

Anne Alenius & Leena Asmala

**MENETELMÄNÄ ELÄMYS PEDAGOGIIKKA- KOHTI PAREMPAA
KESKITTÄMISTÄ MOTORIIKAN AVULLA**

Sosiaalialan koulutusohjelma

2014

MENETELMÄNÄ ELÄMYSPEDAGOGIIKKA- KOHTI PAREMPAA KESKITTYMISTÄ MOTORIIKAN AVULLA

Alenius Anne & Asmala Leena
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialankoulutusohjelma
Marraskuu 2014
Ohjaaja: Rajaniemi Kari
Sivumäärä: 36
Liitteitä:0

Asiasanat: Motoriikka, keskittymiskyky, elämyspedagogiikka, liikunnan merkitys, kognitiiviset taidot

Opinnäytetyön tavoitteena oli saada kehitettyä lasten keskittymiskykyä ja parantaa erilaisia kognitiivisia taitoja, erilaisten motorikka harjoitusten avulla.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä Porilaisessa koulussa kerhon muodossa. Kerho kokoontui viisi kertaa ja siihen osallistui maksimissaan kymmenen ensimmäisen ja toisen luokan oppilaita. Oppilaat olivat koulun opettajien valitsemia.

Kerhokerrat koostuivat erilaisista teemoista ja harjoitteista jotka toteutettiin leikkien avulla. Jokaisella kerhokerralla oli muutamia leikkejä, joiden taustalla oli erilaisia merkityksiä ja tavoitteita, jotka auttaisivat lapsia keskittymään paremmin koulun arjessa.

TOWARDS BETTER CONCENTRATION WITH THE USE OF MOTOR SKILLS: EXPERIENTIAL PEDAGOGY AS METHODOLOGY

Alenius Anne & Asmala Leena
Satakunta university of applied sciences
Degree programme in social services
November 2014
Supervisor: Rajaniemi Kari
Number of pages: 36
Appendices:0

Key words: motor coordination, concentration, experiential pedagogy, significance of physical activity, cognitive skills

The objective of this thesis is to experiment the use of motor exercises in developing concentration and improving cognitive skills in children.

The thesis was implemented as practice-based thesis in a school in the city of Pori in the form of an after-school club. The club met five times with a maximum of ten first and second grade pupils (7–8-year-olds). The pupils were selected by the school's teachers.

Each club meeting had a different theme and made use of exercises implemented as play. The pupils played in certain ways that involved different meanings and objectives, which could help the children to enhance their concentration at school.

Sisällysluettelo

1 JOHDANTO	5
2 KERHON TAUSTALLA OLLEET MENETELMÄT	6
2.1 Elämypedagogiikka	6
2.2 Kognitiiviset taidot.....	8
2.3. Motorinen kehitys	10
2.4. Lapsen oppiminen	11
3 LIIKUNTA- KOKONAISSVALTAINEN KOKEMUS.....	14
4 KERHON KÄYNNISTYMINEN.....	15
4.1 Kerhon tavoitteet.....	15
4.2 Kerhon runko	15
5 TOTEUTUSKERRAT	17
5.1 Ensimmäinen kerta- johdatus kerhoon.....	17
5.2 Toinen kerta- Havainnointi	21
5.3 Kolmas kerta- Keskittymiskyky.....	24
5.4 Neljäs kerta- tasapaino	28
5.5. Viides kerta- Motoriikkarata	31
6 LOPPUPOHDINTA.....	34

1 JOHDANTO

Nykypäivänä koulujen ryhmäkoot ovat suuria ja tästä saattaa aiheutua ylimääräistä hälinää luokkatilanteissa. Kouluun tultaessa lapsille aukeaa aivan uusi maailma, suurin osa lapsista on jo harjoitellut taitoja kouluun menoa varten esikoulussa, mutta silti koulun aloittaminen on suuri muutos. Esimerkiksi päiväkodeissa leikkimiseen ja ulkoiluun on varattu paljon aikaa, jolloin lapsilla on mahdollisuus purkaa ylimääräistä energiaa, kun taas koulussa pitäisi pystyä istumaan ja keskittymään opetukseen. Päiväkodissa työntekijöitä on useampia, kun taas kouluissa on usein vain yksi aikuinen joten aikuisen aika yhtä lasta kohden pienenee.

Halusimme tehdä toiminnallisen opinnäytetyön, koska koimme sen olevan mielekkäämpää meille. Opinnäytetyön tuli kohdistua alle 9-vuotiaisiin lapsiin, jotta saisimme lastentarhanopettajan pätevyyden. Halusimme ottaa pienemmän ryhmän isosta ryhmästä, jolle voisimme tarjota jotakin sellaista, mitä isossa ryhmässä ei välttämättä pystytä tarjoamaan tai lapset eivät saa niin yksilökohtaista opastusta.

Otimme yhteyttä kouluun, jonka kanssa olemme tehneet onnistuneesti yhteistyötä aikaisemminkin. Juteltuamme heidän kanssaan heidän tarpeistaan ja meidän kiinnostuksen kohteistamme, löysimme molempia hyödyttävän aiheen. Rehtorin kanssa päädyimme siihen, ettemme kerro mihin kouluun opinnäytetyö on tehty, jotta lasten henkilöllisyyttä ei pysty päättelemään.

Opinnäytetyön päätavoite oli keskittymiskyvyn parantaminen, tähän pyrittiin myös ylimääräisen energian purkamisen avulla. Tavoitteena oli myös erilaisten kognitiivisten taitojen kehittäminen erilaisten harjoitusten avulla. Kerho kokoontui viisi kertaa kevään 2014 aikana. Yksi kerhokerta kesti kerrallaan 45 minuuttia. Kerhoon osallistui 10 lasta, vain parilla kertaa kaikki lapset olivat paikalla.

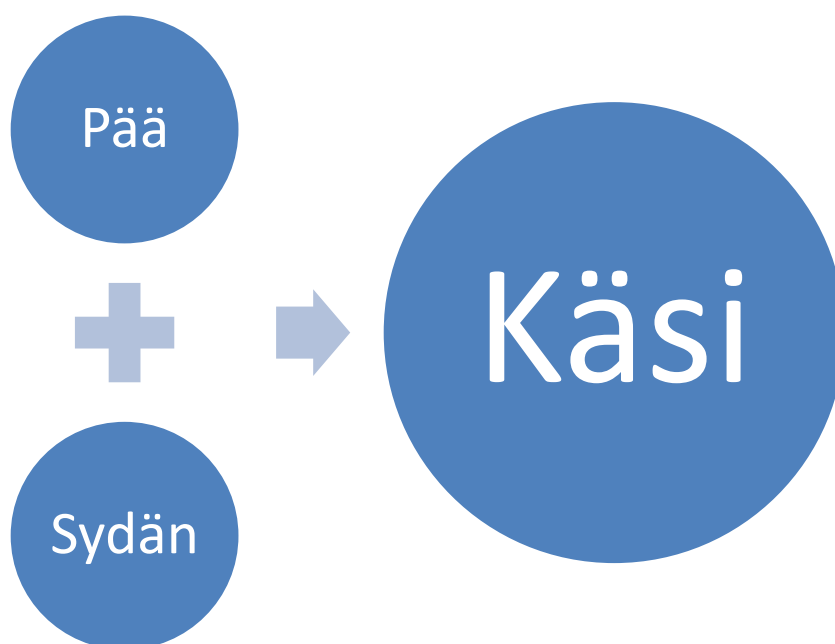
Opinnäytetyö raportissamme alussa kerromme toiminnan kannalta keskeiset menetelmät ja käsitteet. Kerromme myös kerhon käynnistysprosessista, ennen kuin siirymme kertomaan itse kerhokerroista. Lopussa pohdimme vielä kerhon onnistumista. Työssä olevat kaaviot olemme itse tehneet selventämään taustalla olevia teorioita. Kaaviot on luotu tekstin pohjalta selkeyttämään käsiteltävää asiaa.

2 KERHON TAUSTALLA OLLEET MENETELMÄT

Kerhomme päätavoitteena oli keskittymiskyvyn parantaminen, johon pyrimme elämyspedagogisin keinoin. Toisena tavoitteena oli lasten kognitiivisten taitojen harjaannuttaminen, kuten hahmottaminen.

Lapsen motorinen kehittyminen vaikuttaa positiivisesti lapsen sosiaaliseen ja kognitiiviseen kehittymiseen. Lapsen taitojen kehittymiseen vaaditaan tietynlainen ympäristö ja olosuhteet.

2.1 Elämyspedagogiikka



Kuviossa pää tarkoittaa sitä, että luodaan sellainen ympäristö, joka pakottaa ihmistä käyttämään kognitiivisia taitoja. Eli esimerkiksi luodaan jonkinlaisia tilanteita, joissa joudutaan hyödyntämään erilaisia taitoja, jotta tilanne saadaan suoritettua. Sydämellä tarkoitetaan tunteita, kokemuksia ja arvoja. Ihminen kokee erilaisia asioita tehdes-

sään harjoituksia, esimerkiksi onnistumisesta kokee onnistumista. Onnistumisen kokeminen auttaa yrittämään ja jaksamaan seuraavassa vaikeassa ja haastavassa tilanteessa. Kaaviossa käsi tarkoittaa itse toimintaa, joka mahdollistaa sydämen ja pään. Suunnitellussa toiminnassa on tavoitteena saada luotua ympäristö, jossa toteutuu kognitiivisten taitojen käyttö, mutta sen on myös luotava kokemuksia ja tunteita. Toiminnan on tarkoitus antaa positiivisia ajatuksia ja kokemuksia. (Lehtonen T, 1998.)

Elämyspedagogiikassa on tavoitteena saada ihminen oppimaan uusia asioita ja kasvaa ihmisenä, mutta tavoitteena on saada ihmiselle elämyksiä, jotka koskettavat ihmistä. Tavoitteena on luoda haasteita, joista selviytymisen jälkeen kokee onnistumista ja saa uusia elämyksiä. (Outward Bound Finland ry 2014.) Jätimme kerhossamme luonnon osuuden pois, joten se ei ollut ihan täydellistä elämyspedagogiikan käyttöä, mutta muut elementit pyrimme toteuttamaan. Luonto antaa aivan uudenlaisia elämyksiä, koska siellä pystyy tekemään erilaisia asioita, joita ei välttämättä esimerkiksi koulussa tehdä. Luonto on valmiiksi toisaalta jo ympäristöltään erilainen kuin, missä suurimman osan ajasta ihmiset ovat. Kerhokerran pituus oli niin lyhyt, ettei siinä ajassa ehtinyt lähtemään ulos luontoon tekemään harjoitteita.

