

## Pyöräily eri aineiden oppitunneilla

Äidinkieli (itseilmaisu) (5. & 8 lk.) kesto n. 60 min.

Toteuttakaa oma toiminnallinen pyöräilyoppitunti oppilaiden kanssa.

Mahdolliset pyörättömät on hyvä sijoittaa eri ryhmiin, jolloin he voivat tehdä rastitehtäviä sovelletusti tai lainata rastin aikana kaverin pyörää. Tarkalla ohjeistuksella ja selkeillä tavoitteilla toiminta tunnilla on oikeansuuntaista ja oppimista tapahtuu varmasti.

### Tunnin kulku

- Tunnin tavoitteet ja tehtävät
- Ohjeet ja ryhmiin jako
- Toiminnalliset rastit (n. 10 min-15min./ rasti)
- Tunnin purku ja vastauksien läpikäynti

### Aiheeseen virittäytyminen

- Johdata oppilaat tunnin aiheeseen
- Yhdistä tunnin aihe pyöräilyyn esim. kestävä kehitys, arjen valinnat, hyvinvointi, toiminnallisuus

### Tunnin tavoitteet ja tehtävät

Kirjaa tunnin tavoitteet näkyville. Laaja-alaisen oppimisen tavoitteina voivat olla:



- Kestävän tulevaisuuden rakentaminen
- Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot

### Ohjeet ja ryhmiin jakaminen

Sopikaa säännöt oppilaiden kanssa luokassa ennen kuin lähdette pihalle.

Hyviä ohjeita toiminnalliselle osuudelle ovat:

- Pyöräily suuntautuu vain tehtävien tekemiseen niille osoitetuilla paikoilla.
- Tunnilla noudatetaan liikennesääntöjä ja yleistä turvallisuutta.
- Kypärä pidetään päässä koko tunnin.
- Muiden pyöriä kokeillaan vain luvan kanssa.

Hyvä ryhmäkoko/ rasti on n. 10 - 15 oppilasta.

### Toiminnalliset rastit

- Sijoita rastit (esim. 1 -4) eri puolille koulun pihaa näköetäisyydelle toisistaan
- Varaa riittävästi tilaa (esim. kenttä) kullekin rastille
- Sovi etukäteen rastien kiertojärjestys (esim. numerojärjestys/ kellon suuntaan)

### Tunnin purku

Purkakaat tehtävät keskustellen siitä, miten hyvin pyörä soveltuu itseilmaisuuun ja miltä tehtävät tuntuivat.



## Lämmittely (koko ryhmä)

Pyöräilkää rajatulla alueella ja antakaa ajaessa yläfemmat kaverille ja ottakaa samalla katsekontakti. Kokeilkaa yläfemmoja molemmilla käsillä.

## Rasti 1

### Status-harjoitus

Pyytäkää oppilaita valitsemaan itselleen jokin numero väliltä 1 – 13. Selitä tämän jälkeen, että numerot ovat kuin korttipakan kortit ja merkitsevät statusta. 13 (kuningas) on korkein status ja 1 (ässä) on alhaisin. Ajakaa tämän jälkeen pyörillä esittäen ko. statusta. Oma ajo voi muokata statuksen mukaan mm. katseen suunnalla ja intensiteetillä, ajovarmuudella ja nopeudella sekä kehon asennolla. Ajakaa n. 5 -10 min. ja yrittäkää tämän jälkeen havaintojen perusteella statuksen mukaiseen riviin ilman että kerrotte oman statuksenne. Riviin päästyänne käykää läpi kunkin status. Voitte myös konkreettisesti jakaa alussa kortin jokaiselle, mikä estää sen, ettei numeroa vaihdeta kesken harjoituksen. Lisäksi harjoituksen voi toistaa useita kertoja.

## Rasti 2

### Kalaparvi

Muodostakaa kolmen tai neljän hengen ryhmiä ja asettautukaa kolmioon tai salmiakkikuvioon. Ajakaa kentällä tai jossain, missä on riittävästi tilaa.

Muodostelman ensimmäinen tekee ajaessa erilaisia asioita, joita muu ryhmä tekee perässä. Asiat voivat olla helppoja pyöränhallintahaasteita (temppuja), erilaisia tapoja ajaa pyörällä tai vaikka piha-alueelta löytyvien asioiden



kiertelyä. Lisäksi ajamista voi varioida esim. vauhdin, intensiteetin tai energiatason suhteen.

