



Ulkoleikkiopas monipuolistamaan varhaiskasvatustoimintaa luonto- ja metsäympäristössä

Hanna Niemeläinen & Jenni Kosunen

2022 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Ulkoleikkiopas monipuolistamaan varhaiskasvatustoimintaa luonto- ja metsäympäristössä

Hanna Niemeläinen & Jenni Kosunen
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
Joulukuu 2022

Opinnäytetyö tehtiin kehittämistyönä yhteistyössä Pilke päiväkotia Pihlajan kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa ulkoleikkeihin painottuva leikkiopas yhteistyökumppanille. Opinnäytetyön tavoitteena oli ulkoleikkioppaan avulla lisätä, edistää ja kehittää varhaiskasvatuksen kasvattajien työtä 3-6-vuotiaiden lasten parissa luonto- ja metsäympäristössä. Monipuolisten ulkoleikkien avulla lisätään ja tuetaan lasten hyvinvointia, vuorovaikutusta, osallisuutta ja liikkumista.

Opinnäytetyön tietoperustassa käsiteltiin leikkiä, liikkumista sekä luonnon ja metsän merkitystä varhaiskasvatuksessa. Tietoperustassa perehdyttiin tarkemmin noin 3-6-vuotiaiden lasten leikin merkitykseen sekä luonnon ja metsän merkitykseen ja vaikutukseen terveyden edistämiseksi, motoriikan kehittämiseksi ja leikkien monipuolisena mahdollistajana.

Ulkoleikkioppaan kehittämisessä käytettiin apuna laadullisen tutkimuksen elementtejä. Tietoa kerättiin yhteistyössä käytyjen viestien ja teemahaastattelun avulla, kirjallisuuden sekä opinnäytetyön tekijöiden omien ideoiden ja työkokemuksen avulla. Ulkoleikkiopas sisältää lyhyen johdannon ja oppaan esittelyn sekä ohjattuja leikkejä ja toimintaa. Oppaan leikit on jaettu teemoittain selkiyttämään opasta ja helpottamaan sen käyttöä. Teemoina ovat hyvinvointi, ilmaisu, luovuus sekä vuorovaikutus ja osallisuus.

Tavoitteiden arvioinnin apuna ulkoleikkiopasta testattiin yhteistyökumppanin varhaiskasvattajien toimista päiväkodin toiminnassa. Ulkoleikkioppaasta saadun arvioinnin ja palautteen mukaan tavoitteet täyttyivät. Ulkoleikkiopas osoittautui toimivaksi ja hyödylliseksi toiminnassa.

Hanna Niemeläinen, Jenni Kosunen

An outdoor games guide to diversify early childhood education activities in nature and forest environments

Year	2022	Pages	60
------	------	-------	----

This thesis was made in collaboration with Pilke daycare Pihlaja as a development work. The purpose of the thesis was to create a guide for outdoor games for the thesis partner. The objective of the thesis was to use an outdoor games guide to increase, promote and develop the work of early childhood educators with 3-6-year-old children in nature and forest environments. Versatile outdoor games increase and support children's well-being, interaction, inclusion and exercise.

The theoretical basis of the thesis dealt with play, exercise, and the importance of nature and forest in early childhood education. In the theoretical basis this thesis takes a closer look at the importance of children's play for 3-6-year-old children and also the importance and impact of nature and forest in promoting health, developing motor skills and versatile opportunities for play.

Elements of qualitative research were used in the development of the guide. Information was collected through collaborative messages and theme interview, literature and the thesis authors' own ideas and work experiences. The outdoor games guide includes a short introduction and information of the guide and guided games and activities. The games in this guide are separated to themes to clarify the guide and to facilitate its use. The themes are well-being, expression, creativity and also interaction and inclusion.

To evaluate the objectives, the outdoor games guide was tested by the early childhood educators of the kindergarten. According to the evaluation and feedback the objectives were achieved. The outdoor games guide proved to be practical and useful in operation.

Keywords: early childhood education, guide, outdoor games, nature and forest environment

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja taustaa	7
3	Opinnäytetyön työelämäkumppani	7
4	Varhaiskasvatus.....	7
5	Leikin merkitys varhaiskasvatuksessa	10
5.1	Leikin merkitys lapsen hyvinvoinnin ja kehityksen tukena	10
5.2	Leikin merkitys lapsen vuorovaikutuksellisten taitojen oppimisessa	12
5.3	Lapsen osallisuuden edistäminen leikin avulla	12
6	Liikkuminen varhaiskasvatuksessa	14
7	Luonnon ja metsän merkitys varhaiskasvatuksessa	15
7.1	Luonnon ja metsän vaikutus terveyteen	16
7.2	Luonnon ja metsän vaikutus lapsen motoriikkaan	17
7.3	Luonnon ja metsän merkitys monipuolisten leikkien mahdollistajana	18
8	Opinnäytetyön kehittämistyön prosessi	19
8.1	Tavoitteen määrittely	20
8.2	Suunnittelu	20
8.3	Toteutus	21
8.3.1	Ulkoleikkioppaan kokoaminen	22
8.3.2	Teemahaastattelu	24
8.3.3	Ulkoleikkioppaan testaus päiväkodin toiminnassa	24
8.4	Arviointi ja päättäminen	25
8.4.1	Ulkoleikkioppaan arviointi- ja palautekysely	25
8.4.2	Tavoitteiden saavuttaminen ja kehittämistyön päättäminen	26
9	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus.....	28
10	Pohdinta	30
	Lähteet.....	33
	Liitteet	37

1 Johdanto

Leikki oli opinnäytetyömme keskiössä ja korostimme leikin tärkeyttä sekä vaikutusta lapsen hyvinvoinnin ja oppimisen mahdollistajana. Koivula & Laakso (2017, 98) ja Viljamaa & Yliherra (2020, 205) tuovat esille lapsuudessa leikin olevan tavallisesti sujuvaa ja luontaista sekä sitä kuvaillaan olotilaksi, joka on lapsuudessa vallitsevassa asemassa. Kehityksen ja kasvun osalta tarkasteltuna leikkiä pidetään toimintamuotona merkityksellisenä, koska leikki vaikuttaa lapsen kehitykseen monilla kehityksen eri osa-alueilla.

Opinnäytetyö tehtiin kehittämistyönä yhteistyössä Pilke päiväkotikielipihlajan kanssa. Opinnäytetyössä kehitettiin ulkoleikkeihin painottuva leikkiopas yhteistyökumppanille. Ulkoleikkioppaaseen suunniteltiin erilaisia ulkoleikkejä tukemaan varhaiskasvatuksen kasvattajien työtä 3-6-vuotiaiden lasten parissa luonto- ja metsäympäristössä. Ulkoleikkioppaan ulkoleikkien avulla lisätään ja tuetaan lasten hyvinvointia, vuorovaikutusta, osallisuutta ja liikkumista. Opinnäytetyön ulkoleikkioppaan avulla kasvattajat voivat lisätä myös lasten tietoisuutta ympäristöstä ja suomalaisesta monimuotoisesta luonnosta. Ulkoleikkioppaalla halutaan lisätä ja tukea myös lasten luontoyhteyttä ja ulkona leikkimistä varhaiskasvatuksessa kaikkina vuodenaikoina.

Opinnäytetyössä perehdyttiin leikin merkitykseen sekä erityisesti luontoon ja metsään oppimisympäristönä. Perehdyimme leikkeihin, jotka lisäsivät ja tukivat erityisesti lasten hyvinvointia, vuorovaikutusta sekä osallisuutta. Ulkoleikit olivat myös liikunnallisia ja ne lisäävät fyysistä aktiivisuutta ja tapahtuvat erilaisissa ryhmissä yhdessä toisten lasten kanssa. Leikit lisäävät ja tukevat lapsen kokonaisvaltaista oppimista, kehitystä ja hyvinvointia. Opinnäytetyön tietoperustassa käsiteltiin leikkiä ja kuinka se tukee lapsen hyvinvointia, kehitystä, vuorovaikutuksen oppimista sekä edistää osallisuutta. Tietoperustassa käsiteltiin myös lasten liikkumista sekä luonnon ja metsän merkitystä varhaiskasvatuksen oppimisympäristönä.

Opinnäytetyö oli aiheena ajankohtainen, koska erilaisten oppimisympäristöjen ja ympäristökasvatuksen merkitystä ja tärkeyttä painotetaan varhaiskasvatuksen toiminnassa. Opetushallituksen mukaan lasten kanssa yhdessä rakennetaan ja suunnitellaan oppimisympäristöjä. Näiden tulee tukea lasten luonnollista oppimisen halua ja uteliaisuutta sekä ohjata tutkimiseen, fyysiseen aktiivisuuteen, leikkiin, taiteellisuuden kokemiseen sekä ilmaisuun. Lapsille täytyy mahdollistaa maailman tutkiminen koko keholla ja kaikilla aisteilla. Lapsille eri oppimisympäristöt tarjoavat vaihtoehdon mielenkiintoiseen, monipuoliseen ja vauhdikkaaseen tekemiseen, liikkumiseen, peleihin, leikkeihin sekä rauhaan lepoon ja oleiluun. Oppimisympäristöissä näkyvät myös lasten tekemät työt, ideat ja leikit. (Opetushallitus 2022, 34.)

2 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja taustaa

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa ulkoleikkeihin painottuva leikkiopas yhteistyökumppanillemme päiväkoti Pihlajalle. Opinnäytetyön tavoitteena oli ulkoleikkioppaan avulla lisätä, edistää ja kehittää varhaiskasvatuksen kasvattajien työtä 3-6-vuotiaiden lasten parissa luonto- ja metsäympäristössä. Monipuolisten ulkoleikkien avulla lisätään ja tuetaan lasten hyvinvointia, vuorovaikutusta, osallisuutta ja liikkumista.

Kehittämistyö sai alkunsa opinnäytetyön tekijöiden yhteisten varhaiskasvatuksen kiinnostusten kohteiden myötä. Opinnäytetyön suunnittelu aloitettiin keväällä 2022. Alkuvaiheessa lähdettiin jo hieman kartoittamaan mahdollisia yhteistyökumppaneita. Yhteistyökumppanin löydyttyä ja kiinnostuttua 3-6-vuotiaiden lasten leikkiopas aiheesta lähdettiin laittamaan opinnäytetyötä aluille toukokuussa.

3 Opinnäytetyön työelämäkumppani

Opinnäytetyön työelämäkumppani oli Pilke päiväkodit Oy luontopäiväkoti Pihlaja, joka sijaitsee Joensuussa. Päiväkoti aloitti toimintansa vuoden 2021 elokuussa. Päiväkoti korostaa toiminnassaan luonnonilmiöiden tutkimista ja päiväkodissa myös vietetään aikaa paljon ulkoillen eri säällä. Päiväkodissa tulee esille hyvin lapsilähtöisyys ja luonnon monipuolinen huomiointi. Päiväkodissa on kuusi ryhmää, jotka jakautuvat ikäryhmiin 0-3-vuotiaat ja 3-5-vuotiaat sekä 5-6-vuotiaat. (Pilke 2022a.)

Pilkkeellä on yli 180 yksityistä päiväkotia ja esikoulua eri puolilla Suomea. Pilke päiväkodit noudattavat toiminnassaan suomalaista varhaiskasvatustalakeja ja valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma on toimintaa ohjaavana suunnitelmana. Pilke-päiväkodeissa lapsilla on mahdollisuus kysellä, oppia ja ihmetellä asioita. Päiväkodeissa huomioidaan luotettavan ja turvallisen aikuisen seurassa myös lapsen kasvu ja leikki. (Pilke 2022b.)

4 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatus tarkoittaa suunnitelmallista ja tavoitteellista hoidosta, kasvatuksesta ja opetuksesta muodostuvaa kokonaisuutta, jossa pedagogiikka erityisesti painottuu. Suomalaisesta koulutusjärjestelmästä varhaiskasvatus on osa ja vaiheena tärkeä lapsen polulla kasvussa ja oppimisessa. Esiopetus on osa varhaiskasvatusta. Esiopetusta säätelee perusopetuslaki. Varhaiskasvatuksella on monia tehtäviä ja se on yhteiskunnallinen palvelu. Varhaiskasvatusta täytyy kunnan järjestämänä toteuttaa laajuudeltaan ja toimintamuodoiltaan kunnan tarvetta vastaavan mukaisesti. Varhaiskasvatuspalveluiden käyttäjien läheisyys ja aukioloajat tulee

huomioida varhaiskasvatusta järjestettäessä. Huoltajalla on oikeus päättää siitä, että osallistuuko lapsi varhaiskasvatukseen. Varhaiskasvatusta on mahdollista järjestää varhaiskasvatustalakeja noudattaen avoimena varhaiskasvatuksena, perhepäivähoitona tai päiväkotitoimintana. Lapsi, joka on esiopetuksessa, on oikeutettu osallistumismahdollisuudella varhaiskasvatukseen. Kunnalla on mahdollisuus järjestää itse varhaiskasvatusta ja vaihtoehtoisesti hankkia yksityiseltä tai julkiselta palveluiden tuottajalta varhaiskasvatustalakeja. Varhaiskasvatuksen järjestämiseen liittyen on velvoitteita, joita pidetään ohjaavina ja ne pohjautuvat varhaiskasvatustalakiin, Suomen perustuslakiin ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin sekä valtioneuvoston asetukseen, joka on varhaiskasvatuksesta annettu. On myös muita varhaiskasvatukseen sovellettavia lakeja kuten hallintolaki sekä laki, jossa säädetään julkisuudesta viranomaisen toiminnassa. Huomioitavia asioita järjestettäessä varhaiskasvatusta ovat velvoitteet sekä kansainväliset sopimukset, joissa Suomi on mukana sitoutuneesti. Varhaiskasvatussuunnitelmakokonaisuuteen kuuluvat valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat ja lasten varhaiskasvatussuunnitelmat. (Opetushallitus 2022, 7-8, 14-15.)

Varhaiskasvatustalakeissa (540/2018) 1 luvun 3 §:ssä määritellään varhaiskasvatuksen tavoitteita. Tavoitteena on, että jokaisen lapsen kokonaisvaltainen kasvu, terveys ja kehitys sekä hyvinvointi otetaan huomioon sitä edistäen kehityksen ja iän mukaisella tavalla. Inklusiivisten periaatteiden mukaan tulee tukea lapsen elinikäisen oppimisen edistämistä ja sen edellytyksiä sekä tasa-arvoa huomioivan koulutuksellisuuden toteuttamista. Myönteisiä kokemuksia oppimisesta tulee mahdollistaa ja toiminnan tulee olla monipuolisella tavalla pedagogista liittyen lapsen liikkumiseen, leikkiin tai kulttuuriperintöön sekä taiteisiin. Varhaiskasvatuksen ympäristön tulee olla terveellinen, turvallinen sekä oppimista kehittävä ja edistävä. Toimintatapa varhaiskasvatuksessa tulee olla kunnioittavaa suhteessa lapseen ja vuorovaikutussuhteiden tulee olla pääsääntöisesti pysyviä suhteissa toisiin lapsiin ja henkilöstöön, joka työskentelee varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen tulee mahdollistaa jokaiselle lapselle yhdenvertaisella tavalla mahdollisuudet varhaiskasvatukseen ja tasa-arvoon sukupuolten välillä sekä yhdenvertaisuutta tulee edistää. Lapsille tulee antaa valmiudet kunnioitukseen liittyen yleiseen kulttuuriperinteeseen, kielelliseen, uskonnolliseen, kulttuuriseen sekä katsomukselliseen taustaan liittyen huomioiden myös ymmärrys asioista. Monialaisessa yhteistyössä tulee tarpeen tullen järjestää tukea tarkoituksenmukaisella tavalla, kun on tunnistettu lapsen kohdalla yksilöllisesti tarve tukeen. Vuorovaikutus- ja yhteistyötaidot ovat kehitettäviä asioita liittyen lapsen varhaiskasvatukseen. Vertaisryhmissä tulee lapsen toimimista edistää. Lasta tulee opastaa myös kestävään ja vastuulliseen toimimiseen eettisellä tavalla huomioiden myös kunnioitus muita ihmisiä kohtaan sekä ohjata jäsenyyteen yhteiskunnassa. On huolehdittava, että lasta itseään koskevat asiat ovat lapsen osallistumisen ja vaikutusmahdollisuuden piirissä. Lapsen kasvatustyössä varhaiskasvatustalakeissa tavoitteena on toimia lapsen huoltajien ja lapsen kanssa yhdessä sen parhaaksi, että lapsen kehitys on tasapainoista ja lapsen hyvinvointi olisi

kokonaisvaltaista. Mainitun lain tavoite on myös huoltajien tukeminen liittyen kasvatustyöhön.

Pedagogisen toiminnan perustana on ymmärrys lapsuuden merkityksestä ja tietämys lapsen kehityksestä, kasvusta sekä oppimisesta. Pedagogiikka on monitieteistä ja pohjautuu erityisesti varhaiskasvatus- ja kasvatustieteelliseen tietoon. Se on myös ammatillisesti johdettua ja suunnitelmallista sekä tavoitteellista ammattihenkilöstön toteuttamaa toimintaa lasten oppimisen ja hyvinvoinnin toteutumiseksi. Varhaiskasvatuksessa pedagogiikka näkyy oppimisympäristöissä, toimintakulttuurissa sekä kokonaisuutena hoidossa, kasvatuksessa ja opetuksessa. Varhaiskasvatuksen kokonaisuudessa pedagogisen painottumisen lähtökohtana on pedagoginen asiantuntemus ja henkilöstön yhteinen ymmärrys siitä, miten voidaan edistää parhaalla tavalla lasten hyvinvointia ja oppimista. Kokonaisvaltaisuus kuvaa varhaiskasvatuksen pedagogiikkaa, sen toimintaa ja toteuttamista. Tavoite on lasten hyvinvoinnin, laaja-alaista osaamisen sekä oppimisen edistäminen. Pedagoginen toiminta tapahtuu yhteisessä toiminnassa ja vuorovaikutuksessa henkilöstön ja lasten välillä. Toimintaa täydentävät lasten ja henkilöstön yhteiset ideat, lasten omaehtoisuus sekä henkilöstön suunnitelmat. (Opetushallitus 2022, 19,22,38.)

