

<b>Aihe</b>	7–10-vuotiaiden erityisryhmä ulkona virkeyttä etsimässä
<b>Tavoitteet</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ryhmytyminen</li> <li>kanssakäymisen edistäminen</li> <li>uudet kokemukset</li> </ul>
<b>Kohderyhmä ja koko</b>	sairaalaopetusryhmä 7–12-vuotiaat, 10 lasta ja 4 aikuista.
<b>Ajankohta, aika</b>	kevät–syksy, kesto 2,5 tuntia
<b>Tarvikkeet</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>jokamiehenoikeudet –kuvakortit</li> <li>20 huvia (peli ja silmien peittäminen köysiradalla)</li> <li>5–10 luuppia/suurennuslasia</li> <li>narua hämähäkinseittiä varten</li> <li>tasapainoliina alaköysiradan tekoon</li> <li>köysi köysirataa varten</li> <li>merkkaušnauha</li> <li>vihellyspilli</li> <li>vessapaperirulla</li> <li>käsidesinfektointiaine</li> <li>ensiapulaukku</li> </ul>
<b>Valmistelut</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>jokamiehenoikeudet -kuvakorttien piilottaminen metsään merkitylle alueelle</li> <li>köysiradan tekeminen ja tasapainoliinan asentaminen paikalleen</li> </ul>
<b>Ohjelma ja aikataulu</b>	<p>0–10 min</p> <p>1. <b>Aloit</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Selvitetään oppilailta, pelkääkö joku metsään menoa. Kysy, miten pelosta voi päästä yli. Vastaus voi olla: kulkea yhdessä, käydä tutuissa paikoissa yms.</li> <li>Kerro, että pelkääminen on normaalia ja tuntematonta on turvallista pelätä, mutta sen ei kannata antaa rajoittaa elämää. Kaikki on kunnossa, jos liikutaan yhdessä ja kunnioitetaan luontoa.</li> <li><b>Kesto 10 min, paikka vapaavalintainen.</b></li> </ul> <p>2. <b>Rosvoilta suojautuminen –ryhmytymispeli</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jaetaan oppilaat kolmen hengen ryhmiin. Ohjeistetaan ryhmiä pysymään yhdessä, koska alueella on havaittu liikkuvan ryösteleviä rosvoja.</li> <li>Yhdessä ollessa rosvo ei hyökkää, mutta jos joku jää yksi rosvo vie yksin jääneeltä tuokion alussa saadun huivin. Jos ryhmä menettää yhdenkin huivin, ei ryhmä voita ryhmien välistä huivikisaa. Huivin menettäminen voidaan estää pysymällä lähellä toisia. Jos rosvo hyökkää, silloin uhriksi jäänyt ei voi liikkua, mutta huutaa apua, jolloin toiset voivat tulla väliin pelastamaan ryöstön uhrin. Rosvon tunnistaa kasvoja peittävästä huivista. Rosvona voivat toimia opettaja tai muut ryhmät.</li> <li><b>Kesto tuokion loppuun asti.</b></li> </ul> <p>10–20 min</p> <p>3. <b>Karttaan tutustuminen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jaetaan oppilaat kolmen hengen ryhmiin ja annetaan jokaiselle alueen maastokartta, johon merkitty toimintapisteet.</li> <li>Annetaan ohjeeksi miettiä, mitä eri karttamerkit tarkoittavat ja etsiä jokaisella toimintapisteellä seuraavan pisteen etsiminen.</li> <li><b>Kesto 10 min, paikka vapaavalintainen.</b></li> </ul>

20–35 min	<p><b>4. Etsi ja löydä jokamiehenoikeudet</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Annetaan oppilaille tehtäväksi etsiä lähiympäristöön piilotetut jokamiehenoikeudet.</li> <li>• Jokamiehenoikeudet ovat kuvina, joista voi käydä lopuksi keskustelua, mitä kuvat tarkoittavat.</li> <li>• <b>Kesto 15 min, paikkana vaihteleva maasto, jossa on piilopaikkoja.</b></li> </ul>
35–55 min	<p><b>5. Pintarakenteiden tunnistaminen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jaetaan oppilaat pareihin. Kumpikin vuorollaan peittää silmänsä huivilla ja toinen ohjaa parinsa tunnustelemaan eri materiaaleja.</li> <li>• Sokkona kulkeva yrittää arvata, mikä materiaali on kyseessä.</li> <li>• Kumpikin tunnustelee 3–5 erilaista pintaa.</li> <li>• <b>Kesto 10–15 min, paikka vaihteleva maasto, josta löytyy kiviä, sammalta, eri puulajeja ja vettä.</b></li> </ul>
55 min–1 h 15 min	<p><b>6. Aistit</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Istutaan alas itse valitsemaan paikkaan kuitenkin lähemmäs.</li> <li>• Ohjeistetaan oppilaat tutkimaan edessä olevaa maastoa neliömetrin alueelta. Tarkastellaan kohdetta luopin avulla. Voidaan myös vertailla havaintoja.</li> <li>• Yritetään erottaa hajuja ympäristöstä haistelemalla tutkittavana olevaa aluetta.</li> <li>• Lisäksi voidaan etsiä vielä tämän harjoitteen aikana tai myöhemmin makuaistilla havaittavia asioita, esim. mustikoita.</li> <li>• Ohjeistetaan lapset lopuksi sulkemaan silmänsä ja kuuntelemaan hiljaa ympäristön ääniä. Lopuksi voidaan myös tunnistaa lintuja.</li> <li>• <b>Kesto 15–20 min, paikka rauhallinen metsikkö.</b></li> </ul>
1 h 15 min–1 h 45 min	<p><b>7. Köysirata</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aistirastilla muodostetut ryhmät saavat tehtäväksi kulkea kolmiosaisen köysiradan läpi.</li> <li>• Tasapainoliina (korkeus noin 20–30 cm maan pinnasta). Ryhmän muut jäsenet auttavat liinalla liikkuvan läpi ilman putoamista.</li> <li>• Köysirata, jonka jokainen kulkee läpi silmät peitettynä. Ryhmän jäsenet voivat joko pitää kiinni toisistaan tai kommunikoida äänen avulla varmistaen kaikkien olevan mukana.</li> <li>• Hämähäkinseitti. Ryhmä valitsee seitistä aukot, joiden läpi se kulkee koskematta köysiin. Kutakin aukkoa saa käyttää vain yhdesti. Jos joku koskettaa köyttä, silloin ryhmän täytyy aloittaa hämähäkinseitti alusta.</li> <li>• Jos köysiradalla joutuu odottamaan omaa vuoroaan, voi ryhmä päättää mitä aistia keskittyy käyttämään kerrallaan ja tarkkailee luontoa sen aistin avulla. Aloita haju- ja makuaistista.</li> <li>• <b>Kesto 20 min, paikkana helppokulkuinen maasto.</b></li> </ul>
1 h 45 min–2 h 15 min	<p><b>8. Evästauko</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Syödään eväät taukopaikalla ja välillä keskitytään kuuntelemaan ympäristön ääniä.</li> <li>• <b>Kesto 25 min, paikka nuotiopaikka tai muu vapaavalintainen paikka, jos ei ole nuotiota.</b></li> </ul>
2 h 15 min–2	<p><b>9. Lopetus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarkistetaan, ovatko kaikki huivit tallessa.</li> <li>• Kysytään lapsilta, tunnelmat radan jälkeen näyttämällä peukaloa. Ylhäällä oleva peukalo kuvastaa hyvää kokemusta ja alaspäin osoittava peukalo huonoa/ikävää</li> </ul>

h 25 min	<p>kokemusta. Voidaan myös keskustella tuokiosta, jos siltä tuntuu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Kesto 5–10 min, paikka vapaavalintainen.</b></li> </ul> <p><b>Bonus: Puuhippa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jokainen valitsee itselleen oman kotipuun paitsi yksi, joka aloittaa leikin huutamalla: talo palo, pakko vaihtaa! Tällöin kaikkien täytyy vaihtaa puuta, jolloin myös huutaja yrittää saada itselleen oman puun muiden vaihtaessa puuta. Henkilö, joka jää ilman puuta jää uudeksi huutajaksi.</li> <li>• Muunnelma: leikissä voi harjoitella samalla tunnistamaan puuta, jos huutoon lisäksi tietyn puulajin: Talo palo, pakko vaihtaa kuusipuu/koivupuuta/mäntypuu! Tällöin ainoastaan huudetun puulajin luona olevat henkilöt vaihtavat paikkaa.</li> <li>• <b>Kesto n. 10 min, paikka puuryhmä.</b></li> </ul> <p><b>Bonus: Metsänhaltijan kosketus -peli</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yksi leikkijöistä on metsänhaltija, joka asettuu muiden eteen silmät peitettyinä, muiden ollessa hänen takanaan puoliympyrässä.</li> <li>• Muut leikkijät lähestyvät metsänhaltijaa mahdollisimman hiljaa ja yrittävät koskettaa häntä ennen kuin metsänhaltijana olija huomaa lähestyjän ja osoittaa sormella kuulemansa äänen suuntaan. Henkilö, joka pystyy koskettamaan metsänhaltijaa, siirtyy metsänhaltijaksi aikaisemmin metsänhaltijana olleen siirtyessä puoliympyrään.</li> <li>• <b>Kesto n. 10 min, paikkana aukea alue metsässä.</b></li> </ul> <p><b>Bonus: Ensiapuopetus.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Johdanto: Olette eväsretkellä, mutta kaikessa tohinassa ensiapulaukku unohtui kotiin. Ette usko tarvitsevan sitä, mutta silloinhan se onnettomuus tapahtuu, kun sitä ei odota. Mitä tehdä, kun sattuu seuraavalla tavalla?</li> <li>• Saat nuotiolla palovamman käteen yrittäessäsi pelastaa pudonnutta makkaraa nuotiosta</li> <li>• Saat haavan puukosta ranteeseen vuollessasi makkaratikkaa/retkikirveestä jalkaasi pilkkoessa polttopuuta. Verta tulee ja tulee, eikä verenvuoto ota loppuakseen. Ison haavan ensiapu ja verenvuodon tyrehtyminen</li> <li>• Kaveri kaatui ja väänsi jalkansa niin pahoin, ettei voi varata painoa jalalle murtunut jalka (tarvikkeet luonnosta).</li> <li>• Ennen kuin jokaista osatehtävää aletaan harjoitella pareittain, mietitään ensin parin kanssa vähän aikaa keinoja ensiavun antamiseen. Tämän jälkeen ideat käydään koko ryhmänä läpi.</li> <li>• Ohjaaja näyttää esimerkin, miten ensiavun voi antaa, minkä jälkeen oppilaat harjoittelevat antamaan ensiapua mallin mukaan. Kumpikin parista toimii sekä potilaana että autettavana. Ensiavun harjoittelua opetellaan niillä tarvikkeilla, joita on saatavilla retkellä.</li> <li>• <b>Kesto 5-60 min, mutta voidaan suorittaa siinä laajuudessa kuin se on mahdollista. Paikka vapaavalintainen.</b></li> </ul>
<b>Koonti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mikä ympäristössä oli mielenkiintoisin/ pelottavin/ mukavin? Miksi?</li> <li>• Oliko luonnossa jotain muita asioita, jotka erityisesti jäivät mieleen?</li> <li>• Tehdään yhdessä johtopäätöksiä, millainen luonnon olisi hyvä olla, jotta siellä olisi mukava liikkua myös vapaa-ajalla.</li> </ul>
<b>Huomioitavaa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sään mukainen pukeutuminen.</li> <li>• Tehdään tutuksi uudet käsitteet, uusia käsitteitä olisi hyvä olla enintään 3-5.</li> </ul>
<b>Lisää tietoa</b>	









