

Salpausselkä Geopark

LAHDEN URHEILUKESKUKSEN MAASTO OPETUSYMPÄRISTÖNÄ

Monimuotoinen maisema luovuuden lähteenä

Oppitunnin aiheet: Suomen kansantarut ja luonnonkulttuuri, metsä inspiraation lähteenä taiteessa, ympäristötaide, sanataide, luonnossa liikkumisen taidot, luonnon hyvinvointivaikutukset

Reitin vaativuus: Vaativa, reitillä paljon maaston korkeuden vaihtelua, kulku osittain latupohjilla ja osittain poluilla.

Ikäsuositus: Opetuskokonaisuus soveltuu parhaiten 8.-9.-luokille ja sitä vanhemmille

Tarvikkeet: 2 kpl laminoituja karttoja, ensiapulaukku, 18 kpl miniatyyrihahmoja, 5 kpl A3-kokoisia laminaatteja, joissa kalliomaalausten kuvia, 5 kpl A3-kokoisia laminaatteja, joissa kuvia modernista taiteesta (lähde Kansallisgalleria), 30 kpl laminoituja kirjoituslustoja, 30 kpl poispestäviä tusseja, pesuliinoja, vesipulloja, bambuharsoja, istuinalustat kaikille osallistujille.

Lisäksi oppitunnilla tarvitaan valokuvaamisen mahdollistavia mobiililaitteita, kuten kännykät tai tabletit.

Oppitunnin valmistelu: Tutustutaan opetuskokonaisuuden sisältöön etukäteen. Varataan oppitunnille ajankohta varauskalenterista, suunnitellaan siirtyminen kohteeseen ja eväiden tilaus. Valmistellaan retken toteutus.

Retken toteutus: Haetaan materiaalipaketti **Monimuotoinen maisema luovuuden lähteenä** mukaan lainauspisteeltä. Jokainen osallistuja ottaa itselleen mukaan istuinalustan. Tarkistetaan ensiapulaukun sisältö. Käydään vessassa ja tarvittaessa täytetään vesipullot. Materiaalipaketin kartta osoittaa paikan, johon siirrytään aloittamaan oppitunti.

Oppitunnin aluksi asetetaan piiriin kuuntelemaan teoriaosuutta:

Suomen kansantarut ja luonnonkulttuuri kivikaudelta tähän päivään

Arkeologit ovat löytäneet Lahdesta Ristolasta noin 9300 vuotta vanhoja piikivistä valmistettuja nuolenkärkiä, jotka paljastavat, että alueella oli asutusta jo kivikaudella, vain satoja vuosia jääkauden vetäytymisen jälkeen. Ihminen saapui Salpausselän eteläpuoleiseen laaksoon luultavasti vesireittejä, sillä alue oli silloisen Yoldiameren rannikko. Ihmisen historia täällä Salpausselän ympäristössä on lähes yhtä pitkä kuin kasvien, jotka alkoivat itää jääkauden muovaamassa maastossa heti kun lämpötila pysyi plussan puolella. Alue onkin aina tarjonnut ihmiselle erinomaisen elinympäristön: ensin metsästäjä-keräilijöille, sitten kaskiviljelijöille ja pysyvälle asutukselle, myöhemmin teollisuuden ympärille muodostuville kaupungeille työläisineen ja nykyään luonnon läsnäoloa arvostaville kaupunkilaisille.

Tehtävä 1. Rupattelutuokio pareittain

Millaista oli ihmisen elämä kivikaudella? Millaiselta tämä elinympäristö näytti? Millaisissa asumuksissa täällä elettiin?

Mistä saatiin ruoka, mitä syötiin? Mitä haasteita ympäristö aiheutti?

Voitte purkaa keskusteluja yhteisesti tai siirtyä suoraan seuraavaan tehtävään.

Hyviä lähteitä taustatiedon keräämiseen ovat museot, esimerkiksi Kansallismuseo. Suuressa osassa kaupunginmuseoista esitellään myös alueen asutushistoriaa aina kivikaudelta lähtien. Tietoa löytyy myös netistä ja useista kirjoista. Esimerkiksi 2021 julkaistu Perinnevegeä (Anniina Ljokkoi ja Liisa Kaski, SKS Kirjat) valottaa hyötykasvien käytön historiaa kivikaudelta tähän päivään ja tarjoaa myös reseptejä, joiden avulla voi luoda makumatkan menneisyyteen.