### Rasti 3

#### Silmäniskumurhaaja

Yksi ryhmästä valitaan silmäniskumurhaajaksi, jonka tehtävänä on murhata kohtamaansa henkilö iskemällä hänelle silmää katsekontaktin yhteydessä. Iskun saatuaan "murhattu" odottaa n. 10 s. ja kuolee sitten näyttävästi (eleet, ilmeet, huudahdus) ja kaatuu hallitusti pyörän kanssa maahan. Kuoleman jälkeen murhattu jäävät "haamuina" taluttamaan pyörää tai poistuvat pelistä sivummalle. Peliä jatketaan, kunnes kaikki on murhattu tai joku on arvannut murhatun syyttämällä. Tämä mahdollisuus on aina heti kuoleman jälkeen. Mikäli syytetty arvaa oikein, peli päättyy. Mikäli syyttäjä arvaa väärin, kuolee hän itse ja peli jatkuu.

#### Tai

#### Seriffi

Pelatkaa leikkiä rajatulla alueella. Yksi ryhmästä valitaan seriffiksi. Seriffin tehtävänä on ampua pyöräilevät rikolliset yksi kerrallaan. Rikolliset yrittävät säilyä hengissä ja ovat suojassa pitäessään jalkoja pois polkimilta. Seriffi saa ampua vain pyöränsä "suojusta" ollessaan pysähtyneenä. Seriffi saa olla pysähtyneenä maksimissaan 10 sekuntia kerrallaan, tämän jälkeen hänen täytyy jatkaa pyöräilyä. Rikollinen menehtyy, mikäli saa "osuman luodista" pitäessään jalkoja polkimilla tai joutuu hyytyvän vauhdin vuoksi ottamaan jalalla tukea maasta. Tällöin hän poistuu alueelta, mikäli peliä pelataan,



kunnes viimeinen rikollinen on saatu ammuttua. Vaihtoehtoisesti osuman saatuaan rikolliset eivät poistu pelistä, vaan pelissä lasketaan "kuolemat". Vähiten kuolemia saanut rikollinen on pelin voittaja.

#### Rasti 4

#### Elävät patsaat

Valitkaa parin kanssa jokin ao. tilanne tai keksikää oma. Esittäkää tilannetta n. 15 sekunnin ajan, kun etenette muun ryhmän ohitse. Muu ryhmä yrittää arvata, mitä tai keitä pari esittää. Esimerkkitilanteita:

- riitelevä pariskunta
- koira ja taluttaja
- pyöräkilpailu
- maanantaina kouluun raahautuvat kaverukset
- isä/äiti, joka opettaa lasta pyöräilemään
- kesäloman viettoon rientävät kaverukset
- pyöräilevät robotit
- viimeisillä voimillaan vuoren päälle kiipeävät seikkailijat
- juuri uuden pyörän saaneet veljekset, joilla on into piukassa ja energiaa vaikka muille jakaa.
- vanhuspariskunta, joilla on huono näky ja verkkainen polkemistempo.

Bonustehtävä: Pyörä kerronnan välineenä (koko ryhmä)

Tämän tehtävän toteutus voidaan tehdä joko pyörällä ajaen tai purkaa se luokassa.



Kirjaa alla olevat kohdat itsellesi esim. kännykkään mielikuvitusta käyttäen ja rakenna sen sisällöstä yhtenäinen n. 3-5 virkkeen teksti.

- Pyörän merkki:
- Pyörän väri:
- Vaihteiden lukumäärä (1-30)
- Jarrujen tyyppi: (käsi- tai jalkajarru)
- Pyörän paras ominaisuus:
- Pyörän viat:
- Valitse sitten mieleinen tapa esittää tekstisi seuraavista vaihtoehdoista:
  - pyörämainos (radio)
  - TV-dokumentti
  - kuolinilmoitus
  - urheilutapahtuman ratkaisunhetki
  - koulun esitelmä
  - runo
  - rap (esim. autorap-sovelluksen avulla, joka tekee luetusta tekstistä rapin)
  - laivan kuulutus
  - oma idea

Harjoittele ja muokkaa tekstiäsi niin, että se vastaa valitsemaasi esittämisen tapaa. Kun tekstit ovat hyvin mielessä, pyöräilkää kaikki rajatun alueen sisällä ja lausukaa samaan aikaan omia tekstejänne. Opettajan ja muiden oppilaiden tehtävänä on arvuutella, millaisesta esittämisen tavasta on kyse.

