



KIELILUKOT AUKI LIIKUNNAN AVAIMELLA
Liikuntaopas kielellisten erityisvaikeuksien tukemiseen
Tampereen kaupungin päiväkotien erityisryhmille

Susanna Mustajärvi

Elisa Tuominen

Opinnäytetyö
Elokuu 2012
Sosiaalialan koulutusohjelma

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

MUSTAJÄRVI, SUSANNA & TUOMINEN, ELISA:

Kielilukot auki liikunnan avaimella

Liikuntaopas kielellisten erityisvaikeuksien tukemiseen Tampereen kaupungin päiväkotien erityisryhmille

Opinnäytetyö 95 sivua, josta liitteitä 36 sivua

Elokuu 2012

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa teorian ja kyselyn pohjalta liikuntaopas kielellisten erityisvaikeuksien tukemiseen Tampereen kaupungin päiväkotien erityisryhmille. Tarkoituksena oli myös selvittää liikunnan mahdollisuuksia kielellisten erityisvaikeuksien tukemisessa. Opinnäytetyö keskittyy teorian lisäksi varhaiskasvatusammattilaisten kokemuksiin kielellisiä erityisvaikeuksia tukevan liikunnan suunnittelusta ja toteutuksesta. Tavoitteena oli tuoda näkyväksi kielellisten erityisvaikeuksien tukeminen liikunnan avulla lasten kanssa tehtävässä työssä, erityisesti päiväkodissa.

Opas perustuu kehitys- ja toimintapsykologiseen lähestymistapaan, jossa korostetaan liikkeen merkitystä yhtäaikaiseen kielen kehitykseen. Kieli kehittyy 2–6-vuoden iässä, jolloin lapset viettävät usein suuren osan ajastaan päiväkodissa. Oppaan tarkoituksena on korostaa liikunnan merkitystä päiväkodissa ja erityisesti kielellisten erityisvaikeuksien tukena.

Tutkimusmenetelmänä käytettiin avointa kyselyä, joka koostui neljästä eri kysymyksestä. Kyselyyn osallistui 10 Tampereen kaupungin erityis päiväkodin piirissä eri päiväkodeissa työskentelevää varhaiskasvatusammattilaista. Oppaassa huomioitiin kyselyistä esille nousseet pääkohdat. Pääkohtia olivat kuvien, musiikin sekä uusien että vanhojen muokattavissa olevien leikkien monipuolinen käyttö kielellisiä erityisvaikeuksia tukevassa liikunnassa.

Oppaan sisältämät liikuntaleikit on jaoteltu alku- ja loppuleikkeihin sekä toiminnallisiin leikkeihin. Opas sisältää liikuntatuokion suunnitelmarungon sekä yhden valmiin esimerkin liikuntatuokiosta. Oppaassa esitellään leikkien eri muokkaamismahdollisuuksia, välineitä ja musiikkiehdotuksia. Liikuntaleikkejä ja -harjoituksia tukevat kuvat on sijoitettu oppaan loppuun. Opas on suunnattu työvälineeksi helpottamaan erityisryhmissä työskentelevien varhaiskasvatusammattilaisten työtä. Oppaan tavoitteena on lisätä liikuntatuokioiden suunnittelua ja laatua päiväkotien erityisryhmissä.

Asiasanat: kielelliset erityisvaikeudet, liikunta, kielen kehitys, päivähoito

ABSTRACT

Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

MUSTAJÄRVI, SUSANNA & TUOMINEN, ELISA:
Unlock Your Language Ability Through Physical Education
A Guide to Support Linguistic Abilities Through Physical Exercise in Special Needs
Groups in Early Education in Tampere

Bachelor's thesis 95 pages, appendices 36 pages
August 2012

The aim of this thesis was to explore the possibilities of physical exercise in supporting linguistic abilities in children with special needs. The thesis focuses not only on theory, but on experiences of early education professionals on planning and carrying out physical exercise aimed at supporting linguistic abilities. The aim was to show how linguistic abilities can be alleviated through physical exercise in early education, especially in daycare. As a result a guide was created to support linguistic abilities through physical exercise with special needs groups in Tampere.

The guide is based on an approach of developmental and functional psychology, where the importance of movement with simultaneous language development is emphasized. Language is acquired at the ages from 2 to 6 when children usually spend a great deal of time in daycare. The purpose of the guide is to emphasize the importance of physical education in daycare and especially as a means to alleviate linguistic difficulties.

A questionnaire consisting of four open questions were used to gather data. The questionnaire was completed by ten different early education professionals working with children with special needs in different daycare centers in Tampere. The guide follows the main points that emerged from the data: the use of pictures, music and different adjustable games in physical education that supports linguistic abilities.

The objective of the guide is to increase planning and quality of physical education lessons with special needs groups in early education. The guide aims to help early education professionals with special needs groups. It includes games for the beginnings and ends of lessons as well as functional games. The guide also contains lesson planning guidelines and one example lesson. The guide demonstrates different ways of adjusting the games to different situations as well as examples on the use of music and various sporting equipment during the lessons. Pictures are at the end of the guide.

Key words: language development, linguistic abilities, children with special needs, physical education, daycare

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	KIELELLISIÄ ERITYISVAIKEUKSIA TUKEVAA LIIKUNTAA KEHITTÄVÄ OPINNÄYTETYÖ.....	7
2.1	Opinnäytetyön taustaa ja aiheen ideointi	7
2.2	Tutkimustehtävä ja -menetelmät.....	9
3	LIIKUNTA LAPSEN OPPIMISEN VÄLINEENÄ JA KIELELLISTEN ERITYISVAIKEUKSIEN TUKENA	11
3.1	Liikkuva lapsi oppii	11
3.1.1	Liikkumisen merkitykset.....	12
3.1.2	Lapsen oppiminen liikunnan avulla	14
3.1.3	Liikuntakasvatus päiväkodissa.....	16
3.2	Kielen kehitys ja kielelliset vaikeudet	17
3.2.1	Puheen ja kielen merkitys	19
3.2.2	Kielen kehityksen erityisvaikeudet	21
3.2.3	Kielellisten vaikeuksien tukeminen erityisryhmässä	23
3.3	Liike ja kieli	26
3.3.1	Teoreettisia lähestymistapoja liikunnan ja kielen yhteydestä	27
3.3.2	Liikunnan mahdollisuudet kielenkehityksen tukemisessa	30
3.3.3	Liikuntatuokiot lapsen kielen kehityksen tukena.....	31
3.3.4	Yhteenvedo teorian merkityksestä oppaan sisältöön	35
4	KYSELY KIELELLISIÄ ERITYISVAIKEUKSIA TUKEVAN LIIKUNNAN TOTEUTTAMISESTA JA SUUNNITTELUSTA	38
4.1	Kielellisiä erityisvaikeuksia tukevat liikuntaleikit ja -harjoitukset.....	38
4.2	Haasteet liikuntatuokioiden toteuttamisessa	40
4.3	Lapsille miellyttävimpiä liikuntatuokioita	42
4.4	Vastaajien mielipiteitä oppaan sisällöstä	43
4.5	Yhteenvedo kyselyn merkityksestä oppaan sisältöön.....	45
5	KIELELLISIÄ ERITYISVAIKEUKSIA TUKEVA LIIKUNTAOPAS	47
5.1	Oppaan työstäminen teorian ja kyselyiden pohjalta	47
5.2	Valmis liikuntaopas kielellisten erityisvaikeuksien tukena	49
6	POHDINTA.....	51
6.1	Opinnäytetyön luotettavuus	51
6.2	Arvio opinnäytetyöprosessista	53
	LÄHTEET	57
	LIITTEET	60
	Liite 1. Kyselylomake	60
	Liite 2. Opas	62

1 JOHDANTO

Liikunnan merkitys lapsuudessa on suurempi kuin missään muussa elämänvaiheessa, sillä liikkuminen on lapselle ominainen tapa toimia ja oppia. Liikkumisen avulla lapsi tutkii ja hahmottaa ympärillä olevaa maailmaa, sekä ilmaisee itseään. (Zimmer 2001, 10, 13.) Jotta lapsi pystyy kokonaisvaltaisesti ilmaisemaan itseään, olemaan vuorovai-
kutuksessa sekä kehittymään, tarvitsee hän siihen kieltä. Yksi kasvattajan tärkeimmistä tehtävistä onkin lapsen kielen kehityksen tukeminen, jossa liikuntaa voidaan käyttää opetusmenetelmänä. Itsestään liike ei opeta kieltä, eikä kieli sellaisenaan opeta liikettä, mutta koko kehon käyttö liikunnan avulla yhdessä kielellisten ilmaisujen kanssa tuo kielen lähemmäksi lasta. (Pulli 2006, 7–9.) Jokaisella lapsella on oikeus liikkua, ja sen vuoksi varhaiskasvatuksessa liikkuminen tulisi mahdollistaa jokaiselle lapselle yksilölliset tarpeet huomioonottaen.

Opinnäytetyömme käsittelee liikunnan merkitystä kielellisten erityisvaikeuksien tukena sekä kielen ja liikkeen välistä yhteyttä. Lisäksi opinnäytetyömme sisältää liikuntaoppaan kielellisten erityisvaikeuksien tukemiseen. Työmme keskeisimpiä käsitteitä ovat kielen kehitys, kielelliset erityisvaikeudet sekä liikuntakasvatus. Työmme keskeisimpänä näkökulmana on liikunta lapsen oppimisen välineenä ja kielellisten erityisvaikeuksien tukena. Käsittelemme työssämme kielen ja liikkeen merkitysten lisäksi lapsen luontaisia tapoja oppia, kielen kehitystä ja kielellisiä erityisvaikeuksia sekä liikuntakasvatusta päiväkodissa.

Lähtökohtana opinnäytetyöllemme oli, että työstämme olisi konkreettista hyötyä Tampereen kaupungin päiväkoteihin, sillä sosionomeina (AMK) voimme työskennellä myös päiväkodissa. Mielenkiintomme aihetta kohtaan heräsi omakohtaisten työharjoittelukokemusten ja liikunnanohjaaja- sekä valmentajataustojen kautta. Lapsilla on erityisen tuen tarpeesta huolimatta aina oikeus tasavertaiseen ja monipuoliseen liikuntaan. Sen vuoksi varhaiskasvattajilla on suuri vastuu mahdollistaa lapsille kannustava ja turvallisesti liikuttava ympäristö.

Päiväkodissa työntekijä voi kohdata lapsia, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia, muual-
lakin kuin erityisryhmissä. On tärkeää tiedostaa, että kielellisten erityisvaikeuksien tu-
keminen on tärkeää kaikkialla, missä työskennellään lasten kanssa. Jokainen lapsi tulisi
kohdata tasavertaisena ja yksilölliset tuen tarpeet huomioon ottaen. Tavoitteenamme on
painottaa liikunnan merkitystä kielellisten erityisvaikeuksien tukena, ja tuoda oppaan
muodossa konkreettista apua kielellisiä erityisvaikeuksia tukevan liikunnan toteutuk-
seen ja suunnitteluun päiväkotien arjessa. Haluamme työmme kautta rohkaista varhais-
kasvatusammattilaisia kunnioittamaan lapsen toiminnallisuuteen sisältyvää oppimisen
mahdollisuutta, ja tämän kautta saada lapset liikkeelle.

Opinnäytetyömme perustuu teoriapohjan lisäksi erityisryhmässä työskennelleiden tai
tällä hetkellä työskentelevien työntekijöiden kokemuksiin kielellisiä erityisvaikeuksia
tukevan liikunnan toteuttamisesta ja suunnittelusta. Tutkimusmenetelmänä käytimme
avointa kyselylomaketta, jonka lähetimme kahteentoista eri Tampereen kaupungin päi-
väkotiin. Kyselyiden pohjalta nousi esille varhaiskasvatusammattilaisten mielestä hy-
väksi havaittuja kielellisiä erityisvaikeuksia tukevia liikuntaleikkejä ja -harjoituksia,
haasteita liikunnan toteuttamisessa ja suunnittelussa sekä lisäksi saimme toiveita siitä,
mitä liikuntaoppaamme tulisi ammattilaisten mielestä sisältää.

Opinnäytetyömme alussa esittelemme työmme taustaa ja tutkimustehtävän sekä miten
päädyimme kyseiseen aiheeseen. Lisäksi esittelemme käyttämämme tutkimusmenetel-
män. Tämän jälkeen siirrymme teoriaosuuteen, jonka jälkeen analysoimme kyselylo-
makkeet. Viimeisenä kokonaisuutena keskitymme oppaan työstämiseen teorian ja kyse-
lyiden pohjalta. Työmme lopussa pohdimme omaa ammatillista kasvuamme, ja koko-
amme yhteen johtopäätökset sekä työstä heränneet omat ajatuksemme.

2 KIELELLISIÄ ERITYISVAIKEUKSIA TUKEVAA LIIKUNTA KEHITTÄVÄ OPINNÄYTETYÖ

Opinnäytetyömme sisältää teoriaa liikunnasta ja kielestä sekä niiden yhteydestä. Teorian lisäksi opinnäytetyöhömmе kuuluu liikuntaopas, jonka tarkoituksena on tukea liikunnan avulla lasten kielen kehitystä ja kielellisiä erityisvaikeuksia päiväkodissa. Hakalan (2000) mukaan opinnäytetyön prosessi ja teoriaisuus ovat opinnäytetyössä tärkeitä. Opinnäytetyön onnistuessa kirjoitettu teoria hyödyttää yhdessä kehitellyn tuotteen kanssa sekä opinnäytetyön tekijää että sen vastaanottajaa. Opinnäytetyö toimii persoonallisen ja ammatillisen kasvun välineenä. Valmiissa ja onnistuneessa opinnäytetyössä olisi tärkeää käsitellä koko opinnäytetyöprosessi työn ideointivaiheesta valmistuvaan opinnäytetyöhön. Lisäksi hyvä opinnäytetyö on muun muassa taustaltaan ja aiheeltaan riittävän perusteltu, käytännönläheinen ja työelämäsidonnainen sekä hyödyllinen. (Hakala 2000, 19, 55.) Seuraavaksi esittelemme tarkemmin opinnäytetyömme taustaa ja tutkimuskysymyksiä sekä aiheen ideointia. Luvun lopussa käymme läpi tutkimuksessa käyttämämme menetelmän.

2.1 Opinnäytetyön taustaa ja aiheen ideointi

Aloimme työstää opinnäytetyötämme syksyllä 2011. Olimme päätyneet tekemään opinnäytetyön yhdessä, sillä molemmat halusivat tehdä opinnäytetyön, joka edistäisi ja kehittäisi lasten liikuntaa. Kiinnostus tehdä opinnäytetyö liikuntaan liittyen tulee molempien intohimosta liikuntaa kohtaan. Elisa valmentaa 3–10-vuotiaita lapsia taitoluistelussa, ja Susanna valmentaa 12–14-vuotiaita tyttöjä joukkuevoimistelussa. Molemmat olemme sen vuoksi olleet pitkään kiinnostuneita lasten liikunnasta ja lapsen kehityksestä. Päädyttyämme tekemään yhdessä opinnäytetyön, päätimme, että haluaisimme tehdä opinnäytetyön päiväkotiin. Elisan sosionomi (AMK) harjoittelu keväällä 2011 Haukiluoman päiväkodin erityisryhmässä ja Susannan harjoittelu Villilän päiväkodissa vahvistivat käsitystä siitä, että halusimme tehdä opinnäytetyön päiväkoteihin, ja lisäksi aiheen tulisi liittyä liikuntaan.

Tärkeänä asiana aihetta pohtiessamme koimme, että tulevasta työstämme olisi konkreettista hyötyä Tampereen kaupungin erityisryhmille. Molempien arvostus liikunnan tuo-

maan iloon ja kiinnostus erityislapsiin vaikuttivat osaltaan myös aiheen valintaan. Harjoittelujemme myötä olimme huomanneet, että lapset päiväkotiryhmissä ovat kehitykseltään hyvin eritasoisia. Halusimmekin painottaa työssämme, että kaikilla lapsilla tulisi olla oikeus liikkua ja saada siihen tarpeen mukaista ohjausta erityisen tuen tarpeesta huolimatta. Olemme myös päiväkotiharjoittelujemme myötä huomanneet, että suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus liikunnan toteuttamisessa ovat tärkeitä, ja sen vuoksi hyödyllistä tehdä ennen toiminnan ohjausta.

Opinnäytetyömme aihetta pohtiessamme otimme puhelimitse yhteyttä Haukiluoman päiväkodin johtajaan Saija Oreniukseen kysyäksimme hänen mielipidettään hyvästä opinnäytetyön aiheesta, joka jollain tavalla liittyisi lasten liikuntaan. Halusimme tiedustella millaisia tarpeita päiväkodeilla voisi olla, ja mikä aihe palvelisi heidän päiväkotiaan. Sovimme tapaamisen Haukiluoman päiväkotiin. Tapaamisessa Haukiluoman päiväkodilla keskustelimme erityisryhmän lastentarhanopettajan kanssa. Omien kokemustemme vahvistukseksi esille tuli, että arki päiväkodissa on kiireistä, jonka vuoksi työntekijät eivät aina ehdi suunnitella liikuntatuokioita pitkän tähtäimen mukaisesti. Keskustelujen pohjalta nousi tarpeelliseksi kehittää ja luoda opas liikunnan toteuttamista varten. Tapaamisessa saamiemme tietojen ja havaintojen kautta opinnäytetyömme aiheeksi muodostui liikuntaopas tukemaan erityisryhmän tarpeita.

Halusimme tehdä liikuntaoppaan päiväkodille, jotta liikunnan toteuttaminen olisi siellä työskentelevillä ammattilaisilla helpompaa. Olimme myös harjoitteluidemme myötä huomanneet, että pitkän tähtäimen suunnitelmien avulla liikunnan toteuttaminen olisi mielekkäämpää sekä helpompaa ja mahdollistaa toiminnan tavoitteellisuutta. Tämän vuoksi päädyimme siihen, että opas tukisi liikunnan toteuttamista ja suunnittelua ympäri vuoden. Selvitimme aikaisempia tutkimuksia aiheesta, ja huomasimmekin, että erilaisia liikunta-aiheisia opinnäytetöitä on tehty aikaisemmin, mutta emme löytäneet suoranaista liikuntaopasta tukemaan lasten kehityksessä ilmeneviä erityisvaikeuksia. Aihettamme lähimmiksi opinnäytetöiksi löysimme Anna Rauhamäen vuonna 2007 valmistuneen opinnäytetyön KILI -kielen ja liikunnan ryhmäkuntoutusohjelma kielihäiriöisille lapsille -tuokiosuunnitelma päivähoidon käyttöön sekä Riikka Mäen ja Raija Saukon vuonna 2011 valmistuneen opinnäytetyön Ryhmäliikunta sosiaalisen kasvun tukena: opas liikunnan ohjaamiseen.

Päiväkodissa vierailun ja aiheen valinnan jälkeen esitimme koulussa ideapaperin, jonka jälkeen rajasimme työmme kielellisiin erityisvaikeuksiin, jotta opinnäytetyö ei olisi liian laaja. Valitsimme kielelliset erityisvaikeudet painopisteeksi, koska Haukiluoman päiväkodissa on enemmän lapsia, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Tässä vaiheessa tarkoituksena oli tehdä liikuntaopas erityisesti Haukiluoman päiväkodille. Vuoden 2012 tammikuussa saimme tiedon, että Haukiluoman päiväkodin erityisryhmän lastentarhanopettaja vaihtuu. Tällöin tilanne yhteistyön kannalta muuttui siten, että päätimme suunnata opinnäytetyön kaikille Tampereen kaupungin erityisryhmille, joissa on lapsia, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Myöhemmin myös kyselylomakkeiden vastauksien suuri määrä mahdollisti laajentamaan kohderyhmää.

Ideapaperin esityksen jälkeen aloimme työstää tutkimussuunnitelmaa ja koimme parhaaksi tavaksi kerätä tietoa kyselylomakkeen avulla Tampereen kaupungin päiväkotien erityisryhmiltä. Etsimme Tampereen kaupungin Internet-sivuilta päiväkodit, joissa on integroituja erityisryhmiä, joissa on lapsia, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Löysimme kymmenen ryhmää. Tämän jälkeen otimme puhelimitse yhteyttä päiväkotien erityisryhmiin, ja kysyimme heidän kiinnostustaan osallistua opinnäytetyöhömmme. Yhteydenottojen myötä selvisi, että Tampereen kaupungilla ei ole erikseen ryhmiä lapsille, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia, vaan erityisryhmissä on monenlaisia erityisen tuen tarpeita. Päätimme kuitenkin pitäytyä valituissa päiväkodeissa, sillä niistä jokaisessa on lapsia, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Otimme yhteyttä kymmeneen päiväkotiin ja lähes jokainen päiväkoti oli kiinnostunut vastaamaan kyselyyn. Yhteydenottojen myötä vahvistui ajatus siitä, että opinnäytetyöstämme tulisi olemaan konkreettista hyötyä ja päiväkodeilla olisi käyttöä liikuntaoppaalle.

2.2 Tutkimustehtävä ja -menetelmät

Opinnäytetyömme tarkoituksena on selvittää liikunnan mahdollisuuksia kielellisten erityisvaikeuksien tukemisessa erityisryhmissä sekä selvittää aikaisempien tutkimusten ja teorian pohjalta liikunnan ja kielen välistä yhteyttä. Opinnäytetyömme tutkimustehtävänä on tuottaa liikuntaopas kielellisten erityisvaikeuksien tukemiseen Tampereen kaupungin päiväkotien erityisryhmiin.

Tutkimuskysymyksiksi asetimme kysymykset:

1. Mikä merkitys liikunnalla on kielellisten erityisvaikeuksien tukemisessa?
2. Millaisia tarpeita ja kokemuksia Tampereen kaupungin erityisryhmien varhaiskasvatusammattilaisilla on kielellisiä erityisvaikeuksia tukevan liikunnan toteuttamisesta ja suunnittelusta?

Koska kvalitatiiviselle tutkimustyypille on ominaista tarkastella aineistoa mahdollisimman kokonaisvaltaisesti, koimme sen juuri meille sopivaksi tutkimustyypiksi. Halusimme kyselyiden kautta lähteä kuvaamaan aihetta arjesta esiin nousevien esimerkkien kautta, jonka kvalitatiivinen tutkimustyyppi mahdollistaa. (Hirsjärvi, Remes, & Saja-vaara 2007, 161.) Valitsimme tutkimusmenetelmäksi kyselyn, sillä kyselytutkimuksen avulla voidaan yleensä kerätä laajaa tutkimusaineistoa. Menetelmänä kysely säästää usein tutkijan vaivannäköä ja aikaa, ja sen vuoksi se on tehokas. Kyselymuotona käytimme postikyselyä. Lomake lähetettiin tutkittaville, tutkittavat täyttivät kyselyn itse ja postittivat täytetyn lomakkeen takaisin tutkijoille palautuskuoressa. Hirsjärven (2007) mukaan kyselylomakkeen mukana lähetetään usein palautuskuori, jonka postimaksun tutkijat ovat maksaneet. Kyselymenettely on nopea ja vaivaton, mutta ongelmana voi olla aineiston kato. (Hirsjärvi ym. 2007, 190–191.)

Lähetimme kyselyt postitse maaliskuussa 2012. Kohderyhmänä kyselyssämme olivat varhaiskasvatusammattilaiset, jotka työskentelevät tai ovat työskennelleet erityisryhmässä, jossa on kielellisiä erityisvaikeuksia. Valitsimme kohderyhmäksi päiväkotien henkilökuntaa Tampereen kaupungin erityispäivähoidon piiristä. Kyselyt lähetimme kahdelletoista eri ammattilaiselle ja takaisin saimme kymmenen vastausta. Vastauksien suureen määrään vaikutti varmasti se, että aihe oli vastaajien kannalta tärkeä ja hyödyllinen. Lisäksi otimme ennen kyselylomakkeiden lähettämistä yhteyttä vastaajiin puhelimitse ja kerroimme tutkimuksestamme sekä varmistimme heidän kiinnostuksensa osallistua kyselyyn. Kysely lähetettiin vain kiinnostuneille ammattilaisille.

Analysoimme aineiston laadulliselle tutkimustyypille ominaisella tavalla, sisällönanalyysillä. Käytimme luokittelumenetelmää, jossa määrittelimme aineistosta luokkia, jonka jälkeen laskimme, montako kertaa jokainen luokka esiintyy aineistossa. Sisällönanalyysille on tyypillistä tehdä luokittelun jälkeen yhteenvedo. Teimme aluksi yhteenvedon jokaisen kysymyksen vastauksista, ja sen jälkeen yhteenvedon koko kyselyn vastauksista. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 93–95.)

3 LIIKUNTA LAPSEN OPPIMISEN VÄLINEENÄ JA KIELELLISTEN ERITYISVAIKEUKSIEN TUKENA

Lapsuudessa omaksuttu elämäntapa on suhteellisen pysyvää, ja sen vuoksi liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan oppiminen varhaislapsuudessa on erittäin tärkeää. Päivittäinen liikunta on edellytys lapsen normaalille fyysiselle kasvulle ja kokonaisvaltaiselle kehitykselle. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17.) Piagetin mukaan lapsen seitsemän ensimmäistä ikävuotta ovat aktiivista toiminnan aikaa. Näiden vuosien aikana aktiivisten sensomotoristen toimintojen avulla kehittyvät lapsen kognitiiviset toiminnot sosiaalisessa ympäristössä. Näin lapsi tulee tietoiseksi ympäröivästä maailmasta sekä omasta kehostaan. (Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö 1994, 139.)

3.1 Liikkuva lapsi oppii

Lapsuudessa liikunnan merkitys on suurempi kuin missään muussa elämänvaiheessa. Lapsen kehitykselle on tärkeää, että lapsuudessa liikutaan paljon. Liikunnan avulla lapsi löytää itsensä ja oppii aistimaan omalla kehollaan. Erityisesti 2–6-vuoden ikävaiheita voidaan kutsua kokeilemisen, tutkimisen ja liikkumistarpeen ajaksi. Lapsi oppii vähitellen ottamaan ympäristöä haltuunsa, sillä jokainen päivä on lapselle täynnä uusia tehtäviä ja haasteita, kuten liukumäen päälle kiipeäminen tai lätäkön yli hyppääminen. Lapsi oppii parhaiten oman tekemisen kautta. (Zimmer 2001, 13.) Jos lapsuudesta puuttuu liike, jää lapselta monta asiaa näkemättä, kokematta ja oppimatta. Tämä pätee erityisesti päiväkotikäisten kehitykseen. (Rintala, Ahonen, Cantell & Nissinen 2005, 5.)

Nyky-yhteiskuntamme nopean teknologisen kehityksen vuoksi lapsen liikuntamahdollisuudet vähenevät. Lapsen tarvetta olla itse vaikuttajana ja hänen omatoimisuutta rajoittavat paisuva mediakulutus ja lapsen välittömän kokemusmaailman köyhtyminen. (Zimmer 2001, 13.) Varhaislapsuuden liikuntasuosituksen mukaan alle kouluikäisen lapsen kehitykselle ja terveydelle tärkeää olisi liikkua vähintään kaksi tuntia päivässä. Lapsen liikunnan tulisi olla reipasta ja rasittavaa. (Arvonen 2007, 12.) Liikkumisen kokonaismäärä koostuu koko päivän ajan tehdyistä useista lyhyemmistä aktiviteettijaksoista. Päiväkoti-ikäisten lasten kohdalla aikuisten olisi tärkeää antaa lapsille tilaa ja aikaa liikkua lasten omien liikkumisedellytysten mukaisesti osana arkipäivän hoitotilan-

teita ja toimintoja. Aikuisen tehtävänä on järjestää lapselle monipuolisesti vaihteleva ja liikkumiseen innostava ympäristö. Vanhempien ja varhaiskasvatushenkilöstön tulee yhteistyössä huolehtia, että lapsi saa päivittäin riittävästi liikuntaa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 11.)

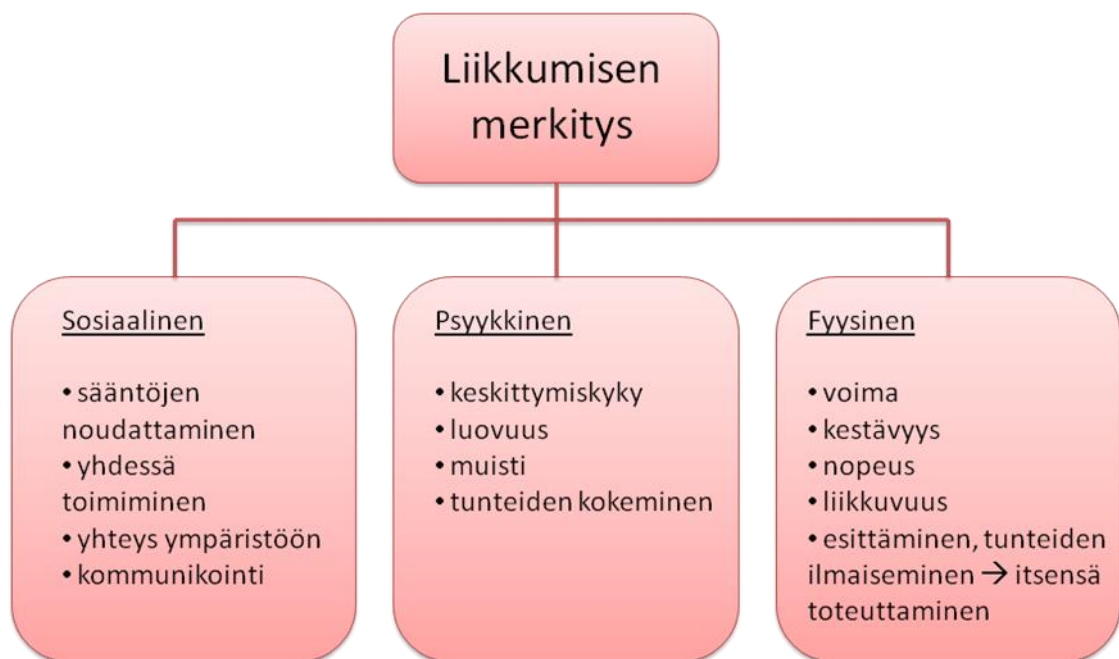
Tässä luvussa tarkoituksena on tuoda esille liikunnan merkitystä. Liikunnan tulisi olla osa lapsen arkipäivää, koska liikunta on erityisen tärkeää lapselle. Lisäksi tässä luvussa esittelemme, mitä merkityksiä liikunnalla on lapsen kokonaiskehitykselle. Puhuminen ja liikkuminen ovat taitoja, joita lapsen tulee oppia. Sen vuoksi käsittelemme, miten lapsi oppii liikunnan avulla. Tekemämme opas on suunnattu Tampereen kaupungin erityisryhmille, joten siksi tuomme tässä luvussa esille myös tärkeitä huomioita siitä, mitä päiväkodeissa tulisi ottaa huomioon liikuntakasvatuksessa.

