

Kiusamisest vabaks!

Free of Bullying



SÕBER KARU JA MUUSIKA

Muusikapäev kutsub märkama muusika rolli ja olulisust meie igapäevaelus. Rahvusvahelist muusikapäeva tähistatakse üle maailma 1. oktoobril ning see algatati 1975. aastal. Muusika ja „Kiusamisest vabaks!” programmi vahel saab luua väga loomuliku seose. Rütmika- ja muusikategevused on ka oluline osa programmi metoodilistes kohvrites pakutavas materjalivalikus ning aitavad programmi põhiväärtusi -sallivust, hoolivust, austust ja julgust lastele nähtavamaks teha.

Programmi „Kiusamisest vabaks!” muusikaraamat ja helisalvestised

Tuletame meelde, et programmil „Kiusamisest vabaks!” on ka oma 1. kooliastmele mõeldud muusikaraamat „Igaüks on isemoodi”. Muusikaraamatu ning helisalvestistega saab tutvuda siin. Raamatu ning helisalvestiste allalaadimiseks tuleb keskkonda sisse logida.

Laulikus olevad laulud võimaldavad käsitleda mitmesuguseid olulisi teemasid:

- Aita hädasolijat, ole hooliv (“Mina aitan”, „Sipelgas ja siilike“, “Metsarahva talvepäev”).
- Jonnimine ja kiusamine on inetu (“Kiusu-Juku”).
- Üksteise mõistmine hoolimata erinevustest (“Igaüks on isemoodi”).
- Oska märgata looduses toimuvat (“Merel ja maal“, “Imeline loodus”).
- Sõpradega koos on tore (“Noodimunasupp”).



Klassis ühiselt kokkuleppeid kujundades ning märgates ja tunnustades hetki, mil väärtused meie sõnades ja tegudes väljenduvad, kinnistame arusaama, et hooliv, austav, salliv ja julge käitumine on meie grupis väärtustatud ja loomulik osa.

Programmi „Kiusamisest vabaks!” täidetav väärtuste plakat

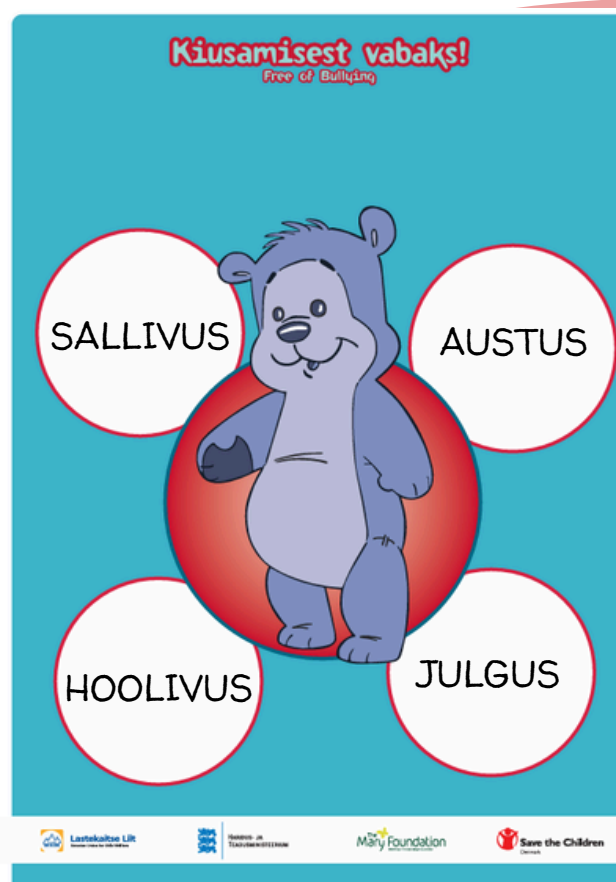
Soovitame ikka ja jälle kasutada programmi „Kiusamisest vabaks!” täidetavat väärtuste plakatit, et lisada sinna oma mõtteid. Mõelge üheskoos kuidas muusika, laulmine, pillimäng või ühine musitseerimine aitavad arendada programmi väärtusi. Kirjutage plakatile võimalikult konkreetsed ja käega katsutavad näited oma kogemustest või võimalikest olukordadest. Mõelge, millal on muusikas või musitseerides olnud esil hoolivus, sallivus, julgus või austus. Mida inimesed sellises olukorras tegid või ütlesid? Kuidas see väärtus tegudes väljendus?



Kuulame ja aktsepteerime ka sellist muusikat, mis meile endale ei meeldi.



Toetame kaaslast, kes ei julge üksi laulda, ja laulame koos temaga.



Kuulame tähelepanelikult, kui keegi teine esineb.



Astume teiste ette ja proovime laulda või pilli mängida, isegi kui natuke kardame eksida.



