

## Aistiretki luontoon varhaiskasvatuksessa

Marika Pesonen  
Liisa Pesonen

Opinnäytetyö

Sosionomi (AMK)  
Sosiaali-alan koulutus

2023



Degree in Social Services  
Bachelor of Social Services

---

<b>Author</b>	Marika Pesonen, Liisa Pesonen	2023
<b>Supervisor(s)</b>	Kirsi Poikajärvi, Matti Virtasalo	
<b>Title</b>	Sensory Trip to Nature in Early Childhood Education	
<b>Number of pages</b>	29 + 2	

---

The purpose of this practice-based thesis is to organize a sensory trip in nature for 4-5 year old children, who are in early childhood education. We proceeded according to linear model in our practice-based thesis. With our thesis we aim to point out wellbeing effects of nature. We also hoped that children would experience nature as easily approachable place. Another thing central to our thesis were senses, which we wanted to stimulate in multiple ways in natural surroundings. As organizers, we wanted to gain experience in guiding group of children as well as organizing trips.

The thesis' theory section consists of the senses of children, early childhood education and the wellbeing of children. The concept of children's wellbeing includes the effects of nature, and the concept on participation.

The practice part of the thesis was organized in a forest near the kindergarten, which was already familiar to the children. The sensory trip was successful on our part, and it provided the children a pleasant moment in nature. For the sensory trip we had planned a story where we used different senses. The trip ended with singing together and drinking juice in the nature. The children were also given the opportunity to play freely, as it is important for children.

The importance of small group activities became a central finding during the sensory trip. Small group work enables more individualized attention to the child, which can then increase the child's participation. Another central finding was the individuality and uniqueness of children, which requires professionalism from the adult so they could work with different children. Nature environment in early childhood education is a good place to implement diverse activities, that could increase the children's wellbeing and the meaningfulness of everyday life.

**Key words**                      early childhood education, senses, wellbeing

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO .....	5
2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	6
2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö .....	6
2.2 Lineaarinen malli .....	7
2.3 Eettiset näkökulmat .....	7
2.4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....	8
3 AISTIEN MONINAISUUS .....	10
3.1 Aistit lapsen kehityksessä .....	10
3.2 Aistien käyttö aistiretkessä .....	11
4 VARHAISKASVATUS LAPSEN KEHITYKSEN TUKENA .....	13
4.1 Varhaiskasvatus kasvuympäristönä .....	13
4.2 Green Care varhaiskasvatuksessa .....	14
4.3 Lasten ympäristökasvatus .....	15
5 HYVINVOIVA LAPSI .....	18
5.1 Menetelmiä lapsen hyvinvoinnin edistämiseen .....	18
5.2 Lapsen osallisuuden edistäminen .....	19
6 AISTIRETKEN TOTEUTUS .....	22
7 POHDINTA .....	28
LÄHTEET .....	30
LIITTEET .....	32

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme teoriaosuudessa tuomme esille lasten hyvinvointiin liittyviä käytänteitä. Avaamme käsitteitä liittyen lasten osallisuuteen, aisteihin sekä hyvinvointiin. Teoria tiedolla pyrimme määrittelemään myös keskeisimpiä asioita varhaiskasvatuksesta.

Varhaiskasvatuksen pohjan täytyy olla kunnossa, jotta voidaan lähteä rakentamaan jotain uutta ja entistä kehittävämpää toimintaa. Teoriaan pohjautuen yhdistämme tähän toiminnallisen osuuden, jonka suoritamme Sahanperän päiväkodissa Rovaniemellä. Toimintaympäristönä luonto kasvattaa lasten positiivista ajattelua ja suhdetta luontoon. Tämä luo pohjaa lasten ajattelulle kestävästä kehityksestä ja luonnon arvostamisesta. Toimintaympäristönä luonto luo lapsille vapautta. Sisällä päiväkodissa voi olla ahtaita tiloja ja välttämättä ei aina ole mahdollista vapaasti juosta ja leikkiä. Leikkitiloja rajataan eri leikeille, koska ryhmässä voi olla paljon lapsia ja kaikille tulisi kuitenkin taata leikkirauha.

Toiminnallisen osuuden olemme suunnitelleet toteutettavaksi päiväkodin lähimetsään. Lapsille on suunniteltu tarina nallesta, jossa lasten erilaiset aistit pääsevät käyttöön. Käytettäviä aisteja ovat kaikki ihmisen perusaistit eli näkö-, kuulo, haju-, maku- ja tuntoaisti. Green Care-lähtöinen toiminta näkyy toiminnallisessa osuudessa siten, että täytämme toiminnan peruselementit. Peruselementtejä ovat toiminnan luontoperustaisuus, osallisuus ja kokemuksellisuus. (Kahilaniemi & Löf 2021, 5). Toivomme lasten kokevan toiminnan mielekkäänä ja hauskana asiana. Luonto ympäristönä on lapsille esteettinen ja siellä on vapaus liikkua.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö, jossa toteutamme kehittämämme toiminnan varhaiskasvatuksessa. Toiminnalliselle opinnäytetyölle on tyypillistä, että sen lopullisena tuotoksena on jotain konkreettista, kuten tässä tapauksessa järjestämämme retki. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9, 51). Toiminnallisen opinnäytetyön toteuttamisen täytyy perustua tieteellisyyteen ja asioiden täytyy olla perusteltuja. Olemme opinnäytetyössämme perustelleet toimintaamme mihin se perustuu sekä tuoneet myös laajasti esille sen hyötyjä. (Kananen 2013, 20).

Opinnäytetyössämme on tutkimusteoria, johon olemme prosessimme perustaneet. Tutkimusteorialla voidaan kehystää opinnäytetyön näkökulmia, tutkimusongelmaa, hypoteesia ja tavoitteita. Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä on sille tyypilliset piirteet kuten toiminnallisuus, tutkimusteoria, tutkimuksellisuus sekä raportointi. Tutkimusteoria ja sen näkökulmat sitovat opinnäytetyömme koskemaan omaa ammatti- ja tieteenalamme keskustelua. (Vilkkä 2021.) Toiminnallisessa opinnäytetyössämme on kaksi osaa, jotka ovat toiminnallinen osuus sekä prosessista dokumentointi.

Opinnäytetyön valinnassa on hyvä pohtia sitä, että miten opinnäytetyö tuotos ja siihen liittyvä prosessi auttaa ammattilaiseksi kasvamisessa. (Vilkkä 2021). Toiminnallisen osuuden kohderyhmämme on lapsiryhmä. Koemme, että tällainen valinta toiminnan järjestäjinä antaa meille hyvää kokemusta työelämään erityisesti lapsien ohjaamisesta ja vuorovaikutuksesta. Tavoitteenamme on toteuttaa toiminnallinen osuus pienryhmän kanssa, jotta pystymme turvallisesti hallitsemaan ryhmää sekä aikaa riittää myös yksilölliseen huomiointiin.

Toiminnallisen osuuden suoritamme Sahanperän päiväkodissa Rovaniemellä. Päiväkoti tarjoaa koko- ja osapäiväistä varhaiskasvatusta sekä esiopetusta. Päiväkodissa on 6 ryhmää. Ryhmiä on kaksi alle 3-vuotiaille, yksi 3–4-vuotiaille, yksi 4–5-vuotiaille sekä kaksi esiopetusta tarjoavaa 5–7-vuotiaille. Päiväkodissa on 25 työntekijää erilaisilla koulutuksilla kuten johtaja, varhaiskasvatuksen opettajat, varhaiskasvatuksen lastenhoitajat ja päiväkotihuoltajat. Rovaniemen kaupungin

päiväkoti Sahanperä on perustettu 2013 vuonna. Toiminnallinen osuus toteutetaan 4–5-vuotiaiden kanssa, joita on mukana aistiretkellä kuusi.

## 2.2 Lineaarinen malli

Opinnäytetyömme etenee lineaarista mallia käyttäen. Olemme aloittaneet tekemisemme tavoitteiden määrittelyllä, jossa olemme pohtineet, että mihin tällä opinnäytetyöllä pyritään ja mitä haluamme saada aikaiseksi. Tavoitteiden määrittelyn jälkeen etenimme suunnitteluvaiheeseen, jossa suunnittelimme toteutustamme sekä sitä, että miten sen toteutamme ja mille kohderyhmälle. (Salonen 2013, 15.) Suunnitteluvaiheen jälkeen etenimme toteutusvaiheeseen, joka tapahtui maaliskuussa 2023, jolloin olimme päiväkodissa vetämässä tuotoksemme eli aistiretken. Toteutuksemme jälkeen suoritimme päättämisen ja arvioinnin toteuttamamme toiminnasta.