3.1.1 Liikkumisen merkitykset

”Lapsi oppii leikkiessään. Hän ei kuitenkaan koskaan leiki oppiakseen, vaan siksi, että leikki tuottaa hänelle iloa.” (Taipale-Oiva 2006, 10.) Lapsen leikki ja liikunta antavat lapselle mahdollisuuden aktiiviseen tekemiseen ja omatoimisuuteen. Lapsen kehitykselle olennainen edellytys on lapsen omatoimisuus, ja ympäristöään lapsi havainnoi sekä omaksuu aktiivisen tekemisen kautta. (Zimmer 2001, 16.) Liikunnallinen leikki on spontaania, ja siinä lapsen perusliikuntataidot ja fyysiset ominaisuudet kuten voima, kestävyys, nopeus ja liikkuvuus kehittyvät (kuvio 1). Liikuntaleikkien avulla myös lapsen keskittymiskyky, luovuus ja muisti parantuvat (kuvio 1). Lapsen sosiaalisten ja tiedollisten taitojen kehityksen mahdollistajana liikuntaleikeillä on merkittävä tehtävä. Lapsi oppii leikkimällä noudattamaan sääntöjä ja ryhmässä toimimisen taitoja (kuvio 1). Liikuntaa pidetään yhtenä tapana havaita ympäristöä. Liikunta- ja aistikokemusten kautta rakentuvat kaikki oppimisprosessit. Kehon havaintokokemukset ovat siis puheen kannalta tärkeitä perusvalmiuksia. (Taipale-Oiva 2006, 10–11.)

Grupe (1982) on tutkinut liikunnan merkitystä ja ihmisen arkitodellisuutta hyödyntäen tutkimuksessaan neljää erilaista merkitysulottuvuutta. Grupen mukaan liikuntaa käytetään instrumentaalisesti ja funktionaalisesti. Liikunnan avulla voidaan saavuttaa, esittää, ilmaista, kokea, muuttaa ja saada aikaan jotakin. Ihminen voi usein liikkua huomaamattaan, ja vasta kun ihminen väsyä ja uupuu, hän tuntee oman kehonsa. Tätä liikkumisen

merkitystä Grupe kutsuu instrumentaaliseksi merkitykseksi. Liikunnalla on myös sosiaalinen merkitys, sillä liikkumalla kommunikoidaan (kuvio 1). Tapojen, kuten vilkuttaminen, sosiaaliset merkitykset opitaan tuntemaan, ja ne muuttuvat rituaaleiksi. Liikunnassa ihminen kokee itsensä omassa liikkumisessaan, ja sen kautta. Liikkumisella ihminen voi myös muuttaa ja toteuttaa itseään. Liikkumisen merkityksellä voi olla hyvin erilainen painoarvo ihmisen eri kehitys- ja elämänvaiheissa. Päiväkoti-ikäisten iässä aistiva ja kokeva merkitys on määräävä. Liikkuessaan lapsi kokee erilaisia tunteita, kuten iloa ja surua. Liikkeen avulla lapsi elää ja ilmaisee sekä mahdollisesti työstää tunteitaan ja tuntemuksiaan. (Grupe 1982, Zimmerin 2001, 14–15 mukaan.)



KUVIO 1. Liikkumisen merkitykset

Liikunnalla on merkittävä rooli lapsen kehityksessä ja sen vuoksi otamme oppaassamme erityisesti huomioon lapsen kielellisen kehityksen lisäksi myös lapsen fyysisen, sosiaalisen, kognitiivisen ja emotionaalisen kokonaiskehityksen. Jokaisen leikin kohdalla listaamme, mitä leikki kehittää. Yksi liikuntaleikki voi kehittää kaikkia näitä osalueita, tai vain osaa niistä. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten on tärkeää tiedostaa liikunnan merkitys lapsen kehitykselle, sillä vasta silloin liikunnasta voidaan ottaa kaikki hyöty irti. Teoriaa tärkeämpää on kuitenkin tehdä liikunnasta lapselle omaehtoista ja mielekästä sekä kannustaa lasta liikkumaan.

3.1.2 Lapsen oppiminen liikunnan avulla

Liikuntatuokioiden suunnittelun pohjaksi on tärkeää tietää, miten lapsi oppii, ja miten lapsille on ominaista ottaa vastaan ja käsitellä uutta tietoa (Zimmer 2001, 50). Kannustava ja myönteinen ilmapiiri on lapsen oppimisen edellytys. Tärkeintä oppimiselle on tekeminen ja kokeminen. Lapsi tarvitsee tuhansia yrityksiä ja tekemisen vaiheita ennen kuin oppii liikuntasuorituksen. Kannustus ja rohkaisu innostavat lasta uusiin kokeiluihin ja yrityksiin. (Arvonen 2007, 20.) Lapsi ohjaa kehonsa liikkeitä aivojensa kautta. Lapsen lihaksia liikuttavat hermostolliset impulssit, jotka kulkevat hermoverkkoja pitkin kehon osiin. Nämä kehon osat luovat varsinaisen liikkeen. Liikunta tukee hermoverkoston kehittymistä, koska kehon liikkuminen edellyttää hermostollista toimintaa. Lapsella on sitä paremmat edellytykset kaikenlaiselle toiminnalle ja oppimiselle, kuten kielen kehitykseen, mitä tiheämpi hermoverkosto on. (Hujala & Turja 2011, 137.)

Lapsen kykyyn oppia vaikuttaa lapsen yksilölliset taidot sekä motivaatioon liittyvät tekijät. Oppimiseen vaikuttaa myös lapsen oppimiskokemusten myötä syntynyt käsitys omasta oppimisesta. Oppimisvaikeudet tulisi tästä syystä tunnistaa mahdollisimman varhain, jotta oppimistilanteet lapsen arjessa voidaan suunnitella niin, että lapsi saa mahdollisimman paljon onnistumisen kokemuksia. Keskeisessä asemassa uuden tiedon tai taidon oppimisessa ovat usein lapsen omat yksilölliset ominaisuudet, kuten kognitiiviset, sosiaaliset ja motoriset kyvyt ja taidot sekä motivaatio ja lapsen oma käsitys itsestään oppijana. Oppimiseen vaikuttavat lapsen kyky itse suunnitella ja tarkkailla omaa toimintaansa oppimistilanteissa. Oppimiseen liittyvät tunteet ja uskomukset sekä kyky selvittää vaikeista tilanteista, vaikuttavat myös oppimiseen. (Rintala ym. 2005, 7.)

Lapsen oppimiselle on useita oppimistapoja, kuten mukautuva- ja mallioppiminen, ärsyke-reaktio-oppiminen, havainnoimalla oppiminen sekä oivaltava ja keksivä oppiminen (Zimmer 2001, 74). Ensimmäinen oppimisvaihe lapsen kehityksessä on mukautumisvaihe. Tällöin lapsi liikkuu toisten liikuttamana tai mukana. Tämä vaihe ajoittuu lapsen ensimmäisiin ikävuosiin. Lapsi mukautuu muiden liikkeisiin, esimerkiksi ottaessa mukaan pyöräilemään tai kannettaessa reppuselässä. Lapsi oppii paljon pelkästään mukautumalla, joten mitä monipuolisemmin lapsen ympärillä olevat aikuiset liikkuvat, sitä enemmän lapsi oppii. Lapsi oppii myös matkien eli mallien avulla. Tämä oppimistapa on nimeltään mallioppiminen. Matkiessaan lapsi jäljittelee näkemäänsä liikettä.

Vähitellen matkiminen johtaa tiedostettuun jäljittelyyn, jolloin oppimisessa on tapahtunut merkittävä edistysaskel. (Karvinen, Hiltunen & Jääskeläinen 1991, 119–120.)

Ärsyke-reaktio-oppimisessa lapsi oppii pääosin vaistomaisia reaktioita esimerkiksi pelon, ilon ja surun tunteita, mutta lapsi oppii myös asennoitumaan henkilöihin ja tilanteisiin. Ärsyke-reaktio-oppimisen yleinen oppimismuoto on oppiminen vahvistamalla. Lapsen liikunnallisen toiminnan seuraukset, kuten onnistuminen, epäonnistuminen, keuhut tai rangaistus, ratkaisevat toistaako lapsi liikkeen tulevaisuudessa, vai vältteleekö hän liikettä. (Zimmer 2001, 74–75.) Lapset käyttävät aikuisia herkemmin kaikkia aistejaan, ja sen vuoksi he oppivatkin paljon monipuolisten havaintojen avulla. Lapsi kykenee oppimaan pelkästään katselemalla, sillä lapsen kehittynyt mielikuvitus auttaa toteuttamaan nähdyn liikkeen. Tämän tyyppinen havainnointi on aktivoitua, mielikuvien ja muistin avulla työstettyä oppimista. Kuuloaistin avulla lapsi oppii rytmejä ja erilaisia ääniä, joten lapselle suunnitelluissa liikuntatuokioissa tulisi ohjata harjoitteita ja tehtäviä, joissa lapsi joutuu käyttämään mahdollisimman monta aistialuetta. (Karvinen ym. 1991, 120.)

Lapsi oppii parhaiten kun hän itse oivaltaa ratkaisut, esimerkiksi keksii miten liike suoritetaan tai käyttää aiemmin oppimaansa uudessa yhteydessä. Oivallus motivoi, tehostaa ja suuntaa oppimista. Oppiminen on tiedostetumpaa, kun lapsi itse havaitsee syy-yhteydet, eli miten ja miksi liikettä tehdään. (Karvinen ym. 1991, 122.) Oivaltavalle oppimiselle tyypillisiä piirteitä ovat ongelman strukturointi eli jäsentäminen sekä ratkaisun äkillinen oivaltaminen, jota kutsumme puhekielessä ahaa-elämykseksi. Oivaltavassa oppimisessa useat peräkkäiset toiminnat johtavat päämäärään ja ongelman ratkaisutapa on henkilölle uusi. (Zimmer 2001, 76.)

Pienet lapset toistavat liikettä spontaanisti, ja vähitellen liikkeiden kokeilut muuttuvat yhä selkeämmiksi ja hallitummiksi taidoiksi. Jotta lapset oppisivat hallitsemaan erilaisia liike-elementtejä, tulisi lasten saada kokeilla erilaisia vaihtoehtoja ja muunnelmia, erityisesti itse keksittyjä. Lapsi etsii vaikeita tilanteita, sillä vaikealta näyttävän tehtävän ratkaiseminen lisää lapsen itseluottamusta. Tehtävän ratkaisu synnyttää lapsessa varmuutta siitä, että hän kykenee suorittamaan tehtävän, johon ei ollut aiemmin mahdollisuutta. Vaikean tehtävän ratkaiseminen kasvattaa nautintoa ja luo lapselle positiivisia kokemuksia. (Karvinen ym. 1991, 121.)

Jokaisen lapsen oppiminen on yksilöllistä, joten jokainen liikuntatuokio tulisi suunnitella kaiken tyyppiset oppijat huomioon ottaen. Lapsi oppii paljon liikunnan avulla, joten varhaiskasvatusammattilaisen on tärkeää tietää, miten lapsi oppii, jotta voi tukea lasta hänen yksilöllisten tarpeidensa mukaisesti. On tärkeää, että ohjaaja tietää, miten omalla toiminnallaan voi tukea eri oppimistapoja, esimerkiksi näyttämällä itse mallia tai käyttämällä apuna tukiviittomia tai kuvia. Liikuntaoppaamme tulisi kannustaa varhaiskasvatusammattilaisia keskittymään leikkien keksimisen sijasta jokaisen lapsen yksilölliseen huomiointiin ja kehitykseen.

3.1.3 Liikuntakasvatus päiväkodissa

Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatus tulisi olla monipuolista, lapsilähtöistä ja tavoitteellista. Kun nämä ominaisuudet toteutuvat, liikuntakasvatuksen avulla voidaan tukea lapsen psyykkistä, fyysistä, sosiaalista ja emotionaalista kehittymistä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17.) Nyky-yhteiskunnassamme liikunnalla ja terveydellä on suuri merkitys. Päiväkodilla on suuri rooli lapsen terveyden ylläpitämisessä. Liikuntakasvatus tuleekin aloittaa jo päiväkodissa. Liikuntakasvatus painottaa ottamaan huomioon lapsen tarpeet liikunnan tarjoamisessa. Jotta lapset kehittyvät terveiksi, tarvitsevat he säännöllistä, jopa päivittäistä liikuntaa. (Zimmer 2001, 42–43.)

Laaja ja avoin liikunnallinen tarjonta päiväkodissa takaisi lapsen yksilöllisten tarpeiden huomioonottamisen. Lapsen ohjaajalla olisi tällöin riittävästi mahdollisuuksia auttaa ja tukea heikompia lapsia sekä järjestää harjoitteet niin, että kaikki saavat myönteisiä ja onnistumisen kokemuksia kyvyistään. Päiväkotien liikuntakasvatuksen kokonaisvaltaisuuden onnistumiseksi suunnittelussa tulee ottaa erityisesti huomioon ne lapset, joiden kehitys on syystä tai toisesta vajavaista. Heille liikunta tarjoaa hyviä ja tehokkaita edistymiskeinoja. Lapsien ohjaamisessa tärkeimpänä tavoitteena ei tulisi olla heikkouksien korjaaminen, vaan sen sijaan itsetunnon kohottaminen ja integroiminen ryhmään. Monipuolinen liikunnallinen tarjonta ennen kouluikää tukee parhaiten kokonaisvaltaista kehitystä, joka tuottaa lapselle mielihyvää. Lapsi tuntee itsensä osaavaksi mahdollisista heikkouksista huolimatta. Missään toisessa ikävaiheessa ei ole näin hyviä mahdollisuuksia ohjata ihmistä itsenäiseen ja säännölliseen liikkumiseen. Mahdollistamalla lapsen monipuolinen liikkuminen luodaan hyvä pohja motivaatiolle, joka pitää ihmisen liikkeessä lapsesta aikuisuuteen asti. (Zimmer 2001, 46–47.)

Päiväkodissa tapahtuva ohjattu liikunta vaihtelee paljon kasvattajan ammattitaidon ja hänen asenteensa mukaan. Tämän vuoksi parhaimmillaan liikunta voi palvella hyvin esimerkiksi lasta, jolla on kielellisiä erityisvaikeuksia, tai pahimmillaan monia hyviä mahdollisuuksia kehityksen tukemiseksi saattaa jäädä käyttämättä. (Rintala ym. 2005, 219.) Kasvatusammattilaisten oma asenne liikuntaa kohtaan voi vaikuttaa siihen, kuinka monipuolista lasten liikkuminen päiväkodissa on. Liikunnan suunnittelu ja toteutus eivät saisi koskaan olla liian työlästä, jotta se ei ole esteenä lasten liikkumiselle. Tämän vuoksi olemme tässä opinnäytetyössämme luoneet oppaan helpottamaan kasvatusammattilaisten työtä.

3.2 Kielen kehitys ja kielelliset vaikeudet

Lapsen kielen kehityksen ja oppimisen tukeminen on kasvattajan yksi tärkeimmistä tehtävistä. Lapsi tarvitsee kieltä ollakseen vuorovaikutuksessa, kehittyäkseen ja toimimaan itselleen ominaisella tavalla. (Pulli 2006, 7.) Lapsen kielellinen kehitys ei ole erillinen prosessi, kuten sanavaraston kasvu, vaan se kuuluu lapsen kokonaiskehitykseen ja on vuorovaikutuksessa muihin kehityksen alueisiin. Esimerkiksi kuulo ja näkö, karkea- ja hienomotoriikka ovat yhteydessä toisiinsa ja siten myös kielelliseen kehitykseen. (Zimmer 2001, 65.)

Noin neljän kuukauden ikäisenä lapsi aloittaa äänellä leikkittelyn. Jokeltelun alkuvaiheessa ääntelyyn ilmaantuu konsonanttimaaisia elementtejä. Lapsen ensimmäisen puolen vuoden jälkeen konsonanttien omaksumiseen vaikuttavat yhä enemmän ympäristön tuomat mallit. Konsonanttien määrä lisääntyy huomattavasti, kun lapsi tulee lähemmäksi yhden vuoden ikää. Tässä iässä lapsen artikulointi tulee aikaisempaa varmemmaksi ja selkeämmäksi. (Kunnari & Savinainen-Makkonen 2004, 66–67.)

Vähitellen lapsen spontaanit äänenmuodostelmat eli jokeltelumonologit sopeutuvat aikuisten kielen sanamuotoihin. Ennen kuin lapsi alkaa käyttää kielen sanamuotoja, hän kuitenkin ymmärtää jo aikuisen kieltä. (Zimmer 2001, 65.) Ensimmäisen ikävuoden loppupuolella alkaa kielen ymmärtäminen, ja sen jälkeen lapsi ryhtyy tuottamaan kommunikatiivisia eleitä ja lopulta kieltä. On arveltu, että elekielellä tapahtuva kommunikointi on silta kielen ymmärtämisen ja tuottamisen välillä. Ei-sanana noudattaminen on

yksi ensimmäisistä merkeistä ymmärtämiselle alle vuoden ikäisillä lapsilla. Ensimmäisten sanojen tuottamisen ja ymmärtämisen välillä on yleensä viive. Alle kaksivuotiaat lapset ymmärtävät paljon enemmän kielellisiä ilmaisuja kuin pystyvät niitä itse tuottamaan. Toimintaa tarkoittavat sanat ovat usein ensimmäisiä sanoja, joiden merkityksen lapsi ymmärtää, sillä lapsi osoittaa ymmärryksensä usein toiminnan avulla. Toiminta ja ymmärtäminen liittyvät siis kiinteästi yhteen. (Siiskonen, Aro, Ahonen & Ketonen 2004, 51.)

Lapsi tarvitsee yhdistely- ja erottelutaitoja sekä suunnitelmallisuutta ennen kuin hän pystyy yhdistämään sanoja lauseiksi. Lapsi alkaa yhdistellä sanoja noin puolentoista vuoden sekä kahden vuoden ikäisenä. (Tomasello 2000, 3.) Lapsen ensimmäiset kaksisanaiset lauseet koostuvat ydinsanasta sekä jostakin muusta lapsen sanavarastoon kuuluvasta sanasta. Esimerkiksi ”Tutti anna” on rakenne, joka muodostaa perustan erilaisien lausemuotojen myöhemmälle kehitykselle. Lauserakenteet kehittyvät lapsilla nopeasti. Lapset alkavat taivuttaa sanoja riittävän perussanaston vakiintumisen sekä ensimmäisten sanayhdistelmien jälkeen. Lapsi muokkaa puheessaan kieltä ja taivuttaa oppimiaan sanoja välillä myös virheellisesti, esimerkiksi lapsi voi taivuttaa sanan kävyt muotoon käpyt. (Siiskonen ym. 2004, 53–55.) Lapsi käyttää virheellisiä ilmaisuja, koska puheessa käytetyt sanat ovat abstrakteja käsitteitä. Kaksivuotiaana lapsen puheessa vallitseva aikamuoto on preesens. (Tomasello 2000, 3–4.)

Kolmivuotias alkaa kiinnittää enemmän huomiota esineiden laadullisiin ominaisuuksiin ja eroihin. Kaksi- kolmivuotiaat alkavat tunnistaa esineiden kokoeroja, ja kolmivuotias tuottaa jo itse komparatiivimuotoja vertaillessaan esineiden ominaisuuksia. Nelivuotias käyttää esineiden paikkaa osoittavia määreitä. Lapsen tulee tätä varten erottaa esineen etu-, taka-, ylä- ja alapuoli, sekä pystyä yleistämään tiedon muihin esineisiin. Viisivuotiaana lapsen puheessa esiintyvät jo eri sanaluokan sanat, lähes samalla tavoin kuin aikuisten arkipuheessa. (Siiskonen ym. 2004, 54–56.)

Tärkein vaihe kielen oppimisen kannalta ajoittuu siis lapsilla toisen ja kuuden ikävuoden väliin. Näiden vuosien jälkeen kielen ilmaisussa tapahtuvat muutokset ovat hiomista ja laajentamista. Myöhemmät muutokset kielellisessä ilmaisussa riippuvat olemassa olevasta kielellisestä tasosta ja ympäristön virikkeistä. Puheen matkiminen on tärkeää lapselle kielen oppimisessa. Kielen ja puheen kehityksen edistäminen päivähoidossa on erityisen tärkeää. Tukeminen päiväkodissa vaikuttaa siihen, miten taitavaksi lapsen kieli

pystyy kehittymään. (Zimmer 2001, 65.) Lapsen kielen kehityksen ymmärtäminen kokonaisvaltaisesti on tärkeää lasten kanssa työskennellessä. Tässä luvussa käsittelemme puheen ja kielen merkitystä lapselle, esittelemme kielen kehitykseen liittyviä erityisvaikeuksia sekä tuomme esille tapoja miten kielellisiä erityisvaikeuksia voidaan tukea erityisryhmässä.

3.2.1 Puheen ja kielen merkitys

Kielitaito ja puhe ovat lapselle merkityksellisiä monesta syystä. Kielen sekä puheen avulla lapsi jäsentää havaintojaan, tutustuu ympäristöönsä ja oppii uusia asioita. Puhe on väline viestimiseen sosiaalisen vuorovaikutuksen, ajatusten ja tunteiden välillä. Puhe on myös väline ongelmien ratkaisemiseen sekä toiminnan suunnitteluun. (Siiskonen ym. 2004, 48.) Viestittäminen ja viestin ymmärtäminen ovat alkuperäisiä funktioita puheelle. Puhe ja kieli ovat tärkeitä lapselle, sillä niiden avulla lapsi solmii suhteita aikuisiin ja toisiin lapsiin. Kielen ja puheen avulla lapsi pystyy myös ilmaisemaan toiveensa ja tarpeensa sekä viestiä ja kysellä. Jo vauvaiässä lapset ottavat yhteyttä ympäristöönsä huutamalla ja itkemällä. Puhe ja kieli ovat siis välineitä kommunikaatioon sosiaalisen ympäristön kanssa. (Zimmer 2001, 64.)

Kieli koostuu erilaisista viestimisen keinoista, kuten ilmeistä ja eleistä, ruumiin asennoista sekä myös viittomakielestä. Lapset eivät luonnollisesti pysty vielä ilmaisemaan kaikkia tunteitaan, pelkojaan tai toiveitaan sanallisesti, ja sen vuoksi he usein ilmaisevat itseään käyttämällä tiedostamattaan ruumiinkieltä (kuvio 2). Esimerkiksi lapset taputtavat ilosta tai polkevat jalkaa vihasta. Keho on lapselle väline ilmaisuun. Yleensä lasten ruumiinkieli on psyykkisten prosessien välitön ilmaisu. Lapset tutustuvat ympäristöönsä liikkumalla ja aistimalla. Tekemisen ja toiminnan kokemuksista kehittyy kielen avulla käsitteitä. Lapsi taas voi käsitteen avulla luoda maailmasta sisäisen kuvan. Ympäristön ilmiöt ovat lapsen käytettävissä, ja asiat saavat nimen kielen avulla. Kieli on sekä ilmaisukeino että tärkeä oppimisen väline (kuvio 2). (Zimmer 2001, 64.)



KUVIO 2. Kielen ja puheen merkitys

Lapsella on käsitys kolmiulotteisista suhteistaan jo ennen kuin hän osaa ilmaista itseään kielellisesti. Tämän tiedon lapsi saa aisti- ja liikuntakokemuksillaan, esimerkiksi käsitteet alhaalla, ylhäällä, edessä ja takana lapsi oppii oman kehonsa avulla. Tärkeitä edellytyksiä kielen oppimisen kannalta ovat liikunta- ja aistikokemukset. Kaikki monimutkaisemmat oppimisprosessit rakentuvat näiden kokemusten varaan. Yhteistoiminta lapsen kaikkien sensoristen järjestelmien välillä on tärkeää sanojen ymmärtämisen, kielen ja puheen kehityksen kannalta. (Zimmer 2001, 65.)

Puhe ja kieli ovat merkityksellisiä, sillä puheen ja kielen avulla ihminen kommunikoi. Lapsi viettää usein lapsuudessaan suuren osan ajastaan päiväkodissa. Sen vuoksi tietoinen kielen kehityksen tukeminen ja kehittäminen ovat erityisen tärkeitä päiväkodissa. Kuten edellisessä kappaleessa kirjoitimme, ovat liikunta- ja aistikokemukset tärkeitä opeteltaessa kieltä. Monipuolinen liikunta ja liikuntakokemusten lisääminen tukevat siis kielen ja puheen kehittymistä. Liikuntaoppaamme tavoitteena on helpottaa liikunta- tuokioiden suunnittelua ja toteutusta päiväkodeissa. Kielen ja puheen merkityksen ymmärtäminen on liikuntaoppaamme perusta. Oppaan avulla haluamme tuoda liikunnan lähelle lapsia kehittämään heidän kielellistä kehitystä.

3.2.2 Kielen kehityksen erityisvaikeudet

Kieli kehittyy kaikilla ihmisillä yksilöllisesti. Jopa samanikäisten lasten kielen kehitys voi olla eri tasolla ja silti täysin normaalia. Sisarukset voivat myös omaksua eri tahdissa kielellisiä taitoja. Tämän vuoksi on haasteellista selvittää, miten hitaammin oppiva ja häiriöksi luokiteltava kielellinen viivästyminen pystytään erottamaan toisistaan. (Siiskonen ym. 2004, 48.) Lapsen puheen ja kielen kehitys voi edetä normaalia kehitystä poikkeavin piirtein. Puhumaan oppiminen ei ole kaikille lapsille yhtä helppoa. Kielellisistä oppimisvaikeuksista on kyse silloin, kun lapsella esiintyy vaikeuksia puhutun tai kirjoitetun kielen omaksumisessa yleensä. Nimitykset ”kielen kehityksen erityisvaikeus”, ”puheen ja kielen kehityshäiriöt” ja ”dysfasia” kuvaavat yleisesti sitä, että lapsen kielen kehitys on selvästi hitaampaa kuin hänen muu kehityksensä. (Siiskonen ym. 2004, 81.)

Jo lapsen varhaiskehityksen perusteella voidaan todeta vaikea-asteiset kielihäiriöt. Kielen käyttöön liittyvissä taidoissa, kieliyhteisöön sosiaalistumisessa, käsitteistössä, lauserakenteissa sekä ääntelyssä voidaan huomata jo varhaisessa vaiheessa puhe- ja kielihäiriöitä. Kuulon havainnointi, kielen tuottaminen ja kognitiivinen prosessointi liittyvät vaikuttavina tekijöinä kielihäiriön syntyyn. Kielen vastaanottoon taas vaikuttavat kyvyttömyys jäsentää ja hyödyntää aistihavaintoja tai aistitoimintojen poikkeavuudet. Esimerkiksi kaksikielisyys on ympäristötekijä, joka asettaa lapsen kuulohavainnoinnin kehitykselle erityisiä haasteita. Myös yleinen älyllinen kehitys liittyy kielen sisällölliseen prosessointiin. Kielen tuottoa voivat vaikeuttaa hidaskasvu tai rakenteelliset poikkeavuudet sekä ääntöelinten motorisen kontrollin heikkous. (Launonen & Korpijaakko-Huuhka 2006, 42.)

Lapsen kielen omaksumista voivat hidastaa vaikeissa perussairauksissa, kuten epilepsia, lapsen väsyneisyys, aivotoiminnan poikkeavuus, sairauskohtaukset sekä lääkkitykset. Kielen kehityksen ongelmat voivat ilmetä myös lapsen haluttomuutena tai kyvyttömyytenä kommunikoida edes elein ja ilmein. Kielihäiriön syntyyn vaikuttavia kasvuympäristöllisiä ja kehityksellisiä tekijöitä on vaikea erottaa toisistaan, koska usein lasten kielihäiriöiden taustatekijät kasaantuvat. Tällöin häiriöön liittyy tekijöitä, jotka yksinään eivät aiheuttaisi kielen kehityksen häiriöitä. Esimerkiksi lapsen tunne-elämän poikkeavuus voi liittyä ääntöelinten motoriikan hitaaseen kehitysrytmiin. (Launonen & Korpijaakko-Huuhka 2006, 43.)

Kielen kehityksen erityisvaikeus luokitellaan neurobiologiseksi häiriöksi. Tällöin lapsi ei opi kieltä siten kuin olisi odotettavissa hänen muun kehityksensä perusteella. Dysfasia on kielellisen kehityksen erityisvaikeus. Mitä vaikeampi dysfasia lapsella on, sitä haitallisempi se on lapsen kehitykselle, toiminnalle, oppimiselle ja vuorovaikutukselle. Dysfasian taustalla uskotaan olevan tuntemattomia keskushermoston kehitykseen vaikuttavia tekijöitä, jotka pystyvät muuttamaan hermoston toiminnallisia ja rakenteellisia piirteitä. Poikkeava kehittyminen keskushermostossa heijastuu hermoston toimintaan ja aiheuttaa näin kielihäiriöiselle lapselle puutteita, jotka puolestaan vaikuttavat kielen omaksumiseen. Usein lapsella huomataan vaikeutta käsitellä ja hahmottaa kuulemaansa sekä heikkoutta pitkäaikaismuistissa ja lyhytaikaisessa kuulomuistissa. Perimän arvelaan olevan yleisin dysfasian riskitekijä, sillä se ohjaa merkittävästi keskushermoston kehitystä. Myös raskauden, synnytyksen tai vastasyntyneisyyskauden riskitekijät voivat vaikuttaa keskushermoston kehitykseen. Puheen ja kielen kehitystä voivat hidastaa myös virikkeettömyys, monikielisyys, lapsen tai vanhemman vakavat mielenterveysongelmat tai huomattavat puutteet perusturvallisuudessa. (Ahonen, Siiskonen & Aro 2001, 19, 21.)