Pohjan luominen laaja-alaista osaamista varten tapahtuu varhaiskasvatuksessa. Osaaminen laaja-alaisesti koostuu kokonaisuudesta, johon kuuluvat asenteet ja tahto, arvot, tiedot ja taidot. Lasten asenteet ja omaksutut arvot sekä tahto toimia ovat vaikuttavina tekijöinä taitojen ja tiedon käyttämisessä. Ympäröivä maailma ja siinä tapahtuvat muutokset ovat määrittämässä laaja-alaiseksi luokitellun osaamisen tarvetta. Nykyhetki ja tulevaisuus vaativat tiedon- ja taidonalojen yhdistävää sekä ylittävää osaamista liittyen kansalaisena toimimiseen, ihmisenä kasvamiseen ja opiskeluun sekä työn tekemiseen. Kun tapahtuu kehittymistä laaja-alaisen osaamisen osalta, vahvistuvat lasten kasvu yhteisön jäsenenä ja yksilönä. Laaja-alaisen osaamisen alueisiin kuuluu kuusi keskenään kytköksissä olevaa osa-aluetta, joihin lukeutuu osallistumista ja vaikuttamista, monilukutaitoa, digitaalista osaamista, arjen- ja itsestä huolehtimisen taitoja, vuorovaikutusta, kulttuurista osaamista ja ilmaisun taitoja, oppimista ja ajattelua. Keskeisiä sisältöjä ja tavoitteita varhaiskasvatuksen toiminnassa pedagogisesti kuvastavat myös oppimisen alueet. Oppimisen alueet näyttävät suuntaa, kun suunnitellaan tai toteutetaan pedagogista toimintaa lasten kanssa. Lasten oikeuksiin kuuluu saada eri oppimisen alueista kokemuksia monipuolisesti. Oppimisen alueita yhdistellään aihepiireittäin ja niitä sovelletaan huomioiden lasten osaaminen ja kiinnostuksen kohteet, jolloin saadaan aikaan laaja-alaisella tavalla ilmiöiden ja asioiden tutkimista sekä tarkastelua. (Opetushallitus 2022, 23-24, 42.)

5 Leikin merkitys varhaiskasvatuksessa

Tietynlaista määritystä leikille ei voi antaa ja todeta, että se olisi ainoa oikea. Lapselle leikki kuvastuu nykyhetken elämästä. (Helenius & Lumme 2013, 14.) Eri leikit saavat myönteisen tunneilmapiirin ja ne lisäävät yhteisöllisyyttä, koska lapsien on mahdollista opetella sääntöjä yhteisössä myös kokeilun avulla. Ryhmässä leikkiminen muodostuu tärkeäksi ja se kehittää muiden ihmisten huomioimisen eri näkökulmista sekä se kehittää tunteiden säätelyä ja tahtoa. Työtapana leikki on keskeisintä varhaiskasvatusta tarkastellessa. (Niskanen & Kari 2021, 276.)

Leikin ja oppimisen välinen yhteys tulee selväksi silloin, kun lapsella on herännyt mielenkiinto leikkiin ja hänellä on myönteinen mielentila ja asenne. Leikkiä voidaan näin ollen sanoa mielentilaksi, joten oppimista tapahtuu. Vaikka kasvattajat tekevät suunniteltuja tavoitteita ja luovat toiminnan sisältöjä, niin tärkeämmäksi asiaksi lapsen kannalta katsottuna nousevat osallisuus ja yhteisleikkeihin mukaan pääseminen. (Järvinen & Mikkola 2015, 48-50.) Leikkiä ei voida pitää vain lapsille tarkoitettuna maailmana vaan kasvattajan osallistumisen kautta kasvattajan olisi hyvä opetella leikin ymmärtämistä ja tämän kautta kasvattajalle avautuu paras mahdollinen tapa tukea lasten kehittymistä ja sosiaalisten suhteiden kehitystä (Koivula & Laakso 2017, 102). Hyödyksi ovat myös kasvattajien omat leikkitaidot ja ne myös edistävät yhteyttä lapsen ja aikuisen välillä, koska Jyrki Reunamon laatimassa tutkimuksessa nimeltään ”Orientaation lähteillä” on tullut esille ilmiö, että lapsille on ollut mieluisinta päivän aikana se, että aikuinen on ollut leikissä mukana. Kuitenkin yleisellä tasolla painotuksena on se, että lapselle löytyisi lapsiryhmästä kavereita leikkimään. Aikuinen voi ottaa myös jonkun roolin leikistä. (Järvinen & Mikkola 2015, 50.)

5.1 Leikin merkitys lapsen hyvinvoinnin ja kehityksen tukena

Varhaiskasvatuksessa pitää olla vallitsevana sellainen toimintakulttuuri, jonka avulla mahdollistuu lapsien rohkaistuminen suhteessa leikkiin, koska leikin merkitys on huomionarvoinen ja tärkeä osa, kun tarkastelussa on lapsen oppimista sekä hyvinvointia koskevat asiat. Henkilöstö voi aktiivisella osallistumisellaan leikkiin myös vaikuttaa ristiriitaisiin tilanteisiin ajoissa. Yhteys lasten ja henkilökunnan välillä tulee olla, että leikki on mahdollista kokea iloa tuovana ja yhteisöllisenä. Henkilöstön ammattitaitoon kuuluu lasten oppimiseen ja hyvinvointiin liittyvä kehittyminen erityylisten leikkien kautta, kuten spontaanit sekä luovat ilmaisut, vauhdikkaat liikuntapainotteiset ja myös keskittymistä vaativat tutkimusleikit. Erilaisia leikkejä voidaan saada rikkaammiksi yhteisten hassutteluiden, lorujen ja laulujen avulla sekä myös sanaleikit huomioiden. Lapsilähtöisyys leikkialoitteissa on huomioitava sekä lasten leikeille olisi annettava aikaa, tilaa ja rauhaa. (Opetushallitus 2022, 18, 25.)

Hyvinvoinnin edistämiseen, joka on varhaiskasvatuksessa arvostettavaa, lukeutuu yhtenä osana liikunta, joten lapsen kannalta on tärkeää, että varhaiskasvatuksessa toteutetaan

liikkuminen monipuolisesti mahdollistaen. Hyvinvoinnin edistämisen myötävaikuttamiseksi lapsille on oltava aikaa palautumiseen rauhoittuen ja leväten. Kun lasten välisiä vertaissuhteita ja yhteisöä ollaan tukemassa hyvinvointia edistävillä tavoilla, niin nämä ehkäisevät kiusaamista. Kiireettömyys ja päivässä tapahtuva selkeä rakenne, joka sallii joustamisen, on osa hyvinvointia. Myös terveyttä edistävän ja moninaisen ravinnon antaminen kuuluu hyvinvoinnin lisäämiseen. Viitekehys toiminnasta, joka on pedagoginen, on tavoitteellista kokonaisvaltaisesti ja se edistää laaja-alaisesti lasten hyvinvointia ja oppimista. (Opetushallitus 2022, 19-20, 23.) Tietoa liittyen lapsen sosioemotionaaliseen ja kognitiiviseen kehitykseen lisäten vielä motorinen ja kielellinen kehitys, antavat havainnointia sisältävät materiaalit, koskien lapsen ajankohtaista kehittymistä (Koivula & Laakso 2017, 102). Tämän taustana on Opetushallituksen (2022, 25) kirjoitus, että henkilöstön tulisi seuraila lasten leikkiä ja tehdä dokumentaatiota. Dokumentoinnin välityksellä henkilöstöllä on saavutettavissa tärkeää tietoa lasten kiinnostavista kohteista, ajattelusta, tunteista ja lapsen kokemusmaailmasta. Kerättyjä havaintoja voidaan käyttää suunnittelun perustana ja ohjatessa lapsia.

Eri ikäisten lasten leikin kehittymistä tarkastellessa voidaan ajatella kehittymistä kehityspsykologian kautta (Viljamaa & Yliherra 2020, 208). Kun lapsi on suunnilleen ½-3-vuotias, leikki tulee esille kehittyen toiminta- ja esineleikeissä. Lapsen iän ollessa 3 vuotta lapsen kiinnostuksen kohteina ovat rakenteluleikit. Roolileikkien sujuvuus alkaa 4-vuotiaasta eteenpäin ja lapsen tullessa 5-vuotiaaksi, alkavat tulla esiin sääntöleikit. Kaikissa ikävaiheissa tapahtuu lapsella leikkimistä, jotka edellyttävät fyysistä toimintaa. (Nurmi ym. 2014, 64-67.)

Piaget`n (1988;1999) esille tuomasta teoriasta nousee huomattavasti esille asioiden eteneminen liittyen kehitykseen tiettyä järjestystä noudattaen. Piaget`n lähestymistavassa kielen oppiminen tapahtuu, kun uusia käsitteitä opitaan ja ajatellaan. Piaget jakaa eri vaiheita ajatuksen kehitykseen liittyen sensomotoriseen, esioperationaaliseen, konkreettisten operaatioiden sekä myös formaalien operaatioiden vaiheeseen. Kun lapsi on iältään 0-2-vuotias, voidaan lapsen sanoa olevan sensomotorisessa vaiheessa. Tässä vaiheessa tutustuminen syy- ja seuraussuhteisiin, aikaan ja paikkaan sekä esineisiin ovat lapsella keskiössä. Lapsella esiintyy myös tarve toistaa asioita. Lapsi lisäksi oivaltaa pian esineiden olevan olemassa, vaikka juuri hän ei näkisi esineitä. Lapsen iän ollessa 2-6 vuotta hänen kausi elämässään on intuitiivista ja esikäsitteellistä aikaa sisältävää esioperationaalista kautta. Lapsen ollessa 2-4-vuotiaana ajattelun kehitysvaiheessa, jota kutsutaan esikäsitteelliseksi ajaksi, hän on minäkeskeinen ja lapselle saattaa olla vaikeaa toisen ihmisen asemaan asettuminen silloin, kun lapsi on selittämässä asioita. Lapsen tullessa suunnilleen 4-6-vuotiaaksi lapsen keskittyminen ei ole enää niin paljon itseensä keskittyvää ja aikasuhteiden hahmotus karttuu. Konkreettisten operaatioiden ja lisäksi formaalien operaatioiden vaiheet koskevat peruskouluikäisen lapsen vaiheita. (Viljamaa & Yliherra 2020, 208-209.) Iältään pienempien lasten rinnakkaisleikeissä on joskus monimutkaista ideoida juonta leikkiin tai yhteistä tavoitetta. Kun lapsi ollessaan yli 5-vuotias leikkii muiden lasten keskuudessa, leikkitaidot ovat kehittyneempiä verrattuna aikaisempiin

ikävuosiin. Mielikuvitus lapsella on moninaista ja lapsen taidot keskustella ja kehittää leikkiä ottaen huomioon myös vuorottelu ovat jo itsenäisempiä. (Järvinen & Mikkola 2015, 51.)

5.2 Leikin merkitys lapsen vuorovaikutuksellisten taitojen oppimisessa

Lapsella jo heti elämän ensimmäisillä hetkillä vuorovaikutustaidot alkavat muotoutua. Vauva syntymisensä jälkeen on yritteliäs vuorovaikutustilanteissa vallitsevan ympäristön kanssa ja myös aikuisen huolenpito lapselle on tärkeää. Tämän yhteyttä näin ollen voidaan ajatella välttämättömänä, että vuorovaikutustaidot voivat edistyä. Aikaisessa vaiheessa kehittyneet taidot ovat tulevaisuudessa tulevien taitojen, kuten puhutun kielen rakentumisen perustana. Merkityksellistä on, että lapsi pystyy seuraamaan toisten ihmisten reaktioita ja ilmaisemaan itseään. Vuorovaikutustaidot karttavat, mikäli lapsi myös toimii aktiivisesti ja lapselle voidaan antaa tilaisuuksia olla eri ihmisten seurassa. Aikuisen toiminnassa johdonmukaisuus auttaa lapsen luottamuksen karttumista ja edessä olevat tilanteet sujuvat sitten paremmin ja oppiminen tapahtuu. (Paavola-Ruotsalainen & Rantalainen 2020, 17; Launonen 2021.) Ilman kunollista vuorovaikutusta ei pedagogiikkaa ole, joten vuorovaikutus on pidettävä varhaiskasvatuksessa keskeisenä asiana (Kangas, Lastikka & Karlsson 2021, 80).

Leikki on osaltaan rikastuttamassa lapsen luovaa ajattelua sen avulla myös ongelmanratkaisutaidot pääsevät kehittymään. Sosiaaliset taidot, tahdon muodostuminen, moraalit, mielikuvitus ja emotionaalinen kehittyminen sekä persoonallisuuden rakentuminen kehittyvät. Leikin voidaan huomata olevan lapsen kehitystä tutkiessa fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen kokemuksen ja myös toimimisen tapa. Lapsen leikkiessä syventyneenä lapsi oppii toimimaan pitkäkestoisella tavalla ja oppii myös keskittymistä. Huomioitavan arvoista on myös tehdä mahdolliseksi leikki vuorovaikutuksessa toisten lasten kanssa, koska silloin itseilmaisuus kehittyy. (Järvinen & Mikkola 2015, 48; Koivula & Laakso 2017, 98.) Myös Vygotskin mukaisesti voidaan leikin todeta kehittyvän vuorovaikutuksessa ja vuorovaikutuksen kautta tulee esiin myös vastavuoroisuuden taidot sekä voidaan opetella aikuisen mallin avulla ja yhteistoiminnan välityksellä tapahtuvan hyvän mielen kokemuksia (Järvinen & Mikkola 2015, 51).

5.3 Lapsen osallisuuden edistäminen leikin avulla

Varhaiskasvatuksen toimintakulttuurissa, jota esitetään inklusiiviseksi, merkityksenä on edistää tasa-arvoa, yhdenvertaisuutta ja osallisuutta kaikessa toiminnassa. Huomioimista ja arvostamista vaatii tietoinen osallisuutta auttavien rakenteiden ja myös toimintatapojen kehittäminen. (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014; Opetushallitus 2022, 19.) Vuonna 1989 tehdystä yleis-sopimuksessa on määritelty myös osallisuus eräänä osana oikeuksien ryhmästä. Suomessa lapsella on oikeus osallisuuteen myös YK:n yleissopimuksen mukaan ja tämä koskee lapsen oikeuksia ja on myös luettava velvoittavaksi. (Pajulammi 2014, 164, 167; Järvinen & Mikkola 2015, 13.) Sopimuksesta ilmi välittyvät normit koskevat lapsen valinnan vapautta,

autonomiaa, identiteetin kehittymistä ja myös osallistumista päätöksentekoon (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 49).

Lapsuus ei ole tarkoituksenmukaisesti vaihe kohti aikuistumista. Lapsuutta pitää kohdella ainutlaatuisena vaiheena ja tämän aikana lapsella on mahdollista oman osallisuuden ja toimeliaisuuden avulla vaikutusmahdollisuus ympäristöönsä, missä hän elää muuttaen sitä erilaisissa kehitysvaiheissaan. Huomionarvoista on kiinnittää keskittyminen siihen, että millainen on itse lapsen oma tunne osallisuuden kokemisesta. (Järvinen & Mikkola 2015, 13.) Suunniteltaessa lapsen kohdistuvaa varhaiskasvatusta tai sitä toteutettaessa ja arvioidessa, täytyy ottaa selville lapsen mielipiteitä sekä toiveita huomioiden ja pitäen mielessä kuitenkin ikä- ja kehitystaso (Varhaiskasvatustalaki 540/2018). Lapsen ehdottamat ehdotukset liittyen toimintaan tulisi aikuisen henkilön ottaa vakavasti, että lapsella olisi tilaisuus myös olla osallinen. Tässä tapauksessa lapsi todennäköisesti säilyttää ilon oppia. (Marjanen, Marttila & Varsa 2013, 86-86.) Lyhyesti on mahdollista todeta varhaiskasvatuksen osallisuuden merkityksen olevan sellainen, että lapset pystyvät olemaan aktiivisesti toimijoina ja voivat kokea olevansa osa ryhmän jäsenyyttä. Osallisuus kuuluu osaksi demokratiakasvatusta. On tärkeää, että lapsi voi kokea olemalla omana itsenään olevansa hyväksytty ja ymmärretty. (Kataja & Opetushallitus 2022.) Osallisuutta voidaan esitellä moniulotteisena käsitteenä ja näin ollen tulkinta perustuu tulkitsijan omaan näkemykseen lapsuudesta ja lapsesta (Syrjämäki 2015, 23). Osallisuus liittyy myös valintojen tekemiseen ja siihen, että on mahdollistettu tila ajatella asioita. Ongelmien ratkaiseminen pystytään yhdistämään osallisuuteen huomioiden myös muiden ideat. (Kataja & Opetushallitus 2022.)

Ammattitaidon avulla voidaan vahvistaa osallisuutta. Vahvistamista tapahtuu myös pedagogisella osaamisella ja ohjaustaidoilla sekä taidolla olla tietoisuudessa lapsen tarpeista yksilöllisellä tavalla. Edellä mainitut asiat liitettyinä lapsen leikkeihin ja ajatuksiin, väliin jää yhteinen tila. Tällä tavalla vuorovaikutuksen avulla voidaan luoda yhteistä todellisuutta. Mielenkiinnon mukaiset asiat lapsen osalta ja niiden avaaminen ovat osana auttamassa osallisuuden oppimisessa. (Kataja & Opetushallitus 2022.) Aikuisen henkilön kuuluu sitoutua osallisuuden tukemiseen ja hänen tulisi kuulla lasta hänet huomaten. Tällä tavoin lapsi kokee, että hänet kohdataan. Lapsilta kuultu palaute on huomioitavaa, koska se luo suuntaviivoja kasvattajan suunnittelutyölle. Kasvattajan tulee havainnoiden tukea osallisuutta ja lapsia pitäisi rohkaista kertomaan ajatuksiaan, että lapsella voisi olla turvallinen tilanne kertoa niitä päiväkodin vuorovaikutusta vaativissa tilanteissa. (Mäkitalo ym. 2011, 85-86.) Sosiaalinen osattomuus eli yksinäisyys ja kuulumattomuus on ehkäistävässä. Osallisuuden vahvistaminen on merkityksellistä, kun tarkastellaan yksinäisyyden torjumista. Myös hyvinvointia sekä sosiaalista kasvua lasten osalta on mahdollista tukea laaja-alaisella tavalla sosiaalisen osallisuuden vahvistamisella. (Nivala 2021, 37.)

Osallisuuden toteutumisessa lapsilla leikin merkitystä voidaan pitää merkityksellisenä. Leikkien valintaa voidaan tukea käyttäen eri työvälineitä lasten valitessa leikkejä ja samalla lapsilla on mahdollisuus myös itse paremmin löytää sopiva leikki itselleen. Liian tiukkoja kriteereitä ei tulisi asetta lasten leikkien valinnassa, ettei se ole este lapsen omalle luovuudelle ja kehittyminen leikeissä ei loppuisi. Lasta ei tulisi velvoittaa leikkimään vain jollain tietyllä lellulla. (Heikka ym. 2014, 23-25.) Osallisuuden toteutumista pohdittaessa on mietittävä, että toiminta on suunniteltua. Päiväkoti tarjoaa erilaisia mahdollisuuksia tehdä rakennettuja mahdollisuuksia tai spontaaneja hetkiä osallisuuden tukemista varten arkisissa tilanteissa. Toiminta koostuu päiväkodeissa suunnitelmista, ideoista ja pidemmän ajan suunnitelmista ja niitä voidaan toteuttaa eri aikoina. Toimintaan liittyvään prosessiin liittyy suunnitelmien käytäntöön asettamista ja päätöksentekoa sekä arviointeja. (Turja 2020, 47-48.) Opinnäytetyömme ulkoleikkiopas on hyvä esimerkki käytännön työvälineestä kasvattajien työhön, jonka tarkoituksena on toimia innoittavana pohjana leikkeihin, mutta sitä voi soveltaa luovasti toteuttaen.

