

LAITA TÄHÄN OMA KUVASI

La Casina2, Jukka-Pekka Levy 2003.

ELIAS

Elinikäinen oppiminen arjen sisältönä
-oppimiskokonaisuus

Ohjaajan kansio

VAVA II

ELIAS – Elinikäinen oppiminen arjen sisältönä -oppimiskokonaisuus

Työryhmä

Kaija Hakkarainen
Soile Hämäläinen
Kirsi Kinnunen
Sanna Korhonen
Tanja Miettinen
Sari Nyrhinen
Leila Peiponen

Marja-Leena Reponen
Maija Savolainen
Marja-Liisa Suvikannas-Toivanen
Hanna Tarkiainen
Sirkku Tiainen
Jaana Ylönen

The Picture Communication Symbols ©1981–2010 by DynaVox Mayer-Johnson LLC. All Rights Reserved Worldwide. Used with permission.

DynaVox Mayer-Johnson
2100 Wharton Street
Suite 400
Pittsburgh, PA 15203

Phone: 800-588-4548
Fax: 866-585-6260

Email: mayer-johnson.usa@mayer-johnson.com
Web site: www.mayer-johnson.com

Julkaisija

Itä-Suomen yliopisto, Koulutus- ja kehittämispalvelu Aducate

Taitto ja ulkoasu

Erja Hirvonen, Kopijyvä Oy
Janne Kuivalainen, Kopijyvä Oy

Juvenes Print Oy
Tampere 2011

ISBN 978-952-61-0252-8 (PDF)

ELIAS-oppimiskokonaisuutta voi tilata osoitteesta:

aducate-julkaisut@uef.fi

tai

Itä-Suomen yliopisto
Koulutus- ja kehittämispalvelu Aducate
PL 111
80101 Joensuu

Tilatessasi mainitse kappalemäärät eriteltynä Ohjaajan ja Oppijan kansioille.

ELIAS-oppimiskokonaisuus on ladattavissa ilmaiseksi pdf-muodossa osoitteessa <http://tkk.joensuu.fi/vava2>

Tämä materiaali on tuotettu osana Vaikeavammaisten yhteiskunnallisen tasa-arvon ja osallisuuden kehittäminen -hanketta (VAVA II, 1.3.2008–30.6.2011). Hanketta rahoittavat Itä-Suomen ELY-keskukset ja Euroopan sosiaalirahasto ja sitä hallinnoi Itä-Suomen yliopiston koulutus- ja kehittämispalvelu Aducate.

Muita VAVA II –hankkeessa tuotettuja materiaaleja:

Arkielämäntaitoni (kansio)
Arkis (vihko)
Astianpesukoneen käyttöohje (vihko tai laminoidut ohjekuvat)
Arviointiohje ja lomakkeen käyttö (vihko)
ELIAS – Elinikäinen oppiminen arjen sisältönä oppimiskokonaisuus (2 kansiota)
Harkis (vihko)
Koulusta työhön. Minun siirtymätilanteiden suunnitelmani. (kansio, 2. uudistettu painos)
Kuvallisia ruoka- ja leivontaohjeita (2 kansiota)
MOKKI – Minun Oma KalenteriKlirjani (kierrevihko, 2.uudistettu painos)
Minun opiskelukansioni (kansio, 2. uudistettu painos)
Osaamispassi (moniste)
Tunnetaitopeli
Työhis (vihko)
Työn monet polut (DVD ja opasvihko)
Valmentavaa koulutusta etäopetuksena (vihko)

Lisätietoa muusta materiaalista: <http://tkk.joensuu.fi/vava2>

ELIAS

Ohjaajan osa

Elinikäinen oppiminen arjen sisältönä -oppimiskokonaisuus

Työryhmä

Kaija Hakkarainen
Soile Hämäläinen
Kirsi Kinnunen
Sanna Korhonen
Tanja Miettinen
Sari Nyrhinen
Leila Peiponen
Katri Pesonen
Marja-Leena Reponen
Maija Savolainen
Marja-Liisa Suvikannas-Toivanen
Hanna Tarkiainen
Sirkku Tiainen
Jaana Ylönen

Tämä materiaali on tuotettu osana Vaikeavammaisten yhteiskunnallisen tasa-arvon ja osallisuuden kehittäminen -hanketta ((VAVA II, 1.3.2008-30.6.2011). Hanketta rahoittavat Itä-Suomen ELY-keskukset ja Euroopan sosiaalirahasto ja sitä hallinnoi Itä-Suomen yliopiston koulutus- ja kehittämispalvelu Aducate.

ELIAS-oppimiskokonaisuus: Ohjaajan osa

Sisältö

1 Aluksi	4
1.1 Oikeus elinikäiseen oppimiseen	4
1.2 ELIAS-oppimiskokonaisuuden tarkoitus	4
1.3 Kommunikatio ja osallisuus	5
2 Oppimiskokonaisuuden rakenne	6
3 Ohjauksen toteuttaminen	8
4 Oppimissuunnitelman teemat.....	10
4.1 Minä	10
4.2 Koti	12
4.3 Asiointi	14
4.4 Työ ja vapaa-aika	16

1 Aluksi

1.1 Oikeus elinikäiseen oppimiseen

ELIAS – Elinikäinen oppiminen arjen sisältönä -oppimiskokonaisuuden lähtökohtana on näkemys jokaisen ihmisen mahdollisuudesta ja oikeudesta elinikäiseen oppimiseen kunkin oppijan yksilöllisten oppimistarpeiden ja tavoitteiden mukaisesti. Oppiminen ei aina tarkoita sitä, että opitaan tekemään jokin asia. Asioita voidaan tehdä ja pohdiskella yhdessä – opitaan jotain toisistamme ja tästä maailmasta: käydään asioita yhdessä läpi ja ihmetellään, lisätään tietoa. Käyttämillämme sanoilla on merkitystä: motivoit oppijaa paremmin tekemällä yhdessä kuin auttamalla. Tuen tarve ei kaikkien kohdalla vähene koskaan, joten ainainen avun kohteena olemisen korostaminen ei lisää osallisuutta.

Elinikäisen oppimisen merkitys näkyy oppimisen ilona, taitojen kehittymisenä ja itsetunnon vahvistumisena. Yksilöllisellä suunnittelulla saadaan oppijan oma ääni kuuluviin. Suunnittelussa tulee ottaa huomioon edeltävät opinnot sekä työkokemukset ja rakentaa uusi kokonaisuus sen mukaan. Opintopolulla näkyvät oppijan omat toiveet ja suuntautumishalut. Oppiminen on oivalluksia arjessa!

1.2 ELIAS-oppimiskokonaisuuden tarkoitus

Mitä? Miksi?

Vaikeavammaisten henkilöiden koulutuspolku päättyy usein viimeistään valmentavan koulutuksen opintoihin. Kuitenkin koulutuksessa hankittuja taitoja tulisi ylläpitää ja edelleen kehittää. ELIAS pyrkii vastaamaan tähän tarpeeseen tarjoamalla erityisesti valmentava II -koulutusta tukevan täydennyskoulutuskokonaisuuden, joka ylläpitää hankittuja taitoja ja antaa mahdollisuuden uusien taitojen oppimiseen.

Kenelle? Missä?

ELIAS on tarkoitettu oppilaitoksista riippumattomaksi vaikeavammaisten henkilöiden oppimiskokonaisuudeksi, jota voidaan käyttää esimerkiksi asumis- ja päivätoimintayksiköissä valmentavan koulutuksen päätyttyä. Kokonaisuus on tarkoitettu palvelemaan myös sellaisten oppijoiden tarpeita, joilla ei ole ollut mahdollisuutta osallistua valmentavaan koulutukseen. Materiaalin on tarkoitus olla mahdollisimman itsenäistä selviytymistä tukeva ja harjoittava, työ- ja toimintakykyä kehittävä kokonaisuus.

1.3 Kommunikaatio ja osallisuus

Kommunikaatio tarkoittaa tapoja, joilla ihminen tarkoituksellisesti haluaa vaikuttaa toisten ihmisten käyttäytymiseen, kertoa omista haluistaan ja toiveistaan. Kommunikaatioon tarvitaan viestin lähettäjä ja vastaanottaja. Kommunikaatio voi tapahtua kielen, viittomien, merkkien, kirjoittamisen, kuvien, eleiden tai ilmeiden avulla. Myös erilaiset tekniset apuvälineet voivat olla kommunikaation mahdollistajina. Eri kommunikaatiotapoja voidaan käyttää samanaikaisesti ja usein ne täydentävät toisiaan.

Kommunikaatiokysymykset on otettu huomioon ELIAsta suunniteltaessa. Oppimismateriaalissa on siksi kiinnitetty huomiota selkeisiin ohjeisiin, tehtävien kuvittamiseen sekä eri toteutusvaihtoehtoihin. Ohjaajan tehtävänä on lisäksi huomioida kunkin oppijan yksilölliset kommunikointitavat ja -tarpeet.

Taito ilmaista ajatuksiaan ja toiveitaan edistää sosiaalista osallisuutta omaan yhteisöön ja sitä kautta koko yhteiskuntaan. Vaikeavammaisen henkilön osallisuuden tulee näkyä todellisina valinnanvaihtoehtoina ja mahdollisuuksina vaikuttaa omaa elämää koskevaan suunnitteluun ja päätöksentekoon. Tässä prosessissa hän tarvitsee usein muiden ihmisten apua ja tukea.

2 Oppimiskokonaisuuden rakenne

ELIAS-oppimiskokonaisuuteen kuuluu kaksi kansiota, joista toinen on tarkoitettu oppijan ja toinen ohjaajan käyttöön.

Ohjaajan kansio sisältää

- oppimiskokonaisuuden suunnitelmaosan (ohjaajan osa ja kuvitettu oppijan osa)
- tehtäväkohtaisen arviointilomakepohjan oppijalle ja ohjaajalle (samat lomakkeet soveltuvat kaikkien tehtävien arviointiin, ks. Arviointi-kohta jäljempänä)
- päiväkirja- ja diplomipohjat (ks. Sopimus ja diplomi-kohta jäljempänä)
- oppimismateriaalia käytettäväksi erilaisten oppijoiden kanssa (oppimismateriaalia voi kopioida tai tulostaa lisää osoitteesta tkk.joensuu.fi/vava/vava2)

Oppijan kansio sisältää

- PCS-kuvitetun oppimiskokonaisuuden suunnitelmaosan (sisältö on yhtenevä ohjaajan kansion suunnitelmaosan kanssa)
- sopimuksen oppimiseen sitoutumisesta (ks. Sopimus ja diplomi -kohta jäljempänä)
- eriväriset välilehdet (välieihin kootaan oppijan käyttämä ko. aiheeseen kuuluva oppimismateriaali ja arvioinnit sekä mahdolliset muut aiheeseen liittyvät materiaalit)
- koontilomakkeet (lomakkeisiin kootaan tieto kunkin sisältöalueen tehdyistä tehtävistä, sijoitetaan välilehden jälkeen ensimmäiseksi)
- OMAT JUTUT -välilehden (oppijan omaa, vapaavalintaista oppimismateriaalia varten)
- KYLLÄ/EI -kortit (kortteja voi käyttää oppimistehtävien ja arvioinnin toteuttamisen tukena)
- aakkos- ja numerotaulut

Oppimiskokonaisuus on jaettu neljään sisältöalueeseen, jotka on merkitty ohjaajan osaan, oppijaan osaan ja oppimismateriaaliin yhtenäisillä väritunnuksilla:

1. MINÄ (violetti)
2. KOTI (oranssi)
3. ASIOINTI (turkoosi)
4. TYÖ JA VAPAA-AIKA (aniliinipunainen)

Ohjaajan kansion sisältämää oppimismateriaalia käytettäessä on huomattava, ettei kaikkia materiaaleja ole tarkoituksenmukaista siirtää oppijan kansioon: osa on tarkoitettu pikemmin ohjaajalle ohjeiksi oppimistilanteiden suunnittelua varten. Ohjaajan on hyvä valita ja muokata tehtäviä oppijakohtaisesti ja ottaa rohkeasti käyttöön myös muuta materiaalia (ks. Vinkkejä oppimismateriaalin soveltamiseen).

Sopimus ja diplomi

Oppimiseen ja ohjaamiseen sitoutumisen vuoksi on tärkeää, että oppija ja ohjaaja/ohjaajat tekevät yhteisen sopimuksen opintojen aloittamisesta. Sopimus lisää sitoutumista oppimiseen, josta tulee tärkeä osa arkea. Oppijan kansion sisältää sopimuslomakkeen. Sopimusta voidaan päivittää tilanteiden muuttuessa.

Osalle oppijoista diplomi voi toimia merkittävänä palkintona ja kannustimena oppimisessa. Ohjaajan kansion sisältää diplomipohjan, jota ohjaaja voi harkintansa mukaan käyttää esimerkiksi siinä vaiheessa kun oppija on ensimmäisen kerran kattavasti käynyt läpi oppimiskokonaisuuden kaikki sisältöalueet. Tämän jälkeenkin on hyvä jatkuvasti käyttää ELIAsta arjen oppimisen tukena etenkin niillä sisältöalueilla, joissa oppija tarvitsee lisäharjoitusta tai joista hän on erityisen kiinnostunut. Oppimismateriaalia voi aina käyttää uudelleen tulostamalla tehtäviä VAVA II-hankkeen sivuilta osoitteesta tkk.joensuu.fi/vava/vava2. Materiaalia voi myös kopioida.

Arviointi

Oppimissuunnitelmaan kuuluu tärkeänä osana arviointi. Arvioinnin tarkoituksena on oppimisen tukeminen, opiskelijan itsetunnon vahvistaminen ja opiskelumotivaation lisääminen. Oppija voi asettaa oppimiselleen tavoitteita, joiden toteutumista on mielenkiintoista seurata. Arviointi koostuu oppijan itsearvioinnista sekä ohjaajan suorittamasta arvioinnista. Kopioitavaksi tarkoitetut arviointilomakepohjat löytyvät ohjaajan kansioista. Jokaisen oppimistilanteen jälkeen tehdään molemmat arvioinnit ja ne liitetään oppijan kansioon laitettavaan materiaaliin.

Arviointi lisää luontevasti oppijan ja ohjaajan välistä vuorovaikutusta. Se todentaa oppimisen etenemistä ja auttaa löytämään asioita, jotka kaipaavat lisäharjoitusta. Arviointia tehdään jatkuvasti oppimisen edetessä. Tehtävien yhteyteen liitetyn arvioinnin lisäksi on tärkeää antaa oppijalle jatkuvaa palautetta ja kannustusta opintojen etenemisestä ja taitojen kehitymisestä.

3 Ohjauksen toteuttaminen

ELIAS-oppimiskokonaisuuden hyödyntäminen edellyttää motivoitunutta oppijaa ja innostunutta ohjaajaa. Kannustava, rohkaiseva, luottamuksellinen ja kiireetön ilmapiiri auttaa positiivisten oppimiskokemusten saavuttamisessa. Oppimiskokonaisuuden toteuttamisen lähtökohtana ovat oppijan henkilökohtaiset tavoitteet. Oppimistilanteiden suunnitteluun ja toteutukseen vaikuttavat tavoitteiden lisäksi myös oppijan voimavarat ja tuentarve. Oppimismateriaali on tarkoitettu muokattavaksi oppijan ja ympäristön mukaan – kaikki tehtävät eivät sovellu kaikille ja kaikkialle. Jos jokin aihealue tai tehtävä ei palvele oppijan tavoitteita, se voidaan jättää pois tai toteuttaa eri tavalla. Tehtävien yhteydessä on vinkkejä ja linkkejä sisällön monipuoliseen toteuttamiseen. Kunkin oppimistehtäväosion lopussa on Aiheesta lisää -sivu, johon on koottu muita teema-alueeseen liittyviä materiaali- ja lähde-ehdotuksia.

Oppiminen on poistumista omalta mukavuusalueelta. Oppimistilanteissa voi tulla vastaan uusia käsitteitä, joiden merkitystä pohditaan yhdessä sekä uusia tilanteita ja asioita, joihin täytyy tottua. Oppiminen tapahtuu pienin askelin. On turhauttavaa lähteä harppomaan katolle ilman tikapuita. Oppimistilanteet voi pilkkoa osiin kuin tikapuiden askelmiksi. Oppimisen kannalta on erityisen tärkeää, että asioihin palataan yhä uudestaan. Tämä ei tarkoita, että oppimistilanne toistuu aina samanlaisena, ja siksi taitojen karttuessa on syytä valita haasteellisempi toteutus-tapa.

Vinkkejä oppimismateriaalin käyttöön ja muokkaamiseen

- Miettikää, miten oppimissuunnitelma toteutuu yhteisössänne: onko ohjauksesta vastuussa koko työyhteisö vai tietyt henkilöt?
- Siirrä oppijan kansioon vain käsiteltävänä olevaa oppimismateriaalia. Oppija voi valita käsiteltävän aiheen itse. Huomioi myös oppijan omat ideat oppimistilanteiden toteuttamiseksi.
- Huomaathan, että oppimismateriaali sisältää paitsi oppijalle tarkoitettuja sivuja (esimerkiksi täytettäviä sivuja kuvineen), myös sivuja, joissa on ohjaajalle suunnattuja vinkkejä oppimistilanteen toteutukseen. Mieti, mitkä näistä on syytä laittaa oppijan kansioon. Oppijan kansioon voidaan myös laittaa muuta kuhunkin osioon liittyvää materiaalia tai omia tehtäviä.
- Ota oppimistilanteesta tarvittaessa vain idea, mieti toteutus oppijakohtaisesti. Valmiissa oppimistilanteessa voi myös olla oppijalle liikaa materiaalia, karsi sitä rohkeasti. Hyödynnä Lisää aiheesta -sivut omien tehtävien suunnittelussa.
- Ohjaajan kansioista löytyvät arviointilomakepohjat on tarkoitettu kopioitaviksi. Liitä jokaiseen tehtävään siihen kuuluvat arvioinnit (itsearviointi ja ohjaajan arviointi).

- Jos oppija hyötyy enemmän ohjeista ja tehtävistä, jotka on tehty valokuvoin eikä PCS-kuvoin, voit kuvittaa materiaalin uudelleen. Voit käyttää myös esineitä.
- Tue jokaisen oppijan osallistumista arkeen hänen omien edellytystensä mukaisesti; esimerkiksi lakanoiden vaihto ei oppijalta välttämättä onnistu itsenäisesti. Hän osaa hienosti puristaa kätensä nyrkkiin, saa avustettuna kiinni tyynyliinan kulmasta ja jaksaa pitää siitä kiinni ohjaajan vetäessä tyynyn pois. Näin lakanat on vaihdettu yhdessä!
- Ihmisellä on monta aistia, joiden avulla opimme uutta ja jäsenämme maailmaa. Eri tiloja voi merkitä tuoksuin, äänin, tunnusteltavin esinein ja mauin. Aistit kannattaa aktivoida arjen tilanteissa: haistelkaa, maistelkaa, kuulostelkaa, tunnustelkaa, katselkaa kaikkea, mitä vain voi – ihmetelkää yhdessä. Esimerkiksi leipoessa: miltä maito kuulostaa, miltä jauho tuntuu, miltä ruokasooda maistuu jne.
- Tietokone motivoi monia. Kirjoittaminen onnistuu joiltakin paremmin tietokoneella kuin kynällä. Voit soveltaa oppimismateriaalin tietokoneella kirjoitettavaksi. Tietokoneelta voi myös katsella kuvia, sieltä voi etsiä yhdessä tietoa jne. Internetistä löytyy paljon myös selkokielistä materiaalia sekä ilmaisohjelmia, joita hakuohjelmat auttavat löytämään. Oppimismateriaali sisältää myös paljon linkkivinkkejä.
- Kopiokone on hyvä apuväline materiaalin muokkaamisessa. Tehtäviä voidaan suurentaa, ja näin huomioida näkemisen ongelmat. Kopiokoneen avulla voidaan myös rajata tehtävistä pois ne osat, joille ei ole käyttöä.

4 Oppimiskokonaisuuden teemat

Oppimiskokonaisuuden yleisenä tavoitteena on, että oppija selviytyy jokapäiväisessä elämässä mahdollisimman itsenäisesti ja kykenee ottamaan vastuuta omasta elämästään omien edellytystensä mukaan. Tavoitteena on opittujen taitojen ylläpitäminen, vahvistaminen ja laajentaminen sekä valintojen tekeminen. Lisäksi oppimiskokonaisuuden jokaisella sisältöalueella on omat tarkennetut tavoitteensa, joita on kuvattu seuraavassa teemoittain.

4.1 Minä

Jokainen meistä on yksilö, jolla on oma persoonallisuus, omat vahvuudet ja mahdollisuudet sekä kyvyt, jotka tulisi löytää. Toista samanlaista ihmistä ei ole. Jokainen on olemassa juuri sellaisena kuin on. Jokainen oppii toimimaan itse ja huolehtimaan itsestään omien mahdollisuuksiensa mukaan.

Jokaisen kannattaa huolehtia itsestään. Terveellisillä elämäntavoilla, kuten monipuolisella ravinnolla, liikunnalla ja riittävällä unella saadaan aikaan hyvinvointia. Omat henkilökohtaiset valinnat ovat avainasemassa.

Kaikilla on omat tarpeensa ja toiveensa. Kaikista asioista ei tarvitse, eikä voi selviytyä yksin. Aina voi kysyä toisilta apua ja neuvoja ja voi auttaa myös toisia.

Tavoitteet

MINÄ	
Ylätavoite	Myönteisen minäkuvan vahvistaminen ja omien voimavarojen ja kehittymistarpeiden tunnistaminen.
Alatavoitteet	1. Itsetuntemus: Oppija hyväksyy itsensä sellaisena kuin hän on ja ymmärtää kaikkien olevan erilaisia yksilöitä.
	2. Hygienia: Oppija ymmärtää henkilökohtaisen hygienian olevan omasta puhtaudesta, terveydestä ja ulkonäöstä huolehtimista.
	3. Terveystieto: Oppija tuntee terveelliset elämäntavat ja niiden vaikutukset henkilökohtaiseen hyvinvointiin.
	4. Ystävyyys: Oppija oppii solmimaan ystävyssuhteita ja pitämään niitä yllä.

Toteuttamistavat

- Keskustelut, ohjaus
- Toiminnalliset käytännön harjoitukset
- Liikunta
- Arkipäivän oppimistilanteet

Osaamisen kuvaus

Itsenäisesti: Oppija ymmärtää opiskelun merkityksen. Oppija ymmärtää opittavan asian sisällön. Hän osaa toimia sisällön ohjeiden mukaisesti ja osoittaa itsenäistä toimintaa. Oppija osoittaa myös oma-aloitteisuutta. Hän osaa arvioida oman tekemisensä onnistumista. Oppijalla on käsitystä omista vahvuuksista ja kehittämistä vaativista alueista.

Ohjattuna: Oppija kaipaa lisäohjausta ja tukea ymmärtääkseen opittavan asian sisältöä. Ohjeiden mukainen toiminta edellyttää myös lisäohjausta. Hän tarvitsee muistuttamista pystyäkseen ylläpitämään tarkkaavaisuuttaan. Oman osaamisen arviointi kaipaa kehittymistä.

Avustettuna: Osallistuakseen aktiivisesti oppija tarvitsee runsaasti konkreettista ja jatkuvaa apua ja tukea. Oppija jää helposti omiin oloihinsa. Oppija ei pysty arvioimaan omaa työskentelyään.

Arviointi

Oppija arvioi itseään kuvien avulla. Hän voi valita oman tuntemuksensa mukaan, onko oppimistilanne sujunut hyvin vai onko siihen liittynyt jotain epämieluisaa tai hankalaa. Tämän lisäksi on varattu tilaa, johon oppija voi kirjoittaa, piirtää tai muuten kuvittaa aihealueeseen liittyviä omia tuntemuksiaan ja kokemuksiaan. Tilaan voi lisäksi kirjata toiveita, tarpeita lisätiedosta tai muita kommentteja.

Ohjaajan arvio tapahtuu lyhyellä sanallisella kuvauksella oppimistilanteen kulusta. Oppimistilannetta vertaillaan suhteessa osaamisen kuvauksiin eli itsenäisesti/ohjattuna/avustettuna. Arviointia helpottamaan on tehty muutamia apukysymyksiä ja lomakkeeseen on varattu tilaa myös muille huomioille.

4.2 Koti

Koti on enemmän kuin asunto tai paikka, jossa säilytetään tavaroita. Se on enemmän kuin seinät, lattia ja katto, se on enemmän kuin suojaa ulkomaailmaa vastaan. Kodin jokaisella tilalla on oma käyttötarkoituksensa. Eteinen ottaa vastaan, keittiössä hoituu ruokailu ja makuuhuone tarjoaa tarpeellista lepoa.

Kodissa elämä toteutuu pienoiskoossa. Siellä soitetaan, lauletaan, luetaan, leikitään, seurustellaan, tehdään työtä, rakastetaan, riidellään ja sovitaan tai vain ollaan. Siellä vallitsevat omat lakinsa ja toimintatapansa, joista päättävät vain siellä asuvat ihmiset. Koti ilmentää asukkaitensa elämäntapaa, arvoja ja unelmia. Siellä kohtaavat toiveet ja todellisuus. Jokaisella on oma näkemyksensä siitä, millainen on ihannekoti.

Koti on paikka, jossa on turvallinen ja hyvä asua. Paikka, jossa on tuttuja ihmisiä ja jossa voi vain olla ja levätä. Mutta kotona tehdään myös monenlaisia arkipäivän askareita ja pidetään koti siistinä, pestään pyykit, tehdään ruokaa ja tiskataan.

Tavoitteet

KOTI	
Ylätavoite	Tukemalla oppijan yksilöllisyyttä, itsemääräämisoikeutta ja valintojen mahdollisuutta vahvistaa yksilön mahdollisuuksia kokea vahvaa osallisuutta omassa kodissaan ja omassa elämässään.
Alatavoitteet	1. Asuminen: Oppijan asumiseen liittyvien tietojen ja taitojen vahvistaminen sekä laajentaminen.
	2. Kodin siivous: Oppija hallitsee siivoukseen liittyvät tarpeelliset taidot ja osaa huolehtia ympäristönsä siisteydestä.
	3. Vaatehuolto: Antaa oppijalle valmiuksia selviytyä vaatehuoltoon liittyvistä tehtävistä.
	4. Keittiötyöt: Kehittää oppijan keittiötyötaitoja.

Toteuttamistavat

- Keskustelut, ohjaus
- Toiminnalliset käytännön harjoitukset
- Arkipäivän toiminnalliset tilanteet

Osaamisen kuvaus

Itsenäisesti: Oppija ymmärtää opiskelun merkityksen. Oppija ymmärtää opittavan asian sisällön. Hän osaa toimia sisällön ohjeiden mukaisesti ja osoittaa itsenäistä toimintaa. Oppija osoittaa myös oma-aloitteisuutta. Hän osaa arvioida oman tekemisensä onnistumista. Oppijalla on käsitystä omista vahvuuksista ja kehittämistä vaativista alueista.

Ohjattuna: Oppija kaipaa lisäohjausta ja tukea ymmärtääkseen opittavan asian sisältöä. Ohjeiden mukainen toiminta edellyttää myös lisäohjausta. Hän tarvitsee muistuttamista pystyäkseen ylläpitämään tarkkaavaisuuttaan. Oman osaamisen arviointi kaipaa kehittymistä.

Avustettuna: Osallistuakseen aktiivisesti oppija tarvitsee runsaasti konkreettista ja jatkuvaa apua ja tukea. Oppija jää helposti omiin oloihinsa. Oppija ei pysty arvioimaan omaa työskentelyään.

Arviointi

Oppija arvioi itseään kuvien avulla. Hän voi valita oman tuntemuksensa mukaan, onko oppimistilanne sujunut hyvin vai onko siihen liittynyt jotain epämieluisaa tai hankalaa. Tämän lisäksi on varattu tilaa, johon oppija voi kirjoittaa, piirtää tai muuten kuvittaa aihealueeseen liittyviä omia tuntemuksiaan ja kokemuksiaan. Tilaan voi lisäksi kirjata toiveita, tarpeita lisätiedosta tai muita kommentteja.

Ohjaajan arvio tapahtuu lyhyellä sanallisella kuvauksella oppimistilanteen kulusta. Oppimistilannetta vertaillaan suhteessa osaamisen kuvauksiin eli itsenäisesti/ohjattuna/avustettuna. Arviointia helpottamaan on tehty muutamia apukysymyksiä ja lomakkeeseen on varattu tilaa myös muille huomioille.

4.3 Asiointi

Opitut asiointitaidot lisäävät riippumattomuutta muista ihmisistä ja tukevat itsenäistymistä. Asioiden hoitaminen omien kykyjen ja taitojen mukaan on tärkeää ja keskeistä myös osallisuuden näkökulmasta.

Asioimalla itsenäisesti on mahdollista hankkia kotiin tarvittavia asioita, mieleistä ruokaa ja sopivia vaatteita. Erilaisia hankintoja varten on tärkeää harjoitella rahankäyttöä. Rahankäyttöä opitaan myös erilaisten palvelujen yhteydessä. Matkustaminen linja-autolla tai taksilla vaatii harjoittelua kuten myös liikkuminen lähiympäristössä.

Vaikka asioita voidaan hoitaa paljon myös kotoa käsin, on oppimisen kannalta tärkeää, että lähdetään kotoa asioimaan kodin ulkopuolelle. Mukavien asioiden lisäksi on joskus hoidettava myös välttämättömiä ja pakollisia asioita.

Tavoitteet

ASIOINTI	
Ylätavoite	Lisää tietoa oppijan vaikutusmahdollisuuksista suhteessa omaan elämään sekä oppia omatoimisuutta.
Alatavoitteet	1. Asiointi ja rahan käyttö: Oppija tietää, mistä tarvittavia palveluita tai hankintoja saa, mitä pitää huomioida asiointia ennen, sen aikana tai jälkeen. Oppija ymmärtää rahan arvon.
	2. Puhelimen käyttö: Lisää puhelimen käytön osaamista.
	3. Aikakäsitys: Kasvattaa oppijan aikakäsitteen tuntemusta.
	4. Turvallisuus: Kehittää oppijan taitoja liikkua mahdollisimman itsenäisesti ja turvallisesti.
	5. Hyvät tavat: Välittää suomalaista tapakulttuuria.

Toteuttamistavat

- Keskustelut, ohjaus,
- Toiminnalliset käytännön harjoitukset
- Asiointikäynnit ja vierailut
- Liikenteessä liikkuminen

Osaamisen kuvaus

Itsenäisesti: Oppija ymmärtää opiskelun merkityksen. Oppija ymmärtää opittavan asian sisällön. Hän osaa toimia sisällön ohjeiden mukaisesti ja osoittaa itsenäistä toimintaa. Oppija osoittaa myös oma-aloitteisuutta. Hän osaa arvioida oman tekemisensä onnistumista. Oppijalla on käsitystä omista vahvuuksista ja kehittämistä vaativista alueista.

Ohjattuna: Oppija kaipaa lisäohjausta ja tukea ymmärtääkseen opittavan asian sisältöä. Ohjeiden mukainen toiminta edellyttää myös lisäohjausta. Hän tarvitsee muistuttamista pystyäkseen ylläpitämään tarkkaavaisuuttaan. Oman osaamisen arviointi kaipaa kehittymistä.

Avustettuna: Osallistuakseen aktiivisesti oppija tarvitsee runsaasti konkreettista ja jatkuvaa apua ja tukea. Oppija jää helposti omiin oloihinsa. Oppija ei pysty arvioimaan omaa työskentelyään.

Arviointi

Oppija arvioi itseään kuvien avulla. Hän voi valita oman tuntemuksensa mukaan, onko oppimistilanne sujunut hyvin vai onko siihen liittynyt jotain epämieluisaa tai hankalaa. Tämän lisäksi on varattu tilaa, johon oppija voi kirjoittaa, piirtää tai muuten kuvittaa aihealueeseen liittyviä omia tuntemuksiaan ja kokemuksiaan. Tilaan voi lisäksi kirjata toiveita, tarpeita lisätiedosta tai muita kommentteja.

Ohjaajan arvio tapahtuu lyhyellä sanallisella kuvauksella oppimistilanteen kulusta. Oppimistilannetta vertaillaan suhteessa osaamisen kuvauksiin eli itsenäisesti/ohjattuna/avustettuna. Arviointia helpottamaan on tehty muutamia apukysymyksiä ja lomakkeeseen on varattu tilaa myös muille huomioille.

4.4 Työ ja vapaa-aika

Jokaisella ihmisellä on oikeus työhön. Jokainen voi tehdä työtä oman työkykynsä mukaisesti. Työ tapahtuu sopimuksen perusteella. Työtä tehdään korvausta vastaan, toisen johdolla ja valvonnan alaisena. Työtä voidaan tehdä työ- ja toimintakeskuksissa tai niiden ulkopuolella työharjoitteluna, avotyönä tai palkkatyönä. Työtä voi tehdä itsenäisesti, ohjattuna tai avustettuna.

Työ jäsentää arkea, luo perustaa itsetunnolle ja itsearvostukselle. Se antaa mahdollisuuden sosiaaliseen vuorovaikutukseen, sitoutumiseen yhteisön jäsenenä ja oppimiseen. Se mahdollistaa itsensä toteuttamisen, onnistumisen kokemuksen ja luovuuden.

Vapaa-aika on mahdollisuus levätä työstä. Vapaa-ajalla voi esimerkiksi käydä elokuvissa, teatterissa tai konserteissa, osallistua erilaisiin kerhoihin, ulkoilla tai harrastaa jotain muuta mieluisaa asiaa. Harrastusten kautta on mahdollisuus sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja ystäväyssuhteiden luomiseen. Harrastustoimintaa järjestävät muun muassa järjestöt, urheiluseurat ja kansalaisopistot. Myös asumispalvelujen yhteydessä voi olla järjestetty asukkaille erilaista vapaa-ajan toimintaa.

Tavoitteet

TYÖ JA VAPAA-AIKA	
Ylätavoite	Kehittää oppijan tietämystä työstä ja vapaa-ajasta ja antaa valmiuksia suunnitella ja pohtia omaa työuraa.
Alatavoitteet:	1. Työtaidot ja osaaminen: Oppijan osaamisen vahvistaminen ja työhistorian läpikäyminen.
	2. Vahvuudet ja kehittyminen: Oppijan omien vahvuuksien ja kehittymistarpeiden tunnistaminen.
	3. Työelämä tietous: Oppijan työelämä tietouden vahvistaminen ja lisääminen sekä omien uratoiveiden selvittäminen.
	4. Uudet työtaidot: Oppija rakentaa omia oppimistavoitteitaan uusien taitojen suhteessa ja laatii suunnitelman niiden toteuttamiseksi.
	5. Vapaa-aika: Vahvistaa työn ja vapaa-ajan erottamista sekä lisää tietoutta vapaa-ajan viettämisen mahdollisuuksista.

Toteuttamistavat

- Keskustelut, ohjaus
- Toiminnalliset käytännön harjoitukset
- Tutustumiskäynnit ja vierailut
- Liikenteessä liikkuminen, retket
- Harrastusmahdollisuuksiin tutustuminen

Osaamisen kuvaus

Itsenäisesti: Oppija ymmärtää opiskelun merkityksen. Oppija ymmärtää opittavan asian sisällön. Hän osaa toimia sisällön ohjeiden mukaisesti ja osoittaa itsenäistä toimintaa. Oppija osoittaa myös oma-aloitteisuutta. Hän osaa arvioida oman tekemisensä onnistumista. Oppijalla on käsitystä omista vahvuuksista ja kehittämistä vaativista alueista.

Ohjattuna: Oppija kaipaa lisäohjausta ja tukea ymmärtääkseen opittavan asian sisältöä. Ohjeiden mukainen toiminta edellyttää lisäohjausta. Hän tarvitsee muistuttamista pystyäkseen ylläpitämään tarkkaavaisuutta. Oman osaamisen arviointi kaipaa kehittymistä.

Avustettuna: Osallistuakseen aktiivisesti oppija tarvitsee runsaasti konkreettista ja jatkuvaa apua ja tukea. Oppija jää helposti omiin oloihinsa. Oppija ei pysty arvioimaan omaa työskentelyään.

Arviointi

Oppijan itsearviointi tapahtuu kuvallisena. Hän voi valita oman tuntemuksensa mukaan, onko oppimistilanne sujunut hyvin vai onko siihen liittynyt jotain epämieluisaa tai hankalaa. Tämän lisäksi on varattu tilaa, johon oppija voi kirjoittaa, piirtää tai muuten kuvittaa aihealueeseen liittyviä omia tuntemuksiaan ja kokemuksiaan. Tilaan voi lisäksi kirjata toiveita, tarpeita lisätiedosta tai muita kommentteja.

Ohjaajan arvio tapahtuu lyhyellä sanallisella kuvauksella oppimistilanteen kulusta. Oppimistilannetta vertaillaan suhteessa osaamisen kuvauksiin eli itsenäisesti/ohjattuna/autettuna. Arviointia helpottamaan on tehty muutamia apukysymyksiä ja lomakkeeseen on varattu tilaa myös muille huomioille.

ELIAS

Oppijan osa

Elinikäinen oppiminen arjen sisältönä -oppimiskokonaisuus



ITÄ-SUOMEN YLIOPISTO
Koulutus- ja kehittämisspalvelu Aducate



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa
EU:lta
2007-2013

Työryhmä

Kaija Hakkarainen
Soile Hämäläinen
Kirsi Kinnunen
Sanna Korhonen
Tanja Miettinen
Sari Nyrhinen
Leila Peiponen
Katri Pesonen
Marja-Leena Reponen
Maija Savolainen
Marja-Liisa Suvikannas-Toivanen
Hanna Tarkiainen
Sirkku Tiainen
Jaana Ylönen

Tämä materiaali on tuotettu osana Vaikeavammaisten yhteiskunnallisen tasa-arvon ja osallisuuden kehittäminen –hanketta (VAVA II, 1.3.2008-30.6.2011). Hanketta rahoittavat Itä-Suomen ELY-keskukset ja Euroopan sosiaalirahasto ja sitä hallinnoi Itä-Suomen yliopiston koulutus- ja kehittämispalvelu Aducate.

ELIAS-oppimiskansio

Tämä on minun ELIAS -oppimiskansioni.

Se sisältää osiot

Minä (violetti)

Koti (oranssi)

Asiointi (turkoosi)

Työ ja vapaa-aika (aniliinipunainen)

Kokoan kansiooni tekemäni tehtävät.

Oppimista tapahtuu koko ajan.