Elämyspedagogiikassa haetaan ensisijaisesti henkilökohtaisia oppimisprosesseja, eli lapsi oppii itse uusia asioita ja kehittyy hänelle haastavissa asioissa. Tämä henkilökohtainen oppiminen tapahtuu kuitenkin vuorovaikutuksessa ryhmän kanssa. Tavoitteena on myös luoda sellainen tila ja ympäristö, josta lapsi saa elämyksiä. (Lehtonen T, 1998.)

Meillä tavoitteena oli, että lapset saavat tukea omaan oppimiseen muista lapsista. Tämä näkyi esimerkiksi sillä, että teimme harjoituksia sekä yksin, parin kanssa että ryhmässä. Me pidimme tärkeänä sitä, että jos lapsi sai tukea toisesta lapsesta omaan tekemiseen, annoimme heidän tehdä harjoituksia yhdessä. Mielestämme oli tärkeämpää, että lapsi oppi ja harjoitteli parhaansa mukaan, kuin olisi tehnyt harjoitukset huonommin, jos kaveri ei olisi ollut tukena. Kannustimme lapsia kuitenkin toimimaan kaikkien lasten kanssa, eikä vain parhaan kaverin kanssa. Tämän kautta pyrimme myös parantamaan lasten kanssa käymistä muiden lasten kanssa. Meillä oli esimerkiksi käytössä kuvakortteja, joiden avulla lapsille muodostui parit, korttien

ansioista parien jaosta tuli puolueetonta. Entuudestaan tuntemattoman lapsen kanssa työskentely voi avata lapsille uusia kaverisuhteita ja toisaalta auttaa lapsia suhtautumaan ennakkoluulottomammin toisiin ihmisiin. Yleensä ryhmässä kaikki pyrkivät toimimaan yhteisen päämäärän saavuttamiseksi ja siinä sivussa huomaamattaan tutustumaan uusiin ihmisiin. (Kangasniemi J, Reitti M, Sillanpää-Reitti T, 2009.)

Elämyspedagogiikkaa toteutetaan usein luonnossa, joka luo lapsille uusia elämyksiä. Me kuitenkin pyrimme luomaan uusia elämyksiä lapsille liikuntasalissa, joka ei ollut helppoa, koska se oli lapsille paikkana ja välineiltään tuttu paikka. Yritimme saada tuotua uusia asioita lapsille uusien pelien ja leikkien avulla. Esimerkiksi lasten mielenkiinnolla oli vaikutusta siihen, mitä tehdään. Tällä tavalla saimme myös lapsia osallistumaan kerhon suunnitteluun ja myös mielenkiintoa tekemiseen, koska leikeistä osa oli heidän toivomiaan.

2.2 Kognitiiviset taidot



Lapsi tarvitsee omaa aktivoitumista ja aistien käyttöä ympäröivän maailman hahmottamiseksi, joka on yksi kognitiivisten taitojen tavoite. Jäljittely ja mallioppiminen on yksi tapa saavuttaa tätä tavoitetta. Kerhomme yksi tavoitteista oli parantaa muutamien kognitiivisten taitojen osa-alueita, esimerkiksi motorinen jäljittely ja aistien stimulaatio. (Rauma, 2014.)

Aistien stimulaatiolla tarkoitetaan eri aistien kehittymistä, esimerkiksi tunto- ja näköaistin. Tuntoaistia voi kehittää työskentelemällä eri painoisten esineiden kanssa sekä oppia hallitsemaan, miten eripainoisten esineiden kanssa toimitaan. Harjoitelimme tämän kaltaisia asioita toisella kerhokerralla (Rauma 2014).

Kohteen seuraaminen katsella ja esineiden löytyminen ympäristöstä kuuluu kognitiivisten taitojen visuaalisen tavoittelun ja objektin pysyvyyden osa alueeseen. Esimerkiksi polttopallossa seurataan palloa, ettei se osuisi itseän (Rauma 2014).

Ongelmanratkaisulla pyritään kehittämään erilaisia koordinaatiokykyjä, esimerkiksi käden ja jalan yhteistyö. Sillä pyritään myös keksimään ratkaisukeinoja ongelmatilanteisiin. Ongelmaratkaisuun kuuluu myös erilaisten käsitteiden tunnistaminen, esimerkiksi väri ja koko. (Rauma 2014.)

Kielellisessä jäljittelyssä pyritään jäljittelemään ja opettelemaan erilaisia ääniä ja ääniteitä. Tätä taitoa kehitimme kerhossa puu-luu-kuu leikin myötä. Leikissä on tavoitteena erottaa samankuuloiset sanat toisistaan (Rauma 2014).

Motorinen jäljittely pitää sisällään erilaisten eleiden ja liikkeiden jäljittelyä. Kerhomme päätavoitteena oli motoristen taitojen kehittyminen, joten monessa leikissä tuli esille motorista jäljittelyä. Esimerkiksi eläinten liikkeiden matkiminen, jota leikimme kerhomme ensimmäisellä kerralla (Rauma 2014).

Syy-seuraus suhde käsitteen avulla opetellaan säilyttämään mielenkiintoa, valitsemaan erilaisten toimintojen ja useiden vaihtoehtojen välillä sekä ymmärtämään oman toimintansa seurauksia. Esimerkiksi äänekkäämpi lapsi ei välttämättä ymmärrä, miten oma metelöinti vaikuttaa toisen suoritukseen (Rauma 2014).

Esineiden havaitseminen ja niiden välisten etäisyyksien ymmärtäminen on esineen paikallistaminen ja avaruudellisten suhteiden osa alueen yksi tavoite. Tähän liittyy

myös erilaisten esineiden käsittely. Esimerkiksi lapsi ymmärtää, kuinka kaukana jokin esine on hänestä. (Rauma 2014.)

Toimintojen kehittyminen suhteessa esineisiin osa alueessa pyritään kehittämään tavaroiden käsittelyä, kuten pudottamista ja poimimista, sekä opetellaan ymmärtämään esineiden toimintatarkoitusta. Kerhossa harjoittelimme esimerkiksi erilaisten pallojen käsittelyä (Rauma 2014).

Leikillä tarkoitetaan osallistumista ja toimista erilaisissa leikeissä. Leikki oli kerhomme perustana. Pyrimme saamaan kerhon toteutettua siten, että harjoitteet ovat leikkejä (Rauma 2014).

Toiminnallisella oppimiskyvyllä tarkoitetaan opittujen taitojen hyödyntämistä muissa elämäntilanteissa, kuin opituissa tilanteissa. Esimerkiksi koulussa opittujen taitojen hyödyntäminen kotona (Rauma 2014).

2.3. Motorinen kehitys

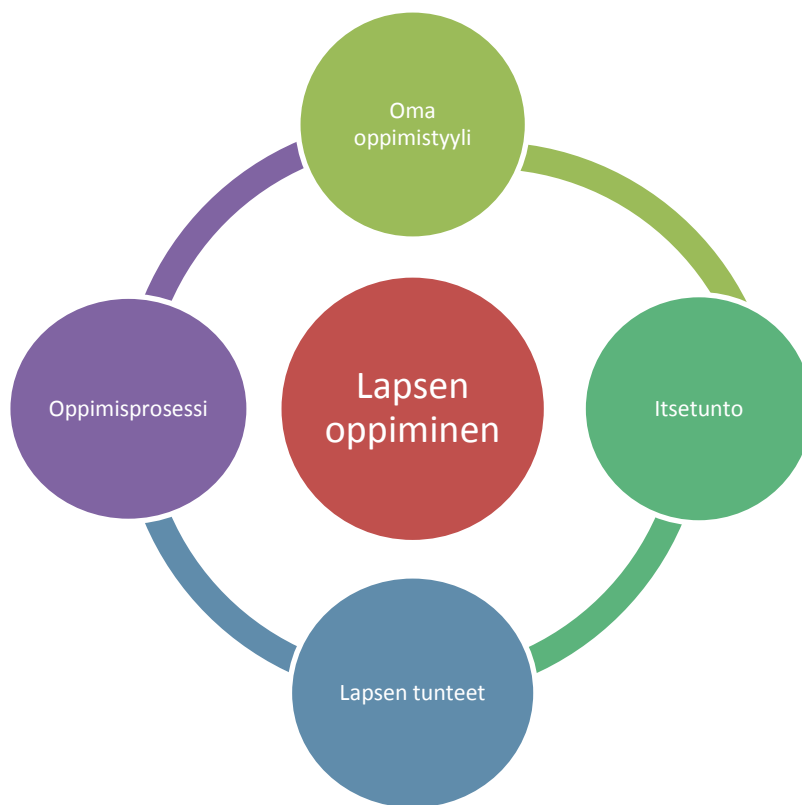
Motorinen kehitys ja liikkuminen ovat tärkeä osa lapsen kokonaiskehitystä. Liikunnan ja liikkumisen avulla lapselle tarjoutuu uusia mahdollisuuksia joiden kautta hän oppii monia uusia taitoja. Lapsen Motorinen kehittyminen ja sen kautta syntyvät uudet mahdollisuudet toimivat pohjana myös sosiaaliselle ja kognitiiviselle kehitykselle. Lapselle luontainen ja helppo tapa oppia uusia asioita on liikunta ja liike. Liikkeen puuttuessa lapselta jää monia asioita kokematta, näkemättä ja oppimatta. Liikunta ja motoriset taidot vaikuttavat myös olennaisesti lapsen itsetuntoon ja siihen miten hän itsensä kokee. (Rintala P, Ahonen T, Cantell M, Nissinen A, toim. 2005, 5.) Lapsen ollessa kömpelö se saattaa heijastua hänen itsetuntoonsa vaikuttaen siihen negatiivisesti. Huonot kokemukset taas johtavat siihen, että lapsi alkaa vähätellä itseään entistä enemmän ja hänet saatetaan jopa jättää syrjään pihaleikeistä jolloin seurauksena saattaa olla se että hän kokee liikunnan vastenmielisenä jolloin syntyy tietynlainen oravanpyörä. Tämä kierre saattaa usein vahvistua silloin jos lapsella on oppimisvaikeuksia eri osa-alueilla. Usein oppimisvaikeudet ja motorinen kömpelyys kulkevat käsi kädessä. Tämän tekstin pohjalta olemme alle luoneet kuvion, jotta asia olisi selkeämpi tulkita.



Liikunnan ja motoriikan avulla voidaan siis vaikuttaa moneen eri osa alueeseen, eikä se ole vain pelkkä fyysinen suoritus ilman tavoitetta tai päämäärää. Tämä ajatus oli pohjana myös meidän opinnäytetyömme toiminnallisessa osuudessa.

