

# Sipsiku Kuukiri

## Liiklusvankri liiklushommikud metsas



Tallinna  
Lasteaed Sipsik

Jaauar 2022

Nr 135

Sipsiku väikeste filosoofide mõtteterad:

5-AASTANE AMANDA  
ÕPETAJALE: „MA EI TAHA, ET SA ÜTLED MULLE KULLAKENE. MA OLEN AMANDA.“

ÕPETAJA: „KUIDAS PEAKSIN SIND SIIS KUTSUMA, KUI TAHAN SEDA ERILISEL VIISIL TEHA?“

AMANDA: „NOH, ÜTLE SIIS LIHTSALT TIBUKE.“

5-AASTANE SIMONA KÜKITAB KAPI EES, KUS ON KUNSTIVAHENDID. NATUKESE AJA PÄRAST ÜTLEB TA ÕPETAJALE: „LIISA, MA TUNNEN SIIT KUNSTILÕHNA.“

TOM JA AXEL ARUTAVAD LEGODEGA MÄNGIDES, KAS 5-AASTANE ON JUBA SUUR. AXEL ÜTLEB, ET TAL VÕTAB KAKS NÄDALAT AEGA JA ÜSKÕIK KUI VANA TA SIIS ON, IGATAHES ON TA SIIS JUBA SUUR.

Tallina terviseeteema aastast ja programmi Roheline kool Transpordi teemast lähtuvalt korraldasime jaanuarikuu ilusatel lumistel talvehommikutel väikestele Sipsikutele liiklushommikud kelgutamisega Harku metsas. Kohale jõudmiseks laadisime bussi kolmel hommikul kahe rühmajaagu lapsi ja kelgud ning sõit kesklinna südamest Süda tänavalt metsa võiski alata. Linna äärses metsas tervitasid lapsi hunt ja põrsake, kes tutvustasid lastele liiklusteemalise näidendi „Põrsake õpetab hundile liiklust“ kaudu liiklusmärke, ülekäigurada ehk sebra ja valgusfoori.

Lapsed said teada või kordasid üle, kes on autojuht, kes jalakäija, millised on ohud talvisel tänaval, kuidas seal ohutult liigelda ja kuidas ohutult talverõõme nautida. Lähimänguga Liiklusvankri õppevahendi toel harjutasime õiget liikluskäitumist tänaval ja sõidutee ületamist, kordasime üle fooritulede tähendused ja ohutu kelgutamise kokkulepped. Teooria saime koheselt rakendada praktikasse kelgumäel. Lapsed olid kelgumäel teistega arvestavad, liikusid mäel selleks ette nähtud rada pidi ning lõbus lumetrall jäi meile meelde särava ja meeleolukana.

Üks 7-aastane Tähesipsik arvas: „Sellel näidendil oli väga hea mõte.“

Õppealajuhataja Ene



## Tervislike maitsete kuu lasteaias Sipsik

Jaauar on Tallinna **tervise teema-aastast** lähtuvalt tervisliku toitumise kuu, mille fookuses on tervislik ja tasakaalustatud toitumine.

Tervisliku toitumise kuu jooksul pöörasime lasteaias enam tähelepanu tasakaalustatud ja mitmekesisele toitumisele läbi erinevate tegevuste ning püüdsime leida vastust küsimusele, kas meie toidulaud on mitmekesine? Selleks, et meie tervislikud mõtted teoks saaksid, algatasime lasteaias kolm nädalat kestva projekti "Tervislike maitsete kuu Tallinna lasteaias Sipsik".

Projekti tegevuste eesmärgiks on lastele tervislike toitumisvalikutega seotud teadmiste jagamine ja tervislikust toorainest erinevate toitade valmistamise võimaluste tutvustamine. Projekti raames tutvusid lapsed erineva köögitehnika ja toidu valmistamise võimalustega. Rühmades valmistasid lapsed õpetajate suunamisel erinevaid tervislikke toite ning pakkusid tehtut degusteerimiseks ka teiste rühmade lastele. Projekti alustasime sellest, et uurisime igalt lapselt, mida põnevat sooviksid nemad tervislike maitsete kuu jooksul valmistada. Nimekirjas olid toredad maitseid ja ideed: smuuti, jäätisekokteil, omamoodi kook, supp, pannkook, piparkoogid, kanasupp, pirukad jne.

