

Sirkuksen matkassa

Satuliikunnan oppaan tuottaminen
varhaiskasvattajille

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen lapsi- ja
nuorisotyö
Opinnäytetyö
Kevät 2016
Krista Hyvärinen ja Janita Saarinen

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

HYVÄRINEN, KRISTA
SAARINEN, JANITA:

Sirkuksen matkassa
Satuliikunnan oppaan tuottaminen
varhaiskasvattajille

Sosiaalipedagogisen lapsi- ja nuorisotyön opinnäytetyö, 38 sivua, 33
liitesivua

Kevät 2016

TIIVISTELMÄ

Toiminnallisen opinnäytetyömme aiheena oli satuliikunta varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyömme päätavoite oli satuliikunnan oppaan tuottaminen varhaiskasvattajille. Tavoitteena oli toteuttaa lasten kanssa satuliikunnan projekti, joka toimi pohjana satuliikunnan oppaalle. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli saada lapset liikkumaan sadun innoittamina ja samalla auttaa heitä harjoittelemaan liikunnan eri osa-alueita. Päättävänä oli tuottaa mahdollisimman hyödynnettävä opas, jonka avulla lukija pystyy itse toteuttamaan vastaavanlaisen satuliikuntaprojektin tai yksittäisiä toimintakertoja. Halusimme antaa yksinkertaisia keinoja ja välineitä satuliikunnan toteuttamiseen ja siten edistää varhaiskasvattajien liikunta- ja draamakasvatusta.

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimi Lahden kaupunki ja toimintakerrat toteutimme lahtelaisessa ryhmäperhepäiväkodissa. Toiminnallisen opinnäytetyömme kohderyhmäksi valikoituivat 3–5-vuotiaat lapset, joita ryhmäperhepäiväkodissa oli kahdeksan ja toimintakerrat toteutettiin helmikuussa 2016. Toimintakerrat tapahtuivat sadun maailmassa ja jokaista satuliikunnan tuokiota ohjasi sirkusmatkaan liittyvä juoni. Toimintakertoihin liitimme neljä eri sirkushahmoa sekä kolme liikunnan osa-alueita, joita hahmojen kanssa harjoiteltiin sirkuksen keinoin. Lapset pääsivät myös vaikuttamaan toimintaan itse niin, että jokainen lapsi pääsi esiintymään tuokion lopuksi.

Satuliikunnasta ei juuri löydy varhaiskasvattajille suunnattuja oppaita, joista löytyy valmiita toimintakertoja ja roolihahmoja toteutettaviksi. Opinnäytetyömme tuotoksena syntyikin sirkusaiheinen satuliikunnan opas varhaiskasvattajille. Opas sisältää viisi sirkuksen maailmassa tapahtuvaa liikunnallista toimintakertaa, jotka ovat suunniteltuja toteutettavaksi 3-5 – vuotiaiden lasten kanssa. Oppaan avulla haluamme antaa varhaiskasvattajille paremmat resurssit sirkusaiheisten satuliikuntatuokioiden luomiseen lapselle mielekkäällä tavalla.

Asiasanat: varhaiskasvatus, draama, draamakasvatus, sadut, liikuntakasvatus, satuliikunta, sirkus

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

HYVÄRINEN, KRISTA

On a journey with the
circus

SAARINEN, JANITA:

Producing a fairy tale
exercise guidebook for
early childhood
educators

Bachelor's Thesis in Social Pedagogy for Work with Children and Young
People, 38 pages, 33 pages of appendices

Spring 2016

ABSTRACT

The subject of our thesis was fairy tale exercise in early childhood education. The goal was to organize fairy tale exercise project with children and to create a guidebook for early childhood educators based on our functional sessions. The purpose of the thesis was to make the children move inspired by a fairy tale and to practice various areas of physical education. The main purpose in our thesis was to create a guidebook that an educator can utilize and to put similar kind of projects or separate sessions into practice. We wanted to share simple means and tools to help with that and in that way advance children's physical and drama education.

The commissioner of our thesis was Lahti city and we had our sessions in a group family day care center in February 2016. The target group in our functional thesis was 3-5-year-old children of whom there were eight in the group. The sessions took place in a fairy tale world and were led by a storyline related to circus. There were four different circus characters aboard and we practiced three separate areas in physical education with the characters through the means of circus. The children also participated in the sessions so that every child got to perform at the end.

There aren't very many fairy tale exercise guidebooks targeted at early childhood educators that include complete sessions and characters to utilize in daycare activities. That is why the output of our thesis ended up to be a fairy tale exercise guidebook for early childhood educators with a circus theme. The guidebook includes five circus related physical sessions that are planned to be implemented with children at the age from three to five. Through the guidebook we wanted to give early childhood educators better resources for creating pleasant fairy tale exercise sessions in a circus world.

Key words: early childhood education, drama, drama education, fairy tales, exercise, physical education, circus

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	4
2.1	Kohdeorganisaatio ja kohderyhmä	4
2.2	Tavoite, tarkoitus ja tuotos	4
2.3	Tiedonhaun kuvaus	5
3	DRAAMAKASVATUS JA SADUT VARHAISKASVATUKSESSA	7
3.1	Draamakasvatus	7
3.2	Draama lapsen kehityksen tukena	8
3.3	Sadut varhaiskasvatuksessa	9
3.4	Sadut lapsen kehityksen tukena	10
4	LIIKUNTA JA SATULIIKUNTA LAPSEN KEHITYKSEN TUKENA	11
4.1	Lapsen liikunnan tarve	11
4.2	Liikuntapedagogiikka ja liikunta varhaiskasvatuksessa	12
4.3	Lapsilähtöisyys liikunnan suunnittelussa	12
4.4	Satuliikunta	13
5	PEIKKOLAN SIRKUKSEN MATKASSA – TOIMINTAKERTOJEN KUVAUS	16
5.1	Sirkus saapuu Tirehtöörin johdolla	18
5.2	Pellen akrobatia ja koordinaatiokyky	19
5.3	Voimamiehen voimaharjoitukset	20
5.4	Nuorallatanssijan tasapaino ja notkeus	22
5.5	Sirkus lähtee temppuradan jälkeen	23
5.6	Sirkuksen matkassa -opas	24
6	ARVIOINTI	26
6.1	Arvioinnin suorittamistavat	26
6.2	Toimintakokonaisuuden arviointi	27
6.3	Toimeksiantajalta ja kohderyhmältä saatu palaute	29
6.4	Tuotoksen arviointi ja hyödynnettävyys	31
7	POHDINTA	33
	LÄHTEET	36
	LIITTEET	39

1 JOHDANTO

Elina Pullin mukaan lapsi, jonka mielikuvitus kehittyy vilkkaasti, innostuu liikkumaan tarinoiden hahmojen houkuttelemana (Pulli 2006, 5). Liikunta ja leikki ovat myös lapsen perustoimintaa, jonka avulla hankitaan uusia kokemuksia ja ilmaisumahdollisuuksia (Zimmer 2002, 14). Monipuolisten liikuntaleikkien avulla vahvistetaan lapsen kehontuntemusta, itsetuntoa sekä itseluottamusta (Karvonen 2000, 15–16). Kun vielä aikuinen eläytyy roolihahmoon, innostaa hän lapsen mukaan kuvitteelliseen maailmaan ja vastavuoroiseen toimintaan sekä itseilmaisuun (Lindqvist 1998, 143–144, Walamiehen 2007, 39 mukaan). Ideoidessa aihetta opinnäytetyöllemme päädyimme meitä molempia kiinnostaviin varhaiskasvatuksen osa-alueisiin: draamakasvatukseen ja liikuntakasvatukseen. Pohdimme, kuinka pystyisimme yhdistämään molemmat osa-alueet ja niin syntyi idea satuliikunnan oppaasta. Tavoitteenamme oli luoda helppokäyttöinen ja käytännönläheinen opas, jossa yhdistyy draama- ja liikuntakasvatus. Opas sisältää viisi sadun maailmassa tapahtuvaa liikunnallista toimintakertaa, jotka ovat suunniteltuja varhaiskasvattajille toteutettavaksi 3–5-vuotiaiden lasten kanssa.

Tiesimme heti opinnäytetyön ideoinnin alkaessa tekevämme toiminnallisen opinnäytetyön, sillä toiminnallisuus on meille ominainen ja luonteva tapa toimia. Liikunta- ja draama kiinnostivat meitä omien mielenkiinnon kohteidemme pohjalta ja omat harrastuksemme sirkus ja teatteri ohjasivat päätymistä draaman ja liikunnan osa-alueiden yhdistämiseksi satuliikuntaan sekä sirkus-teeman valintaan. Lahtisen ja Mustosen (2015) mukaan toiminnallisessa opinnäytetyössä opiskelija tuottaa jonkin tuotoksen, esimerkiksi oppaan tai esitteen, sekä kirjallisen raportin (Lahtinen & Mustonen 2015, 2–5). Opinnäytetyömme tuotoksena syntyi satuliikunnan opas varhaiskasvattajille, joka löytyy sekä opinnäytetyön lopusta liitteenä että sähköisenä versiona Theseuksesta.

Lasten liikunnan harrastaminen on lisääntynyt runsaasti vuodesta 1995 vuoteen 2009–2010 3–6-vuotiailla lapsilla, mutta silti lapset ovat huonokuntoisempia kuin ennen. Peruselämän fyysinen aktiivisuus on

lapsilla vähentynyt, eivätkä silloin tällöin tapahtuvat urheilulajiharjoitukset pysty peruselämän liikunnan vähenemisen haittoja korvaamaan. Lapsilla liikunta onkin pysyvästi muuttunut päivittäisestä pihalla leikkimisestä ja pelailusta yhä enemmän määrättyinä aikoina tapahtuvaksi eri lajien harjoitteluksi. (Kansallinen liikuntatutkimus 2009 – 2010 -Lapset ja nuoret 2010, 6.) Lapset ovatkin fyysisesti aktiivisempia ulkona kuin sisällä ja he harvoin esimerkiksi juoksevat tai kiipeilevät sisätiloissa (Soini 2015, 64). Halusimmekin saada opinnäytetyömme sekä oppaamme avulla lapset liikkumaan enemmän myös sisätiloissa. Tähän annoimme oppaan kautta lapsilähtöisen ja lapsille mieluisan toteutustavan sadun ja draaman avulla, joiden kautta halusimme innostaa lapsia liikkumaan draaman ja satujen maailmassa.

Draamakasvatus yhdistää opetukseen ja kasvatukseen leikillisyyden ja näin innostaa lasta oppimaan ja toimimaan. (Toivanen 2010, 8–10.) Draaman avulla lapsi voi sekä tutustua elämyksellisesti itseensä, toisiin ja ympäröivään maailmaan että oppia uusia asioita niistä. Draama kehittää lapsen sosiaalisia taitoja, sillä draaman työtavat edellyttävät toisten huomioimista. Keskeistä draamakasvatuksessa onkin vuorovaikutus. (Toivanen 2010, 8–12.) Heinosen (2000, 55) mukaan draaman maailmassa lapsi työskentelee oman minän kehityksen palveluksessa. Draama edistää lapsen laadullista oppimista, kollektiivista toimintaa ja kriittistä pohdintaa, sekä opettaa lasta empaattiseksi ja toisia ihmisiä ajattelevaksi. Draama ei siis ole vain huvia ja hauskanpitoa, vaan tärkeä toimintamuoto lapsen kehityksessä. (Kotka 2011, 17.)

Satuja voidaan käyttää yhtenä kasvatuksen keinona ja lasta voidaan johdatella pohtimaan satujen avulla esimerkiksi kysymyksiä oikeasta ja väärästä (Walamies 2007, 34). Sadut vievät lapset mukanaan ihmeelliseen maailmaan, jonka jälkeen kuitenkin voidaan palata takaisin todellisuuteen turvallisesti (Bettelheim 1998, 77–82). Se, että aikuinen lisäksi eläytyy satuun sitä kertoessaan, tuo tarinaan paljon lisää ja tempaa myös lapsen mukaansa (Mäkelä 2002, 21). Halusimmekin yhdistää työssämme liikunnan ja sadun yhteen satuliikunnaksi, jossa lasten toimintaa ohjaa jokin tarina ja siihen liittyvät hahmot.

Koimme, että sirkus on Suomessa melko uusi liikunnan muoto, mutta on tällä hetkellä nousemassa yhä enemmän suosioon. Sirkuksen kautta voi Kakon, Kekäläisen, Kinnusen ja Lindmanin (2013) mukaan saada itseluottamusta ja rohkeutta sekä saavuttaa onnistumisen kokemuksia ja samalla vahvistaa myös epäonnistumisen sietokykyään. Se tarjoaa hauskanpidon mahdollisuuksia ja lisää sosiaalista vuorovaikutusta. Se myös kohottaa mielialaa ja toisaalta lisää rauhallisuutta. Sirkuksessa ilmapiiri on kannustava ja epäonnistumiset sallitaan sillä vain yrittämällä voi oppia uutta. Huomio kohdistuu omaan kehoon, välineiden hallintaan sekä tasapainoon ja liikkeisiin ja yhdessä tekeminen lisää yhteishenkeä! (Kakko, Kekäläinen, Kinnunen & Lindman 2013, 9.)

Lasten draamaa tehdessä on tärkeää pysyä lapsen kokemusmaailman lähellä yhdistäen tuttuutta ja toistoa sekä outoutta ja epävarmuutta. (Heinonen 2000, 53.) Valitsimme satuliikuntatuokioidemme teemaksi sirkuksen, sillä se on lähellä lapsen kokemusmaailmaa ja sirkukseen liittyvät temput sekä toiminnot mahdollistavat monipuolisia ja lapselle mielekkäitä tapoja liikkua. Monelle varhaiskasvattajalle voi kuitenkin olla haastavaa järjestää sirkusaiheista toimintaa ilman aiempaa kokemusta tai tietoa sirkuksesta. Siksi keräsimme oppaaseen sirkusaiheisia harjoituksia mahdollisimman hyvin selitettynä ja avattuina, jotta jokaisen varhaiskasvattajan on mahdollista järjestää satuliikunnan tuokioita aiemmasta sirkuskokemuksesta tai taidoista riippumatta.

Toiminnallinen opinnäytetyömme sisältää kirjallisen raportin ja satuliikunnan oppaan. Kirjallisessa raportissa käsittelemme ja avaamme työhön liittyviä teoreettisia käsitteitä, kuvaamme toimintakokonaisuutemme toteutumista sekä oppaan rakentumista. Lisäksi arvioimme opinnäytetyöprosessia itsearvioinnin ja toimeksiantajan sekä kohderyhmältä saadun palautteen perusteella. Lopuksi pohdimme opinnäytetyölle asetettujen tavoitteiden ja tarkoituksen saavuttamista, toiminnan eettisyyttä, sekä pohdimme toteutustavan onnistuneisuutta.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Kohdeorganisaatio ja kohderyhmä

Opinnäytetyömme kohdeorganisaationa toimi Lahden kaupungin ryhmäperhepäiväkoti, joka on ollut toiminnassa vuodesta 2004 lähtien. Ryhmäperhepäiväkodissa on 12 hoitopaikkaa 0–5-vuotiaille lapsille. Yksikössä työskentelee kolme vakituista työntekijää. Heistä yksi on lastenhoitaja ja kaksi heistä perhepäivähoitajia. Vakituisten työntekijöiden lisäksi yksikössä tarpeen mukaan toimii yksi kiertävä perhepäivähoitaja. Oppaan harjoitteet ovat tarkoitettuja toteuttaa yli kolmevuotiaille lapsille pienryhmissä ja tämän rajauksen myötä toiminnallisen opinnäytetyömme kohderyhmäksi valikoitui ryhmäperhepäiväkodin kahdeksan 3–5-vuotiasta lasta.

2.2 Tavoite, tarkoitus ja tuotos

Opinnäytetyöprosessimme päätavoite oli satuliikunnan oppaan tuottaminen varhaiskasvattajille. Tavoitteena oli toteuttaa lasten kanssa satuliikunnan projekti, joka toimi pohjana satuliikunnan oppaalle. Jokaisella oppaan toimintakerralla tutustuttiin sadun johdattamana uuteen sirkushahmoon ja häneen liittyvään liikuntaa ja motoriiikkaa harjoittavaan osa-alueeseen. Yhtenä tärkeänä tavoitteena oli lisäksi osallistaa lapset mukaan toimintaan.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli saada lapset liikkumaan sadun innoittamina ja samalla harjoitella liikunnan eri osa-alueita. Halusimme antaa yksinkertaisia keinoja ja välineitä satuliikunnan toteuttamiseen ja siten edistää varhaiskasvattajien liikunta- ja draamakasvatusta. Tarkoituksena oli, että opas innostaa varhaiskasvattajia satuliikuntatuokioiden pitämiseen sekä lapsia liikkumaan ja heittäytymään draaman ja sadun maailmaan. Tarkoituksena oli tuottaa mahdollisimman hyödynnettävä opas, jonka avulla lukija pystyy myös itse toteuttamaan vastaavanlaisen satuliikuntaprojektin tai yksittäisiä toimintakertoja.

Tarkoituksena oli myös tuoda uusia ideoita varhaiskasvatuksen liikuntatuokioihin.

Toiminnallisen opinnäytetyömme tuotoksena syntyi satuliikunnan opas. Opas sisältää viisi sadun maailmassa tapahtuvaa liikunnallista toimintakertaa, jotka ovat suunniteltuja varhaiskasvattajille toteutettavaksi 3–5-vuotiaiden lasten kanssa.

2.3 Tiedonhaun kuvaus

Opinnäytetyöhömmme liittyvät vahvasti käsitteet draama, satu, liikunta ja satuliikunta, joita käsittelemmekin jokaista aihetta työssämme. Etsimme erityisesti tutkimuksellista tietoa hakupalvelu Melindasta, mutta myös muista hakupalveluista. Osallistuimme myös tiedonhankintaklinikalle, josta saimme neuvoja tiedon etsimiseen.

Hakusanalla ”draama” löytyi Melindasta yhteensä 4569 tulosta. Opinnäytetyössämme käsittelemme draamaa varhaiskasvatuksessa, joten haimme sanakatkaisua käyttäen draama? AND varhaiskasv?. Näin saimme rajattua tulokset käsittelemään draamaa ja varhaiskasvatusta. Tuloksia tällä haulla tuli yhteensä 29 kappaletta. Näistä 29 kappaleesta vain yksi oli Pro gradu. Näillä hakusanoilla ei siis löytynyt yhtään väitöskirjaa tai lisensiaatin töitä hakupalvelu Melindasta. Draamakasv? haulla tuloksia tuli yhteensä 352, väitöskirjoja näistä tuloksista oli yksi, lisensiaatin töitä yksi ja Pro graduja yhteensä 81.

Hakusanalla ”satu” löytyi Melindasta yhteensä 40 649 tulosta. Tämä valtava tulosten määrä selittyi sillä, että suurimman osan näistä tuloksista tekijänä on ollut Satu-niminen henkilö. Hakua oli siis tarpeen rajata. Myös sadut? hakusanalla löytyi valtava määrä tuloksia, yhteensä 12460.

Hakusanoilla sadut? AND varhaiskasvat? löytyi tuloksia 41, joista Pro graduja oli kolme. Sadut? AND laps? hakusanoilla tuloksia löytyi yhteensä 80, Pro graduja näistä tuloksista oli kahdeksan. Nämä tutkimukselliset tulokset kuitenkin vain sivusivat aihettamme, joten emme käyttäneet niitä työssämme. Draama ja draamakasvatuksen haun kautta löytyi väitöskirja

jossa käsiteltiin myös satuja varhaiskasvatuksessa, käytimme muun muassa tätä työtä yhtenä lähteenä opinnäytetyössämme.

Hakusanalla ”liikunta” Löytyi Melindasta valtava määrä tuloksia, jopa 9645, jolloin tuloksia oli jo tarpeen rajata. Käsittelemme työssämme liikunnan merkitystä nimenomaan lapsille, joten rajasimme hakua sanankatkaisulla yhdistäen kaksi sanaa: laps? AND liikun?. Tällä haulla tuloksia tuli sekä lapsista että liikunnasta ja hakutulokset rajautuivat 2209 kappaleeseen. Väitöskirjoja löytyi monikenttähaun avulla näillä hakusanoilla 86. Hakusanalla last? AND liikun? Löytyi viitteitä yhteensä 1354 näistä väitöskirjoja oli 32 ja lisensiaatin töitä kolme.

Melindasta hakusanalla ”satuliikunta”, ilman mitään rajauksia löytyi todella vähän tietoa, vain 27 kappaletta, joista useat tulokset vain sivusivat aihetta. Sanan katkaisuhaullakin tulos nousi vain 28 kun hakusanana oli ”satuliikun?” ja suurin osa tuloksista oli samoja molemmissa. ”Sadu? AND liikun?” haulla tuloksia tuli jo 40, mutta aiheeseemme sopivia viitteitä ei haulla kuitenkaan löytynyt. ”Satu? AND liikun?” – haulla löytyi yllättäen jopa 289 tulosta. Tämä selittyi kuitenkin jälleen ”Satu”-nimistä, jotka useilla liikuntaan liittyvillä viitteillä löytyi tekijänä. ”satu? AND jumppa?”-haulla löytyi tuloksia vain 18. Yhdistäen sadun ja varhaiskasvatuksen haulla: ”varhaiskasvatu? AND sadu?” tuli tuloksia 174, joista suurin osa osoittautui aiheitamme vain sivuaviksi.

Tulokset oli lajiteltu uusimmasta vanhimpaan ja selasimme kaikki viitteet, jotka vaikuttivat olevan vähintäänkin lähellä tutkimaamme aihetta. Erityisesti etsimme Melindasta aiheisiin liittyviä tutkimuksia, pro graduja ja väitöskirjoja.

3 DRAAMAKASVATUS JA SADUT VARHAISKASVATUKSESSA

3.1 Draamakasvatus

Draamakasvatus on yleiskäsite, joka kattaa kaiken lasten draama- ja teatteritoiminnan, niiden opetusmuodot sekä osa-alueet.

Teatteritoiminnassa tähdätään esitykseen ja keskeistä onkin esityksen valmistaminen. Draamassa taas painotetaan toimimista eli prosessia ja näyttölemisen sijaan keskitytään kuvitteellisiin rooleihin ja todellisuuteen sekä toimintaan ryhmässä ilman yleisöä. Teatteritaide on draamatyöskentelyn perusta, mutta teatterin toimintamuotoihin ja pedagogisiin periaatteisiin yhdistetään kasvatusta ja leikkiä. (Toivanen 2009, 76.) Heikkisen (2004, 36–37) mukaan draamakasvatusta voidaan jäsentää osallistujien draamaksi, katsojien draamaksi ja soveltavaksi draamaksi. Soveltavaan draamaan voidaan yhdistää tarinankerronta. Tarinankerronta voidaan nähdä yhtenä draaman keinona tai omana genrenään. (Walamies 2007, 41–42.)

Draama on osallistavan teatterin laji ja yksi taidekasvatuksen muodoista. Draamassa todellinen tila ja aika voidaan yhteisestä sopimuksesta muuttaa kuvitteelliseksi ja lapset voivat aikuisen johdolla toimia erilaisissa rooleissa. Draamakasvatuksen vahvuus onkin, että sen toteuttamiseen ei tarvita erityistiloja tai välineitä, tarvitaan vain mielikuvitusta. (Toivanen 2010, 8–10.) Roolimerkki toimii draamassa signaalina, joka kertoo lapselle, että nyt eletään kuvittelussa todellisuudessa. Roolimerkki voi olla esimerkiksi hattu, kravatti tai essu. Henkilö on niin kauan roolissa, kun hänellä on roolimerkki. (Kotka 2011, 18.) Neelandsin (1990, 27) mukaan draamatoiminta pohjautuu osallistujien väliseen sopimukseen sitoutumisesta kuvitteelliseen todellisuuteen. (Walamies 2007,39). Lindqvistin(1998, 143–144) mukaan kun aikuinen eläytyy roolihahmoon ja houkuttelee siten lapsen kuvitteelliseen maailmaan, innostaa aikuinen lapsen vastavuoroiseen toimintaan ja itseilmaisuun. (Walamies 2007,39).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa korostetaan lapsen ominaisia tapoja oppia: leikkimistä, liikkumista ja taiteellista kokemista. Taiteellisten

kokemusten intensiivisyys lumooa lapsen ja tempaa hänet mukaansa toimintaan. (Stakes 2005, 20–24.) Draamakasvatus yhdistää opetukseen ja kasvatukseen leikillisyyden ja näin innostaa lasta oppimaan ja toimimaan. (Toivanen 2010, 8–10.)

3.2 Draama lapsen kehityksen tukena

Draama vaatii osallistujiaan sitoutumaan, mutta sitoutua ei kuitenkaan voi ennen kuin osallistuja hallitsee tiettyjä sosiaalisia taitoja. Winstonin ja Tandyin (1998, 90–91) mukaan lasten draamatyöskentelyssä pidetään olennaisena sosiaalisten perustaitojen hallintaa ja kehitystä, kuten vuoron odottamista, reiluutta ja sensitiivisyyttä muita kohtaan, erilaisten tunteiden tunnistamista ja kuvittelemisen sekä kuuntelemisen taitoa. Kun nämä taidot ovat hallinnassa, voidaan myöhemmin keskittyä tutkimaan monimutkaisempia kysymyksiä. (Walamies 2007, 36–37). Draaman avulla lapsi voi sekä tutustua elämyksellisesti itseensä, toisiin ja ympäröivään maailmaan, että oppia uusia asioita niistä. Draama kehittää lapsen sosiaalisia taitoja, sillä draaman työtavat edellyttävät toisten huomioimista. Keskeistä draamakasvatuksessa onkin vuorovaikutus. Draamakasvatus toimii myös lapsi–aikuinen-vuorovaikutussuhteen rakennusaineena. Kasvattajalle draamakasvatus tarjoaa työtavan kokonaisvaltaisempaan lapsiryhmän kohtaamiseen. Kasvattajan rooli ei ole vain opettaa, kysyä ja ohjeistaa, vaan myös osallistaa, ohjata ja näyttää esimerkkiä. Aikuinen toimii aloitteen tekijänä ja tarjoaa lapselle roolimallin. (Toivanen 2010, 8–12.)

Østernin (2002, 9–10) mukaan draamalla voidaan tukea lapsen erilaisia taitoja kaikkien aistien kautta, kuten esimerkiksi kielellistä tietoisuutta. (Walamies 2007,41). Draamakasvatus kehittää lapsen kokonaisilmäisullisia ja kielellisiä valmiuksia. Kun draamallista toimintaa suunnitellaan, otetaan huomioon lapsen tarve oppia ja omaksua asioita mielikuvitustaan ja leikkiä käyttäen. Draamakasvatuksessa lapsi luo todellista ja kuvitteellista maailmaa yhdistäen oman elämänsä kannalta uusia merkityksiä. (Toivanen 2010, 11–12.) Lasten draamaa tehdessä on

tärkeää pysyä lapsen kokemusmaailman lähellä yhdistäen tuttuutta ja toistoa sekä outoutta ja epävarmuutta. (Heinonen 2000, 53.)

Heinosen (2000, 55) mukaan draaman maailmassa lapsi työskentelee oman minän kehityksen palveluksessa. Draama ei siis ole vain huvia ja hauskanpitoa, vaan tärkeä toimintamuoto lapsen kehityksessä. Draama edistää lapsen laadullista oppimista, kollektiivista toimintaa, sekä kriittistä pohdintaa. Tämän lisäksi se auttaa lasta tunnistamaan erilaisia tunnetiloja. Draama opettaa lasta empaattiseksi ja toisia ihmisiä ajattelevaksi. (Kotka 2011, 17.) Draama nähdään kehittävän lapsen itsetuntemusta, itsensä kontrolloimisen taitoa, toisten kunnioittamista ja arvostamista, sietokykyä, kuuntelemisen taitoa ja ryhmätyöskentelytaitoja. Kuitenkin osa draaman asiantuntijoista kritisoi tätä draaman ja persoonallisuuden, sosiaalisuuden sekä moraalien kehittymisen kytköstä, sillä silloin voidaan kuvitella, että näitä aihealueita ei ole tarpeen asettaa draaman fokukseksi. (Walamies 2007, 36–37.)

3.3 Sadut varhaiskasvatuksessa

Satujen lukeminen on ollut olennainen osa lasten toimintakulttuuria päiväkotien ja lastentarhojen kasvatuserinteissä. Satuja käytetään lasten viihdyttämiseen, mutta myös yhtenä kasvatuksen keinona. Satujen avulla lasta voidaan johdatella pohtimaan esimerkiksi oikean ja väärän olemusta. (Walamies 2007, 34.)