2.4. Lapsen oppiminen

Jokaisella lapsella on oma tyyli oppia ja siihen vaikuttavat oppimisprosessin lisäksi lapsen itsetunto ja tunteet. Liikunnan mahdollisuuksia oppimisessa tulisi hyödyntää enemmän sillä se tarjoaa erinomaisia mahdollisuuksia ja keinoja tukea oppimista. Liikunnan avulla lapselle voidaan opettaa erilaisia asioita kuten mm. kehon tunte-
musta, suuntia ja etäisyyksiä, sijaintia, määriä, muotoja ja värejä sekä erilaisia käsit-
teitä. Liikunnassa opitaan kehon tuntemuksien lisäksi silmä- käsikoordinaatiota sekä
ajallisten ja rytmisten rakenteiden tunnistamista ja vahvistetaan oikean ja vasemman
puoliskon yhteistyötä. Nämä kaikki edellä mainitut taidot ovat tärkeitä peruselement-
tejä kun opetellaan lukemaan ja kirjoittamaan. Liikunnan avulla voidaan myös ope-
tella ja vahvistaa sosiaalisia taitoja, ryhmätyöskentelyä ja ongelmanratkaisukykyä.
Liikunnan avulla voidaan myös harjoitella keskittymistä ja oman vuoron odottamista
sekä monia muita taitoja. (Rintala P, 2005,25.) Liikunta siis tarjoaa monia erilaisia
mahdollisuuksia ja keinoja joiden avulla pystytään tukemaan oppimista.



Liikuntaa oppimisen välineenä ja oppimisen tukena tulisi käyttää paljon enemmän, sillä se on erinomainen väline opettaa erilaisia taitoja. Liikunnan avulla voidaan mm. opettaa auditiivista ja visuomotorista erottamista sekä kehittää tunto ja liikeaistia. Nämä taidot ovat myös äärimmäisen tärkeitä taitoja luokkatyöskentelyssä. (P. Rintala, 2005, 32.)

Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa harjoittelimme mm. yllämainittuja taitoja erilaisten leikkien avulla jotka tukevat visuomotorista ja auditiivista sekä kinesteettistä hahmottamista. Tarkoituksenmukainen ja tahdonalainen liikkeen suunnittelu ja sen tuottaminen näköhavainnon ohjaamana, on visuomotoriikan perusajatus. Visuomotoriikkaa tarvitaan monien liikkeiden suorittamiseen, esimerkiksi liikkumiseen ja kirjoittamiseen. Viivahippa leikin avulla harjoittelimme visuomotorista havainnointia. (Riekkä K & Hokkanen T, 2006.) Auditiivinen oppija oppii kuuntelemalla, näin ollen auditiivisella havaitsemisella tarkoitetaan asioita, jotka voidaan havainnoida kuulemalla. Harjoittelimme auditiivista kuuntelua muun muassa maa-meri-laiva leikistä

mukailulla puu-luu-kuu leikillä. Kinesteettinen oppija oppii itse tekemällä ja koke-
malla asioita, näin ollen kinesteettinen havaitseminen tarkoittaa esineiden ja välinei-
den kokemista ja tutkimista. Muun muassa patsas leikin avulla harjoittelimme kines-
tettistä havainnointia. (Peda.net 2014.)

Toimintaa suunniteltaessa ajattelimme auditiivisen havaitsemisen olevan lapsille
haasteellista, sen vuoksi etteivät he keskittyisi kuuntelemaan, eivätkä erottaisi sa-
mankuuloisia sanoja toisistaan. Yllätyimme, siitä miten he lähes joka kerralla kuun-
telivat tarkkaan ja juoksivat oikeaan paikkaan. Ongelmia sen sijaan aiheutui leikeis-
sä, jotka vaativat erityisen tarkkaa keskittymiskykyä tasapainon säilyttämiseksi.

3 LIIKUNTA- KOKONAISVALTAINEN KOKEMUS

Liikunta on paljon muutakin kuin vain liikuntaa, se on kokonaisvaltainen aistikokemus, jonka välityksellä lapsen on mahdollista saada tietoa ja kokemuksia omasta kehostaan, muista ihmisistä ympärillään sekä ympärillä olevasta ympäristöstään. Liikuntakokemukset ja harjoitteet sisältävät usein kolme erilaista osa-aluetta. Osa-alueet ovat: kekokokemus joka liittyy oman kehon tuntemiseen ja ilmaisuun. Materiaali kokemus joka liittyy ympäristöön ja tilan havaitsemiseen sekä erilaisten välineiden käyttöön ja sosiaalinen kokemus joka liittyy kommunikointiin ja vuorovaikutukseen toisten kanssa, sekä sääntöjen opettelemiseen ja niiden noudattamiseen. Yhteiset liikuntaleikit ja harjoitukset vahvistavat sosiaalista kanssakäymistä ja sitä kautta lapsen itsetuntoa. Kaikilla on mahdollisuus ja oikeus saada positiivisia onnistumisen kokemuksia. koska liikuntakokemukset ovat aina aistikokemuksia joiden välityksellä saadaan tietoa omasta kehosta ja ympärillä olevasta ympäristöistä olisi tärkeää toimintaa suunnitellessa huomioida, että jokainen aistialue tulisi jollakin tavalla mukaan. Näitä aistialueita ovat näköaisti, kuuloaisti, tuntoaisti ja liike - ja tasapaino aisti, unohtamatta hajua tai makua. Erilaiset aistiradat ovat hyvä esimerkki jossa pystytään huomioimaan kaikki osa-alueet. (Rintala P, 2005, 82-83.)

Pyrimme jokaisella toimintakerralla huomioimaan sen, että joukossa on erilaisia harjoitteita ja leikkejä jotka tukevat eri aistikokemuksia. Viimeisellä toimintakerralla laadimme motoriikkaradan, jossa oli erilaisia toiminta pisteitä. Tämä kerta tavallaan yhdisti kaikki aiemmat kerrat yhteen ja jokainen aisti tuli huomioiduksi. Kertoja oli rajattu määrä ja joissakin tilanteissa vähäinen aika asetti tiettyjä rajoitteita joten aina ei ihan kaikkia aisteja tullut huomioiduksi mutta pyrimme siihen, että harjoitteet/ja leikit olivat erilaisia ja monipuolisia tarjoten erilaisia aistiärsykeitä ja sitä kautta tarjosivat kokonaisvaltaisen liikuntakokemuksen lapselle.

4 KERHON KÄYNNISTYMINEN

Löydettyämme sopivan yhteiskumppanin, keskustelimme koulun rehtorin kanssa aiheesta. Rehtorilta tuli hyvä idea, jota lähdimme ideoimaan eteenpäin. Seuraavaksi menimme koululle keskustelemaan kerhoon osallistuvien oppilaiden opettajien kanssa. Tämän tapaamisen pohjalta suunnittelimme kerhon rungon.

4.1 Kerhon tavoitteet

Kerhon päätavoitteena oli keskittymiskyvyn parantaminen, johon pyrimme soveltaen elämyspedagogisia menetelmiä.

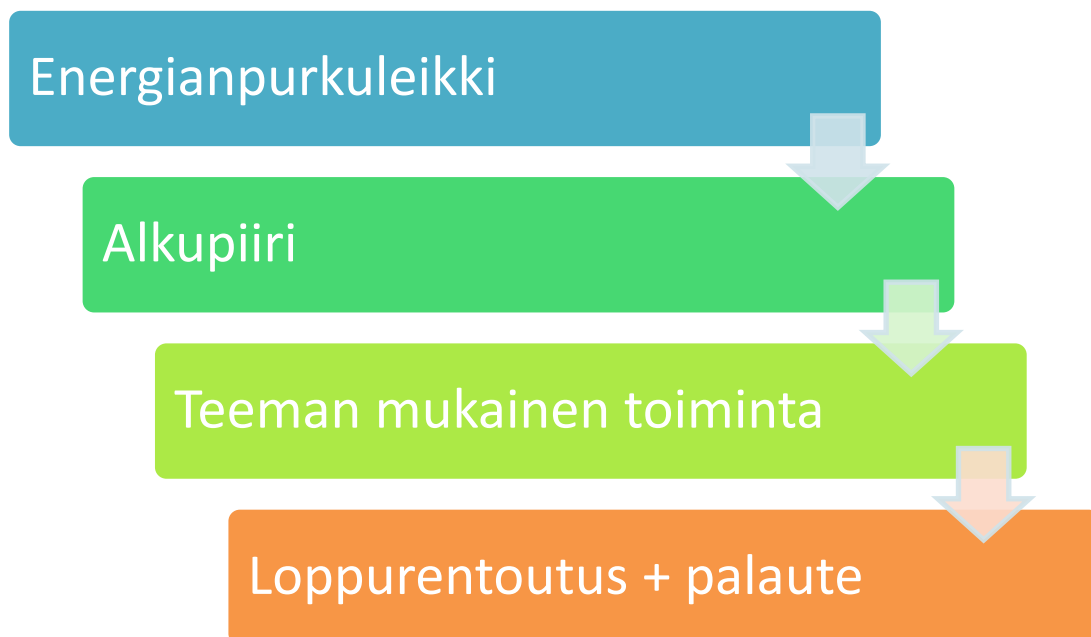
Toisena tavoitteena meillä oli kognitiivisten taitojen kehittyminen. Tähän pyrimme erilaisilla harjoituksilla, jotka harjoittivat erilaisia kognitiivisia taitoja, kuten hahmotaminen.

Kerhon alkamisen myötä yhdeksi tavoitteeksi nousi lasten ylimääräisen energian purkaminen, joka auttoi lapsia keskittymään harjoituksiin paremmin. Tähän pyrimme pääsemään ottamalla alkuun toiminnallisen leikin, esimerkiksi häijy krokotiili.

Edellä olevien tavoitteiden lisäksi meillä oli tavoitteena luoda lapsille turvallinen ja innostava ympäristö, jossa lapsi uskaltaisi tehdä ja kokeilla asioita omien taitojensa mukaan. Lapsiryhmä koostui kolmesta eri luokasta, eivätkä he kaikki tunteneet toisiaan, tämä aiheutti haasteen siinä, että saimme lapset toimimaan yhtenä ryhmänä, että uskalsivat heittäytyä toimintaan.

4.2 Kerhon runko

Jokaisen kerhokerran pohjana oli samanlainen runko, jonka pohjalta suunnittelimme kerrat. Alla oleva kuvio oli meillä pohjana suunnittelussa, mutta osalla kerroista jouduimme hieman soveltamaan sitä.