Kolme nädala vältel tehti tutvust ning seati rühmades töökorda mikser, mahlapress, blender,



puuviljakuivati ja ahi. Nendega valmistatud ja enda tehtud mahlad, salatid, kastmed, smuutid, puuviljarullid ja porgandikoogid maitsesid kõigile imehästi. Selgusid ka laste lemmikud: apelsini- ja õunamahl, maasikasmuuti, kapsa-kurgi salat, pähkli-datli kommid, smuuti-jäätis, avokaado kaste ja kakaoglasuuriga porgandikook. Kokkuvõtvalt võib öelda, et erinevate tervislike vahetelade ja hõrgutiste valmistamine rühmas pakkus lastele suurt elevust ja rõõmu. Kindlasti jätkame uute maitsete avastamisega ja ise söökide/jookide valmistamisega. Eks see ole ikka nii, et kõik enda tehtu maitseb paremini!



Lastes ettevõtlikkuse arendamiseks ja ka esinemiskogemuse saamiseks esitlesid lapsed enda valmistatud toitu ka teistele rühmadele.

Kuigi Tervislike maitsete kuu sai jaanuariga läbi on laste soovitud toitudest veel paljud valmistamata. Neid soovinimekirjas olevaid toite plaanime järjest üheskoos valmistada ja süüa. Seame endale eesmärgiks vähemalt kord nädalas ühiselt midagi valmistada ehk läbi viia kokkamise kolmapäevad.

Projekti tulemusel on läbi erinevate tegevuste ja kogemusliku õppimise suurenenud laste terviseteadlikkus, kinnistunud on laste teadmised tervislikest toidu – ja tegevusvalikutest. Ka on lastele loodud degusteerimisklassi praktiseerida toiminguid, mis on seotud erinevate

vahenditega võimalus koos õpetajatega toiduvalmistamise võimalustega.



Projekt viidi ellu PRIA koolikava kaasnevate haridusmeetmete toetuse toel.

## Rõõmusipsikute põnevad tegemised

Uut aastat alustasime heade soovide jagamisega üksteisele. Täna sime meie rühma jõulupuud ja saatsime ta õue lumist talveilma nautima.

Jaanu ar oli tervislike maitsete kuu meie lasteaia s. Nii, et ees ootas palju huvitavat ja maitsvat.

Üheskoos valmistasime smuutit, tervislikku salatit ning kuivatasime puuvilju, lisaks tutvusime



taldrikureeglita ja toidupüramiidiga. Iga laps sai meisterdada endale tervisliku taldriku arvestades taldrikureeglit. Pidasime ka plaani suure mahulise toidupüramiidi meisterdamiseks.

Rõõmusipsikud uurisid ka 5 meelt ja seda, milleks need 5 meelt meie vajalikud on.

Ja nii nagu eelmistel kuudel, käisime Tähemaal, et korrata juba tuttavaid tähti, mida olime varem

õppinud. Kujutasime tähti mannale ja värskelt sadanud lumele. Otsisime tuttavaid tähti Bee-Botiga.

Käisime ka Arvumaal. Vurasime ringi Arvumaa rongiga ja lisasime rongile kaks uut vagunit. Üheksa ja kümne vaguni. Iga Rõõmusipsik ehitas Arvulinna maja, mille ehitamisel võis ta kasutada kümmet klotsi. Lapsed aetasid numbrid Arvumaa rongi vagunitesse ja koos sõideti uurima rühmakaaslaste ehitatud maju.

Jaanu arikuusse jäi ka üks eriti tore päev Harku metsas, kus Põrsas ja Hunt õpetasid meile liiklust ja kus sai isupärast kelgutada ning laugest mäest koos sõpradega alla lasta.

Kelgutamine Harku metsas tõi toredat vaheldust igapäevastele talverõõmudele lasteaia õuealal.

Jaanu ar pakkus meile huvitavaid tegevusi nii toas kui õues.

