

SEIKKAILUKASVATUSPÄIVÄT 2018

TORSTAI

08.00-09.00 Ilmoittautuminen

Vierumäki Resort Hotel, vastaanoton yhteydessä

09.15-10.00 Tapahtuman avaus

Kaskela, Pallohalli

10.00-10.30 Matti Telemäki-luento

Kaskela, Pallohalli

10.30-11.30 Pääluento 1

Uusi OPS: Uhka vai mahdollisuus?

Maarit Marttila, Tredu

Kaskela, Pallohalli

11.30-13.00 Lounas

Kaskela, Ravintola Wanha Sali

13.00-15.30 Luennot

13.00-13.45 Seikkailuterapia meillä ja muualla | Taidon oppiminen ja opettaminen |

Koulumaailman ja nuorisotyön yhteistoiminta Lahdessa | Kokemisen ulottuvuudet |

13.50-14.35 Reflektointi elämyspedagogiikassa | Seikkaillen suomea |

Liikuntaa just mulle | Seikkailukasvatukselliset terapiamenetelmät |

14.40-15.25 Tsekkiläinen kokemuksellisen oppimisen perinne | Seikkailukasvatuksen perusteet

Mikä tekee seikkailusta terapeutin? | Jussihan voisi pitää jotain seikkailua |

15.30-16.00 Kahvi ja suolainen

Kaskela, Ravintola Wanha Sali

16.00-16.45 Pääluento 2

Turvallinen seikkailu - Mission impossible?

Mervi Murtonen, Tukes

Kaskela, Pallohalli

17.00-18.00 Toiminnalliset työpajat

Action Track ulkopelisovellus | Ulkoluokka | Mitä olisitkaan voinut tehdä vanhempiesi kanssa |

Ryhmätoiminta nuorten työpajalla | Taidon oppiminen ja opettaminen | Tutkijatapaaminen

18.00-19.30 Vapaaehtoiset liikunta-aktiviteetit

20.00 → Juhlailallinen ja iltaseikkailu

Vierumäki Resort Hotel, Ballroom



PERJANTAI

07.00-08.00 Aamuaktiviteetit

07.00-09.00 Aamupala

Kaskela, Ravintola Wanha Sali

09.00-10.00 Toiminnalliset työpajat

Luontohaaste - somesta seikkailulle luontoon | Virheiden juhlinta |

Kaikille avoin seikkailu | Seikkailullinen äänimaailmaworkshop |

Fribahelmets | Seikkailukasvatuksellinen ryhmätoiminta yksinäisille

lapsille

10.15-11.15 Pääluento 3

X, Y, Z - Nuorten hyvän elämän määrittäminen sukupolvien ketjussa

Mikko Salasuo, Nuorisotutkimusverkosto

Kaskela, Pallohalli

11.15-12.00 Seikkailukasvatuspäivien päätös

Kaskela, Pallohalli

12.00 → Lounas ja huoneiden luovutus

13.00-15.00 Vapaaehtoiset verkostotapaamiset

Seikkailuterapia | Tutkimus



Pääluento 1

Uusi OPS: Uhka vai mahdollisuus?

Luennoitsija: Maarit Marttila, Tredu

Tila: Kaskela, Pallohalli

Mitä: Yhteisluento

Esityksessäni tarkastelen elämys- ja seikkailupedagogiikkaa opetussuunnitelmien toteutuksessa. Yhtenä esimerkkinä käytän vuonna 2016 valmistunutta liikuntakasvatuksen kenttään sijoittuvaa väitöskirjaani ”Elämys- ja seikkailupedagoginen luontoliikunta opetussuunnitelman toteutuksessa: Etnografinen tutkimus”. Sen tarkoituksena oli lisätä ymmärrystä 1990-luvulla Suomeen levinneestä elämys- ja seikkailupedagogiikasta ja tutkia sen sovellusmahdollisuuksia opetuksessa opetussuunnitelmaa toteuttaen. Lisäksi tarkoituksena oli tutkia menetelmän soveltuvuutta erilaisille oppijoille.