Ensimmäinen asia, jonka nostimme esille kerhoa suunniteltaessa, oli, että jokainen lapsi kokee ympäristön olevan turvallinen ja muut hyväksyy kaikki sellaisina kuin he ovat. Loimme rungon, joka oli pohjana jokaisessa kerhokerrassa. Jokainen kerta alkoi ja päättyi samalla tavalla. Aluksi otettiin aina leikki, jolla purettiin lasten energiaa. Lapset olivat istuneet paikoillaan jo useamman oppitunnin verran ennen kerhoa, joten purkamaton energiaa oli todella paljon. Leikin jälkeen kerroimme aina, mitä tänään tehdään ja ohjeistettiin lapset tekemiseen. Jokainen kerta myös päättyi siihen, että lapset hiljentyivät kirjoittamaan palautteet. Tämä oli meillä perusrunkona jokaiseen kertaan, mutta sitä kehitettiin siten, että päästäisiin asioilla siihen pisteeseen, mihin oli tarkoitus.

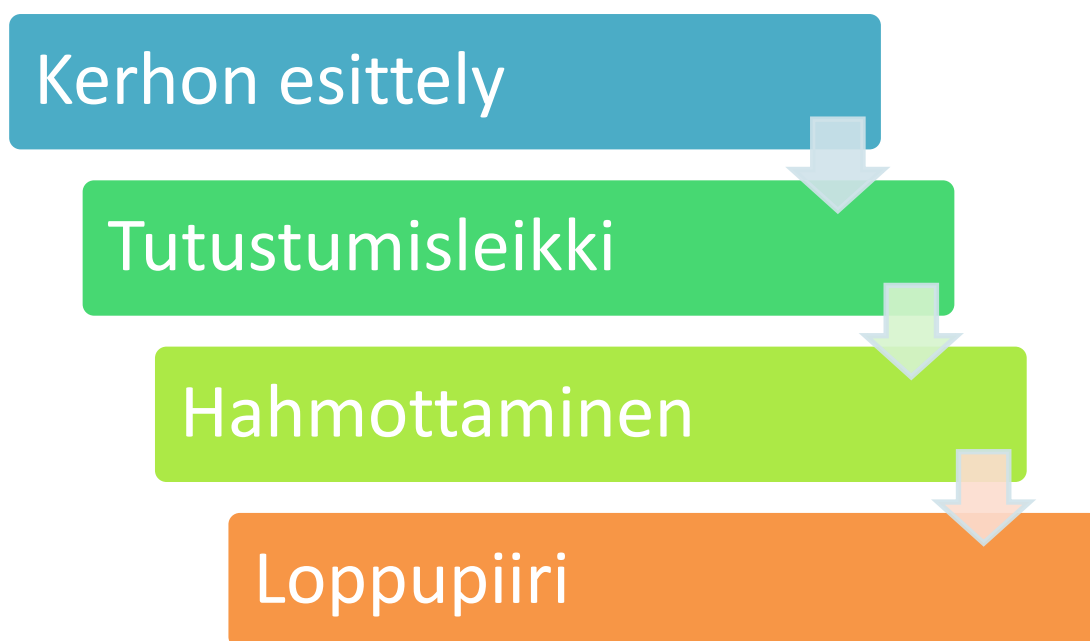
Kerhon teemat valitsimme sen mukaan, mikä vaatisi lapsia keskittymään omaan tekemiseensä. Pää tavoitteeksi nousikin keskittymiskyvyn parantaminen. Harjoitteiksi emme halunneet kovin vaikeita juttuja, jotta lapset eivät turhautuisi. Pohjana meillä oli paljon kirjallisuutta, joiden pohjalta suunnittelimme kerrat. Kerhomme tavoitteena ei ollut lasten liikunnallisuuden tai kunnon parantaminen, vaan taitojen kehittämisen ja keskittymisen parantaminen. Panostimme siihen, että harjoitteet tehdään oikein, vaikka siihen meni kauan aikaa. Tärkeänä pidimme myös sitä, että kerhoon osallistuvat lapset toimivat ryhmänä, koska se antaisi kerholaisille uusia tapoja toimia. Painotimme kuitenkin, ettei mikään ole kilpailua kerhossa, on parempi olla hitaampi ja tehdä oikein, kuin olla ensimmäinen ja tehdä keskittymättä.

5 TOTEUTUSKERRAT

Alla olemme koonneet jokaisen kerhokerran suunnitelmat ja kertojen tavoitteet. Olemme pohtineet suunnitelmien lomassa harjoitusten vaikutusta keskittymiskyvyn parantamiseen. Jokaisella kerhokerralla oli oma teemansa, alla olevasta kuviosta näkyvät kerhojen teemat.



5.1 Ensimmäinen kerta- johdatus kerhoon



Ensimmäisen kerran haasteena oli se, että emme olleet tavanneet lapsiryhmää aikaisemmin, emme siis tienneet, mitä odottaa. Ensimmäisellä kerralla lapsista vain puolet oli paikalla, joten emme tienneet miten lapset käyttäytyisivät, kun kaikki lapset olisivat paikalla.

Aloitimme ensimmäisen kerran kertomalla, keitä olemme, mikä on kerhon idea ja mitä aiomme tehdä kerhossa. Kerroimme alussa olevamme sosiaalialan opiskelijoita ja esittelimme itsemme. Kerroimme heille myös, miksi me pidämme heille kerhoa ja mitä kerhosta saamalla tiedolla teemme. Lapsille oli vaikea selittää minkä vuoksi pidämme heille kerhoa, joten päädyimme vain kertomaan sen, että se liittyy koulumme loppuun saamiseen. Lapsia ei juuri kiinnostanut asia, joten jätimme asian selittämisen lyhyeksi.

Käytimme alusta myös aikaa siihen, että tutustuisimme lapsiin ja oppisimme heidän nimensä. Päätimme käyttää nimileikkiä, jotta siitä tulisi lapsille mielekkäämpää. Ryhmässä oli oppilaita kolmelta eri luokalta, joten kaikki eivät tunteneet toisiaan entuudestaan. Nimileikissä jokaisen piti esitellä itsensä nimellään ja samalla kirjaimella alkavalla eläimellä, esimerkiksi Viljo virtahepo. Seuraavan lapsen piti toistaa edellinen nimi ja eläin ja lisätä listaan oma nimensä ja eläimensä, esimerkiksi Viljo virtahepo ja lisätä oma nimensä eli Siiri strutsi. Näin jatkettiin, kunnes jokainen oli esitellyt itsensä. Päädyimme tämän kaltaiseen leikkiin, koska kyseinen nimileikki on erittäin hyvä esimerkki leikistä, jossa harjoitellaan auditiivista havaitsemista sekä tunnilla opittujen kognitiivisten taitojen tuomista luokkatilanteen ulkopuolelle. Osalla tuotti vaikeuksia löytää samalla kirjaimella alkava eläin. Painotimme tilanteessa kuitenkin, ettei se haittaa ja pyrimme yhdessä löytämään jokaiselle eläimen. Lapset auttoivat toisiaan hienosti keksimään samalla kirjaimella alkavan eläimen. Leikin helpottamiseksi olisi voinut pyytää lapsia kirjoittamaan oman nimensä ensimmäisen kirjaimen paperille ja he olisivat voineet verrata sitä jo valmiiksi kirjoitettujen eläinten nimiin, jolloin heidän ei olisi tarvinnut muistaa miten eläinten nimet kirjoitetaan. Emme voineet kuitenkaan toimia näin, koska meillä ei etukäteen ollut tiedossa lasten nimiä.

Alussa kävimme myös läpi yhteisiä pelisääntöjä, esimerkiksi ei saa kiusata ja ei saa nauraa toisten tekemiselle. Pyrimme tällä luomaan jokaiselle lapselle turvallisen ym-

päristön, jossa suorittaa harjoituksia. Painotimme myös sitä, että tärkeintä on, että jokainen tekee omalla osaamistasollaan, eikä kilpaile muiden kanssa.

Leikimme Fröpelin palikoiden Sutsi satsi- laululeikin, jolla oli tavoitteena saada lapset virittäytymään kerhoon. Leikki lisää oman kehon tuntemusta ja keskittymistä, koska pitää kuunnella mitä tehdään seuraavaksi. Otimme tunnetun laululeikin, koska se voisi olla lapsille jo entuudestaan tuttu, joten siihen heittäytyminen olisi helpompaa. Leikki ei onnistunut niin kuin suunnittelimme, koska lapset eivät uskaltaneet heittäytyä leikkiin, jonka vuoksi osalla se meni pelleilyksi. Leikki olisi voinut toimia paremmin seuraavilla kerhokerroilla, jolloin lapset olisivat varmasti uskaltaneet heittäytyä paremmin.

Seuraavaksi meillä oli tarkoituksena hahmottaa miten eri tavoilla voidaan liikkua eteenpäin. Löntystimme kuten karhut, hiivimme kuten hiiret ja lisäksi lapset keksivät itse erilaisia eläimiä, kuten rapu ja mato. Leikin tarkoituksena oli herättää lapsia ajattelemaan erilaisten asioiden yhteyksiä ja eroja, esimerkiksi karhu on isokokoinen ja löntystä, kun taas hiiri on pienikokoinen ja liikkuu hiipimällä. Tämä auttaa lapsia kehittämään omaa ajattelutapaansa, joka taas auttaa tunnilla lapsia oppimisprosesseissa. Lapset ymmärsivät leikin idean ja lähtivät hyvin mukaan ja suoriutuivat loistavasti. Lapset keksivät myös itse lisää erilaisia tapoja liikkua ja opettivat niitä muille lapsille.

Loppuun otimme leikin puu-luu-kuu, joka on samanlainen leikki kuin maa-merilaiva, mutta samankuuloisilla nimillä, joka vaikeuttaa lapsen hahmottamista siitä, mihin pitäisi juosta. Leikki kehittää lapsen tarkkaavaisuutta, koska samankuuloisten sanojen kanssa pitää kuunnella tarkkaan, millä kirjaimella sana alkaa. Lapset hahmottivat nimet todella hyvin. Ei tullut kertaakaan tilannetta, jossa joku lapsista olisi juossut väärään päähän salia. Ehkä itse kuvittelimme leikin vaativammaksi kuin mitä se todellisuudessa oli.

Aika oli todella lyhyt, emmekä ehtineet toteuttamaan kaikkea suunniteltua siinä ajassa. Huomasimme myös, että alkuun tarvitaan jokin leikki, mikä purkaa lasten energiaa, jotta he jaksavat keskittyä harjoituksiin. Huomasimme myös, että on oltava useita varasuunnitelmia, koska kerta ei mene koskaan niin kuin on suunniteltu. Osa lapsista ei lähtenyt kovin innokkaasti kaikkeen toimintaan mukaan, katsoimme kuitenkin parhaaksi olla pakottamatta heitä mukaan toimintaan, koska emme halunneet luoda ne-

gatiivisia kokemuksia emmekä halunneet, että lapset kokevat kerhon olevan pakottamista, koska se ei edesauta oppimista.

Mitä kehitettävää olisi ollut?

