

# AJALEHED



Teema: Füüsiline aktiivsus ja vormisolek



**Võtmesõnad:** soojendus, ebatavaline kõndimine, hüppamine, tagaajamine, jooksmine

**Mida on vaja:** vanad ajalehed

**Umbkaudne aeg: 10 - 15 minutit**

**Meetodid:** mäng, selgitamine, arutelu

**Tegevuse kirjeldus:**

Võimalikud eesmärgid: Füüsilise tegevuse harrastamine ebatavalisel viisil  
Laste füüsilise jõu tugevdamine

Tegevus:

Tegevuse eesmärk:

Liigutuste tähelepanelik tegemine õpetaja antud juhiste järgi.

Taustainfo:

Võimlemine võib lastele tihti tüütu ja igav tunduda. Mängude ja ebatavaliste tegevuste kasutamine võib lapsi motiveerida rohkematest aktiivsetest tegevustest osa võtma.

Tegevuse tutvustus:

Lapsed, kas te teate, mis mul käes on? Milleks ajalehti kasutatakse? Mille jaoks sina neid kodus kasutad?

Tegevuse käigus:

1) Soojendus ajalehtedega:

Lapsed jagatakse paaridesse, näoga üksteise poole. Üks laps vormib ja kortsutab vana ajalehte, teine laps peab selle liikumist imiteerima - tema kehast saab ajaleht, mida partner voldib, pigistab jne.

## 2) Tegevused ajalehtedega:

- Voldi ajalehed ümber oma parema/vasaku käe. Seejärel püüavad lapsed ajalehega kõndida või joosta, otse edasi või erinevatesse suundadesse.

- Ajalehed pannakse pähe, rinnale või ümber vöökohta ja lapsed jooksevad/sörgivad nii, et ajaleht maha ei kukuks.

- Ajalehed pannakse maha ja lapsed peavad neist üle astuma, et otse edasi liikuda. Lehed võivad olla reas või igale poole segamini paigutatud ja lapsed peavad nendest üle astuma või ainult nende peal kõndima, nende ümber jooksma jne.

- Iga laps saab ajalehe ja proovib sellega liikuda:

- a) Vedades ajalehte ainult oma jalgadega hoides
- b) Vedades ajalehte peopesadel hoides ja kükitades
- c) Vedades ajalehti nii käte kui ka jalgadega

### *Võimalikud hindamisküsimused lastele:*

Mida muud me veel ajalehti kasutades teha/mängida saame? Milline tegevus meeldis teile kõige rohkem ja miks?

### **Seosed õppekavaga:**

Liikumine ja elujõud

**Allikad:** Vii mind õue

**Märgib:**

.....

.....

.....

.....