## 2.3 Eettiset näkökulmat

Tutkimusvuorovaikutuksessa tutkijaan olevien ihmisten on annettava suostumus osallistumiselleen tutkimukseen. Kun tutkimukseen osallistujat ovat alle 15-vuotiaita päätös osallistumisesta, on ensisijaisesti huoltajalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 9–10.) Tutkimukseen osallistuvilla lapsilla kerrotaan heidän ikätasollensa ymmärrettävästi tulevasta aistiretkestä sekä siitä miksi se toteutetaan.

Ilmoitimme järjestämästämme retkestä Sahanperän päiväkodin ryhmän lapsien huoltajille kirjallisesti, jossa kerroimme tulevasta retkestä sekä miksi toteutamme sen. Info aistiretkestä (Liite 1) on annettu huoltajille hyvissä ajoin, jotta heille on mahdollistettu harkinta-aika lapsen osallistumisesta. Ilmoituksessa on myös kerrottu, että retkeen osallistuminen on lapselle vapaaehtoista ja huoltajalla on myös mahdollisuus kieltää lapsen osallistuminen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 9.) Ilmoituksessa kerrotaan myös, että lapsilla pysyy yksityisyydensuoja eikä heitä pysty tunnistamaan mistään. Yksityisyydensuoja on tärkeä tutkimuseettinen periaate. Tutkimukseen osallistuvien ihmisten vapaaehtoisuudella pystymme varmistumaan lapsen ja huoltajien itsemääräämisoikeudesta, joka noudattaa eettisiä periaatteita. (Arene 2019, 9.)

Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen periaatteiden mukaisesti tutkimuksesta ei tule koitua tutkimukseen osallistujille riskejä, vahinkoja tai haittoja. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2019, 7). Pyrimme takaamaan lapsien turvallisuuden esimerkiksi sillä, että aikuisia on tarpeeksi mukana, jolla pystymme ehkäisemään riskejä.

#### 2.4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Valitsimme opinnäytetyöhömmme toiminnallisen toteutuksen, koska koemme luonnon meille tärkeänä ja merkityksellisenä elementtinä. Koemme toiminnallisen menetelmän meille hyväksi tavaksi toteuttaa, koska haluamme päästä käyttämään meille mielekästä toimintaa lapsiryhmän kanssa. Luontoon liittyvä toiminta ja sen suunnittelu on myös meidän molempien vahvuuksiin kuuluvia asioita. Arvostamme luonnonläheistä ajattelua ja etenkin Green Care-toimintaa haluamme edistää.

Haluamme opinnäytetyöllämme mahdollistaa lapsille kokemuksen luonnossa, jossa kehitämme lasten ympäristökasvatusajattelua. Tavoitteenamme on, että lapset kokisivat toiminnan luonnossa myönteisenä asiana. Tavoitteenamme on myös lisätä lasten ympäristöherkkyyttä, joka on perusta ympäristövastuulliselle käyttäytymiselle. Pyrimme myös vahvistamaan Sahanperän päiväkodin luontotoimintaa ja saada Green Care-menetelmien käyttöä päiväkodin arkeen osaksi. Sahanperän päiväkodin yhtenä painotusalueena oli viime vuonna ympäristökasvatus ja siihen pohjautuen päätimme jatkaa tätä ajatusmallia hyödyntämällä Green Care-menetelmiä. Halusimme myös luontotoiminnan lisäksi hyödyntää aisteja, josta syntyikin keksimämme aistiretki. Aistiretki tapahtuu luonnossa, jossa lapsille on järjestetty eri aisteja stimuloivaa toiminnallista tekemistä.

Tavoittelemme myös sitä, että luonto koettaisiin helposti lähestyttävänä elementtinä, jonne on mukava ja helppo mennä. Rovaniemen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelman mukaisesti luonto on yksi varhaiskasvatuksen oppimisympäristö. Oppimisympäristöjen avulla varhaiskasvatuksessa pyritään lisäämään lasten kehittymistä psyykkisellä, fyysisellä ja sosiaalisella tasolla. Green Care-myönteisellä asenteella ja -toimintamuodoilla näitä kehittymisen kokonaisuuksia voidaan varhaiskasvatusryhmissä edistää.



Kaupungistuminen on suuri haaste lasten luontosuhteelle ja Suomessa onkin havaittu jo merkkejä lasten luontosuhteen heikkenemisestä sekä myös katoamisesta. Lasten ja luonnon suhde voi olla suuri voimavara lapselle, joka opettaa uusia taitoja monella eri osa-alueella. Esimerkiksi luontopäiväkotien lapsissa on huomattu eroavaisuuksia esimerkiksi motoriikan kehityksessä ja mielikuvituksessa. (Suomi, Juusola & Anundi 2016, 73.)

Toiminnallisella aistiretkellä metsään pyrimme vahvistamaan myös lasten sosiaalisia taitoja ja yhteisöllisyyttä, tunnetta kuulumisesta johonkin. Jokaisella lapsella on osallisuuden pedagogiikan mukaisesti oikeus yhteisöllisyyteen ja ryhmään kuulumiseen. Aistiretkellä hyödynnetään erilaisia aisteja ja keskustelemme yhdessä siitä mitä ajatuksia ja tunteita luonto herättää. Jokaista lasta kuullaan ja luomme omalla toiminnallamme lapsille iloa uuden oppimisesta. Pyrimme luomaan lapsille tunnetta siitä, että jokainen lapsi on arvokas ja positiivisuudesta lähtevän toiminnan kautta vahvistetaan itsetuntoa. (Kangas, Vlasov, Fonsén & Heikka 2018, 13.)

### 3 AISTIEN MONINAISUUS

#### 3.1 Aistit lapsen kehityksessä

Ihmisellä on useita erilaisia aisteja, joita hän toimiessaan käyttää yhdessä tai erikseen. Perusaisteja ovat näkö-, kuulo-, haju-, maku- ja tuntoaisti. Näiden yleisimpien aistien lisäksi ihmisellä on vestibulaarinen-, viskeraalinen- ja proprioseptiivinen aisti. Vestibulaarinen aisti ilmenee esimerkiksi tasapainossa. Viskeraalista aistia käytetään sisäelimestä tulevissa aistiärsykyissä ja proprioseptiivista aistia asentoihin ja liikkeisiin liittyvissä toiminnoissa. (Saarinen 2014, 15.)

Vauvasta asti ihmisen aistit ovat valmiina vastaanottamaan eri asioita, mutta kehittyäkseen lapsi tarvitsee tähän toisen ihmisen tukea. (Jantunen & Rönning 1996, 21). Eri aistien kautta ihminen on koko ajan yhteydessä ympäröivään maailmaan. Aistien kautta ihminen pystyy kuulemaan, näkemään, tuntemaan, haistamaan ja maistamaan. (Sinkkonen & Korhonen 2015, 191.) Jokainen ihminen aistii yksilöllisesti asioita ja on myös mahdollista, että jokin aisti ei toimi. Esimerkiksi jos ihmisen jokin aisti ei toimi, voi puolestaan toinen aisti toimia voimakkaammin. Aistien toimivuus on yksilöllistä ja aistit ovat herkempiä toisilla. Kehomme kohtaa koko ajan erilaisia ärsykeitä ja aistit ohjaavat toimintaamme eri tavalla ja aivojen tapa käsitellä aisteja ohjaa toimintaamme. (Saarinen 2014, 15–17)

Rovaniemen kaupungin vuoden 2022 varhaiskasvatussuunnitelmassa mainitaan, että lapsella tulee olla mahdollisuus maailman tutkimiseen kaikilla aisteillaan ja kehollaan. (Rovaniemen kaupunki 2022.) Uusien asioiden oppimiseen lapsi tarvitsee aistejaan ja uuden oppimista tapahtuu eniten, silloin kun lapsi on innostunut jostain asiasta. Varhaiskasvatuksessa aikuisen tulee huolehtia siitä, että lapselle mahdollistetaan monipuolisesti eri aistien käyttämistä ja hyödyntämistä. Erilaiset oppimisympäristöt ruokkivat aistillisia elämyksiä. Oppimisympäristöjen tulisi mahdollistaa lapselle tilaa mielikuvitukselle, luovuudelle ja ilmaisulle. (Saarinen 2014, 14–15.)

