

Mitä tapahtuu, kun SOME sammuu yläkoulussa?

Teksti: Hanna Kiviaho

Yläkoulustamme tuli kännykätön koulu elokuusta alkaen. Tarjoamme nuorille välituntisin muuta ajanvietettä. Saimme aktiivisia, osallistuvia, toistensa kanssa juttelevia nuoria. Käytävillä on jälleen iloa ja eloa. Kännykän käyttöön liittyvät ongelmat vähenivät merkittävästi oppitunneilla, ja toisten kohtaaminen on lisääntyneet huomattavasti. Kaikki tämä sujui yllättävän helposti.

Ajatus herää

Palasin vanhempainvapaalta tammi-kuussa 2024 takaisin töihin. Havaitsin hiljalleen, että oppilaiden keskittymiskyky sekä toisten kohtaamisen taito olivat jälleen menneet huonompaan suuntaan. Oltuani vain reilun vuoden pois tutusta työpaikastani ero oli merkittävä. Myös havainnot nuorten lisääntyvistä mielenterveyden haasteista vuosien varrella ovat saaneet huolen heräämään. Kyselin välillä opetusryhmiltäni ruutuajasta sekä nuorten päivien sisällöstä. Monilla nuorilla kännykän käytön määrä oli päätähvi- maava. Keskusteluiden pohjalta huolestui myös sisällöstä, jota nuoret katsovat myös välitunneilla. Hiljalleen alkoi kypsyä haave koulusta kännykkävapaana alueena, jossa keskitytään opiskeluun, toisten kohtaamiseen sekä liikkumiseen välituntisin.

Askelmerkit kännykkättömäksi kouluksi

1. HUHTIKUU 2024:

SOME sammuu -viikko järjestetään yhdessä välkkärioppilaiden kanssa

2. TOUKOKUU 2024:

Järjestyssääntömuutoksen esittäminen vanhempainfoorumille

3. TOUKOKUU 2024:

Järjestyssääntömuutokset hyväksyminen opettajankokouksessa

4. TOUKOKUU 2024:

Järjestyssääntömuutoksen esittely oppilaskunnalle

- Asian käsittely oppilaskunnan kanssa sekä infot koteihin toimintakulttuurin muutoksesta
- Oppilaat saivat esittää toiveitaan välituntitoiminnan suhteen

5. KESÄKUU 2024:

Sivistys- ja hyvinvointilautakunta hyväksyy järjestyssääntömuutoksen

6. ELOKUU 2024:

Koulu alkaa ja toimintakulttuurin muutos astuu voimaan



Some sammuu-viikko

Koulussamme yksi yhdeksäsluokka kokeili vapaaehtoisesti kännyköiden viemistä parkkiin opettajanhuoneeseen kouluviikon ajan. Tästä innostuneina päätimme toteuttaa välkkärioppilaiden kanssa SOME sammuu -viikon. Viikon aikana luokat kilpailivat keskenään siitä, mikä luokka antaa eniten puhelimia parkkiin opettajanhuoneeseen päivän ajaksi. Tulokset laskettiin prosentuaalisesti erikokoisten luokkien vuoksi. Paras luokka palkittiin. Välkkäreiden ideोजना palkintoa varten kerättiin rahaa paikallisilta yrityksiltä ja pieni summa saatiinkin kasaan. Tavoitteena oli tukea nuorten järkevää ajankäyttöä. Voittanut luokka sai käyttää rahat yhteiseen mukavaan tekemiseen viimeisellä kouluviikolla. SOME sammuu -viikon aikana testasimme tulevia välituntitoimintoja, sillä olimme jo päättäneet koulussamme tehdä toimintakulttuurin muutoksen kännyköiden käytön suhteen.

tön suhteen.

