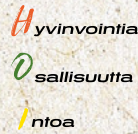


Hyvinvointia tukeva luokkahuone



Kohderyhmä: ammatillisen koulutuksen opiskelijat ja henkilökunta

Miksi hyvä käytäntö on kehitetty? Mihin tarpeeseen se vastaa?

Liikkeen ja toiminnallisuuden lisääminen alkaa toimintaympäristön muokkaamisesta ja kehittämisestä. Motivoiva ja innostava oppimisympäristö kannustaa liikkumaan. Toimintaympäristön kehittäminen ei edellytä suuria muutoksia tai isoa rahallista panosta. Tavaroiden järjestyksellä, pienillä kuvilla, väreillä ja maalauksilla saadaan ympäristöstä heti paljon houkuttelevampi ja aktivoivampi.

Prosessin kuvaus

Kartoitettiin kyselyllä opiskelijoiden sekä henkilökunnan mielipiteitä liikunnallistamistarpeista. Hankittiin jumppapalloja sekä säkkituoleja. Kierrättämällä vanhoja työpöytiä saatiin seisovia työpisteitä. Seinille teipattiin venyttelyohjeita. Luokkatilaan hankittiin Venyy-tanko passiivista venyttelyä varten. Henkilökunta koulutettiin luokkatilan käyttöön.



Hyvinvointia tukevan luokan käyttömahdollisuuksia

Työskentelyasennot

- Opiskelijalla on tilaa seistä pöytänsä vieressä.
- Opiskelija saa nostaa tuolinsa pöydän päälle, jolloin siitä muodostuu seisomapöytä.
- Opiskelijat saavat lainata/kierrättää tasapainolautoja.
- Opiskelijalle mahdollistetaan jumppapallolla istuminen.
- Lattialle laitetaan säkkituoleja, joiden päällä oppilaat voivat työskennellä osan tunnista.

Työskentelypisteet

- Opiskelijat vaihtelevat työskentelypisteitään: osa tunnista istutaan omalla paikalla, seuraavaksi seistään pöydän ääressä, sitten siirrytään lattialle istumaan ja lopuksi voidaan tasapainoilla laudalla tai pallolla.
- Opiskelijat tulevat kysymään apua opettajan pöydän luota.
- Tehtäväkysymykset löytyvät luokan toisesta päästä ja tehtävien vastaukset toisesta päästä. Opiskelija liikkuu aina paikaltaan hakemaan uuden tehtävän, tekee tehtävän paikallaan ja liikkuu tehtävien vastauksien luokse.

Toiminnallinen alue

- Järjestä luokan pöydät niin, että keskelle luokkaa jää isompi tyhjä alue eli toiminnallinen alue.
- Toiminnalliselle alueelle voit laittaa jumppamattoja, palloja tai muita käytössä olevia välineitä.
- Toiminnallinen alue mahdollistaa oppimisen siirtämisen omilta paikoilta pois.
- Dialogiringin rankentaminen toiminnalliselle alueelle mahdollistaa ryhmäkeskustelut.

Millaisia ajallisia, taloudellisia ja muita resursseja käyttönotto vaatii?

Aika: suunnittelu, kartoitus, hankinnat, toteutus n. 15 h/2-3 hlö (riippuen lähtötilanteesta.)

Kustannukset: Kierrätyspöydät 0 e. Jos olisimme ostaneet säädettäviä pöytiä hintaan 500 e/kpl, kustannukset olisivat nousseet huomattavasti. Säkkituolit 100e/kpl. Jumppapallot 10e/kpl. Venyy-tanko 120e. Venyttelyjulisteet veloitus Let's Move It -hankkeen kautta.

<https://www.letsmoveit.fi/julisteet/>

Kokemuksia käytännön tuloksista

Sekä opiskelijat että opettajat ovat olleet tyytyväisiä muutokseen. Uuden luokkahuoneen ansiosta myös muihin luokkiin on hankittu jumppapalloja istumista varten.

Suositteluaan, että opettajat perehdytetään toiminnallisen luokkaan käyttöön. Esimerkiksi toiminnallisten opetusmenetelmien koulutus.

Miten käytäntöä voisi jatkokehittää?

Tehdään oppilaitoksen muistakin luokista hyvinvointia tukevia tiloja. Lisäksi opettajilta olisi hyvä saada tilan käyttökokemuksia.

Lisätietoja

Monika Törn, [monika.torn\(at\)turku.fi](mailto:monika.torn(at)turku.fi)

Esa Salmela, [esa.salmela\(at\)turku.fi](mailto:esa.salmela(at)turku.fi)