Dysfasia ei ole ainoa kehityksellinen häiriö, johon liittyy kielellisiä vaikeuksia. Sen vuoksi tutkittaessa lasta, jolla epäillään kielellistä häiriötä, olisi poissuljettava muut mahdolliset viivettä aiheuttavat tekijät. Diagnostiikan ongelmalliseksi tekee ilmiöiden päällekkäisyys, sillä kaikkiin kehityksellisiin poikkeavuuksiin voi sisältyä liitännäisoireita, jotka voivat olla ominaispiirteitä jostakin toisesta häiriöstä. Esimerkiksi kuulovammaisella lapsella puhe on sitä enemmän normaalista poikkeavaa mitä vaikeampi kuulovamma on kyseessä. Myös autistisilla lapsilla esiintyy vaikea-asteisia kielellisiä häiriöitä, ja esimerkiksi Aspergerin oireyhtymässä lapset voivat olla kielellisesti lahjakkaita, mutta kielellinen vuorovaikutus on heikkoa. Oppimisvaikeuksien yhteydessä havaitaan myös usein kielellisiä häiriöitä. Dysfasiassa liitännäisoreet ovat todella yleisiä. (Ahonen ym. 2001, 21–22.)

Dysfasiaan liittyy yleisesti myös kuullun ymmärtämisen ongelmia. Reseptiivisten taitojen eli kielen vastaanoton poikkeava kehitys havaitaan useimmiten lapsilla myöhemmin kuin ekspressiivisten taitojen eli puheen tuoton häiriöt. Muun muassa kuuloinformaation käsittelyn hitaus, lyhytkestoisen ja työmuistin heikkous sekä vaikeus havaita ääniärsykkeiden erillisyyttä ovat kielen prosessoinnin ongelmiin liittyviä piirteitä. Audititiivisen hahmotuskyvyn heikkouden uskotaan korostuvan dysfasiassa. On käytetty käsitettä

sanakuurous (word deafness) kuvaamaan kielen vastaanoton ongelmia tapauksissa, joissa kuuloaisti toimii normaalisti. (Launonen & Korpijaakko-Huuhka 2006, 46.)

Kielihäiriöisillä lapsilla yleisiä ovat myös lyhytkestoisen auditiivisen muistin ongelmat. Lapsi ohjautuu lyhytkestoisen muistin heikkouden vuoksi tarkkailemaan yksittäisiä sanoja kokonaisvaltaisemman kielen ymmärtämisen kustannuksella. Monien tutkijoiden mielestä myös ääniärsykkeiden sarjallisen käsittelyn epätarkkuudet liittyvät dysfasiaan. Tällöin kielihäiriöiset lapset tukeutuvat auditiivisissa havainnoissaan muita lapsia enemmän yksittäisten äänielementtien tarkkailuun. Äännejärjestelmän heikkouden ”dysfonologia” ja kieliopillisten taitojen puutteiden ”dysgrammatismi” piirteitä liittyy myös erityisiin kehityksellisiin kielihäiriöihin. Häiriöt varhaislapsuudessa ovat kokonaisvaltaisia ja kehityksen myötä ne eriytyvät. (Launonen & Korpijaakko-Huuhka 2006, 46–47.)

Vaikka oppaassamme emme halua korostaa lasten puutteita ja vaikeuksia, vaan tukea jokaista lasta yksilöllisesti, on opasta tehdessä tärkeää ymmärtää, millaisia kielen kehityksen erityisvaikeuksia on, ja miten ne ilmenevät. Liikuntatuokioiden tulee olla jokaiselle lapselle mieluisia, ja sen vuoksi lapsen tukeminen omassa kehityksessään on erityisen tärkeää. Jos ei ole tietoa lapsen erityistarpeista, on tukeminen vaikeampaa. Liikuntatuokioihin osallistuminen tasavertaisesti on jokaisen lapsen oikeus. Siinä missä liikunta on tärkeää lapsille, on se erityisen tärkeää lapselle, jolla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Liikunnan avulla lapsi oppii kieltä, kokee onnistumisen kokemuksia ja sen kautta voi saada rohkeutta myös puhumiseen.

3.2.3 Kielellisten vaikeuksien tukeminen erityisryhmässä

Kommunikaation ja kielen ongelmia diagnosoidaan Suomessa yleisesti lasten ollessa jo 4–5-vuotiaita, vaikka pyrkimyksenä onkin ollut niiden tunnistaminen yhä varhaisemmassa vaiheessa. Merkit kielen kehityksen viiveestä saattavat olla nähtävissä jo varhaisimmillaan lapsen ensimmäisinä elinkuukausina. (Siiskonen ym. 2004, 89–90.) Jos kielen kehityksen ongelmat havaittaisiin mahdollisimman varhain, voitaisiin estää niistä aiheutuvia liitännäishäiriöitä. Puheen ja kielen kehitysviivästyvät tulevat useissa tapauksissa esille kielellisten taitojen hitaana omaksumisena ja kapea-alaisena hallintana. Viivästyneisyys puheen kehityksessä näkyy selvästi jo 2–4-vuotiailla lapsilla. Seuranta-

käynnit puheterapeutilla ovat keskeisessä roolissa varhaisvuosina. (Launonen & Korpi-jaakko-Huuhka 2006, 43.)

Kielellisten vaikeuksien tukemisessa on tärkeää, että lapsen tarvitsemaa tukea toteutetaan ongelmakeskeisyyden sijaan toimintälähtöisesti. Ongelmalähtöisessä tarkastelutavassa korostuvat lapsen puutteet ja vaikeudet, jolloin huomiotta jää usein ympäristön vaikutus tuen tarpeeseen. Tällöin tuen tarve määritellään lapsen ominaisuudeksi. Toimintälähtöisessä tarkastelutavassa mahdollistetaan lapsen toiminta tukemalla lasta osallistumisessa, leikkimisessä, elämysten kokemisessa, liikkumisessa ja oppimisessa. Toimintaperusteisessa lähtökohdassa tukea voidaan tarkastella sosiaalisen vuorovaikutuksen, kommunikoinnin, liikkumisen, itsenäisyyden, oppimisen sekä omatoimisuuden mahdollistajana. (Heinämäki 2004, 26.) Opinnäytetyössämme keskeisiä painopisteitä tukemisen kannalta ovat kommunikoinnin ja liikkumisen tukeminen erityisryhmässä.

Kielen ja puheen kehityksen tukeminen varhaiskasvatuksessa monipuolisella kielenkäytöllä on osa päivittäistä arkea. Kommunikoinnin tukea lapsi tarvitsee usein viestintäkyvyn ja -halun vahvistamiseen. Tukikeinoina voidaan käyttää muun muassa symbolikieltä, kuvaviestejä, tukiviittomia tai viittomakieltä. Kun lasta rohkaistaan sosiaalisiin kontakteihin, tulee viestiminen lapselle tavoiteltavaksi ja mielekkääksi. Lapsen käydessä puheterapiassa menetelmät ja tavoitteet tuodaan päivähoiton arkipäivään asiantuntijan ohjaamana. (Heinämäki 2004, 26.)

Varhaiskasvatukseen kuuluu olennaisena osana päivittäinen lapsen liikunnallisten taitojen harjoittaminen. Hyvään varhaiskasvatusympäristöön kuuluvat innostavat välineet ja tilat. Lasten liikkumista voidaan tukea erityisesti asiantuntijoiden suosittelemien harjoitusten, tilajärjestelyiden ja apuvälineiden avulla. On tärkeää kiinnittää huomiota siihen, että lapsella on mahdollisuus osallistua samaan toimintaan muiden lasten kanssa soveltaen harjoituksia ja leikkejä. (Heinämäki 2004, 27.) Jokaisella lapsella on oikeus liikkua ja varhaiskasvatuksessa liikkuminen tulisi mahdollistaa jokaiselle lapselle, myös erityisryhmissä. Tukikeinot, kuten kuvaviestit, ovat tärkeitä huomioida oppaassamme, jotta lapset, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia, saavat toimintaan tarvitsemansa tuen.

Lapselle, jolla on kielellisen kehityksen vaikeuksia, suositellaan yleensä päiväkotia ensisijaisena vaihtoehtona päivähoidolle. Päiväkodissa henkilökunnalla on laaja asiantuntemus alle kouluikäisten lasten kasvatukseen ja opetukseen, joka mahdollistaa lapselle,

jolla on kielellisiä vaikeuksia, hänen tarvitsemansa tuen. Monissa kunnissa ja kaupungeissa, esimerkiksi puheen ja kielenkehityksen tukemiseen, on olemassa keskitettyjä erityisryhmiä. Erityisryhmässä työskentelee usein erityiskoulutettu henkilökunta, jotka ovat tiiviissä yhteistyössä muun muassa puheterapeutteihin ja kiertäviin erityislastentarhanopettajiin. Ryhmä on kooltaan huomattavasti pienempi kuin tavallinen päiväkotiryhmä. Erityisryhmässä kaikilla lapsilla on tarve erityiseen hoivaan ja tukeen. Sen sijaan integroidussa erityisryhmässä osalla lapsista on erityisen hoidon ja kasvatuksen tarve, mutta enemmistöllä ei. Integroiduissa erityisryhmässä ja erityisryhmässä aikuisia on suhteessa lapsiin sen verran, että on mahdollista seurata jokaisen lapsen yksilöllistä kehitystä ja tuen tarpeita. (Siiskonen ym. 2004, 305, 313.)

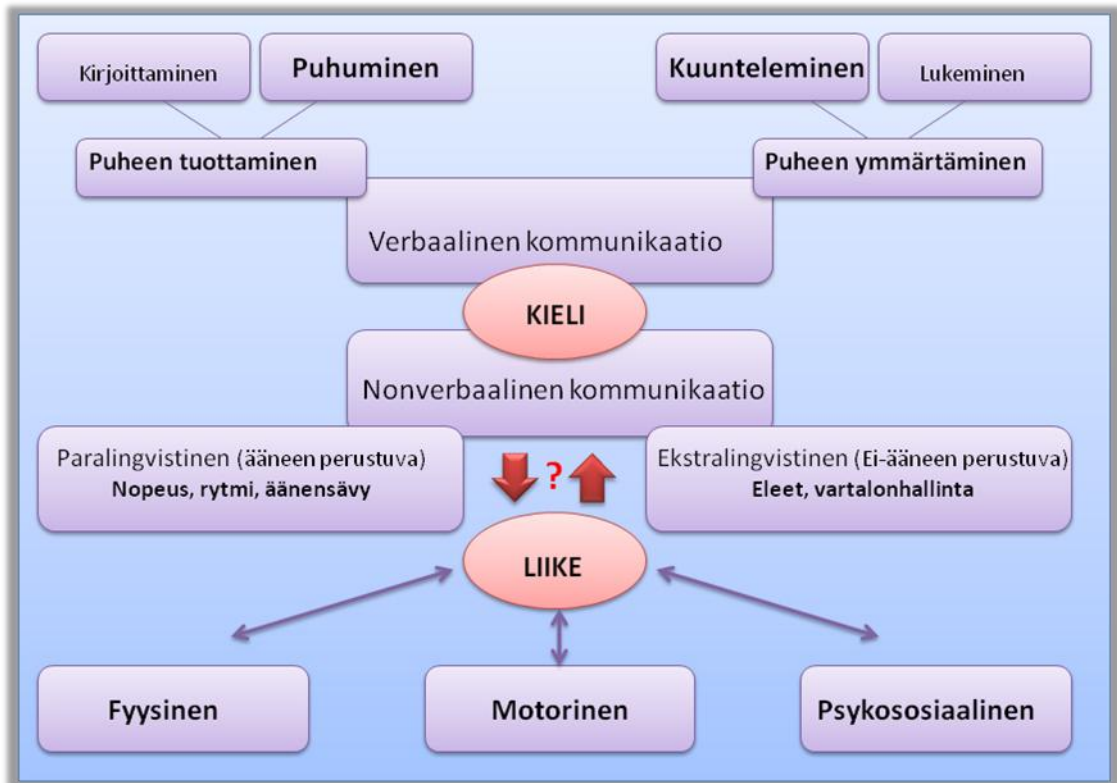
Päivähoitoasetuksen mukaan lapselle on hankittava alan erikoislääkärin tai muun asiantuntijan esimerkiksi puheterapeutin lausunto, jos lapsi on erityiskasvatuksen tai -hoidon tarpeessa. Tällöin lapsella on oikeus saada päivähoidossa erityistä tukea, ja se on huomioitava, joko työntekijöiden määrässä tai ryhmän koossa. Erityistä tukea tarvitsevalle lapselle laaditaan aina päivähoidon kuntoutussuunnitelma riippumatta siitä, millaisessa ryhmässä päivähoitoa järjestetään. Lain mukaan kuntoutussuunnitelmat tulee laatia yhteistyössä lapsen vanhempien, sosiaali-, terveys- ja koulutoimen kanssa. Päivähoidon kuntoutussuunnitelman tarkoituksena on tukea ja täydentää erikoissairaanhoidossa tehtyä kokonaiskuntoutussuunnitelmaa. (Siiskonen ym. 2004, 308, 319.)

Opinnäytetyöhömmme liittyvän kyselyn tulosten mukaan Tampereen kaupungilla ei ole varsinaisesti kielellisten vaikeuksien erityisryhmiä, vaan erityisryhmissä on erilaisia erityisvaikeuksia omaavia lapsia, kuten sosiaalisemotionaalisia erityisvaikeuksia sekä käytöshäiriöisiä lapsia. Oppaassamme on tärkeää ottaa huomioon, että ryhmät ovat moniongelmaisia, lapset eri-ikäisiä sekä osa ryhmistä on myös integroituja erityisryhmiä. Erityisryhmissä ja integroiduissa erityisryhmissä lasten kokonaiskehitys voi olla hyvinkin eri vaiheissa. Tämä tuo lisähaastetta liikuntatuokioiden suunnitteluun ja toteuttamiseen. Liikuntaa on ohjattava lapselle, jolla on kielellinen erityisvaikeus, hiukan eri tavalla kuin lapselle, jolla ei ole kielellistä kehitysvaikeutta. On otettava huomioon tarvittavat apuvälineet, ja on tärkeää käyttää hyödyksi mahdollisimman paljon tukemisen keinoja. Sisällytämme oppaaseemme esimerkiksi kuvia, joita voi käyttää liikuntaleikeissä ja -harjoitteissa tukemaan lasten kielellisiä erityisvaikeuksia.

3.3 Liike ja kieli

Liikunnan ja kielen välistä yhteyttä on tutkittu ja se on herättänyt jo pitkään kiinnostusta liikunta- ja erityispedagogiikassa (Rintala ym. 2005, 47). On selvää, että kielelliset ongelmat ilmenevät usein samanaikaisesti motoristen ongelmien kanssa (Hill 2001, 149–171, Rintalan ym. 2005, 47 mukaan). Yhteys puheen ja liikunnan välillä on vaikeaa ja moninaista selittää, ja sen vuoksi se herättää myös kiinnostusta sen epäilijöissä. Nykyään on olemassa teoreettisia selityksiä liikunnan ja puheen yhteydestä, mutta vielä ei ole onnistuttu osoittamaan tyydyttävästi kielen ja liikunnan välistä yhteyttä. (Fischer 1996, 28.) Aluksi tulisi tutkia tarkemmin mitkä perustavanlaatuiset prosessit kytkeytyvät liikunnan ja kielen rakenteiden taakse, ja vasta tämän jälkeen olisi tutkittava niiden välistä suhdetta. (Rintala ym. 2005, 47, 49.)

Kielessä erotetaan nonverbaalinen ja verbaalinen osa-alue. Nonverbaalinen erotetaan paralingvistiseen eli ääneen perustuvaan ja ekstralingvistiseen eli ei-ääneen perustuvaan näkökulmaan. Verbaalinen taas sisältää puheen ymmärryksen ja puheen tuoton suullisesti ja kirjallisesti. Kokonaisvaltainen liikunta jaetaan Rintalan mukaan kolmeen tarkastelunäkökulmaan; fyysiseen, motoriseen ja psykososiaaliseen näkökulmaan (kuvio 3). Fyysiseen näkökulmaan kuuluu esimerkiksi biologiset prosessit ja fyysiset voimavarat. Motorinen näkökulma kattaa esimerkiksi karkea- ja hienomotoriikan, tasapainon ja liikkumisvalmiudet. Psykososiaalisessa näkökulmassa korostuvat tunteet, motivaatio, sosiaaliset kokemukset ja minäkuva liikkumisen yhteydessä. Tutkittaessa puheen ja kielen yhteyttä, on aluksi selvitettävä mistä yhteyksistä ollaan kiinnostuneita. Jotta yhteyttä voi selvittää, on tarpeen konkretisoida mitkä kielen aspektit ovat tekemisessä liikkumisen aspektien kanssa. Ihmisen kehitys vaikuttaa eri vaiheissaan eri tavoin yhteyteen, ja yhteyden voimakkuus tämän vuoksi vaihtelee kehityksen kuluessa. Tämän vuoksi sekä liikkeen pätevyyden oppimisen että puheen oppimisen kehitykset on otettava huomioon. (Rintala ym. 2005, 49–50.)



KUVIO 3. Liikkeen ja kielen mahdollinen yhteys (Rintala ym. 2005, muokattu)

Toistaiseksi tarvitaan uutta empiiristä tietoa ja empiirisesti perusteltuja selityksiä, jotka selvittäisivät liikkeen ja kielen välistä yhteyttä (Rintala ym. 2005, 52). Vaikka kielen ja liikunnan yhteyttä tulisikin tutkia vielä enemmän, on kuitenkin selvää, että liikunnalla ja kielellä on yhteys. Liikunnan avulla voidaan tukea kielen kehitystä, oppia abstrakteja käsitteitä ja oppia uusia sanoja. Työmme kannalta liikunnan ja kielen välinen yhteys on erityisen merkityksellistä, sillä haluamme juuri tukea kielen kehitystä liikunnan avulla. Oppaamme sisältää liikuntaleikkejä ja -harjoituksia kielen kehityksen tukemiseen, mutta harjoitukset tukevat myös muita lapsen kehityksen osa-alueita. Tässä luvussa käsittelemme eri lähestymistapoja liikunnan ja kielen väliseen suhteeseen, kielen kehityksen tukemisen keinoja liikunnan avulla ja esimerkin kielen kehitystä tukevasta liikunta-tuokiosta.

3.3.1 Teoreettisia lähestymistapoja liikunnan ja kielen yhteydestä

Puheen ja liikunnan välistä suhdetta on tutkittu yllättävän vähän, erityisesti kielen oppimisessa. Empiiristen tutkimusten mukaan kielen toimintatason ja liikunnan välillä on yhteys. Sen vuoksi liikunnalliset harjoitteet ovat tärkeitä tekijöitä kielen tukemiselle ja

edellytyksille oppia kieltä. Vastaavuussuhde kielen ja liikkeen välillä on hyvin todisteltua, mutta syy-seuraussuhteen tutkimuksia liikkeen ja kielen välillä on vähän. Kielen ja liikunnan välistä suhdetta selitetään erilaisilla teoreettisilla lähestymistavoilla. Lähestymistavat jaetaan neljään ryhmään (taulukko 1). (Rintala ym. 2005, 52, 59, 61.)

TAULUKKO 1. Kielen ja liikunnan välisten suhteiden teoreettisia lähestymistapoja

<p>Neurologiset ja neuropsykologiset lähestymistavat</p> <ul style="list-style-type: none"> • tutkii motoristen ja kielellisten keskusten yhteyksiä → anatomiset ja toiminnalliset yhteydet • kielen omaksuminen ja käyttäminen + liikkeen käyttö ja säätely • liike ja kieli, yhteistä: psyykkiset prosessit ja muistitoiminnot
<p>Sensomotoriset ja psykomotoriset lähestymistavat</p> <ul style="list-style-type: none"> • lukeminen ja kirjoittaminen → aistimotorinen prosessi • luku- ja kirjoitusprosessit → motorisia taitoja; hienomotoriikka ja tasapaino • Kokonaisvaltaiset psykomotoriset toimenpiteet edellytyksenä kirjoittamaan oppimiselle
<p>Sosiaalipsykologiset ja sosiaalipedagogiset lähestymistavat</p> <ul style="list-style-type: none"> • sosiaalinen ympäristö keskiössä • lähtökohtana aikaisemmin opitut sosiaalis-kommunkatiiviset kielimallit • sosiaaliset taidot merkittäviä edellytyksiä kielelliselle kehitykselle ↔ kielenkehittyminen on riippuvainen sosiaalisista taidoista
<p>Kehitys- ja toimintapsykologiset lähestymistavat</p> <ul style="list-style-type: none"> • toiminnan merkitys + yhtäaikainen kielenkehityksen kokeminen • liike merkityksellinen kehitysvaiheessa, jossa opitaan kieltä • kielen kehitys on yksilön toiminnan ”tuote”

Neurologiassa tutkitaan kielellisen ja motorisen keskuksen välisiä yhteyksiä (Neuhäuser 1988, 14). Toiminnallisten ja anatomisten yhteyksien perusteella lapsen kielelliset alueet kehittyvät, kun lapsi liikkuu (Rintala ym. 2005, 53). Motoriseen alueeseen kuuluvat pikkuaivot on todettu olevan olennainen lisä kognitiivisen prosessin kulkuun, havaitsemiseen kuten myös kielellisiin toimintoihin (Gao ym. 1996, 545–547, Rintalan ym. 2005, 53 mukaan). Neuropsykologiassa selvitetään kielen omaksumisen ja käyttämisen sekä liikkeen käytön ja säätelyn yhteyksiä monimutkaisiin käsittelyihin. Tärkeänä yhteisenä alueena ovat psyykkiset prosessit ja niihin kuuluvat muistitoiminnot. On lukuisia esimerkkejä siitä, että liikunnalliset tai vakavat ruumiilliset vammat voivat liittyä korkeaan kielelliseen kehittymiseen lapsuudessa, ja päinvastoin. (Graichen 1988, 24.) Neuro-

psykologisen ja neurologisen näkökulman mukaan kielen kehittymiselle oleellisia ovat muun muassa motivaatiolliset ja emotionaaliset prosessit (Nehäuser 1988, 17).

Lukeminen ja kirjoittaminen ymmärretään sensomotorisen näkökulman mukaan täydelliseksi aistimotorisiksi prosesseiksi, jotka riippuvat kognitiivisten, motoristen ja aistillisten valmiuksien kypsyydestä ja niiden vuorovaikutuksesta (Ayres 1978, 20). Luku- ja kirjoitusprosessit vaativat motorisia toimintoja, kuten erilaisia hienomotorisen kontrollin muotoja ja tasapainoa (Rintala ym. 2005, 55). Kokonaisvaltaiset psykomotoriset toimenpiteet nähdään keskeisinä edellytyksinä sille, että lapsille voidaan luoda perusteelliset edellytykset kirjoitetun kielen kehittymiseen (Fischer 1996, 45). Lapsilla, joilla on motorisia kehityshäiriöitä, on nähtävästi taipumusta myös hitaampaan puheenkehitykseen ja päinvastoin (Rintala ym. 2005, 55).

Sosiaalipsykologisessa ja sosiaalipedagogisessa lähestymistavassa keskeisessä osassa on sosiaalinen ympäristö. Tässä lähestymistavassa lähtökohtana on, että kielimalli syntyy aikaisemmin opittujen sosiaalis-kommunikatiivisten kielimallien pohjalta. On todisteita siitä, että liikunta saattaa olla merkittävässä roolissa sosiaalisten taitojen kehittämisessä kielellisellä alueella. Sosiaaliset taidot ovat merkittäviä edellytyksiä kielelliselle kehitykselle, ja myös kielenkehittyminen on riippuvainen sosiaalisista taidoista. Kehitys- ja toimintapsykologisessa lähestymistavassa korostetaan toiminnan merkitystä ja toiminnan yhtäaikaista kielenkehityksen kokemusta. Kielen kehitys on yksilön toiminnan ”tuote”, johon vaikuttaa ympäristö ja sen asettamat tehtävät. Kielen oppiminen tapahtuu sellaisessa lapsen kehityksen vaiheessa, jossa liikkeellä on keskeinen merkitys. Tämä tarkoittaa, että kielen sekä liikkeen oppiminen tapahtuvat lapsella samassa kehityksen vaiheessa. (Rintala ym. 2005, 58–59.)

Lähestymistapojen avulla voi ymmärtää liikunnan ja kielen välistä suhdetta paremmin. Oppaassamme painotamme kehitys- ja toimintapsykologisia lähestymistapoja, sillä teemme oppaan tukemaan päiväkotikäisen lapsen kielen kehitystä. Kieli kehittyy juuri tässä iässä ja lähestymistavan mukaan liikkeellä on tällöin keskeinen merkitys. Sosiaalipsykologisessa ja sosiaalipedagogisessa lähestymistavoissa on myös paljon työmme kannalta keskeisiä asioita, kuten sosiaalisen ympäristön keskeisyys.

3.3.2 Liikunnan mahdollisuudet kielenkehityksen tukemisessa

Liike ei itsessään opeta kieltä, eikä kieli sellaisenaan opeta liikettä. Mutta varmaa on, että koko kehon käyttö liikunnan avulla ja yhdessä kielellisten ilmaisujen kanssa tuo kielen lähemmäksi lasta. Liikunnan käyttöä suositellaan opetusmenetelmällisenä valintana, koska lapsille koko kehon liike on paras tapa oppia uusia asioita, kuten uusia käsitteitä. Kielellisen kehityksen tukemisessa, kuten myös liikuntakasvatuksessa, on kyse kyvystä tarttua hetkeen, huomata lapsen luonnollinen innostus ja hoksata tilanteet. (Pulli 2006, 8–9.) Vaikka jokainen liikuntaleikki ja -harjoitus eivät ole suunniteltu erityisesti tukemaan kielellistä kehittymistä, ovat ne tärkeitä lapsille, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia, sillä liikunta tuo iloa oppimiseen ja luo tekemisen meininkiä.

Lapselle, jolla on kielellisiä erityisvaikeuksia, liikunta voi tulla tai se voidaan tuoda lapsen elämään elämän eri vaiheissa. Liikunnan ei tarvitse aina olla järjestettyä toimintaa jonkin tahon toimesta, vaan se on parhaimmillaan omaehtoista, lapsesta itsestään lähtevää toimintaa, joka syntyy kuin itsestään olosuhteiden ollessa oikeat. Tällaista omaehtoista toimintaa ovat esimerkiksi pihaleikit kavereiden kanssa. Kun on kyseessä lapsi, jolla on kielellisiä erityisvaikeuksia, tarvitaan kuitenkin usein ulkopuolista liikuntatilaisuuksien järjestelemistä, jotta liikunta lähtee käyntiin. Tässä aktiivisten kasvattajien roolit korostuvat aloitteentekijänä, esimerkiksi aikuinen päiväkodissa voi potkia aluksi yhdessä lapsen kanssa palloa innostuksen herättämiseksi. Kasvattaja, esimerkiksi päiväkotit, voi onnistuneilla liikuntasisältöjen valinnoilla ja opetusmenetelmillä tukea lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon kehitystä tasapainoiseen nuoruuteen ja aikuisuuteen. Liikunnan avulla voidaan luoda monipuolisia tilanteita, jotka antavat lapselle onnistumisen kokemuksia ja kehittävät luottamusta omiin kykyihin. Tämä on erityisen tärkeää lapselle, jolla on kielellisiä erityisvaikeuksia, koska liikuntatilanne voi olla joskus ainoa paikka, jossa lapsi saa kokea onnistumisia. Vaikka lapsen motoriset taidot olisivat heikot, voi hän kokea onnistumista, nauttia taitojen kehittymisestä ja kokea sisäistä tyydytystä oppiessaan uusia taitoja. (Rintala ym. 2005, 218, 221.)

Lapsi luo liikunnan välityksellä itselleen mielikuvia. Liikunnassa ovat mukana kaikki aistit, jonka vuoksi aisteista jää vahvoja muistijälkiä lapsen muistiin. Vahvat muistijäljet lapsen muistissa helpottavat asioiden mieliin palauttamista ja muistamista erilaisissa asiayhteyksissä ja uusissa tilanteissa. Puhuesssa käytetyt sanat ovat abstrakteja kielellisiä käsitteitä. Sanojen merkityksiä lapsi oppii kehollisten kokemusten ja liikunnan yhtey-

dessä. Tämän vuoksi liikunnalla on suuri merkitys abstraktien käsitteiden oppimisessa. (Hujala & Turja 2011, 137–138.) Liikunnan mahdollisuudet kielen kehityksessä ovat moninaiset, ja liikunnan merkitystä oppimiselle ei voi painottaa liikaa. Oikein valituilla ja tavoitteellisilla liikuntaharjoituksilla voidaan kehittää kokonaisvaltaisesti lapsen kielen kehitystä ja samalla tukea lapsen muuta kehitystä.

3.3.3 Liikuntatuokiot lapsen kielen kehityksen tukena

Päiväkodissa varhaiskasvatusammattilaisten tulisi päivittäin järjestää ja suunnitella lapsille monipuolista ja tavoitteellista liikuntakasvatusta. On tärkeää luoda lapsille liikuntaan houkutteleva ympäristö, opettaa turvallista liikkumista eri ympäristöissä ja poistaa liikuntaa liittyviä esteitä. (Hujala & Turja 2011, 136.) Erityisen tärkeää on suunnitella arjen toiminnot niin, että ne tukevat lapsen kehitystä ja mahdollistavat lapsen omaehtoisesta liikkumisesta päivittäisissä arjen rutiineissa. Liikunnan ei tarvitse aina olla ohjattua, mutta silloin kun sitä ohjataan, olisi tärkeää tehdä ohjaaminen ammattitaitoisesti ja tavoitteellisesti kaikki lapset tasavertaisesti huomioon ottaen.

Liikuntaleikit ja -harjoitukset noudattavat pedagogista tarkoitusta ja näin ollen eivät unohda lasten omaa tarvetta ja halua leikkiä. Sen vuoksi liikuntaleikkien on tärkeää pysyä leikinomaisina eikä lasten tavoitteita ja ajankohtaisia tarpeita tule jättää huomiotta. Lasten itse keksimät ideat ovat vähintään yhtä arvokkaita kuin se, mitä kasvattaja on ajatellut liikuntaleikistä. (Rintala ym. 2005, 62.) Seuraavaksi esittelemme esimerkin liikuntatuokiosta, jossa käymme läpi neljä liikuntaleikkiä ja -harjoitusta, jotka tukevat erityisesti lapsen kielen kehitystä.

