



AIVORASSI

AIVORASSI on työikäisille muististaan huolestuneille suunnattu ryhmätoimintamalli. Aivorassi on 10 kerran kokonaisuus, jossa ryhmä kokoontuu viikoittain 1-1,5 tuntia kerrallaan. Aivorassissa käytetään Ahaa! aivotreeniä - materiaalia. Ahaa! aivotreenit -sivustolta löytyy lisätietoa materiaaleista ja koulutetuista ohjaajista: <https://ahaa-aivotreenit.fi/etusivu>

Aivorassi toimintamallia on käytetty Oulun Seudun Muistiyhdistyksen Aivosilta-hankkeessa vuosina 2017-2019.

Tähän on koottu ohjeistus ja valikoidut Ahaa! tehtävät jokaiselle ryhmäkerralle. Ryhmäläisille monistettava Ahaa!- aineisto on sivunumeroitu. Lisäksi on koottu_huomioitavia asioita ja vinkkejä ryhmänohjaajalle.



AIVORASSIN 10 KERRAN RYHMÄSUUNNITELMAT

1.KERTA

AHAA! -AIVOTREENIN ESITTELY

- Kerrotaan lyhyesti Ahaa! – aivotreenin idea.

ALOITUS

- Esittäydytään. Jokainen voi kertoa esim. yhden asian tai ominaisuuden itsestään.
- Tehdään yhdessä ryhmälle säännöt (mm. ryhmään tullaan ajallaan, työrauhan antaminen). Ohjaaja kirjaa säännöt.
- Ryhmästä riippuen täytetään lomake *Odotukset ja toiveet ryhmätoiminnalle*.

KESKITTYMINEN / Monta rautaa tulella & Tähtikuviot

- Keskustellaan aiheesta keskittymiseen liittyvien kysymysten avulla.
- Käydään läpi taustatietoa keskittymisestä.
- Tutkaillaan mitä seuraa, jos yrittää tehdä montaa asiaa yhtäaikaisesti. Tehdään *Monta rautaa tulella* tehtävä s. 9.
- Käydään läpi ohjeet *Tähtikuviot* -tehtävien tekoon.
- Tehdään tehtävisivut: 16, 17, 18, 21, 24, 25, 27, 30, 33, 34, 36, 39.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot.

Mikä sai sinut onnistumaan?
Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?
Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?
Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?
Mitä voisimme tästä oppia?

2. KERTA

KESKITTYMINEN / Tähtikuviot

- Keskustellaan edellisen kerran aiheesta.
- Jatketaan viime kerralla jaettuja tehtäviä. Etenemisen mukaan jaetaan uusi tähtitehtävänippu, jossa on sivut: 42, 43, 45, 49, 50 ja 51.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot

Mikä sai sinut onnistumaan?
Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?
Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?
Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?
Mitä voisimme tästä oppia?

3. KERTA

MUISTI / Kim-leikki kuvista & Kuvasta katosi

- Keskustellaan aiheesta muistiin liittyvien kysymysten avulla.
- Käydään läpi perustietoa muistista ja sen toiminnasta.
- Tehdään ohjatusti *Kim-leikki kuvilla* ja *Kuvasta katosi* -tehtävät s. 12, 13, 14, 15, 16, 17, 24 ja 26. Tehdään tehtävä kerrallaan yhdessä edeten.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot

Mikä sai sinut onnistumaan?

Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?

Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?

Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?

Mitä voisimme tästä oppia?

4.KERTA

MUISTI / Muistiketju, Muistatko-liikkeen & Muistatko sanat

- *Muistiketju* - tehtävien ohjeistus.
- Tehdään tehtävät s. 34 – 40.
- Sillataan, miten assosiaatiota voi käyttää muistamisen apuna arjessa.
- Tehdään *Muistatko liikkeen* - harjoitus värivihjeen avulla (värikortit).
- Sillataan *Muistatko – liikkeen* harjoitus.
- Tehdään *Muistatko sanat* - harjoitus.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot.

Mikä sai sinut onnistumaan?

Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?

Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?

Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?

Mitä voisimme tästä oppia?

5. KERTA

HAHMOTTAMINEN / Kulkeminen kartalla

- Keskustellaan aiheesta hahmottamiseen liittyvien kysymysten avulla.
- Käydään läpi hahmottamiseen liittyvää perustietoa.
- Hahmotetaan suuntia ja ilmansuuntia Lahden kaupungissa. Tehdään *Kulkeminen kartalla* - tehtävät s. 10, 12 -21. Tutustutaan ja tehdään yhdessä s. 10, 12, 13, 14, 15. Sen jälkeen jokainen etenee omaa tahtiaan.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot

Mikä sai sinut onnistumaan?

Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?

Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?

Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?

Mitä voisimme tästä oppia?

6. KERTA

HAHMOTTAMINEN / Pinopalat

- Käydään läpi taustatietoa hahmottamisesta.
- Käydään läpi *Pinopalojen* tehtävöohjeet: Mitä? Miksi? Miten?
- Analysoidaan osia ja niiden muodostamia kokonaisuuksia. Tehdään *Pinopalojen* tehtäväsivut 24 –33.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot.

Mikä sai sinut onnistumaan?

Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?

Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?

Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?

Mitä voisimme tästä oppia?