Satujen perinteiset aloitukset ”Olipa kerran”, ”Eräällä maassa kaukana täältä” ynnä muut sellaiset viittaavat siihen, että tulevat kertomukset eivät koske todellista todellisuutta, sitä jota tässä ja nyt elämme. Tahallinen epämääräisyys satujen alussa kertoo siitä, että olemme jättämässä tavallisen todellisuuden maailman. Tämä sijoittaa lapsen tiettyyn mielentilaan, lapsen hengen mukaiseen. Satu vie lapsen mukanaan ihmeelliseen maailmaan, mutta palauttaa hänet lopuksi turvallisesti todellisuuteen. Se opettaa lapselle, että hetkellisen mielikuvituksen valtaan heittäytyminen on turvallista, kunhan lapsi ei jää siihen tilaan pysyvästi. (Bettelheim 1998, 77–82.)

Satuhetki on vuorovaikutustilanne aikuisen ja lapsen välillä. Sadunkertoja toimii välittäjänä ja instrumenttina. Aikuisen eläytyminen satua kertoessaan kasvattaa ja sävyttää tarinaa ja tempaa näin lapsen mukaansa. Kertojan tulee havainnoida yleisöään ja toimia heidän reaktioidensa mukaan. Lapsille monesti tulee asiaa tai kysymyksiä kesken sadunkerronnan, joten aikuisen tulee olla valmis ottamaan ne vastaan ja vastaamaan niihin. (Mäkelä 2002, 21.)

3.4 Sadut lapsen kehityksen tukena

Sadut mahdollistavat lapsen oman mielikuvituksen käytön ja lapsi saa itse päättää, soveltaako hän niitä itseensä ja millä tavalla. Satu antaa lapsen päättää, mitä se hänelle ilmaisee elämästä ja ihmisluonteesta. Satu etenee lapsen ajatuksen ja maailman katsomuksen tavoin ja näin tekee sadusta lapselle vakuuttavan ja merkittävän. Sadun maailmankuva vastaa lapsen omaa ja siksi lapsi luottaa satuihin. (Bettelheim 1998, 58.)

Walamiehen (2007, 43) mukaan lapsen kehityksen tukena voidaan käyttää satuja ja tarinoita. Satu toimii väkevänä ja tukevana rakennusaineena lapsen kasvussa eheäksi ihmiseksi. Sadut toimivat porttina mielikuvitusmaailmaan, jossa lapsi voi olla kuka tahansa ja kaikki on mahdollista. Sadun avulla lapsi voi ymmärtää elämän vaikeitakin asioita ja sadut valmistavat lasta tulevaan. Sadun maailmassa lapsi saa kokeilla omia rajojaan ja tämän jälkeen palata todellisuuteen monta kokemusta rikkaampana. (Mäkelä 2002, 8–9.)

4 LIIKUNTA JA SATULIIKUNTA LAPSEN KEHITYKSEN TUKENA

Lapsella on perustarve liikkua ja liikkuminen onkin lapselle yleensä luonnollista ja hauskaa. Moni liikunnallinen harjoitus, kuten tasapainoilu sekä erilaisten liikuntavälineiden käsittely vaatii muun muassa keskittymistä, kuuntelemista, vertailun tekemistä, ongelmanratkaisukykyä sekä itsensä hallintaa ja muiden huomioimista. Varhaisvuosien kehityksessä on myös tärkeää lapsen kehontuntemuksen sekä itsetunnon ja itseluottamuksen vahvistuminen, joita monipuoliset liikuntaleikit- ja harjoitukset tukevatkin. (Karvonen 2000, 15–16.) Liikunta edistää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia. (Vuori 2005, 145.) Se myös opettaa lapselle muun muassa vuorovaikutustaitoja, sosiaalisia suhteita sekä parantaa edellytyksiä aikuisiän liikunnalle. (Fogelholm 2011, 76.)

4.1 Lapsen liikunnan tarve

Leikki ja liikkuminen ovat lapselle perustoimintamuotoja ja ihminen on liikunnasta riippuvainen. Liikunnan avulla hankitaan lisäksi kokemuksia ja ilmaismahdollisuuksia. (Zimmer 2002, 14.) Lapsille liikunta on tärkeää liikuntataitojen sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen ja sen pelisääntöjen oppimisen kannalta. Pienillä lapsilla liikunnan suurimpana merkityksenä on oppiminen liikkumaan sekä siihen liittyvien aisti- ja aivotoimintojen kehittyminen. Liikunta voi lisäksi edistää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia. (Vuori 2005, 145.) Lasten liikunnalla on merkitystä terveyden kannalta sillä se parantaa painonhallintaa, kehittää liikuntataitoja, vahvistaa luustoa ja antaa lapselle liikuntaan myönteisesti liittyvän minäkuvan. Liikunta myös opettaa lapselle vuorovaikutustaitoja ja reilun pelin henkeä, luo sosiaalisia suhteita sekä parantaa edellytyksiä aikuisiän liikunnalle. (Fogelholm 2011, 76.)

Lapsi tarvitsee päivässä vähintään kaksi tuntia reipasta eli hengästyttävää liikuntaa sekä mahdollisuuden harjoitella motorisia taitojaan päivittäin monipuolisissa eri ympäristöissä. (mm. Malina ym. 2004, Pönkön & Sääkslahden 2011, 136 mukaan; Lasten ja nuorten liikunta 2014; kts.

myös Tammelin 2013 ja Fogelholm 2011, 86.) Lasten liikunnan on kuitenkin oltava säännöllistä ja jokapäiväistä ja sen on hyvä sisältää vaihtelua sekä lepoa hetkiä, sillä lapsi ei jaksakaan samankaltaista liikuntaa pitkään. (Karvonen 2000, 25.) Lasten voi myös olla hankala istua paikallaan pitkiä aikoja ja todennäköistä on, että lapsi joka ei liiku tarpeeksi ei myöskään osaa pysyä hiljaa paikoillaan. Esimerkiksi opettajan on hyvä muistaa antaa lapsille tilaisuus liikkua päivän aikana. (Karvonen 2000, 24.)

4.2 Liikuntapedagogiikka ja liikunta varhaiskasvatuksessa

Liikuntapedagogiikan päätehtävänä on Laakson (2007) mukaan liikuntaan kasvattaminen sekä kasvattaminen liikunnan avulla. Sen tehtävänä on varhaiskasvatuksessakin terveyden, toimintakyvyn ja liikuntataitojen kehittäminen sekä fyysisen, psyykkisen ja sosioemotionaalisen kehityksen tukeminen. Kun kasvatetaan liikunnan avulla, käytetään liikuntaa välineenä persoonallisuuden suotuisan kasvun ja kehityksen tukemisessa. Liikuntatilanteiden kautta voidaan opetella tunne- ja vuorovaikutustaitoja ja muun muassa keholliseen itseilmaisuuksiin voidaan liikunnan avulla kasvattamisella rohkaista. Suunnitelmallisen liikuntapedagogiikan avulla voidaan tukea fyysistä, psyykkistä ja sosioemotionaalista kehitystä, mikä onkin sen keskeinen tavoite. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 20.)

Varhaiskasvattajien on hyvä suunnitella ja järjestää päivähoitossa monipuolista ja tavoitteellista liikuntakasvatusta. Lisäksi lapselle on luotava liikkumiseen houkutteleva ympäristö, poistaa liikkumista häiritsevät esteet ja opettaa eri ympäristöissä turvallista liikuntaa. Liikunnan perusvälineistö on päivähoitossa oltava niin, että välineitä on riittävästi ja lapsille helposti saatavilla myös omaehtoisen liikunnan aikana. (Malina, Bouchard & Bar-Or 2004, Pönkönen & Sääkslahti 2011, 136 mukaan)

4.3 Lapsilähtöisyys liikunnan suunnittelussa

Lasten liikunnan edellytyksenä ovat myönteiset kokemukset liikuntaa kohtaan, jotka kantavat myös kauemmas, sillä lapsuuden kokemuksilla on vaikutuksensa myös aikuisiän elämäntapojen syntymiseen. Ne ovat

myönteisten elämysten lisäksi edellytyksenä lasten liikunnalle ja sen jatkumiselle myös tulevaisuudessa ja siksi liikunta on suunniteltava ja toteutettava lasten ehdoilla ja heitä varten. (Vuori 2005, 145; kts. myös Karvonen 2000.) Lapsilähtöistä on myös ottaa lasten yksilölliset tarpeet ja erot huomioon (Karvonen 2000, 25–27).

Lapselle taataan hyvät mahdollisuudet kasvuun ja kehitykseen omien edellytystensä mukaan parhaalla tavalla kun liikuntatuokioihin sisällytetään leikkiä, lasten omaa keksimistä ja kokeilua sekä pedagogisesti oikein ohjattua ja monipuolista toimintaa. (Karvonen 2000, 25–27.) Jos lapsella on mahdollisuus keksiä ja ratkaista itse liikunnallisten tehtävien sisältämiä ongelmia, vaikuttaa se ajattelun kehittymiseen (Karvonen 2000, 15–16). Lisäksi liikunnan tulisi vastata lapsen ikää, kokoa ja kehitysvaihetta sen laadun, tyypin, määrän, kuormittavuuden, keston sekä jaksottelun, sääntöjen, ohjauksen ja valvonnan saralla. Liikunnan tulisi siis näin toteutua lasten ehdoilla sekä tuottaa myönteisiä kokemuksia ja tavoiteltuja vaikutuksia turvallisesti. (Vuori 2005, 159.)

Lapset kaipaavat hyväksytyksi tulemisen kokemuksia myös liikunnan saralla ja erityistä kannustusta tarvitsevatkin helposti toiminnasta kieltäytyvät sekä motorisesti kömpelyyttä osoittavat lapset. Epämiellyttäviä kokemuksia luovat esimerkiksi paremmuudesta kilpailun tilanteet tai pelit, joissa viimeiseksi jäänyt joutuu ulos. Myönteisiä kokemuksia puolestaan syntyy kun lasta huomioidaan riittävästi, ohjataan rohkaisevasti virheitä liikaa korostamatta. Tämän lisäksi hänelle on annettu mahdollisuus itse keksiä ja kokeilla sekä liikkua vapaasti. On myös tärkeää korostaa liikkumisen myönteistä emootiota, sillä varsinkin pienillä lapsilla kielteinen tunne voi saada aikaan kieltäytymisen toiminnasta. (Karvonen 2000, 26.)

4.4 Satuliikunta

Elina Pullin mukaan lapsi, jonka mielikuvitus on vilkkaasti kehittyvässä vaiheessa, innostuu liikkumaan tarinoiden hahmojen houkuttelemana (Pulli 2006, 5). Halusimmekin yhdistää työssämme liikunnan ja sadun yhteen satuliikunnaksi, jossa lasten toimintaa ohjaa jokin tarina ja siihen

liittyvät hahmot. Varsinaisesta satuliikunnasta sillä nimellä ei tietoa löydy, mutta satujumppa ja satuvoimistelu käsitteinä viittaavat satuliikunnanomaiseen toimintaan.

Lastentarhojen toiminnan alusta alkaen on kaikkea pienten lasten liikuntaa kutsuttu satujumpaksi. Satujumppatuokio voidaan suunnitella valmiin sadun pohjalta tai sitä varten voidaan keksiä oma, juonellinen tarina. Lapsilähtöistä on antaa lasten itse keksiä tarinaa. Lapsilla on myös mahdollisuus tuoda omia mielikuvia ja liikkumistapoja mukaan ohjattuun toimintaan ja lasten luovuttaa voidaan houkutella esiin esittämällä aiheeseen liittyviä kysymyksiä. Aihe on hyvä valita niin, että se sopii lapsen ikä- ja kehitystasolle: esimerkiksi pienimmät lapset kaipaavat tarinoinhin tuttuja ja turvallisia mielikuvia, joita ei ole kuitenkaan liikaa kun taas 5–6-vuotiaat kaipaavat enemmän esimerkiksi avaruus- tai viidakkoteemaan liittyvää jännitystä ja rajumpaa liikuntaseikkailua. (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 218–219.)

Satujumppa tai satuvoimistelu kehittää keskittymiskykyä, kun lapsi joutuu keskittymään juonen etenemiseen ja samalla hänen eläytymiskykynsä ja mielikuvituksensa saavat virikkeitä. Mielikuvasta saa myös kokonaisvaltaisemman, kun liikkeeseen otetaan mukaan ääniä. Satujumpassa sosiaalisetkin taidot karttuvat liikkumistaidon ja kehontuntemuksen lisäksi luonnollisesti muiden lasten kanssa toimiessa. Lisäksi ohjaavan tarinan juoneen voidaan sisällyttää jotakin opettavaa tietoa. Aikuisella on keskeinen rooli juonen kertomisessa ja mielenkiinnon ylläpitämisessä, jonka sopiva jännitys ja riittävä toiminta takaavat. (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 219.)

Tuokiossa on hyvä olla selkeästi aloitus, toimintaosuus ja lopetus, mutta tiettyä kaavaa ei tarvitse noudattaa. Tavoitteet toiminnassa asetetaan lasten kehitystason mukaan ja tuokioittain tiettyjä liikunnallisia tavoitteita voidaan korostaa kuten hyppäämisen harjoittelua. Kuitenkin ohjaaminen ja liikkumisen huomioiminen tapahtuu sadun juonen mukaan (esimerkiksi kysymyksellä ”kuinka kissa liikkuu?”) ja tuokion tulisi olla elämyksellinen ja iloinen. Myös satuun liittyvää rekvisiittaa voidaan käyttää apuna. Aikuinen

huolehtii, että kaikki lapset pääsevät toimintaan mukaan ja ymmärtävät ohjeet. (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 219–220.)

5 PEIKKOLAN SIRKUKSEN MATKASSA – TOIMINTAKERTOJEN KUVAAUS

Toteutimme toiminnalliset tuokiot ryhmäperhepäiväkodissa 1.-11.2.2016 välillä viitenä eri toimintatuokiona. Joka kerralla keskityimme eri liikunnan ja motoriiikan osa-alueisiin, mutta tuokioiden runko pysyi melko samana jokaisella toimintakerralla. Tuokioille oli varattu aikaa noin tunti, mikä riitti toiminnalle hyvin. Tuokioiden teemana olivat sirkus ja sirkuksen hahmot, jotka esiteltiin lapsille toimintakertojen aikana. Johdattelimme lapset sadun maailmaan kertomalla tarinan ryhmäperhepäiväkotiin saapuvasta sirkuksesta, jonka matkaan he pääsisivät mukaan. Kuten aiemmin työssämme totesimme, satuja voidaan käyttää lapsen kehityksen tukena. (Walamies 2007, 43). Sadun mielikuvitusmaailmassa lapsi voi olla kuka vain ja hän voi kokeilla omia rajojaan turvallisesti. (Mäkelä 2002, 8–9.) Lapset pääsivät mukaan sadunmaailmassa auttamaan sirkushahmoja sirkuskiertueen järjestämisestä ja samalla kokeillen ja harjoitellen omia taitojaan. Jokaisella toimintakerralla esiteltiin yksi hahmo, jonka ympärille toiminta rakentui. Jokaiseen hahmoon liittyy myös oma, liikuntaan ja motoriiikkaan liittyvä osa-alue. Toimintakertojen harjoitteilla pyrimme tukemaan ja kehittämään lapsen motorisia ja liikunnallisia taitoja sekä lapsen kokonaisilmallisia valmiuksia. Østernin (2002, 9–10) mukaan draamalla voidaan tukea lapsen erilaisia taitoja kaikkien aistien kautta. (Walamies 2007, 41). Draamakasvatus kehittää lapsen kokonaisilmallisia ja kielellisiä valmiuksia. (Toivanen 2010, 11–12.)

Pukeuduimme itse hahmojen mukaisesti niin, että toinen oli aina Tirehtöörin asussa ja toinen kunkin toimintakerran hahmon mukaisesti pukeutunut Pelleksi, Nuorallatanssijaksi tai Voimamieheksi. Poikkeuksena olivat kuitenkin ensimmäinen kerta, jolloin valitsimme Pellen hahmon ja viimeiselle kerralle lapset saivat päättää, minkä hahmon kutsuisivat. Asut toimivat roolimerkkinä lapsille ja tämä signaali kertoi, että olemme kaikki kuvitteellisessa, sadun maailmassa. (Kotka 2011, 18.) Lindqvistin (1998, 143–144) mukaan aikuinen eläytyessään roolihahmoon voi houkutella lapsen sadun maailmaan ja näin innostaa tätä vastavuoroiseen toimintaan ja itseilmaisuuksiin. (Walamies 2007, 39). Roolihahmot toimivat tärkeänä

osana opinnäytetyötämme, sillä näiden hahmojen avulla houkuttelimme lapset sirkuksen maailmaan kokemaan ja oppimaan.

Otimme huomioon myös sen, että satuliikuntatuokion on hyvä sisältää selkeää aloitus, toimintaosuus ja lopetus (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 219–220). Jokainen kerta alkoi ja päättyi ”Tirehtöörin sirkusrunolla”, joka opetettiin lapsille heti ensimmäisellä kerralla. Sirkusrunon jälkeen lapset astelivat jonossa huoneeseen, jossa toiminta tapahtui (kutsuimme huonetta nimellä ”sirkushuone”). Näin halusimme selkeyttää lapsille, mistä toiminta alkaa ja mihin se päättyy. Joka tuokion jälkeen lisättiin myös uuden hahmon kuva sirkusteltaan, joka oli laitettu ”sirkushuoneen” ovelle kiinni. Näin lapset saivat muistella, mitä oli tehty edellisillä kerroilla.

Lapsen luovuutta ei tue yksipuolinen esimerkkien ja ohjeiden mukana toimiminen, vaan lapsen ajattelutaito kehittyy ja innostus pysyy yllä kun liikuntatuokiot sisältävät riittävästi lasten keksimiä asioita (Karvonen 2000, 25–27). Halusimme osallistaa lapset mukaan toimintaan niin, että he pääsisivät joka kerta tekemään myös itse asioita ilman tarkkoja ohjeita. Lapset pääsivät esimerkiksi keksimään sirkukselle nimen. He päätyivät nimeen ”Sirkus Peikkola”, joka liitettiin mukaan joka kerralla lausuttavaan sirkusrunoon. Lapset pääsivät myös itse tuokion lopussa esiintymään jokainen haluamallaan tavalla.

Huoneessa kerrottiin aluksi tuokion teemaan liittyvän sirkuksen hahmon tarina hahmon tehdessä samalla aamurutiiniaan huomaamatta paikalle tulleita lapsia. Tämän jälkeen lapset tekivät hahmon kanssa tämän rutiinin yhdessä uudestaan. Sitten leikimme hahmon johdolla aiheeseen liittyvää alkuleikkiä, jonka jälkeen harjoiteltiin teeman mukaisia temppuja. Kun temppuja oli lasten kanssa harjoiteltu, pyysi hahmo lapsilta apua sirkusesityksensä suunnittelussa ja lapsista jokainen pääsi mukaan keksimään yhden sirkusliikkeen hahmolle tämän esitykseen. Joka kerralla kysyttiin lopuksi palautetta jokaiselta lapselta yksitellen sillä välin kun muiden lasten kanssa joko leikittiin tai harjoiteltiin tuokion aiheeseen liittyviä temppuja. Palautteen keruussa lapsilta kysyttiin toimintakertoihin

liittyviä kysymyksiä, joihin he saivat vastata osoittamalla ilmapalloa, johon oli piirretty kolme hymynaamaa surullisesta iloiseen. Tuokio loppui aina sirkusrunoon, jonka jälkeen huoneesta marssittiin ulos ja jätettiin toiminta taakse.

5.1 Sirkus saapuu Tirehtöörin johdolla

Ensimmäisen toimintakerran tavoitteena oli tutustua lapsiryhmään. Toimintakerran valokeilassa oli Tirehtööri (Kuva 1.), jonka kanssa harjoiteltiin eläytymistä, itseilmaisua ja esiintymistä. Draamalliset harjoitukset kehittävät lapsen kokonaisilmmaisullisia ja kielellisiä taitoja. (Toivanen 2010, 11–12.) Lisäksi harjoittelimme suun ja kielen lihasten hallintaa, jotka lisäävät lapsen kielellistä ilmaisua.

Tuokio aloitettiin sirkusrunolla, jonka jälkeen marssimme sirkushuoneeseen. Tirehtööri kertoi lapsille tarinan itsestään ja sirkuksesta. Uusi sirkus oli lähes valmiina lähtemään kiertueelle, mutta sirkuslaiset tarvitsivat vielä apua esitysten suunnitteluun. Lapsia pyydettiin mukaan sirkuksen matkaan kohti sirkuskiertuetta! Tirehtöörin aamurutiiniin kuului kielivoimistelu, jossa lausuttiin kielen solmuun vieviä loruja, sekä tehtiin kielijumppa. Kun kielivoimistelu oli tehty, harjoiteltiin tirehtöörin johdolla vielä eläytymistä sirkuksessa näkyviin eläimiin ja hahmoihin. Tämän jälkeen lapsiryhmään tutustuttiin erilaisilla nimileikeillä. Nimiharjoitusten jälkeen Tirehtööri pyysi lapsilta apua keksimään sirkusesityksiin erilaisia tapoja esitellä itsensä ja sirkus yleisölle. Jokainen lapsi vuorollaan keksi jonkin liikkeen ja lausui oman nimensä liikettä tehdessään. Tirehtööri kokeili perässä lapsien keksimiä liikkeitä ja näin Tirehtööri sai monia uusia tapoja ja liikkeitä esittelyyn! Kun esitys oli pidetty, ottivat lapset ja Pelle leikkejä sillä aikaa, kun tirehtööri keräsi lapsilta palautetta toimintakerrasta. Tämän jälkeen asetimme sekä sirkuksen että Tirehtöörin kuvat sirkushuoneen oveen. Lopuksi lausuttiin yhdessä vielä opeteltu sirkusruno ja marssittiin ulos sirkushuoneesta.



KUVA 1. Tirehtööri

5.2 Pellen akrobatia ja koordinaatiokyky

Lasten liikunnan tulisi olla monipuolista ja sisältää vaihtelua (Karvonen 2000, 25.; Vuori 2005, 159.) Liikkumistaidot myös kehittyvät lapsella sen mukaan, miten hänellä on mahdollisuus harjoitella uusia taitoja (Jaakkola 2010; Numminen 2005 Sääkslahden 2015, 55 mukaan). Perusta liikehallinnalle syntyy jo lapsuudessa ja yksi liikehallinnan tärkeä osatekijöistä on koordinaatiokyky (Suni & Vasankari 2011, 36–37). Koordinaatiokyvyn harjoittelun otimmekin mukaan yhdeksi liikunnan osa-alueeksi, sillä se on tärkeä taito myös sirkustaitojen kannalta. Halusimme lisäksi luoda vaihtelua lasten liikuntatapoihin opettelemalla erilaisia akrobatiatemppeja.

Toisen toimintakertamme aiheena olikin akrobatian ja koordinaatiokyvyn harjoittelu Pellen (Kuva 4.) kanssa. Toimintatuokio alkoi sirkusrunolla ja tämän jälkeen siirryttiin pellemäisesti sirkushuoneeseen. Tirehtööri kertoi pellen tarinan ja kuvaili tämän aamurutiinia kasvojumppaa, joka tehtiin lasten kanssa kasvojen ilmeitä vääntelemällä. Seuraavaksi lämmiteltiin kehoa koordinaatiokykyä vaativilla harjoituksilla, jonka jälkeen tehtiin akrobatialiikkeitä matolla (Kuva 3.) Akrobatiaharjoitusten jälkeen Pelle pyysi lapsilta apua esityksensä suunnitteluun ja jokainen lapsi näytti joko jonkin harjoitelluista akrobatialiikkeistä tai itse keksimänsä liikkeen. Pelle kokeili tehdä vielä jokaisen liikkeen perässä ja lopuksi kiitti lapsia avusta.

”Esityksen” jälkeen lasten kanssa harjoiteltiin jonglöörausta sillä välin kun Tirehtööri kyseli hymiöilmapallojen avulla jokaiselta lapselta vuoron perään palautetta toimintakerrasta. Lapset saivat vielä lopuksi pellenenät omaksi (Kuva 2.). Viimeisenä lisättiin Pellen kuva sirkushuoneen oveen sekä lausuttiin sirkusruno lasten kanssa ja poistuttiin huoneesta.



KUVA 2. Lapset pelleninä



KUVA 3. Kuperkeikkojen harjoittelua



KUVA 4. Pelle

5.3 Voimamiehen voimaharjoitukset

Lasten ja nuorten hyvään terveyskuuntoon kuuluu hengitys- ja verenkiertoelimistön sekä sopivan painon lisäksi tuki- ja liikuntaelimistön kunto. Vahvimmat perustelut lasten ja nuorten liikunnalle löytyvätkin juuri tuki- ja liikuntaelimistön kehityksestä psykososiaalisten vaikutusten ja liikuntatottumusten muotoutumisen lisäksi. Tuki- ja liikuntaelimistön kuntoon kuuluu yhtenä osana lihaskunto. Lisäksi liikunnan kuormittavuuden on hyvä vaihdella kevyemmästä raskaampaan. (Fogelholm 2011.) Vaikka kohderyhmämme ikäisille varsinaiset voimaharjoitukset eivät ole tarpeellisia, halusimme valita voiman yhdeksi toimintakerran osa-alueeksi lisäämään liikuntaan kuormittavuutta. Toimintakerralla tehtiin leikkimielisiä voimaharjoitteita, esimerkiksi maasta ponnistamista ja voimapyramideja.

Lapsia tapaamaan saapui Voimamies (Kuva 7.), jonka kanssa tehtiin erilaisia voimaharjoituksia. Toimintatuokio alkoi sirkusrunolla ja tämän jälkeen siirryttiin sirkushuoneeseen vahvoina kuin voimamiehet. Tirehtööri kertoi Voimamiehen tarinan ja tämän jälkeen Voimamies ja lapset yhdessä tekivät aamurutiinin; aamujumpan. Tämän jälkeen aloitimme Voimamiehen lämmittelyleikin ”pomppivat popcornit” sekä erilaisia lapsille sopivia voimaharjoituksia. Lämmittelyiden jälkeen lasten kanssa harjoiteltiin neljää erilaista voimapyramidia. Kun pyramideja oli harjoiteltu (Kuva 5. ja Kuva 6.), pyysi Voimamies lapsilta apua sirkusesityksen suunnitteluun. Voimamies tarvitsi ideoita erilaisiin pyramideihin joita hän ja muut voimamiehet voisivat yhdessä sirkusesityksessä esittää. Lapset ja ryhmän aikuiset pohdiskelivat yhdessä ideoita pyramideihin ja lopuksi kokeilimme niitä kaikkia. Näin Voimamies sai esityksen valmiiksi! Toimintatuokion päätti Voimamiehen kuvan lisääminen sirkushuoneen oveen ja tämän jälkeen sirkusruno.



KUVA 5. Konttapyramidi



KUVA 6. Lasten keksimä pyramidi



KUVA 7. Voimamies

5.4 Nuorallatanssijan tasapaino ja notkeus

Tasapainoilu monen muun liikunnallisen harjoittelun ja välineiden käsittelyn lisäksi vaatii muun muassa keskittymiskykyä, kuuntelua, vertailun tekemistä ongelmanratkaisukykyä sekä itsensä hallintaa ja muiden huomioimista (Karvonen 2000, 15–16). Tasapainotaidoilla tarkoitetaan niitä taitoja, joiden avulla yritetään säilyttää tasapaino eri tilanteissa (Gallahue ym. 2003; Numminen 1997 Sääkslahden 2015, 54 mukaan). Tasapainotaidot kehittyvät nopeasti varhaislapsuuden aikana ja erityisen nopeaa kehitys on juuri 3–5 vuoden iässä (Sääkslahti 2005 Sääkslahden 2015 mukaan). Lisäksi tietty määrä notkeutta on edellytyksenä onnistuneelle liikkeelle ja suurin osa päivittäisistä toiminnoista, liikkumisesta sekä liikunnasta vaatii terveelle nivelelle ominaista liikelaajuutta. Osa liikunnasta vaatii myös tavallista enemmän liikelaajuutta kuten esimerkiksi telinevoimistelu. (Suni & Vasankari 2011, 38.)