Voin vahvistaa jo aiemmin oppimiani taitoja.

Voin myös oppia uusia asioita.

Voin itse vaikuttaa siihen, mitä haluan oppia.

Oppimisessa minua auttaa ohjaaja.

Oppimisen arviointi on tärkeää.

Arvioin itse oppimistani.

Myös ohjaajani arvioi oppimistani.

Saan ohjaajaltani palautetta.

MINÄ

Jokainen meistä on erilainen.

Toista samanlaista kuin minä ei ole.

Minulla on omia toiveita ja tarpeita.

Minun kannattaa huolehtia itsestäni.

Elämällä terveellisesti voin hyvin.

On tärkeää,

millaisia valintoja minä teen.

Voin aina pyytää apua.

Ystävät ovat tärkeitä.

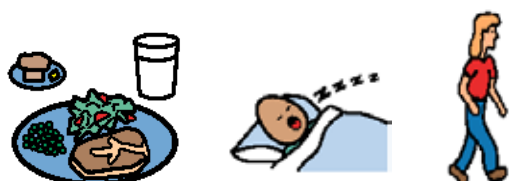
TAVOITTEET



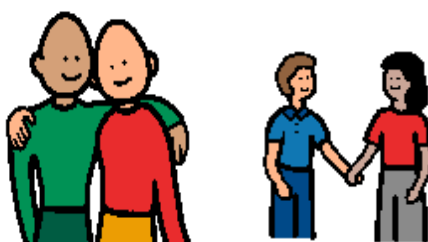
Millainen minä olen



Puhtaus



Terveystieto



Ystävyys

KOTI

Koti on minulle tärkeä.

Kotona voin levätä, syödä,
tavata ystäviä tai vaan olla.

Minä voin vaikuttaa siihen,
millainen koti minulla on.

Minun kotini on turvallinen
ja hyvä paikka asua.

Kotona saan tehdä kotitöitä.

Saan oppia uusia asioita kodinhoidosta.

Pidän oman kotini siistinä.

TAVOITTEET



Asuminen



Kodin siivous



Vaatehuolto



Ruoanvalmistus ja keittiötöät

ASIOINTI

Hoidan itse omia asioitani.

Omien asioiden hoitaminen

on minulle tärkeää.

Asioimalla itse voin oppia uusia asioita.

On erilaisia hoidettavia asioita.

Kaikki asioinnit eivät ole mukavia.

Voin tehdä mieleisiä ostoksia,

ja käydä eri paikoissa.

Samalla tutustun uusiin ihmisiin.

On tärkeää lähteä kotoa asioimaan.

Asiointi voi vaatia matkustamista

linja-autolla tai taksilla.

TAVOITTEET

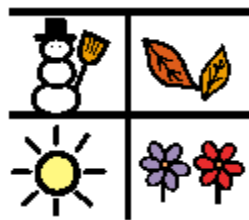
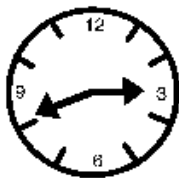


Palveluihin tutustuminen

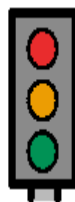
Asioinnin harjoittelu ja rahan käyttö



Puhelimen käyttö



Ajan hahmottaminen



Turvallinen liikkuminen



Hyvät tavat

TYÖ JA VAPAA-AIKA

TYÖ JA VAPAA-AIKA

On olemassa monenlaisia

työpaikkoja ja työtehtäviä.

Osaan jo paljon

ja voin oppia uusia taitoja.

Työskentely antaa minulle hyvän mielen.

Vapaa-aikana voin harrastaa

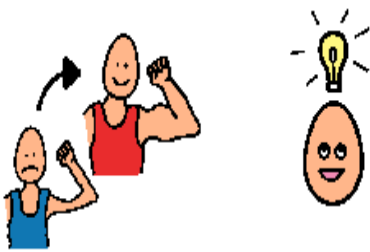
minulle mieluisia asioita.

Voin myös levätä ja rentoutua.

TAVOITTEET



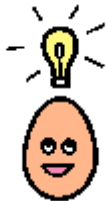
Osaaminen



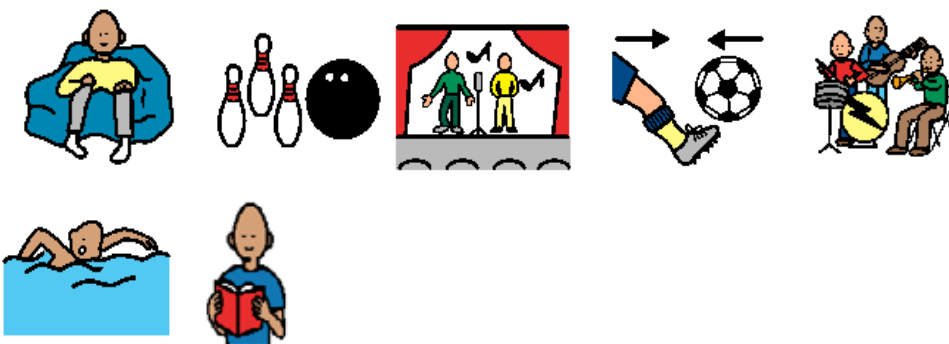
Vahvuudet ja kehittyminen



Tietoa työelämästä



Uudet taidot



Vapaa-aika ja harrastukset

MUISTIINPANOJA

SOPIMUS

MINÄ _____
OPPIJAN NIMI

HALUAN OSALLISTUA ELIAS -OPPIMISKOKONAISUUDEN
MUKAISEEN TYÖSKENTELYYN.

OHJAAJINANI TOIMIVAT

_____ / _____ 20____

OPPIJAN ALLEKIRJOITUS

OHJAAJAN ALLEKIRJOITUS

OHJAAJAN ALLEKIRJOITUS

Ohjaajan arviointi**Päiväys** _____

Oppija _____ Ohjaaja _____

Teema/tehtävä:

Toteutustapa:

Oppimistilanne (paikka, kiinnostus tehtäviin, vireystila ym.):

Oppimistilanne ja osaamisen kuvaus

itsenäisesti ☐osittain itsenäisesti ☐ohjattuna ☐autettuna ☐

	koko ajan	lähes koko- ajan	ajoittain	satunnaisesti
1. olit aktiivinen				
2. toimit ohjeiden mukaan				
3. keskityit				
4. olit kiinnostunut				
5. osoitit pitkäjännitteisyyttä				
6. yritit parhaasi				

Osasit

Kaipaavat lisäharjoittelua

Muuta huomioitavaa:

Paikka _____ ._____20____

ohjaajan allekirjoitus

nimen selvennys

oppijan allekirjoitus

nimen selvennys

Oppijan itsearviointi

Päiväys _____

Oppija _____ Ohjaaja _____

Teema/tehtävä: _____

Ympyröi mielestäsi sopivin vaihtoehto.

Oliko tehtävä mielenkiintoinen?

Kyllä



Ei



Oliko tehtävä hyödyllinen?

Kyllä



Ei



Opitko jotain uutta?

Kyllä



Ei



Oliko tehtävä liian vaikea?

Kyllä



Ei



Oliko tehtävä liian helppo?

Kyllä



Ei



Mitä ajatuksia tai ideoita sinulle tuli tehtäviä tehdessäsi? Haluaisitko aiheesta lisätietoa tai -tehtäviä? Ohjaajasi auttaa sinua kirjaamaan asioita. Voit jatkaa paperin toiselle puolelle.

Minun päiväkirjani

Viikonpäivä

Päivämäärä.....

Tänään tein:



Mukavinta oli:



En pitänyt:

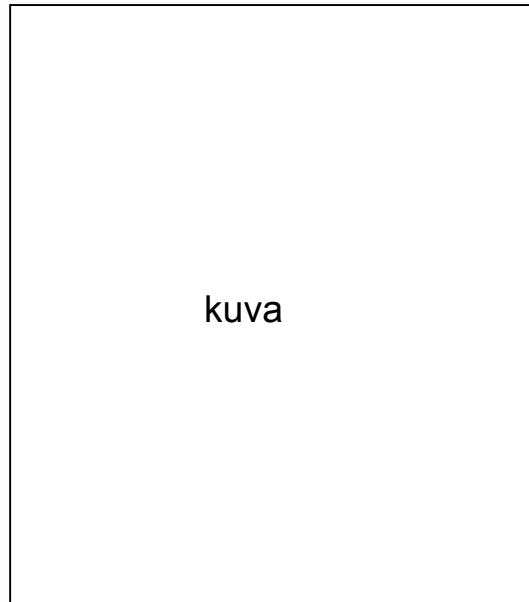
Muita asioita:

Viikonpäivät

Voit leikata ja liimata oikean viikonpäivän päiväkirjasi sivulle.

MA	TI	KE
TO	PE	LA
SU		MA
TI	KE	TO
PE	LA	SU

DIPLOMI



On aktiivisesti vahvistanut taitojaan ja tietojaan
ELIAS - oppimiskokonaisuutta hyödyntäen
ajalla _____ - _____

____ / ____ 20____

Ohjaajan allekirjoitus



ELIAS-oppimiskansio

Tämä on minun ELIAS -oppimiskansioni.

Se sisältää osiot

Minä (violetti)

Koti (oranssi)

Asiointi (turkoosi)

Työ ja vapaa-aika (aniliinipunainen)

Kokoan kansiooni tekemäni tehtävät.

Oppimista tapahtuu koko ajan.

Voin vahvistaa jo aiemmin oppimiani taitoja.

Voin myös oppia uusia asioita.

Voin itse vaikuttaa siihen, mitä haluan oppia.

Oppimisessa minua auttaa ohjaaja.

Oppimisen arviointi on tärkeää.

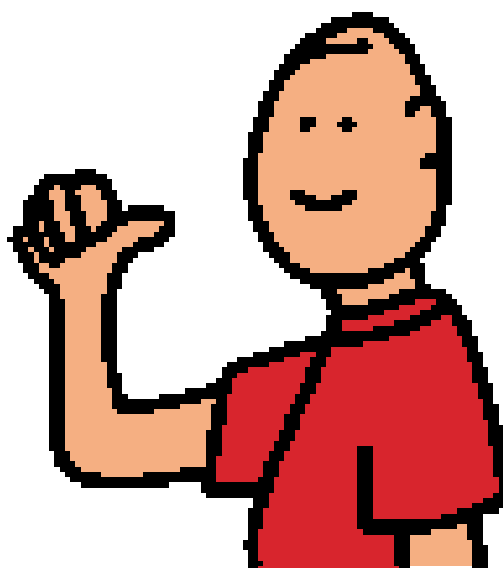
Arvioin itse oppimistani.

Myös ohjaajani arvioi oppimistani.

Saan ohjaajaltani palautetta.

Koontilomake tehdyistä tehtävistä

Päivämäärä	Tehtävän aihe	Ohjaajani	Huomioitavaa



Minä

MINÄ

Jokainen meistä on erilainen.

Toista samanlaista kuin minä ei ole.

Minulla on omia toiveita ja tarpeita.

Minun kannattaa huolehtia itsestäni.

Elämällä terveellisesti voin hyvin.

On tärkeää,

millaisia valintoja minä teen.

Voin aina pyytää apua.

Ystävät ovat tärkeitä.

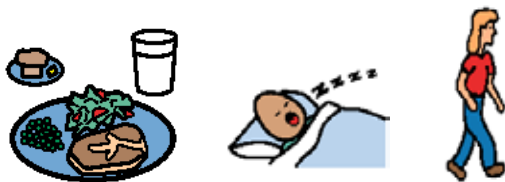
TAVOITTEET



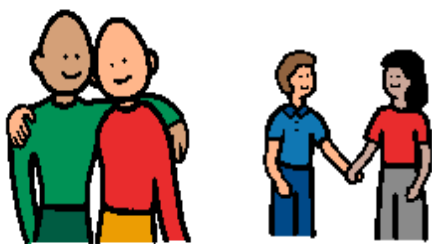
Millainen minä olen



Puhtaus



Terveystieto



Ystävyys

Oppimistehtävät



Minä

- Minä - kuka minä olen?
- Minulle tärkeitä asioita
- Pulmatilanteet
- Itsetuntemus
- Tunteet
- Tytöstä naiseksi / Pojasta mieheksi
- Valokuvat kertovat
- Valokuvaaminen
- Minä ja ystäväni
- Minä - kaverin silmin
- Matkustan ympäri maailmaa
- Puhtaus
- Terveellinen ravinto
- Unipäiväkirja
- Liikunta
- Liikuntapiirakka
- Viikoittainen liikuntapiirakka
- Kuvia ja kokemuksia matkan varrelta

Minä – kuka minä olen?

Tähän voit kirjoittaa tietoja itsestäsi ja mielipiteitäsi eri asioista.

Tarvittaessa ohjaajasi voi kirjoittaa.

Tähän voit liimata valokuvan itsestäsi.

Minä olen _____

ja minä olen _____ vuotta vanha.

Minun silmieni väri on _____

ja hiukseni ovat _____

Minä – kuka minä olen?

Mieliruokani on _____

ja mielijuomani on _____

Lempiväriäni ovat _____

Kun minä olen hyvällä tuulella, niin silloin minä _____

Kun minua harmittaa jokin asia, niin silloin minä _____

Mielimusiikkiani on _____

Televisiosta katson mielelläni _____

Minä – kuka minä olen?

Asun _____

Kanssani asuvat _____

Pukeudun mieluiten _____

Näistä eläimistä pidän _____

Parasta kesässä on _____

Parasta talvessa on _____

Vapaa-aikana mielelläni _____

Minä – kuka minä olen?

Olen

iloinen

Kyllä



Ei



väsynyt

Kyllä



Ei



hauska

Kyllä



Ei



ujo

Kyllä



Ei



rauhallinen

Kyllä



Ei



surullinen

Kyllä



Ei



innostunut

Kyllä

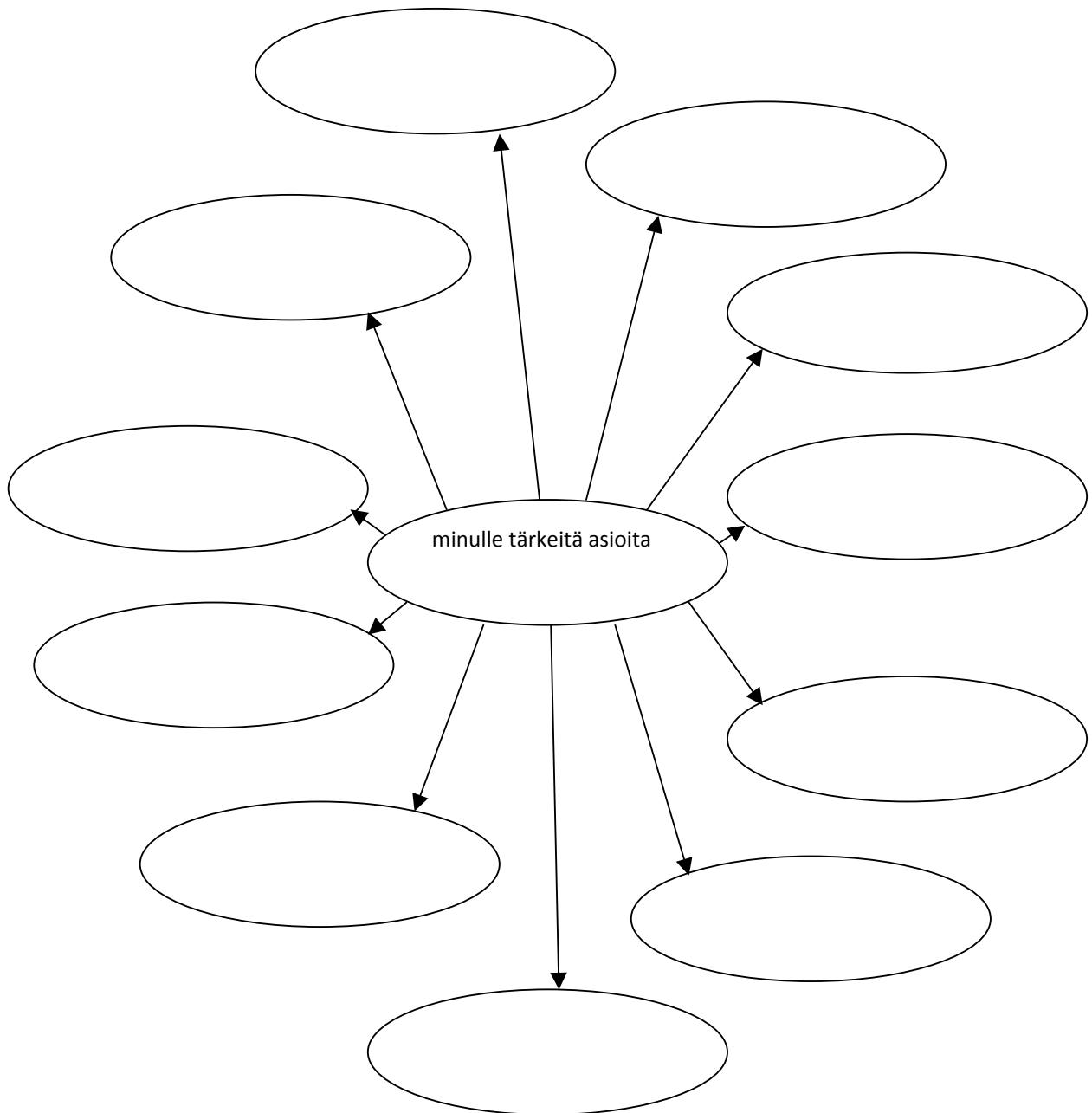


Ei



Minulle tärkeitä asioita

Voit myös tehdä kuvion erilliselle isolle paperille.



Pulmatilanteet

Tähän on koottu muutamia pulmatilanteita, joihin voit ohjaajasi kanssa yhdessä miettiä sinulle sopivat toimintaohjeet.

Mitä teet, jos olet eksynyt? _____

Mitä voit tehdä silloin kun tunnet itsesi yksinäiseksi? _____

Mitä teet, jos joku kiusaa sinua? _____

Mitä teet, jos jokin asia painaa mieltäsi? _____

Mitä teet, jos sinua pelottaa? _____

Mitä teet, jos jokin asia ei mene niin kuin haluat? _____

Mitä teet, jos sinulla on tullut riitaa jonkun kanssa? _____

Pulmatilanteet

Mitä teet, jos haluat olla rauhassa? _____

Mitä teet, jos haluat huomiota? _____

Mitä voit tehdä, jos tunnet itsesi surulliseksi? _____

Omat pulmatilanteet:

Mitä teet, jos _____?

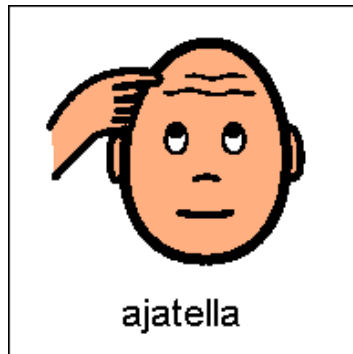
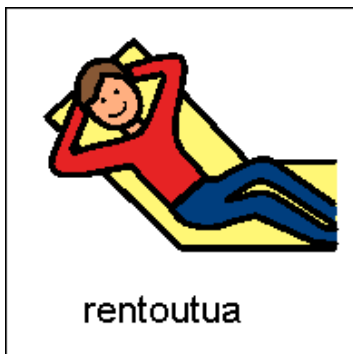
Mitä teet, jos _____?

Mitä teet, jos _____?

Itsetuntemus

Mielikuvaharjoitus

Ota mukava asento ja sulje silmäsi. Lähde mielikuvamatkalle omaan itseesi. Mieti itseäsi seuraavien kysymysten pohjalta.



Kuka minä oikein olen?

Millainen minä olen?

Millainen minä haluaisin olla?

Mitkä ovat vahvoja puoliani?

Entä heikot puoleni?

Mitä osaan tehdä hyvin?

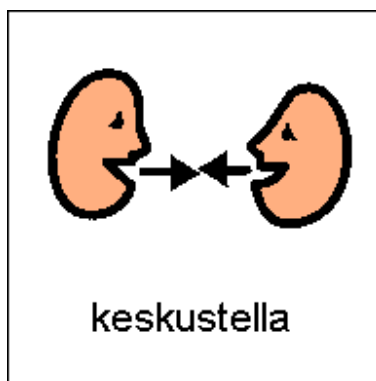
Missä onnistuin viimeksi?

Kenen seurassa on mukava olla?

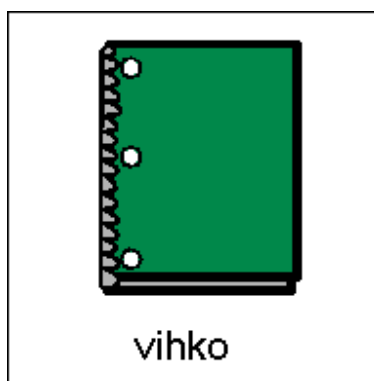
Mitä luonteenpiirteitä arvostan itsessäni?

Itsetuntemus

Keskustele ja pohdi samoja kysymyksiä yhdessä ohjaajan kanssa tai ryhmässä.



Voit kirjata myös ajatukset vihkoon.

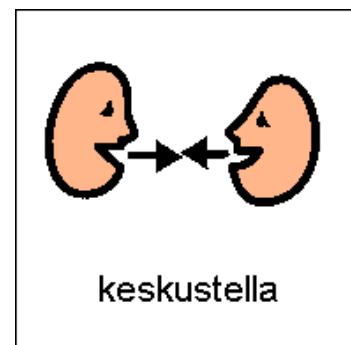
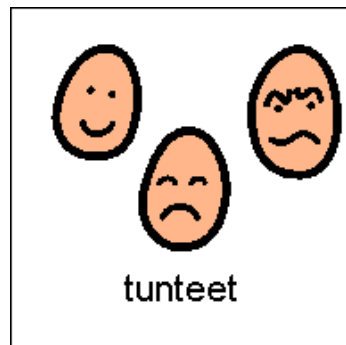
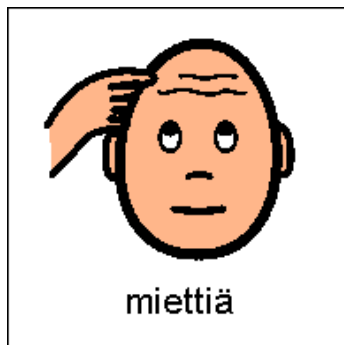


Lähde (tieto lokakuulta 2010):

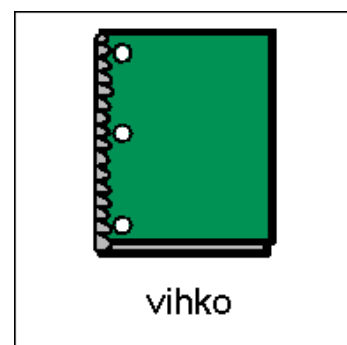
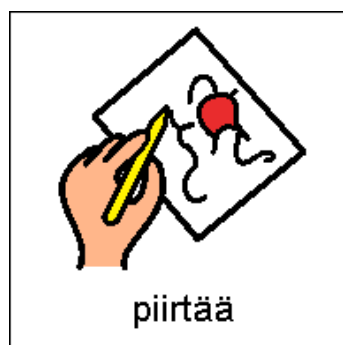
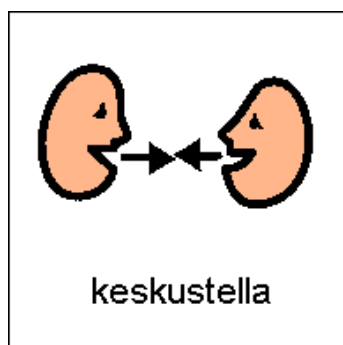
http://www.mv.helsinki.fi/home/korvela/vanha/opetus/perhekasvatus/Pienryhma_tyot/Aihe_2_teksti_Makinen_co.htm

Tunteet

Tunteet kuuluvat kaikkien meidän elämään. Mieti erilaisia tunteita ja keskustele niistä ohjaajan kanssa.



Vastaa seuraaviin kysymyksiin ja keskustele niistä ohjaajan kanssa. Piirrä erilaisia tunteita vihkoon.



Millaisia tunteita on olemassa?

Millaisilta tunteet tuntuvat?

Millaisilta tunteet näyttävät?

Mistä tunteista pidät?

Tunteet

Mikä saa sinut iloiseksi?

Mitä teet kun olet iloinen?

Mikä saa sinut surulliseksi?

Mitä teet kun olet surullinen?

Mikä sinua auttaa, kun sinun on paha olla?

Miten rentoudut?

Mistä asioista sinä innostut?

Milloin sinä olet väsynyt?

Milloin sinä olet pelokas?

Mikä asia saa sinut nauramaan?

Ketä sinä rakastat?

Miltä tuntuu kun on rakastunut?

Mistä asioista tulet vihaiseksi?

Miten purat vihan tunteen?

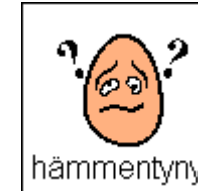
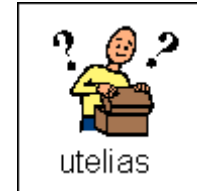
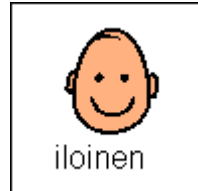
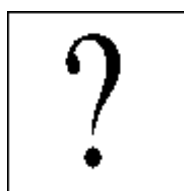
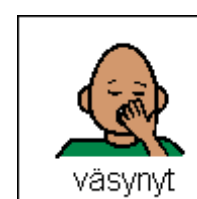
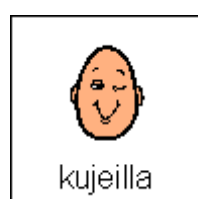
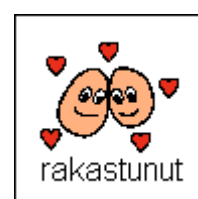
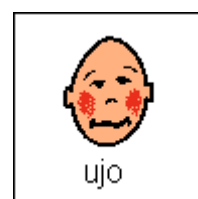
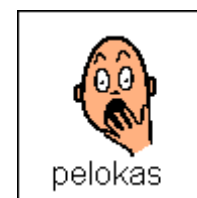
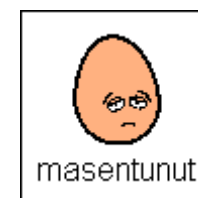
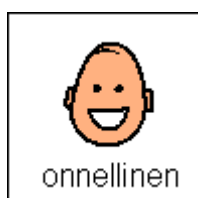
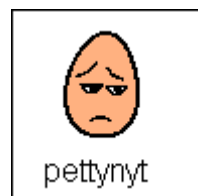
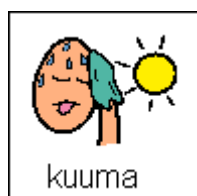
Millaiselta onnellinen ihminen näyttää?

Mikä saa sinut onnelliseksi?

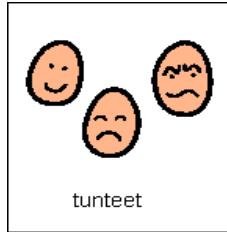
Lähde: Kyllikki Kerola, Sari Kujanpää ja Anja Kallio, Tunteesta tunteeseen, Opetushallitus; 2007

Tunteet

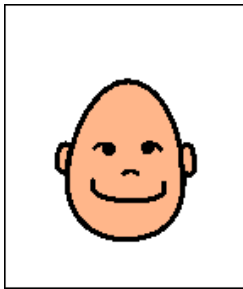
Mieti millaisia tunteita olet tänään tai aiemmin kokenut? Voit käyttää apuna seuraavia kuvia.

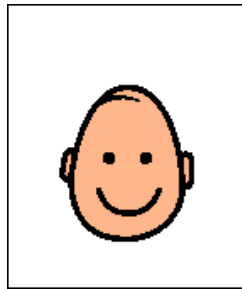


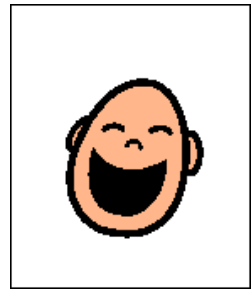
Tunteet

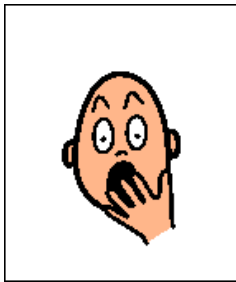


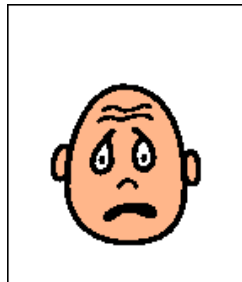
Mieti ohjaajan kanssa millaisia tunteita olet tänään tai aiemmin kokenut?
Voit käyttää apuna seuraavia kuvia ja kirjoittaa kuvan alle oman tunteesi.

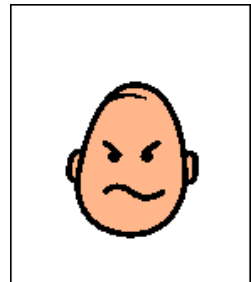












Tytöstä naiseksi/pojasta mieheksi

Pohtikaa yhdessä, mitkä asiat kuuluvat lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen ja vanhuuteen.

Mistä tunnistaa naisen?

Mistä tunnistaa miehen?

Miten ulkonäkö muuttuu iän myötä?

Kohdellaanko sinua iän mukaisesti?

Kenelle kerrot omasta kehityksestäsi ja siihen liittyvistä kysymyksistä?

Myös näistä teemoista voit valmistaa tauluja, joihin piirrät tai leikkaat ja liimaat kuvia.

Lisätietoa:

Tuisku Ilmonen & Irene Karanka 2001: Iloinen soturi ja suloinen kuningatar -seksuaalikasvatuksesta. Kehitysvammaliitto.

Hyttinen, Satu 2009. Haaveita ja haluja -selkokiekkelisiä tarinoita seksuaalisuudesta. Kehitysvammaliitto.

Rajala, Pertti 2008. Kahden. Kehitysvammaliitto.

Tytöstä naiseksi

Tähän voit piirtää tai leikata ja liimata kuvia eri-ikäisistä naisista.

Tytöstä naiseksi

Tähän voit piirtää tai leikata ja liimata kuvia asioista, jotka kuuluvat naisille.

Pojasta mieheksi

Tähän voit piirtää tai leikata ja liimata kuvia eri-ikäisistä miehistä.

Pojasta mieheksi

Tähän voit piirtää tai leikata ja liimata kuvia asioista, jotka kuuluvat miehille.

Oikeus oman kehoon

Seksuaalisuus on tärkeä osa elämää, kuten syöminen, juominen, lepo ja liikunta.¹

Jokaisella on oikeus seksuaalisuuteen. Seksuaalisuus ei ole poikkeavaa vaan se kuuluu jokaisen ihmisen kehitykseen.

Jokaiselle on annettava lupa omaan kehoon. Jokaisen ihmisen oikeuksiin kuuluu, että hän saa itse päättää, ketkä saavat koskettaa hänen kehoaan ja millä tavalla.

On hyvä ymmärtää yksityisyyden ja julkisen käyttäytymisen ero. Yksityistä on oma tila (oma huone) ja kaikki muu on julkista tilaa.

Keskustelkaa yhdessä ohjaajan kanssa, missä on soveliaista kosketella omaa kehoaan. Voitte sopia myös muista asioista ja hygienian hoitamisesta.

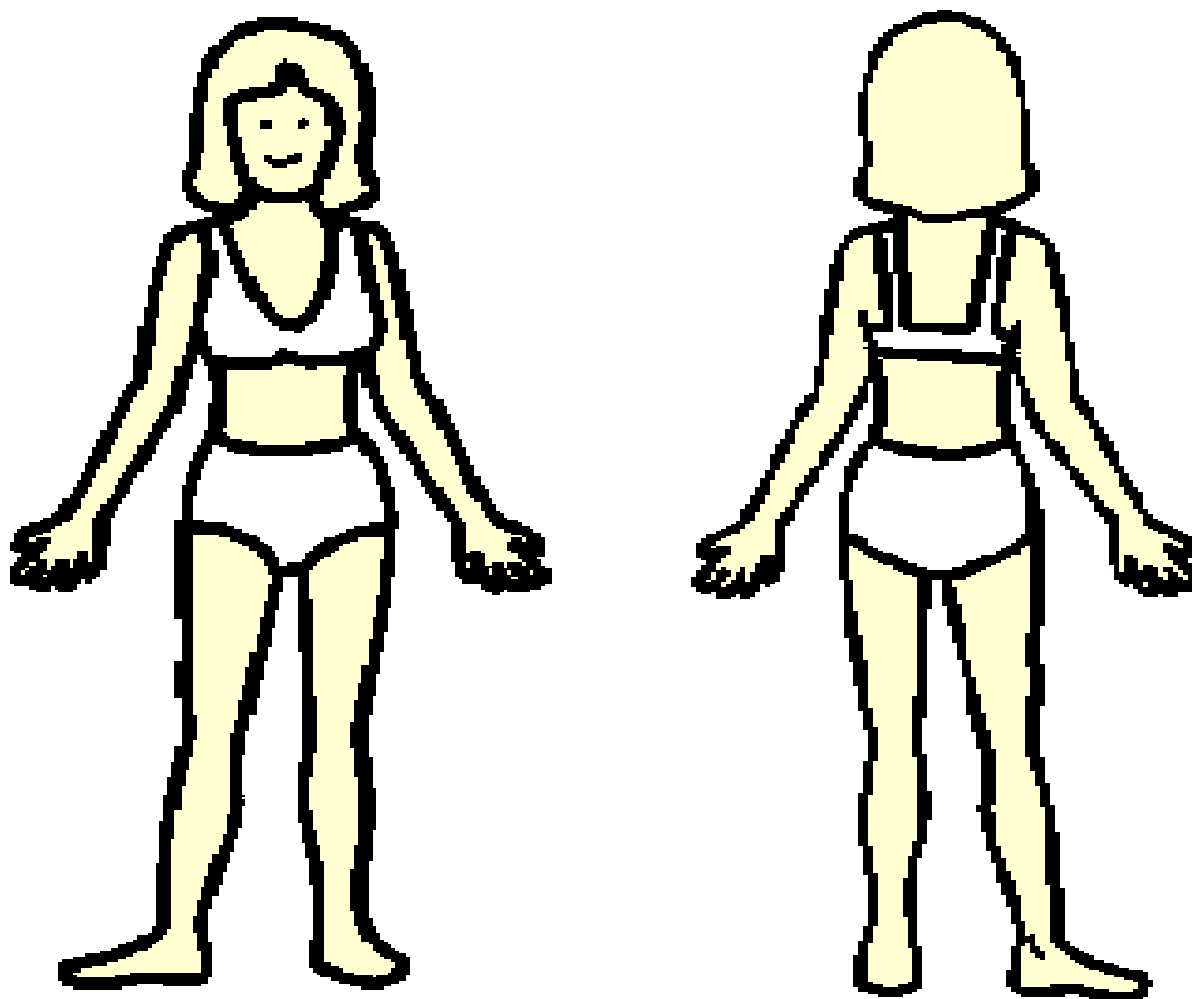
On hyvä tietää koskemattomuuden suoja ja tunnistaa myös toisen henkilön oikeus omaan koskemattomuuteensa.

¹ELIAS- oppimiskokonaisuudessa on tämän osa-alueen käsittely jätetty tietoisesti vähäiseksi, koska teemasta on jo paljon hyvää materiaalia olemassa.

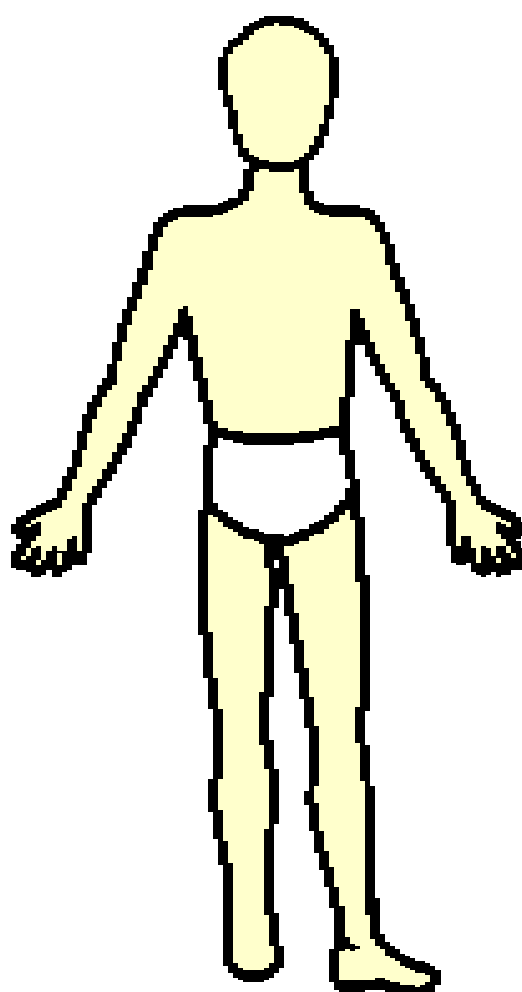
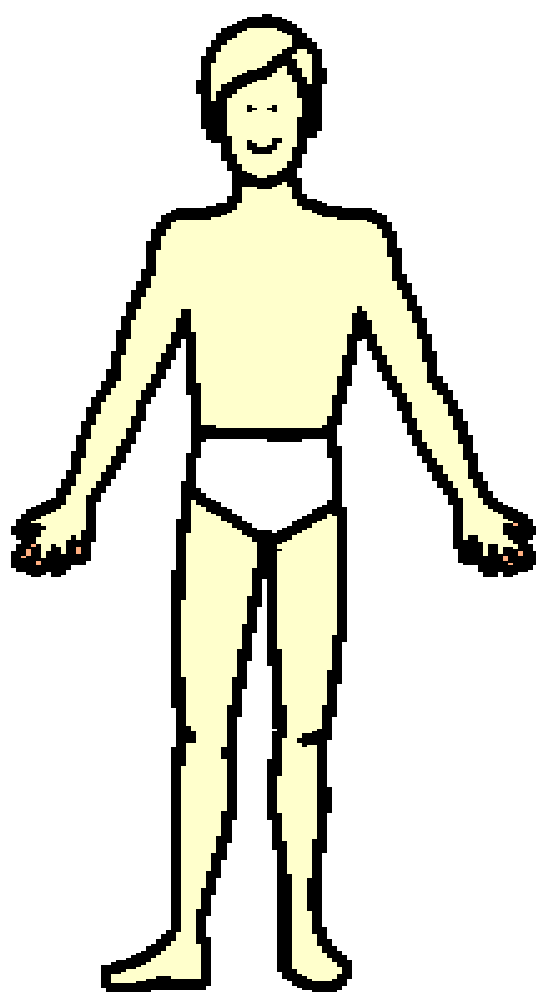
Oikeus oman kehoon

Merkitse kuvaan vihreällä ne alueet, joihin sinua saa koskettaa ja punaisella ne alueet, joihin ei kukaan saa koskettaa ilman sinua lupaasi.

