

OPETTAJAN OPAS

AIHEET: Miltä rauha tuntuu? ristiriitatilanteet & kaveritaidot.

IKÄRYHMÄ: Varhaiskasvatuksesta alkuopetukseen

TAVOITTEET: 1. Rauha: tavoitteena on miettiä, mitä rauhaan kuuluu. 2. Ristiriitatilanteet: tavoitteena on opetella, miten ristiriitoja voi selvittää. 3. Kaveritaidot: tavoitteena on miettiä hyvän kaverin ominaisuuksia.

- **Miltä rauha tuntuu? 35–45 min**

1. Miltä rauha tuntuu? 5–10 min
2. Rauhanpuu, 20 min, alkuopetus
3. Tarina, 15 min, varhaiskasvatus/esiopetus
4. Satuhieronta

- **Ristiriitatilanteet 40–60 min**

1. Ristiriitakortit, 20–30 min
2. Rauhanmetsä-tarina, 20–30 min

- **Kaveritaidot**

1. Tarina
2. kaveritaitokortit, 15+ min
3. Hyvän ystävän tunnusmerkit, 20–30 min
4. Hyvän kuuntelijan kortit, 20 min, *vaatii lukutaidon!*
5. Isot tunteet tulevat ja menevät, *vinkki!*

SISÄLTÖ:

- Opettajan opas
- Todd Parr - Rauhakirja 1 kpl
- Satuhieronnan tarinat
- Ristiriitakortit
- Rauhanmetsätarinat (alakoulu1 & alakoulu 2)
- Merja Kalm & Mira Mallius - Hyvä kaveri -- ystävyiden supervoimat
- Kaveritaitokortit
- Hyvän kuuntelijan kortit
- Turvataito- ja kehontunnekasvatuksen opetusmateriaali – esiopetus
- Perusopetuksen turvataito- ja kehontunnekasvatuksen opetusmateriaali – luokka-asteet 1–2

TUNTISUUNNITELMAT

MILTÄ RAUHA TUNTUU?

1. MILTÄ RAUHA TUNTUU?

TAVOITE: Tavoitteena on pysähtyä kuulostelemaan ja havainnoimaan rauhallista tilannetta sekä sitä, miltä rauha tuntuu omassa kehossa sekä omassa päiväkotiryhmässä.

VALMISTELU: Tarvitsette höyhenen, simpukan tai jonkin muun tunnusteltavan esineen.

AIKA: 5-10 min

1. Pyydä lapsia ottamaan hyvä, mukava asento ja sulkemaan silmät. Varmista, että jokaisella on hyvä olla omalla paikallaan. Kuunnelkaa hetki hiljaisuutta ja rauhaa tilassa: Miltä rauha kuulostaa? Miltä rauha tuntuu?
2. Tehkää jokin ryhmälle tuttu rentoutusharjoitus tai kokeilkaa tätä helppoa mindfulness-harjoitusta: laita kaunis höyhen tai vaikkapa simpukka hiljaa kiertämään kädestä käteen. Jokainen voi omalla vuorollaan tunnustella sitä, kokeilla sitä rauhassa kämmenellään ja ojentaa sen hiljaa ja ystävällisesti seuraavalle.

(Lähde: Rauhankasvatusinstituutti/Maailmankoulun matkalaukku, https://maailmankoulu.fi/wp-content/uploads/2020/07/Matkalaukku_virtuaali_Rauhanrakentajat_vaka.pdf)

2. RAUHANPUU, ALKUOPETUS

TAVOITE: Oppilaat pohtivat sekä omalla kohdallaan että yleisellä tasolla kysymyksiä: Mitä ihminen tarvitsee elääkseen rauhassa? Mitä voin tehdä omalta osaltani edistääkseni rauhallista ja turvallista ilmapiiriä?