Lapsilla on luontainen kiinnostus luontoa ja sen eri ilmiöitä kohtaan, joten luonto ympäristönä on hyvä paikka harjoittaa eri aisteja, sillä siellä on lapselle

loputtomasti mahdollisuuksia. (Suomi ym. 2016, 78). Nykyään lapsen elämään heijastuu jo pienestä pitäen erilaisia suorituspaineita ja kiirettä, jolloin luonto voi jäädä vähemmälle huomiolle perheen elämässä, vaikka luonto itsessään stimuloi kaikkia ihmisen aisteja. (Parikka-Nihti 2011, 58–59.)

Luonnossa olo ja Green Care-menetelmät mahdollistavat lapselle monipuolisen aistikokemuksen, jossa lapsi pääsee käyttämään useita eri aisteja. Luonnossa ollessaan lapsi voi esimerkiksi tunnustella luontoa, maistaa, haistaa ja nähdä erilaisia asioita. Luonnossa on lukuisia mahdollisuuksia harjoittaa aistien toimintaa pienellä vaivalla. (Kahilaniemi & Löf 2021, 9.)

### 3.2 Aistien käyttö aistiretkessä

Aistiseikkailumme aikana on tarkoituksena hyödyntää monipuolisesti ihmisen eri aisteja kuten kuulo-, näkö-, haju- ja tuntoaisteja. Luonto on monipuolinen paikka stimuloida lapsen aisteja, sillä luonto tarjoaa siihen paljon mahdollisuuksia. Kuuloaistia hyödynnämme luonnon tarjoamia moninaisia ääniä kuuntelemalla, joita voi olla esimerkiksi eläinten tai sääntuottamat äänet. Kuuloaisti lähettää aivoihin viestejä, joita ääniaallot ovat tuottaneet. Aivoissa tämä tieto yhdistyy esimerkiksi vestibulaarisen aistin, ihon ja lihasten tuottaman aistitiedon avulla yhdeksi kokonaisuudeksi. (Saarinen 2014, 16.)

Näköaistia tarvitsemme aistiretkellä kuvasuunnistuksessa. Näön eli visuaalisen aistin avulla kykenemme havainnoimaan ympäristöä ja metsään piilotettuja kuvia. Aivot yhdistävät näön avulla saatuun tietoa muihin aisteihin ja ihminen kykenee esimerkiksi kääntämään päätänsä liikkuvan kohteen seuraamiseksi. Kuvasuunnistuksessa yhdistyy myös liike, joka stimuloi lapsen kaikkia aisteja sekä myös liikkuessaan lapsi voi harjoitella aistienkäytön yhdistämistä. (Saarinen 2014, 25.)

Kuuloaistia hyödynnämme retkellä kuuntelemalla erilaisia eläinten ja metsän ääniä. Metsässä on yleensä hyvin hiljaista ja äänten kuulemiseksi täytyy kuuloaistia herkistää ja kuunnella tarkasti. Kuuloaisti on toiselta nimeltään auditiivinen aisti. Kuuloaisti rakentuu yhdeksi kokonaisuudeksi esimerkiksi lihasten, vestibulaarisen aistin ja ihon kanssa. Kuuloaisti lähettää ääniaaltoja aivoihin, koska visuaalisia aistikokemuksia käsittelevät osat sijaitsevat aivokeskusten vieressä.

Aivokeskuksessa nämä osat vaihtavat tietoa keskenään. Aivoissa tiedot toimittavat tietoa toisiin aistitietoihin ja motorisiin viesteihin. Lapsi alkaa ymmärtämän kuulemaansa, kun kuuloaistin tiedot liittyvät aistitietoihin aivojen eri tasoilla. (Saarinen 2014, 16.) Aistiretkellä kuuloaisti on merkityksellinen aisti, koska tarinaa luetaan ja toimitaan sanallisten ohjeiden mukaisesti

Lapsen tuntoaisti eli taktiilinen aisti on hyvin herkkä, sillä se kehittyy jo kohdussa, ensimmäisenä aisteista. Tuntoaisti mahdollistaa lapselle esimerkiksi tietoa omasta kehosta, esineistä ja ympäristöstä. (Tuntoaisti vuorovaikutuksessa 2018.) Tuntoaisti on tärkeä ihmiselle, sillä taktiilisten ärsykkeiden puuttumisella on vaikutuksia ihmisen hermostoon. (Saarinen 2014, 16). Tuntoaistia hyödynnämme retkellä koskettamalla ja tunnustelemalla erilaisia luontokappaleita ja näiden avulla lapsi saa erilaisia aistillisia kosketusärsykeitä.

Jo pian syntymänsä jälkeen lapsi kykenee haistamaan erilaisia hajuja esimerkiksi äidinmaidon tuoksun. Hajuaisti ärsykkeet koetaan usein miellyttäväksi tai epämiellyttäväksi. Hajuaisti on jokaisella lapsella yksilöllinen ja jokainen ihminen kokee tuoksut eri tavalla. (Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa 2018.) Hajuaistia hyödynnämme retkellä haistamalla erilaisia tuoksuja ja luontokappaleita elämyksellisesti. Osallistamme tässä lapsia yksilöllisesti kysymällä millä tavalla lapset hajut kokevat.

## 4 VARHAISKASVATUS LAPSEN KEHITYKSEN TUKENA

### 4.1 Varhaiskasvatus kasvuympäristönä

Varhaiskasvatuksen erilaisia toimintamuotoja, joissa varhaiskasvatusta voidaan toteuttaa voivat olla päiväkotit, perhepäivähoito ja avoin varhaiskasvatustoiminta. Varhaiskasvatusta voivat järjestää kunnat, kuntayhtymät tai yksityiset tahot. Varhaiskasvatuksella pyritään edistämään lasten tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta sekä ehkäisemään syrjäytymistä. (Helin, Kola-Torvinen & Tarkka 2018, 11). Varhaiskasvatuslain mukaisesti varhaiskasvatus on tavoitteellista ja suunnitelmallista toimintaa. Se on pedagogiikkaa, jossa painotetaan kasvatusta, opetusta ja hoitoa. Nämä muodostavat yhteisen kokonaisuuden, jossa edistetään lasten kasvua ja kehitystä. Varhaiskasvatus kuuluu kaikille lapsille, jotka eivät ole vielä oppivelvollisia. (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540) Esiopetuksen järjestäminen kuuluu myös varhaiskasvatukseen.

Varhaiskasvatustoimintaa järjestävän on mahdollistettava sellainen ympäristö, joka on lapsille turvallinen ja terveellinen, kehittävä, lapsen ikä- ja kehitystasoa sekä lapsen yksilölliset tarpeet huomioon ottava. Varhaiskasvatuksessa lasta tuetaan kunnioittamalla sekä suojataan mm. kiusaamiselta, syrjinnältä ja väkivallalta. Varhaiskasvatus on monen lapsen ensimmäinen polku elämässä, josta lähdetään rakentamaan elämää. (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540)

Varhaiskasvatus on kokenut Suomessa paljon muutoksia ja on huomattu, että laadukkaalla varhaiskasvatuksella luodaan pitkäntähtäimen etu lapselle. Se on myös tulevaisuutta ajatellen yhteiskunnallisesti merkittävä säästö, kun rakennetaan laadukas pohja lapsen elämään. Varhaiskasvatus siirtyi sosiaali- ja terveysministeriöltä opetus- ja kulttuuriministeriön hallinnan alle vuonna 2013. (Leskinen 2019, 29)

Varhaiskasvatukseen olennaisesti liittyvä asia on pedagogiikka, joka tarkoittaa kokonaisuutta, johon sisältyvät lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukeminen sekä vastuut, jotka varhaiskasvatuksen henkilöstöllä on työssään. Suomessa varhaiskasvatusta määrittelee varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, jossa määritellään arvot ja tavoitteet varhaiskasvatukselle. Nämä velvoittavat

kaikkia varhaiskasvatusta toteuttavia tahoja toimimaan yhdenmukaisesti. (Kangas, Lastikka & Karlson 2021, 11–12.)