Aika oli todella lyhyt, eikä siinä ehtinyt paljon tekemään. Huomasimme myös, että alkuun tarvittaisiin jokin leikki, millä saataisiin purettua ylimääräisen energian, jotta lapset jaksaisivat keskittyä harjoituksiin. Huomasimme myös, että olisi oltava useita varasuunnitelmia, koska kerta ei tuntunut menevän koskaan suunnitelmien mukaan.

Seuraavilla kerroilla toisen meistä pitäisi mennä vaatteet jo vaihtaneiden lasten kanssa odottamaan saliin muita, koska alakerran pukuhuoneissa odottelu meni pelleilyksi ja se häiritsi muita lapsia. Lapset selviytyivät vaatteiden vaihdosta eri tahdissa, joten toisilla jäi paljon odottelua. Huomasimme myös, että lapset olisi hyvä lähettää vaihtamaan vaatteita kerhon jälkeen eri tahdissa, jotta saisimme vaatteiden vaihdon sujumaan ripeämmin ja lapset pääsisivät ajoissa syömään.

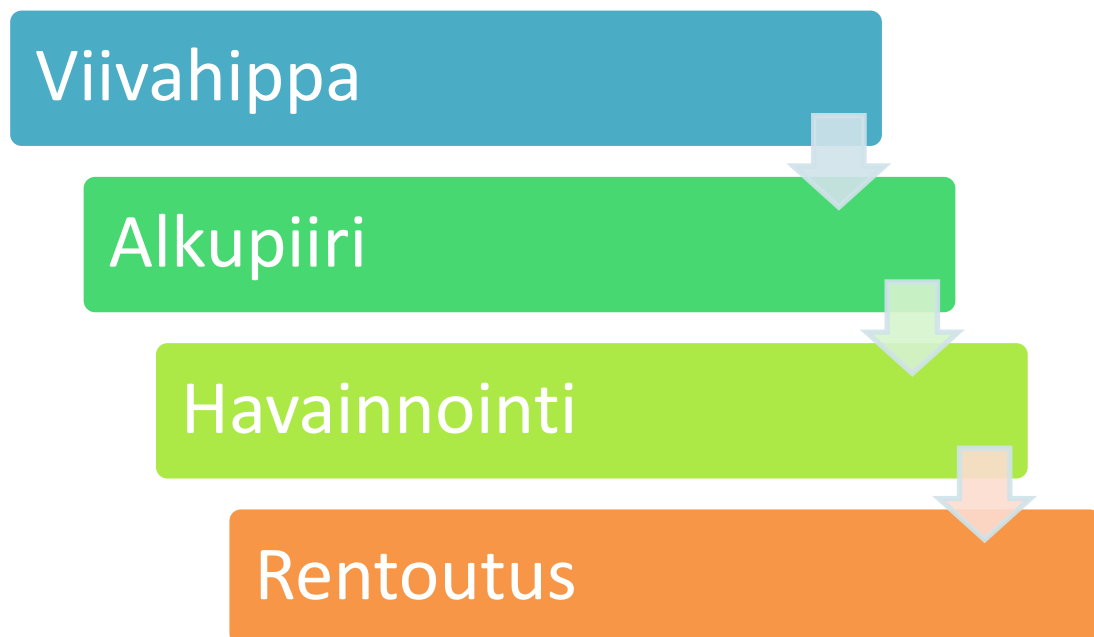
Pyysimme lapsilta palautetta suullisesti, tämä ei kuitenkaan onnistunut mitenkään, ja tämän vuoksi päätimme kehittää kirjalliset palautelaput, joiden avulla pyydämme palautetta kerrasta. Ajatuksenamme oli, että toiminta on lapsille mielekästä, jonka vuoksi halusimme saada heiltä palautetta jokaisen kerran jälkeen. Palautteen avulla pystyimme seuraamaan mielekkyyden toteutumista ja pyrimme saamaan tietoa harjoitusten haastavuudesta.

Huomasimme lapsien käyttäytymisestä, että ryhmäytymiseen tarvitsee käyttää enemmän aikaa, jotta lapset pystyisivät toimimaan vapautuneesti. Pyrimme siis kiinnittämään tähän huomiota jatkossa, kun suunnittelemme seuraavia kertoja.

Lasten ajatuksia kerhosta

Lapsia oli ensimmäisellä kerralla vain viisi paikalla ja he hieman arastelivat toisiaan, jonka vuoksi emme saaneet kunnollista palautetta. Lapsilta tuli kuitenkin joitakin ideoita, mitä he haluaisivat kerhossa tehdä, lähinnä leikkejä joita voisimme käyttää energianpurkuun. Lapset eivät varsinaisesti sanoneet, mitä mieltä olivat ensimmäisestä kerrasta, joten päätimme seuraavaksi kerraksi tehdä paperiset laput helpottamaan palautteen saantia. Papereissa jokainen lapsi saisi ilmaista mielipiteensä, riippumatta muiden ajatuksista.

5.2 Toinen kerta- Havainnointi



Kaikki lapset olivat paikalla toisella kerralla. Huomasimme viime kerralla, että vaatteiden vaihtaminen sujui toisilta nopeammin, jolloin lapsille tuli turhaa odottelua, joka meni usein koheltamiseksi. Tämän vuoksi päätimme päästää lapset saliin juoksemaan ja purkamaan ylimääräistä energiaansa, sitä mukaan kun he olivat valmiita. Toinen meistä jäi odottamaan loppuja lapsia alas, kunnes he olivat vaihtaneet vaatteensa.

Aluksi leikimme viivahippaa, eli juostiin salissa olevia viivoja pitkin ja hippa yritti ottaa muita kiinni. Leikin tavoitteena oli saada lapsia seuraamaan viivoja, vaikka he keskittyivät täysillä leikkiin. Tavoitteena oli myös saada lapset keskittymään useaan asiaan samanaikaisesti, muun muassa juoksemaan karkuun ja seuraamaan viivoja. Tämän lisäksi pyrimme saamaan lapsia huomamaan, että on tärkeämpää on se, miten tekee, eikä se mitä tekee. Hippa onnistui kohtuullisesti, osa lapsista kuitenkin innostui liikaa, eivätkä juosseet viivoja pitkin, eivätkä kehotuksista huolimatta onnistuneet siinä.

Päätavoite oli tällä kertaa erilaisten asioiden havainnointia. Aloitimme kinesteettisellä havainnoinnilla, jota harjoittelimme patsasleikillä. Visuaalista havainnointia harjoittelimme kuljettamalla eripainoisia tavaroita.

Aloitimme harjoitukset leikkimällä patsas leikkiä. Leikkiä varten jokaiselle lapselle jaettiin pari, halusimme parantaa ryhmän ryhmähenkeä ja välttää sen, että jokainen ottaa parikseen oman kaverinsa. Parit jaettiin kuva korteilla, joissa tarkoituksena oli löytää lapsi, jolla on sama kuva kortissa kuin itsellä, tämä teki jaosta puolueettoman. Patsasleikissä tarkoituksena oli tehdä erilaisia patsaita, omaa kehoa käyttäen. Toinen pareista teki patsaan esimerkiksi nostamalla parinsa kädet ylös ja liikuttamalla niitä, tämän jälkeen hän sanoi patsaalle ”vapaa”, jonka jälkeen patsas lähti juoksemaan salia ympäri. Patsas juoksi niin kauan kuin hänen parinsa huusi ”takaisin”, jolloin patsas palasi paikalleen ja muodosti parinsa tekemän patsaan. Osia vaihdettiin siten, että molemmat saivat toimia patsaan sekä kuvanveistäjänä. Leikin tarkoituksena oli harjoitella parin kanssa työskentelyä ja pyrimme saamaan elämyspedagogista näkökulmaa leikkiin käyttämällä parin jaossa kuvakortteja perinteisten jakojen sijaan. Kognitiivisena näkökulmana leikissä oli muistaminen, jota tarvittiin asennon toistamiseen. Tällä saimme myös lapsen keskittymään siihen, millaisen liikkeen toinen muodostaa itsestä, koska se piti itse toistaa juoksun jälkeen.

Seuraavaksi kuljetimme erilaisia esineitä sulkapallomailalla. Leikkiä varten teimme ryhmäjaon kuvakorteilla, kortit toimivat samalla periaatteella kuin parin jaossa, mutta nyt etsittiin useampaa ihmistä. Ryhmäjaon jälkeen lapset asettuivat kuvien mukaisesti kahteen eri jonoon, josta jokainen teki harjoitteen vuoroperään. Tarkoituksena oli kuljettaa eri painoisia ja muotoisia esineitä sulkapallomailalla. Kuljetimme ensin höyhentä. Tämä osoittautui yllättävän vaikeaksi, sillä höyhen oli todella kevyt ja ilmavirta otti siihen todella helposti kiinni. Toisena esineenä kuljetimme sählypalloa. Tämä sujui paremmin, tosin se, ettei pallo vierinyt mailalta vaati paljon keskittymistä. Osa lapsista tarvitsisi paljon kannustusta selvitäkseen tästä. Leikin tarkoituksena oli kehittää keskittymistä ja tarkkaavaisuutta, koska tavaroiden pysyminen mailalla vaati keskittymistä ja tarkkuutta miten itse liikkuu, esimerkiksi juokseminen saattoi vaikeuttaa tehtävää. Leikki oli haastava, mutta kaikki suoriutuivat todella hyvin ja lapset kannustivat toisiaan. Jonon muodostaminen oli huono idea, koska se provosoi lapsia kilpailemaan toisiaan vasten. Tästä johtuen useat lapset lähtivät juoksemaan mailan kanssa, jolloin keskittyminen itse asiaan herpaantui ja kuljetettava esine putoi jatkuvasti maahan. Yritimme painottaa, ettei kyseessä ole kilpailu, vaan tavoitteena on saada esine pysymään mailalla. Oli tarkoitus kokeilla eri kokoisten pallojen kuljettamista, mutta ajan loppuminen esti tämän ja siirryimme seuraavaan leikkiin.

Kerhon loppuun otimme rentoutuksen. Soitimme rentouttavaa musiikkia ja lapset kirjoittivat palautteensa sinä aikana. Tarkoituksena oli rauhoittaa lapset ennen kuin he menivät syömään. Lapset olivat myös hetken aikaan paikoillaan tämän jälkeen. Palautelappujen hymynaamojen värittäminen osoittautui yllättävän haastavaksi, eikä siihen jaksettu keskittyä. Tämä vaati kehittelyä seuraavaa kertaa varten.

Kaiken kaikkiaan kerta sujui paremmin kuin viimeksi. Koko ryhmän läsnäolo tasa-painotti ryhmää, jonka vuoksi kerta sujui paremmin kuin viimeksi. Tällä kertaa kaikki lapset osallistuivat toimintaan todella reippaasti, eivätkä jättäytyneet syrjään.

