



LASTEN SIENIRETKI

ohjaajan opas



JOHDANTO

Tavoite:

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa ideoita, millä tavalla lapsia voi innostaa tutustumaan sieniin turvallisesti.

Kohderyhmä:

5–9 vuotiaat

Ryhmän koko:

9–12 lasta / opas

Kesto:

noin 60 minuuttia

Ennen retkeä retken vetäjä:

- tutustuu retken reittiin ja valitsee 3–4 kokoontumispaikkaa.
- kerää koriinsa sieniä, joilla on lakin alapinnat erilaisia (esim. tatti, hapero, orakas, lampaankääpä) TAI kuvia, joita mahdollista näyttää
- varaa tarvittavan materiaalin: sieni - puu -kaverikortit ja sienitarrat (1/lapsi)



Retken sisältö:

Oma esittely, retken tarkoitus ja sienimet-sävarustus (1–2 min.)

- Johdatus aiheeseen:
- Tarina sienistä; omakohtainen tai oppaan esimerkki (1–2 min.)
- Sienijumppa alkuun tai muissa retken siirtymävaiheissa (5 min.)

Siirtyminen 2. sienipisteeseen

(max. 3 min.)

- Sienten keruu, käsittely, rakenne, kuvailu ja tuntomerkit:
- Sienen käsittelyn peruserätykset (4–5 min.)
- Sienen rakenne (4 min.)
- Sienten kuvailu ja tuntomerkit (10–12 min.)
 - Sienen käsittely ja Sienen rakenne -kohdat voi kertoa toisessa järjestyksessä

Siirtyminen 3. sienipisteeseen

(max. 3 min.)

- Ekologia: Sieni-puu -kaverit -harjoitus (13 min.)

Siirtyminen 4. sienipisteeseen

(max. 3 min.)

- Retken päätepiste:
 - ”Sienikaste” (4–5 min.) ja sienitar-rojen jako (1–3 min.)
- JOS AIKAA, kysy retkeläisiltä esim. kolme asiaa, mitä jäi mieleen JA/TAI mikä oli kivointa

RETKEN TOTEUTUS

ESITTELY

Tervetuloa retkelle sienten maailmaan. Seuraavan tunnin aikana me tutustumme mielenkiitoiseen sienimaailmaan.

Nimeni on XX ja toimin sienioppaanne tänään.

- kerro lisäksi,
 - miksi olet kiinnostunut sienistä
 - mitä sieniretkelle kannattaa ottaa mukaan (retkivarustuksen lisäksi):
 - ilmava kori
 - sienikirja
 - (kamera)

Johdatus aiheeseen

- Tarina sienistä. Kerro oma tarina tai käytä esimerkiksi alla olevaa.
 - Kuinka monesta sienet ovat jännittäviä tai vähän outoja?
 - Sienet ovat kiinnostavia, jännittäviä, jopa pelottavia. Niitä on oikeastaan lähes kaikkialla ja ne ovat eläneet maan päällä jo tosi pitkään.

Ihmiset ovat käyttäneet sieniä kautta aikojen. Muutama vuosikymmen sitten Keski-Euroopan vuoristosta löydettiin nimittäin tuhansia vuosia vanha miehen ruumis. Hän oli säilynyt ikijäässä tähän päivään asti. Tälle jäämiehelle annettiin nimeksi Ötzi. Hänellä oli mukanaan pieni laukku, josta löytyi eräitä sieniä, joita Suomessakin kasvaa. Tutkijat epäilivät, että Ötzi oli käyttänyt näitä sieniä lääkkeitä, samalla tavalla kuin me käytämme lääkkeitä apteekista.

Sienten sanotaan olleen myös noidille tärkeitä ja osa niistä muodostaakin niin sanottuja ”noidankehiä”. Ja osa niistä voi hohtaa pimeässä.

