



Lapsi(oppilas)lähtöinen liikunta



Vilma Pikkupeura

Syksy 2022

Luennon sisältö

- Psykomotoriikka
- Vertaisoppiminen
- Pelillistäminen
- Osallisuus
- Tuntisuunnitelma

Psykomotoriikka

KESKEISET DIDAKTISET PERIAATTEET

1. Lapsilähtöisyys
2. Avoimuus
3. Vapaaehtoisuus
4. Elämyksellisyys
5. Päättäväisyyttä ja valinnan mahdollisuudet
6. Omatoimisuus

Zimmer 2001

Psykomotoriikka

TUNNIN TEEMA

Tunnin voi rakentaa esimerkiksi jonkin mielikuvitusteeman ympärille

- leikkipuisto sisällä
- metsäretki sisällä
- matka maailman ympäri
- sirkus
- autorata
- huvipuisto
- jne.

Zimmer 2001

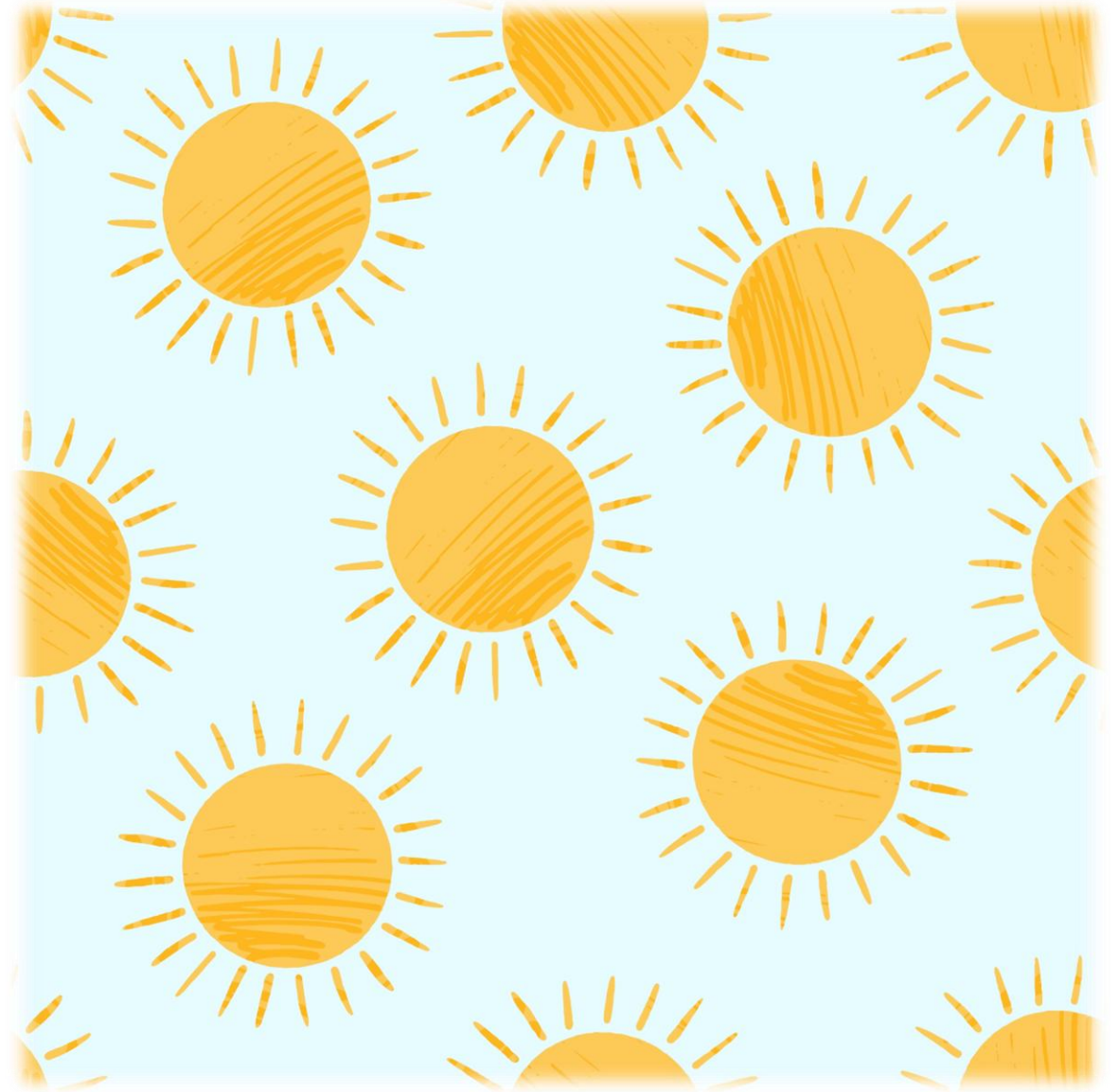


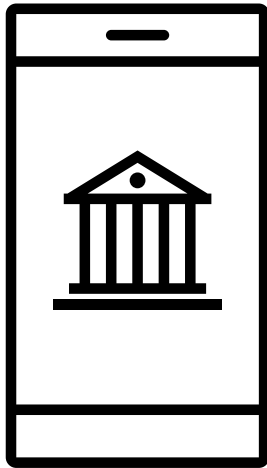
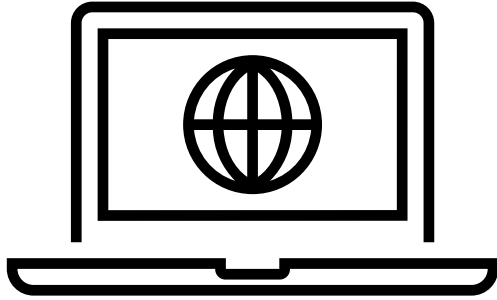
Psykomotoriikka

OHJAUKSEN PERIAATTEET

1. kunnioitus - lämpö – huomioonottaminen
2. eläytyvä arvostelematon käyttäytyminen
3. aitous ja vilpittömyys
4. edistävät, ei-komentelevat yksittäiset teot

Zimmer 2001





Psykomotoriikka-vinkkilinkkejä

- Skillilataamon psykomotoriikkakortit:

<https://innostunliikkumaan.fi/skillilataamo/>

- Leikkejä, tunnetaitoja, kaveritaitoja yms.:

<https://viitotturakkaus.fi/>

- Opinnäytetöitä, joissa myös materiaalipankki:

- [Psykomotorisia harjoituksia alkuopetukseen, Riikka Laitinen & Annamari Lehto \(2014\)](#)
