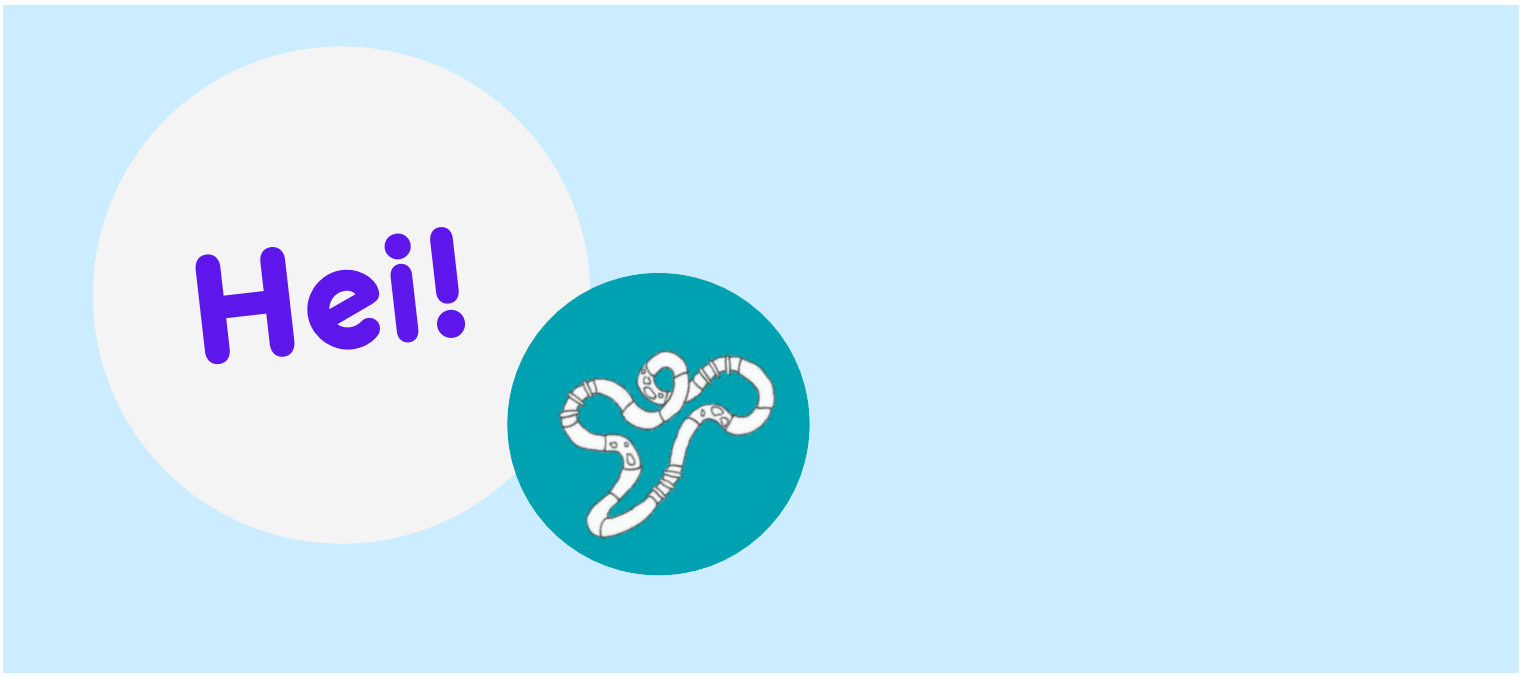
JOSE RY

OPPIMISEN APUVÄLINEREPPU

LAPSET





Nyt olet hyvän äärellä. Käsissäsi on JOSEn lasten apuvälinereppu.

Uuden oppiminen, keskittyminen, hahmottaminen, lukeminen ja kirjoittaminen, ja ylipäätään kaikki oppimiseen liittyvä saattaa olla haasteellista. Oppimisen sujuvoittamiseksi voi hyödyntää erilaisia apuvälineitä.

Jokainen meistä hyötyy oppimisen apuvälineistä.
Ei tarvitse olla oppimisvaikeuttakaan. Oppiminen on toisinaan hankalaa jokaiselle. Apuvälineisiin tutustumalla voi löytää helpotusta omaan arkeen.