Voit tehdä oman kuvan isolle paperille. Ohjaajasi voi piirtää ääriverrat sinusta, jos käyt paperin päälle pitkälle.

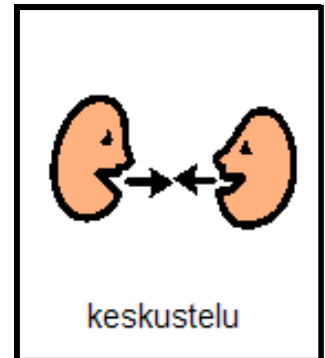
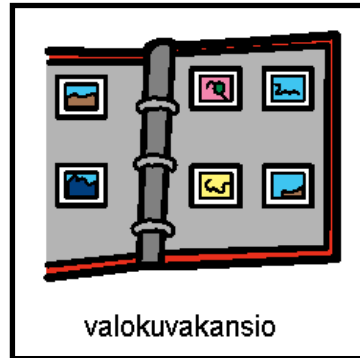
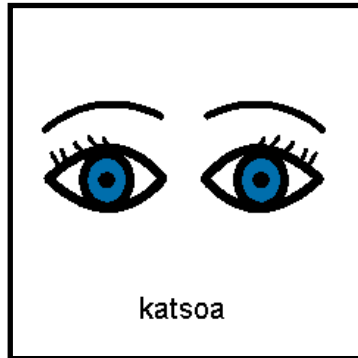


Oikeus oman kehoon



Valokuvat kertovat

Etsi omia valokuvia. Katsele valokuviasi ja keskustele niistä ohjaajan kanssa alla olevia kysymyksiä hyödyntäen.



Mitä muistoja sinulle tulee valokuvasta?

Missä valokuva on otettu?

Mitä näet kuvassa ja miltä sinusta tuntuu kun katsot valokuvaa?

Millainen olet kuvassa?

Miten olet muuttunut?

Ketä henkilöitä kuvassa on?

Mitä haluaisit sanoa tai kertoa kuvassa olevalle?

Mistä kolmesta asiasta kuvassa pidät?

Mikä on kuvan nimi?

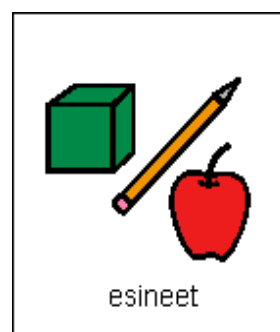
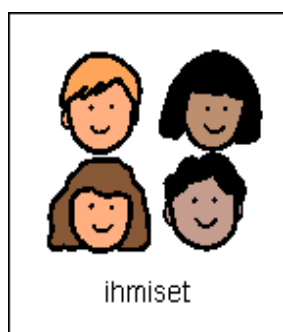
Mikä kuvassa on sinulle tärkeintä tällä hetkellä?

Mitä muuta haluat kertoa kuvasta?

Valokuvaaminen

Ota valokuvia asioista joita haluat kuvata. Esimerkiksi ihmisistä, luonnosta tai esineistä.

Jos kuvaat ihmistä, pyydä häneltä lupa valokuvaukseen.



Voit teettää valokuvat liikkeessä.

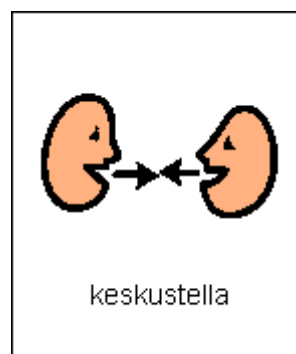
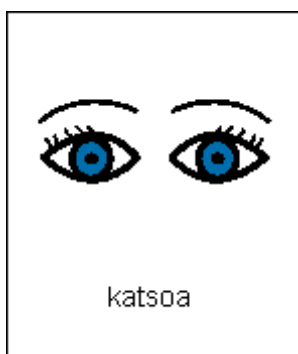


Valokuvaaminen

Laita valokuvat omaan valokuva-albumiin.



Katsele valokuviasi ja keskustele niistä ohjaajan kanssa.



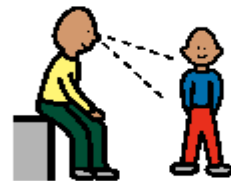
Vinkki ohjaajalle: Voit muuttaa tehtävää monipuolisemmaksi ja oppijalle sopivaksi.

Minä ja ystäväni

Ystäväni



Mistä löysin ystävän?



Minä



Kuva minusta ja
ystävästäni (valokuva
tai piirros)

Mitä asioita voin tehdä
ystäväni kanssa?



Minä – kaverin silmin

Anna tämä sivu kaverillesi tai jollekin läheiselle henkilölle.

Pyydä häntä vastaamaan kysymyksiin.

Kaverin nimi: _____

Kuinka kauan olet tuntenut minut? _____ vuotta

Missä tapasit minut ensimmäisen kerran? _____

Missä yleensä tapaamme? _____

Mikä on parasta minussa? _____

Mitä haluat tehdä kanssani? _____

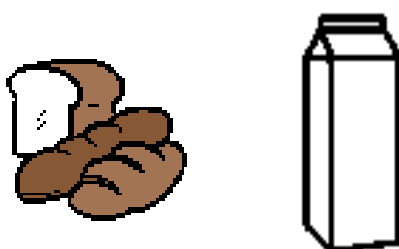
Kerro jokin yhteinen mukava muisto. _____

Matkustan ympäri maailmaa

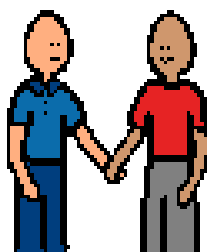
Lauletaan tai kerrotaan:



Matkustan ympäri maailmaa



laukussa leipää ja piimää vaan



jos mua hiukkasen onnistaa niin uuden ystävän saan.



Kun sanon päivää, hän sanoo: bonjour (ranska)

Matkustan ympäri maailmaa

Guten Tag (saksa)	konnichiva (japani)
aloha (havaiji)	hola (espanja)
zdravstvuite (venäjä)	ni'hao (kiina)
buongiorno (italia)	päivää (suomi)

Keskustelua monikulttuurisuudesta ja erilaisuudesta:

Kaikki ihmiset ovat erilaisia. Silti kaikilla voi olla jotain yhteistä.

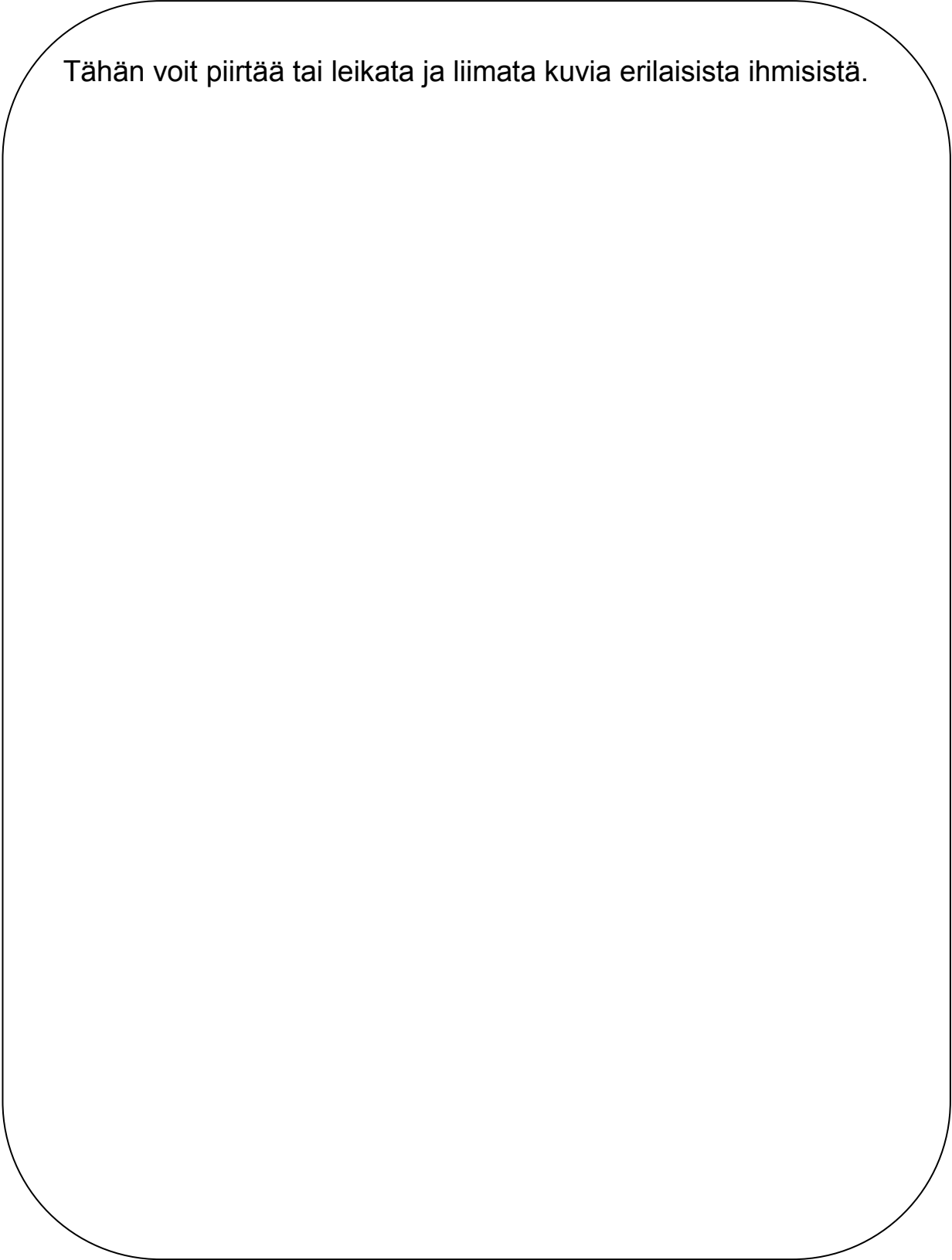
Millainen minä olen? Millaisia ihmisiä voin tavata ympärilläni?

Mikä tekee minusta ainutlaatuisen? Mitä yhteistä meissä kaikissa on?

Voit kirjoittaa tähän. Voit myös keskustella ohjaajan kanssa.

Matkustan ympäri maailmaa

Tähän voit piirtää tai leikata ja liimata kuvia erilaisista ihmisistä.

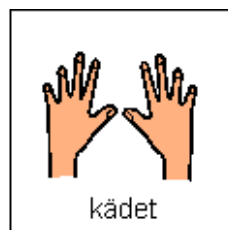
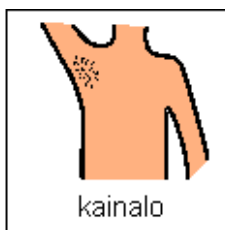
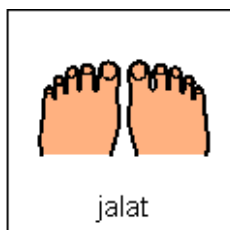
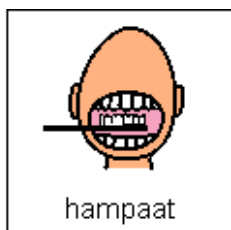
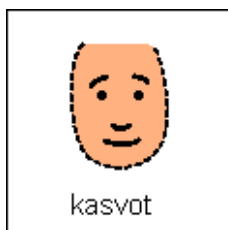


Puhtaus

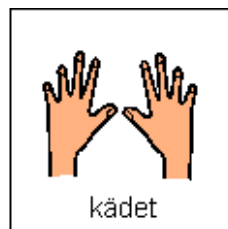
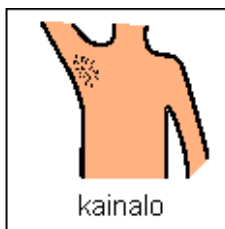
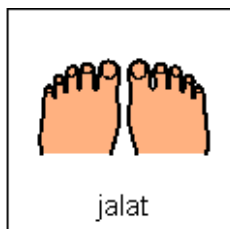
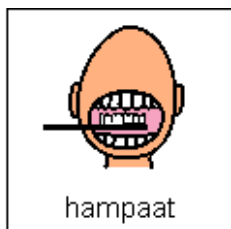
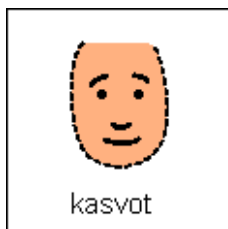
Mitä sinä peset eri aikaan päivästä? Rastita sopivat kuvat.



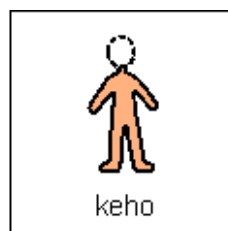
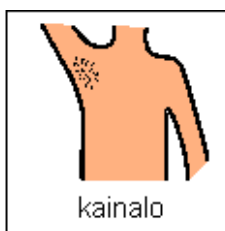
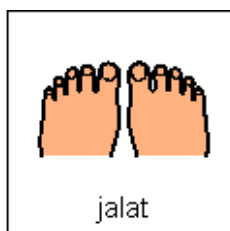
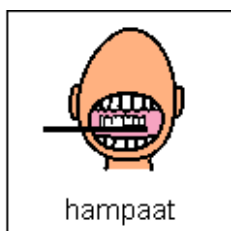
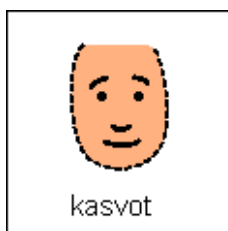
Mitä peset aamuisin?



Mitä peset ennen ruokailua?



Mitä peset iltaisin?



Puhtaus



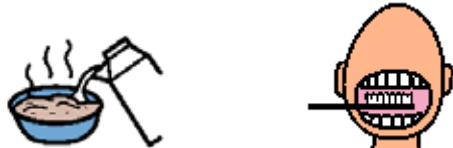
Peseytyminen



Päivittäiseen puhtauteen kuuluu peseytyminen aamuisin ja iltaisin.



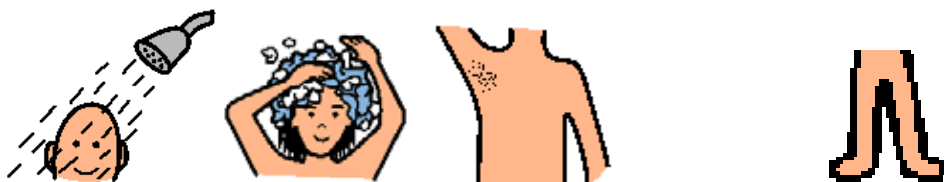
Aamuisin pestään kasvot, jotta olo virkistyy.



Aamupalan jälkeen pestään hampaat.



Illalla huolehditaan koko kehon pesemisestä.

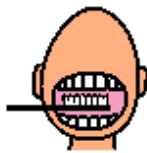


Suihkussa pestään hiukset, ylävartalo ja kainalot sekä alavartalo.

Puhtaus



Suihkun jälkeen koko keho kuivataan huolellisesti pyyhkeeseen.



Hampaat pestään iltapalan jälkeen.

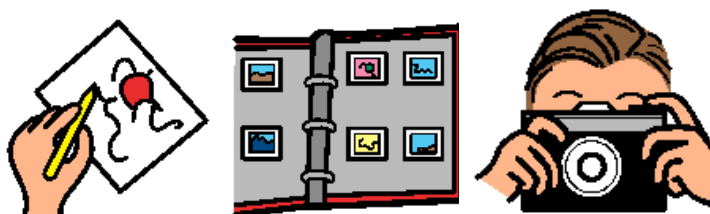


Puhtaana ja raikkaana on mukava käydä nukkumaan.

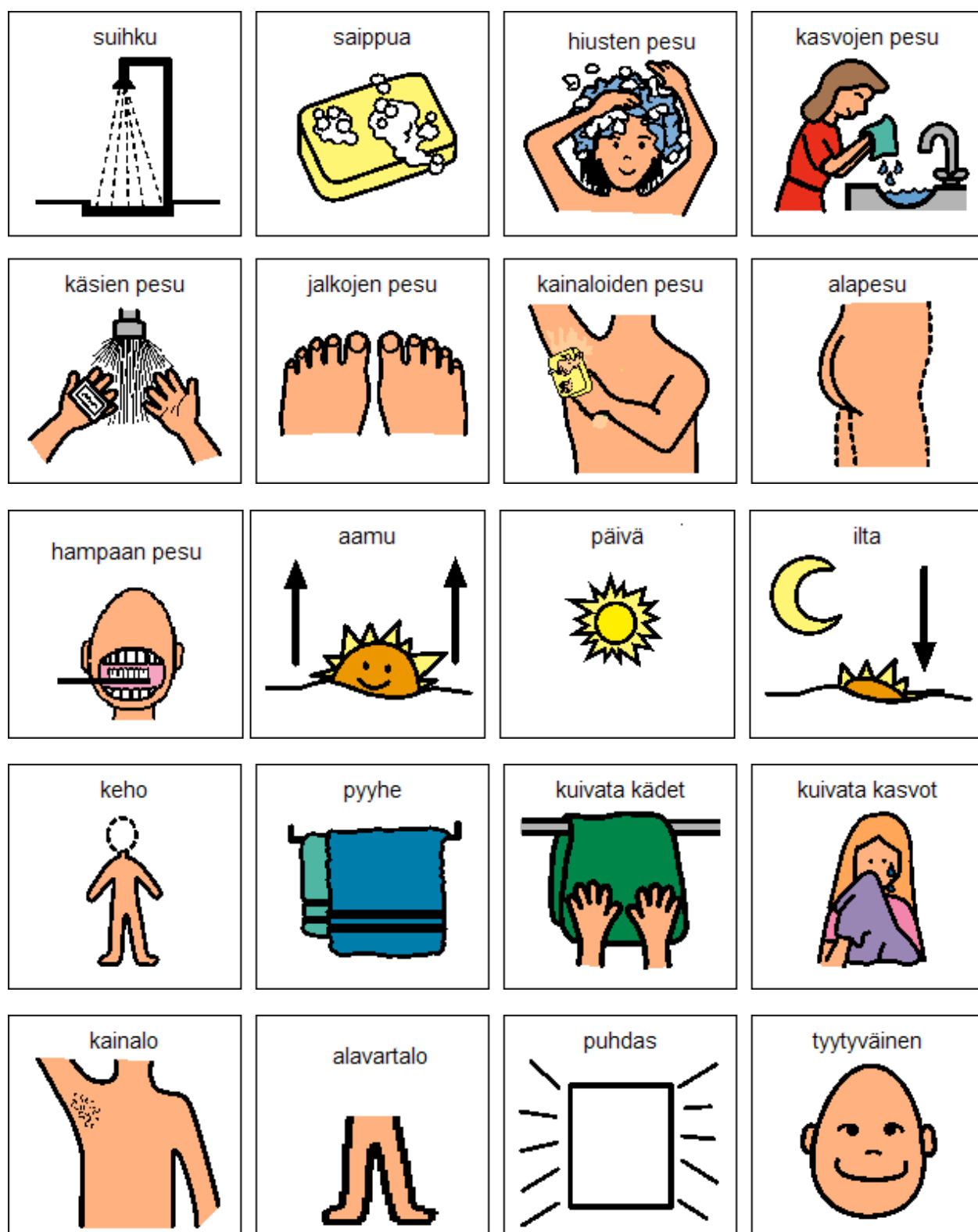
Puhtaus



Suunnittele oma peseytymisen tarina ohjaajasi kanssa.



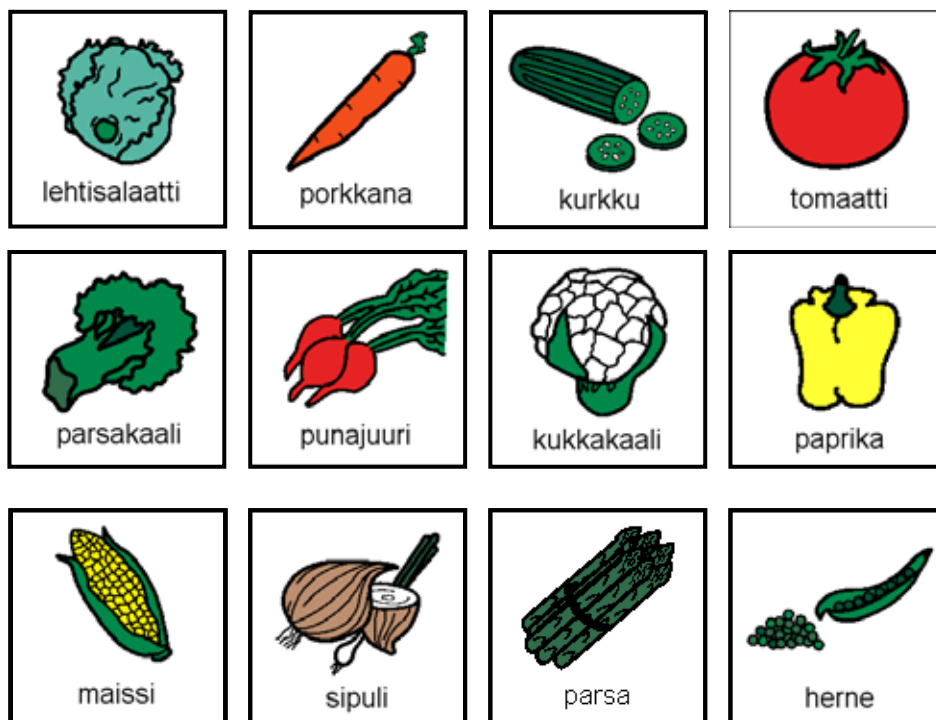
Voit piirtää, käyttää valmiita kuvia tai valokuvia.



Terveellinen ravinto

- Etsi ohjaajan kanssa esim. netistä ruoka-aineenpyyrä ja keskustelkaa, millaista on terveellinen ruoka.
- Terveellisen aterian kokoaminen. Leikkaa kuvia ja liimaa ne tyhjään lautasmalliin. Voit soveltaa lautasmallia myös aamupalaan, välipalaan ja iltapalaan.

Täytä lautasesta puolet salaattilla ja kasviksilla.

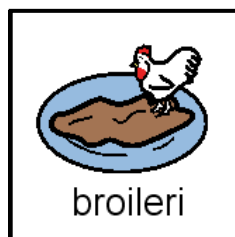
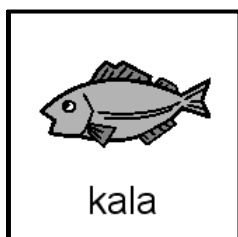


Valitse lautaselle perunaa, riisiä tai makaronia.



Terveellinen ravinto

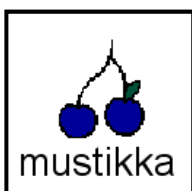
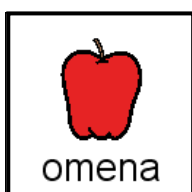
Valitse lautaselle lihaa, kalaa tai broileria.



Terveelliseen ateriaan kuuluu myös leipä ja margariini, maitoa, piimää tai vettä.

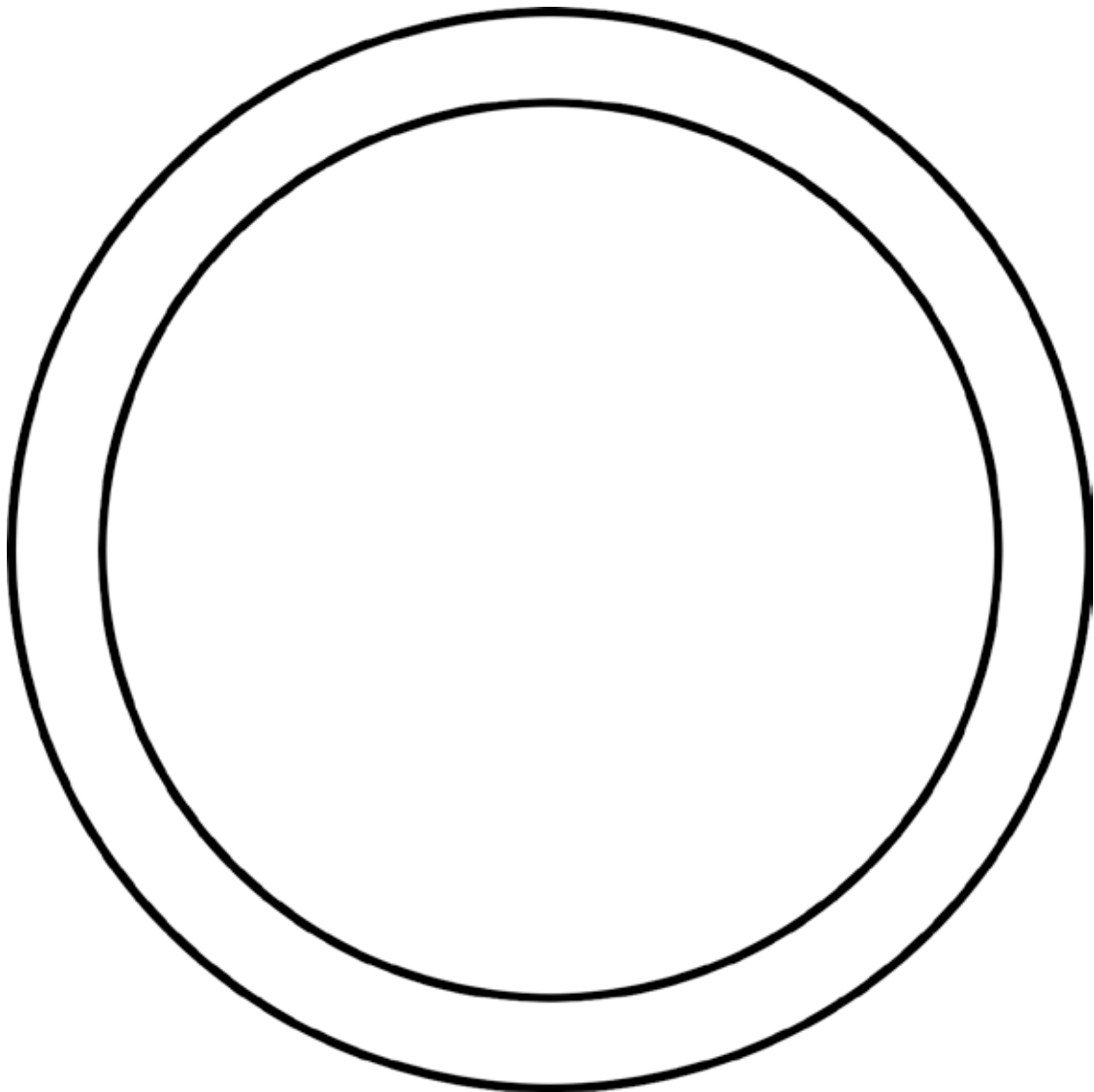


Jälkiruokana voi olla hedelmiä tai marjoja.



Terveellinen ravinto

Kokoa terveellinen ateria tyhjälle lautaselle.



Lähteenä:
www2.edu.fi/duunioppi/index.php?id=64

Unipäiväkirja

Merkitse rastilla tai väritä laatikot, kuinka monta tuntia nukuit öisin.

	ma	ti	ke	to	pe	la	su
klo	ma	ti	ke	to	pe	la	su
19-20							
20-21							
21-22							
22-23							
23-24							
24-01							
01-02							
02-03							
03-04							
04-05							
05-06							
06-07							
07-08							
08-09							
09-10							
10-11							
11-12							
yht. h							

Unipäiväkirja

Tähän voit kirjoittaa, piirtää tai leikata ja liimata kuvia jostakin unesta, jonka olet nähnyt.

Unipäiväkirja

Millainen olet, kun olet väsynyt? _____

Millainen olet, kun olet nukkunut hyvin? _____

Mitä teet ennen nukkumaanmenoa? _____

Miten nukut? _____

Oletko ollut joskus uneton? Miksi? _____

Mitä teet jos et saa unta? _____

Nukutko päiväunia? Milloin? _____

Liikunta

Miten liikun – liikuntakalenteri

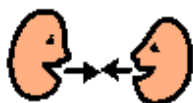
Hyöty- eli arkiliikunta kuuluu jokaiseen päivään. Sitä on helppo harrastaa.



Esimerkiksi käveleminen, pyörätuolilla kelaaminen, siivoaminen ja pihatyöt

kuuluvat arkiliikuntaan.

Lähde: www.tohtori.fi



Keskustele ohjaajan kanssa liikunnan merkityksestä. Seuraavalla sivulla olevasta kalenterista voit rastia päiväsi liikunnan tai suunnitella oman liikuntakalenterisi yhdessä ohjaajasi kanssa.

Liikunta

	Ma	Ti	Ke	To	Pe	La	Su
 kelaaminen							
 kävely							
 uinti							
 siivous							
 pallopelit							
 tanssi							
jokin muu							

Liikunta

Miten liikun – liikuntakalenteri

Keskustele ohjaajan kanssa liikunnan merkityksestä. Miksi liikunta on tärkeää?

Millaisesta liikunnasta sinä pidät?

Täydennä viikonpäivän kohdalle päiväsi liikunta liimaamalla sopiva kuva, piirtämällä tai kirjoittamalla.

Ma	Ti	Ke	To	Pe	La	Su

Maanantai

Tiistai

Keskiviikko

Torstai

Perjantai

Lauantai

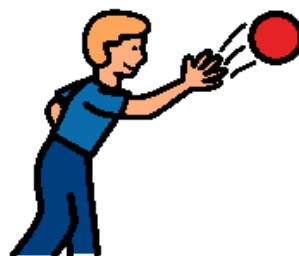
Sunnuntai

Liikunta

Liikuntavaihtoehtoja kalenteriin.



kelaaminen



pallopelit



kävellä



jumppa



uida



tanssi



siivota



pihatyöt

Liikuntapiirakka



Terveyttä edistää reipas kestävyystyyppinen liikunta, jota kertyy viikossa yhteensä ainakin 2 tuntia 30 minuuttia.

Kestävyysliikunta kehittää hengitys- ja verenkiertoelimistön kuntoa sekä



edistää sydämen, verisuonten ja keuhkojen terveyttä. Veren rasva- ja



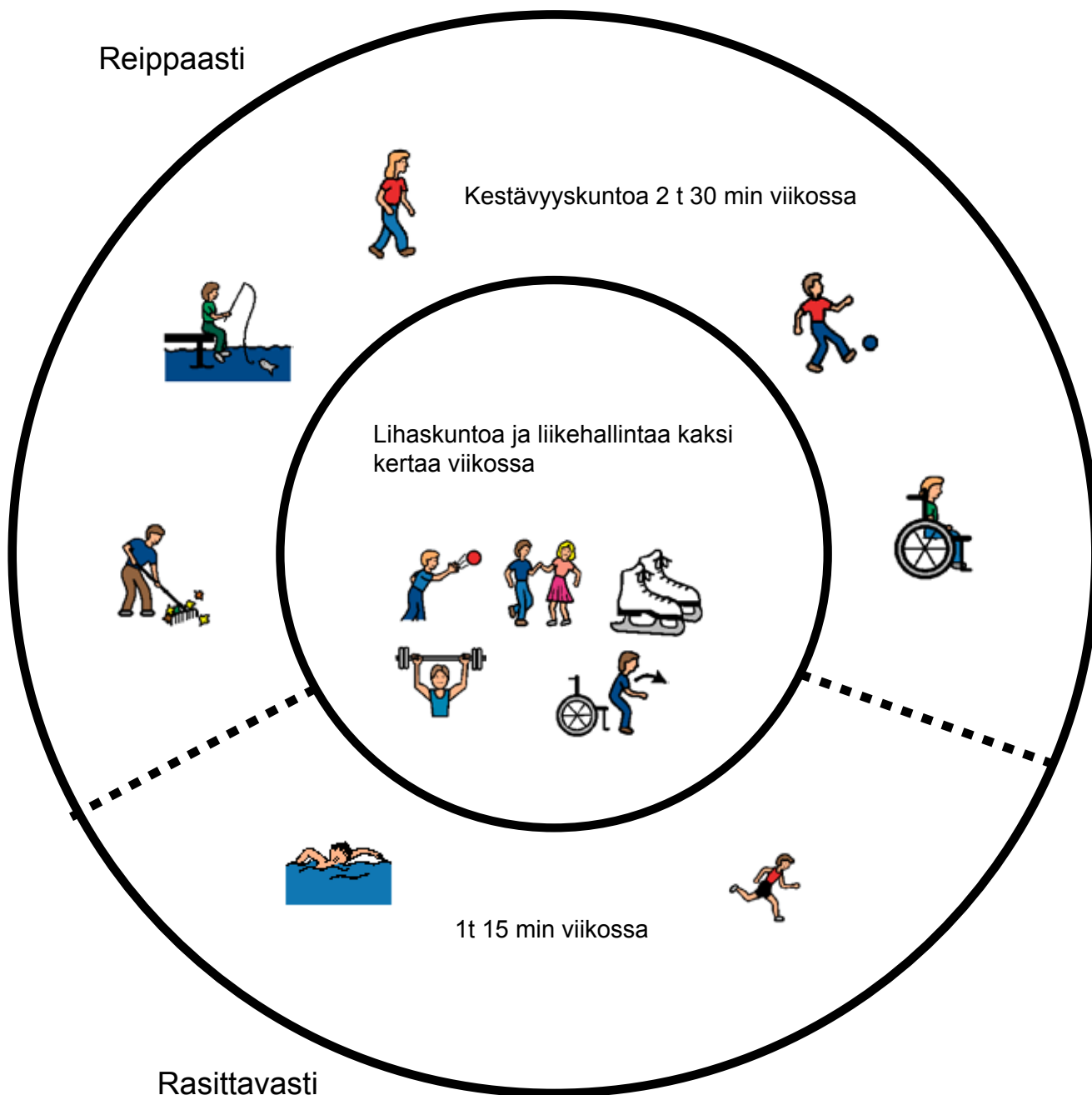
sokeritasapaino paranevat, ja liikunta auttaa myös painonhallinnassa.

Lähde:
www.ukkinstituutti.fi

Viikoittainen liikuntapiirakka

Paranna kestävyyskuntoa liikkumalla viikossa yhteensä ainakin 2 t 30 min reippaasti tai 1 t 15 min rasittavasti.

