

Tuntisuunnitelma: KAVERITAIIDOT

Tällä tunnilla pohdimme, millaisia taitoja tarvitsemme siihen, että osaamme olla hyviä kavereita. Kaveritaitoja on monenlaisia, esimerkiksi taito liittyä porukkaan, kuunnella toisia ja uskaltaa kertoa oma mielipide. On tärkeää myös miettiä, minkälainen käytös ei auta kavereiden kanssa toimimisessa ja olemisessa. Kun opimme hyviä kaveritaitoja, on yhdessä toimiminen mukavaa ja sujuvaa. On tärkeää, että osaamme toimia toistemme kanssa sovussa.

TAVOITTEET:

- Oppia, mitä tarkoitetaan hyvillä kaveritaidoilla
- Pohtia, miten kaveritaidot sujuvat itsellä
- Ymmärtää, miksi kaveritaitojen opettelu on tärkeää
- Harjoitella hyviä kaveritaitoja

TARVIKKEET:

- Tuntirakennetta kuvaavat kortit
- Luokka loistamaan –sopimus
- Kaveritaidot- juliste
- Itsearviointimoniste
- Nopat ja kaveritaitopelipohja
- Asettumiseen rauhallinen musiikki tai soitin
- Jos näytetään videoita opetushetkillä, tarvitaan tykki äänentoistolla

Luokka loistamaan –sopimus on hyvä olla esillä jokaisella oppitunnilla ja tunnin alussa muistuttaa siitä.

Tuntirakenne voidaan käydä läpi ja laittaa näkyviin kuvien avulla.

Asettuminen: Rauhoittuminen musiikin avulla

Tänään kuuntelemme asettumisharjoituksessa rauhallista musiikkia. Musiikki on toimiva rauhoittumiskeino, lisäksi musiikin avulla voimme vaihtaa tunnetilaa ja rentoutua. Jos mielessä pyörii huoliajatuksia tai on vaikeaa keskittyä, voi musiikki auttaa meitä asettumaan. Tärkeää on valita sellainen musiikki, josta itse pitää ja nauttii. Jos esimerkiksi läksyjen tekemisen ja kokeeseen harjoittelun aikana kuuntelee musiikkia, voisi kokeilla sellaista musiikkia, jossa on vain soittimia, sillä laulettu teksti voi kiinnittää huomiota pois tehtävästä. Tässä esimerkissä, jonka on säveltänyt yksi meidän Luokka Loistamaan –opettaja, Ivo Hackman, ei ole laulua, vaan pelkästään soittimia.

Nyt saat kuunnella tämän kappaleen ja samalla hengitellä rauhallisesti. Voit vain kuunnella, tai samalla miettiä, minkälaisia ajatuksia tai mielikuvia kappale tuo sinun mieleesi.

<https://soundcloud.com/ivo-hackman/pilkahdus-sisalta-1>

<https://soundcloud.com/ivo-hackman/mita-mina-nain>

Asettumisen jälkeen voidaan lyhyesti jutella. *Miltä harjoitus tuntui? Miltä kehossasi tuntuu? Minkälaisia ajatuksia tai minkälaisen tunnelman musiikkikappale herätti?* Oikeita ja väärä vastauksia ei ole, jokaisen kokemus on omanlainen.

TAI (vaihtoehto, mikäli musiikkia ei ole käytössä, voi soittaa Koshia)

Tänään asettumisessa saat omassa rauhassa miettiä, tunnetko jonkun sellaisen, joka on todella kiva ja mukava kaveri. Ajattele häntä ja mieti, miten hän toimii erilaisissa tilanteissa ja miten hän kohtelee toisia? Miltä olosi tuntuu tällaisen todella mukavan ihmisen seurassa? Voit miettiä myös mitä taitoja hänellä on? Mieti, tunnetko enemmänkin ihmisiä, joilla on taitoja olla kiva ja mukava kaveri?

Asettumisen jälkeen voidaan lyhyesti jutella. *Miltä harjoitus tuntui? Oliko helppo keksiä ihminen, jota ajattelit? Millainen ihminen hän on?*

Opetus: Hyvän kaverin taidot

Tarvitaan: Hyvän kaverin taidot –juliste

Tutkitaan Hyvän kaverin taidot –julistetta ja käydään läpi taito kerrallaan, mitä ne tarkoittavat. Jokainen voi samalla jo valmiiksi miettiä, miten tämä taito sujuu itsellä. Voidaan myös katsoa video, jossa puhutaan samoista teemoista.

<https://sroppimateriaalit.fi/web/site-186223/state-jurdcmrgercytzr/page-186441>

Tehtävä: Omien kaveritaitojen itsearviointi

Tarvitaan: Kaveritaitoni –itsearviointimoniste, vihko, värikynä

Oppilas ympyröi monisteesta ne kaveritaidot, jotka ovat oppilaan omasta mielestä hänen vahvuuksiaan. Mietitään myös, mitä taitoja olisi hyvä harjoitella lisää. Lopuksi halukkaat voivat jakaa omia havaintojaan tehtävästä; oliko omia taitoja helppoa vai vaikeaa arvioida?

Yhteistyö: Kaveritaitopeli

Tarvitaan: Nopat ja pelipohja

Oppilaat toimivat pareittain. Parille jaetaan yksi noppa ja pelipohja. Toinen oppilas lukee pelin tilanteen ääneen. Oppilas 1 heittää noppaa ja sanoo nopan silmäluvun osoittaman vuorosanan (vuorosana 1) ääneen. Tämän jälkeen oppilas 2 heittää noppaa ja sanoo nopan silmäluvun osoittaman vuorosanan (vuorosana 2) ääneen. Tämän jälkeen luetaan ääneen ja mietitään yhdessä viimeisen laatikon kysymyksiä. Kun kysymyksiä on mietitty, siirrytään seuraavaan tilanteeseen.

Sovellus: Tilanteita voisi myös käsitellä siten, että kaksi vapaaehtoista tulee luokan eteen. Pelipohja heijastetaan nähtäville. Opettaja lukee tilanteen luokalle ja heittää nopalla vuorosanat, luokan edessä olevat oppilaat sanovat vuorosanat eläytyen ja “näyttelevät” tilanteen. Keskustellaan ja mietitään yhdessä luokan kanssa tilanteeseen liittyviä kysymyksiä. Seuraavaan tilanteeseen kysytään uudet vapaaehtoiset oppilaat.

Toiminta: Usein kavereilta löytyy yhteisiä kiinnostuksen kohteita. Seuraavassa leikissä tutkitaan, mitä yhdistäviä asioita teidän luokan oppilailta löytyy. Kaveritaidot on kuitenkin hyvä olla hallussa kaikkien kanssa, vaikka olisikin kiinnostunut erilaisista asioista.

Kaikki, jotka tykkäävät – leikki

Seisotaan piirissä selät piirin keskusta. Vuorotellen sanotaan jokin asia, josta itse tykkää. Kaikki, jotka tykkäävät asiasta kääntyvät piirin keskusta. Voidaan myös tehdä niin, että sanoja näyttää jonkin liikkeen ja kaikki, jotka tykkäävät asiasta tekevät samaa liikettä (esim. Tykkään koripallosta, pomputellaan leikisti palloa).

tai

Yhdistävät asiat –leikki

Oppilaat jaetaan 3–4 oppilaan ryhmiin. Leikissä oppilaat keksivät heidän ryhmäänsä yhdistäviä asioita. Tavoitteena on vahvistaa tunnetta, että lapsilla on paljon yhteistä toisten kanssa.

Seuraavassa leikissä pääsette keksimään mahdollisimman paljon asioita, jotka yhdistävät teidän ryhmänne lapsia. Esimerkiksi asutte Espoossa, pidätte jäätelöstä jne. Kirjoittakaa paperille asiat, jotka teitä yhdistävät. Aikaa tehtävään on 3 minuuttia.

Lopuksi voidaan keskustella, kuinka monta yhdistävää asiaa ryhmästä jäsenten väliltä löytyi.

Kotitehtävä: Hyvän perheenjäsenen taidot- tehtävä.

Tarvitaan: Kaveritaidot-moniste

Oppilas merkkää monisteeseen, kun hän on käyttänyt kotona jotain hyvää kaveritaitoa perheenjäsentään kohtaan.

Luokkahaaste: Kaveritaitobingo luokalle

Tarvitaan: Bingopohja luokan seinään

Uudessa luokkahaasteessa tavoitteena on täyttää luokan yhteistä bingopohjaa ystävällisillä teoilla. Oppilas saa käydä kirjoittamassa oman nimensä bingopohjan ruutuun, kun hän on tehnyt ruudussa lukevan teon. Samassa ruudussa voi olla useamman lapsen nimi.

Asettuminen: Ystävällisten toivotusten läsnäoloharjoitus (HYMY-koulu)

<https://www.positiivinenoppiminen.fi/hymy-koulu-videot/> (kohdasta 5:10 eteenpäin)

Lopuksi teemme yhdessä ystävällisten toivotusten läsnäoloharjoituksen. Harjoituksen aikana saat rauhoittua ystävällisten ajatusten parissa. Asettumisen jälkeen ohjaan sinut mielikuvissasi toivottamaan kaikkea hyvää sinulle tärkeille ihmisille ja myös itsellesi.

Ota oikein mukava istuma-asento, jossa sinun on hyvä olla hetken ajan omassa rauhassa. Jotta saat oman rauhan, sulje silmäsi tai laske katseesi alaspäin tiettyyn kohtaan.

Tuo ensimmäisenä mieleesi joku sinulle rakas ja läheinen ihminen. Se voi olla joku perheenjäsen, hyvä ystävä tai vaikkapa lemmikki. Kun sinulla on mielessäsi tämä henkilö tai lemmikki, josta pidät tosi paljon, hymyile hänelle mielessäsi ja toivota hänelle mielessäsi ystävällisesti:

Toivon sinulle kaikkea hyvää!

Tuo seuraavaksi mieleesi joku oman luokan kaveri. Joku, jonka kanssa viihdyt ja vietät mielelläsi aikaa. Toivota myös hänelle ystävällisesti mielessäsi:

Toivon sinulle kaikkea hyvää!

Tuo seuraavaksi mieleesi joku luokkakaveri, jota et tunne niin hyvin. Kun saat mieleesi tämän luokkakaverin, toivota myös hänelle ystävällisesti:

Toivon sinulle kaikkea hyvää!

Tuo sitten mieleesi koko luokka, kaikki luokkakaverit, itsesi mukaan lukien, opettaja. Toivota kaikille ystävällisesti mielessäsi:

Toivon meille kaikille kaikkea hyvää! Toivon koko sydämeistäni meille kaikille kaikkea hyvää!

Tuo lopuksi huomiosi itseesi. Toivottavasti olosi on rauhallinen ja lämmin. Ehkä oma hengitys tuntuu pehmeältä ja luonnolliselta. Toivota mielessäsi myös itsellesi ystävällisesti kaikkea hyvää.

Anna tämän harjoituksen vahvistaa sinua tästä eteenpäin. Kiitos sinulle, että olet tehnyt tämän harjoituksen. Voit mielessäsi kiittää itseäsi harjoituksesta. Kun olet valmis, voit avata silmäsi rauhassa. Katsele lempeästi ympärillesi.