

4. LUOKKA

Yhteisöllisyys

Tehtävien tarkoituksena on yhteisöllisyyden tunteen sekä rentoutus- ja rauhoittumistaitojen vahvistaminen.

Välineet: Korttipohjia tai esim. A5-kokoiset paperit ja värikyniä sekä välineet Tietoinen hengitys -rentoutumis- ja rauhoittumisharjoitteen kuuntelemiseen linkistä [Tietoinen Hengitys -harjoitus](#) (kesto 4:09).

Aloitutus: JANAHARJOITUS

Luokan lattiaan muodostetaan kuvitteellinen jana. Opettaja näyttää oppilaille janan ääripäät. Janan toinen pää on ”Täysin samaa mieltä” ja toinen ”Täysin eri mieltä”. Opettaja lukee väittämiä, jonka jälkeen oppilaat asettuvat janalle sen mukaan, mitä mieltä väittämistä ovat. Väitteitä voi halutessaan keksiä itse lisää.

- Kuuntelen paljon musiikkia.
- Puristan hammastahnatuubia keskeltä, en hännästä.
- Haluaisin saada vielä lisää kavereita.
- Kännykkä on tärkein esineeni.
- Läksyt ovat tosi ärsyttäviä.
- Mielestäni luokassamme on kiva ilmapiiri.
- Tykkään salmiakista.
- Teen mielelläni ryhmätöitä.

Opettaja voi kysellä oppilailta perusteluja valinnoilleen. Lopuksi voidaan keskustella siitä, millaista olisi, jos kaikki olisivat aina samaa mieltä kaikesta. Miksi joskus on vaikea sietää sitä, että joku on eri mieltä?

Työskentely: POSTIKORTTI

Oppilaat jaetaan pareihin. Opettaja määrää parit. Pareiksi valitaan mielellään ne oppilaat, jotka eivät yleensä työskentele keskenään. Jokaiselle oppilaalle jaetaan korttipohjat/paperit. Piirustusaiheeksi annetaan jokin kesämuisto (tai joku muu muisto). Oppilaat piirtävät muistostaan postikorttikuvan ja kertovat muistosta kuvan avulla omalle parilleen. Parin tehtävänä on kuunnella kertomusta tarkkaavaisesti, eläytyä postikortin piirtäjän asemaan ja kirjoittaa kortin taakse teksti, jonka piirtäjä olisi voinut tilanteesta lähettää. Jokainen lukee parinsa muistosta kirjoittaman tekstin ja näyttää kuvan muille luokan oppilaille.

Lopetus: TIETOINEN HENGITYS

Tehdään lopuksi Tietoinen hengitys -harjoitus tuoleilla istuen. Harjoitukseen pääsee linkistä [Tietoinen Hengitys -harjoitus](#).

Lähteet [Dialogi ja dialogisuus - Opetushallitus](#) , [Tietoisuustaitoharjoitteita lapsille, nuorille ja aikuisille | Opetushallitus](#) ja [Sitouttava kouluyhteistyö](#) (Janaharjoitus, muokattu).