6 Liikkuminen varhaiskasvatuksessa

Tavoitteena varhaiskasvatuksella on innostaa lapsia kokemaan liikunnan iloa ja liikkumaan monipuolisesti. Kaikkina vuodenaikoina lapsia kannustetaan ulkoiluun ja liikunnallisiin leikkeihin. Lisäksi huolehditaan siitä, että ohjatun liikkumisen lisäksi lapsilla on omaehtoiseen liikuntaan niin sisällä että ulkona riittävästi mahdollisuuksia päivittäin. Liikuntakasvatus tulee olla lapsilähtöistä, monipuolista, tavoitteellista ja säännöllistä. Lapsen terveille hyvinvoinnille, kehitykselle, kasvulle sekä oppimiselle riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää. Fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan liikunnan tapoja, jotka ovat erilaisia ja kuormittavuudeltaan eritasoisia, kuten retkeilyä, ohjattua liikuntaa sekä leikkimistä ulkona ja sisällä. Liikkuminen ryhmässä kehittää lasten sosiaalisia taitoja, kuten itsesäätely- ja vuorovaikutustaitoja. Lapsen päivässä tulee fyysisen aktiivisuuden olla luonteva osa. Lapsia innostetaan liikkumaan myös yhteistyössä huoltajien kanssa vapaa-ajalla erilaisissa olosuhteissa ja erilaisissa tiloissa. Tehävänä varhaiskasvatuksella on kehittää lasten kehotuntemusta, hallintaa ja motorisia perustaitoja, kuten liikkumis- ja välineenkäsittelytaitoja sekä tasapainoa. Erilaisista materiaaleista valmistettuja välineitä, jotka innostavat liikkumaan sekä eri aisteja hyödynnetään liikkumisessa. Liikkuminen tulee lapsilla vaihdella luontevasti nopeudeltaan, intensiteetiltään ja kestoltaan. Liikkumisesta lasten tulee saada kokemuksia yksin, parin ja ryhmän kanssa. Lapset saavat varhaiskasvatuksessa kokemuksia erilaisista liikuntaleikeistä, kuten satu tai musiikkiliikunnasta sekä perinteisistä pihaleikeistä. Vuodenaikojä hyödynnetään niin, että lapset saavat mahdollisuuksia opetella tyyppillisiä tapoja ulkoilla eri vuodenaikoina. Lasten motoriselle oppimiselle ja kokonaisvaltaisalle kehitykselle ohjatulla ja säännöllisellä liikunnalla on tärkeä merkitys. (Opetushallitus 2022, 50.)

Ensimmäisen vuosikolmanneksen kohdalla kehittyvät lapselle kokonaismotoriikkaan liittyvät liikkeet ja myös tarttumisen toiminnot. Tullessaan toiselle vuosikolmannekselle lapsi alkaa harjoittelemaan esimerkiksi ryömimisen ja konttaamisen sekä istumisen taitoja. Lopulta viimeisen vuosikolmanneksen saavuttua lapsi onnistuu käyttämään käsiään hyödyntäen peukaloa ja ottaa kiinni esineistä. Hyvin mahdollista on, että lapsella on jo taito seisoa tai kokeilla askeleita ja lähestyessään yhden vuoden ikää lapsi mahdollisesti kävelee jo sujuvammin. (Nurmi ym. 2014, 29.) Lapsi, jonka ikä on 3-6 vuoden välillä kehitty motorisesti nopealla tahdilla. Tasapainoilu on sujuvampaa ja juokseminen onnistuu helposti monien muiden taitojen kehityksen ohella. Lapsen pallon hallintataidot kehittyvät ja lapsi onnistuu heittämään pallon eri tavalla ja myös hahmottumistaito on lisääntynyt. Toistoja tarvitaan vielä kuitenkin paljon. (Koivula & Laakso 2017, 104.) Liikuntaa lapsien kohdalla tulee olla päivässä ainakin kolme tuntia monipuolisesti sitä toteuttaen. Liikunnan kuormittavuuden tasot tulisivat vaihdella. Suomessa vaihtelevat vuodenaajat antavat monenlaisia mahdollisuuksia liikkua. Tärkeää on liikuntaan ja toimintaan innostaminen. Hyvä olisi myös antaa tilaa rauhoittumiselle. (Tieteelliset perusteet varhaisvuosien...2016, 18; Koivula & Laakso 2017, 106.)

7 Luonnon ja metsän merkitys varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatuksen oppimisympäristöjä ovat myös luonto, pihat, leikkipuistot ja muut rakennetut ympäristöt. Ne tarjoavat monipuolisia mahdollisuuksia leikkiin ja tutkimiseen sekä kokemuksiin ja materiaaleihin. Näitä hyödynnetään luontoelämysten, liikunnan ja oppimisen paikkoina. (Opetushallitus 2022, 35.)

Ympäristökasvatuksessa on tavoitteena vahvistaa lasten suhdetta luontoon ja vastuullista toimimista ympäristössä sekä ohjata lapsia kestävää elämäntapaa kohti. Ympäristökasvatukseen sisältyy kolme ulottuvuutta: oppiminen ympäristöstä, oppiminen ympäristössä ja ympäristön puolesta toimiminen. Rakennettu ympäristö ja lähiluonto ovat oppimisympäristöjä sekä oppimisen kohteita. Tärkeä osa varhaiskasvatusta on rakennetussa ympäristössä sekä luonnossa retkeily ja ympäristön tutkiminen. Lapsi oppii myönteisten kokemusten kautta nauttimaan luonnosta ja lähiympäristöstä ja hänen suhteensa ympäristöön vahvistuu. Ilmiöitä luonnosta havainnoidaan eri vuodenaikoina ja eri aistein sekä niitä tutkitaan ja niistä keskustellaan. Ympäristöön liittyvien käsitteiden käyttöä opetellaan myös samalla. Luonnon tuntemusta vahvistaa eri eläin- ja kasvilajien tunnistamisen harjoittelu. Opetellaan lasten kanssa etsimään heitä kiinnostavista asioista tietoa. Luonto voi olla myös paikka rauhoittumiseen ja esteettiseen kokemiseen. Ohjataan lapsia kunnioittamaan luontoa sekä luonnon eläimiä ja kasveja. (Opetushallitus 2022, 49.)

Puut, kannot, kivet ja mutkaiset polut houkuttelevat luontaisesti lapsia aktiivisempaan ja monipuolisempaan liikuntaan, kuin mitä voi harrastaa sisätiloissa. Luonnossa voi roikkua,

hypellä, juosta ja kiipeillä. Ympäristön monimuotoisuus inspiroi vapaaseen ja mielikuvitukselliseen leikkiin. Suuri merkitys lapsen kehityksen kannalta on, että hän saa jo varhaisessa kehitysvaiheessa positiivisia luontokokemuksia. Motoriset taidot vahvistuvat luonnossa, ne auttavat lasta oppimaan, vahvistumaan ja ideoimaan. Lapsen psyykkiselle kehitykselle, itseilmäisyydelle ja itsetunnon vahvistumiselle liikkuminen on tärkeää. (Keisteri-Sipilä 2017, 14.)

7.1 Luonnon ja metsän vaikutus terveyteen

Luonnossa pääsee hyvin vahvistamaan tuki- ja liikuntaelimestön kuntoa, jonka perustan muodostavat lihasvoima- ja kestävyys sekä nopeus. Maaston ollessa epätasaista lisääntyy kestävyys, notkeus ja lihasvoima huomaamatta, koska kehon on reagoitava epäsäännöllisiin muotoihin maastossa. Säännöllinen liikunta vahvistaa luuston rakennetta, notkistaa niveliä ja auttaa saamaan kestävämmät, suuremmat ja vahvemmat lihakset. Liikehallinta vahvistuu monipuolisessa maastossa ja luonnossa kaikenikäisillä ihmisillä. Liikkuessa muualla kuin sileäpintaisella alustalla vahvistuvat koordinaatio, nopeus, ketteryys ja reaktiokyky. Useissa tutkimuksissa on osoitettu, että oleilu luontoympäristössä vähentää allergioita. Kontaktia luontoon lapsen on hyvä saada jo vauvaikäisenä, jotta vastustuskyky kohenee. Kontakti mullan, maan ja navetan kaltaisten ympäristöjen kanssa tekee hyvää ihmisen immuunipuolustukselle. Lapsi vahvistaa siis allergiaterveystään möyrien maassa. Liikkuminen luonnossa parantaa myös unta, koska säännöllinen liikunta kohentaa unen laatua ja lisää unen kestoa. Luonnossa liikkuminen saa aikaan monia positiivisia vaikutuksia. Stressihormonien taso esimerkiksi laskee, joka vaikuttaa positiivisesti ihmisen hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti. Myös verenpaine voi laskea, mieli virkistyä, väsymys vähentyä, itsetunto ja mieliala kohentua, yhteisöllisyys vahvistua, sosiaalinen hyvinvointi lisääntyä, luovuus, hyvänolon tunne ja onnellisuus lisääntyä sekä turhautuneisuus, alakuloisuus ja masennus vähentyä. Ihminen kokee liikkuessaan ja oleskellessaan luonnossa itsensä terveemmäksi ja psyykkisistä kriiseistä toipuu nopeammin. Ihmisiä kuormittaa huomaamatta jatkuvat ärsykkeet. Luonnolla on rauhoittava ja elvyttävä vaikutus ja luonto auttaa palautumaan jatkuvasta ärsyketulvasta ja kiireestä. (Keisteri-Sipilä 2017, 19-21, 24.)

Asuinympäristö, missä on enemmän pensaita, kukkia, kiviä, vettä ja puita sitä terveempiä ovat asukkaat. Asuinympäristön ollessa luonnonläheinen, on sen todettu vähentävän kuolleisuutta ja parantavan toimintakykyä. Positiivinen vaikutus näyttäisi olevan myös vihreällä asuinympäristöllä ihmisten vastustuskykyyn ja immuunipuolustusjärjestelmään. On todettu, että metsäympäristöllä on edistävä vaikutus sydän- ja verenkiertoelimestön terveyteen. Useissa tutkimuksissa on havaittu, että luonnossa oleskelu laskee verenpainetta, sykettä ja hengitystiheyttä kaupunkiympäristöön verrattuna. Luonnossa liikkumisen ja vihreän asuinympäristön on todettu vähentävän riskiä sairastua masennukseen, aikuisiän diabetekseen, lihavuuteen, verenpainetautiin sekä syöpään. Väsymyksestä palautumisessa metsän on todettu myös auttavan. Metsäympäristö, joka on tutumpi ja vähemmän ärsykeellinen, kuin esimerkiksi kaupunkiympäristö mahdollistaa aivojen ja aistien palautumisen. Elpymiseksi kutsutaan

myönteisiä luontokokemuksen psyykkisiä ja voimavaraistavia vaikutuksia. Elpymien voi koostua rentoutumisesta ja rauhoittumisesta, kiireen, pelon ja huolten helpottumisesta, palautumista tehtävistä, jotka vaativat tarkkaavaisuutta ja keskittymistä. Luonnon kauneudesta nauttimisen ja turvallisuuden, rentoutumisen sekä tuttuuden elementtejä on todettu liittyvän elvyttävään luontokokemukseen. Kun aistittavissa ei ole uhkia, käynnistyy elimistön huolto, palautuminen sekä parasympaattisen hermoston automaattinen toiminta. Mielihyvää tuottavien hormonien, kuten oksitosiinin ja serotoniinin on mitattu kehossa lisääntyvän ja stressihormonien adrenaliinin ja kortisolin vähenevän. Luonnon elvyttäviä vaikutuksia ei itse välttämättä tiedosta, vaan ne syntyvät osittain tahdosta riippumattomasti. Eli elpymistä tapahtuu luontoympäristössä, vaikka ei kokisikaan itse olevansa ”luontoihminen” erityisesti. (Arvonen 2017, 18-19, 21-22.)

7.2 Luonnon ja metsän vaikutus lapsen motorikkaan

Lapsen normaalille kasvulle ja kehitykselle riittävä fyysinen aktiivisuus on edellytys. Tämä tukee yleisiä oppimisen edellytyksiä ja vaikuttaa myönteisesti lapsen tiedollisiin prosesseihin, muun muassa vireystilaan, muistamiseen ja tarkkaavaisuuteen. Liikkuminen luonnossa kehittää fyysistä toimintakykyä ja motorikkaa monipuolisesti: Se kehittää lapsen fyysisiä taitoja ja tasapainoa, kun lapsi pääsee kaikkina vuodenaikoina erilaisissa luontoympäristöissä liikkumaan ja leikkimään. (Keisteri-Sipilä 2017, 19.)

Lapsen ollessa alle kouluikäinen motorikan ja hienomotorikan kehittymisen perustana ovat lapsilähtöisyys, mahdollisuus kokeilemiseen ja toiminnallisuus. Lapsen kokeileminen, liikkuminen ja toiminta vaativat vapautta sekä aikaa. Henkilöstön tehtävänä lasta tukeessa on rohkaista lasta yrittämään ja kokeilemaan sekä epäonnistumisissa yrittämään uudelleen. Erilaisissa luontokohteissa ja erityisesti metsässä, missä maasto on epätasainen ja haastaa lasta esimerkiksi kiipeilyyn, varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset toteutuvat huomaamatta. Kun lapselle annetaan mahdollisuus liikkua, hän liikkuu hengästyen. Lapsella on mahdollisuus ja tilaa luonnossa harjoitella motorisia taitoja ilman erillisiä toimintaratoja, eikä lapsen liikkumista tarvitse rauhoittaa ahtaan tilan takia tai kieltää juoksemasta. Pelkästään jo päiväkodin piha saa aikaan lapsessa motorista kokeilunhalua ja erilaista toiminnallisuutta kuin sisälläolo. Lapsen motoriset taidot luonto haastaa erityisesti silloin, kun luonnossa liikkumisen mahdollisuutta ei ole ollut heti, kun lapsi oppii kävelemään. Motorikka on erityisen nopeasti kehittyvässä vaiheessa alle kouluikäisenä. Esimerkiksi lapsi, jolle liikkuminen metsässä aluksi on haasteellista, saavuttaa hän nopeasti ilman erityistä lisäharjoittelua ketterästi liikkuvan ikätoverinsa taitotason. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 91-92.)

Motorikka kehittyy lapsella karkeamotoriikasta hienomotorikkaan ja kefalokaudaalisesti, päästä jalkoihin ja proksimodistaalisesti, kehon keskustasta ääresosiin. Merkittävää motoristen taitojen kehittymiselle on myös se, miten aistimaailmamme tukee motorikan

kehittymistä. Oppimiselle, tiedonsaannille ja vuorovaikutukselle aistitoimintojen katsotaankin olevan välttämättömiä. Aistitoimintoja voimme käyttää monipuolisesti eri ympäristöissä. Lapsen kaikki aistit ovat luonnossa auki. Tuntoaisti on myös läsnä kasvojen tunnistaessa eri säätiloja ja oksien hipaisuissa. Sisätiloissa ei näitä sensorisia toimintoja voi taata, jolloin heikommalle jää osa aistitoiminnoista ja motoriikan kehityksestä. Hienomotoriset taidot alkavat kehittymään jo varhain karkeamotoriikan kehitymisellä. Hienomotoriikka kehittyy pienellä lapsella erilaisissa ympäristöissä harjoiteltaessa pinsettioitetta, lapsen poimiessa marjoja, kiviä sekä joskus roskiakin. Lapsi kiinnostuu myöhemmin rakentelusta ja majojen rakentelu metsässä on esimerkiksi hienomotoristen taitojen parasta harjoittelua. Sosiaaliset taidot, luovuus, ongelman ratkaisukyvyt ja matemaattiset taidot kehittyvät samalla. Hienomotoriikan kehitymiselle on annettava tilaa kehittyä. Rakentaminen, veistäminen ja oikeiden työkalujen parissa toimiminen ovat myös hienomotoriikan taitoja. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 92-93.)

7.3 Luonnon ja metsän merkitys monipuolisten leikkien mahdollistajana

Lapselle leikki on tärkeää. Luonnossa leikkiminen on jännä tapa tutustua luontoon. Leikin avulla lapset oppivat huomaamattaan uusia taitoja, kehittävät ongelmanratkaisukykyä ja saavat luovuuden kukoistamaan. Lapsen usko itseensä ja itseluottamus vahvistuvat sekä sääntöjen sisäistäminen ja sosiaaliset taidot kehittyvät leikkien ansiosta. Myös mahdolliset ristiriitatilanteet, joita voi tulla leikkien tiimellyksessä kehittävät lapsen yhteistyötaitoja. Usein aikuisen tuki on tärkeää opeteltaessa sääntöjä ja leikkejä. (Keisteri-Sipilä 2017, 55.)

Luonnossa leikki-ikäiset ovat elementissään ja he ovat niin kuin pieniä eläimiä, kaikesta mahdollisesta innoissaan. Metsään mentäessä on hyvä sopia yhteiset pelisäännöt ja käydä lasten kanssa asetetut rajat läpi. Leikki-ikässä lapsi luontaisesti haluaa tutkia ympäristöä, hyppiä, seikkailla, kiivetä ja pomppia kaikkialla. Lapset nauttivat vapaasta liikkumisesta. Polut innostavat lapsia juoksemaan lujaa ja kiirehtimään katsomaan mitä seuraavan kukkulan takaa löytyy. Mielikuvitusleikkien näyttämönä luonto on ympäristönä aivan uudenvuodenlainen. Mitä ihmeellisempiä mielikuvitusolentoja voi asua puun onkaloissa ja kivet voivat olla peikkoja. Äänimaailmat luonnossa inspiroivat lasten mielikuvitusta, huminat ja raksahdukset. Leikki-ikässä lapsi nauttii kuvitteluleikeistä ja roolileikeistä erityisesti. Lapsilla on usein tässä iässä vilkas mielikuvitus ja saattaa kertoa vilttejäkin tarinoita ja liioitella vähän. Lapsilla saattaa olla myös mielikuvitusystäviä. Luovissa leikeissä ei ole oikeaa eikä väärää tapaa leikkiä. Mielikuvitusleikeissä ei kilpailla, vaan hullutellaan ja irrotellaan. Lapsen sisäistä mielikuvitusmaailmaa rikastuttavat tällaiset leikit. Leikki-ikäiset lapset oppivat nopeasti ja taitavasti uusia taitoja. Lasten kanssa voi esimerkiksi kokeilla tasapainoilua, ötököiden etsintää, tarkkuusheittoa kävyillä sekä kuulostella linnunlaulua. Lapsi hallitsee leikki-ikässä jo liikkumistaan melko taitavasti. Lapsi osaa yhdistellä eri liikkeitä aiempaa paremmin ja liikkeet ovat sulavia. Lapsi nauttii taitojen kehittyessä kiipeilystä yhä enemmän ja liikkuminen on rohkeampaa ja ketterämpää. Luonto rauhoittaa myös kuin huomaamatta meitä kaikkia. Ympäristöä on hyvä pysähtyä

luontoretellä ihastelemaan. Kuuntelemaan metsän ääniä ja virtaavaa vettä, ihastella kukka-
niityn tuoksua tai seuraila ötökän elämää. (Keisteri- Sipilä 2017, 38-43.)