Lisätietoa ja vinkkejä apuvälineiden käyttöön voi lukea tästä vihkosta tai katsoa videoilta. Videot löytyvät QR-koodien takaa. Jos sinulla ei ole puhelimessasi QR-koodin lukijaa, voit ladata sellaisen maksuttomasti Google Play Kaupasta tai App Storesta. Videot löytyvät ilman koodia YouTubesta Joensuun seudun erilaiset oppijat ry:n kanavalta.

Lisätietoa JOSE ry:stä ja yksilöllisestä ohjauksesta löytyy verkkosivuiltamme **www.lukijose.fi**.

SISÄLTÖ

Apuvälineiden käyttöön voi tutustua videoilta, jotka löytyvät QR-koodien takaa, tai lukemalla lyhyet esittelyt.

KESKITTYMINEN

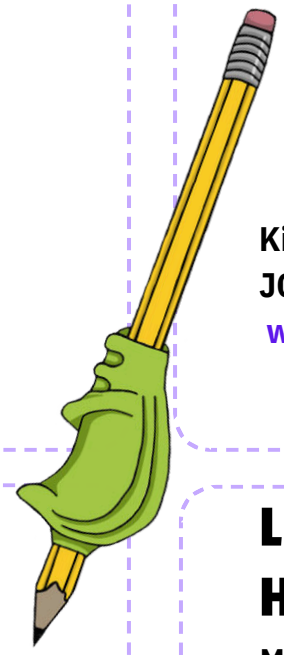
Terapiaketju
Piikkirulla
Istuintyyny
Puristelupallot
Lötköpötkö
Stressitähti
Purukoru
Infinity Cube
Kuulalelu
Naksuketju
Stressikuutio ja vaahtis
Kuulosuojaimet

S. 4

AJANHALLINTA

Kuukausisuunnitelma
Toimintataulu
Ajastin

S. 7



Kirjallisia materiaaleja voi tulostaa JOSEn nettisivuilta:
www.lukijose.fi/materiaalipankki

LUKEMINEN JA KIRJOITTAMINEN

Lukuviivain
Lukukalvo
Kynätuet
Korostustussit
Hiekkapaperiaakkoset
Wordin työkalut
Tietotekstin lukeminen
Lukusujuvuus
Kirjaimet kohdilleen ja keskittyminen
Luetun ymmärtämisen harjoittelun ABC
Yleisiä vinkkejä ja linkkejä

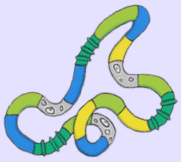
S. 8

LASKUTAITO JA HAHMOTTAMINEN

Mittanauha
Sataulu
Eläinten lajittelu
Mittayksiköitä ja tukipisteitä -taulu
Summa, erotus, tulo ja osamäärä
Hahmottaminen ja geometria

S. 10

KESKITTYMINEN



Keskittyminen voi olla vaikeaa esim. seuraavista syistä.
Tunnistatko?

Lukivaikeus
- vaikeuttaa luetun ymmärtämistä
- luettua tekstiä on vaikea muistaa

KEINO:
- tauota työskentelyä, kokeilemalla löydät oman rytmisi
- kysele itseltäsi tekstin sisällöstä lukemisen jälkeen

Hahmottaminen
- mahdolliset virhetulkinnat ja väärinymmärrykset vaikeuttavat tehtäviä

KEINO:
- pysähdy ja käy läpi tilanne tai tehtävä rauhassa

Tarkkaavuus
- häiriöherkkyys esim. äänelle, valolle tai liikkeelle
- vaikea keskittyä yhteen asiaan kerrallaan

KEINO:
- kuulokkeet, sermit, lippalakki, rauhallinen tila
- tauotus

Muisti
- asioita on vaikea muistaa, jos työskennellessä ajatus katkeilee usein
- jos arki on täynnä muistamista, voi kertyä liiaksi kuormaa muistille

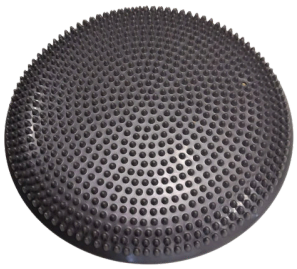
KEINO:
- muistivihko, kalenteri (kirjaa muistiin kaikki tarvittava)



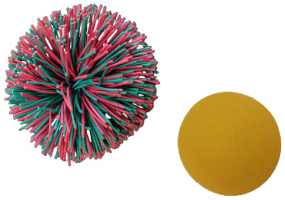
TERAPIAKETJU on kädessä pyöriteltävä ketju, joka vääntyy moneen suuntaan. Ketjun osat saa irrotettua toisistaan. Ketjua pystyy näin pidentämään ja lyhentämään. Ketjun pinnassa on nystyröitä erilaisten aistituntemusten aikaansaamiseksi.



