

Liikuntaneuvontaa lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi kuraattorin työssä

Kirjolan koululla Parikkalassa 2008-2019

Ruokolahden yläkoulussa 2014-2019

Miten kuraattori voi vaikuttaa lapsen ja nuoren liikuntatottumuksiin ?

- Yksilötapaamisissa
 - arviointikäynnit/tukikäynnit/kartoituskeskustelut
- Yhteisöllisessä työssä koulussa
 - ryhmäkäynnit mm. luokissa kuraattoritunnit
 - ryhmien ohjaamisessa /poikaryhmä/tyttöryhmä/nuorten ryhmä

Asenne ratkaisee...

- Alakoululainen leikkii ja liikkuu, harrastaa liikuntaa mielellään, usein mainitsee liikuntatuntien olevan mukavimpia oppitunteja.
- Jotain tapahtuu yläkoulussa joillekin, liikuntatunnit koetaan niin, että niitä aletaan "skipata"
- Usein näissä tilanteissa nuorella on elämässään muutenkin vaikeuksia.
- Miksi liikuntatunti koetaan inhokkina?
- Oman kehon hallinta on nuorelle murrosiässä arka paikka, ei haluta mokata muiden silmien alla, ei haluta olla yleensäkään esillä, ei luoteta enää omiin liikunnallisiin taitoihin, joita vielä alakoulussa mielellään esiteltiin luokkakavereille – itsetuntoasia monelle nuorelle

Nuoren asennetta myönteiseen suuntaan

- Kuraattori voi ohjata mielekkäiden harrastusten pariin -> onnistuneita kokemuksia
- Yläkoululaisista voi muodostaa ryhmän, jonka tavoitteeksi asettaa myönteiset liikuntakokemukset -> voi hakea yhteistyökumppaneita ryhmän ohjaamiseen (kunnan nuorisotoimi, erityisopettaja, urheiluseura tms.)
- Tukitoimia liikuntatunneille esim. hyvinvointiohjaaja tai hyvisopettaja nuoren kanssa

Ryhmätoiminnot kouluissa

- Omat kokemukseni ryhmistä ovat pelkästään myönteisiä
- Yläkoulun nuorten ryhmä (Parikkalassa kaksi)
- Yläkoulun tyttöryhmiä (Parikkalassa ollut useita, Ruokolahdella yksi)
- Alakoulun poikaryhmä (Parikkalassa kaksi)
- Joustavan opetuksen erityisryhmä (Parikkalassa)
 - toiminnallisuus on ollut näissä keskeistä ja sen avulla kontaktin ja luottamuksen saaminen lapsiin ja nuoriin

Miten liikunnallisuus mukaan ryhmiin?

- Lähes aina ryhmien alkaessa ideointivaiheessa tulee liikunta mainituksi
- Näitä on sitten kokeiltu;
 - ratsastus, sähly, jalkapallo, vaellus, melonta, koskenlasku, pilkillä käynti, pihapelit (lipunryöstö suosituinta), laskettelu, erätaidot, talviteltassa yöpyminen, seikkailu mm. kätköjen etsiminen, paintball

Ryhmien palautteista poimintoja..

- Mukavaa yhdessä oloa ja tekemistä
- Hyvä homma, kun kukaan ei arvostele
- Mukava odotettu poikkeus viikossa
- On uskaltanut kokeilla uusia juttuja
- Hyvä, kun tulin mukaan ryhmään, vaikka aluksi epäilin
- Uusia kavereita, tutustunut paremmin toisiin
- Kiva kuulua porukkaan

Miten ryhmätoiminta mahdollista?

- Koulun rehtorin kanssa keskustelut
- Saatu toiminnalle aika lukujärjestykseen
- Rahoitus saatu Parikkalassa koululta joihinkin retkiin sekä nuorisotoimelta
- Ruokolahdella rahoitusta saatu nuorisotoimelta ja työpanosta koululta (hyvisopelta) sekä Mahis-rahoitusta Nuorten Akatemialta