SOME sammuu -viikkoon lähtivät mukaan, sitoutuneen kouluyhteisömme lisäksi, kunnan yhteistyötahot: nuorisotoimi, seurakunta ja liikuntatoimi. Viikolla tarjosimme nuorille kaikkea muuta ajanvietettä välituntisin kuin kännykän käyttöä. Tulokset viikosta olivat odotuksia paremmat. Nuoret palauttivat puhelimit parkkiin koko koulupäivän ajaksi suurimmaksi osaksi. Viikon voittaneen luokan prosenttiosuus koko viikon ajalta oli 100 %. Kahden seuraavan luokan tulokset olivat myös yli 90 %. Pyysimme oppilailta kommentteja SOME sammuu -viikosta. Oppilailta saatu palaute oli lähes poikkeuksetta myönteistä, kuten: "Oli kiva jutella enemmän muiden kanssa.", "Tyypit puhui mulle, eikä pelannut vain jotain.", "Oli muuta tekemistä, ei tarvinnut olla koko ajan puhelimella.", "Ruutu aika väheni huomattavasti." Nuoret eivät kaivanneet puhelimiaan vaan aitoa kohtaamista.

Keväällä teimme muutoksen järjestyss-

VÄLITUNTITOIMINTA

Välitunti	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
10.05-10.30	<ul style="list-style-type: none"> • Salivälkkä: pojat • Kirjastovälkkä: 7 lk • Jutteluvälkkä 95-siivessä 	<ul style="list-style-type: none"> • Salivälkkä: 7 lk • Kirjastovälkkä: pojat • Nuorisotoimen välkkä 95-siivessä • Pingisvälkkä 	<ul style="list-style-type: none"> • Salivälkkä: 9 lk • Kirjastovälkkä: 8 lk • Jutteluvälkkä 95-siivessä 	<ul style="list-style-type: none"> • Salivälkkä: 8 lk • Kirjastovälkkä: tytöt • Mopovälkkä: (välkkä alkaa teknisentyön luokasta) • Pulmavälkkä kotitalousluokassa 	<ul style="list-style-type: none"> • Salivälkkä: tytöt • Kirjastovälkkä: 9 lk • Lepovälkkä luokassa 2.039
11.15-11.50		<ul style="list-style-type: none"> • Nuorisotoimi käytävillä 			<ul style="list-style-type: none"> • HYVIS käytävillä
12.05-12.40		<ul style="list-style-type: none"> • Nuorisotoimi käytävillä 			<ul style="list-style-type: none"> • HYVIS käytävillä
13.25-13.45	<ul style="list-style-type: none"> • Lautapelivälkkä Kirjaston luokassa 	<ul style="list-style-type: none"> • Luku/ opiskelu- välkkä luokassa 1.068 	<ul style="list-style-type: none"> • Lautapelivälkkä Kirjaston luokassa 	<ul style="list-style-type: none"> • Luku/ opiskelu- välkkä luokassa 1.068 	<ul style="list-style-type: none"> • Lautapelivälkkä Kirjaston luokassa

- HYVIS=Hyvinvointi- ja sportti valmentaja: kohtaa oppilaita, innostaa osallistumaan toimintaan, järjestää käytävähasteita jne.
- Välitunnit ulkovälitunteja ruokavälituntia lukuun ottamatta
- Ulkona välituntialueella tekonurmikenttä, pelikaukalo, lihaskuntolaitteita, keinut, koripallokoreja, ulkopelivälineitä
- Käytävillä: leuanvetotanko, nyrkkeilysäkki, pingispöytiä
- Välituntitarjotin muuttuu vuodenajan mukaan
- Tulossa: käsityövälikät, kielicafe, tukarivälkkät

Välituntitarjotin 2. jaksossa.

sääntöihin. Nykyään järjestyssäännöisämme lukee: ”Mobiililaitteiden käyttö on sallittua koulussa vain opettajan luvalla esimerkiksi opiskelutarkoituksessa. Muulloin laitteet pidetään opettajan osoittamassa kännykkäparkissa tai äänetömnän repussa myös välituntien aikana.” Muutosta vauhditti myös Liikkuva koulu -hanke.

