

Jonna Viinikka

Ympäristökasvatus varhaiskasvatuksessa liikunnan avulla

Opinnäytetyö

Syksy 2019

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Sosionomi (AMK)

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Tutkinto-ohjelma: Sosiaalialan koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Jonna Viinikka

Työn nimi: Ympäristökasvatus varhaiskasvatuksessa liikunnan avulla

Ohjaaja: Katariina Perttula

Vuosi: 2019 Sivumäärä: 28 Liitteiden lukumäärä: 1

Tämä opinnäytetyö käsittelee ympäristökasvatusta varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuottaa päiväkotijumpille opas ympäristökasvatuksen toteuttamiseen liikunnan avulla. Opinnäytetyö jakautuu kahteen osaan, teoriaosuuteen ja päiväkodille suunniteltuun ympäristökasvatusoppaaseen. Teoriaosuudessa tarkastelen teoreettisen viitekehyksen avulla ympäristö- ja liikuntakasvatusta, sekä niiden näyttäytymistä varhaiskasvatuksessa. Pohdin myös liikunnan käyttämistä oppimisen välineenä sekä ympäristökasvatuksessa että muiden taitojen harjoittelussa. Teoriaosuus sisältää myös opinnäytetyöprosessin kuvauksen. Opas-osa on ideoinut ja koonnut toiminnallisia ja liikunnallisia leikkejä ympäristökasvatuksen toteuttamiseen päiväkodissa. Opas on tehty yhteistyössä liikuntapäiväkotijumpin kanssa. Oppaasta kerätyn palautteen avulla pystyin kehittämään opasta entistä toimivammaksi päiväkodin tarpeet huomioon ottaen.

Avainsanat: varhaiskasvatus, ympäristökasvatus, liikuntakasvatus, toiminnallinen opinnäytetyö

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: Seinäjoki University of Applied Sciences

Degree programme: Degree Programme in Social Services

Specialisation: Bachelor of Social Services

Author/s: Jonna Viinikka

Title of thesis: Environmental Education in Early Childhood Education through Sports

Supervisor(s): Katariina Perttula

Year: 2019 Number of pages: 28 Number of appendices: 1

This thesis deals with environmental education in early childhood education. The purpose of this thesis is to provide Jump kindergarten with a guide to implement environmental education through exercise. The thesis is divided into two parts, the theoretical part and the environmental education guide for kindergarten. In the theoretical part, I use the theoretical framework to examine environmental and physical education, and how they appear in early childhood education. I also consider using physical exercise as a learning tool, both in environmental education and in the practice of other skills. The theory section also contains a description of the thesis process. In the guide section, I have compiled functional and sporty games to implement environmental education in kindergarten. The guide has been produced in cooperation with Jump, a sports daycare center. Feedback from the guide helped to make the guide more functional, according to the needs of the kindergarten

Keywords: early education, environmental education, physical education, functional thesis

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä	1
Thesis abstract	2
SISÄLTÖ	3
1 JOHDANTO.....	4
2 VARHAISKASVATUKSEN TAVOITTEET	6
2.1 Ympäristökasvatuksen tavoitteet varhaiskasvatuksessa	7
2.2 Liikuntakasvatuksen tavoitteet varhaiskasvatuksessa	8
3 YMPÄRISTÖKASVATUS.....	9
3.1 Käsitteen määrittelyä	9
3.2 Ympäristökasvatuksen tavoitteet	9
3.3 Ympäristökasvatuksen ulottuvuudet Palmerin mukaan	10
3.3.1 Oppiminen ympäristössä	10
3.3.2 Oppiminen ympäristöstä	11
3.3.3 Toimiminen ympäristön puolesta.....	13
4 LIIKUNTA YMPÄRISTÖKASVATUKSEN VÄLINEENÄ	15
5 OPINNÄYTETYÖPROSESSI.....	16
5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö.....	16
5.2 Oppaan tavoitteet	16
5.3 Oppaan suunnitteluprosessi.....	17
5.4 Oppaan sisältö.....	19
5.5 Opinnäytetyön pilotointi	20
5.6 Arviointi	21
6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	23
LÄHTEET	25
LIITTEET	28

1 JOHDANTO

Ihmisten elintavat ovat muuttuneet ajan saatossa yhteiskunnan kaupungistumisen seurauksena, mikä on aiheuttanut hyvinvoinnin ja terveyden kannalta haitallisia vaikutuksia; Suomalaisten elämä on muuttunut fyysisesti yhä passiivisemmaksi. Vaikka lasten on todettu harrastavan aikaisempaa enemmän liikuntaa, jalan tai pyörällä matkojen taittaminen on vähentynyt, kuten myös vapaa-ajan liikkuminen. Lasten liikkuminen on muuttunut yhä enemmän aikuisten ohjaamaksi, organisoiduksi toiminnaksi lasten oma-aloitteisen ja spontaanin liikkumisen vähentyessä. Samaan aikaan erilaisten digilaitteiden parissa vietetty aika on noussut huomattavan korkeaksi. Nuorempien sukupolvien luonnosta vieraantuminen ja sen vaikutukset ovat herättäneet huolta ja keskustelua Suomessakin. Luonnon hyvinvointi -ja terveyshyödyt ovat kiistattomat, ja niitä on alettu nostaa esille viime aikoina. Sen vuoksi luontoa olisi tärkeä hyödyntää osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimintaympäristöjä. Päiväkotien pihaympäristöjen ja lähimetsien merkitys korostuu lasten luontosuhteen syntymisen sekä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta kaupungistuvassa yhteiskunnassa. Käytettäessä luontoa oppimisympäristönä, lasten oppimisen ja hyvinvoinnin kannalta voidaan saavuttaa merkittäviä hyötyjä. (Puhakka 2018, 20 [Viitattu 4.11.2019].)

Luonto- ja liikuntaleikit auttavat lasta hahmottamaan ympäristöä ja luontoa kokonaisvaltaisesti ja auttavat lapsia myös ymmärtämään itseään osana luonnon kokonaisuutta. Liikkuessaan ja leikkiessään luonnossa lapset saavat kokemuksia luonnon rikkaudesta ja monimuotoisuudesta. Leikinomaisuus, jännittävyys, hauskuus ja myönteiset elämykset herättävät lapsen kiinnostuksen luontoon ja täten kehittävät myönteisten asenteiden syntymistä ympäristöä ja luonnossa liikkumista kohtaan. Nämä muodostavat pohjan terveellisille elintavoille ja totumuksille vaikuttaen näin myöhempään liikuntakäyttäytymiseen ja elämän sisältöön. (Honkonen & Karvonen 1995, 6-7.)

Lasten fyysisen kunnon on todettu laskeneen merkittävästi viime vuosina, ja samalla ovat heikentyneet lasten liikunnalliset perustaidotkin. Kuperkeikka ei enää onnistu, eikä käsivoimien puutteen vuoksi jakseta esimerkiksi roikkua. Liikkumattomuus

näkyä elintapasairauksien, lihavuuden sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksien merkittävänä kasvuna jo lapsuudessa. Liikunnallinen elämäntapa varhaislapsuudessa ohjaa lasta harrastamaan ja nauttimaan liikunnasta myös myöhemmässä elämänvaiheessa. (Aalto, 2009 [Verkkolehtiartikkeli] [Viitattu 4.11.2019].) Liikunnalla on todettu olevan useita positiivisia vaikutuksia ihmisen tiedolliseen toimintaan. Näitä ovat esimerkiksi työmuistin kehittyminen, käyttäytymisen säätely sekä kognitiivisen joustavuuden kehittyminen. Liikunnan on havaittu vaikuttavan positiivisesti myös kouluarvosanoihin lisäämällä tarkkaavaisuutta, toiminnanohjausta sekä aivojen aktiivisuutta, mitkä mahdollistavat oppimista. (Takalo & Loukkola 2018, 19.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tarjota kasvattajille väline ympäristökasvatukseen toteuttamiseen varhaiskasvatuksessa liikunnan keinoin. Opinnäytetyö on tehty yhteistyössä liikuntapäiväkoti Jumpin kanssa, joten liikuntatulokulman lisääminen ympäristökasvatusteemaan tuntui toimivalta ja Jumpin ideologiaan sopivalta. Opinnäytetyössäni olen tuonut liikuntakasvatusta ja ympäristökasvatusta lähemmäksi toisiaan, ja työn tavoitteena on toimia myös esimerkkinä siitä, miten liikunta toimii hyvänä välineenä varhaiskasvatuksessa myös muiden taitojen opettelussa. Opinnäytetyöni tavoitteena on myös motivoida kasvattajia kohti kestävää elämäntapaa, ja samalla omalla esimerkillään ohjata myös lapsia toimimaan ympäristöä kunnioittaen.