Toteuttaessa laadukasta ja hyvää varhaiskasvatusta, täytyy olla tietämystä ja näkemystä, miten sitä toteutetaan. Kasvattajan omat arvot ja näkemykset asioihin voivat vaikuttaa siihen, miten hän lasten kanssa työskentelee tai mitä hän heille opettaa. Näin ollen kasvattajan olisi hyvä olla avarakatseinen, ennakkoluuloton ja kehitysmuuntoinen uusien asioiden kohtaan. Varhaiskasvatuksessa työskentelevällä on hyvä olla monialaista osaamista ja ammattitaitoa. Omaan ammatillisuutta tulisi koko ajan kehittää. Lapsilähtöinen työskentelyote on tärkeää, näin lasten ajatukset ja tarpeet tulevat kuulluiksi. (Hujala & Turja 2011, 16)

#### 4.2 Green Care varhaiskasvatuksessa

Green Carella tarkoitetaan luontoa ja luontoympäristöä hyödyntäviä menetelmiä, joiden tarkoituksena on edistää ihmisten hyvinvointia. Green Care toiminnalla pyritään myös vahvistamaan ihmisen luontosuhdetta, joka on hyvä aloittaa jo varhain. Green Care voidaan käsittää hyötyä tuottavana toimintana hoiva-, hoito-, kuntoutus- ja kasvatustehtävissä. Kasvatuksessa eli tässä yhteydessä varhaiskasvatuksessa Green Care-menetelmien käytöllä mahdollistetaan lapselle uuden oppiminen ja erilainen oppimisympäristö. Green Care-toiminnan ei tule välttämättä tapahtua luonnossa vaan siihen liittyvää toimintaa voidaan toteuttaa myös sisätiloissa. Elementtejä Green Carelle on luonto, luonnonelementtejä hyödyntävä toiminta, luonnossa tapahtuva sekä yhteisö, joka toteuttaa Green Care toimintaa. (Rovaniemen ammattikorkeakoulu 2012, 14–22)

Lapset voivat saada monipuolista harjoitusta psyykkisille, sosiaalisille ja fyysisille taidoilleen erilaisissa luontoympäristöissä. Varhaiskasvatuksessa varhaiskasvattajien tehtävänä voidaan pitää sitä, että heidän kuuluu tehdä lapsille liikkumiseen houkutteleva ympäristö ja opettaa erilaisissa ympäristöissä liikkumista. (Hujala & Turja 2016, 138.)

### 4.3 Lasten ympäristökasvatus

Ympäristökasvatus tarkoittaa elinikäisen oppimisen prosessia, missä ihminen tulee tietoiseksi ympäristöön liittyvistä asioista ja omista rooleistaan ympäristöä kohtaan. Nämä roolit voivat koskea ympäristön säilyttämistä ja hoitoa. Ympäristökasvatus on hyvä aloittaa jo varhaiskasvatus ikäisen lapsen kanssa. Ympäristökasvatuksena pidetään sellaista toimintaa, jossa pyritään ympäristötietoisuuden lisäämiseen. Näin ollen ympäristökasvatuksen myötä lapselle kehittyy ajatus ympäristöä säästävistä elintavoista ja kestävästä kehityksestä, johon liittyy mm. oikeanlainen kierrättäminen. (Helenius & Korhonen 2008, 155.) Ympäristökasvatuksella tavoitellaan lasten kasvamista vastuullisiksi, luonnosta välittäviksi ihmisiksi, joilla on tarvittava herkkyys ympäristössä tapahtuville ilmiöille. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 66.)

Elämme haasteellista aikaa ympäristökasvatuksen näkökulmasta, sillä haaste on lasten ja luonnon vieraantuminen toisistaan. Varhaiskasvatussuunnitelmassa suunnataan lapsia oppimaan ja huolehtimaan ympäristöstä, iloitsemaan ja nauttimaan luonnossa olemisesta. Ympäristökasvatuksella pyritään tietoisuuden lisäämiseen, jotta lapsilla tulisi ajatus omista vaikutus mahdollisuuksista ja kyvyistä vaikuttaa omilla toimillaan asioihin. Näillä toimilla pyritään, että lapsesta tulisi aktiivinen kansalainen, sekä hän kokisi olevansa osallinen ympäristökasvatusta liittyvissä asioissa. (Wahlström & Juusola 2017, 13.)

Ympäristökasvatuksessa on hyvä painottaa arvojen, asenteiden ja tunteiden merkitykseen. Alle kouluikäisten lasten ympäristökasvatuksessa voidaankin tavoitella tunteisiin liittyviä tekijöitä. Näitä tunnetekijöitä voivat olla luonnon kokeminen esteettisenä ja ainutkertaisena, herkkyys ympäristöä kohtaan, sekä luonnosta voi saada mielihyvää tuntemalla olevansa osa sitä. Lapsi oppii tuntemaan ympäristöä kokemusten ja tunteiden avulla. (Helenius & Korhonen 2008, 156.)

Aikuisten vastuulle ja tehtäväksi jää mahdollistaa lapsille tarkoituksenmukaisia välineitä ja riittävästi hetkiä leikeille ja tutkimuksille, minkä avulla voidaan kehittää ympäristökasvatusajattelua. Tämä voisi varhaiskasvatuksessa tarkoittaa sitä, että suunnitellaan viikko-ohjelmaan retkipäivä, jossa lähdetään tutustumaan luontoon ja havainnoidaan siellä erilaisia asioita. Varhaiskasvatuksessa voidaan

edistää kestäväen kehityksen ajattelua harjoittelemalla oikeanlaista kierrätystä viemällä lasten kanssa yhdessä roskia lajittelupisteelle ja erilaisten harjoitusten avulla. Lapselle kehittyy ajatus ympäristökasvatuksesta tiedon, teoreettisen, käytännöllisen, taidon, käsitteellisen ja toiminnallisen ajattelun sekä tekemisen avulla. Tähän voidaan yhdistää myös taide, joka voi olla yksi tarkastelukulma asioihin. Lapset tarvitsevat tietoa ja käsitteitä, kun asioita harjoitellaan. Lapsi käyttää asioita mielessään ja yhdistää ne havaintoon. Näin käsite muokkautuu ja lapsi kykenee ottamaan sen käyttöönsä. (Helenius & Korhonen 2008, 158.)

Lapsen kehityksen kannalta on tärkeä, kun jotain tehdään tai havainnoidaan, kerrotaan ja kerrotaan sanallisesti mitä olemme tehneet, opetelleet ja opittu. Keskustelu ja ajatusten vaihto asioista kehittää lapsen ajattelua ja huomaamista, että vuorovaikutukseen kuuluu muutakin kuin puhuminen. Se on kuuntelemista, ajattelemista ja ajatusten vaihtoa. Lapsia voi helpottaa kuuntelemisessa, jos voi kuunnellessaan katsoa jotain kohdetta. Uusien asioiden opettelu on kokopäiväpedagogiikkaa ja lapsi oppii tutkiessaan ja leikkiessään. Toiminnallisessa osuudessaamme hyödynnämme aistiharjoituksia lähimetsässä. Muita opetusmenetelmiä luontotoimintaan voivat olla esimerkiksi luontoleikit, sadut, metsämörri-pedagogiikka, lajikasvatus, taiteen valmistaminen luonnon materiaaleista ja erilaisten käsitteiden avaaminen esimerkiksi mikä on elotonta ja mikä ei. (Helenius & Korhonen 2008, 159.)

Ympäristökasvatukseen liittyy myös ympäristöherkkyyden käsite, jolla tarkoitetaan pohjan rakentamista ympäristövastuulliselle käyttäytymiselle. Käsite kuvastaa ihmisen suhdetta luontoon ja se on merkittävimpiä tekijöitä ympäristövastuullisuuden muodostumisessa. Se ilmentää ihmisen suhdetta ympäristöönsä. Ympäristöherkkyyttä voidaan edistää aistien monipuolisella käytöllä, mielikuvituksen rohkaisulla, myönteisyydellä asioita kohtaan ja luonnon kunnioittamisella. (Helenius & Korhonen 2008, 160–161.)

Varhaiskasvatussuunnitelman yhtenä oppimisalueena on tutkin ja toimin ympäristössäni. Kasvattajan tulee vahvistaa lasten luontosuhdetta ja vastuullisuutta ympäristöä kohtaan esimerkiksi säännöllisillä retkipäivillä. Näin retkeily on luonteva osa päiväkodin arkea. Lapset täytyy ottaa osalliseksi myös



ympäristökasvatusajattelussa ja haastaa heitä pohtimaan omaa luontosuhdettaan. (Kangas ym. 2021, 41.)

Luonnossa liikkuminen ja siihen tutustuminen syventävät suhdetta elävään ympäristöön. Kestävä kehitys, ympäristön suojeleminen ja niiden vahvistaminen tulisi olla luonteva osa päiväkodin arjessa. Tutkin ja toimin ympäristössäni osa-alue voidaan ajatella kolmen eri kehän avulla. Lasten ympäristökasvatusajattelu kehittyy luonnossa liikkuen ja toimien, joka taas kehittää ympäristön tiedollisia ja taidollisia valmiuksia. Näiden kahden avulla lapsille kehittyy ajatus toiminnasta ympäristön hyväksi. Viimeinen osa-alue kehittää vastuullisuutta ja yksilön vaikutusmahdollisuuksia. (Kangas ym. 2021, 41.)