8 Opinnäytetyön kehittämistyön prosessi

Tässä kappaleessa käsittelemme opinnäytetyön kehittämistyön tuotosta eli ulkoleikkioppaan kehittämisprosessia. Kuvaamme ja avaamme prosessia ja sen tavoitteita, suunnittelua, käytettyjä menetelmiä, toteutusta sekä arviointia ja prosessin päättämistä. Ulkoleikkioppaan kehittämistyön prosessia voitiin kuvata lineaarisen mallin mukaisesti eteneväksi. Lineaarinen malli voidaan jaotella Toikon & Rantasen (2009,64) lähteen mukaisesti: tavoitteen määrittely, suunnittelu, toteutus sekä päättäminen ja arviointi. Lineaarisen mallin mukaisia vaiheita on avattu tämän luvun alaotsikoissa.

Ensisijaisena tavoitteena kehittämistoiminnalla on yleensä jonkin muuttaminen, konkreettisen toiminnan tai asiantilan. Kehittämistoiminta on kontekstisidonnaista toimintaa ajassa ja paikassa. Eli kehittämistoiminnalla on oma tehtävä tietyssä ympäristössä, joka on suunniteltu, rajattu, vaiheistettu sekä tulosten hyödynnettävissä. Kehittämistoiminnassa voi nähdä monia piirteitä innovatiivisuudesta oppimisen ja uudelleen tekemisen näkökulmasta. Tutkimuksellisia tiedonkeruumenetelmiä, kuten haastatteluja ja kyselyitä voi hyödyntää ja näin pyritään tuottamaan oleellista tietoa kehittämisen kannalta. (Salonen, Eloranta, Hautala & Kinos 2017, 34-35.) Opinnäytetyössämme käytimme tiedonkeruumenetelminä laadullisen tutkimuksen elementtejä, kuten keskustelemaa viestittelyä, teemahaastattelua sekä kyselyä.

Saimme laadullisen tutkimuksen menetelmiä käyttäen tarvittavaa tietoa opinnäytetyöhömmö sekä ulkoleikkioppaan tekoön ja arviointiin. Juutin ja Puusan (2020, luku johdanto) mukaan laadullinen tutkimus pyrkii tyypillisesti ymmärtämään tutkimuksessa tarkasteltavaa ilmiötä henkilöiden näkökulmasta, jotka ovat tutkimuksen kohteena. Tällä tarkoitetaan, että tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden ajatuksista, tunteista ja kokemuksista ollaan kiinnostuneita ja merkityksistä, joita ihmiset antavat tutkimuksen kohteena olevalle asialle. Erilaisia menetelmiä on kehitetty, joiden avulla tutkimuksen tekemistä pyritään helpottamaan. Laadullinen tutkimus on asetelmana joustava ja siksi myös tutkimuksessa on paljon päällekkäisyyttä eri vaiheiden välillä. Aineistojen hankinnassa käytetään tavanomaisesti yksilö- ja ryhmähaastatteluja, havainnointia ja dokumenttiaineistoja eri muodoissa. Näitä aineistonkeruumenetelmiä on myös tavanomaista yhdistellä toisiinsa. Laadullisella tutkimuksella ei pyritä löytämään luotettavasti tietoa siitä, kuinka usein tai missä määrin jokin ilmiö esiintyy, vaan pyrkimys on saada esiin erilaisia näkökulmia, joista voidaan tarkastella aihetta.

8.1 Tavoitteen määrittely

Opinnäytetyömme tavoite määräytyi ideastamme tehdä leikkiopas ja yhteistyökumppanin kanssa keskustellun tarpeen perusteella. Myös Toikko & Rantanen (2009, 64) sekä Virtanen (2000) tuovat esille tavoitteen määrittelystä sen, että määritettäessä tavoitetta tulee pyrkiä rajamaan ja selkeyttämään tavoitteita sekä joille tarpeen tullen voidaan pohtia myös alata-voitteita. Myöhempää työn rakentumista ajatellen tavoitemäärittelyä voidaan pitää työn perustana.

Yhteistyökumppanin toiveena oli, että leikkiopas olisi luonto- ja metsäpainotteinen sekä teemoina erityisesti huomioitaisiin hyvinvointi, vuorovaikutus sekä osallisuus. Yhteistyössä yhteistyökumppanin kanssa saimme kehittämistyölle rungon, jonka pohjalta syntyivät myös opinnäytetyön tavoitteet. Opinnäytetyön tavoitteeksi tuli lisätä, edistää ja kehittää varhaiskasvatuksen kasvattajien työtä 3-6-vuotiaiden lasten parissa luonto- ja metsäympäristössä. Ulkoleikkioppaan avulla varhaiskasvattajat voivat suunnitella, ideoida ja tuottaa toimintaa, joka tukee monipuolisesti lapsen kehitystä, oppimista ja hyvinvointia.

8.2 Suunnittelu

Tutkimme, että leikkioppaita oli tehty aiemminkin opinnäytetöinä. Tarkoituksenamme oli kuitenkin tehdä luonto- ja metsäaiheinen leikkiopas ulkokäyttöön, joten pyrimme tekemään oppaasta sellaisen, jota ei ole vielä tehty. Toikko & Rantanen (2009, 64) tuovat esille, että suunnitteluvaiheessa on tärkeää, että selvitetään henkilöt, jotka ovat osallisia tehtävän projektin toteuttamiseen. Esiselvityksen tekeminen auttaa kartoittamaan suunnitteilla olevan hankkeen edellytyksiä liittyen teknisiin tai taloudellisiin asioihin. Kartoitus auttaa myös varmistamaan, että tehtävän projektin lopputulos, joka on ennakoitu, tukisi myös yrityksen tavoitteita.

Yhteyshenkilölle teimme jo suunnitteluvaiheessa avoimen alkukartoituskyselyn sähköpostitse ja etsimme siten yhteisiä pääteemoja sekä aiheita tulevan leikkioppaan rakentamiseen. Alkukartoituksen avulla saatiin ideoita kartoittaen yhteistyökumppanin toiveita ja voitiin varmistaa leikkioppaan kehittämisen tarpeellisuus ja hyödyllisyys. Mieluisiksi teemoiksi nousivat alkukartoituksessa luonto- ja metsäpainotteisuus ja huomioiden erityisesti hyvinvointia, vuorovaikutusta, sekä osallisuutta. Toiveena oli myös rentoutumishetki. Yhteistyökumppani antoi pohdittavaksi asiaksi myös, kuinka huomioisimme leikkien hyödynnettävyyden eri vuodenaikoina. Yhteistyökumppani toivoi oppaan olevan myös niin selkeä, että myös sijaisuuksia tekevät työntekijät pystyisivät toteuttamaan leikkiä, vaikka eivät leikkiä tuntisikaan entuudestaan.

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa otettiin huomioon kohderyhmä ja ulkoleikkioppaan mahdollisesti toteutusvaiheeseen osallistuvat henkilöt päiväkodilta. Kohderyhmäksi muodostuivat

päiväkodin varhaiskasvattajat, jotka voivat ulkoleikkioppaan avulla monipuolistaa varhaiskasvatustoimintaa luonto- ja metsäympäristössä. Oppaan leikit ja toiminta suunniteltiin erityisesti noin 3-6-vuotiaiden lasten kanssa toimimiseen, koska ulkoleikkiopas tulisi sisältämään monipuolisesti esimerkiksi sääntö- ja yhteisleikkejä.

Suunnitteluvaiheessa suunniteltiin kehittämistyössä käytettäväksi laadullisen tutkimuksen menetelmiä ja valitsimme yhdeksi menetelmäksi teemahaastattelun, joka tulitisiin toteuttamaan sähköisessä muodossa Teams-alustalla. Teemahaastattelussa suunnitelmana oli, että yhteistyöhenkilölle esiteltäisiin ulkoleikkiopasta ja käytettäisiin ennalta laadittua kyselypohjaa. Suunnittelimme, että teemahaastattelu tulitisiin tekemään ulkoleikkioppaan ollessa lähes valmis, jotta pystyisimme kysymään lähes valmiin leikkioppaan sisältöön vielä tarkennuksia. Halusimme saada myös mielipiteitä oppaasta ja jatkotyöskentelystä. Saatujen tietojen tarkoituksena oli, että päästäisiin vielä tarkentamaan ulkoleikkioppaan sisältöä tarpeellisemmaksi ja käytännönläheisemmäksi. Teemahaastattelu valittiin menetelmäksi myös siksi, että se auttaisi hahmottamaan yhteistä päämäärää leikkioppaan sisällöstä ja sen toimivuudesta.

Suunnitteluvaiheessa suunnittelimme ja hahmottelimme jo hieman alkukartoituksesta saatujen tietojen pohjalta ulkoleikkioppaan tulevaa runkoa ja sisältöä Teams-asiakirjoihin. Teimme ulkoleikkioppaan aikatauluarviota kirjallisesti suunnitellen eri vaiheita. Kirjaaminen asiakirjapohjiin auttoi meitä myös viestinnän ja dokumentoinnin suunnittelussa, kuten milloin ja miten olisi tarpeellista ottaa yhteyttä opinnäytetyön yhteistyöhenkilöihin. Opinnäytetyön suunnitelma esitettiin esittelytilaisuudessa ja saimme palautetta kehittämisprosessista sekä ideoita ulkoleikkioppaan jatkojalostamista varten.

8.3 Toteutus

Toteutusvaiheessa alkukartoituksesta saatujen tietojen pohjalta pääsimme tekemään ulkoleikkiopasta, jossa otettiin huomioon yhteistyökumppanille sopivat leikkioppaan pääteemat. Suunnitelman mukainen prosessi tulee käytäntöön toteutusvaiheessa. Toteutusvaiheessa varmistetaan, että tulokset ovat sellaisia, että ne voidaan levittää tai hyödyntää. (Toikka & Rantanen 2009, 65.) Toteutusvaiheessa on tärkeää, että valinnat oppaan rakenteellisista, sisällöllisistä ja visuaalisesta ilmeestä sekä kielellisestä muodosta ovat perusteltavissa oppaan lukijalle (Kostamo, Airaksinen & Vilkkä 2022, 131).

Opinnäytetyön toteutusvaiheessa pidimme yhteyttä opinnäytetyöntekijöinä toisiimme suunnitellusti ja tiiviisti. Yhteydenpitoväylänä meillä toimi sähköinen Teams-alusta. Siellä viestitimme, pidimme palavereita ja jaoimme tiedostoja viikoittain. Yhteisissä palavereissa luonnostelimme, kirjasimme ja dokumentoimme tehtyä työtä sekä seuraavia päämääriä ja aikatauluja. Olimme myös yhteydessä yhteyshenkilöömme päiväkodilta sähköpostein, tekstiviestein, Teams-tapaamisella ja vierailun avulla. Koulun opinnäytetyömme ohjaajaan olimme yhteydessä sähköpostein ja muutaman Teams-ohjauksen verran.

8.3.1 Ulkoleikkioppaan kokoaminen

Lähdimme kartoittamaan ulkoleikkioppaan leikkejä yhteistyökumppanin toiveiden mukaisesti luonto- ja metsäpainotteiseksi sekä perehtyen erityisesti vuorovaikutuksellisiin, osallistaviin ja hyvinvointia tukeviin leikkeihin noin 3-6-vuotiaille lapsille. Koska kyseessä on leikkiopas-ulkokäyttöön luonto ja metsäympäristössä, on myös liikkuminen tärkeä osa opasta ja leikkejä ulkona. Lähdimme etsimään ja kartoittamaan leikkejä soveltuvasta kirjallisuudesta. Käytimme apuna internetin hakupalveluita sekä eri kirjastojen hakupalveluita. Kävimme läpi kirjallisuutta, erilaisia oppaita sekä aiheeseen liittyvää materiaalia. Keräsimme materiaalia ja leikkien aiheita myös omista ideoistamme ja kokemuksistamme. Kartoittamisen jälkeen aloimme keräämään, hahmottelemaan ja teemoittelemaan leikkejä ja leikki-ideoita ulkoleikkiopas-pohjalle. Ulkoleikkiopas tehtiin käyttäen Canva-suunnitteluohjelmaa.

Otimme ulkoleikkioppaassa huomioon, että opas lisäisi yhteisöllisyyttä osallistavien leikkien avulla sekä saisi aikaan myönteisen ilmapiirin. Myös ihmisten huomioiminen leikkiessä kehityy (Niskanen & Kari 2021, 276). Valitut leikit ja toiminta sisältävät paljon toisten ihmisten huomioimista. Hyvinvointia tarkastelimme liikunnan ohella myös palautumisen näkökulmasta ja otimme huomioon rentoutumishetket ja leikit, joita lisäten varhaiskasvatuksessa noudatetaan samalla viitekehystä pedagogisesta toiminnasta, joka on tavoitteellista ja edistää lasten hyvinvointia, kuten Opetushallitus (2022, 19-20, 23) tuo tekstissään esille. Pohjautuen Paavola-Ruotsalaiseen & Rantalaiseen (2020, 17) sekä Launoseen (2021) teimme vuorovaikutusta tukevia leikkejä ajatuksella, että lapsi saa olla aktiivinen toimija ja saa olla osallinen sekä kohdata muita ihmisiä huomaten samalla myös muiden reaktioita leikkiessä ja kehittyen samalla vuorovaikutteisissa tilanteissa, joilla on vaikutusta tulevaisuudessa. Suunnittelimme leikit myös tavalla, että kasvattaja on pääohjaaja leikeissä, jotta leikit sujuvat johdonmukaisesti. Pidämme tärkeänä ulkoleikkiopasta käytettäessä, että kasvattajat varmistavat osallisuuden toteutumisen ja Opetushallitus (2022, 25) korostaakin, että juuri henkilöstö on vastuullinen lasten osallisuuden huomioon ottamisessa liittyen leikkeihin.

Kerroimme aiemmin tämän raportin tietoperustassa Opetushallituksen (2022) varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden sisällöstä liittyen lasten liikkumiseen, joiden pohjalta huomioimme ulkoleikkioppaassa innostavat ulkoleikit. Oppaan leikit lisäävät lasten liikunnan iloa, monipuolisuutta, yhdessä tekemistä ja liikkumisen tukemista ulkona eri vuodenaikoina. Fyysinen aktiivisuus on tärkeää lapselle kokonaisvaltaisesti. Huomioimme ja perehdyimme myös ympäristökasvatukseen sekä luontoon ja metsään oppimisympäristönä. Halusimme ulkoleikkioppaan avulla tukea lasten luontosuhdetta sekä luonto- ja metsäympäristössä toimimista.

Ulkoleikkioppaan suunnittelussa ja toteutuksessa otimme huomioon oppaan selkeyden ja helpolukuisuuden, joka oli yhteistyökumppanin toive. Ulkoleikkioppaan leikit perustuivat teoriaan ja myös omiin ideoihimme sekä käytännön kokemuksiimme varhaiskasvatuksen työssä.

Sarkkinen (2021) suosittelee kertomaan heti ohjeen alussa, että kenelle ohje on tarkoitettu ja mitä se koskee sekä kiinnittämään huomiota rakenteeseen sisällysluettelon muodossa, jossa on väliotsikot. Oppaaseen teimme selkeän sisällysluettelon ja toimme heti alun johdannossa esiin oppaan tarkoituksen ja sisällön. Jaoimme ja luokittelimme leikit myös väliotsikoin ja teemoittain niin, että leikin valinta olisi helpompaa. Oppaan kaikki leikit tehtiin rakenteellisesti yhtenäisiksi. Jokaisessa leikissä kerrottiin tarvittavat tarvikkeet ja lyhyt ohjeistus. Oppaan leikit jaettiin hyvinvointia, ilmaisua ja luovuutta tukeviin leikeihin sekä vuorovaikutusta ja osallisuutta tukeviin leikkeihin. Ulkoleikkioppaan alkupuolella keskityttiin enemmän rentouttaviin ja rauhallisempiin leikkeihin sekä toimintaan ja sen jälkeen enemmän liikunnallisiin sääntö- ja yhteisleikkeihin. Ulkoleikkioppaassa käytetyt kirjallisuuden lähteet löytyvät oppaan lopusta lähdeluettelosta. Oppaan ohjeet pidimme mahdollisimman lyhyinä ja selkeinä. Sarkkinen (2021) myös korostaa, että ohjeissa ei tulisi olla ylimääräisiä asioita, mutta silti se sisältää tarpeelliset asiat sekä olisi hyvä pyytää ohjetta käyttävä henkilö testaamaan ohjetta. Olimme ottaneet oppaan testausvaiheen päiväkodilla huomioon miettiessämme jo oppaan tavoitteita, käytettävyyttä sekä arviointia. Sarkkinen (2021) tuo esille ohjeen päivittämisen ja olimmekin huomioineet tämän ulkoleikkioppaan testauksen ja arvioinnin kautta.

Tärkeää opasta tehdessä meille oli myös visuaalinen ilme oppaassa, jonka suunnittelimme teeman mukaisesti miettien metsää ja luontoa ympäristönä. Huomioimme luonnossa esiintyviä värejä ja kuvitimme opasta teemaan ja leikkeihin sopivilla kuvilla. Kuvituksen avulla luotiin visuaalista ilmettä oppaan sisältöön ja leikkeihin. Ulkoleikkioppaan kuvituksessa käytettiin Canvan vapaasti käytettäviä ilmaisia kuvia. Lasten on myös helpompi selata opasta ja leikkejä, kun opasta on kuvitettu leikkeihin sopivilla kuvilla. Lapset voivat kiinnostua leikistä kuvien avulla ja muistaa leikin. Ulkoleikkiopasta voi selata ja käyttää yhdessä lasten kanssa, jotta lapset pääsevät osallistumaan oppimisympäristöön, leikkien suunnitteluun sekä valintaan. Yhteistyökumppanimme mielipiteet ja huomiot huomioimme myös. Suomessa on neljä erilaista vuodenaikaa, joten huomioimme leikkien sopivuuden eri vuodenaikoihin. Ulkoleikkiopasta käyttämällä näkee heti pienten vuodenaikakuvien avulla, mihin vuodenaikoihin leikkejä suositellaan, joten tässä oli huomioitu myös yhteistyökumppanin toive liittyen eri vuodenaikojen huomiointiin.