PIIKKIRULLA on aktiivisuuteen sekä käden puristusvoiman ja tarttumisen harjoitteluun sopiva keskittymisen apuväline. Pieni ja käteen sopiva rulla on huomaamaton ja hiljainen apu työskentelyn tukena. Rullan nystyrät stimuloivat ihoa.



ISTUINTYYNY auttaa levotonta istujaa. Istuintyynyn voi sujauttaa takapuolen alle, selän taakse tai lattialle jalkojen alle. Tyynyllä voi esimerkiksi keinua, siihen voi nojailla ja jalkoja voi rullailla sen päällä. Istuintyynystä voi käyttää sekä nystyräistä että sileää puolta.



PURISTELUPALLO on keskittymisen apuväline, jota voi puristella käsissä ja hieroa kämmenten välissä. Aistituntemus vaihtelee riippuen pallon jämäkkyydestä. Tuotteita on useita erilaisia.



LÖTKÖPÖTKÖ on sympaattinen venyvä eläinhahmo, jota voi hypistellä käsissä keskittymisen tukena. Pötkön toisessa päässä on reikä, josta se on helppo ripustaa roikkumaan esimerkiksi reppuun.



STRESSITÄHTI sopii käteen ja sitä voi puristelupallojen tavoin puristella käsissä ja kämmenten välissä. Aistituntemus stressitähdessä on kevyt. Sormilla on mukava tutkailla stressitähden eri muotoja ja kaaria.



PURUKORU antaa suun aisteille virikkeitä. Jos huomaa, että kynänpäät, hupparin narut ja vetoketjut hakeutuvat helposti suuhun, voi purukoru tarjota turvallisemman tavan hakea virikkeitä. Huom! Repussa oleva purukoru on kaikkien asiakkaiden käytössä. Koru desinfioidaan jokaisen lainauskerran välissä. **Älä laita repun purukorua suuhun.**



INFINITY CUBE eli *ääretön kuutio* kääntyy loputtomasti itsensä ympäri. Kuutiolla saa käsille puuhaa silloin, kun tarvitsee keskittyä.



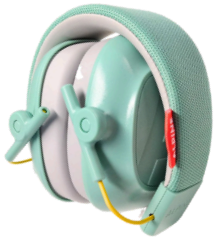
KUULALELU on sopivan pieni keskittymisen apuväline sujahtamaan esimerkiksi taskuun, jossa sitä voi pyöritellä huomaamattomasti ja äänettömästi.



NAKSUKETJU pitää nimensä mukaisesti naksuvaa ääntä. Jos kaipaa tuntoaistimuksen lisäksi äänivirikettä, kuuluu ketjusta miellyttävä naksahtelun ääni. Naksuketju on oiva apu keskittymiseen esimerkiksi kotona läksyjä tehdessä.



STRESSIKUUTIO JA VAAHTIS ovat kuutionmuotoisia puristeltavia apuvälineitä. Vaahtis on koostumukseltaan erittäin pehmeä, stressikuutio hieman kiinteämpi.



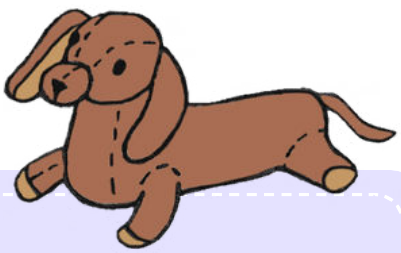
KUULOSUOJAIMET auttavat poistamaan ympäristöstä turhat ääniärsykkeet ja helpottavat keskittymistä.