## 5 HYVINVOIVA LAPSI

### 5.1 Menetelmiä lapsen hyvinvoinnin edistämiseen

Jokaisen lapsen yksilölliset elämään vaikuttavat tekijät kuten synnynnäiset ominaisuudet, temperamentti sekä perheeseen, verkostoon ja ympäröivään yhteiskuntaan liittyvät tekijät voidaan nähdä joko lapsen kehitystä suojaavina tai haittaavina tekijöinä. Lapsen kehityksessä ja hyvinvoinnissa on kyse monen eri tekijän yhteisvaikutuksesta. (Kanninen & Sigfrids 2012, 46.) Luonnon hyvinvointivaikutukset ovat olleet tunnettuja jo pitkään, mutta nykyään ihminen on vieraantunut luonnosta esimerkiksi kaupungistumisen takia. (Rovaniemen ammattikorkeakoulu 2012, 13–14.)

Green Care-menetelmien avulla voidaan edistää lapsen hyvinvointia monin eri tavoin. Lapsi kasvaa ja kehittyy toimiessaan yksilönä ja yhteisön jäsenenä. Sosiaaliset- ja vuorovaikutustaidot kehittyvät toimiessamme ryhmässä muiden kanssa. Sosiaaliset taidot tarkoittavat lapsen kehitystä erilaisten yhteisöjen ja ryhmien jäseneksi.

YK:n lasten oikeuksien sopimus korostaa lasten hyvinvoinnin edistämistä. Hyvinvointia on suunnitella sellaiset oppimisympäristöt, jonka avulla lapsi saa kehittää yksilöllisiä kykyjään turvallisessa ja hänen tarpeisiinsa vastaavassa ympäristössä. Erilaiset oppimisympäristöt koetaan lapsen hyvinvointia lisääväksi. (Hujala & Turja 2011, 11.)

Luonnolla on useita merkittäviä hyvinvointia edistäviä tekijöitä niin fysiologisesti, psyykkisesti, henkisesti kuin myös sosiaalisesti. Luonnossa olo voi auttaa esimerkiksi stressiin sekä keskittymiskyvyn parantamiseen. Jo lyhyellä luonnossa ololla on myönteisiä vaikutuksia ihmiseen ja se voi vähentää esimerkiksi ärtyneisyyttä, masentuneisuutta ja ahdistusta. Luonnossa ololle olisi hyvä altistua jo varhain. Luonnossa leikkimisellä lapsuudessa on osoitettu olevan yhteyksiä aikuisena ympäristömyönteisyyteen ja arvoihin. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 23.) Leikit luonnossa kehittävät esimerkiksi lapsen luovuutta, älyä ja ongelmanratkaisukykyä. On myös havaittu lasten keskittymiskyvyn ja itsehallinnan parantumista luonnon ollessa lähellä. Luonnossa ololla voi olla vaikutusta lapsen motoriikan ja liikunnallisuuden kehitykseen. Liikunnallisuuden lisääntymisellä on myös yhteys

lasten ylipainon vähentymiseen. Lapsuuden kokemuksilla luonnossa on vaikutuksia läpi elämän, sillä niillä on vaikutusta aikuisuuden vastuullisempiin valintoihin. (Leppänen & Pajunen 2017, 22–25.)

Green Caren avulla pystytään luomaan lapsille luontoyhteyttä, joka voi olla haastavaa nykyisessä teknologisoituneessa maailmassa. Nykyään asutus on myös suuriin kaupunkeihin keskittynyttä, jolloin luonto voi olla lapselle ja perheelle hyvinkin vieras paikka. (Suomi, Juusola & Anundi 2016, 150.) Varhaiskasvatus tavoittaa suuren osan lapsista vähintään jossain elämän vaiheessa ja on siksi hyvä paikkaa käyttää Green Care-menetelmiä.

## 5.2 Lapsen osallisuuden edistäminen

YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan lapsen oikeus osallisuuteen kuuluu tärkeimpiin velvoitteisiin. (Kangas ym. 2018, 12.) Varhaiskasvatusta voidaan pitää hyvin keskeisenä ympäristönä lapsuudessa, sillä niissä vietetään hyvin paljon aikaa lapsuudessa. (Roos 2016, 52–54.) Lapsen osallistuminen voidaan määritellä siten, että lapsi saa ottaa osaa ja vaikuttaa oman elämänsä eri osa-alueisiin. Lapsen osallisuudella tarkoitetaan kuulluksi tulemisen kokemusta ja kokemusta yhteisöön kuulumisesta sekä siitä, että on merkityksellinen omana itsenään. Osallisuuden käsitettä voidaan kuitenkin määritellä eri tavoilla sen käyttöyhteyden mukaan. Varhaiskasvatuksessa arkeen kuuluu olennaisesti toistuvat rutiinit ja toimintatavat. Osa toimintatavoista on aikuisten asettamia ja joihinkin lapset voivat vaikuttaa enemmän. Motivaatio uuden oppimista kohtaan lisääntyy, kun lapsi saa itse vaikuttaa siihen, mitä tehdään ja miten. (Kangas ym. 2021, 36–37.) Varhaiskasvatuslaki asettaa myös tavoitteen, jolla pyritään varmistamaan lapsen mahdollisuudet osallistua ja vaikuttaa häntä koskeviin asioihin. (Helin, Kola-Torvinen & Tarkka 2018, 12).

Lasten asemaa ja osallisuutta varhaiskasvatuksessa on pyritty vahvistamaan entistä enemmän viime vuosina. Nykyään lapsen osallisuuden lisääminen on kasvatuksen keskeinen tavoite. Lapsilla voi olla paljon annettavaa esimerkiksi päiväkodin arkeen ja heidät mukaan ottamalla voidaan saada osallisuuden kokemuksia. Lapset tulisi nähdä aktiivisina toimijoina eikä aikuisten toimenpiteiden kohteena. (Helin ym. 2018, 11). Osallisuuden kokemiseen lapsi tarvitsee usein

aikuisen tukea ja erityisesti pienet lapset voivat tarvita apua esimerkiksi sanoittamiseen. Lapsen kuulemiseen tarvitaan aikuiselta läsnäoloa sekä vuorovaikutusta lapsen kanssa. Aikuisilta vaaditaan kykyä tavoittaa lapsen näkökulma ja ajatukset asioihin, jotta lapsi voi kokea aitoa osallisuutta. (Roos 2016, 54–56.)

Varhaiskasvatuksessa aikuisen tehtävä on tukea lapsen itsemääräämisoikeutta ja osoittaa lapselle, että hänen tarpeensa ja ajatuksensa tulevat kuulluksi. Mitä pienemmästä tai erityisen tuen tarpeisesta lapsesta on kyse, on aikuisen herkistytävä sitä voimakkaammin lasten viesteille. Osa lapsista voi viestiä ilmeillä tai eleillä, ilman sanoja. Aikuisen on kohdattava lapset sensitiivisesti, emotionaalisesti ja tasa-arvoisesti. Sensitiivinen kohtaaminen tarkoittaa lapsen tunteiden ja tarpeiden tulkitsemista tarkoituksenmukaisesti. Emotionaalisuus taas tarkoittaa tilan netajua, jonka avulla varhaiskasvattaja kykenee mukauttamaan työskentelyään lapsen tarpeita vastaavaksi. Nämä kolme ominaisuutta lapsen kohtaamisessa vaikuttavat siihen, miten hyvin lapsen osallisuutta kyetään tukemaan. (Ahonen & Roos 2019, 25)

Lasten on tärkeää saada mahdollisuus vaikuttaa luonnossa tapahtuvan toiminnan suunnitteluun, jolla lisätään lasten osallisuutta. Heidän mielipiteistensä ja kokemuksista keskusteleminen vaikuttaa henkilökohtaisen ympäristökokemuksen lisäksi myös ympäristöä kohtaan kehittyvän asenteen luomisessa. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 25–28.)

