

Marika Heikkilä & Marja Leino

MERIROSVOKAPTEENI JA MERIROSVOPÄÄLLIKKÖ
VAUHDISSA

– Alakouluikäisten innostaminen luovan liikunnan keinoin

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen lapsi- ja nuorisotyö
2012

MERIROSVOKAPTEENI JA MERIROSVOPÄÄLLIKKÖ VAUHDISSA – ALAKOULUIKÄISTEN INNOSTAMINEN LUOVAN LIKUNNAN KEINAIN

Heikkilä, Marika
Leino, Marja
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Toukokuu 2012
Ohjaaja: Pamppunen, Seppo
Sivumäärä: 144
Liitteitä: 13

Asiasanat: luova liikunta, liikuntasuosituksat, innostaminen, sosiaaliset taidot, itsetunto, ryhmäytyminen, syrjäytyminen

Toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteena oli järjestää 1. -3. – luokkalaisille lapsille luovan liikunnan kerho. Suunnittelimme, valmistelimme, toteutimme ja arvioimme koko projektin alusta loppuun. Luovan liikunnan kerhon tavoitteena oli innostaa lapsia liikkumaan, vahvistaa sosiaalisia taitoja ja ryhmäytymisen kautta ennaltaehkäistä syrjäytymistä ja koulukiusaamista.

Halusimme järjestää liikunnallisen kerhon, koska nykyisin lapset liikkuvat vähän. Vain harvat lapset liikkuvat liikuntasuositusten mukaan vähintään kaksi tuntia päivässä. Vaikka tutkimusten mukaan suurin osa lapsista harrastaa liikuntaa jossain urheiluseurassa, niin silti muutamat harjoituskerrat viikossa eivät riitä tyydyttämään lasten liikunnan tarvetta. Nyky-yhteiskunta on muuttunut entistä istuvammaksi ja lapsille luontainen aktiviteetti ulkona ja pihaleikit ovat vaihtuneet ajanviettoon erilaisen viihdemedian parissa.

Järjestimme kerhon yhteistyössä Otsolan Nuorisotyön ja Kaarisillan yhtenäiskoulun kanssa. Toteutimme kaksi luovan liikunnan kerhoa, jotka olivat sisällöllisesti samanlaisia, koska halusimme vertailla ryhmiä keskenään. Kerhoissa havainnoimme lasten käyttäytymistä, innostusta ja sosiaalista vuorovaikutusta. Kerhon lopulla toteutimme kyselyn lapsille ja heidän vanhemmilleen. Kysely toimi lähinnä palautteena meille ohjaajille kerhotoiminnasta.

Kyselyn ja havaintojemme pohjalta huomasimme, että lapset innostuivat liikunnasta kerhon kautta. Saavutimme myös muut asettamamme tavoitteet: lapset loivat toimivia vuorovaikutussuhteita; kasvattivat itsetuntoaan; tulivat osaksi ryhmää.

Kerhon toiminta tulee myös jatkumaan tulevaisuudessa osana Otsolan Nuorisotyön toimintaa. Luovan liikunnan kerhoa tarjotaan jatkossa myös Porin muille alakouluille ja sitä kautta siitä voisi tulla pysyvä osa porilaisten alakoulujen kerhotoimintaa.

PIRATE CAPTAIN AND PIRATE CHIEF ON ACTION – INSPIRING PRIMARY SCHOOL PUPILS WITH CREATIVE EXERCISE METHODS

Heikkilä, Marika

Leino, Marja

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

May 2012

Supervisor: Pamppunen, Seppo

Number of pages: 144

Appendices: 13

Keywords: creative exercise, exercise recommendations, inspiring, social skills, self-esteem, integration of the group, social exclusion

Our objective in this functional thesis was to carry out a creative exercise club for children aged from first grade to the third grade. We designed, prepared, carried out and evaluated whole project from initial to the end. The purpose of the creative exercise club was to encourage children to move, improve their social skills and prevent social exclusion and school-bullying by working in groups and doing teamwork.

We wanted to arrange the exercise club because children do not exercise enough nowadays. Only a few children exercise enough according to the recommendations which is two hours per day. Even though, according to statistics, a vast number of children exercise in clubs, practice times are not long enough to cover the children's real need. Modern society has become sedentary and children's natural outdoor activities and games have changed in to indoor activities with the entertainment media.

