

4. LUOKKA

Unelmat ja haaveet

Tehtävien tarkoituksena on pohtia unelmia ja huomata, millä tavoin toiset voivat tukea ja auttaa unelmien saavuttamisessa.

Välineet: Paperia, saksia, sinitarraa ja värikyniä sekä välineet mielikuvaharjoituksen kuuntelua varten.

Aloitutus: KUN LÄHDEN LOMALLE

Ensimmäinen oppilas aloittaa ja sanoo: Kun lähden lomalle, otan mukaan _____ (oppilas keksii tähän jonkin tavarankin, vaikka matkalaukun). Seuraava oppilas jatkaa: Kun lähden lomalle, otan mukaan matkalaukun ja _____. Seuraavat oppilaat luettelevat edellisten sanomat ja lisäävät loppuun yhden oman tavarankin. Kun joku menee tavaroiden järjestyksessä sekaisin tai unohtaa jonkun, se ei haittaa, sillä seuraava pääsee helpommalla: Hän saa aloittaa leikin alusta ja sanoa vain yhden asian. Jos lomatarvat alkavat kyllästyttää, voi aihetta vaihtaa, esim. Kun lähdän kouluun, otan mukaan...

Työskentely: LUOKAN UNELMAJALAT

Oppilaat piirtävät molempien jalkapohjiensa ääriviivat paperille. Jalkapohjat leikataan ääriviivoja pitkin irti paperista, ja niihin kirjoitetaan oma nimi. Oppilaat piirtävät toisen jalkapohjansa ääriviivat punaisella ja kirjoittavat sen sisälle unelmansa. Toisen jalkapohjan ääriviivat piirretään sinisellä, ja se jätetään tyhjäksi.

Seuraavaksi oppilaat jaetaan pareihin. Toinen pareista on asiantuntija, ja toinen oman unelmansa esittelijä. Esittelijä kuvailee oman unelmansa asiantuntijalle. Asiantuntija pohtii, miten unelmat voisivat toteutua ja antaa niihin vinkkejä sekä keinoja. Asiantuntija kirjoittaa parin siniseen jalkapohjaan keinoja tai asioita, jotka voivat auttaa unelman toteutumisessa. Tämän jälkeen parit vaihtavat rooleja. Lopuksi unelmajalat kiinnitetään luokan seinälle, siten että jalkapohjat ovat vierekkäin. Unelmajaloista voidaan rakentaa koko luokan unelmaseinä. Kun jalat ovat seinällä, keskustellaan siitä, millä tavalla tavoitteet auttavat unelmien saavuttamisessa. Unelmajalat kuvastavat matkaa elämässä: unelmat johtavat eteenpäin, ja tavoitteet ovat askelia lähemmäs unelmia. Pohditaan yhdessä, miksi unelmat ovat tärkeitä.

Lopetus: PIENI LOMA HENGITYKSEN TAHTIIN

Lopuksi rentoudutaan kuuntelemalla mielikuvaharjoitus linkistä [Pieni loma hengityksen tahtiin - Mindfulness-harjoitus](#) (kesto 3:27).

Lähteet [Hyvinvoinnin vuosikello - Rovaniemi](#) ja [Pieni loma hengityksen tahtiin -harjoitus - Mieli ry.](#)