

# Reppu selkään ja retkelle

Luonnossa liikkuminen ja retkeily tarjoavat hektisen kouluelämän keskellä kiireetöntä aikaa yhdessäoloon, luonnon havainnointiin, liikuntaan ja aistikokemuksiin. Lasten kanssa liikuttaessa retken suunnittelu ja toteutus lasten ehdoilla on tärkeää.

■ Hyvällä suunnittelulla luodaan positiivisia kokemuksia ja lapset jaksavat paremmin. Jos retkellä on tylsää, voittavat väsymys ja valitus nopeasti innostuneen retkimielen.

Oppilaiden ikä ja aikaisempi retkeilykokemus, ryhmän koko ja maaston vaativuus ovat huomioonotettavia asioita retkeä suunniteltaessa. Kannattaa varata reilusti aikaa luonnon salojen tutkimiselle ja ihmettelylle. Hyviä apuvälineitä ovat luuppi ja kiikarit. Luopin avulla avautuu erilainen maailma ötököiden ja kasvien yksityiskohtiin.

Retkeilykokemusten kartuttaminen kannattaa aloittaa pienten oppilaiden kanssa eväsretkellä koulun lähimetsään. Yläkoululaisten kanssa voi jo suunnata Lapin kairoille. Metsässä liikuttaessa kannattaa vauhti pitää rauhallisena, sillä liian kova vauhti uuvuttaa sekä pienet että suuret kulkijat jo lyhyessä ajassa. Lapset jaksavat paremmin, kun retkessä säilyy kiireettömyyden tuntu.

## Jännitystä pitkospuilla

Retkeillessä varataan runsaasti aikaa ja avointa mieltä. Lapset luovat suhteen ympäristöön konkreettisen tekemisen kautta. Mielenkiintoisin reitti ei aina kulje suoraviivaisesti, vaan juuri polun vierestä löytyy usein ne kiinnostavimmat asiat, joita tutkitaan ja ihmetellään kiinni mättäessä.

Lapsia kiinnostavia asioita voivat olla luolat tai paikat, joihin pääsy vaatii pientä kapuamista. Pitkospuut, riippusillat ja venelossit voivat olla jännittäviä paikkoja, tai yöpyminen teltassa tai laavussa ikimuis-toista. Iltaretki pimeään metsään turvallisessa seurassa on lapselle jännittävä, positiivinen kokemus.

Pitkähköjä, lähiympäristöä kauemmas suuntautuvia retkiä ajatellen Suomi on hyviä kohteita pullollaan. Lasten kanssa retkeilyä helpottaa, kun suuntaa kulkunsa merkityille ulkoilureiteille, kansallispuistoihin tai luontokeskuksiin. Tällöin reitti on selkeä, ja matkan varrelta löytyy sopivin välimatkoin tulenteko- sekä leiriytymispaikkoja.

Turvallisuusasioihin kannattaa kiinnittää erityistä huomiota. On tärkeää, että aikuiset esimerkillään opettavat miten luonnossa toimitaan siten, ettei aiheuteta haittaa luonnolle eikä harmeja muille retkeilijöille. Lasten kanssa retkeiltäessä on erittäin tärkeää huolehtia turvallisuudesta. Ryhmässä monet saattavat hakeutua itselleen turhankin haasteellisten paikkojen äärelle: kiivetä liian korkealle tai pyrkiä laskeutumaan liian jyrkästä paikasta.

Opettaja on aina se, joka luo raamit toiminnalle ja arvioi ympäristön riskit sekä ryhmän jäsenten taidot. Oppilaita ei kuitenkaan ole syy-





Luonnon muovaamat ilmiöt kiinnostavat lapsia ja nuoria.

tä huolestuttaa liialla varoittelulla tai pelottelulla – kielletään vain se, mikä todella on vaarallista ja riskialtista.