VIDEO:
Keskittymisen apuvälineet 1

VIDEO:
Keskittymisen apuvälineet 2

VIDEO:
Keskittymisen apuvälineet 3





VINKKI oman painoesineen tekemiseen

Painotuotteita myyvät monet eri tahot ja niiden hinnoissa on eroja. Edullinen ja jokaisen kukkarolle sopiva painotuote on helppo tehdä itse esimerkiksi pehmolelusta. Täytä ensin pesupussi suolakiteillä tai painopelleteillä. Avaa sen jälkeen pehmolelua saumakohdasta ja laita painopussi lelun sisään. Ompele lopuksi lelu takaisin kiinni.

AJANHALLINTA

Ajanhallinta voi olla haasteellista esim. seuraavista syistä. Tunnistatko?

VIDEO: Ajan hahmottamisen apuvälineet

VIDEO: Ajanhallinnan apuvälineet

Lukivaikeus
- aikataulujen ymmärtämisessä ja lukemisessa on haasteita

KEINO:
- puheesta tekstiksi -toiminto
- kalenterin menojen korostaminen väreillä

Hahmottaminen
- ajan kulumisen, asioihin tarvittavan ajan ja etäisyyksien hahmottaminen on vaikeaa

KEINO:
- puhelimen karttasovellukset
- ajan mittaaminen
- ajastimet

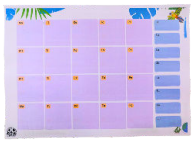
Tarkkaavuus
- suunnitelmallisuus ja sovituissa aikatauluissa pysyminen on vaikeaa
- uppoutuminen itseä kiinnostaviin asioihin ja ajantajun katoaminen

KEINO:
- puhelimen muistutukset
- kalenterit, ajastin

Muisti
- sovittujen menojen ja tapaamisten muistaminen
- opintoihin liittyvien tehtävien ajoissa palauttaminen

KEINO:
- tekemisen suunnittelu pienissä osissa
- muistiinpanot





KUUKAUSISUUNNITELMAAN merkitään koko kuukauden tehtävät ja menot. Väreillä voi koodata eri aiheisiin liittyvät asiat (esim. vihreällä koulu ja punaisella harrastukset). Merkitsemiseen käytetään pyyhittäviä tusseja.



TOIMINTATAULU on muistitaulu, jonka avulla suunnitellaan ja ositetaan tehtäviä. Pieniksi osiksi pilkottu tehtävä on helpompi toteuttaa kuin suuri kokonaisuus. Ositettu tehtävä kirjoitetaan muistilappuihin, jotka sijoitetaan toimintataulun tehtäväosioon ja joita siirretään eteenpäin tehtävän edistyessä.



AJASTIN on apuväline ajan hahmottamiseen. Ajastimeen asetetaan suunniteltu työskentelyaika ennen seuraavaa taukoa. Työskentelyä voi rytmittää esimerkiksi 30 minuutin jaksoihin, joiden jälkeen on 5 minuutin tauko. **Visual Timer** on vastaava sovellus, jonka voi ladatta App Storesta tai Google Play Kaupasta ilmaiseksi.

LUKEMINEN JA KIRJOITTAMINEN

Lukeminen ja kirjoittaminen voivat olla haasteellisia esim. seuraavista syistä. Tunnistatko?

Lukivaikeus
- lukeminen on takeltelevaa ja hidasta
- kirjoittaminen on vaikeaa ja tekstissä on virheitä

KEINO:
- kaikki lukeminen kehittää sujuvuutta ja luetun ymmärtämistä
- pilko iso tehtävä osiin, suunnittele runko, nuku yön yli

Tarkkaavuus
- kirjoja lukiessa keskittyminen on vaikeaa ja ajatus harhailee
- tehtäviä tehdessä on vaikeaa keskittyä olennaiseen

KEINO:
- tauota
- pysähdy pohtimaan, mitä luit
- käytä värejä
- suunnittele tekstin runko huolella

Hahmottaminen
- isojen tekstikokonaisuuksien ja asioiden yhteyksien hahmottaminen on pulmallista
- kuvien tulkinta
- digitaalisten alustojen käytössä haasteita

KEINO:
- pohdi opiskeltavaa yhdessä kaverin kanssa, pyydä apua
- piirrä

Muisti
- työmuisti on kapeampi ja asioiden siirtäminen pitkäkestoiseen säilömuistiin on vaikeampaa

KEINO:
- toistot lukiessa
- äänikirjat
- muistiinpanot ja muistisäännöt



LUKUVIIVAIN pienentää mustan tekstin ja valkoisen paperin välistä kontrastia ja auttaa pysymään oikealla rivillä. Viivaimen aukko asetetaan luettavan rivin kohdalle, jolloin silmä ennakoi värikalvon läpi myös tulevaa tekstiä. Viivainta voi käyttää kirjanmerkkinä.