Õpetajad Leila ja Siiri

## Mängusipsikute põnevad tegemised

Mängusipsikute jaanu arikuu fookuses oli tervis ja tervislik toitumine. Arutasime lastega, mida nemad kodus söövad ja mida peaks rohkem ning vähem sööma. Katsetasime ise erinevate toitute tegemist ja harjutasime lapsi uusi maitseid proovima.

Lastele väga meeldis kokkamine ja nad tahtsid osaleda igas sellega seonduvas protsessis. Proovisime teha erinevaid smuutisid, mahlu, kooki ja dipikastet. Mängusipsikud olid tõesti väga tublid ja üllatasid õpetajaid oma oskustega.

Lapsed valisid tervisepüramiidist endale meelepärased toiduaineid ja kujundasid oma valiku erinevaid materjale kasutades papp-taldrikule. Arutasime lastega, et tervislik eluviis tähendab liikumist, puhkamist ja



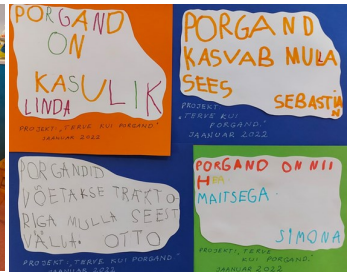
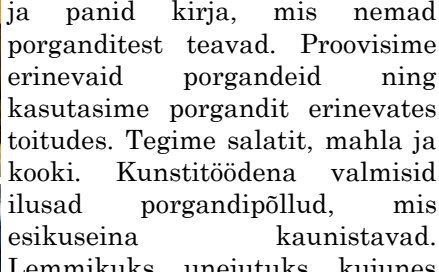
vee tarbimist. Vaatasime munamikroskoobiga porgandi pinda ja jätkame toidu uurimisega veel uuel kuulgi.

Õpetajad Keith ja Joanna-Eliisa



## Südamesipsikute põnevad tegemised

Uus aasta algas Südamesipsikute rühmas sünnipäevade tähistamisega ja kaartide joonistamisega. Iga Südamesipsik sai endale personaalse pliiaitsitopsi, millele tuli meisterdada nimesilt. Topsis olevad pliiaitsid, liimid, käärid, joonlauad on varustatud nimedega ja nii on lihtsam hoida korda enda töövahenditega. Alustasime projektiga „Terve kui porgand!“ . Lapsed jutustasid ja panid kirja, mis nemad porganditest teavad. Proovisime erinevaid porgandeid ning kasutasime porgandit erinevates toitudes. Tegime salatit, mahla ja kooki. Kunstitöödena valmisid ilusad porgandipõllud, mis esikuseina kaunistavad. Lemmikuks unejutuks kujunes Kätlin Vainola lühijutt „Porgandid hädaohus“. Seda soovivad Südamesipsikud siiani kuulata peaaegu iga päev. Jõudsime idandusnõusse panna ka mungoa idud. Saime jälgida nende valmimist ja maitsta neid. Elevust igapäevaellu tõi kelgumatkalt tagasi tulles lasteaiia värava ees lumiste teeoludega võitlev pakirobot. Aasta esimene kuu algas teguderohkelt, vaatame, mis sõbrakuu meile toob.



Õpetajad Anne ja Liisa

## Päikesesipsikute põnevad tegemised

19. jaanuaril käisid Päikesesipsikud koos Rõõmusipsikutega Harku metsas kelgutamas. Seda päeva olid Päikesesipsikud pikisilmi oodanud. Õhin oli suur ning juba eelnevalt uurisid lapsed pidevalt, et millal küll nemad saavad kelgutama minna. Kuna olime kelgutamisest nii põnevil, siis tuli juttu ka sellest, et kelgumägi asub metsas ja teadagi elavad ju metsas loomad. Tekkisid küsimused, mida loomad söövad ja kuidas nad talvel söövad, kui lumi on maas.

