

Mökötys voimavaraksi

Virve Tuominen-Suarez
virve.tuominen-suarez@edu.pietarsaari.fi
Muksujumppa 3-5 vuotiaat

JOHDANTO

Tässä tehtävässä keskityn pohtimaan miten kehittäisin ohjaamaani Muksujumppaa pedagogisesti ja entisestään lapsilähtöisemmäksi. Tavoitteeni on se, että jokainen jumppari saapuu harrastukseen mielellään ja että poislähtiessään he ovat tyytyväisiä ja iloisia. Mielestäni se on harrastuksen tarkoitus. Pohdintoihini inspiraatiota olen saanut muun muassa psykiatrian erikoislääkäri ja psykoterapeutti Ben Furmanin zoom-luennosta kurssin intensiivipäivänä, sekä Sari Salon kirjasta *Peppu irti penkistä*.

Ohjaan eri ikäisiä lapsiryhmiä tämän 3-5 vuotiaille suunnatun Muksujumpan lisäksi. Pidän liikuntaa myös vanhemmille lapsille, sekä opetan espanjan kieltä lapsille ja nuorille. Koen kuitenkin, että ohjaamistani ryhmistä juuri tämä Muksujumppa on ehkä se kaikista heterogeenisin ja tietyllä tapaa myös haastavin. Lapsia ryhmässä on yhteensä 11 ja toisinaan minulla on oma teini-ikäinen tyttäreni auttamassa minua apuohjaajan roolissa. Ryhmässä lapsia on kolmesta eri kieliryhmästä, sekä mukana on myös kolme erityisen tuen tarpeessa olevaa lasta.

Kurssin luennoista koen saaneeni vinkkejä ja neuvoja arkeeni juuri tämän ryhmän ohjausta ajatellen, siksi keskityn tehtävässäni tämän ryhmän kehittämiseen.



LÄÄKETTÄ LIIKKEESTÄ

Luettuani Sari Salon kirjan *Peppu irti penkistä* sain vahvistusta omille ajatuksilleni ja innostuin kehittämään Muksujumppaa pistetyöskentelymäisesti siihen suuntaan, että kaikilla olisi koko ajan jotain tekemistä. Tylsistynyt ja turhautunut lapsi keksii helposti sitä niin sanottua ei toivottua tekemistä ja myös toisaalta odotellessa omaa vuoroaan hän kerkeää epäillä ja empiä omaa suoritustaan enemmän, ja saattaa lopulta jättää yrittämättä kokonaan. Kun lapsilla on jotain mielekästä puuhaa koko jumpan ajan, he liikkuvat aktiivisemmin, tulevat toistensa kanssa juttuun paremmin ja menevät ikään kuin letkan mukana suorittamaan, eivätkä niinkään epäröi omia kykyjään. Ehkä myös tietynlainen paine on lapselta pois, jos vaikka ajatellaan kuperkeikan harjoittelua omaan tahtiin toisten perässä ja niin, että vain aikuinen vaivihkaa siinä auttaa suorittajaa. Tällainen suoritustapa verrattaessa aikaisemmin jumpassa käyttämäämme malliin, jossa lapset seisoivat kaikki jonossa ja odottivat omaa vuoroaan tulla aikuisen ohjattavaksi kuperkeikkapaikalle, samalla toisten lasten

katsoessa yhden suoritusta läheltä, tuntuu kyllä huomattavasti lapsilähtoisemmältä ja paineettomammalta tavalta harjoitella uutta ja haastavaa asiaa. Lisäksi selkeä muutos tuntien rakenteeseen tuli siitä, kun kaikki turha jonotusaika ja odottelu poistui pistetyöskentelyn myötä. Näin lapset saavat huomattavasti enemmän varsinaista liikuntaa yhden jumppatunnin aikana ja kerkeävät myös tehdä enemmän asioita. Pistetyöskentely on yhden ohjaajan ryhmissä toisinaan hieman haastavaa toteuttaa. Etenkin päivinä, jolloin ryhmässä on erityistä vilkkautta tai joku jumppareista on erityisen huonolla tuulella. Tällaisina tunteina pyrin aina aloittamaan ja lopettamaan jumpan yhteisellä ryhmäleikillä, kuten hipalla tai muulla vastaavalla matalankynnyksen leikillä, jossa säännöt eivät ole turhan vaikeita ja johon kaikki yleensä osallistuvat mielellään. Usein kysyn lapsilta itseltään mitä leikkiä he haluaisivat leikkiä, se sitten pääsemmekö asiassa aina yhteisymmärrykseen onkin kokonaan toisen tehtävän arvoinen analyysi..

