

# 1

## RYHMÄN MUODOSTAMINEN



### OMA RYHMÄ

Muodosta nimetty ryhmä, jolla on oma nimi, nimetyt ohjaajat ja suunniteltu ohjelmakalenteri.

Pidä ryhmä avoimena kaikille harrastajille, mutta on tärkeää kuitenkin nimetä ryhmä ja sen jäsenet.

Ryhmä on parhaimmillaan, kun siinä on 6–16 henkeä. Toki se voi olla isompi tai pienempikin. Nimeä ryhmälle ohjaajat tai valmentajat. Ohjaajat ja valmentajat voivat vetää harjoituksia vuorotellen, jos samat ohjaajat eivät pääse joka kerta.

Parhaimmillaan ryhmän toiminta on suunniteltua ja jatkuvaa, ja harjoituksista tiedotetaan hyvin.

Merkityksiä:

Lapsen ja nuoren on helpompi tulla harjoitukseen, kun hän tietää, mihin hän kuuluu ja tietää tapaavansa suurin piirtein samoja ohjaajia tai valmentajia kerrasta toiseen. Lapsen kannalta ei ole hyvä, jos lapsi ei tiedä tai tunne ryhmänsä ohjaajia.

Harrastus on selkeä, kun se toteutetaan tietyssä ajankohtana ja jatkuvana toimintana. Suunnittele harjoituskalenteri hyvissä ajoin ja jaa se ryhmän jäsenille.

### ALOITA JA PÄÄTÄ HARJOITUS SELKEÄSTI

Aloita harjoitus kokoamalla ryhmä yhteen, mielellään piiriin ja päätä harjoitus samoin. Samalla on helppo kertoa harjoituksesta, antaa palautetta harjoituksesta ja kertoa, mitä ensi kerralla tapahtuu ja missä kokoonnutaan.

Merkityksiä:

Selkeä aloitus ja päätös tuo turvallisuuden tunteen, antaa toiminnalle selkeät puitteet ja luo harjoitukselle merkityksellisyyttä.

Toistuvat toiminnot tekevät harjoituksesta pienemmille selkeästi hahmotettavan kokonaisuuden, jolloin lapsen ei tarvitse jännittää.

Piiri luo turvallisuutta ja yhteenkuuluvuutta. Piirissä on käytännöllistä tiedottaa asioista, kun kaikki näkevät toisensa.

Pienimpien lasten kanssa on sopivaa pitää käsistä, kun ollaan piirissä.

## RYHMÄN TUNNISTE JA TERVEHTIMINEN



Tee ja jaa nimilaput, joista tunnistaa ryhmän. Tervehdi aina harjoituksen aluksi.

Tee ryhmälle nimilaput, josta tunnistaa oman ryhmän. Tunnusmerkki voi olla esim. väri tai kuvio.

Tervehdi lapsia nimeltä. Lapset ja nuoret oppivat myös tervehtimään toisiaan, kun tapaavat.

Merkityksiä:

Jokainen kokee kuuluvansa ryhmään. Oman nimen kuuleminen on aina positiivista.

Opitaan tuntemaan ja tervehtimään. Opitaan hymyilemään. Hymyilevä ilmapiiri kannustaa olemaan mukana harrastuksessa.

## SOPIKAA YHTEISESTI PELISÄÄNNÖT

Toteuta pelisääntökeskustelu ensimmäisellä, toisella tai kolmannella harjoituskerralla kevätkauden alussa. Pelisääntöjä ovat mm.

- Harjoituksen alkamisajasta ja päättymisajasta sopiminen. Harjoitukseen tullaan ajoissa paikalle.
- Pukeudutaan ja varaudutaan sopivin varustein.
- Ollaan kohteliaita.
- Kunnioitetaan luontoa.
- Muita asioita, joita on tarpeen sopia.

Sovitut pelisäännöt kirjataan paperille ja jaetaan kaikille.

Merkityksiä:

Ryhmässä on hyvä olla, kun sovitaan yhdessä ääneen asioista. Myös jatkossa on mahdollista nostaa esiin asioita, joista on tarvetta luoda pelisääntöjä.

## YKSILÖLLINEN PALAUTE LAPSELLE JA NUORELLE SUUNNISTUKSESTA

Pyri järjestämään harjoitus siten, että voit antaa lapselle ja nuorelle palautetta suunnitussuorituksesta. Jos ryhmä on suuri, on erilaisia vaihtoehtoja toteuttaa palautteen anto:

- Anna palautetta vain tietyistä rastiväleistä. Voit antaa palautetta eri rastiväleistä eri henkilöille riippuen taidoista ja henkilön vahvuuksista.
- Anna palautetta yhdellä kerralla osalle ryhmästä ja toisella kerralla toiselle osalle ryhmästä.
- Useampi ohjaaja tai valmentaja antaa palautetta.

Palautehetkessä on tärkeää:

- Kehua yrittämisestä ja aktiivisuudesta. Kertoa, mitä lapsi ja nuori osaa hyvin.
- Kuunnella lapsen ja nuoren omaa kertomusta.
- Antaa palautetta, mihin asioihin on hyvä seuraavalla kerralla kiinnittää paremmin huomioita.
- Kannustaa ja kiittää.



## 1

### RYHMÄN MUODOSTAMINEN, kortti 2



Anna positiivista palautetta koko ryhmälle yhteisesti. Anna negatiivinen palaute kahden kesken.

Merkityksiä:

Harjoitus on merkityksellisempi ja siitä oppii enemmän, kun siitä saa palautetta. Lapsi ja nuori kaipaavat tietoa omasta osaamisestaan. Jokainen kaipaa hyväksyviä sanoja.

Henkilökohtainen palaute edistää oppimista ja kohottaa itsetuntoa.

#### ● AIKUINEN ESIMERKKINÄ

Aikuinen on rehtiydellään ja avoimuudellaan esimerkkinä.

Ohjaajan ja valmentajan olemus ja käytös ovat merkityksellisiä lasten ja nuorten silmissä. Ohjaajan ja valmentajan esimerkkiä matkitaan kaikessa, joten on tärkeää, että mietit millaisen esimerkin annat itsestäsi.

Rehti, reilu ja avoin aikuinen edistää luottamusta ryhmän sisällä.

Merkityksiä:

Aikuisen esimerkki suuntaa lasten ja nuorten omaa käyttäytymistä.

Hyvä esimerkki vie ryhmää positiivisesti eteenpäin monessa asiassa.

Ryhmän aikuiset ovat lapsille ja nuorille malleja aikuisista tässä urheilulajissa.

#### ● YHTENÄINEN ASU

Seuran suunnistuspaita voisi sisältyä esim. lainapaitana kausimaksuun.

Sovi seuran asutilaus ajankohtaan, joka sopii lapsille ja nuorille.

Hanki samanlainen huivi, lippis tms. jokaiselle ja jaa se esim. kevätkauden päätöksessä.

Mitä yksinkertaisemmalla tavalla yhtenäinen asu saadaan kaikille, sitä varmemmin yhtenäisyys toteutuu.

Merkityksiä:

Lajinomainen asu on lapsen ja nuoren harrastukseen kiinnittymisen kannalta tärkeä. Kun saa itselleen tärkeäksi kokemansa asun, on se viesti aikuisilta, että lapsen ja nuoren harrastus on arvokas ja merkittävä.

Seuran asu linkittyy seuran muihin jäseniin, joten lapsi ja nuori voi samaistua seuran vanhempiin nuoriin ja aikuisiin ja pitää heitä idoleinaan.