Ulkoleikkiopas tehtiin sähköiseen muotoon, jonka voi myös tulostaa käyttöön. Tämän valinnan teimme siksi, että monesti retkillä ja ulkona kulkee jokin digilaitte mukana, johon ulkoleikkioppaan voi ladata ja sitä selata. Oppaan voi myös tulostaa kokonaan tai vain osittain. Ulkoleikkiopas on selkeä kokonaisuus sisältäen monipuolisia leikki- ja toimintaideoita. Oppaan leikit ja toiminta ovat myös muunneltavissa ja soveltuvat näin eri-ikäisille lapsille. Oppaan avulla kasvattajat voivat lisätä lasten tietoisuutta ympäristöstä ja Suomen monimuotoisesta luonnosta. Ulkoleikkioppaan monissa leikeissä ja toiminnassa käytetään eri aisteja, tutkitaan ja hyödynnetään luonnonmateriaaleja sekä tutustutaan, etsitään ja ihmetellään yhdessä, mitä kaikkea luonnosta löytyy.

8.3.2 Teemahaastattelu

Toteutusvaihe sisälsi yhteistyökumppanin yhteyshenkilön kanssa tehdyn varhaiskasvattajan Teams-teemahaastattelun (2022) sähköisessä muodossa. Teams-teemahaastattelu ja tapaaminen olivat myös välivaiheena ulkoleikkioppaan toteutuksessa. Kanasen (2015, 143-145,148, 150-152, 296-297) mukaan haastattelua voidaan menetelmänä pitää joustava, koska tutkijalla on tilaisuus antaa neuvoja vastaajan asemassa olevalle ja tarpeen tullessa ilmi tutkija voi myös asettaa uusia kysymyksiä. Haastattelu muotona on yleensä käytössä silloin, kun tutkittavaa ilmiötä ei tarkasti tunneta. Haastatteluja on mahdollista tehdä etänä käyttäen esimerkiksi verkkoviestimiä perinteisen kasvokkain tapahtuvan haastattelun sijaan. Teemahaastattelun tapahtuessa sähköisessä muodossa on otettava kuitenkin huomioon, että yleensä se on kasvokkain tapahtuvaa keskustelua, mutta myös pidempiaikaisesti tapahtuvaa haastateltavan ja haastattelijan välistä vuorovaikutteista keskustelua. Teemahaastattelulle ominaista on, että haastattelijat on suunnitellut ennakoivasti keskusteltavat teemat, mutta keskustelu etenee kuitenkin vapaasti. Lähinnä haastattelijalla on mahdollisuus varmistua ennakkoteemojen avulla keskusteltavasta aiheesta. Laadullisessa tutkimuksessa teemahaastattelu on muotona yleisesti käytetty. Teemahaastattelussa keskusteltavasta aiheesta saattaa myös nousta kysymyksiä tai uusia asioita keskustelun piiriin. Teemahaastattelu on mahdollista toteuttaa ryhmä- tai yksilöhaastatteluna. Kun teemahaastattelu on vasta alussa, niin yksityiskohtiin ei keskitytä. Ensin edetään yleisellä tasolla haastattelussa ja sitten edetään vasta yksityiskohtiin. Teemahaastattelussa voidaan käyttää avoimia tai suljettuja kysymyksiä. Suljetuissa kysymyksissä on valmiita vaihtoehtoja ja avoimissa kysymyksissä ei voi vastata vain yhdellä sanalla kysymykseen, koska vastaaminen vaatii selittämisen.

Järjestimme yhteyshenkilölle sähköisen Teams-kokouksen, jossa teemahaastattelu tapahtui. Teams-teemahaastattelussa esittelimme lähes valmiin ulkoleikkioppaan toteutusvaiheen aikana laadittua kysymyspohjaa (Liite 1) hyödyntäen ja kysyen vuorovaikutteisesti yhteistyökumppanin toiveita ja mielipidettä. Ulkoleikkioppaan esittely tapahtui jakamalla näyttöä, jolloin yhteyshenkilö pystyi esittelyn ohessa tarkastelemaan ja lukemaan opasta. Haastattelun vastauksia kirjattiin haastattelun aikana ylös sähköisesti Teamsiin kyselypohjalle. Teemahaastattelun avulla yhteyshenkilön antamalla palautteella tuli esille, että esitelty ulkoleikkioppas oli kattava, monipuolinen ja visuaalisesti miellyttävä. Haastattelussa tuli myös ilmi leikkien hyödyllisyys ja uudet leikki-ideat, jotka soveltuisivat jo heti käytäntöön. Samalla sovittiin ulkoleikkioppaan testauksesta yhteyshenkilön lisäksi päiväkodin muiden kasvattajien toimesta ajalla 26.9-7.10.2022.

8.3.3 Ulkoleikkioppaan testaus päiväkodin toiminnassa

Teemahaastattelun vastauksien koonnin ja yhteenvedon sekä ulkoleikkioppaan viimeistelyn jälkeen lähetimme sähköisesti ulkoleikkioppaan päiväkodille testattavaksi 24.9.2022.

Toteutimme myös opinnäytetyön lopullista varmennettua tietoperustaa ja täydensimme vielä aiheetta relevanteilla teoriatiedoilla. Syvennyimme prosessiin ja pohjustimme taustaa op-
paalle. Ulkoleikkiopasta testattiin päiväkodissa varhaiskasvattajien toimesta noin kaksi viik-
koa.

Ulkoleikkioppaan testaukseen päiväkodissa liittyi myös kasvattajille tehty arviointi- ja palaute-
lomakekysely (Liite 2). Kyselyyn tehtiin kysymykset, jotka toivat ulkoleikkioppaan käytettä-
vyyttä ja hyödynnettävyyttä sekä yleisesti arviointia ja palautetta esille. Lähetimme arviointi-
ja palautekyselyn päiväkodille 4.10.2022 kirjallisena sähköpostin liitteenä. Yhteyshenkilömme
päiväkodilta tulosti kyselyt vastaajille. Osa kyselyn vastauksista haettiin päiväkodilta
11.10.2022 ja loput palautettiin yhteistyökumppanin toiveesta skannattuna sähköpostitse
12.10.2022. Kyselyn tuloksia avataan tarkemmin raportin kohdassa ulkoleikkioppaan arviointi-
ja palautekysely.

8.4 Arviointi ja päättäminen

Arvioinnin tehtävänä on kehitettävästä asiasta tiedon tuottaminen sekä analysoida arvioinnin
yhteydessä onko kehittämisen tavoitteet saavuttaneet tarkoituksensa. Miten on onnistuttu ja
missä asioissa ei? Arvioinnin lähtökohta on suunnitelma ja tavoitteet, jotka siinä on määri-
telty. Kehitetyn asian hyvydestä tuotetaan tietoa myös arvioinnin avulla. Arviointitietojen
tarkoituksena on kehitetyn asian toimivuudesta osoittaa näyttöä. (Toikko & Rantanen 2009,
61.) Opinnäytetyön arvioinnissa voidaan arvioida kehittämistyötä, jota verrataan teoriaan. Ke-
hittämis ehdotuksia tehdään. Palautetta pyydetään yhteistyökumppanilta myös keskellä pro-
sessia. Välipalautte pyydetään tavallisesti, kun tehdään opasta ja saatua palautetta voidaan
hyödyntää tuotoksen viimeistelyvaiheessa. (Kostamo ym. 2022, 134.)

Ulkoleikkioppaan tekoa ja ulkoleikkiopasta arvioitiin koko prosessin ajan. Peilasimme toimin-
taamme teoriaan, tavoitteisiin sekä yhteistyökumppanin toiveisiin ja tarpeisiin. Yhteistyö-
kumppanilta pyydettiin myös Teams-teemahaastattelun yhteydessä palautetta. Kehittämis-
työn tuloksena syntynyttä ulkoleikkiopasta arvioitiin päiväkodin varhaiskasvattajilta saatujen
kokemusten perusteella.

8.4.1 Ulkoleikkioppaan arviointi- ja palautekysely

Ulkoleikkiopasta testattiin varhaiskasvattajien toimesta noin kaksi viikkoa, jonka jälkeen kas-
vattajat vastasivat palaute- ja arviointikyselyyn nimettömästi. Kasvattajat vastasivat kyselyyn
kirjallisessa muodossa. Kyselyssä kysyttiin kasvattajien kokemuksia ja mielipiteitä ulkoleik-
kioppaasta ja sen käytännöllisyydestä, toimivuudesta sekä hyödyllisyydestä. Kyselyyn tuli
avoimia ja suljettuja kysymyksiä, jotka auttoivat arviointivaiheen aikana saamaan selkeät
vastaukset kysymyksiin, joihin ei tarvitse erillistä perustelua.

Arviointi- ja palautekyselyn vastaukset analysoitiin sisällönanalyysin tapaan. Kyselystä saadut vastaukset kirjassimme kysymys kerrallaan kirjalliseen muotoon. Luokittelimme, ryhmittelimme ja pelkistimme kirjallisia vastauksia. Selkeytimme aineistoa ja kirjoitimme vastauksista pääkohdat tiivistetyimmäksi yhteenvedoksi. Tuomen ja Sarajärven (2018, luku 4) mukaan sisällönanalyysilla pyritään kuvaamaan sanallisesti dokumenttien sisältöä. Tutkimuksen aineistolla kuvataan ilmiötä mitä tutkitaan ja analyysilla luodaan tutkittavasta ilmiöstä selkeä ja sanallinen kuvaus. Sisällönanalyysin tarkoitus on järjestää aineisto selkeään ja tiiviiseen muotoon sen sisältämää tietoa kadottamatta. Analysoinnin tarkoitus on laadullisessa aineistossa lisätä informaatioarvoa, koska hajallaan olevasta aineistosta pyritään tuottamaan yhtenäistä, selkeää ja mielekästä tietoa tutkimuksen ilmiöstä. Aineistoon luodaan selkeyttä analyysin avulla, jotta tutkittavasta ilmiöstä onnistutaan tekemään luotettavia ja selkeitä johtopäätöksiä.

Arviointi- ja palautekyselyyn varhaiskasvattajille (2022) vastasi päiväkodilta yhteensä neljä varhaiskasvattajaa. Kyselyyn vastanneet varhaiskasvattajat olivat testanneet ulkoleikkiopasta toiminnassa. Kyselyssä tuli ilmi, että kaikki vastaajat saivat ulkoleikkioppaan avulla ideoita ja työkaluja lasten leikkeihin luonto- ja metsäympäristössä. Kaikki vastaajat kokivat, että ulkoleikkiopas oli hyödyllinen ja edisti, lisäsi tai kehitti kasvattajana työtä lasten kanssa luonto- ja metsäympäristössä. Kyselyn avoimien kysymyksiä vastauksista tuli ilmi, että opas antoi uusia ideoita, oli rakenteeltaan erinomainen, oli helposti käytettävissä ja kaikki löytyi valmiina yhdestä paikasta. Ilmi tuli myös, että oppaassa oli hyvät ohjeet, erilaiset vuodenaajat, suunnitellut teemat sekä ympäristö oli huomioitu. Kaikki vastaajat olivat yhtä mieltä myös siitä, että oppaan ulkoleikkien avulla lisättiin lasten vuorovaikutusta, osallisuutta, liikumista ja hyvinvointia.

Kyselyn vastaukset toivat esiin myös, että ulkoleikkioppaassa oli uusia leikkejä kaikille vastaajille ja vastaajien mielestä leikit olivat oppaaseen sopivia. Kaikki vastaajat kokivat, että opas oli selkeä, helppolukuinen ja että oppaalle on käyttöä. Kaikki vastaajat pitivät oppaan visuaalisesta ilmeestä ja kommentteista tuli ilmi, että ulkoleikkiopas oli värikäs, selkeä, upea, käytännöllinen, tehty huolella ja ajatuksen kanssa, luontopainotteinen sekä kuvien avulla lapsetkin voivat oppia muistamaan leikkejä. Kaikki vastaajat suosittelisivat ulkoleikkiopasta myös muille kasvattajille. Kyselyssä kysyttiin vastaajilta myös muuta arviota ja palautetta oppaaseen liittyen ja esille tuli, että opas oli erinomainen ja soveltui loistavasti toiminnan suunnittelun tueksi eri ikäisille. Oppaan visuaalisia merkkejä pidettiin hienona lisänä ja ne helpottivat oppaan käyttöä sekä lisäsivät luotettavuutta. Ulkoleikkiopas sai paljon kiitosta.

8.4.2 Tavoitteiden saavuttaminen ja kehittämistyön päättäminen

Tavoitteiden saavuttamiseksi syntyi kehittämistyönä tehty monipuolinen ulkoleikkiopas luonto- ja metsäympäristöön. Valmis opas on sähköisessä muodossa, jonka voi myös halutessa tai tarvittaessa tulostaa käyttöön. Ulkoleikkioppaassa on 48 ohjeistettua leikki- ja

toimintaehdotusta sekä oppaan lopussa on vielä muistutukseksi koottuja tuttuja yhteisleikkejä. Opas sisältää kokonaisuudessaan 40 sivua. Ulkoleikkiopas on pienennettynä versiona raportin liitteenä (Liite 3).

Kehittämistyön prosessiin liittyen koimme, että lineaarinen malli sopi kehittämistyömme perustaksi, koska se oli selkeä vaiheiltaan ja rakenteeltaan. Käytetyt tutkimukselliset menetelmät olivat mielestämme oikeita ja sopivat hyvin tähän opinnäytetyöhön. Saimme kaikki tarvittavat tiedot menetelmien avulla. Teemahaastattelun aikana tapahtunut vuorovaikutuksellinen keskustelu auttoi selventämään yhteistyökumppanin mielipiteitä oppaasta ja sen tarpeellisuudesta. Arviointi- ja palautekysely antoi mahdollisuuden täyttää palautteen anonymisti ja työpäivän aikana, jolloin vastaamisen pystyi tekemään joustavasti työn ohessa. Myös vastaukset saatiin kirjallisesti, joten ne olivat helposti analysoitavissa. Ulkoleikkioppaaseen ei tullut kyselyssä yhteistyökumppanin puolelta mitään huomautuksia, muutettavaa tai korjattavaa, joten ulkoleikkioppaaseen ei tehty sisällöllisiä muutoksia testauksen jälkeen.

Opinnäytetyön tavoitteet täyttyivät. Ulkoleikkiopas täytti tavoitteet ja odotukset yhteistyökumppanin ja opinnäytetyöntekijöiden määrittelemistä yhteiseksi muodostuneista tavoitteista. Asetetut tavoitteet ja odotukset myös mielestämme ylittyivät, koska saadun palautteen perusteella ulkoleikkioppaaseen ei haluttu muutoksia eikä kehittämisehdotuksia tullut. Oppaan leikeissä oli huomioitu ja painotettu toivottuja asioita. Yhteistyökumppani hyötyi kehittämistyön tuloksena syntyneestä luonto- ja metsäpainotteisesta ulkoleikkioppaasta, koska heidän toiminnassaan painottuvat erityisesti luonto ja ulkoilu. Ulkoleikkiopas lisää ja tukee monipuolisesti päiväkodin varhaiskasvatustoimintaa. Jokainen varhaiskasvattaja voi käyttää ulkoleikkiopasta omassa työssään. Ulkoleikkioppaan avulla jokainen kasvattaja voi suunnitella, ideoida, muokata, toteuttaa sekä ohjata oppaassa olevien valmiiden leikki- ja toimintaideoiden avulla toimintaa.

Opinnäytetyön teko sujui hyvin ja aikataulullisesti suunnitelmien mukaan. Opinnäytetyön suunnittelu alkoi keväällä 2022 ja opinnäytetyön aktiivinen työstäminen toukokuussa. Opinnäytetyö valmistui suunnitellusti syksyn 2022 aikana. Yhteistyö oli opinnäytetyön tekijöiden välillä tiivistä, sujuvaa ja aikaansaavaa. Opinnäytetyössä jaoimme myös tarvittavia asioita tasapuolisesti. Yhteistyö yhteistyökumppanin ja koulun opinnäytetyön ohjaajan kanssa sujui myös hyvin. Saimme tarvittavaa tietoa ja ohjausta aina tarvittaessa. Opinnäytetyötä tehdessä tuli esille, että aikataulujen luominen oli tärkeää eri vaiheiden sujuvuuden takia. Opinnäytetyön tekeminen kokonaisuudessaan oli pitkän aikavälin prosessi ja opinnäytetyön eteneminen kehittämistyönä vaati paljon yhteistyötä ja vuorovaikutusta. Meille oli tärkeää opinnäytetyötä tehdessä luottamuksellinen, avoin sekä toisia kunnioittava ilmapiiri ja se toteutui hyvin. Opinnäytetyön prosessin aikana opimme myös paljon uutta. Opimme tutkimuksellisten menetelmien käytöstä, prosessin eri vaiheista, tiedonhausta, yhteistyöstä sekä ammatillinen

tietotaitomme myös kehittyi ja lisääntyi. Saimme paljon uusia oppeja ja ideoita käytännön työhön sekä toimintaan lasten kanssa.

Projektin arvioiminen ja päättäminen on viimeinen vaihe. Projekti on rajattu ajallisesti ja päätepisteen tulee olla selkeä. Projekteilla on taipumusta jatkoa, kun prosessin aikana on noussut kehitysehdotuksia, joita käyttöönottovaiheessa ryhdytään toteuttamaan. Kyseiset tehtävät voi projektoida kuitenkin erikseen. Pyrkimyksenä on lopettaa projekti suunnitellusti ja sen päätösvaiheeseen kuuluvat projektioorganisaation purkaminen, loppuraportointi ja myös jatkoideoiden esiin tuominen. (Toikko & Rantanen 2009, 65.) Kehittämistyö päätettiin suunnitellusti ulkoleikkioppaan arviointi- ja palautekysymysten vastausten analysoinnilla ja opinnäytetyön raportilla. Kehittämisehdotuksia tai puutteita ei tullut erikseen ilmi testauksen aikana, eikä arvio- ja palautekyselyn vastausten perusteella, joten ulkoleikkioppaaseen ei tehty sisällöllisiä muutoksia testauksen tai kyselyn jälkeen. Vaikka kehittämisehdotuksia ei tullut, niin jatkossa/tulevaisuudessa ulkoleikkioppaaseen voisi lisätä tarpeellisia uusia leikkejä pääte-moihin tai leikkejä, joille voisi olla tarvetta lasten kanssa työskennellessä. Saimme päiväko-dilta myös erikseen kommenttia, että opas on ihana ja oppaasta pitäisi teettää kirja. Kirjan teettäminen on ajatuksena kiehtova, mutta ulkoleikkiopasta täytyisi sitten vielä varmaankin työstää lisää. Ulkoleikkiopas tuli tulostettuna käyttöön yhteistyökumppanin luontokärryyn koko päiväkodin käytettäväksi. Opinnäytetyön ja kehittämistyön päättämiseen liittyi myös opinnäytetyön esittäminen ja työn julkaiseminen sekä opinnäytetyön opponointi. Ennen opin-näytetyön julkaisua työ lähetettiin luettavaksi yhteistyökumppanille. Opinnäytetyö esitettiin seminaarissa 1.12.2022 ja Laurean opetushenkilökunnan toimesta arvioitiin sekä sen jälkeen julkaistiin Theseuksessa.