7. KERTA

PÄÄTTELY / Jatkuva sarja

- Keskustellaan aiheesta päättelyyn liittyvien kysymysten avulla.
- Käydään läpi päättelyyn liittyvää perustietoa
- Käydään läpi *Jatkuva sarja*- päättelyn tehtävöohjeet.
- Tehdään jokaisesta tehtävätyypistä yksi tehtävä yhdessä. Sen jälkeen jokainen etenee omaa tahtiaan s. 9 –13.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot.

Mikä sai sinut onnistumaan?

Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?

Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?

Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?

Mitä voisimme tästä oppia?

8. KERTA

PÄÄTTELY / Päättele vihjeestä

- Käydään läpi *Päättele vihjeestä* - tehtävien tehtävöohjeet.
- Tehdään tehtäväsivut: 15 –21, 25- 26, 29 –31, 33, 35, 38 –40, 42, 44 – 46, 48-50, 53-54, 56-57.
- Tehdään yhdessä tehtävät sivulle 21 asti. Sen jälkeen jatketaan omaa tahtia.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot

Mikä sai sinut onnistumaan?

Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?

Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?

Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?

Mitä voisimme tästä oppia?

9. KERTA

KIELI / Piirrä ohjeen mukaan

- Keskustellaan aiheesta kieleen liittyvien kysymysten avulla.
- Käydään läpi taustatietoa kielestä, samalla jo sillataan.
- Tehtävöohjeistus *Piirrä ohjeen mukaan* – tehtäviin.
- Ennen tehtävien tekoa tutkitaan pohjakuvia yhdessä ja nimetään asioita kuten pöytä, lipasto, tikkaat, kauppa, hylly, lokero jne.
- Tehdään tehtäviä: *Piirrä ohjeen mukaan* s. 8 - 13. **Varaa värikynät mukaan!**
- Korostetaan: Tärkeintä oivallukset, ei piirrosten laatu!
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot

Mikä sai sinut onnistumaan?

Milloin muulloin sinun olisi hyvä...?

Millaisia strategioita ja menetelmiä käytit?

Missä arjen tilanteessa tarvitsemme samaa taitoa?

Mitä voisimme tästä oppia

10. KERTA

KIELI / Tarinakuvat

- Käydään läpi tehtävöohjeet *Tarinakuvien* tekemiseen.
- Ennen tehtävien tekoa käydään kuvat läpi ja nimetään yhdessä näkyvät asiat.
- Keksitään tarinoita käyttäen kuvasarjoja ja sanalistoja s. 15, 22, 26, 28, 29, 30.
- Loppukeskustelut, siltaaminen, havainnot ja huomiot.
- Ryhmästä riippuen täytetään palautelomakkeet.
- Yhteinen palaute – ja päätöskeskustelu.

HUOMIOITAVIA ASIOITA JA VINKKEJÄ AIVORASSIN OHJAAJALLE

- Ryhmän kokoontumistilan tulee olla rauhallinen, sillä tehtävät vaativat keskittymistä.
- Ryhmäsuunnitelmat ovat tiiviit ja pääpaino on keskittyneessä tehtävien teossa.
- Jos Aivorassi on kestoaltaan tunnin mittainen, kuulumisten vaihdolle ja ylimääräiselle keskustelulle ei jää aikaa. Jos Aivorassin kesto on 1,5 h, myös kahvitteuluun ja vapaaseen keskusteluun on paremmin aikaa.
- Kiinnitä huomiota mukavaa ja rentoon ilmapiiriin, jolloin ryhmään on mukava tulla.
- Erityisesti ensimmäisellä kokoontumiskerralla on huomioitava ajankäytössä, että tehtävien tekemiselle jää aikaa. Yhteinen aloitus vie aikaa.
- Joku osallistuja voi tarvita kokoaikaisesti apua tehtävien teossa. Ohjaajalla ei ole kuitenkaan mahdollisuutta ohjata kokoaikaisesti yksittäistä osallistujaa. Silloin on harkittava henkilökohtaisen avustajan mukanaoloa ryhmässä tai arvioitava soveltuuko henkilö ryhmään.
- Jonkun tehtävän ollessa ohjauksesta huolimatta osallistujalle ylivoimainen, voi siirtyä erilaiseen tehtävään tekemättä asiasta numeroa.
- Ohjauksesta huolimatta aineiston tehtävät voivat olla huomattavan vaikeita joillekin osallistujille. Silloin voi antaa helpompia Ahaa!-tehtäviä tai muita keveämpiä aivotreenitehtäviä. Tärkeää on, että osallistuja saa onnistumisen kokemuksia.
- Keskittymiseen liittyvät haasteet ovat ryhmässä tavallisia. Silloin voi kokeilla erilaisia, virkistäviä aivojumpsaliikkeitä tai muutaman minuutin rentoutusharjoitusta silmiä kiinni pitäen.
- Työrauhan ylläpitäminen voi olla haasteellista. Toistuvaan levottomuuteen ja ääneen juttelemiseen voi joutua puuttumaan.
- Vertailua tehtävissä etenemisessä tulee herkästi. Silloin on tärkeää korostaa, että jokainen tekee tehtäviä omassa tahdissaan. Tärkeintä on, että aivot saavat treeniä.
- Tavoitteena on, että kaikki ryhmäläiset voisivat kokea onnistumisen ja oivaltamisen kokemuksia. Jokaisella tulisi olla ryhmän loppuessa hyvä mieli.
- Kotitehtäviä voi antaa. Tehtävien tulee olla muita, kuin ryhmässä käytettävää Ahaa! – aineistoa.
- Kannusta, innosta ja rohkaise!