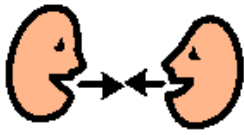
Lisäksi kohenna lihaskuntoa ja kehitä liikehallintaa ainakin kaksi kertaa viikossa. (www.ukkinsituutti.fi)



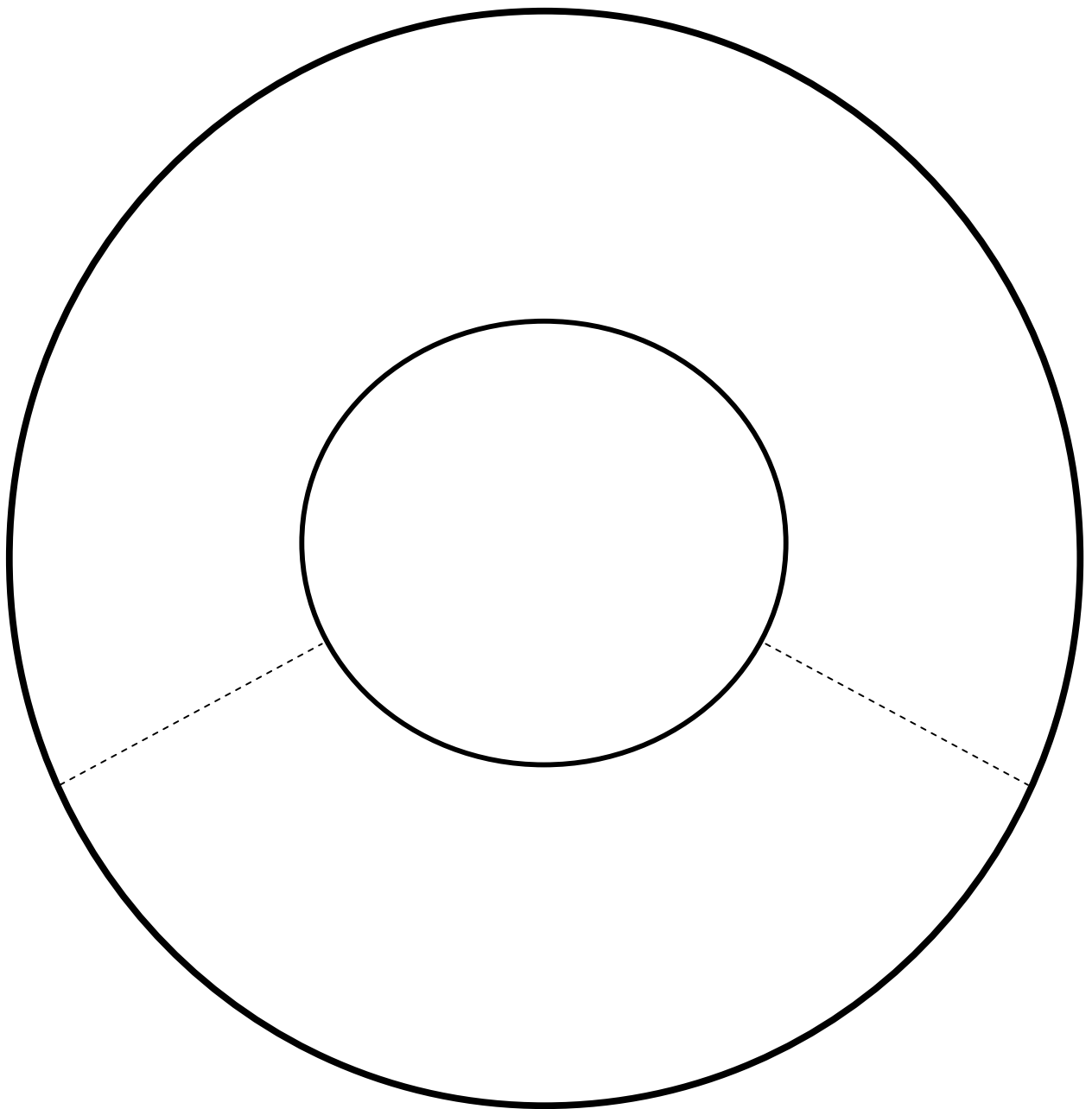
Lähde:

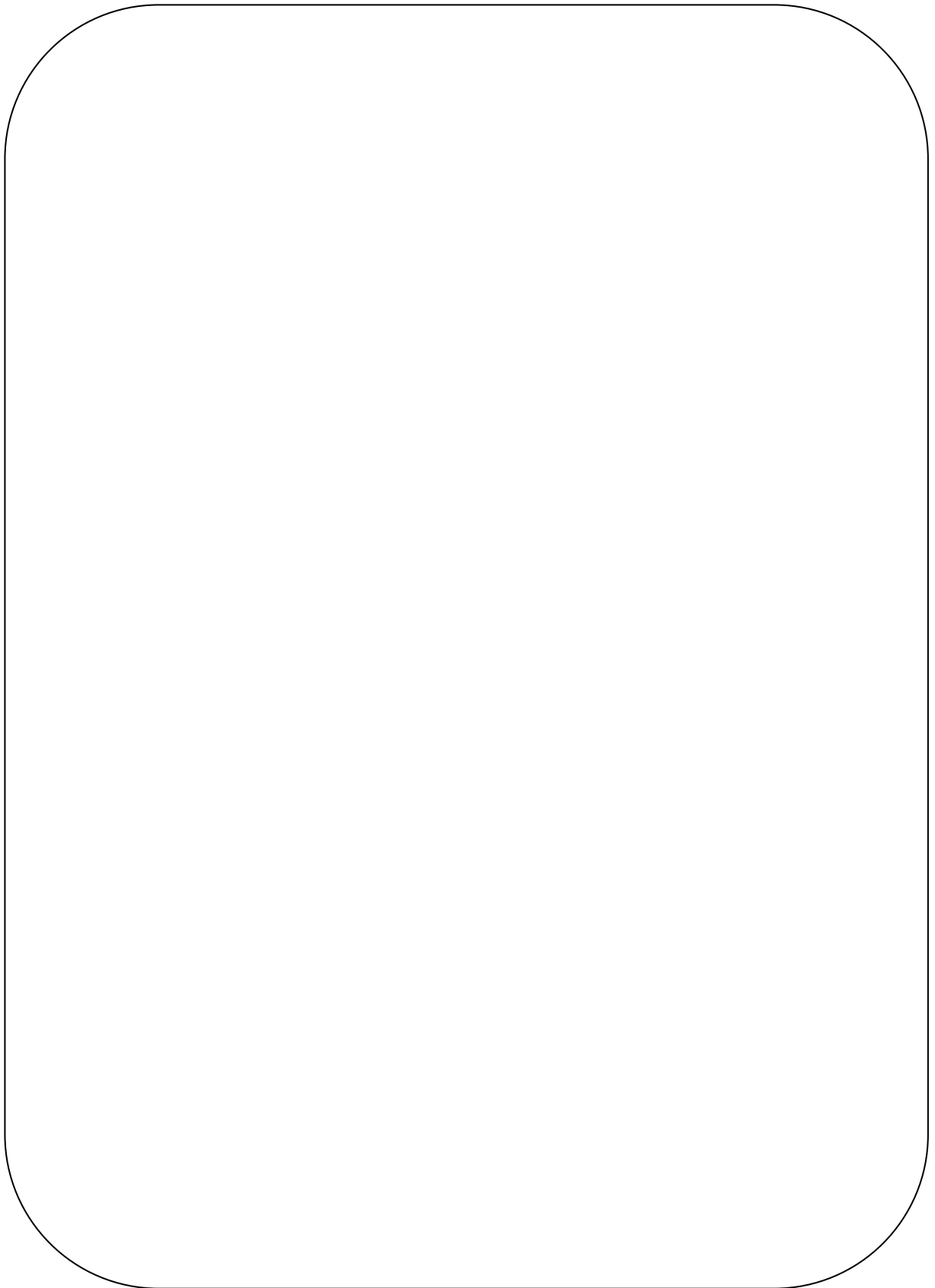
www.ukkinstituutti.fi, muokattu lähteen pohjalta

Viikoittainen liikuntapiirakka



Suunnittele yhdessä ohjaajasi kanssa oma liikuntapiirakka.



Kuvia ja kokemuksia matkan varreltaA large, empty rounded rectangle frame with a thin black border, intended for drawing or writing. It occupies the majority of the page below the title.

Aiheesta lisää (tiedot syyskuulta 2010)

Itsetuntemus

- <http://www.positiivarit.fi/>. Uteluarkistosta löydät tuhansia ja taas tuhansia vastauksia mitä erilaisempiin kysymyksiin, joita aamiaisvieraat ovat tarjoilleet toistensa avuksi, iloksi ja hyödyksi jo vuodesta 2001 alkaen. (www-sivusto)
- www.mll.fi/haku/?E*Q=m%C3%A4+oon+jees. Itsetunto ja itsetuntemus aineisto ohjaajalle. (www-sivusto)
- <http://www.nyyti.fi/tietoa/itsetunto/>. Nyyti ry - opiskelijoiden tukikeskuksen sivuilta saat tietoa itsetuntemuksesta. (www-sivusto)

Tunteet

- Kerola Kyllikki, Kujanpää Sari ja Kallio Anja 2007. Tunteesta tunteeseen. Tunteesta tunteeseen - oppilaan harjoituskirjassa kuvataan 104 tunnetta. Tavoitteena on tunteiden tunnistamisen, nimeämisen, ilmaisemisen ja säätelyn harjoittelu. Tunnetaitoja oppimalla voidaan edistää hyvää vuorovaikutusta ja vähentää ihmisen sisäisiä ja ihmisten välisiä ristiriitoja. (kirja)
- <http://www.nyyti.fi/tietoa/tunteet/>. Nyyti ry - opiskelijoiden tukikeskuksen sivuilta saat tietoa tunteista. (www-sivusto)

Haaveet ja unelmat

- Kurki Leena 2009. Pilvilinnoja vai ihan oikeita unelmia? Haaveen käsitteen laadullinen tarkastelu. Pro gradu -tutkielma.
- www.nicehouse.fi › Omahuone › Elämänvoimaa! Aarrekartta on työkalu, joka auttaa toteuttamaan unelmia. (www-sivusto)

Valokuvat kertovat

- <http://xn--www-rp0a.voimauttavavalokuva.net/>. Maailman ihanin tyttö – valokuvaprojekti. (www-sivusto)
- <http://www.phototherapy-centre.com/finnish.htm>. Valokuvaterapian menetelmät. Valokuvaterapiassa käytetään asiakkaiden valokuvia ja perhekuvia sekä näihin liittyviä tunteita, muistoja, ajatuksia ja informaatiota terapiavälineenä terapeutin ja asiakkaan välisessä vuorovaikutussuhteessa. (www-sivusto)

Minä ja ystäväni

- http://www.savas.fi/tiedostot/File/Materiaalipankkiin/asumisvalmennuksen_%20teht%20avakansio.pdf. Asumisvalmennukseen osallistuvalla tehtäväkansio asumiseen ja arjenhallintaan liittyvien tietojen ja taitojen harjoittamiseksi
- http://www.savas.fi/tiedostot/File/Materiaalipankkiin/Muuton_%20muistilista.pdf. Muuton muistilista omaan asuntoon muuttaville
- <http://www.nyyti.fi/tietoa/ystavyys-ja-yksinaisyys/>. Nyyti ry - opiskelijoiden tukikeskuksen sivuilta saat tietoa ystävydestä. (www-sivusto)

Puhtaus

- <http://www2.edu.fi/duunioppi/index.php?id=80>. Tietoa ja ohjeita peseytymiseen. (www-sivusto)
- <http://www.honkanet.fi/tietoa/terveys/peseytyminen.htm>. Kuvitettua tietoa peseytymisestä. (www-sivusto)
- <http://www.merikartano.fi/selko/pt/tita/kylpy/pesu.htm>. Tietoa peseytymisestä. (www-sivusto)

Ravinto

- <http://papunet.net/selko/tietoa/terveys/>. Kuvitettua tietoa terveellisestä ruuasta. (www-sivusto)
- <http://www2.edu.fi/duunioppi/index.php?id=64>. Terveellisen aterian kokoaminen. (www-sivusto)
- http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa_terveydesta/elintavat/. Tietoa terveydestä. (www-sivusto)

Uni

- <http://www.nyyti.fi/tietoa/lepo-ja-uni/>. Nyyti ry - opiskelijoiden tukikeskuksen sivuilta saat tietoa levosta ja unesta. (www-sivusto)

Liikunta

- <http://www.ukkinstituutti.fi/>. Tietoa terveysliikunnasta (www-sivusto)
- www.nuorisuomi.fi/files/ns2/Koulu_PDF/otamukaan.pdf. Ota minut mukaan - oppaassa esitellään kaikille avoimen toiminnan erilaisia toteuttamistapoja. Toimintaa esitellään liikunnan kautta. (www-sivusto)
- http://www.vammaisurheilu.fi/fin/materiaalit/sovella_ja_ideoi/. Sivustolla runsaasti ladattavaa materiaalia esimerkiksi oppaita ja korttisarjoja, joita voi hyödyntää kunnan kohottamisessa sekä vinkkejä sovellettuihin peleihin. (www-sivusto)
- Teiska Minna 2008. LIIKUNTAA liikkujille - soveltaen sopivaksi. Sisältää liikuntavinkkejä sekä neuvoja retkien ja tapahtumien järjestämiseen. Erityisen hienosti on esille nostettu suunnittelu, ennakointi ja turvallisuussuunnitelman laatiminen. (kirja)
- <http://papunet.net/kuva/tietoa/kuntoilu/2>. Kuvitettua tietoa liikunnasta. (www-sivusto)

Oikeus oman kehoon:

Linkkejä:

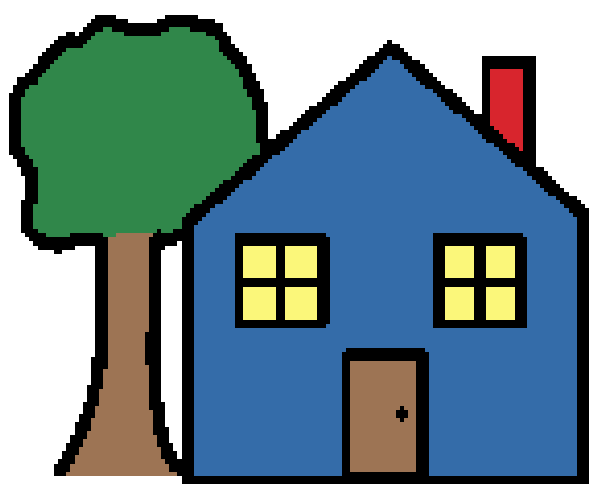
- <http://verneri.net/selko/ihmissuhteet/seksuaalisuus-2/>
- http://www.kvtl.fi/sivu/oikeus_seksuaalisuuteen
- <http://www.saunalahti.fi/kup/kirjat/sex.htm>
- <http://www.tohtori.fi/seksiklinikka/>
- <http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/>
- https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/12122/Lukumies_Noora_Luot_i_Heidi_Rantalaiho_Tiia.pdf?sequence=1

Kirjallisuus:

- Ahponen Helena 2008. Vaikeavammaisen nuoren aikuistuminen. Yksilöllinen ja erilainen elämäntie. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 94. Kelan tutkimusosasto Helsinki.
[http://www.kela.fi/in/internet/liite.nsf/NET/080508160728HJ/\\$File/tutkimuksia94_net_i.pdf?OpenElement](http://www.kela.fi/in/internet/liite.nsf/NET/080508160728HJ/$File/tutkimuksia94_net_i.pdf?OpenElement)
- Bildjuskin, Katriina ja Malmberg, Ari 2000. Kerro meille seksistä – Nuoren seksuaalikasvatus. Helsinki: Tammi.
- Cacciatore, Raisa 2006. Lasten ja nuorten seksuaalisuus. Teoksessa Apter, Dan, Väisälä, Leena ja Kaimola, Kari (toim.) Seksuaalisuus. Duodecim.
- Helama, Siru 2005. Pidän huolta itsestäni. Opas erityisryhmien käyttöön. Kerava. Suomen Kuntaliitto & Lastensuojelun Keskusliitto.
- Hyttinen, Satu 2009. Haaveita ja haluja. Selkokielisiä tarinoita seksuaalisuudesta. Kehitysvammaliitto, Oppimateriaalikeskus Opike
- Ilmonen Tuisku ja Karanka Irene 2001. Iloinen soturi ja suloinen kuningatar - Seksuaalikasvatus, osat 1 ja 2. Kehitysvammaliitto.
- Kinnunen, Saara 2001. Tytöt, pojat & seksi – Kuinka tuen lapsen seksuaalista kasvua. Karisto Oy Hämeenlinna.
- Kontula, Osmo. ja Meriläinen, Henna. 2007. Koulun seksuaalikasvatus 2000-luvun Suomessa. Väestöliitto. Väestötutkimuslaitos – Katsauksia E 26/2007. Helsinki
- Korteniemi-Poikela Erja ja Cacciatore Raisa 1999. Seksuaalisuuden portaat opetuspaketti peruskoulun 1.-9. luokille. Opetushallitus.
- Niinivirta, Mari 2008. Autismin kirjo ja seksuaalisuus.
[http://www.eskoo.fi/documents/Eskoo%20Autismin%20kirjo%20ja%20seksuaalisuus%2027%208%202008%20\(2\).pdf](http://www.eskoo.fi/documents/Eskoo%20Autismin%20kirjo%20ja%20seksuaalisuus%2027%208%202008%20(2).pdf)
- Ritamo, Maija (toim.) 2008. Seksuaalisuus ammattihenkilöstön koulutuksessa sekä vammaisten ja pitkäaikaisten terveyspalveluissa. Stakes työpapereita 26/2008.
<http://www.stakes.fi/verkojulkaisut/tyopaperit/T26-2008-VERKKO.pdf>
- Sihvonen, Janne 2007. Aspergerin oireyhtymä ja seksuaalisuus.
http://www.satshp.fi/sataehp/aune/apua_arkeen/aspergerin.pdf

Muuta

- http://www.savas.fi/tiedostot/File/Materiaalipankkiin/asumisvalmennuksen_kasikirja.pdf . Henkilökunnalle ja asumisvalmennuksen ohjaajille käsikirja



Koti

KOTI

Koti on minulle tärkeä.

Kotona voin levätä, syödä,
tavata ystäviä tai vaan olla.

Minä voin vaikuttaa siihen,
millainen koti minulla on.

Minun kotini on turvallinen
ja hyvä paikka asua.

Kotona saan tehdä kotitöitä.

Saan oppia uusia asioita kodinhoidosta.

Pidän oman kotini siistinä.

TAVOITTEET



Asuminen



Kodin siivous



Vaatehuolto



Ruoanvalmistus ja keittiötöyt



- Asuminen
- Minun kotini
- Aamutoimet
- Minun aamutoimeni
- Säänmukainen pukeutuminen
- Kodin siivous
- Minun siivouspäiväni
- Pyykin peseminen/esivalmistelut
- Mieliruokiani
- Ruokalista
- Ostoslista
- Kattaminen
- Keittiötöitä
- Kodin turvallisuus
- Ensiaputaitoja
- Kierrätys
- Kierrätys kuntoon kotona
- Älä osta turhaa tavaraa
- Kaappien siivous
- Oletko kuullut ”tuunauksesta”?
- Älä roskaa
- Luonnon antimia
- Kuvia ja kokemuksia matkan varrelta
- Aiheesta lisää

Asuminen



Oma koti kullan kallis!

Oppimistehtävä yksilö- tai ryhmäkeskustelun aiheeksi.

Ihmiset asuvat ja elävät yhdessä toisten ihmisten kanssa. Yhteistyö toisten kanssa helpottaa elämää ja antaa suojaa ja turvallisuutta.



Suomessa on erilaisia mahdollisuuksia elää ja asua.

Vaihtuvien vuodenaikojen vuoksi Suomessa talot rakennetaan lämpimiksi ja kestäviksi. Asumme omakotitalossa, kerrostalossa tai rivitalossa.

Voimme asua joko vanhempiemme kanssa kotona, ryhmäkodissa, yksin, kahdestaan tai oman perheemme kanssa.

Tiesitkö, että asumiseen ja yhdessä elämiseen liittyy oikeuksia ja velvollisuuksia?



Laki, asetukset ja säännöt velvoittavat meitä.

*Huolehtimaan asumiseen liittyvistä kustannuksista, maksuista, joita ovat vuokra tai asuntolaina sekä sähkö ja vesi. Kustannuksia ovat myös ruokaan, vaatteisiin ja kodin tavaroihin sekä vapaa-aikaan liittyvät maksut.

*Pitämään hyvää huolta omista tavaroistamme ja omaisuudestamme.

*Huomioimaan kotirauhan ja toiset ihmiset. Huomiomaan asuinkaverit, perheenjäsenet ja naapurit.

*Kunnioittamaan ja arvostamaan erilaisuutta ja kunnioittamaan toisten ihmisten omaisuutta.

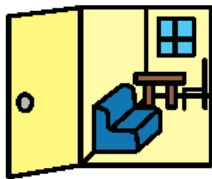
Asuminen



Itsemääräämisoikeus antaa oikeuksia

tehdä omia valintoja asumiseen liittyvissä asioissa.

Oma tupa – oma lupa! Mitä se tarkoittaa?



Kodissa tai ryhmäkodissa se voi tarkoittaa oman huoneen sisustamista ja järjestystä omien mieltymysten mukaisesti. Oma huone on yksityistä aluetta, jossa voi rentoutua, seurustella vieraiden kanssa, harrastaa ja levätä. Kotirauha tarkoittaa asumisen turvaa ja rauhaa itselle ja toisille. Kotirauhan säilyttämiseksi on muistettava huomioida yhteisesti laaditut kodin säännöt ja sovitut asiat.



*On tärkeää saada elää rauhassa. Koti on tärkeä paikka, jossa on oikeus nauttia elämästä omalla tavallaan – omassa rauhassa.

*On tärkeää voida elää pelkäämättä omaisuutensa ja koskemattomuuden puolesta. Omassa kodissa saa olla rennosti oma itsensä ja elää onnellista elämää. Koti on paikka, jossa omat tärkeät tavarat pysyvät hyvässä tallessa ja turvassa.

Keskustelkaa yhdessä asumiseen liittyvistä asioista.

Millaisia kodin sääntöjä teillä on? Miksi sääntöjä tarvitaan?

Missä muualla on sääntöjä?

Asuminen

Tähän voit piirtää tai leikata ja liimata kuvan unelmakodista.

Asuminen

Tähän voit suunnitella oman huoneesi. Voit piirtää tai leikata ja liimata kuvia.

Minun kotini

Millainen on sinun kotisi? Voit kirjoittaa, ympyröidä tai rastittaa sinun kotiasi kuvaavan vaihtoehdon.

Voit tehdä tämän oppimistehtävän myös yhdessä ohjaajasi kanssa.

Minä _____ asun _____
nimi paikkakunta

Osoitteeni on _____

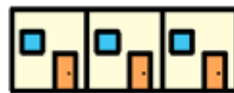
Asun



omakotitalossa



kerrostalossa



rivitalossa



ryhmäkodissa



yksin



kaksin



yhdessä useamman
ihmisen kanssa

Minun kotini

Tälle sivulle voit liimata valokuvia itsestäsi sekä muista tärkeistä kodissasi asuvista tai vierailevista ihmisistä. Kirjoita henkilöiden etunimet kuvien alle.

Tämän valokuvasivun voit halutessasi laittaa esille huoneeseesi.

Aamutoimet



Laita rasti taulukkoon kun olet tehnyt aamutoimesi.


☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

Kuinka suoriuduit? Missä tarvitset ohjaajasi apua tai ohjausta?

Arvioi aamutoimia yhdessä ohjaajasi kanssa.

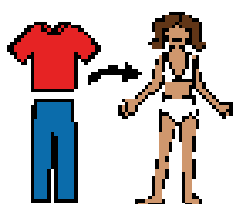
Minun aamutoimeni



Kaikilla ihmisillä on omat tärkeät aamutoimensa.

Millaisia aamutoimia sinulla on?

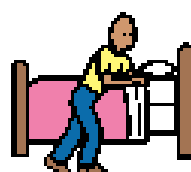
Löydätkö omiin aamuihisi sopivia kuvia?



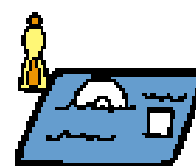
pukeudun



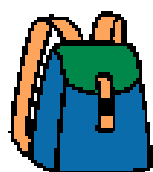
kuuntelen musiikkia



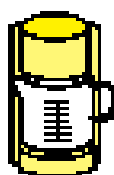
petaan sänkyni



tiskaan astiat



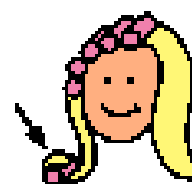
pakkaan reppuni



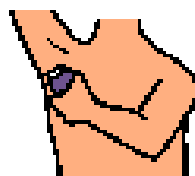
keitän kahvit



luen lehden



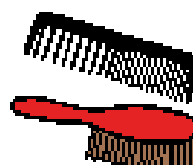
kiharran hiukseni



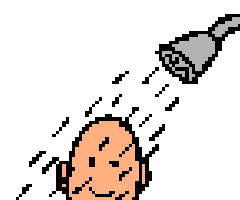
laitan deodoranttia



katson uutiset

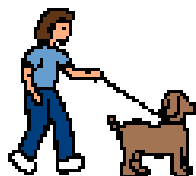


kampaan hiukset



käyn suihkussa

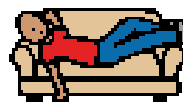
Minun aamutoimeni



ulkoilutan koiran



pesen hampaani



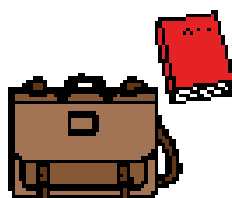
lepäilen



syön aamiaista



ajan partani



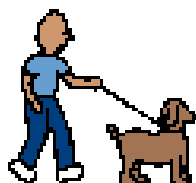
pakkaan laukkuni



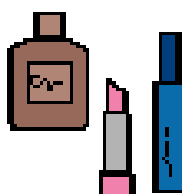
laitan partavettä



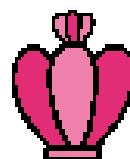
petaan sänkyni



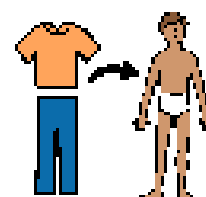
ulkoilutan koirani



meikkaan



laitan hajuvettä



pukeudun

Oppimistehtävää voit käyttää aamutoimiesi muistilistana.

Taitoja voit harjoitella itsenäisesti, ohjattuna tai autettuna.

Minun aamutoimeni

Leikkaa ja liimaa yhdessä ohjaajasi kanssa näistä kuvista sinun omat aamutoimesi seuraavan sivun ruudukkoon. Voit tietenkin käyttää myös muita kuvia tai piirroksia, jotka parhaiten kuvaavat sinun aamutoimiasi.

Säänmukainen pukeutuminen



On syksy. Olet lähdössä asioimaan.

Ulkona sataa vettä ja on tuulinen päivä, miten pukeudut?

Millaisen takin valitset?



neuletakki



sadetakki

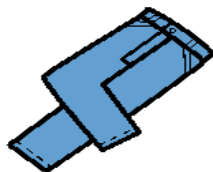


pusakka

Millaiset housut valitset?



verkkarit



farkut



sadehousut

Säänmukainen pukeutuminen

Millaisen hatun valitset?



lippalakin



pipon



lierihatun

Millaiset kengät valitset?



lenkkarit



kävelykengät



kumisaappaat

Millaiset käsineet valitset?



lapaset



sormikkaat

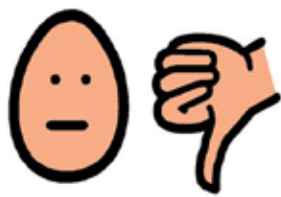
Säänmukainen pukeutuminen

Keskustele ohjaajasi kanssa valinnoistasi.

Miksi valitsit juuri nämä vaatteet?

Osaitko mielestäsi valita säänmukaiset ulkovaatteet?

Arvioikaa yhdessä kuinka onnistuit.



ei sujunut vielä



hyvin sujui

Säänmukaista pukeutumista kannattaa harjoitella kaikkina vuodenaikoina.

On tärkeää osata valita itselleen säänmukainen vaatetus.



talvella



keväällä

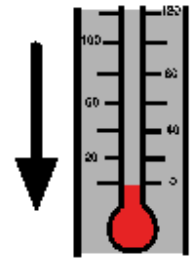


kesällä



syksyllä

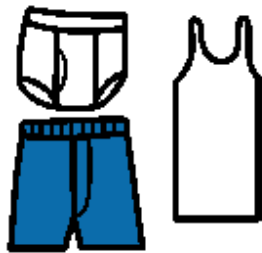
Säänmukainen pukeutuminen



On talvi ja ulkona on pakkasta -10 °C.

Olet lähdössä ulkoilemaan, millaiset vaatteet valitset?

Millaiset alusvaatteet?



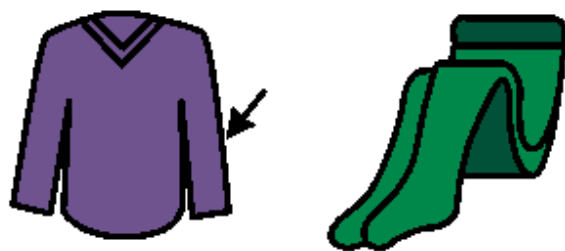
lyhytlahkeiset alusvaatteet



aluspaidan ja pitkät kalsarit



kevyet alusvaatteet



aluspaidan ja sukkahousut

Säänmukainen pukeutuminen

Millaiset housut valitset?



pitkät housut



farkut



verkkarit

Millaisen puseron?



collegepuseron



neuletakin



kauluspaidan

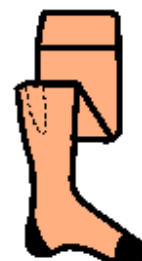
Millaiset sukat?



urheilusukat



villasukat



ohuet sukkahousut

Säänmukainen pukeutuminen

Millainen on säänmukainen ulkovaatetus pakkasella?



talvitakki



sadetakki



toppapuku

Mikä on säähän sopiva päähine?



lierihattu



pipo

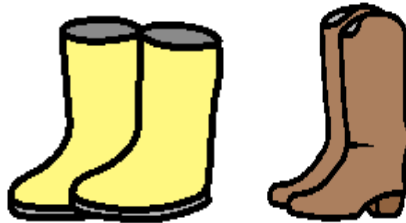


hiuspanta

Mitkä ovat pakkassäässä hyvät jalkineet?



kävelykengät



talvisaappaat



lenkkarit

Säänmukainen pukeutuminen

Millaiset käsiineet pakkassäähän valitset?



lapaset



rukkaset



sormikkaat

Keskustele ohjaajasi kanssa valinnoistasi.

Miksi valitsit juuri nämä vaatteet?

Osasitko mielestäsi valita säänmukaiset ulkovaatteet?

Arvioikaa ohjaajasi kanssa yhdessä kuinka onnistuit.

Suomessa on neljä hyvin erilaista vuodenaikaa



kevät



kesä



syksy



talvi

Sääolosuhteet vaihtelevat paljon, joten säänmukaista pukeutumista kannattaa harjoitella kaikkina vuodenaikoina.

Kodin siivous

Tavoitteena on kodinhoitotaitojen lisääminen.



Tunnetko kodin siivousvälineet? Tiedätkö, mitä voit tehdä niillä?

Yhdistä siivousvälineet käyttötarkoituksen mukaan ja nimeä ne.

Voin pyyhkiä pölyjä_____



ja ottaa roskat pois lattialta_____



Voin pyyhkiä lattian kostealla_____



ja laitan roskat_____



Tunnistitko siivousvälineet? Keskustele niiden käytöstä ohjaajasi kanssa.

Kodin siivous

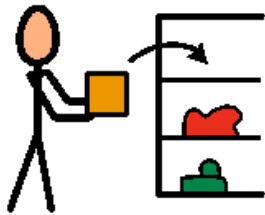


Oppimistehtävää voit käyttää viikkosiivouksen muistilistana.

Taitoja voit harjoitella viikkosiivousta itsenäisesti, ohjattuna tai autettuna.

Oman huoneen viikkosiivous.

Työjärjestys:



järjestele tavarat paikoilleen



kerää roskat roskakoriin



laita likaiset pyykit pyykkikoriin



vie matot ulos tuulettumaan

Kodin siivous



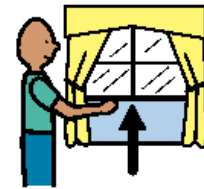
pyyhi pöydät ja hyllyt



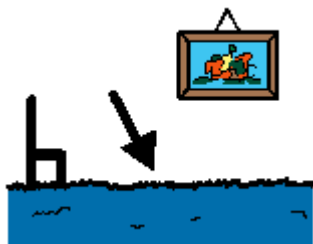
imuroi huoneesi



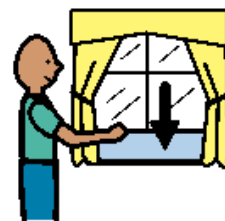
pyyhi lattia kostealla mopilla



avaa tuuletusikkuna



laita matot lattialle



sulje tuuletusikkuna

Kodin siivous



Oman huoneen viikkosiivous

Laita rasti taulukkoon kun olet suorittanut työvaiheet.


☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

☐

Miten onnistuit? Mikä sujui hyvin? Missä tarvitset apua tai ohjausta?

Arvioi työskentelyäsi yhdessä ohjaajasi kanssa.

Kodin siivous



Millä mielellä siivosit: _____



Missä onnistuit hyvin? _____



Mistä et pitänyt tai mikä sinusta tuntui vaikealta? _____



Mitä haluaisit vielä harjoitella? _____

Minun siivouspäiväni



Tee itsellesi kuvallinen siivouspäivän työjärjestys tyhjälle ruudukolle.

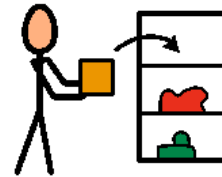
Leikkaa ja liimaa alla olevista kuvista sinun siivouspäivääsi kuuluvia tekemisiä. Voit myös kirjoittaa, piirtää ja käyttää muita kuvia halutessasi.



vien roskat



tuuletan matot



järjestelen tavaroita



imuroin



pyyhin pölyt

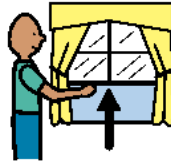


pesen lattia

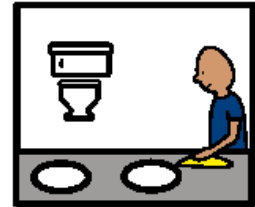
Minun siivouspäiväni



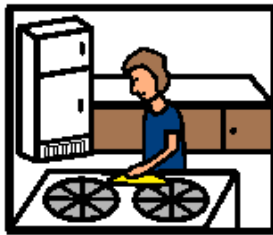
pesen pyykkiä



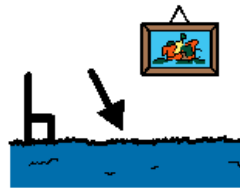
tuuletan



siivoan vessan



siivoan keittiön



laitan matot lattialle

mitä muuta?

Minun siivouspäiväni

Miten onnistuit? Mikä sujui hyvin? Missä tarvitset apua tai ohjausta?

Arvioi työskentelyäsi yhdessä ohjaajasi kanssa.

Pyykin peseminen / esivalmistelut

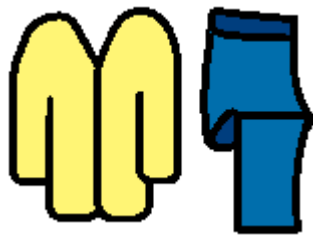
Likaisen pyykin lajittelua voit harjoitella itsenäisesti, ohjattuna tai autettuna.

Tavoitteena on mahdollisimman omatoimisesti suoriutuminen.

Tehtäviä voidaan soveltaa tarpeen mukaan!

Voit lajitella likaisia vaatteita värien mukaan

Lajittele



värilliset vaatteet pyykkikoriin



VÄRILLISET



valkoiset vaatteet pyykkikoriin



VALKOISET

Pyykin peseminen / esivalmistelut

Voit lajitella likaisia vaatteita myös värien ja pesuohjeiden mukaisesti.

Lajittele



60 °C



värilliset vaatteet , joissa pesuohje pyykkikoriin KIRJOPESU 60 °C
myös värilliset lakanat, tyynyliinat ja pussilakanat voit laittaa samaan.



40 °C



värilliset vaatteet , joissa pesuohje pyykkikoriin HIENOPESU 40 °C



40 °C



valkoiset vaatteet, joissa pesuohje pyykkikoriin

VALKOISET
HIENOPESU 40 °C

Mieliruokiani

Voit piirtää, kirjoittaa tai leikata ja liimata seuraaville sivuille aikakausilehdistä ja mainoslehtisistä sinun makuusi sopivia kuvia.



Millaisia ovat sinun mieliruokasi?

Mieliruokiani

Millaisista ruokajuomista sinä pidät?

Mieliruokiani

Millaisesta jälkiruoasta sinä pidät?

Ruokalista



Voitte laatia yhdessä ruokalistan huomioimalla jokaisen kodissasi asuvan ihmisen mieliruoat ja allergiat. Voitte suunnitella oman valintanne mukaan viikon lämpimät ateriat tai koko viikon aamupalat, välipalat ja iltapalat.

Voitte piirtää, kirjoittaa tai leikata ja liimata tähän aikakauslehdistä ja mainoslehtisistä oman ruokalistanne.

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIIKKO

Ruokalista

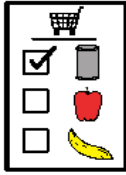
TORSTAI

PERJANTAI

LAUANTAI

SUNNUNTAI

Ostoslista



Millaisia elintarvikkeita tarvitsette kaupasta ruokalistaanne varten?

Tutkikaa yhdessä kauppojen tarjouksia ja mainoslehtisiä.

Onko tarvitsemianne tuotteita tarjouksessa? Laatikaa yhdessä ostoslista.

Lisää ohjeita myös Asiointi -kokonaisuudessa.

Kattaminen

Ennen keittiötöitä keskustelkaa puhtauden tärkeydestä.

Muistakaa



käsien pesu saippualla

ja



huolellinen kuivaus.

Pöydän kattaminen.



Hyvänä apuna toimii kattausalusta, jossa on paikka lautaselle, lasille, haarukalle, veitselle sekä ruokalusikalle. Kattausalustoja voi ostaa tai valmistaa ne itse piirtämällä omat paikat ruokailuvälineille. Voit laittaa kattauksesta valmiiksi mallin, jonka mukaan on helpompi harjoitella.

Pöydän kattamista voi harjoitella itsenäisesti, ohjattuna tai avustettuna.

Keittiötöitä

Ennen keittiötöitä keskustelkaa puhtauden tärkeydestä.

Muistakaa



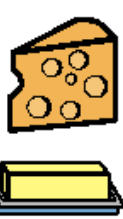
käsien pesu saippualla

ja



huolellinen kuivaus.

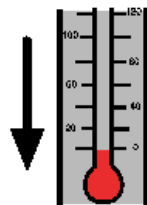
Keittiössä on paljon yhteisiä askareita, joihin voit osallistua.



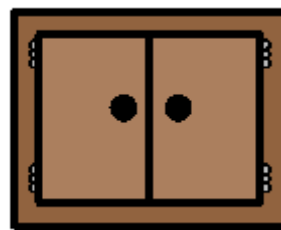
Voit auttaa kauppakassin tyhjentämisessä ja laittaa elintarvikkeet säilytykseen



jääkaappiin,



pakastimeen

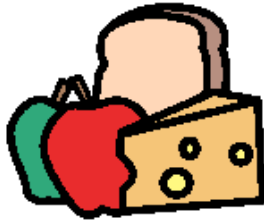


ja kuiva-ainekaappiin.

Muistatko, miten elintarvikkeita säilytetään?

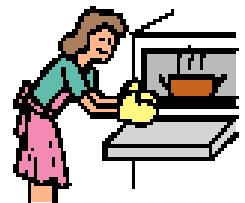
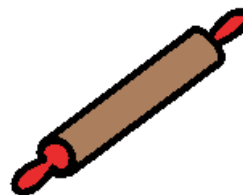
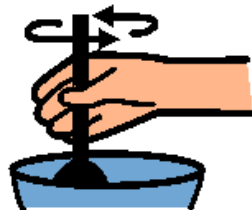
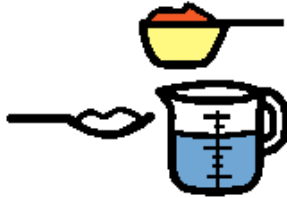
Keittiötöitä

Ruoanvalmistuksessa voit



etsiä tarvikkeita kaapeista, pilkkoa ja valmistaa ruokaa.

Leipomisessa voit



mitata leivonta-aineita, sekoittaa taikinaa sekä leipoa.

Keittiössä on myös paljon tärkeitä siivoustöitä.

On tärkeää pitää keittiö puhtaana ja siistinä.

Siivoustöitä, johon voit osallistua



pöytien pyyhkiminen,

imurointi

sekä

lattian peseminen

Keittiötöitä

Kauppakassin tyhjentäminen.



päiväys _____

Ruoanvalmistustöissä.



päiväys _____

Leipomassa.



päiväys _____

Keittiön siivoustöissä.



päiväys _____

Arvioikaa yhdessä, kuinka keittiötyöt onnistuivat.

Keittiötöitä

Ennen keittiötöitä keskustelkaa yhdessä puhtauden tärkeydestä.

Ennen keittiötöitä muistakaa



käsien pesu saippualla ja huolellinen kuivaus.

Tehtäviä voidaan soveltaa tarpeen mukaan.

Lajitellaan:

Tarvikkeet: 4 matalaa laatikkoa ja ruokailuvälineitä.

Alkutilanteessa lusikat, haarukat ja veitset ovat yhdessä laatikossa sekaisin, josta oppija erottelee aterimet omiin laatikoihin.



haarukat

veitset

lusikat

Huomiota kannattaa kiinnittää puhtauteen niin, että lajitellessa opetellaan ottamaan kiinni varresta sekä laittamaan ruokailuvälineet lajitellessa samansuuntaisesti.

Lajitteluharjoituksen jälkeen ruokailuvälineet laitetaan aina tiskikoneeseen.

Keittiötöitä

Osallistutaan tiskikoneen tyhjentämiseen.