Tehtävä 2. Kalliomaalauksia

Jakautukaa viiteen pienryhmään, joille kaikille jaetaan laminoitu kuvakooste Suomesta löytyneistä esihistoriallisista kalliomaalauksista. Tutustukaa kuviin ja keskustelkaa ryhmissä seuraavista kysymyksistä:

1. Mitä kuvissa on?

2. Mitä kalliomaalauksilla on mahdollisesti haluttu kertoa?

Tehtävä 3. Ympäristötaideteos luonnonmateriaaleilla

Jatkakaa työskentelyä pienryhmissä. Luokaa luonnon irtomateriaaleja käyttäen maahan oma kalliomaalaus.

Voitte itse valita, mikä sen viesti on ja mitä hahmoja siinä esiintyy.

Kiertäkää sitten yhdessä katsomassa kaikki kalliomaalaukset ja palatkaa istumaan piiriin teoriaosuuden jatkuessa:

Jääkauden jälkeisessä maailmassa ihminen löysi nopeasti tiensä pohjoisen koskemattomaan luontoon ja oppi elämään osana sitä. Suomalaisten suhde luontoon on muovannut kulttuuriamme läpi aikojen. Ilmastomuutoksen, lajikadon ja loppuun kuluviin luonnonvarojen aikakaudella on jälleen muistettu, että olemme osa luontoa ja täysin riippuvaisia muusta luonnosta. Yhdeksän tuhatta vuotta sitten unohtaminen oli mahdotonta: toimiva suhde ympäröivään luontoon oli elämän edellytys eikä kukaan voinut kyseenalaistaa riippuvuutta luonnonvaroista.

Tehtävä 4. Rupattelutuokio yhdessä tai pareittain

Millaisia tilanteita keksitte, joissa ihminen olisi voinut kivikaudella vaarantaa oman selviytymisensä omalla toiminnallaan?

Toimimattomien vuorovaikutussuhteiden vaikutukset näkyivät nopeasti ihmisen arkipäiväisessä elämässä ja niiden korjaaminen ja tasapainon löytäminen palkitsivat ja opettivat. Ajan kuluessa luonnonvaroja opittiin valjastamaan tehokkaammin ja kekseliäämmin ihmisen käyttöön ja kestävät vuorovaikutussuhteet luonnon muihin osiin osoittautuivat ihmiselle hyödyllisiksi. Esimerkiksi saaliseläinten kestävästä kannasta huolehtiminen mahdollisti pysyvän asutuksen, kun loppuun metsästetyiltä alueilta ei tarvinnut siirtyä uusille metsästysmaille.

Suomessa elettiin tuhansia vuosia luonnonkansana ja kulttuuri ja kansantarinat rakentuivat sen pohjalta. Kunnioitus ja kiitollisuus luontoa kohtaan ilmentyivät uskonnollisina piirteinä ja tarinoissa alkoivat elää erilaiset luonnonjumalat ja metsänolennot. Erityisen vaikuttavia paikkoja alettiin suojella pyhinä paikkoina. Hiidet olivat muinaissuomalaisten pyhiä puita, metsiköitä, kiviä, mäkiä, saaria, kallioita ja lähteitä. Erilaisia hiisipaikkoja yhdistävät uskomukset niiden pyhydestä ja yhteydestä ihmisten elämään ja kohtaloon. Ennen näissä paikoissa ajateltiin olevan tuonpuoleista voimaa (väkeä) ja ihmiset pyrkivät yhteyteen niiden kanssa esimerkiksi tuomalla uhrilahjoja ja hiljentymällä niiden äärelle.

Tehtävä 5. Ympäristön tarkkailu hiljentyen

Jatkakaa edellisen tehtävän parin kanssa. Ohjaaja jakaa jokaiselle parille yhden miniatyyrihahmon. Parit tutustuvat tarkemmin suppaan eli sulaneen jäälohkareen jälkeensä jättämään painanteeseen kulkemalla mahdollisimman äänettömästi supan sisällä sen yksityiskohtia havainnoiden ja tutkien. Parien tehtävänä on valokuvata miniatyyrihahmo erityisen hienon yksityiskohdan luona. Valokuvuihin voi suunnitella tarinan tai keksiä sille otsikon. Palatkaa myöhemmin kuvien pariin esimerkiksi katsomalla ne luokassa valkotaululta.

Tehtävän jälkeen palataan istumaan ja kuuntelemaan:

Suomalaisten luonnonuskonnot saivat väistyä 1100- ja 1200-luvuilla, kun kristinuskon edustajat uskoivat tekevänsä Jumalan työtä käännyttyään kansoja katoliseen uskoon voimakeinoin. Kilpailevia uskomuksia ei hyväksytty ja siksi kansantarinoita alettiin muovaamaan kristinuskoa palveleviksi. Pyhistä luonnonpaikoista maalailtiin demonien ja pirujen valloittamia vaarallisia paikkoja, jotta ihmiset lakkaisivat käymästä niissä ja sanoille luotiin uusia merkityksiä. Hiidestä tuli paha metsän olento, jota tulee varoa ja välttää. Uusissa kansantaruissa hiidet alkoivat muistuttaa Raamatun paholaisia ja niiden kautta opetettiin ihmisille kristinuskon hyvän ja pahan välistä selvää eroa. Pyhät luonnonpaikat eivät kuulu vain kaukaiseen muinaisuuteen, vaan vanha kansa on tuntenut tällaisia paikkoja vielä paikoin 1900-luvulla, alle sata vuotta sitten.

Tehtävä 6. Metsäluonnon muovaamaa kulttuuria viimeisten 200 vuoden ajalta

Jakautukaa viiteen pienryhmään, joille kaikille jaetaan laminoitu kuvakooste modernin aikakauden taiteesta.

Tutustukaa kuviin ja keskustelkaa ryhmissä seuraavista kysymyksistä:

1. Millainen tunnelma kuvakoosteen teoksissa on?
2. Mitä tunteita metsämaisemaan kuvakoosteessanne liittyy?
3. Mitä teokset mahdollisesti kertovat tekijöidensä luontosuhteesta?

Tehtävä 7. Ympäristötaideteos luonnonmateriaaleilla

Jatkakaa työskentelyä pienryhmissä. Luokaa luonnon irtomateriaaleja käyttäen taideteos, jossa on samanlainen tunnelma kuin ryhmänne kuvakoosteessa. Nimetkää teos ja valmistautukaa esittelemään se muille ryhmille.

Kun teokset ovat valmiit, kiertäkää ne yhdessä läpi ja kertokaa teosten nimet ja synty tarinat toisille. Vaihtoehtoisesti teokset voi valokuvata ja palata taidekierrokselle myöhemmin luokassa.

Suomalaisen kulttuurin luontojuuret ovat näkyvissä kuvataiteen lisäksi kansantarinoissa, taruissa ja saduissa. Niissä seikkailevat ihmisten lisäksi metsän eläimet ja taruolennot, kuten haltijat, tontut, peikot ja jättiläiset. Metsäluonto ruokkii mielikuvitusta ja virittää luovuuden äärelle samalla kun keho rentoutuu ja mieli rauhoittuu.

Tehtävä 8. Tarinan siementen kerääminen

Jokaiselle jaetaan kirjoituslusta ja tussi ja ohjeistetaan kirjaamaan ylös inspiroivia asioita ympäristöstä. Kerätyistä tarinan siemenistä voidaan ensin kirjoittaa viiden minuutin ajan tajunnanvirtaa eli keskeytyksettä tekstiä ilman mitään tekstintuoton sääntöjä. Seuraavaksi tarkastellaan omaa tekstiä ja muokataan siitä vähintään yksi kokonainen virke yhteiseen tarinaan käytettäväksi. Nämä lauseet kirjoitetaan kirjoituslustan toiselle puolelle ja koitetaan saada järjesteltyä kaikkien tuotokset kokoamalla niistä yksi yhteinen tarina. Tarinoiden siemenistä voidaan ottaa valokuva ja jatkaa tarinoiden rakentamista niiden ympärille myöhemmin koululla.

Pyyhkikää lopuksi kirjoituslустat puhtaaksi pesusieniä ja vesipullon vettä käyttäen. Kuivatkaa ne bambuharsoilla.

Tehtävä 9. Kirjoitetaan luontokuvia

Jokainen toteuttaa tehtävän omalle kirjoituslustalleen. Vasemmalla puolella ohje, oikealla esimerkki.

Anna esimerkkejä oppilaille vain tarvittaessa, jotta ne eivät ohjaile heidän ajatteluaan.

kirjoita jokin adjektiivi ja jokin kukkiva kasvi	rauhallinen kiolo
kirjoita jokin puulaji mielipaikassasi	tammi nuotion äärellä
kirjoita mielestäsi kaunis sana	joutsen
kirjoita jokin ötökkä mielestäsi pelottavassa paikassa	muurahainen kaivossa
kirjoita jokin sääilmiö, joka aiheuttaa jonkin tapahtuman	ukkonen, joka säikäyttää naapurin koiran

Tehtävä 10. Minä olen -luontorunot

Aloitetaan edellisessä tehtävässä kerätyt virkkeet alulla "minä olen" ja muodostetaan oma luontokuva.

Esimerkiksi

Minä olen rauhallinen kiolo.

Minä olen tammi nuotion äärellä.

Minä olen joutsen.

Minä olen muurahainen kaivossa.

Minä olen ukkonen, joka säikäyttää naapurin koiran.

Vaikka me ihmiset emme enää nykypäivänä elä samalla tavoin suorassa vuorovaikutuksessa luonnon kanssa kuin kivikaudella, yhteys luontoon on kuitenkin terveytemme ja hyvinvointimme perusta. Luonto elvyttää, auttaa palautumaan stressistä ja unohtamaan arjen huolet sekä parantaa mielialaa. Vaikutukset ilmenevät muun muassa verenpaineen laskemisena ja sydämensykkeen tasoittumisena, jo 15 minuutin luonnossa vietetyn ajan jälkeen. Kaksi tuntia luonnossa tuottaa jo merkittäviä hyvinvointivaikutuksia ja säännöllinen luonnossa oleskelu ylläpitää vaikutuksia pitkällä aikavälillä. Ulkona liikkuminen lisää liikuntaa, motoriikan kehittymistä ja kosketusta luonnon mikrobeihin. Nämä tekijät ylläpitävät terveyttä ja

immuunisuoja eli auttavat meitä pysymään terveinä. Yhä edelleen, kymmenen tuhannen vuodenkin päästä me emme ole irrallisia luonnosta emmekä me voisi elää ilman luonnosta saamiamme asioita, kuten vettä ja ravintoa.

Tehtävä 11. Rupattelutuokio yhdessä tai pareittain

Millaisia vaikutuksia olette kokeneet luonnossa oleskelun tuottavan?

Miten luonnon tuottamia terveys- ja hyvinvointivaikutuksia voisi saada enemmän?

Mitä kaikkea luonnossa voi tehdä kerätäkseen vaikutukset?

Tehtävä 12. Reflektointi

Kokoonnutaan loppupiiriin, jossa ohjaaja kertoo ensin opitut asiat ja tehdyt tehtävät. Sitten laitetaan puheenvuorokäpy kiertämään ja jokainen saa vuorollaan kertoa mitä oppi ja mikä oli parasta retkessä.

Lopuksi:

Puhdistakaa kaikki materiaalit pyyhkimällä kirjauksenne pois mikrokuituliinalla. Kootkaa materiaalit takaisin paketiksi, jonka palautatte lainauspisteeseen lähtiessänne. Lainauspisteellä laittakaa tarvikkeet paikoilleen ja levittäkää tarvittaessa mikrokuituliinat kuivumaan. Muistakaa palauttaa myös istuinalustat paikoilleen. Kiitos käynnistänne Salpausselkä Geopark kohteessa!