Kehitysideoita

Välinevarastosta etsiessämme leikkeihin tarvittavia välineitä, löysimme pillin ja päätimme ottaa sen tuleville kerroille käyttöön, jotta saisimme lapset paremmin kuuntelemaan ohjeet. Kahtena kertana suurimmaksi haasteeksi on osoittautunut se, että saamme lapset keskittymään ohjeiden kuuntelemiseen

Lasten ajatuksia

Kirjallisen palautelomakkeen tarkoituksena oli, että lapset valitsivat alla olevista naamoista itselleen sopivan naaman ja värittivät sen. Jokaisen kysymyksen kohdalla oli samanlaiset naamat. Päädyimme naamoihin, koska kaikki lapsista eivät osanneet vielä lukea, joten kaikkien oli helppo vastata, koska jokainen ymmärsi naaman ilmeen. Kysymykset luimme lapsille ääneen, jotta lapset, jotka eivät vielä osanneet lukea osasivat vastata kysymyksiin.



Kuusi lapsista koki kerhokerran mieluiseksi.

Neljä lapsista koki oppineensa jotakin uutta.



Neljä lapsista ei osannut sanoa mitä mieltä oli kerhokerrasta. He eivät pitäneet kerhoa erityisen mieluisena tai epämieluisena.

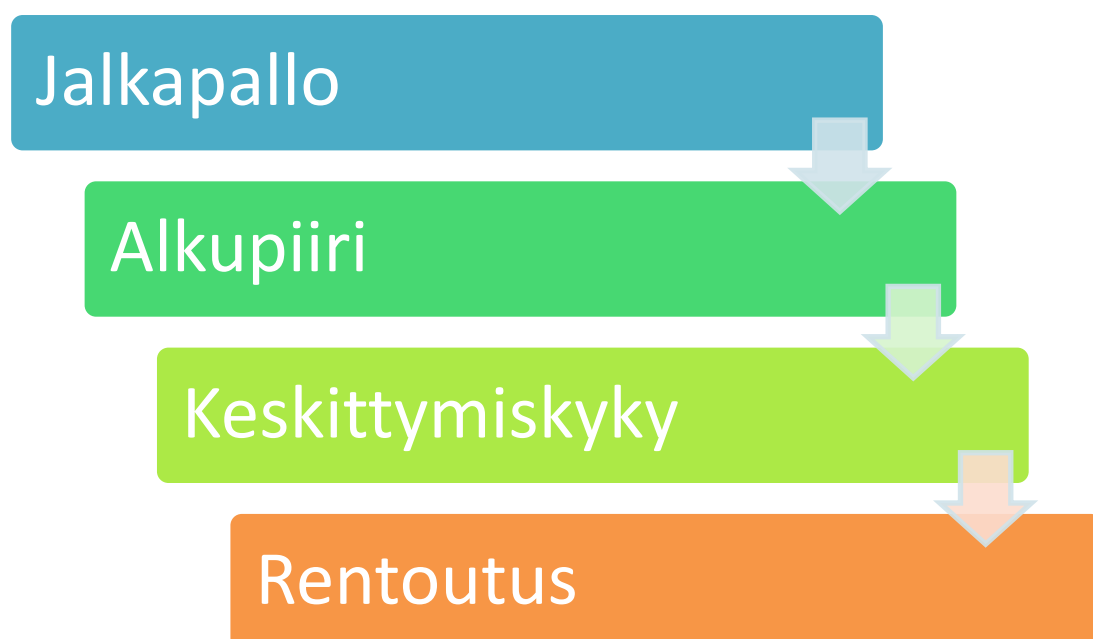
Neljä lapsista väritti neutraalin naaman oppimisen suhteen



Yksikään lapsi ei kokenut kerhokertaa epämieluisena.

Kaksi lapsista oli sitä mieltä, ettei oppinut kerralla mitään uutta.

5.3 Kolmas kerta- Keskittymiskyky



Tällä kertaa tavoitteena oli keskittymiskyky erilaisten välineiden kanssa toimimisessa.

Otimme lasten toiveesta jalkapallon alkuleikiksi, joka ei ollut toimiva idea. Jotkut lapset eivät innostuneet jalkapallosta, kun taas toiset ottivat pelin liian tosissaan, oman jalkapallo harrastuksena vuoksi. Peli meni kaaokseksi, jonka vuoksi jouduimme lopettamaan sen kesken. Jaoin joukkueet kuvakorteilla, mutta jako ei oikein onnistunut, koska toiseen joukkueeseen sattui tulemaan kaikki ne, jotka harrastivat jalkapalloa, mikä aiheutti sen, että joukkueista tuli epätasaiset. Meillä ei kuitenkaan ollut etukäteen tietoa siitä, ketkä jalkapalloa harrastivat, joten emme voineet ennakoida tätä tilannetta. Osa lapsista halusi, että pelattaisiin oikein kunnolla sääntöjen kanssa, mutta meillä aika ei tähän riittänyt ja toisaalta meidän tavoitteena oli vain purkaa energiaa eikä niinkään sääntöjen kanssa pelaaminen.

Tällä kertaa päätoimintana oli erilaisten välineiden kanssa toimiminen eri pisteissä. Mukana oli pallon pujottelua ja pompottamista, hernepussin heittoa koriin ja keilojen kaatamista hernepusseilla.

Jaoin lapset kahteen ryhmään, jotta eivät kaikki lapset olisi samassa paikassa samaan aikaan. Tällä kertaa annoimme lasten valita itse ryhmät, se ei kuitenkaan toiminut, eivätkä lapset saaneet valittua ryhmään toisia lapsia, jonka takia ryhmien muodostamiseen meni kauan aikaa. Vaihdoimme ryhmänjaon tapaa, koska halusimme nähdä miten lapset toimivat erilaisissa tilanteissa ja miten he pystyvät tekemään päätöksiä.

Toiseen ryhmään meni kaikkein viltimmät lapset, jonka vuoksi toisen ryhmän toiminta ei onnistunut suunnitellusti. Kun selän käänsi toisille lapsille, niin tehtiin jo jotakin muuta kuin itse toimintaa. Ryhmistä olisi pitänyt saada tasapainoisempia, jolloin kaikki viltimmät lapset eivät olisi olleet samassa ryhmässä. Kaikki lapset jaksoivat kuitenkin hetken aikaa keskittyä tekemiseen ja osasivat tehdä, mutta jossakin vaiheessa keskittyminen lopahti.

Rakensimme radan, joka koostui erilaisista pisteistä. Toiset pisteet olivat salin toisessa päässä ja toiset pisteet toisessa. Lapset olivat myös kahdessa ryhmässä, jottei kaikki lapset olisi samassa pisteessä tekemässä harjoituksia.

Toisessa päässä salia oli erilaisia pujotteluratoja. Pujotteluratojen ”tolpat” olivat erilaisia, joten toisissa oli haastetta enemmän kuin toisissa. Haastavimmat olivat helposti kaatuvia keiloja ja toiset olivat paremmin pystyssä pysyviä. Käytössä oli jalkapalloja sekä pehmeämpiä palloja. Lapset saivat itse valita ratansa oman vaikeustasonsa mukaisesti. Tämän tarkoituksena oli kehittää lapsen tarkkuutta toimintaansa ja myös suorittamiseen tarvittiin keskittymiskykyä. Eri vaikeusasteet herättivät lapsia itse ajattelemaan, mihin omat taidot riittävät, tämä herätti lasta myös miettimään, millä tekniikalla hän saa radan suoritettua onnistuneesti.

Toisessa päässä salia oli keilojen kaato hernepussilla, hernepussin heitto koriin ja koripallon pompottelu rataa pitkin. Lapset kokeilivat keilojen kaatamista hernepussilla. Lapset saivat itse kokeilla heittoa eri etäisyyksiltä, siten että onnistuivat kaatamaan keilat. Hernepussilla heitolla koriin haettiin tarkkuutta saada hernepussi osumaan tiettyyn kohtaan. Erona heittämisellä ja keilaamisella oli se, että keilaamisessa hernepussin voi liuttaa lattiaa pitkin osuakseen keiloihin, mutta heittämällä se oli saatava kerralla osumaan ilmasta käsin kohteeseen. Hernepussin heittäminen vaati arviointia siten, että heitto tapahtui sopivalta etäisyydeltä koriin nähden, joka mahdollisti hernepussin menon koriin. Hernepussi piti tähdätä pieneen pisteeseen, jonka vuoksi lapsen oli keskityttävä heittoon. Hernepussin heittämisessä lapsen oli arvioitava etäisyyksiä ja pohdittava heittotyylä, esimerkiksi heitetäänkö alakautta vai yläkautta, tämä teki lapsille sen, että he joutuivat pohtimaan, miten päästään onnistuneeseen suoritukseen, eikä vain heitellä hernepussia mihin sattuu. Keilaaminen hernepussilla on hyvin samantapainen kuin heittäminen, mutta hernepussin keilaamisessa pussia piti liuttaa lattiaa pitkin, eikä heittää. Näillä leikellä tavoiteltiin samoja asioita, mutta eri tekniikoilla. Koripalloa pomputeltiin esteiden ympäri, jolla pyrittiin hallitsemaan palloa ja samalla kiertämään esteitä sen kanssa. Tällä pyrittiin parantamaan lasten keskittymiskykyä, kun useampia asioita tehtiin yhtä aikaa ja koripallon käsitteily toi lisää haastetta toisille lapsille.

Muutamit lapset sanoivat tehtävien tuntuvan haastavilta, mutta kun keskittyy niin huomaakin osaavansa. Tämä kerta tuntui olevan haastava lapsille. Erityisen vaikeaksi osoittautui hernepussin heitto koriin.

Otimme käyttöön tällä kertaa pillin, joka osoittautui hyväksi keinoksi saada lapset kuuntelemaan ohjeet. Lapsien oli helppo ymmärtää, että pillin vihellyksen kuulles-

saan pitää olla hiljaa ja kuunnella ohjaajia. Tällä tavoin saatiin hyvin leikkien ohjeet menemään perille.

Loppurentoutukseen otimme lapsille matot, jotka oli sijoitettu ympäri salia, jolloin ei ollut muita lapsia lähellä, näin lapset keskittyivät palautteisiin paremmin, eikä ollut ylimääräistä kohellusta. Lapsille oli helpompaa sijoittua saliin rentoutusta varten, kun paikat oltiin merkattu patjoilla, jonne lapsen oli helppo mennä.

Kehitysideoita

Tämän kerran jälkeen mietimme, jos laittaisi saliin jalankuvia lattialle osoittamaan, mihin pitäisi mennä ja mitä pitäisi tehdä. Tällä mietimme, että saisimme lapset tekemään paremmin, jos he näkisivät jalankuvista mitä pitäisi tehdä.