Tavoitteena on, että aikaisemmin opittua taitoa harjoitellaan eteenpäin niin, että nyt opetellaan lajittelemaan puhtaat ruokailuvälineet tiskikoneen korista keittiön laatikostoon omille paikoilleen.



tiskikoneesta

veitset haarukat lusikat

laatikostoon

Opetellaan ottamaan ruokailuvälineistä aina kiinni varresta sekä laittamaan ne lajitellessa samansuuntaisesti ruokailuvälinelaatikostoon.

Tiskikoneen tyhjentäminen.

Opittuja taitoja voidaan laajentaa edelleen siten, että opetellaan tyhjentämään puhtaat astiat tiskikoneesta keittiön kaappeihin. Ruokailuvälineet ja astiat opetellaan laittamaan omille paikoilleen.



juomalasit

lautaset

astiakaappiin



lusikat

haarukat

veitset

laatikostoon

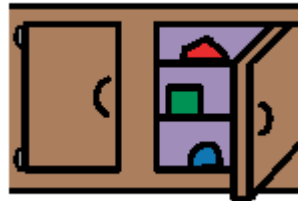
Keittiötöitä

Tiedätkö miten elintarvikkeita säilytetään?

Mitkä elintarvikkeet kuuluvat



pakastimeen?



kuiva-ainekaappiin?



jääkaappiin?

Esivalmistelut

Tämän oppimistehtävän voit toteuttaa niin, että päällystät kontaktimuovilla tai laminoit kaikki tehtäväarkit. Leikkaa kuvat elintarvikkeista pieniksi korteiksi, samoin isot kuvat pakastimesta, kuiva-ainekaapista ja jääkaapista. Oppijan tehtävänä on lajitella elintarvikkeet oikeaan säilytyspaikkaan. Taitoja voi harjoitella kuvakorttien avulla ja pitkän aikavälin tavoitteena on taitojen siirtäminen keittiöön kauppakassien tyhjentämiseen.

Keittiötöitä



makkarat



jauhot



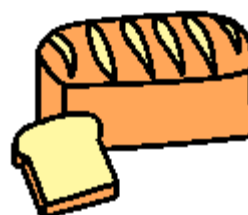
kasvikset



hedelmät



hillo



leipä



jäätelö



kananmunat



juusto



näkkileipä



maito



tomaatti

Keittiötöitä



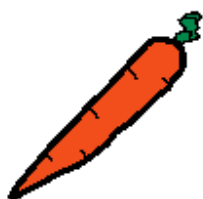
riisi



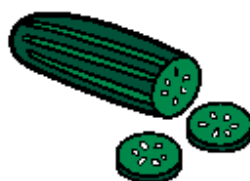
raejuusto



keksit



porkkanat



kurkku



perunat



sitruuna



kaakaojauhe



mausteet



ketsuppi

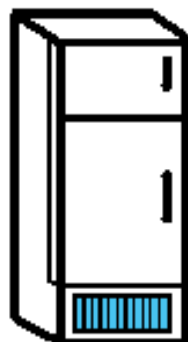


leivokset

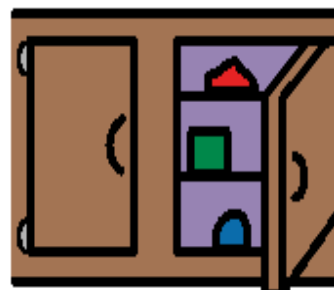


jogurtti

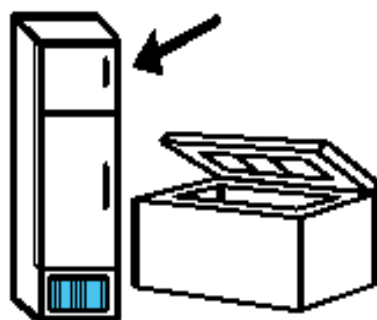
Keittiötöitä



jääkaappi



kuiva-ainekaappi



pakastin

Ensiaputaitoja



Ensiaputaitoja on hyvä kerrata yhdessä säännöllisesti.
Kodissa asutaan, eletään ja tehdään monenlaisia asioita.
Vahinkojakin voi sattua.
Tiedätkö mistä löydät kodissasi ensiaputarvikkeita?
Ensiaputilanteissa on hyvä pyytää apua toisilta ihmisiltä.



Osaatko toimia, jos sormeesi tulee haava?



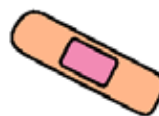
kylmä vesi puhdistaa,



nosta sormi ylös,



kuivaa käsipaperilla ja



laita laastari.



Jos haava on iso ja syvä, on mentävä lääkäriin. Lääkäri ompelee sormen haavan kiinni tikeillä.

Ensiaputaitoja



Osaatko toimia, jos saat käteesi palovamman?



Tärkeää on saada palovamma-alue jäähtymään nopeasti.



Pidä kättäsi juoksevan kylmävesihanauksen alla useita minuutteja.



Jos palovamma on lievä ja pinnallinen, voit laittaa siihen palovammoille tarkoitettua rasvaa.



Kääri sideharsoa palovamman suojaksi.

Ensiaputilanteissa kannattaa pyytää apua toisilta ihmisiltä. Yhdessä on helpompi toimia sekä arvioida palovamman vakavuutta.



Vaikeat ja suuret palovammat täytyy käydä hoidattamassa lääkärissä.

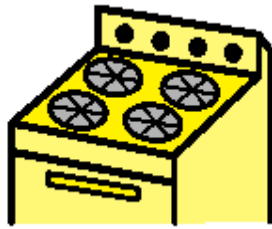
Kodin turvallisuus

Yhteisen keskustelun aiheeksi, kun aloitatte keittiötöitä.

Olethan huolellinen ja varovainen keittiössä.



kahvinkeitin



hella ja uuni



kuumat juomat



miksi?



palovamman vaara!

==



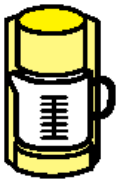
sattuu ja harmittaa

Kodin turvallisuus

Muistathan, että keittiössä on monta vaaran paikkaa.

Tiedätkö miksi?

Yhdistä.



kahvinkeitin



sakset



kuumat juomat



leikkuuveitsi

kuumat ja polttavat

terävät keittiövälineet



kuorimaveitsi



hella ja uuni

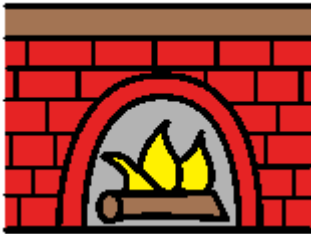


ruokailuveitsi

Kodin turvallisuus

Yhteisen keskustelun aiheeksi paloturvallisuusasiat.

Erityistä huolellisuutta täytyy noudattaa



takkatulen



kynttilöiden
kanssa



tulitikkujen



miksi?



TULIPALOVAARA!

Kierrätys



Kierrättämällä säästät luontoa.



Kierrätys tarkoittaa:



Tavaroiden uudelleen hyödyntämistä tai esim. kirpputorille viemistä



Jätteiden lajittelua



Jätteiden lajittelu:

Biojäteastiaan eli kompostiin voi laittaa:



Ruoantähteet ja hedelmien kuoret



Käytetyt talouspaperit, kahvin ja teen porot, suodatinpussit ja hammastikut



Puutarhajätteet

Omat kierrätysastiansa on:



Paperille (lehdet, mainokset, kirjekuoret ym.)



Pahville (ruskea paperi, pahvilaatikot ym.)



Kartongille (maitopurkit, paperipussit, pizzalaatikot, munakennot, kertakäyttöastiat, keksipaketit ym.)



Lasille (lasiastiat ja -pullot: muista poistaa metalliosat). Lasinkeräykseen ei saa laittaa juomalaseja, ikkunoita, peilejä, posliinia, lamppuja ym.



Metallille (metallipurkit, alumiiniastiat, metallikannet ja -korkit, pantittomat juomatölkit)



Kierrätys



Ongelmajätteille on omat keräyspaikkansa. Ongelmajätettä on esimerkiksi:



Emäksiset pesuaineet, torjunta ja desinfiointiaineet, liuottimet (kuten tärpätti, tinneri)



Loisteputket, energiansäästölamput, patterit ja akut



Maalit, liimat ja lakat sekä jäteöljy ja autojen nesteet



Käyttämättä jääneet lääkkeet (voi viedä apteekkiin)



Rikkinäiset televisiot, jääkaapit ja pakastimet



Sekajätteisiin kuuluvat ne roskat, joita ei voi kierrättää. Sekajätteet menevät roskiin ja kaatopaikalle. Sekajätettä ovat esimerkiksi muovi ja rikkinäiset esineet.



Ehjäät vaatteet, huonekalut ja muut tavarat kannattaa viedä kirpputorille tai kierrätyskeskukseen. Rikkinäisiä kannattaa yrittää korjata. Jos se ei onnistu, niistä voi tehdä jotakin muuta: esim. rikkinäisestä paidasta hameen. Voit säästää rahaa ostamalla tarvitsemiasi tavaroita kirpputorilta.



Pantilliset juomatölkit ja -pullot viedään kauppojen pullonpalautukseen. Pullonpalautuksesta saa rahaa. Kauppoihin voi palauttaa myös käytetyt paristot, jotka ovat ongelmajätettä.

Lähteet ja lisätietoa (tiedot elokuulta 2010)

<http://www.papunet.net/kuva/tietoa/kierratys> (kuvitettua tietoa)

<http://www.helsinki.fi/jarj/symbioosi/kierratys/index.html>

<http://papunet.net/pelit/sanalliset-tehtavat/> (kierrätyspelejä)



Kierrätys kuntoon kotona

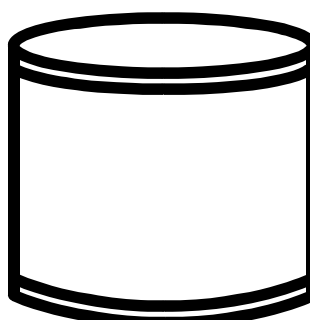
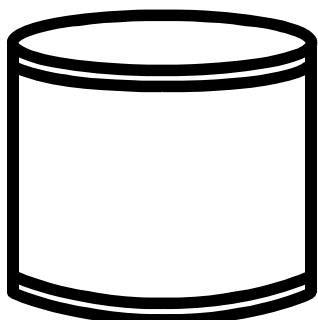
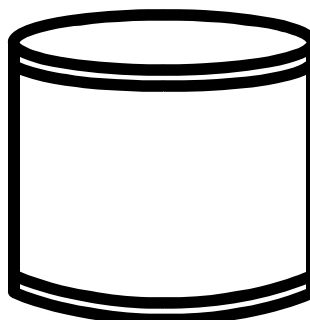
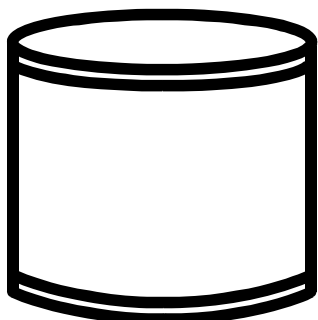
Kierrätys on helppoa, kun kotonakin on oma kierrätyspisteensä. Biojäte-astia on hyvä sijoittaa keittiöön sekajäteroska-astian läheisyyteen.

Paperille, metallille ja kartongille kannattaa jokaiselle varata omat astiansa. Korit tai kassit ovat käteviä, koska niillä on helppo viedä jätteet kierrätyspisteeseen. Ongelmajätettä tulee onneksi yleensä vähemmän, mutta se täytyy ehdottomasti kierrättää. Kierrätyspisteitä on taloyhtiöiden sekä kauppojen pihossa.

Tehtävä: Tee kierrätyspiste kotiin.

Mieti mitä jätettä kotona syntyy.

Mille jätteille varaat omat astiansa? Voit kirjoittaa tai piirtää alla oleviin astioihin suunnitelman.



Etsi tietoa siitä minne voit viedä jätteet kierrätykseen.

Älä osta turhaa tavaraa

Voit säästää luontoa myös siten, ettet osta tavaraa, jota et tarvitse. Hyvä vinkki on jättää kaupasta muovikassi ostamatta. Ota kauppareissulle kotoa mukaan reppu tai kankainen kassi, johon pakkaat ostoksesi. Mitä muita hyviä puolia kankaisessa kassissa on?



Tehtävä: Tee oma kauppakassi

Voitte tehdä kauppakassin kankaasta itse. Kaupasta voi myös ostaa valkoisia kankaisia kauppakasseja.



Maalaa kangasväreillä kauppakassiin mieluisia kuvioita.

Apuna voit käyttää esimerkiksi erilaisia leimasimia tai sabluunoita.



Tee itse leimasin raa'asta perunasta:

- Halkaise peruna
- Koverra halkaistuun pintaan haluamasi kuvio
- Kasta perunaleimasin kangasvärissä ja leimaa



Tee itse palloleimasin superlonista:

- Tarvitset kynän tai kepin, palan superlonia ja teippiä
- Kiinnitä superlon kynän päähän teipillä palloksi
- Kasta palloa kangasvärissä ja leimaa

Tällaisesta leimasimesta saat hyvän otteen.

Kankaiset kauppakassit ovat mieluisia lahjoja.



Kaappien siivous

Siivoa vaatekaappisi. Kaapista löytyy varmaan useita sellaisia vaatteita, joita et enää käytä.

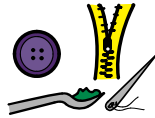
Pyydä muitakin samassa talossa asuvia siivoamaan kaappinsa. Heiltäkin löytyy luultavasti vaatteita, joita he eivät käytä.

Näitä vaatteita voisi käyttää vielä joku muu.



Järjestäkää kirpputori

- Voitte järjestää itsellenne oman kirpputorin kotona. Kootkaa turhat vaatteet ja muut tavarat pöydille. Voitte esimerkiksi sopia, että yhtä kirpputorille tuotua vaatetta kohti saa kirpputorilta ottaa yhden vaateen.
- Omalla pihalla saa järjestää pihakirpputorin, jossa voitte halvalla myydä käytettyjä vaatteita ja tavaroita naapurustolle. Pihakirpputorista kannattaa ilmoittaa etukäteen naapureille. Voitte jakaa postilaatikkoihin itse tehtyjä mainoksia.
- On olemassa myös suuria yleisiä kirpputoreja. Ne ovat kuin tavallisia kauppoja. Näiltä kirpputoreilta voi maksua vastaan vuokrata pöydän, jossa myydä omia tavaroitaan.
- Voitte viedä vanhat vaatteet ja tavarat myös kierrätyskeskukseen tai lahjoittaa ulkomaille meneviin avustuksiin. Tällöin ette saa rahaa tavaroistanne, mutta saatte hyvän mielen.



Oletko kuullut ”tuunauksesta”?

Tuunaus on nykykielen sana, jota varsinkin nuoriso käyttää.

Tuunaus tarkoittaa sitä, että vanhasta tehdään uutta tai vanhaa muokataan paremmaksi.

Muotia on esimerkiksi muokata eli tuunata vanhoja vaatteita paremmin itselle sopiviksi.

Lempipaidassasi saattaa olla reikä. Voit tuunata sen paikkaamalla reiän jollain kuvioksi leikatulla kankaalla, napilla tai vaikka jostain vanhasta vaatteesta leikatulla taskulla.

Tai sitten paitasi saattaa olla vain tylsä ja haluat tehdä siitä persoonallisemman. Voit maalata paitaan kuvioita kangasmaalilla, ommella siihen erilaisia kuvioita tai kiinnittää nappeja.

Tuunata voi myös huonekaluja ja muita tavaroita. Jo tuolin uudelleen maalaaminen on tuunausta.

Tuunaukseen tarvitset luovuutta ja mielikuvitusta. Löydät paljon tietoa ja ideoita tuunaukseen internetistä käyttämällä hakupalvelimessa hakusanaa ”tuunaus”.



Älä roskaa



Ihmiset heittävät roskaa usein luontoon. Erityisesti tienvierustoilla ja kauduilla on siksi paljon roskaa. Roskat eivät kuitenkaan kuulu luontoon.

Sinä voit olla viisaampi. Älä heitä roskaa luontoon. Yleisillä paikoilla on roska-astioita, joihin voit laittaa roskat. Jos roska-astiaa ei löydy, vie roskat kotiin roskiin.



Tehtävä: Roskankeruu -retki

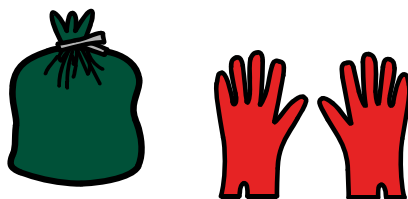
Ennen retkeä laita käteesi hanskat ja ota mukaasi roskapussi. Älä kerää roskaa maastosta ilman käsineitä, sillä roskat ovat likaisia.

Käy ulkoilemassa tutussa ympäristössä. Kerää reitiltäsi kaikki roskat, jotka näet ja jotka voit turvallisesti kerätä pussiin.

Mitä kaikkea ihmiset olivat heittäneet pois?

Vie roskapussi roskiin. Muista pestä hanskat roskien keruun jälkeen.

Teit hyvän työn. Ehkä roskaajakin nauttii enemmän puhtaasta maisemasta eikä enää heitä roskaa luontoon.





Luonnon antimia

Säästä luontoa hyödyntämällä sitä.

Marjojen ja sienien kerääminen on taloudellista ja samalla säästät luontoa.

Saat kerätä marjoja ja sieniä ilmaiseksi. Miksi siis ostaisit niitä kaupasta? Kaupassa myytävät marjat ja sienet on usein laitettu pakkauksiin ja pakkaukset ovat roskea.

Marjastus ja sienestys kuuluvat jokamiehen oikeuksiin. Tutustu jokamiehen oikeuksiin esimerkiksi seuraavassa internet-osoitteessa (tieto elokuulta 2010):

<http://papunet.net/selko/arkipaiva/vapaa-aika/jokamiehenoikeudet.html>

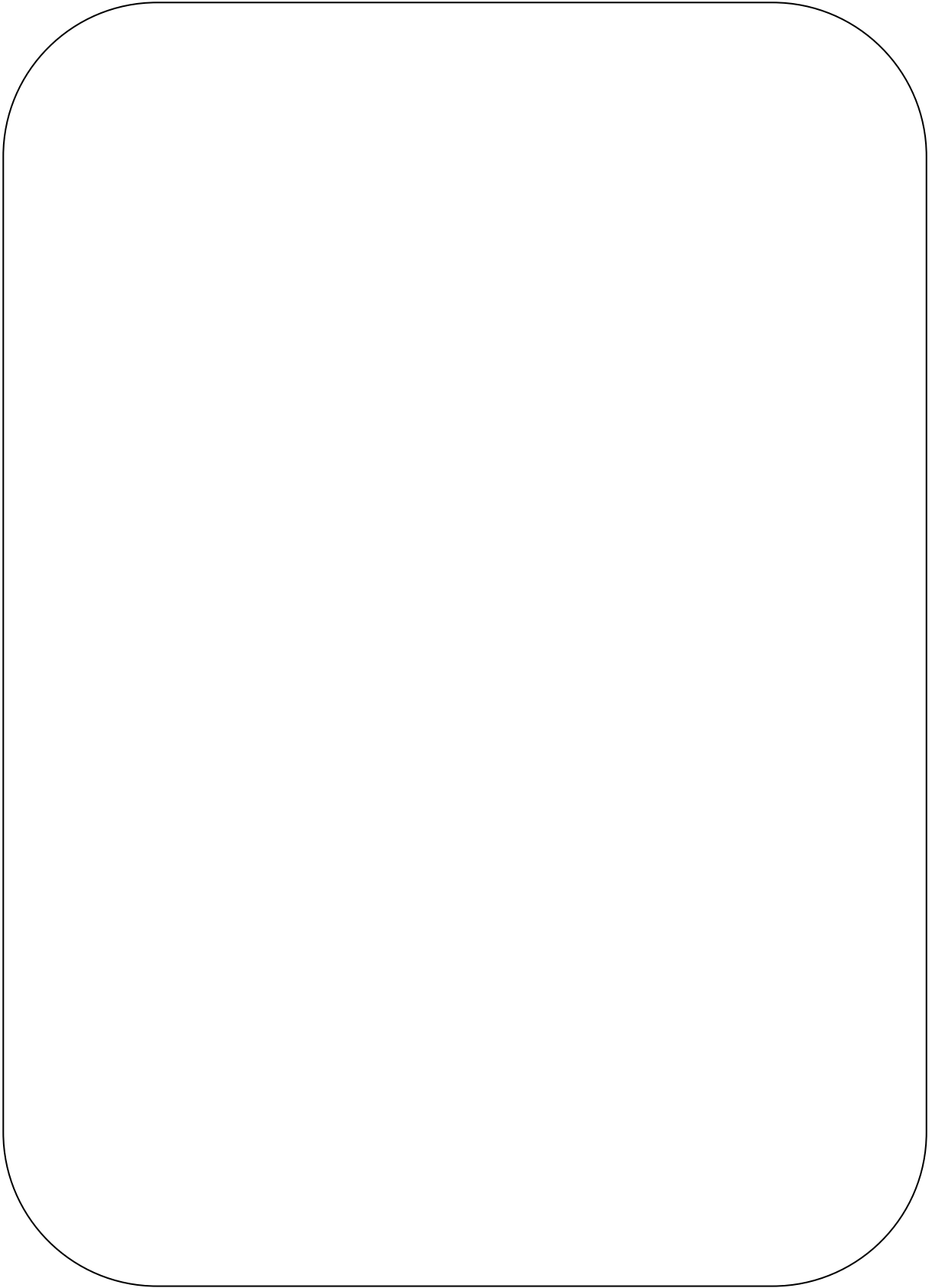


Muista, että keräät vain sieniä ja marjoja, jotka tunnet. Suomen luonnossa kasvaa useita myrkyllisiä sieniä, marjoja ja kasveja.

Voit myös kasvattaa itse syötävää kasvimaalla ja puutarhassa. Lue lisää http://papunet.net/kuva/tietoa/puutarhan_satoa (tieto elokuulta 2010).

Vinkki ohjaajalle

Kierrätysosiossa on paljon tietoa. Mieti, miten oppija hyötyy materiaalista parhaiten. Kierrätyksen oppimistilanteet sopivat hyvin kurssimuotoiseen opiskeluun: käyttäkää teemaan aikaa ja pitäkää ”kierrätyskurssi”, jonka päättäjäisinä voi olla itse järjestetty kirpputori tai vierailu kirpputorille. Tärkeintä kierrätyksen harjoittelemisessa on itse kierrätys. Lajittelua on paras harjoitella oikeilla jätteillä. Kerätkää tölkkejä, maitopurkkeja, lehtiä, paristoja ym. Lajitteluastioihin voi laittaa PCS-kuvat tai valokuvan. Näin perinteinen lajittelutehtävä on valmis.

Kuvia ja kokemuksia matkan varreltaA large, empty rounded rectangular box with a thin black border, intended for drawing or writing. It occupies the majority of the page below the header.

Aiheesta lisää (tiedot kesäkuulta 2010)

Asuminen

- Harjajärvi, Minna; Kairi, Tea; Kuusterä, Kirsti ja Miettinen, Sonja 2009. Toimivatko kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien asumispalvelut? Näkemyksiä palvelujen käyttäjiltä ja niiden järjestäjiltä. Kehitysvammaliiton selvityksiä 3.
http://kehitysvammaliitto.fi/fileadmin/tiedostot/muut/pdf/tutkimusjulkaisut/kehitysvammaliiton_selvityksia_3_2009.pdf (www-sivusto)
- Hölsömäki, Heidi (toim.) ja Vehmas, Päivi (kuv.) 2001. Asumisopas : selkokielineen opas vuokra-asukkaalle. Tampere: Kehitysvammaisten Tukiliitto. (Kirja)
- Minun kotini kerrostalossa 2009. Julkaisija Helsingin kaupunki.
<http://papunet.net/selko/wp-content/uploads/2010/02/ASUMISOPAS.6-siv..pdf> (www-sivusto)
- Niemelä, Markku ja Brandt, Krista 2009. Kehitysvammaisten yksilöllinen asuminen. Pitkäaikaisesta laitosasumisesta kohti yksilöllisempiä asumisratkaisuja. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2007:73.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-4061.pdf&title=Kehitysvammaisten_yksilollinen_asuminen__Pitkaaikaisesta_laitosasumisesta_kohti_yksilollisempia_asumisratkaisuja_fi.pdf (www-sivusto)
- Nurmi-Koikkalainen, Päivi 2009. Välttämätön apu elämisen mahdollistajana. Näkökulmia vaikeavammaisten henkilöiden asumiseen ja apuun. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Avauksia 7/2009.
<http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/20e65dd9-fcb7-49e0-a642-a13c73e397a8> (www-sivusto)
- Puranen, Tuula ja Marjamäki, Katja. 2009. Omaan kotiin: muutto-opas sinulle. Tampere: Kehitysvammaisten palvelusäätiö. Tekstiaineisto + cd-levy. (Kirja)
- Tietoa asumisesta selkokielellä. (www-sivustoja)
<http://papunet.net/selko/tietoa/elamaa-suomessa/koti-suomessa/>
<http://papunet.net/selko/tietoa/elamaa-suomessa/kerrostaloelamaa/>
<http://verneri.net/selko/asuminen>
- Tietoa asumisesta ja asumisen kehittämisprojekteista. (www-sivustoja)
<http://verneri.net/yleis/kehitysvamma-ala-ammattina/projektit/asuminen/map.html>
<http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus/asuminen.html>
<http://www.kvtl.fi/sivu/lainsaadanto>

Kodin siivous

- Amme. Kuva- ja oppimateriaalia ammatilliseen erityisopetukseen. Kuvia esimerkiksi siivousaineista ja työvälineistä.
<http://www03.edu.fi/oppimateriaalit/amme/> (www-sivusto)

- Göös, Riitta-Liisa 2007. *Arkielämän ABC*. Helsinki: Opetushallitus. 4. painos. (Kirja)
- Kuvallisia toimintaohjeita kodinhoitoon.
<http://papunet.net/tietoa/materiaalit/tulostettavat-toimintaohjeet.html> (www-sivusto)
- Laitinen, Jaana ja Yrjölä, Päivi 2006. *Simppeliä siivousta*. WSOY. (Kirja)

Vaatehuolto

- Göös, Riitta-Liisa 2007. *Arkielämän ABC*. Helsinki: Opetushallitus. 4. painos. (Kirja)
- Vaateiden ja kenkien hankinnasta ja huollosta.
<http://merikartano.fi/selko/pt/index.html> (www-sivusto)
- Tietoa vaatehuollosta esimerkiksi <http://www.martatjamartit.fi/vaatehuolto.htm> ,
http://www.yhteishyva.fi/pukeutuminen/vaatehuolto/?start_at=0 (www-sivustoja)

Keittiötöyt

- Amme. Kuva- ja oppimateriaalia ammatilliseen erityisopetukseen. Esimerkiksi ruokaohjeita ja kuvia erilaisista ruokatarvikkeista.
<http://www03.edu.fi/oppimateriaalit/amme/> (www-sivusto)
- Kokataan kuvilla. Ruokaohjeita kuvilla ja selkokielellä 2007. VAVA I.
http://tkk.joensuu.fi/projektit/vava/cdrom6/pdf/Kokataan_kuvilla_final.pdf (www-sivusto)
- Kuitunen, Risto, Norrby, Heidi ja Sirkiä, Terttu 2001. *Kokaten Keittokoulu 1 ja Herkutellen Keittokoulu 2*. Kehitysvammaliitto. Kuvitetut ohjeet. (Kirja)
- Kuvallisia toimintaohjeita keittiötoimiin.
<http://papunet.net/tietoa/materiaalit/tulostettavat-toimintaohjeet.html> (www-sivusto)
- Kuvallisia ruokaohjeita. <http://papunet.net/kuva/ruuanlaitto> (www-sivusto)
- Kuvallisia ruokaohjeita ja ohjeita määrien mittaamiseen.
<http://merikartano.fi/selko/pt/index.html> (www-sivusto)
- Laakso, Eeva-Liisa; Leino Pertti; Tolvanen, Pirjoja & Välimäki, Maija-Liisa 2010. *Hygieniasaaminen selkokielellä*.
<http://www03.edu.fi/oppimateriaalit/hygieniasaaminen/> (www-sivusto)
- Levanto, Marketta 1997. *Helposti hyvää*. Selkokirja. Atena. (Kirja)
- Mitä kaikkea elintarvikkeen pakkaus kertoo? 2009. Julkaisija Elintarviketurvallisuusvirasto Evira yhteistyössä Selkokeskuksen kanssa.
<http://papunet.net/selko/wp-content/uploads/2010/02/pakkausesitenetti-1.pdf> (www-sivusto)
- Niksejä ja neuvoja turvalliseen ruoanlaittoon 2009. Julkaistu Elintarviketurvallisuusvirasto Eviran ja Selkokeskuksen yhteistyönä.
<http://papunet.net/selko/wp-content/uploads/2010/02/ruokaesitescreen.pdf> (www-sivusto)



Asiointi

ASIOINTI

Hoidan itse omia asioitani.

Omien asioiden hoitaminen

on minulle tärkeää.

Asioimalla itse voin oppia uusia asioita.

On erilaisia hoidettavia asioita.

Kaikki asioinnit eivät ole mukavia.

Voin tehdä mieleisiä ostoksia,

ja käydä eri paikoissa.

Samalla tutustun uusiin ihmisiin.

On tärkeää lähteä kotoa asioimaan.

Asiointi voi vaatia matkustamista

linja-autolla tai taksilla.

TAVOITTEET

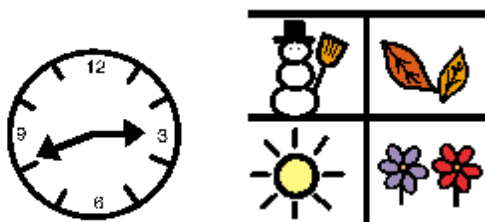


Palveluihin tutustuminen

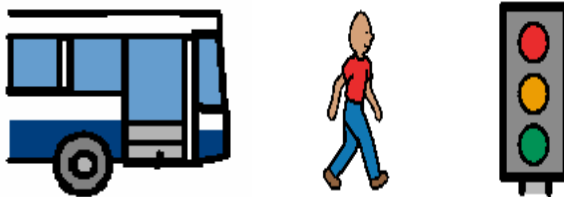
Asioinnin harjoittelu ja rahan käyttö



Puhelimen käyttö



Ajan hahmottaminen



Turvallinen liikkuminen



Hyvät tavat



Asiointi

- Ostosten tekeminen
- Kaupassa käynti
- Ostoslista: Omena-kaurapaistos
- Kaupassa käynnin muistilista
- Kaupassa käynti vaikeimmin vammaisten oppijoiden kanssa
- Mitä kaupasta täytyy ostaa?
- Ostoslista
- Matkalla-peli asiointiin
- Tehtävätaulut
- Elintarvikkeiden vanheneminen
- Parasta ennen -päiväys
- Rahankäytön harjoittelu
- Minä ja raha
- Rahan lajittelu
- Tuotteiden hinnat
- Hinnan arvioiminen ja rahan riittävyyden harjoittelu
- Puhelimen käyttö
- Mitä tiedät puhelimen käytöstä?
- Aika
- Vuorokauden ajat
- Arkipäivät
- Kellotaulu
- Esimerkkejä erilaisista päiväohjelmista
- Turvallinen liikkuminen
- Matkustaminen autossa
- Liikennemerkkeihin tutustuminen
- Liikennemerkkibingo
- Liikennevalot
- Hyvät tavat
- Hyvien tapojen lotto
- Mikä on kohteliasta?
- Kohteliaisuuspelejä
- Kuvia ja kokemuksia matkan varrelta
- Aiheesta lisää

Ostosten tekeminen



Ostoksia voi tehdä nykyaikana monella tavalla. Kaikkein tutuin tapa tehdä ostoksia on



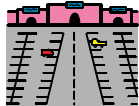
käydä kaupassa. Muita tapoja ovat esimerkiksi



tilaaminen internetistä



tai postimyyntikuvastosta.



Isoissa kauppakeskuksissa ja supermarketeissa on myytävänä lähes kaikkea mitä ihminen elämänsä aikana tarvitsee. Esim.



ruokaa



kosmetiikkaa ja hygieniatarvikkeita

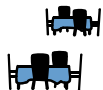


vaatteita.

Pienet putiikit ovat usein erikoistuneet vain tiettyihin tuotteisiin.



Lääkkeitä saa myydä vain apteekissa.



Ravintolassa syöminen on myös ostosten tekemistä.

Ostosten tekemiseen tarvitaan rahaa



Kaupassa käynti



Kaupassa käynnin pelisääntöjä voi harjoitella monella tavalla. Tässä on yksi tapa, jota voi soveltaa tavoitteiden mukaisesti.

Oppimistilanteen kuvaus:



1. Ruokaohje, johon kaupasta pitää tarvikkeet hankkia



2. Ostoslistapohja ruokaohjeen pohjalta



3. Kaupassa käynnin muistilista

Harjoitteen lopuksi on lomakepohjia, joita voi käyttää apuna kun suunnittelee ostosten tekoa omiin ruokasuosikkeihin.

Kun mietitään yhdessä valmistettavaa ruokaa, ovat internetistä hakupalvelimella löydettävät kuvat eri ruokalajeista oiva apu. Näitä kuvia voi käyttää myös ostoslistan laatimiseen. Ostolista voi olla kuvaviuhka, josta käännetään esille seuraavaksi kaupasta etsittävä tuote.

Reseptejä löytyy myös internetistä. Kuvallisia reseptejä löytyy esimerkiksi osoitteesta www.papunet.net.

www2.edu.fi/materiaalipankki sisältää kuvia, joista voi koota omat ruokaohjeensa.

Ostoslista: Omena-kaurapaistos

Omena-kaurapaistos (4:lle)



4 omenaa
½ dl vettä
3 rkl fariinisokeria
1 tl kanelia
100 g margariinia
½ dl sokeria
2 dl kaurahiutaleita
vaniljakastiketta

Voitele uunivuoka. Kuori omenat ja poista siemenkodat. Viipaloi omenat ja pane uunivuokaan. Lisää vesi, fariinisokeri ja kaneli omenoiden päälle. Suolata kattilassa margariini ja sekoita sulan margariinin joukkoon sokeri ja kaurahiutaleet. Levitä kaurahiutaleseos omenien päälle. Kypsennä paistosta uunin keskitasolla 200 asteen lämmössä noin 20 minuuttia.

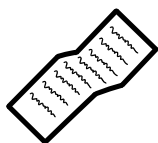
Ostoslista: Omena-kaurapaistos

Tarvike:	Löytyy kotoa:	Osta:
4 Omenaa 		
Fariinisokeri 		
Kaneli 		
Margariini 		
Sokeri 		
Kaurahiutaleet 		
Vaniljakastike 		

Kaupassa käynnin muistilista



Kotona ennen kauppaan lähtöä



Ostoslista

Tee ostoslista.



Kukkaro



Kauppakassi

Tarkasta, että kukkarossasi on rahaa.

Ota kukkaron lisäksi mukaasi kauppakassi.



Kaupassa



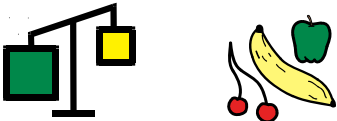
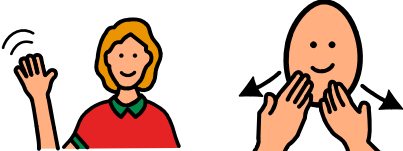
Ostoskärry



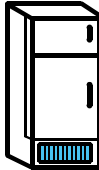
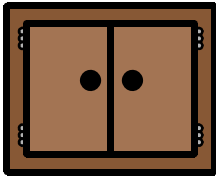
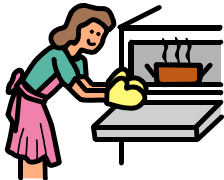
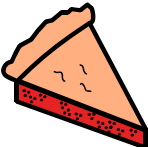
Kori

Kerää ostokset ostoskärryyn tai koriin.

Kaupassa käynnin muistilista

 Vaaka Hedelmät	Muista punnita hedelmät.
 Jonottaa Kassa	Odota kassalla omaa vuoroasi jono- nossa.
 Tervehtiä Kiitos!	Ole kohtelias. Tervehdi ja muista ”kiitos” ja ”ole hyvä”.
 Kukkaro Maksaa Kuitti	Maksa ostokset. Muista ottaa vaihtorahat ja kuitti.
 Pakata	Pakkaa ostokset kassiin.
 Ostoskärry Kori	Palauta ostoskärry tai kori paikoil- leen.

Kaupassa käynnin muistilista

 Purkaa	Pura ostokset kauppakassista.	
 Jääkaappi	 Kaappi	Laita ostokset kaappeihin - jääkaappiin - kuivakaappiin
 Leipoa	 Omenapaistos	Nyt sinulla on tarvittavat aineet omenapaistokseen ja voit ryhtyä leipomaan.

Kaupassa käynti vaikeimmin vammaisten oppijoiden kanssa

Vaikeimmin vammaisille henkilöille osallistuminen arjen eri toimintoihin on aivan yhtä tärkeää kuin kaikille muillekin. Osallistumalla vaikeimmin vammaiset henkilöt voivat olla yhteisönsä täysivaltaisia jäseniä.

Vaikeimmin vammaisen oppija tarvitsee konkreettista apua, ohjausta ja tukea asioidakseen kaupassa. Tässä on esimerkkejä vaikeimmin vammaisten osallisuuden tukemiseen kaupassa käynnin eri vaiheisiin.



Ostoslistan teko

Ennen ostoslista tekoa tarkastellaan yhdessä omenapaistoksen ohjetta. Mitä kotoa löytyy? Miltä nämä tarvikkeet maistuvat, kuulostavat, tuntuvat? Mitä kaupasta pitää hankkia?



Lähdetään kauppaan

Kauppaan lähtiessä on hyvä ottaa tueksi oppijan käyttämä kuva- tai esinekommunikatiomenetelmä – ”Minne mennään”.

- Esinesymboleita eri toiminnoille mietittäessä on oppijan otettava mukaan taitojensa mukaisesti. Mikä kuvaa kaupassa käyntiä hänelle? Onko se kukkaro, raha tai jokin muu?
- Esineen yhdistyminen tiettyyn toimintaan voi tarvita paljon aikaa ja toistoja. Esineen käytön täytyy aluksi liittyä välittömästi tapahtuvaan toimintaan.
- Esinesymbolit on hyvä valokuvata ja nimetä ”sanakirjaksi”, joka on aika oppijan/ käytettävien esineiden mukana.