- Sienijumppa (siirrettävissä myös retken muihin siirtymävaiheisiin)

Leikin tarkoituksena on johdattaa ymmärtämään sienten elinkaari ja toisaalta samalla saada vähän liikuntaa. Kierros aloitetaan ensin hitaasti ja rauhaisasti. Seuraavalla kierroksella vähän nopeutetaan. Kierros kerrallaan tahti kiihtyy, kunnes syke on jo alkanut nousta ja ”pakka” lopulta hajoaa kasaan. Sitten on hyvä lopettaa.

Sieni elää pääosin seittimäisenä rihmas-tona maan alla ja näkemämme sienet ovat ikään kuin niiden hedelmiä.

- Kaikki alkaa vauva-sienestä, joka tupsahtaa maan päälle ihan pallona. Mennään me kaikki nyt ihan palloksi maahan.
- Vähän aikaa kuluu ja kasvamme vähän isommiksi. Meistä tulee lapsisieniä. Olemme edelleen kuitenkin lähellä maata.
- Hyvät olosuhteet jatkuvat ja on aika kasvaa isommaksi. Alamme nousta pystyyn. Niinpä meistä tulee nuorukais-sieniä, jotka ovat vetreitä ja meheviä. Lakkimme alkaa laajeta täyteen mitaan. Tässä vaiheessa voimme alkaa levittää sienen siemeniä eli niin sanottuja itiöitä. Ripotellaan niitä käsillämme.

- Hiljalleen meistä tulee aikuisia sieniä ja voimme levittäytyä niin isoiksi kuin pääsemme. Laitamme kädet niin sivuille niin kuin uljaimman sienen lakki levittäytyisi maan päällä. Ripottelemme hurjasti itiöitä ympärille!
- Ei kuitenkaan kestä kauaa, kun meistä tulee ikääntyneitä sieniä. Lakkimme kaartuu yhä enemmän ylöspäin ja näin kurkotamme kädet kohti yläviistoa. Alamme kuitenkin samalla vähän luhistua. Pysymme kuitenkin edelleen pystyssä.
- Lopuksi meistä tulee täysin yli-ikäisiä sieniä! Alamme haista pahalle, meistä tulee limaisia ja rojahdamme hiljalleen maahan. Voimme päästää vetelän "plörts"- äänen kun rojahdamme alas. Pääsemme takaisin lepoon maan pöveen.
- JA SITTEEN... vierestä tupsahtaa uusi sieni, joka on ensin ihan pikkuinen vauva-sieni jne. jne.



SIIRTYMINEN 2. SIENIPISTEESEEN

Sienten keruu, käsittely, rakenne, kuvailu ja tuntomerkit

Tässä vaiheessa retken vetäjä on etsinyt vähintään yhden sienen valmiiksi ja kokoaa ryhmän ringiksi ympärilleen. HUOM. Sientä ei vielä tässä vaiheessa kerätä.

- Sienimetsässä meidän on opittava sienien kohtelun peruseriaatteen. Tässä vaiheessa opimme kaksi asiaa:
 - Meidän on kohdeltava sientä varovasti, että sen tuntomerkit säilyvät hyvin.
 - Tuntomerkkejä tarvitaan sienien tunnistamisessa. Niitä löytyy sienien kaikista osista. Tunnistamisessa käytämme hyväksi monia aistejamme.

Sienien käsittely

Opas näyttää sienien turvallisen käsittelyn vaiheet (lueteltu alla) ja poimii sienet maasta kämmenelleen, niin että sieni säilyy kokonaisuutena. Tässä vaiheessa retken vetäjä voi kannustaa retkeläisiä kokeilemaan yhteisesti sienien poimintaa.

Lähdetään ensin liikkeelle sienien käsittelystä

- Sieni täytyy aina kerätä kokonaisuutena.
- Sitä täytyy pidellä kädessä kuin kukkaa kämmenellä.
- Sitä ei saa maistaa. Vasta kun syötävyyden on taattu, siitä voidaan tehdä ruokaa.
 - Muita aisteja saa ja kannattaa käyttää. Mitäs aisteja meillä on käytössä? (haju, tunto, näkö)
 - Hellästi koskemalla kaikkia sieniä, jopa myrkyllisiä, on täysin turvallista koskea.