Liikuntatuokiolle on tärkeä suunnitella teema ja tavoite, jotta se olisi yhdenmukainen ja selkeä. Teema on usein lapsia innostava ja sen kautta myös lasten mielikuvitus voi päästä valloilleen. Teeman avulla ohjaaja saa tehtyä liikuntatuokiosta kokonaisuuden, ja mahdollisesti teeman voi sisällyttää tai yhdistää päiväkodin muuhun toimintaan. Teema voi olla mitä tahansa. Jokaisen leikin kohdalla ohjaajan olisi hyvä pysähtyä pohtimaan, mitä leikki kehittää. Näin ohjaaja pystyy varmistamaan, että liikuntaleikki on sopiva kyseessä olevalle lapsiryhmälle. Lisäksi jo suunnitteluvaiheessa olisi hyvä pohtia ja merkata ylös mikä on harjoituksen tai leikin tavoite. Myös liikuntatuokion rakenne tulisi huomioida suunnittelussa. Tuokion alussa on hyvä olla alkuleikki, joka on kaikkia kan-

nustava ja tunnelmaa kohottava. Esimerkki tällaisesta alkuleikistä on kannustuspiiri (kuvio 4).

Tämä harjoitus kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta, liikkeen ja kielen yhtäaikaisuutta)

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta, itsetuntoa

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (reaktiokykyä, ketteryyttä, nopeutta)

Kannustuspiiri

Kiertävä lapsi voi esimerkiksi liikkua juosten tai juosta selin, karhun kävellä (kannustus möreästi), laukata kuin hevonen eteen tai sivulle, hiipiä (kannustus kuiskaten) tai kävellä.

Ennen tuokion alkua, ohjaaja asettaa piiriin erilaisia kuvioita, joita on ryhmän lapsimäärän verran. Lapset asettuvat piiriin merkkien päälle istumaan. Vuorotellen jokainen lapsista nousee seisomaan, kertoo nimensä ja lähtee kiertämään piirin ympäri muiden lasten taputtaessa ja kannustaessa kiertävää lasta toistamalla hänen nimeään.

KUVIO 4. Esimerkki liikuntatuokion alkuleikistä

Lasten yksilölliset erot tulisi muistaa ottaa huomioon tuokion suunnittelussa, liikkumisympäristön luomisessa ja ohjaamisessa, sillä lapset voivat olla liikkujina ja oppijina hyvin erilaisia. Päiväkotiryhmässä voi olla lapsia seuraavista lähtökohdista, esimerkiksi; kömpelö, vähän liikkuva, fyysisen rajoitteen omaava, ylipainoinen, käytöshäiriöinen keskittymishäiriöinen, kielellisen rajoitteen omaava, taitava, lahjakas, vahva tai innokas. (Suomen Voimisteluliitto Svoli ry 2008, 55.) Liikuntaleikkien toteutus ja esimerkiksi parien valinnat on hyvä miettiä ja huomioida etukäteen. Myös siirtymiset leikistä toiseen on tärkeä suunnitella etukäteen lasten kanssa työskenneltäessä, jotta lapset jaksavat keskittyä koko liikuntatuokion, eivätkä he kyllästy. Alkuleikin jälkeen on hyvä tehdä teemaan ja lapsiryhmälle sopivia liikuntaharjoituksia ja -leikkejä. Satujumpat ovat hyviä leikkejä harjoittamaan samanaikaisesti kielellistä pätevyyttä kuin motorisia taitojakin. Yksi hyvä esimerkki satujumpasta on Lohikäärme Lompsis satujumppa (kuvio 5).

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä, kielikuvien ymmärtämistä)

Psyykkisiä valmiuksia: keskittymistä, mielikuvitusta, kehotietoisuutta

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (ketteryyttä, liikkuvuutta, tasapainoa)

Lohikäärme Lompsis

Lohikäärme Lompsis on kotoisin Lohimaan Käärmekylästä. Käärmekylä on kaukana ja siellä elämä on aivan toisenlaista kuin täällä. Lohikäärme Lompsis on lapsesta asti joutunut tasapainoilemaan yhdellä jalalla kuin kurki vaikeissa paikoissa ja hankalissa tilanteissa. Vaikka hän asui lapsena kerrostalossa, hänen leikkipaikkoina oli riippusiltoja, vuoria, meriä ja luolia. Jo aivan pienenä Lompsis oppi kävelemään kapeaa siltaa pitkin, ja seisomaan paikallaan vain yhden jalan varassa.

Kaikki Lohimaan Käärmekylän lapset leikkivät luolastoissa, joissa käytävät ovat niin ahtaita, että oli opittava kulkemaan monenlaisissa asennoissa myös sivuttain kyykyssä kuin kääpiö.

Lompsikselle on kerrottu pienenä, että lohikäärmeiden punaiset selkäsakarot kovettuvat vasta sitten, kun ne kasvavat aikuiseksi ja vasta sitten, kun selkäsakaroita on hierottu tarpeeksi. Lompsis hieroo selkäsakaroitaan aina, kun se on mahdollista. Parhaiten se onnistuu kuperkeikkoja tekemällä.

Lompsis loikkii usein hankalissa maastoissa eikä hän enää itsekään muista, missä kaikkialla on käynyt. Sen hän muistaa, että kerran hän joutui piiloutumaan kyykkyy salametsästäjiltä. Siinä rytäkässä Lompsiksen eväsreppu katosi ja Lompsista suututti niin kovasti, että hän alkoi kävellä ympyrää kantapäillään samalla tavalla, kun hänen äitinsä tekee vihaisena ollessaan.

Iltaisin Lompsis haaveilee hyppien Tempputornista. Hän oli kuullut, että Tempputorni-nimisessä paikassa olisi Tasapaino-terassi, jossa seisotaan yhdellä jalalla kuin kukko. Lompsis ajattelee, että sinne hän haluaisi päästä käymään. Siellä minä voisin opetella sirkustaiteilijaksi, hän sanoo. Se on mahdollista, sillä jo nyt osaan olla kuin lentokone ja pyöriä kuin hyrrä (tehdään vaaka molemmilla jaloilla ja monta piruetta peräkkäin).

Joka ilta Lompsis hieroo selkäsakaroitaan kuperkeikkoja tekemällä. Mitä enemmän hän harjoittelee, sitä helpommaksi kuperkeikan tekeminen tuli ja sitä paremmin hän alkaa selvitä muistakin tempuista. Jotta Lompsis olisi tarpeeksi rohkea menemään Tempputorniin, hän opettelee kulkemaan rohkeana korkein varpain tilanteissa kuin tilanteissa. Hän keskittyy kävelemään selkä suorana ja nostamaan jalkansa suorana ylös joka askeleella.

Lohikäärme Lompsis rakastaa asua Lohimaan Käärmekylässä, sillä siellä hänellä on paljon ystäviä. Ystävien kanssa Lompsis tykkää leikkiä piirileikkiä, jossa muodostetaan iso piiri ottaen toisia käsistä kiinni. Mitä muuta kivaa Lompsis voisi ystävien kanssa tehdä?

KUVIO 5. Esimerkki satujumpasta (Pulli 2006, 33–35, muokattu)

Liikuntaleikkien ja -harjoitusten järjestystä mietittäessä tulee ottaa huomioon muun muassa lasten ikä, ryhmän koko ja lapsen jaksamisen ja keskittymisen taso. Esimerkiksi väsyneelle lapsiryhmälle ei yleensä kannata ohjata liikuntaleikkiä, jossa tarvitaan paljon keskittymistä. Rauhallisen satujumpan jälkeen lapsilla voi olla levoton olo, joten seuraavaksi leikiksi voisi olla hyvä suunnitella jotain, jossa lapset saavat juosta ja purkaa energiaa. Esimerkiksi Maa-meri-laiva -leikissä, lapset saavat juosta pitkiäkin matkoja (kuvio 6). Lapsille juokseminen on aina mieluisaa, etenkin kun liikuntatiloissa on yleensä kunnolla tilaa juosta.

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä, ohjeiden tuottamista)

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (reaktiokykyä, nopeutta, ketteryyttä)

Maa-meri-laiva

Lapset asetetaan salissa kaikki samaan paikkaan esimerkiksi salin toiseen pätyyn. Lapsille ohjeistetaan, että siellä missä lapset seisovat on maa, keskellä on meri ja toisella puolella salia on laiva. Ohjaaja kertoo paikan, jonne lasten tulee liikkua mahdollisimman nopeasti. Leikkiä voi muuttaa niin, että ohjaajan tilalla onkin joku lapsista, joka voi huutaa, kuiskata tai näyttää kuvilla paikkoja. Eri paikoissa voidaan sopia erilaisia liikkeitä teeman mukaan, kuten makuuasento kuin käärme, puolapuille kiipeäminen kuin apina, selällään makaaminen jne. Liikkumistapoja paikasta toiseen teeman mukaan voi olla esimerkiksi juoksu, yhdellä jalalla konkkaus, karhun kävely, laukat sivulle tai eteen, takaperin juoksu tai pikakävely jne.

KUVIO 6. Esimerkki vauhdikkaasta liikuntaleikistä

Liikuntatuokion lopuksi leikitään yleensä loppuleikki, joka on jo hiukan rauhallisempi. Esimerkiksi Kuvanveistäjä -leikki on sopivan rauhallinen leikki tuokion loppuleikiksi (kuvio 7). Tuokio voidaan lopettaa loppuleikkiin tai rentoutukseen, riippuen ryhmästä. Rentoutuksessa tulee ottaa erityisesti huomioon lasten keskittymiskyky. Kaikki lapset tai lapsiryhmät eivät pysty tai osaa vielä keskittyä niin, että rentoutuminen onnistuisi. Silloin on parempi päättää liikuntatuokio loppuleikkiin. Rentoutumista voi kuitenkin harjoitella lyhyen aikaa myös niiden lasten kanssa, joiden keskittyminen ei vielä riitä rentoutusharjoituksen tekemiseen. Liikuntatuokiossa on tärkeintä, että lapsilla on mukava yhdessä ja lapsista näkyy liikunnan tuoma ilo.

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta ja ymmärtämistä), vuorovaikutustaitoja, parityöskentelytaitoja

Psyykkisiä valmiuksia: kehotietoisuutta, visuaalista havainto- ja käsitys- ja strategista pätevyyttä

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (liikkuvuutta, ketteryyttä)

Kuvanveistäjä

Lapset jaetaan pareittain. Toisen lapsen silmät sidotaan ja tämä lapsi on leikissä "savimassa". Toinen parista on kuvanveistäjä. Ohjaaja näyttää jotakin kuvaa tai omalla kehollaan asentoa, jonka kuvanveistäjä ohjeistaa parille suullisesti koskematta toisiaan. Silmät sidottuna oleva yrittää tehdä itse kuvanveistäjän ohjeistaman asennon.

KUVIO 7. Esimerkki loppuleikistä (Rintala ym. 2005, 65.)

Lapselle suunnitelluissa liikuntatuokioissa tulisi ohjata harjoitteita ja tehtäviä, joissa lapsi joutuu käyttämään mahdollisimman monta aistialuetta. Esimerkiksi erikokoisten ja -muotoisten välineiden käyttö samassa harjoituksessa laittavat monet aistialueet koetukselle. (Karvinen ym. 1991, 120.) Ohjaajan oma mielikuvitus on vain rajana leikkejä suunniteltaessa, varioidessa ja muunnellessa teeman ja kehitystavoitteiden mukaan. Musiikin monipuolinen käyttö liikuntatuokioissa tuo harjoituksiin lisää mielenkiintoa ja innostaa lapsia liikkumaan. Lisäksi lapset oppivat musiikin avulla rytmejä ja erilaisia ääniä. Ohjaajan selkeät ja lyhyet ohjeet, tarvittaessa tukiviittomia käyttäen, ovat tärkeitä ryhmässä, jossa on lapsia, jotka tarvitsevat erityistä tukea. Ohjaajan on tärkeää ottaa huomioon myös ne lapset, jotka eivät pysty tuottamaan puhetta tai ohjeita. Ohjaajan tulisi varata liikuntatuokioihin teemaan sopivia ja tarvittavia kuvia, joiden avulla jokainen lapsi voi olla myös ohjeiden antaja.

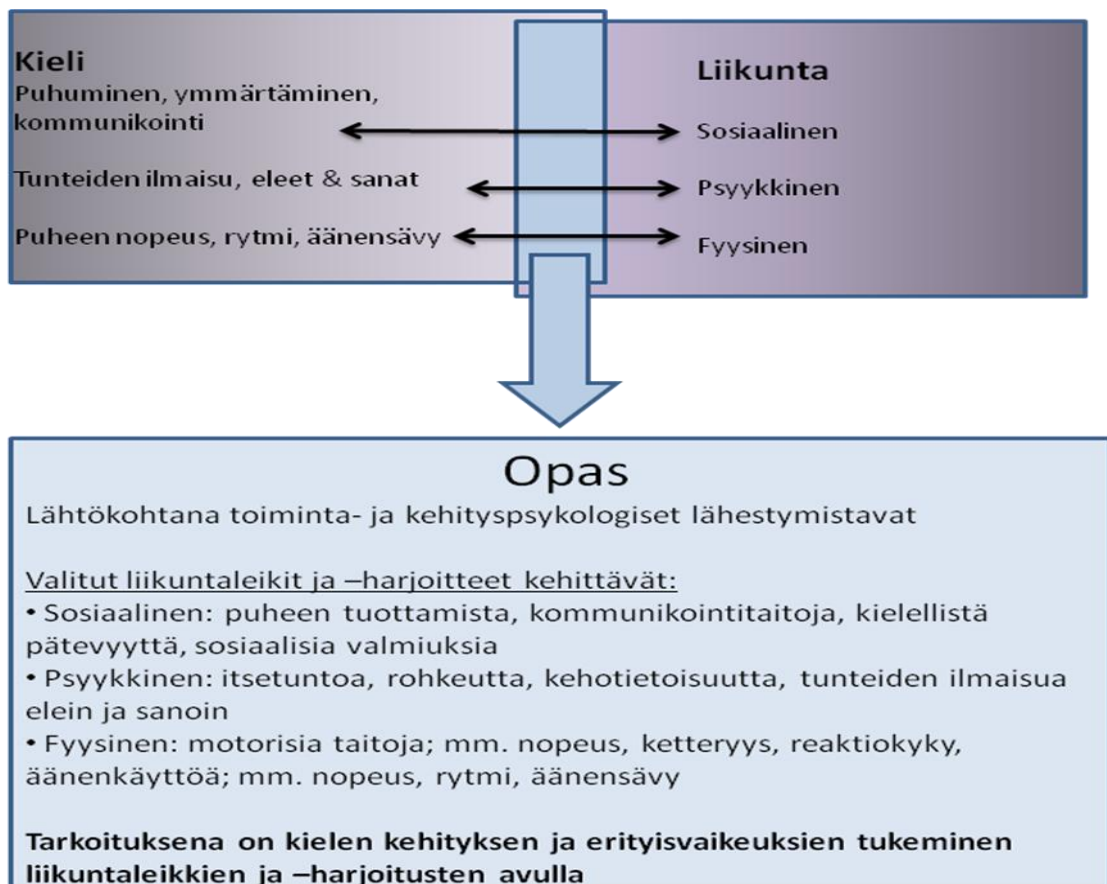
3.3.4 Yhteenveto teorian merkityksestä oppaan sisältöön

Oppaassamme lähtökohtana ovat kehitys- ja toimintapsykologiset lähestymistavat, jossa korostetaan liikkeen merkitystä yhtäaikaiseen kielen kehitykseen. Tämän lähestymistavan pohjalta oppaan tarkoituksena on kielen kehityksen ja erityisvaikeuksien tukeminen liikunnan avulla. Kuten aikaisemmin teoriassa on tullut esille, kieli kehittyy 2–6-vuoden iässä, jolloin lapset viettävät usein suuren osan ajastaan päiväkodissa. Liikunnan merkitystä ei siis voi päiväkodissa koskaan korostaa liikaa kielen kehityksen kannalta.

Olemme tarkastelleet kielen ja liikunnan merkityksiä sosiaalisesta, psyykkisestä ja fyysisestä näkökulmasta. Kielen sosiaalisiin merkityksiin kuuluvat muun muassa puhuminen, puheen ymmärtäminen ja kommunikointi, kun taas liikunnan sosiaalisiin merkityksiin kuuluvat muun muassa sääntöjen noudattaminen, yhdessä toimiminen ja kommunikointi. Kommunikointi kuuluu siis sekä kielen, että liikunnan sosiaalisiin merkityksiin. Kielen psyykkisiä merkityksiä ovat esimerkiksi oppiminen, tunteiden ilmaisu ja havaintojen jäsentäminen. Liikunnan psyykkisiä merkityksiä ovat esimerkiksi keskittymiskyvyn ja muistin kehittyminen, luovuus ja tunteiden kokeminen. Yhtäläisyyttä psyykkisissä merkityksissä ovat tunteiden kokeminen ja ilmaisu. Kielen fyysisiin merkityksiin kuuluvat esimerkiksi ruumiinkieli, tekemisen ja toiminnan kautta kehittyneet käsitteet sekä puheen rytmi, nopeus ja äänensävy. Kun taas liikkumisen fyysisiä merkityksiä ovat

muun muassa fyysisten ominaisuuksien, kuten voiman, kestävyyyden, nopeuden ja liikuvuuden kehittäminen sekä itsensä toteuttaminen.

Oppaaseen valitut liikuntaleikit ja -harjoitukset ovat erityisesti suunniteltu tukemaan kielen kehitystä ja kielellisiä erityisvaikeuksia. Tämän lisäksi liikuntaleikit ja -harjoitukset kehittävät lapsen muitakin kehityksen osa-alueita kokonaisvaltaisesti. Leikit ja harjoitukset voivat siis kehittää sosiaalisia, psyykkisiä ja fyysisiä taitoja erityisesti kielen kehityksen, mutta myös muiden kehityksen osa-alueiden kannalta (kuvio 8). Oppaan leikit ja harjoitukset kehittävät lapsen sosiaalisia taitoja, kuten puheen tuottamista, kommunikointitaitoja, kielellistä pätevyyttä ja sosiaalisia valmiuksia. Psyykkisiä kehittyviä taitoja ovat muun muassa itsetunto, rohkeus, kehotietoisuus sekä tunteiden ilmaisu elein ja sanoin. Fyysisiä liikunnan avulla kehittyviä taitoja ovat esimerkiksi motoriset perustaidot, kuten nopeus, ketteruus ja reaktiokyky sekä äänenkäytön nopeus, rytmi ja äänensävy.



KUVIO 8. Kielen ja liikunnan yhteyden huomiointi oppaassa

Oppaassamme emme halua korostaa kielellisiä erityisvaikeuksia, vaan lähtökohtana on jokaisen lapsen yksilöllinen kielen kehityksen tukeminen. On tärkeää tunnistaa lapsen kielen kehityksen vaikeudet ja ilmenemismuodot, jotta lasta voidaan tukea tarvitsemallaan tavalla. Tämän vuoksi käsitelimme teoriaosuudessa kielen kehityksen erityisvaikeuksia yleisesti. Oppaamme painottuu kielen kehityksen ja kielen erityisvaikeuksien tukemiseen, joten se sisältää esimerkiksi toimintaa havainnollistavia kuvia ja esimerkkejä monipuolisesti sovellettavista liikuntavälineistä. Työmme kannalta on tärkeää ymmärtää liikkeen ja kielen yhteys, ja miten liikunnan avulla voidaan tukea lapsen kielellistä kehitystä.

4 KYSELY KIELELLISIÄ ERITYISVAIKEUKSIA TUKEVAN LIIKUNNAN TOTEUTTAMISESTA JA SUUNNITTELUSTA

Teettämämme kysely sisälsi neljä eri kysymystä. Ensimmäisenä kysymyksenä oli kertoa oman kokemuksen perusteella, mitkä liikuntaleikit ja -harjoitukset tukevat parhaiten kielellisiä erityisvaikeuksia. Toisessa kysymyksessä kysyttiin suurimpia haasteita liikunnan suunnittelussa ja toteutuksessa kielellisten vaikeuksien integroidussa erityisryhmässä. Kolmas kysymys oli, millaiset liikuntatuokiot varhaiskasvatuksen ammattilaiset ovat kokeneet lapsille miellyttävimmiksi. Viimeisessä kysymyksessä kysyttiin mielipiteitä siitä, mitä oppaan tulisi sisältää liikuntaleikkien ja -harjoitusten lisäksi, jotta se palvelisi mahdollisimman hyvin päiväkotiryhmän liikuntatuokioiden suunnittelua ja toteutusta.

Lähetimme kyselylomakkeet Tampereen kaupungin erityispäivähoidon piirin kymmenen eri päiväkotiin, ja kahteen päiväkotiin lähetimme kaksi kyselylomaketta yhteys henkilöiden pyynnöstä. Yhteensä kyselylomakkeita lähetimme siis 12, vastauksia saimme takaisin kymmenen. Kyselyihin vastaajiksi toivoimme varhaiskasvatuksen ammattilaisia, jotka työskentelevät erityisryhmässä, tai joilla on kokemusta erityisryhmässä työskentelystä. Kyselylle tarpeellista ei ollut tietää vastanneiden henkilöllisyyttä tai päiväkotia, jossa vastaajat työskentelevät, joten kyselyyn vastattiin nimettömänä.

4.1 Kielellisiä erityisvaikeuksia tukevat liikuntaleikit ja -harjoitukset

Kyselylomakkeiden perusteella työntekijät ovat kokeneet parhaiksi kielellisiä erityisvaikeuksia tukeviksi leikeiksi ja harjoituksiksi motoriikkaradat, satujummat ja musiikki-leikit (kuvio 9). Yli puolet vastanneista oli sitä mieltä, että motoriikkaradat tukevat parhaiten kielellisiä erityisvaikeuksia, ja heistä suurin osa korosti vastauksessaan liikkeiden ja radan toistamisen tärkeyttä.

Temppurata:

- Monipuolisia liikuntapisteitä, jotka auttavat koko kehon hahmottamisessa sekä ”jumppauttavat” samalla aivojen kielellisiä alueita.
- Saman radan toistaminen helpottaa liikkeiden omaksumista ja tuottaa onnistumisen kokemuksia. (Vastaaaja 7)

Kolme vastaajaa mainitsi satujumpan hyväksi harjoitukseksi, ja puolet vastanneista oli sitä mieltä, että musiikkileikit ovat hyviä liikuntaleikkejä ja -harjoituksia tukemaan kielellisiä erityisvaikeuksia. Musiikkileikkeihin kuuluvat rytmilliset lorut ja leikit, musiikkiliikunta sekä laululeikit. Musiikkiliikunnasta neljä vastaajaa mainitsi rytmilliset leikit, kaksi heistä käytti sanaa musiikkiliikunta ja neljä vastaajaa mainitsi laululeikit. Vastauksien perusteella mainitut kolme leikki- ja harjoitustapaa olivat useissa vastauksissa toistuvia. Näiden lisäksi yksittäisiä mainintoja oli muun muassa pallo- ja littaleikeistä sekä matkimisleikeistä.

Mielestäni tavallaan kaikki liikunta tukee ainakin välillisesti myös kielellisiä erityisvaikeuksia. Lähes kaikkiin jumppiin pystyy tarpeen mukaan yhdistämään esim. erilaisia käsitteitä vaikkapa numeroita ja äänneitä. (Vastaja 10)

Edellä mainittu vastaus erottui muista, sillä vastauksessa korostettiin, että kaikki liikunta voi tukea jollain tapaa kielellisiä erityisvaikeuksia, kun leikkejä ja harjoituksia muokataan tarpeen mukaan.

Vastauksien perusteella päiväkodeissa liikuntatuokiot koostuvat suurelta osin erilaisista motoriikka ja tempuradoista. Tämän perusteella liikuntaa tulisi kehittää monipuolisemmaksi, jonka vuoksi oppaassamme haluamme esitellä liikuntaleikkejä ja -harjoituksia monipuolisesti (kuvio 9). Leikeissä ja harjoituksissa olisi tärkeää, että ne olisivat lapsilähtöisiä. Lapsi voi esimerkiksi toimia leikissä ohjaajana ja antaa ohjeita muille lapsille. Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksen mukaan liikuntakasvatus tulisi olla monipuolista, lapsilähtöistä ja tavoitteellista (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17). Monipuolisten leikkien tarkoituksena on tukea kielen kehitystä. Leikkien tulisi opettaa lapsia esimerkiksi ymmärtämään ohjeita ja sääntöjä sekä tuottamaan itse kielellisiä termejä. Vastauksien perusteella liikunta nähdään suurelta osin motoristen taitojen kehittämisen välineenä ja välillisesti tuetaan kielellistä kehitystä. Vastauksissa korostettiin sitä, että kielellisiin vaikeuksiin liittyy usein motorista kömpelyyttä ja sen vuoksi haluamme oppaan avulla tuoda enemmän esille kielellisen näkökulman, esimerkiksi motorisiin ratoihin.



KUVIO 9. Oppaassa hyödynnettävät vastauksissa esille tulleet leikit ja harjoitukset

4.2 Haasteet liikuntatuokioiden toteuttamisessa

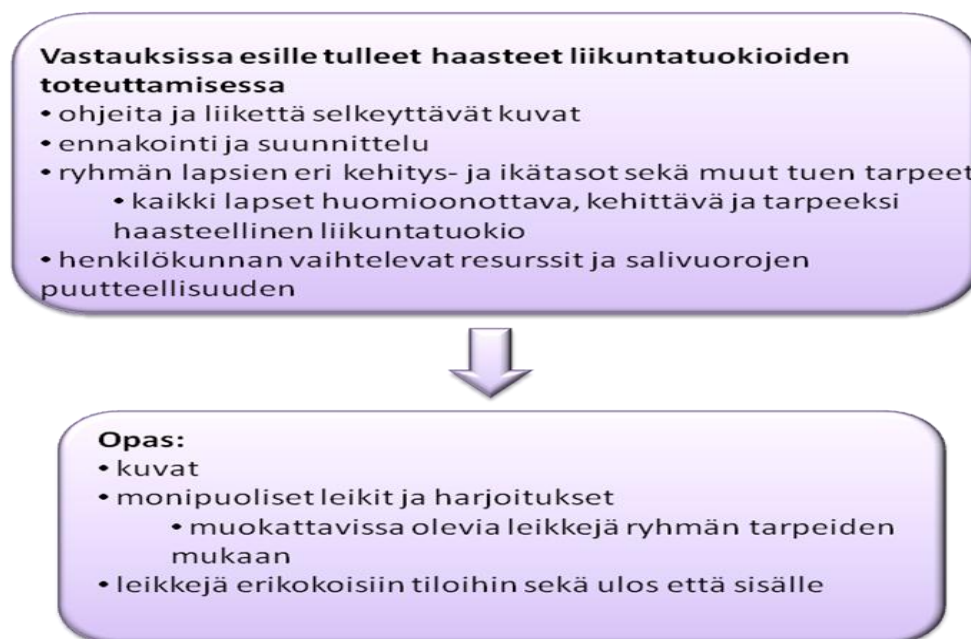
Kaksi kyselyyn vastanneista ei koe erityisryhmän liikuntatuokioiden suunnittelussa ja toteutuksessa mitään haasteita. Suurin osa kuitenkin koki erityisryhmän liikuntatuokioiden suunnittelun ja toteutuksen eri tavoin haastavaksi. Hieman alle puolet vastaajista koki haasteelliseksi löytää ohjeita ja liikettä selkeyttäviä kuvia ja oli sitä mieltä, että liikuntatuokioiden ennakointi ja suunnittelu tuo haastetta.

Tuokiot vaativat etukäteissuunnittelua, koska kuvatuki on oltava aina mukana. Usein ryhmät ovat myös melko levottomia ja sali sinällään houkuttaa riehumiseen, joten pitää miettiä, ketkä lapset voivat olla samaan aikaan salissa (ryhmän jakaminen) ja kuinka monta aikuista siellä tarvitaan. (Vastaja 6)

Yli puolet vastanneista kokee haasteelliseksi lapsien eri kehitys- ja ikätasot sekä muut tuen tarpeet. Tämä tuo haastetta liikuntatuokion suunnitteluun ja toteutukseen, jotta tuokiosta saataisiin kaikki lapset huomioonottava, kehittävä ja tarpeeksi haasteellinen. Kaksi vastanneista mainitsi haasteena henkilökunnan vaihtelevat resurssit ja salivuorojen puutteellisuuden. Yksi vastaaja nosti esille selkeiden sääntöjen asettamisen, esimerkiksi miten liikuntasalissa käytäydytään, sekä sääntöjen pysyvyyden ja säännöllisyyden

tärkeyden. Liikunnan toteuttaminen päivittäisissä arkitoiminnoissa, esimerkiksi siirtymävaiheissa, tuli esille yhdessä vastauksessa.

Vastauksien perusteella oppaaseen on tarpeellista kerätä mahdollisimman paljon liikuntatuokioita helpottavia kuvia (kuvio 10). Vastaajien mielestä tuokioiden ennakointi ja tarkka suunnittelu, esimerkiksi ryhmäjaot, tuovat haastetta liikuntatuokioiden suunnitteluun. Pystymme oppaan avulla helpottamaan tuokioiden suunnittelua, siten, että opas sisältää monipuolisesti kehitettäviä leikkejä, jolloin työntekijät voivat keskittyä oman ryhmänsä erityistarpeisiin. Vaikka vastaajat kokivat haasteelliseksi lasten eri kehitystasot ja eri tuen tarpeet, haluamme oppaassamme painottaa erilaisia tukimuotoja eikä niinkään korostaa vaikeutta. Zimmerin (2001) mukaan lapsien ohjaamisessa tärkeimpänä tavoitteena ei tulisi olla heikkouksien korjaaminen, vaan sen sijaan itsetunnon kohottaminen ja integroiminen ryhmään (Zimmer 2001, 46). Oppaassa tulisi resurssien ja liikuntatilojen vaihtelevuuden vuoksi huomioida myös leikkejä pieniin tiloihin sekä ulos että sisälle. Vastausten perusteella oppaan tulisi olla mahdollisimman monipuolinen, jotta sieltä löytyy jokaista lasta kehitettäviä leikkejä ja harjoituksia ja jokaiselle lapselle tarpeeksi haastetta. Leikkien tulisi olla muokattavissa lapsiryhmän ja lasten kehityksen mukaan. Leikit ja harjoitukset tulisi olla osittain sellaisia, joita pystyy vaikeuttamaan sitä mukaa, kun lapset kehittyvät.