Kiireettömästi kaupassa

Oppija tekee ostokset mahdollisuuksiensa mukaan autettuna, huomioi pienetkin osallistamisen tilaisuudet kuten esimerkiksi:

- Kylmiön oven aukaisu, punnitessa napin painaminen (tehdään yhdessä).
- Ostosten tekoon voi sisällyttää oppijan taitojen mukaan valintojen tekemistä sekä asioiden nimeämistä: ”Tarvitsemme omenia. Kumpi on omena?” (kädessä appelsiini ja omena)/”Haluatko omenan vai appelsiinin?”

Kaupassa käynti vaikeimmin vammaisten oppijoiden kanssa

- Kaupassa on paljon aistiärsykeitä, joita voi hyödyntää:
- Miltä omena tuntuu kädessä? Miltä omena tuoksuu?
- Miltä tuntuu maitopurkin paino? Millainen ääni kuuluu kun maitopurkkia ravistaa?
- Miltä tuntuu kylmiössä, jos sinne laittaa kätensä?
- ”Tarvitsemme neljä omenaa, laitetaan pussiin.” Pussi oppijan kädessä/sylissä ja lisätään yhdessä/ohjaaja lisää omenan yksi kerrallaan ja paino lisääntyy.
- Millainen on hintatarra? Otetaan punnitsemisen yhteydessä yksi ylimääräinen ja kiinnitetään se oppijan käteen tai sormenpäihin tutkittavaksi. (Huomioi oppijan aistiherkkyys.)



Ostosten maksaminen

Jos oppijalla on käytössään esimerkiksi kuvakommunikaatio, voi hänelle tehdä kaupassa käyntiin ”kassakortin”, jonka avulla hän tervehtii kassa jne. Maksamisen yhteydessä kilistellään kolikoita ja kuunnellaan setelien suhinaa. Mitä sait maksun jälkeen takaisin?



Ostosten purkaminen kotona

Muistellaan yhdessä, mitä ostimme. Miltä omena tuoksui, miltä maito kuulosti jne.? Minne ostokset laitetaan? Mikä tuote tuntuu kylmältä → täytyy laittaa kylmään eli jääkaappiin.



Yhdessä omena paistoksen valmistaminen

Leipoessa otetaan kaikki aistit käyttöön:



Miltä mikin maistuu?



Miltä näyttää?



Tuntuu?



Miltä mikin tuoksuu?



Kuulostaa?

Vaikeimmin vammaiset tarvitset jonkun tekemään kanssaan: yksin he eivät pysty. Mitatkaa, sekoittakaa ja vatkatkaa yhdessä. Laittakaa paistos uuniin ja virittäkää munakello kertomaan, milloin se on valmis. Oppija voi kutsua muut syömään paistosta esim. puhelaitteen avulla.

Mitä kaupasta täytyy ostaa?



Haluan ruoaksi_____



Ruokaohje löytyy_____



Aterialla haluan lisäksi syödä/juoda_____



Tarvikkeet



Miltä ruoka maistui?_____

Mitä kaupasta täytyy ostaa?



Haluan ruoaksi

Lisäksi haluan



juomista



salaattia



leipää



jälkiruokaa



Tarvikkeet



Miltä ruoka maistui





Ostoslista

 Osta	 Kärryssä	 Osta	 Kärryssä

Kirjoita, piirrä, käytä kuvia tehdessäsi ostoslistaa. Rastita "kärryssä" sitä mukaa, kun olet löytänyt tuotteet kaupassa.

Matkalla peli -asiointiin



Tämä peli on asiointiin tehty sovellus Virpi Hämäläisen ja Sirkku Hildénin (2002) Se on selvästi peli -vihkoson ”Matkalla” pelistä.

Pelin idea:

Pelin ajatuksena on asiointimatkan suunnittelu kuvien avulla. Matka voi olla kuvitteellinen mielikuvitusmatka tai jokin oikeasti toteutettavissa oleva reissu esimerkiksi kaupungille tai pankkiin.

Välineet:

- Kolmenlaisia kuvakortteja, jotka voivat olla itse piirrettyjä, lehdistä leikattuja tai muuta pelaajalle tuttua kuvamateriaalia. Peliohjeiden jälkeen on PCS-kuvakortteja, joita voit myös hyödyntää. Kortit kannattaa päällystää kontaktimuovilla tai laminoida. Kiinnitä korttien kääntöpuolelle pala tarranauhaa.
- Ensimmäisissä kuvissa on kulkuneuvoja, toisissa kuvissa on paikkoja ja kolmansissa kuvissa on asioita, joita näissä paikoissa voi tehdä.
- Jokaisella pelaajalla tulee olla pelilauta, johon hän kerää kuvia. Pelilauta voi olla esimerkiksi suorakaiteen muotoinen pahvi, johon on kiinnitetty tarranauhaa.

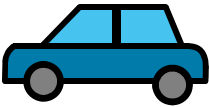
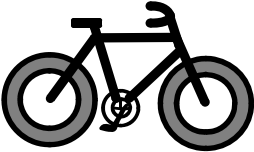
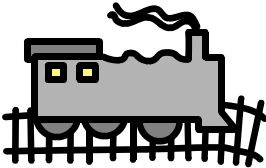
Pelin kulku:

1. Kulkuvälineitä esittävät kuvat ovat omassa pinossa pöydällä kuvapuoli alaspäin ja paikkoja esittävät kuvat vastaavasti omassa pinossaan. Tekemistä esittävät kuvat ovat pöydällä levitettynä kuvapuoli ylöspäin.
2. Ensin jokainen pelaaja nostaa omalle pelilaudalleen yhden kulkuvälinekortin ja yhden paikkakortin.
3. Sitten pelaajat etsivät pöydälle levitetyistä korteista niitä kortteja, jotka ilmaisevat heidän paikkakorttiinsa liittyviä toimintoja. Pelaajat keräävät kortteja omalle pelilaudalleen.
4. Kun kortit on kerätty, käydään yhdessä läpi kunkin oma tarina: Missä olet käynyt? Millä olet sinne mennyt? Mitä olet siellä tehnyt?

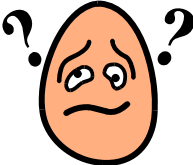
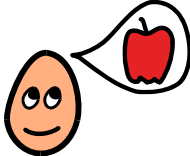
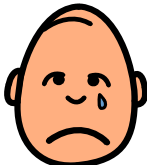
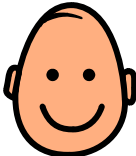
Vinkkejä:

- Pelin avulla suunnitellun matkan voi myös oikeasti toteuttaa.
- Voi myös muistella jotain tehtyä matkaa. Mietitään, millä sinne mentiin ja mitä siellä tehtiin. Mukaan voi ottaa myös tunteita esittäviä kuvia esimerkiksi: mikä oli kivaa, jännittikö, oliko jokin asia pettymys?

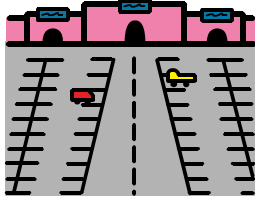
Kulkuneuvokuvia

		
Auto	Linja-auto	Kävellä
		
Polkupyörä	Juna	Taksi

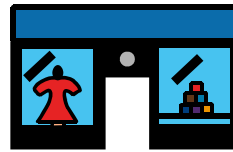
Tunnekuvia

		
Innoissaan	Pelokas	Jännittynyt
		
Hämmähtynyt	Nälkäinen	Surullinen
		
Onnellinen	Kyllästynyt	Pettynyt

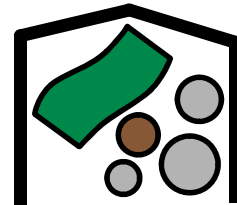
Paikkakuvia



Kauppakeskus



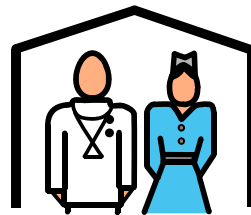
Kauppa



Pankki



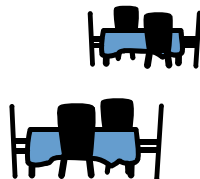
Hammaslääkäri



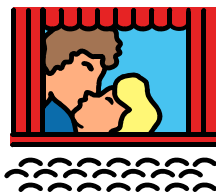
Lääkäri



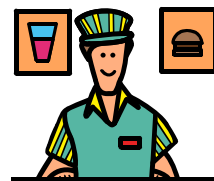
Parturi



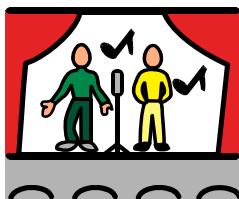
Ravintola



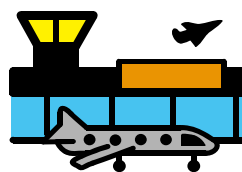
Elokuvateatteri



Pikaruokapaikka



Konsertti



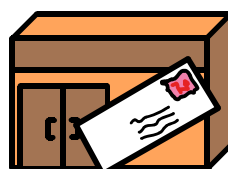
Lentokenttä



Uimahalli

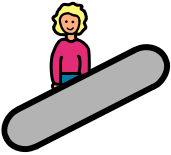
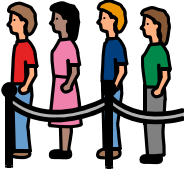
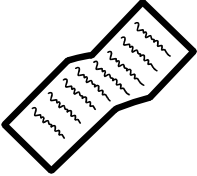
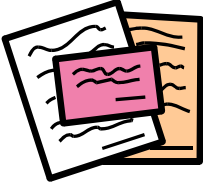
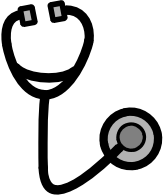
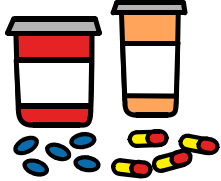


Kirjasto

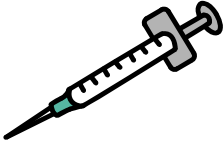
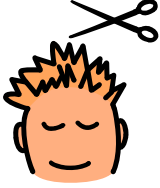
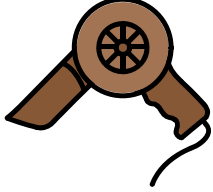
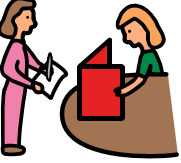
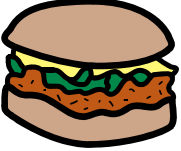
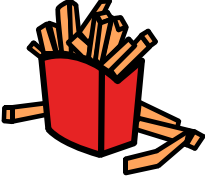
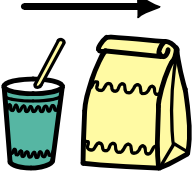
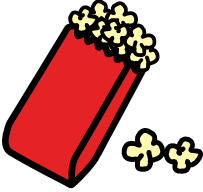
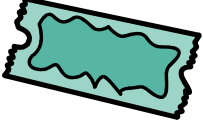


Posti

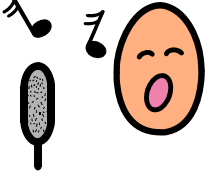
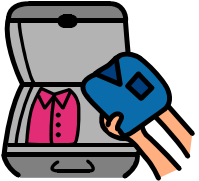
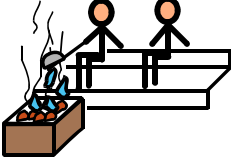
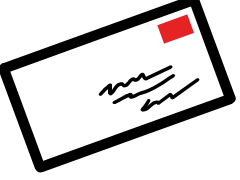
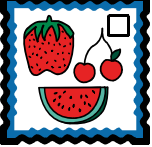
Toimintaan liittyviä kuvia

 Maksaa	 Kuitti	 Ostaa
 Liukuportaat	 Jonottaa	 Ostoslista
 Laskut	 Pankkikortti	 Pankkivirkailija
 Hammassärky	 Istua tuolissa	 Avata suu
 Sairas	 Stetoskooppi	 Lääkkeet

Toimintaan liittyviä kuvia

		
Pistos	Hiustenleikkuu	Hiustenkuivain
		
Hiuskiinne	Ruokalista	Tarjoilija
		
Tilata	Ruoka-annos	Olut
		
Hampurilainen	Ranskalaiset	Ateria mukaan
		
Katsoa	Popcorn	Pääsylippu

Toimintaan liittyviä kuvia

 Tanssia	 Kuunnella musiikkia	 Laulaa
 Matkalaukku	 Lentokone	 Pakata
 Uida	 Käydä suihkussa	 Saunoa
 Lukea	 Lainata kirja	 Kortti
 Kirje	 Postittaa	 Postimerkki

Tehtävätaulut

Vinkkejä tehtävätaulun käyttämiseen

Mikäli laminointi on mahdollista, kannattaa tehtävätaulu laminoida. Laita lisäksi jokaiseen neliöön pala tarranauhaa. Tehtävätaulu on monikäyttöinen ja voit soveltaa sitä oppijan tavoitteiden ja kiinnostusten kohteiden mukaisesti. Tässä kansiossa on useita tehtävätaulun pohjia. Voit valita niistä oppijalle kuhunkin tehtävään sopivan.

Esimerkkejä tehtävätaulun käytöstä

Parinmuodostustehtävissä laminoikaa haluamanne määrä parillisia kuvia. Lisätkää kuvien taustaan pala tarranauhaa, jonka vastakappaleet ovat tehtävätaulussa. Oppija voi tehdä tehtävän joko niin, että ohjaaja on ensin laittanut tauluun pareista toisen, jolloin oppija lisää viereen toisen. Tai sitten oppija muodostaa kaikista olevista kuvista parit. Kuvakortin parina voi olla myös sanakortti. Oppijaa motivoi, jos kuvat liittyvät häntä kiinnostavaan aiheeseen.



Tehtävätaulut

Lukumäärän ja numeron yhdistämistehtävissä

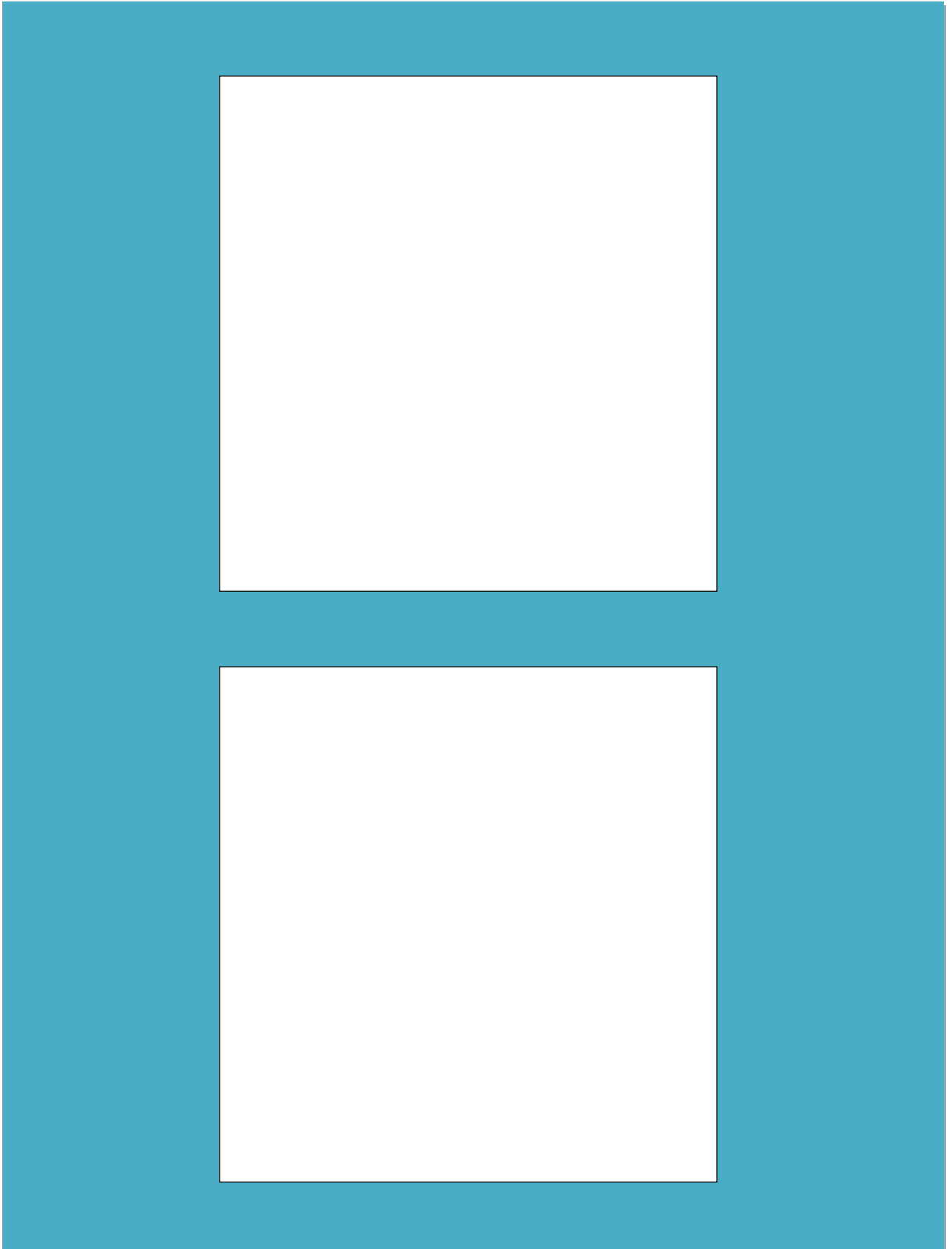
Tee numeroista ja numeroa vastaavista kuvista kortit. Esimerkiksi numero 2 ja kuvassa on kaksi omenaa.

Palapelit

Leikkaa laminoidut kuvat kahteen tai useampaan osaan (pitkittäin, poikittain tai kulmittain) ja laita molempiin osiin tarranauhasta palaset. Oppija kokoaa joko yhden tai useamman kuvan kokonaiseksi tauluun taitotasonsa mukaisesti.



Tehtävätaulut

TehtävätaulutThe image shows two empty rectangular boxes, one above the other, intended for task tables. They are set against a light blue background within a white border.

Tehtävätaulukko

[illegible]

Date	Time	Location	Weather	Notes
10/1/2017	08:00	Campsite	Clear	Arrived at campsite, set up tent.
10/1/2017	12:00	Campsite	Clear	Lunch break, rechecked equipment.
10/1/2017	16:00	Campsite	Clear	Sunset, started writing field notes.
10/2/2017	06:00	Campsite	Clear	Woke up early, checked weather forecast.
10/2/2017	09:00	Campsite	Clear	Packed gear, prepared for departure.
10/2/2017	13:00	Campsite	Clear	Final check of supplies, said goodbye to the area.
10/2/2017	18:00	Campsite	Clear	Last look at the stars, ended the trip.

Patient Information	
First Name	
Last Name	
Address	
City	
State	
Zip	
Phone	
Insurance	
Physician Information	
Physician Name	
Physician Address	
Physician City	
Physician State	
Physician Zip	
Physician Phone	
Physician Insurance	
Referral Information	
Referral Number	
Referral Date	
Referral Type	
Referral Source	
Referral Reason	
Referral Status	
Referral Notes	
Referral History	
Referral Date	
Referral Type	
Referral Source	
Referral Reason	
Referral Status	
Referral Notes	
Referral Summary	
Referral Date	
Referral Type	
Referral Source	
Referral Reason	
Referral Status	
Referral Notes	

[illegible]

Elintarvikkeiden vanheneminen

Pakatuissa elintarvikkeissa on päivämäärämerkintä, joka kertoo, milloin tuote on liian vanha käytettäväksi.

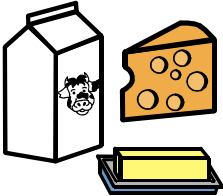
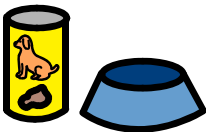
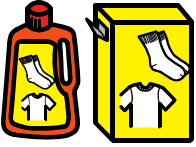
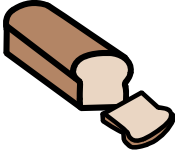
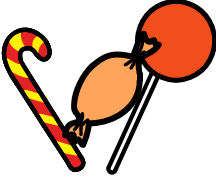
Päivämäärä elintarvikkeissa tarkoittaa

- Parasta ennen -päivämäärää, jonka jälkeen tuotetta voi vielä parin päivän ajan käyttää, mikäli se näyttää ja tuoksuu normaalilta.
- Viimeistä käyttöpäivää, jonka jälkeen tuotetta ei saa enää käyttää.
- Tuotteen valmistuspäivämäärää.

Mitä tarkoittaa elintarvike?

Elintarvike on jotain syötävää tai juotavaa.

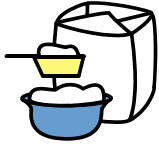
Mitkä seuraavista ovat elintarvikkeita?

 maito, juusto, voi	 kenkä	 koiranruoka	 tekohampaat
 pyykinpesuaineet	 leipä	 hattu	 lihapihvi
 keksit	 polkupyörä	 karamellit	 limsa

Parasta ennen päiväys



Erilaiset säilykkeet, kuten tonnikala- ja ananaspurkit säilyvät pitkään, jopa useita vuosia.



Myös monet kuivat tuotteet, kuten jauhot ja mausteet kestävät pitkiä aikoja hyvinä.

Pitkään säilyviä tuotteita voi ostaa kaupasta kerralla enemmänkin varastoon. Mutta tuoretuotteiden, kuten esimerkiksi



maitotuotteiden



hedelmien ja



leipien käyttöikä on lyhyempi ja niitä voi ostaa vain vähän kerrallaan.

Tutki keittiössä eri ruokien ja juomien parasta ennen – päivämääriä. Mistä päivämäärä löytyy? Minä vuonna, missä kuussa ja minä päivänä tuote vanhenee? Ota avuksesi kalenteri.

- Milloin mikäkin menee vanhaksi?
- Montako yötä siihen on?

Rahankäytön harjoittelu



Raha on vaihdon väline. Suomessa on käytössä euro. Euro on käytössä myös monissa muissa Euroopan maissa. Euron oma tunnus on €. Esimerkiksi 10 € on kymmenen euroa.

Rahalla voi ostaa tavaroita ja palveluita. Rahalla maksetaan myös erilaiset laskut, joita syntyy jokapäiväisestä elämästä. Esimerkiksi asuminen, ruoka ja puhelimen käyttö maksavat.

Harvalla on niin paljon rahaa, että voisi ostaa aivan kaiken mitä haluaa. On hyvä tietää, mihin rahat riittävät.

Rahaa voi olla myös tilillä, jolloin muun muassa ostokset voi maksaa pankkikortilla. Tällöin ei seteleitä tai kolikoita käsitellä lainkaan, vaan ostosten summa vähennetään tililtä.

Seuraavissa oppimistilanteissa voit harjoitella:

- rahojen tunnistamista,
- hinnan ja rahojen yhdistämistä,
- rahan arvoa.



Voit yhdistää rahankäytön harjoittelun osaksi luonnollista tilannetta, esimerkiksi osaksi kaupassa käyntiä.

Minä ja raha

Piirrä, kirjoita, käytä kuvia.



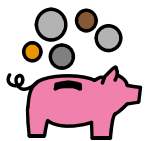
Mihin minä käytän rahaa?



Paljonko minulla on rahaa tällä hetkellä kukkarossani?



Mihin minä haluaisin käyttää rahaa? Mitä haluaisin ostaa tai missä haluaisin käydä?



Täytyykö minun säästää saadakseni haluamani? Miten säästän?

Rahan lajittelu

Rahankäytön harjoittelussa käytä konkreettisesti oikeita kolikoita. Jos oikeaa rahaa ei ole mahdollista käyttää, rahankäytön tehtävisivujen jälkeen on kuvia seteleistä ja kolikoista, joita voi kopioida käyttöön.

Lisäksi tarvitaan rasioita, esimerkiksi pakasterasioita.

Oppimistilanne:

Valitkaa sopiva määrä lajiteltavia rahoja. Ensimmäisellä kerralla voi lajitella setelit ja kolikot omiin astioihinsa. Kun oppija taitaa tämän, hän voi siirtyä lajittelemaan erilaisia kolikoita/seteleitä. Harjoittelun alussa kannattaa pitää lajiteltavien rahojen määrä pienenä, esimerkiksi 2–3 eriarvoista rahaa lajiteltavana.

Vinkki: Kiinnitä jokaiseen rasiaan kuva rahasta. Vaihtoehtoisesti voi kuvan kohdalle laittaa määreet (1 euro/1€, 50 senttiä/50 sent.).



Lähteet:

Haverinen, H., Kujanpää, S. ja Norvapalo, P. 2001. Koritehtävät 2. Nuorten ja aikuisten toiminnan ohjauksen omatoimisuuden ja oppimisen tueksi. Haukarannan koulu. Jyväskylä.

Honka, S., Norvapalo, P. ja Väinölä, V. 2004. Koritehtävät 3. Akateemisia tehtäviä eri oppiaineiden opetuksen yksilöllistämiseen toiminnan ohjauksen, omatoimisuuden ja oppimisen tueksi. Haukarannan koulu. Jyväskylä.

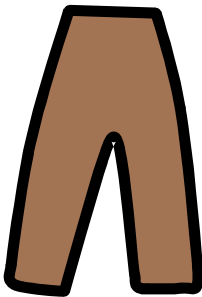
Kujanpää, S. ja Väinölä, V. 2000. Koritehtävät 1. Toiminnan ohjauksen, omatoimisuuden ja oppimisen tueksi. Haukarannan koulu. Jyväskylä.

Tuotteiden hinnat

Käytä edellisen tehtävän materiaaleja sekä seuraavalla sivulla olevia tuotehintoja, jotka voitte halutessanne leikata ja kiinnittää rasioihin hahmottamisen helpottamiseksi. Voitte tehdä myös itse hintalappuja tuotteille, joita oppija haluaisi ostaa. Kuvia voi hintoineen leikata myös mainoksista.

Oppija voi aloittaa harjoittelun valitsemalla kahdesta rahasta tuotteen hintaa vastaavan rahan. Myöhemmin voi tuotteita ja eriarvoisten rahojen määrää lisätä. Taitavalle rahankäyttäjälle ja laskijalle voi tehtävää vaikeuttaa: hinta voi muodostua eriarvoisista rahoista tai hinta ei muodostu tasaeuroista.

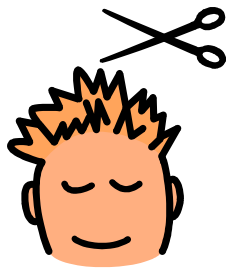


Tuote	Hinta
 Tikkari	50 senttiä
 Jäätelö	2 euroa
 CD-levy	20 euroa
 Housut	40 euroa



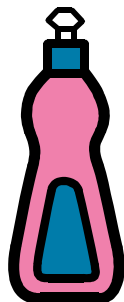
Lehti

5 euroa



Hiusten leikkuu

17 euroa



Astianpesuaine

3 euroa

Hinnan arvioiminen ja rahan riittävyyden harjoittelu

Rahan arvon ja rahojen riittävyyden arvioiminen ovat haasteellisia tehtäviä. Seuraavan oppimistilanteen voitte yhdistää kaupassa käynnin harjoitukseen.

Kirjoittakaa, piirtäkää, kuvittakaa tai käyttäkää valmista ostoslistapohjaa. Voitte käyttää hinnan hahmottamiseen apuna edellisten rahankäytön tehtävien materiaaleja.

Arvioikaa tuote tuotteelta, paljonko ostoslistan tuotteet maksavat. Voitte etsiä tietoa muun muassa mainoksista. Laittakaa arvioitua hintaa vastaava määrä rahaa syrjään (tai käyttäkää rasioita) ja laskekaa lopuksi arvioitu ostosten loppusumma. Sitten voitte tarkistaa, riittävätkö kukkarossa olevat rahat ko. ostoksiin. Vaihtoehtoisesti taitava laskija voi kirjoittaa summat ostoslistaan ja laskea summat yhteen.

Tarvike:	Osta: (rastita tarvittavat tuotteet)	Hinta-arvio:
4 Omenaa 		
Fariinisokeri 		
Kaneli 		
Margariini 		
Sokeri 		
Kaurahiutaleet 		
Vaniljakastike 		

Kopioi ja leikkaa tarvitsemasi määrä kolikoiden kuvia



Kopioi ja leikkaa tarvitsemasi määrä seteleiden kuvia







Lähteenä eurokuvissa:

www.suomenpankki.fi

www.kolikot.com

Puhelimen käyttö

Kännykän myötä puhelimesta on tullut monelle tärkeä yhteydenpitoväline. Kännykkä voi toimia myös kommunikoinnin apuvälineenä. Jotta pystyt käyttämään puhelinta mahdollisimman itsenäisesti, sinun on hyvä osata joitakin puhelimen käyttöön liittyviä ohjeita.

Ehdotuksia oppimistilanteiksi

Keskustellen ja havainnoiden

- Varataan oikea puhelin, puhelimen laturi sekä puhelinnumerot tai puhelinluettelo.
- Tutustutaan puhelimeen. Mietitään, milloin puhelinta tarvitaan ja mitä tärkeitä toimintoja puhelimesta on.
- Pohditaan, miksi on hyödyllistä osata soittaa. Kokeillaan soittamista, kuinka se tapahtuu.
- Kuunnellaan, millainen on soittoääni, vapaa- ja varattuääni. Mistä tietää, että puhelin hälyttää?
- Mistä tietää, mihin puhelinnumeroon täytyy soittaa? Mistä löytyvät ystävien puhelinnumerot?
- Keskustellaan hyvientapojen mukaisesta puhelin käyttäytymisestä. Muistutetaan, että häiritsevä ja liiallinen soittelu sekä tekstiviestien lähettäminen voivat olla jopa kotirauhan rikkomista.
- Jokaisella on oma puhelinnumero, jonka saa, kun hankkii puhelimen ja tekee liittymäsopimuksen.
- Puhelinnumerot voivat olla myös salaisia, jos ei halua niitä toisten tietoon.

Vinkki

- Tehkää oma puhelinmuistio itselle tärkeiden ihmisten numeroista.

Mitä tiedät puhelimen käytöstä?

Mieti väittämiä ja vastaa onko väittämä mielestäsi oikein vai väärin. Keskustelkaa väittämien pohjalta.

1. Kun vastaan puhelimeen, sanon oman etu- ja sukunimen.

oikein 

väärin 

2. Jos haluan, voin soittaa kavereilleni aikaisin aamulla tai myöhään illalla.

oikein 

väärin 

3. Jos minulla on vieraita, voin puhua puhelimesta niin kauan kuin minua huvittaa.

oikein 

väärin 

4. Yleisillä paikoilla puhun puhelimeen hiljaisemmalla äänellä.

oikein 

väärin 

5. Voin pitää kännykkää auki esim. elokuvissa.

oikein 

väärin 

6. Jos soitan väärään numeroon, suljen puhelimen mahdollisimman nopeasti.

oikein 

väärin 

7. Jos lainaan toisen puhelinta, pyydän siihen luvan.

oikein 

väärin 

8. Puhelimen käyttö on ilmaista, riittää kun hankin puhelimen.

oikein 

väärin 

9. Kuka tahansa voi saada puhelinnumeroni.

oikein 

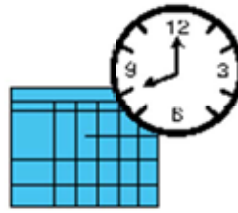
väärin 

10. Puhelimella voi lähettää myös tekstiviestejä.

oikein 

väärin 

Aika



Aika koostuu menneisyydestä, nykyisyydestä ja tulevaisuudesta.



Eilinen päivä on mennyttä aikaa eli historiaa



Tänään on tämä hetki eli nykyisyys



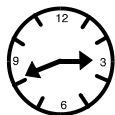
Huominen on tulevaisuutta, jota emme voi ennustaa, mutta jota voimme suunnitella.



Kaupoilla ja virastoilla on aukioloajat. Aukioloaika tarkoittaa sitä aikaa päivästä, jolloin esimerkiksi kauppa on auki.



Parturiin ja lääkärille on varattava aika. Ajan voi varata puhelimella tai käymällä paikan päällä.

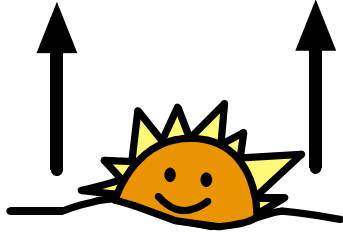


Aukioloajat ja esimerkiksi lääkäriaika ovat kellon aikoja. Aukioloajat voivat vaihdella päivien ja vuodenajan mukaan.

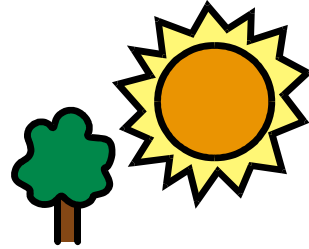


Kalenteri on hyvä apuväline ajan hahmottamisessa. Kalenteriin voi merkitä lääkäri- ja parturiajat oikeiden päivien kohdille. Merkitsemiseen voi käyttää kuvia. Kalenterista näkee myös pyhäpäivät, jolloin kaupat ovat kiinni. Kalenterin käyttö auttaa suunnittelemaan tulevaisuutta, kun siihen merkitsee menonsa. Lisäksi kalenteriin voi laittaa muistiin myös esimerkiksi tuotteiden Parasta ennen -päivämääriä, koska vanhentuneita ruokia ei ole terveellistä syödä.

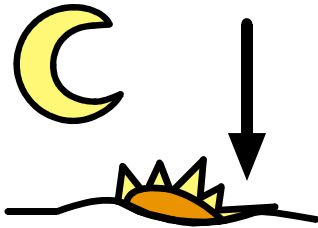
Vuorokauden ajat



Aamu



Päivä

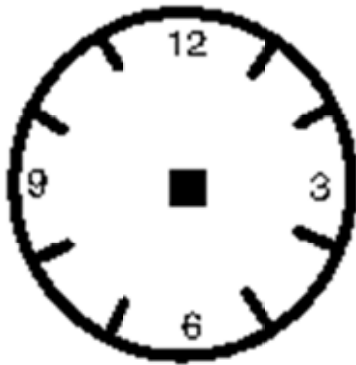


Ilta

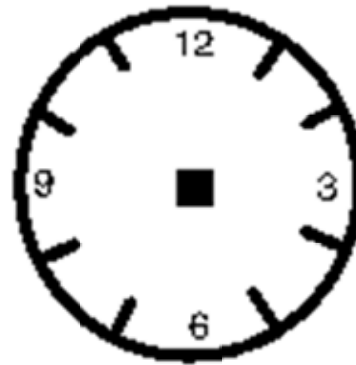


Yö

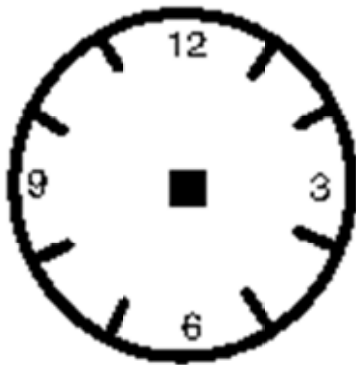
Vuorokauden ajat



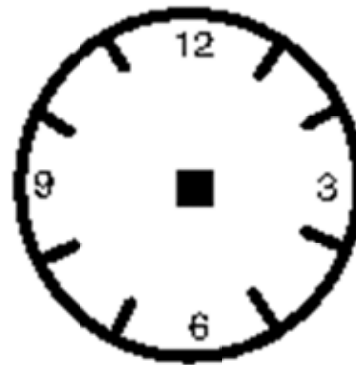
Aamu



Päivä



Ilta



Yö

Väritä kellot sektoreittain.

Aamu kello 05.00–11.00

Päivä kello 11.00–17.00

Ilta kello 17.00–23.00

Yö kello 23.00–05.00

Vinkki: Voit leikata kellot sekä vastaavat vuorokaudenaikoja kuvaavat kuvat ja käyttää niitä yhdistelytehtävässä esim. tehtävätaulua apuna käyttäen. Kuvia voi myös yhdistää Työ ja vapaa-aika -osion vuorokausirytmitehtäviin. Oppijan kanssa voi keskustella siitä, mitä on aamun ja päivän välissä (aamupäivä) jne. tai pitävätkö annetut kellon ajat hänen mielestään paikkansa.

Arkipäivät

Mitkä viikonpäivät ovat arkipäiviä? Milloin on viikonloppu ja milloin pyhäpäivä?

Viikonpäivien kulkua voit harjoitella Työ- ja vapaa-aika -osiossa olevan Viikonpäivät -taulukon avulla.

Aukioloajat

Katso mainoksesta tai seuraavan kerran kaupassa käydessäsi kaupan seinältä kaupan aukioloajat.

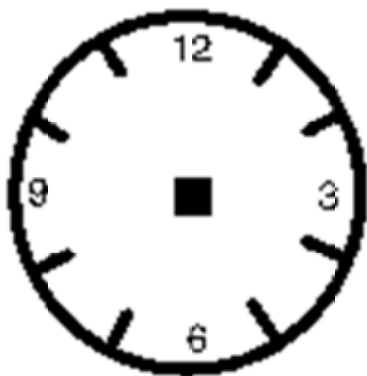
Moneltako kauppa aukeaa arkipäivisin? Monelta se sulkeutuu?

Monelta kauppa aukeaa lauantaisin? Monelta se sulkeutuu?

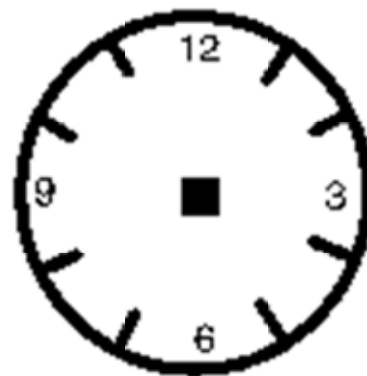


Kauppa on auki kello _____ - _____ arkisin (ma-pe)

kauppa on auki kello _____ - _____ lauantaisin (la)



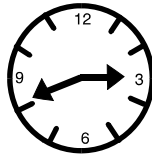
Arkisin



Lauantaisin

Väritä kelloista se väli, jolloin kauppa on auki.

Kellotaulu



Ajan hahmottamiseen sekä tulevien toimintojen ennakoimiseen on olemassa monenlaisia apuvälineitä. Monella on käytössä päiväohjelmataulut, joissa kommunikointikuvat on laitettu tapahtumajärjestykseen. Kun opetellaan kellonaikoja ja ajankulua, on usein havainnollistavampaa laittaa päiväohjelma oikean kellon yhteyteen. Kello kertoo myös sen, että toimintojen väliin jää usein aikaa, jolloin ei ole mitään ulkoapäin tulevaa tekemistä. Perättäiset kuvat päiväohjelmataulussa antavat myös sen kuvan, että toiminnot tapahtuvat oikeasti peräkkäin.