Tutkimukseni keskeiset tulokset osoittivat, että elämys- ja seikkailupedagoginen luontoliikunta tuki yhteisöllisyyttä ja kaverisuhteita, kouluviihtyvyys parantui, poissaolot olivat vähäisiä ja liikunnan määrä lisääntyi. Menetelmä tuki oppimista opiskelijoiden itsensä ja kotiväen kertomana. Se näyttää sopivan opetussuunnitelmien toteuttamiseen eri koulutusasteilla ja erilaisille oppijoille.

Laajemmin tarkasteltuna voidaan todeta, että elämys- ja seikkailupedagogiikka tavoitteellisena, pedagogisena, turvallisenä ja kouluopetuksen lakeja ja määräyksiä noudattavana menetelmänä sopii opetussuunnitelmien toteuttamiseen eri koulutusasteilla. Koska Suomessa opettajalla on vapaus valita mielestään tarkoituksenmukaiset opetusmenetelmät oppimista mahdollistamaan, voi valittu menetelmä olla esimerkiksi elämys- ja seikkailupedagogiikka.

Pääluento 2

Turvallinen seikkailu - mission impossible?

Luennoitsija: Mervi Murtonen, Tukes

Tila: Kaskela, Pallohalli

Mitä: Yhteisluento

Onko turvallisuus sitä, että kaikki vähänkin riskialtis touhuaminen kielletään? Vai sitä, että seikkailu suunnitellaan ja toteutetaan fiksusti? Esityksessä käsitellään seikkailuaktiviteettien turvallisuutta jatkuvan parantamisen ja hyvän palvelun näkökulmasta. Lisäksi selvitetään Tukesin roolia kuluttajapalveluiden valvonnassa ja esitellään uusia työvälineitä vaarojen tunnistamiseen ja hallintaan.

Pääluento 3

X, Y, Z - Nuorten hyvän elämän määrittäminen sukupolvien ketjussa

Luennoitsija: Mikko Salasuo, Nuorisotutkimusverkosto

Tila: Kaskela, Pallohalli

Mitä: Yhteisluento

Nuorilla on keskeinen rooli kulttuuristen muutosten kokijoina, näkijöinä, tulkitsijoina ja tekijöinä. Käsitukset hyvästä ja tavoittelemisen arvoisesta elämästä eivät ole juurtuneet nuoriin samalla tavoin kuin aikuisiin. Suvun ja perheen välityksellä nuoret omaksuvat sosiaalistumalla ja kulttuuriin kasvamalla arvoja, asenteita, oppeja ja käytäntöjä, mutta koska prosessi oman yksilöllisen identiteetin löytämiseksi on kesken, on nuorten mieli avoin myös uudelle ja muuttuvalle. Uudet arviot ja päämäärät voivat syntyä oman sosiaalisen sukupolven kohtaamisen ja sen kanssa käytyjen neuvottelujen kautta.

Kuvaukset luennoista

KLO 13.00-13.45

Seikkailuterapia meillä ja muualla

Luennoitsija: Miia Riihimäki

Kello: 13.00-13.45

Tila: Kaskela, Pallohalli

Seikkailun terapeuttisen käytön hyödyt ja ulottuvuudet on tunnustettu niin kotimaisessa kuin kansainvälisessä seikkailukasvatuksen kirjallisuudessa ja toteutuksessa pitkään. Joskus käytämmekin suomen kielessä seikkailukasvatusta, elämyspedagogiikkaa, seikkailun terapeuttista käyttöä ja seikkailuterapiaa synonyymeinä. Hiljalleen näiden suuntauksien eroavaisuuksia ollaan ruvettu tarkentamaan kansainvälisen tason lisäksi pohjoismaissa sekä sitä kautta myös Suomessa. Puheenvuorossa avataan seikkailuterapian historiaa, filosofiaa ja nykyhetkeä muualla maailmassa. Puheenvuoro esittelee alalla tapahtuneen verkostoitumisen pohjoismaissa ja Suomessa sekä esittää kysymyksen siitä, mitkä ovat suomalaisen seikkailuterapian erityispiirteitä ja tarvitaanko seikkailuterapialle omaa määrittelyänsä.

Taidon oppiminen ja opettaminen

Luennoitsija: Erkki Häkkinen

Kello: 13.00-13.45

Tila: Urheiluhalli, Luentokaari 16

Sytytä sisäinen motivaatiosi! Taidon opettamista ja oppimista lähestytään oppijan omista mielenkiinnon kohteista ja opeteltavan taidon tai asian merkitykselliseksi tekemisestä. Luennolla käsitellään myös miten synnyttän ja tuen oppijan sisäistä motivaatiota. Luento sekä toiminnallinen työpaja tukevat toinen toistaan.