LUKUKALVO toimii samalla tavalla kuin viivain, mutta se maalaa koko tekstin. On yksilöllistä, mistä väristä kenenkin silmä pitää. Repussa on useita erivärisiä kalvoja. Kokeile, mikä niistä sopii juuri sinulle.



KYNÄTUET ohjaavat ottamaan kynästä oikeaoppisen kirjoitusotteen. Mikäli kynäote on vääränlainen, käsi voi väsyä ja kipeytyä kirjoittaessa nopeasti. Repussa on erilaisia kynätukia, joista Grotto-tuki ohjaa oikeaoppiseen kynäotteeseen parhaiten. Kuvassa Grotto-tuki.



KOROSTUSTUSSIT auttavat asioiden ryhmittelyssä sekä olennaisen poimimisessa tekstistä. Tusseilla voi värikoodata esimerkiksi muistiinpanoja. Eri väreillä on helppo ryhmitellä asiat kokonaisuuksiksi.



HIEKKAPAPERIAAKKOSET sujuvoittavat aakkosten opettelua. Tunnustelemalla aakkosten muotoja ja kaaria, ne tulevat nopeasti kädelle tutuiksi. Kun kirjainten muoto on tuttu, helpottuu niiden muodostaminen kynällä.

WORDIN TYÖKALUT ovat kokoelma aputoimintoja tekstin tuottamiseen ja kuuntelemiseen. Näytä-välilehdeltä pääsee siirtymään syventävään lukuohjelmaan. Toimintoja ovat mm. sivun värjääminen ”värikalvolla”, kuten lukukalvolla, puheella kirjoittaminen, kirjoitetun tekstin kuunteleminen sekä tekstin tavuttaminen ja koon vaihtaminen.



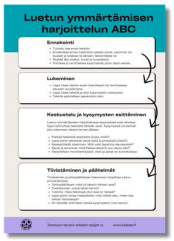
TIETOTEKSTIN LUKEMINEN on lyhyt yleinen ohjeistus siitä, kuinka tietopohjaista tekstiä kannattaa lukea ja opetella. Kaikessa oppimisessa on mukana kertaus. Muista kerrata lukemasi, jotta tieto jää paremmin muistiin!



LUKUSUJUVUUS viittaa siihen, kuinka vaivattomaksi lukemisen kokee. Lukusujuvuutta voi parantaa toistuvilla lyhyillä lukuhetkillä. Posterissa on myös muita ohjeita lukemisen sujuvoittamiseksi.



KIRJAIMET KOHDILLEEN JA KESKITTYMINEN -posteri tarjoaa vinkkejä oikeinkirjoitukseen ja haastavien sanojen lukemiseen sekä lukemisen pariin keskittymiseen.



LUETUN YMMÄRTÄMISEN HARJOITTELUN ABC kokoaa yhteen keskeisimmät luetun ymmärtämisen periaatteet. Keskustele ja esitä kysymyksiä lukemastasi tekstistä. Tee tiivistelmiä ja johtopäätöksiä tekstin tapahtumista ja aiheista.



YLEISIÄ VINKKEJÄ JA LINKKEJÄ -posteriin on kerätty hyödyllisiä ohjeita ja mielenkiintoista tutustuttavaa pelien ja harjoitteiden muodossa.



VIDEO: Lukemisen apuvälineet

VIDEO: Kirjoittamisen apuvälineet

CELIA on valtion äänikirjasto. Celianetin kirjat ovat kuunneltavissa Pratsam Reader -sovelluksen avulla sekä nettisivuilla. Lainattu kirja latautuu Pratsam Reader -sovellukseen ja palautuu sieltä itsestään, kun laina-aika umpeutuu. Celianetin palveluihin on oikeutettu, jos kokee lukemisen vaikeaksi tai on jokin todettu lukemisen este. Tunnuksia Celian äänikirjastoon tekevät kirjastot ja oppilaitokset sekä JOSE ry.