Esimerkki: Kuvassa olevaan kellotauluun on laitettu kuvat päivän tärkeimmistä tapahtumista. Kello 10 on linja-autoon meno, joten silloin täytyisi olla jo pysäkillä. Linja-autolla mennään kauppaan ja käydään myös hampurilaisella. Myös kotiin tullaan linja-autolla. Koko päivän kuvia ei kellotauluun voi laittaa kerrallaan. Olisi harhaanjohtavaa, jos aamu- ja iltapalat nautittaisiin samaan aikaan.

Kellotaulu on helppo toteuttaa esimerkiksi maalaamalla seinään kellon taustalle magneettimaalilla kehykset. Päälystettyjen kuvien taakse laitetaan askarteluliikkeistä saatavia vastamagneetteja. Myös tarranauha toimii mainiosti.

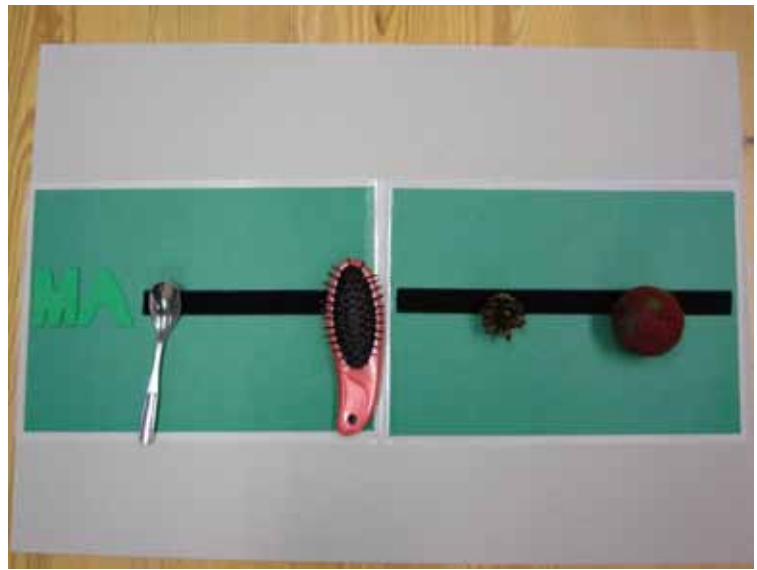
Lähde

Ohtonen, Marianne; Pulli, Tuula ja Korhonen, Anna-Maria 2001. Symbiksiä. Kehitysvammaliitto. Helsinki

Esimerkkejä erilaisista päiväohjelmista



Päiväohjelmaa kuvin



Päiväohjelmaa esinein

Turvallinen liikkuminen

Kadulla liikkuessi on huomioitava turvallisuus. Turvallisuus tarkoittaa sitä, ettet sinä eikä kukaan muukaan vahingoita itseään.



Jalankulkijat kävelevät jalkakäytävällä tai kevyen liikenteen väylällä. Kevyen liikenteen väylällä voivat liikkua



jalankulkijat,



pyöräilijät,



mopot.

Liikkuessasi kadulla, käytä kadun oikeaa reunaa. Liikenteessä on tärkeää olla rauhallinen. Älä ryntäile muiden tienkäyttäjien eteen.



Ylitä autotie suojatietä pitkin aina, kun suojatietä on mahdollista käyttää.

Suojatiellä katso aina vasemmalle ja oikealle ennen kadun ylittämistä, ettet jää auton alle.



Jos suojatiellä on liikennevalot jalankulkijoille, ylitä katu vihreän valon palaessa. Katso tällöinkin vasemmalle ja oikealle ennen kadun ylittämistä.



Ei riitä, että sinä huomaat muut tienkäyttäjät. Myös muiden on huomattava sinut. Käytä pimeällä heijastinta tai heijastinliiviä.

Matkustaminen autossa



Autolla pitää matkustaa turvallisesti.



Pidä aina turvavyötä autossa.



Anna kuljettajan ajaa rauhassa.



Istu omalla paikallasi ajon aikana.



Matkalla voit nauttia maisemista.

Turvallista matkaa!

Liikennemerkkeihin tutustuminen

Liikennemerkeissä on paljon tuttuja kuvasymboleja. Seuraavilla sivuilla on kuvia sekä liikennemerkeistä että kommunikointikuvissa käytetyistä symboleista.

Ehdotuksia oppimistilanteiksi

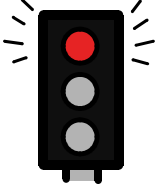
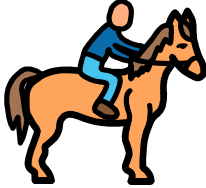
Keskustellen: Tutki kuvia. Etsi yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Mistä tietää onko kyseessä kielto- vai varoitusmerkki? Kommunikointikuvat voidaan myös peittää, jolloin oppija voi ensin tutkia pelkkiä liikenne- ja opastemerkejä. Mitkä merkit tunnistat?

Yhdistellen: Kopioi ja leikkaa kuvat. Jos käytätte kansiossa mukana olevaa tehtäväalustaa, kannatta kuvat laminoida ja kiinnittää kuvien taustaan tarranauhan palaset. **Vaihtoehto 1:** Kiinnitä tehtäväalustaan sopiva määrä liikennemerkkejä ja anna oppijalle merkkejä vastaavat kommunikointikuvat. Oppijan tehtävänä on kiinnittää kuvat oikeiden liikennemerkkien rinnalle. **Vaihtoehto 2:** Oppija etsii itse parit kaikista saamistaan liikennemerkeistä ja kuvista ja kiinnittää ne tauluun.

Pelaillen: Ota sivuista kaksi kopiota ja leikkaa haluamasi kuvat. Halutessasi kestävän pelin, kuvat kannattaa laminoida (taustalle voi laittaa kartongin kovikkeeksi). Muistipeliä voi pelata niin monella parilla kuin haluaa. Muistipeliä voi pelata esimerkiksi siten, että pelissä on mukana 2 kopiota jokaisesta halutusta liikennemerkestä, eikä kommunikointikuvia oteta peliin. Merkin ja kuvan yhdistäminen on haastavampi vaihtoehto. Pelin kulku: Asettakaa haluamanne määrä muistikortteja kuvapuoli alaspäin pöydälle. Jokainen pelaaja saa vuorollaan kääntää 2 korttia yrittäen etsiä pareja. Eniten pareja löytänyt pelaaja on pelin voittaja. Peliä voi pelata myös yksin.

Liikennemerkkikuvia löytyy lisää osoitteesta: www.tiehallinto.fi

Liikennemerkkeihin tutustuminen

Liikennemerkki	PCS-kuva
 Liikennevalot	 Liikennevalot
 Pakollinen pysähtyminen	 Pysäyttää
 Ratsastustie	 Ratsastaa
 Pyörätie	 Polkupyörä
 Suojatie	 Kävellä

Liikennemerkkeihin tutustuminen


Linja-auto pysäkki



Linja-auto



Taajama



Kaupunki



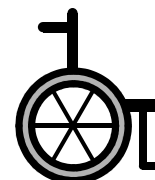
Lentoasema



Lentokone



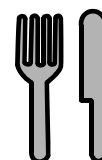
Pyörätuolireitti



Pyörätuoli



Ruokailupaikka



Ruoka

Liikennemerkkeihin tutustuminen



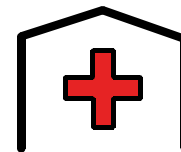
Kahvipaikka



Kahvi



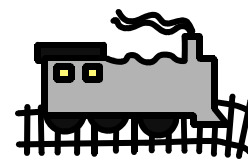
Ensiapu



Sairaala



Rautatien tasoristeys



Juna



Ulkoilualue



Vaeltaa

Liikennemerkki-bingo

Liikenteessä ollessanne oppija voi pelata Liikennemerkki-bingoä alla olevalla bingotaululla. Liikennemerkkin nähdessään oppija tarkistaa taulustaan, onko hänelle ko. merkin kuvaa. Kuvan löytyessä se rastitetaan tauluun. Samalla voitte keskustella kyseisten merkkien tarkoituksesta. Liikenteessä voi myös valokuvata liikennemerkkejä ja tehdä yhdistämistehtäviä tai vaikka käyttää kuvia reittisuunnistuksessa.

Vinkki: Laminoi bingotaulu ja käytä taulutussessa. Saat taulun puhtaaksi pyyhkimällä, jolloin se on valmis käyttöön myös seuraavalla retkellä.

 Suojatie	 Ensiapu/sairaala	 Väistämisvelvollisuus
 Pihakatu	 Lapsia	 Pysäköintipaikka
 Kielletty ajosuunta	 Jalkakäytävä	 Nopeusrajoitus

Liikennevalot

Jalankulkijoille on omat liikennevalot.



Sinun on tiedettävä milloin voit turvallisesti ylittää suojatien.



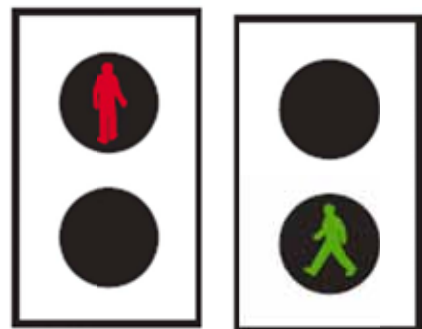
Voitko ylittää kadun punaisen valon palaessa?



Voitko ylittää kadun vihreän valon palaessa?

Tehkää retki kaupunkiin. Katsokaa oikeista liikennevaloista mallia tehtävään.

Kuunnelkaa, millainen ääni kuuluu punaisen valon palaessa ja millainen vihreän. Tutkikaa myös, miten valot vaikuttavat ympäröivään liikenteeseen.



Hyvät tavat



On kohteliasta käyttäytyä hyvin. Hyviä tapoja ovat esimerkiksi:



Tervehtiminen



Oman nimen kertominen esittäytyessä



Kiittäminen

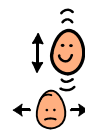


Anteeksi pyytäminen



Hyvä käytös ruokapöydässä

Kun olet kohtelias muille, muut ovat yleensä kohteliaita sinulle.



Hyvät tavat eivät tarkoita sitä, että sinun pitäisi olla samaa mieltä toisten kanssa. Omat mielipiteet voi kuitenkin esittää loukkaamatta muita.

Hyviä tapoja voi harjoitella. On mukava käydä erilaisissa paikoissa ja osallistua eri tilaisuuksiin, kun tietää, kuinka tulee toimia.



Suomessa on oma tapakulttuurinsa, joka vaikuttaa siihen, mitä pidämme hyvinä tapoina.

Esimerkiksi Suomessa on kohteliasta kätellä tervehtiessä. Japanissa sitä vastoin kumarretaan, kun tervehditään.

Mitä kulttuuri pitää sisällään?

Mitkä ovat mielestäsi hyviä tapoja?

Oletko käynyt jossakin toisessa maassa? Oletko ihmetellyt joitakin vieraan maan tapoja?

Lähde:

Hämäläinen, Kristiina; Rajala, Pertti ja Roisko, Eija 1991. Kivan käytöksen kirja. Kehitysvammaliitto ry. Helsinki.

Hyvät tavat



Esittelen itseni

Kerron oman nimeni:



Puheella



Kirjoittaen



Viittoen



Puhelaitteella



Käyttäen kuvaa

Kommunikointipassi on hyvä apuväline esittäytymiseen. Jos puheentuottaminen on sinulle hankalaa, tee itsellesi oma passi.

Passia tehdessä voit käyttää luovuutta. Voit tehdä passin vaikka korttipohjalle. Esittäytymispassissa voi olla esimerkiksi seuraavia tietoja:



Oma kuva



Nimi



Kommunikointitavat



Asioita, joista pidät

Hei!



Minä olen Matti.

Olen 21 -vuotias.



Minä asun Mattimeikäläisen asuntolassa.

Kuka sinä olet?



Voin keskustella kanssasi laukussani olevan kuvakansion avulla.

Hyvät tavat



Tervehtiminen



Hei! Moi! Terve! Sopivat tuttavien tervehtimiseen.

Kun tapaan vähän vieraamman henkilön, toivotan hänelle

Hyvää päivää

Näkemiin

Kun kohtaaminen henkilön kanssa loppuu, sanon hänelle

Iltaa

Näkemiin

Kuinka tervehdin kohteliaasti?



Aamulla _____



Päivällä _____



Illalla _____



Mitä sanon mennessäni nukkumaan? _____

Hyvien tapojen -lotto



Tarvitset pienen kassin, hatun, rasian tai kulhon.



Leikkaa tilannekortit ja laita ne kassiin.

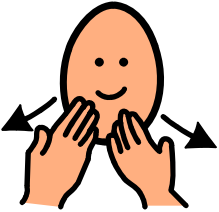
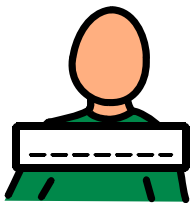
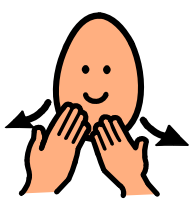
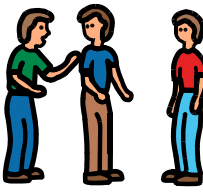
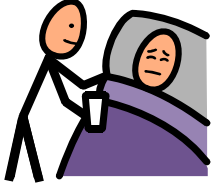


Nosta yksi lappu kerrallaan ja sijoita se lottolaudalle tilannekuvaan sopivan kohteliaan lausahduksen päälle.



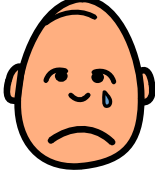
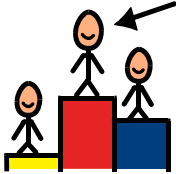
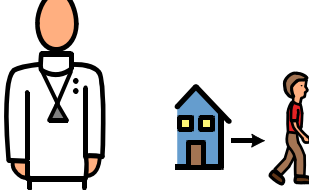
Peli loppuu, kun lottolauta on täynnä.

Lottolauta

 Kiitos!	 Minun nimeni on...	 Ole hyvä!
 Voisinko auttaa?	 Anteeksi!	 Onneksi olkoon!
 Parane pian!	 Näkemiin!	 Mitä kuuluu?

Hyvien tapojen -lotto

Tilannekortit

 Vanhus on ylittämässä tietä	 Olet pahoittanut toisen mielen	 Ystäväsi on voittanut kilpailun
 Olet lopettamassa ruokailua	 Tapaat uuden ihmisen, joka ei tunne sinua	 Ystäväsi kiitti sinua juuri lahjasta
 Tapaat hyvän ystäväsi pitkästä aikaa	 Olet lähdössä lääkärin vastaanotolta	 Ystäväsi on kipeänä

Mikä on kohteliasta?

Vastaa väittämiin kyllä tai ei. Ohjaaja voi auttaa sinua tehtävän teossa. Keskustele vastauksista ohjaajan kanssa.

Onko hyvä tapa:

Esitellä itsensä puhelimessa?

Ohitella jonossa?

Kiittää ruoasta?

Pieraista ruokapöydässä?

Pyytää anteeksi, kun astuu toisen varpaille?

Kiroilla?

Katsoa keskustelukumppania silmiin?

Tervehtiä tuttuja, kun tapaat heidät?

Puhua toisten puheen päälle?

Syödä kaikki pannukakut, eikä jättää muille?

Auttaa kaveria?

Siivota jälkensä?

Puhua kännykkään elokuvateatterissa?

Arvostella tai haukkua muita?

Ottaa vastaan kohteliaisuuksia?

Kohteliaisuuspeli

Kokoa kohteliaisuuspelin lauta teippaamalla sivut yhteen. Saat kestävämmän laudan, kun päällystät laudan kontaktimuovilla tai laminointikalvolla.

Lisäksi tarvitset pelinappulat ja nopan.

Pelin kulku:

Pelaajat heittävät vuorollaan noppaa ja siirtävät pelinappulaansa nopan osoittaman silmäluvun verran. Jos pelaaja pysähtyy tähdellä ympyröityyn numeroon, toimii hän kyseisen numeron osoittamalla tavalla. Ensimmäisenä numeroon 40 päässyt pelaaja on voittaja.

Kohteliaisuus ja epäkohteliaisuus -väittämiä voi käyttää keskustelun pohjana. On hyvä miettiä, miten muuten voisi toimia tai miten on joskus toiminut.

Kohteliaisuuspeli

9



Hermostuit ja kiroilit.
Jää yhden heittovuoron ajaksi
miettimään kuinka olisit
voinut menetellä toisin



13



Keksi kaksi kohteliaasta tapaa tervehtiä.
Siirry kaksi askelta eteenpäin.

11

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

LÄHTÖ



6

Milloin autoit ystävää?
Kerrottuasi saat uuden heittovuoron.



3

Olit kohtelias ja avasit oven toiselle.
Siirry kaksi askelta eteenpäin.



40



Olet oppinut paljon hyviä tapoja pelin aikana!
Onneksi olkoon!



3 9

3 8

3 7

3 6

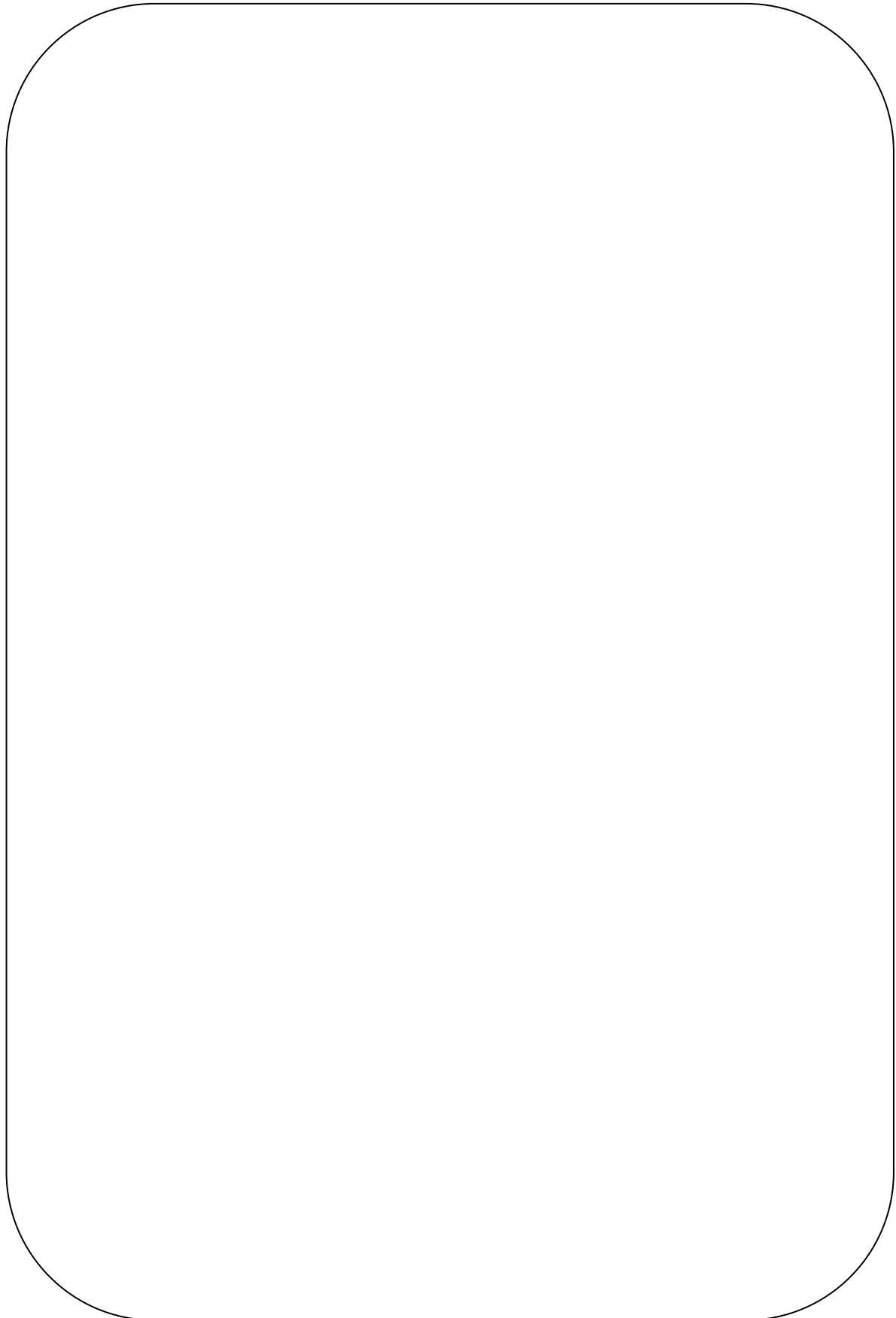
3 5

33



Puhuit yhtä aikaa toisten kanssa.
Jää odottamaan omaa puheenvuoroasi
yhden heittovuoron ajaksi.

Kuvia ja kokemuksia matkan varrelta

A large, empty rounded rectangular box with a thin black border, intended for drawing or writing. It occupies the majority of the page below the header.

Aiheesta lisää (tiedot kesäkuulta 2010)

Asiointi ja rahankäyttö

- Haverinen, Helena, Kujanpää, Sari ja Norvapalo, Päivi 2001. Koritehtävät 2. Haukkarannan koulu. (kirja)
- <http://papunet.net/kuva/ruuanlaitto/1> (www-sivusto, sisältää ruokaohjeita)
- <http://papunet.net/kuva/tietoa/ruokakaupassa> (www-sivusto, tietoa kaupassa käynnistä)
- <http://papunet.net/selko/tietoa/raha-asiat/> (www-sivusto, rahankäytönopas)
- <http://www.kolikot.com/eurokolikot/> (www-sivusto, eri maiden eurokolikot)
- <http://www.kuluttajavirasto.fi/File/e99b625b-73a9-48c5-9101-f15748981070/Rahan+k%C3%A4yt%C3%B6n+opas.pdf> (www-sivusto, selkokielineen rahankäytön opas)
- http://www.suomenpankki.fi/fi/setelit_ja_kolikot/index.htm (www-sivusto, setelit ja kolikot)
- <http://www2.edu.fi/materiaalipankki/index.php?id=2> (www-sivusto, sisältää kuvia ruokaohjeista)
- Kujanpää, Sari ja Väinölä, Varpu 2000/2005. Koritehtävät 1. Haukkarannan koulu. (Kirja)
- Norvapalo, Päivi; Väinölä, Varpu ja Honka, Sari 2004. Koritehtävät 3. Haukkarannan koulu. (Kirja)

Puhelimen käyttö, kello ja liikenne

- <http://merikartano.fi/selko/pt/index.html> (www-sivusto, puhelimen käyttö, puhelinetiketti)
- Ohtonen, Marianne; Pulli, Tuula ja Korhonen, Anna-Maria 2001. Symbiksiä. Kehitysvammaliitto ry. (Kirja)
- http://www.tiehallinto.fi/servlet/page?_pageid=73&_dad=julia&_schema=PORTAL30&menu=5379&_pageid=71&kieli=fi&linkki=8393&julkaisu=3344 (www-sivusto, liikennemerkki kuvia)
- <http://www.liikenneturva.fi/vanhat/862/Jalkankulkija%20suomi.pdf> (www-sivusto, selkokielineen esite jalankulkijoille)
- http://www.liikenneturva.fi/www/fi/liitetiedostot/turvatieto/Pyorailyesite_suomi.pdf (www-sivusto, selkokielineen esite pyöräilijöille)

Hyvät tavat

- Hämäläinen, Kristiina; Rajala, Pertti ja Roisko, Eija 1991. Kivan käytöksen kirja. Kehitysvammaliitto. (Kirja)
- http://www.infopankki.fi/fi-FI/Suomalainen_tapakulttuuri/ (www-sivusto, suomalaisia tapakulttuuria)
- <http://papunet.net/selko/tietoa/elamaa-suomessa/kerrostaloelamaa/> (www-sivusto, suomalaiset tavat, järjestyssääntöjä)



Työ ja vapaa-aika

TYÖ JA VAPAA-AIKA

On olemassa monenlaisia
työpaikkoja ja työtehtäviä.

Osaan jo paljon
ja voin oppia uusia taitoja.

Työskentely antaa minulle hyvän mielen.

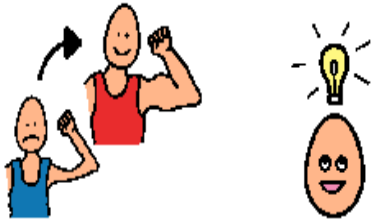
Vapaa-aikana voin harrastaa
minulle mieluisia asioita.

Voin myös levätä ja rentoutua.

TAVOITTEET



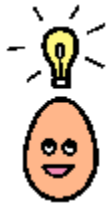
Osaaminen



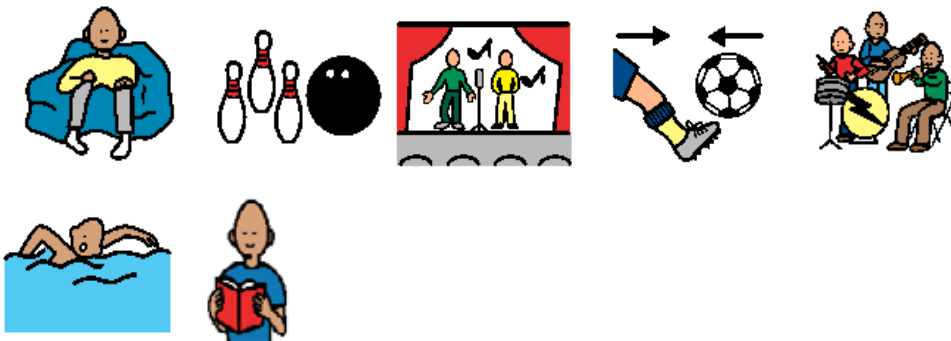
Vahvuudet ja kehittyminen



Tietoa työelämästä



Uudet taidot



Vapaa-aika ja harrastukset



Työ ja vapaa-aika

- Minä osaan
- Mitä töitä olen tehnyt?
- Työelämätietoutta
- Onko tietoa työelämästä? -testi
- Työhön tutustuminen
- Kadonneet työkalut
- Työristikko
- Millainen on sinun päiväsi?
- Tutustumme toistemme työhön, harrastuksiin tai mielenkiinnon kohteisiin
- Harrastuksia
- Mitä sinä harrastat /haluaisit harrastaa?
- Ilmaista iloa
- Keräilyharrastus
- Luonto läheiseksi kaikille
- Uudet taidot
- Kuvia ja kokemuksia matkan varrelta
- Aiheesta lisää

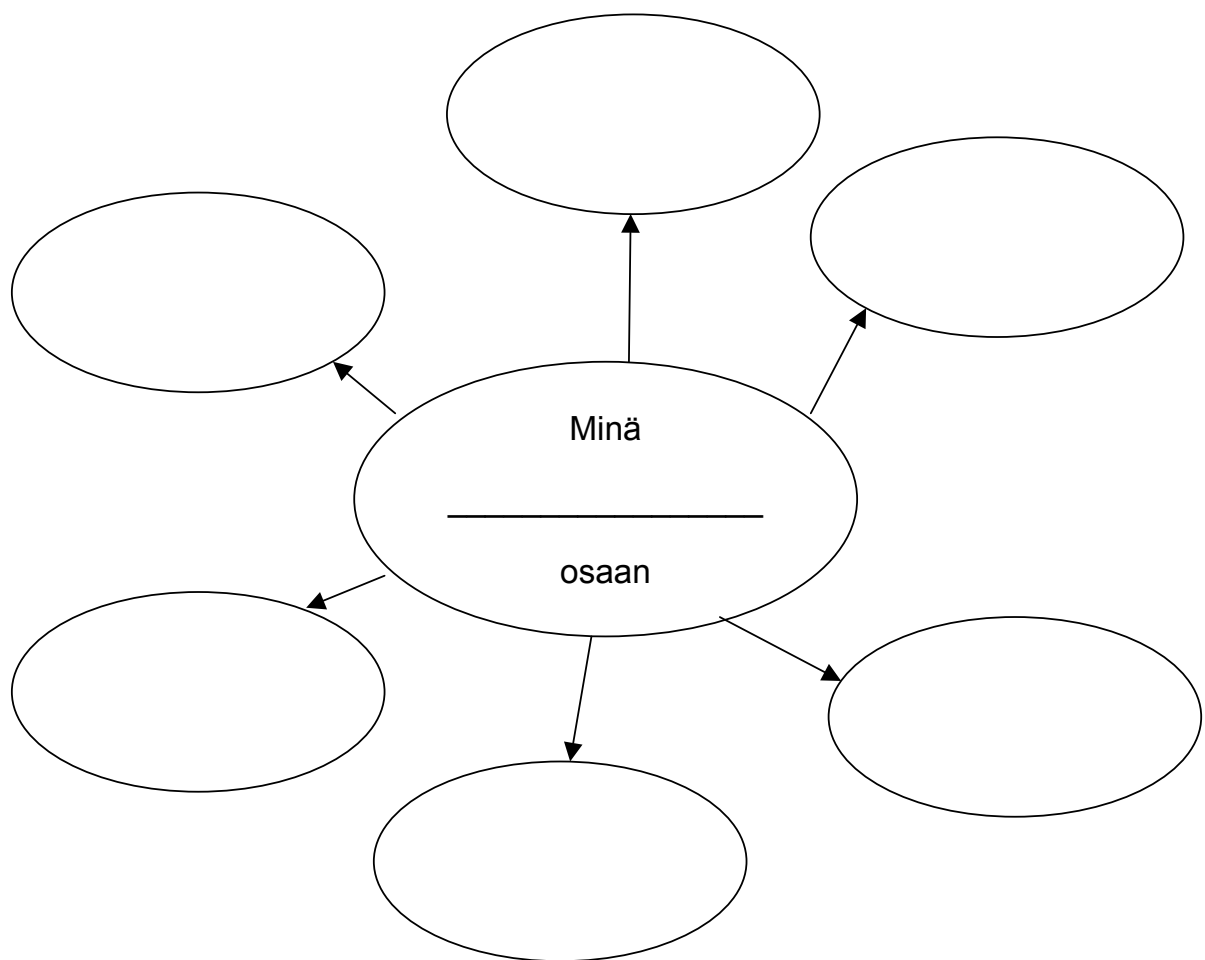
Meillä kaikilla on erilaisia taitoja ja ominaisuuksia.

Joku osaa lukea tai laulaa, joku on huumorintajuinen ja joku on taitava piirtäjä.

Mieti millaisia taitoja sinulla on ja keskustelkaa ohjaajan kanssa.

Kirjoita itse tai ohjaajasi avustuksella tai käyttäkää kuvia.

Voit tehdä tämän isolle paperille.

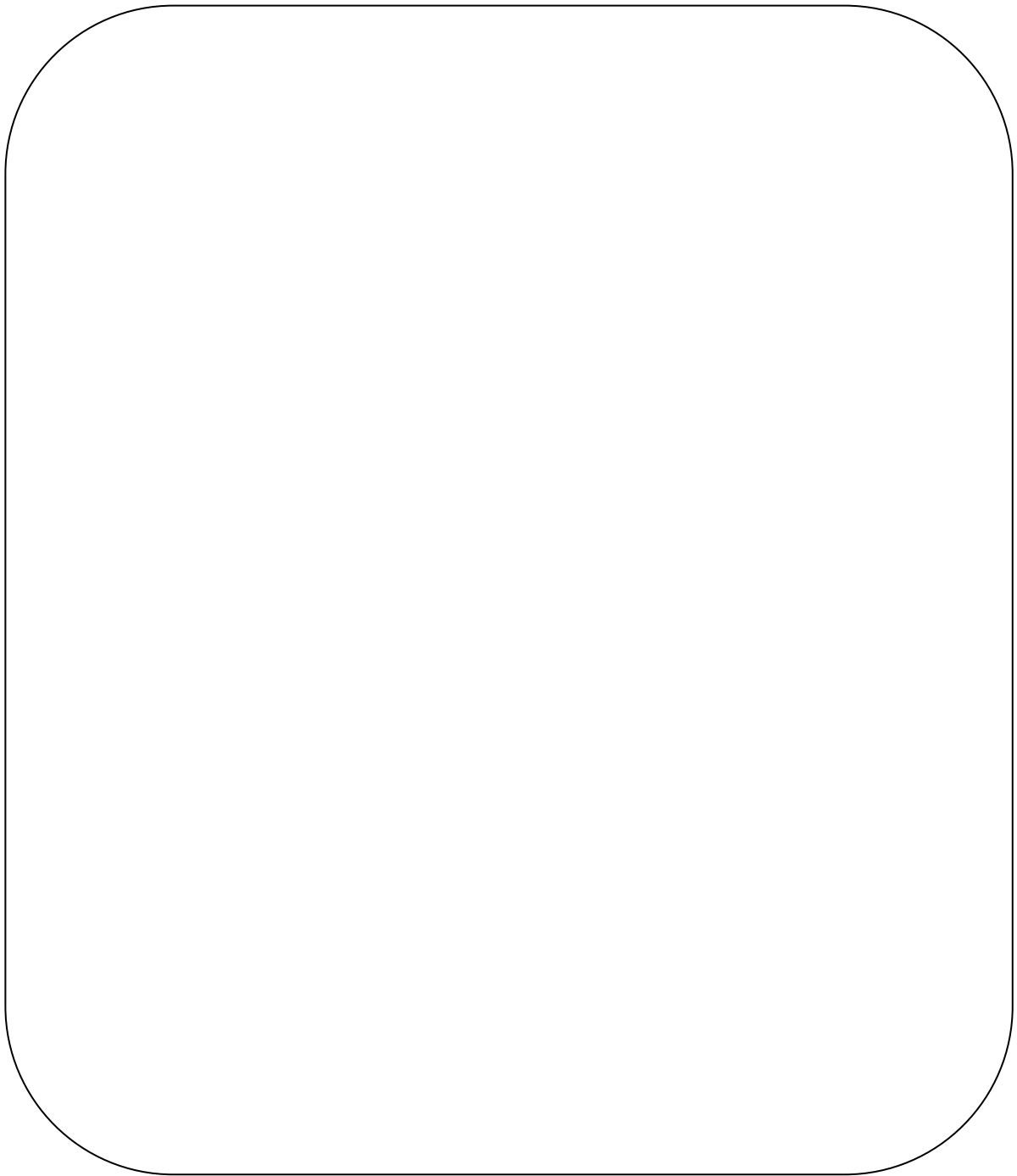


Mitä töitä olen tehnyt?

Voit kirjoittaa, piirtää, liimata valokuvia tai leikata ja liimata muita sopivia kuvia.

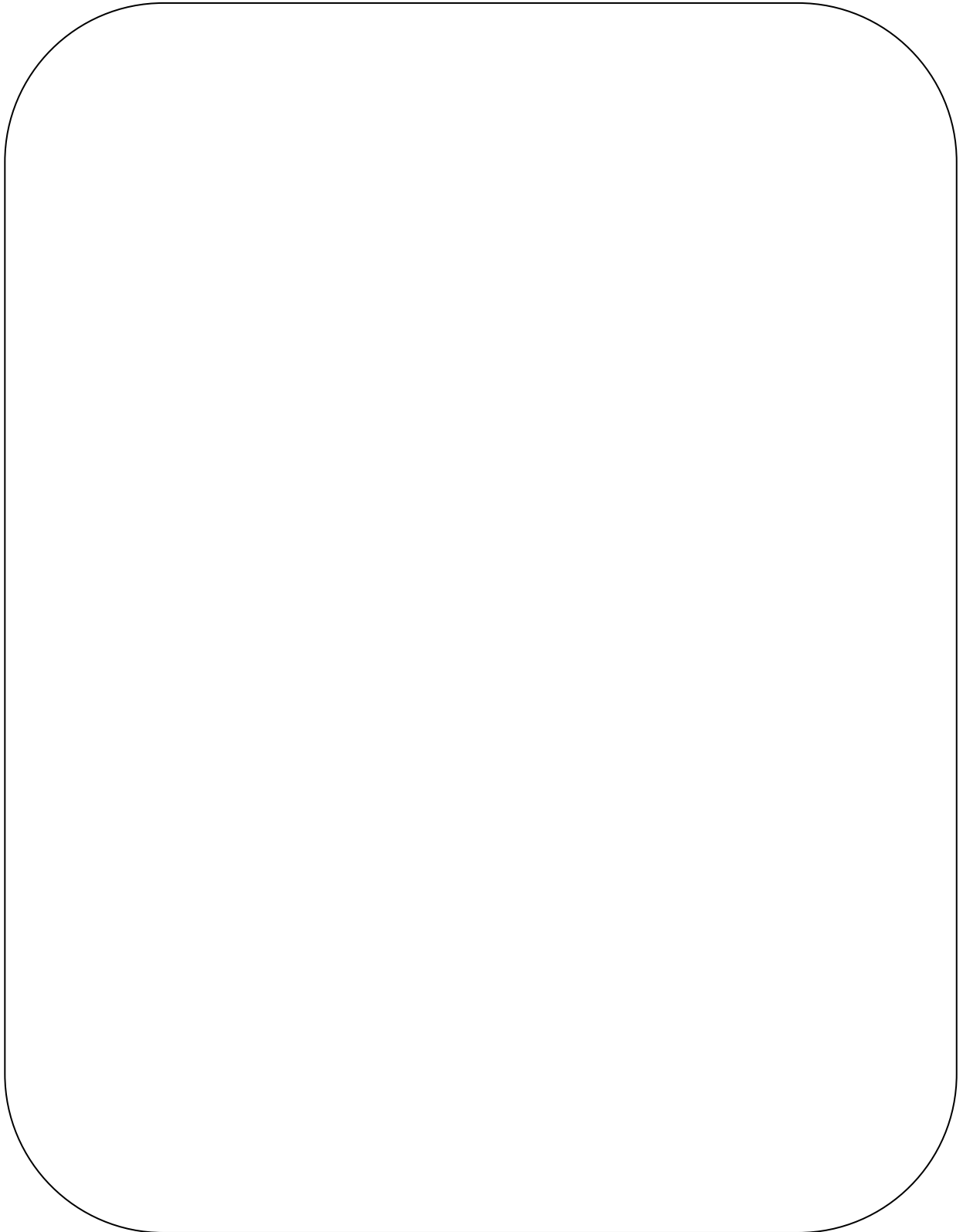
Keskustele ohjaajasi kanssa.