Toimintakerralla tehtiinkin tasapaino- ja notkeusharjoituksia, jotka ovat sirkuksessa tärkeitä. Toimittiin Nuorallatanssijan (Kuva 10.) ohjauksella, välineinä penkki ja voimistelunauha. Toimintatuokio alkoi sirkusrunolla ja tämän jälkeen siirryttiin kuin nuoralla tasapainoillen sirkushuoneeseen. Tirehtöörin kerrottua Nuorallatanssijan tarinan ja aamurutiinin, tehtiin aamujumppa Nuorallatanssijan kanssa. Tämän jälkeen lämmiteltiin tasapainoa ja notkeutta lämmittelyleikillä ja muutamalla harjoituksella. Harjoittelun jälkeen kokeiltiin lasten kanssa ”nuorallakävelyä” (Kuva 8.) pitkän penkin päällä haluamallaan tavalla. Hauskuutta lisättiin toimintaan antamalla lapsille voimistelunauha, jota he saivat heilutella ”nuoralla” kävellessään. Tämän jälkeen pyydettiin taas lapsilta apua esityksen suunnitteluun ja lapset saivat voimistelunauhan kanssa keksiä nuorallatanssijalle liikkeitä joko lattialla tai ”nuoralla” (Kuva 9.). Nuorallatanssijan toistettua liikkeitä kysyttiin lapsilta vielä palaute ja sillä välin muut lapset harjoittelivat Nuorallatanssijan kanssa lisää tasapainoliikkeitä. Tuokio päättyi Nuorallatanssijan kuvan asettamalla sirkushuoneen oveen sekä sirkusrunoon.



KUVA 8. Nuorallatanssimista



KUVA 9. Sirkusesitys



KUVA 10. Nuorallatanssija

5.5 Sirkus lähtee temppuradan jälkeen

Viimeinen toimintakerta oli hieman erilainen kuin aiemmat kerrat. Tuokio alkoi tavallisesti sirkusrunolla ja lapsille kerrottiin, että Tirehtööri oli hukannut koko sirkusesityksen käsikirjoituksen. Käsikirjoituksen palasia oli nyt ympäri sirkushuonetta ja lasten apua tarvittiin etsimään palaset kasaan. Esityksen osat olivat numeroituja kuvia eri liikkeistä/toiminnoista kartongilla ja lapset etsivät ne ja antoivat Tirehtöörille. Kun kaikki palaset oli löydetty, käytiin järjestyksessä läpi, mitä kuvilla tarkoitettiin ja niiden pohjalta rakennettiin lasten kanssa temppurata. Temppuradalla oli tuttuja liikkeitä jokaisilta toimintakerroilta (Kuva 12.). Lapsilta kysyttiin vielä palaute, jonka jälkeen jokainen lapsi sai diplomin osallistumisesta toimintaan sekä hohtavat ”glow stick”-rannekkeet. Sirkusruno lausuttiin pimeässä glow stick-rannekkeiden hohdossa ja lapsia kiitettiin vielä osallistumisesta ja sirkus hyvästeltiin (Kuva 11.).



KUVA 11. Sirkusteltoa ja hahmot



KUVA 12. Jonglöörausta tempuradalla

5.6 Sirkuksen matkassa -opas

Toiminnallisen opinnäytetyömme päätavoitteena oli satuliikunnan oppaan tuottaminen 3–5-vuotiaiden lasten varhaiskasvattajille. Teimme oppaasta luonnoksen, jonka mukaan toimintakertamme rakentuivat ryhmäperhepäiväkodissa ja toteutimme kaikki viisi toimintakertaa sen pohjalta. Toimintakertojen avulla koekäytimme opastamme, jonka jälkeen muokkasimme sitä sen mukaan, mikä kyseisen ikäryhmän lapsilla koimme toimivaksi. Toimintakertojen jälkeen tarkentui myös tuokioiden kesto 45 minuutista tuntiin, minkä koimme kohderyhmän lapsille toiminnan maksimiajaksi keskittymisen kannalta.

Tavoitteenamme oli rakentaa selkeä ja helppokäyttöinen opas, jossa jokainen toimintakerta toimisi samalla periaatteella ja samanlaisella rungolla. Hioimme opasta vielä toimintakertojen jälkeen niin, että jokainen tuokio koostuisi samanlaisesta aloituksesta ja lopetuksesta sekä vaihtuvista leikeistä ja harjoituksista. Näin halusimme tehdä toiminnan selväksi myös lapsille niin, että he tietävät mistä toiminta alkaa ja mihin se

loppuu. Kaikkia toimintakertoja kuitenkin yhdisti sama juoni, joka muodostui yhtenäisemmäksi vielä toiminnan aikana. Päätimme esimerkiksi toimintakertojemme jälkeen lisätä jokaiselle kerralle alkuleikin kun aiemmin vain joillakin kerroilla oli tuokion aiheeseen liittyvä leikki. Muokkasimme myös viimeistä toimintakertaa oppaassa niin, että sen rakenne muistuttaisi enemmän muita toimintakertoja, eikä jäisi irralliseksi muista kerroista.

Halusimme, että opasta voivat käyttää kaikki 3–5-vuotiaiden lasten varhaiskasvattajat yksinkertaisilla välineillä. Välineet ja rekvisiitta tuovat toimintaan lisää ulottuvuuksia ja mahdollistavat monipuolisemmalle toiminnalle. Siksi lisäsimme oppaan loppuun vielä materiaalisivut, johon keräsimme ohjeita muutaman rekvisiitan ja välineiden tekoa varten sekä kuvia sirkushahmoista, sirkusteltasta ja runolipusta sekä diplomista, jonka voi lapselle antaa kiitokseksi toiminnan mukanaolosta. Lisäsimme myös kuvat kuvakorteista, joita voi toiminnassa hyödyntää. Oppaan alkuun halusimme tehdä niin sanotut oppaan käyttöohjeet lukijalle. Näin lukijalla on jo selkeä kuva toimintakertojen rakenteesta sekä toimintakertojen teemasta ennen toiminnan aloittamista. Halusimme myös tuoda hieman teoreettista tietoa draamasta ja satuliikunnasta lukijalle. Vaikka esimerkiksi päiväkodeissa ei yleensä kerätä palautetta toiminnan jälkeen, halusimme oppaaseen laittaa ohjeet palautteen keräämiselle. Palautteen keräämisellä saadaan lapsen ääni kuuluviin ja lapset voivat antaa tärkeän mielipiteensä toiminnan mielekkyydestä.

6 ARVIOINTI

Keräsimme toimintakertojemme jälkeen palautetta lapsilta sekä ryhmäperhepäiväkodin henkilökunnalta. Kävimme myös toimintakertojen jälkeen reflektiokeskustelun, jossa erittelimme jokaisen toimintakerran erikseen ja pohdimme, mikä onnistui ja mitä täytyy ottaa oppaassa huomioon. Myös jokaisen tuokion jälkeisessä keskustelussa pohdimme, miten tuokio meni ja miten toteuttaisimme seuraavan toimintakerran. Annoimme myös toisillemme palautetta ja pohdimme omia ohjauskokemuksia ja tuntemuksia toiminnan jälkeen.

6.1 Arvioinnin suorittamistavat

Keräsimme lapsilta palautetta ”palautepallojen” (Kuva 13.) avulla. Piirsimme kolmeen ilmapalloon iloisen, surullisen ja neutraalin naaman, joista lapsi sai valita omaa vastaustaan kuvaavan ilmeen. Lapsilta kysyttiin jokaisen toimintakerran jälkeen seuraavat kysymykset: ”Millainen oli sinun sirkuspäiväsi tänään?”, ”mikä oli parasta?” ja ”mikä ei ollut kivaa?”.



KUVA 13. Palautepallo

Jokaisen kerran jälkeen antoi yksi toimintaa seuranneista työntekijöistä meille suullista palautetta siitä, miten hänen mielestään toimintatuokiomme sujui. Viimeisellä toimintakerralla saimme myös pyytämämme kirjallisen palautteen kaikilta toimintakerroiltamme.

Pohdimme myös yhdessä opinnäytetyömme sisältöä ja oppaan rakennetta jatkuvasti prosessin aikana ja refleктоimme omaa toimintaamme ja aineistoamme koko ajan. Etenkin toimintakertojen jälkeen pidimme huolta

siitä, että keskustelisimme tuokion sujumisesta sekä mahdollisista tarpeista muokata opasta sen pohjalta.

Saatujemme palautteiden perusteella muokkasimme sekä opasta ja opinnäytetyötä että seuraavaa toimintakertaa.

6.2 Toimintakokonaisuuden arviointi

Toimintatuokiot onnistuivat suunnitelmien mukaan muutamia unohduksia ja pieniä muutoksia sekä sovellutuksia lukuun ottamatta. Tilannetajua täytyi olla toiminnassa mukana ja eri osioiden pituus tuokioiden aikana vaihtelikin lasten jaksamisen ja keskittymiskyvyn mukaan. Onnistuimme osallistamaan lapset mukaan toimintaan ja tekemään asioita omaehtoisesti ilman aikuisen tarkkaa ohjausta. Toimintatuokiot oli suunniteltu hyvin, sillä muokkasimme lopulta opasta vain vähän tuokioiden jälkeen. Kuitenkin tuokioiden järjestäminen ryhmäperhepäiväkodissa selkeytti paljon oppaan tekemistä ja sen lopullisen rakenteen muodostumista, sillä näimme konkreettisesti, mikä toiminnasta vielä puuttui sen johdonmukaisuuden maksimoimiseksi. Toimintakertojen jälkeen pystyimme yhdenmukaistamaan tuokioita entisestään ja saimme myös uusia lisäideoita oppaaseen käytännön tarpeiden pohjalta. Huomasimme siis, mikä käytännössä toimii, mikä ei toimi ja mitä tuokio kaipaisi lisää.

Toimintatuokioiden sisältöön olimme pääasiassa hyvin tyytyväisiä. Ensimmäisellä toimintakerralla erityisesti kielijumppa ja esirippu-leikki olivat hauskoja harjoitteita. Tällä kerralla olisi voinut olla hieman monipuolisempia ryhmään tutustumisharjoitteita, keskityimme pääasiassa nimien opetteluun. Ensimmäisen toimintakerran jälkeen lapsiryhmä oli tullut tutuksi ja nimet olivat muistissa!

Toisen toimintakerran akrobatia- ja koordinaatiokyky harjoitukset olivat sekä lapsista että aikuisista hauskoja. Valitsemamme harjoitteet olivat monipuolisia ja lapsille tarpeeksi haastavia. Lapset saivat lopuksi pelleenät muistoksi.

Kolmannen toimintakerran voimaharjoitukset olivat mielestämme lapsiryhmälle sopivia ja erityisesti pomppivat popcornit-lämmittely leikki ja voimapyramidit olivat kaikille mieleisiä. Aluksi ryhmäperhepäiväkodin työntekijät jännittivät pyramidien tekemistä, mutta ohjauksella ja turvallisuudesta huolehtimisella pyramidit onnistuivat hienosti ja saimme niistä hyvää palautetta. Tämä oli myös lapsille uusi juttu ja kaikki osallistuivat innokkaina pyramidien tekoon.

Neljännellä toimintakerralla tasapainoharjoittelut sujuivat lapsilta hienosti! Jotkin harjoitteet olivat lapsille ensin hieman haastavia, esimerkiksi nuoralla kävely laittamalla kantapäätä toisen jalan varpaiden eteen, mutta pian lapset pääsivät jyvälle harjoituksista ja tasapainottelut sujuivat kuin oikealta nuorallatanssijalta. Lapset lumoutuivat voimistelunauhasta ja kaikki pääsivätkin kokeilemaan sitä samalla tasapainoillen ”nuoralla”.

Viimeisellä toimintakerralla lasten kanssa tehtiin temppurata. Lapset lähtivät innoissaan etsimään Tirehtöörin kadonneita käsikirjoituksen palasia ja tämän jälkeen rakensimme yhdessä sirkusesityksen, eli temppuradan, valmiiksi. Tässä vaiheessa lapsiryhmä hieman riehaantui, sillä siirryimme ulos sirkushuoneesta asettamaan tarvikkeita paikoilleen. Saimme kuitenkin pian lapsiryhmän hallintaan ja radan osiot paikoilleen. Tämän jälkeen aloitimme temppuilun radalla. Ensimmäinen kierros radalla sujui hyvin, mutta pian joihinkin kohtiin muodostui ruuhkaa ja lapset hieman riehaantuivat. Päätimme jakaa lapsiryhmän puoliksi ja aloittaa radan eri kohdista kiertäminen. Tämä rauhoitti lapsiryhmän ja temppuilut sujuivat hienosti. Ennen tuokion päättämistä annoimme lapsille diplomit toimintaan osallistumisesta sekä glow stick-rannekkeet merkiksi sirkukseen kuulumisesta. Näistä lapset innostuivat kovasti ja päätimmekin yhdessä tehdä sirkusrunon pimeässä. Tämä oli hieno lopetus toimintatuokioillemme!

Olimme erityisen tyytyväisiä toimintatuokioiden runkoon. Runko oli jokaisella kerralla samanlainen ja näin selkeä sekä aikuisille että lapsille. Sirkuksen ja hahmojen kuvat olivat mielestämme hieno lisä tuokioihimme ja koska hahmot olivat ryhmäperhepäiväkodin sirkushuoneen ovessa koko

toimintakokonaisuuden ajan, pääsivät lapset tutkailemaan ja muistelemaan jo tavattuja sirkushahmoja sekä toimintakertoja!

6.3 Toimeksiantajalta ja kohderyhmältä saatu palaute

Ryhmäperhepäiväkodilta saimme viimeisen toimintakertamme yhteydessä kirjallisen palautteen pitämistämme toimintatuokioista. Henkilökunta piti erityisesti siitä, että tuokioilla oli aina sama alku- ja loppuloru eli Tirehtöörin sirkusruno: ”Aloitus- ja lopetusloru sama jokaisella kerralla oli kiva, tiedettiin mistä alkaa -> mihin loppuu tuokio”. Kiitosta saimme myös lasten huomioimisesta ja osallistamisesta toimintaan: ”Jokaisella tuokiolla kaikki lapset huomioitiin hyvin - - saivat myös sanoa mielipiteensä yksitellen tuokiosta. - -. Lapset saivat antaa omia ideoitaan sirkushahmoille. Heitä kiitettiin ja hahmot lupasivat ottaa temput mukaan seuraavaan sirkusesitykseen”. Saimme palautetta myös tavastamme uskaltaa ”palauttaa lapsi ”hellällä” tavalla kuuntelemaan mitä tehdään - ja omalle paikalle.” Lapset olivat henkilökunnan mukaan aina odottaneet sirkuksen saapumista innostuneina. Heidän mielestä tuokioista sai myös hyviä apuvälineitä lasten havainnointiin: ”Havainnointiin apuna (yksitellen jokainen vuorollaan)”.

Saimme myös jokaiselta kerralta lyhyet kommentit siitä, mistä henkilökunta piti erityisesti. Ensimmäisellä toimintakerralla saimme positiivista palautetta tuokion juonesta: ”kuulluttaa sirkusesiintyjät estradille jokainen tavallaan.” Toisella toimintakerralla pidettiin siitä, että ”lapset saivat pelleillä luvan kanssa” ja ”nenät vielä lopuksi kaikille”. Voimamiehen tuokiosta kommentoitiin kokeilemisen iloa, uskallusta ja huomioimista: ”Kannustus, kaikki olivat vahvoja ja voimakkaita! Jokaisen huomioiminen. Kokeilemisen ilo -> uskallanko!?” Pyramideja työntekijät pitivät uutena ja hauskana toimintamuotona. Nuorallatanssijan toimintakerralla puolestaan lapset innostuivat erityisesti sateenkaarinauhasta, joka oli nuorallakävelyssä mukana rekvisiittana: ”Sateenkaarinauha innosti kaikkia!” Tempurata-kerralla työntekijät kiinnittivät huomiota siihen,

kuinka otimme lapset konkreettisesti mukaan temppuradan rakentamiseen ja antoivat siitä paljon positiivista palautetta.

Henkilökunnan antaman palautteen kautta saimme paljon vahvistusta toimintaamme sekä paljon hyviä vinkkejä siitä, mitä on hyvä huomioida ja valmistella tulevaa toimintaa varten. Kävimme myös paljon keskustelua heidän kanssaan toimintakertojen jälkeen siitä, miten toiminta meni ja pohdimme myös muun muassa sitä, kuinka helposti tuokiot menevät aivan eri tavalla kuin mitä oli suunniteltu ja että kuinka tärkeää on olla vaihtoehtoja eri harjoituksille. Työntekijöiden kanssa käytyjen keskustelujen pohjalta saimme myös paljon uusia ajatuksia aivan erilaisesta näkökulmasta ja toiminnan suunnittelusta ulkopuoliselta taholta, mikä auttoi meitä huomioimaan myös sellaiset asiat, joita emme välttämättä olisi itse osanneet ajatellakaan.

Lapsilta palautteen kerääminen olikin haastavampi tehtävä kuin alun perin ajattelimme. Palautteen kerääminen vei paljon aikaa ja ensimmäisellä toimintakerralla ymmärsimme, että tarvitsemme valmiiksi suunniteltua ohjattua toimintaa siksi aikaa, kun yksi lapsista on antamassa palautetta. Neljälle seuraavalle kerralle suunnittelimmekin valmiiksi palautteen aikaista toimintaa, joka liittyi kyseisen toimintakerran teemaan, esimerkiksi Pellen toimintakerralla harjoittelimme jonglöörausta. Osallistujamäärä toimintakerroilla vaihteli paljon. Ensimmäisellä Tirehtöörin toimintakerralla osallistui kuusi lasta, Pellen kerralla kolme, Voimamiehen kerralla neljä, Nuorallatanssijan kerralla seitsemän ja viimeisellä temppurata toimintakerralla seitsemän. Tämän vuoksi emme pystyneet määrittelemään, että mikä toimintakerta oli lapsille mieleisin tai ei niin mieleinen.

Ilmapallojen käyttö palautteen keruussa oli lapsille mieleinen. Jokainen lapsi kertoi ensin sirkuspäivästään näyttämällä hänen mielestään sopivaa ilmapalloa. Pääasiassa lapset antoivat hymynaamoja palautteeksi. Saimme myös muutaman neutraalin- ja yhden surunaaman. Tämän yhden surunaaman saimme ensimmäisellä kerralla. Ensimmäisellä kerralla jokainen ilmapallo oli erivärinen: hymynaama vihreä, neutraali keltainen ja

surunaama pinkki. Epäilimme, että tämän lapsen valintaan olisi voinut vaikuttaa ilmapallon pinkki väri, joten seuraaville kerroille vaihdoimme ilmapallot kaikki samanväriseksi. Tällä tavoin vältimme ilmapallon värin vaikutuksen lapsen valintaan.

Kysyimme lapsilta myös kivoimpia asioita toimintakerroilta ja ei niin kivoja. Näihin lapset eivät oikein osanneet vastata, pääasiassa vastauksena kivoimmalle asialle oli, että ”kaikki oli kivaa” ja ”esitys”. Ei kivoja asioita eivät lapset keksineet ollenkaan. Luulemme, että lapset ehtivät jo unohtaa toimintakerralla käytyjä asioita kun palautetta kerättiin. Olisimme voineet kerrata lapsen kanssa, että mitä asioita oli tehty, mutta se olisi vienyt enemmän aikaa kuin toimintakerralle oli varattu.

Pääasiassa lasten antama palaute oli positiivista ja ryhmäperhepäiväkodin työntekijät kertoivat lasten kyselleen paljon, että koska sirkus taas tulee. Yksi lapsista oli myös tehnyt piirustuksen Tirehtööristä. Nämä asiat kertoivat meille sen, että lapset olivat todella pitäneet toiminnastamme!

6.4 Tuotoksen arviointi ja hyödynnettävyys

Tuotostamme Sirkuksen matkassa -satuliikunnan opas 3–5-vuotiaiden lasten varhaiskasvattajille arvioi ryhmäperhepäiväkodin työntekijät sekä me opinnäytetyöntekijät itse. Olemme erittäin tyytyväisiä tekemäämme oppaaseen. Halusimme tehdä oppaasta selkeän, helppokäyttöisen ja yhtenäisen kokonaisuuden ja mielestämme oppaamme on juuri sellainen. Oppaan ulkoasu sekä toimintakerrat ovat rakenteeltaan selkeät ja opas on helppolukuinen. Esimerkiksi jokaisen toimintakerran alussa kerrotaan, että mitä tarvikkeita lukija tarvitsee toteuttaakseen toimintakerran.

Mielestämme oppaan ulkoasu on erittäin onnistunut ja houkuttelee lukijaa tarttumaan oppaaseen. Halusimme piirtää oppaaseen toimintakertojen hahmot itse, sillä hahmot ovat tärkeä osa toimintakertoja. Saimmekin houkuteltua Aleksander Heikkisen piirtämään meille upeat hahmot ja sirkuksen oppaaseen. Valokuvia otimme toimintakerroilla paljon ja halusimme tuoda kuvia toteuttamiltamme toimintakerroilta oppaaseen lisäämään visualisuutta sekä malliksi hankalammin selitettäviin

liikkeisiin/toimintoihin. Harmiksemme ensimmäiseltä toimintakerralta emme muistaneet ottaa kuvia, joten oppaassakin tämä toimintakerta ei visuaalisesti ole yhtä monipuolinen kuin muut kerrat.

Ryhmäperhepäiväkodin työntekijöiltä saimme hyvää palautetta tuotoksestamme. Heidän mukaan ”opas on mitä mainioin”. Heidän mukaan opas antoi tärkeän sanoman sirkuksesta piirroksin ja sanoin. Ohjeet olivat heidän mielestään selkeät ainakin heille, sillä he olivat olleet toimintakerroilla mukana. Erityisesti he pitivät sirkusrunosta. Oppaassa oli heidän mielestään ”paljon erilaisia mukaansa tempaavia lasten mieleisiä juttuja, aivan kuin huomaamatta kaikki osallistuivat ja saivat itse näyttää omat ehdotuksensa sirkuksen ohjelmanumeroihin.” Oppaan materiaalisivut olivat heidän mielestään selkeät ja diplomi oli heidän mukaan kiva asia antaa lapselle toimintakertojen jälkeen.

Kiitosta saimme oppaan etusivun ulkoasusta, joka oli heidän mukaan ”kivan värikäs ja sisällöstä kertova”. Takasivu oli heidän mielestä hieman abstraktimpi. Ryhmäperhepäiväkodin työntekijät uskoivat, että ”oppaan avulla saa hoitopaikkoihin hienot sirkukset aikaiseksi”!

7 POHDINTA

Kun aloitimme opinnäytetyömme suunnittelua, halusimme luoda jotain uutta ja mielestämme tarpeellista tuotosta 3–5-vuotiaiden lasten varhaiskasvattajille. Koemme, että sirkus on sopiva liikunnan muoto lähes kaikenikäisille lapsille sekä aikuisille ja sillä on paljon myönteisiä vaikutuksia. Sirkuksessa tärkeimpinä arvoina eivät ole kilpailu ja paremmuus, vaan kaikkien huomioiminen ja mukaan ottaminen epäonnistumisista pelkäämättä. Vastaamme ei kuitenkaan tullut vielä yhtäkään samankaltaista sirkusaiheista opasta ja halusimmekin tuottaa sellaisen ainakin yhdelle kohderyhmälle. Opastamme voi kuitenkin soveltaa myös muille kohderyhmille, sillä sirkus sopii kaikille! Toivomme, että työmme osoittautuisi tarpeelliseksi ja hyödylliseksi vähintään kohderyhmäämme kuuluville aikuisille ja lapsille.

Toteutimme toimintakerrat ryhmäperhepäiväkodille sopivina aikoina ja keston rajasimme lasten keskittymiskyvyn mukaan. Toiminnan aikana muutimme tarvittaessa tuokiota sen mukaan, miten lapset jaksoivat ja halusivat toimia. Näin varmistimme että toiminta oli lapsilähtöistä ja että ajankohta oli kohdeorganisaatiolle sopiva.

Etsimme opinnäytetyöhömmme lähteitä Melinda-hakupalvelusta ja käytimme ensisijaisesti tutkimuksellisia lähteitä. Käytimme mahdollisimman uutta kirjallisuutta työssämme sen ajankohtaisuuden varmistamiseksi. Lähteitä halusimme käyttää paljon, jotta käsittelemistämme aiheista syntyisi vuoropuhelua lähteiden välille ja näin myös tieto olisi luotettavampaa. Pohdimme tarkasti, mitä lähteitä käyttäisimme ja mikä olisi varmasti luotettavaa. Suosimme erilaisten valtakunnallisten järjestöjen ja organisaatioiden suuria tutkimuksia ja muita lähteitä joiden tiesimme olevan luotettavia.

Saavutimme mielestämme opinnäytetyöllemme asetetut tavoitteet hyvin. Opinnäytetyömme päätavoitteena oli satuliikunnan oppaan tuottaminen ja lasten kanssa satuliikuntaprojektin toteuttaminen. Saavutimme tämän tavoitteen hienosti! Teimme mielestämme hyvin onnistuneen oppaan ja

pääsimme testaamaan sitä ryhmäperhepäiväkodin lasten kanssa. Tavoitteenamme oli myös osallistaa lapset toimintaan mukaan, mikä onnistuikin hyvin. Lapset pääsivät jokaisella kerralla suunnittelemaan sirkusesitystä ja myös esiintymään itse.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada lapset liikkumaan sadun innoittamina ja samalla harjoitella liikunnan eri osa-alueita. Toimintakerroilla lapset olivat innokkaina mukana liikkumassa sirkuksen maailmassa! Tarkoituksenamme oli tuottaa mahdollisimman hyödynnettävä opas, jonka avulla lukija pystyy myös itse toteuttamaan vastaavanlaisen satuliikuntaprojektin tai yksittäisiä toimintakertoja. Kohdeorganisaation työntekijöiltä saadun palautteen mukaan oppaan avulla pystyy hoitopaikoissa järjestämään hienot satuliikunnan projektit sirkuksen maailmassa ja koemme myös itse oppaan olevan hyvin hyödynnettävissä erityisesti sen selkeän rakenteen ja lapselle mielekkään toiminnan vuoksi. Tarkoituksenamme oli innostaa varhaiskasvattajia satuliikuntatuokioiden pitämiseen. Tämän tarkoituksen toteutumista ei pysty vielä näin lyhyellä ajalla arvioimaan, mutta uskomme, että moni varhaiskasvattaja oppaamme käsiinsä saadessaan innostuisi järjestämään vastaavan satuliikunnan projektin tai yksittäisiä toimintakertoja. Tarkoituksenamme oli myös tuoda uusia ideoita varhaiskasvatuksen liikuntatuokioihin. Omien kokemustemme mukaan päivähoitossa käytetään suhteellisen vähän satuliikuntaa verrattuna esimerkiksi pelkkään sadun lukuun ja liikunnallisiin harjoituksiin. Oppaan avulla uskomme monien varhaiskasvattajien saavan uusia ideoita ja näkemyksiä varhaiskasvatuksen liikuntatuokioihin.

Toteuttaessa toimintaa lasten parissa on tärkeää huomioida toiminnan eettisyys. Haimme opinnäytetyöllemme tutkimuslupaa Lahden kaupungilta ja se myönnettiin meille ennen toiminnan alkamista. Julkaisuseminaarin jälkeen toimitamme opinnäytetyömme Lahden kaupungille arkistoitavaksi. Toiminnasta tiedotettiin etukäteen lasten vanhemmille lähettämällä heille saatekirjeet, joissa kerroimme vanhemmille opinnäytetyöstämme ja tulevasta toiminnasta. Varmistimme samalla, että lapsi sai osallistua toimintaan ja pyysimme valokuvauslupaa. Pyysimme lupaa käyttää

valokuvia oppaassamme sekä opinnäytetyössämme. Onneksemme kaikki lapset saivat toimintaan osallistua ja saatujen kuvauslupien ansiosta pystyimme myös kuvaamaan toimintaa ja käyttämään kuvia oppaassa ja opinnäytetyössä. Noudatimme myös opinnäytetyössämme salassapitovelvollisuutta.

Toimintaan osallistuminen oli lapsille vapaaehtoista. Jokaisella kerralla kaikki paikalla olleet kohderyhmämme lapset halusivat osallistua toimintaan, mutta muutamalla kerralla yksi lapsi ei halunnut tehdä joitakin harjoitteita. Lasten ei ollut pakko toimintaan osallistua ollenkaan tai he saivat jäädä pois osasta toiminnasta jos he niin halusivat. Lapsia kuitenkin kannustettiin mukaan ja korostettiin sitä, että tehdään satuliikuntaa yhdessä ja kaikki saavat tulla mukaan epäonnistumisia pelkäämättä. Näin otimme huomioon lasten oman tahdon satuliikuntatuokioon osallistumisessa. Kerroimme lapselle, että hän voi seurata vierestä ja halutessaan liittyä mukaan. Tämä lapsi seurasi vierestä muiden tehdessä ja pian hänkin liittyi seuraaviin toimintoihin.