9 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Tutkimusetiikka lyhyesti määriteltynä tarkoittaa tiedettä luovien tutkijoiden ammattietiikkaa. Eettinen tutkija toimii aina luotettavalla ja laadullisella tavalla sekä kaikin puolin rehellisesti. (Fingerroos & Oikari 2022, 2.) Tieteellistä tutkimusta pidetään eettisesti luotettavana ja hyväksyttävänä ainoastaan silloin, kun tutkimusta suorittaessa käytetään toimintatapoja, jotka sisältyvät hyvän tieteellisen käytännön vaatimiin edellytyksiin (Hyvä tieteellinen käytäntö... 2012, 6). Hyvä tieteellinen käytäntö edellyttää rehellisyyttä ja huolellisuutta työskennellessä tutkimuksen kanssa sekä tulosten tallenusvaiheessa (Hyvä tieteellinen käytäntö... 2012, 6-7). Opinnäytetyöprosessia tehtiin huolellisesti huomioiden tutkimusetiikka ja Laurean lähdeviittaushjeet kirjoittamisvaiheissa.

Tarvittavat luvat tutkimuksen tekemistä varten täytyy olla aina kunnossa ennen toteutusta (Hyvä tieteellinen käytäntö... 2012, 6-7). Opinnäytetyössä lupia käsiteltäessä huomioitiin seuraavaksi esitellyt luvat. Arenen (2020, 6, 12, 26) mukaan opinnäytetyösopimus edistää

yhteistyökumppanin ja opiskelijan välisen yhteistyön toteutumisen sujuvuutta sekä ehkäisee ristiriitatilanteita. Opinnäytetyön pelisäännöt kirjoitetaan sopimukseen. Pelisääntöjä ovat esimerkiksi aihe, aikataulu, käyttöoikeudet ja ohjaus sekä vastuut. Tutkimuslupa tarvitaan organisaatiolta ja lisäksi eettinen ennakoarviointi on tarpeellista hankkia ihmistieteiden eettisen toimikunnan kautta sekä tarvittaessa lupa pyydetään tutkittavalta erikseen, jos tarvitaan henkilötietoja. Tekijänoikeus otetaan huomioon, kun käsitellään tutkimusaineistoja tai tuloksia. Toisen omistamista aineistoista täytyy aina mainita aineistojen tekijät ja alkuperä sekä lähteet. On myös huomioitavan arvoista, että tutkimuksen tekijän ei saa olla esteellinen (Hyvä tieteellinen käytäntö... 2012, 6-7). Opinnäytetyösopimus tehtiin yhteistyökumppanin kanssa kirjallisesti. Tutkimuslupa-asioita selvittäessä kävi ilmi, että opinnäytetyön ja ulkoleikkioppaan tekoon sekä arviointiin ei tarvittu tutkimuslupaa Pilke päiväkodit Oy:ltä. Opinnäytetyössä eettinen ennakoarviointi ei ollut tarpeen.

Esimerkkinä tärkeistä ihmisistä koskevista eettisistä periaatteista Kuula (2011, Ihmisarvon kunnioittamista ilmentävät normit) kertoo, että eettisiä periaatteita ovat vahingonteon välttäminen, itsemääräämisoikeuden kunnioitus ja yksityisyys sekä tietosuojaus. Myös Tutkimuseettinen neuvottelukunta (2020, luku 3) tuo ilmi samoja asioita, mutta lisää ja tarkentaa myös, että aineiston jatkokäyttöön, säilyttämiseen sekä hävittämiseen on kiinnitettävä huomiota, koska se on yksityisyyden suojan lisäksi myös tärkeää tietoturvallisuutta sekä käsittelyoikeutta ajatellen. Työn eri vaiheissa aikatauluista kertominen on oleellista, kun käydään läpi tietojen käyttöaikaa ja käyttäjiä sekä käyttötarkoitusta (Kuula 2011, Aineistonkeruun suunnittelu: informoinnin tarkistuslista). Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2020, luku 3 & 4) sivustolla kirjoitetaan, että se millä tavalla aineistoa kerätään, tulisi tuoda ilmi yhteistyöorganisaatiolle. Opinnäytetyössä aikataulut luonnosteltiin tarkasti ja niiden hyväksyminen tapahtui yhteistyössä työelämäkumppanin kanssa. Yhteistyökumppanille kerrottiin myös ulkoleikkioppaan toteutuksesta ja arviointi- ja palautekyselyn käsittelyn eri vaiheista.

Opinnäytetyöprosessimme huomioitiin oikeuksia. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaan tutkittavat ja yhteistyöorganisaation oikeudet tulee pitää mielessä. On saatava tietoa tutkimukseen osallistumisen todellisesta toteutuksesta. Tieto tulee antaa aina sellaisella tavalla, joka on tarpeellista. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020, luku 3.) Opinnäytetyössämme olimme yhteydessä säännöllisesti yhteistyökumppaniin ja tiedotimme tulevista tapahtumista, koska Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2020, luku 3) mukaan yhteistyötä tekevillä on oikeus saada totuudenmukainen ja tarpeeksi ymmärrettävä kuva tapahtumista. Hyödyt ja haitat pitää myös tuoda yhteistyötä tekevien tietoon. Aineiston säilytysaika tehdään yhteistyökumppaneille tiedettäväksi. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020, luku 3.) Opinnäytetyömme aineistot säilytettiin opinnäytetyön valmistumiseen saakka ja sitten ne hävitettiin asianmukaisesti. Lopuksi todetaan Areneen (2020, 6) viitaten, että opiskelijan on hyvä hyödyntää laadukasta ohjausta ohjaajan ja työelämän edustajan kautta, että opinnäytetyö sujui laadukkaasti ja sujuvasti. Yhteistyötä teimme opinnäytetyötä ohjaavan opettajan kanssa

säännöllisesti. Yhteistyötä yhteistyökumppanin kanssa tehtiin ulkoleikkioppaan eri vaiheissa, joita on avattu tarkemmin jo aiemmin toteutusvaiheessa.

Tutkimustulosten luotettavuuteen liittyy opinnäytetyön laatu. Tutkimustulosten täytyy olla luotettavia. Luotettavuutta voidaan mitata reliabiliteetilla ja validiteetilla. Luotettavuuskäsitteiden pyrkimys on, että saadaan oikeat tulokset. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimustulosten pysyvyyttä eli sitä, jos tutkimus tehdään toisen kerran ovat tulokset samat. Validiteetti tarkoittaa, että oikeita asioita tutkitaan. Lisäksi molemmissa käsitteissä on alakäsitteitä. Luotettavuustarkastelulla tarkoitetaan, että tutkimusprosessin eri vaiheissa tehdyt ratkaisut ovat oikeita ja perusteltuja. (Kananen 2015, 337, 343.) Opinnäytetyön luotettavuuteen vaikuttavat monet asiat ja valinnat. Opinnäytetyötä ja ulkoleikkioppaan kehittämisprosessin luotettavuutta arvioitiin ja varmistettiin koko prosessin ajan. Teimme yhteistyötä yhteistyökumppanin kanssa tiiviisti. Peilasimme luotettavuutta teoriaan sekä käytännön työhön ja työkokemukseemme. Pehdyimme opinnäytetyön aiheeseen laajasti ja hyödynsimme relevantteja, ajantasaisia ja luotettavia lähteitä sekä teoretietoa monipuolisesti. Ulkoleikkioppas perustui yhteistyökumppanin toiveisiin ja tarpeisiin, teoriaan sekä opinnäytetyön tekijöiden omiin ideoihin ja käytännön työkokemukseen. Käsittelimme koko opinnäytetyöprosessin aikana saatuja tietoja ja aineistoja asianmukaisesti, luotettavasti ja laadukkaasti. Huomioimme tarvittavat asiat opinnäytetyötä ja ulkoleikkiopasta tehdessämme.

Dokumentoimme ja kirjasimme opinnäytetyön prosessia ajantasaisesti Teams- tiedostoihin ja olimme avoimia ja rehellisiä opinnäytetyön prosessin eri vaiheissa. Ulkoleikkioppaan arviointi- ja palautekyselyn tuloksia pidimme luotettavina ja uskottavina. Kyselyllä kysyttiin varhaiskasvattajien omia arvioita ja mielipiteitä oppaasta, sen käytöstä sekä hyödyllisyydestä. Tarkoituksena oli tutkia varhaiskasvattajien omia kokemuksia oppaan käytöstä arjen toiminnassa. Kyselyn vastaukset olivat nimettömiä, joten kokemuksista pystyi vastaamaan anonyymisti.

10 Pohdinta

Opinnäytetyömme keskiössä oli leikki. Leikki on lapselle tärkeää kokonaisvaltaisesti. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa ulkoleikkeihin painottuva leikkioppas yhteistyökumppanillemme päiväkotia Pihlajalle. Opinnäytetyön tavoitteena oli ulkoleikkioppaan avulla lisätä, edistää ja kehittää varhaiskasvatuksen kasvattajien työtä 3-6-vuotiaiden lasten parissa luonto- ja metsäympäristössä. Ulkoleikkioppaan leikkien avulla lisätään ja tuetaan lasten vuorovaikutusta, osallisuutta, liikkumista sekä hyvinvointia toiminnassa. Ulkoleikkioppas tehtiin yhteistyössä yhteistyökumppanin kanssa heidän toiveiden ja tarpeiden pohjalta. Ulkoleikkioppas tehtiin kehittämistyönä luonto- ja metsäympäristössä toimimiseen sekä monipuolistamaan varhaiskasvatustoimintaa.

Ulkoleikkioppaan suunnittelu alkoi sähköpostin kautta tehdyn alkukartoituksen perusteella, jonka pohjalta luotiin oppaalle pääteemat ja tuotiin esille leikkiehdotuksia sekä kartoitettiin yhteistyökumppanin toiveita siitä, mitä oppaassa tulisi olla. Alkukartoitus oli mielestämme tärkeä yhteisen kiinnostuneisuuden, tarpeiden ja tavoitteiden luomiseksi yhteistyökumppanin kanssa. Saatujen alkukartoitustietojen perusteella lähdimme tekemään ulkoleikkioppaan toteutusta suunnitellen leikkejä, tutkien kirjallisuutta, eri hakupalveluita sekä tuoden esille omien kokemusten mukaisia leikkejä. Ulkoleikkioppaan toteutusvaihe oli tiivistä ja perehdyimme monipuolisesti erilaisiin kirjallisuuden lähteisiin ja ulkoleikkeihin. Teemahaastattelu antoi ulkoleikkioppaalle mahdollisuuden muotoutua vielä entistäkin paremmaksi sekä auttoi vuorovaikutuksellisella ja dialogisella keskustelutavalla selkeyttämään ja vahvistamaan toteutusvaihetta. Halusimme tuoda oppaaseen kattavasti teemoihin sopivia leikkejä ja toimintaa. Mielestämme onnistuimme tässä hyvin ja ulkoleikkioppaasta tuli erittäin monipuolinen. Ulkoleikkioppaan käytännön testausvaiheen osalta saimme vastauksia, joiden avulla saimme kattavan kokonaiskuvan ulkoleikkioppaan käytettävyydestä, toimivuudesta sekä tarpeellisuudesta.

Arviointi- ja palautelomakkeen vastauksista tuli ilmi, että kasvattajat suosittelivat opasta myös muiden kasvattajien käyttöön. Käytöstä saatujen kokemusten mukaan ulkoleikkiopas antoi uusia leikki-ideoita, oli visuaalisesti mieluinen värikkyytensä ja kuviensa ansiosta sekä helposti käytettävä ja helppolukuinen. Ulkoleikkioppaan leikit vastasivat toiveisiin ja tarpeisiin, koska vastausten perusteella tuli ilmi, että leikkejä ja toimintaa oli suunniteltu sovittuihin teemoihin sekä käytettävyys eri vuodenaikoina oli huomioitu. Opas edisti myös kasvattajien suunnittelutoimintaa. Myös lasten osallistaminen ja huomiointi tuli vastauksista esille niin, että myös lapset voivat valita leikkejä muistaen niitä kuvien avulla. Koimme, että tavoitteet ja odotuksemme ylittyivät, koska saimme hyvää palautetta arviointi- ja palautekyselyn vastausten perusteella. Kehittämisehdotuksia ei tullut päiväkodin puolelta esille, muita kuin ehdotus ulkoleikkioppaan tekemisestä kirjaksi, mikä oli myös meidän tekijöiden mielestämme hyvä ja kiinnostava idea.

Opinnäytetyöntekijöinä koemme, että leikkiopasta voisi jatkojalostaa keksimällä ja lisäämällä siihen leikkejä pääteemojen alle, jolloin leikkioppaasta tulisi entistäkin kattavampi. Kehittämistyön tuotosta voidaan hyödyntää monella tapaa, kuten ottamalla ulkoleikkiopas käyttöön myös muihin varhaiskasvatuksen toimipisteisiin tai muiden toimijoiden käyttöön. Ulkoleikkioppaan avulla voidaan järjestää myös erilaista toimintaa, kuten esimerkiksi päiväkodin ulkopahtuma yhdessä lasten huoltajien kanssa. Yhteisten tapahtumien avulla voidaan myös esimerkiksi lisätä ja tukea päiväkodin ja huoltajien välistä yhteistyötä, yhteisöllisyyttä, osallisuutta sekä yhdessä toimimista.

Mielestämme ulkoleikkiopas edistää kasvattajien työtä tuoden ohjatuilla leikeillä ja toiminnalla mahdollisuuden lisätä ja tukea lasten liikuntaa ja hyvinvointia myös ulkona kaikkina vuodenaikoina. Se tuo myös vuorovaikutuksen ja osallisuuden merkitystä hyvin esille, koska

oppaassa on leikkejä ja toimintaa, joita toteuttamalla huomioidaan yhteisöllisyys ja jokaisen leikkijän osallisuus. Leikkioppaita on tehty aikaisemminkin, mutta mielestämme tekemämme ulkoleikkiopas eroaa kuitenkin aiemmin tehdyistä leikkioppaista sisältäen monipuolisia leikkejä ja toimintaa luonnossa ja metsässä huomioiden yhteistyökumppanin toiveet sekä tarpeet. Ulkoleikkiopas on varhaiskasvatukseen sopiva, koska se tukee varhaiskasvatuksen pedagogista toimintaa. Ulkoleikkiopas on myös erittäin kattava, muuntautuva, innostava, visuaalinen, sisältäen paljon värejä ja kuvia myös lasten osallistamisen tueksi.

Ulkoleikkiopasta oli mielestämme todella kiva suunnitella ja tehdä. Ulkoleikkioppaan tekijöinä saimme olla inspiroituneita ja luovia. Saimme myös itse paljon uusia ideoita varhaiskasvatustoimintaan lasten kanssa. Aiomme ottaa oppaan itsekin käyttöön ja siihen voi myös aina palata helposti varhaiskasvatuksen välillä kiireisessäkin arjessa. Ulkoleikkiopas kulkee myös metsäretkillä kätevästi mukana sähköisessä tai tulostetussa muodossa joka säällä. Oppaan voi esimerkiksi laminoida, joten sen monipuolisen käytettävyyden ansiosta koemme, että opas palvelee myös monissa eri tilanteissa. Ulkoleikkioppaassa leikit ja toiminta ovat ajattomia, joten opas on myös pitkäikäinen ja käytettävissä vuosienkin päästä. Oppaasta voi saada myös muita ideoita leikkeihin tai suunnitella ja kehittää erilaista toimintaa myös muokkaamalla tai muuntelemalla leikkejä juuri omalle lapsiryhmälle sopivaksi. Leikkejä voi ideoida ja muokata myös yhdessä lasten kanssa.

Lähteet

Painetut

Arvonen, S. 2017. Metsämieli: mielen ja kehon taskukirja. Helsinki: Metsäkustannus.

Helenius, A. & Lummelahti, L. 2013. Leikin käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Järvinen, K. & Mikkola, P. 2015. Oletko sä meidän kaa? Näkökulmia osallisuuteen ja yhteisöllisyyteen varhaiskasvatuksessa. 1. painos. Helsinki: Pedatieto.

Kangas, J., Lastikka, A-L. & Karlsson, L. 2021. Voimauttava varhaiskasvatus: Leikkivä, osallinen ja hyvinvoiva lapsi. 1. painos. Keuruu: Otava.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas: Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jamk julkaisuja 202. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2015.

Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Helsinki: Metsäkustannus.

Koivula, M. & Laakso, M-L. 2017. Lapsen varhainen kehitys kommunikaation, vuorovaikutussuhteiden ja leikin näkökulmista. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) Valloittava varhaiskasvatus: Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Tampere: Vastapaino, 98 - 106.

Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2022. Kirjoita itsesi asiantuntijaksi: opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Helsinki: Art House.

Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Niskanen, T. & Kari, O. 2021. Kasvun ja osallisuuden edistäminen. 5. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Nurmi, J.-E., Ahonen T., Lyytinen, H., Lyytinen P., Pulkkinen L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. 5. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Paavola-Ruotsalainen, L. & Rantalainen, K. 2020. Varhaiset vuorovaikutustaidot. Teoksessa Niemitalo-Haapola, E., Haapala, S. & Ukkola, S. (toim.) Lapsen kielenkehitys: Vuorovaikutuksen, leikin ja luovuuden merkitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Pajulammi, H. 2014. Lapsi, oikeus ja osallisuus. Väitöskirja. Lapin yliopisto. Helsinki: Talentum.

Parikka-Nihti, M. & Suomela, L. 2014. Iloa ja ihmettelyä: Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Turja, L. (toim.) 2020. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Hujala, E. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Viljamaa, E. & Yliherra, A. 2020. Varhaiset vuorovaikutustaidot. Teoksessa Niemitalo-Haapola, E., Haapala, S. & Ukkola, S. (toim.) Lapsen kielenkehitys: Vuorovaikutuksen, leikin ja luovuuden merkitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Virtanen, P. 2000. Projektityö. Helsinki: WSOY.

Sähköiset

Arene 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 20.7.2022. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULU-JEN%20OPIINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>

Heikka, J., Fonsén, E., Elo, J. & Leinonen, J. 2014. Osallisuuden pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. E-kirja. Tampere: Suomen varhaiskasvatus.

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 20.7.2022. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Johdanto. Mitä ladullisella tutkimuksella tarkoitetaan? Teoksessa Puusa, A. & Juuti, P. (toim.) Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.

Kataja, E. & Opetushallitus. 2022. Osallisuus varhaiskasvatuksessa -videosarja. Opetushallitus. Viitattu 23.6.2022. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/osallisuus-varhaiskasvatuksessa-videosarja>

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka: aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. E-kirja. Tampere: Vastapaino.