LASKUTAITO JA HAHMOTTAMINEN



Laskeminen voi olla haasteellista esim. seuraavista syistä.
Tunnistatko?

Lukivaikeus
- vaikea ymmärtää ja muistaa matemaattisia merkkejä ja käsitteitä
- haastavaa ymmärtää sanallisia tehtäviä

KEINO:
- keksi eri merkeille eri värit
- lue tehtävä ääneen useasti
- viivaa yli turha, ympyröi olennainen, piirrä

Hahmottaminen
- työlästä käsitellä nähtyä tietoa: diagrammit, geometria
- kolmiulotteisen hahmottamisen haasteita

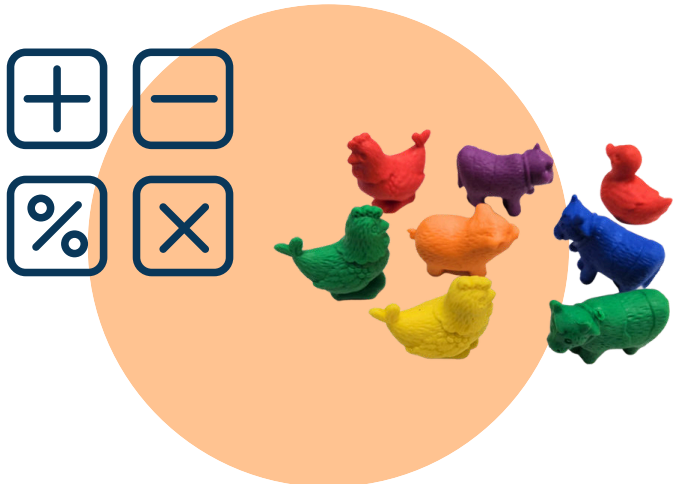
KEINO:
- rakenna mallikappaleita
- jaa pienempiin yksinkertaisiin osiin
- lue ääneen

Tarkkaavuus
- virheet numeroiden merkinnöissä ja laskukaavoissa
- vaikea säädellä omaa toimintaa ja esim. vaihtaa laskutapaa

KEINO:
- pilko tehtävä osiin
- merkitse kaikki välivaiheet näkyviin
- tauota työskentelyä riittävän usein

Muisti
- hankala muistaa peruslaskutoimituksia, kertotaulua ja laskusääntöjä

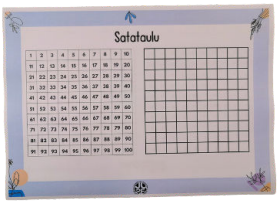
KEINO:
- tee itsellesi muistin tukia: muistilaput, puhelimen muisti
- voit kerrata laskuja esim. YouTube-videoiden avulla



VIDEO: Laskemisen apuvälineet



MITTANAUHA on apuväline lukujonon (1, 2, 3, 4…) hahmottamiseen. Lukujonoa voi rallatella eteen- ja taaksepäin kahden, kolmen tai viiden välein. Huomaa itsellesi haasteelliset kohdat ja harjoittele niitä. Taito kehittyy toistojen kautta. Matematiikkaa on kaikkialla ympärillämme.



SATATAULUN avulla voi vahvistaa kymmenjärjestelmän tuntemusta. Ruudukkoa voi käyttää myös pelilautana. Tyhjän sataulun ruutuun kirjoitetaan valmiiksi yksi luku, minkä jälkeen tehtävänä on sijoittaa ympäröivät luvut oikeille paikoilleen. Kertotauluja voi harjoitella etsimällä ja merkitsemällä kaikki tietyn numeron monikerrat.

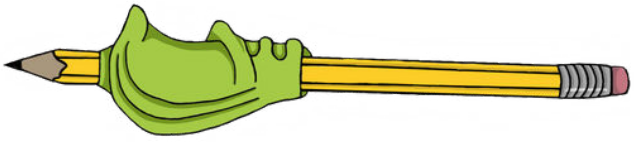


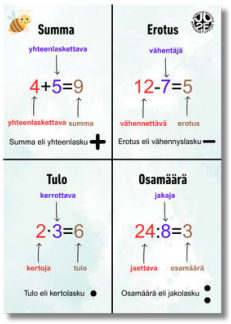
MITTAYKSIKÖITÄ JA TUKIPISTEITÄ -TAULU (mukaillen Ikäheimo & Piipponen 2014) antaa helposti hahmotettavia esimerkkejä mittasuhteista. Yksikön muuttaminen toiseen yksikköön tapahtuu helpoimmillaan pilkkua siirtämällä. Kuinka 100 metriä muutetaan millimetreiksi tai 12 litraa desilitroiksi?