We arranged the club together with Otsolan nuorisotyö and Kaarisilta Comprehensive School. We carried out two creative exercise clubs that had similar program because we wanted to compare the groups. We observed children's behavior, excitement and social interaction. At the end of the club we carried out a survey for children and their parents. The survey worked as feedback for us.

According to the feedback and observation the children became interested in exercise through the club. We also accomplished our other goals. Children created practical social relationships, their self-esteem improved and they became part of a group.

In the future the club will continue as a part of Otsolan nuorisotyö's normal activities. The creative exercise clubidea will also be offered to other elementary schools in Pori. We hope that the club could be a part of everyday activities in elementary school in Pori.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	7
2	PROJEKTIN TAUSTA.....	9
2.1	Lasten liikkumattomuus.....	9
2.2	Liikuntasuositukset.....	10
2.3	Kasvatus liikunnan avulla.....	12
3	PROJEKTIN MÄÄRITTELY.....	13
3.1	Luovan liikunnan kerhon idea.....	13
3.2	Yhteistyökumppanit.....	15
3.2.1	Otsolan nuorisotyö.....	16
3.2.2	Kaarisillan yhtenäiskoulu.....	17
4	PROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT, TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	17
4.1	Seikkailukasvatus.....	17
4.2	Liikunnan merkitys lapsen kokonaiskehitykselle.....	22
4.2.1	Liikunta ja oppiminen.....	22
4.2.2	Liikunnan sosiaalinen merkitys.....	23
4.2.3	Terveys ja hyvinvointi.....	25
4.3	Innostaminen.....	25
4.3.1	Innostamiseen vaikuttavat tekijät.....	27
4.3.2	Innostajan ominaisuudet.....	27
4.4	Sosiaaliset taidot.....	27
4.4.1	Aggressiivisuuden estäminen.....	28
4.4.2	Sosiaalisuuden edistäminen.....	29
4.5	Itsetunto.....	30
4.5.1	Hyvä itsetunto.....	30
4.5.2	Itsetunnon eri alueita.....	32
4.5.3	Mitä itsetunto ei ole.....	33
4.6	Syrjäytymisen vähentäminen.....	34
4.7	Koulukiusaamisen eri muodot.....	35
5	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET JA HANKKEET.....	37
6	PROJEKTIN SUUNNITTELU.....	39
6.1	Projektin tehtävät.....	39
6.1.1	Projektisuunnitelman laatiminen.....	39
6.1.2	Lähdemateriaalin hankinta, lukeminen ja karsinta.....	41
6.1.3	Kerhokertojen suunnittelu.....	42
6.1.4	Mainoksen suunnittelu ja toteutus.....	43

6.1.5	Projektin mainostaminen.....	44
6.1.6	Innostussuunnitelman tekeminen	45
6.1.7	Kerhojen valmistelu ja ohjaus	47
6.1.8	Yhteistyö koulun ja vanhempien kanssa	48
6.1.9	Kyselyn laadinta.....	49
6.1.10	Havainnointilomakkeen suunnittelu ja tekeminen.....	50
6.1.11	Välineiden hankinta	51
6.1.12	Oheismateriaalien suunnittelu ja valmistelu	52
6.1.13	Itsearviointisuunnitelman laadinta	53
6.1.14	Kerhon päättäminen	53
6.1.15	Tulosten hyödyntäminen.....	54
6.2	Projektin aikataulu	54
6.3	Projektin resurssit	55
6.4	Projektin riskit.....	56
7	TIEDONHANKINTAMENETELMÄT	57
8	PROJEKTIN TOTEUTTAMINEN JA OSALLISTUJAKYSELY	60
8.1	Ensimmäinen kerhokerta	61
8.1.1	Ryhmien vertailua ensimmäisellä kerhokerralla	63
8.1.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelua ensimmäisellä kerhokerralla.....	65
8.1.3	Lasten mielipiteet ensimmäisestä kerhokerrasta	66
8.2	Toinen kerhokerta	66
8.2.1	Ryhmien vertailua toisella kerhokerralla	69
8.2.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelu toisella kerhokerralla	71
8.2.3	Lasten mielipiteet toisesta kerhokerrasta	72
8.3	Kolmas kerhokerta	72
8.3.1	Ryhmien vertailua kolmannella kerhokerralla	75
8.3.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelu kolmannella kerhokerralla.....	76
8.3.3	Lasten mielipiteet kolmannesta kerhokerrasta	77
8.4	Neljäs kerhokerta	78
8.4.1	Ryhmien vertailu neljännellä kerhokerralla	81
8.4.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelu neljännellä kerhokerralla	82
8.4.3	Lasten mielipiteet neljännestä kerhokerrasta	83
8.5	Viides kerhokerta	83
8.5.1	Ryhmien vertailua viidennellä kerhokerralla	89
8.5.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelu viidennellä kerhokerralla.....	91
8.5.3	Lasten mielipiteet viidennestä kerhokerrasta	93
8.6	Kuudes kerhokerta	93
8.6.1	Ryhmien vertailua kuudennella kerhokerralla	96