Launonen, K. 2021. Vuorovaikutus ja kommunikointi. Papunet. Viitattu 24.7.2022. <https://papunet.net/tietoa/vuorovaikutus-ja-kommunikointi>

Mäkitalo, A-R., Nevanen, S., Ojala, M., Tast, S., Venninen, T. & Vilpas, B. (toim.) 2011. Löytöretkellä osallisuuteen. Tutkimista ja kehittämistä päiväkodin arjessa. Soccan ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 26, 2011. Viitattu 23.6.2022. http://www.socca.fi/files/1373/Loytoretkella_osallisuuteen_kehittamista_ja_tutkimista_paivakodin_arjessa_II.pdf

Nivala, E. 2021. Osallisuuden vahvistaminen yksinäisyyden ehkäisemisenä varhaiskasvatuksessa. Jecer. Viitattu 23.6.2022. <https://journal.fi/jecer/article/view/114149/67348>

Opetushallitus 2022. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022. Määräykset ja ohjeet 2022:2a. Viitattu 24.6.2022. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_0.pdf

Pilke 2022a. Pilke luontopäiväkotit Pihlaja. Viitattu 20.7.2022. <https://www.pilkepaivakodit.fi/paivakodit/paivakodit-joensuu/pilke-luontopaivakoti-pihlaja/>

Pilke 2022b. Tervetuloa yksityiseen varhaiskasvatukseen Pilke-päiväkotiin! Viitattu 20.7.2022. <https://www.pilkepaivakodit.fi/tietoa-paivakodeista/>

Salonen, K., Eloranta, S., Hautala, T. & Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulussa. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 30.9.2022. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf>

Sarkkinen, M. 2021. Millainen on hyvä ohje? Kahdeksan vinkkiä ohjeiden tekemiseen työpaikalla. Työterveyslaitos. Viitattu 18.9.2022. <https://www.ttl.fi/tyopiste/millainen-on-hyva-ohje-kahdeksan-vinkkia-ohjeiden-tekemiseen-tyopaikalla>

Syrjämäki, M. 2015. Osallisuuspuhetta integroidussa erityisryhmässä. Viitattu 23.6.2022. <https://journal.fi/jecer/article/view/114040/67239>

Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu - 2016:22. Viitattu 26.6.2022. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75406/OKM22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämissprosessiin ja tiedontuotantoon. E-kirja. Tampere: Tampereen yliopistopaino.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. E- kirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2020. Ihmistieteiden eettisen ennakoarvioinnin ohje. Viitattu 20.7.2022. <https://tenk.fi/fi/ohjeet-ja-aineistot/ihmistieteiden-eettisen-ennakoarvioinnin-ohje>

Varhaiskasvatuslaki 540/2018. Viitattu 25.11.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180540#L4P20>

Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014. Viitattu 26.6.2022. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2014/20141325>

Julkaisemattomat

Arviointi- ja palautekysely varhaiskasvattajille 2022. Arviointi- ja palautekyselyn vastaukset 12.10.2022. Päiväkoti Pihlaja. Joensuu.

Fingerroos, O. & Oikari, R. 2022. Aineistonhallinnan eettiset kysymykset yleisesti. GDPR Jyväskylän yliopistossa. Seminaari 20.7.2022. Jyväskylän yliopisto.

Varhaiskasvattajan Teams- teemahaastattelu 2022. Haastateltu 23.9.2022. Päiväkoti Pihlaja. Joensuu.

Liitteet

Liite 1: Teemahaastattelun kyselyrunko	38
Liite 2: Arviointi- ja palautekysely	39
Liite 3: Ulkoleikkiopas	41

Liite 1: Teemahaastattelun kyselyrunko

Teemahaastattelu 23.9.2022

Ulkoleikkioppaan esittely ja läpi käyminen.

Kysymykset ulkoleikkioppaaseen liittyen:

- Millaisia ajatuksia opas herättää?
- Ovatko leikit tarpeeseen sopivia?
- Tuleeko leikki-ideoita mieleen, joita olisi hyvä lisätä oppaaseen?
- Onko opas ulkonäöltään ja rakenteeltaan sopiva vai pitäisikö jotain muuttaa?
- Onko leikkien lukumäärästä toiveita?

Oppaan testaukseen liittyvät kysymykset:

- Milloin oppaan leikkien testaus satunnaisesti leikkejä testaten on mahdollista päiväkodissa?
- Onko mahdollista, että muut ryhmät testaisivat myös opasta?
- Mihin mennessä testaus olisi tehty?

Oppaan arviointiin liittyvät kysymykset:

- Käykö palautteen antamiseksi kirjallinen kysely?
- Kuinka moni pystyisi kyselyyn vastaamaan?
- Millä aikataululla arviointi- ja palaute annetaan?

Liite 2: Arviointi- ja palautekysely

Hei!

Teemme kehittämispohjaisen opinnäytetyön yhteistyössä päiväkodin kanssa. Sait testattavaksi opinnäytetyöhömmme liittyvän ulkoleikkioppaan. Kysymme sinulta tällä kyselyllä arviota ja palautetta ulkoleikkioppaaseen liittyen.

Kysely tehdään nimettömästi ja vastaukset tulevat vain meidän opiskelijoiden analysoitavaksi, jonka jälkeen vastaukset hävitetään asianmukaisesti. Vastauksista teemme yhteenvedoa opinnäytetyön raporttiin. Kyselyn palautus kirjekuoreen 7.10.2022 mennessä.

Terveisin opiskelijat,
Hanna Niemeläinen & Jenni Kosunen

Ympyröi vastaukset

Saitko oppaan avulla ideoita ja työkaluja lasten leikkeihin luonto- ja metsäympäristössä?

Kyllä / Ei

Koitko, että ulkoleikkiopas on hyödyllinen ja edisti, lisäsi tai kehitti kasvattajana työtäsi lasten kanssa luonto- ja metsäympäristössä?

Kyllä / Ei

Miksi?

Lisätäänkö oppaan ulkoleikkien avulla mielestäsi lasten vuorovaikutusta, osallisuutta, liikku-
mista ja hyvinvointia?

Kyllä / Ei

Miksi?

Oliko leikkioppaassa sinulle uusia leikkejä? Kyllä / Ei

Sopivatko mielestäsi leikit oppaaseen? Kyllä / Ei

Onko oppaalle käyttöä päiväkodissasi/ ryhmässäsi? Kyllä / Ei

Oliko opas mielestäsi selkeä ja helppolukuinen? Kyllä / Ei

Piditkö oppaan visuaalisesta ilmeestä?

Kyllä / Ei

Miksi?

Suosittelisitko ulkoleikkiopasta muille kasvattajille? Kyllä / Ei

Muuta arviota tai palautetta oppaaseen liittyen:

Kiitos vastauksestasi!

Liite 3: Ulkoleikkiopas



Sisällysluettelo

Johdanto	3
Vuodenajat leikeissä	5
Hyvinvointia, ilmaisua ja luovuutta	6
Vuorovaikutusta ja osallisuutta	20
Tuttuja yhteisleikkejä	38
Lähteet	39



Johdanto

Hei!

Tämä on ulkoleikkiopas luonto- ja metsäympäristöön.
Ulkoleikkiopas oli osa varhaiskasvatukseen suuntautuvaa opinnäytetyötämme.
Opas tehtiin yhteistyössä työelämän yhteistyökumppanin kanssa kehittämistyönä.

Tavoitteena oli ulkoleikkioppaan avulla
lisätä, edistää ja kehittää varhaiskasvatuksen kasvattajien työtä
3-6-vuotiaiden lasten parissa luonto- ja metsäympäristössä.

Tässä ulkoleikkioppaassa leikit painottuvat
hyvinvointiin, vuorovaikutukseen, osallisuuteen ja liikkumiseen.
Leikkiä voi yhdessä koko ryhmän kesken tai
esimerkiksi erilaisissa pienryhmissä lasten kanssa.



3

Leikkejä keräsimme eri lähteistä.
Hyödynsimme kirjallisuutta sekä omia ideoitamme ja
työkokemustamme varhaiskasvatuksessa oppaan leikkien teossa.
Kirjallisuudesta käytettyjen leikkien lähteet löytyvät oppaan lopusta lähdeluettelosta.

Pidämme ulkoilua ja ulkoleikkejä erilaisissa ympäristöissä tärkeänä ja
että kaikilla on mahdollisuus osallistua leikkiin mukaan.
Toivomme, että ulkoleikkioppaasta on paljon iloa, huvia ja hyötyä ja
saatte viettää yhdessä mukavia hetkiä luonnossa ja metsässä!

Tämän ulkoleikkioppaan voi tulostaa tai käyttää sähköisessä muodossa.

Terveisin,
Hanna ja Jenni



4

Vuodenajat leikeissä

Leikkioppaassa seuraa pienet vuodenaikakuvat joka leikissä. Vuodenaikakuvista näkee mitä leikkiä suositellaan eri vuodenajoille.



Talvi



Kevät



Kesä



Syksy

5

HYVINVOINTIA, ILMAISUA JA LUOVUUTTA

TUKEVIA LEIKKEJÄ

6



Jumppa

Kerääntykää lasten kanssa piiriin, niin että kaikki näkevät toisensa.

Ohjaaja voi aloittaa näyttämällä ikätasoisia jumppaliikkeitä, esimerkiksi kyykkyy-ylös, karhukävely, hyppiminen, yhdellä jalalla hyppiminen, X-hyppy jne. Lapset tekevät liikkeet perässä.

Lapset voivat myös jokainen vuorollaan näyttää jumppaliikkeen, jonka kaikki tekevät perässä.



Venyttely

Kerääntykää lasten kanssa piiriin, niin että kaikki näkevät toisensa.



Ohjaaja voi aloittaa näyttämällä ikätasoisia venyttelyliikkeitä, esimerkiksi jalkojen venyttelyä, käsien ja selän venyttelyä. Lapset tekevät liikkeet perässä.

Lapset voivat myös jokainen vuorollaan näyttää venyttelyliikkeen, jonka kaikki tekevät perässä.

Vinkki 

Jumppanoppaa / taskunoppaa voi käyttää myös ja liikkeita noppaan voi vaihdella

7





Pilvitaidetta kehonosilla

Tarvikkeet: sää, jolloin pilviä erottaa

Ensin ihailaan pilviä taivaalla. Sen jälkeen otetaan sopiva tila itselle ja yritetään kehoa käyttäen maalata ilmaan pilvien ääriviivat. Ohjaaja voi myös antaa ohjeet esim. piirrä ääriviivat sormin, yhdellä jalalla tai kynnärpäällä.

Tärkeää on hauskan ja rennon ilmapiirin luominen.




Rentouttava pysähdys

Tarvikkeet: tarvittaessa istuinalustat

Ohjaaja pyytää laittamaan silmät kiinni ja ottamaan mukavan asennon sekä kyselee rentoutujilta:

Kuuntele hetki ja mieti, että mitä kuulet ja tunnistatko äänet? Tunnetko tuulen? Haistatko tuoksuja? Mieti mitä tuoksuja? Tunnetko auringon lämmön?



8

Aistikävely

Erlaisilla pinnoilla kävellään paljain jaloin. Erlaisia pintoja ovat esimerkiksi nurmikko, sammal, hiekka, kallio tai vesi. Ohjaajan täytyy huomioida, ettei pinnoilla ole mitään terävää tai asioita, jotka eivät kuulu metsään, kuten metallia tai lasia.

Mitä havaitaan ja huomataan liikkeessä erilaisilla pinnoilla jalkapohjien "tuntosarvilla"?

Halaa puuta

Tarvikkeet: puut

Leikkijät etsivät itselleen puun. Kädet avataan vaakatasoon ja halataan puuta. Jos puu on iso, siinä voi olla montakin leikkijää samaan aikaan halaamassa. Silmät suljetaan ja poski painetaan vasten puun runkoa. Aistitaan puun rungon rosoista pintaa ja tuoksua. Kuunnellaan tarkoin, kuuluuko hyönteisen rapinaa tai surinaa tai lintujen laulua puun ympäriltä tai sisältä.

Halataan ainakin viittä puuta, jotka ovat erilaisia. Havannoista voi kertoa ohjaajalle tai koko ryhmälle.





9

Satumaja

Tarvikkeet: luontoaiheinen satukirja, luonnonmateriaalit ympäristöstä

Mennään lähiympäristöön ja etsitään oksia tai muita irrallisia luonnonmateriaaleja. Tehdään niistä kiva maja puuta vasten. Majassa voidaan lukea muutama satu liittyen luontoon.

Lepohetki luonnossa

Tarvikkeet: makuualusta, (tyyny), kirja tai äänikirja / rentouttavaa musiikkia

Lepohetken ulkona luonnossa voi toteuttaa lepo hetken aikaan tai esimerkiksi osana retkipäivää. Valitkaa mukava ja rauhallinen paikka lepo hetkelle. Lapset käyvät pitkälleen makuualustoille ja ohjaaja huolehtii sadusta ja musiikista.





10

SADUN KERRONTA/ SADUTUS

Tarvikkeet: kynä ja paperia tai
ääninauhuri

Valitkaa luonnosta / metsästä mukava paikka. Lapset voivat yhdessä tai erikseen kertoa sadun tai satuja. Ohjaaja kirjaa nämä ylös tai äänittää.

Ympäröivä luonto ja metsä saa mielikuvituksen ja luovuuden virtaamaan.

Lukekaa tai kuunnelkaa sadut sitten yhdessä ja satuja voi myös vielä korjata.

11

Tuoksuttelujuhlat metsässä

Tarvikkeet: purkit jokaiselle lapselle

Jokainen leikkijä kerää jotain tuoksuvaa luonnosta tai metsästä löytyvää materiaalia omaan purkkiinsa.

Purkit laitetaan riviin pöydälle tai maahan ja jokainen voi haistella toisten tuoksupurkkeja.

Ohjaajan avulla selvitetään lopuksi, että mitä purkeissa on.



Eläinjooga



Tarvikkeet: alustat, lasten eläinjooga kuvakortit / itse tulostetut kuvat ja ohjeet/ itse keksityt eläimet ja liikkeet

Jokainen asettuu omalle alustalle. Ohjaaja voi näyttää eläimen ja liikkeet mitä tehdään tai jokainen lapsi voi myös vuorollaan käydä valitsemassa kuvista omavalintaisen eläimen ja näyttää liikkeen. Toiset tekevät liikkeen perässä.

Tarkoituksena rauhallinen ja mukava hetki olla ja liikkua omalla alustalla.



Vinkki

Eläimiä voi leikkiä myös vauhdikkaammin ilman alustaa. Jokainen lapsi saa näyttää eläimen ja miten se liikkuu ja toiset tekevät perässä.



12



Musiikkiesitys luonnossa

Tarvikkeet: luonnonmateriaalit, sanko

Jokainen lapsi etsii sankoon ympäristöstä löytyviä materiaaleja, joista kuuluu ääni.

Ohjaaja jakaa lapset pieniin ryhmiin ja pienryhmät harjoittelevat musiikkiesityksen luonnonmateriaaleilla soittaen. Esitykseen voi sisältyä myös laulua ja tanssia.



Tunnekortit

Tarvikkeet: tunnekortit / kuvat

Tunnekortteja voi käyttää monella tapaa lasten kanssa luonnossa ja metsässä. Niillä voi esimerkiksi aloittaa tai lopettaa retken, leikin tai evästauon.

Tunnekorttien avulla lapsi voi kertoa ja ilmaista omia tunteita.



13



Tunnetilat

Tarvikkeet: keppi / tikku

Piirretään maahan kepillä erilaisia tunnetiloja. Tunnetilat voivat olla esimerkiksi naurava, vihainen, iloinen tai surullinen. Toteutetaan samanlaisia ilmeita omilla kasvoilla.

Miten eri tunnetilassa voisi liikkua?
Pyörien, tömistellen, tanssien, tasajalkaa, pomppien, keinuen?



Varjo

Tarvikkeet: aurinkoinen päivä

Erlaisia asentoja toteutetaan auringon puolella, jotta varjoja syntyy. Kutistuuko varjo vai kasvaako se? Varjon kanssa hassutellaan ja voi kokeilla saako oman varjon kiinni, onnistuuko?

Parin kanssa voi toteuttaa myös varjoleikkiä siten, että parit yrittävät talloa toistensa varjoa.



14



ELÄIMELLE KOTI


Tarvikkeet: eläinlelu, esimerkiksi pehmolelu tai muu tarkoitukseen soveltuva / luonnonmateriaaleja

Etsikää yhdessä leikkijöiden kanssa hyvä paikka eläimen kodiksi ja lähtekää rakentamaan eläimen kotia mieluisaksi saatavilla olevista luonnonmateriaaleista. Esimerkiksi seinät ja katto, kodin tarvikkeita ja mitä ikinä eläin mahtaa kotiinsa tarvita.

Vinkki

Voitte tehdä myös yhdessä oikealle luonnon asukkaalle kodin tai pesän. Se voi olla esimerkiksi linnunpesä tai vaikka hyönteishotelli.

15




Oma kuva

Tarvikkeet: luonnonmateriaalit

Leikkijä saa rakentaa oman kuvansa luonnonmateriaaleista. Käydään kiertämässä ja ihaillemassa lopuksi jokaisen leikkijän kuva.

Tarkastellaan myös materiaaleja, mitä taiteilija on teoksessaan käyttänyt.



Keppinimi

NIMI

Tarvikkeet: eri pituisia ja muotoisia keppejä

Maasta kerätään eripituisia keppejä ja kepeillä kirjoitetaan oma etunimi. Lopuksi kierretään kaikkien leikkijöiden keppinimen luona.

Se leikkijä, kenen nimen luona ollaan, saa päättää ja keksiä millä tavoin liikutaan seuraavalle keppinimelle.

Vinkki

Voitte miettiä ja kertoa myös jokaisen oma kuvan / keppinimen kohdalla missä asioissa leikkijä on hyvä.

16



LUONTO- IKKUNA

Tarvikkeet: luonnonmateriaalit

Ryhmän kanssa rakennetaan yhdessä iso luontoikkuna. Kepeistä muodostetaan ikkuna, jossa neljä ruutua. Yhdessä keskustellaan ikkunan sisällöstä, mitä luonnonmateriaaleja käytetään?

Ohjaajan on hyvä muistuttaa, että hyödynnetään vain materiaaleja, jotka löytyvät maasta.

Luontoikkunaan kerätään yhtä materiaalia kerralla. Lasketaan lopuksi ruuduissa olevat kappalemäärät.

17



Maalausta luonnossa

Tarvikkeet: siveltimet, värit, iso paperi tai lakana tms. tai jokaiselle lapselle oma paperi

Etsikää luonnosta kiva paikka ja asettukaa mukavasti maalaushetkeen. Lapset voivat maalata yhdessä tai yksin taidetta.



Kivien maalaus

Tarvikkeet: siveltimet, värit (tai sormivärit) ja kivi / kivet

Jokainen lapsi saa maalattavaksi oman kiven. Kivet voidaan myös etsiä luonnosta ja metsästä.



Kiviä voi maalata miten haluaa tai tehdä esimerkiksi eläimen tai hyönteisen.



Vinkki

Ohjaaja voi laittaa taustalle soimaan rauhallista musiikkia tai metsän ääniä ym. Esimerkiksi kaiuttimesta tai puhelimesta.



18

Jääkuutiot

Tarvikkeet: vesivärit, vesi, maitopurkkeja tai muita jäädytyksen kestäviä purkkeja.