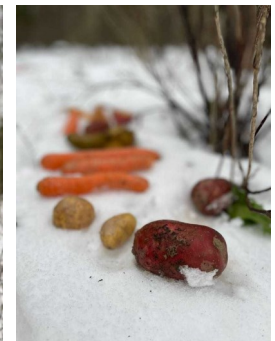


Vaatasime pilte ja arutlesime, milliseid metsloomi me tunneme ja millised on nende käpajäljed ja mida nad siis ikkagi õigupoolest söövad. Uurisime välja, et metsloomad söövad kõike, mis kasvab looduses. Armsate vanemate abiga saimegi kokku rikkaliku toidukoti. Kelgumäele minnes leidsime palju erinevaid jälgi ja isegi pabulad, mis meenutasid meile väikseid "avokaadosid". Kui meie pikad ja kiired liud said tehtud, oligi aeg loomadele laud katta. Päikesesipsikud teavad, et lisatoitu lumerohkel talvel pannakse metsloomadele küll söötmiskohtadesse, aga julgelt võib panna ka sinna, kus on loomajälgi. Toidukraami oli niivõrd palju, aga õnneks olid selle metsa alla paigutamise Rõõmusipsikud



meile abiks! Iga toidupala juurde soovis laps loomadele ka ühe hea soovi nagu näiteks : "Head isu!" või " Ma sooviksin, et sul ei oleks külm!".

Õpetajad Keidy ja Renate



## Tähesipsikute põnevad tegemised

11. jaanuaril algas Tähesipsikute uus projekt „Jää aeg talve võlumaal“. Uurisime, missugune on talv, mis on jää ja kuidas see tekib. Vaatlesime vahelduvat talveilma ja tegime katseid veega. Uurisime, kuidas guaššvärvidega värvitud vesi topsis õuetemperatuuril miinuskraadide juures jäätub. Samuti kuidas sulailmaga plusskraadidega taas veeks muutub. Arutlesime, missugused loomad ja linnud külmakraadidega eluks kohastunud on. Põnev oli teada saada hüljeste, jääkarude ja pingviinide elu kohta. Osooni saadet vaadates saime hülgeuurijatelt teada, et Läänemeres elavaid hallhülgeid ja nende elukeskkonda - mere puhtust - tuleb hoida. Arutasime üheskoos, mis neid ohustab ja kuidas neid kaitsta saame. Maalisime elusuuruses hülge ja meisterdasime talle elukeskkonnaks merevee ja jää mullikilest, vahtplastist, vatiinist ja sulgedest. Samuti otsisime Ozobotte`ide abil üles pingviinide, hüljeste ja jääkarude toidud. Tegime näomaalinguid ja kehastusime ise hüljesteks, pingviinideks ja jääkarudeks.



Käisime kogu rühmaga Tallinna Loomaaias. Seal vaatlesime erinevaid Põhja- ja Lõunamaa loomi, lugesime siltidelt nende käitumise ja harjumuste kohta. Hiljem panime oma teadmised proovile rühmas töölehti täites. Uurisime hülge kehaosasid ja proovisime neid ise kirjutada. Samuti proovisime luubi abil vaadata loomade nahka ja karvkatete näidiste pilte ning ära arvata, missugusele loomadele need kuuluvad.



12.jaanuaril külastasime Estonia Rahvusooperi balleti etendust „Pähklipureja“ ja teatri kohvikut. Iga laps tellis iseseivalt endale kooki ja mahla oma taskuraha eest. Etenduse vaheajal uudistasime „orkestri augus“ olevaid muusikariistu.

Veel osalesime Harku metsa liiklushommikul ja kelgutamisel. Ehitasime lumest Sipsiku skulptuuri ja osalesime lumekujude konkursil.

Tegime tervislikke toite ja jooke lasteaias ühisprojekti „Tervislike maitsete kuu“ raames Päikesesipsiku lastele. Kellele pakkusime isevalmistatud smuutisid ja smuuti-jäätiseid, kuivatatud puu- ja juurvilja näkse ning toorse gumahlasid. Degusteerisime nende valmistatud maiustusi.

Korraldasime laste koosoleku programmi „Kiusamisest vabaks“ raames. Mängisime peeglimängu ja õppisime mh viipekeeles üksteisega suhtlema ning tegime kokkuleppe üksteisele häid ja ilusaid sõnu öelda.