Haastavimmat lapset eivät olisi samassa ryhmässä, jolloin olisi enemmän aikaa ohjata ja neuvoa. Lapset myös villitsevät toisiaan, joka lisää koheltamista. Olisi kaikille mukavampi, jos kerhossa ei olisi kaaos päällä, vaan jokainen saisi toimia rauhassa.

Lasten ajatuksia



Kuusi lapsista koki kerhokerran mieluisaksi.

Kolme lapsista piti kerho kerran harjoituksia helppoina.



Kaksi lapsista ei kokenut kerhoa erityisen mieluisaksi tai epämieluisaksi.

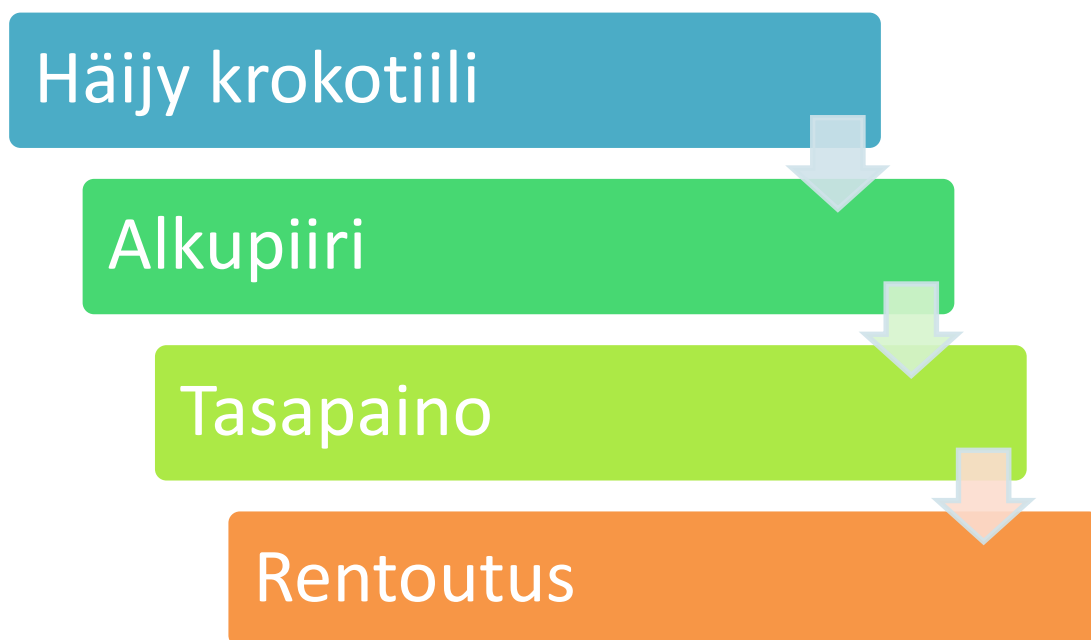
Yksi lapsista ei kokenut harjoituksia vaikeana tai helppona.



Yksi lapsista koki kerho kerran harjoitukset vaikeiksi.

Kaksi lasta ei vastannut harjoitusten vaikeuteen mitään. Yksi lapsi jätti myös vastaamatta kerhon mukavuuteen.

5.4 Neljäs kerta- tasapaino



Tämän kerran tavoitteena oli tasapainon kehittyminen, jota kehitimme erilaisilla harjoituksilla.

Kertaan vaikutti alussa ollut aamunavaus, josta meillä ei ollut etukäteen tietoa. Osa kerhossa käyvistä lapsista esiintyi aamunavauksessa. Aamunavaus myöhästytti kerhomme alkua, joka ilmeni aikamoisena kaaoksena, joutuimme poistamaan suunniteltuja leikkejä. Energiaa emme päässeet purkamaan yhtä tehokkaasti kuin aiemmillä kerroilla. Esiintymisestä johtuva jännitys purkautui aamunavauksen jälkeen ja ker-

hokerta meni aikalailla pelleilyksi. Jouduimme jättämään osan lapsista rauhoittumaan, ennekuin pystyimme ottaamaan heidät mukaan toimintaan.

Kerhokerran alussa purimme suurimmat energiat pois lasten toivomalla häijy krokotiili leikillä. Leikissä yksi lapsi asettuu keskelle ja muut lapset salin toiseen päähän. Keskellä oleva lapsi huutaa ” kuka pelkää häijyä krokotiilia” ja muut lapset vastaavat ” en minä ainakaan” ja lähtevät juoksemaan salin toiseen päähän. Keskellä ollut lapsi yrittää saada muita kiinni ja kiinni saadut lapset tulevat myös keskelle. Leikki onnistui hyvin ja osa energiasta saatiin purettua pois.

Tällä kertaa oli pientä kinaa joidenkin lasten välillä, asia kuitenkin saatiin selvitettyä puhumalla, mutta se varjosti koko kerhokertaa.

Aloitimme virittäytymisen tasapaino-temaan, sillä tavalla että jokainen lapsi sai päänsä päälle hernepussin ja he yrittivät kävellä viivaa pitkin, kuitenkin siten, että katsoivat suoraan eteenpäin. Tämä harjoitus oli lapsille liian helppo, joten heidän kiinnostuksensa lopahti nopeasti. Yritimme vaikeuttaa harjoitusta myös siten, että lapset juoksisivat, mutta se ei ollut lapsille yhtään haastavampaa.

Toteutimme harjoitukset erilaisina pisteinä, joissa lapset saivat harjoitella taitoja. Jokainen lapsi kulki yksinään ilman paria eri pisteissä.

Yhtenä pisteenä meillä oli tasapainolaudat, joiden avulla lasten tuli saada lauta tasapainoon. Osa lapsista tarvitsi aluksia tukea, jotta sai sen tasapainoon, mutta selviytyivät kuitenkin hyvin siitä. Toisessa pisteessä laitoimme lattialle köyden, jota pitkin lasten piti kävellä. Haastetta tähän toi se, että köysi ei ollut tasainen, vaan se oli koholla lattian pintaa nähden.

Tämä kerta osoitti sen, että lapset ovat todella taitavia, kun vaan jaksavat keskittyä. Kaaoksesta ja pelleilystä huolimatta ohjeet saatiin pillin avulla menemään lapsille perille.

Aamunavauksesta johtuen muutenkin lyhyt aika oli nyt vieläkin lyhyempi, joten emme ehtineet tekemään paljon. Tällä kerhokerralla lapsilla oli sen verran ylimääräistä kohellusta, että jouduimme jättämään osan suunnitelluista harjoituksista pois ja korvasimme ne polttopalolla.

Kehitysideoita

Huomasimme muutamilla kerhokerroilla, että ulkopuoliset tekijät aiheuttavat lapsille erilaisia käytöstapoja, esimerkiksi pelleilyä. Tarvittaisiin erilaisia työmenetelmiä, joilla käytöksen vaikutukset toimintaan saataisiin minimoitua. Yhden lapsen huono päivä heijastuu koko kerhoon, miten päästä tästä eroon?

Lasten ajatuksia



Viisi lapsista koki kerho kerran mieluisaksi.

Viisi lapsista koki kerhokerran harjoitukset helpoiksi.



Kaksi lapsista vastasi kerhokerran mielisuuteen neutraalin naaman.

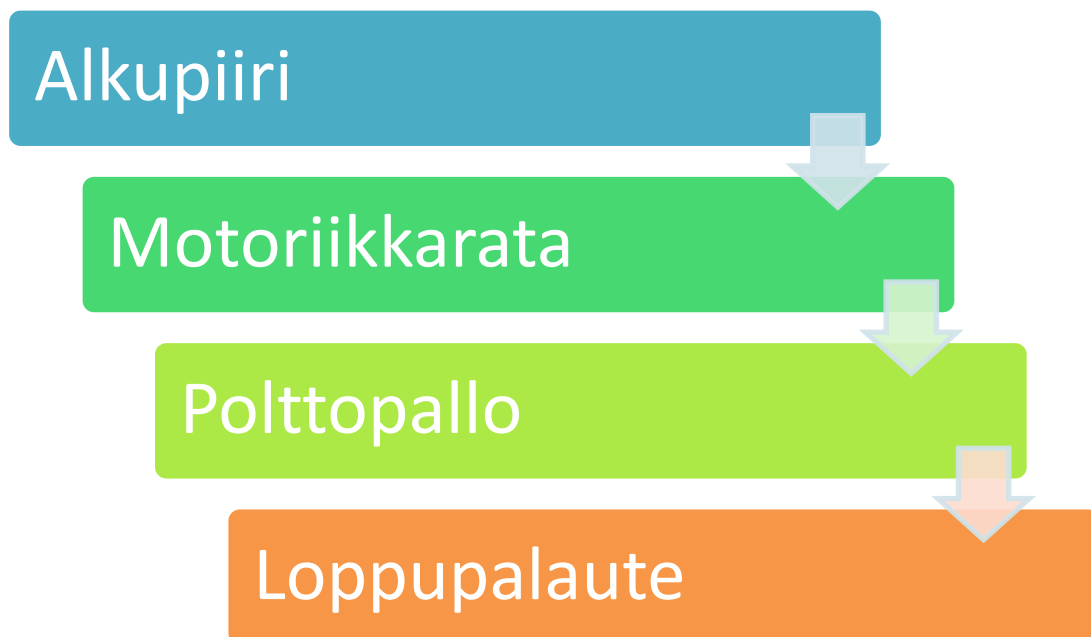
Kolme lapsista ei kokenut harjoituksia vaikeiksi eikä helpoiksi.



Yksi lapsista ei kokenut kertaa mieluisaksi.

Kaksi lapsista jätti vastaamatta kumpaakin kysymykseen.

5.5. Viides kerta- Motoriikkarata



Tällä kertaa ideana oli koota yhteen kaikkien kerhokertojen toimintoja motoriikkaradan avulla. Mukana oli myös lapsille hauskoja pisteitä esimerkiksi köydet ja renkaat, vaikka niitä ei ole aikaisemmillä kerroilla ollut mukana. Renkaiden tarkoituksena oli saada lapselle oman kehon tuntemusta.

Motoriikka radan alussa oli laitettuna köydet, jonka kyytiin mentiin korokkeelta ja laskeuduttiin toiselle korokkeelle. Tässä lapsen tarvitsi arvioida, koska köyden kyydistä on jäätävä pois, jotta osuu matalammalle korokkeelle.

Otimme tasapainosta mukaan tasapainolaudan, koska lapset kovasti pitivät siitä. Lisäksi laitoimme renkaita vierekkäin, joista piti hyppiä seuraavalle pisteelle, kohti köyttä, jota pitkin piti tasapainoilla.

