

Toiminnanohjauksen vaikeudet

Svårigheter med den
exekutiva funktionen



Terhi Huovinen

Tukea liikuntaan ja
toiminnalliseen oppimiseen

2024 / 2025



Mitä toiminnanohjaus tarkoittaa?

Psyykkisiä prosesseja, joiden avulla yksilö pystyy toimimaan päämääräsuuntautuneesti tilanteen vaatimusten mukaisesti

- Kyky jäsentää tilanteita
- Kyky suunnitella omaa toimintaa
- Kyky toimia suunnitelman mukaisesti
- Kyky muuttaa suunnitelmaa tarvittaessa
- Kyky ehkäistä häiritseviä impulsseja
- Kyky pitää asioita mielessä (työmuisti)

Vad är den exekutiva funktionen?

Psykiska processer som gör det möjligt för en individ att agera på ett målinriktat sätt i enlighet med situationens krav

- Förmåga att gestalta situationer
- Förmåga att planera den egna verksamheten
- Förmåga att handla enligt planen
- Förmåga att ändra planen vid behov
- Förmåga att förhindra störande impulser
- Förmåga att hålla saker i minnet (arbetsminnet)

Miksi liikkuen tapahtuva oppiminen voi olla haastavaa?

Varför kan det vara en utmaning att lära sig genom fysisk aktivitet?

Fyysinen

- Havaitsemisen taidot
- Oman kehon hahmotus
- Liikuntataidot/ motoriset taidot
- Fyysinen toimintakyky

Psyykinen

- **Toiminnanohjaus**
- Motivaatio
- Tarkkaavaisuus
- Kielelliset taidot
- Kognitiiviset taidot
- Tunteiden säätely

Sosiaalinen

- Itsehallinnan taidot
- Yhteistyötaidot
- Toisen huomioon ottamisen taidot

Fysisk

- Observationsfärdigheter
- Gestaltning av den egna kroppen
- Motionsfärdigheter/motoriska färdigheter
- Fysisk funktionsförmåga

Psykisk

- **Exekutiv funktion**
- Motivering
- Uppmärksamhet
- Språkliga färdigheter
- Kognitiva färdigheter
- Reglering av känslorna

Social

- Självbehärskningsfärdigheter
- Samarbetsfärdigheter
- Färdigheter att ta hänsyn till andra

Miksi toiminnallinen oppiminen haastaa oppilaan toiminnanohjausta?

Toiminnanohjauksen alue	Toiminnallinen oppiminen
Jäsentäminen	Havainnoitavien asioiden määrä usein suuri
Suunnittelu	Oleellisia asioita saattanut jäädä huomaamatta => mistä aloitan, kun en tiedä, mitä tehdä, millä ja missä?
Suunnitelmassa pysyminen	Toimimattomalla suunnitelmalla haastava toimia => turhautuminen, epäonnistumisen kokemus
Suunnitelman muuttaminen	"En ole vielä ehtinyt edes aloittaa..."
Impulssikontrolli	Impulssimäärä suuri: näen, kuulen, tunnen, haistan...
Työmuisti	Muistia kuormittaa samanaikaisesti moni asia, kuten fyysinen toiminta, kognitiivinen tehtävä, sosiaalinen toiminta, psyykkinen kuormitus

Varför är funktionellt lärande en utmaning för elevens exekutiva funktion?

Exekutiva funktionens område	Funktionellt lärande
Gestaltning	Ofta ett stort antal saker att observera
Planering	Jag kan ha missat viktiga saker => var ska jag börja när jag inte vet vad jag ska göra, med vad och var?
Hålla sig till planen	Det är svårt att följa en plan som inte fungerar => frustration, upplevelse av misslyckande
Ändringar av planen	"Jag har inte ens hunnit börja..."
Impulskontroll	Stort antal impulser: jag ser, hör, känner, känner doften...
Arbetsminnet	Minnet utsätts för många samtidiga belastningar, t.ex. fysisk aktivitet, kognitiv uppgift, social aktivitet, psykologisk belastning

Miten voin tukea oppilaan toiminnanohjausta toiminnallisissa tehtävissä?

Kyky jäsentää tilanteita	<ul style="list-style-type: none">▪ Tunnin ohjelma ja tehtävät näkyvillä▪ Selkeiden toimintapisteiden rakentaminen▪ Monikanavaisuus ohjauksessa
Kyky suunnitella omaa toimintaa	<ul style="list-style-type: none">▪ Apukysymyksillä ohjaaminen▪ Suunnitelman kirjaaminen tai vaiheistaminen▪ Oman toiminnan sanoittaminen
Kyky toimia suunnitelman mukaan	<ul style="list-style-type: none">▪ Ajan ja tehtävässä edistymisen jäsentäminen▪ Tauottaminen▪ Onnistumisen sanoittaminen ja myönteinen palaute, palkkiot
Kyky muuttaa toimintaa tarvittaessa	<ul style="list-style-type: none">▪ Tauottaminen▪ Tehtävän vaihtorutiinit▪ Tunneilmaisun tukeminen, esim. piirtämällä
Kyky ehkäistä toimintaa häiritseviä impulsseja	<ul style="list-style-type: none">▪ Tilan selkeyttäminen▪ Työskentelyä edistävä ryhmittely▪ Myönteinen toimintaohje kiellon sijasta▪ Onnistumisen sanoittaminen ja myönteinen palaute

Hur kan jag stödja elevens exekutiva funktion i funktionella uppgifter?

Förmåga att gestalta situationer	<ul style="list-style-type: none">▪ Lektionens program och uppgifter ställs fram▪ Skapa tydliga verksamhetsställen▪ Flerkanalig handledning
Förmåga att planera den egna verksamheten	<ul style="list-style-type: none">▪ Vägledning med stödfrågor▪ Planen antecknas eller delas in i faser▪ Sätta ord på den egna verksamheten
Förmåga att handla enligt planen	<ul style="list-style-type: none">▪ Gestalta tiden och framstegen i uppgiften▪ Pauser▪ Verbalisering av framgång och positiv respons, belöningar
Förmåga att ändra agerandet vid behov	<ul style="list-style-type: none">▪ Pauser▪ Rutiner för byte av arbetsuppgifter▪ Stödja känsloutrycket t.ex. genom att rita
Förmåga att förhindra impulser som stör verksamheten	<ul style="list-style-type: none">▪ Klargöra rummet▪ Gruppindelning som främjar arbetet▪ Positiv vägledning i stället för förbud▪ Verbalisera framgångar och positiv respons