Kohtusime AS Tallinna Vesi eksperdiga, kes näitas meile pilte veeringlusest ja rääkis vee säästlikust kasutamisest. Arutasime üheskoos, miks peab vett säästma ja puhtana hoidma. Vaatasime ka katset vee ja paberiga.

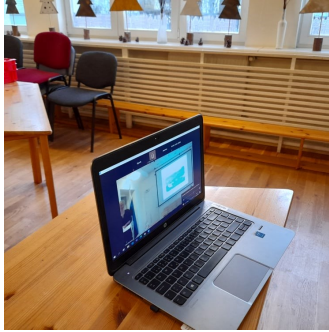
Lapsi juhendasid õpetajad: Marielle, Ulvi ja Kristi.

Teksti autor: õpetaja Ulvi



## Mida saad ära teha sina, et säästa vett?

25. jaanuaril toimus lasteaias Sipsik veeteema raames kohtumine AS-i Tallinna Vesi eksperdiga, kes tuli



lastele rääkima seostest vee, looduse ja inimese vahel. Vestlusringis räägiti, mis on looduslik veeringe, kust tuleb kraanivesi ning mis saab hiljem kasutatud veest. Lastega arutleti vee säästliku tarbimise ja ka ummistuste teemal. Tegime katseid veega ja vaatasime videot „Kuhu lähed Tilgu?“. Lastele, kes

lasteaias koha-  
peal ei  
saanud  
vestlus-



ringis osaleda, pakkusime võimaluse osaleda Zoomis.

## Suurte Sipsikute maitseelamused

Kuna jaanuar on Tallinna **tervise teema-aastast** lähtuvalt tervisliku toitumise kuu ja lasteaias Sipsik sai alguse Maitsete projekt, mille fookuses on tervislik ja tasakaalustatud toitumine, pakkusid põnevaid maitseelamusi lisaks lastele üksteisele ka lasteaiataajad. Tervisliku toitumise kuu raames tegime õpetaja Eige juhendamisel kikerherne hummust ja õpetaja Keidy juhendamisel peedi-õuna-ingveri mahla.

### Kikerherne hummuse retsept

- 1 purk kikerherneid (400 g), kurnatud ja loputatud
- 1-2 sl värsket sidrunimahla
- 1-2 sl tahiinit ehk seesamiseemnepastat
- 1 küüslauguküüs, purustatud
- 2 sl oliiviõli
- ½ tl jahvatatud vürtsköömneid
- 30-45 ml vett, maitse järgi soola



### Valmistamine:

Töötle tahiinit ja sidrunimahla köögikombainis või saumikseriga umbes minut aega. Lisa oliiviõli, purustatud küüslauk, köömned ja ½ tl soola. Töötle minuti jooksul või kuni segu on ühtlane. Lisa segule pooled kikerhernestest ja töötle minut aega. Lisa ülejäänud kikerherned ja töötle, kuni segu on kreemjas, 1-2 minutit. Lisa 30-45 ml vett, kuni hummus on mõnusa konsistentsiga. Lisa maitse järgi soola.



### Peedi-õuna-ingveri mahla koostisosad:

- 2 keskmise suurusega toorest peeti
- 6 õuna
- 2.5 cm värsket inverijuurt

### Valmistamine:

Hõõru punapeet, õunad ja ingver puhtaks ja lõika mahlapressi jaoks parajateks tükkideks. Esmalt püreeri punapeet, siis ingver ja viimasena



õunad, mis aitavad mahlapressi punapeedist puhastada. Soovi korral lahjenda mahla külma veega.



## Õnnitleme!

1. jaanuar - Eleriin

13. jaanuar - Merle



## Hea sõna ja tänu ...

... Carmenile projekti „Tervislike maitsete kuu Tallinna lasteaias Sipsik“ taotluse koostamise ja esitamise;  
 ... kõikidele rühmadele projekti „Tervislike maitsete kuu“ eduka läbiviimise;  
 ... Marellele liiklushommiku õnnestumisele kaasa aitamise;  
 ... kõikidele tublidele asendajatele haigusperioodil omapoolse panustamise ja kohalolemise eest!