- Lopuksi: Tällä tavoin kaikki tärkeät tuntomerkit säilyvät ja voimme varmemmin tunnistaa sienien oikein.

Sienien rakenne

Retken vetäjä esittelee poimimansa sienien osat:

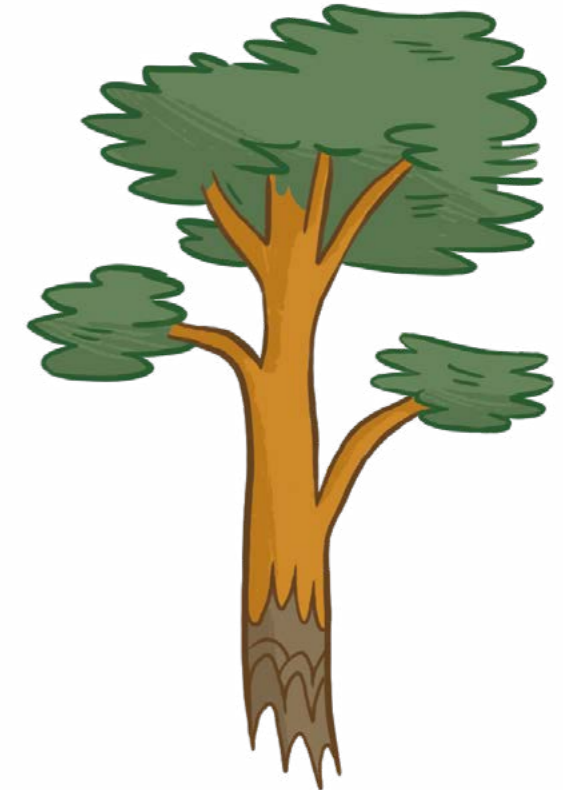
- Jalka
- Lakin alapinta
 - pillit = kuin pesusieni, esim. tateilla TAI kuin matto, esim. lampaankärvällä
 - orat = piikit, esim. orakkailla
 - heltat = kuin kirjan sivut/valaan hetulat, helttasienillä (Jos oppaalla ei ole näytteitä kaikista alapinnoista, voi esittää kuvien avulla)
- Lakki
- Malto = sienien liha
- Tilanteen mukaan lisäksi muunlaiset sienet,
 - Kupusienet (esim. känsätuhkelo = ns. savusieni)
 - Haarakkaat (näyttää vähän korallilta, ei selkeää lakkia)
 - Käävät (ei jalkaa, HUOM. jokamiehenoikeudet)

Sienien kuvailu ja tuntomerkit

Sientä voi kuvailla isoksi tai pieneksi, limaiseksi tai kuivaksi, pyöreäksi tai suipoksi, kovaksi tai pehmeäksi... ja monilla eri tavoilla.

- Jaa retkeläiset kolmeen ryhmään. Jokainen pienryhmä saa tehtävän,
 - Etsi sieniä, jotka ovat
 - iso - pieni
 - kova - pehmeä
 - vaalea - tumma
 - Kukin pienryhmä esittelee lopuksi löytämänsä sienet.

- Löydetyistä sienistä voi löytyä myös muita ominaisuuksia ja tuntomerkkejä, esimerkiksi
 - limainen - kuiva
 - hajuton - vahva haju
 - lakin/sienien muoto: pallomainen - maljamainen



SIIRTYMINEN 3. SIENIPISTEESEEN

Ekologia: Sieni-puu -kaverit -harjoitus

Harjoituksessa tutustutaan sienten ja puiden väliseen suhteeseen:

”Sienet tykkäävät usein elää tietyn puun lähellä. Ne ovat tärkeitä toisilleen ja molemmat hyötyvät toisistaan. Seuraava loru kertoo siitä:

- Sieni ja puu ovat kovin ystäviä, Rihmasto ja juuri maan alla käsikkäin, Ne jakavat ruokaa yhdessä.