Satuliikunnasta ei löydy akateemisia tutkimuksia (kts. tiedonhaun kuvaus), joten koemme, että tästä aiheesta voisi olla tarpeellista tehdä tutkimusta. Ideoita jatkokehittämiselle syntyi myös toiminnan aikana. Alun perin suunnittelimme tekevämme toimintakokonaisuudesta laajemman niin, että jokaisella toimintakerralla olisi askarreltu lasten kanssa tarvittavat välineet ja rekvisiitat toimintakerroille. Pian kuitenkin ymmärsimme kokonaisuuden laajuuden ja jouduimme jättämään tämän osion pois ja keskittymään itse satuliikuntatuokioon. Jatkokehittämis ehdotuksemme olisi tuokioiden laajentaminen niin, että mukaan mahtuisi myös lasten kanssa askartelu satuliikuntatuokiota varten ja näin myös lasten hienomotoriset taidot kehittyisivät. Tällä tavoin lapset voitaisiin osallistaa vielä laajemmin toimintaan mukaan ja monipuolistaa tuokioiden sisältöä.

LÄHTEET

Bettelheim, B. 1998. Satujen lumous. Helsinki: WSOY

Fogelholm, M. 2011. Lapset ja nuoret. Teoksessa Fogelholm, M., Vuori, I. & Vasankari, T. (toim.) Terveysliikunta. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 76–87.

Heinonen, S-L. 2000. Ilmaisuleikit tarinantalossa. Analyysi ja tulkinta lastentarhanopettajan pedagogisesta toiminnasta varhaiskasvatuksen draaman opetuksessa. Tampere: Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja. Saatavissa:

<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67010/951-44-4858-8.pdf?sequence=1>

Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. 2013. Johdatus liikuntapedagogiikkaan. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (Toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 17–27.

Kakko, S-C., Kekäläinen, K., Kinnunen, R. & Lindman, J. 2013. ”Siellä on suupielet korvissa” – Hyvinvointivaikutuksia sosiaalisesta sirkuksesta. Tutkivan teatterityön keskuksen julkaisuja. Tampere: Tampereen yliopisto

Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010 - Lapset ja nuoret. 2010. SLU:n julkaisusarja 7/2010. Helsinki: Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry.

Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Lapsen motoriiikan arviointi ja kehittäminen. Tampere: Tammi.

Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Lahti: VK-Kustannus Oy.

Kotka, R. 2011. Tarinat tunteiden tulkkina – toiminnallisia ideoita satujen ja draaman maailmasta. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lahtinen, P. & Mustonen, M. 2015. AMK-Opinnäytetyöprosessi. Käsikirja. [viitattu 1.10.2015]. Saatavissa Lahden ammattikorkeakoulun Intranetissä:

http://reppu.lamk.fi/pluginfile.php/758093/mod_resource/content/1/AMK%20ont%20prosessin%20k%C3%A4sikirja%20kev%C3%A4t%202015%2009022015.pdf

Lasten ja nuorten liikunta. Suomen tilannekatsaus 2014 ja kansainvälinen vertailu. 2014. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus ja Jyväskylän yliopisto.

Mäkelä, M-L. 2002. Satuseikkailu kirjastossa. BTJ Kirjastopalvelu Oy. Helsinki.

Pulli, E. 2006. Tempputornissa tapahtuu – liikkumaan innostavia tarinoita ja toimintavinkkejä. Helsinki: Tammi.

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2011. Liikkuva lapsi. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 136–150.

Soini, A. 2015. Always on the move? Measured physical activity of 3-year-old preschool children. University of Jyväskylä. Studies in Sport, Physical Education and Health 216. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.

Stakes. 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Stakes oppaita 56.

Suni, J. & Vasankari, T. 2011. Terveyskunto ja fyysinen toimintakyky. Teoksessa Fogelholm, M., Vuori, I. & Vasankari, T. (toim.) Terveysliikunta. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 32–42.

Sääkslahti, A. 2015. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Tammelin, T. 2013. Liikuntasuositukset terveyden edistämiseksi. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: Ps-kustannus, 62–73.

Toivanen, T. 2009. Draamakasvatuksen mahdollisuudet – Itsetuntemusta, vuorovaikutustaitoja ja elämänhallintaa. Teoksessa Aro, A., Hartikainen, M., Hollo, M., Järnefelt, H., Kauppinen, E., Ketonen, H., Manninen, M., Pietilä, M. & Sinko, P. Taide ja taito – Kiinni elämässä! Taide- ja

taitokasvatuksen julkaisu 2009. Helsinki: Opetushallitus, 76–82.
Saatavissa: http://www.oph.fi/download/49220_taide_ja_taito.pdf

Toivanen, T. 2010. Kasvuun! Draamakasvatusta 1-8-vuotiaille. WSOYpro Oy.

Vuori, I. 2005. Liikunta lapsena ja nuorena. Teoksessa Vuori, I., Taimela, S. & Kujala, U (toim.) Liikuntalääketiede. 3. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Walamies, M. 2007. Eettinen kasvu ja dialogisuus draaman näyttämöllä. Valokiilassa päiväkodin draamaprosessi. Åbo: Åbo akademis förlag. [viitattu 12.3.2016]. Saatavissa:
<http://bibbild.abo.fi/ediss/2007/WalamiesMolla.pdf>

Zimmer, R. 2002. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: LK-kirjat.

LIITTEET

Liite 1, Aikataulu

Aikataulu	
Kesä 2015	Opinnäytetyön suunnittelun aloittaminen, toimeksiantajan hankkiminen, toteutuspaikassa vierailu ja toimeksiantajan tapaaminen
Syksy 2015	Opinnäytetyöprosessiin ilmoittautuminen, ideointi, suunnittelu, tiedonhaku, opinnäytetyösuunnitelman kirjoittaminen, suunnitelmaseminaari
Talvi 2015– 2016	Toteutuskertojen suunnittelu, toteutus (helmikuu), oppaan tekeminen, opinnäytetyön tekemistä
Kevät 2016	Opinnäytetyön valmistuminen, oppaan valmistuminen, julkaisuseminaari (huhtikuu), kypsyysnäyte

Liite 2, Saatekirje vanhemmille

Hyvä lapsen huoltaja

Olemme kaksi viimeisen vuoden sosionomiopiskelijaa Lahden ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä toiminnallista opinnäytetyötä ryhmäperhepäiväkodissa, johon ryhmän 3-5-vuotiaiden lasten olisi tarkoitus osallistua. Opinnäytetyönämme on sirkusaiheinen satuliikunnan opas varhaiskasvattajille, jonka pohjalta järjestämme viitenä aamupäivänä liikunnallisia ja draamallisia toimintatuokioita lapsille. Toimintatuokioiden kautta testaamme oppaamme toimivuutta. Opas jää ryhmäperhepäiväkodin käyttöön sekä sähköisenä versiona nettiin varhaiskasvattajien saataville. Myös vanhemmat voivat halutessaan ladata oppaan itselleen.

Toiminnallisten tuokioiden aikataulu

- Ma 1.2.** Sirkus saapuu – Tutustumiskerta
- Ke 3.2.** Pellen akrobatia- ja koordinaatiokykytuokio
- Pe 5.2.** Voimamiehen ”voimaharjoituksia”
- Ti 9.2.** Nuorallatanssijan tasapaino- ja notkeustuokio
- To 11.2.** Sirkus lähtee – Sirkusaiheinen temppurata

Pyytäisimme ystävällisesti lupaa lapsenne osallistumisesta toimintaamme. Toivoisimme myös kuvauslupaa lapsestanne, sillä valokuvaamme toimintaa työtämme varten. Esittelemme työmme julkaisuseminaarissa ja kuvat jäävät vain siihen käyttöön. Jos kuitenkin annatte suostumuksenne, toivoisimme kuvia lapsista myös oppaaseemme. Emme kerää lapsestanne mitään muita tietoja. Palautattehan alla olevan lomakkeen ryhmäperhepäiväkodille 22.1. mennessä. Lisätietoja voit halutessasi kysyä sähköpostin kautta.

Etukäteen kiittäen,

Janita Saarinen & Krista Hyvärinen

janita.saarinen@student.lamk.fi

-----Palauta-alaosa-ryhmikseen-----

Lapseni nimi: _____

- | | | |
|--|--------------------------------|-----------------------------|
| Lapseni SAA osallistua toimintaan | Kyllä <input type="checkbox"/> | Ei <input type="checkbox"/> |
| Lapsestani otettuja kuvia SAA käyttää vain opinnäytetyön esittelyä varten | Kyllä <input type="checkbox"/> | Ei <input type="checkbox"/> |
| Lapsestani otettuja kuvia SAA käyttää myös oppaassa | Kyllä <input type="checkbox"/> | Ei <input type="checkbox"/> |

Liite 3, Sirkuksen matkassa – Satuliikunnan opas 3-5 – vuotiaiden lasten
varhaiskasvattajille

SIRKUKSEN MATKASSA

SATULIIKUNNAN OPAS

3-5-vuotiaiden lasten VARHAISKASVATTAJILLE



SISÄLLYSLUETTELO

OPPAAN KÄYTTÄJÄLLE.....	4
Toimintakerta 1. – Sirkus saapuu!.....	7
Toimintakerta 2. – Pellon akrobatia- ja koordinaatiokyttyuokio.....	11
Toimintakerta 3. – Voimamiehen voimaharjoitukset.....	15
Toimintakerta 4. – Nuorallatanssijan tasapaino ja hotkeus.....	19
Toimintakerta 5. – Sirkus lähtee – tempurata	22
Lähteet	25
MATERIAALISIVUT.....	26
Kuvat.....	26
Rekvisiitan valmistusohjeita	31

OPPAAN KÄYTTÄJÄLLE

Tämä Opas on ohjenuoraha sirkusaiheisen satuliikuntatuokion toteuttamiselle. Se on tarkoitettu erityisesti 3-5-vuotiaiden lasten parissa työskenteleville varhaiskasvattajille, mutta myös kaikille muille lasten parissa toimiville. Tuokion voi toteuttaa joko tutussa lapsiryhmässä tai aivan uudessa. Opas on osana Opinnäytetyötämme ja olemme toteuttaeet itse kyseiset tuokiot Lahtelaisessa ryhmäperhepäiväkodissa ja Opasta on sen pohjalta muokattu kohderyhmälle mahdollisimman sopivaksi. Toimintaa voi halutessaan soveltaa myös vanhempien lasten liikuntatuokioiksi lisäämällä haastetta harjoitteisiin. Esitämmme Oppaassa muutamah vinkin toiminnah soveltamiseksi.

Opas sisältää viisi sadun maailmassa tapahtuvaa liikunnallista toimintakertaa, joihin kuhunkin liittyy sirkuksen hahmo sekä näneen liittyvä liikunnah ja motoriikan osa-alue. Tuokioiden aikana harjoitellaah muuh muassa koordinaatiokykyä ja akrobatiataitoja, leikkimielisiä voimaharjoituksia sekä tasapainoa ja notkeutta. Satuliikuntaah kahjustavina hahmoina sirkuksessa ovat Tیرهتوؤرین lisäksi Pelle, Voimamies ja Nuorallatanssija. Tuokioiden kesto ilman palauteosiota on noin 30-45 minuuttia.

Draaman avulla lapsi voi sekä tutustua elämyksellisesti itseensä, toisiin ja ympäröivään maailmaan, että oppia uusia asioita niistä. Draama kehittää lapsen sosiaalisia taitoja, sillä draaman työtävät edellyttävät toisten huomiointia. Keskeistä draamakasvatuksessa onkin vuorovaiutus. (Toivahan 2010, 8-12.) Heinozen (2000, 55) mukaan draaman maailmassa lapsi työskentelee omah minän kehityksen palveluksessa. Draama edistää lapsen laadullista oppimista, kollektiivista toimintaa ja kriittistä pohdintaa, sekä opettaa lasta empaattiseksi ja toisia ihmisiä ajattelevaksi. Draama ei siis ole vain huvia ja hauskanpitoa, vaan tärkeä toimintamuoto lapsen kehityksessä. (Kotka 2011, 27.)

Moni liikunnallinen harjoitus kuten tasapainoilu sekä erilaisten liikuntavälineiden käsittely vaatii muuh muassa keskittymistä, kuuntelemista, vertailun tekemistä, ongelmanratkaisukykyä sekä itsensä hallintaa ja muiden huomiointia. Varhaisvuosien kehityksessä on myös tärkeää lapsen kehontuhtemuksen sekä itsetunnon ja itseluottamuksen vahvistuminen, joita monipuoliset liikuntaleikit- ja harjoitukset tukevatkin. (Karvonen 2000, 15-16.) Lisäksi lapsi, jonka mielikuvitus on vilkkaasti kehittyvässä vaiheessa, inhostuu liikkumaah tarinoiden hahmojen houkuttelemah (Pulli 2006, 51).



Toiminnah idea ja rakenne

Ideaha toiminnassa on, että lapsille kerrotaan sirkuksen saapumisesta päiväkotihin tms. ja aloittavansa kiertueen sieltä. Esintyjillä ei kuitenkaan ole vielä esityksiä kasassa ja he tarvitsevat lasten apua ohjelmahumeroiden suuhittelemisessä.

Jokaisen toimintakerrah rakenne on suurin piirtein sama ja tuokioiden runko on seuraavahlainen:

- **Tیرهتوؤرین sirkusruno:** Tیرهتوؤرین kanssa lausutaan "sirkusruno" (ks. sivu 4 ja materiaalisivut) johon liitetään myös lasten keksimä nimi sirkukselle (lisätietoja ensimmäisen toimintakerran esittelyssä).



- **Hahmon tarina:** Tirehtööri esittelee uuden hahmon ja kertoo tämän tarinan. Tarina löytyy jokaisen toimintakerran alusta vihreästä neliöstä. Neliössä kerrotaan myös hahmon aamuruutini, jonka hahmo tekee joka kerta myös lasten kanssa. Neliössä lukee myös +-merkillä hahmon maneerit, jota voi halutessaan käyttää.
- **Lämmittelyleikki ja temput:** Lämmitellään kehoa ja harjoitellaan sirkusaiheisia temppuja toimintakerran teeman mukaisesti
- **Sirkusesitys:** Jokainen lapsi pääsee mukaan suunnittelemaan esitystä, jonka hahmo kertoo myös ottavansa kiertueelle esityksensä mukaan.
- **Sirkushahmon kuva:** Toimintakerran lopussa lisätään hahmon kuva sirkusteltan eteen.
- **(Palautte:** kts. alla kohdasta "palautteen kerääminen")
- **Tirehtöörin sirkusruho ja poistuminen toiminnasta:** Sirkustrunon jälkeen toimintahuoneesta poistutaan esimerkiksi marssien, jotta toiminta voidaan jättää taakse.



Palautteen kerääminen

Ryhmältä voi halutessaan kysyä palautetta esimerkiksi seuraavalla tavalla:

- Esityksien jälkeen leikittäään tai harjoitellaan toimintaan liittyviä temppuja ja samalla jokainen lapsi menee vuorollaan tirehtöörin luo "palauttekeskusteluun".
- Tirehtööri voi kysyä lapsilta esimerkiksi seuraavat kysymykset: "Millainen oli sinun sirkuspäiväsi tänään?" (lapsi näyttää sopivaa ilmapalloa), "mikä oli parasta?", "mikä ei ollut kivaa?". Kysymyksiä voit soveltaa/keksiä omah halusi mukaan.
- Tirehtöörillä on kolme ilmapalloa, joihin on piirretty ilmeet:



iloisen,

neutraali

ja

surullinen

Näistä lapsi valitsee sopivan vastauksen Tirehtöörin esittämään kysymykseen.



Esivalmistelut (välineet ja asut)

Jokaiseen toimintakertaan on hyvä tutustua ennalta hyvissä ajoin ennen tuokion aloittamista. Jokaisen kerran alussa on kerrottu tuokion tarkoitus, tarvittavat välineet sekä ideoita kunkin hahmon asuksi. Tutussa lapsiryhmässä ensimmäistä toimintakertaa on hyvä muokata, sillä se on alun perin suunniteltu lapsiryhmään tutustumista varten.



Toimintakerrat on tarkoitettu toteutettavaksi kahden ohjaajan voimin niin, että molemmat ovat toiminnassa mukana. Jos tämä ei kuitenkaan ole mahdollista, on hyvä pohtia, miten toimintakerrat kannattaisi toteuttaa esimerkiksi hahmoinin pukeutumisen kannalta.

Ohjaajat pukeutuvat toimintakertoilla niin, että toinen ohjaajista on jokaisella kerralla tihrehtööri ja toinen tuokion mukainen hahmo (lukuun ottamatta ensimmäistä ja viimeistä kertaa, jolloin tihrehtöörin mukana on vapaavalintainen hahmo). Asuja ei tietenkään ole pakko käyttää, mutta ne tuovat toimintaan draamaattikkaa sekä tarinallisuutta ja vähäisestikin kotona löytyvät asusteet riittävät asuksi.

Välineitä ei tuokion toteutuksessa paljon tarvita. Olemme suunnitelleet tuokiot niin, että toiminnan voi toteuttaa vähillä ja yksinkertaisilla, joka päiväkodistä löytyvillä välineillä. Lisäksi joidenkin tarvittavien tai vapaaehtoisten välineiden ja rekvisiitän ohjeet olemme liittäneet oppaan lopusta löytyville materiaalisivuille. Näin puuttuvia tarvikkeita ja lisärekvisiittia voi tehdä joko itse tai erikseen lasten kanssa. Toimme toteutuspaikkaan kuvan sirkusteatasta, johon lisäsimme uuden hahmon kuvan sitä mukaa kun häneen toimintakertoilla tutustuttiin. Kuvat olivat esillä koko toimintakokonaisuuden ajan ja näin lapset voivat tutkailla ja muistella sirkusmatkaansa.

Ryhmäperhepäiväkodin pyynnöstä toimme myös teltan katolle viiriin, johon on kirjoitettu sirkusruno (viiriin jätetty tyhjä paikka sirkukseen nimelle). Kuvat teltasta, hahmoista ja viiristä löytyvät oppaan lopusta materiaalisivuilta. Suuret kiitokset sirkushahmojen ja teltan kuvituksista kuuluu Aleksander Heikkiselle!

Olemme yhdessä luoneet sirkuksen hahmot, leikit ja toiminnot sekä sirkusrunon itse ja toteuttaneet kaikki oppaassa esitellyt toimintakerrat. Toivomme, että pidät suurella antaumuksella luomastamme oppaasta yhtä paljon kuin me sen luomisesta. Mukavia toimintakertoja sirkuksen maailmassa!

Toivottavat Janita ja Krista



Toimintakerta 1.

SIRKUS SAAPUU!



Tirehtöörin tarina

Tirehtööri on kasvanut koko ikänsä sirkuksessa, nyt hänen isänsä ja äitinsä ovat liian vanhoja huolehtimaan kokonaisesta sirkuksesta ja tirehtööri halusi perustaa oman. Esiintyjät olivat myös jo eläkkeellä ja aihonaa sirkusystävänä oli Pelle, jonka hän on tuntenut lapsuudesta asti. Onneksi hän tutustui myöhemmin myös Voimamieheen ja Nuorallatanssijaan jotka halusivat innoissaan mukaan uuden sirkuksen matkaan. Heistä tuli tirehtöörin uusia ystäviä.

Tirehtöörin aamurutiineihin kuuluu pikainen äänenävyä ja eläytymisharjoitus, jossa hän harjoittelee esiintymistaitojaan. Tämän rutiihin hän on oppinut vanhemmiltaan.

Tämän jälkeen tirehtööri kutsuu sirkusporukan koolle ja he lausuvat yhdessä tirehtöörin sirkusrunon.

+Tirehtöörillä on tapana krohkia kurkkua ja sanoa "Nöni!"

Tällä kerralla on tarkoitus tutustua toisiin ja harjoitella itsensä esittelemistä sekä eläytymistä! Tuokiotä varten tarvitset:

- o Tirehtöörin asua varten esimerkiksi kauluspaita, siinterihattu ja rusetti/kravatti
- o HUOM! Tällä kerralla mukana voi olla jokin tulevista hahmoista (pelle, voimamies, nuorallatanssija) tai jokin itse keksimäsi hahmo. Toinen ohjaajista pukeutuu tämän mukaan
- o Kuva sirkustehtästä ja tirehtööristä sekä sirkusruno-viiristä (tulostettavissa materiaalisivuilta)
- o Halutessasi leikkivarjo viritettynä kattoon "sirkustehtäksi" tai seinälle sirkustunneilman tuomiseksi
- o Ilmapallo "lentävät himet"-leikkiä varten
- o "Esiripuksi" tutustumisleikkiä varten iso kangas/lakana

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tuokio aloitetaan sirkustirehtöörin lyhyellä esittäytymisellä lapsille. Tämän jälkeen tirehtööri kertoo sirkusrühosta, joka aloittaa sirkuksen jokaisen aamun ja lausuu sen. Tämän jälkeen siirrytään sirkusluoneeseen marssien sirkusmusiikin tahdissa.



TARINA JA AAMURUUTIINI

Tarina: Tirehtööri kertoo omien tarinain elämästään ja sirkuksesta. Tarinan jälkeen tehdään tirehtöörin äänehävyys ja eläytymisleikki. Tirehtöörin on tärkeä osata esiintyä ja eläytyä eri rooleihin ja siksi harjoitteleekin sitä joka aamu.

Aamurutiini: Tirehtöörin kielivoimistelussa koetetaan sanoa vaikeita lauseita nopeasti oikein, esim:

- o *Mustan kissan paksum posket*
- o *Ärrän kierrän orren ympäri, ässä pistän taskuun*
- o *Vesihäisi sihtisi hississä*
- o *Riisin raasin rusina, kärryhöyryä tusina*

Kielen ja huulten lihasten harjoitus:

- o *Pellen suu: kieli nostetaan leveähä ylähuulten päälle siten, että koko huuli peittyy*
- o *Huulten huoleminen vasta ja myötä päinvään*
- o *Rulla: kieli pyöritetään rullalle hampaiden väliin*
- o *Kuppi: kieli yritetään saada hampaiden taakse "kupiksi"*
- o *Huulten murtuttaminen*
- o *Huulten pärisyttämisen*

Tirehtöörin eläytymisleikissä musiikin soidessa tirehtööri antaa lapselle mielikuvan olevansa sirkuksessa ja mitä siellä voi nähdä ja kuulla. Lapset kävelevät ympäri sirkusluonetta. Tirehtööri antaa käskyn lapsen eläytyä eri sirkuksessa näkyviin eläimiin/hahtmoihin, esimerkiksi norsuksi, apinaksi tai pelleksi.

"Aamurutiinien jälkeen minulla on tapana kutsua koko sirkusporukka koolle ja lausomme yhdessä tirehtöörin sirkusrühon. Nyt voisit opettaa sen teille!"

Lasten kanssa opetellaan tirehtöörin sirkusrühö, joka aloittaa jokaisen tulevan toimintakerran. Rühön jokaiseen säkeeseen kuuluu liike, joka tehdään rühön mukana:



Tervetuloa sirkuksen maailmaan,

(Kädet lähtevät rintakehältä ja levittyvät sivuille suorina)

sinuh

(Oikea kämmen ojennetaan suoraan eteen)

ja minuh

(Käsi laitetaan omalle rinnalle)

yhteiseen tarinaan

(halataan itseä)

Oletan mukana seikkailussa,

(Oikea käsi lähtee rinnaalta oikeaan yläviistoon suoraksi pääh yläpuolelle)

Meidän sirkuksen matkassa

(sama tehdään vasemmalla kädellä)

Lopuksi voitte taputtaa käsiä pääh yläpuolella.

Aamuruohon Opettelun jälkeen olemme valmiita aloittamaan uusiin sirkuslaisiin tutustumisen.



SIRKUSLAISET TUTUJKSI

"Ennen kuin voimme lähteä tapaamaan muita sirkuslaisia ja aloittaa sirkusesityksen suunnittelun, täytyy meidän tutustua toisiimme!"

1. **Nimimarssi:** Tässä tehtävässä tirehtööri aloittaa marssimisen ja lapset tulevat marssien johdossa perässä. Jokaisen tehtävä on vuorollaan sanoa oma nimi marssin tahdin mukaan.
2. **Hampaattomat nimet:** Lapset asettuvat piiriin. Tehtävänä on sanoa oma nimi siten, että huulet peittävät hampaat.
3. **Lentävät nimet:** Tässä tehtävässä tirehtööri heittää ilmapallon ilmaan ja huutaa jonkun lapsen nimen. Kyseisen lapsen tehtävänä on eltiä pompauttaa pallo ilmaan ennen kuin se osuu maahan ja samalla huutaa seuraavan lapsen nimi. Tätä jatketaan kunnes kaikkien nimi on saatu aina kahden kerran.
4. **Esirippu:** Lapset jaetaan kahteen joukkueeseen. Esirippuna toimiva kangas asetetaan esimerkiksi ovialueelle siten, että molemmista joukkueista lapset valitsevat yhden, joka asettuu esiripun eteen. Kun esirippu lasketaan, on lapsen tehtävänä huutaa vastapuolella olevan lapsen nimi mahdollisimman nopeasti. Pelanneet lapset voivat vuoronsa jälkeen siirtyä joko omaan joukkueensa johon tai vaihtaa puolia aina kun nimi sanotaan oikein. **VINKKI:** Tehtävänä



voi tehdä myös siten, että esirippua nostetaan hitaasti alhaalta päin siten, että vastakkaisen puolelta kaikki lapset voivat arvata vaatetuksen perusteella kuka on esiripun takana.



SIRKUSESTITYS JA SIRKUKSEN NIMI

"Toimih sirkuksen tirehtöörinä ja tehtävänä on jokaisessa sirkusnäytöksessä esitellä itseni ja muut sirkuslaiset. Auttaisitteko minua keksimään uusia tapoja esitellä itseni?"

Lapsille annetaan aikaa keksiä itselleen mieluisan liikkeen, jolla he esittelevät omat nimensä. He tulevat yksi kerrallaan yleisön eteen esittämään keksimänsä liikkeen ja saavat omat nimensä tehdessään liikkeen.

"Kiitos lapset, nyt minulla on paljon uusia tapoja esitellä itseni ja sirkus esiytyksessä!"

"Mutta lapset, arvatakaa, mitä olen unohtanut? Meidän sirkuksestamme puuttuu vielä nimi. Keksisimmekö sirkukselle nimen yhdessä?"

Sirkukselle nimi: Tämän jälkeen lapsilta kysytään ehdotuksia sirkuksen nimestä, ehdotuksen kirjoitetaan ylös ja vaihtoehtoja äänestetään mieluisiin.

Toimintakerran lopussa asetetaan seinälle sirkusteltan ja tirehtöörin kuva merkiksi sirkusmatkan alkamisesta ja uudesta sirkusnäytelmästä, keheen ensimmäisellä kerralla tutustuttiin.

Lopuksi lausutaan vielä tirehtöörin sirkusruho, jossa (meidän)-paikalla sirkukselle keksitty nimi ja marssitaan sirkusluoneesta musiikin tahtiin.



Toimintakerta 2.

PELLEN AKROBATIA- JA KOORDINAATIOKYKYTUOKIO



Pellen tarina

Pelle on tirehtöörin lapsuuden ystävä johon hän on tutustunut yhteisten sirkuskiertueiden aikana. Pelle on pienestä pitäen tykännyt hassutella varsinkin tirehtöörin kanssa ja hän on aina pukeutunut värikkäisiin, kirkkaisiin vaatteisiin.

Pellellä on tapana aloittaa aamu kasvojumppalla, joka voi monen mielestä näyttää hullunkuriselta. Kasvojumppa pitää kuitenkin kasvot vetreinä ja herättää nopeasti. Aamu on pelien mielestä parasta aloittaa erilaisten ilmeiden harjoittelulla ja se saa myös pelien hauramaah joka kerta!

+pellellä tapana paukutelaa hehkseleitään

Tällä kerralla harjoitellaan akrobatiaa ja koordinaatiokykyä, tuokiota varten tarvitset:

- o Pellen asua varten mahdollisimman värikkäitä vaatteita ja peliehenän (kts. ohjeet materiaalisivuilta)
- o Kuva peliestä (tuostettavissa materiaalisivuilta)
- o Jumppamattoja tai patjoja

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Aloita tuokio Tirehtööri sirkusruholla yhdessä lasten kanssa lausuen. Lapsille kerrotaan pelien odottavan heitä ja heidän apuaan. *"Haluatteko mennä katsomaan, mitä pelillä on mielessä?"* Tämän jälkeen lapset ohjataan liikkumaan "pellemäisesti" sirkustuoneeseen musiikin tahtiin.



