

Ajassa liikuttavaa – huhtikuu 2018

Liikuttavia esityksiä. Voimaantumista ja kokemuksellista oppimista –otsikko keräsi runsaasti aktiivisia osallistujia Seikkailukasvatuspäivien työpajaamme 15. maaliskuuta Vierumäellä, jossa kerroimme **Nea Kujalan** kanssa Outward Bound Finlandin kursseilla käyttämistämme arviointimenetelmistä. Aiheesta kattava paketti sivulla (<https://www.miksiliikun.fi/2018/03/14/voimaantumista-ja-kokemuksellista-oppimista/>).

Elämänkulku ja ikäpolvet -hanke ”liikunnan silmälasein” –työpajaesitys **Liikkuen läpi elämän** –seminaarissa 21. maaliskuuta Jyväskylässä oli myös elävä ja keskusteleva. Esitys löytyy seminaarin sivuilta (https://liikkuenlapielaman.fi/wp-content/uploads/2018/03/Liikutaan-yhdess%C3%A4-ilmanik%C3%A4rajaa_Tiihonen.pdf). Lisämateriaalia voit myös kysyä arto@artotiihonen.fi

Kevättalvi on ollut hyvä hiihtämiseen. Jos kaipaa ymmärrystä siitä, miksi kannattaa hiihtää (liikkua), niin tässä uutta **Miksi hiihdän** (<https://www.miksiliikun.fi/2018/04/03/miksi-hiihdan/>) ja tässä vähän vanhempaa **Hiihtelijän kirja 1** matskua (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/27/hiihtelijan-kirja-1-helppohan-se-on-hiihtaa-kun-keuhkot-pelaa/>) aiheesta.

Kevät taas kannattaa käyttää uuden oppimiseen. Tutustu **avajaistarjoukseen**, **Kokemusohjaamisen kouluun** (pp-esite) ja **muihin tuotteisiin** (pp-esite):

Uusia podcasteja, videoita, blogiartikkeleita

Podcasteja elämyskokemuksista (<http://outwardboundfinland.libsyn.com/elmyskokemuksen-merkityksest>), **identiteettikokemuksista** (<http://outwardboundfinland.libsyn.com/identiteettitarinamme>), **osallisuuskokemuksista** (<http://outwardboundfinland.libsyn.com/osallisuuskokemus-ja-sen-monenlaiset-merkitykset>). **Kokemuksellisen oppimisen arvioinnista** (<http://outwardboundfinland.libsyn.com/kokemuksen-ja-tekemisen-tason-arviointi-kursseilla-0>).

Videoluennot kokemuksellisesta oppimisesta (<https://vimeo.com/251473638/1199c43533>), (<https://vimeo.com/251474405/85c2b10b67>).

Blogiartikkelit **Miksi hiihdän** (<https://www.miksiliikun.fi/2018/04/03/miksi-hiihdan/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, **Voimaantumista ja kokemuksellista oppimista** (<https://www.miksiliikun.fi/2018/03/14/voimaantumista-ja-kokemuksellista-oppimista/>), **Hiihtelijän kirja 1** (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/27/hiihtelijan-kirja-1-helppohan-se-on-hiihtaa-kun-keuhkot-pelaa/>) ja “Kyllä sieltä mitalia lähdetään hakemaan” (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/25/kylla-sielta-mitalia-lahdetaan-hakemaan/>).

Yhteistyökumppaneille tiedoksi: olemme perustaneet MiksiLiikun ry:n <https://www.miksiliikun.fi/>. **Nimikortti aukeaa tästä, taustatietoja tästä ja avajaistarjous löytyy täältä**

Kaikki uusimmat tuotteet

Uusia liikuttavia Podcasteja

Podcastilla Nea ja Arto kertovat, miten OBF:n kursseilla käytetään kokemusten ja tekemisten arviointia, joita voidaan käyttää opetuksen/ohjauksen tukena. Arvioinnin avulla ohjaaja/opettaja näkee oppilaiden

kokemuksissa ja tekemisissä tapahtuneet muutokset.

<http://outwardboundfinland.libsyn.com/kokemuksen-ja-tekemisen-tason-arviointi-kurseilla-0>

Tunnet varmaan ihmisiä, jotka janoavat elämyksiä. Mikään ei nykyään ole mitään ilman huippukokemuksia. Voiko nykyään myydä mitään ilman henkilökohtaisen nautinnon lupautusta? Me olemme elämisyhteiskunnassa. Ja silti kannattaa kysyä: onko kaiken tekemisen, olemisen, tietämisen vihoviimeinen päämäärä sen elämyksellisyys? Tässä Podcastissa Arto Tiihonen valottaa elämyskokemusten merkitystä ja rajoja liikkumisessa. <http://outwardboundfinland.libsyn.com/elmyskokemuksen-merkityksest>

”Miten liikut, sitä olet” tai ”olet yhtä hyvä kuin viimeinen pelisi”. Jotkut ihmiset määrittävät oman identiteettinsä ruumiillisuutensa tai urheilussa menestymisen kautta. Liikunta- ja urheilukokemukset ovat monien ihmisten identiteettitarinan rakennuskiviä. Urheilijan ja joskus myös liikkujan identiteetti on hauras ja altis rikkoutumiselle. Miten me osaamme rakentaa identiteettitarinamme, on varsinainen taitolaji. Näistä ja monista muista kokemuksista Arto Tiihonen kertoo podcastissaan.