Väärtuste helid

Selle tegevuse eesmärk on tutvustada ja kinnistada „Kiusamisest vabaks!” nelja põhiväärtust – sallivust, austust, hoolivust ja julgust – muusika ja rütmi kaudu. Alguses tutvustab õpetaja lastele väärtusi ja nende tähendust. Seejärel harjutatakse koos, milline heli või rütm millise väärtusega kokku kuulub. Näiteks: sallivus on plaksutus, austus on sõrmenips, hoolivus on kätega õrn põlverühtm, julgus on tugev jalasamm. Muidugi võib ka väärtused asendada hoopis olemasolevate pillidega (marakad, kuljused, kõlapulgad jne). Õpetaja näitab silti, kus on kirjas väärtuse nimetus ja õpilased teevad sellele vastava heli. Seejärel võib luua ühise „heade kaaslaste orkestri”.



Lastekaitse Liit
Estonian Union for Child Welfare



HARIDUS- JA
TEADUSMINISTEERIUM

The
Mary Foundation
HM Queen Mary's Foundation



Save the Children

Kiusamisest vabaks!

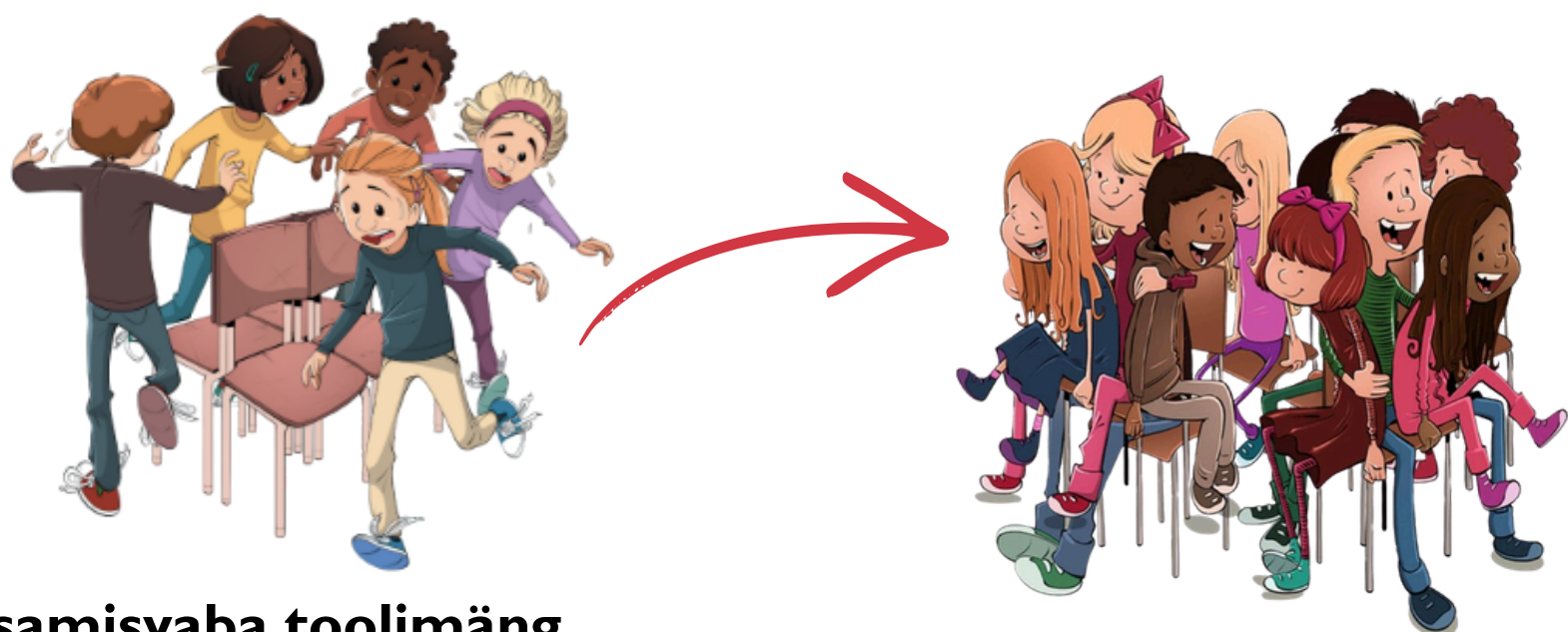
Free of Bullying

Meie klassi sõpruse playlist

Iga õpilane pakub ühe laulu, mis tema arvates tekitab hea, sõbraliku või rõõmsa tunde. Koos luuakse klassi muusikapäeva esitusloendi. Iga õpilane võib selgitada, miks just see laul talle meeldib. Oluline on kuulata teiste valikuid ja aktsepteerida erinevaid muusikamaitseid. Järgnevad kolm harjutust programmi “Tegevuste raamatust” on head võimalused klassi loodud esitusloendi kasutamiseks.