Lapsen osallisuuteen ja luontoajatteluun voi käyttää Erik Allardtin (1989) esittämää teoriaa lapsen hyvinvoinnin ulottuvuuksista, joita ovat belonging, having ja being. Ensimmäisellä käsitteellä belonging tarkoitetaan lapsen oikeutta siihen, että hän kuuluu johonkin. Having käsite sisältää sen, että lapsella on mahdollisuuksia ympäristön käyttöön esimerkiksi erilaisten harrastusten tai muun mielekkään tekemisen kautta. Kolmas ulottuvuus being tarkoittaa sitä, että lapsella on oikeus vaikuttaa ja osallistua. Nämä ulottuvuudet näyttäytyvät myös järjestämässämme aistiretkessä ja pystymme edistämään näiden ulottuvuuksien avulla lasten osallisuutta. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 25.)

Toiminnallisen päivän tarkoitus on tukea lapsen osallisuutta yksilön ja yhteisön näkökulmasta. Osallisuus syntyy tässä lapsen ja aikuisen välisestä vuorovaikutuksesta sekä yhteisen aistillisen kokemuksen kautta. (Kangas ym. 2018, 95–96.)

Yhteinen aistillinen osallisuuskokemus luo tunnetta kuulumisesta johonkin ja toiminta on lapsilähtöistä, lasten tarpeet ja ajatukset huomioon ottaen. Lapsilta kysytään asioita ja jokainen lapsi tulee yksilöllisesti huomioiduksi ja kuulluksi. Toiminnallisessa päivässä lapset ovat mukana toiminnan toteutuksessa, ja heillä on mahdollisuus vaikuttaa tapahtumien kulkuun. Toiminta tapahtuu lapsilähtöisesti, tasa-arvoisesti ja lasten mahdolliset erityistarpeet huomioiden.

Toiminnan aikana annamme lapsille kannustavaa palautetta ja uusien asioiden kokeilemistä sekä näiden oppimista. Toiminnassa lapset saavat onnistumisen kokemuksia esimerkiksi löytämällä kuvasuunnistus kuvia, joka taas lisää ja vahvistaa lasten itsetuottamusta ja vaikuttamisen mahdollisuuden tunnetta ryhmässä. Lapset voivat tarvita toiminnan aikana opastusta tai tukea, näissä tilanteissa tuemme lasta ja kohtaamme lapsen sensitiivisesti. Kuuntelemme lapsia ja kohtaamme heidät arvostavasti, tämä luo lapsiin tunnetta omista vaikutusmahdollisuuksista. Pyrimme kannustamaan lapsia rohkeuteen, avoimuuteen sekä uskoa omiin taitoihin ja kykyihin. Ryhmässä ja yksilönä toimiminen aistiretken aikana vahvistavat lasten vaikuttamisen ja osallisuuden taitoja. (Kangas ym. 2018, 13–15).

## 6 AISTIRETKEN TOTEUTUS

Aistiretkelle olimme suunnitelleet ennakkoon diat, jossa seikkaili nalle ja apina. Tarinassa (Liite 2) nalle asui metsässä, jossa retki toteutettiin ja apina oli tullut lentokoneella sademetsästä tutustumaan Rovaniemeen. Emme tehneet retkelle tarkkaa aikataulusuunnitelmaa, koska halusimme antaa aikaa vapaalle leikille. Aistitarinassa kävimme läpi kaikki ihmisen perusaistit kuulo-, näkö-, haju- ja tuntoaistit. Retken näköaistiosuudessa meillä oli kuvasuunnistusta, joten ennako-valmisteluina kävimme edellisenä päivänä viemässä metsään erilaisia kuvia metsän eläimistä ja asioista.

Retkelle osallistui kuusi 4–5-vuotiasta lasta, opinnäytetyön tekijät ja ryhmän varhaiskasvatuksen opettaja. Ennen lähtöämme kerroimme lapsille, minne olemme menossa ja mitä aiomme tehdä. Matkalla keskustelimme lasten kanssa vapaasti sekä myös luonnon äänistä mitä kuulemme matkalla. Retkeemme kuului nalle- sekä apinapehmolelut, joita lapset saivat matkalla kantaa. Lapset olivat tästä innostuneita ja mielestämme tämä oli hyvä elementti. Kävelimme lasten kanssa pienen matkan päiväkodilta lähellä sijaitsevaan metsään. Metsä oli lapsille entuudestaan tuttu paikka ja aistiretki oli luonnollista toteuttaa siellä.

Perille päästyämme ohjasimme lapset etsimään itselleen hyvä istumapaikka ja kerroimme mitä retkellä tapahtuu seuraavaksi. Toivotimme myös lapset tervetulleeksi mukaan seikkailuun. Lapset vaikuttivat innostuneilta ja odottavaisilta. Retken aluksi halusimme herätellä aisteja ja pyysimme lapsia menemään makuulle ja piirsimme lasten kehon ääriviivat lumeen. Näin meidän käynnistämme jäisi jälki metsän eläimille ja luonnolle. Nousimme ylös ja kerroimme aistiseikkailun alkavan, ja meidän täytyisi lähteä näyttämään yhdessä nallen kanssa apinalle metsää. Lapset halusivat kantaa apinaa ja nallea ja niistä tuli vähän kinaa, kuka saa kantaa niitä. Tämä saatiin kuitenkin sovittua ja jokainen lapsi sai vuorollaan kantaa pehmoeläimiä. (Kuva 2.)

Kävelimme pienen matkan ja aloitimme näköaistiosuudesta. Kerroimme lapsille, että metsään on piilotettu erilaisia metsäaiheisia kuvia ja lasten oli tarkoitus etsiä niitä. Lapset vaikuttivat innostuneilta ja halusivat heti lähteä etsimään kuvia.

Kuvia oli piilotettu korkealle, matalalle ja erilaisiin luonnon materiaaleihin esimerkiksi oksiin ja eri puulajeihin. Lapsista kuvia oli helppo löytää ja kävimme vielä yhdessä läpi mikä asia kuvassa on. Tässä havainnoimme sen, että nopeasti reagoivat lapset löysivät kuvia nopeasti ja luonteeltaan rauhallisemmat lapset jäivät vähän sivusta seuraajiksi.

Seuraavaksi tuntoaistiosuudessa kosketimme luonnon materiaaleja ja pyrimme kokemaan yhteyttä luonnon kanssa. Ohjeistimme lapsia etsimään itselleen sopiva puu ja koskettamaan puuta kädellään. Osa lapsista kosketti myös poskellaan puuta. Lapset kuvailivat puiden tuntuun esimerkiksi kivalta. Lapset myös antoivat nallen ja apinan koskettaa puuta. Samalla haistelimme puita ja lapset kertoivat puiden tuoksuvan hyvältä. Kosketimme myös lunta ja heitimme lumihiutaleita leijaillemaan ilmaan. Tässä tilanteessa tunnelma oli rauhallinen ja lapset odottivat mitä tapahtuu seuraavaksi.

Ohjeistimme seuraavaksi lapsia etsimään jotain luonnonmateriaalia ja kerroimme, että on tarkoitus rakentaa niistä luontotaidetta yhdessä. Lapset lähtivät kaikki etsimään itselleen sopivaa materiaalia. Lapset löysivät esimerkiksi kepejä, oksia ja heiniä. Kun kaikki lapset olivat valmiita, siirryimme istumaan puiden juurelle. Kävimme läpi mitä materiaaleja lapset löysivät. Havainnoimme mm. yhdestä kepeistä naavaa, jonka yksi lapsi hienosti tiesi. Lapset saivat asetella luonnon materiaalit mieleiseensä kohtaan ja taide oli valmis. (Kuva 1.)



Kuva 1: Lapset tekemässä luontotaidetta

Tarina jatkui ja kerroimme lapsille, että nallen parhaita ystäviä metsässä ovat kettu ja orava. Eläimet voivat leikkiä metsässä kovaäänisesti myös joskus. Keskustelimme siitä, että metsän eläimillä on tosi hyvä kuulo- ja näköaisti ja ihminen näkee harvoin eläimiä tämän vuoksi metsässä. Yksi lapsista kommentoi tähän, että eläimet voivat piiloutua metsässä, vaikka kivien taakse. Tähän toinen lapsi kommentoi, että ihminen voi löytää eläimen, jos menee katsomaan kivien taakse. Keskityimme hetkeen ja kuuntelimme mitä ääniä metsässä kuuluu. Lapset olivat ihan hiljaa. Lapset kertoivat, että kuulevat puiden, lintujen ja autojen ääniä. Yksi lapsista kertoi, että luonto ja puut eivät tykkää pakokaasuista. Keskustelimme myös siitä, että metsä, jossa olimme, oli kaupungin lähellä ja autojen ääniä kuuluu tämän vuoksi.