<http://outwardboundfinland.libsyn.com/identiteettitarinamme>

Osa meistä harrastaa liikuntaa, ”koska muutkin niin tekevät”. He pitävät ryhmässä toimimisesta ja siitä että ovat osa joukkuetta tai vaikka löyhääkin ryhmää. Usein huippu-urheilijatkin keuhuvat juuri joukkueessa olemisen tärkeyttä. Silti osallisuus, yhteisöllisyys, ryhmään kuuluminen eivät katso ikää eivätkä edes liikunta- tai urheilulajia. Podcastissa Arto Tiihonen kertoo osallisuuskokemuksista ja niiden monenlaisista merkityksistä. <http://outwardboundfinland.libsyn.com/osallisuuskokemus-ja-sen-monenlaiset-merkitykset>

Uusia liikuttavia videoesityksiä

Tiihonen, Arto (2018) Kokemuksellinen oppiminen ja muutoksen tukeminen osa 1.

(<https://vimeo.com/251473638/1199c43533>), 27 min. Kokemuksellisen oppimisen perusteita.

Tiihonen, Arto (2018) Kokemuksellinen oppiminen ja muutoksen tukeminen osa 2.

(<https://vimeo.com/251474405/85c2b10b67>) 35 min. Kokemusten ja kokemuksellisen oppimisen vaikutuksia.

Arto Tiihonen ja Nea Kujala keskustelevat elämys-, identiteetti-, osallisuus- ja toimijuuskokemusten käytöstä ja arvioinnista Outward Boundin kokemuksellisen oppimisen kurseilla

(<https://youtu.be/SgLpFPKohcw>).

Lisää Arto Tiihosen kokemuksellisen oppimisen videoita löytyy myöhemminkin osoitteesta OBF:n YouTube-kanavalla (<https://www.youtube.com/playlist?list=PLsdpn56bhr2ZmBWNmJEbqClkWR-ip2CG>).

Outward Bound Finland Partioaitan ympäristöbonuksen saajana 2017.

(<https://www.youtube.com/watch?v=zqkouevL2Yc>).

Tiihonen, Arto (2017) Terminologian lähteillä – erityis- vai soveltavaa liikuntaa? Erityisliikunnan ohjaajien työseminaari. Soveltavan liikunnan monimuotoisuus haasteellisessa ajassa. 10.11.2017. Esitys linkissä

(<https://prospectumlive.com/event/erkat2017>), 1.17.00-1.45.30.

Uusia liikuttavia julkaisuja

Tiihonen A. 2018. Miksi hiihdän (<https://www.miksiliikun.fi/2018/04/03/miksi-hiihdan/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 3.4.2018.

Tiihonen A. 2018. Voimaantumista ja kokemuksellista oppimista (<https://www.miksiliikun.fi/2018/03/14/voimaantumista-ja-kokemuksellista-oppimista/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 14.3.2018.

Tiihonen A. 2018. Hiihtelijän kirja 1: helppohan se on hiihtää, kun keuhkot pelaa... (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/27/hiihtelijan-kirja-1-helppohan-se-on-hiihtaa-kun-keuhkot-pelaa/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 27.2.2018.

Tiihonen A. 2018. "Kyllä sieltä mitalia lähdetään hakemaan" (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/25/kylla-sielta-mitalia-lahdetaan-hakemaan/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 25.2.2018.

Tiihonen A. 2018. "Yhdessä joukkueen kanssa voitetaan ja hävitään" (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/16/yhdessa-joukkueen-kanssa-voitetaan-ja-havitaan/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 16.2.2018.

Tiihonen A. 2018. Teen parhaani ja... – ei kai taas tätä! (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/10/teen-parhaani-ja-ei-kai-tas-tata/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 10.2.2018.

Tiihonen A. 2018. Urheilukieli – suomi – sanakirja olympialaisten seuraajille (<https://www.miksiliikun.fi/2018/02/07/urheilukieli-suomi-sanakirja-olympialaisten-seuraajille/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 7.2.2018.

Tiihonen A. 2018. Urheiluväkikö ilman tarinaa? (<https://www.miksiliikun.fi/2018/01/24/urheiluvakiko-ilman-tarinaa/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 24.1.2018.

Tiihonen A. 2018. Kansa tukemaan huippu-urheilua (<https://www.miksiliikun.fi/2018/01/18/kansa-tukemaan-huippu-urheilua/>). Blogi sivulla www.miksiliikun.fi, 18.1.2018.