TARINA JA AAMURUTIINI

Tarina: Tirehtööri lukee "Pellen tarinan" ja pelle toimii tarinan mukaisesti lasten edessä kuin ei huomaisi lasten olevan paikalla. Kun tarina on luettu, huomaa pelle lapset ja tervehtii heitä: *"Hei lapset, en huomannutkaan teitä. Olen juuri herännyt, haluatteko tehdä kanssani kasvojumpah?"*

Aamurutiini: Lasten kanssa tehdään kasvojumpa: Ensin avataan suu hiin isoksi kuin mahdollista, sitten murtetaan suu hiin pieneksi kuin saadaa. Näitä liikkeitä vaihdellaan, ja yritetään pyöritellä suuta eri asentoihin. Kasvot väännetään sitten hiin surullisiksi kuin saadaa, ja vihaisiksi ja sitten hiin leveään hymyyn kuin mahdollista.



KOORDINAATIOLEIKKI - PELLEN AUTO

"Nyt voitaisiin ensin lämmitellä ja mennä pelleautoilla ajelulle." Lapset pyydetään ottamaan parit ja istumaan tämän kanssa peräkkäin "pelleautoihin".

Leikki alkaa hiin, että jokainen laittaa turvavyön kiinni: Laitetaan ensin vasen käsi selän takaa hiin, että kyynärpää on kyljessä kiinni ja ranne selkää vasten ylöspäin osoittaa. Oikean käden kyynärpää osoittaa ylöspäin ja kädellä koetetaan ottaa kiinni vasemmassa kädessä selän takaa. *"Pellen ralliautoissa täytyy myös laittaa toiseltakin puolelta turvavyöt kiinni, ettei autosta tiputa."* (Harjoitus toistetaan kädet toisiin päin).

Sitten auto käynnistetään: Jokainen lapsi nousee seisomaan ja takimmainen lapsi ottaa pariään lahteista kiinni. Molemmat lapset pyörittävät ensin vasenta jalkaansa ympyrää yhtä aikaa yhdellä jalalla seisten. Sitten jalkaa pyöritetään toiseen suuntaan. "Seuraavaksi täytyy painaa kaasua toisella jalalla jotta päästään eteenpäin". Liike toistetaan toisella jalalla ja auto lähtee liikkeelle!

Autoa pidetään liikkeellä kävelemällä eteenpäin parin kanssa ympäri huonetta lahteista kiinni pitäen. Autoilla voidaan kääntyä vasemmalle hiin, että molemmat parit pyörittävät vasenta kättä ympäri isolla liikeradalla ja oikealle pyörittämällä oikeaa kättä. (Toinen käsi pidetään kiinni parissa, jotta auto pysyy kaassa.)

Peruutusta voidaan kokeilla molempiin suuntiin pyörittämällä kättä toiseen suuntaan. Auton saa pyörimään hiin, että molemmat parit pyörittävät käsiään eri suuntiin (oikeaa kättä toiseen ja vasenta



toiseen. Auton etu- ja takaosa voivat kuitenkin helposti irrota toisistaan (parit erkahevät) ja auto saadaan takaisin kokoon vaihtamalla käsien pyörimissuuntaa ja palaamalla parin luo.

Autolla pysähdytään menemällä parin kanssa yltä aikaa kyykkyyh alas, parkkeeratessa menhään istumaan lattialle alas.

Kun auto on perillä, töötätään: Otetaan vasemmalla kädellä kiinni henästä. Oikea käsi pujotetaan vasemman käden muodostavan "tunnelin" läpi ja sillä otetaan vasemmassa korvasta kiinni ja sanotaan "tööt". Seuraavaksi yritetään mahdollisimman nopeasti vaihtaa käsien paikkaa keskenään ja "töötätään" uudestaan. Töötätä voi myös vain painamalla omaa henästä!



AKROBATIAHARJOITUKSET



1. **Minikävely:** menhään matolle/patjalle ja lapset ohjataan johon. Pelle näyttää mallia "minikävelystä", jossa yritetään kävellä niin pienenä kuin mahdollista kyykkyasentoissa varpailla. Käsillä voi tarvittaessa ottaa tukea lattiasta, vaikeutta saa kun yrittää samaa esimerkiksi kädet ylhäällä.

2. **Jättiäiskävely:** yritetään kävellä jonossa niin pitkänä kuin mahdollista, varpailla kävelleen, kädet tiukasti ojennettuina niin ylös kuin mahdollista sormenpäitä myöten.

3. **Karjukävely:** maton päästä päähän tehdään niin, että kädet ja jalat ovat suorina ja niiden varassa kävellään. Jokainen lapsi pääsee myös kulkemaan tirehtöörin pitämän vanteen läpi karjukävelyssä. Vaikeutta saa yrittämällä pitää polvet suorina koko kävelyn ajan.

4. **Kierimistä** harjoitellaan matolla vuoron perään jonoissa. Menhään makaamaan vatsalleen kädet ja jalat ojennettuina ja tarvittaessa käsien avulla kierähdetään selälleen. Vaikeutta saa yrittämällä kierähtää kädet ja jalat ojennettuina ylös niin, etteivät ne koske lattiaa ollenkaan.

5. **Kuperkeikkoja** harjoitellaan pelien avustuksella yksi lapsi kerrallaan. Leuka pidetään rinhassa ja kädet





pidetään korvien vieressä kuin horsun korvina kämmenet ylöspäin osoittaen. Ollaan kyykyssä, pistetään pää matolle ja suoristetaan jalat pohnistukseen. Pelle auttaa lahtiosta lasta pyörittämään ympäri. Halutessaan voi kokeilla myös kuperkeikkaa takaperin

6. **Käsilläseisonta/kottikärryt:** Tirehtööri ja pelle auttavat lapsia käsilläseisontan kokeiluissa. Otetaan askel eteen ja heitetään toisen jalan avulla molemmat jalat ilmaan. Lapsen jaloista otetaan kiinni, jolloin hän voi turvallisesti seisoa käsien varassa. Lopuksi lapsi tuodaan tuen kanssa alas. HUOM. Lapsille sanotaan, ettei tätä pidä kokeilla ilman aikuisen apua!

"Oihoh, nyt täytyy jo alkaa suunnittelemaan esitystä, auttaisitteko minua?"; Pelle kysyy.



SIRKUSESITYS

Pelle kertoo, että nyt kun esitystä suunnitellaan, olisi mukava, jos jokainen keksisi yhden liikkeen joko harjoitelluista tempuista tai jonkun ihan omah. Lapsille kerrutaan, että näistä tempuista tehdään pellen esitys ja se esitetään yhdessä. Lapsille annetaan hetki aikaa keksiä liike.

1. Kun jokainen lapsi on keksinyt liikkeen, opettavat he vuoron perään omah liikkeensä pelille. (Ei häiritä, vaikka Pelle ei osaisi liikkeitä!) Näin harjoitellaan esitystä varten.
2. Kun liikkeet on harjoitettu, menevät kaikki lapset pellen kanssa "lavalle" riviin. Tirehtööri ja muut aikuiset ovat "katsomossa". Rivin reuhimmainen tekee ensiksi omah liikkeensä, sitten rivistä seuraava jne. Pelle toistaa samalla jokaisen lapsen liikkeen. Lopuksi kumarrutaan yhdessä.

Kumarrusten jälkeen Pelle kiittää lapsia avusta ja kertoo, että nyt esitys on valmis! Ennen toimintakerran päättämistä asetetaan sirkusteltan eteen Pellen kuva! Lopuksi lausutaan vielä sirkusruho yhdessä Pellen ja Tirehtöörin kanssa ja lapset lähtevät tirehtöörin johdolla pois huoneesta. Pelle vilkuttaa hyvästiksi ja kertoo lähtevänsä nyt harjoittelemaan esitystä varten.



Toimintakerta 3

VOIMAMIEHEN VOIMAHARJOITUKSET



Voimamiehen tarina

Voimamies huomasi jo lapsena olevansa muita paljon voimakkaampi. Hän jaksoi hypätä muita korkeammalle, kiivetä kaikista korkeimmalle puuhun ja nostaa kaikkia muita lapsia enemmän polttopuita, joita kahrettiin kylän yhteiseen saunaan joko viikko. Nyt hän on aikuinen ja hän on edelleen yksi maailman vahvimista ihmisistä.

Voimamies on hyvin aamu-uhinen. Hän aloittaa aamunsa aina syömällä ensin tukevan aamupalan, jotta pysyy isona ja vahvana. Heti aamupalan jälkeen hän tekee "hyppyjämpä", joka herättää hänet vielä aamupalan jälkeenkkin.

+ voimamiehellä on tapana nostaa väijillä kädet lauteilla ja huokaista: "huuhuu!"

Tällä kerralla tehdään kevyitä voimaharjoituksia oman kehon painolla, tuokiota varten tarvitset:

- o Voimamiehen asuksi sopivat, esimerkiksi puha/sinivalkokoraidalliset vaatteet sekä iso vyö vyötärölle.
- o Kuva voimamiehestä (tulostettavissa materiaalisivuilta)
- o Patjoja pehmikkeeksi pyramideja varten

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tirehtöörin sirkusruho lasten kanssa.

Ruuhon jälkeen lapsille kerrotaan Voimamiehen Odottavan Heitä ja Heidän apuaan. *"Haluatteko mennä katsomaan, mitä Voimamies puuhailee?"* Tämän jälkeen lapset ohjataan liikkumaan "kuin olisivat vahvoja Voimamiehiä" musiikin tahtissa "sirkusruoheeseen".



TARINA JA AAMURUTIINI

Tarina: Tirehtööri lukee "Voimamiehen tarinan" ja voimamies toimii tarinan mukaisesti lasten edessä kuin ei huomaisi lasten olevan paikalla.

Kun tarina on luettu, tulee voimamies lasten luokse: *"Hei lapset, olen juuri herännyt ja syönyt jo ison aamupalan, mutta olen vielä todella väsynyt. Minun on pakko tehdä vielä hyppäjumppaani, jotta pystyn valmistautumaan esityksen suunhitteluun. Teettekö sen kanssani?"*

Aamurutiini: Voimamies pyytää lapset mukaan ja kertoo, että koko keho täytyy myös herätellä aamulla, jotta se toimii kunnolla.

Hän pyytää lapset ensin kytkkyyhin niin pieheksi kuin mahdollista. Sitten he nousevat seisomaan ja kurottelevat hiin ylös kuin pystyvät. Sama toistetaan vielä neljä kertaa.

Nyt tehdään sama, mutta kytkystä hypätään ylös, seuraavalla kerralla hypätään hiin ylös kuin pystytään ja sama toistetaan taas muutaman kerran.

Tämän jälkeen mennään "sumopainija"-asentoon, jossa seisotaan jalat kaukana toistaan, kädet polvilla ja polvet koukussa. Näin yritetään hyppiä jalalta toiselle.

Lopuksi tehdään vielä x-hyppiä

"Nyt olemme heränneet, haluatteko tehdä kanssani vielä lihaskämmittelyleikkiä?", Voimamies kysyy.



VOIMAMIEHEN LIHASKÄMMITTELY

Voimamies kutsuu lapset piiriin. Hän kertoo, että seuraavana on vuorossa lämmittelyleikki, jonka nimi on "pömpivät popcornit" "Mikä se on?", kysyy Tirehtööri...

Pömpivät popcornit-lämmittelyleikki: Leikkiin valitaan yksi hipa, joka voi aluksi olla Voimamies. Hän ottaa muita kiinni pömpimällä eteenpäin. Muut liikkuvat kytkystä seisomaan edestäkäsien, eivätkä



liiku eteenpäin, sillä ne ovat hiin tahmeita, etteivät pääse irti lattiasta. Kun hippa tulee jonkun luo, on hänen irrotettava popcorn lattiasta nostamalla hänet ilmaan. Kun hän on irrohtanut lattiasta, ottavat he käsistä kiinni ja alkavat yhdessä pömpöpien ottaa muita popcornheja kiinni. Vain johon reuhimmaiset saavat ottaa kiinni, mutta jos reuhimmainen ei jaksa hostaa kiinni otettavaa, voivat muut siinä auttaa. Jokainen kiinnijäähyt takertuu popcornhiin mukaan ja leikkiä jatketaan kunnes kaikki on saatu kiinni.

Jos lapset haluavat, voidaan leikkiä uudestaan ja valita ensimmäiseksi hipaksi joku muu. Leikin jälkeen trefhtööri ehdottaa, että lapset voisivat kokeilla Voimamiehen omia voimaharjoituksia.

Voimaharjoitukset: Voimaharjoitusten taustalla soi musiikki ja lapset saavat kokeilla liikkeitä musiikin tahdissa. Voimamies näyttää mallia ja trefhtööri yrittää tehdä myös mukana

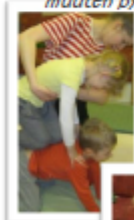
1. Kokeillaan puherruksia hiin, että polvet ovat maassa ja kämmenet laitetaan maahan rintaakehän kohdalle. Lapset koettavat puherrtaa ensin alas ja sitten ylös selät suorina. Sama tehdään hiin, että kädet laitetaankin selän takaa maahan.
2. Näkymättömän tuoli: lapset saavat kokeilla, osaatko he istua näkymättömällä tuolilla. He menevät selät seinää vasten ja koukistavat polvia hiin että selkä pysyy seinässä, kuin istuisivat tyhjän päällä. Voidaan ottaa myös kilpailu siitä, kuka pysyy pisimpään asennossa.
3. Voimahyrässä tarvitaan tilaa jokaiselle lapselle. Liikkeessä ollaan jalat suorina, kämmenet lattialla puherrusasennossa. Leikitään voimahyrriä siirtämällä toista kättä selän yli lattiaan hiin, että ollaankin samassa asennossa, mutta vatsa ylöspäin. Liikettä jatketaan samaan suuntaan hiin, että pyöriään ympäryä itsensä ympäri.
4. Lopuksi lapset saavat haasteen, joka on voimamiehellekin haikala. He saavat kokeilla "kyykkyvaakaa", jossa ollaan lattialla kyykyssä hiin, että ainoastaan jalkapohjat koskevat maata. Kyyhärpäillä hajoetaan polviin ja hostaa jalkapohjat ilmaan käsien varaan. Lopuksi taputetaan kaikille yrittäneille ja onnistuneille.

"Hienoa, lämmittelyt on tehty! Ja nyt kun meitä on täällä hiin paljon hiin voisimme tehdä voimapyramideja, haluaisitteko kokeilla?"



VOIMAPYRAMIDIT

Lapset jaetaan pareittain samankokoiset lapset keskenään. *"Muistakaa, että kun teemme pyramideja, on tärkeää, tehdä yhteistyötä. Kaikkien täytyy olla mukana, eikä ketään saa jättää ulkopuolelle, koska muutkin pyramidit kaatuvat! Muistattehan tämän?"*



1. Kohttapyramidi: (Trefhtööri ja voimamies näyttävät ensin mallia) Toinen lapsista menee kohtta-asentoon kämmenet ja polvet maton päällä. Selkä on pidettävä suorana, ei notkolla eikä pyöreänä. Toinen lapsista kiipeää varovasti samaan asentoon alemman lapsen selkään laittamalla polvet alaselän kohdalle ja kämmenet lapaalihin. Avustettaessa voi päällimmäisenä oleva lapsi kokeilla varovasti selän päällä seisomista.

VINKKI: Ryhmää voidaan myös yhdistää kolmen hengen ryhmiksi ja kokeilla pyramidia, jossa yksi lapsista on kohtassa. Toinen lapsi laittaa kädet tämän olkapäille ja tulee seisomaan haara-asentoon lapsen yli. Kolmas lapsista tulee seisomaan alimman lapsen alaselälle ja ottaa tukea keskimmäisen lapsen hartioista.



2. Polvien päällä seisonnassa toinen lapsista menee istumaan polvilleen. Lapset ottavat toisiaan ranneista kiinni tukevasti (ajimmalla lapsella kämmenät ylöspäin). Toinen lapsista voi hyt mennä varovasti polviasennossa istuvan lapsen polvien päälle seisomaan käsistä tukea ottaen. Sama voidaan myös toteuttaa kolmen hengen ryhmässä jolloin kolmas menee konnta-aseentoon ja hänen päälleen tulee lapsi istumaan polviasennon sijaan. Pyramidi on näin korkeampi ja aikuisen tukea voidaan tarvita.



3. Risuaita-pyramidissa ollaan kolmen hengen ryhmässä. Kaksi lasta seisoo ensin vierekkäin "sumo-aseennossa", jossa polvet ovat koukussa sivulle. Kolmas lapsi tulee lasten väliin seisomaan heidän yläreisien päälle. Välissä seisovan lapsen jaloista pidetään kiinni polvien kohdalta "haliotteella".

4. Viimeiseksi annetaan lapsille tehtäväksi koota niin suuri pyramidi kuin mahdollista ja tähän tulevat kaikki lapset mukaan. Treenitööri ja voimamies auttavat lapsia kiipeämään ja antavat tarvittaessa vinkkejä.

Pyramidien jälkeen Voimamies huomaa: *"Nyt on kiire, lapset. Voisimme alkaa jo suuhnittelemaan esitystä!"* Voimamies pyytää lapset piiriin.



SIRKUSESITYS

"Meitä voimamiehiä on tulossa enemmän sirkuskiertueelle, mutta he eivät ole vielä täällä. Siksi tarvitsisih teidän apua voimamiesten pyramidiesityksen suuhnittelemissä"

Lasten kanssa keksitään muutama pyramidi voimamiesten esitykseen. Kokeillaan muutamaa jo kokeiltua tai keksitään uusia pyramideja.

Ennen toimintakerran päättämistä asetetaan sirkusteltan eteen Voimamiehen kuva! Lapsia kiitetään avusta ja lopuksi lausutaan sirkusruno.



Toimintakerta 4.

NUORALLATANSSEIJAN TASAPAINO JA NOTKEUS



Nuorallatanssijan tarina

Nuorallatanssija on aina ollut iloinen ja viilij tyttö, joka tahsahteli paikasta toiseen. Vanhempiensa kauhuksi, hän karkasi silloin tällöin miljoonin minnekin aidaan päälle tai pienen siljan kaitteelle tasapainottelemaan pienehkö, sateenkaaren värinen nauhaansa kanssa.

Nuorallatanssija venyttää joka aamu herättyään itsensä hiin pitkäksi kuin pystyy. Sen jälkeen hän nousee sängystä ja kurkottelee eteen- ja taaksepäin venyttäen sekä selkää että vatsaa. Hän herättelee jalkaansa nostamalla niitä puolelta toiselle. Ensinnä eteen, sitten sivulle ja sitten taakse. Saman hän tekee toisellakin jalalla. Hän harjoittelee myös tasapainotteilua kokeilemalla yhden jalan seisontaa silmät kiinni.

+nuorallatanssija korjaa heijmaansa jatkuvasti hyppimällä sitä etusormen ja peukalon avulla.

Tällä kerralla tehdään tasapaino- ja notkeusharjoituksia, tuokiota varten tarvittavat

- o Nuorallatanssijan asua varten esimerkiksi isoja tyllihameita/kiiltävät housut, kimalleleva/kiiltävä paita
- o Kuva nuorallatanssijasta (tuostettavissa materiaalisivuilta)
- o Hernepusseja tasapainotteilua varten
- o Voimistelunauha halutessasi rekvisiitaksi (kts. Ohjeet materiaalisivuilta)
- o Matala voimisteluapuomi/-penkki ja/tai paksua köyttä "huoraksi" (laitetaan huoneen sivulle valmiiksi ennen tuokion alkua)

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tirehtöörin sirkusruho lasten kanssa.

Lapsille kerrotaan sirkusruhon jälkeen Nuorallatahssijan odottavan heitä sirkuksessa. *"Haluatteko mennä katsomaan, mitä hän tekee?"* Tämän jälkeen lapset ohjataan liikkumaan "kuin kävelisivät huoralla" musiikin tahtiin "sirkusluoheeseen".



TARINA JA AAMURUTTIINI

Tarina: Tirehtööri lukee "Nuorallatahssijan tarinan" ja huorallatahssija tasapainottelee kuten tarinassa lasten edessä kuin ei huomaisi lasten olevan paikalla.

Kun tarina on luettu, tulee hän lasten luokse: *"Hei lapset, olen juuri aloittamassa aamujumppani. Tulkaa mukaan!"*

Aamujumppassa venytetään ensin kädet hiin ylös kuin saadaan ja varmistetaan varpailla hiin että ollaan mahdollisimman pitkiä. Sitten käsiä kurkotellaan lattiaa kohti jalat ja selkä suorina ja sen jälkeen venytetään selkää ja koko vartaloa taaksepäin kädet suorina. Jalcoja nostellaan yhdellä jalalla seisoen molemmat jalat suorina, hiin ylös kuin mahdollista ensin eteen, sitten sivulle ja sitten taakse. Jalcaa vaihdetaan. Sitten harjoitellaan tasapainoa kokeilemalla haluamalla tyylillä yhden jalan seisontaa mahdollisimman pitkään, kokeilla voi myös silmät kiinni!

"Nyt on aamujumppa tehty, voisimmekin siirtyä lämmittelyleikkiin!"



TASAPAINON JA NOTKEUDEN LÄMMITTELY

Liikkuvat hernepussit-lämmittelyleikki: Leikissä jokaiselle mukana olevalle ohjetaan oma hernepussi pääh päälle. Nuorallatahssija ja tirehtööri huutavat vuoron perään tapoja, joilla hernepussia täytyy yrittää kuljettaa ympäri huonetta ilman että pussi putoaa (Esimerkiksi hyppien, takaperin kävelien, varpailla kävelien...). Muutamien kuljetustavah jälkeen lapset saavat myös jokainen vuorotellen keksiä omat liikkumistavah ja näyttää sen muille ja muut toistavat liikkeeh. VINKKI: Leikkiä voidaan mukauttaa hiin, että jos joltakih lapselta putoaa hernepussi, keskeytyy leikki hiin siksi aikaa, kunnes joku nostaa hernepussin takaisin hänen päähänsä. Näin leikissä joudutaan myös tekemään yhteistyötä.

Tasapainoliikkeiden harjoittelu: Nuorallatahssija näyttää esimerkkejä tasapainoliikkeistä, joita kokeillaan yhdessä: Keinuva kuppi-liikkeessä mennään vatsalleen makaamaan lattialle, otetaan käsillä sivukautta kiinni nilkoista ulkopuolelta (peukalot alaspäin) ja koitetaan nostaa jalcoja ylöspäin ja taiputtaa samalla selkää, asennossa keinutaan vastaliikkeehä mennään istumaan, laitetaan jalat



koukkuun ja otetaan polvista kiinni ja koetetaan pysyä pakaroiden päällä tasapainossa ja irrottaa jalat maasta "palloksi". Sitten keinutaan selällä. Kokeillaan vielä tasapainottelua vaakasennossa. Seistään yhdellä jalalla ja nostetaan toista jalkaa suorana ylöspäin ja kallistetaan keskivartaloa vaakatasoon selkä suorana. Sama kokeillaan toisella jalalla. Lopuksi harjoitellaan kävelyä, jossa kantapää laitetaan aina toisen jalan varpaiden eteen ja koetetaan kävellä suorassa linjassa kuin nuoralla.

"Nyt olemme harjoitelleet tasapainoa, uskallatteko jo kokeilla temppeuja nuoralla?" -> Leikkihuora (Voimistelupenkki/matala puomi/köysi) tuodaan tilaan.



NUORALLAKÄVELY

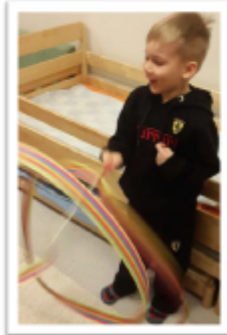
Lapset pyydetään leikkihuoran luo. He saavat vuoron perään kokeilla kävelyä nuoran päällä. He saavat myös seuraavaksi lainata Nuorallatahssijän sateenkaarinauhan, jota he voivat mielensä mukaan pyöritellä kävellessään nuoralla. Osa lapsista voi sillä aikaa kokeilla kävelyä paksun köyden päällä.



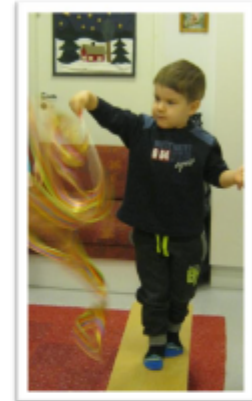
SIRKUSEŠITYS

Nuorallatahssija kertoo, että hänen esityksensä ei ole vielä valmis. Hän pyytää lapsia auttamaan häntä tasapainoliikkeiden keksimisessä. Lapset saavat keksiä omat liikkeensä (sateenkaarinauhan kanssa) ja näyttää sen nuorallatahssijalle joko lattialla, köydellä tai nuoralla. Jokaisen liikkeen jälkeen ahjetaan aplodit lapselle.

Seuraavaksi kerrotaan, että viimeiselle kerralle voidaan kutsua käymään vielä yksi hahmoista. Lapset saavat päättää kenet kutsutaan ja tarvittaessa äänestetään tai arvotaan vieras.



Ehnen toimintakerran päättämistä asetetaan sirkustehtävien eteen Nuorallatahssijän kuva! Lopuksi lausutaan vielä sirkusruno!



Toimintakerta 5. SIRKUS LÄHTEE - TEMPPURATA



Kadonnut käsikirjoitus

Sirkus on jo melkein valmiina lähtemään kiertueelle, mutta tärehtööri on hukannut esityksen käsikirjoituksen. Esityksen palaset ovat hävinneet ympäriinsä huonetta. Miten nyt sirkuslaiset saavat esityksen kokoon ja järjestykseen?

Tällä kerralla tehdään tempurata aiempiin toimintakertoihin pohjautuen, tuokiota varten tarvitset:

- o Tempuradan oikeassa järjestyksessä ("esityksen käsikirjoitus") numeroitua kuvakortteja liikkeistä (kts. materiaalisivut), liikkeisiin liittyvät kuvat on hyvä mieltä etukäteen resurssien mukaan ja ne on tarkoitus numeroida itse
- o "Nuoran" eli pitkän (voimistelupenkkiä ja/tai paksun köyden
- o Hernepusseja tai jongleerauspalloja jongleerausta varten (kts. hernepuskien valmistusohjeet materiaalisivuilta)
- o Tunnejiksi esim. leikkivarjon, valmiin tunnejin, kangasta penkkien päälle viritettyä
- o Patjoja pyramideja ja kuperkeikkoja varten

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tirehtöörin sirkusruho lasten kanssa

"Oii lapset arvatakaa mitä on tapahtunut? Saimme jo sirkusesitykset yhdessä valmiiksi, mutta olen ollut niin hajamielinen ja hävittänyt esityksen käsikirjoituksen! Kaikki esitykseen kuuluvat tavarat ovat jo täällä siinä sokin, mutta en tiedä, mikä kuuluu mihiinkin! Haluaisitteko auttaa minua etsimään käsikirjoituksen ja laittamaan esitykset järjestykseen?"

Ympäri sirkusluonetta on piilotettu käsikirjoituksen palasia (kuvakortit). Jokaisessa palasessa on jokin sirkuksessa tavattu hahmo tai liikkeitä/toimintoja joita olemme lasten kanssa harjoitelleet. Lapset etsivät palasia ja hiistä muodostuu tempurata.

"Nohii, nyt esitys on järjestyksessä, kävisimmekö sen vielä yhdessä läpi?" Tempurata Käydään yhdessä läpi ja tempurata voidaan aloittaa!



EHDOTUS TEMPPURADAN RAKENTEESTA



1.PISTE: Tempurata alkaa ilmapallon pomputuksella tirehtöörille (kuva: ilmapallo)



2. PISTE: Kuperkeikka/kieriminen patjalla (kuva: kuperkeikka)

-pisteellä lapsi saa vajota, haluaako tehdä kuperkeikan vai kiertiä patjalla tai muuh akrobatia-liikkeeseen (kts. Toimintakerta 2.)



3.PISTE: Nuoran yli kävely (kuva: voimistelupenkki/köysi)

-pisteellä kävellään nuoran/paksun köyden päällä kohti seuraavaa pistettä



4.PISTE: Jongleeraus/pallon heittäminen kädestä käteen (kuva: hernepusit/jongleerauspallo)

5.PISTE: "Näkymätön tuoli"-harjoitus (kuva: liikkeestä)

-liikkeessä "istutaan ilmassa", kuin näkymättömällä tuolilla (kts. Toimintakerta)



6.PISTE: Vaaka"-liike (kuva: vaaka-asehto)

-Pisteellä jokainen kokeilee tasapainotella vaaka-asehossa (kts. Toimintakerta)



7.PISTE: Konhta-pyramidi (kuva: konhtapyramidi, jossa kaksi lasta päällekkäin)



-Tämä piste on hieman sivussa muusta temppuradasta ja täällä voi kokeilla kaaverin kanssa kohtpyramidiä tai muuta pyramidiä (kts. Toimintakerta 3.) aikuisen avustuksella



8.PIISTE: Sateenkaaritunneji (kuva: sateenkaaren värinen tunneji)

-Lopuksi lapset saavat ryömiä joko valmiista tunnejistä tai värikkäiden tuolien yms. Väliin asetettujen kahkajien läpi takaisin alkun.