Oletko tällä hetkellä työelämässä? Missä on työpaikkasi? Mitä tehtäviä kuuluu työhösi? Mikä siellä on mukavaa? Mistä et oikein pidä?

A large, empty rounded rectangle box with a thin black border, intended for a student to draw or write their response to the questions above.

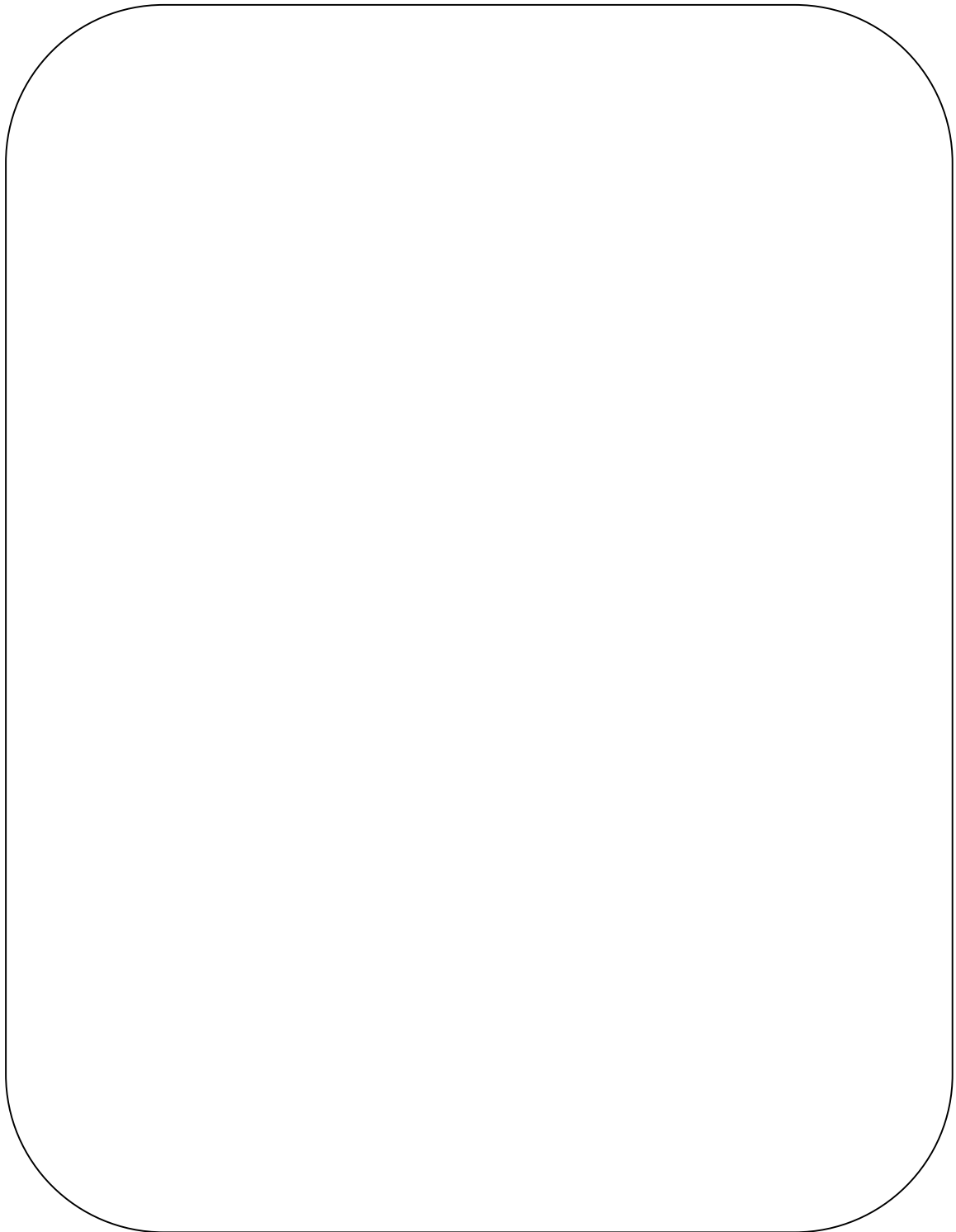
Mitä töitä olen tehnyt?

Oletko ollut aiemmin töissä? Millainen oli työpaikkasi? Mitä tehtäviä on kuulunut työhösi? Mikä siellä oli mukavaa? Mistä et oikein pitänyt?

A large, empty rounded rectangle box with a thin black border, intended for the user to write their answers to the questions above.

Mitä töitä olen tehnyt?

Oletko ollut työharjoittelussa opiskelujesi aikana? Missä olet ollut työharjoittelussa? Mitä tehtäviä on kuulunut työharjoitteluusi? Mikä siellä on ollut mukavaa? Mistä et ole oikein pitänyt?

A large, empty rounded rectangle box with a thin black border, intended for the user to write their answers to the questions above.

Työelämä tietoutta

Työhön liittyy paljon oikeuksia ja velvollisuuksia.

Työntekijän tulee tehdä sovitut työtehtävät.

Työntekijän pitää noudattaa työaikoja. Työaika ja ruoka ja kahvitauot sovitaan silloin kun työ aloitetaan.

Työntekijän tulee käyttäytyä asiallisesti ja kysyä neuvoa tarvittaessa.

Työntekijän tulee pukeutua asianmukaisesti.

Työturvallisuusohjeita kuuluu noudattaa.

Työntekijä ilmoittaa sairastumisestaan työnantajalle.

Työntekijä noudattaa myös muita työhön liittyviä lakeja ja sopimuksia.

Työnantaja maksaa palkkaa sovitusti.

Työnantaja huolehtii, että työpaikka on turvallinen.

Työnantaja kohtelee kaikkia työntekijöitään tasapuolisesti.

Työnantajankin on noudatettava muita työhön liittyviä lakeja ja sopimuksia.

Teetpä töitä tavallisella työpaikalla, työtoiminnassa, päivätoiminnassa tai asumisyksikössä, niin sinulta odotetaan, että

- tulet ajoissa töihin ja teet työt, jotka sinulle annetaan
- olet oma-aloinen ja kysyt neuvoa tarvittaessa
- käyttäydyt hyvin ja olet ahkera ja auttavainen
- pyrit tekemään työsi hyvin
- noudatat työpaikan sääntöjä ja taukoajoja
- huolehdit henkilökohtaisesta hygieniasta ja pidät työasusi siistinä
- ilmoitat heti, jos sairastut
- et käytä kännykkää työaikana.

Onko tietoa työelämästä? -testi

Tehtävässä on erilaisia väittämiä työelämästä. Merkitse ruutuun väittämän viereen **O= totta** tai **V= väärin**.



Näytä  , jos mielestäsi väite on totta. Näytä  , jos väite ei ole mielestäsi totta. Ohjaaja voi kirjata vastauksesi ruutuun. Keskustelkaa väittämistä ohjaajan kanssa.

1. Töihin voi mennä silloin kun itse haluaa.

☐

2. Töissä pitää noudattaa ohjeita.

☐

3. Töissä voi soitella omia puheluita.

☐

4. Työkavereita voi häiritä.

☐

5. Työkavereita pitää auttaa.

☐

6. Töissä ei tarvitse käyttäytyä hyvin.

☐

7. Ruokatunti kestää kaksi tuntia.

☐

8. Kiroilu ei kuulu työpaikalle.

☐

9. Työstä voi myöhästyä usein.

☐

10. Töissä voi kysyä neuvoa toisilta.

☐

oikeita vastauksia

/10

Työhön tutustuminen

Voit käydä tutustumassa sinua kiinnostavaan työhön ohjaajasi kanssa.

Tutustumiskäynti pitää varata etukäteen.

On olemassa myös paikkoja, joihin ei voi mennä tutustumaan.

Joissakin paikoissa järjestetään avointen ovien päiviä, jolloin sinne voivat mennä kaikki halukkaat tutustumaan.

Voit myös tarkkailla erilaisia töitä silloin, kun asioit esimerkiksi kaupassa, postissa, pankissa, apteekissa, teatterissa tai kirjastossa.

Keskustele ohjaajasi kanssa erilaisista työpaikoista ja töistä.

Tutustumiskäynnille tai havainnointikäynnille liittyviä apukysymyksiä tai keskustelun tueksi:

1. Millaisia tehtäviä työntekijä tekee?
2. Tekeekö hän niitä yksin?
3. Millaisia työkaluja hän käyttää?
4. Käsitleekö hän työssään rahaa?
5. Mihin aikaan päivästä hän on töissä?
6. Onko hänellä kiire?
7. Käyttääkö hän työasua?
8. Onko hän työssään iloinen?

Kadonneet työkalut

Tehtävässä näet erilaisia työkaluja ja työvälineitä

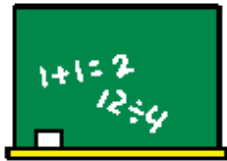
Kuka tarvitsee työkalua tai -välinettä?

Voit kirjoittaa kuvan viereen tai liimaa kuva työvälineen viereen.

Keskustelkaa ohjaajan kanssa kuvista.









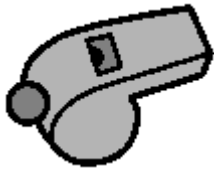


Kadonneet työkalut



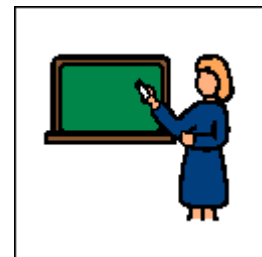
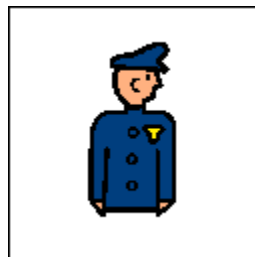
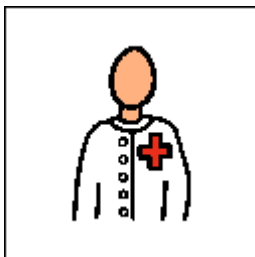
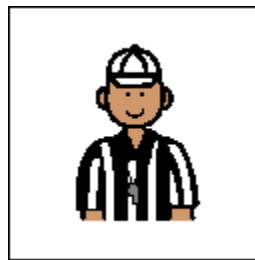
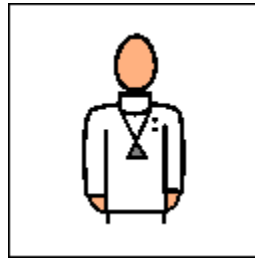




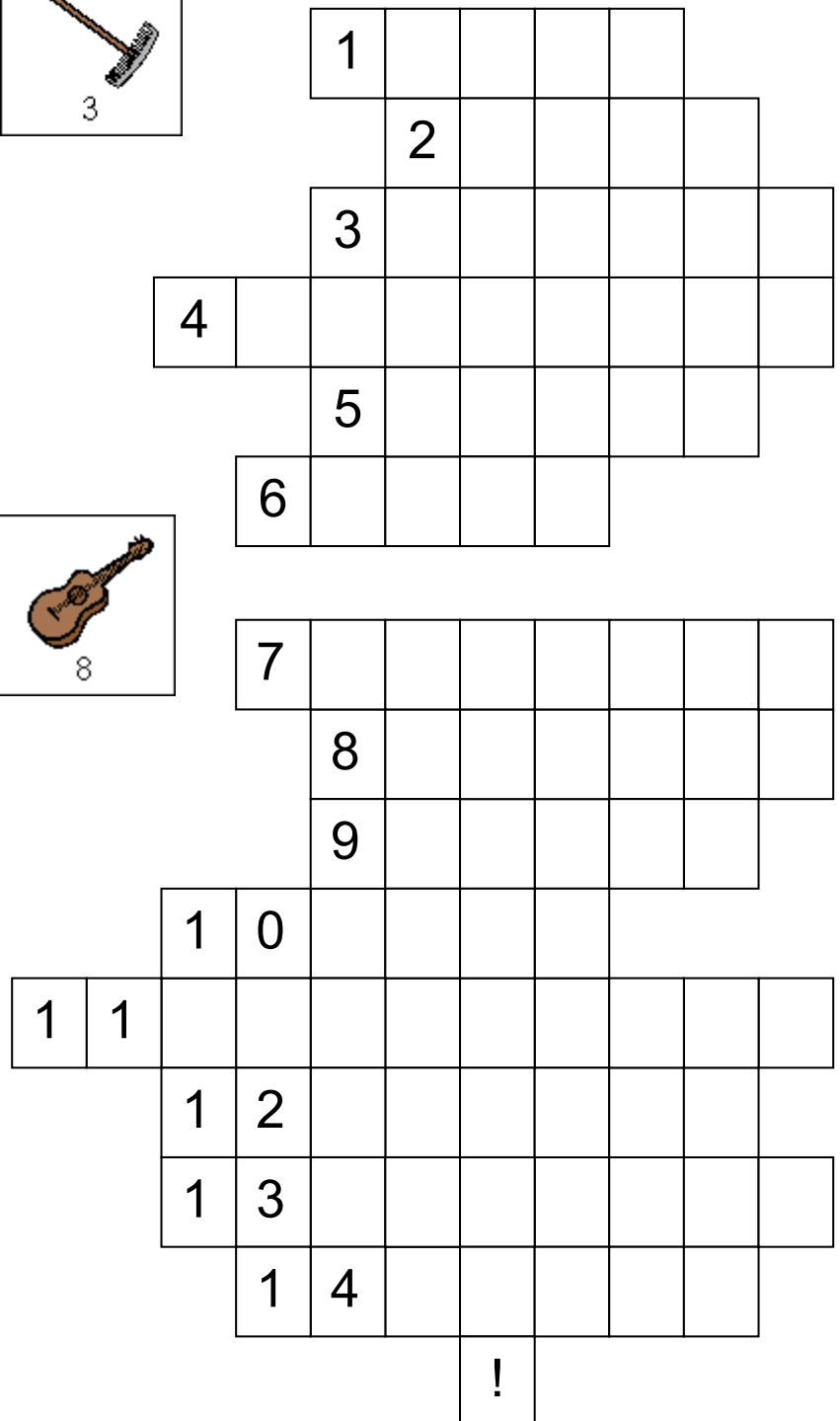
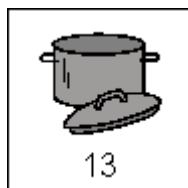
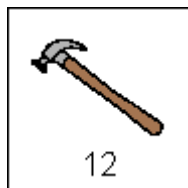
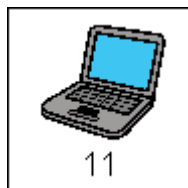
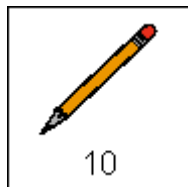
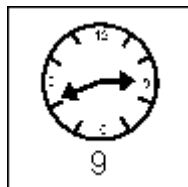
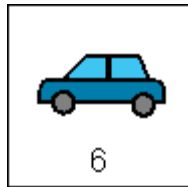
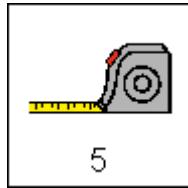
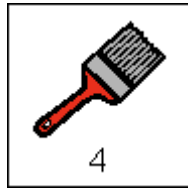
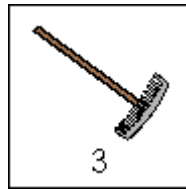
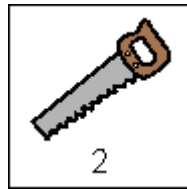
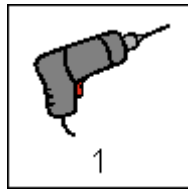




Kadonneet työkalut



Sanaristikko



Millainen on sinun päiväsi?

Arkipäivät:

Mihin aikaan heräät aamulla?

Kello _____

Mihin aikaan syöt aamiaisen?

Kello _____

Mitä teet aamiaisen jälkeen?

Kuuluuko päivääsi työtehtäviä, opiskelua, terapiaa tai muuta sellaista?

Mihin aikaan syöt lounasta?

Kello _____

Mitä teet lounaan jälkeen?

Kuuluuko päivääsi iltapäiväkahvi tai tee? Mihin aikaan?

Kello _____

Millainen on sinun päiväsi?

Mihin aikaan nautit päivällistä?

Kello _____

Mitä teet päivällisen jälkeen?

Milloin on iltapalan aika?

Kello _____

Mitä teet ennen nukkumaan menoa?

Mihin aikaa käyt nukkumaan?

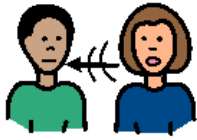
Kello _____

Kuten huomaat, päivä rytmittyy usein ruokailujen mukaan.

Arkipäivät ovat usein erilaisia kuin viikonlopun päivät tai loma-ajat.

Mitä asioita teet eritavalla lomalla tai viikonloppuna verrattuna arkipäiviin?

Tutustumme toistemme työhön, harrastuksiin tai mielenkiinnon kohteisiin

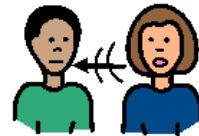
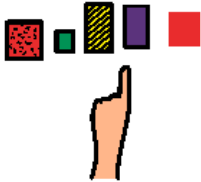


Voit kertoa omasta työstäsi tai harrastuksestasi ystävillesi.

Näin opitte tuntemaan enemmän toisianne.

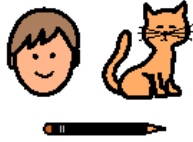
Valmistele esitys yhdessä ohjaajasi kanssa ja esitä tärkeä aiheesi ystävillesi.

Kysy ystäviesi mielipidettä esityksestä.



Valitse työ, harrastus tai mielenkiintoinen asia, josta haluat kertoa ystävillesi.

Tutustumme toistemme työhön, harrastuksiin tai mielenkiinnon kohteisiin



Mitä haluaisit kertoa siitä? Miksi se on sinulle tärkeää tai mielenkiintoista? Voivatko ystäväsi kokeilla sitä? Voit käyttää esineitä tai kuvia kertoessasi siitä.



Kerrotko itse vai yhdessä ohjaajan kanssa? Työnjako.

Tutustumme toistemme työhön, harrastuksiin tai mielenkiinnon kohteisiin

Mitä ystävät pitivät esityksestäsi?

Tähän voit pyytää palautetta.

A large, empty rounded rectangle box with a thin black border, intended for providing feedback. It occupies the lower half of the page.

Harrastuksia

Tehtävässä näet kuvia erilaisista harrastuksista.

Voit kirjoittaa kuvan viereen, mitä se esittää.

Näytä ne kuvat, joissa on sinulle tuttuja harrastuksia.

Voit ympyröidä ne harrastuskuvat, joita haluaisit kokeilla.

Keskustele kuvista ohjaajasi kanssa.

















TYÖ JA VAPAA-AIKA





















Mitä sinä harrastat tai haluaisit harrastaa?

Kirjoita, piirrä tai leikkaa kuvia ja liimaa

Keskustele ohjaajasi kanssa asiasta. Ohjaaja voi tarvittaessa kirjata harrastukset.

Harrastan tai haluaisin harrastaa talvella.

Mitä sinä harrastat tai haluaisit harrastaa?

Harrastan tai haluaisin harrastaa kesällä.

Mitä sinä harrastat tai haluaisit harrastaa?

Harrastan yksin.

Mitä sinä harrastat tai haluaisit harrastaa?

Harrastan yhdessä kavereiden kanssa.

Ilmaista iloa

Harrastuksiin liittyy usein erilaisia maksuja.

On olemassa ajanviettomahdollisuuksia, joihin ei tarvita rahaa tai tarvitaan vain vähän rahaa. Niistä voimme nauttia ja saada ilmaista iloa.

Kuviin on kätkeyty ainakin 10 tällaista asiaa, löydätkö ne?

Keskustele ohjaajasi kanssa.



Keräilyharrastus

Monet ihmiset keräilevät jotakin, kuten esimerkiksi postimerkkejä, kortteja, avaimenperiä, mustekyniä tai kirjoja.

Harrastus on saattanut jatkua vuosia.

Keräilyn ansiosta heillä voi olla suuret kokoelmat.

Onko sinulla jotakin, mitä sinä keräilet? Tai haluaisitko aloittaa keräilyn?

Mitä haluaisit keräillä?

Mistä olet saanut asioita kokoelmiisi? Mistä olet ajatellut saavasi asioita kokoelmaasi?

Missä säilytät kokoelmasi? Missä olet ajatellut säilyttäväsi kokoelmasi?

Esitteletkö kokoelmaasi muille? Onko se ollut näytteillä jossakin?

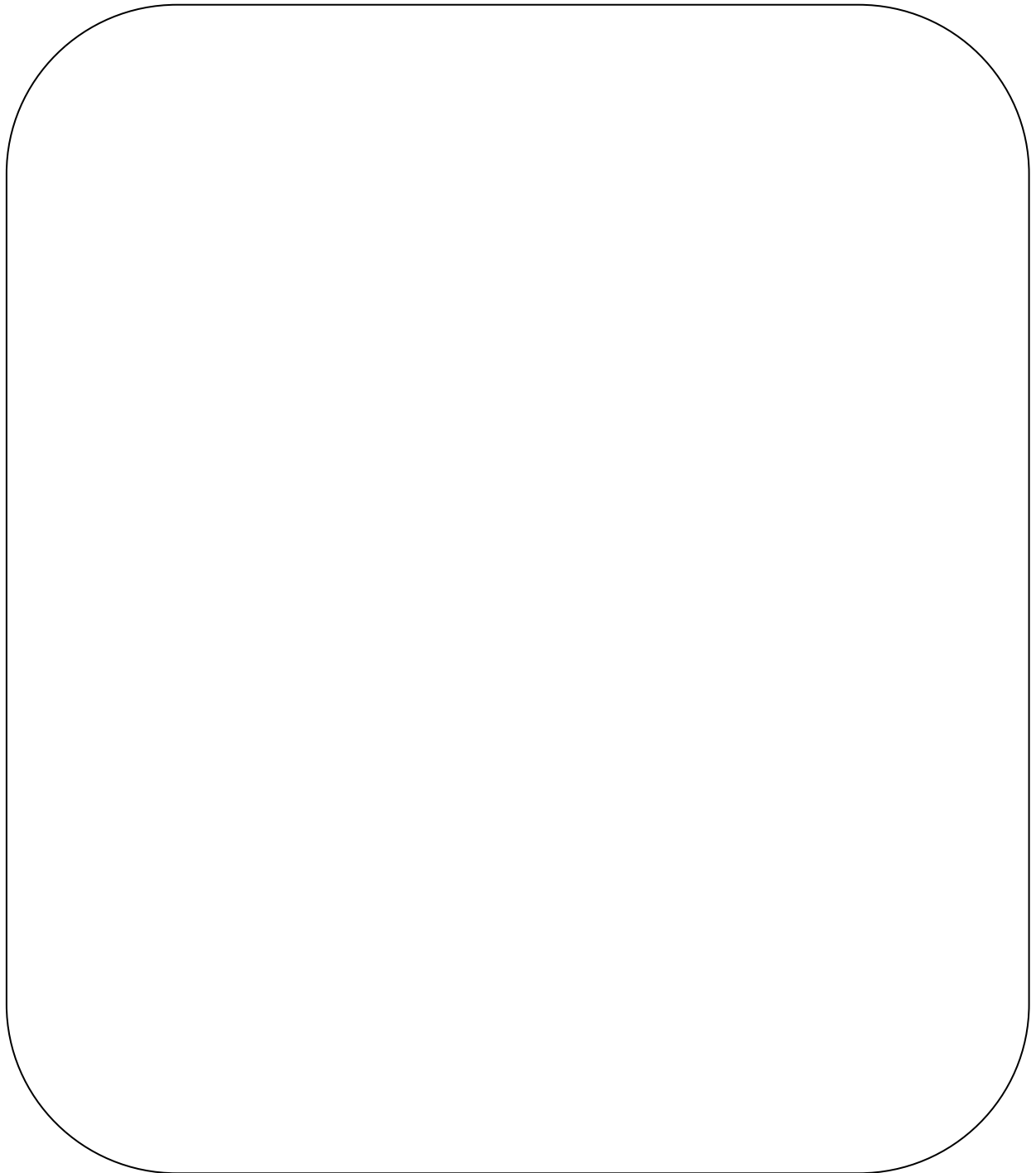
Luonto läheiseksi kaikille

Mitä voit harrastaa luonnossa?

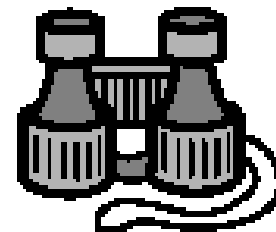
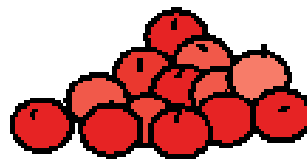
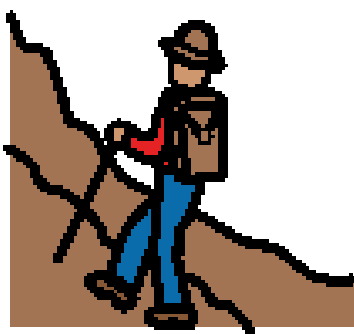
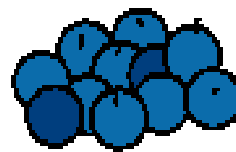
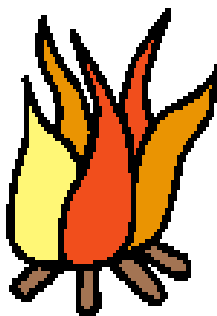
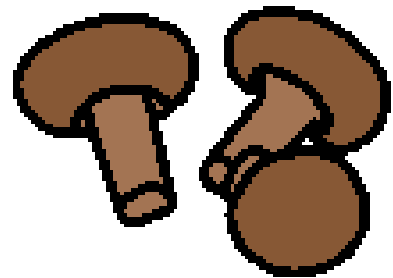
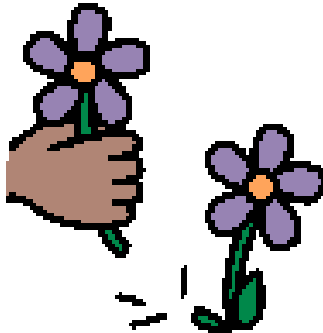
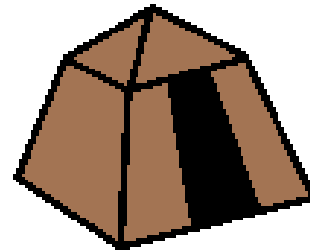
Kirjoita, piirrä tai leikkaa kuvia ja liimaa.

Keskustele ohjaajasi kanssa.

Mitä sinä haluaisit tehdä luonnossa?

A large, empty rounded rectangle box with a thin black border, intended for drawing or writing. It occupies the lower half of the page.

TYÖ JA VAPAA-AIKA



Uudet taidot

Sinulla voi olla toive siitä, mitä haluaisit oppia.

Se voi olla jokin uusi asia, mitä haluaisit kokeilla ja harjoitella.

Voit esittää toiveesi ohjaajalle ja yhdessä voitte laatia suunnitelman, kuinka asiaa voidaan lähteä harjoittelemaan.

Toiveesi voit kirjoittaa tai piirtää. Voit myös leikata lehdistä kuvia ja liimata ne.

Ohjaajasi voi auttaa kirjaamisessa tarvittaessa.

Haluaisin oppia

Uudet taidot

Laatikkaa suunnitelma. Käyttäkää tarvittaessa lisäpaperia.

Miten tavoite voidaan saavuttaa? Onko se mahdollista saavuttaa?

Onko tavoite niin suuri, että se pitää jakaa osiin?

Millaisen aikataulun laaditte tavoitteen saavuttamiseksi?

Sisältyykö tavoitteeseen, jotain mihin tarvitaan rahaa? Pitääkö säästää?
Kauanko siihen menee aikaa?

Uudet taidot

Väliarviointi

Miten suunnitelma on tähän mennessä toteutunut? Onko yllättäviä asioita tullut ilmi?

Onko tarvetta muuttaa alkuperäistä suunnitelmaa? Miten ja miksi?

Parhaat kokemukset tähän mennessä.

Asiat, joita olet oppinut.

Uudet taidot

Loppuarviointi

Kuinka onnistuttiin tavoitteen saavuttamisessa?

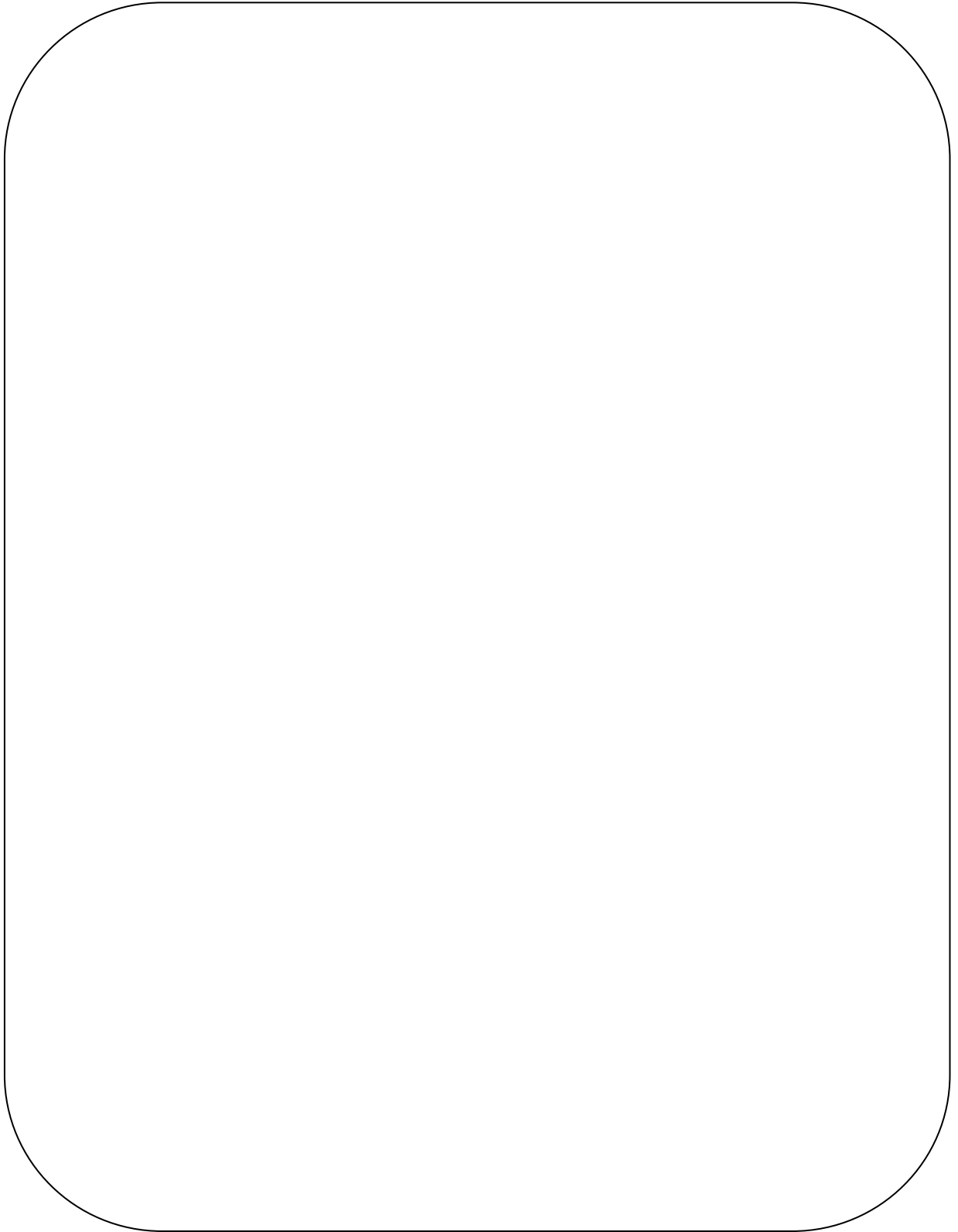
Mikä on ollut parasta?

Liittyikö tavoitteen saavuttamiseen jotain epämiellyttävää tai yllättävää?

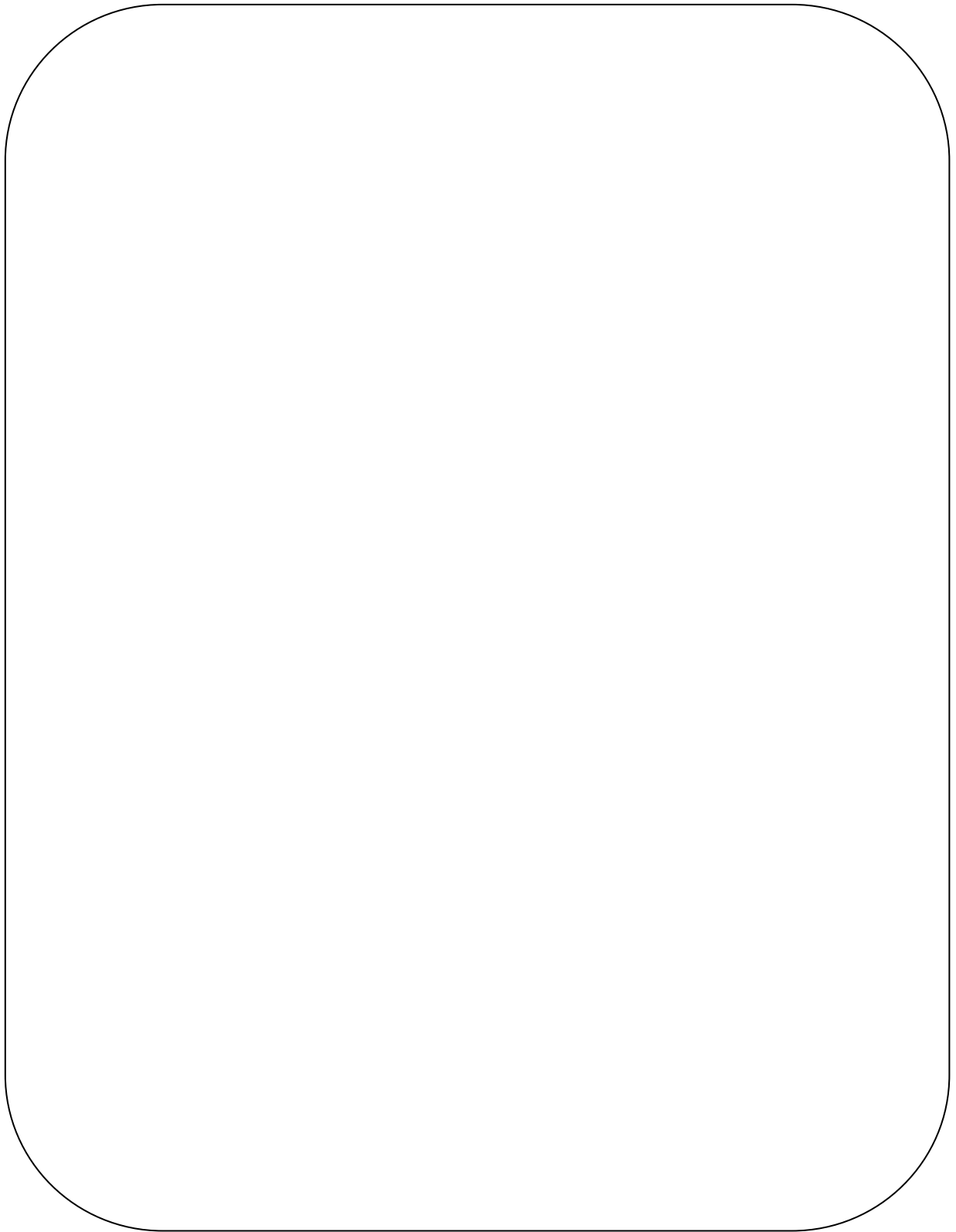
Mitä muuta uutta haluaisit oppia?

Uudet taidot

Kuvia ja kokemuksia matkan varrelta



Kuvia ja kokemuksia matkan varrelta

A large, empty rounded rectangle box with a thin black border, intended for drawing or writing. It occupies the majority of the page below the header.

Aiheesta lisää (tiedot kesäkuulta 2010)

Tutkimustietoa vammaisten arjesta

- Eriksson, Susan 2008. Erot, erilaisuus ja elinolot – vammaisen arkielämä ja itsemäärääminen. Kehitysvammaliiton tutkimuksia 3/2008.

Työ

- Göös, Riitta-Liisa 2007. Arkielämän ABC. Opetushallitus. (Kirja)
- <http://papunet.net/selko/tietoa/elamaa-suomessa/> (www-sivusto, Tervetuloa työelämään -opas)
- <http://verneri.net/yleis/kehitysvamma-ala-ammattina/projektit/paivatoiminta/tyota-tekijoille.html> (www-sivusto)
- <http://www.infopankki.fi/fi-FI/tyo/> (www-sivusto)
- http://www.kvtl.fi/sivu/kehitysvammaiset_tyossa (www-sivusto)
- <http://www.saunalahti.fi/kup/kunt/tyokesk.htm> (www-sivusto)
- <http://www.vates.fi/vammaisuusjatyoelama> (www-sivusto)
- <http://www.virtuopo.net/selkokieli/tyoelama/> (www-sivusto)
- <http://www2.edu.fi/duunioppi/index.php?id=86> (www-sivusto, työelämätietoutta)
- Sainio, Ari ja Elomäki, Mari 2007. Työelämän pelisäännöt. Kehitysvammaliitto, oppimateriaalikeskus Opike (Kirja, selkokielineen opas työelämästä)
- <http://www.tyoturva.fi/>

Vapaa-aika ja harrastaminen

- <http://merikartano.fi/selko/pt/index.html> (www-sivusto, tietoa tietokoneen käytöstä)
- <http://www.malike.fi/> (www-sivusto, liikuntatapahtumia ja apuvälinetietoutta)
- http://www.palloliitto.fi/seura/harrastefutis/erityisryhmien_jalkapallo/ (www-sivusto)
- <http://papunet.net/selko/tietoa/vapaa-aika/> (www-sivusto, pelejä ja tietoa)
- <http://www.soveli.fi/> (www-sivusto, soveltavan liikunnan järjestö)
- <http://www.tikas.fi/fileadmin/files/nettietiketti.pdf> (www-sivusto, tietoa netin käytöstä)
- <http://www.vammaisurheilu.fi/> (www-sivusto)
- Ilmonen, Petri 2007. Digikuvaus selkokielellä. Kehitysvammaliitto, oppimateriaalikeskus Opike (kirja)
- Ilmonen, Petri 2008. Internet selkokielellä. Kehitysvammaliitto, oppimateriaalikeskus Opike (kirja)