Tantsuring

Tegevus on leitav programmi raamatust “Tegevuste raamat” lk 29. Õpilased seisavad ringis ja õpilase loodud esitusloend pannakse mängima. Õpilased ning täiskasvanu astuvad kordamööda ringi keskele ja näitavad ette tantsuliigutuse, mida teised peavad kordama. Täiskasvanu kontrollib, et iga õpilane saaks ringis viibida vähemalt 15 sekundit. Kui mõni neist on kartlikum, võib ta kutsuda kellegi endaga koos ringi keskele seisma.



Kiusamisvaba toolimäng



Programmi „Kiusamisest vabaks!“ mängudest on eemaldatud konkurents- ja võistluselemendid, et **teha rohkem ruumi koostööle ja ühtekuuluvustundele**. Heaks näiteks on tuntud toolimäng, millele on programmi materjalides antud hoopis teistsugune sisu ja reeglid. Nii muutub muidu võistluslik mäng lõbusaks ja ühendavaks koostööelamuseks.

Tegevus on leitav programmi raamatust “Tegevuste raamat” lk 29. Õpilased võtavad ringi, ringi keskel on mängijate arvuga vastav arv toole. Õpilaste esitusloeng pannakse mängima ja õpilased liiguvad muusika saatel ringis ümber toolide. Kui muusika katkeb, peavad kõik õpilased omale istekohta leidma. Iga muusika katkestuse järel võetakse üks tool vähemaks. Mängijad mängust välja ei lähe vaid eesmärk on aidata kaaslasel istekoht leida, kas nt tooli jagades või teist süle võttes.

Pörkeautod

Tegevus on leitav programmi raamatust “Tegevuste raamat” lk 43. Kõik leiavad endale rooli (nt rõnga, palli vms) ja panevad ennast pörkeautode platsil valmis. Kui muusika algab, hakatakse üksteise ümber liikuma, hoides rooli väljasirutatud kätega enda ees. Teise vastutuleva pörkeauto juhiga luuakse silmside ja lepitakse noogutuse või pearaputusega kokku, kas pörgata teineteise vastu või mitte. Kui mõlemad on noogutades nõus, pörkavad nad kokku ja ütlevad: „Põmm!“. Kui üks õpilastest või mõlemad raputavad pead, tähendab see kokkupõrkamisest keeldumist ja kumbki õpilane sõidab edasi. Omavahel võib kokku pörgata vaid juhul, kui mõlemad on sellega nõus. Kui teine õpilane ei taha kokku pörgata, tuleb tema soovi austada. Kui muusika peatub, tähendab see uut korraldust: näiteks seda, et tüdrukud pörkavad üksnes poiste ja poisid üksnes tüdrukute vastu; kokku võib pörgata ainult selgadega; enne kokkupõrget peab üksteise ümber mõned tiirud sõitma jne. Lõpuks saab sõit läbi. Kõik panevad oma roolid maha ja leiavad endale uue pörkeauto.

Sõber Karu muusikaline teekond

Sõber Karu „rändab“ muusika saatel õpilaselt õpilasele. Kui muusika peatub, ütleb õpilane, kelle juurde sattus Sõber Karu: „**Hea kaaslane on see, kes...**“ (kuulab; aitab; kutsub mängima; julgeb sõbra eest välja astuda jne).



Muusika ja laulmine kõnetavad emotsioone. Kooslaulmine on erakordselt võimas vahend usalduse, ustavuse ja ühtekuuluvustunde loomiseks. Seega aitab muusika võlujõud oluliselt parandada sotsiaalset keskkonda ja on tähtis vahend kiusamisest vaba õhkkonna saavutamisel.

