

# LUONNON VAIKUTUKSET OPPIMISEEN JA HYVINVOINTIIN

Korteissa on luontoympäristön vaikutuksia hyvinvointiin ja oppimiseen. Voit käyttää kortteja keskusteluapuna työyhteisön perehdyttämisessä tai aiheen opettamisessa haluamallesi kohderyhmälle. Kortit on tarkoitettu erityisesti kasvatuksen ammattilaisille tai aihetta opiskeleville.

Keskusteluvinkit:

## 1) Mitä hyötyjä?

Ohjaa itsenäiseen pohdintaan: Olemme kaikki erilaisia, mitkä ovat sinun luonnosta saamasi hyödyt oppimiselle ja hyvinvoinnille? Pyydä jakamaan kunkin omat spontaanit ajatukset toisen henkilön kanssa. Jaa kortit ja pyydä käymään ne läpi: Löytyykö niissä hyötyjä, joita ei ollut vielä tunnistanut itsessään tai opetustilanteissa?

## 2) Totta vai ei?

Jaa kortit pareille: 1–3 korttia per pari. Ohjaa keskustelemaan: Onko kortin väittämä mielestänne totta? Oletteko havainneet sen toteutuvan omassa opetuksessa/työssä/muulla elämässä? Asetutaan piiriin ja jokainen pari lukee korttinsa ja kertoo lyhyesti ajatuksensa niissä mainittujen asioiden toteutumisesta. Kannusta käyttämään esimerkkejä omista kokemuksista.

## 3) Löytyykö teemoja?

Luonnon vaikutukset hyvinvointiin ja oppimiseen on jaettu korteissa viiteen eri luokkaan. Jaa kortit sattumanvaraisesti yksilöille tai pareille. Pyydä muodostamaan ryhmiä korttien värien perusteella. Ohjaa ryhmä keskustelemaan korttien mahdollisesta yhteisestä teemasta ja nimeämään se. Ovatko ryhmän jäsenet huomanneet korttien mukaisia vaikutuksia omassa työssään? Pyydä ryhmää esittelemään oman teemansa vaikutukset ja omat huomionsa niihin liittyen muille ryhmille.

*Kaikki korttien väittämät pohjautuvat tutkimuksiin. Ne eivät kuitenkaan toteudu aina joka tilanteessa kaikille, vaikka mahdollisuuksiakin olisi. Anna tilaa avoimelle keskustelulle ja pohdinnoille.*

## Haluatko oppia aiheesta enemmän?

Kuo, Barnes ja Jordan (2019): Do Experiences With Nature Promote Learning? Converging Evidence of a Cause-and-Effect Relationship. *Frontiers in Psychology*.  
[www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.00305/full](http://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.00305/full)

Suomenkielinen tiivistelmä Kuon, Barnesin ja Jordanin tutkimuksesta:  
[www.luontokoulut.fi/ulkona-oppimisen-hyodyt](http://www.luontokoulut.fi/ulkona-oppimisen-hyodyt)

**LUONNON  
VAIKUTUKSET  
OPPIMISEEN JA  
HYVINVOINTIIN  
-korttisarja**

HALTIA  SYKLI

A

**Oppiminen  
vahvistuu, kun  
ympärillä on  
enemmän luontoa**

HALTIA  SYKLI

A

**Luonnossa  
oppiminen on  
tehokkaampaa  
riippumatta  
opittavasta  
asiasta**

HALTIA  SYKLI

A

**Luonto-  
ympäristössä  
toimiminen tuo  
lisää liikettä  
päivään**

HALTIA  SYKLI

B

**Luontoympäristö  
parantaa  
huomiokykyä**

HALTIA  SYKLI

B

**Keskittyminen  
onnistuu  
paremmin  
luonnossa**

HALTIA  SYKLI

B

Stressi  
vähenee  
luonnossa

HALTIA  SYKLI

B

Ulkona on  
rauhallisempi  
ympäristö  
toimia

HALTIA  SYKLI

C

Yhteistyötä  
korostavat  
olosuhteet luovat  
hyvät puitteet  
oppimiselle

HALTIA  SYKLI

C

Sosiaalinen  
kanssakäyminen  
lisääntyy luonto-  
ympäristössä

HALTIA  SYKLI

C

Sosiaaliset taidot  
vahvistuvat  
luonnossa

HALTIA  SYKLI

C

Kommunikaatio-  
taidot vahvistuvat  
luonnossa

HALTIA  SYKLI

D

Luonnossa on  
usein käytössä  
käytännön-  
läheisempiä  
tehtäviä kuin  
sisätiloissa

HALTIA 

D

Opetuksen  
eriyttäminen on  
helpompaa luonto-  
ympäristössä

HALTIA 

E

Sinnikkyys  
kehittyy luonto-  
ympäristössä

HALTIA 

E

Oman toiminnan  
säätelyn taidot  
vahvistuvat  
luonnossa

HALTIA 

E

Oppijoilla  
on ulkona  
usein enemmän  
itseään määräämis-  
mahdollisuuksia

HALTIA 

E

Osallistumis-  
aktiivisuus  
lisääntyy  
ulkona luonnossa

HALTIA 