Opinnäytetyöni aihe nousi oman harrastuneisuuteni ja kiinnostuksen kohteideni myötä. Ympäristö, luonto ja liikkuminen ovat minulle tärkeitä asioita. Ympäristöasiat kiinnostavat kansalaisia yhä enemmän ja ovat myös vahvasti mediassa esillä näyttäytyen tämän hetken trendinä. Koen, että lapsuudessa kokemani positiiviset luontokokemukset, luonnossa liikkuminen ja niiden pohjalta myönteisen luontosuhteen syntyminen ovat ohjanneet minua myös aikuisiällä metsään ja luontoon. Pohja luonnosta ja ympäristöstä välittämislle sekä suojelunhalulle muodostuu luontokokemusten ja -elämysten kautta yhdessä tiedon kanssa. Sitä mitä rakastaa, haluaa myös suojella. (Honkonen & Karvonen 1995, 9.)

2 VARHAISKASVATUKSEN TAVOITTEET

Varhaiskasvatuslaissa (L 13.7.2018/540, 1 luku, 2§) varhaiskasvatus määritellään lapsen kasvatuksen, opetuksen ja hoidon tavoitteelliseksi ja suunnitelmalliseksi kokonaisuudeksi, jossa pedagogiikka erityisesti painottuu.

Varhaiskasvatuksen tavoitteet ovat varhaiskasvatuslain (L 13.7.2018/540) 1 luvun 3§:n mukaan:

- 1) lapsen iän ja kehityksen mukaisen kokonaisvaltaisen kasvun, kehityksen, terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen
- 2) lapsen oppimisen edellytysten tukeminen, elinikäisen oppimisen edistäminen ja tasa-arvon toteuttaminen koulutuksen näkökulmasta
- 3) myönteisten oppimiskokemusten mahdollistaminen sekä monipuolisen pedagogisen toiminnan toteuttaminen leikin, liikkumisen, kulttuuriperinnön ja taiteen keinoin
- 4) oppimista edistävän, kehittävän, turvallisen ja terveellisen kasvatusympäristön varmistaminen
- 5) lasta kunnioittavan toimintatavan turvaaminen ja pysyvien vuorovaikutussuhteiden mahdollistaminen varhaiskasvatushenkilöstön ja lasten välillä
- 6) yhdenvertaisten mahdollisuuksien takaaminen kaikille lapsille varhaiskasvatukseen, yhdenvertaisuuden ja sukupuolten tasa-arvon edistämiseen sekä yleisen kulttuuriperinteen kunnioittamiseen sekä valmiuksia kunkin kulttuurisen, kielellisen, katsomuksellisen ja uskonnollisen taustan ymmärtämiseen ja kunnioittamiseen
- 7) lapsen yksilöllisen tuen tarpeen tunnistaminen ja tarkoituksenmukaisen tuen järjestäminen varhaiskasvatuksessa monialaisen yhteistyön avulla

8) lapsen vuorovaikutus- ja yhteistyötaitojen kehittäminen, lapsen vertaisryhmässä toimimisen edistäminen sekä kestävään ja eettisesti vastuulliseen toimintaan ohjaaminen, yhteiskunnan jäsenyyteen ja muiden ihmisten kunnioittamiseen ohjaaminen

9) lapsen osallistumisen mahdollistamisen ja lapsen mahdollisuus vaikuttaa häntä itseään koskeviin asioihin

10) lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja tasapainoisen kehityksen parhaaksi toimiminen yhdessä lapsen sekä lapsen vanhemman tai muun huoltajan kanssa sekä lapsen vanhemman tai huoltajan tukeminen kasvatustyössä.

2.1 Ympäristökasvatuksen tavoitteet varhaiskasvatuksessa

Parikka-Nihdin ja Suomelan (2014, 28) mukaan lapsen kokonaisvaltainen fyysinen, kognitiivinen ja emotionaalinen kehitys on lähtökohtana pienten lasten ympäristökasvatukselle. Rosenbergin (1993, 1) mukaan pienten lasten ympäristökasvatuksessa perusasioita ovat hyvän ympäristösuhteen luominen, luonnon huomaaminen sekä ulkona oleminen. Pohja ympäristökasvatukselle luodaan jo varhaislapsuudessa. Tietojen ja taitojen opettelu ympäristön hoitamisesta ja suojelemisesta, sekä kokemukset erilaisista ympäristöistä ovat tärkeitä ympäristökasvatuksen tavoitteiden saavuttamiseksi (Pratt 2010, 104-149, Parikka-Nihdin & Suomelan 2014, 20-21 mukaan.)

Ympäristökasvatuksen tavoitteet Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018, 46-47) ja Seinäjoen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelman, Meirän Vasun (2017, 48) mukaan ovat lapsen luontosuhteen vahvistaminen, kestävään elämäntapaan ohjaaminen ja ympäristövastuulliseen toimintaan opastaminen. Raittilan (2011, 208) mukaan Davis (2009) ja Pramling Samuelsson ja Kaga (2008) täsmentävät, että tavoite pienten lasten ympäristökasvatuksessa on antaa edellytykset kasvaa ympäristötietoiseksi kansalaiseksi demokraattisessa yhteiskunnassa.

2.2 Liikuntakasvatuksen tavoitteet varhaiskasvatuksessa

Liikuntakasvatuksen tavoitteet varhaiskasvatuksessa perustuvat tutkittuun tietoon varhaiskasvatusliikunnan merkityksestä lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja kasvulle, sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa määritetyille linjauksille, kuinka liikuntakasvatuksen tulisi tukea varhaiskasvatuksessa lapsen suotuisaa ja kokonaisvaltaista kehitystä. (Pönkkö & Sääkslahti 2011, 139.)

Liikuntakasvatus on löytänyt paikkansa myös varhaiskasvatussuunnitelmissa. Jotta liikuntakasvatus olisi toimivaa ja kokonaisvaltaista, tulee sen olla säännöllistä, tavoitteellista, monipuolista ja lapsilähtöistä. Sekä ohjattu että omaehtoinen liikkuminen on tärkeää lapsen kokonaiskehityksen kannalta. Liikunnan ilon kokeminen ja lapsen kannustaminen monipuoliseen liikuntaan kaikkina vuodenaikoina on yksi varhaiskasvatuksen tärkeistä tavoitteista. Riittävä, eritasoisesti kuormittava fyysinen aktiivisuus tukee lapsen tervettä kasvua, kehitystä, hyvinvointia ja oppimista. Yksin, pareittain tai ryhmässä liikkuminen hyödyntää eri aisteja, kehittää sosiaalisten taitojen lisäksi myös motorisia taitoja. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 47-48.)

3 YMPÄRISTÖKASVATUS

3.1 Käsitteen määrittelyä

Ympäristökasvatus on kasvatuksellista toimintaa, jonka tavoitteena on elinikäisen oppimisprosessin tukeminen ohjaamalla yksilöiden tai yhteisöjen toimintatapoja, tietoja, taitoja sekä arvoja kestävän kehityksen mukaiseksi. Ympäristökasvatuksen käsitettä käytetään usein synonyyminä myös kestävän kehityksen kasvatukselle. Vaikka ympäristökasvatuksen ja kestävän kehityksen käsitteiden tavoitteet ja päämäärä voidaan nähdä samanlaisina, niiden painotuksissa esiintyy kuitenkin eroja. Kestävän kehityksen kasvatuksen käsite kattaa ekologisen, sosiaalisen, kulttuurisen ja taloudellisen ulottuvuuden, toisin kuin ympäristökasvatuksen käsite painottuu lähinnä kestävän kehityksen ekologiseen ulottuvuuteen. (Heinonen & Luomi 2008, 6 [viitattu 11.11.2019].)

3.2 Ympäristökasvatuksen tavoitteet

Ympäristökasvatuksen tavoitteena on edellytysten antaminen sellaisten arvojen, käsitysten ja asenteiden sisäistämiseksi, että ihmisillä on edellytykset ja halu toimia kestävän elämäntavan mukaisesti. Myös ympäristöystävällisen toiminnan ja ympäristönäkökulmien huomioon ottamisen tuleminen itseisarvoksi jokaisen kasvavan lapsen arkea on yksi ympäristökasvatuksen tavoitteista. (Raittila 2011, 210.)

Ympäristökasvatuksen tavoitteena on myös ympäristöherkkyyden lisääminen. Ympäristöherkkyydellä tarkoitetaan empaattista ja tunnepitoista suhdetta luontoon ja ympäristöön, joka muodostuu kokemusten ja havaintojen kautta. Ympäristöherkkyyden kehittyessä ihminen kykenee aistimaan ja havainnoimaan ympäristöä ja sen muutoksia. (FEE Suomi [viitattu 23.10.2019].) Raittila (2011, 209) painottaa ympäristökasvatuksen ensisijaisen tavoitteen olevan ympäristön merkityksen ymmärtäminen ihmisen hyvinvoinnin ja elämän kannalta.

3.3 Ympäristökasvatuksen ulottuvuudet Palmerin mukaan

Ympäristökasvatuksen kokonaisuuden kuvaamiseen on vuosien varrella käytetty useita erilaisia teoreettisia malleja. Joy A. Palmerin kehittämä ”puumalli” on yksi yleisimmin käytetyistä ympäristökasvatusmalleista (kuvio 1.) Puumalli pohjautuu useisiin aiempiin tutkimuksiin ja teoreettisiin esityksiin. Mallissa kiteytyy ympäristökasvatuksen monitahoinen ja valtava kokonaisuus. Sen vuoksi mallia pidetään hyvänä pohjana ympäristökasvatuksen suunnittelussa ja toteutuksessa varhaiskasvatuksen kentällä. (Raittila 2011, 211.)

Puumallin mukaan pohjan ympäristökasvatukselle luovat merkittävät elämäkokemukset, joita Palmer kuvaa puun juurina. Merkittävien elämäkokemusten lisäksi toiminnan suunnittelussa tulee ottaa huomioon myös oppijan kehitysvaihe, aiemmat tiedot, sosiaaliset taidot sekä yhteisöllinen osallistuminen. (Palmer 1998, 267-279, Cantellin & Koskisen 2004, 68-70 mukaan.) Kolme keskeistä elementtiä Palmerin puumallissa ovat oppiminen ympäristössä, oppiminen ympäristöstä ja toimiminen ympäristön puolesta, jotka näyttäytyvät puumallissa puun lehdissä. Palmer painottaa, että ollakseen vaikuttavaa ja kokonaisvaltaista, ympäristökasvatuksen tulee tapahtua yhtäaikaaisesti kaikilla näillä osa-alueilla. (Palmer 1998, 267-279, Cantellin & Koskisen 2004, 68-70 mukaan.)

3.3.1 Oppiminen ympäristössä

Tähän osa-alueeseen liittyy voimakkaasti esteettinen painotus yhdessä kokemuksellisuuden ja toiminnallisuuden kanssa. (Cantell & Koskinen 2004, 69.) Niin toiminnallisuus kuin kokemuksellisuuskin ovat peruslähtökohtia varhaiskasvatusikäisten lasten ympäristökasvatuksessa. Kokemusten kautta lapset oppivat kykyä selviytyä ympäristössä sekä tärkeitä tietoja ja taitoja. Varhaiskasvatusikäisten lasten oppiminen ympäristössä tapahtuu pääasiassa toiminnallisesti; liikkumalla, leikkimällä ja tutkimalla. Lapselle tulisi antaa kokea mahdollisimman erilaisia oppimisympäristöjä päiväkotiympäristön lisäksi, jolloin lapsi saa vertailukohtia fyysisten ympäristöjen toimintamahdollisuuksille. Ympäristössä oppiminen käsittää oppimisen fyysisessä, kulttuurisessa ja yksilöllisesti tulkitussa ympäristössä. (Raittila 2011, 213-214.)

Oppimisympäristönä voi toimia melkein mikä tahansa ympäristö, mikäli siellä tapahtuu oppimista tai siellä vietetylle ajalle on laadittu oppimistavoitteita. Luonto oppimisympäristönä on luokkahuonetta monipuolisempi. Siirtämällä opetus luontoon, lisääntyy lasten päivittäinen aktiivisuus ja oppitunnit rikastuvat liikunnalla. Luonto mahdollistaa toiminnalliset, tutkimukselliset ja taiteelliset työtavat. Ulkona liikkuminen haastaa lapsia myös motorisesti. Oppimalla luonnossa hyödynnetään eri aisteja monipuolisesti ja omaksutaan opetettava asia paremmin. Mielialan kohoaminen, itsetunnon -ja sosiaalisten taitojen kehittyminen ovat luonnossa oppimisen etuja. Ulkona opettaminen vaikuttaa positiivisesti myös kasvattajan työssä jaksamiseen. Luonnossa ei ole myöskään sisäilmaongelmia eikä meluhaittoja. (Laine & Kettunen 2018, 6 [viitattu: 4.11.2019].) Nykylapsuus on hyvin stressialtista ja kognitiivisesti kuormittunutta, joten lapset tarvitsevat aikaa luonnossa. Luonto on innostava ympäristö itsetuntemuksen, sosiaalisten taitojen ja hyvinvoinnin vahvistamiseen. Luonnossa liikkuminen vahvistaa myös lasten keskittymiskykyä ja tarkkaavaisuutta. (Wahlström & Juusela 2017, 8)

Luonto lisää myös lapsen mielikuvitusta. Kaatunut puunrunko voi muuttua lapsen mielessä avaruussukkulaksi ja kivenkolo metsänpeikkojen kodiksi. Luonto tarjoaa lapselle enemmän aistimuksia ja virikkeitä kuin rakennettu ympäristö, jolloin se myöskin aktivoi luovuutta ja toimintaa. Tämän vuoksi lapset innostuvat luonnostaan risukoista, lätäköistä ja kivikoista. Risukot kutsuvat rakentamaan majaa ja kivet kiipeilemään. Luonnossa liikkuessa lapselle kehittyy monipuolinen havainnointikyky, mielikuvitus rikastuu ja luova ajattelu kehittyy. (Tuomaala & Myyryläinen 2002, 17-18.)

3.3.2 Oppiminen ympäristöstä

Tämä osio käsittää kokemusten, ympäristötietoisuuden ja huolenpidon kehittymisen kautta hankittua tietoa ympäristöstä. (Cantell & Koskinen, 2004, 69.) Ympäristöstä oppimiseen kuuluu tiedon hankinta ympäristöstä sekä tutkiminen. Nämä elementit ovat tärkeitä pienten lasten ympäristökasvatuksessa. Lapsi oppii ympäristöstään tutkimalla, havainnoimalla ja kokeilemalla. Tällä tavoin lapsi kartoittaa omia tietojaan

ja taitojaan elollisesta luonnosta. (Raittila 2011, 2015.) Luonnossa liikkuaessa aistit herkistyvät, jolloin jokainen kokemus auttaa kuulemaan, näkemään, maistamaan, haistamaan ja näin tuntemaan ympäristöään paremmin. (Honkonen & Karvonen 1995, 7.)

Lapset oppivat ympäristöstä, kun opetus siirretään luontoon. Tällöin lasten havainnointikyky, ympäristöherkkyys, luonnon eläimien ja eliöiden huomioiminen ja huomaaminen kehittyvät. Luonnossa oppiessa tapahtuu samalla myös oheisoppimista; Leikin ohessa lapsia voi pyytää juoksemaan esimerkiksi männyn luo, jolloin lapset oppivat samalla männyn ulkonäköä. Lasten leikkiessä ulkona, oppimista tapahtuu lähes huomaamatta. Luonnossa oppiessa lähiympäristö ja luonto tulevat lapsille tutuiksi. (Laine ym. 2018, 17 [viitattu: 4.11.2019].) Luonnossa liikkuminen ja omatoiminen tutkiminen antavat lapselle oivallisia tilaisuuksia huomata ja oivaltaa. Havaintojen tekeminen on tärkeä taito maailman muuttuessa koko ajan ympärillämme. Luonto ympärillämme tarjoaa runsaasti mahdollisuuksia aistihavainnoille. Lapsi voi tunnustella puunkuoren karheaa pintaa, nähdä miten valo siivilöityy puiden välistä metsään, kuunnella metsän havinaa tai haistaa kuusen tuoksun. (Tuomaala & Myyryläinen 2002, 22.)

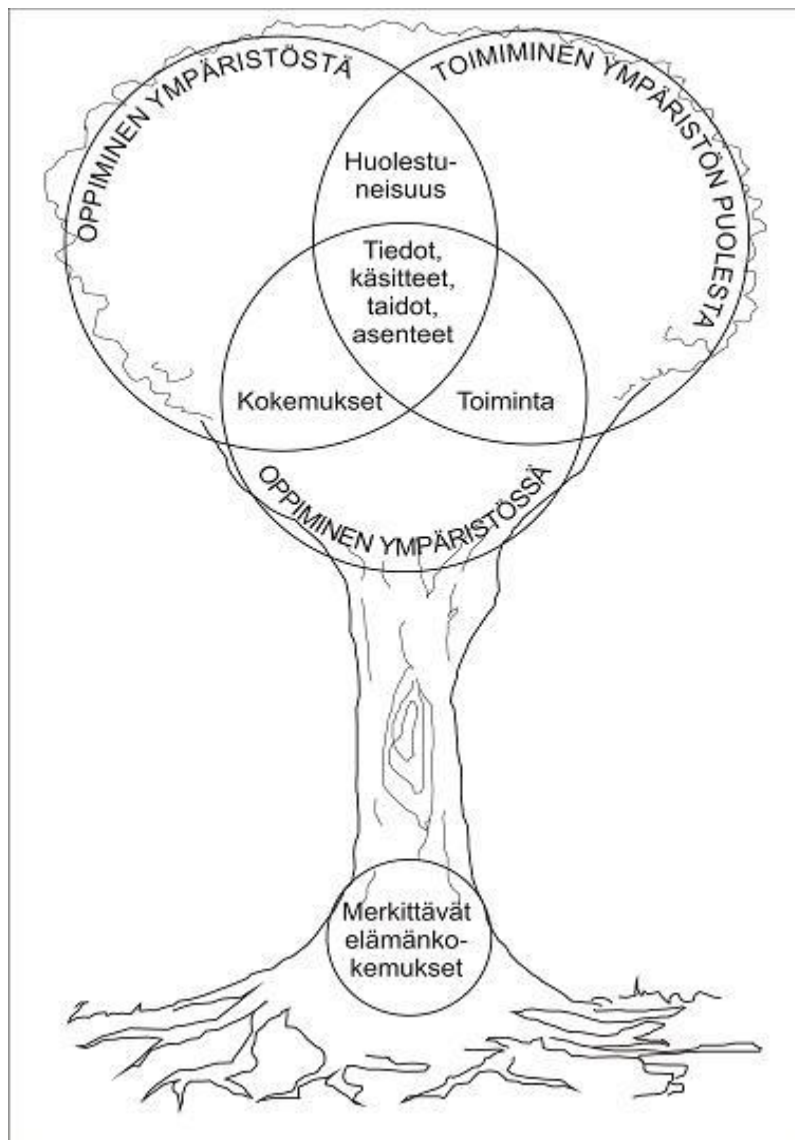
Luonnossa liikkuminen kehittää monenlaisia kykyjä ja valmiuksia. Kivien päällä tasapainoilu, kaatuneen puunrungon yli hyppely ja puissa kiipeily kehittävät motoriikkaa, koordinaatiokykyä ja tasapainoa. Kukkien, marjojen ja käpyjen poimiminen parantaa hienomotoriikkaa ja käden ja silmän yhteistyötä, samalla kun lapsi oppii lajintunnistusta. Luonnon tarkkailu opettaa myös lasta ymmärtämään kokonaisuuksia sekä syy-seuraussuhteita. Ongelmanratkaisukyky kehittyy majanrakennusleikeissä. Samalla tulevat tutuiksi luonnon rakennusmateriaalit. Tutuiksi tulevat myös sellaiset käsitteet, kuten painava, tiivis ja kestävä. Lapsi oppii ymmärtämään esimerkiksi, kuinka paksu oksan tulee olla, jotta se ei katkea lapsen jalan alla tämän astuessa siihen. (Tuomaala & Myyryläinen 2002, 16-17.)

3.3.3 Toimiminen ympäristön puolesta

Kolmas osa-alue painottuu arvoihin ja eettisyyteen, jotka kasvavat ympäristötietoisuuden lisääntymisen ja toiminnan, sekä huolenpidon kautta. (Cantell & Koskinen 2004, 69.) Arvot ohjaavat varhaiskasvattajaa työnteossa ja kaikessa toiminnassa, ja sen kautta kasvattajalla on osaltaan mahdollisuus muuttaa sillä hetkellä vallalla olevia näkemyksiä ympäristöstä. Lapsen osallisuuden huomioiminen koskien hänen omaa ympäristöään lisää lapsen aktiivisuutta ympäristöasioissa myös myöhemmässä elämässä. Jotta ympäristövastuullinen elämäntapa toteutuisi on arvojen oltava yhtä tärkeässä osassa kuin ympäristön hyväksi toimiminenkin. (Raittila 2011, 217.)

Puhakan (2018, 20, [Viitattu 4.11.2019]) mukaan ympäristövastuullista käyttäytymistä edistävät elvyttävät ja myönteiset luontokokemukset, jotka vaikuttavat empaattisen suhtautumisen syntyyn ympäristöä kohtaan, mikä on itsessään eilinehto ympäristövastuullisuuden kehittymiselle. Leikkien luonnossa lapsi oppii havainnoimaan ympäröivää luontoa. Tällöin lapsi oppii ihmettelemään asioita ja ilmiöitä, erottelemaan ja yhdistelemään asioita ja oppii niiden pohjalta tekemään johtopäätöksiä. Omasta elinympäristöstä ja luonnosta saatujen elämysten ja kokemusten kautta lapsi oppii muodostamaan oman luontokuvansa ja jäsentämään tietoa. Tällöin kokemuksellinen oppiminen voi mahdollistaa syvemmän ymmärryksen elinympäristöstään. Mitä useammin lapsi liikkuu luonnossa, sitä enemmän lapsi sitä rakastaa ja haluaa pitää siitä huolta. (Honkonen & Karvonen 1995, 6-7.)

Varhaiskasvatusikäisten lasten kohdalla toimiminen ympäristön puolesta tarkoittaa varsin konkreettisia asioita, kuten kestävämpien arkirutiinien opettelemista. Päiväkodissakin arjen tulisi olla ympäristöä mahdollisimman vähän kuormittavaa, johon voidaan vaikuttaa toiminnan järjestämisellä. Lasten osallistaminen päätöksentekoon ja kestävänsä kehityksen toteuttamiseen on tärkeää. Kasvattajien tehtävänä on ohjata lapsia toimimaan kestävänsä elämäntavan mukaisesti, ja sen tulisi näkyä koko päiväkodin toimintakulttuurissa. Ympäristöstä ja toisistaan huolehtivat kansalaiset ottavat arjen valinnoissa huomioon kestävänsä kehityksen ja ympäristön puolesta toimimisen. (Luomi ym. 9, [viitattu 4.11.2019].)



Kuvio 1: Palmer 1998 & Cantell 2004. Kuvan muokkaus: Laura Savolainen. [viitattu 17.10.2019]

4 LIIKUNTA YMPÄRISTÖKASVATUKSEN VÄLINEENÄ

Uusien asioiden oppiminen edellyttää lapselta kiinnostusta ja tarvetta oppia uutta, sekä tietynlaista tunnetilaa. Useimmissa lapsissa liikunta synnyttää positiivisen tunnetilan, ja tätä tunnetilaa olisi tärkeää hyödyntää yhdistämällä liikuntaa muihin varhaiskasvatuksen sisältöalueisiin. Tällä tavoin oppimisesta tulee hauskaa ja lapsi kokee sen miellyttäväksi kokemukseksi. Joillekin lapsille tehokkain ja paras tapa oppia asioita on kuuntelemalla ja vaikka piirtää, mutta osa lapsista oppii parhaiten toiminnan ja liikunnan avulla. Lasten tulisi saada varhaiskasvatuksessa yksilöllistä opetusta, sillä lapset oppivat ja omaksuvat asioita eri tavoin. (Kokljuschkin 1997, 21-29.). Huismanin & Nissisen (2005, 25) mukaan liikunnan avulla opitaan myös ongelmanratkaisukykyä, sosiaalisia taitoja, ryhmätyöskentelyä, keskittymistä ja tarkkaavaisuuden kohdistamista lapselle luontaisella tavalla liikkuen.

Liikunta ja toiminnallinen oppiminen ovat hyviä oppimisen välineitä, mutta kun ne liitetään muuhun oppimiseen, on sen rooli renkinä olossa. Täytyy muistaa liikunnan olevan vain väline ja apukeino jonkin asian oppimisessa ja saavuttamisessa. Kun liikunta otetaan välineeksi jonkin taidon opetteluun, liikunnan lisääminen tai fyysis-motoristen tavoitteiden saavuttaminen ei ole päätavoitteena, vaan liikunta toimii hyvänä lisänä ja oppimisen apuna. (Koskenkari, Liikkuva koulu [viitattu 17.10.2019].) Liikuntakasvatuksen avulla voidaan edistää lapsen muiden asioiden oppimista monella tavalla, mutta myös liikunta on itsessään tärkeä osa kasvatustyötä. (Pulli 2001,6.) Ympäristökasvatusteemaisten leikkien suunnittelussa tulee muistaa, että mahdollisuus liikkua säilyy myös. (Kierrätyskeskus [viitattu 11.10.2019].)

Kokljuschiknin (1997, 5-9) mukaan lapsi rakentaa kuvaa itsestään ja ympäröivästä maailmasta käyttäen liikkumista välineenä. Monesti unohdetaan, että liikunta on myös henkisen ja sosiaalisen toiminnan perusta, eikä vain motorista toimintaa. Liikunnan avulla lapsi oppii etäisyyksiä, rajoja, suuntia, pintoja, värejä, kokoja ja muotoja. Esimerkiksi pyöreän muodon ymmärtämiseen lapsi tarvitsee paljon kokemuksia ja tietoa pyöreistä asioista ja esineistä liikkuen ja tunnustellen.

5 OPINNÄYTETYÖPROSESSI

Tässä luvussa kuvaan opinnäytetyöni etenemistä suunnittelusta pilotointiin ja valmiin työn arviointiin. Esittelen tässä luvussa myös, miten olen koonnut ja ideoinut oppaan sisältöä. Pohdin myös opinnäytetyöprosessin onnistumisia ja haasteita.

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla ammatilliseen käyttöön suunniteltu opastus tai ohjeistus, kuten esimerkiksi ympäristöohjelma tai perehdytysopas. Toteutustapana voi olla esimerkiksi opas, kansio tai portfolio. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on olla käytännönläheinen ja työelämälähtöinen, tutkimuksellista otetta unohtamatta. Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on yhdistää ammatillisuutta ja teoriaa opinnäytetyöprosessissa (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9-10.) Valitsin opinnäytetyöni toteutusmuodoksi oppaan laatimisen.

5.2 Oppaan tavoitteet

Aloitin opinnäytetyöni toiminnallisen osuuden suunnittelun laatimalla oppaalleni tavoitteet, jonka pohjalta aloin ideoida opasta. Oppaan tavoitteena on:

- Kehittää päiväkodille väline ympäristökasvatuksen toteuttamiseen toiminnallisilla ja liikunnallisilla leikeillä
- Antaa ideoita, millaisena ympäristökasvatus voi näyttäytyä päiväkodin arjessa, ja miten sitä voi toteuttaa hausalla tavalla yhdessä lasten kanssa liikkuen
- Oppaan tavoitteena on olla visuaalisesti ja sisällöllisesti toimiva
- Tuoda ympäristökasvatus ja liikuntakasvatus lähemmäksi toisiaan
- Toimia esimerkkinä, miten liikunnan avulla voidaan opetella muitakin päiväkodissa harjoiteltavia taitoja

- Kasvattajien motivoiminen kohti kestävää elämäntapaa, ja saada heitä omalla esimerkillään innostamaan myös lapsia kohti ympäristövastuullista elämäntapaa

5.3 Oppaan suunnitteluprosessi

Opinnäytetyön aihe kumpusi omasta kiinnostuneisuudestani ja harrastuneisuudestani ympäristöä, luontoa ja liikkumista kohtaan. Koen omien lapsuudessa kokemieni positiivisten luontokokemusten ohjaavan minua tänäkin päivänä metsään ja luontoon. Koen luonnon ja luonnossa liikkumisen voimavarana, ja oppaan avulla toivon voivani vaikuttaa siihen, että lapset löytäisivät luonnon jo varhaiskasvatuksessa, ja sen myötä oppisivat hyödyntämään sitä myös myöhemmässä elämässä hyvinvointinsa lähteenä. Huoli ihmisten luonnosta vieraantumisesta ja ilmastonmuutoksesta motivoivat minua ympäristökasvatusaiheen pariin. Myös jatkuvasti heikentynyt suomalaisten fyysinen kunto, ylipaino ja sen myötä lisääntyneet sairaudet ovat kasvavia ongelmia, joten halusin opinnäytetyössäni vaikuttaa myös näiden ongelmien ehkäisyyn. Siitä syntyi idea liikuntakasvatusnäkökulman lisääminen ympäristökasvatusteemaan, mikä mielestäni sopi lopulta hyvin, sillä ympäristökasvatuksen ja liikuntakasvatuksen tavoitteet tukevat mielestäni toisiaan. Liikuntaa voidaan käyttää ympäristökasvatuksen välineenä ja oppimisen lomassa voidaan myös liikkua.

Suunnittelin opinnäytetyöni opasosuuden päiväkotijumpille. Olen suorittanut harjoittelun, sekä toiminut työntekijänä kyseisessä organisaatiossa, joten oppaan laatiminen jumpille tuntui luontevalta. Koska jump on liikuntapainotteinen päiväkotijump, liikuntatutkimuksen lisääminen ympäristökasvatusteemaan sopi mielestäni hyvin jumpin ideologiaan. Ympäristökasvatusaiheen muotoutuessa ideasta aiheeksi, otin yhteyttä päiväkotijumpin johtajaan, ja totesimme, että kyseiselle oppaalle voisi olla paikka. Kävimme myös tiivistä ajatustenvaihtoa tulevan oppaan sisällöstä ja rakenteesta. Ideoiden paljouden keskellä haastetta toi aiheen rajaaminen.

Aloitin opinnäytetyöni tekemisen laatimalla tutkimussuunnitelman sekä aikataulutuksen, jonka tarkoituksena oli helpottaa opinnäytetyöprosessin

etenemistä. Tarkoitukseni oli kirjoittaa teoriaosuus ensin, mutta koin kuitenkin toimivammaksi aloittaa oppaan suunnittelulla. Aloitin oppaan koostamisen jakamalla sen kolmeen osaan Palmerin puumallin mukaisesti. Ensimmäinen osio käsitteli oppimista ympäristössä, toinen oppimista ympäristöstä ja kolmas toimimista ympäristön puolesta. Näiden osioiden alle aloin suunnitella ja kehittää liikunnallisia ja toiminnallisia leikkejä. Oppaaseen kokosin uusia ideoita, sekä vanhoja hyväksi havaittuja leikkejä uudella twistillä. Käytin ideointiin materiaalina ympäristökasvatus- ja liikuntakasvatuskirjallisuutta, selasin internetin leikkipankkeja sekä aiheeseen liittyviä valmiita oppaita. Käytin leikkien suunnitteluun myös hyödynni aiempaa työkokemustani päiväkodista, kokemustani lasten yleisurheilu- ja liikuntaleikkikoulujen ohjaamisesta sekä omaa mielenkiintoani luonnossa liikkumiseen ja harrastamiseen. Havaitsin, että monet vanhat leikit taipuivat liikunnallisiksi ja ympäristöaiheisiksi mielikuvitusta käyttämällä. Uusien leikkien suunnittelun aloitin pohtimalla, miten mitäkin ympäristökasvatuksen osa-alueita voisi liikunnallisen leikin avulla toteuttaa. Haasteita toi leikkien soveltaminen päiväkotikäisten ikätasoon sopivaksi sekä liikuntanäkökulman luominen ympäristökasvatusteemaisiin leikkeihin. Koin myös tärkeäksi painottaa yhtä paljon kaikkia ympäristökasvatuksen osa-alueita, jotta mikään ei jäisi vähemmälle huomiolle, vaan kaikki toimisivat tasavertaisina elementteinä oppaassa.

Opasta tehdessäni olin koonnut luetteloksi erilaisia leikkejä ohjeistuksineen, jonka jälkeen aloin kirjoittaa niitä puhtaaksi ja suunnitella oppaan visuaalista ilmettä. Tässä vaiheessa osa oppaan leikeistä karsiutui, koska osassa ilmeni haastetta liikuntanäkökulman liittämiseen ympäristökasvatusteemaan, tai toisinpäin. Alkuun opas oli hyvin pelkistetty, eikä se sisältänyt taustoja, kuvia tai muita asetteluja. Halusin kuitenkin oppaan olevan visuaalisesti ja toiminnallisesti käyttökelpoinen, joten käytin paljon aikaa oppaan ulkoasun suunnitteluun. Värimaailman suunnittelin vihreäksi, sillä se sopi mielestäni hyvin ympäristökasvatuksen teemaan. Löysinkin pian sopivan taustan käyttäen Internetin ilmaista kuvapankkia, Pixabayta, jota käytin myös oppaan kuvitukseen. Pixabaysta saa kopioida ilmaisia, tekijänoikeuksista vapaita kuvia, joten koin sen toimivaksi välineeksi oppaan ulkoasun rakentamiseen. Hakusanoja käyttämällä kuvapankista löytyi aiheeseen sopivia kuvia, jotka elävöittivät opasta huomattavasti. Koko opas on rakennettu käyttäen Microsoft Word -ohjelmaa, jonka ominaisuudet viimeistelivät oppaan visuaalisen ilmeen.

Halusin oppaan olevan myös selkeä ja helposti luettava, joten laitoin 1-3 leikkiä sivulle, jotta rakenne pysyy selkeänä. Lisäsin oppaaseen myös reunukset ryhtiä tuomaan sekä antamaan viimeistellyn vaikutelman.

5.4 Oppaan sisältö

Opas rakentuu kolmeen osioon Palmerin puumallin mukaisesti; Oppimiseen ympäristössä, oppimiseen ympäristöstä ja toimimiseen ympäristön puolesta. Laadin oppaaseen myös esipuheen, jossa toin esille oppaalle asettamani tavoitteet, perustelut ja johdattelun aiheeseen lähteitä käyttäen. Jokaisen osion alkuun kirjoitun myös lyhyehkön johdannon, jonka tarkoituksena on virittää lukijan aiheeseen.

Ensimmäisessä osiossa käsitellään oppimista ympäristössä. Osion tarkoituksena on saada kasvattaja oivaltamaan, että myös luonnossa voidaan opettaa kaikkea taideaineista matematiikkaan, ja miten monipuolinen, elämyksellinen ja rikas oppimisympäristö luonto on verrattuna perinteiseen luokkatilaan. Luonnonympäristössä oppiminen monipuolistuu, aistit heräävät, tutkitaan ja ihmetellään. Oppaan ensimmäisessä osuudessa painotetaan matematiikkaa, harjoitellaan luonnossa laskemista, luokittelua, ryhmittelyä, sarjoittamista ja mittaamista luonnonmateriaaleja apuna käyttäen. Käytetään myös laajasti eri aisteja, tuoksutellaan, tunnustellaan ja etsitään vastakohtia. Kaikissa leikeissä esiintyy myös liikuntaa, mikä rikastuttaa oppimista.

Toisessa osiossa käsitellään oppimista ympäristöstä. Osiossa painottuu erityisesti retkeily, havainnointi ja tutkiminen luonnossa. Harjoitellaan liikunnallisten leikkien avulla eläimien, eliöiden ja kasvien lajintunnistusta luonnossa liikkumalla. Luonto ympäristönä tarjoaa itsessään lukemattomia ihmettelyn kohteita, jotka motivoivat lapsia ihmettelemään, kiinnostumaan ja ottamaan selvää. Osiossa apuvälineenä on tekemäni metsälaatikko, joka sisältää luonnonmateriaaleja sekä kuvia luonnon eläimistä ja kasveista. Metsälaatikko toimii hyvin eläimien, eliöiden ja kasvien tunnistamisen opettelussa. Erilaisten liikuntaleikkien avulla opetellaan myös metsän marjoja, syysmetsän värejä, harjoitellaan suunnistamista aartenmetsästysleikin avulla, jumpataan ja venytellään metsäteemaisesti sekä

liikutaan kuin metsän eläimet. Kaikissa leikeissä näyttäytyy liikunta ympäristöstä oppimisen lisäksi.

Kolmas osio käsittelee toimimista ympäristön puolesta, joka painottuu kestävään elämäntapaan ja kierrätysteemaan. Osiossa harjoitellaan liikunnallisen kierrätysleikin kautta, miten roskat kierrätetään oikeaoppisesti. Pohditaan leikin avulla myös veden kulutusta, roskaamista ja kulutuksen vähentämistä. Kulutuksen vähentämiseksi tehdään liikuntavälineitä kierrätysmateriaaleista, sekä perinteisten lahjojen ostamisen sijaan suositaan aineettomia lahjoja, kuten metsäretkiä. Liikunta on niin ikään myös tämän osion leikeissä vahvasti esillä ympäristön puolesta toimimisen lisäksi.

5.5 Opinnäytetyön pilotointi

Kokosin oppaan ensimmäisen version valmiiksi, ja kävin esittelemässä sen päiväkotijumpin henkilökunnalle. Minulle oli varattu aikaa esittelyyn kymmenen minuuttia työyhteisöpalaverin alussa. Paikalla olivat lähes kaikki kasvattajat eri ryhmistä sekä päiväkodinjohtajat. Koin, että kun käyn itse esittelemässä tuotoksen, jalkautuisi se paremmin myös kasvattajien käyttöön. Esittelin oppaan rakenteen samalla perustellen sen teoriapohjaan viitaten. Kerroin, millaisia leikkejä mikin osio sisältää, ja minkälaisia taitoja ja valmiuksia ne kehittävät. Opas herätti kasvattajissa mielenkiintoa, ja he ottivat sen vastaan kiinnostuneena oloisina. Opas ladattiin kasvattajien käyttämälle yhteiselle verkkoalustalle, jossa se oli kaikkien saatavilla. Olin myös tulostanut yhden paperisen version, jonka olin laittanut kansioon. Opas kiersi palaverissa esittelyn aikana, jotta kasvattajat saivat tutustua siihen jo alustavasti. Olin tehnyt oppaan lisäksi päiväkodille, myös ”metsälaatikon”, jonka annoin päiväkodille käyttöön. Metsälaatikko sisälsi materiaaleja ympäristöstä oppimiseen.

Opas oli testattavana päiväkodissa kolmen viikon ajan, jonka jälkeen pyysin kasvattajia lähettämään pienimuotoisesti palautetta minulle palautelomakkeen avulla, jotta pystyin kehittämään opasta entistä toimivammaksi päiväkodin tarpeet huomioiden. Palautelomakkeen avulla pyrin selvittämään seuraavia asioita:

- Olivatko oppaan leikit toimivia? Mitä leikkejä kokeilit lasten kanssa?
- Missä kehitettävää? Mitkä leikeistä eivät toimineet?
- Miten kommentoit oppaan ulkoasua?

Näiden kysymysten lisäksi lopussa oli vielä avoin osio, johon vastaaja sai kirjoittaa yleisiä kommentteja koskien opasta.

5.6 Arviointi

Sain oppaastani päiväkodilta yhden kootun palautteen. Palautteen mukaan opasta oli kokeiltu pääasiallisesti esikouluikäisten lasten kanssa, jonka pohjalta palaute oli annettu. Palautteesta ei kuitenkaan käynyt ilmi, kuinka monella lapsiryhmällä leikkejä oli testattu. Olin suunnitellut oppaan leikit pääasiassa 5-6 -vuotiaille, mutta soveltamalla niitä leikeistä voi mielestäni saada sopivia myös pienemmille lapsille. Palautteesta löytyi maininta joidenkin leikkien sopineen sovellettuna myös pienemmille lapsille aikuisen ohjeistaessa.

Opas koettiin kaiken kaikkiaan esikouluryhmässä kattavaksi ja toimivaksi, ja sen ulkoasu ja kieli miellettiin helppolukaiseksi ja värimaailma teemaan sopivaksi. Osa leikeistä ja tehtävistä oli entuudestaan tuttuja lapsille, jolloin tehtävien suorittaminen oli sujuvaa. Toisaalta taas jotkin leikit olivat saaneet lisähaastetta toiminnallisuuden, kehollisuuden ja kilpailullisuuden ansiosta. Erityisen hyvänä nähtiin metsälaatikko, jota pystyttiin hyödyntämään isommallekin ryhmälle esimerkiksi aamupiirissä. Myös matemaattiset harjoitteet metsässä, muistipeli, muotojen ja sarjojen harjoittelu sekä vastakohtien etsiminen olivat toimivia ja uudenlaista tekemistä. Leikkimieliset kilpailut koettiin sopiviksi kilpailuhenkiselle ryhmälle, joissa pystyttiin samalla harjoittelemaan reilun pelin toimintatapoja sekä pettymyksen sietoa. Oppaan kierrätysteemaisia leikkejä ei palautteen mukaan ehditty vielä toteuttaa, mutta teeman tullessa ajankohtaiseksi oppaan kierrätysaiheiset leikit aiotaan ottaa käyttöön myöhemmässä vaiheessa.

Oppaaseen kaivattiin kuitenkin lisää tutkimuksellista tekemistä palautteen mukaan. Tavoitteenani oli kehittää opasta päiväkodin tarpeet huomioon ottaen, mutta

ympäristökasvatusteemainen tutkimuksellinen tekeminen yhdistettynä liikuntaan oli haastavaa. Opas sisälsi yhden tutkimuksellisen osion, jota kehitin palautteen perusteella lisäämällä tutkimuksellista tekemistä.

Itse koen oppaan olevan kokonaisuutena onnistunut. Mielestäni ulkoasu ja värimaailma tukevat ympäristökasvatuksen teemaa. Vaikka aluksi tuntui hankalalta yhdistää ympäristökasvatus ja liikunta, onnistuin kuitenkin mielestäni hyvin, ja monet perinteiset liikuntaleikit taipuivat ympäristökasvatusteemaisiksi mielikuvitusta käyttämällä. Oppaan työstöprosessissa tuli kuitenkin hetkiä, ettei mielenkiintoiseen ympäristökasvatusaiheiseen leikkiin tuntunut saavan liitettyä liikunnallisuutta, joten muutamia leikkejä karsiutui oppaasta prosessin edetessä. Mielestäni mitään ei kuitenkaan jäänyt puuttumaan, sillä oppaassa oli runsaasti muita leikkejä, joihin sai yhdistettyä liikuntaa. Mielestäni kaikki kolme ympäristökasvatuksen ulottuvuutta oli oppaassa tasavertaisesti edustettuna, eikä mikään jäänyt vähemmälle huomiolle.

Tärkeää oppaan tekemisessä on ensisijaisesti mielestäni perehtyneisyys kyseiseen aiheeseen. Luin paljon ympäristökasvatuskirjallisuutta ja teoriaa, jotta minulla olisi riittävää tietämystä aiheen parista oppaan työstämisen aloittamiseen. Löytäessäni mielenkiintoisen ympäristökasvatusteorian, Palmerin puumallin, kaikki alkoi rakentua sen ympärille oppaan työstämistä aloittaessani. Malli oli mielestäni kokonaisvaltainen ja otti huomioon kaikki ympäristökasvatuksen ulottuvuudet. Tällöin pystyin perustelemaan oppaan sisällön ja rakenteen perustaen sen teoriapohjaan, mikä lisäsi mielestäni oppaan uskottavuutta ja luotettavuutta. Myös aiempi kokemukseni lasten liikunnasta työkokemukseni, yleisurheilukerhojen ja liikuntaleikkikerhojen vetämisestä helpotti liikunnan yhdistämistä ympäristökasvatusteemaan, sillä minulla on valmiina ideoita, miten lapsia voi liikuttaa. Opasta tehtäessä mielestäni panostaminen myös visuaaliseen ilmeeseen on todella tärkeää. Värimaailma ja kuvat elävöittävät opasta. Myös oppaan asetteluun kannattaa mielestäni kiinnittää huomiota, ja laittaa 1-3 leikkiä sivulle, jotta opas pysyy helppolukuisena ja selkeänä. Myös taustoitukset ja fontit tuovat ulkoasuun lisäilmettä.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Opinnäytetyöni aihe on tärkeä ja ajankohtainen. Ilmastonmuutos ja luonnon monimuotoisuuden katoaminen ovat maailmanlaajuisia ongelmia. Myös suomalaisten luonnosta vieraantuminen, ylipaino ja liikkumattomuus ovat kansanterveydellisesti katsottuna merkittäviä riskitekijöitä. Terveiden ja kestävien elintapojen pohja luodaan jo lapsuudessa. Avainasemassa ovat vanhempien lisäksi varhaiskasvattajat, jotka voivat omalla esimerkillään ohjata lapsia terveelliseen ja vastuulliseen elämäntapaan jo varhaisessa vaiheessa.

Varhaiskasvatuksessa opetellaan monia taitoja, ja ympäristökasvatuksen tulisi mielestäni olla yhtenä tärkeänä sisältöalueena. Toivon voivani vaikuttaa opinnäytetyöni avulla ympäristökasvatuksen lisääntymiseen varhaiskasvatuksessa etenkin asenteita muuttamalla. On mielestäni tärkeää, että tällaisia oppaita tehdään helpottamaan kasvattajien työtä ja antamaan uusia näkökulmia. Ympäristökasvatuksen toteuttaminen varhaiskasvatusikäisten lasten kanssa voi tuntua haastavalta ja kokonaisuus monimutkaiselta. Laatamani opas tarjoaa kasvattajille valmiita liikunnallisia leikkejä ympäristökasvatuksen toteuttamiseen.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli luoda päiväkodille liikunnallisia leikkejä sisältävä ympäristökasvatusopas, joka olisi niin sisällöllisesti, kuin visuaalisestikin toimiva. Mielestäni onnistuin oppaan tekemisessä hyvin, sillä oppaan leikit olivat toimivia, ulkoasu teemaan sopiva ja oppaan rakenne tasapainoinen. Sain oppaasta myös hyvää palautetta. Tavoitteenani oli myös liikuntakasvatuksen ja ympäristökasvatuksen tuominen lähemmäksi toisiaan. Aluksi sisältöjen yhdistäminen tuntui haastavalta ja vaati suuria ponnisteluja, mutta onnistuin mielestäni lopulta hyvin. Samalla sain näyttää esimerkkiä, miten liikunta toimii hyvänä välineenä myös muiden päiväkodissa harjoiteltavien taitojen opettelussa, ja toin ympäristökasvatusta ja liikuntakasvatusta lähemmäksi toisiaan.

Oppaan tekeminen oli minulle mieleistä ja nautin suunnattomasti sen tekemisestä. Haasteena koin teoriaosuuden kirjoittamisen. Teoreettisen viitekehyksen rajaaminen tuotti vaikeuksia, joka osaltaan pitkitti kirjoitusprosessia. Lopulta sain mielestäni kuitenkin rajattua aihealueen sopivaksi. Löytäessäni mielenkiintoisen ympäristökasvatusteorian, Palmerin puumallin, alkoi opinnäytetyöni rakentua sen

ympärille, ja kirjoittaminen alkoi helpottua. Koin opinnäytetyöprosessissani sekä onnistumisen hetkiä, että epäonnistumisia. Opinnäytetyön tekeminen opetti minulle kuitenkin valtavasti, ja koen kasvaneeni ammatillisesti prosessin aikana. Oppaan sisällössä näkyy mielestäni sosionomin vahva osaaminen varhaiskasvatuksen osa-alueista sekä eri sisältöjen yhdistelemisestä. Tässä opinnäytetyössä sisältöjen yhdisteleminen näkyi ympäristökasvatuksen ja liikuntakasvatuksen tuomisessa lähemmäksi toisiaan. Mielestäni sosionomilla on kykyä ja osaamista laaja-alaiseen osaamiseen ja ajatteluun, mikä mahdollistaa oppimisen rikastuttamisen myös muilla sisältöalueilla.

LÄHTEET

- Aalto, R. 2009. Lasten ja nuorten kunnan nykytila. Terve.fi [Verkkolehtiartikkeli] [Viitattu 4.11.2019]. Saatavana: <https://www.terve.fi/artikkelit/lasten-ja-nuorten-kunnan-nykytila>
- Cantell, H. & Koskinen, S. 2004. Ympäristökasvatuksen tavoitteita ja sisältöjä. Teoksessa: H. Cantell (toim.) Ympäristökasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 68-70.
- Davis, J. 2009. Revealing the research 'hole' of early childhood education for sustainability: a preliminary survey of the literature. Environmental Education Research 15(2), 227-241.
- FEE Suomi. Ei päivystä. Mitä ympäristökasvatus on? [Verkkolehtiartikkeli] [Viitattu 23.10.2019] Saatavana: <https://feesuomi.fi/lehti/mita-ymparistokasvatus-on/>
- Heinonen, T & Luomi, A. 2008. Rakkaalla lapsella on monta nimeä: Ympäristökasvatuksen käsitteiden määritelmäluonnos. [Verkkojulkaisu] [Viitattu 11.11.2019] Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskus. 6. Saatavana: https://www.kierratyskeskus.fi/files/97/kasiteraportti_tiivis.pdf
- Helsingin yliopiston ympäristökasvatuksen projektisivusto. Ei päivystä. [Viitattu 17.10.2019] Saatavana: <https://blogs.helsinki.fi/ymparistokasvatus/>
- Honkonen, L & Karvonen, P. 1995. Halataan puuta: Luonto- ja liikuntaleikkejä. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- Huisman, T. Nissinen, A. 2005. Oppiminen, oppimistyyli ja liikunta. Teoksessa: A. Nissinen (toim.) Liiku ja opi: Liikunnasta apua oppimisvaikeuksiin. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Kierrätyskeskus. Vinkkejä liikunnan ja terveystiedon opetukseen. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 11.10.2019]. Saatavilla: https://www.kierratyskeskus.fi/files/71/liikunta_terveystieto.pdf
- Kokljuschkin, M. 1997. Esiopetusta liikunnan keinoin. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- Koskenkari, S. Toiminnallinen oppiminen. [Verkkolähde] Liikkuva koulu. [Viitattu 17.10.2019]. Saatavilla: http://liikkuvakoulu.vlu.fi/filebank/768-Toiminnallinen_oppiminen_Koskenkari.pdf
- L 13.7.2018/540. Varhaiskasvatuslaki.

- Laine, A. Kettunen, A. 2018. Teoksessa: A. Laine, M. Elonheimo, A. Kettunen (toim.) Loikkaa ulkoluokkaan: Opas ulkona opettamiseen. Ulvila: Plusprint. 6. [Verkkolähde]. [Viitattu 4.11.2019]. Saatavilla: <https://ulkoluokka.fi/wp-content/uploads/2018/12/ULKOLUOKKA-nettiin.pdf>
- Luomi, A. Paananen, J. Viberg, K. Virta, L. Keke päiväkodissa: Kestävän kehityksen opas. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu 11.11.2019]. Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskus Oy. 9. Saatavana: https://www.kierratyskeskus.fi/files/4679/Keke_paivakodissa.pdf
- Palmer, J. A. 1998. Environmental education of the 21st century: Theory, practice, progress and promise. London: Routledge.
- Parikka-Nihti, M. 2011. Pieniä puroja: Kasvua kohti kestävää kehitystä. Lasten Keskus.
- Parikka-Nihti & M. Suomela, L. 2014. Iloa ja ihmettelyä: Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pramling Samuelsson & I. Kaga, Y. 2008. Introduction. Teoksessa: I. Pramling Samuelsson, & Y. Kaga (toim.) The contribution of early childhood education to a sustainable society. Pariisi: UNESCO, 9-17.
- Pratt, R. 2010. Practical possibilities and pedagogical approaches for early childhood education for sustainability. Teoksessa J. Davis (toim.) Young children and the environment. Early education for sustainability. Cambridge: Cambridge University press, 104-149.
- Puhakka, R. 2018. Teoksessa: A. Laine, M. Elonheimo, A. Kettunen (toim.) Loikkaa ulkoluokkaan: Opas ulkona opettamiseen. Ulvila: Plusprint. 6. [verkkolähde] [viitattu 4.11.2019]. Saatavilla: <https://ulkoluokka.fi/wp-content/uploads/2018/12/ULKOLUOKKA-nettiin.pdf>
- Pulli, E. 2011. Opi liikkuen, liiku leikkien: Liikuntaa esiopetukseen. Helsinki: Tammi.
- Pönkkö, A & Sääkslahti, A. 2011. Liikkuva lapsi. Teoksessa: Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus. 139.
- Raittila, R. 2011. Ympäristökasvatus on lasten toimintaa. Teoksessa: E. Hujala & L. Turja (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 208-217.
- Rosenberg, T. 1993. Pienestä pitäen: Ympäristökasvatus ja päivähoidon ekologinen arki. Jyväskylä: Gummerus.

- Seinäjoen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma: Meirän Vasu. 2017. [Verkojulkaisu]. [Viitattu 4.8.2019] Saatavana: https://www.seinajoki.fi/material/attachments/seinajokifi/paivahoitojakoulutus/varhaskasvatus/varhaiskasvatuksenlomakkeet/2yPBJVqJX/Seinajoen_kaupungin_varhaiskasvatussuunnitelma_Meiran_vasu_2017.pdf
- Takalo, S. Loukkola, N. 2018. Teoksessa: A. Laine, M. Elonheimo, A. Kettunen (toim.) Loikkaa ulkoluokkaan: Opas ulkona opettamiseen. Ulvila: Plusprint. 17. [Verkkolähde]. [Viitattu 4.11.2019]. Saatavilla: <https://ulkoluokka.fi/wp-content/uploads/2018/12/ULKOLUOKKA-nettiin.pdf>
- Tuomaala, T. Myyryläinen, M. 2002. Luonto tutuksi. Jyväskylä: Gummerus.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2018. Opetushallitus. Määräykset ja ohjeet 2018:3a. [Verkojulkaisu]. [Viitattu 5.9.2019]. Saatavana: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2018.pdf
- Vilka, H & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Wahlström, R & Juusela, M. 2017. Vihreä hoiva ja kasvatus. Helsinki: Kustannusyhtiö Artemia.

LIITTEET

Ympäristökasvatusopas