Lopuksi menimme piiriin ja otimme toisia käsistä kiinni. Nalle ja apina olivat mukana piirissä. Kuuntelimme metsäaiheisen Milli Menninkäisen laulun ja samalla pyörimme piirissä, joka oli yhteisöllinen lopetus aistiretkelle. Olimme ottaneet mukaan mehua ja lapsia kovasti kiinnosti, onko mukana myös jotain herkkua. Joimme mehut ja lapset kysyivät meiltä, saisivatko leikkiä vielä metsässä ja



toivoivat hippaleikkiä. Siirryimme metsän viereiselle jäälle. Matkalla yksi lapsista kysyi, onko jään alla vettä. Keskustelimme tästä. Lasten uteliaisuus on luontaista ja tukee uuden oppimista. Aikuisen on hyvä kuunnella lasta ja vastata lapsen aloitteisiin sekä luoda näissä tilanteissa lapselle kuulluksi tulemisen tunne. Jäällä lapset toivoivat hippaleikkiä ja leikimme hippaa ja kaikki lapset osallistuivat tähän mielellään. Vapaalla leikillä on suuri merkitys myös lapsen mielikuvituksen kehittymiseen. Hippaleikin jälkeen havainnoimme säätä ja lapset kertoivat, että aurinko paistaa ja on tullut kevät. (Kuva 3.) Lapset pitivät tätä hauskana asiana. Päätimme yhteisesti kävellä jäätä pitkin osan matkasta päiväkodille. Kävelimme jonossa ja lapset halusivat vielä kantaa nallea ja apinaa. Matkalla päiväkodille keskustelimme vielä retkestä ja vapaasti lapsia kiinnostavista asioista. Lapset vaikuttivat hyvin sosiaalisilta ja ottivat hyvin kontaktia aikuisiin. Näissä tilanteissa aikuisen on tärkeää ottaa kaikki lapset huomioon ja reagoida yksilöllisesti jokaisen lapsen aloitteisiin. Aikuisen on hyvä olla sensitiivinen ja pyrkiä luomaan lapselle tunne siitä, että hänen on turvallista kertoa omat mielipiteensä ja tarpeensa.



Kuva 2: Tarinan nalle ja apina lasten kanssa



Kuva 3: Hippaleikin jälkeen levähdystauko ennen päiväkodille paluuta

Valitsimme opinnäytetyömme teoriaosuuden perusteella näkökulmia, joiden perusteella havainnoimme lapsia aistiretken aikana. Näkökulmina olivat lapsen osallisuuden toteutuminen, aistien käyttö ja luonnon käyttö oppimisympäristönä varhaiskasvatuksessa.

Aistiretken aikana lapsilla oli mahdollisuus vaikuttaa ja osallistua retken kulkuun. Mahdollistimme lapsille onnistumisen kokemuksia arvausleikillä, jossa oli tarkoituksena arvata kuvissa esiintyviä eläimiä. Onnistumisen kokemukset ovat tärkeitä lapsen kasvuun ja kehitykselle, sekä lisäävät itseluottamusta. Osallisuuden tunnetta aistiretkellä lisäsi myös yhteenkuuluvuuden tunne oman ryhmän kanssa. Pienryhmässä oleminen on myös hyvä tapa kasvattajalle havainnoida lasta yksilöllisemmin. Huomasimme aistiretken aikana, että luonteeltaan rauhallisemmat lapset voivat jäädä tapahtuvan toiminnan ulkopuolelle ilman aikuisen ohjausta ja tukea. Toiminta retkellä oli monipuolista, sillä siinä oli otettu huomioon erilaiset lapset, sillä toiminnassa oli aktiivisempi sekä rauhallisempi osuus ja tällä tavoin tuettiin lasten yksilöllisyyttä. Aistiretkellä hyödynsimme aistien käyttöä erilaisilla menetelmillä. Aistien käyttö erilaisen toiminnan kautta oli mielestämme hyvä tapa.

Huomasimme, että ohjattu toiminta luonnossa kehittää lasten ympäristötietoutta. Lapset oppivat myös toisiltaan, koska jakoivat tietoa myös muille esittämienne kysymysten kautta. Pieniltä lapsilta ei voi odottaa pitkäjaksoista keskittymistä yhteen asiaan, joten oli hyvä, että aistiretki ei ollut kestoiltaan kovin pitkä. Lasten mielikuvitus eri aistien käyttämiseen kehittyi aistiretken aikana, sillä lapset esimerkiksi hajuaistia stimuloidessaan huomasivat, että he voivat myös samanaikaisesti hyödyntää tuntoaistia.

Toiminnallamme pystyimme vaikuttamaan lasten aistillisiin kokemuksiin ja kehittämään ajattelua ympäröivästä maailmasta. Lapsen aistien kehitykselle tarvitaan monipuolisia ärsykeitä ja toiminnallisuutta kehittyäkseen. (Saarinen 2014, 17–18.) Havainnoimme luonnossa ollessamme, että lapsi käyttää yhtäaikaista useita aistejaan. Toiminnassa esimerkiksi tuntoaistia käyttäessään lapsi hyödynsi myös näkö- ja hajuaistejaan. Useiden aistien samanaikaisella käytöllä lapselle voi kehittyä jälki muistiin ja näin ollen lapsi oppii uutta.

## 7 POHDINTA

Opinnäytetyössämme tavoitteena oli järjestää varhaiskasvatuksen lapsiryhmälle aistiretki luontoon. Aistiretkellä keskeistä oli lapsen osallisuuden edistäminen, joka mielestämme onnistui hyvin, sillä otimme esimerkiksi retken aikana lasten toiveita huomioon ja osallistimme jokaista lasta osallistumiseen toimintaan. Halusimme myös edistää lasten hyvinvointia luontolähtöisen toiminnan avulla ja tässä tavoitteessa onnistuimme hyvin. Keskustelimme lasten kanssa luontoon ja ympäristöön liittyvistä asioista ja havainnoimme, että lapsilla on paljon tietoa asioista, mutta näitä asioita ei välttämättä tule tarpeeksi hyödynnettyä varhaiskasvatuksessa. Tämän vuoksi varhaiskasvatuksessa tapahtuva toiminta ja etenkin luonnon käyttäminen oppimisympäristönä tukee lasten kasvua ja kehitystä. Lasten yhteisöllisyys ja arjen mielekkyys kasvaa osallisuutta lisäämällä.

Varhaiskasvattajilla on suuri merkitys useisiin lasten hyvinvointia edistäviin asioihin ja kasvattajan omat arvot ja työskentelytavat voivat näkyä hänen työskentelyssään, siksi on hyvin tärkeää kehittää koko ajan omaa ammatillisuuttaan ja mennä myös omien mukavuus alueiden ulkopuolelle. Opinnäytetyömme yhtenä tavoitteena oli saada kokemusta lapsiryhmän ohjaamisesta ja retken suunnittelusta. Opimme opinnäytetyön toiminnallisen osuuden kautta, että lasten kanssa etenkin ennakointi, suunnitelmallisuus ja toiminnan mielekkyys lasten ikä- ja kehitystason mukaisesti on tärkeää. Lasten kanssa työskennellessä on tärkeää ottaa huomioon, että suunnitelmallisuudesta ja ennakoinnista huolimatta asiat eivät aina mene halutulla tavalla. Tämän vuoksi kasvattajan täytyy osata toimia erilaisissa muuttuvissakin tilanteissa ja olla joustava.

Havainnoimme toiminnassamme, että lapset tarvitsevat paljon ohjausta, etenkin pienet lapset. Ohjeiden tulee olla selkeitä, johdonmukaisia ja lyhyitä. Ryhmässä toisinaan lasten voi olla haastavaa keskittyä ohjeiden kuuntelemiseen ja niiden mukaan toimimiseen, tässä asiassa onkin hyvin tärkeää, että resurssit ovat riittävät ja työntekijöillä on riittävä ammattitaito työskentelyyn. Pienryhmätoiminta mahdollisti meille sen, että pystyimme antamaan lapsille yksilöllisempää huomiointia ja ohjausta. Mielestämme varhaiskasvatuksessa pienryhmätoimintaa tulisi tukea ja siihen panostaa, koska näin lasten yksilölliset tarpeet tulevat paremmin

huomioiduiksi ja näin myös kasvattajilla on helpompi havainnoida lasten kasvua ja kehitystä.