Ohessa muutama kuva jumppatunnilta, jossa lapset etenevät pienryhmissä ja omaa tahtiaan pisteeltä toiselle. Aikuinen sijoittuu aina sinne, missä eniten tarvetta milloinkin on. Pisteet on hyvä suunnitella etukäteen niin, että yksi tai kaksi pistettä ovat hieman hankalampia ja näissä ohjaaja ja apuohjaaja ovat eniten apuna, kun taas muut pisteet suunnitellaan hieman helpommiksi, jumppareiden taso huomioiden, niin, että lapset selviytyvät niistä melko itsenäisesti ja kokevat onnistumisen elämyksiä.









Joskus pienryhmät eivät kuitenkaan etene aina aikuisen suunnittelemalla tavalla tai joskus joku piste ei motivoikaan kaikkia jumppareita suorittamaan, silloin on otettava luovat keinot käyttöön. Kerron seuraavaksi esimerkin, joka sattui viime keväänä jumppatunnillani ja joka ratkesi yllättävällä tavalla lopulta oikein hyvin.

Yksi jumpparipojista oli sinä päivänä erityisen huonolla tuulella, eikä häntä huvittanut oikein mikään. Hän vain seisoi kädet puuskassa ja huusi, ettei häntä kiinnosta mikään. Annoin hänen aluksi vain purkaa mieltään ja keskityimme toisten jumppareiden kanssa varsinaiseen ohjelmaan. Lopulta tämä kiukkuava kaveri tuli keskelle toisten suorituksia ja alkoi tönimään muita, samalla huutaen, ettei hän aio osallistua mihinkään. Kysyin häneltä, että mitä hän sitten haluaisi tehdä. Hänen vastauksensa oli "mököttää". Hän haluaisi ainoastaan mököttää, ei mitään muuta. Hetken mietittyäni, totesin, että se sopii, mutta ensin hänen tulisi rakentaa itselleen oikea mökötyismaja, missä hän saisi mököttää aivan rauhassa, eikä häiritsisi muita. Minun yllätyksekseni poika suostui tähän. Näytin hänelle, mistä patjoja ja erilaisia

pehmopalasia löytyisi ja käskin ruveta hommiin. Poika rupesi samantien rakentamaan ja toiset jatkoivat jumppaa varsinaisen ohjelman mukaisesti. Noin 15-20 minuuttia poika jaksoi rakentaa, ja hienon majan rakensikin! Olin oikeasti yllättynyt siitä, mitä vajaa nelivuotias osaa halutessaan. Maja oli valtava, ja siinä oli kaksi eri huonetta. Toinen oli kuulemma mökötystä varten ja toinen vieraille.

Vierashuone tulikin välittömästi käyttöön, sillä muut jumpparit tietenkin kiinnostuivat hienosta majasta ja halusivat päästä kylään. Poika toivotti vieraat tervetulleiksi ja esitteli majaansa isännän elkein, kiukusta ei enää ollut tietoakaan.

Tunnin loputtua sain kehua poikaa hänen äidilleen ja kertoa, että hän jos joku todella osaa rakentaa majaa. Poika vaikutti hyvin tyytyväiseltä kehuihin ja äiti myös.

Kenenkään ei tarvinnut enää palata siihen tilanteeseen, mistä majan rakentamiseen oli lähdetty.

Tämä tarina tuli mieleeni kun kuuntelin psykiatrian erikoislääkäri ja psykoterapeutti Ben Furmanin luento koulutuksen intensiivipäivänä. Hän kertoi kehittämänsä muksuopin periaatteista ja etenkin siitä, miten tulisi aina keskittyä lasten vahvuuksiin ja jo olemassa oleviin taitoihin, silloinkin kun haasteita muilla osa-alueilla ilmenee.