Koulumaailman ja nuorisotyön yhteistoiminta Lahdessa

Luennoitsija: Pekka Pusa & Outi Rönkä

Kello: 13.00-13.45

Tila: Urheiluhalli, Luentokaari 14

Esittelemme koululla tehtävää työtä luokkien, pienryhmien, oppilaskunnan hallitusten ja opettajien kanssa. Tapoina ovat luokkien ryhmätyökset eri ympäristöissä, erityistoiminta pienryhmien kanssa ja leirikoulu yläluokkien kanssa leirikeskukseksämme. Esittelemme myös Seppo-ohjelmalla toteuttamiamme toimintatuokioita. Esityksessä myös koulun edustaja kertoo työn vaikuttavuudesta koulun näkökulmasta. Kerromme myös hyväksi kokemiamme tapoja siitä, kuinka pääsimme kouluun sisään yhdeksi toimijaksi.

Kokemisen ulottuvuudet - työkalu kokemuksellisen oppimisen arviointiin ja kehittämiseen

Luennoitsija: Arto Tiuhonen & Nea Kujala

Kello: 13.00-13.45

Tila: Urheiluhalli, Auditorio

Esityksessä kuvaamme OBF:n kokemuksellisen oppimisen toimintamallin. Seikkailukasvatukselliset menetelmät on yhdistetty kokemusarviointeihin, joiden avulla kokemuksellista oppimista käytetään oppilaiden voimaantumisen apuna. Tavoitteena on auttaa opettajaa ymmärtämään erilaisten kokemusten merkitys oppilaiden tekemisissä. Arviointien ja sk- menetelmien avulla opettaja näkee, miten oppilas kehittyy eri kokemusulottuvuuksilla. Rääätälöimme opettajille työkaluja, joiden avulla seikkailukasvatuskursseilla aikaansaadut positiiviset kokemukset siirretään oppilaiden arkeen pysyviksi muutoksiksi heidän toiminnassaan. Tuloksina esitämme käyttämämme kokemusarvioinnin tuloksia, pohdimme sovelluksia yleisön kanssa ja esitämme suosituksia.

KLO 13.50-14.35

Reflektointi elämyspedagogikassa

Luennoitsija: Kaisa Pietilä

Kello: 13.50-14.35

Tila: Kaskela, Pallohalli

Ohjattu ja tavoitteellinen reflektio tekee seikkailusta kasvatusta - mutta miten? Reflektio liittyy yksilön ja ryhmän metakognitiivisiin taitoihin ja niiden kehittymiseen - kykyyn tarkastella omia ja toisten ajatuksia, tunteita ja toimintaa. Työpajan/luennon tavoitteena on ymmärtää: - mitä reflektointi on (seikkailukasvatuksessa)? - mitä ovat metakognitiiviset taidot ja miten niitä voidaan kehittää? - mikä on ryhmän ja ohjaajan rooli reflektoinnissa?

Seikkailun suomea - Miten seikkailu tukee kielen oppimista?

Luennoitsija: Laura Heinilä

Kello: 13.50-14.35

Tila: Urheiluhalli, Luentokaari 14

Kielenopetuksessa on pinnalla pohdintaa siitä, millaista kielenoppimista tapahtuu muualla kuin perinteisessä opettajajohtoisessa luokkahuonetilanteessa. Yhden mahdollisuuden tähän avaa seikkailullinen kielenopetus. Seikkailua on toki sovellettu kielenopetukseen ennenkin, mutta tutkimusta siitä, miten kieltä seikkailutilanteissa opitaan, ei oikeastaan ole tehty. Kielentutkimuksessa paljon käytetyn keskusteluanalyttisen menetelmän avulla luento esittelee, miten osallistujat seikkailussa ryhmän ja konkreettisten tilannevihjeiden tukemana suuntautuvat kielenoppimiseen ja rakentavat seikkailutilanteista kielenoppimistilanteita. Esittelyssä on myös opettajan ja opiskelijoiden käytännön kokemuksia toteutetuista kielenoppimisseikkailuista.