KUVIO 10. Vastaajien esille tuomien haasteiden huomiointi oppaassa

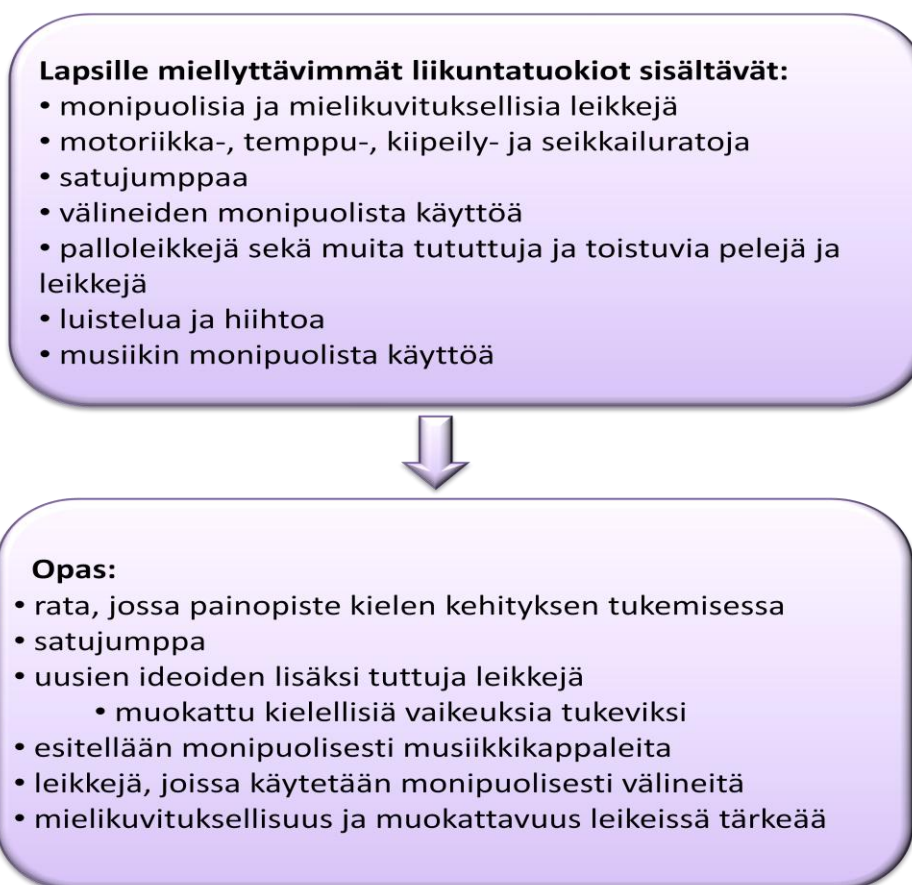
4.3 Lapsille miellyttävimpiä liikuntatuokioita

Yhdeksi suurimmaksi vastauksia yhdistäviksi tekijöiksi nousivat motoriikka-, temppu-, kiipeily- ja seikkailuradat. Suurin osa vastaajista kirjoitti, että liikuntatuokiot, joissa käytetään erilaisia ratoja, ovat lapsille mieluisia. Kaksi vastaajaa mainitsi myös, että lapset tykkäävät liikuntahetkissä lisäksi satujumpasta. Vastaajat korostivat monipuolisia ja mielikuvituksellisia jumppahetkiä sekä välineiden monipuolista käyttöä.

Voin todeta, että kun mukana musiikkia, palloja, välineitä ts. innostavia uusia juttuja, erityislapsikin uskaltautuu rohkeammin yrittämään ja ylittämään itsensä. (Vastaaja 9)

Palloleikit sekä muut tutut ja toistuvat pelit ja leikit nousivat esille neljässä vastauksessa. Kolme vastaajista mainitsi lapsille mieluisaksi ulkoliikunnaksi perinteiset luistelun ja hiihdon. Leikkivarjojumpan suosio sekä musiikin monipuolinen käyttö nousi esille kahdessa vastauksessa. Yksittäisissä vastauksissa tuli esille myös kannustavan ilmapiirin tärkeys, onnistumisen kokemukset ja liikunnan ilo. Lisäksi yhdessä vastauksessa tuli esille myös ulkona toteutettavat liikuntatuokiot, esimerkiksi ulkona järjestettävät olympialaiset ja metsäretket, joihin sisältyy seikkailuratoja.

Vastauksien perusteella oppaan olisi hyvä sisältää temppurata, sillä ratojen käyttö on havaittu lapsille mieluisaksi. Temppurataa suunniteltaessa olisi hyvä koota oppaaseen sellainen rata, joka kehittää ja tukee erityisesti kielellisiä taitoja. Lisäksi oppaassa olisi tärkeää tuoda esille uusien ideoiden lisäksi tuttuja leikkejä, joita on muokattu kielellisiä vaikeuksia kehittäviksi ja tukeviksi (kuvio 11). Tällä tavoin pystymme osoittamaan miten tuttuja leikkejä ja harjoituksia voidaan muokata lasten kehitystarpeiden mukaisiksi. Leikkien tulisi olla monipuolisia ja käyttää monipuolisesti erilaisia välineitä. Mielikuvituksellisuus ja leikinomaisuus tulisi korostua joka leikissä ja harjoituksessa. Vastauksien perusteella oppaan tulisi sisältää tasapuolisesti sekä ulkona, että sisällä toteutettavia harjoituksia ja leikkejä. Kyselyssä tuli esille myös musiikin käyttö, joten oppaaseen olisi hyvä kerätä leikkeihin ja harjoituksiin sopivia musiikkikappaleita.



KUVIO 11. Lapsia miellyttävät liikuntatuokiot huomioituina oppaassa

4.4 Vastaajien mielipiteitä oppaan sisällöstä

Kaikkien vastaajien mielestä oppaan tulisi sisältää monipuolisia ja uusia ideoita sekä käytännönläheisiä esimerkkejä, esimerkiksi alkulämmittelyyn, rentoutukseen ja motorisiin harjoituksiin.

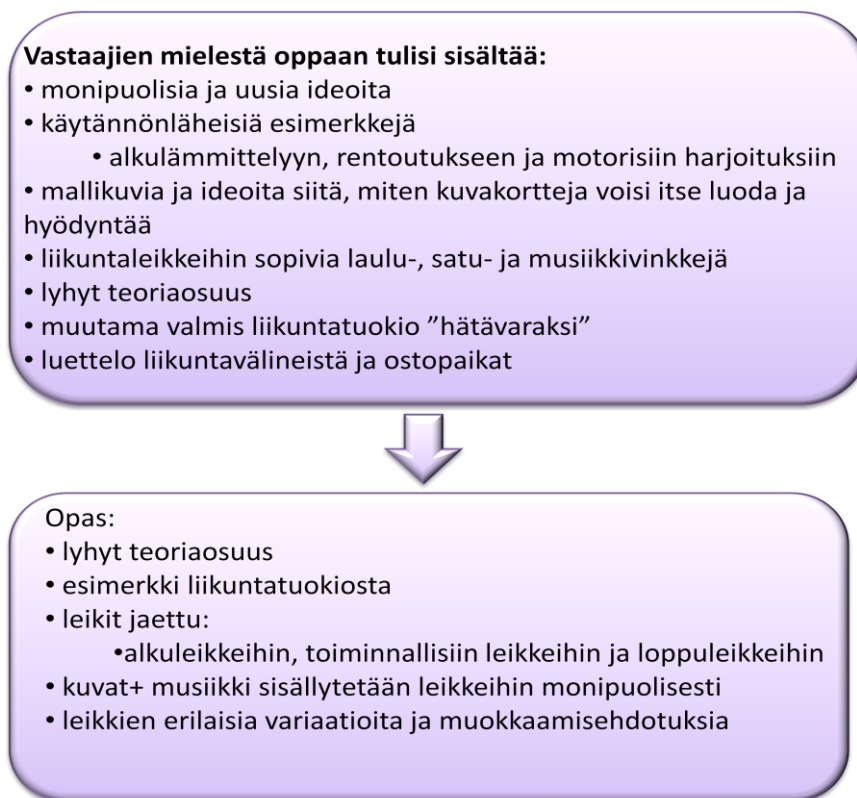
- Alkulämmittelyt: Helppoja sääntöleikkejä, erilaisia litta- ja juoksuleikkejä esim.
- Erilaisia motorisia harjoituksia, joihin esimerkiksi valmiit mallikuvat mukana, joista voisi helposti koota erilaisia kokonaisuuksia, myös ulkona toteutettavia. (Vastaaja 6)

Vastaajista hieman alle puolet on sitä mieltä, että oppaan tulisi sisältää mallikuvia ja ideoita siitä, miten kuvakortteja voisi itse luoda ja hyödyntää.

Ideoita ja malleja käytäntöön miten itse voi liikuntahetkiä rakentaa ja toteuttaa ja valmistaa apuvälineitä tai havainnointiin kuvakortteja... ei ehkä täysin valmiita, luulen, että moni osaa piirtää ja tehdä kun saa vaan ideoita. (Vastaaja 9)

Vastanneista kolme toivoo liikuntaleikkeihin sopivia laulu-, satu- ja musiikkivinkkejä oppaaseen. Kaksi vastaajaa toivoi oppaaseen lyhyttä teoriaosuutta, joko kielellisistä erityisvaikeuksista, tai kielen ja liikkeen yhteydestä. Yksi vastaaja toivoi oppaan sisältävän muutaman valmiin liikuntatuokion, joita voi muokata ryhmän tarpeiden mukaisesti, ja joita voi käyttää tarpeen tullen ”hätävarana”. Yksi vastaajista toivoi oppaaseen luetteloa liikuntavälineistä ja ostopaikoista.

Vastaukset olivat viimeisessä kysymyksessä hieman hajanaisia ja ainoastaan kuvat, musiikki sekä uudet ja monipuoliset ideat nousivat esille useammassa vastauksessa. Kaikki vastauksissa esille tulleet ehdotukset olivat toteutettavissa olevia, ja pyrimmekin ottamaan oppaassamme mahdollisimman laajasti huomioon kaikki tarpeet ja toiveet. Tavoitteena on koota opas, joka palvelisi mahdollisimman hyvin ja laajasti päiväkotien erityisryhmien toiveita ja tarpeita. Sen vuoksi pyrimme saamaan oppaaseemme mukaan jokaisesta vastauksesta jotakin. Vastauksista huokui oppaan tarpeellisuus, ja sen vuoksi selkeys ja käytännölläheisyys ovat tärkeitä ottaa myös huomioon opasta suunniteltaessa. Vastauksissa tuli esille, että oppaan olisi hyvä sisältää leikkien muokkaamisehdotuksia, jotta opas olisi mahdollisimman monipuolinen (kuvio 12). Mitä monipuolisemman oppaan saamme rakennettua, sitä paremmin se tulisi palvelemaan päiväkotien erityisryhmien tarpeita.



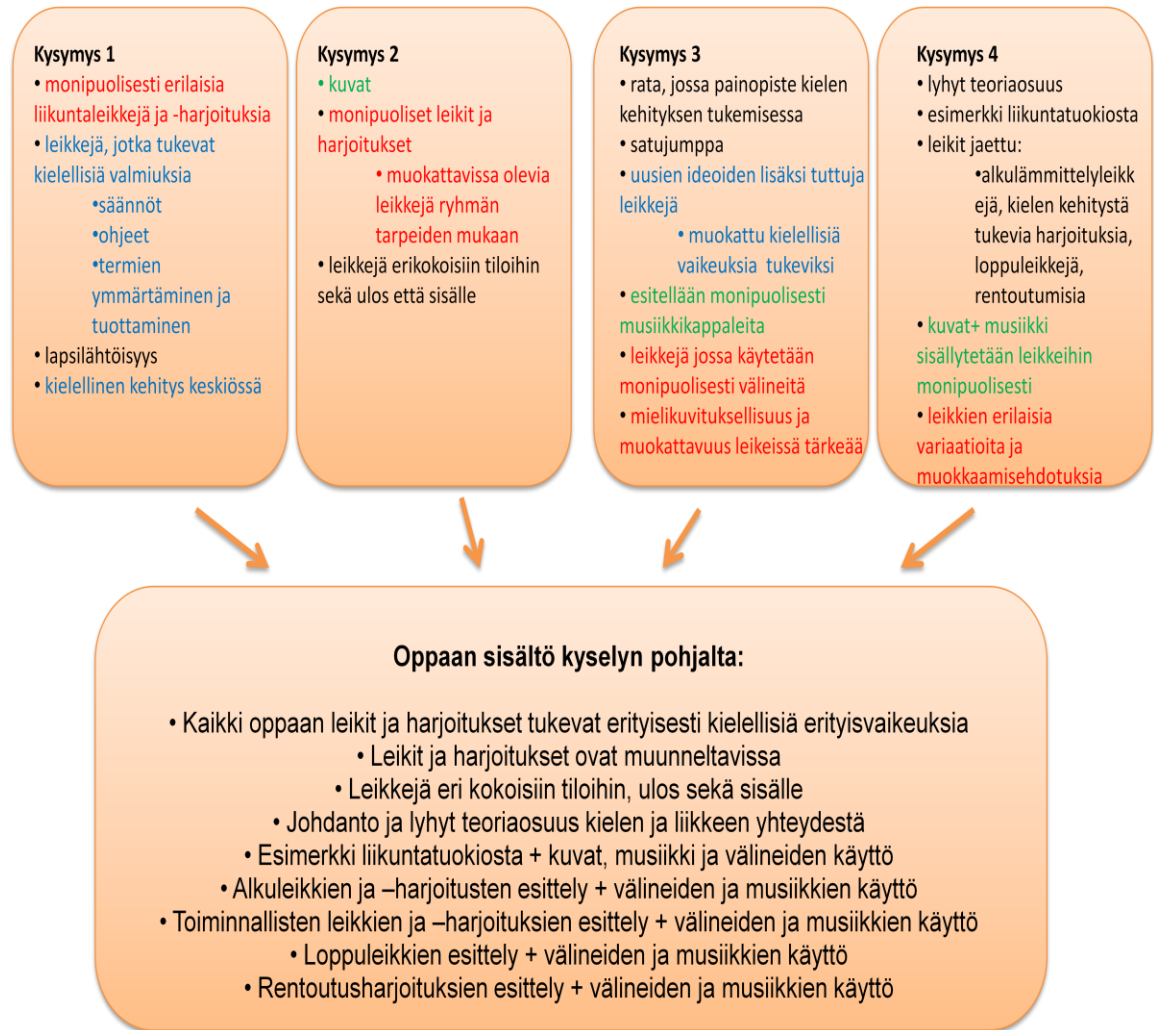
KUVIO 12. Vastaajien mielipiteitä oppaan sisällöstä ja yhteys oppaaseen

4.5 Yhteenveto kyselyn merkityksestä oppaan sisältöön

Jokaisen kyselyn kysymyksien vastauksista nousi esille monipuolisten leikkien ja harjoitusten tärkeys ja haasteellisuus. Kyselyn perusteella vastaajille on tärkeää, että leikit ja harjoitukset ovat muokattavissa, ja että niistä pystyy keksimään itse omia variaatioita. Myös mielikuvituksen ja monipuolisen välineiden käyttö korostui vastauksissa. Kuvien ja musiikin käyttö koettiin mielekkääksi ja haasteelliseksi. Kuvia ja musiikki-esimerkkejä toivottiin myös oppaan sisältöön. Tämän vuoksi sisällytämme oppaaseen monipuolisia ja muunneltavia leikkejä ja harjoituksia ottaen huomioon mahdolliset kuva- ja musiikkiesimerkit. Kahden kysymyksen kohdalla vastauksissa toivottiin uusia ideoita leikeistä ja harjoituksista, jotka tukevat kielellisiä valmiuksia. Oppaamme keskiössä ovat leikit ja harjoitukset, jotka tukevat ja kehittävät erityisesti kielellisiä valmiuksia.

Viimeisessä kysymyksessä, jossa kysyimme toiveita oppaaseen, nousi kahden vastaajan kohdalla esille toive teoriaosuudesta. Tämän vuoksi oppaan voisi aloittaa lyhyellä teoriaosuudella kielen ja liikkeen välisestä yhteydestä. Teoriaosuuden jälkeen oppaassa

tulisi olla vastauksissa esille tullut esimerkki kielellisiä erityisvaikeuksia tukevasta liikuntatuokiosta. Vastaajien toivomuksesta liikuntaopas olisi hyvä jakaa kielellisiä erityisvaikeuksia tukeviin alkulämmittely-, loppu-, rentoutus- sekä toiminnallisiin liikunta-leikkeihin ja -harjoituksiin (kuvio 13). Kokoamme oppaan kyselyistä tulleiden vastausten ja teorian pohjalta, jotta opas palvelisi mahdollisimman hyvin varhaiskasvatusammattilaisia, jotka työskentelevät lasten kanssa, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia, sekä Tampereen kaupungin erityisryhmien tarpeita.



KUVIO 13. Oppaan sisältö kyselyn pohjalta

5 KIELELLISIÄ ERITYISVAIKEUKSIA TUKEVA LIIKUNTAOPAS

Opas on konkreettinen työväline, joka rakentuu tekijänsä tai kohderyhmänsä kokemuksista ja tarpeista (Malmi, Pulliainen & Sirkka 2009, 4). Opas on yleensä osoitettu jollekin kohderyhmälle, ja sitä tulisi pystyä hyödyntämään käytännössä. Oppaan tulisi olla selkeä, jotta se pystyy tarjoamaan aineksia kaikille, jotka ovat kiinnostuneita aiheesta. (Kaskela & Kekkonen 2006, 5.) Varhaiskasvatukseen tarkoitettuja oppaita on tehty paljon erilaisia. Malmin, Pulliaisen ja Sirkkan (2009) kirjoittama Uuden äidin selviytymisopas on syntynyt kirjoittajien omista kokemuksista ja tarpeista. Opas on tarkoitettu kulkemaan äidin rinnalla vauvan ensimmäisestä päivästä eteenpäin ja vastaamaan matkan varrella tulleisiin kysymyksiin. (Malmi ym. 2009, 4.) Opinnäytetöinä tehdään myös oppaita. Noora Talvitien (2010) opinnäytetyön Riemun kiemurat – ohjaajan oppaan tarkoituksena on yhtenäistää toimintatapoja eri iltapäiväkerhojen toimipisteiden välillä. Opinnäytetyön tarkoituksena on myös toimia työn apuna ohjaajille kuin esimiehillekin. (Talvitie 2010, 1.)

Oppaiden tarkoituksena on yleensä vastata oman aikansa tarpeisiin, usein myös vanhemmat oppaat ovat monen vuoden jälkeenkin hyödyllisiä, kuten Ollarannan ja Simojoen (1989) varhaiskasvatuksen musiikin opas, johon on koottu erilaisia lastenlaulujen sanoja ja nuotteja. Oppaan tarkoituksena on antaa vanhoja sekä uusia ja yksinkertaisia käytännön musiikkivinkkejä, ja se on tarkoitettu ammattikasvattajien työvälineeksi. (Ollaranta & Simojoki 1989, 6–7.) Kuten kaikissa oppaissa, myös meidän oppaalla on tarkoitus ja kohderyhmä. Oppaan tarkoituksena on kerätä yhteen uusia ja vanhoja kielellisiä erityisvaikeuksia tukevia liikuntaleikkejä ja -harjoituksia, sekä monipuolistaa ja helpottaa päiväkodin liikunnan toteuttamisen suunnittelua. Liikuntaoppaamme kohderyhmänä ovat varhaiskasvatusammattilaiset, jotka työskentelevät lasten kanssa, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Opas on kuitenkin hyödyllinen kaikille ammattilaisille, jotka työskentelevät lasten kanssa.

5.1 Oppaan työstäminen teorian ja kyselyiden pohjalta

Lähdimme työstämään opasta opinnäytetyön ollessa teorian ja kyselyiden analysoinnin osalta valmis. Aluksi tutustuimme liikuntaleikkejä ja -harjoituksia sisältäviin kirjoihin ja

oppaisiin. Lähteiden hankinnan jälkeen hahmottelimme oppaan runkoa ottaen huomioon teorian ja kyselyiden pohjalta nousseet huomioidut. Kyselyistä nousi esille, että oppaassa olisi hyvä esitellä alku-, loppu- ja rentoutusleikkejä. Tämän pohjalta päädyimme aluksi jakamaan oppaan liikuntaleikit ja -harjoitukset alku- ja rentoutusleikkeihin sekä vauhdikkaisiin leikkeihin. Päädyimme aloittamaan oppaan johdannolla, johon tulimme sisällyttämään tiivistetystä teoriasta kyselyihin vastanneiden toiveista. Tämän avulla saimme korostettua myös teorian merkitystä oppaassamme. Kyselyiden pohjalta otimme huomioon toiveen valmiista liikuntatuokiosta, ja sisällytimmekin oppaaseen yhden esimerkkiliikuntatuokion. Leikit valitsimme huomioiden erityisesti kyselyistä tulleet toiveet ja ehdotukset. Käytimme apuna monia kirjoja sekä omia kokemuksia muokaten vanhoja leikkejä kielellisiä erityisvaikeuksia tukeviksi.

Opasta suunniteltaessa nousi esille ajatus tehdä yhteistyötä työelämätahon kanssa saadaksemme ammattilaisen mielipiteen oppaan rungosta ja suunnitelluista leikeistä. Otimme sähköpostitse yhteyttä Linnainmaan päiväkodin toiseen varajohtajaan Tanja Saukkosaareen, koska hän vaikutti hyvin kiinnostuneelta opinnäytetyötämme kohtaan kysyessämme aikaisemmin heidän päiväkodin halukkuutta osallistua kyselyymme. Saukkosaari lupautui yhteistyöhön ja sovimme tapaamisen päiväkodille keskustellaksemme oppaan sisällöstä. Tapasimme Linnainmaan päiväkodilla kolme lastentarhanopettajaa, joiden kanssa kävimme läpi oppaan sen hetkistä sisältöä. Saimme heiltä hyviä neuvoja ja muokkaamisehdotuksia, ja myös paljon positiivista palautetta oppaan luonnosversiosta.

Opinnäytetyön otsikkoa mietittäessä keksimme monia erilaisia vaihtoehtoja. Pidimme pitkään opinnäytetyön otsikkona ”Kielellisten erityisvaikeuksien tukeminen liikunnan avulla”. Työn edetessä palasimme aina välillä pohtimaan otsikkoa ja sen merkitystä. Emme olleet täysin tyytyväisiä siihen, ja halusimme otsikosta mielenkiintoisemman. Koska työmme keskiössä ovat lapset ja päiväkotit, opinnäytetyöprosessin edetessä nousi esille idea keksiä jokin leikkisä ja kekseliäs otsikko. Monista vaihtoehdoista mielestämme parhaimmaksi vaihtoehdoksi osoittautui otsikko ”Kielilukot auki liikunnan avaimella”. Vierailulla Linnainmaan päiväkodilla otsikko sai paljon positiivista palautetta, joten päädyimme lopullisesti pitäytymään kyseisessä otsikossa.

5.2 Valmis liikuntaopas kielellisten erityisvaikeuksien tukena

Kielilukot auki liikunnan avaimella -liikuntaopas sisältää monipuolisesti uusia ja tuttuja liikuntaleikkejä ja -harjoituksia, jotka tukevat lapsen kokonaiskehitystä ja erityisesti kielellistä kehitystä. Oppaan kannen on kuvittanut lapsi Linnainmaan päiväkodista. Oppaan alusta löytyy ohjeet oppaan käyttäjälle. Alussa on myös pieni Lukijalle -luku, joka sisältää hiukan teoriaa aiheesta. Liikuntatuokioiden suunnittelun avuksi olemme tehneet valmiin liikuntatuokiosuunnitelmapohjan, johon voi kerätä liikuntatuokiossa käytettävät leikit ja harjoitukset. Täytetyn ja käytetyn pohjan voi arkistoida kansioon, josta on myöhemmin helppo tarkistaa, mitä leikkejä ja harjoituksia on lasten kanssa aikaisemmin tehty. Suunnitelmapohjan avulla tuokiosta saadaan suunnitelmallisempi ja tavoitteellisempi.

Olemme koonneet yhden esimerkin liikuntatuokiosta, josta oppaan käyttäjät voivat katsoa mallia liikuntatuokion rakenteesta. Samalla esimerkkiliikuntatuokio toimii hätävarana tilanteissa, jos ei esimerkiksi ole aikaa suunnitella itse omaa liikuntatuokiota. Esimerkkiliikuntatuokion leikkeihin ja harjoituksiin olemme tehneet valmiit kuvat selkeyttämään leikkien- ja harjoitusten kulkua lapsille, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Kuvat ovat liitteenä oppaan lopussa. Olemme käyttäneet leikeissä ja harjoituksissa eri värejä korostamaan leikin tai harjoituksen tarkoitusta. Samoja värejä olemme käyttäneet läpi koko oppaan. Opas on jaettu alkuleikkeihin, toiminnallisiin leikkeihin ja loppuleikkeihin.

Oppaan alkuleikit sisältävät lämmittely- ja nimenhuutoleikkejä, esimerkiksi Hämähäkien sukukokous -lämmittelyleikin ja Kutiaminen -nimenhuutoleikin. Toiminnallisiin harjoituksiin kuuluvat vauhdikkaat leikit, leikkivarjoleikit, satujummat ja motorinen rata sisältäen monipuolisia pisteitä. Loppuleikkeihin olemme koonneet loruleikkejä ja rentoutusleikkejä, esimerkiksi Jäynäjippo -loruleikin ja Taikamatto -rentoutusleikin. Jokaisen leikin kohdalla on ajatuskuplassa eri muokkaamisehdotuksia leikkeihin ja harjoituksiin. Muokkaamisehdotuksien tarkoituksena on saada leikeistä mahdollisimman monipuolisia ja monikäyttöisiä eri-ikäisille ja -tasoisille lapsille. Leikkien ja harjoitusten kohdalla on vaihtelevasti esitelty musiikin sekä välineiden käyttömahdollisuuksia. Lähes jokaiseen leikkiin ja harjoitukseen pystyy ottamaan mukaan musiikkia tai välineitä.

Valmiin oppaan tavoitteena on korostaa liikunnan merkitystä ja tuoda uusia ideoita varhaiskasvatushenkilökunnalle päiväkoteihin helpottamaan arkea. Oppaasta on tehty mahdollisimman selkeä ja yksinkertainen, jotta sitä on helppo ja nopea käyttää. Värit ja kuvat ovat suunniteltu tuomaan oppaaseen mielekkyyttä ja selkeyttä sekä kiinnostavan ulkoasun. Opas on suunniteltu mahdollisimman käyttökelpoiseksi ja toivommekin, että se tulee mahdollisimman monen päiväkodin käyttöön.

6 POHDINTA

Opinnäytetyöprosessiin kuuluu olennaisena osana pohtia ja arvioida opinnäytetyöprosessin kulkua. Tässä luvussa pohdimme opinnäytetyöprosessin eri vaiheiden tuomia onnistumisia sekä haasteita, työn luotettavuutta ja omaa ammatillista kasvuamme. Opinnäytetyötä tehdessä aiheen tärkeys ja tarpeellisuus korostui työn edetessä yhä enemmän. Opas on osoittautunut kyselyiden ja yhteistyön myötä hyödylliseksi ja varhaiskasvatusammattilaisten työtä tukevaksi. Liikunta aiheena oli meille jo ennestään tuttu, mutta koemme että opinnäytetyön tekeminen on syventänyt osaamistamme lasten liikunnan merkityksestä. Kielen kehitys ja kielelliset erityisvaikeudet sekä niiden tukeminen liikunnan avulla ovat aiheita, joista opimme laajasti ja monipuolisesti opinnäytetyötä tehdessä. Haluamme korostaa liikunnan merkitystä ja mahdollisuuksia kielen kehityksen tukemisessa sekä kannustaa varhaiskasvatusammattilaisia käyttämään monipuolisesti liikuntaa opetusvälineenä. Opinnäytetyömme myötä olemme vakuuttuneet yhä vahvemmin liikunnan tärkeydestä ja merkityksestä varhaislapsuudessa, sillä liikunnan avulla lapsen kehitystä voidaan tukea yksilöllisesti ja kokonaisvaltaisesti.

6.1 Opinnäytetyön luotettavuus

Kaikissa opinnäytetöissä tulisi arvioida tehdyn työn luotettavuutta. Työn luotettavuutta arvioidessa käytetään termejä reliaabelius ja validius. Reliaabelius tarkoittaa tutkimuksen tulosten toistettavuutta eli sillä mitataan tutkimuksen kykyä tuottaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Validius tarkoittaa sen sijaan tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mihin se on tarkoitettu. Menetelmät eivät aina kuitenkaan vastaa sitä, mitä tutkija on kuvitellut tutkivansa. Esimerkiksi vastaajat ovat voineet ymmärtää kyselylomakkeen kysymykset toisin kuin tutkija on tarkoittanut. Jos tutkija käsittelee tällöin saatuja tuloksia edelleen alkuperäisen ajatuksen mukaisesti, eivät tulokset ole tosia. (Hirsjärvi ym. 2007, 226–227.)

Reliaabelius ja validius käsitteet ovat kuitenkin hieman ongelmallisia kvalitatiivisessa tutkimuksessa. Ne on luotu kvantitatiivisen tutkimuksen käyttöön, jolloin tulosten toistettavuutta ja kykyä tutkia juuri tarkoitettua asiaa on helppo arvioida. Ympäristö ja vastaajien sekä tutkijoiden elämäntilanteet vaikuttavat kysymysten painotusten ja asetelu-

jen ohella vastauksiin. Jokainen yksilö tekee omasta näkökulmasta omat päätelmänsä. (Hirsjärvi & Hurme 2000, 185–186.) Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta lisää tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta ja erityisesti tutkimuksen kaikista vaiheista (Hirsjärvi ym. 2007, 227–228).

Kuten edellä on todettu, on laadullisen tutkimuksemme luotettavuuden arviointi melko vaikeaa. Pidämme kuitenkin tutkimustamme luotettavana, koska tarkoituksena oli hyödyntää varhaiskasvatusammattilaisten neuvoja ja kokemuksia opasta suunniteltaessa sekä huomioida heidän mielipiteitään läpi opinnäytetyöprosessin. Koska mielipiteet ovat subjektiivisia, ei niiden oikeellisuutta voi arvioida. Tutkimuksen tekijöiden vastuulla on miettiä, mitä mielipiteistä hyödyntää työssään, jotta työ palvelisi mahdollisimman hyvin käyttäjäryhmää. Opasta tehdessä päädyimme usein pohtimaan, mitkä ammattilaisten mielipiteet ja kommentit ovat sellaisia, joita haluamme hyödyntää opapaassamme, ja jotka palvelisivat ja tukisivat mahdollisimman laajasti ja monipuolisesti varhaiskasvatusammattilaisten työtä. Tutkimuksen luotettavuutta lisää se, ettei kyselyyn vastanneita ole johdateltu tai valmennettu vastaamaan kysymyksiin millään tavalla. Lisäksi kyselyyn osallistuneilla oli tiedossa, ettei heidän nimensä tai työpaikkansa tule missään vaiheessa ilmi mielipiteiden yhteydessä. Lisäksi mielestämme kyselyn kysymykset olivat selkeitä ja ymmärrettäviä.