VALMISTELUT: Leikkaa vihreän värisistä papereista puunlehtiä (tarpeeksi isoja, jotta niihin voi piirtää pienen kuvan tai kirjoittaa muutaman sanan). Tee ruskeasta pahvista iso puunrunko ja laita se valmiiksi seinälle paikkaan, johon se voi jäädä tämän teeman käsittelyn ajaksi kaikkien tutkittavaksi.

1. Jaa oppilaat pieniin ryhmiin.
2. Anna jokaiselle ryhmälle pohdintatehtävä: Mitä ihminen tarvitsee kasvaakseen ja elääkseen rauhassa?
3. Ohjeista ryhmää piirtämään (tai taidoista riippuen kirjoittamaan) lehden muotoisille paperilapuille, yksi vastaus yhdelle lapulle.
4. Kootkaa kaikkien vastaukset/laput "rauhanpuuksi".

5. Valitkaa yhdessä viisi tärkeintä ja sijoittakaa ne lehdiksi puun korkeimmille oksille. Tehtävän purkukeskustelu: Mitä voimme tehdä, että nämä viisi valitsemaamme asiaa toteutuisivat omassa luokassamme tai koulussamme?

(Lähde: Rauhankasvatusinstituutti/Maailmankoulun matkalaukku, https://maailmankoulu.fi/wp-content/uploads/2020/07/Matkalaukku_virtuaali_Rauhanrakentajat_vaka.pdf)

3. TARINA, *Varhaiskasvatus/esiopetus*

Laukusta löytyy Todd Parr – Rauhakirja. Kirjassa on vähän tekstiä ja isot kuvat.

1. Lue kirja lapsille.
2. Lukemisen aikana tai sen jälkeen voitte miettiä, miten kirjassa kerrotut asiat liittyvät rauhaan.

4. SATUHIERONTA

TAVOITE: Tavoitteena on rentoutua ja rauhoittua.

VALMISTELU: Materiaaleista löytyy muutama satuhierontatarina. Voit käyttää myös muita satuhierontatarinoita.

AIKA: Riippuu tarinan pituudesta.

1. Jaa lapset pareiksi.
2. Kerro, että sinä kerrot tarinaa ja lapset hierovat/ piirtävät sormellaan nätisti kaverin selkään. Lapset voivat muokata hieromista/piirtämistä tarinan mukaan.
3. Toinen pareista menee makaamaan tai istumaan.
4. Lue tarina hitaasti.

RISTIRIITATILANTEET

1. RISTIRIITAKORTIT

TAVOITE: Harjoituksen tavoitteena on opetella eri tapoja ratkaista ristiriitoja. Tavoitteena on lisäksi rohkaistua toimimaan ristiriitojen ratkaisemiseksi ja huomata, että jokaisella on taitoja ja ratkaisuja.

VALMISTELUT: Tarvitset materiaaleista löytyvät ristiriitakortit. Kortit löytyvät myös [täältä](#).

AIKA: 20–30 min

1. Keskustelkaa lasten kanssa hetki siitä, onko aina helppoa olla rauhallinen? Milloin ei ole? Oma mieli voi olla myös levoton ja rauhallinen toisten kanssa toimiminen voi joskus olla vaikeaa. Voi tulla riitatilanteita toisten kanssa ja niiden ratkaiseminen ei aina ole helppoa. Rauhantaitoja voidaan kuitenkin opetella yhdessä.
2. Anna lasten vuorollaan käydä nostamassa pussista ristiriitakortti. Katsokaa yhdessä kuva ja lue kortin tarina ääneen.
3. Nyt lapset voivat pohtia ratkaisuja tilanteeseen. Ratkaisuja voi olla useita erilaisia. Harjoitelkaa rauhantaitoja myös keskustellessa: Huolehdi ettei kukaan keskeytä tai puhu päällekkäin ja että myös ne, jotka ovat arempia osallistumaan pääsevät mukaan. Hyvä osallistumismahdollisuus hiljaisemmille lapsille voi olla esimerkiksi peukkuäänestys: kuinka monelle on sattunut samanlainen tilanne? Kuinka moni aikoo kokeilla tätä ratkaisua seuraavalla kerralla samanlaisessa tilanteessa?