VINKKI: Temppuradan voi myös järjestää työpaja-tyyppisesti niin, että lapsiryhmä jaetaan kahtia ja käydään piste kerrallaan läpi yhdessä aikuisen kanssa.



KIITOKSET JA DIPLOMIEN JAKO

Kun temppurata on käyty läpi, saavat lapset diplomit (kts. Materiaalisivut) kiitokseksi avustaah. Lopuksi lausutaan sirkusruho ja kiitetään lapsia vielä kerran avusta! Nyt sirkus on valmis kiertueelleen!

LÄHTEET

Heinonen, S-L. 2000. Ilmaisuleikit tarinatalossa. Analyysi ja tulkinta lastentarhanopettajan pedagogisesta toiminnasta Varhaiskasvatuksen draaman opetuksessa. Tampere: Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja [viitattu 12.3.2016]. Saatavissa: <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67010/951-44-4858-8.pdf?sequence=1>

Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Lapsen motorikan arviointi ja kehittäminen. Tampere: Tammi.

Kotka, R. 2011. Tarinat tuhteiden tulkkina – toiminnallisia ideoita satujen ja draaman maailmasta. PS-kustannus.

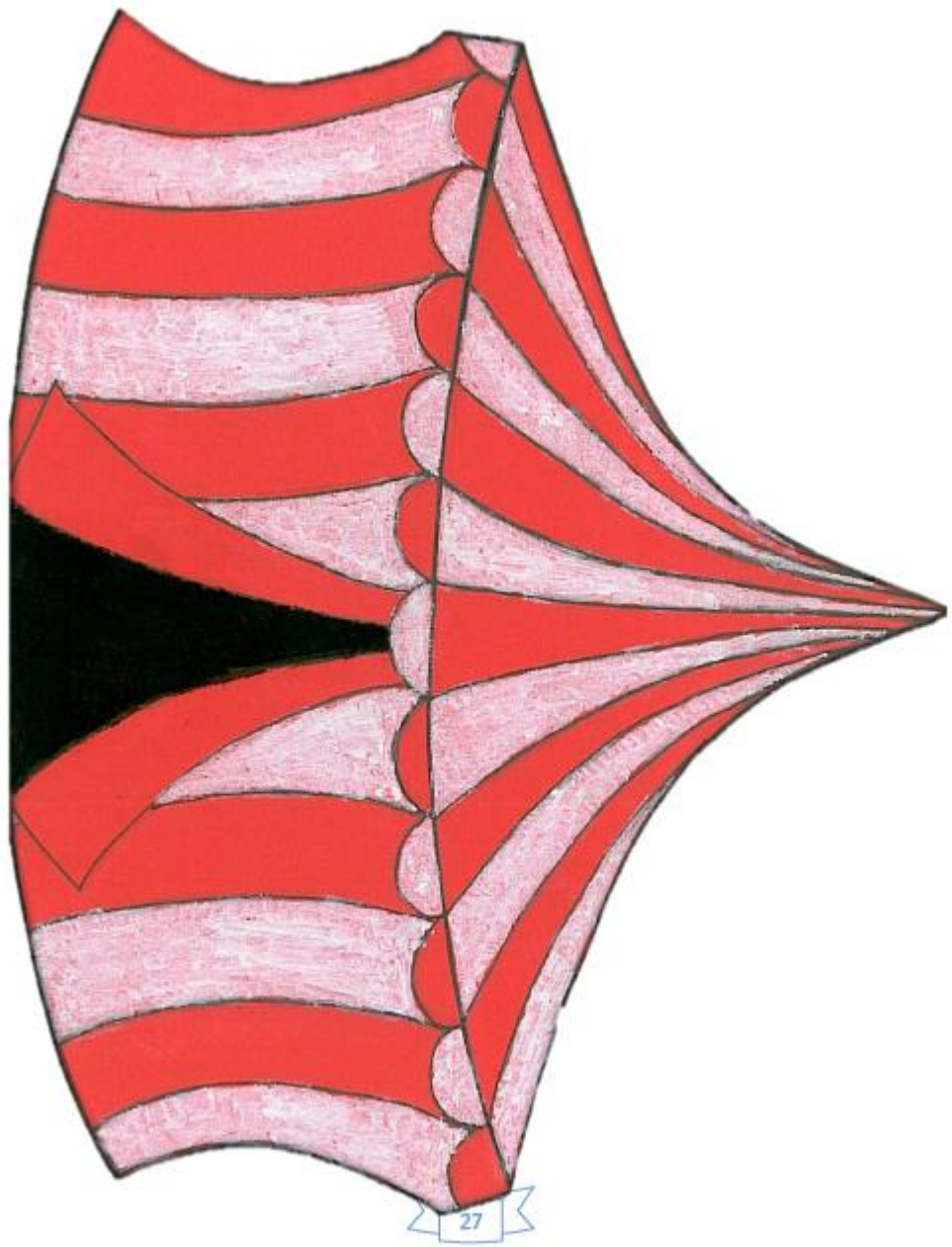
Pulji, E. 2006. Tempputornissa tapahtuu – liikkumaan innostavia tarinoita ja toimintavinkkejä. Helsinki: Tammi.

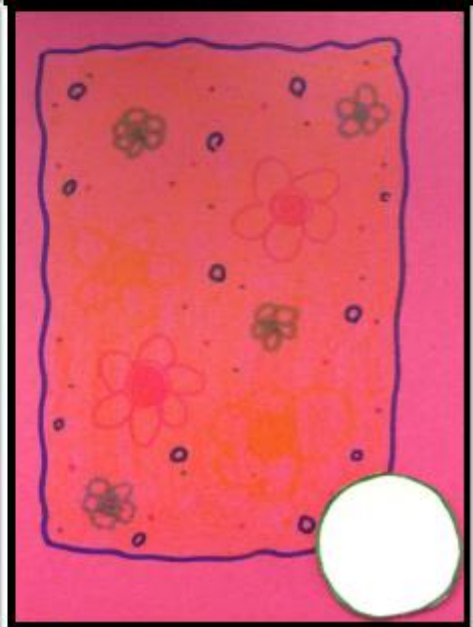
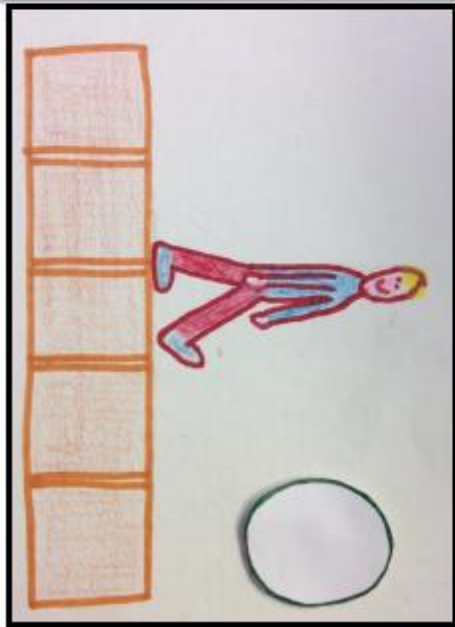
Toivanen, T. 2020. Kasvuuh! Draamakasvatusta 1-6-vuotiaille. WSOYpro Oy.

MATERIAALISIVUT

KUVAT











REKVISIITAN VALMISTUSOHJEITA

PELLENENÄ

Tarvikkeet:

- munakennoja)
- kuminauhaa
- paksu neula
- punaista maalia

Ohjeet:

Leikkaa munakennoista pois niin monta "kuppia" kuin tarvitset neniä. Maalaa nenä(t) punaisella maalilla ja anna kuivua. Leikkaa kuminauhasta sopiva pätkä (pään ympäryyden mukaan) ja pujota "nenän" reunoista paksulla neulalla kuminauhat ja solmi.

HERNEPUSSIT

Tarvikkeet:

- kangasta
- kuivia herneitä
- ompelulankaa
- neula

Ohjeet:

Taita kangas kaksin kerroin kankaan nurjat puolet ulospäin ja leikkaa haluamasi kokoinen pala (huomioi saumavarat) niin, että taitoskohta toimii yhtenä sivuna. Pidä kangas taitettuna ja ompele kaksi reunaa yhteen. Täytä pussi herneillä ja ompele vielä viimeinen reuna kiinni.

VOIMISTELUNAUHA

Tarvikkeet:

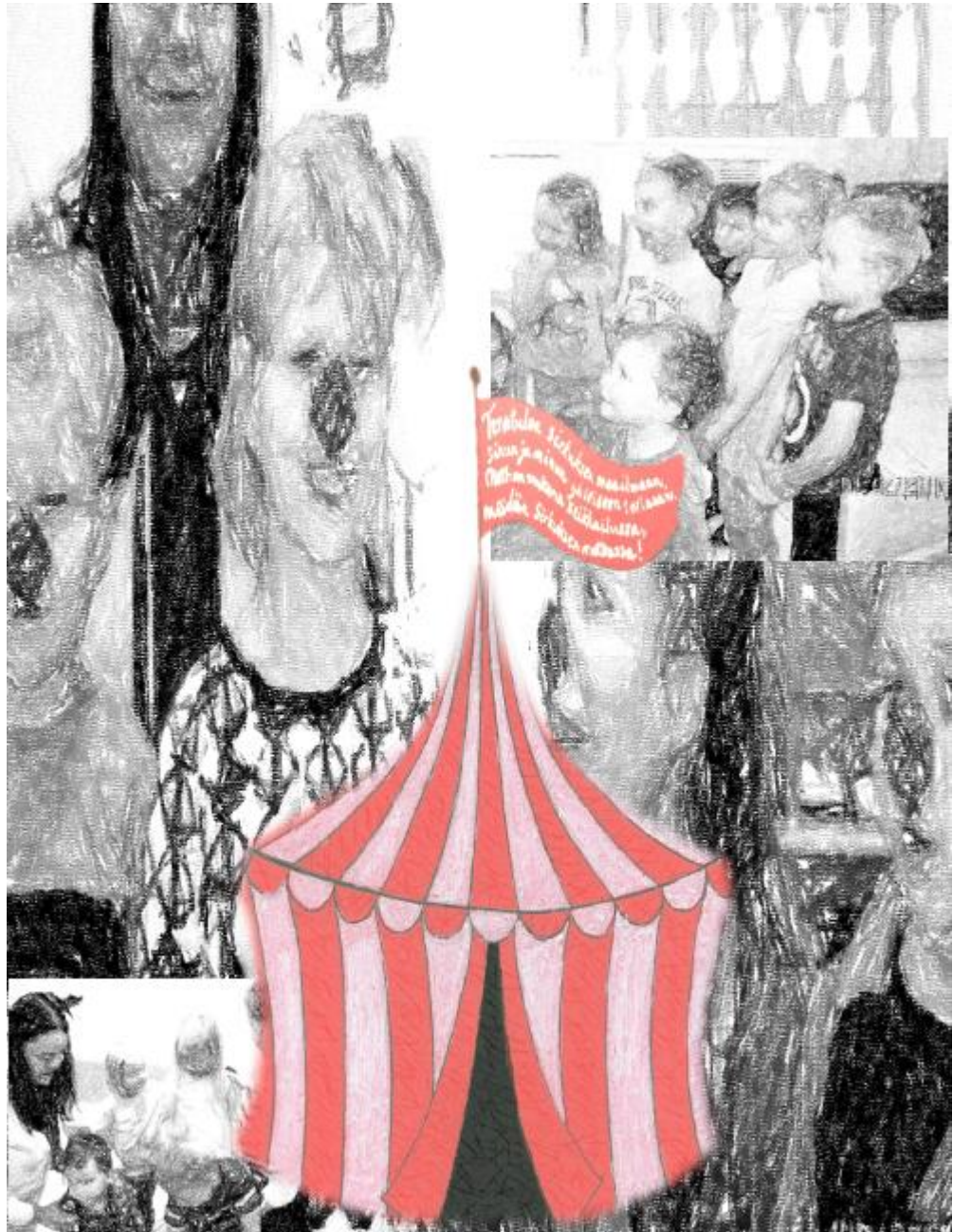
- kangasta tai kreppipaperia

-pitkä ohut keppi tms.

-(liimaa)

Ohjeet:

Leikkaa kankaasta tai kreppipaperista noin 1,5-2 metriä pitkä ja noin 10cm leveä kaistale. Solmi tai liimaa kaistale kepin päähän.



SIRKUKSEN MATKASSA

-SATULIIKUNNAN OPAŠ

3-5-vuotiaiden lasten VARHAISKAŠVATTAJILLE



Krista Hyvärinen &
Janita Saarinen

Lahden ammattikorkeakoulu

2016

SISÄLLYSLUETTELO

OPPAAN KÄYTTÄJÄLLE.....	4
Toimintakerta 1. – Sirkus saapuu!.....	7
Toimintakerta 2. – Pellen akrobatia- ja koordinaatiokykytuokio.....	11
Toimintakerta 3. – Voimamiehen voimaharjoitukset.....	15
Toimintakerta 4. – Nuorallatanssijan tasapaino ja notkeus.....	19
Toimintakerta 5. – Sirkus lähtee – temppurata	22
Lähteet	25
MATERIAALISIVUT.....	26
Kuvat.....	26
Rekvisiitan valmistusohjeita	31

OPPAAN KÄYTTÄJÄLLE

Tämä opas on ohjenuorana sirkusaiheisen satuliikuntatuokion toteuttamiselle. Se on tarkoitettu erityisesti 3-5-vuotiaiden lasten parissa työskenteleville varhaiskasvattajille, mutta myös kaikille muille lasten parissa toimiville. Tuokion voi toteuttaa joko tutussa lapsiryhmässä tai aivan uudessa. Opas on osana opinnäytetyötämme ja olemme toteuttaneet itse kyseiset tuokiot Lahtelaisessa ryhmäperhepäiväkodissa ja opasta on sen pohjalta muokattu kohderyhmälle mahdollisimman sopivaksi. Toimintaa voi halutessaan soveltaa myös vanhempien lasten liikuntatuokioiksi lisäämällä haastetta harjoitteisiin. Esitämme oppaassa muutaman vinkin toiminnan soveltamiseksi.

Opas sisältää viisi sadun maailmassa tapahtuvaa liikunnallista toimintakertaa, joihin kuhunkin liittyy sirkuksen hahmo sekä häneen liittyvä liikunnan ja motoriikan osa-alue. Tuokioiden aikana harjoitellaan muun muassa koordinaatiokykyä ja akrobatiataitoja, leikkimielisiä voimaharjoituksia sekä tasapainoa ja notkeutta. Satuliikuntaan kannustavina hahmoina sirkuksessa ovat Tیرهتöörin lisäksi Pelle, Voimamies ja Nuorallatanssija. Tuokioiden kesto ilman palauteosiota on noin 30–45 minuuttia.

Draaman avulla lapsi voi sekä tutustua elämyksellisesti itseensä, toisiin ja ympäröivään maailmaan, että oppia uusia asioita niistä. Draama kehittää lapsen sosiaalisia taitoja, sillä draaman työtävät edellyttävät toisten huomioimista. Keskeistä draamakasvatuksessa onkin vuorovaikutus. (Toivanen 2010, 8-12.) Heinosen (2000, 55) mukaan draaman maailmassa lapsi työskentelee oman minän kehityksen palveluksessa. Draama edistää lapsen laadullista oppimista, kollektiivista toimintaa ja kriittistä pohdintaa, sekä opettaa lasta empaattiseksi ja toisia ihmisiä ajattelevaksi. Draama ei siis ole vain huvia ja hauskanpitoa, vaan tärkeä toimintamuoto lapsen kehityksessä. (Kotka 2011, 17.)

Moni liikunnallinen harjoitus kuten tasapainoilu sekä erilaisten liikuntavälineiden käsittely vaatii muun muassa keskittymistä, kuuntelemista, vertailun tekemistä, ongelmanratkaisukykyä sekä itsensä hallintaa ja muiden huomioimista. Varhaisvuosien kehityksessä on myös tärkeää lapsen kehontuntemuksen sekä itsetunnon ja itseluottamuksen vahvistuminen, joita monipuoliset liikuntaleikit- ja harjoitukset tukevatkin. (Karvonen 2000, 15–16.) Lisäksi lapsi, jonka mielikuvitus on vilkkaasti kehittyvässä vaiheessa, innostuu liikkumaan tarinoiden hahmojen houkuttelemana (Pulli 2006, 5).



Toiminnan idea ja rakenne

Ideana toiminnassa on, että lapsille kerrotaan sirkuksen saapumisesta päiväkotiin tms. ja aloittavansa kiertueen sieltä. Esiintyjillä ei kuitenkaan ole vielä esityksiä kasassa ja he tarvitsevat lasten apua ohjelmanumeroiden suunnittelemisessa.

Jokaisen toimintakerran rakenne on suurin piirtein sama ja tuokioiden runko on seuraavanlainen:

- **Tیرهتöörin sirkusruno:** Tیرهتöörin kanssa lausutaan ”sirkusruno” (kts. sivu 4 ja materiaalisivut) johon liitetään myös lasten keksimä nimi sirkukselle (lisätietoa ensimmäisen toimintakerran esittelyssä).

- **Hahmon tarina:** Tirehtööri esittelee uuden hahmon ja kertoo tämän tarinan. Tarina löytyy jokaisen toimintakerran alusta vihreästä neliöstä. Neliössä kerrotaan myös hahmon aamurutiini, jonka hahmo tekee joka kerta myös lasten kanssa. Neliössä lukee myös +-merkillä hahmon maneeri, jota voi halutessaan käyttää.
- **Lämmittelyleikki ja temput:** Lämmitellään kehoa ja harjoitellaan sirkusaiheisia temppuja toimintakerran teeman mukaisesti
- **Sirkusesitys:** Jokainen lapsi pääsee mukaan suunnittelemaan esitystä, jonka hahmo kertoo myös ottavansa kiertueelle esitykseensä mukaan.
- **Sirkushahmon kuva:** Toimintakerran lopussa lisätään hahmon kuva sirkusteltan eteen.
- **(Palaute:** kts. alta kohdasta ”palautteen kerääminen”)
- **Tirehtöörin sirkusruno ja poistuminen toiminnasta:** Sirkusrunon jälkeen toimintahuoneesta poistutaan esimerkiksi marssien, jotta toiminta voidaan jättää taakse.



Palautteen kerääminen

Ryhmältä voi halutessaan kysyä palautetta esimerkiksi seuraavalla tavalla:

- Esityksien jälkeen leikitään tai harjoitellaan toimintaan liittyviä temppuja ja samalla jokainen lapsi menee vuorollaan tirehtöörin luo ”palauttekeskusteluun”.
- Tirehtööri voi kysyä lapsilta esimerkiksi seuraavat kysymykset: ”Millainen oli sinun sirkuspäiväsi tänään?” (lapsi näyttää sopivaa ilmapalloa), ”mikä oli parasta?”, ”mikä ei ollut kivaa?”. Kysymyksiä voit soveltaa/keksiä oman halusi mukaan.
- Tirehtöörillä on kolme ilmapalloa, joihin on piirretty ilmeet:



iloinen,

neutraali

ja

surullinen

Näistä lapsi valitsee sopivan vastauksen Tirehtöörin esittämään kysymykseen.



Esivalmistelut (välineet ja asut)

Jokaiseen toimintakertaan on hyvä tutustua ennalta hyvissä ajoin ennen tuokion aloittamista. Jokaisen kerran alussa on kerrottu tuokion tarkoitus, tarvittavat välineet sekä ideoita kunkin hahmon asuksi. Tutussa lapsiryhmässä ensimmäistä toimintakertaa on hyvä muokata, sillä se on alun perin suunniteltu lapsiryhmään tutustumista varten.

Toimintakerrat on tarkoitettu toteutettavaksi kahden ohjaajan voimin niihin, että molemmat ovat toiminnassa mukana. Jos tämä ei kuitenkaan ole mahdollista, on hyvä pohtia, miten toimintakerrat kannattaisi toteuttaa esimerkiksi hahmoin pukeutumisen kannalta.

Ohjaajat pukeutuvat toimintakerroilla niin, että toinen ohjaajista on jokaisella kerralla tirehtööri ja toinen tuokion mukainen hahmo (lukuun ottamatta ensimmäistä ja viimeistä kertaa, jolloin tirehtöörin mukana on vapaaehtoinen hahmo). Asuja ei tietenkään ole pakko käyttää, mutta ne tuovat toimintaan dramatiikkaa sekä tarinallisuutta ja vähäisetkin kotoa löytyvät asusteet riittävät asuksi.

Välineitä ei tuokion toteutuksessa paljoa tarvita. Olemme suunnitelleet tuokiota niin, että toiminnan voi toteuttaa vähillä ja yksinkertaisilla, joka päiväkodista löytyvillä välineillä. Lisäksi joidenkin tarvittavien tai vapaaehtoisten välineiden ja rekvisiitan ohjeet olemme liittäneet oppaan lopusta löytyville materiaalisivuille. Näin puuttuvia tarvikkeita ja lisärekvisiittaa voi tehdä joko itse tai erikseen lasten kanssa. Toimme toteutuspaikkaan kuvan sirkusteltasta, johon lisäsimme uuden hahmon kuvan sitä mukaa kun häneen toimintakerroilla tutustuttiin. Kuvat olivat esillä koko toimintakokouksen ajan ja näin lapset voivat tutkailla ja muistella sirkusmatkaansa.

Ryhmäperhepäiväkodin pyynnöstä toimme myös teltan katolle viiriin, johon on kirjoitettu sirkusruno (viiriin jätetty tyhjä paikka sirkukseen nimelle). Kuvat teltasta, hahmoista ja viiristä löytyvät oppaan lopusta materiaalisivuilta. Suuret kiitokset sirkushahmojen ja teltan kuvituksista kuuluu Aleksander Heikkiselle!

Olemme yhdessä luoneet sirkuksen hahmot, leikit ja toiminnat sekä sirkusrunon itse ja toteuttaneet kaikki oppaassa esitellyt toimintakerrat. Toivomme, että pidät suurella antaumuksella luomastamme oppaasta yhtä paljon kuin me sen luomisesta. Mukavia toimintakertoja sirkuksen maailmassa!

Toivottavat Janita ja Krista



Toimintakerta 1.

SIRKUS SAAPUU!



Tirehtöörin tarina

Tirehtööri on kasvanut koko ikänsä sirkuksessa, nyt hänen isänsä ja äitinsä ovat liian vanhoja huolehtimaan kokonaisuudesta ja tirehtööri halusi perustaa oman. Esiintyjät olivat myös jo eläkkeellä ja ainoana sirkusystävänä oli Pelle, jonka hän on tuntenut lapsuudesta asti. Onneksi hän tutustui myöhemmin myös Voimamieheen ja Nuorallatanssijaan jotka halusivat innoissaan mukaan uuden sirkuksen matkaan. Heistä tuli tirehtöörin uusia ystäviä.

Tirehtöörin aamurutiineihin kuuluu pikainen äänenavaus ja eläytymisharjoitus, jossa hän harjoittelee esiintymistaitojaan. Tämän rutiinin hän on oppinut vanhemmiltaan.

Tämän jälkeen tirehtööri kutsuu sirkusporukan koolle ja he lausuvat yhdessä tirehtöörin sirkusrunon.

+Tirehtöörillä on tapana krohia kurkkua ja sanoa "Noniin"

Tällä kerralla on tarkoitus tutustua toisiin ja harjoitella itsensä esittelemistä sekä eläytymistä! Tuokiota varten tarvitset:

- Tirehtöörin asua varten esimerkiksi kauluspaita, silinterihattu ja rusetti/kravatti
- HUOM! Tällä kerralla mukana voi olla jokin tulevista hahmoista (pelle, voimamies, nuorallatanssija) tai jokin itse keksimäsi hahmo. Toinen ohjaajista pukeutuu tämän mukaan
- Kuva sirkusteltasta ja tirehtööristä sekä sirkusruno-viiristä (tulostettavissa materiaalisivuilta)
- Halutessasi leikkivarjo viritettynä kattoon "sirkusteltaksi" tai seinälle sirkustunnelman tuomiseksi
- Ilmapallo "lentävät nimet"-leikkiä varten
- "Esiripuksi" tutustumisleikkiä varten iso kangas/lakana

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tuokio aloitetaan sirkustirehtöörin lyhyellä esittäytymisellä lapsille. Tämän jälkeen tirehtööri kertoo **sirkusrunosta**, joka aloittaa sirkuksen jokaisen aamun ja lausuu sen. Tämän jälkeen siirrytään sirkushuoneeseen marssien sirkusmusiikin tahdissa.



TARINA JA AAMURUTIINI

Tarina: Tirehtööri kertoo oman tarinan elämästään ja sirkuksesta. Tarinan jälkeen tehdään tirehtöörin äänenavaus ja eläytymisleikki. Tirehtöörin on tärkeä osata esiintyä ja eläytyä eri rooleihin ja siksi harjoitteleekin sitä joka aamu.

Aamurutiini: Tirehtöörin kielivoimistelussa koetetaan sanoa vaikeita lauseita nopeasti oikein, esim:

- o *Mustan kissan paksut posket*
- o *Ärrän kierrän orren ympäri, ässän pistän taskuun*
- o *Vesihissi sihisi hississä*
- o *Riisin raasin rusina, kärrynpyöriä tusina*

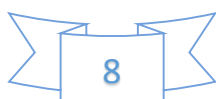
Kielen ja huulten lihasten harjoitus:

- o *Pellen suu: kieli nostetaan leveänä ylähuulen päälle siten, että koko huuli peittyi*
- o *Huulten nuoleminen vasta ja myötä päivään*
- o *Rulla: kieli pyöritetään rullalle hampaiden väliin*
- o *Kuppi: kieli yritetään saada hampaiden taakse "kupiksi"*
- o *Huulten mutristaminen*
- o *Huulten pärisyttäminen*

Tirehtöörin **eläytymisleikissä** musiikin soidessa tirehtööri antaa lapselle mielikuvan olevansa sirkuksessa ja mitä siellä voi nähdä ja kuulla. Lapset kävelevät ympäri sirkushuonetta. Tirehtööri antaa käskyn lapsen eläytyä eri sirkuksessa näkyviin eläimiin/hahmoihin, esimerkiksi norsuksi, apinaksi tai pelleksi.

"Aamurutiinieni jälkeen minulla on tapana kutsua koko sirkusporukka koolle ja lausomme yhdessä tirehtöörin sirkusrunon. Nyt voisın opettaa sen teille!"

Lasten kanssa opetellaan **tirehtöörin sirkusruno**, joka aloittaa jokaisen tulevan toimintakerran. Runon jokaiseen säkeeseen kuuluu liike, joka tehdään runon mukana:



Tervetuloa sirkuksen maailmaan,

(Kädet lähtevät rintakehältä ja levittyvät sivuille suorina)

sinun

(oikea kämmen ojennetaan suoraan eteen)

ja minun

(käsi laitetaan omalle rinnalle)

yhteiseen tarinaan

(halataan itseä)

Olethan mukana seikkailussa,

(oikea käsi lähtee rinnalta oikeaan yläviistoon suoraksi pään yläpuolelle)

Meidän sirkuksen matkassa

(sama tehdään vasemmalla kädellä)

Lopuksi voitte taputtaa käsiä pään yläpuolella.

Aamurunon opettelyn jälkeen olemme valmiita aloittamaan uusiin sirkuslaisiin tutustumisen.



SIRKUSLAISET TUTUIKSI

"Ennen kuin voimme lähteä tapaamaan muita sirkuslaisia ja aloittaa sirkusesityksen suunnittelun, täytyy meidän tutustua toisiimme!"

1. **Nimimarssi:** Tässä tehtävässä tirehtööri aloittaa marssimisen ja lapset tulevat marssien jonossa perässä. Jokaisen tehtävä on vuorollaan sanoa oma nimi marssin tahdin mukaan.
2. **Hampaattomat nimet:** Lapset asettuvat piiriin. Tehtävänä on sanoa oma nimi siten, että huulet peittävät hampaat.
3. **Lentävät nimet:** Tässä tehtävässä tirehtööri heittää ilmapallon ilmaan ja huutaa jonkun lapsen nimen. Kyseisen lapsen tehtävänä on ehtiä pompauttaa pallo ilmaan ennen kuin se osuu maahan ja samalla huutaa seuraavan lapsen nimi. Tätä jatketaan kunnes kaikkien nimi on sanottu ainakin kerran.
4. **Esirippu:** Lapset jaetaan kahteen joukkueeseen. Esirippuna toimiva kangas asetetaan esimerkiksi oviaukolle siten, että molemmista joukkueista lapset valitsevat yhden, joka asettuu esiripun eteen. Kun esirippu lasketaan, on lapsen tehtävänä huutaa vastapuolella olevan lapsen nimi mahdollisimman nopeasti. Pelanneet lapset voivat vuoronsa jälkeen siirtyä joko oman joukkueensa jonoon tai vaihtaa puolia aina kun nimi sanotaan oikein. **VINKKI:** Tehtävän



voi tehdä myös siten, että esirippua nostetaan hitaasti alhaaltapäin siten, että vastakkaisen puolen kaikki lapset voivat arvata vaatetuksen perusteella kuka on esiripun takana.