Pysyvä muutos yhteistyössä kotien kanssa

Syyslukukauden alkaessa kännykän käytön rajaaminen oli kaikille selvää. Yläkouluun tuli uudet seitsemäsluokkalaisten, jotka eivät olleet saaneet käyttää puhelimia koulupäivän aikana ilman lupaa alakoulussakaan. Uudesta toimintatavasta oli kerrottu myös vanhoille oppilaillemme ennen kesälomaa. Tarkoituksena on jatkaa alakoulun toimivaa kännyköihin liittyvää käytäntöä myös yläkoulussa. Koko muutos tehtiin yhdessä yhteistyössä koko koulun henkilökunnan kanssa sekä erityises-

ti yhteistyössä kotien kanssa. Kodeilta saatu palaute kännykän käytön rajoittamisesta sekä keväällä että syksyllä koulun aletua on ollut lähes poikkeuksetta erittäin kannustavaa ja positiivista. Ongelmat, jotka ovat nousseet esiin esimerkiksi oppilaan tavoittamiseen liittyen, olemme pystyneet ratkaisemaan sopimalla yhteistä käytänteistä. Koko prosessin ajan olemme korostaneet hyvän yhteistyön tärkeyttä kotien kanssa. Tavoitteenamme kännyköiden käytön rajaamisessa on tukea nuorten hyvinvointia, kannustaa järkevään ajankäyttöön, harjoitella sosiaalisia taitoja, vahvistaa tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä, lisätä liikunnan määrää, ehkäistä kiusaamista sekä parantaa oppimismahdollisuuksia. Kukapa näitä asioita ei lapselleen haluaisi.

Ennakkoluulojen voittaminen

Yhteisönä olemme yllättyneitä, kuinka helposti muutos on lopulta tapahtunut. Ennakkoluulojen voittaminen on var-

masti suurin asia, joka toimintakulttuurin muutokseen vaaditaan. Tärkeää on henkilökunnan sitoutuminen sekä kotien kanssa samalla puolella oleminen. Loppuun vielä muutama opettajien kommentti: ”Oppituntien aloitus on helpottunut, ei tarvitse käyttää aikaa siihen, että kaikilla on puhelin pois. Aiemmin suurin osa oppilaisista käveli luokkaan puhelin kädessä, monella oli peli kesken, ja aloitus oli heti sitä jankuttamista puhelimesta. Kesken tunnin puhelin oli monella vaivihkaa esillä, jos tuli pienikin tauko tehtävien teosta. Tunnit ovat tämän osalta rauhoittuneet huomattavasti! Ja tietenkin välitunneilla on kiva nähdä, että oppilaat eivät enää istu tai seiso vierekkään puhelin kourassa käytävillä.” -Paula, kielen opettaja

”Tunnustan, että vielä viime keväänä, kun tästä kännykkätömyydestä alettiin puhua, ajattelin, että tämä ei tule mitenkään onnistumaan ja että tämä on taas yksi asia, joka vain lisää opettajien kyttäystyötä sekä oppilaiden ja opettajien välistä vastakkainasettelua. Nyt olen ollut suuresti ihmeissäni siitä kuinka helposti ja hyvin tämä on

toiminut.”-Ville, matemaattisten aineiden opettaja

Haaste kouluille

Kaikkia ideoitamme saa vapaasti käyttää. Kerron toimivista käytänteistämme mielelläni lisää. Haastan muita kouluja ryhtymään vastaaviin toimenpiteisiin nuorten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin parantamiseksi.

Kirjoittaja Hanna Kiviaho on Kankaisten koulun ja Kangasniemen lukion liikunnan- ja terveystiedonopettaja, sekä SOME sammu- lisää liikettä ja sisältöä välitunteihin hankekoordinaattori.

Oppilaat harjoittelemassa nuorisotoimen ideoimaa tasapainohaastetta liikuntavälitunnilla.