(Lähde: Rauhankasvatusinstituutti/Maailmankoulun matkalaukku, https://maailmankoulu.fi/wp-content/uploads/2020/07/Matkalaukku_virtuaali_Rauhanrakentajat_vaka.pdf)

2. RAUHANMETSÄ-TARINA

TAVOITE: Tavoitteena on, että lapset oppivat konfliktinehkäisystä ja sovittelemisestä.

VALMISTELU: Tarinan molemmat osat löytyvät materiaaleista (alakoulu 1 & alakoulu 2). Tarinat löytyvät myös [täältä](#).

AIKA: 20–30 min

1. Lue ensin tarinan ensimmäinen osa (alakoulu 1).
2. Pohtikaa yhdessä, mitä oravat voisivat tehdä, jotta rauha saataisiin säilymään ja kaikille oravaperheille riittäisi pesäpuita. Voitte myös käydä yhdessä läpi päivänavauksessa esiintyneitä hankalia sanoja, kuten konflikti ja kriisikokous.
 - Kuinka varmistetaan, että Rauhanmetsässä ei syty uutta konfliktia?
 - Kuinka tilanne saadaan rauhoitettua ja taattua, etteivät oravat ala kiistellä keskenään pesäpuista?
 - Tuleeko mieleen jotain tilannetta oikeasta elämästä, jossa ihmiset saattaisivat löytää itsensä vastaavanlaisesta tilanteesta?

3. Halutessanne voitte kirjoittaa jatkotarinan siitä, mitä Rauhanmetsässä tapahtui.
4. Lue tarinan toinen osa (alakoulu 2).
5. Miettikää, mitä sovinnontekeminen vaatii?
6. Alakoulu 3 liitteessä on tietoa sovittelusta ja anteeksipyyttämisestä.

(Lähde: Suomen YK-liitto/Säväytä sovittelemalla,
https://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/sovittelu_opeopas_0408.pdf)

KAVERITAIIDOT

1. TARINA

Lukekaa materiaaleista löytyvää Merja Kalm & Mira Mallius - Hyvä kaveri -- ystävyiden supervoimat -kirjaa. Kirjassa on neljätoista tarinaa ystävydestä.

2. KAVERITAITOKORTIT

TAVOITE: Tavoitteena on, että lapset tunnistavat hyvät ja huonot käytöstavat sekä oppivat sanoittamaan tunteita.

VALMISTELU: Tarvitset materiaaleista löytyvät kaveritaitokortit. Kortit löytyvät myös [täältä](#).

AIKA: 15+ min

Kaveritaitokortteja voi käyttää monella eri tavalla. Käyttöideoita korteille löytyy mieli.fi -sivustolta. Tässä muutama ideoista:

1. Kortit ovat laatikossa tai pussissa.
2. Lapset ottavat yhden kortin kerrallaan ja kertovat muille, mitä kuvassa tapahtuu.
3. Lisäksi voi vielä keskustella siitä, miltä lapsesta tuntuisi, jos hänelle sattuisi kortin esittämä tilanne. Mitä tunteita se herättäisi?

1. Laitetaan pöydälle vihreä hymynaama kuvastamaan hyviä käytöstapoja ja punainen hymynaama kuvastamaan huonoja käytöstapoja.
2. Lajitellaan kortit hyviin ja huonoihin käytöstapoihin.

1. Lapset jakautuvat pareihin.
2. Pari esittää kortin tilanteen muulle ryhmälle, jotka yrittävät arvata mitä esitetään.

(Lähde: Suomen Mielenterveys ry/mieli.fi, <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/kaveritaitokortit-varhaiskasvatukseen/>)

3. HYVÄN YSTÄVÄN TUNNUSMERKIT

TAVOITE: Tavoitteena on, että lapsi osaa kertoa, minkälainen hyvä ystävä on ja mitä hyvään ystävyyskuuluu.