SIRKUSESITYS JA SIRKUKSEN NIMI

"Toimin sirkuksen tihetöörinä ja tehtävänä on jokaisessa sirkushäytöksessä esitellä itseni ja muut sirkuslaiset. Auttaisitteko minua keksimään uusia tapoja esitellä itseni?"

Lapsille annetaan aikaa keksiä itselleen mieluisan liikkeen, jolla he esittelevät oman nimensä. He tulevat yksi kerallaan yleisön eteen esittämään keksimänsä liikkeen ja sanovat oman nimensä tehdessään liikkeen.

"Kiitos lapset, nyt minulla on paljon uusia tapoja esitellä itseni ja sirkusesityksessä!"

"Mutta lapset, arvatakaa, mitä olen unohtanut? Meidän sirkukseitamme puuttuu vielä nimi. Keksisimmekö sirkukselle nimen yhdessä?"

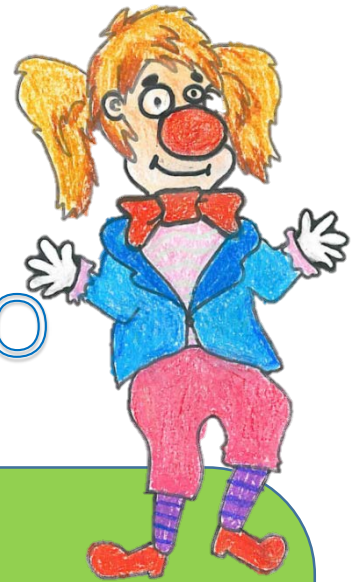
Sirkukselle nimi: Tämän jälkeen lapsilta kysytään ehdotuksia sirkuksen nimestä, ehdotuksen kirjoitetaan ylös ja vaihtoehtoista äänestetään mieluisin.

Toimintakerran lopussa asetetaan seinälle **sirkusteltan ja tihetöörin kuva** merkiksi sirkusmatkan alkamisesta ja uudesta sirkushahmosta, keneen ensimmäisellä kerralla tutustuttiin.

Lopuksi lausutaan vielä **tihetöörin sirkusruno**, jossa (meidän)-paikalla sirkukselle keksitty nimi ja marssitaan sirkushuoneesta musiikin tahdissa.

Toimintakerta 2.

PELLEN AKROBATIA- JA KOORDINAATIOKYKYTUOKIO



Pellen tarina

Pelle on tirehtöörin lapsuuden ystävä johon hän on tutustunut yhteisten sirkuskiertueiden aikana. Pelle on pienestä pitäen tykännyt hassutella varsinkin tirehtöörin kanssa ja hän on aina pukeutunut värikkäisiin, kirkkaisiin vaatteisiin.

Pellellä on tapana aloittaa aamu kasvojumpalla, joka voi monen mielestä näyttää hullunkuriselta. Kasvojumppa pitää kuitenkin kasvot vetreinä ja herättää nopeasti. Aamu on pellen mielestä parasta aloittaa erilaisten ilmeiden harjoittelulla ja se saa myös pellen nauramaan joka kerta!

+pellellä tapana paukutella henkseleitään

Tällä kerralla harjoitellaan akrobatiaa ja koordinaatiokykyä,
tuokiota varten tarvitset:

- Pellen asua varten mahdollisimman värikkäitä vaatteita ja pellenenän (kts. ohjeet materiaalisivuilta)
- Kuva pellestä (tulostettavissa materiaalisivuilta)
- Jumppamattoja tai patjoja

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Aloita tuokio Tیرهتöörin sirkusrunolla yhdessä lasten kanssa lausuen. Lapsille kerrotaan pellen odottavan heitä ja heidän apuaan. *"Haluatteko mennä katsomaan, mitä pelillä on mielessä?"* Tämän jälkeen lapset ohjataan liikkumaan "pellemäisesti" sirkushuoneeseen musiikin tahdissa.



TARINA JA AAMURUTIINI

Tarina: Tیرهتöörin lukee "Pellen tarinan" ja pelle toimii tarinan mukaisesti lasten edessä kuin ei huomaisi lasten olevan paikalla. Kun tarina on luettu, huomaa pelle lapset ja tervehtii heitä: *"Hei lapset, en huomannutkaan teitä. Olen juuri herännyt, haluatteko tehdä kanssani kasvojumppa?"*

Aamurutiini: Lasten kanssa tehdään **kasvojumppa**: Ensin avataan suu niin isoksi kuin mahdollista, sitten mutristetaan suu niin pieneksi kuin saadaan. Näitä liikkeitä vaihdellaan, ja yritytään pyöritellä suuta eri asentoihin. Kasvot väännetään sitten niin surullisiksi kuin saadaan, ja vihaisiksi ja sitten niin leveään hymyyn kuin mahdollista.



KOORDINAATIOLEIKKI - PELLEN AUTO

"Nyt voitaisiin ensin lämmitellä ja mennä pelleautoilla ajelulle." Lapset pyydetään ottamaan parit ja istumaan tämän kanssa peräkkäin "pelleautoihin".

Leikki alkaa niin, että jokainen laittaa **turvavyön kiinni**: Laitetaan ensin vasen käsi selän takaa niin, että kyynärpää on kyljessä kiinni ja ranne selkää vasten ylöspäin osoittaen. Oikean käden kyynärpää osoittaa ylöspäin ja kädellä koetetaan ottaa kiinni vasemmasta kädestä selän takaa. *"Pellen ralliautoissa täytyy myös laittaa toiseltakin puolelta turvavyöt kiinni, ettei autosta tiputa."* (Harjoitus toistetaan kädet toisin päin).

Sitten **auto käynnistetään**: Jokainen lapsi nousee seisomaan ja takimmainen lapsi ottaa pariaan lanteista kiinni. Molemmat lapset pyörittävät ensin vasenta jalkaansa ympyrää yhtä aikaa yhdellä jalalla seisten. Sitten jalkaa pyöritetään toiseen suuntaan. "Seuraavaksi täytyy painaa kaasua toisella jalalla jotta päästään eteenpäin". Liike toistetaan toisella jalalla ja auto lähtee liikkeelle!

Autoa pidetään liikkeellä kävelemällä eteenpäin parin kanssa ympäri huonetta lanteista kiinni pitäen. Autolla voidaan **kääntyä vasemmalle** niin, että molemmat parit pyörittävät vasenta kättä ympäri isolla liikeradalla ja **oikealle** pyörittämällä oikeaa kättä. (Toinen käsi pidetään kiinni parissa, jotta auto pysyy kasassa.)

Peruutusta voidaan kokeilla molempiin suuntiin pyörittämällä kättä toiseen suuntaan. Auton saa **pyörimään** niin, että molemmat parit pyörittävät käsiään eri suuntiin (oikeaa kättä toiseen ja vasenta



toiseen). Auton etu- ja takaosa voivat kuitenkin helposti irrota toisistaan (parit erkanevat) ja auto saadaan takaisin kokoon vaihtamalla käsien pyörimissuuntaa ja palaamalla parin luo.

Autolla pysähdytään menemällä parin kanssa yhtä aikaa kyykkyyn alas, parkkeeratessa mennään istumaan lattialle alas.

Kun auto on perillä, **töötätään**: Otetaan vasemmalla kädellä kiinni nenästä. Oikea käsi pujotetaan vasemman käden muodostavan ”tunnelin” läpi ja sillä otetaan vasemmasta korvasta kiinni ja sanotaan ”tööt”. Seuraavaksi yritetään mahdollisimman nopeasti vaihtaa käsien paikkaa keskenään. Ja ”töötätään” uudestaan. Töötätä voi myös vain painamalla omasta nenästä!



AKROBATIAHARJOITUKSET

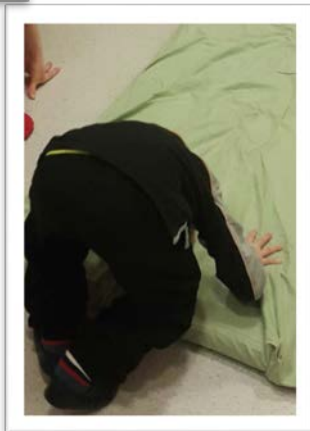
1. **Minikävely**: mennään matolle/patjalle ja lapset ohjataan jonoon. Pella näyttää mallia ”minikävelyä”, jossa yritetään kävellä niin pienenä kuin mahdollista kyykkyasennoissa varpailla. Käsillä voi tarvittaessa ottaa tukea lattiasta, vaikeutta saa kun yrittää samaa esimerkiksi kädet ylhäällä.

2. **Jättiläiskävely**: yritetään kävellä jonossa niin pitkänä kuin mahdollista, varpailla kävellen, kädet tiukasti ojennettuna niin ylös kuin mahdollista sormenpäitä myöten.

3. **Karhukävely**: maton päästä päähän tehdään niin, että kädet ja jalat ovat suorina ja niiden varassa kävellään. Jokainen lapsi pääsee myös kulkemaan tirehtöörin pitämän vanteen läpi karhukävelyssä. Vaikeutta saa yrittämällä pitää polvet suorina koko kävelyn ajan.

4. **Kierimistä** harjoitellaan matolla vuoron perään jonossa. Mennään makaamaan vatsalleen kädet ja jalat ojennettuina ja tarvittaessa käsien avulla kierähdetään selälleen. Vaikeutta saa yrittämällä kierähtää kädet ja jalat ojennettuina ylös niin, etteivät ne koske lattiaa ollenkaan.

5. **Kuperkeikkoja** harjoitellaan pellen avustuksella yksi lapsi kerrallaan. Leuka pidetään rinnassa ja kädet



pidetään korvien vieressä kuin norsun korvina kämmenet ylöspäin osoittaen. Ollaan kyykyssä, pistetään pää matolle ja suoristetaan jalat ponnistukseen. Pelle auttaa lantiosta lasta pyörittämään ympäri. Halutessaan voi kokeilla myös kuperkeikkaa takaperin

6. **Käsilläseisonta/kottikärryt:** Tirehtööri ja pelle auttavat lapsia käsilläseisontan kokeiluissa. Otetaan askel eteen ja heitetään toisen jalan avulla molemmat jalat ilmaan. Lapsen jaloista otetaan kiinni, jolloin hän voi turvallisesti seisoa käsien varassa. Lopuksi lapsi tuodaan tuen kanssa alas. HUOM. Lapsille sanotaan, ettei tätä pidä kokeilla ilman aikuisen apua!

"Ohhoh, nyt täytyy jo alkaa suunnittelemaan esitystä, auttaisitteko minua?", Pelle kysyy.



SIRKUSESITYS

Pelle kertoo, että nyt kun esitystä suunnitellaan, olisi mukava, jos jokainen keksisi yhden liikkeen joko harjoitelluista tempuista tai jonkun ihan oman. Lapsille kerrotaan, että näistä tempuista tehdään pellen esitys ja se esitetään yhdessä. Lapsille annetaan hetki aikaa keksiä liike.

1. Kun jokainen lapsi on keksinyt liikkeen, opettavat he vuoron perään oman liikkeensä pellelle. (Ei haittaa, vaikka Pelle ei osaisi liikkeitä!) Näin harjoitellaan esitystä varten.
2. Kun liikkeet on harjoiteltu, menevät kaikki lapset pellen kanssa "lavalle" riviin. Tirehtööri ja muut aikuiset ovat "katsomossa". Rivin reunimmainen tekee ensiksi oman liikkeensä, sitten rivistä seuraava jne. Pelle toistaa samalla jokaisen lapsen liikkeen. Lopuksi kumarretaan yhdessä.

Kumarrusten jälkeen Pelle kiittää lapsia avusta ja kertoo, että nyt esitys on valmis! Ennen toimintakerran päättämistä asetetaan sirkusteltan eteen Pellen kuva! Lopuksi lausutaan vielä **sirkusruno** yhdessä Pellen ja Tirehtöörin kanssa ja lapset lähtevät tirehtöörin johdolla pois huoneesta. Pelle vilkuttaa hyvästiksi ja kertoo lähtevänsä nyt harjoittelemaan esitystä varten.



Toimintakerta 3

VOIMAMIEHEN VOIMAHARJOITUKSET



Voimamiehen tarina

Voimamies huomasi jo lapsena olevansa muita paljon voimakkaampi. Hän jaksoi hypätä muita korkeammalle, kiivetä kaikista korkeimmalle puuhun ja nostaa kaikkia muita lapsia enemmän polttopuita, joita kannettiin kylän yhteiseen saunaan joko viikko. Nyt hän on aikuinen ja hän on edelleen yksi maailman vahvimmista ihmisistä.

Voimamies on hyvin aamu-uninen. Hän aloittaa aamunsa aina syömällä ensin tukevan aamupalan, jotta pysyy isona ja vahvana. Heti aamupalan jälkeen hän tekee ”hyppyjumpan”, joka herättää hänet vielä aamupalan jälkeenkin.

+ voimamiehellä on tapana nostaa välillä kädet lanteilla ja huokaista: ”huhhuh”!

Tällä kerralla tehdään kevyitä voimaharjoituksia oman kehon painolla, tuokiota varten tarvitset:

- o Voimamiehen asuksi sopivat, esimerkiksi puna/sinivalkoraidalliset vaatteet sekä iso vyö vyötärölle.
- o Kuva voimamiehestä (tulostettavissa materiaalisivuilta)
- o Patjoja pehmikkeeksi pyramideja varten

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tirehtöörin sirkusruno lasten kanssa.

Runon jälkeen lapsille kerrotaan voimamiehen odottavan heitä ja heidän apuaan. *"Haluatteko mennä katsomaan, mitä voimamies puuhailee?"* Tämän jälkeen lapset ohjataan liikkumaan *"kuin olisivat vahvoja voimamiehiä"* musiikin tahdissa *"sirkushuoneeseen"*.



TARINA JA AAMURUTIINI

Tarina: Tirehtööri lukee "Voimamiehen tarinan" ja voimamies toimii tarinan mukaisesti lasten edessä kuin ei huomaisi lasten olevan paikalla.

Kun tarina on luettu, tulee voimamies lasten luokse: *"Hei lapset, olen juuri herännyt ja syönyt jo ison aamupalan, mutta olen vielä todella väsynyt. Minun on pakko tehdä vielä hyppyjumppani, jotta pystyn valmistautumaan esityksen suunnitteluun. Teettekö sen kanssani?"*

Aamurutiini: Voimamies pyytää lapset mukaan ja kertoo, että koko keho täytyy myös herätellä aamulla, jotta se toimii kunnolla.

Hän pyytää lapset ensin kyykkyyhin niin pieneksi kuin mahdollista. Sitten he nousevat seisomaan ja kurottelevat niin ylös kuin pystyvät. Sama toistetaan vielä neljä kertaa.

Nyt tehdään sama, mutta kyykystä hypätään ylös, seuraavalla kerralla hypätään niin ylös kuin pystytään ja sama toistetaan taas muutaman kerran.

Tämän jälkeen mennään "sumopainija"-asentoon, jossa seisotaan jalat kaukana toistaan, kädet polvilla ja polvet koukussa. Näin yritetään hyppiä jalalta toiselle.

Lopuksi tehdään vielä x-hyppyjä

"Nyt olemme heränneet, haluatteko tehdä kanssani vielä lihaskämmittelyleikkiä?", Voimamies kysyy.



VOIMAMIEHEN LIHASKÄMMITTELY

Voimamies kutsuu lapset piiriin. Hän kertoo, että seuraavana on vuorossa lämmitteyleikki, jonka nimi on *"pomppivat popcornit"* *"Mikä se on?",* kysyy Tirehtööri...

Pomppivat popcornit-lämmitteyleikki: Leikkiin valitaan yksi hippa, joka voi aluksi olla Voimamies. Hän ottaa muita kiinni pomppimalla eteenpäin. Muut liikkuvat kyykystä seisomaan edestakaisin, eivätkä

liiku eteenpäin, sillä ne ovat niin tahmeita, etteivät pääse irti lattiasta. Kun hippa tulee jonkun luo, on hänen irrotettava popcorn lattiasta nostamalla hänet ilmaan. Kun hän on irronnut lattiasta, ottavat he käsistä kiinni ja alkavat yhdessä pomppien ottaa muita popcornia kiinni. Vain jonon reunimaiset saavat ottaa kiinni, mutta jos reunimainen ei jaksa nostaa kiinniotettavaa, voivat muut siinä auttaa. Jokainen kiinnijäänyt takertuu popcornriviin mukaan ja leikkiä jatketaan kunnes kaikki on saatu kiinni.

Jos lapset haluavat, voidaan leikkiä uudestaan ja valita ensimmäiseksi hipaksi joku muu. Leikin jälkeen tirehtööri ehdottaa, että lapset voisivat kokeilla Voimamiehen omia voimaharjoituksia.

Voimaharjoitukset: Voimaharjoitusten taustalla soi musiikki ja lapset saavat kokeilla liikkeitä musiikin tahdissa. Voimamies näyttää mallia ja tirehtööri yrittää tehdä myös mukana

1. Kokeillaan **punnerruksia** niin, että polvet ovat maassa ja kämmenet laitetaan maahan rintakehän kohdalle. Lapset koettavat punnertaa ensin alas ja sitten ylös selät suorina. Sama tehdään niin, että kädet laitetaankin selän takaa maahan.
2. **Näkymätön tuoli:** lapset saavat kokeilla, osaavatko he istua näkymättömällä tuolilla. He menevät selät seinää vasten ja koukistavat polvia niin että selkä pysyy seinässä, kuin istuisivat tyhjän päällä. Voidaan ottaa myös kilpailu siitä, kuka pysyy pisimpään asennossa.
3. **Voimahyrrässä** tarvitaan tilaa jokaiselle lapselle. Liikkeessä ollaan jalat suorina, kämmenet lattialla punnerrusasennossa. Leikitään voimahyriä siirtämällä toista kättä selän yli lattiaan niin, että ollaankin samassa asennossa, mutta vatsa ylöspäin. Liikettä jatketaan samaan suuntaan niin, että pyöriään ympyrää itsensä ympäri.
4. Lopuksi lapset saavat haasteen, joka on voimamiehellekin hankala. He saavat kokeilla **"kyykkyvaakaa"**, jossa ollaan lattialla kyykyssä niin, että ainoastaan jalkapohjat koskevat maata. Kynärpäillä nojataan polviin ja nostaa jalkapohjat ilmaan käsien varaan. Lopuksi taputetaan kaikille yrittäneille ja onnistuneille.

"Hienoa, lämmittelyt on tehty! Ja nyt kun meitä on täällä niin paljon niin voisimme tehdä voimapyramideja, haluaisitteko kokeilla?"

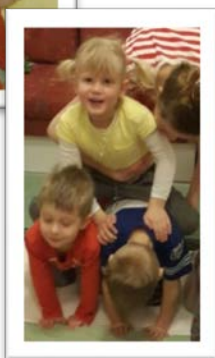


VOIMAPYRAMIDIT

Lapset jaetaan pareittain samankokoiset lapset keskenään. *"Muistakaa, että kun teemme pyramideja, on tärkeää, tehdä yhteistyötä. Kaikkien täytyy olla mukana, eikä ketään saa jättää ulkopuolelle, koska muuten pyramidit kaatuvat! Muistattehan tämän?"*

1. **Konttapyramidi:** (Tirehtööri ja voimamies näyttävät ensin mallia) Toinen lapsista menee kontta-asentoon kämmenet ja polvet maton päällä. Selkä on pidettävä suorana, ei notkolla eikä pyöreänä. Toinen lapsista kiipeeä varovasti samaan asentoon alemman lapsen selkään laittamalla polvet alaselän kohdalle ja kämmenet lapaluihin. Avustettaessa voi päällimmäisenä oleva lapsi kokeilla varovasti selän päällä seisomista.

- VINKKI: Ryhmää voidaan myös yhdistää kolmen hengen ryhmiksi ja kokeilla pyramidia, jossa yksi lapsista on kontassa. Toinen lapsi laittaa kädet tämän olkapäille ja tulee seisomaan haara-asentoon lapsen yli. Kolmas lapsista tulee seisomaan alimman lapsen alaselälle ja ottaa tukea keskimmäisen lapsen hartioista.



2. Polvien päällä seisonnassa toinen lapsista menee istumaan polvilleen. Lapset ottavat toisiaan ranteista kiinni tukevasti (alimmalla lapsella kämmenet ylöspäin). Toinen lapsista voi nyt mennä varovasti polviasennossa istuvan lapsen polvien päälle seisomaan käsistä tukea ottaen. Sama voidaan myös toteuttaa kolmen hengen ryhmissä jolloin kolmas menee kontta-asentoon ja hänen päälleen tulee lapsi istumaan polviasennon sijaan. Pyramidi on näin korkeampi ja aikuisen tukea voidaan tarvita.



3. Rysuaita-pyramidissa ollaan kolmen hengen ryhmissä. Kaksi lasta seisoo ensin vierekkäin "sumo-asennossa", jossa polvet ovat koukussa sivulle. Kolmas lapsi tulee lasten väliin seisomaan heidän yläreisien päälle. Välissä seisovan lapsen jaloista pidetään kiinnipolvien kohdalta "haliotteella".

4. Viimeiseksi annetaan lapsille tehtäväksi koota **niin suuri pyramidi kuin mahdollista** ja tähän tulevat kaikki lapset mukaan. Tirehtööri ja voimamies auttavat lapsia kiipeämään ja antavat tarvittaessa vinkkejä.

Pyramidien jälkeen Voimamies huomaa: *"Nyt on kiire, lapset. Voisimme alkaa jo suunnittelemaan esitystä!"* Voimamies pyytää lapset piiriin.

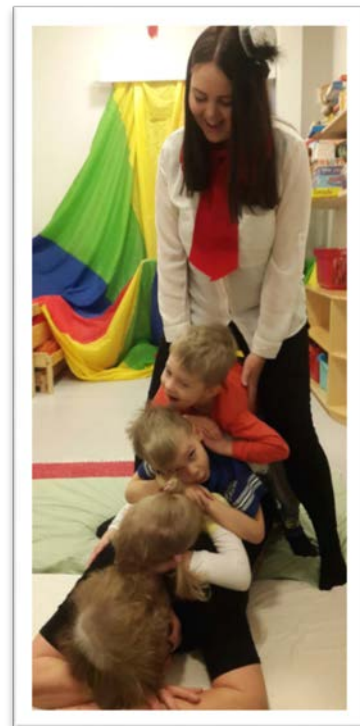


SIRKUSESITYS

"Meitä voimamiehiä on tulossa enemmän sirkuskiertueelle, mutta he eivät ole vielä täällä. Siksi tarvitsisin teidän apua voimamiesten pyramidiesityksen suunnittelussa"

Lasten kanssa keksitään muutama pyramidi voimamiesten esitykseen. Kokeillaan muutamaa jo kokeiltua tai keksitään uusia pyramideja.

Ennen toimintakerran päättämistä asetetaan sirkusteltan eteen Voimamiehen kuva! Lapsia kiitetään avusta ja lopuksi lausutaan sirkusruno.



Toimintakerta 4.

NUORALLATANSSIJAN TASAPAINO JA NOTKEUS



Nuorallatanssijan tarina

Nuorallatanssija on aina ollut iloinen ja villi tyttö, joka tanssahteli paikasta toiseen. Vanhempiensa kauhuksi, hän karkasi silloin tällöin milloin minnekin aidan päälle tai pienen sillan kaiteelle tasapainottelemaan pienen, sateenkaaren värisen nauhansa kanssa.

Nuorallatanssija venyttää joka aamu herättyään itsensä niin pitkäksi kuin pystyy. Sen jälkeen hän nousee sängystä ja kurkottelee eteen- ja taaksepäin venyttäen sekä selkää että vatsaa. Hän herättelee jalkansa nostelemalla niitä puolelta toiselle. Ensin eteen, sitten sivulle ja sitten taakse. Saman hän tekee toisellakin jalalle. Hän harjoittelee myös tasapainottelua kokeilemalla yhden jalan seisontaa silmät kiinni.

+nuorallatanssija korjailee helmaansa jatkuvasti hyppimällä sitä etusormen ja peukalon avulla.

Tällä kerralla tehdään tasapaino- ja notkeusharjoituksia, tuokiota varten tarvitset

- o Nuorallatanssijan asua varten esimerkiksi isoja tyllihameita/kiiltävät housut, kimalteleva/kiiltävä paita
- o Kuva nuorallatanssijasta (tulostettavissa materiaalisivuilta)
- o Hernepusseja tasapainottelua varten
- o Voimistelunauha halutessasi rekvisiitaksi (kts. Ohjeet materiaalisivuilta)
- o Matala voimistelupuomi/-penkki ja/tai paksua köyttä "nuoraksi" (laitetaan huoneen sivulle valmiiksi ennen tuokion alkua)

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tirehtöörin sirkusruno lasten kanssa.

Lapsille kerrotaan sirkusrunon jälkeen Nuorallatanssijan odottavan heitä sirkuksessa. *"Haluatteko mennä katsomaan, mitä hän tekee?"* Tämän jälkeen lapset ohjataan liikkumaan "kuin kävelisivät nuoralla" musiikin tahdissa "sirkushuoneeseen".



TARINA JA AAMURUTIINI

Tarina: Tirehtööri lukee "Nuorallatanssijan tarinan" ja nuorallatanssija tasapainottelee kuten tarinassa lasten edessä kuin ei huomaisi lasten olevan paikalla.

Kun tarina on luettu, tulee hän lasten luokse: *"Hei lapset, olen juuri aloittamassa aamujumppani. Tulkaa mukaan!"*

Aamujumpassa **venytetään ensin kädet niin ylös kuin saadaan** ja varmistetaan varpailla niin että ollaan mahdollisimman pitkiä. Sitten käsiä **kurkotellaan lattiaa kohti** jalat ja selkä suorina ja sen jälkeen **venytetään** selkää ja koko vartaloa **taaksepäin** kädet suorina. **Jalkoja nostellaan** yhdellä jalalla seisoen molempien jalat suorina, niin ylös kuin mahdollista ensin eteen, sitten sivulle ja sitten taakse. Jalkaa vaihdetaan. Sitten harjoitellaan tasapainoa kokeilemalla haluamalla tyylillä **yhden jalan seiso**ntaa mahdollisimman pitkään, kokeilla voi myös silmät kiinni!

"Nyt on aamujumppa tehty, voisimmekin siirtyä lämmittelyleikkiin!"



TASAPAINON JA NOTKEUDEN LÄMMITTELY

Liikkuvat hernepussit-lämmittelyleikki: Leikissä jokaiselle mukana olevalle annetaan oma hernepussi pään päälle. Nuorallatanssija ja tirehtööri huutavat vuoron perään tapoja, joilla hernepussia täytyy yrittää kuljettaa ympäri huonetta ilman että pussi putoaa (Esimerkiksi hyppien, takaperin kävellen, varpailla kävellen...) Muutaman kuljetustavan jälkeen lapset saavat myös jokainen vuorotellen keksiä oman liikkumistavan ja näyttää sen muille ja muut toistavat liikkeen. **VINKKI:** Leikkiä voidaan mukauttaa niin, että jos joltakin lapselta putoaa hernepussi, keskeytyy leikki niin siksi aikaa, kunnes joku nostaa hernepussin takaisin hänen päähänsä. Näin leikissä joudutaan myös tekemään yhteistyötä.

Tasapainoliikkeiden harjoittelu: Nuorallatanssija näyttää esimerkkejä tasapainoliikkeistä, joita kokeillaan yhdessä: Keinuva kuppi-liikkeessä mennään vatsalleen makaamaan lattialle, otetaan käsillä sivukautta kiinni nilkoista ulkopuolelta (peukalot alaspäin) ja koitetaan nostaa jalkoja ylöspäin ja taivuttaa samalla selkää, asennossa keinutaan Vastaliikkeenä mennään istumaan, laitetaan jalat

koukkuun ja otetaan polvista kiinni ja koetetaan pysyä pakaroiden päällä tasapainossa ja irrottaa jalat maasta ”palloksi”. Sitten keinutaan selällä. Kokeillaan vielä tasapainottelua vaakasennossa. Seistään yhdellä jalalla ja nostetaan toista jalkaa suorana ylöspäin ja kallistetaan keskivartaloa vaakatasoon selkä suorana. Sama kokeillaan toisella jalalla. Lopuksi harjoitellaan kävelyä, jossa kantapää laitetaan aina toisen jalan varpaiden eteen ja koetetaan kävellä suorassa linjassa kuin nuoralla.