8.6.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelua kuudennella kerhokerralla	98
8.6.3	Lasten mielipiteet kuudennesta kerhokerrast	100
8.7	Seitsemäs kerhokerta	100
8.7.1	Ryhmien vertailua seitsemännellä kerhokerralla	105
8.7.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelua seitsemännellä kerhokerralla	108
8.7.3	Lasten mielipiteet seitsemännestä kerhokerrasta	111
8.8	Kahdeksas kerhokerta	111
8.8.1	Ryhmien vertailua kahdeksannella kerhokerralla	115
8.8.2	Toiminnan tavoitteiden tarkastelua kahdeksannella kerhokerralla	117
8.8.3	Lasten mielipiteet kahdeksannesta kerhokerrasta	119
8.9	Projektin tulos	120
9	PROJEKTIN ARVIOINTI JA PÄÄTTÄMINEN.....	128
9.1	Arviointi vaiheista.....	128
9.2	Arviointi resursseista	129
9.3	Arviointi aikataulusta.....	130
9.4	Tulosten hyödyntäminen ja arviointi	130
9.5	Lasten palaute	131
9.6	Vanhempien palaute	131
9.7	Itsearviointi	133
9.7.1	Marikan itsearviointi	133
9.7.2	Marjan itsearviointi	136
10	LOPPUPOHDINTA.....	138
10.1	Projektin jatkuminen.....	140
10.2	Keskeiset uudet ideat	140
10.3	Loppupohdinnat	140
	LÄHTEET	
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Nykyisin lapset liikkuvat liian vähän. Lapset viettävät aikaa paljon erilaisten pelien, television ja tietokoneen äärellä. Työelämässä olemme huomanneet, että lapset eivät halua tai jaksa liikkua. On huolestuttavaa, että vain harvat lapset liikkuvat päivittäisen minimimäärän.

Lasten liikkumattomuuteen vaikuttavat monet asiat. Tarkoituksenamme oli järjestää luovan liikunnan kerho, koska uskoimme, että innostavalla, monipuolisella ja suunnitellulla toiminnalla saataisiin lapset kiinnostumaan liikunnasta. Kehitimmekin erilaisia pelejä, leikkejä ja harjoitteita. Tarkoituksenamme oli, että kaikki voivat osallistua. Painopiste leikeissä oli hauskuus, osallisuus ja sosiaalisuus.

Idea luovan liikunnan kerhosta syntyi jo opiskelujen aikana. Yhdessä sosiaalipedagogisen lapsi- ja nuorisotyön moduulissa oli soveltavan liikunnan jakso. Sitä kautta innostuimme erilaisesta ja strukturoidusta liikunnasta. Toinen meistä opinnäytetyön tekijöistä suoritti tämän ammattikorkeakoulun opiskelujen aikana myös vapaavalintaisesti luovan liikunnan kurssin. Innostava opetus ja monipuoliset harjoitteet synnyttivät ajatuksia ja motivaatiota järjestää vastaavanlaista toimintaa lapsille.

Esimerkiksi kouluissa tyypilliset liikuntaleikit suosivat niitä lapsia, jotka ovat liikunnallisesti taitavia. Ja ne lapset, jotka eniten tarvitsisivat innostamista ja tukea liikkumisessa, jäävät vähemmälle huomiolle tai kokonaan paitsioon. Kaikissa peleissä ja leikeissä ei tarvitse kilpailla ja etsiä voittajaa tai vaikkapa nopeinta juoksijaa.