Brite Harsen



Lastekaitse Liit
Estonian Union for Child Welfare



HARIDUS- JA
TEADUSMINISTEERIUM

The
Mary Foundation
HM Queen Mary's Foundation



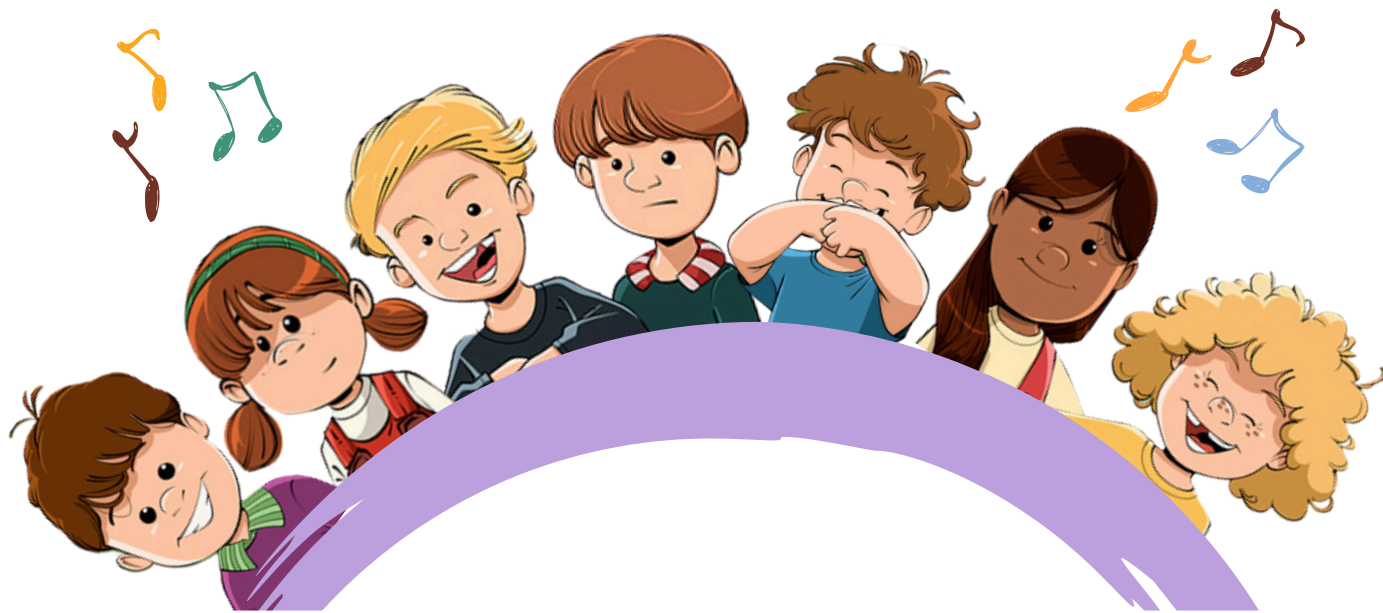
Save the Children

Kiusamisest vabaks!

Free of Bullying

Tundemäng

Õpilased istuvad ringis ja kuulavad erinevaid muusikapalasid, mis väljendavad erinevaid tundeid. Kui muusika mängib, paluge õpilastel oma näoilmetega näidata, mis emotsiooni muusika nendes tekitab. Pärast iga lugu arutage, mis tunded esile kerkisid ja miks. Mis muusikas pani nii tundma? Kas see oli tempo, helitugevus, rütm, pillid või meloodia? Oluline on rõhutada, et muusikale ei ole ainult ühte „õiget” tunnet – erinevad inimesed võivad sama pala kuulates kogeda erinevaid emotsioone ja nii on ka elus. Võimalus on kasutada ka programmi kohvris olevaid emotsioonide plakateid, ilmestamaks õpilastes tekkinud tundeid ja kirjeldamaks kuulnud muusikapalu. Näiteid erinevatest muusikapaladest, kus on tugevad emotsioonid: rõõm ja elevus: Pharrell Williams “Happy”; rahulikkus ja turvatunne: J. S. Bach “Air”; kurbus ja igatsus: Adele “Someone like you”; viha, jõud või pingestatus: Billie Eilish: “You should see me in a crown”.



„Rongisõit”

Õpilased istuvad üksteise lähedale maha, moodustades rongi. Õpilased kuulavad laulu „Rongisõit” ja kordavad õpetaja poolt ette näidatud liigutusi eesistuva õpilase seljale. Näiteks kuulates laulusõnu ”Rong see sõitis tsuh-tsuhtsuhtsuht, Piilupart oli rongijuht. Rattad tegid ra-ta-ta, ra-ta-ta ja ta-ta-ta..” joonistab õpetaja näpuga õhku suuri rattaid, mida õpilased peavad kaaslase seljale joonistama.

„Kiusamisest vabaks!” seljale joonistamine

„Kiusamisest vabaks!” tegevuste raamatus on kõik muusikaraamatu „Igaüks on isemoodi” laulutekstit olemas ka seljale joonistamise lugudena. Need leiab siit: [„Kiusamisest vabaks!” metoodiline kohver I kooliastmele](#). Raamatu allalaadimiseks tuleb keskkonda sisse logida.

„Neli aastaaega”

Õpilased kuulavad Vivaldi teost „Neli aastaaega” ning väljendavad kuuldut puudutuse kaudu. Ühe õpilase sõrm on justkui pliiats ja paarilise selg paber. Muusika kuulamise ajal joonistab üks õpilane sõrmega paarilise seljale seda, mida ta muusikas kuuleb ja tunnetab. Eesmärk on anda liigutuste abil edasi erinevate aastaaegade – kevade, suve, sügise ja talve – iseloomu, rütmi, meeleolu ja muutusi. Pärast kuulamist võib arutleda, milliseid tundeid muusika õpilastes tekitas ning kuidas neid seljale joonistades edasi anti.