### Kuraiset kengät vai kipeät jalat?

Retkivarusteiden on oltava kunnossa. Viimeisintä muotia ei maastossa tarvita, mutta opettajan on syytä huolehtia jalkineiden soveltuvuus retkiolosuhteisiin. Tukevat ja maastoon sopivat kengät ovat olennainen osa retkivarusteita. Kumisaappaat ovat harvoin hyvät jalkineet retkelle, vaikka moni vanhempi niitä lastensa jalkaan jalkineiden kuraantumisen pelossa helposti tarjoaakin. Opettajan kannattaa silloin kysyä, kumpi on parempi vaihtoehto: kipeytyneet jalat vai kuraiset kengät.

Sadesäällä on mukava retkeillä sopivissa varusteissa. Varusteista ei kannata tinkiä, mutta viimeistä muotia niiden ei tarvitse olla. Kannattaa muistaa, että varusteita voi myös vuokrata, lainata tai ostaa käytettyinä. Pitkällä retkellä repun tai rinka asianmukaisuuteen kannattaa kiinnittää huomiota.

### Koulupäivä luontokeskuksessa

Lähes 30 luontokeskusta ympäri maata antavat kattavan kuvan Suomen luonnosta parhaimmillaan. Ne tarjoavat erinomaiset puitteet retkille ja luontoelämyksille. Kansallispuistot ja retkeilyalueet ovat oivallisia paikkoja erilaiselle koulupäivälle luonnonhelmassa.

Oskari, Linnasaaren kansallispuiston luontokeskus Rantasalmella on oivallinen esimerkki hyvästä retkikohteesta. Luontokeskuksen näyttelyssä voi tutustua Oskari-pojan silmin kansallispuiston luontoon ja kulttuurihistoriaan, videoesityksen avulla repolaisen retkiin tai Torsti-kuutin sukellusseikkailuihin, ja vuokrata kanoottit koko ryhmän melontaretkeä varten.

Ryhmille luontokeskus rakentaa omaa ohjelmaa toiveiden mukaan. Opastusten teemoina ovat vaihtelevasti esimerkiksi järviluonnon uhanalaiset lajit, luonnonsuojelu tai perinteet, kuten kaskeaminen ja niittyjen hoito.

Teksti ja kuvat: Terhi Sillanpää-Reitti



## Luontokeskusten tarjontaa

Näyttelyt, multivisioesitykset, luontopolut  
Tulentekopaikat ja retkeilyreitit  
Valmiit ohjelmat toteutettavaksi luontokeskuksissa ja luontopoluilla, luontokeskuksen oppaan tai oman opettajan johdolla

Tilattava aineisto (tietoa, tehtäviä, vastauksia)

Tiloja ja välineitä vuokrattavaksi  
Neuvontaa, opastusta ja suunnitteluapua erilaisen koulupäivän viettoon  
Vinkkejä majoitus- ja ruokailupalveluista

## Hyvän mielen muistilista

- Jätä aikaa leikkiin ja luonnon havainnointiin.
- Luo retkelle turvalliset raamit ja mieti sisältö yhdessä lasten kanssa.
- Suunnittele retken pituus ryhmän mukaan.
- Luonto itsessään tarjoaa paljon retkiohjelmaa ja virikkeitä.
- Varustaudu pahimman sääolosuhteen mukaan.
- Huolehdi asianmukaiset varusteet oppilaille.
- Tärkeintä ei ole päämäärä, vaan matkanteko yhdessä.
- Retkellä opitaan marjastusta, kalastusta, halonhakuuta, tulentekeä, suunnistusta ja ensiapuitoja.

### Lähteitä ja lisää retkeilyvinkkejä:

**Metsähallitus,**  
[www.metsa.fi](http://www.metsa.fi), [www.luontoon.fi](http://www.luontoon.fi)

**Suomen Latu ry,**  
[www.suomenlatu.fi](http://www.suomenlatu.fi)

**Suomen Partiolaiset,**  
[www.partio.fi](http://www.partio.fi)