Ben Furman kertoi esimerkin pojasta vastaanotollaan, jolla oli vaikeuksia hillitä omaa käytöstään koulussa. Tätäkin ongelmaa he olivat lähteneet käsittelemään aloittamalla kaikkien niiden taitojen kartoitus, mitä pojalla jo oli, muun muassa yhdellä jalalla hyppiminen jne. (Ben Furman 2022, Zoom-luento Pedagogisen toiminnan perusteet lasten ja nuorten harrastustoiminnassa- kurssi, intensiivipäivä).

Lisäksi Furman neuvoi, että ongelmista puhuttaessa lasten kanssa olisi "harjoiteltavan taidon" käyttäminen huomattavasti ongelma-sanaa parempi ja rakentavampi vaihtoehto. Tämä todella käy kyllä omaan järkeeni. Lapsen on helpompi ymmärtää, että hän osaa jo vaikka mitä, ja hänellä on jo monenlaisia taitoja ja nyt tulisi opetella vielä jokin uusi taito, kuin ajatella, että hän on ongelma, koska ei osaa tai, että hänellä on ongelmia. Luennon kuunneltuani, sekä myöhemmin vielä luentodioihin palattuani, päätin, että minä en ohjaamillani kursseilla, enkä päivätyössäni kehitysvammaisten luokanopettajana enää puhu lasten ongelmista käytöksen saralla, vaan ainoastaan taidoista, joita heidän tulisi oppia jo olemassa olevien taitojen lisäksi.

Uskon tämän päätöksen auttavan minua etenkin tämän kyseisen Muksujumppa-ryhmän ohjaamisessa ja lasten ymmärtämisessä. Täytyy välillä muistuttaa itseään siitä, että 3-5 vuotiaat lapset vasta opettelevat ihan perustaitoja, niin karkeamotorisesti kuin sosiaalisestikin. Ei ole perusteltua olettaa, että heillä kovin merkittäviä taitoja vielä tuossa iässä löytyisi vaan pikemminkin muistaa iloita jokaisesta jo löytyvästä taidosta ja pienimmästäkin onnistumisesta, sekä muistuttaa heitä itseäänkin siitä, miten paljon he jo tässäkin vaiheessa osaavat. Se luo uskoa siihen, että uuden oppiminen on taatusti mahdollista jokaiselle ja kaikki siihen pystyvät, kukin omaa tahtiaan.

LOPUKSI

Haluan vielä tuoda esille tyttötyön kehittäjä ja kasvattaja Nelli Niemelän kommentin (Nelli Niemelä 2022, Zoom-luento, Pedagogisen toiminnan perusteet lasten ja nuorten harrastustoiminnassa-kurssi, intensiivipäivä). Niemelä kertoi, että työskennellessään nuorisokodissa hänellä oli tapana aina työvuoronsa aluksi etsiä se kaikista haastavin talon nuorista, ja kertoa hänelle kuinka mukava oli tavata hänet taas. Näin nuorelle tuli ajatus siitä, että tuo aikuinen ei ainakaan vihaa häntä. Tämä pisti minut ajattelemaan, että hyvinkin pienillä asioilla voi olla käänteentekevä merkitys. Joskus se, että olet vilpittömästi kiinnostunut toisen voinnista voi riittää pelastamaan jonkun päivän.

Pedagogisen kehittämistehtäväni saa tekijänimelläni jakaa avoimesti aoe.fi-sivustolla.

VALOKUVAT

Kaikki kuvat olen ottanut itse jumppatunneilla, kaikkiin huoltajien julkaisulupa.

LÄHTEET

Salo, S.(2017). *Peppu irti penkistä*. PS-kustannus.

Furman, B. (2022). Zoom-luento. Pedagogisen toiminnan perusteet lasten ja nuorten harrastustoiminnassa-kurssi.

Niemelä, N. (2022). Zoom-luento. Pedagogisen toiminnan perusteet lasten ja nuorten harrastustoiminnassa-kurssi.