VALMISTELU: Tarvitset kyniä sekä paperia/pahvia julistetta varten.

AIKA: 20–30 min

1. Mietitään yhdessä hyvän ystävän ominaisuuksia ja asioita, mitkä ovat kivaa ystävyttä ja mitkä ovat kurjaa ystävyttä. Kirjataan esiin tulleet asiat ylös. Mietitään myös, miten hyvä ystävä toimii ryhmässä/luokassa.

- Millainen on hyvä ystävä?

- Mikä on hyvää ystävyyttä?
- Millainen on kurja ystävä?
- Mikä on kurjaa ystävyyttä?
- Miten ja milloin olet itse toiminut hyvän ystävän tavalla?
- Milloin muut ovat toimineet hyvän ystävän tavalla sinulle?
- Mitä voi tehdä, jos ei ole joskus onnistunut olemaan toiselle hyvä ystävä?

2. Päätetään kirjatusta asioista lasten kanssa tärkeimmät ystävyyden pelisäännöiksi. Kirjataan tärkeimmät julisteeseen. Apuna voi käyttää myös piirtämistä, symboleja tai kuvia. Juliste laitetaan esille.

Vaihtoehtoisesti paperille voidaan piirtää ihmisen ääriviivat ja kirjoittaa/piirtää hyvän ystävän tunnusmerkit hahmon sisään.

(Lähde: Arttu Kuivala & Hanna Poijula/ Turvallinen Oulu –hanke, Turvataito- ja kehontunnekasvatuksen opetusmateriaali – esiopetus, https://www.ouka.fi/documents/23152206/26913058/Turvallinen-Oulu_Esiopetus_A4_sahkoinen_29092021-1.pdf/1816ab27-a759-47ef-b0c8-2f7962ddb131)

4. HYVÄN KUUNTELIJAN KORTIT

TAVOITE: Tavoitteena on parantaa kuuntelutaitoja sekä oppia kysymään kuulumisia.

VALMISTELU: Hyvän kuuntelijan kortit löytyvät materiaaleista tai [täältä](#).

AIKA: 20 min

1. Opettaja kertoo tehtävän tavoitteen ja näyttää korttien avulla, miten Hyvän kuuntelijan peli toimii.
2. Oppilaat pelaavat pareittain. Se, joka toimii ensin kertojana, saa vihreäkulmaiset kertojan kortit ja hänen parinsa oranssikulmaiset kuuntelijan kortit.
3. Kumpikin nostaa vuorotellen eri pakoista kortin, jolloin kertojan ja kuuntelijan roolit vaihtuvat joka kerta.
4. Kertoja kertoo kortissa pyydetyn asian muutamalla lauseella (ei siis liian lyhyesti) ja kuuntelija toimii hyvänä kuuntelijana annetun ohjeen mukaisesti.
5. Peli puretaan keskustelemalla harjoituksen herättämistä tunteista. Mitkä kuuntelemisen tavat tuntuivat kertojasta erityisen hyvältä?

Vinkki: Valikoituja kortteja voi käyttää esimerkiksi viikon ensimmäisellä tunnilla tai päivittäinkin kuulumisten vaihtoon pareittain tai ryhmissä.

(Lähde: Suomen Mielenterveys ry/mieli.fi, <https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/materiaalit/hyvan-kuuntelijan-peli/>)

5. ISOT TUNTEET TULEVAT JA MENEVÄT, VINKKI

Youtubesta Suojellaan lapsia -kanavalta löytyy neljäosainen tarina. Tarinassa kerrotaan suurista tunteista ja siitä, missä ja miten tunteet tuntuvat.

Ensimmäinen osa löytyy nimellä [Isot tunteet tulevat ja menevät Osa 1. JÄHMETTYMINEN](#)