Mänty taikka kuusi taikka haapa,
On jokaisella ikioma sienikaveri, ja on yhdessäelo ihanaa.

Kun puu vanhenee ja kuolee pois,
Siitäkin sienelle ruokaa ois

Niin kuin loru kertoo, puut tykkäävät tietyistä sienistä ja joillekin sienille sopii puu myös kuolleena.

Jaa ryhmä nyt kahtia. Toinen ryhmä saa puukuvakortteja ja toinen sienikuva-kortteja. Jokaisessa puukortissa on oma värinsä ja sama väri löytyy sen sieniseuralaiskortista.

- Puun ja sienen tulee löytää oma seuralainen värin avulla.
- Kun puu ja sieni ovat löytäneet toisensa, ryhmä etsii kortissa olevan puun lähitöltä.
- Kun ryhmä on löytänyt puun, ryhmä kerää puun ympäriltä kaikkia erilaisia sieniä, mitä löytävät (oikeoppisesti) ja tuo ne retken vetäjälle.

Harjoituksen jälkeen:

- Katsotaan yhdessä, millaisia sieniä parit ovat löytäneet. Onko mikään niistä tutun oloinen?
- Löydetyt sienet voivat hyvin elää seuralaisena ko puun kanssa. Juuria kuitenkin risteilee maassa sikin sokin ja siksi puun vieressä kasvava sieni voikin olla kauempana elävän puun seuralainen.

Esimerkkejä sieni- puu -pareista:

- Koivu:
 - kantarelli, punakärpäsieni, karvaurusku, keltahapero, koivunpunikitatti
- Mänty:
 - voitatti
- Kuusi:
 - lampaankääpä
- Kuollut puu / lahopuu:
 - mesisieni
 - (Hassu fakta: Mesisienen rihmasto hohtaa heikosti pimeässä!)

Sitten:

Jokainen retkeläinen ottaa mukaansa yhden mieleisensä sienen ja kantaa sitä varovasti seuraavaan pisteeseen.

SIIRTYMINEN 4. SIENIPISTEESEEN = RETKEN PÄÄTEPISTE,

joka voi olla myös retken lähtöpiste, jos paikka on riittävän rauhallinen

Retken päätepiste

Muodostetaan rinki ja katsotaan, mitä sieniä jokaisella on.

- Jokainen voi kuvailla mielessään omaa sientä ja voi antaa sille haluamansa nimen.
- Sen jälkeen jokainen hengittää syvään sisään ja ulos. Seuraavalla uloshengityksellä jokainen lausuu antamansa sienen nimi hiljaa itsekseen tai ääneen muiden kuullen.

Retken vetäjä lausuu loppulorun = sienikaste. Loppuloru voi olla itse tehty tai seuraava. Lausu rivi kerrallaan ja retkeläiset toistavat sen perässä.

Loppuloru

*Oi sienet, te maan uutterat palvelijat
Me kutsumme teitä!*

*Kantarellit, tatit, haperot
Nouskaa maasta runsaina
Täyttäkää ruokapöytäme herkuilla.*

*Rouskut, lampaankäävät, vahverot
Antakaa itsenne näkyä,
teitä hyvin kohdella aiomme.*

*Oi sienet, tulkaa esiin, kun sen aika on
Olkoon yhteinen matkamme hulvaton.*

*Oi sienet, kiitos kun olemassa olette
Ja elämämme iloisella tiellä, vierellä
pitkään kuljette*

Muistoksi tästä retkestä jokainen retkeläinen saa mukaansa tarran, jonka voi viedä kotiin. Tarrassa on nettisivun osoite, josta löytyy sienimuistipeli -materiaalin, jolla voi jatkaa sieniin tutustumista kotona tai vaikka luokan kesken.

”Kiitos ja onnea matkaan sienipolullasi!”