”Nyt olemme harjoitelleet tasapainoa, uskallatteko jo kokeilla temppuja nuoralla?” -> Leikkiuora (Voimistelupenkki/matala puomi/köysi) tuodaan tilaan.



NUORALLAKÄVELY

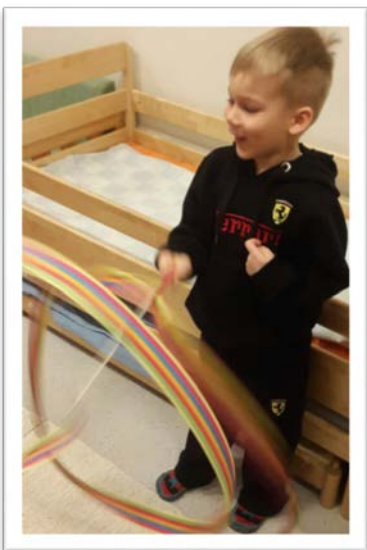
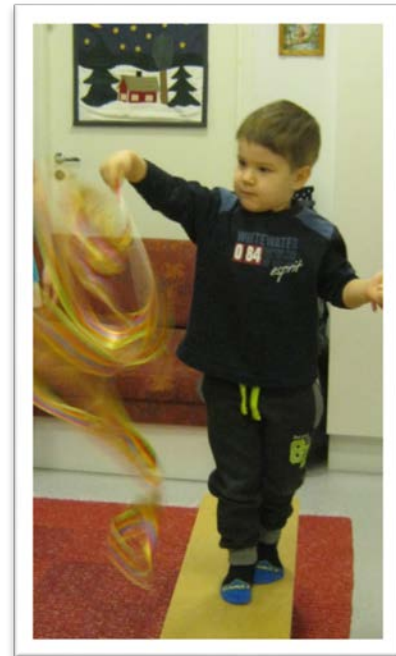
Lapset pyydetään leikkiuoran luo. He saavat vuoron perään kokeilla kävelyä nuoran päällä. He saavat myös seuraavaksi lainata Nuorallatanssijan sateenkaarinauhaa, jota he voivat mielensä mukaan pyöritellä kävellessään nuoralla. Osa lapsista voi sillä aikaa kokeilla kävelyä paksun köyden päällä.



SIRKUSESITYS

Nuorallatanssija kertoo, että hänen esityksensä ei ole vielä valmis. Hän pyytää lapsia auttamaan häntä tasapainoliikkeiden keksimisessä. Lapset saavat keksiä oman liikkeensä (sateenkaarinauhan kanssa) ja näyttää sen nuorallatanssijalle joko lattialla, köydellä tai nuoralla. Jokaisen liikkeen jälkeen annetaan aplodit lapselle.

Seuraavaksi kerrotaan, että viimeiselle kerralle voidaan kutsua käymään vielä yksi hahmoista. Lapset saavat päättää kenet kutsutaan ja tarvittaessa äänestetään tai arvotaan vieras.



Ennen toimintakerran päättämistä asetetaan sirkusteltan eteen Nuorallatanssijan kuva! Lopuksi lausutaan vielä sirkusruno!

Toimintakerta 5.

SIRKUS LÄHTEE - TEMPPURATA



Kadonnut käsikirjoitus

Sirkus on jo melkein valmiina lähtemään kiertueelle, mutta tirehtööri on hukannut esityksen käsikirjoituksen. Esityksen palaset ovat hävinneet ympäriinsä huonetta. Miten nyt sirkuslaiset saavat esityksen kokoon ja järjestykseen?

Tällä kerralla tehdään tempurata aiempiin toimintakertoihin pohjautuen, tuokiota varten tarvitset:

- o Tempuradan oikeassa järjestyksessä ("esityksen käsikirjoitus") numeroituja kuvakortteja liikkeistä (kts. materiaalisivut), liikkeisiin liittyvät kuvat on hyvä miettiä etukäteen resurssien mukaan ja ne on tarkoitus numeroida itse
- o "Nuoran" eli pitkän (voimistelun)penkin ja/tai paksun köyden
- o Hernepusseja tai jongleerauspalloja jongleerausta varten (kts. hernepussien valmistusohjeet materiaalisivuilta)
- o Tunneliksi esim. leikkivarjon, valmiin tunnelin, kangasta penkkien päälle viritettynä
- o Patjoja pyramideja ja kuperkeikkoja varten

TUOKION RAKENNE



ALOITUS

Tirehtöörin sirkusruno lasten kanssa

"Voi lapset arvatakaa mitä on tapahtunut? Saimme jo sirkusesitykset yhdessä valmiiksi, mutta olen ollut niin hajamielinen ja hävittänyt esityksen käsikirjoituksen! Kaikki esitykseen kuuluvat tavarat ovat jo täällä sikin sokin, mutta en tiedä, mikä kuuluu mihinkin! Haluaisitteko auttaa minua etsimään käsikirjoituksen ja laittamaan esitykset järjestykseen?"

Ympäri sirkushuonetta on piilotettu käsikirjoituksen palasia (kuvakortit). Jokaisessa palasessa on jokaiselta sirkuksessa tavatulta hahmolta liikkeitä/toimintoja joita olemme lasten kanssa harjoitelleet. Lapset etsivät palasia ja niistä muodostuu temppurata.

"Noniin, nyt esitys on järjestyksessä, kävisimmekö sen vielä yhdessä läpi?" Temppurata käydään yhdessä läpi ja temppuilu voidaan aloittaa!



EHDOTUS TEMPPURADAN RAKENTEESTA

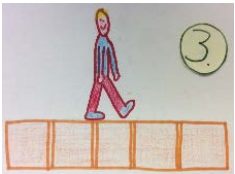


1. PISTE: Temppurata alkaa ilmapallon pompautuksella tirehtöörille (kuva: ilmapallo)



2. PISTE: Kuperkeikka/kieriminen patjalla (kuva:kuperkeikka)

– pisteellä lapsi saa valita, haluaako tehdä kuperkeikan vai kieriä patjalla tai muun akrobatialiikkeen (kts. Toimintakerta 2.)



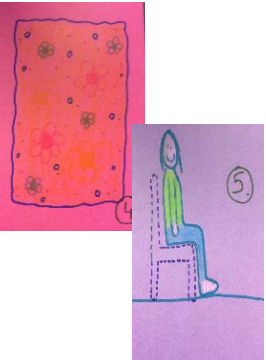
3. PISTE: Nuoran yli kävely (kuva: voimistelupenkki/köysi)

– pisteellä kävellään nuoran/paksun köyden päällä kohti seuraavaa pistettä

4. PISTE: Jongleeraus/pallon heittäminen kädestä käteen (kuva: hernepussit/jonglöörauspallot)

5. PISTE: "Näkymätön tuoli"-harjoitus (kuva liikkeestä)

– liikkeessä "istutaan ilmassa", kuin näkymättömällä tuolilla (kts. Toimintakerta 3.)



6. PISTE: "Vaaka"-liike (kuva: Vaaka-asento)

– Pisteellä jokainen kokeilee tasapainotella Vaaka-asennossa (kts. Toimintakerta 4.)





7. PISTE: Kontta-pyramidi (kuva: konttapyramidi, jossa kaksi lasta päällekkäin)

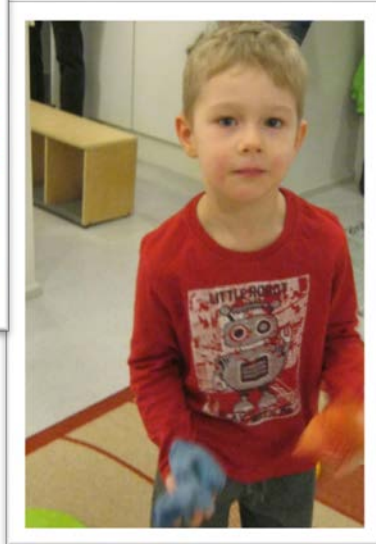
– Tämä piste on hieman sivussa muusta temppuradasta ja täällä voi kokeilla kaverin kanssa konttapyramidia tai muuta pyramidia (kts. Toimintakerta 3.) aikuisen avustuksella



8. PISTE: Sateenkaaritunneli (kuva: sateenkaaren värinen tunneli)

– Lopuksi lapsen saavat ryömiä joko valmiista tunnelista tai värikkäiden tuolien yms. väliin asetettujen kankaiden läpi takaisin alkuun.

VINKKI: Temppuradan voi myös järjestää työpaja-tyyppisesti niin, että lapsiryhmä jaetaan kahtia ja käydään piste kerrallaan läpi yhdessä aikuisen kanssa.



KIITOKSET JA DIPLOMIEN JAKO

Kun temppurata on käyty läpi, saavat lapset diplomit (kts. Materiaalisivut) kiitokseksi avusta. Lopuksi lausutaan sirkusruno ja kiitetään lapsia vielä kerran avusta! Nyt sirkus on valmis kiertueelleen!

LÄHTEET

Heinonen, S-L. 2000. Ilmaisuleikit tarinantalossa. Analyysi ja tulkinta lastentarhanopettajan pedagogisesta toiminnasta varhaiskasvatuksen draaman opetuksessa. Tampere: Tampereen yliopisto. Akateeminen väitöskirja [Viitattu 12.3.2016].
SaataVissa: <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/67010/951-44-4858-8.pdf?sequence=1>

Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Tampere: Tammi.

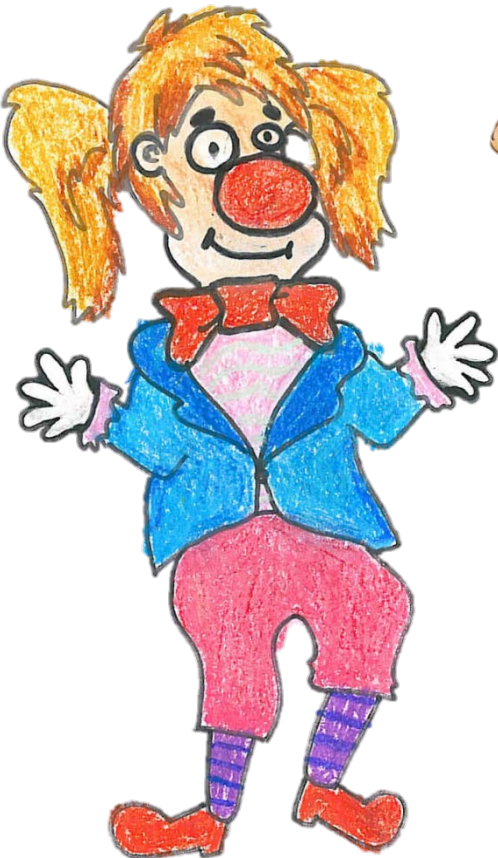
Kotka, R. 2011. Tarinat tunteiden tulkkina – toiminnallisia ideoita satujen ja draaman maailmasta. PS-kustannus.

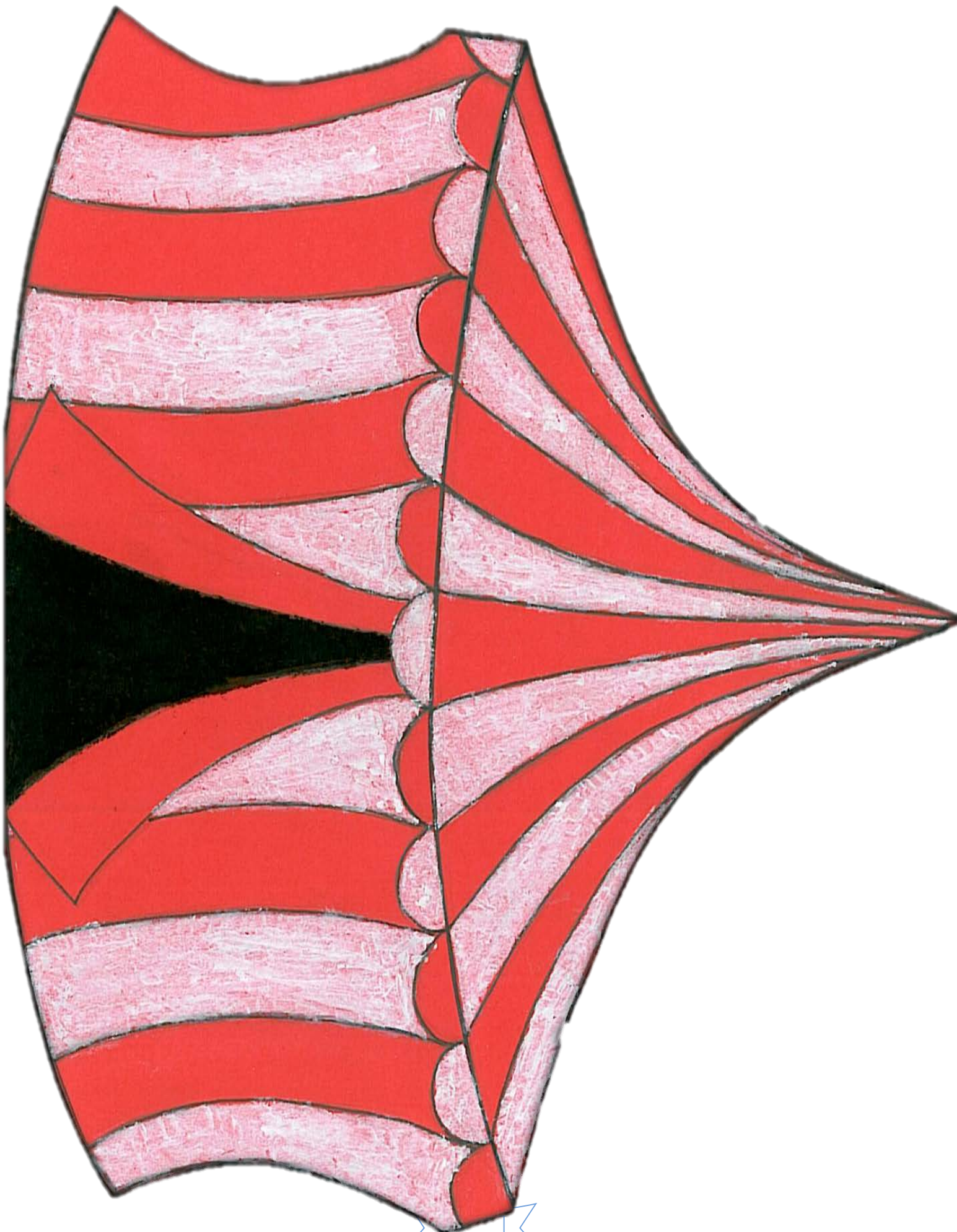
Pulli, E. 2006. Tempputornissa tapahtuu – liikkumaan innostavia tarinoita ja toimintavinkkejä. Helsinki: Tammi.

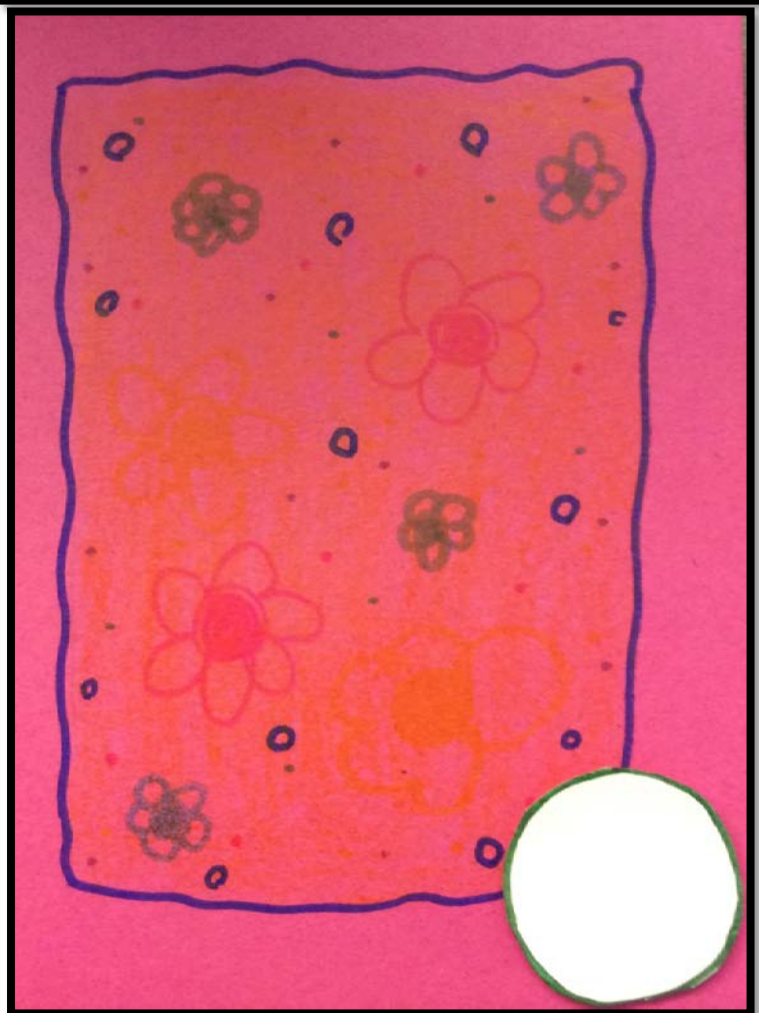
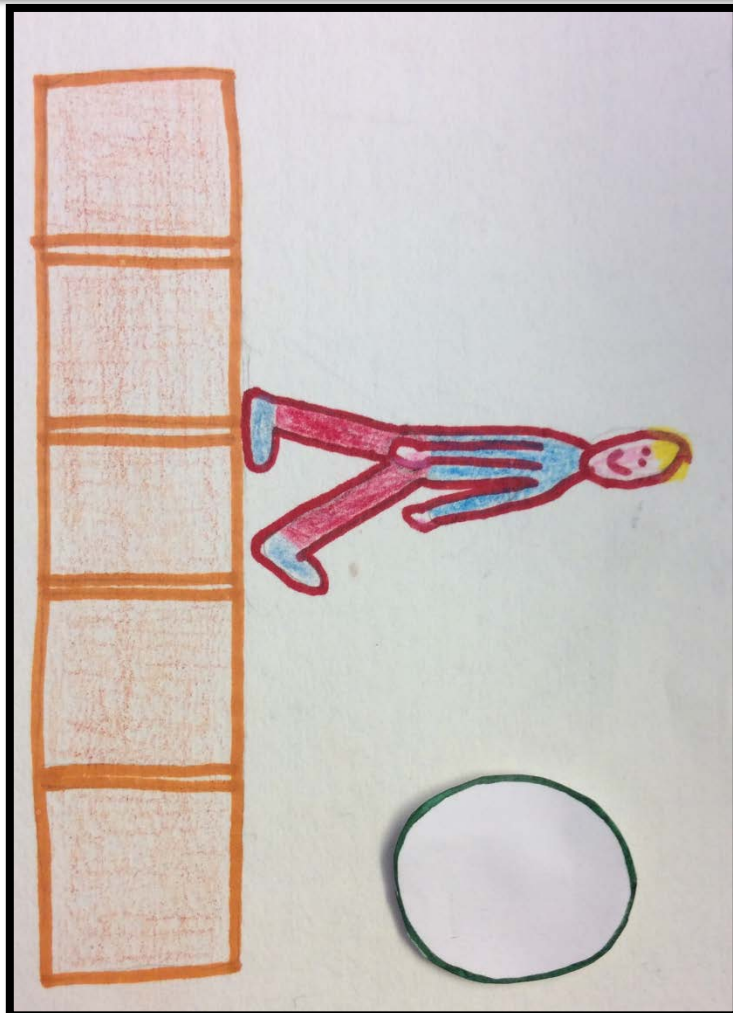
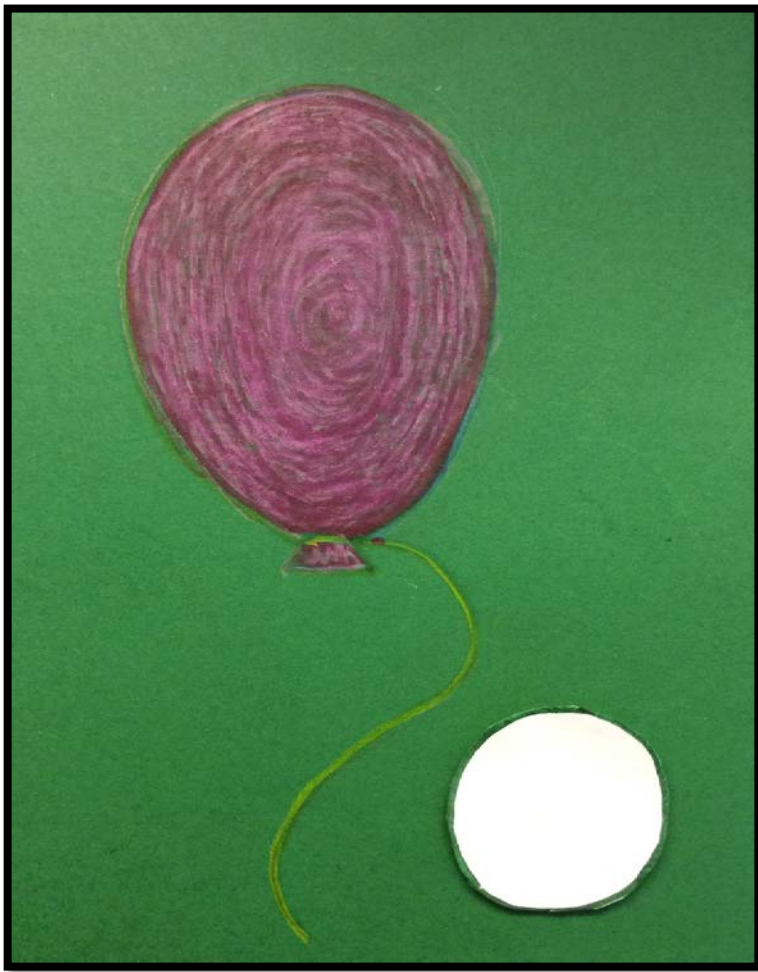
Toivanen, T. 2010. Kasvuun! Draamakasvatusta 1-8-vuotiaille. WSOYpro Oy.

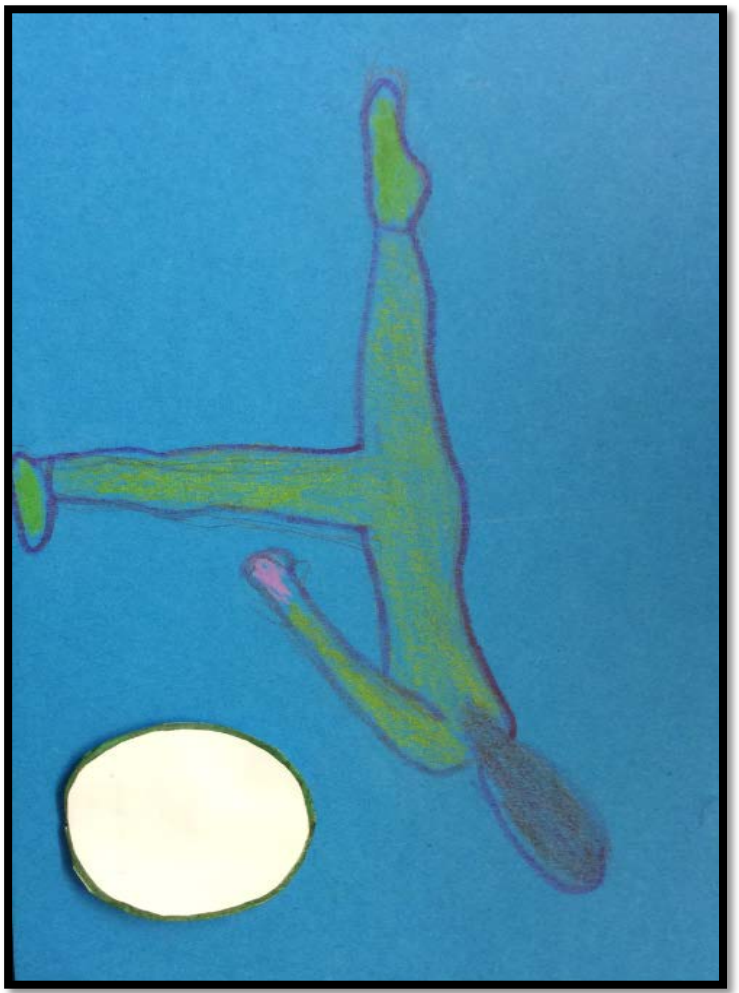
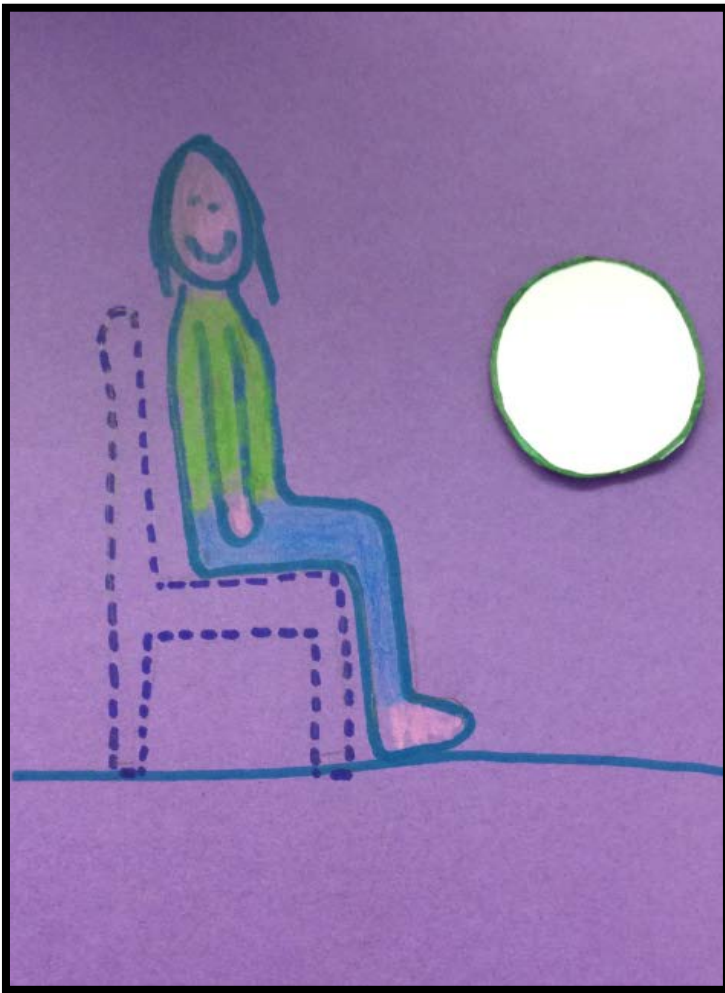
MATERIAALISIVUT

KUVAT











SIRKUSDIPLOMI

on osallistunut Sirkustoimintaan ja auttanut
sirkuslaisia esityksen suunnittelussa.

Suuret kiitokset avusta

Kiittäen:

Tirehtööri, Pelle, Voimamies ja Nuorallatanssija

REKVISIITAN VALMISTUSOHJEITA

PELLENENÄ

Tarvikkeet:

- munakenno(ja)
- kuminauhaa
- paksu neula
- punaista maalia

Ohjeet:

Leikkaa munakennoista pois niin monta "kuppia" kuin tarvitset neniä. Maalaa nenä(t) punaisella maalilla ja anna kuivua. Leikkaa kuminauhasta sopiva pätkä (pään ympäröyden mukaan) ja pujota "nenän" reunoista paksulla neulalla kuminauhat ja solmi.

HERNEPUSSIT

Tarvikkeet:

- kangasta
- kuivia herneitä
- ompelulankaa
- neula

Ohjeet:

Taita kangas kaksin kerroin kankaan nurjat puolet ulospäin ja leikkaa haluamasi kokoinen pala (huomioi saumavarat) niin, että taitoskohta toimii yhtenä sivuna. Pidä kangas taitettuna ja ompele kaksi reunaa yhteen. Täytä pussi herneillä ja ompele vielä viimeinen reuna kiinni.

VOIMISTELUNAUKA

Tarvikkeet:

- kangasta tai kreppipaperia
- pitkä ohut keppi tms.
- (liimaa)

Ohjeet:

Leikkaa kankaasta tai kreppipaperista noin 1,5-2 metriä pitkä ja noin 10cm leveä kaistale. Solmi tai liimaa kaistale kepin päähän.



Tervetuloa sirkukseen maailmaan,
sinun ja miun yhteiseen kotiaan.
Olet-on meidän ystäväksi,
meidän Sirkuksen matkassa!

