



4V-hanke  
Välitä, Vaikuta, Viihdy, Voi hyvin

HYVÄ KÄYTÄNTÖ

## TOIMINNALLINEN VINKKI RYHMÄNOHJAAJALLE

**Avainsanat:** osallisuus, lasten ja nuorten vapaa-ajantoiminta, asukastoiminta, järjestöt, toimintavinkki, motivointi, kestävä elämäntapa

**Kenelle:** ryhmänohjaajille

### Tavoite

Helpottaa haastavampien teemojen käsittelyä toiminnallisten harjoitusten avulla sekä herättää osallistujien kiinnostus teemaan eri aisteja hyödyntämällä. Toiminnallisilla menetelmillä tähdätään uudenlaisen ymmärryksen tai tunteen syntymiseen.

### Hyvä käytäntö pähkinäkuoressa

Kestävän kehityksen teemoja käsitellään toiminnallisten harjoitusten avulla, jolloin keskusteluun saadaan uusia näkökulmia. Harjoitusten avulla voidaan käsitellä myös vaikeaksi koettuja asioita, joista ei ehkä muuten syntyisi keskustelua.

### Toteuttaminen

Etukäteen mietitään teema, jota käsitellään sekä etsitään siihen sopiva harjoite. Ideoita voi etsiä erilaisista oppaista tai soveltaa jo ennestään tuttuja harjoitteita.

### Resurssit

Valmistelu-aikaa tarvitaan 5–15 minuuttia. Toisinaan harjoitteisiin tarvitaan erilaisia materiaaleja kuten paperia, kyniä, tarroja tms. Monia harjoitteita voi kuitenkin tehdä myös ilman erillisiä välineitä

### Kokemuksia

*Suomen Liikunta ja Urheilu ry* on julkaissut oppaan Hyvän Seuran toimintareseptit – toiminnallisia harjoituksia seuratoimintaan, jossa on yksityiskohtaiset ohjeet noin 30 toiminnalliseen harjoitukseen. Harjoituksia voidaan käyttää muun muassa tutustumiseen, seuran arvojen kehittämiseen tai kestävä kehityksen aspektien nostamiseen keskusteluun.

Ryhmän tai järjestön avoimuutta pohtivaksi harjoitukseksi sopii harjoitus Yksin vai yhdessä: Ohjaaja kiinnittää osallistujien otsaan erivärisiä merkkejä. Osallistujat hakeutuvat ryhmiin samanvärisistä merkkiä kantavien kanssa saamatta kuitenkaan puhua keskenään. Yhdellä osallistujalla on erivärinen merkki kuin kenelläkään muulla, joten hän ei löydä itselleen ryhmää.

## TOIMINNALLINEN VINKKI RYHMÄNOHJAAJALLE

Harjoituksen jälkeen voidaan keskustella siitä, miltä tuntui kohdata oman ryhmän jäseniä tai huomata olevansa ainoa erilainen. Voidaan myös miettiä, mikä vaikuttaa siihen, että kaikki tuntevat olonsa tervetulleeksi. (Johanna Verhon mukailema harjoite yleisesti käytössä olevasta harjoituksesta.)

### **Hyödyt kestävän kehityksen kannalta**

Toiminnalliset harjoitukset sopivat erityisen hyvin kestävän kehityksen sosiaalisten aspektien käsittelemiseen. Niitä voidaan käyttää myös apuna laajempien kokonaisuuksien jäsentelyssä.

### **Yhteystiedot**

Suomen Liikunta ja Urheilu ry