ELÄINHAHMOJEN avulla voi harjoitella monenlaisia matematiikan taitoja. Eläimiä voi jaotella eri ryhmiin ja harjoitella tällä tavoin esimerkiksi prosenttilaskujen, murtolaskujen ja jakolaskujen perusteita. Eläimet havainnollistavat konkreettisesti yhteen- ja vähennyslaskuja. Poimi ryhmä eläimiä. Montako eläintä sinulla on ryhmässäsi? Kuinka monta kanaa on tässä eläinryhmässä? Miten ilmaisisit tämän luvun murtolukuna? Entä prosentteina?



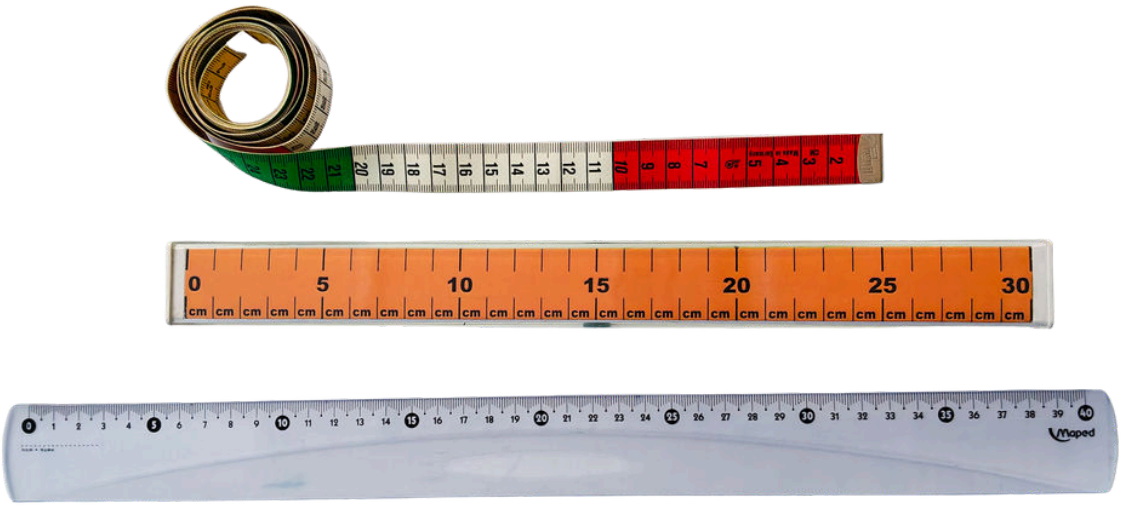




SUMMA, EROTUS, TULO JA OSAMÄÄRÄ -posterissa on merkittynä selkeästi eri peruslaskutoimitusten osat ja niiden nimet.



HAHMOTTAMINEN JA GEOMETRIA on kolmiosainen kuvasarja, jossa on lajiteltuna erilaisia tasokuvioita ja kolmiulotteisia kappaleita. Sijaintikäsitteitä-posterissa havainnollistetaan eri sijaintia kuvailevien sanojen merkitystä.



Hahmottamiskykyä tarvitaan sanallisen tehtävän ymmärtämiseen, muotojen havaitsemiseen, lukujen sijoittamiseen ja esimerkiksi jakokulmassa laskemiseen. Tässä muutama vinkki, jotka helpottavat laskutehtävien hahmottamista:

- piirrä tehtävä
- hyödynnä ruutupaperia (erityisesti prosenttilaskuissa)
- johda toisen helpomman laskun kautta

6 x 8 =
5 x 8 + 8 =
5 x 8 = 40
40 + 8 = 48

JOENSUUN SEUDUN ERILAISET OPPIJAT RY

TUKEA OPPIMISEEN KAIKENIKÄISILLE!



Lisätietoja:

puh. 044 282 0022

info@lukijose.fi

www.lukijose.fi