Aistiretken järjestäjinä huomasimme, että työnjako ja eteneminen retkellä olisi tullut suunnitella paremmin. Olisi ollut tärkeää, että tehtävien roolit olisi ollut paremmin selvillä, jotta molemmat olisivat tienneet omat tehtävänsä. Tästä opimme sen, että on tärkeää työpaikalla jakaa vastuuta ja keskustella työkavereiden kanssa päivän kulusta ja etenemisestä. Palautteen saaminen aistiretkestä olisi ollut myös tärkeää vaikkakin pienten lasten voi olla haastavaa sanoittaa tällaisia asioita laajemmassa mittakaavassa. Toiminnallinen osuus opinnäytetyöstä oli mielekäs toteuttaa ja antoi meille uutta kokemusta lasten kanssa työskentelyyn. Opinnäytetyön tekeminen on ollut haastava prosessi, mutta koemme että toiminnallinen opinnäytetyö oli meille oikea valinta, sillä pääsimme konkreettisesti toimimaan lasten kanssa. Koemme myös, että toiminnallinen työskentely opettaa meitä enemmän kuin teoriaan pohjautuva. Kirjallisen osuuden toteuttaminen on ollut ajoittain vaikeaa ja vaatinut pitkäjänteisyyttä tekijöiltään.

Opinnäytetyöprosessimme aikana olemme toimineen eettisten ohjeiden mukaisesti. Mielestämme onnistuimme suunnittelemaan ja järjestämään antoisan aistiretken lapsille, jota voi hyödyntää varhaiskasvatuksessa. Saavutimme opinnäytetyölle asettamamme tavoitteet, jolloin voimme olla tyytyväisiä opinnäytetyömme kokonaisuuteen.

## LÄHTEET

- Arene. 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 22.2.2023 [https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?\\_t=1578480382](https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?_t=1578480382)
- Helenius, A. & Korhonen, R. 2008. Pedagogiikan palikat. Helsinki: WSOY oppimateriaalit Oy.
- Hujala, E. & Turja, L. 2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kahilaniemi, E & Löf, L. 2021, 2. korjattu painos. Green Care-menetelmäopas. Tampere: Nekapaino
- Kananen, J. 2013. Case-tutkimus opinnäytetyönä. Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja 143. Jyväskylä: Suomen yliopistopaino Oy.
- Kangas, J., Lastikka, A-L. & Karlson, L. 2021. Voimaannuttava varhaiskasvatus. Keuruu: Otava.
- Kangas, J., Vlasov, J., Fonsen. & Heikka, J. 2018. Osallisuuden pedagogiikka varhaiskasvatuksessa 2. Tampere: Suomen varhaiskasvatus.
- Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: Bookwell Oy.
- Leskisenoja, E. 2019. Positiivinen pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Leppänen, M. & Pajunen, A. 2017. Terveysmetsä. Tunnista ja koe elvyttävä luonto. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Papunet. 2018. Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa. Viitattu 11.3.2023 <https://papunet.net/tietoa/haju-ja-makuaisti-vuorovaikutuksessa>
- Papunet. 2018. Tuntoaisti vuorovaikutuksessa. Viitattu 11.3.2023 <https://papunet.net/tietoa/tuntoaisti-vuorovaikutuksessa>
- Parikka-Nihti M. & Suomela, L. 2014. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Parikka-Nihti, M. 2011. Pieniä puroja – Kasvua kohti kestävää kehitystä. Helsinki: Lasten keskus.
- Roos, P. 2016. Mitä kuuluu? Lapsen kertomukset ja osallisuus päiväkotiarjessa. Vaasa: Waasa Graphics Oy.

Rovaniemen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma 2022. Viitattu 13.2.2023  
<https://www.rovaniemi.fi/loader.aspx?id=bedc83ba-e827-4ee5-870c-caf8357515fa>

Saarinen, S-A. 2014. Aistiseikkailu. Ps-kustannus. Bookwell Oy, Porvoo.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle Turun ammattikorkeakoulun julkaisuja 72. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Suomi, A., Juusola, M. & Anundi, E. 2016. Vihreä hoiva ja voima. Tallinna Raamatutrukikoda.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Viitattu 2.3.2023 [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf)

Varhaiskasvatustilaki 2018. 1§-10§ (13.7.2018) Viitattu 12.1.2023  
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Wahlström, R & Juusola, M. 2017. Vihreä hoiva ja kasvatus. Luontoherkkyysharjoituksia ja ympäristökasvatusta lapsille sekä nuorille. Helsinki: Kustannusyhtiö Artemia.

## LIITTEET

Liite 1 Lupalappu vanhemmille retkestä

Liite 2 Aistiretken tarina





Hei!



Olemme kaksi sosionomiopiskelijää Lapin ammattikorkeakoulusta. Toteutamme opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden aistiretkenä luontoon, johon toivoisimme lapsenne voivan osallistua. Haluamme opinnäytetyöllämme mahdollistaa lapsille kokemuksen luonnossa, jossa kehitämme lasten ympäristökasvatusajattelua. Tavoitteenamme on, että lapset kokisivat toiminnan luonnossa myönteisenä asiana. Tavoittelemme myös sitä, että luonto koettaisiin helposti lähestyttävänä elementtinä, jonne on mukava ja helppo mennä.

Retki toteutetaan 20.3.2023 aamupäivällä lähimetsään. Lapsestanne ei kerätä henkilötietoja eikä oteta tunnistettavia kuvia, jolloin anonymiteetti säilyy. Osallistuminen on vapaaehtoista.

Toivottavasti saamme viettää mukavan aistiretken lapsenne kanssa!

Ystävällisin terveisin Marika Pesonen & Liisa Pesonen

Palautattehan lupalapun huoltajan allekirjoituksella viim. 16.3.2023 päiväkodille.

---

Lapseni: \_\_\_\_\_ saa ( ) / ei saa ( ) osallistua  
20.3.2023 tapahtuvalle aistiretkelle, josta Lapin ammattikorkeakoulun  
opiskelijat keräävät tietoa opinnäytetyötä varten.

Huoltajan allekirjoitus: \_\_\_\_\_

## NALLEN JA APINAN AISTISEIKKAILU METSÄÄN

Nallen ystävä apina on tullut kaukaa lentokoneella kylään Nallen luo Rovaniemelle. Nalle halusi esitellä Rovaniemeä Apinalle yhdessä teidän kanssa.



Olemme tulleet tänne retkelle tänään Nallen ja Apinan kanssa metsään. Toivottavasti seikkailu on teistä kivaa ja viihdyttävä. Etsi hyvä istumapaikka ja istu alas.

Menkää makaamaan selälleen ja piirrämmekä teidän ääriä lumen. Näin muille metsän asukeille jää jälki, että olemme käyneet täällä metsässä.

## Kuuloaisti

Nalle ja Apina tykkää pitää usein kovaa ääntä leikkiessään, mutta metsässä voi kuulua myös muita ääniä. Sulje silmäsi ja kuuntele. Mieti mielessäsi mitä erilaisia ääniä kuulet? Onko äänet metsän vai eläinten ääniä? Onko äänet rapisevia, hiljaisia, kovia vai humisevia?



## Näköaisti

Nalle tiesi tulevasta retkestämme metsään ja halusi yllättää meidät piilottamalla erilaisia kuvia hänen lempi asioistaan metsään.

### • Kuvasuunnistus

-Metsään on piilotettu 10 erilaista kuvaa. Kuvissa voi olla metsän eläimiä tai jokin muu asia mikä liittyy metsään. Etsikää yhdessä nämä kuvat ja tuokaa ne meille. Kuvat voivat olla korkealla tai matalalla. Toivottavasti löydätte kaikki.

-Oliko kuvia helppo löytää?

## Hajuaisti

Nallen parhaita ystäviä metsässä on orava ja kettu. Yhdessä eläimet seikkailevat metsässä. Ihminen näkee eläimiä harvoin metsässä, koska eläimet ovat taitavia piiloutujia ja heillä on hyvä kuulo- ja hajuaisti. He kuulevat, kun ihminen on lähellä ja lähtevät pois.

- Metsän eläimet ovat leikkineet täällä metsässä ja jättäneet erilaisia hajuja. Talvisessa metsässä voi tuoksua myös puut, neulaset, kepit ja lumi. Haistatko sinä niitä?



## Tuntoaisti

Lähdetään yhdessä esittelemään Apinalle luontoa. Kosketetaan ensin puita. Sitten lunta (voimme heittää lumihiihtaleita taivaalle). Miltä nämä sinusta tuntuivat? Tuokaa vielä lopuksi jokin luonnon materiaali (käpy, keppi jne.) ja tehdään siitä yhdessä luontotaidetta.