Maalataan lasten kanssa vesiväreillä vettä purkkeihin ja viedään purkit jäätymään ulos pihalle/ varastoon tai muuhun. Kun vesi on varmasti jäätynyt, poistetaan jääkuutio purkista.

Esimerkiksi pienryhmissä voidaan tehdä taideteoksia jääkuutioista tai koko ryhmän kesken yhteinen jäälinna tai ihan mitä vain keksitte yhdessä lasten kanssa.

Lumen maalaus

Tarvikkeet: siveltimet, vesivärit, vesi ja puhdasta lunta

Mieluisan maalauspaikan löydyttyä ulkoa lumesta, jokainen lapsi voi aloittaa lumitaiteen teon yksin tai yhdessä.

Vinkki

Vesiväreillä kannattaa tehdä vahvat värit, jotta ne näkyvät lumessa.

19



VUOROVAIKUTUSTA JA OSALLISUUTTA

TUKEVIA LEIKKEJÄ



20



RETKI KUVINA JA VIDEOINA

Tarvikkeet: kamera, tabletti tai muut digilaitteet

Kuvatkaa yhdessä kuvina ja/tai videoina ryhmänne retki luonnossa ja metsässä. Lapset saavat myös kuvata haluamaansa materiaalia.

Retkellä voitte yhdessä keksiä ryhmällemme esimerkiksi voimalauseen, voimalaulun tai voimaliikkeen.

Kuvattua materiaalia voi myöhemmin tutkia ja katsoa yhdessä päiväkodilla.

21

Metsän kasvit tutuiksi leikkien

Tarvikkeet: eri lajeja pensaita tai puita

Kuljetaan metsässä ja nimetään puita ja pensaita. Ohjaaja antaa käskyjä ja leikkijät tekevät eri tehtäviä käskyn mukaisesti esim. kierrä koivu 5 kertaa tai koputa haapaa 3 kertaa.

Myös leikkijöitä aktivoidaan keksimään tehtäviä.

Yhteinen polku lehdistä

Tarvikkeet: syksyn lehdet, jokaiselle sanko

Jokainen kerää maasta löytyneitä lehtiä sankoonsa. Yhteistyöllä tehdään polku.

Kun polku on valmis, niin valitaan yksi leikkijä, joka kertoo kuinka polku pitää liikkua esim. taputtaen käsiä. Jokainen saa vuorollaan keksiä polkuun liikkumisidean.

22



PATSASLEIKKI

Tarvikkeet: tarvittaessa idealista patsasta varten, kamera

Ryhmälle kerrotaan asia mitä heidän pitää esittää omaa kehoa käyttäen. Ohjaaja sanoo esimerkiksi kettu ja kaikki yrittävät muodostaa yksilönä ketun.

Muutaman harjoituksen jälkeen tehdään yhteistyötä ja annetun patsas-ohjeen perusteella ensimmäinen leikkijä tekee alkuasennon ja toiset leikkijät jatkavat teosta omalla vuorollaan.

Patsas on valmis, kun kaikki ovat teoksessa mukana. Ohjaaja voi ottaa valokuvan teoksesta, että koko ryhmä näkee teoksen kokonaisuudessaan.

23

Lintu, perhonen vai kala metsäleikki

Tarvikkeet: piilotettava esine

Yksi leikkijä piilottaa yhdessä valitun esineen metsässä ennalta sovitulle alueelle ja toiset leikkijät eivät katso piilotusta.

Piilottaja antaa vihjeitä etsijöille, että onko esine lintu, kala vai perhonen. Lintu on korkeampi kuin perhonen ja kala on maantasolla. Kun etsijä lähestyy kohdetta voi sanoa lämpenee ja kun etäänny kohteesta voi sanoa viilenee.

Sanaleikki "metsä on lastattu"

Tarvikkeet: pallo, tarvittaessa istuinalusta

Istutaan piiriin metsässä. Mietitään yhdessä teema esim. metsä, hyönteiset, linnut, värit.

Teeman mukaan se jolla on pallo sanoo "metsä on lastattu" sekä teemaan sisältyvän sanan ja heittää sen jälkeen pallon jollekin toiselle, joka keksii eri sanan.

24



KIM-LEIKKI LUONNON- MATERIAALEILLA

Tarvikkeet: luonnonmateriaalit/
mitä luonnosta ja ulkoa löytyy

Lapset saavat etsiä ulkoa materiaaleja tai tarvikkeita kim-leikkiä varten. Kun sopiva määrä materiaalia on löytynyt, laitetaan ne esille maahan kaikkien nähtäväksi piirin keskelle. Jokaisen materiaalin voi käydä vielä läpi yhdessä lasten kanssa.

Sitten lapset kääntyvät piirissä selin tavaroihin ja laittavat silmät kiinni. Ohjaaja ottaa sillä välin jonkun tavarahan pois ja sanoo lapsille saa katsoa, kun on valmista. Lapset saavat arvata ja muistella mikä tavara on poissa. Ohjaaja voi myös vähän vaikeuttaa leikkiä ja sekoittaa tavaroiden paikkaa, kun lapsilla on silmät kiinni.

Ohjaaja voi antaa leikissä myös lasten ottaa tavaroita pois.

25




Värit luonnossa

Tarvikkeet: luonnon värisiä kartonkeja / papereita mukaan

Tarkoituksena on yhdessä lasten kanssa etsiä / tarkastella / kerätä / valokuvata luonnosta kartongin tai paperin värisiä asioita.

Mitä kaikkea löydätteekään?



Puun kosketus

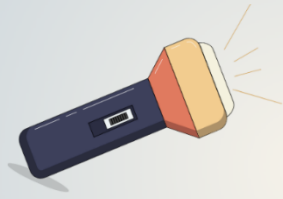
Tarvikkeet: monta puuta

Ohjaaja kertoo leikkijöille jonkun kehonosan esim. jalkapohja. Sen jälkeen leikkijät koskettavat jalkapohjalla mahdollisimman monta puuta sovitulla alueella.

Kun ohjaaja taputtaa käsiään, niin kehonosa vaihtuu. Ohjaaja sanoo nimeltä leikkijän, joka saa valita seuraavan kehonosan.




26



MAJAKKALEIKKI PIMEÄLLÄ

Tarvikkeet: taskulamppu,
korkeampi alusta tai maasto

Yksi leikkijä on majakka ja menee hieman korkeammalle aluelle seisomaan. Toiset leikkijät menevät rajatulle alueelle piiloon.

Sitten majakkana toimiva taskulamppu kädessään valaisee ympäristöään ja samalla muut lähestyvät häntä.

Mikäli majakka huomaa lampun valossa pelaajan, niin huomattu pelaaja palaa lähtöpisteeseensä.

Joka pääsee majakan luokse ensin, niin toimii seuraavaksi majakkana.

27



HEIJASITIMEN ETSINTÄ

Tarvikkeet: heijastin / heijastimia
sekä taskulamppu / taskulamput

Ohjaaja piilottaa heijastimen / heijastimet ennakkoon ulos ja yhdessä lasten kanssa etsitään heijastin / heijastimet taskulampun avulla hämärän tai pimeän aikaan.

Heijastinta voi myös etsiä erilaisissa pienryhmissä.

Vinkki 👍

Lapset voivat tuoda kotoa oman taskulampun

28



Kävyn tarkkuusheitto

Tarvikkeet: käpyjä ja "maali" esimerkiksi pieni ämpäri, haavi, pussi tms.

Ohjaaja laittaa maalin sopivaan paikkaan ja ohjaa leikkijät jonoon.

Leikkijät saavat vuorotellen heittää kävyn/käpyjä kohti maalia.

Kannustetaan yhdessä toisia!

Tarkkuusheittoa voi kokeilla myös pienillä kepeillä ja kivillä.





Temppurata / Esterata

Tarvikkeet: luonnosta löytyvät materiaalit tai esimerkiksi estetarvikkeita mukaan

Yhdessä lasten kanssa tehty ja keksitty tempu-/ esterata.

Miettikää myös yhdessä millä eri tavoin radalla voisi liikkua ja muita erikoisuuksia.

Vinkki 

Radalle voi ottaa myös mukaan esimerkiksi keppihevosta tai oman pehmolelun 

29



KARHUNPESÄ

Tarvikkeet: lumi

Lumeen tallataan leikkijöiden kanssa suuri ympyrä. Parhaiten se käy, kun kaikki kulkevat peräjälkeen ja polkevat lumen vahvaksi poluksi. Sen jälkeen tehdään muutama polku ympyrän kehältä kohti keskustaa, jossa karhun pesä on.

Valitaan ensin yksi leikkijöistä karhuksi ja hän menee pesäänsä ympyrän keskelle. Muut leikkijät menevät mahdollisimman kauaksi karhusta ympyrän kehälle ja poluille. Karhu laskee sovittuun lukuun asti ääneen ja sen jälkeen lähtee ajamaan takaa toisia.

Leikkijät saavat levähtää välillä pesässä, sieltä ei karhu saa ottaa kiinni ketään. Karhun saadessa leikkijän esimerkiksi Kallen kiinni vangikseen, karhu huutaa "Kalle on karhu" ja lähtee heti karkuun. Uusi ja vanha karhu vaihtavat tehtäviä ja leikki jatkuu.

Karhunpesä on talvileikki ja leikkipaikka on valmiina aina. Jos yöllä on satanut lunta, se tallautuu kovaksi nopeasti ja tarvittaessa lunta voi lapioida pois. Talvina jolloin on runsaasti lunta, polut jäävät vähitellen lumeen niin syväälle, että leikkijät voivat kyyryssä hiipiä toisiaan näkemättä. Leikistä ei silloin puutu yllätyksiä ja jännitystä!

30

Etsi minulle metsästä

Valitaan leikin vetäjä. Ryhmänjako kahteen. Kaksi jonoa vierekkäin.

Vetäjä jonojen edessä sanoo esimerkiksi: "tuo viisi lehteä" ja jonojen ensimmäiset etsii pyydetty asiat ja joukkue, joka ehtii ensin saa pisteen.

Etsinnän jälkeen etsijät menevät jonon viimeiseksi.



Liikkuvat eläimet



Ensin harjoitellaan yhdessä, että millä tavalla eri eläimet esim. jänis, hirvi, hiiri ja karhu voisivat liikkua. Eläinten kuvia voi käyttää apuna.

Leikkijät menevät riviin seisomaan ja yksi leikkijä menee sopivan välimatkan päähän seisomaan kasvot pois päin muista leikkijöistä ja sanoo yhden eläimen liikkumistavan, jolloin muut leikkijät lähestyvät ohjeiden mukaan ohjeen antajaa.

Ensimmäisenä ohjeen antajaa koskettanut on voittaja.




31



Jäädy-hippa

Tarvikkeet: heijastinliivejä esim. 5 kpl

Valitaan hipaksi useampi henkilö, jolle annetaan heijastinliivit.

Kun hippa saa kiinni liivittömän, täytyy henkilön jäädä paikoilleen siinä asennossa joka hänellä oli hipan ottaessa kiinni.

Kiinni otetun voi pelastaa niin, että kättelee kiinniotettua jolloin hän pääsee takaisin leikkiin.





Hämähäkki kutoi seitin

Tarvikkeet: 2 puuta, köysi/köysiä/ohutta narua

Leikkijät muodostavat ohjaajan avulla kahden puun väliin hämähäkinseitin käyttäen naruja ja köysiä.

Ideana on mennä tehdyn seitin koloista läpi. Yhdestä kolosta saa mennä vain kerran.



32



PUUNKIERTOKISA

Tarvikkeet: kaksi puuta

Jaetaan kaksi joukkuetta seisomaan puiden väliin eri puolille pitäen kämmentä esillä. Kaksi henkilöä kummastakin joukkueesta kiertävät kahden puun väliä ympäri ja he yrittävät ottaa toisiaan kiinni.

Jos kisaaja saadaan kiinni kevyellä käden kosketuksella, niin kiinni otettu jää istumaan lähetyville.

Kiertäjä voi vaihtaa vuoroaan oman joukkueen jäsenen kanssa kämmenläpsystä ja kisaaja vaihtuu.

Kisa ratkeaa, kun toisen joukkueen kisaajat on saatu kaikki kiinni.

33



METSÄBINGO

Tarvikkeet: tulostetut bingopaperit, kynät ja tarvittaessa suurennuslasit/luupit mukaan


Ohjaaja tekee ennakkoon bingokuvat, esimerkiksi 6 kuvaa. Bingoa voi pelata myös monilla eri tavoilla ja teemoilla. Bingopaperin voi tulostaa jokaiselle lapselle, pareittain tai ryhmittäin.

Tarkoituksena on löytää luonnosta ne asiat mitä kuvissa on. Kun kuva, esimerkiksi mustikka on löydetty luonnosta, ympyröidään kuva tai piirretään kuvaan rasti.

Kun kaikki kuvat ovat löytyneet voi huutaa

BINGO!

34



Valokuvasuunnistus

Tarvikkeet: kännykkä, kynä, paperia


Ota kuvia luonnosta tietystä ympäristöstä. Kuvan mukaisiin kohtiin laitetaan rastilappu, jossa on kuva tai kirjain.

Näytä suunnistajille kuva kerrallaan etsittäväksi. Kun kuva/kirjain on löytynyt, niin se laitetaan jonoon löytymisjärjestyksessä.

Lopuksi katsotaan yhdessä, että mikä sana tai tarina rasteista tuli.



35



Valokuvasuunnistus (helpompi versio)

Tarvikkeet: kuvat ympäristöstä (kuvat voi myös tulostaa)

Ohjaaja on ennakkoon ottanut kuvia ympäristöstä ja näyttää lapsille kuvan paikasta, joka täytyisi löytää. Lapset voivat yhdessä etsiä ja tunnistaa paikan ja mennä sinne.

Yhdessä tarkistetaan kuvasta onko kyseinen paikka oikea. Jos ei ole, etsiminen jatkuu ja jos on, sitten jatkuu seuraava kuva ja seuraavan paikan etsintä.




Etsi pehmolelu

Tarvikkeet: pehmolelu tai pehmolelut

Ohjaaja piilottaa etukäteen ulos pehmolelun/pehmolelut. Lapsille näytetään kuva piilossa tai kadoksissa olevista pehmoleluista, esimerkiksi pupusta ja yhdessä lasten kanssa lähdetään etsimään pupua.

Ohjaaja voi johdatella pehmolelun jäljille, jos pehmolelua ei meinaa löytyä.

Hahmojen etsiminen

Tarvikkeet: pieniä hahmojen kuvia (lasten suosikkeja esimerkiksi ryhmähau, pokemon)

Piilotetaan kuvia ulos ja lapset saavat etsiä hahmot ja tuoda ne ohjaajalle tarkastuspisteelle.

Ohjaajalla on kuvat kaikista piilotetuista hahmoista, jotta pystytään tarkastamaan hahmojen tilanne ja kun kaikki on löydetty.



36



LÖYDÄ LUONNOSTA

Leikkialuetta voidaan halutessa rajata. Leikkijät etsivät ohjaajan pyynnosta kerrallaan aina yhden asian luonnosta. Se voi olla esimerkiksi jotain pehmeää, kuivaa, pyöreää, pitkää, kulmikasta, märkää, lyhyttä, kovaa, rumaa tai kaunista.

Etsittäviä asioita voi keksiä myös yhdessä lisää. Etsintää voi toteuttaa kaikki yhdessä, pienryhmissä, parin kanssa tai jokainen leikkijä etsii asioita itse.

Käykää läpi yhdessä mitä erilaisia asioita löysitte.

37



Selaattehan ja käytättehän opasta myös yhdessä lasten kanssa!

Muistathan myös tutut yhteisleikit, joita voi hyvin leikkiä luonto- ja metsäympäristöissä. Tässä vielä muutama esimerkki:

- piiloleikki
- polttopallo
- tunnelipallo
- väri
- peili
- maa-meri-laiva
- hedelmäsalaatti
- hippaleikit
- karhu nukkuu
- tervapata
- majan rakennus
- kuka pelkää mustekalaa
- seuraa johtajaa

38

Lähteet:

Hyvinvointia, ilmaisua ja luovuutta tukevia leikkejä:

Aistikävely- Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja, Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 33.

Halaa puuta- Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 63.

Keppinimi- Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 71.

Luontoikkuna- Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 81.

Musiikkiesitys luonnossa - mukaillen Honkonen, L. & Karvonen, P. 1995. Halataan puuta. Luonto- ja liikuntaleikkejä. Helsinki: Kirjayhtymä, 47.

Oma kuva- Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 67.

Pilvitaideita kehonosilla- mukaillen Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 51.

Rentottava pysähdys- mukaillen Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 62.

Satumaja- mukaillen Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Lähellä koko perhettä. Helsinki: Metsäkustannus, 46.

Tunnetilat- Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 84.

Tuoksuttelujuhlat metsässä - mukaillen Honkonen, L. & Karvonen, P. 1995. Halataan puuta. Luonto- ja liikuntaleikkejä. Helsinki: Kirjayhtymä, 46.

Varjo- Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 29.

Lähteet:

Vuorovaikutusta ja osallisuutta tukevia leikkejä:

Etsi minulle metsästä- mukaillen Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Lähellä koko perhettä. Helsinki: Metsäkustannus, 64.

Hämähäkki kutoi seinin- mukaillen Valkeapää, M. 2011. Pomppivat pavut. Ryhmätoimintaa pienille ja isoille. Helsinki: Lasten keskus, 118.

Jäädy-hippa- mukaillen Valkeapää, M. 2011. Pomppivat pavut. Ryhmätoimintaa pienille ja isoille. Helsinki: Lasten keskus, 74.

Karhunpesä- Lahtinen, M. 2005. Kymmenen tikkua laudalla: leikkejä koko vuodeksi. Helsinki: Tammi, 33.

Kävyä tarkkuusheitto- mukaillen Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 52.

Liikkuvat eläimet- mukaillen Tuomaa, M. 2016. Takapihalta alkaa seikkailu. Tarinoita ja toimintaideoita lähiluontoretkeille. Jyväskylä: PS-kustannus, 17.

Lintu, perhonen vai kala metsäleikki- mukaillen Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Lähellä koko perhettä. Helsinki: Metsäkustannus, 58.

Löydä luonnosta- mukaillen Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 100.

Majakkaleikki pimeällä- Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Lähellä koko perhettä. Helsinki: Metsäkustannus, 58.

Metsän kasvit tutuiksi leikkien- mukaillen Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 24.

Patsasleikki- mukaillen Valkeapää, M. 2011. Pomppivat pavut. Ryhmätoimintaa pienille ja isoille. Helsinki: Lasten keskus, 47.

Puun kosketus- mukaillen Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 25.

Sanaleikki "metsä on lastattu"- mukaillen Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Lähellä koko perhettä. Helsinki: Metsäkustannus, 61.

Valokuvasuunnistus- mukaillen Keisteri-Sipilä, E. 2017. Liikuttava luonto. Lähellä koko perhettä. Helsinki: Metsäkustannus, 66.

Yhteinen polku lehdistä- mukaillen Ruotsalainen, S-M. 2021. Luonto-leikkikirja. Helsinki: Lasten ja nuorten keskus, 35.