

Ajankäytön lohkot

HELMIKUU "OJET"

Tavoite: Huomata, mihin oma aika kuluu. Kun kuulee, mihin toisten oppilaiden aika kuluu, se voi vahvistaa omaa ajankäyttöä tai herättää kriittistä pohdintaa siitä, mihin aikaa kannattaisi käyttää.

Tarvikkeet: Paperia ja kyniä.

Harjoituksen aluksi opettaja pyytää oppilaita kirjoittamaan paperille listan asioista, joihin heidän aikansa kuluu yhden päivän tai yhden viikon aikana. Tämän jälkeen asiat kerätään taululle esimerkiksi siten, että oppilaat saavat huudella näitä asioita ja opettaja kirjoittaa ne muistiin. Seuraavaksi opettaja pyytää oppilaita kirjoittamaan uuden listan, johon kirjataan niitä asioita, joihin oppilaat toivoisivat aikansa kuluvan. Myös nämä asiat kootaan taululle. Poikkeavatko listat toisistaan?

Opettaja kertoo, että arjessa tärkeitä perusasioita jaksamisen kannalta ovat riittävä uni, lepo, harrastukset, ravinto, mielekäs opiskelu ja koulunkäynti, koti ja ihmissuhteet, liikkuminen ja liikunta sekä oman arvomaailman mukaan eläminen. On tärkeää pohtia, mikä on itselle totta ja oikein, tärkeää ja voimia antavaa. Opettaja kertoo, että näitä kaikkia asioita tarvitaan, jotta ihmisen on hyvä olla. Oppilaat voivat vielä piirtää tavoitekuvion omasta ajankäytöstään. Minkä verran mihinkin osioon olisi hyvä olla aikaa? Millaisia askelia on matkalla kohti tavoitetilaa?

Myötätuuli Tiina Honkonen KY