Lapset pitivät renkaissa roikkumisesta niin paljon, että päätimme pistää ne heidän ilokseen mukaan rataan. Puolapuut ja hulavanne olivat seuraavana pisteenä. Tällä oli tarkoituksena parantaa lapsen kehon hallintaa. Lapset saivat kiivetä puolapuita pitkin ja pyörittää hulavannetta. Nämä olivat lapsille entuudestaan aika tuttuja, eikä heillä mielenkiinto riittänyt oikein tähän pisteeseen.

Viimeisenä pisteenä meillä oli trampoliinit, joissa lapset saivat pomppia. Nykypäivänä on aika suuri suosio pistää kotipihaan iso trampoliini, jossa on tilaa pomppia ja

tempuilla, joten pienet trampoliinit eivät oikein jaksaa kiinnostaa lapsia, mutta yllättävän hyvin he viihtyivät trampoliinissa.

Viimeiseksi leikiksi otimme lasten toiveesta polttopallon.

Viimeisellä kerralla seitsemän lasta oli paikalla. Viimeinen kerta sujui erinomaisesti, ohjeet kuunneltiin hienosti. Ainoa asia, joka ei sujunut moitteettomasti oli järjestelmällisyys pisteiden vaihdossa. Lapset eivät tuntuneet ymmärtävän, mihin pisteeseen pitäisi siirtyä seuraavaksi, vaan he kulkivat pisteestä pisteeseen miten sattui. Kaikki lapset kuitenkin pääsivät käymään jokaisessa pisteessä ja pillin puhalluksesta vaihtoivat johonkin pisteeseen, joten homma toimi näinkin. Jatkoa ajatellen pisteiden väliin voisi laittaa jalan jäljet näyttämään mihin pitäisi siirtyä seuraavaksi.

Tällä kertaa oli enemmän aikaa panostaa lasten yksilölliseen neuvomiseen ja kannustamiseen, joka näkyi lasten pitkässä keskistymisessä. Lapset myös kannustivat ja neuvoivat toisiaan hyvin. Huomasimme että osa lapsista pitää koko ajan roolia päällä ja on olevinaan isoja, mutta kun heidän kanssaan on kahden huomaa, että he uskaltavatkin käyttäytyä ikätasonsa mukaisesti. Tällä kertaa ymmärsimme, että joidenkin lasten kohdalla käytös on huomionhakemista ja kun jättää tietyt asiat huomioimatta, he tulevat mukaan toimintaan ja lopettavat huonon käytöksen. Tällä kertaa kaikki lapset olivat innostuneita toiminnasta ja jaksoivat keskittyä omaan suoritukseensa.

Lapset jaksoivat keskittyä paremmin, kun heillä oli mieluisia harjoituksia. Lapset eivät ehkä olleet vielä oppineet, ettei aina voi tehdä mitä haluaa, vaan joskus tarvitsee tehdä vähän epämieluisiakin asioita.

Lasten ajatuksia



Neljä lapsista koki kerhokerran mielisaksi.

Kolme lapsista koki harjoitukset helpoiksi.



Yksi lapsista ei kokenut harjoituksia vaikeiksi tai helpoiksi.



Yksikään lapsista ei vastannut tätä kohtaa mihinkään kysymykseen.

Lisäksi kaksi lapsista oli vastannut kaikkiin kysymyksiin kaikki kohdat.

6 LOPPUPOHDINTA

Opinnäytetyö prosessin vaikein osuus oli aiheen ja yhteistyökumppanin saaminen. Alussa ainoana lähtökohta ja tavoitteena oli lastentarhanopettajan pätevyyden saaminen, eli työn piti kohdistua alle yhdeksän vuotiaisiin lapsiin. Aiheen kanssa meni liki vuosi ennen kuin aihe syntyi. Aiheen keksimistä helpotti se, kun päätimme tehdä työn yhdessä ja meillä oli käytössä kahdet ajatukset mukana. Yhteistyökumppania miettiessämme, mieleemme tuli koulu, jonka kanssa olemme aikaisemmin tehneet yhteistyötä. Aloitimme prosessin ottamalla kyseiseen kouluun yhteyttä ja kyselemällä heidän halukuuttaan lähteä mukaan prosessiin. Prosessia oli helpompi lähteä viemään eteenpäin, kun oli jo jotakin, mikä rajasi mahdollisuuksia. Prosessi lähti etenemään, kun saimme kuulla koulun tarpeen ja lähdimme siitä suunnittelemaan aihetta. Koska tarve tuli koululta, niin työ oli meille mielekäs tehdä.

Mielestämme lasten keskittymiskyky parantui ensimmäisestä kerrasta, ottaen huomioon kerhon lyhyen keston. Jokaisella kerralla emme saaneet lapsia keskittymään ja toimimaan oikein, mutta useampia onnistumisia oli. Aina epäonnistuneet tilanteet eivät välttämättä johtuneet meistä, vaan ulkopuolisista tekijöistä, joihin me emme voineet vaikuttaa. Viimeisillä kerroilla opimme jo tunnistamaan lasten tapoja reagoida erilaisiin tilanteisiin. Tulimme siihen tulokseen, että muutama kerhokerta lisää olisi ollut hyvä juttu. Lapset alkoivat viimeisillä kerroilla keskittymään paremmin, joten muutama kerta vielä lisää olisi vienyt asiaa vielä eteenpäin, mutta tämä ei ollut aikataulun puitteissa mahdollista.

Kognitiivisten taitojen kehittyminen oli joissakin lapsissa merkittävä. Useammalla kerhokerralla olisi mahdollisesti ollut vaikutusta myös muiden lasten kehittymiseen.

Kymmenen lasta oli joillakin kerroilla turhan iso määrä, joten ehkä hieman pienempi ryhmä olisi antanut enemmän mahdollisuuksia ja aikaa ottaa yksilöllisesti jokainen lapsi ja hänen tarpeensa huomioon.

Koulussa lapselta vaaditaan keskittymistä ja paikallaan olemista. Nämä ovat keskeisiä asioita oppimisen kannalta, mutta liikunnan ja leikin avulla olisi mahdollista opettaa lapselle erilaisia asioita, sillä leikki ja liikunta ovat lapselle luonnollinen tapa ilmaista itseään. Lapsi aivan kuin huomaamattaan harjoittelee leikin varjolla erilaisia motorisia kykyjä ja taitoja. (Rintala P, 2005, 84.)

Mielestämme olisi hyvä pohtia tämän käyttöä perusopetuksessa, miten voitaisiin enemmän hyödyntää liikuntaa ja leikkiä oppimisessa. Toimintamme osoitti sen, että liikunnasta on apua mm. keskittymiskyvyn parantamisessa ja erilaiset motoriikka harjoitteet voivat olla tukena oppimisessa. Tärkeäksi koimme sen, että lapset pääsivät liikuntakerroilla purkamaan ylimääräisen energiansa jota syntyy siitä, kun pitää tunteilla keskittyä ja olla paikallaan ja kun ylimääräinen energia on saatu purettua jaksaa taas paremmin keskittyä. Meillä rajoituksena oli, se että kertoja oli rajallinen määrä ja aika tuli usein vastaan, mutta mielestämme saimme osoitettua jo sen, että tämänkaltaisen toiminta pidemmällä ajanjaksolla antaisi varmasti tuloksia ja olisi näin hyödyksi.

Kerhoon suunnitteluun toi ongelmia se, ettemme olleet nähneet lapsia ennen kerhon alkua. Emme tieneet oikeastaan juuri mitään lapsista ennen alkua. Lapset olisivat voineet olla hiljaisia ja arkoja, jonka vuoksi ryhmässä tehtävät harjoitukset eivät olisi onnistuneet tai vaihtoehtoisesti lapset eivät olisi halunneet tehdä yksin mitään. Toisaalta emme myöskään tieneet pitävätkö lapset leikinomaisista harjoituksista vai olisiko leikit heidän mielestään liian lapsellisia, jonka vuoksi eivät olisi osallistuneet.

Mielestämme olemme ammattillisesti kasvaneet paljon. Työn yhdessä tekeminen opetti muun muassa tiimi työskentelyä, aikataulujen yhteen sovittamista ja joustavuutta, jotka ovat tärkeitä taitoja myös työelämässä. Saimme lisää kokemusta lapsi ryhmän ohjaamisesta, toimintatuokioiden suunnittelusta sekä erilaisten lasten kohtaamisesta. Yhteistyö koulun kanssa antoi kokemusta projektiluontoisesta työskentelystä.

Huomasimme, että kerhon pitäminen vaati paljon muutakin kuin pelkkää liikuntaa. Lapsi reagoi voimakkaasti erilaisiin asioihin ja tilanne muutoksiin, mutta ei välttämättä osaa ilmaista tunnettaan ja asiaansa sanallisesti, vaan ilmaisee sen käytöksellään. Tämän vuoksi on tärkeää ymmärtää ja nähdä, mitä asioiden takana on ja ottaa lapsi huomioon kokonaisvaltaisena yksilönä.

LÄHTEET

Rauma 2014. Kognitiiviset taidot. Viitattu 1.8.2014.

http://www.rauma.fi/koulut/nummi/kognitiiviset_taidot.htm

Riekkilä K & Hokkanen T 2006. Hei mä osaan. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammatti-
korkeakoulu. Viitattu 1.8.2014.

<http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/17906/TMP.objres.269.pdf>

Peda.net. Oppimistyyli. Viitattu 1.8.2014. [https://peda.net/oppimateriaalit/e-
oppi/ylakoulu/opinto-ohjaus2/op/oppimistyyli](https://peda.net/oppimateriaalit/e-
oppi/ylakoulu/opinto-ohjaus2/op/oppimistyyli)

Outward Bound Finland ry 2014. Viitattu 7.8.2014

<http://www.outwardbound.fi/experiential-learning>

Kangasniemi J, Reitti M, Sillanpää-Reitti T, 2009. Luonto- ja elämysliikunta. Ope-
tushallitus ja koululiikuntaliitto.

Rintala P, Ahonen T, Cantell M, Nissinen A. 2005. Liiku ja Opi- liikunnasta apua
oppimisvaikeuksiin. Keuruu. Otavan kirjapaino oy.

Lehtonen T. 1998 elämän seikkailu- näkökulmia elämyksellisen ja kokemuksellisen
oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä. Gummerus kirjapaino oy.

Harjoitusten pohjana käytimme seuraavia kirjoja

Karvonen P.2000. Hyppää Pois- lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Tampe-
re. Tammer-Paino oy.

Viholainen H, Hemmola P, Suvikas J, Purtsi J. 2011. Loikkiksella ketteräksi. Eura.
Eura Print.

Latva T, Taipale S, Uosukainen L. 2002. MOPA- motoriikkaa paremmaksi. Haukka-
rannan koulun julkaisusarjat.