- [Psykomotoriset harjoitukset perusopetuksessa, Jäppinen, Anna & Kääriäinen, Marika \(2010\)](#)

A group of diverse children, including a boy and a girl in the foreground, are smiling and looking up at the camera. They are wearing colorful clothing like a blue shirt, a yellow shirt, and a green shirt. The background is bright and out of focus, suggesting an outdoor setting.

Vertaisoppiminen

Mitä sana tuo mieleen?

Mitä vertaisoppiminen voi olla?

Vertaisoppiminen voi olla...

- ...oman luokkalaisen ohjaamista/ opettamista
- ...oman ikäisen ohjaamista/ opettamista
- ...kummioppilastoimintaa (esim. 1lk-5lk tai 2lk-6lk)
- ...taitavampi opettaa kokemattomampaa
- ...vertaisopettajan ja -oppijan taidot ovat samalla tasolla
- ...kokemattomampi opettaa kokeneempaa (käyttö harkiten)

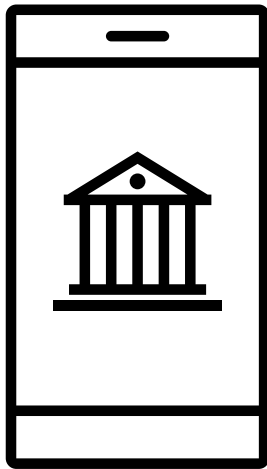
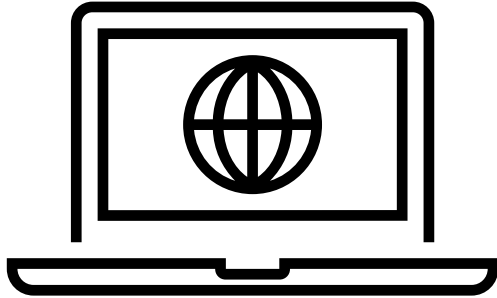


Vertaisoppimisen hyötyjä

- Ryhmään kuulumisen tunteen lisääntyminen
- Mahdollisuus työskennellä vertaisten kanssa
- Ohjeiden vastaanottaminen
- Ohjaajan itsetunnon kehittyminen

Huttunen & Jokitalo-Trebs 2022





Vinkkipankkeja

- Ideapankki koulupäivän liikunnallisiin hetkiin
 - <https://kaikkimukaanliikkumaan.fi/>
- Soveltavan ja kaikille avoimen liikunnan harjoite-/ leikki-/ pelipankki
 - [Iloon yli esteiden -ideapankki](#)



Itsemääräämisteoria

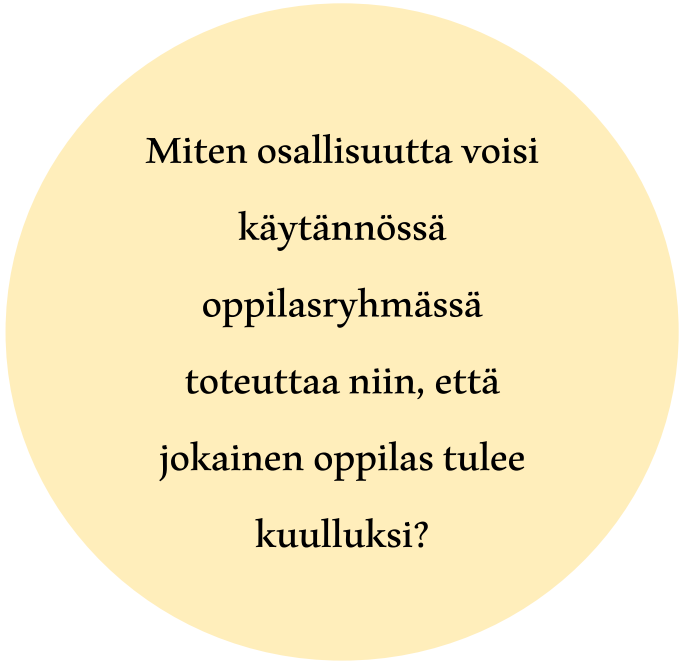
- Self-determination theory (Deci & Ryan, 1985)
 - What is Self Determination Theory?
- Autonomy = **Autonomia** = tarve tehdä asioita omaehtoisesti
 - voi tarkoittaa käytännössä esimerkiksi liikuntatehtävän tason (eriytyväopetus) valintaa tai jos tehdään eri pelejä (toinen kovatempoinen ja toinen höntsäily), saa valita kumpaan menee.
- Relatedness = **Sosiaalinen yhteenkuuluvuus** = tarve kuulua/ liittyä yhteisöön
 - Edistetään usein liikunnassa huomaamatta, kun tehdään pari- ja ryhmätehtäviä sekä pelataan joukkueissa.
- Competence = **Koettu pätevyys** = tarve kokea kyvykkyyttä/ pätevyyttä
 - pitäisi pystyä luomaan kaikille oppilaille joka tunti. Eli onnistumisen kokemusten kautta!



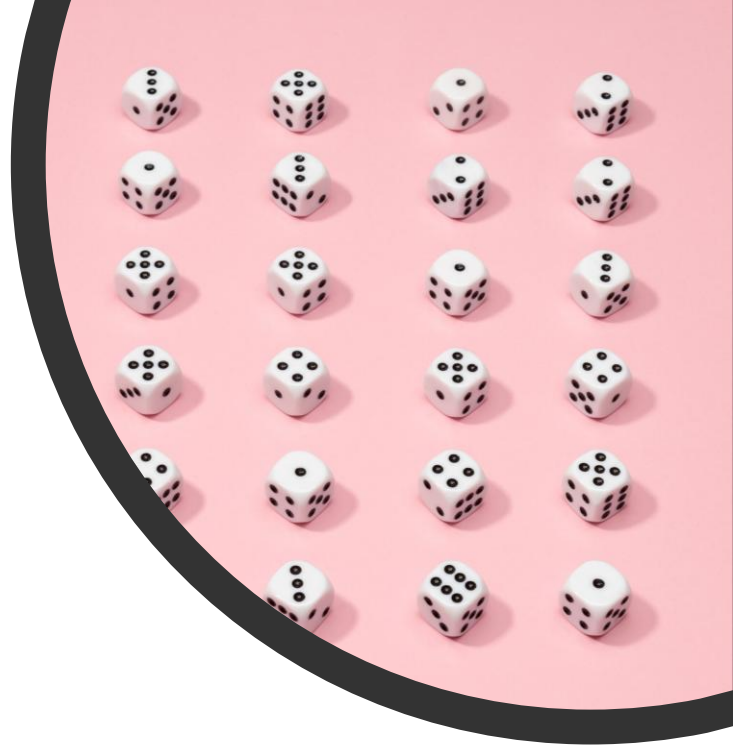
Kuva: J. Adam Fenster/University of Rochester

Osallisuus liikuntatunneilla

- ”Oppilaat osallistuvat oman kehitysvaiheensa mukaisesti toiminnan suunnitteluun, kehittämiseen ja arviointiin. He saavat kokemuksia kuulluiksi ja arvostetuiksi tulemisesta yhteisön jäseninä.” (OPS 2014)
- Osallisuus sitouttaa oppilaita tunnin tavoitteisiin ja sisältöön.



Miten osallisuutta voisi
käytännössä
oppilasryhmässä
toteuttaa niin, että
jokainen oppilas tulee
kuulluksi?



Pelillistäminen



Tutuista peleistä voidaan tehdä liikunnallisia versioita

- Angry Birds
- Stratego
- Among Us
- Kimble
- Ristinolla/ laivan upotus
- Suunnistuksessa: pokeri, Arfikantähti, muistipeli



Lähteet

- Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: Lasten keskus.
- Huttunen, H. & Jokitalo-Trebs, M. 2021. Koululiikuntaa kaikille –soveltavan liikunnan täydennyskoulutusmateriaali. Valteri-koulu.
- OPS 2014. 4.2 Toimintakulttuurin kehittämistä ohjaavat periaatteet. s. 28.
- Tukiliitto.fi. Osallisuus. Viitattu 4.10.2022. Luettavissa: <https://www.tukiliitto.fi/toiminta/tuki-ja-valmennus/osallisuus/>.
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. 1985. Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior. Plenum Press, New York.