Tutkimuksemme on luotettava, sillä saamiemme vastauksien perusteella kaikki vastaajat olivat ymmärtäneet kysymykset juuri niin kuin olimme ne tarkoittaneet. Luotettavuutta lisää myös se, että kyselyn vastauksien vastausprosentti oli melko suuri. Lähetimme kyselyitä 12 ja takaisin saimme kymmenen. Asetimme työmme alussa tutkimuskysymyksiksi kysymykset: ” Mikä merkitys liikunnalla on kielellisten erityisvaikeuksien tukemisessa?” sekä ”millaisia tarpeita ja kokemuksia Tampereen kaupungin erityisryhmien varhaiskasvatusammattilaisilla on kielellisiä erityisvaikeuksia tukevan liikunnan toteuttamisesta ja suunnittelusta?” Tutkimuksemme on mielestämme luotettava, koska tutkimusmenetelmänä käytetyn kyselyn sekä teoreettisten lähteiden avulla saimme vastaukset laatimiimme tutkimuskysymyksiin. Lisäksi laadullisen tutkimuksemme luotettavuutta lisää se, että olemme koko tutkimusprosessin aikana pyrkineet selostamaan tutkimuksen kulun mahdollisimman tarkasti ja järjestelmällisesti.

6.2 Arvio opinnäytetyöprosessista

Opinnäytetyön tarkoituksena ja tavoitteena on opiskelijan oppiminen itsenäiseen tiedonhankintaan ja lähdekritiikkiin sekä itsekritiikkiin. Opinnäytetyöprosessissa kehittyvät lisäksi työelämässä tärkeät ongelmanratkaisu-, argumentaatio- ja päättelytaidot. Opinnäytetyö on hyvä väline myös opiskelijan työkäytäntöjen kehittämiseen ja analysointiin sekä selkeän suullisen ja kirjallisen työn tuottamiseen. Opinnäytetyötyöskentely on oppimisen muoto, jossa harjaannutetaan lisäksi oman työn tavoitteellista suunnittelua, prosessinomaista työskentelyä sekä itsereflektiota. Opinnäytetyö on kokonaisuus, jossa kehittyy pitkäjänteinen projektiosaaminen, kuten myös tutkimuksellinen työote. Opinnäytetyö on hyödyllinen silta opiskelun ja työelämän välille. Se on myös ammatillisen kasvun väline, joka antaa valmiuksia oman ammatillisuuden ja erityisosaamisen kehittämiseen. ”Suurimmassa paineessa syntyvät arvokkaimmat jalokivet.” (Hakala 2000, 8–9.)

Opinnäytetyö on ollut opettavainen ja hyödyllinen prosessi, jonka aikana erityisesti pitkäjänteinen työote ja suunnitelmallisuus ovat kehittyneet. Pitkäjänteisen työotteen myötä olemme oppineet sietämään keskeneräisyyttä ja toimimaan myös paineen alla. Opinnäytetyön alkuvaiheessa aihe oli mietittävä hyvin tarkkaan ja rajattava sopivaksi, jotta aihe olisi mahdollisimman kiinnostava ja molempia motivoiva. Opinnäytetyöprosessi on pitkä, joten motivaation ylläpitäminen ja stressinsietokyvyn kehittyminen ovat olleet ajankohtaisia läpi prosessin. Onnistuimme aiheen valinnassa sillä mielenkiinto ja innostus työn tekemiseen säilyivät läpi opinnäytetyöprosessin. Opinnäytetyömme liikuntaopas on työväline, jota voimme tulevaisuudessa hyödyntää myös itse lasten kanssa työskenneltäessä.

Sosiaalialan ammattikorkeakouluosaamisen kompetensseihin kuuluvat muun muassa eettinen osaaminen, kriittinen kehittämisosaaminen sekä tutkimuksellinen kehittämisosaaminen (Tampereen ammattikorkeakoulu 2010, 1). Opinnäytetyössämme erityisesti nämä osaamisen kompetenssit korostuvat. Opiskelujen alkuvaiheessa olimme osaamisen kompetenssien sosiaalialan perusteiden osaamisen tasolla, jossa keskeisten ammattikysymysten tiedostaminen ja analysointi olivat keskeisessä roolissa. Nyt ollessamme opintojen loppuvaiheessa olemme kulkeneet läpi sosiaalialan edistyvän osaamisen aina sosiaalialan soveltavaan ja kehittävään osaamiseen.

Opinnäytetyömme aiheen laajuudesta johtuen aiheen rajaaminen oli aluksi vaikeaa. Opinnäytetyön ideapaperia tehdessä suunnitelmana oli luoda liikuntaopas erityisryhmille. Aihetta enemmän pohtiessamme ymmärsimme, että erityisryhmä käsittää paljon erilaisia lapsia ja heidän erityistarpeitaan, ja oli kokonaisuudessaan liian laaja aiheeksi. Tämän vuoksi työ olikin rajattava tiettyyn erityisvaikeuteen. Tässä vaiheessa rajasimme liikuntaoppaan tukemaan kielellisiä erityisvaikeuksia. Käytimme opinnäytetyöprosessin alkuvaiheessa paljon aikaa aiheen rajaamiseen. Tarkka aiheen rajaaminen, ja siihen perehtyminen auttoivat työn onnistumisessa, sillä emme joutuneet missään työn myöhemmässä vaiheessa muuttamaan tai rajaamaan aihetta uudelleen. Myös koko opinnäytetyön suunnittelun tärkeys korostui jo työmme alkuvaiheessa. Hyvin laaditun rungon ansiosta opinnäytetyömme tekeminen helpottui huomattavasti. Vaikka suunnitelma hieman muokkautui työn edetessä, säilyi työmme lähtökohta silti koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Tavoitteenamme oli saada opinnäytetyöstä käytännönläheinen ja käyttökelpoinen työelämään. Halusimme, että työstämme olisi konkreettista hyötyä sosiaalialan työkentällä. Onnistuimme mielestämme saamaan opinnäytetyöstä työelämälähtöisen ja työelämää palvelevan. Olimme positiivisesti yllättyneitä siitä, miten aktiivisia ja kiinnostuneita varhaiskasvatusammattilaiset olivat työtämme kohtaan. Liikuntaopas opinnäytetyön tuotoksena on mielestämme tavoitteiden mukaisesti onnistunut ja käyttökelpoinen. Saimme oppaasta monipuolisen, selkeän ja liikuntaan innostavan kokonaisuuden.

Opinnäytetyön tekeminen oli mielekästä, mutta myös haasteellista. Lasten liikunta aiheena on hyvin ajankohtainen ja yleisesti kiinnostava. Kiinnostavan ja ajankohtaisen aiheen ansiosta työn tekeminen oli mielenkiintoista ja antoisaa läpi opinnäytetyöprosessin. Olimme suunnitelleet ajankäytön tarkasti ja aikatauluttaneet työn tekemisen, jonka vuoksi työn jokaisen vaiheen tekemiseen oli varattu tarpeeksi aikaa.

Haasteena työssämme oli tehdä opas soveltumaan moniin erilaisiin päiväkodeihin ja ryhmiin. Ryhmissä on usein eri-ikäisiä ja -tasoisia lapsia, sekä ryhmän koko voi vaihdella eri päiväkodeissa. Ympäristö, liikuntavälineet ja mahdollisuudet liikuntaan ovat erilaiset joka päiväkodissa. Varhaiskasvatusammattilaisten kiinnostus ohjata liikuntaa voivat myös vaihdella päiväkotien välillä. Oppaassamme esittelimmekin sen vuoksi leikkien ja harjoitusten eri muokkaamishdotuksia, jotta jokainen ryhmä ja päiväkoti löytäisivät sieltä oman ryhmän lapsille sopivat leikit ja harjoitukset.

Haasteena työssämme oli myös postikyselyn valitseminen tutkimusmenetelmäksi. Kysely tutkimusmenetelmänä on haasteellinen, koska vastauksien saaminen on epävarmaa ja usein vastausprosentti jää alhaiseksi. Tämän vuoksi päätimme tehostaa kyselyiden palautumista soittamalla päiväkoteihin ja kysymällä heidän mielenkiintoa vastata kyselyymme. Lähetimme kyselyn vain kiinnostuneille.

Omaa työtä kriittisesti tarkastelemalla, tuli esiin myös asioita, joita olisimme voineet tehdä toisin. Mielestämme intensiivisempi ja monipuolisempi yhteistyö päiväkotien kanssa olisi voinut rikastuttaa työtämme vielä enemmän. Päiväkotien kiireisen arjen vuoksi yhteistyö rajoittui muutamaaan vierailuun ja kyselylomakkeisiin. Lisäksi suunnitelmana oli oppaan valmistuttua päästä kokeilemaan käytännössä oppaan toimivuutta. Opinnäytetyön valmistumisen sijoittuminen kesäajalle vaikutti siihen, että käytännön kokeilu osoittautui haasteelliseksi toteuttaa. Suurin osa päiväkodeista oli suljettu kesällä, ja erityisryhmien lapset olivat hajautettuna muihin ryhmiin. Lisäksi teoriaosuudessa olisimme voineet käsitellä kielellisiä erityisvaikeuksia vielä syvemmin ja laajemmin. Työn alussa kuitenkin päätimme, että haluamme keskittyä työssämme enemmän kielen kehitykseen, kuin kielelliseen erityisvaikeuteen.

Kohtasimme opinnäytetyön edetessä monia mielenkiintoisia kysymyksiä, jotka liittyivät läheisesti työhömmme. Kuitenkaan työmme rajallisuuden takia, meillä ei ollut mahdollisuutta ottaa niitä mukaan työhömmme. Ohjaavan opettajamme kriittisen ajattelun ja palautteiden ansiosta pohdimme paljon eri kysymyksiä ja punnitsimme eri vaihtoehtoja, sekä opimme perustelevaan tehtyjä valintojamme opinnäytetyöprosessin aikana. Kutsuimme opinnäytetyöesitykseemme Tampereen kaupungin varhaiskasvatusammattilaisia, joille jaoimme esityksessä valmiin liikuntaoppaan. Tällä tavalla saimme liikuntaoppaan useaan päiväkotiin. Nähtäväksi jää, tullaanko opastamme käyttämään päiväkotien arjessa.

Jatkotutkimuksena olisimmekin kiinnostuneita tietämään, miten oppaamme toimii käytännössä Tampereen kaupungin erityisryhmissä. Lisäksi olisi mielenkiintoista tietää, onko liikuntaoppaastamme ollut varhaiskasvatusammattilaisten mielestä hyötyä liikuntatuokioiden suunnittelussa ja toteutuksessa. Päiväkodit ovat yhä enemmän kansainvälistyneet, ja siitä johtuen ryhmissä voi olla lapsia, joiden äidinkieli ei ole suomi. Jatkotutkimusaiheena työllemme olisi mielenkiintoista tietää, miten liikunta vaikuttaa maa-

hanmuuttajalapsen suomenkielen kehitykseen sekä lapsen sopeutumiseen suomalaisessa päiväkotimaailmassa.

Koemme, että olemme saaneet työskennellä opinnäytetyön ansiosta todella tärkeän aiheen äärellä. Lasten hyvinvointi ja yksilöllinen huomiointi ovat erityisen tärkeitä aiheita varhaiskasvatusammattilaisten työssä. Lapselle tulisi luoda toimintaan kannustava ympäristö, ja sillä tavoin edistää lapsen omaehtoista liikuntaa. Mielestämme jokaisella lapsella on oikeus liikkua ja kokea liikunnan tuoma ilo!

”Lapsi,
vanhempien ja kasvattajien yhteinen aarre!”
(Salminen & Tynninen 2011, 32.)

”Katse yhteinen, sinä tiedät ja ymmärrät.
Siipeni ovat hauraat, vasta puhjenneet.
Tiedän, sinä autat niitä kannattelemaan
minua kauas tulevaisuuteeni!”
(Salminen & Tynninen 2011, 22.)

LÄHTEET

Ahonen, T., Siiskonen, T. & Aro, T. 2004. Sanat sekaisin? Kielelliset oppimisvaikeudet ja opetus kouluiässä. Juva: PS-kustannus.

Arvonen, S. 2007. Meidän perhe liikkuu! Jyväskylä: WSOY.

Ayres, J. 1978. Sensory integration and learning disorders. Los Angeles: Western Psychological Services.

Fischer, K. 1996. Entwicklungstheoretische Perspektiven der Motologie des Kindesalters. Schorndorf: Hofmann.

Gao, J., Parsons, L., Bower, J., Xiong, J., Li, J. & Fow, P. 1996. Cerebellum implicated in sensory acquisition and discrimination rather than motor control. *Science* (272), 545–547.

Grupe, O. 1982. Bewegung, Spiel und Leistung im Sport. Schorndorff: Hofmann.

Graichen, J. 1988. Neuropsychologische Aspekte von Bewegung und Sprache. Teoksessa Irmischer, T. & Irmischer, E. 1988. Sprache und Bewegung. Schorndorf: Hofmann, 23–44.

Hakala, J. T. 2000. Opinnäyte luovasti. Kehittämisen- ja tutkimustyön opas. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Heinämäki, L. 2004. Erityinen tuki varhaiskasvatuksessa. Erityispäivähoito – lapsen mahdollisuus. Saarijärvi: Gummerus kirjapaino Oy.

Hill, E.L. 2001. Non-specific nature of specific language impairment: A review of the literature with regard to concomitant motor impairment. *International Journal of Language & Communication disorders*, 36, 149–171.

Hirsjärvi, S & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino Kustannus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Hujala, E. & Turja, L. 2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: PS-kustannus.

Karvinen, J., Hiltunen, P. & Jääskeläinen, L. 1991. Lapsi ja urheilu. Perustietoa liikunnasta ja urheilusta ohjaajille, opettajille ja lasten vanhemmille. Keuruu: Otava.

Kaskela, M. & Kekkonen, M. 2006. Kasvatuskumppanuus kannattelee lasta. Opas varhaiskasvatuksen kehittämiseen. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kunnari, S. & Savinainen-Makkonen, T. 2004. Mistä on pienten sanat tehty. Lasten äänteellinen kehitys. Porvoo: WSOY.

- Launonen, K.(toim.) & Korpijaakko-Huuhka, A-M. (toim.) 2006. Kommunikoinnin häiriöt. Syitä, ilmenemismuotoja ja kuntoutuksen perusteita. Helsinki: Yliopistopaino.
- Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö. 1994. Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu. Tieteellinen katsaus. Jyväskylä: Kopi-Jyvä Oy.
- Malmi, M., Pulliainen, S. & Sirkka, S. 2009. Uuden äidin selviytymisopas. Helsinki: Karisto Kirjapaino Oy.
- Neuhäuser, G. 1988. Neurophysiologische Aspekte von Bewegung und Sprache. Teoksessa Bachern, A. 2008. Bewegung und Sprache. Norderstedt: Books on Demand GmbH, 13–23.
- Ollaranta, R. & Simojoki, M. 1989. Laulan lasten lailla. Musiikin varhaiskasvatuksen opas. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Pulli, E. 2006. Tempputornissa tapahtuu. Liikkumaan innostavia tarinoita ja toimintavinkkejä. Hämeenlinna: Karisto Oy kirjapaino.
- Rintala, P., Ahonen, T., Cantell, M. & Nissinen, A. 2005. Liiku ja opi. Liikunnasta apua oppimisvaikeuksiin. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Salminen, E. & Tynninen, K. 2011. Omahoitajana päiväkodissa. Omahoitajuus pedagogisena työmenetelmänä. Saarijärvi: Pedatieto Oy.
- Siiskonen, T., Aro, T., Ahonen, T. & Ketonen, R. 2004. Joko se puhuu? Kielenkehityksen vaikeudet varhaislapsuudessa. Juva: PS-kustannus.
- Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Helsinki: Yliopistopaino.
- Suomen Voimisteluliitto Svoli ry. 2008. Jumbpakoulu- koulutusmateriaali. Helsinki.
- Taipale-Oiva, S. 2006. Hippa, litta, natta. Hippaleikki havaintomotorisena kokemuksena. Jyväskylä: Kirjapaino Oma Oy.
- Talvitie, N. 2010. Riemun kiemurat- ohjaajan opas Riemukupla- iltapäiväkerhoille. Ohjaustoiminnan koulutusohjelma. Hämeen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.
- Tampereen ammattikorkeakoulu. 2010. Sosiaalialan AMK-osaamisen kompetenssit. PDF-dokumentti. Luettu 10.5.2012.
http://koti.tamk.fi/~rasilii/tamk%20sosiaaliala%20sivut/a.SosKompetenssit_vuositasot.pdf.
- Tomasello, M. 2000. Acquiring syntax is not what you think. Teoksessa Bishop, D. & Leonard, L. 2000. Speech and Language Impairments in Children. Causes, Characteristics, Intervention and Outcome. Hove: Psychology Press, 1–15.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Hämeenlinna: Karisto Oy.

LIITTEET

Liite 1. Kyselylomake

23.3.2012

Hei!

Teemme opinnäytetyötä aiheesta ”Kielellisten erityisvaikeuksien tukeminen liikunnan avulla”. Opinnäytetyömme sisältää oppaan, jonka tavoitteena on tukea ja helpottaa liikunnan suunnittelua ja toteuttamista kielellisten erityisvaikeuksien integroiduissa erityisryhmissä. Vastauksenne ovat meille tärkeitä, koska niiden pohjalta tulemme rakentamaan oppaan, joka palvelisi mahdollisimman hyvin kielellisesti integroituja erityisryhmiä. Valmis opas on mahdollista saada myös teidän päiväkotinne käyttöön. Toivomme, että kyselyyn vastaisi päiväkodistanne henkilö, joka työskentelee erityisryhmässä. Tampereen kaupunki on myöntänyt tutkimusluvan opinnäytetyöllemme.

Kiitos ajastanne!

Terveisin

Susanna Mustajärvi & Elisa Tuominen

susanna.mustajarvi@piramk.fi

elisa.tuominen@piramk.fi

Tampereen ammattikorkeakoulu

Sosiaali-alan koulutusohjelma

Sosiaalipedagogiikka

1. Kerro oman kokemuksesi perusteella, mitkä liikuntaleikit ja -harjoitukset tukevat mielestäsi parhaiten kielellisiä erityisvaikeuksia?

Liite 2. Opas

Kielilukot auki liikunnan avaimella



*Liikuntaopas kielellisten
erityisvaikeuksien tukemiseen*

Elisa Tuominen ja Susanna Mustajärvi

Sisältö

Lukijalle.....	1
Ohjeita oppaan käyttäjälle	2
Liikuntatuokiosuunnitelma	3
Esimerkki liikuntatuokiosta	4
Alkuleikkejä.....	8
Lämmittelyleikkejä	8
Nimenhuutoleikkejä.....	9
Toiminnallisia leikkejä	9
Vauhdikkaita leikkejä	9
Leikkivarjoleikkejä	13
Satujumppia.....	14
Motorinen rata.....	16
Loppuleikkejä	19
Loruleikkejä.....	19
Rentoutusleikkejä	20
Lopuksi.....	22
Lähteet.....	23
Liitteet	24

Lukijalle

Miksi lapsi tarvitsee liikuntaa?

Lapsuudessa liikunnan merkitys on suurempi kuin missään muussa elämänvaiheessa. Lapsen kehitykselle on tärkeää, että lapsuudessa liikutaan paljon. Liikunnan avulla lapsi löytää itsensä ja oppii aistimaan omalla kehollaan. (Zimmer 2001, 13.) Jos lapsuudesta puuttuu liike, jää lapselta monta asiaa näkemättä, kokematta ja oppimatta. Tämä pätee erityisesti päiväkotikäisten kehitykseen. (Rintala, Ahonen, Cantell & Nissinen 2005, 5.)

Miksi puhe ja kieli ovat lapselle tärkeää?

Kielen sekä puheen avulla lapsi jäsentää havaintojaan, tutustuu ympäristöönsä ja oppii uusia asioita. Puhe on väline viestimiseen sosiaalisen vuorovaikutuksen, ajatusten ja tunteiden välillä. Puhe on myös väline ongelmien ratkaisemiseen sekä toiminnan suunnittelemiseen. (Siiskonen ym. 2004, 48.)

Mitkä ovat sitten liikunnan mahdollisuudet kielen kehityksen tukemisessa?

Liike ei itsessään opeta kieltä, eikä kieli sellaisenaan opeta liikettä. Mutta varmaa on, että koko kehon käyttö liikunnan avulla ja yhdessä kielellisten ilmaisujen kanssa tuo kielen lähemmäksi lasta. Liikunnan käyttöä suositellaan opetusmenetelmällisenä valintana, koska lapsille koko kehon liike on paras tapa oppia uusia asioita, kuten uusia käsitteitä. Kielellisen kehityksen tukemisessa, kuten myös liikuntakasvatuksessa, on kyse kyvystä tarttua hetkeen, huomata lapsen luonnollinen innostus ja hoksata tilanteet. (Pulli 2006, 8–9.) Vaikka jokainen liikuntaleikki ja -harjoitus eivät ole suunniteltu erityisesti tukemaan kielellistä kehittymistä, ovat ne tärkeitä lapsille, joilla on kielellisiä erityisvaikeuksia, sillä liikunta tuo iloa oppimiseen ja luo tekemisen meininkiä.

Tämän oppaan tavoitteena on korostaa liikunnan merkitystä ja tuoda uusia ideoita varhaiskasvatushenkilökunnalle päiväkoteihin helpottamaan arkea. Opas on koottu Tampereen kaupungin erityisryhmien varhaiskasvatusammattilaisten mielipiteiden ja kokemusten perusteella sekä yhteistyössä Linnainmaan päiväkodin lastentarhanopettajien kanssa. Liikunta on meille elämäntapa, jota toteutamme joukkuevoimistelun ja taitoluistelun merkeissä. Näemme läheltä mitä liikunta saa lapsissa aikaan. Tämän pohjalta haluammekin tuoda liikunnan jokaisen lapsen arkeen, sillä jokaisella lapsella on oikeus liikkua erityisen tuen tarpeesta huolimatta!

Toivomme teille antoisia hetkiä liikunnan parissa!

Elisa Tuominen & Susanna Mustajärvi

Ohjeita oppaan käyttäjälle

Liikuntatuokiosuunnitelma= Liikuntatuokion suunnitelmapaperi on tarkoitettu helpottamaan tuokion suunnittelua. Kaavion voi kopioida ja siihen voi kerätä leikkejä ja harjoituksia. Suunnitelmat voi kerätä kansioon, josta on myöhemmin helppo tarkistaa, mitä on aikaisemmin tehty. Tämä helpottaa niin vakituisten kuin sijaisten ja uusien työntekijöidenkin työtä. Tuokiolla on tärkeää olla aina aloitus ja lopetus. Aloituksen ja lopetuksen väliin on tarkoitus suunnitella leikkejä, jotka sopivat tuokion teemaan ja tavoitteisiin. Leikkien pituuksista ja lasten lukumäärästä riippuen, 3-6 leikkiä on sopiva määrä tuokiolle. Aloitus voi olla, joko leikki, tai mikä tahansa esimerkiksi juokseminen vapaasti salissa. Lopetus voi olla myös joko loppuleikki tai jokin muu tapa rauhoittua.

Värien ja kuvien selitykset:



= Alkuleikit/ Lämmittelyleikit



= Alkuleikit/ Nimenhuutoleikit



= Toiminnalliset leikit/ Leikkivarjoleikit



= Toiminnalliset leikit/ Satujumpat



= Toiminnalliset leikit/ Vauhdikkaat leikit



= Motorinen rata



= Loppuleikit/ Loruleikit



= Loppuleikit/ Rentoutusleikit



= Leikkien ja harjoitusten väline- ja musiikkiehdotuksia



= Muokkaamisehdotuksia ja vaikeuttamismahdollisuuksia

Huom! Liitteenä ovat esimerkkiliikuntatuokioon kuuluvat kuvat

Liikuntatuokiosuunnitelma

__ / __ 20__

Ryhmä: _____

Teema: _____

Tavoite: _____

Välineet/Musiikki: _____

Aloitus:

Leikki/Harjoite:

Leikki/Harjoite:

Leikki/Harjoite:

Leikki/Harjoite:

Lopetus:

Esimerkki liikuntatuokiosta

Liikuntatuokion tulisi noudattaa pedagogista tarkoitusta eikä tuokiosta tulisi unohtaa lapsen omaa tarvetta ja halua leikkiä. Sen vuoksi liikuntaleikkien on tärkeää pysyä leikinomaisina eikä lasten tavoitteita ja ajankohtaisia tarpeita tule jättää huomiotta. Lapsien keksimät omat ideat ovat vähintään yhtä arvokkaita kuin se, mitä kasvattaja on ajatellut liikuntaleikistä. (Rintala ym. 2005, 62.)

Liikuntatuokiolle on tärkeä suunnitella teema ja tavoite, jotta se on yhdenmukainen ja selkeä. Teeman tulisi olla lapsia innostava, jonka avulla myös lasten mielikuvitus pääsee valloilleen. Teeman avulla ohjaaja saa tehtyä liikuntatuokiosta yhtenäisen kokonaisuuden, ja mahdollisesti voi sisällyttää tai yhdistää sen päiväkodin muuhun toimintaan. Teema voi olla mitä tahansa. Jokaisen leikin kohdalla ohjaajan olisi hyvä pysähtyä pohtimaan, mitä kyseinen leikki kehittää, ja näin varmistua siitä, että liikuntaleikki on sopiva lapsiryhmälle. Lisäksi olisi hyvä ottaa aina huomioon, mitä liikuntaharjoituksella tai -leikillä halutaan kehittää, ja mikä on harjoituksen tai leikin tavoite.

Tuokion suunnittelussa olisi hyvä pohtia erityisesti liikuntatuokion rakennetta. Liikuntaleikkien ja -harjoitusten järjestystä tulisi miettiä, ja siinä tulisi ottaa huomioon muun muassa lasten ikä, ryhmän koko ja lapsen jaksamisen ja keskittymisen taso. Tuokion alussa olisi hyvä olla alkuleikki, joka on kaikkia kannustava ja tunnelmaa kohottava. Alkuleikin jälkeen voisi tehdä teemaan ja lapsiryhmälle sopivia liikuntaharjoituksia ja -leikkejä. Liikuntatuokion lopuksi leikitään usein loppuleikki, joka on jo hiukan rauhallisempi. Tuokio voidaan lopettaa loppuleikkiin tai rentoutukseen, riippuen ryhmästä. Rentoutuksessa tulisi ottaa erityisesti huomioon lasten keskittymiskyky. Kaikki lapset tai lapsiryhmät eivät pysty tai osaa vielä rauhoittua niin, että rentoutuminen onnistuisi, silloin on parempi päättää liikuntatuokio loppuleikkiin.

ALOITUS

Aluksi on hyvä purkaa lasten energiaa antamalla lasten juosta vapaasti ympäri huonetta, jonka jälkeen kokoonnutaan yhteen esim. piiriin, jossa tehdään alkuverryttely lorun tahdissa (ohjaajan mallin mukaan).

Tämä loruleikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta ja ymmärtämistä)

Psyykkisiä valmiuksia: kehotietoisuutta, muistia

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (liikkuvuutta, ketteryyttä)

Venytsloru

Venytä, venytä, joustu, joustu. Kyykkyyne mene ja yritä nousta. Heiluta peppua, nosta jalkaa. Tästä se iloinen jumppatuokio alkaa!

Huom! Lorun avulla saadaan lapset innostumaan liikunnasta. Hyvä sisällyttää jokaisen liikuntatuokion alkuun rutiinin ja toistojen saamiseksi.

ALKULEIKKI

Nimenhuutoleikki

Tämä harjoitus kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta, liikkeen ja kielen yhtäaikaista)

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta, itsetuntoa

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (reaktiokykyä, ketteryyttä, nopeutta)

Kannustuspiiri

Ennen tuokion alkua, ohjaaja asettaa piiriin erilaisia kuvioita, joita on ryhmän lapsimäärän verran. Lapset asettuvat piiriin merkien päälle istumaan. Vuorotellen jokainen lapsista nousee seisomaan, kertoo nimensä ja lähtee kiertämään piiriä ympäri muiden lasten taputtaessa ja kannustaessa kiertävää lasta toistamalla hänen nimeään.

Kiertävä lapsi voi esimerkiksi liikua juosten tai juosta selin, karhun kävellä (kannustus möreästi), laukata kuin hevonen eteen tai sivulle, hiipiä (kannustus kuiskaten) tai kävellä.

TOIMINNALLINEN LEIKKI

Vauhdikas leikki

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä, ohjeiden tuottamista)

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (reaktiokykyä, nopeutta, ketteryyttä)

Maa-meri-laiva

Lapset asetetaan salissa kaikki samaan paikkaan esimerkiksi salin toiseen pätyyn. Lapsille ohjeistetaan, että siellä missä lapset seisovat on maa, keskellä on meri ja toisella puolella salia on laiva. Ohjaaja kertoo paikan, jonne lasten tulee liikua mahdollisimman nopeasti. Leikkiä voi muuttaa niin, että ohjaajan tilalla onkin joku lapsista, joka voi huutaa, kuiskata tai näyttää kuvilla paikkoja. Eri paikoissa voidaan sopia erilaisia liikkeitä teeman mukaan, kuten makuuasento kuin käärmä, puolapuulle kiipeäminen kuin apina, selällään makaaminen jne. Liikkumistapoja paikasta toiseen teeman mukaan voi olla esimerkiksi juoksu, yhdellä jalalla konkkaus, karhun kävely, laukat sivulle tai eteen, takaperin juoksu tai pikakävely jne.

Välineet:

Naru (liikutaan paikasta toiseen narun kanssa)

Vanne (liikutaan vannetta pyörittämällä tai sen läpi hyppimällä)

Hernepusi (esim. pään päälle)

Huom! Kuvat liitteenä



Ulkona leikkiessä voi käyttää maaston ominaisuuksia hyödyksi esim. vaja- puu- kivi, niin että lapset juoksevat kohteisiin.

