



ESIPUHE

Liike on läsnä meissä kaikissa jatkuvasti. Vaikka istumme tai makaamme paikallamme, meissä tapahtuu jatkuvasti liikettä: sydän sykkii, solujen aineenvaihdunta toimii ja asentoamme ylläpitävät lihakset työskentelevät. Liikunta taas on tarkoituksellista, ja siihen liittyy mielikuva hiestä, hengästymisestä ja fyysisestä työnteosta. Osa meistä on luonnostaan liikunnallisia, toiset eivät niinkään. Kömpelyys, epäonnistuminen liikuntasuorituksissa ja erilaiset motoriset vaikeudet voivat olla syitä siihen, miksi liikunta ei kiinnosta. Tutkimusten mukaan motorisiin vaikeuksiin saattaa liittyä erilaisia oppimisen ongelmia. Mikä olisi siis silloin ikävämpi mielikuva kuin opetella matematiikkaa liikunnan keinoin? Tässä kirjassa puhumme tarkoituksellisesti liikkeestä ja liikkumisesta välttämättä sanaa liikunta.

Työssämme lasten ja nuorten fysioterapeutteina olemme huomanneet yhteyksiä liikkumisen ja oppimisen välillä. Lukiessamme kirjallisuutta ja tutkimuksia aiheesta totesimme, että tietoa on, mutta käytännön toteutusta ja materiaalia melko vähän. Koimme, että meidän olisi aika tarttua toimeen ja tehdä jotakin konkreettista. Näistä arkipäivän havainnoista sai alkunsa *Lukuja liikkuen, tavuja touhuten* -hanke, johon saimme yhteistyökumppaniksemme Lasten Liikunnan Tuki ry:n Hämeenlinnasta sekä rahoitusta Opetus- ja kulttuuriministeriön Liikkuva koulu -ohjelmasta ja ELY-keskukselta.

Toiminnallisesta oppimisesta puhutaan paljon ja erilaisia menetelmiä on runsaasti tarjolla, varsinkin matematiikan opiskelua varten. Toiminnallisuus tuntuu kuitenkin usein keskittyvän paikallaan tekemiseen, ja liike ja omalla keholla tekeminen unohtuvat. *Lukuja liikkuen, tavuja touhuten* -hankkeen aikana kehitimme leikkejä, joissa on kognitiivinen op-

pimistavoite, jota kohti edetään liikkumisen avulla. Yhdistimme opetussuunnitelman mukaisia sisältöjä tuttuihin leikkeihin, peleihin ja hyviin käytäntöihin niitä enemmän ja vähemmän muokaten.

Tämä kirja pohjautuu hankkeeseemme ja tarjoaa opettajille ja muille ryhmien ohjaajille vinkkejä siitä, miten varhaisia oppimisvalmiuksia sekä esi- ja alkuopetuksen äidinkieltä ja matematiikkaa voidaan opettaa ja oppia liikkumalla. Leikeissä huomioidaan erityisesti motoriikka ja kinesteettisen aistin hyödyntäminen osana oppimista.

Leikkeihin tarvittavat välineet ovat helposti tehtäviä ja itse askarreltavia. Leikit on testattu niin, että ne voidaan toteuttaa luokkatilassa tai esimerkiksi käytävällä eikä salia välttämättä tarvita. Toki liikuntasali, luistinkenttä tai lähimetsä antavat entistä laajemmat mahdollisuudet leikkien toteuttamiseen sekä liikkeen määrän ja laadun lisäämiseen.

Toiminnallisten ja poissa pulpetista tapahtuvien opettamis- ja oppimismenetelmien käyttäminen muuttaa koko luokan toimintakulttuuria. Liikkuvista lapsista tulee väistämättä enemmän ääntä ja he vievät enemmän tilaa. Opettajalta vaaditaan kykyä sietää hallittua kaaosta ja päästää irti ohjaksista.

Esikoulun ja ensimmäisen luokan välillä tapahtuu merkittävä muutos toimintatavoissa. Kun eskarilaiset vielä istuvat lattialla ja oppivat leikkimällä, samojen lasten tulee kesän jälkeen olla kypsiä istumaan pulpetissa 45 minuuttia kerrallaan, kuuntelemaan ja olemaan hiljaa. Yhtä paljon aikaa kuin opettajalta kuluu opettaa uudet ykkösluokkalaiset istumaan paikoillaan, kuluu aikaa opettaa lapset käyttämään toiminnallisia ja itseohjautuvia menetelmiä.

Lapsiryhmät ja -luokat ovat hyvin heterogeenisiä ja saattaa olla, että joillekin tuoli ja pulpetti on

se struktuuri, joka pitää heidän keskittymisensä kassassa. Opettajalla tulisikin olla herkkyyttä tunnistaa kullekin lapselle tyypilliset tavat ja pyrkiä tarjoamaan oppimiseen erilaisia työskentelytapoja. Tämä tukee samalla lapsen käsitystä itsestään oppijana ja opettaa häntä tunnistamaan itselleen sopivimmat oppimistavat. Ihanne olisi, jos luokassa voisi opiskella samaa asiaa monella eri tavalla.

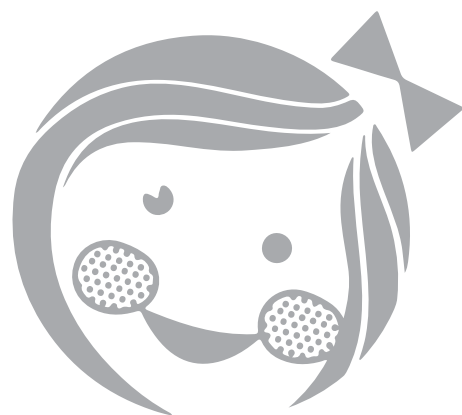
Toiminnallisten menetelmien käyttöönotto vie aluksi aikaa esimerkiksi materiaalin tekemisessä, kokoamisessa ja valmisteluissa. *Lukuja liikkuen, tavuja touhuten* -kirjan avulla pääset alkuun ja vähän pidemmällekin, kun haluat käyttää liikettä oppimisen välineenä. Tavoitteena on, että kirjan lukija alkaa nähdä liikkeen ja toiminnan mahdollisuuksia ympärillään.

Toivomme, että kirjan avulla lukija huomaa omat kykynsä keksiä uusia leikkejä ja muokata vanhoja tuttuja leikkejä sellaisiksi, että niissä yhdistyvät liike ja opetussuunnitelman edellyttämät kognitiiviset sisällöt monipuolisiksi oppimiskokonaisuuksiksi.

Liikkumalla oppimisen iloa!

3.8.2015

Tuuli Tiainen ja Virve Välimäki



Kuva: Henna Pulkkinen

Tuuli Tiainen ja Virve Välimäki ovat molemmat koulutukseltaan fysioterapeutteja. Tuuli on lisäksi suorittanut liikunnan ammattitutkinnon lasten liikunnan osaamisalalta Varalan urheiluopistossa ja Virve kasvatustieteen maisterin opinnot Helsingin yliopistossa. Molemmat työskentelevät yrittäjinä eri tavoin vammaisten ja sairaiden lasten ja nuorten parissa. Työssään he keskittyvät lasten ja nuorten toimintakyvyn, päivittäisten toimintojen ja motoriikan kehittämisen tukemiseen. Työssä korostuvat erityisesti sensoriiikan huomioiminen osana harjoittelua ja oppimista sekä yhteistyö lasten ja nuorten lähipiirin (vanhempien, opettajien, lastentarhanopettajien jne.) kanssa. Tämän yhteistyön myötä myös koulu- ja päiväkotimaailma on tullut heille tutuksi.