

Lomake itsearviointiin
Aikuisten ohjaaja

Perustietoja

Kuinka paljon ohjaat viikossa:

Kuinka paljon käytät aikaa muuten ohjaustoimintaan (suunnittelutyö, verkostot, toiminnan arviointi jne.):

Kuinka pitkään olet ohjannut:

Itsensä kehittäminen

Mikä seuraavista kuvaa parhaiten toimintaasi ohjaajana:

- Arvioin säännöllisesti omaa toimintaani ohjaajana, pohdin omia kehittymistarpeitani ja kehitän omaa osaamistani säännöllisesti sekä itsenäisesti että organisoidusti
- Arvioin omaa toimintaani silloin tällöin, tiedostan omia kehittymistarpeitani ja kehitän omaa osaamistani kohtuullisen säännöllisesti
- Arvioin omaa toimintaani satunnaisesti, havaitsen joitakin kehittymistarpeita ja kehitän omaa osaamistani silloin tällöin
- En juurikaan arvioi omaa toimintaani ohjaajana ja kehitän omaa osaamistani satunnaisesti
- Olen tyytyväinen nykytilanteeseen ja osaamiseeni, enkä ole kiinnostunut aktiivisesti kehittämään osaamistani

Mitkä ovat vahvuuksiasi ohjaajana?

Missä asioissa haluaisit kehittyä?

Miten haluaisit kehittää omaa osaamistasi?

Suunnittelutyö

☞ Millaisia suunnitelmia laadit ryhmällesi:

- tuntisuunnitelma
- jaksosuunnitelma (esim. 4 peräkkäistä tuntia, 1 kk tai vastaava)
- kausi- ja/tai vuosisuunnitelma

☞ Teetkö suunnitelmat kirjallisina

- kyllä yleensä
- toisinaan
- en yleensä

☞ Mitä asioita suunnittelet yksittäisestä harjoituskerrasta etukäteen

- tavoitteet
- tunnin rakenne ja tuntikuvauksen toteuttaminen
- sisältö (harjoitteet, liikkeet, liikesarjat jne.)
- opetus-/ohjaustoiminta (opetusmenetelmät, näyttö, ohjeistus, kehittelyt, organisointi, turvallisuus jne.)
- musiikin valinta ja käyttö (mikäli käytössä)
- vuorovaikutus, innostaminen, ilmapiiri, turvallisuuden tunne
- muuta, mitä?

Harjoituksen toteutus

Miten seuraavat asiat mielestäsi yleensä toteutuvat harjoituksissasi:

	Toteutuu paljon	Toteutuu jonkin verran	Toteutuu vähän tai ei lainkaan
Liikkujat ovat innostuneita			
Olen itse innostunut ohjatessani			
Vuorovaikutukseni osallistujien kanssa on luontevaa ja positiivista			
Tunnin ilmapiiri on positiivinen ja kannusta			
Kysyn osallistujilta kysymyksiä			
Tunti vastaa tuntikuvausta			
Tunti on taitotasoltaan osallistujille sopiva			
Tunti on kuntotasoltaan osallistujille sopiva			
Tunnin rakenne on looginen ja tavoitteita vastaava			
Tunnilla harjoitetaan niitä asioita, mitä oli tavoitteena			
Tunnilla tapahtuu oppimista			
Annan osallistujille palautetta			
Havainnoin osallistujien toimintaa ja muutan tarvittaessa tunnin etenemistä			
Annan liikkeille ja alkuasennoille vaihtoehtoja			
Opetan liikkeiden oikeaa suoritustekniikkaa ja tuen sitä näyttöjen kautta			
Perustelen liikkeitä ja liikesarjoja ja kerron niiden tavoitteista osallistujille			
Toiminnassani näkyy, että hallitsen opettamisen perustaidot (ryhmänhallinta ja organisointi, näyttö, ohjeistus, musiikin käyttö jne.)			
Tunnilla liikkuminen on turvallista			

Täytä ohjauksen jälkeen:

Mitkä asiat onnistuivat tänään hyvin?

Mitkä tekisin toisin?