SATUJUMPPA

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä, kielikuvien ymmärtämistä)

Psyykkisiä valmiuksia: keskittymistä, mielikuvitusta, kehotietoisuutta

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (ketteryyttä, liikkuvuutta, tasapainoa)

Lohikäärme Lompsis

Lohikäärme Lompsis on kotoisin Lohimaan Käärmekylästä. Käärmekylä on kaukana ja siellä elämä on aivan toisenlaista kuin täällä. Lohikäärme Lompsis on lapsesta asti joutunut tasapainoilemaan yhdellä jalalla kuin kurki vaikeissa paikoissa ja hankalissa tilanteissa. Vaikka hän asui lapsena kerrostalossa, hänen leikkipaikkoina oli riippusiltaja, vuoria, meriä ja luolia. Jo aivan pienenä Lompsis oppi kävelemään kapeaa siltaa pitkin, ja seisomaan paikallaan vain yhden jalan varassa.

Kaikki Lohimaan Käärmekylän lapset leikkivät luolastoissa, joissa käytävät ovat niin ahtaita, että oli opittava kulkemaan monenlaisissa asennoissa myös sivuttain kyykyssä kuin kääpiö.

Lompsikselle on kerrottu pienenä, että lohikäärmeiden punaiset selkäsakarot kovettuvat vasta sitten, kun ne kasvavat aikuiseksi ja vasta sitten, kun selkäsakaroita on hierottu tarpeeksi. Lompsis hieroo selkäsakaroitaan aina, kun se on mahdollista. Parhaiten se onnistuu kuperkeikkoja tekemällä.

Lompsis loikkii usein hankalissa maastoissa eikä hän enää itsekään muista, missä kaikkialla on käynyt. Sen hän muistaa, että kerran hän joutui piiloutumaan kyykkyyn salametsästäjiltä. Siinä rytäkässä Lompsiksen eväsreppu katosi ja Lompsista suututti niin kovasti, että hän alkoi kävellä ympyrää kantapäillään samalla tavalla, kun hänen äitinsä tekee vihaisena ollessaan.

Iltaisin Lompsis haaveilee hyppien Tempputornista. Hän oli kuullut, että Tempputorni-nimisessä paikassa olisi Tasapaino-terassi, jossa seisotaan yhdellä jalalla kuin kukko. Lompsis ajattelee, että sinne hän haluaisi päästä käymään. Siellä minä voisin opetella sirkustaiteilijaksi, hän sanoo. Se on mahdollista, sillä jo nyt osaan olla kuin lentokone ja pyöriä kuin hyrrä (tehdään vaaka molemmilla jaloilla ja monta piruettaa peräkkäin).

Joka ilta Lompsis hieroo selkäsakaroitaan kuperkeikkoja tekemällä. Mitä enemmän hän harjoittelee, sitä helpommaksi kuperkeikan tekeminen tuli ja sitä paremmin hän alkaa selvittää muistakin tempuista. Jotta Lompsis olisi tarpeeksi rohkea menemään Tempputorniin, hän opettelee kulkemaan rohkeana korkein varpain tilanteissa kuin tilanteissa. Hän keskittyy kävelemään selkä suorana ja nostamaan jalkansa suorana ylös joka askeleella.

Lohikäärme Lompsis rakastaa asua Lohimaan Käärmekylässä, sillä siellä hänellä on paljon ystäviä. Ystävien kanssa Lompsis tykkää leikkiä piirileikkiä, jossa muodostetaan iso piiri ottaen toisia käsistä kiinni. Mitä muuta kivaa Lompsis voisi ystävien kanssa tehdä?

Välineet:

Erialaisten välineiden (tuolit, kankaat, matot, penkit, esteet, tunnelit) avulla rakennetaan tilaan Käärmekylä

Musiikki:

Tunnelmaa voidaan luoda laittamalla taustalle soimaan rauhallista musiikkia

Huom! Kuvat liitteenä



Sadun lopussa lapset saavat keksiä tempuja.

Satua voi muokata oman mielikuvituksen mukaan, sekä lisätä liikkeitä sen mukaan mitä tempuja haluaa harjoittaa.

Valoja käyttämällä voidaan korostaa sadussa esim. vuorokaudenaikoja ja tunteiloja.

LOPPULEIKKI

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta ja ymmärtämistä), vuorovaikutustaitoja, parityöskentelytaitoja

Psyykkisiä valmiuksia: kehotietoisuutta, visuaalista havainto- ja käsityskykyä, strategista pätevyyttä

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (liikkuvuutta, ketteryyttä)

Kuvanveistäjä

Lapset jaetaan pareittain. Toisen lapsen silmät sidotaan ja tämä lapsi on leikissä "savimassa". Toisen parista on kuvanveistäjä. Ohjaaja näyttää jotakin kuvaa tai omalla kehollaan asentoa, jonka kuvanveistäjä ohjeistaa parille suullisesti koskematta toisiaan. Silmät sidottuna oleva yrittää tehdä itse kuvanveistäjän ohjeistaman asennon.



Välineet:
Silmäside

Musiikki:
Mielenrauhaa: Kesäillan serenadi

Huom! Kuvat liitteenä

Leikkiä voi muokata niin, että ohjaajan tilalla on joku lapsista, jos esimerkiksi lapsia on pariton määrä.

LOPETUS

Lopuksi olisi hyvä keskustella tehdystä liikunnasta (mikä oli kivaa, mikä vaikeaa ym.) sekä tehdä pieniä venytyksiä esimerkiksi lorun tai musiikin tahdissa.

Tämä loruleikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen ymmärtämistä, liikkeen ja puheen yhtäaikaisuutta)

Psyykkisiä valmiuksia: muistia, keskittymistä, kehotietoisuutta

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (ketteryyttä)

Ojenna jalka

Ojenna jalka, nilkka kierrä. Asento vaihda, ettei hierrä. Hartiaan tartu, kättä kierrä. Asento vaihda, ettei hierrä. Hyppää pystyyn, itsesi kierrä: ympäri, ympäri, ympäri näin ja sitten vielä toisin päin.

Alkuleikkejä

Lämmittelyleikkejä

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (liikkeen ja kielen yhtäaikaisuutta, puheen sujuvuutta)

Psyykkisiä valmiuksia: rytmitajua, kekseliäisyyttä, luovuutta, muistia

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä, rytmiä), motorisia taitoja (ketteryttä)

Hämähäkkien sukukokous

Lapset laulavat Hämä-hämä-häkki -laulua ja liikkuvat eri tavoin hämähäkkeinä. Ensin kuljetaan pieninä ja hitaina, sitten isoina ja voimakkaina lasten keksimien ideoiden mukaan. Lopuksi ollaan hyppyhämähäkkejä, jotka hyppivät reippaasti ja samalla laulavat.

Välineitä:

Hernepusi kehon eri osiin tuomaan haastetta

Hyppynaru hyppyhämähäkki-kohtaan

Musiikki:

Hämä-hämä-häkki -laulu



Laulussa voi muuttella äänenvoimakkuutta liikkeen mukaan (esim. kuiskataan pieninä kulkiessa).

Leikkiä voi vaikeuttaa käyttämällä eri välineitä.

Tämä jumppa kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (sanojen ja liikkeen yhdistelykykyä, yhtäaikaisuutta)

Psyykkisiä valmiuksia: muistia, kehotietoisuutta

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (reaktiokykyä, ketteryttä)

Aakkosjumppa

Ohjaaja näyttää kuvia, joissa on kirjaimia, lapset sanovat kirjaimen ääneen ja tekevät sovittun liikkeen. Esimerkiksi A= kädet yhteen suoraksi ylös ja jalat haaraan, B= kyykkyy, C= karhunkävely asento (selkä pyöreänä) jne. Aluksi ohjaaja näyttää kirjaimia hitaasti ja antaa lapsille aikaa miettiä kirjaimen sanomista ja liikkeen tekemistä. Kun kirjaimet ja liikkeet ovat lasten muistissa, ohjaaja nopeuttaa kuvien vaihtamista. Leikki loppuu, kun lapset eivät enää pysty ohjaajan tahdissa liikkeitä ja sanomaan kirjainta.

Liikkeisiin voi lisätä välineitä, esim:

A= **hyppynarulla** tasahyppy

B= **pallon** pompotus

C= **vanteen** vieritys



Kirjaimia voi lisätä ja keksiä vaikeampia liikkeitä. Liikkeitä voi myös helpottaa ja aluksi voi ottaa vain kaksi kirjainta leikkiin.

Voi tehdä myös kirjainyhdistelmiä, ja keksiä niille omat liikkeet.

Huom! Lapset voivat itse myös keksiä liikkeitä tai toimia kuvien näyttäjinä.

Nimenhuutoleikkejä

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta ja ymmärtämistä), kärsivällisyyttä

Psyykkisiä valmiuksia: kehotietoisuutta, rohkeutta, kekseliäisyyttä, keskittymistä, itsetuntoa

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (ketteryttä, kehon keskilinjan ylitystä)

Kutiaminen

Leikkijät istuvat piirissä kasvot keskustaan päin. Ensimmäinen leikkijöistä sanoo oman nimensä ja paikan, josta kutiaa rapsuttaen samalla sitä paikkaa: "Minä olen Kaisa ja kutian kainalosta." Leikkijät vastaavat yhdessä: "Sinä olet Kaisa ja kutiat kainalosta" (Samalla rapsutetaan itseä kainalosta.) Seuraava leikkijä jatkaa sanomalla oman nimensä ja paikan, josta kutiaa. Leikki päättyy, kun kaikki ovat esitelleet itsensä.

Välineitä:

Pallo

Hernepusi



Tavutaputus / -tömistys: lapsi sanoo oman nimensä, ja yhdessä tavutaputetaan tai tavutömistetään nimi.

Lempiasia: sanotaan oma nimi ja sen jälkeen lempiväri, mieluisin ruoka tai minkä eläimen haluaisi lemmikiksi

Pallonvieritys: pallon saanut sanoo nimensä ja vierittää seuraavalle.
Hernepusin heitto: pussin saanut sanoo nimensä ja heittää seuraavalle.

Jumppaliike: lapsi sanoo oman nimensä ja näyttää tämän jälkeen jonkin liikkeen minkä toiset lapset toistavat. Esim. vaaka, X-hyppy, konkkaus, pyörähdys jne.

Toiminnallisia leikkejä

Vauhdikkaita leikkejä

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ja käsitteiden ymmärtämistä)

Psyykkisiä valmiuksia: tilan hahmotusta, mielikuvitusta, rytmitajua

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (ketteryttä, liikkuvuutta, nopeutta)

Pitkä, Pätkä ja Pallero

Leikkijät juoksevat vapaasti musiikin tai esimerkiksi rummutuksen tahdissa. Kun säestys lakkaa, sanoo ohjaaja jonkun seuraavista: Pitkä, Pätkä tai Pallero, jolloin kurottaudutaan pitkäksi, kyykistytään pätkäksi tai mennään pyöreäksi kuin pallo.

Juoksun tilalle: kävely, hyppely, konkkaus, narulla hyppely ym.

Asentoja voi muuttaa esim. maahan makaamaan pitkäksi, polviseisontaan pätkäksi, pallero voi kieriä. Vain mielikuvitus rajana!

Lapset voivat keksiä itse asentoja sekä toimia ohjaajana.

Välineitä:

Naru (liikkumista narulla)

Musiikki:

Fröbelin palikat- Hedelmäsa-laatti

Tämä hippa kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta), vuorovaikutustaitoja, yhdessä toimimista

Psyykkisiä valmiuksia: kekseliäisyyttä, rohkeutta, mielikuvitusta, rytmitajua

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä, rytmiä), motorisia taitoja (nopeutta, ketteryyttä)

Idolshippa

Kun hippa saa jonkun kiinni, pysähtyy kiinni jäänyt paikoilleen ja ryhtyy laulamaan tai hyräilemään jotain tuttua laulua. Kun laulaja saa kaksi fania, (kaksi henkilöä, jotka jäävät laulajan eteen hetkeksi kuuntelemaan tai taputtamaan, kannustamaan huutamalla 2x hurraa! tai tanssimalla laulun mukana), laulaja pelastuu. Ja kaikki kolme saavat jatkaa juoksua.

Välineitä:

Hyppynaru (liikutaan hyppynarua käyttäen, Käytetään narun toista päätä mikrofonina)

Pallo (juostaan palloa pomputtaen, pallo mikrofonina)

Hernepusi (hernepusi pään päällä koko hipan ajan)



Eri liikkumistapoja: laukaten, hyppien, kävellen, konkaten ym.

Jos lapsia vähän, riittää yksi fani pelastamaan laulajan.

Huom! Lapset voivat myös itse keksiä pelastamis- tai liikkumistapoja!

Tämä hippa kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä)

Psyykkisiä valmiuksia: mielikuvitusta, tilan hahmotusta, rytmitajua

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (nopeutta, reaktiokykyä)

Rantasipi (loruhippa)

"Rantasipi kipittää, kipittää, kipittää. Pitkin santaa, pitkin santaa. Rytmikkäästi siivet kantaa, siivet kantaa. Rantasipi kiertää rantaa, kiertää rantaa. Sitten huutaa: HII-DII-DII, Ota mut kii!"

Osa lapsista makaa maassa kippurassa silmät kiinni tai käsillä peitettynä. Osa lapsista taas ovat rantasipejä, jotka kiertävät lorun ajan ympäri salia. Leirin ohjaaja lukee lorun hitaasti ja kuuluvalla äänellä. Viimeiset säkeistöt luetaan nopeutuvalla tempolla ja "Ota mut kii!" -kohdassa lattialla kippurassa olevat lähtevät jahtaamaan rantasipejä. Kun kaikki rantasipit on saatu kiinni, osat vaihtuvat ja leikki alkaa uudelleen.

Liikkumistapoja voi muuttella oman mielen ja lasten kiinnostuksen mukaan.

Maassa makaavien asentojen voi myös muuttella, mielikuvitus rajana!

Välineitä:

Kiertelevät rantasipit voivat liikkua esim. hyppimällä **hyppynarua**,

Pomputtamalla **palloa**,

Liikkua **hernepusi** pään päällä

→ (myös lattialla olevilla voi olla hernepusit ja noustessa ylös sekä juostessa

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (nopeaa nimeämistä, värien oppimista), yhdessä toimimista
Psyykkisiä valmiuksia: muistia, keskittymistä, rohkeutta
Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (reaktiokykyä, ketteryyttä)

Värileikki

Leikinhajaaja on ryhmän edessä ja näyttää kohtuullisen nopeaan tahtiin erivärisiä paperipaloja. Lasten tehtävänä on nimetä aina se väri, minkä leikinhajaaja näyttää. Kaikki saavat sanoa värin yhteen ääneen.

Seuraavaksi yhdistetään värin nimeämiseen jokin helppo liike. Lasten kanssa sovitaan, miten liikutaan kunkin värin aikana. Esimerkiksi punaisen värin aikana nouseaan aina seisomaan, sinisen värin aikana mennään kyykkyy.

Välineitä:

Värillisiä vanteita

(paikanvaihdot värien mukaan)

Leikkivarjo



Leikkiä voi vaikeuttaa siten, että ohjaajan näyttäessä väriä, lapset kertovat ääneen värin ja tekevät samalla sovitun liikkeen.

Leikissä voidaan käyttää myös vanteita siten, että lapset seisovat värillisten vanteiden sisällä. Kun ohjaaja näyttää vanteen värin, jossa lapsi seisoo, huutaa lapsi kyseisen värin ja vaihtaa paikkaa toisten samanväristen kanssa. Huom! Samaa ideaa voidaan käyttää myös leikkivarjolla.

Tämä leikkisä kilpailu kehittää:

Sosiaalisia taitoja: joukkueena toimimista, vuorovaikutustaitoja, kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta)

Psyykkisiä valmiuksia: keskittymistä, rohkeutta, paineen alla toimimista

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (tarkkuutta, pallon käsittelytaitoja, nopeutta, ketteryyttä)

Pallon vierityskilpa

Lapsista tehdään kaksi yhtä suurta joukkuetta, kumpikin joukkue asettuu kahteen vastakkaiseen jonoon, joiden välissä on pituussuunnassa voimistelupenkki. Kummankin jonon ensimmäisillä on iso pallo, jonka he vierittävät penkkiä pitkin penkin toisessa päässä olevalle. Vierittäjä sanoo kaverin nimen kenelle vierittää. Sen jälkeen vierittäjät siirtyvät jonon viimeisiksi. Vastaanottajat tekevät samoin. Voittaja on se joukkue, jossa pallo on nopeimmin leikin aloittajalla. Jos pallo vierii penkiltä maahan, sen vierittäjä noutaa pallon ja uusii vierityksen.

Välineitä:

Pallo



Liikkumistapoja jonon viimeiseksi voi muuttella mielen mukaan, esim. juosten, kontaten, konkaten, laukatun. kontaten, kierien jne.

Lopuksi, kun aloittajalla on pallo, voidaan sopia jokin asento, johon koko joukkueen pitää mennä ennen kuin ovat valmiita.

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: ohjeiden noudattamista ja ymmärtämistä, joukkueena toimimista, vuorovaikutustaitoja

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta, keskittymistä, paineen alla toimimista

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (nopeutta, tarkkuutta, pallon käsittelytaitoja, reaktiokykyä)

Tunnelipallo

Lapset jaetaan kahteen jonoon, seisten jalat haara-asennossa. Jonon ensimmäisillä on iso pallo, jonka he vierittävät haara-asennossa olevien jalkojen välistä jonon viimeiselle, joka ottaa sen käteensä, juoksee jonon sivua ensimmäiseksi. Hän puolestaan vierittää pallon jalkojen välistä. Näin jatketaan leikkiä, kunnes kaikki ovat vierittäneet pallon ja ensimmäinen vierittäjä on alkuperäisellä paikalla, pallo ylösnostetuissa käsissä ja jono huutaa "valmis!"

Lapset voivat tehdä myös esim. X-hypyn, kun pallo vierii jalkojen alta tai välinettä voi liikuttaa yläkautta, alakautta tai sivulta.

Pallon liikuttamistapoja siirryttäessä jonon viimeisestä etummaiseksi, esim. krapukävelyllä vatsan päällä, pallo jalkojen välissä, pompottamalla ym.

Huom! Kannustus tärkeää!

Välineitä:

Pallo

Hernepussi



Tämä juoksuleikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta ja ymmärtämistä) vuorovaikutustaitoja, kielikuvien ymmärtämistä

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta, kekseliäisyyttä

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (nopeutta, ketteryttä)

Kullanmurut

Pienemmille lapsille tarkoitettussa leikissä lapset asettuvat salin toiseen päähän ja ohjaaja sen sijaan salin toiseen päähän. Ohjaaja huutaa lausahduksen: "Missä minun kullanmuruni ovat?" Lapset vastaavat yhteen ääneen "No täällä!" Tällöin ohjaaja kysyy: "Mitä te siellä oikein teette, tulkaa tänne!" Lapset kysyvät yhteen ääneen: "Millä tavalla?!" Siihen ohjaaja vastaa mielikuvitustaan käyttäen esimerkiksi: "hiipien kuin hiiri, tanssien kuin ballerina, kehräten kuin kissa, sihisten kuin käärme, päristen kuin auto, hyppien kuin kenguru, tömistellen kuin norsu" jne. Lapset liikkuvat keksityllä tavalla ohjaajan luokse, jonka jälkeen ohjaaja siirtyy salin toiseen päähän.

Välineitä:

Hypynaru (hyppien kuin kenguru, juosten kuin varsa, laukaten kuin hevonen jne.)

Vanne (päristen kuin auto, vanne on rattina tai tanssien kuin ballerina, vanne on mekkona)



Leikkiin voi lisätä ääntelyitä sen mukaan millä tavalla liikutaan ohjaajan luokse.

Lapset voivat itse keksiä tapoja liikkua.

Ohjaajan tilalla voi olla lapsi sanoen "Missä minun vstäväni ovat?"

Leikkivarjoleikkejä

Tämä leikkivarjoleikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta ja ymmärtämistä) ryhmätyöskentelytaitoja, vuorovaikutustaitoja, kärsivällisyyttä

Psyykkisiä valmiuksia: muistia, rohkeutta, itsetuntoa

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (ketteryyttä, reaktiokykyä, nopeutta, tasapainoa, voimaa)

Aarrekatko

Ohjaaja valmistele leikin laittamalla leikkivarjon alle hernepusseja lasten lukumäärän verran. Lapset ottavat leikkivarjosta reunoista kiinni ja menevät kyykkyyntekemällä varjosta aarrearkun. Ohjaaja aloittaa leikin sanomalla, jonkun lapsen nimen, joka ensimmäisenä saa mennä hakemaan aarteensa. Lapset nostavat varjon niin korkealle kuin saavat, jonka aikana lapsi, jonka nimi on sanottu, juoksee hakemaan oman aarteensa, eli hernepussin varjon alta, palaa paikalleen ja laittaa hernepussin päänsä päälle. Sen jälkeen ko. lapsi kertoo seuraavan lapsen nimen, joka saa hakea aarteensa. Leikki loppuu, kun kaikilla lapsilla on hernepussi pään päällä.

Hernepussin tilalla voi käyttää myös muita välineitä, hernepussin voi myös laittaa eri paikkoihin kehossa.

Hernepussin hakemisen jälkeen tai leikin lopuksi lapsi voi kertoa mikä hänen aarteensa on!

Musiikki:
Salaisuuden kala
(Karvakorvan laulupurkki; Perkiö, S. & Huovi, H. 2010)

Välineitä:
hernepussi
leikkivarjo

vanne(lapsi seisoo vanteen sisällä haettuuan sen)
pallo (lapsi seisoo pallo jalkojen välissä haettuuan sen)



Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: ryhmätyöskentelytaitoja, kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta), kärsivällisyyttä

Psyykkisiä valmiuksia: keskittymistä, rohkeutta, mielikuvitusta, itsetuntoa

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (ketteryyttä, nopeutta, reaktiokykyä, voimaa)

Telttaretki

Vuorollaan yksi tai kaksi lasta menee varjon alle makaamaan tai istumaan. Muut ovat varjon reunoille tasaisesti, ja pitävät varjon reunoista kiinni. Varjon alla olevat ovat telttaretkellä, ja ohjaajan kysellessä, kertovat mitä ovat ottaneet retkelle evääksi. Eväiden syönnin jälkeen alkaakin tuulla. Muut leikkijät nostelevat varjoa eri tahtiin reunoista ja kun alkaa myrskytä niin lapset alkavat riepotella varjoa nopeasti. Telttaretkellä olleet juoksevat tai konttaavat varjon alta pois. Ilma tyyntyy, ja valitaan seuraavat retkeläiset.

Välineet:
leikkivarjo



Ohjaaja voi kysellä esim. mitä eläimiä tai kasveja lapset näkivät matkalla.

Varjon keskelle voi asettaa kuvia esim. ruuista, eläimistä tai kasveista auttamaan kertomista.

Satujumppia

Tämä satujumppa kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä, laskemista), vuorovaikutustaitoja
Psyykkisiä valmiuksia: keskittymistä, mielikuvitusta, kehotietoisuutta, rytmitajua, rohkeutta
Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (liikkuvuutta, voimaa, ketteryyttä, tasapainoa)

Nallen talvipäivä

Ulkona oli kova pakkanen. Nalle nukkui pesässään, kunnes kuuli lintujen laulavan.. titityy. Nalle hetken pyöri sängyssään. Nallelle tuli kylmä ja se tärisi noustessaan ylös. Se hieroi unisia silmiään ja lähti aamukävelyille. Nalle hyppeli eteenpäin ja nautti lumesta. Sitten Nalle aloitti aamujumpan. Aluksi hän kurotteli niin korkealle kuin pystyi ja sen jälkeen meni alas maahan niin pieneksi kuin pääsi. Nalle hyppi viisi x-hyppyä. 1, 2, 3, 4 ja 5. Tämän jälkeen se pyöritti käsiään ympäri monta kertaa. Lopuksi se vielä venytteli haukotellen.

Aamujumpan jälkeen Nalle lähti kävelylle kävellen ristiaskelia. Aloitti matkan konkkaamalla aluksi oikealla jalalla ja sen jälkeen vasemmalla. Nalle kulki hyvin mutkaista tietä mutkitellen ja välillä pyörien ympyrää.

Sitten Nalle hieroi mahaansa huomaten, että sillä oli nälkä. Nalle sai ajatuksen ja hyppäsi tasajalkaa ilmaan: "Menen pyytämään Kassi-Karhulta hunajaa!" Nalle lähti juoksemaan väistellen välillä eteen tulevia puun oksia. Matka oli pitkä ja Nalle alkoi väsyä. Niinpä se keksi, että voisi oikaista pen-sasaidan läpi. Nalle meni maahan ja ryömi aidan alitse.

Noustuaan ylös Nalle putsasi itsensä lumesta ravistellen itseään ja jatkoi matkaa. Nyt hän näki jo Kassi-Karhun oven. Hän hiipi varovasti ovelle ja koputti.. kopkop! Kassi-Karhu yllättyi iloisesti ja halasi Nallea. Sitten he söivät yhdessä maukasta hunajaa. Lopulta Kassi-Karhu ja Nalle olivat niin täynnä, että menivät päivälevolle makaamaan sänkyyn nähden ihania karhun unia.

Huom! Satua voi muutella vuodenaikojen ja juhlapyhien mukaan.

Satuun voi lisätä liikkeitä, joita haluaa lapsilla harjoittaa.

Luomalla tilaan satumaailman tunnelman valojen, rekvisiittojen, musiikin ja äänenkäytön avulla, saadaan satujumpasta mielekkäämpi.

Leikin voi myös leikkiä niin, että ohjaajan lukiessa satua lapsella on silmät sidottuina ja aikuinen tai lapsi johdattelee häntä sadun mukaan menevää rataa pitkin!

Välineitä:

Hyppyihin **vanteet** tai **narut**
Pujotteluihin **tötsiä**
Sängyiksi **mattoja/patjoja**
Aidaksi **tunneli/penkki/tuoli**

Musiikki:

rauhallista musiikkia esim:
Oboekonsertto g-molli (Johann Sebastian Bach)

Tämä satujumppa kehittää:

Sosiaalisia taitoja: ohjeiden noudattamista, kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä), parityöskentelyä
Psyykkisiä valmiuksia: mielikuvitusta, luovuutta, rohkeutta, kehotietoisuutta
Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (liikkuvuutta, ketteryyttä, voimaa, tasapainoa)

Kallen perhe lomailee

Kallen perhe päättää lähteä yhteistuumiin mökille viettämään yhteistä aikaa. Matka mökille tehdään Kallen perheen autolla. Auto odottaa autokatoksessa.

Ensin on pakattava kassit ja tavaraa on paljon! Kasseja, laukkuja ja pusseja kertyy kokonainen vuori ja kaikki pitää kantaa autoon! On vain toivottava, että kaikki saadaan mahtumaan mukaan. Jotkut laukut saattavat olla painaviakin (pantomiiimi) ja jotkut taas kevyitä. (liikutaan tilaan poikki- tai pituussuunnassa niin, että jokaisella on oma "kaista" jolloin vältytään suurimmilta yhteen törmäyksiltä; edetään alkuun kävelen ja lopuksi juosten edestakaisin) Lopuksi nostetaan vielä kumivene ja uimapatja auton katolle telineeseen. (Seistään varpaillaan ja kurkotetaan ylös) Ja viimein on saatu kaikki tavarat autoon ja auto pakattua! Kylläpä auto tuli täyteen!

Pukeudutaan automatkaa varten. Laitetaan t-paita, shortsit, varvastossut ja hattu. Tee venytykset hitaasti pari kertaa molempien jalkojen ja käsien puolelle. Kädet ylös ojennettuna hattu laitetaan päähän hitaasti käsiä laskien. Ylös kurottaminen voidaan toistaa venytyksen tehostamiseksi. Nyt on vaatteet puettu ja auto pakattu, sitten lähdetään autolla liikkeelle. Avataan auton ovi ja istutaan autoon, vedetään ovi kiinni. No, mutta! Ei olla vielä muistettu käynnistää autoa! Auto käynnistetään niin, että istutaan lattialle ja laite-taan polvet koukkuun. Sen jälkeen yritetään pyöriä pepun päällä vinhasti ympäri, jotta moottori lähtee käyntiin. Ei tunnu lähtevän... Pyöritään vielä... Vieläkään ei moottori lähtenyt käyntiin. Mehän pyörittiin väärään suuntaan! Pyöritään nyt toiseen suuntaan, niin saadaan auto varmasti käyntiin! ...Ja viimein lähti auto käyntiin. Tämä auto onkin hieman äänekkäämpi! (Tömistellään jaloilla ja käsillä lattiaa) Hyvä! Nyt moottori käy ja auto kulkee. Noustaan kaikki ylös ja otetaan ratista kiinni ja ajellaan ympäri salia sikin sokin törmäilemät-tä niin, että käydään kääntymässä kaikissa nurkissa ja tehdään välillä isoja ympyröitä! Matkalla on ylä- ja alamäkiä ja välillä voidaan ajaa tunnelinkin läpi.

Kallen perheen mökillä on puulämmitteinen sauna ja saunaan pitää tuoda puita kottikärryillä. Nyt otetaan parit ja mennään kottikärry kävelyä niin, että toinen pareista on kottikärryissä. Ei työnnetä liian lujaa, etteivät kottikärryt kaadu. Aina, kun kottikärryt väsyvät, vaihdetaan vuoroa niin, että kumpikin pääsee olemaan kottikärryissä. Nyt on puita viety tarpeeksi saunaan! Isä huolehtii saunan kiukaan sytyttämisestä ja lämmit-tämisestä. Tullaan kaikki tähän keskelle ja levätään hetki ja valmistaudutaan uinti lähtemään kumiveneellä järvelle ja uintileikkeihin. Haetaan kumivene ja lähdetään soutelemaan (istutaan salin lattialla vastakkain pareittain ja soudetaan käsistä kiinni pitäen) Väsynyt, mutta iloinen porukka saapuu takaisin mökille ja läm-min sauna odottaa uimareita. Äiti muistuttaa, että jokaisen on hyvä juoda vettä uinnan jälkeen. Samalla äiti varaa juomista myös saunaan. On tärkeää virkistää itseään saunomisenkin lomassa.

Perheen lemmikki, D-Saurus, on iloinen, kun pääsi perheen mukaan mökille. Se ei pysty lopettamaan hyppe-lemistä. Keksitään kaikki miten D-Saurus hyppeli ja kokeillaan erilaisia hyppyjä. Hypitään ja pompitaan pitkin salia ja vaihdellaan erilaisia hyppyjä. Käydään hyppien kääntymässä jokaisella seinällä ja hypitään välillä korkeita hyppyjä ja välillä matalia hyppyjä. Hypitään sivuttain ja välillä takaperinkin. Varotaan, ettei kukaan ole takana kun hypätään! Sitten D-Saurus onkin niin väsynyt, ettei se jaksa enää hyppiä. Keräänny-tään kaikki taas keskelle ja istutaan alas.

