

TERVETULOA KÄYTTÄMÄÄN SOSIAALISEN SIRKUKSEN KORTTIPAKKAA

SOSIAALINEN SIRKUS

Sosiaalisessa sirkuksessa sirkusta käytetään välineenä uuden oppimiseen ja sosiaalisten taitojen kehittämiseen. Sirkus aktivoi, osallistaa ja rohkaisee liikkumaan. Sosiaalinen sirkus sopii kaikille tuen tarpeesta riippumatta.

Sirkustunnille saa osallistua haluamallaan tavalla. Osallistua voi myös sivusta seuraamalla ja muita kannustamalla, kunnes uskallus riittää aktiivisempaan osallistumiseen. Kaikki saavat onnistua ja epäonnistua.

Ohjaajan tehtävänä on luoda ryhmään rento ja turvallinen ilmapiiri, jossa jokainen kokee olonsa tervetulleeksi ja hyväksytyksi omana itsenään. Myös ohjaaja osallistuu aktiivisesti. Muistakaa ilo ja hauskanpito! Sopiva ryhmäkoko on noin 10 henkilöä riippuen osallistujien tuen tarpeesta. Ohjaajia voi olla paikalla useampi. Olennaista on mahdollistaa jokaiselle sekä yksilöllinen tapa osallistua että tilaa ja aikaa tulla nähdyksi ja kuulluksi.

Taitanomaisia hetkiä sosiaalisen sirkuksen korttipakan parissa!



HARJOITUSKATEGORIAT

Minä ryhmässä – ryhmäharjoitteita

Minä ja sinä – parityöskentelyä

Minä uskallan – esillä olemisen harjoittelua

Minä osaan – taitoharjoittelua yksin, pareittain ja ryhmässä

Minä jaksan – työssä jaksaminen ja hyvinvointi

HANKKEEN ESITTELY JA RAHOITTAJAT

Työelämässä tarvittavien taitojen harjoittelu on tärkeässä asemassa erityistä tukea tarvitseville opiskelijoille ammatillisessa koulutuksessa. Niiden kehittämiseen voidaan käyttää monenlaisia luoviakin keinoja.

Hankkeessa Oppimisen taika – Sosiaalinen sirkus työelämätaitojen tukena (ESR 2019-2021) luodaan työtapoja, jossa sosiaalisen sirkuksen keinoin kehitetään työelämässä tarvittavia taitoja. Hankkeessa Ammattiopisto Live, Sirkus Magenta sekä Haaga-Helia Ammatillinen opettajakorkeakoulu ovat yhdistäneet voimansa työelämätaitojen kehittämiseksi luovilla tavoilla.

YHTEISTYÖSSÄ

LIVE

Sirkus
Magenta

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

Haaga-Helia
Ammatillinen opettajakorkeakoulu



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

KORTTIEN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Työelämätaitojen vahvistuminen: ryhmässä toimiminen, itsetuntemus, itseilmaisuus, omien vahvuuksien tunnistaminen, epäonnistumisen sietäminen, itsensä voittaminen, pitkäjänteisyys, ilo, innostuminen

Käyttö: yksittäiset harjoitukset tai laajemmat kokonaisuudet

Sosiaalisen sirkuksen korttipakka – sirkuksesta oppimisen taikaa ja työelämätaitoja
Oppimisen Taika – Sosiaalinen sirkus työelämätaitojen tukena (ESR 2019-2021)

SOSIAALISEN SIRKUKSEN KORTTIPAKKA

ESIMERKKI SIRKUSTUNNISTA (60 MIN)

Harjoituksia valitaan ryhmän toimintakyvyn ja vireyden mukaan. Esimerkkitunnilla on luokkatilassa tehtäviä matalan kynnyksen harjoituksia. Tunnilla käytetään jongleerauspalloja. Jokainen osallistuja tarvitsee yhden pallon.

Alkupiiri

Katsotaan, ketkä ovat paikalla. Vaihdetaan kuulumiset tai valitaan päivän kysymys, johon kaikki vastaavat. Jokainen tulee nähdyksi. Kerrotaan tunnin aihe.

Kokoava ja herättävä harjoite

- Peukunnappaus

Ryhmäyttävät ja aktivoivat harjoitteet

- Kaksin turvassa
- Oma-kamu

Taidon harjoittelu

- Vartaloheitot

Esillä olo

- Esiintyminen: Näytä yksi temppu

Loppuleikki

- Rauhoittavat harjoitukset: Taideteos välineistä

Loppupiiri

- Loppufiilikset ja kokemukset sirkustunnista

USEAMMAN KERRAN SIRKUSOPETUS

Sirkusharjoittelu kannattaa aloittaa helposti lähestyttävillä matalan kynnyksen harjoituksilla kuten jongleerauksella. Fyysisemmät akrobatiaharjoitukset otetaan mukaan pikkuhiljaa ryhmän valmiuksien ja uskalluksen mukaan. Tuntiin on hyvä jättää aikaa vapaammalle harjoittelulle, esimerkiksi akrobatialle tai sirkusvälineille.

1. Kerta: ryhmä- ja soolojongleeraus
2. Kerta: parijongleeraus
3. Kerta: sooloakrobatia
4. Kerta: pariakrobatia
5. Kerta: esiintyminen ja pyramidit

SIRKUSVÄLINEET

Sirkusvälineitä myyvät erilaiset sirkusvälineisiin erikoistuneet liikkeet sekä usein myös naamiaisasuja myyvät liikkeet ja verkkokaupat. Erityisesti jongleerauspalloissa kannattaa panostaa laatuun, sillä laadukkaat pallot kestävät paremmin käyttöä.

Sirkusvälinesetti n. 12 henkilön ryhmälle:

- jongleerauspallot 20-40 kpl
- jongleeraushuivit 6kpl
- jongleerausrenkaat 3kpl
- flower stick + kepit 3 settiä
- diabolo + kepit 3 settiä
- sirkuslautanen + keppi 3 settiä
- jongleerauskeilat 3kpl
- Lisäksi sirkussettiin sopivat myös esimerkiksi poit, voimistelunauhat ja hulavanteet



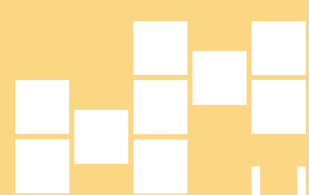
Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



YHTEISTYÖSSÄ

Sirkus
Magenta

LIVE



Haaga-Helia

Ammatillinen opettajakorkeakoulu

Sosiaalisen sirkuksen korttipakka – sirkuksesta oppimisen taikaa ja työelämätaitoja

Oppimisen Taika – Sosiaalinen sirkus työelämätaitojen tukena (ESR 2019-2021)