Liikuntaa just mulle

Luennoitsija: Niklas Hjort

Kello: 13.50-14.35

Tila: Urheiluhalli, Luentokaari 16

Etsivää ja kohdennettua työtä nuorten liikkeelle saamiseksi. Luennolla kerrotaan kokemuksia Helsingin kaupungin Nuorisopalveluiden Boosti- hankkeesta, missä on vuodesta 2015 autettu vähän liikkuvia tukea tarvitsevia nuoria liikkumaan enemmän. Työtä on tehty yhdessä koulun, lastensuojelun, nuorisopsykiatrian ja liikuntaa järjestävien tahojen kanssa. Työssä keskeistä on ollut yksilökohtainen ja pienryhmämuotoinen tuki, monialainen yhteistyö, luonto, liikunta ja seikkailukasvatus. Työstä on saatu hyviä tuloksia, noin 9/10 toiminnassa mukana ollut nuori on kokenut liikkumisensa lisääntyneen toiminnan seurauksena. Tule kuulemaan ja keskustelemaan lisää aiheesta, miten saada nuori #Liikkeelle

Seikkailukasvatukselliset terapiamenetelmät

Luennoitsija: Timo Haaksluoto

Kello: 13.50-14.35

Tila: Urheiluhalli, Auditorio

Pajalla kerätään ja esitellään Suomessa käytettyjä seikkailukasvatuksellisia menetelmiä ja käytänteitä terapiakontekstissa. Omiin terapiaopintoihini (ratkaisukeskeistä lyhytterapiaa 60 op) liittyen olen kerännyt materiaalia loppusyksystä 2017 alkaen. Pajalla käydään myös läpi osallistujien omia kokemuksia ja toiveita aiheesta. Pajan tuotokset jaetaan osallistujille ja valtakunnalliselle seikkailukasvatusverkostolle. Pajalle ilmoittautujat saavat halutessaan (mielellään) lähettää kirjallista kuvausta niistä menetelmistä ja käytänteistä, joista arvelee voivan olla hyötyä terapiakontekstissa toimivalle seikkailuohjaajalle. Osoitteeseen timo.haaksluoto (at) gmail.com / 040 72 68 525.

KLO 14.40-15.25

Tsekkiläinen kokemuksellisen oppimisen perinne

Luennoitsija: Markus Mattsson

Kello: 14.40-15.25

Tila: Kaskela, Pallohalli

Tsekkiläisessä kokemuksellisen oppimisen perinteessä olennaisessa osassa on teatterimaailmasta lainattu dramaturgia-ajattelu sekä pelien ja leikkien käyttö simulaatioina elämän eri osa-alueista. Dramaturgia-ajattelulla viitataan tässä emotionaalisten, älyllisten, sosiaalisten ja fyysisten haasteiden intensiteettiin ohjelman eri vaiheissa. Pelit ja leikit puolestaan voivat vaihdella lyhyistä tutustumisleikeistä usean päivän mittaisiin roolipeleihin. Tässä esityksessä käsitellän näiden ajatusten soveltamista terapeuttisessa työskentelyssä, yhtymäkohtia olemassa oleviin terapiatekniikoihin sekä pedagogisen ja terapeuttisen työskentelyn eroja konkreettisten esimerkkiaktiviteettien pohdiskelun kautta.

Seikkailukasvatuksen perusteet

Luennoitsija: Michelle Sumi

Kello: 14.40-15.25

Tila: Urheiluhalli, Luentokaari 14

Seikkailukasvatuksen perusteet luennolla vastataan kysymyksiin:

- Mitä on seikkailukasvatus?
- Kuinka toiminnallisia ja seikkailullisia metodeja voidaan käyttää kasvattamisen ja ohjaamisen apuvälineenä?

Luento havainnollistaa asiaa aidoista tilanteista otettujen valokuvien kautta.

Mikä tekee seikkailusta terapeuttisen? Kokemuksia ja käytäntöjä seikkailusta terapiatyössä

Luennoitsija: Ville Turunen & Virve Heinämäki

Kello: 14.40-15.25

Tila: Urheiluhalli, Auditorio

Työpajan tavoitteena on pohtia yhdessä seikkailun elementtejä, joilla on olemassa olevaa toimintakykyä edistäviä ja ylläpitäviä vaikutuksia, sekä kerätä yhteen toimivia käytäntöjä ja kokemuksia, joilla voidaan perustella seikkailutoiminnan merkityksellisyyttä, sekä vaikuttavuutta terapia- ja kasvatustyössä.

Jussihan voisi vetää jotain seikkailua

Luennoitsija: Juha-Pekka Palasmaa & Petri Rantapää

Kello: 14.40-15.25

Tila: Urheiluhalli, Luentokaari 16

Seikkailukasvatusta pikkukaupungissa: seikkailukasvatus kohdennetussa kerhotyössä, seikkailukerho, jopoluokkien leirikoulutoiminta, avoin seikkailuleiritoiminta, eli toimintamalleja Loviisasta. Yritystä on, mutta onko onnistumisia? Mitä toiminta vaatii, millainen toiminta voi tuottaa tulosta? Mikä toiminnassa yskii, mistä toimintaan resurssia ja laatua? Mietitään, miten toiminta on muuttunut ja kehittynyt ajan myötä, mitkä ovat osoittautuneet toimiviksi käytännöiksi ja mitä kannattaa välttää.

Kuvaukset toiminnallisista työpajoista

Torstai klo 17.00-18.00

Action Track ulkopelisovellus

Luennoitsija: Jasu Saalasti & Tuija Ronkainen

Kello: 17.00-18.00

Tila: Sisällä + ulkona

Tule mukaan kokeilemaan ActionTrack ulkopelisovellusta ja keskustelemaan sen käytöstä ja mahdollisuuksista! Työpaja sisältää erilaisia digitaalisia toiminnallisia tehtäviä ryhmälle. Luvassa on oivalluksia ja ulkoilua seikkailullisin menetelmin. Tarvitset säänmukaiset ulkoiluvarusteet.

Ulkoluokka - uuden opetussuunnitelman mahdollisuus

Luennoitsija: Aulikki Laine

Kello: 17.00-18.00

Tila: Ulkona

Ulkoluokka- työpajassa opitaan itse tekemällä ja kokemalla ulkona luonnossa. Ulkoluokassa voi opettaa kaikkia oppiaineita eri vuodenaikoina. Työpajassa kokeillaan makupaloja monen eri oppiaineen ulko-opetuksesta. #Ulkoluokka- hankkeessa on luotu upeat lajikortit, jotka ovat kaikkien tulostettavissa. Työpajassa esitellään esimerkkitehtäviä korttien käytöstä.

Mitä olisitkaan voinut tehdä vanhempiesi kanssa! Unelmien hyödyntäminen seikkailuterapiassa perheiden kanssa

Luennoitsija: Satu Kananen & Pekka Lyytinen

Kello: 17.00-18.00

Tila: Sisällä

Työpajassa perehdytään perhekeskeisessä seikkailutoiminnassa huomioitaviin tekijöihin, kuten vuorovaikutuksen laatuun, mentalisaatioon ja intersubjektiivisuuteen. Lisäksi esitellään Isät ja pojat puussa - seikkailutoimintaa neuropsykiatrisesti oireileville nuorille -projektista saatuja kokemuksia ja arviointituloksia. Työpajaan sisältyy toiminnallinen harjoitus ryhmässä sekä siihen liittyvä reflektiivinen keskustelu. Työpajassa hyödynnetään osallistujien henkilökohtaisia muistoja, jotka liittyvät heidän omiin lapsuudenaikaisiin seikkailukokemuksiin vanhemman tai muun merkittävän aikuisen kanssa. Osallistujilla on mahdollisuus pohtia, miten muistoja voi hyödyntää oman työn suunnittelussa ja miten käsitellyt asiat sopivat omaan asiakastyöhön.

Ryhmätoiminta nuorten työpajalla

Luennoitsija: Seija Auvinen

Kello: 17.00-18.00

Tila: Sisällä

Miten sitouttaa nuoret työpajatoimintaan seikkailukasvatusmenetelmiä käyttäen. Nuoret haasteellisia, "mikään ei kiinnosta". Millaisilla menetelmillä työtä tehdään ja millaisia tuloksia on saavutettu. Sosiaaliset taidot, ryhmätyöskentelytaidot ovat suurella osalla hukassa, miten niitä voi harjoittaa seikkailukasvatuksellisilla menetelmillä?

Taidon oppiminen ja opettaminen

Luennoitsija: Erkki Häkkinen

Kello: 17.00-18.00

Tila: Sisällä / ulkona

Sytytä sisäinen motivaatiosi! Taidon opettamista ja oppimista lähestytään oppijan omista mielenkiinnon kohteista ja opeteltavan taidon tai asian merkitykselliseksi tekemisestä. Työpajassa käsitellään myös, miten synnyttän ja tuen oppijan sisäistä motivaatiota. Luento sekä toiminnallinen työpaja tukevat toinen toistaan.

Tutkijatapaaminen

Luennoitsija: Seppo Karppinen

Kello: 17.00-18.00

Tila: Sisällä

Tutkijatapaamisessa pohdimme tavoitteellisen seikkailutoiminnan teoriaa ja käytänteitä kasvatuksen/opetuksen, sosiaali- ja nuorisostyön, terapian ja vapaa-ajan eri sektoreilla. Ryhmässä arvioidaan Suomen Seikkailukasvatuksen tämän hetkistä tilannetta, kehittämistä ja tulevaisuuden haasteita. Tavoitteena on, että osallistujat esittelevät omia tutkimushankkeita tai opinnäytetöitä, joita sitten yhdessä tarkastelemme ja pohdimme. Tarvittaessa jatkamme aina klo 19 asti. Ilmoita mahdollinen tutkimusaiheesi ennakoon seuraavaan s-postiin: seppo.karppinen@eduouka.fi. Ryhmään voit osallistua myös keskustelijana ilman tutkimusaihiota, mutta erityinen mielenkiinto kohdistuu tutkijoihin, opiskelijoihin ja harrastajiin, joita kiinnostaa Seikkailukasvatuksen teoreettiset ja käytännön kysymykset. Tervetuloa kuulemaan seikkailukasvatuksen tuoreimmat uutiset Suomesta ja EOE:n seminaareista!

Perjantai klo 09.00-10.00

Luontohaaste – somesta seikkailulle luontoon

Luennoitsija: Kaisa Liesmäki & Ella Proviaaler

Kello: 09.00-10.00

Tila: Ulkona

Toiminnallisessa työpajassa toteutetaan somessa jo olevia luontohaasteita, joita osallistujat Luontohaaste-blogin ohjeiden mukaisesti yhdessä toteuttavat. Tartutaan haasteeseen, kuvataan ja sometetaan #luontohaaste ja haastetaan ystävä somen kautta mukaan. Somettamalla innostamme uusia ihmisiä luontoon! Keskustellaan yhdessä; Voiko somen kautta oppia uutta luonnosta ja retkeilystä, entäpä innostua muiden esimerkistä ja voiko luontosuhdetta syventää somettamalla? Luontohaasteen Kaisa ja Ella ovat vuoden innostaneet ihmisiä somen kautta luontoon ja retkeilemään, lähde sinäkin mukaan Luontohaasteisiin!

www.luontohaaste.wordpress.com

https://www.facebook.com/luontohaaste/?ref=aymt_homepage_panel

<https://www.instagram.com/luontohaaste/>

Virheiden juhlinta

Luennoitsija: Markus Mattsson

Kello: 09.00-10.00

Tila: Ulkona

Leikkien kautta on mahdollista lähestyä hankaliakin aiheita ja käyttää leikeissä esiin nousseita teemoja terapeutin keskustelun lähtökohtana. Uskomus siitä, että muut hyväksyvät ihmisen vain, jos tämä on täydellinen eikä tee virheitä, on masennuksen ja itsetuhoisuuden riskitekijä. Itseen kohdistuvat täydellisyyden vaatimukset on puolestaan nähty mm. syömishäiriöiden riskitekijänä. Näissä leikeissä jokainen päätyy tekemään virheitä ja ryhmän kannustava reaktio auttaa ajattelemaan, ettei virheen tekeminen ole vakavaa. Ryhmän jäsenten reaktiot virheisiin toimivat lähtökohtina keskustelulle.

Kaikille avoin seikkailu

Luennoitsija: Maija Jauhainen & Riikka Roitto

Kello: 09.00-10.00

Tila: Sisällä

Uuden opetussuunnitelman myötä koulussa on yhä enemmän tilaa seikkailukasvatukselle ja toiminnalliselle oppimiselle. Myös oman toiminnan ja oppimisen arvioinnin harjoittelu korostuu OPS:n tavoitteissa. Koulu myös nojaa entistä enemmän inklusiiviseen opetukseen, jossa opetus mukautuu kaikille oppilaille sopivaksi, riippumatta oppilaan haasteista. Tässä työpajassa ideoidaan ja opitaan yhdessä millä tavalla moninaisessa ryhmässä voi viestiä, ja kuinka erilaiset oppijat voidaan ottaa huomioon seikkailun suunnittelussa ja toteutuksessa. Pohdimme myös, kuinka rakentaa seikkailusta osa luokan arkea ja miten innostaa ja tukea opettajaa sen toteutuksessa.

Seikkailullinen äänimaailmaworkshop

Luennoitsija: Jari Kujala

Kello: 09.00-10.00

Tila: Ulkona

Jokaisella meistä on omia äänimaailmamuistoja, jotka liittyvät luonnon elementteihin kuten sateen, tuulen tai paisteen ehdoilla toimimiseen sekä sosiaalisiin tiloihin kuten puheeseen, kohtaamisten rytmeihin sekä ihmisten liikkumisesta johtuviin ääniin. Tässä workshopissa keskitytään ensin kuunteluun, sitten pienten äänimaailmoiden tuottamiseen. Vapaa assosiaatio tuottaa tietoa ihmisen henkilökohtaisesta maailmasta, jossa merkitysten muodostumista ohjaavat tekijät; sosiaalinen, mentaalinen, sekä kehon havaitsema fyysinen ympäristö. Workshoppissa esiteltäviä toimintatapoja voi käyttää kaikissa oppimisen konteksteissa.

Fribahelmets

Luennoitsija: Timo Anttila

Kello: 09.00-10.00

Tila: Ulkona

Työpajassa esitellään nuorten kanssa kehittelemäämme ja nuorten suunnittelemaa joukkuepeliä. Linkistä pääset tutustumaan peliin jo etukäteen: <https://www.youtube.com/watch?v=n1pmRZC0s9Y>

Seikkailukasvatuksellinen ryhmätoiminta yksinäisille lapsille

Luennoitsija: Valteri Kivelä ja Juho Lempinen

Kello: 09.00-10.00

Tila: Sisällä

Työpajassa tutustutaan KOTA ry:n toteuttamaan seikkailukasvatukselliseen lasten pienryhmätoimintaan, jota toteutetaan yhteistyössä koulun kanssa. Ryhmätoiminta on tarkoitettu yksinäisille, ilman harrastuksia oleville, rohkaistumista ja vahvistumista tarvitseville vitoslukkalaisille oppilaille. Työpajassa esitellään ryhmän toteutuksen kokemuksia sekä yhteistyötä koulun kanssa esimerkkien kautta ja keskustellen (ei toiminnallinen paja). Pajassa käydään läpi seikkailukasvatuksellisen toiminnan soveltamista, ohjaajan roolia ja tehtäviä, ryhmätoiminnan viitekehystä sekä toiminnan tuloksia.

Vapaaehtoiset liikunta-aktiviteetit

Mahdollisuus sekä omatoimiseen, että ohjattuun liikuntaan ja muuhun ohjelmaan torstaina klo 18.00-19.30. Ilmoittautuminen aktiviteetteihin järjestetään Seikkailukasvatuspäivillä.

Bass By Kayak -elokuva

Jos päivä painaa ja mielesi tekee rentoutua dokumentaarisen elokuvan parissa. Bass By Kayak dokumenttielokuva on australialaisen Beau Milesin tuottama dokumentti yhdestä maailman vaarallisimmista ylityksistä kajakilla. Dokumentti poikien melontareissusta Melbournesta Tasmaniaan kestää n. 1h 15min.

InBody -kehonkoostumusanalyysi

InBody-mittaus kertoo mistä kehosi koostuu. Kehostasi analysoidaan mm. solun sisäiset ja ulkoiset nesteet, viskeraalisen rasvan määrä, rasvaprosentti, lihas-rasvadiagnoosi sekä proteiinimassa. Analyysin hinta selviää ja ohjelmaan ilmoittautuminen tapahtuu paikan päällä torstaina. Katso lisätietoja: [InBody -kehonkoostumusanalyysi](#)

Uinti

Uimahallista löydät virkistysallasosaston sekä viisirataisen kuntoaltaan. Virkistysallasosastolla on lasten kahluaallas ja opetusallas, lämmin poreallas, kylmäallas sekä toiminta-allas vesihierontapisteineen. Uimahallin sisäänpääsymaksu 8€.

Hiihto

Kaipaako kehosi liikuntaa? Vierumäen latuverkostosta löydät latuja jokaisen tarpeeseen. Katso latukartta, suksivuokratinnasto ja päivitetty latutiedote tästä: <https://vierumaki.fi/liikuntatilat-ja-lajit/hiihto>

Kuntosali

Kuntosali sijaitsee Urheiluhallin alimmassa kerroksessa, pelikenttien luona. Kuntosali on avoinna arkisin klo 07-21. Voit käyttää kuntosalia ja urheiluhallin juoksurataa seminaarikylttiä näyttämällä.

Sulkapallo

Urheiluhallin alakentistä yksi on varattu vapaaseen sulkapallon pelailuun, joten on aika haastaa kaverisi otteluun. Mailat sekä pallot löytyvät kentän laidalta ja ovat vapaassa käytössä. Muista jättää välineet takaisin kentälle pelien jälkeen.

Ohjattu kuntopiiri

Terveysten kannalta lihaskuntoharjoittelu on erittäin tärkeässä roolissa ja sitä suositellaan tehtäväksi kaksi kertaa viikossa. Ohjatussa kuntopiiri harjoittelussa rasitetaan koko kehoa kokonaisvaltaisesti. Tässä harjoituksessa tulee taatusti hiki. Paikkana urheiluhallin juoksuradan takaosa.

Istumalentopallo

Sovelletussa lentopallossa pääset kokeilemaan, miten lentopalloa voidaan varioida eri tasoisille liikkujille. Istumalentopallo on hauska joukkuepeli, jossa jokaisen rooli on tärkeässä osassa. Liikunnanohjaajaopiskelijat ovat paikan päällä neuvomassa ja ohjaamassa pelin kulkua. Paikkana urheiluhallin alakenttä.

Putkirullailu

Kehon hyvinvoinnin kannalta on tärkeä huolehtia palautumisesta sekä kehonhuollosta. Putkirullalla rullailu on oiva tapa palauttaa pehmytkudosten sekä lihaskalvojen eheys ja pituus sekä laukaista jännitystä lihaskalvoista. Alkulämmittelyn jälkeen tunnilla käydään läpi koko kehon avaaminen putkirullien avulla.

Sauvakävely

Sauvakävelyssä pääset hyödyntämään koko kehon voimantuotto-ominaisuuksia sekä rasittamaan kehoa kokonaisvaltaisesti. Samalla sinulla on mahdollisuus tutustua Vierumäen rauhoittavaan luontoon yksin tai ystäväsi kanssa. Tapaaminen urheiluhallin aulassa.

Curling

Jäähallissa pääset tutustumaan Curlingin maailmaan liikunnanohjaajaopiskelijoiden opastuksella. Curling itsessään on taktinen joukkuepeli, jossa joukkueiden tavoitteena on saada mahdollisimman monta omaa kiveä kehän keskipisteen lähelle.

Aamuaktiviteetit

Perjantaina 16.3.2018 klo 7.00-8.00

Aamuinen kehonhuolto

Päivä on mukava käynnistää pienellä aktivoivalla kehonavauksella. Tunnilla keskitytään rauhallisesti avaamaan kehoa tulevaa päivää varten kehonhuollollisin menetelmin. Paikkana Kaskelan pallohalli.

Herättelevä aamujumppa

Urheiluhallissa juoksusuoran takaosassa pidetään aamuinen jumppa, jonka tempo on nouseva. Tunnilla keskitytään kehonpainoharjoitteluun sekä aktiivisiin avaaviin liikkeisiin, kehon omaa liikkuvuutta hyödyntäen.

Avantouinti

Mikä käynnistäisikään aamun paremmin kuin pulahdus raikkaaseen Valkjärven veteen. Avantouimareiden tapaaminen klo 7.15 Kaskelan edessä. Challenge accepted?