Ennen kuin päästään saunomaan jokainen puhdistaa suksensa ja laittaa ne mökin seinustalle. Sitten haetaan saunaa varten pyyhkeet ja muut varusteet ja mennään lauteille istumaan ja venyttelemään. (Lauteilla veny-tellään maaten lattialla ja kurotellaan käsien ja jalkojen avulla itsemme mahdollisimman pitkiksi.) Saunomi-sen jälkeen puetaan yöpuvut päälle (istutaan lattialla venytellen. Housut ja paidat puetaan hiha ja lahje ker-rallaan) ja mennään iltapalan jälkeen vuoteeseen lepäilemään ja muistelemaan päivän tapahtumia. Samalla, kun levätään hetki, niin muistellaan hiljaa, mitä kaikkea Kallen perheen lomamatkalla tehtiin; ajettiin autoa... kannettiin kottikärryillä puita... uitiin, hypittiin D-Sauruksen kanssa erilaisia hyppyjä. Jokainen voi hiljaa sil-mät kiinni muistella, millaisia erilaisia hyppyjä hypittiin...

Välineet:

Erilaisten välineiden (**tuolit, kankaat, matot, penkit, esteet, tunnelit**) avulla rakennetaan tilaan kesämökin tunnelma

Musiikki:

Rauhallista musiikkia esim. **Mielenrauhaa: Laulavat linnut, Vesiputouksen solinaa**



Satujumppaan voi käyttää koko liikuntatuokion (sis. alku- ja loppuveryyttelyt, venyttelyä, lihaskuntoa ja luovuutta)
Satua voi muuttella vuodenaikojen mukaan!

Motorinen rata

Motorinen rata kehittää muun muassa:

Sosiaalisia taitoja: vuorovaikutustaitoja, kielellistä pätevyyttä (laskemista, puheen sujuvuutta, kirjainten tunnistamista), kärsivällisyyttä, sääntöjen noudattamista

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta, itsetuntoa, muistia, kehotietoisuutta

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (ketteryyttä, nopeutta, voimaa, tasapainoa, reaktiokykyä, liikkuvuutta)

Radan voi rakentaa esimerkiksi neljästä tai viidestä pisteestä tai lasten lukumäärän mukaan. Pisteet voivat olla mitä tahansa motorisia harjoitteita. Tässä esittelemme yhden radan, jota voi oman mielen mukaan muokata.

Musiikki voi soida taustalla. Kun musiikki lakkaa, vaihtavat lapset paikkaa järjestyksessä.

Musiikki:

Viisaat mäyräkoirat (Karvakorvan laulupurkki; Perkiö, S. & Huovi, H. 2010)

Patin salsa "The Ketchup Song" (Smurffit Rap Rock Hitit 10!)

Neljä kissanpoikaa (Puuhevonon 2007, PMMP)



Myös soittimilla voi lyödä tahtia, jonka mukaan lapset liikkuvat ja vaihtavat paikkaa!

PISTE 1

Trampoliinilla pomppiminen kymmenen kertaa.
Lapsen tulisi laskea numerot ääneen.

Lapsi voi myös taputtaa samalla, kun pomppii.

Eri hyppimistyytlejä mm. tikkuna, ristiin-auki-ristiin –hyppyjä, x-hyppyjä, pyörien (aluksi kääntyä 45 astetta kerralla).

Hyppiessä voi lausua myös lorun esim.

tai toistaa esim. äännettä "den, den den" .

Trampoliineilla maapallon täytän

Trampoliineja haluan, niillä maailman valloitan.

Maapallon täytän. Ja kaikille näytän,

kuinka korkealle hyppään, kun teen hyppyryppään.

Hyppään ylös ja katson alas, näkyy kenguru ja valas

sekä kotipuolen poro.

Sille huudan moro moro!

PISTE 2

Tämä on konttaus- ylitys- piste, jossa tarkoituksena on alittaa ja ylittää esteitä vuorollaan kontaten esteen ali ja esteen yli hypäten tai kiiveten.

Välineet:

Tuolit, joiden alta voi kontata.

Tötsät + kepit ylityksiin.

Puolapuut kiipeämiseen.

Värilliset **käsi- ja jalkakuva** (osoittamaan reitin).

Hernepusi ja **kirjaimet**.



Jos lapsia on pisteellä parillinen määrä ja puolapuut ovat käytössä, vuorollaan kumpikin kiipeää puolapuille viemään ja hakemaan hernepusia, joka on puolapuiden päällä. Hernepussin tilalla voi käyttää kirjaimia, joista lapsen tulee valita oma alkukirjain, jonka kiinnittää puolapuiden päähän. Puolapuilta voi laskeutua alas myös liukumäkeä pitkin (penkistä tehty).

Puolapuiden eri kohtiin voi kiinnittää vanteita, joiden läpi lapsen tulee liikkua sivuttais-suunnassa.

Pisteen voi teettää myös silmät sidottuina siten, että pari kertoo ohjeita ”sokealle”.

PISTE 3

Lapset tekevät tasapainokävelyä pitkää voimistelupenkkiä pitkin, joka on käännetty nurin päin. Lapset palaavat takaisin penkin toiseen päähän konkaten.

Välineet:

Hernepusi pään päälle.

Vanne (pyöritys esim. lantiolla, kädessä sivulla, edessä ja ylhäällä).



Tasapainoilu korkein varpain, karhunkävellen tai esim. askel+ toinen jalka hetkeksi ylös kukko-asentoon, sivulle tähtiasentoon tai taakse lentokoneasentoon.

PISTE 4

Lapset heittävät erikokoisia ja -painoisia palloja ämpäreihin. Ämpäreitä voi olla sekä kaukana että lähellä. Lapset heittävät palloja niin kauan kun musiikki lakkaa tai ohjaaja antaa äänimerkin.



Välineet:
Pallo
Hernepussi
Vanne
Keilat
Ämpäri

Heitot voi heittää esim. ylä- ja alakautta, jalkojen välistä tai pompun kautta ämpäriin.

Palloilla voi myös kaataa keiloja.

Hernepussi heitetään lattialle asetetun vanteen sisään, vanteet voivat olla erikokoisia.

PISTE 5

Lapset tekevät penkkihyppelyitä niin, että kädet ovat kiinni penkissä ja jalkoja heitellään penkin molemmille puolille. Jokaisen hypyn jälkeen liikutaan hiukan eteenpäin. Kun lapsi on hyppinyt penkin päähän, palaa hän takaisin penkin toiseen päähän tehden matolla kuperkeikkoja (pienen pallon voi asettaa jalkojen ja vatsan väliin, jotta selkä pysyy pyöreänä). Tätä tehdään niin kauan, että musiikki loppuu tai ohjaaja antaa äänimerkin.

Penkkihyppelyn voi tehdä esim. tasahyppyin, varshyppyin tai tasahyppyjä sivuttain niin, että hypätään ensin penkille ja sitten penkiltä alas.

Matolla voi tehdä mm. tukkipyörintää (esim. pallo käsien välissä) ja kippurassa pyörintää. → Vaikeutta lisää: tehdään kuperkeikka + hyppy ylös (esim. jännehyppy tai x-hyppy) ja oman nimen huudahdus.

Välineet:
Matto
Voimistelupenkki
Pallo



HUOM! Kuvien käyttö motorisissa radoissa selkeyttää liikkeitä, ja jokaisessa pisteessä olisikin hyvä olla ainakin yksi kuva osoittamassa, mitä pisteellä on tarkoitus tehdä.

Motorisia ratoja voi toteuttaa myös päiväkodin arkitilanteissa, esimerkiksi aamupiiristä siirtyminen esim. köyttä pitkin kävellen pukemaan. Lattiaan voi esimerkiksi teipata jalkojen ja käsien kuvia, joiden mukaan tulee liikkua esimerkiksi vessasta päiväunille.

Loppuleikkejä

Loruleikkejä

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä), vuorovaikutustaitoja

Psyykkisiä valmiuksia: kehotietoisuutta, muistia, keskittymistä

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (liikkuvuutta, ketteryyttä)

Jäynäjippo

Ohjaaja näyttää liikkeitä ja lausuu lorua yhdessä lasten kanssa:

Vitsi vatsassa valitti (selin makuulla oman vatsan kutituksia), *kuje kutreja kutitti* (päänahan hierontaa), *jekku jalvoja jomotti* (nilkkojen ojennuksia ja koukistuksia). *Hupi hieroi hartioita* (hartioiden pyöryksiä). *Aina, kun joku jekuttaa* (jalat koukkuun edelleen selin makuulla), *jalkapohjia kutittaa* (jalkojen hakkaus lattiaan).

Liikkeitä voi muokata myös niin, että lapset ovat pareittain vastakkain ja tekevät vuorotellen toisilleen lorun liikkeitä.

Rentoutusharjoituksena voidaan olla pareittain, toinen lapsista saa maata lattialla koko lorun ajan narin tehdessä hänelle lorun liikkeitä

Tämä loruleikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: sääntöjen noudattamista, kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä)

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta, keskittymistä

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (nopeutta, ketteryyttä, reaktiokykyä)

Rattimatti Kujakatti

Rattimatit, kujakatit käsiin otti autonratit. Hurjasteli pitkin kujaa, ajoi ihan liian lujaa. Auto meni rikki, otsaan tuli tikki. Jatkoj matkaa jalan, teki juoksuvalan. Rattimatit aina, paitsi perjantaina juoksee kaikki matkat. Kujakatti hatkat ottaa ja juosten jahtaa rottaa.

Osalle lapsista otetaan vanne ratiksi. Toiset menevät lattialle kyykkyyntä rotiksi lorun ajaksi. Lapset, joilla on ratti, kulkevat ja kaahaavat ympäri salia ohjaajan lukiessa lorua. Ohjaaja sanoo kovalla äänellä "Auto meni rikki". Lapset kellahtavat selälleen ja sen jälkeen laittavat vanteet lattialle maakaamaan ja juoksu jatkuu vanteet kiertäen. Kun ohjaaja sanoo "juosten jahtaa rottaa", lapset lähtevät ottamaan juosten rottia kiinni. Kun kaikki rotat on saatu kiinni, vaihdetaan roolit ja aloitetaan leikki uudelleen.



Välineitä:

Vanne (ratiksi)

Pallo (voi myös käyttää rattina)

Lapset voivat keksiä liikku mistapoja.

Jos leikistä halutaan rauhallisempi, voi rotan kiinnioton muuttaa esim: "ja hiipien jahtaa rottaa", "kontaten jahtaa rottaa" jne.

Tämä leikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ymmärtämistä), parityöskentelyä, vuorovaikutustaitoja

Psyykkisiä valmiuksia: rytmitajua, rohkeutta, itsetuntoa, keskittymistä

Fyysisiä valmiuksia: motorisia taitoja (ketteryttä)

Hyppyvarpaan ojennus

"Hyppy, hyppy, tömistys. Hyppy, hyppy, römistys. Askel, askel, sipsutus. Askel, askel, tipsutus. Tytöt pojat yhdessä, kaikki käsi kädessä.

Hyppy, hyppy, tömistys. Hyppy, hyppy, römistys. Askel, askel, sipsutus. Askel, askel, tipsutus.

Sitten niiaus, kumarus, ja hyppyvarpaan ojennus!"

Lapset asettuvat pareittain vastakkain ja kulkevat lorun sanojen mukaan toisiaan kohti. Voi myös vaihdella tempoa, esim. Hyppy (hidas), hyppy (hidas), tömistys (nopea). Askel (hidas), askel (hidas), sipsutus (nopea). Kun lorussa ollaan kohdassa "Tytöt pojat.." ottavat lapset parin käsistä kiinni ja pyörähtää ympäri. Kolmannessa säkeistössä, kun alkaa uudelleen "Hyppy, hyppy, tömistys..", kulkevat lapset toisistaan poispäin lorun sanojen mukaan. Lopuksi käännetään paria kohden ja niiautaan, kumarretaan ja ojennetaan pitkäksi.

Välineitä:

Rummut (lyödään rytmia)

Vanne (hyppy lattialla olevien vanteiden sisään)



Leikki voidaan tehdä myös piirissä, jossa aluksi liikutaan keskustaa kohden, otetaan käsistä kiinni ja pyöritään, ja sitten liikutaan poispäin piiristä.

Huom! Vaikeutta saa lisää, jos liikkeen lisäksi esim. taputetaan käsiä samaan tahtiin kun liikutaan.

Rentoutusleikkejä

Tämä rentoutus kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta), ryhmätyöskentelytaitoja, vuorovaikutustaitoja

Psyykkisiä valmiuksia: rohkeutta, kehotietoisuutta, rytmitajua

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), motorisia taitoja (ketteryttä, voimaa)

Musikaaliset halaukset

Rauhallisen musiikin soidessa taustalla leikkijät liikkuvat mahdollisimman hiljaa ja äänettömästi ympäriinsä. Kun musiikki loppuu, kaksi leikkijää halaa toisiaan ja tervehtii toisiaan kuiskaten. Sitten musiikki alkaa soida ja leikkijät kulkevat taas ympäriinsä. Kun musiikki loppuu, kolme leikkijää halaa toisiaan. Leikin jatkuessa halaavat ryhmät kasvavat, ja lopussa kaikki halaavat toisiaan

Välineitä:

Huivit, joiden avulla lapset voivat eläytyä rauhalliseen musiikkiin ja esimerkiksi vaihtaa aina huivia kaverin kanssa, jota halaa musiikin pysähtyessä.

Musiikki: rauhallista musiikkia, esim:

Suojelusenkeli ja

Etkö ymmärrä ja **Pikku Lauri** (Puuhevo-
nen, PMMP 2007.)



Eri liikkumistapoja: esim. hiipien, römien, takaperin, varpailla ym.

Musiikin pysähtyessä voidaan myös tervehtii kätelemällä tai kuiskata jokin mukava asia kaverille halatessa.

Tämä rentoutusleikki kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kielellistä pätevyyttä (kuullun ja käsitteiden ymmärtäminen)

Psyykkisiä valmiuksia: tunteiden ilmaisua, rohkeutta, itsetuntoa, kekseliäisyyttä, luovuutta, keskittymistä

Fyysisiä valmiuksia: kehonhallintaa, motorisia taitoja (liikkuvuutta)

Jähmettyneet tunteet

Taustalle laitetaan soimaan rauhallista musiikkia ja leikkijät makaavat lattialla silmät kiinni ympäri huonetta. Kun musiikki pysähtyy ja leikin vetäjä sanoo jonkin tunnetilan, leikkijät esittävät mainitun tunnetilan kasvoillaan. Tunnetila voi olla esimerkiksi ilo, suru tai hämmästy. Kun musiikki alkaa taas soida, leikkijät jatkavat rentoutumista lattialla maaten.

Ennen leikin aloitusta ohjaaja käy lasten kanssa kuvia apuna käyttäen erilaisia tunnetiloja.

Ohjaaja voi sanoa myös ohjeita, esim. "laita toinen jalka koukkuun tai suorista molemmat kätesi".



Musiikki:

Hyvin hiljaa (Puuhevonon 2007, PMMP)

Neljä vuodenaikaa/kevät (Antonio Vivaldi)

Oboekonsertto d-molli Adagio (Antonio Marcello)

Tämä rentoutus kehittää:

Sosiaalisia taitoja: kärsivällisyyttä, kielellistä pätevyyttä (puheen sujuvuutta)

Psyykkisiä valmiuksia: keskittymistä, rauhoittumista, kuuntelua, rohkeutta

Fyysisiä valmiuksia: kielellistä pätevyyttä (äänenkäyttöä), lihasten rentoutumista, paikallaan olemista

Taikamatto

Lapset asettuvat makaamaan lattialle ympäri huonetta silmät kiinni. Rauhallisen musiikin soidessa ohjaajat kuljettavat jokaisen lapsen vuorollaan eri paikkaan salia kantaen käsistä ja jaloista samalla keinuttaen lasta. Lasta kuljettaessa kysytään häneltä kuiskaten: "Minne haluat taikamatolla matkustaa?" Lapsi saa vastata kuiskaten oman mielensä mukaan mihin sillä hetkellä haluaisi matkustaa. Ohjaaja vastaa lapselle: "Taikamatto vie sinut nyt" Kun kaikkia lapsia on kuljetettu, ohjaajat käyvät hipaisemassa lapsen kasvoja huivilla, jonka jälkeen lapsi saa hiipien poistua salista esimerkiksi ruokailemaan. Lapselle on hauskaa huomata noustessaan, että hän on aivan eri paikassa kuin rentoutuksen alussa.



Musiikki:

Pianokonsertto nro 21, C-duuri (W.A. Mozart)

"Air" (Johann Sebastian Bach)

Klarinettkonsertto A-duuri, Adagio (W.A. Mozart)

Ohjaajat voivat kuljettaa lapset myös esim. piiriin ja lasten noustessa istumaan yhtä aikaa voidaan vielä yhdessä miettiä, mikä kuvio on muodostunut ja lopettaa liikuntatuokio yhdessä.

Lopuksi

Oppaan työstäminen oli antoisa ja opettavainen prosessi. Huomasimme, että jokainen leikki on muunneltavissa, siten että leikkiä voi toteuttaa myös lapsen kanssa, jolla on kielellisiä erityisvaikeuksia. Mielikuvitus ja kekseliäisyys ovat leikkejä suunniteltaessa tärkeintä. Aina päiväkodeissa ei ole paljon aikaa suunnitella, joten toivomme, että oppaastamme olisikin hyötyä käytännössä kaikille niille, jotka ottavat sen käyttöön.

Haluamme kiittää kaikkia kyselyihin vastanneita varhaiskasvatusammattilaisia. Vastauksista saimme paljon hyvää materiaalia ammattilaisilta, jotka ovat työskennelleet erityisryhmissä. Heidän antama panostus oli korvaamatonta. Erityiskiitokset haluamme antaa Linnainmaan päiväkodin lastentarhanopettajille Tanja Saukkosaarelle, Airi Lehmoselle ja Leena Mäkiselle, jotka antoivat arvokkaita neuvoja ja mielipiteitä oppaan sisältöön. Heidän kannustava ja innostava asenne työtämme kohtaan loi meille tunteen, että työmme on tärkeä ja arvokas. Haluamme myös kiittää Linnainmaan päiväkodista Solina-tyttöä, joka kuvitti upeasti oppaamme kannen. Suuret kiitokset myös ohjaavalle opettajallemme Anssi-Pekka Uddille kannustavista ja rakentavista palautteista ja neuvoista koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Toivomme, että opas otetaan käyttöön mahdollisimman monessa päiväkodissa, ja siitä on sen käyttäjille hyötyä.

Mistä on tytöt tehty?
Mistä on pojat tehty?
Mistä on kasvavat lapset tehty?

Leikistä ja naurusta,
iloisesta liikkeestä,
onnistumisen riemusta,
ja kavereista.

Vauhdista ja vapaudesta,
opista ja ohjeesta,

Liikkumisen ilosta on lapset
tehty!
(Pulli & Lamponen 2001, 5)

Lähteet

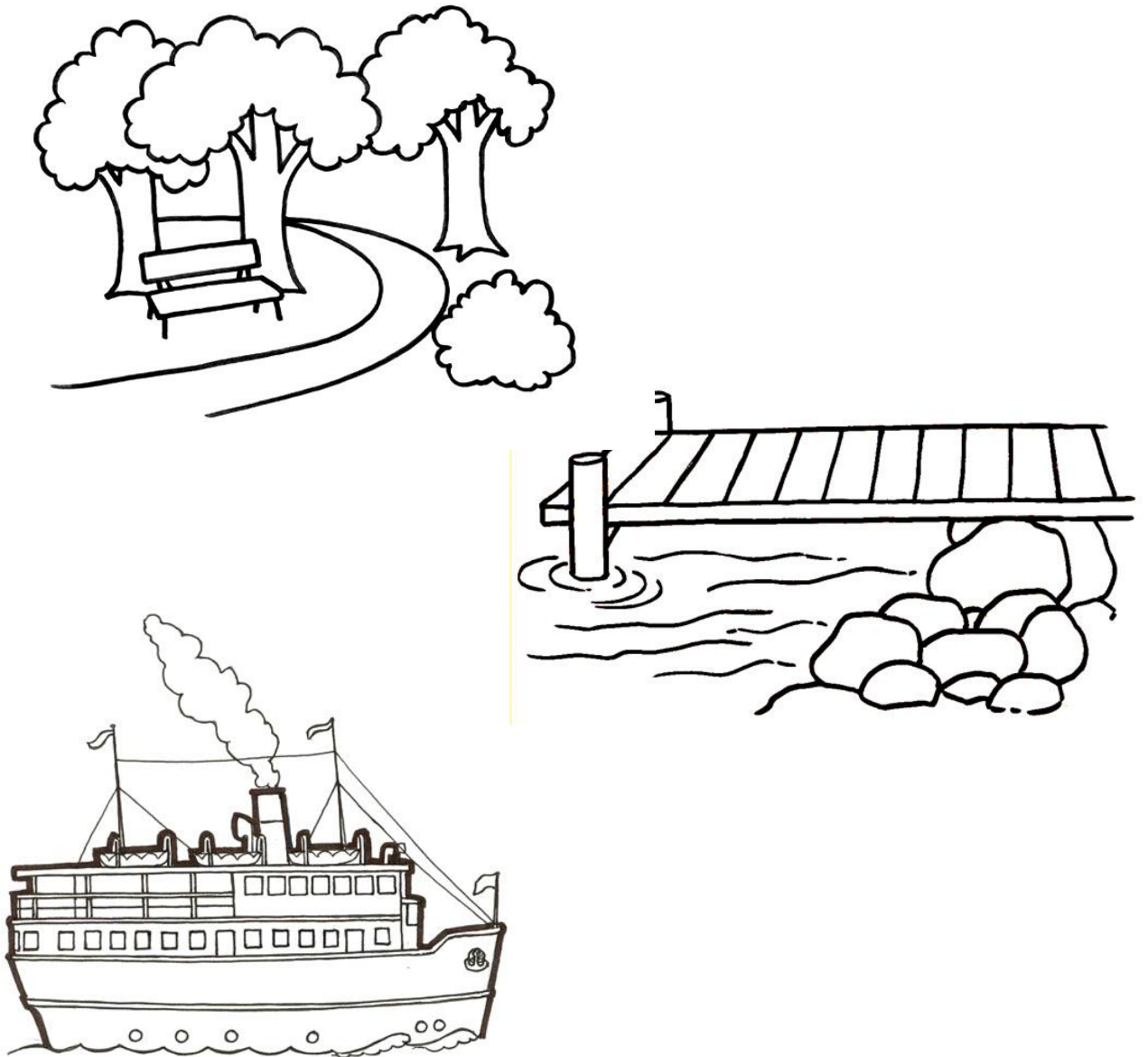
- Autio, T. 2007. Liiku ja leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Fränti, S. & Vilenius, P-L. 1989. Pelmuillen: 105 liikuntaleikkiä. Helsinki: Tehoprint Oy.
- Honkonen, L. & Karvonen, P. 1996. Halataan puuta. Luonto- ja liikuntaleikkejä. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Jyväskylän yliopisto. Koulutuksen tutkimuslaitos. 2004. Peda.net -kouluverkko. Kielellisiä harjoituksia. Luettu 25.5.2012. http://peda.net/veraaja/jyvaskyla/paivahoito/kehitys/tarinan_kertojat_-_projekti/kaytannon_harjoituksia/liikuntaleikkejä
- Järvinen, T. 2012. Lapset liikkumaan. Leikkejä, liikuntaa ja harjoituksia. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.
- Lakkasuo, T. Osteoporoosiliitto. Luustoisien perheen mökkireissu satujumppana. PDF-dokumentti. Luettu 25.5.2012. http://www.osteoporoosiliitto.fi/tiedoston_katsominen.php?dok_id=129
- Lamponen, P. & Pulli, E. 2001. Vau, mitkä välineet! Uusia leikkejä tutuilla liikuntavälineillä. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Mannerheimin lastensuojeluliitto. Leikkiasema: rauhoittavat leikit ja lopetusleikit. Luettu 29.5.2012. http://www.mll.fi/nuortennetti/tukarit/leikkiasema/rauhottavat_leikit_ja_lopetusle/
- Pulli, E. 2004. Loruloikkaa! Liikkumaan innostavia loruja. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.
- Pulli, E. 2006. Tempputornissa tapahtuu. Liikkumaan innostavia tarinoita ja toimintavinkkejä. Hämeenlinna: Karisto Oy kirjapaino.
- Rintala, P., Ahonen, T., Cantell, M. & Nissinen, A. 2005. Liiku ja opi. Liikunnasta apua oppimisvaikeuksiin. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Rooyackers, P. 1995. Kielileikkikirja. Helsinki: Painatuskeskus Oy.
- Siiskonen, T., Aro, T., Ahonen, T. & Ketonen, R. 2003. Joko se puhuu? Kielenkehityksen vaikeudet varhaislapsuudessa. Juva: PS-kustannus.
- Vanninen, E. Papunetin kuvapankki. Luettu 17.7.2012. www.papunet.net
- Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Liitteet

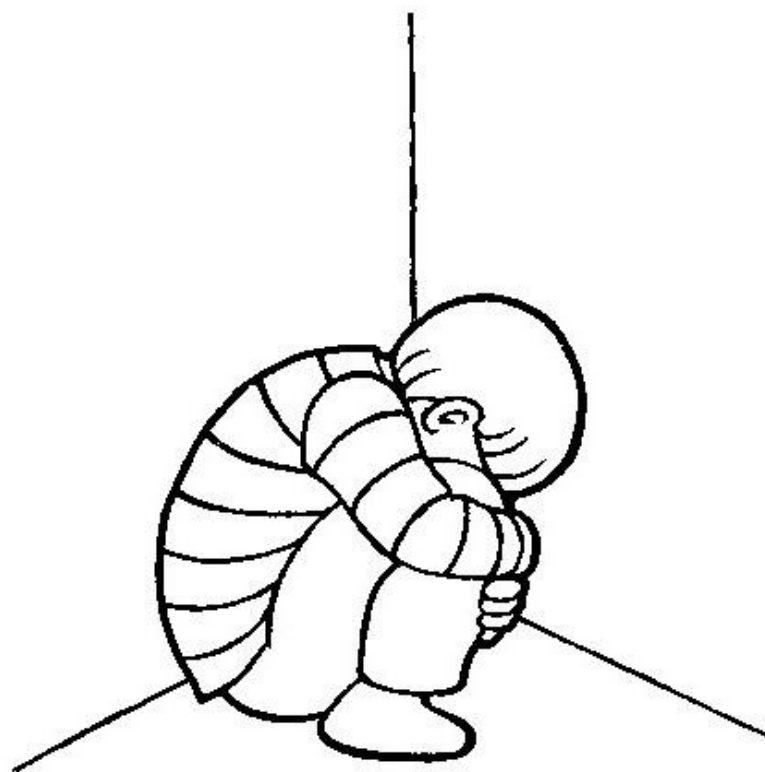
Tänne olemme keränneet esimerkki liikuntatuokion leikkeihin ja harjoitukseen sopivia kuvia. Kuvia voi soveltaa ja käyttää myös muissa liikuntaleikeissä ja harjoituksissa.

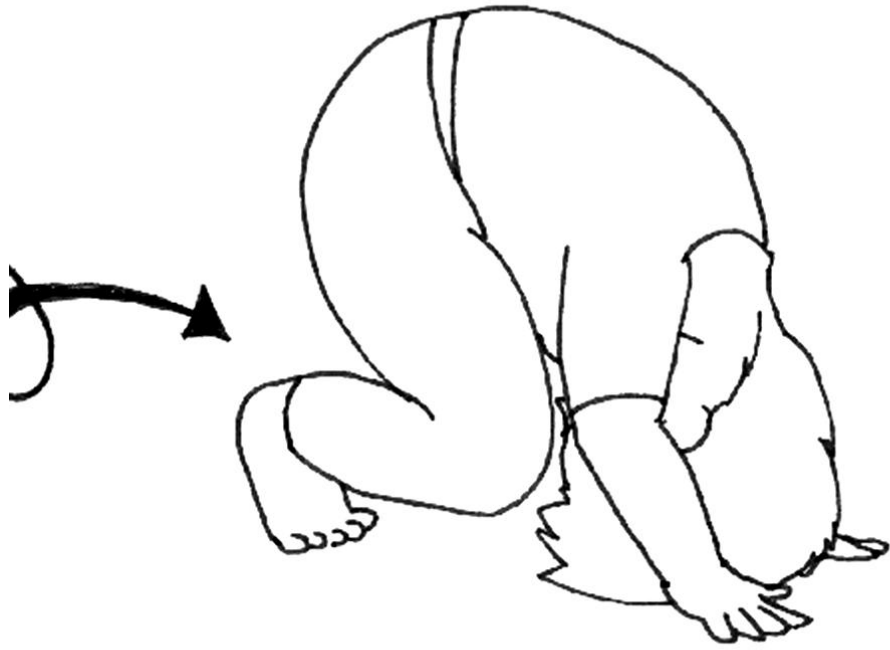
Kuvien lähteet: Papunetin kuvapankki, www.papunet.net, Elina Vanninen.

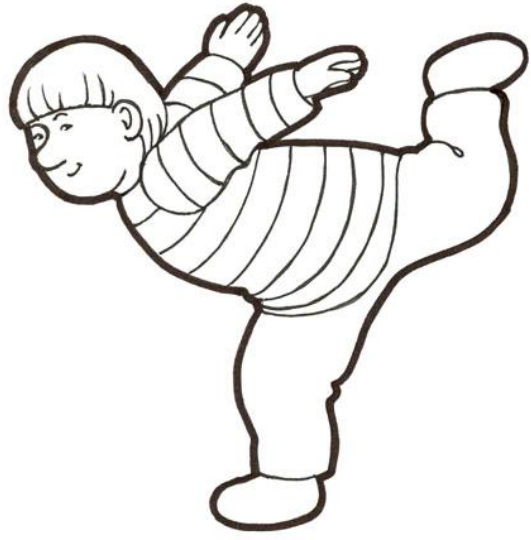
Kuvia Maa-meri-laiva -leikkiin:



Kuvia Lohikäärme Lompsis satujumppaan:











Kuvia Kuvanveistäjä loppuleikkiin:





