmine	<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kirjeldab enda asukohta (ümbritseva suhtes);</li> <li>orienteerub lasteaia õuealal;</li> <li>valib jalakäijana tee ületamiseks ohutu</li> </ul>

				koha;
<b>LIIKUMINE</b>	peab liikumisel ja mängimisel kinni üldistest ohutusreeglitest, valides sobivad paigad ja vahendid;	kehalise kasvatuse alased teadmised: ohutus, enesekontroll	<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>järgib rühmas ja lasteaia õuealal kokkulepitud reegleid, sh jalgrattaga sõitmise osas;</li> <li>järgib lastegrupis tänaval liigeldes kokkulepitud reegleid;</li> </ul>
			<b>Vägivalla (sh kiusamise) ennetus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>järgib kokkulepituid reegleid;</li> </ul>
	peab kinni kokkulepitud mängureeglitest;	liikumismängud; erinevad spordialad; tants ja rütmika	<b>Liiklusohutus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>järgib rühmas ja lasteaia õuealal kokkulepitud reegleid, sh jalgrattaga sõitmise osas;</li> <li>järgib lastegrupis tänaval liigeldes kokkulepitud reegleid;</li> </ul>
			<b>Vägivalla (sh kiusamise) ennetus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>järgib kokkulepituid reegleid.</li> </ul>

[Tagasi sisukorda](#)

## LISA 2. Alushariduse detailsed õpitulemused ohutuse alateemade kaupa

### TULEOHUTUS

#### Tuleõnnetuste põhjused

- Teab, et põlev küünal ja lõke on lahtine tuli ning selgitab miks ei tohi lahtist tuld jätta järelevalveta.
- Oskab nimetada, et küünalde ja tikkude kasutamine võib kaasa tuua tulekahju.

#### Tuli ja põlemine

- Teab, millal on tuli ohtlik ja millal ohutu;
- Oskab iseloomustada tuld (värvus, kuumus, suits, iseloomulik lõhn).
- Oskab nimetada kergesti süttivaid materjale (nt puit, riie, paber jne).

#### Esmased tulekahju avastamiseadmed ja evakuatsioon

- Teab, et suitsuandur aitab avastada tulekahju ning selle õige koht on laes.
- Teab, et tulekahju korral ei tohi peitu pugeda ja tuleb endast märku anda.
- Teab, et kui on avastanud/juhtunud tulekahju, siis tuleb sellest koheselt teavitada täiskasvanut.
- Teab, et 112 on hädaabinumber.
- Teab oma kodust aadressi, et vajadusel abi kutsuda.
- Teab, kuidas näeb välja täisvarustuses päästja.
- Mõistab, et tulekahju korral võib hoonesse minna vaid päästja.

### VEEOHUTUS

#### Veeõnnetuste põhjused

- Teab, et ilma täiskasvanuta ei tohi vee äärde minna.
- Kirjeldab veekogude (nt jõgi, järv, meri, tiik) erisusi.

#### Käitumine veekogul/paadisõidu ohutus

- Teab, et paadiga sõitma tohib minna ainult koos täiskasvanuga.
- Teab, et paadiga sõites peab alati kandma päästevesti.

### PLAHVATUSOHUTUS

#### Plahvatusoht

- Teab, et tundmatuid (võõraid, imelikke) esemeid ei tohi puudutada.

#### Käitumine plahvatusohu korral

- Teab, et tundmatu eseme leidmisest tuleb koheselt teavitada lähedal olevat täiskasvanut.

### ELANIKE HÄDAOLUKORRAKS VALMISOLEK

### **Hädaolukorrad**

- Oskab kirjeldada, millise ilmaga võib õues ohtlik olla ja miks.

### **Käitumine hädaolukorras**

- Teab, et kui ise või keegi teine on sattunud ohtu, tuleb sellest kohe teavitada täiskasvanut.

### **Hädaolukordadega tegelevad inimesed, asutused**

- Oskab nimetada, millist tööd teevad/millal tulevad appi päästjad, politseinikud ja kiirabi töötajad.

### **Informatsiooni otsimine ja mõistmine**

- Teab, et lisa informatsiooni ilma ja sobivalt riietumise kohta õue minekuks tuleb küsida täiskasvanult.

## **Liikluse alateema õpitulemused**

1. **Laps/õpilane põhjendab turvalisust ja ohutust suurendavate vahendite (turvavöö, kiiver, peatugi ja helkur, käe- ja põlvekaitsmed) vajalikkust ja kasutab neid igapäevases tegevuses erinevates liikluskeskkondades.**

### **Turvavöö**

- teab, et lapsed peavad autos kasutama turvatooli;
- kasutab autos sõites turvatooli;

### **Enda nähtavaks tegemine (sh helkuri kasutamine)**

- teab, et helkuri kandmine aitab pimedal ajal end autojuhile nähtavaks teha;
- jälgib täiskasvanu suunamisel helkuri olemasolu endal ja teistel;

### **Kiiver**

- teab, et kiiver on oluline kaitsevahend rattaga sõitmisel;
- oskab kiivrit endale pähe panna;

2. **Laps/õpilane jälgib ja analüüsib enda ning kaaslaste käitumist ohutuse seisukohast, eristab ohtlikku liikluskäitumist (sh tegelemine kõrvaliste tegevustega) ohutust liikluskäitumisest, ning peab ohutut käitumist oluliseks**

### **Käitumise jälgimine ja analüüsimine**

- vaatleb õpetaja juhendamisel teiste käitumist liikluses

### **Ohutu ja ohtliku käitumise eristamine**

- eristab õiget käitumist vales jalakäija ja kaasreisija näitel
- kirjeldab võimalikke ohte liikluses oma liikumisviisist tulenevalt, sh oma koduteel (lasteaia ja kodu vahel)

### **Sekkumine**

- Teab hädaabinumbrit 112

### **3. Laps/õpilane käitub ohutult arvestades kaasliiklejate ja ilmastikutingimustega/keskkonnast tulenevate ohtudega, vajadusel sekkub teiste ohutuse tagamiseks**

### **Keskkonna mõju**

- kirjeldab võimalikke ohte jalakäijana erinevatel aastaaegadel;
- teab jalakäija jaoks ohutuid teeületuse kohti erinevates liikluskeskkondades;

### **Liikluskeskkondade hindamine**

- kirjeldab enda asukohta (ümbritseva suhtes);
- orienteerub lasteaia õuealal;
- valib jalakäijana tee ületamiseks ohutu koha;
- väärtustab viisakust liikluskeskkonnas (liikluse „tere“ – pilkkontakt).

### **4. Laps/õpilane tunneb liiklusreegleid ja –märke oma erinevatest liikleja rollidest lähtudes ning järgib liiklusreegleid erinevates liikluskeskkondades**

### **Liiklusreeglite tundmine**

- teab oma rühma ja lasteaia õueala reegleid, sh teab kuidas ohutult jalgrattaga lasteaia õuealal sõita;
- teab, kuidas jalakäijana ohutult liigelda, sh lastegrupis;

### **Liiklusreeglite järgimine**

- järgib rühmas ja lasteaia õuealal kokkulepitud reegleid, sh jalgrattaga sõitmise osas;
- järgib lastegrupis tänaval liigeldes kokkulepitud reegleid.

### **5. Laps/õpilane on teadlik enda ja oma pere liiklemise harjumustest, eesti ja erinevate riikide liikluskultuuri olemusest ja liiklusohutuse tasemest**

### **Liikluskultuur**

- kirjeldab enda ja oma pere liikumisviise.

## **Hädaabinumbri 112 kasutamise alateema õpitulemused**

### **Teadmised**

- saab aru, millest koosneb aadress;
- nimetab hädaabinumbri;
- nimetab, kes tuleb kohale hädaabinumbrile helistades;
- saab lihtsustatult aru, millistes olukordades tuleb helistada hädaabinumbrile (kui on vaja kiirabi, päästjate või politsei abi);

### **Oskused/käitumine**

- oskab öelda oma kodust aadressi;
- oskab hädaabinumbrile helistades öelda oma koduse aadressi;
- oskab valida hädaabinumbrit ja vastata ausalt Häirekeskuse töötaja küsimustele;

#### **Väärtustamine**

- mõistab, et häirekeskuse töötajad tegelevad vajaliku abi õnnetuskohta saatmisega;
- teab, miks on abi saatmisel oluline (õige) aadressi ütlemine ja küsimustele aus (mida näeb või teab) vastamine.

### **Turvalisuse alateema õpitulemused**

#### **Dokumendikohustus**

- selgitab oma sõnadega, mis on dokument ja milleks dokumenti vaja läheb;

#### **Digiturvalisus**

- teab, mida tohib ja mida ei tohi nutiseadmega teha (nt tasuliste teenuste kasutamine, mängude allalaadimine, võõrale numbrile vastamine, linkide avamine), vajadusel pöördub abi saamiseks täiskasvanud poole;
- teab, kuidas oma nutiseadet kaitsta (ei anna seda võõrale, kasutab parooli või sõrmejälge);
- teeb vahet digitaalsel (nt mängud) või väljamõeldud maailmal (nt filmid) ja päriselul;
- kasutab nutiseadmeid enda tervist kahjustamata;

#### **Varavastaste kuritegude ennetamine/vara kaitsmine**

- saab aru oma – võõras – ühine tähendusest;
- selgitab, mis on varastamine;
- kirjeldab, milline on usaldusväärne sõber;
- mõistab, et teiste asju ei tohi ise võtta, selleks peab luba küsima;
- saab aru, et asju ei tohi tahtlikult lõhkuda;
- teab, et võõraid inimesi ei tohi koju lasta;

#### **Vägivallaennetus**

- selgitab oma sõnadega, kuidas luua ja hoida suhteid ja lahendada eriarvamusi;
- oskab teistega arvestada, abi küsida ja anda;
- teeb vahet hea ja halva käitumise vahel, teab, et löömine ei ole lubatud, selgitab oma seisukohti sõnadega;
- mõistab, et inimesed võivad olla erinevad, sh erinevad välimuselt, käitumiselt, ka rahvuselt ja rassilt;
- järgib kokkulepituid reegleid.

#### **Tagasi sisukorda**