Suunnittelimme, toteutimme ja arvioimme kaksi luovan liikunnan kerhoa 1. – 3.-luokkalaisille. Toimimme yhteistyössä Otsolan nuorisotyön ja Kaarisillan yhtenäiskoulun kanssa. Opinnäytetyömme tavoitteena oli innostaa lapsia liikkumaan. Halusimme myös havainnoida, millaista merkitystä liikunnalla on lapsen tasapainoiseen kehitykseen, vuorovaikutukseen ja itsetunnon vahvistumiseen. Tarkoituksenamme oli lisäksi innostamisen ja osallistamisen kautta vahvistaa osallistujien ryhmähenkeä ja ennaltaehkäistä syrjäytymistä ja koulukiusaamista.

Varsinaisen raportin kirjoitimme ja toteutimme sekä yhdessä että erikseen. Vaikka kirjoitimme joitain osioita erikseen, niin kaikki tekstit olemme kuitenkin käyneet yhdessä läpi ja päättäneet tekstien lopullisen muodon.

Yhdessä kirjoitimme seuraavat osat:

- 1 Johdanto
- 2.3 Kasvatus liikunnan avulla
- 3.1 Luovan liikunnan kerhon idea
- 5 Aikaisemmat tutkimukset ja hankkeet
- 4.7 Koulukiusaamisen eri muodot
- 6 Projektin suunnittelu
- 7 Tiedonhankintamenetelmät
- 8 Projektin toteutus ja kyselytulos
- 9 Projektin arviointi ja päätös
- 10 Loppupohdinta

Marika kirjoitti alustavasti seuraavat osat:

- 2.1 Lasten liikkumattomuus
- 3.2.2 Kaarisillan yhteisnäiskoulu
- 4.2 Liikunnan merkitys lapsen kokonaiskehitykselle
- 4.3 Innostaminen
- 4.4 Sosiaaliset taidot
- 9.7.1 Marikan itsearviointi

Marja kirjoitti alustavasti seuraavat osat:

- 2.2. Liikuntasuositukset
- 3.2.1 Otsolan nuorisotyö
- 4.1 Seikkailukasvatus
- 4.5 Itsetunto
- 4.6 Syrjäytymisen vähentäminen
- 9.7.2 Marjan itsearviointi

2 PROJEKTIN TAUSTA

2.1 Lasten liikkumattomuus

Vaikka nykyisin lähes kaikki lapset harrastavat jonkinlaista liikuntaa, niin silti yli puolet kouluikäisistä lapsista liikkuu liian vähän ja erittäin vähän liikkuvia kouluikäisiä on pojista viidesosa ja tytöistä neljäsosa. (UKK-instituutti 2011) Sen uskotaan johtuvan siitä, että erilaiset pihaleikit ja arkiliikunta ovat unohtuneet. Tilalle on tullut erilaiset ajanviettotavat viihdemedian parissa. On havaittu, että koululaisilla, jotka liikkuvat alle tunnin päivässä on vaikeuksia motoristen taitojen kehittämisessä, oppimisvaikeuksia ja ongelmia sosio-emotionaalisessa kehityksessä. (Karvinen, Rätty & Rautio 2010, 5-6)

Sekä työelämässä että median kautta olemme huomanneet ilmiön, että lapset eivät jaksaa tai halua liikkua. Jo pienet lapset jakautuvat istuviin ja liikkuviin, siksi olisikin merkittävää puuttua kielteiseen liikunta-asenteeseen jo varhain. Lapset, jotka kokevat olevansa heikompia tai kaipaavansa enemmän tukea kuin muut vetäytyvät helposti syrjään liikunnasta.

On aina aikuisen vastuulla huolehtia, että lasten ohjattu liikunta on hauskaa ja mielekästä. Sen vuoksi turha kilpaileminen tai vertaileminen tulisi karsia pois: jokaisessa pelissä tai leikissä ei tarvitse etsiä nopeinta juoksijaa tai taitavinta pelaajaa. On tärkeää, että kaikki lapset saavat onnistumisen kokemuksia – myös liikunnasta. Aikuisten tehtävänä on opettaa lasta liikkumaan ja nauttimaan siitä. Aikuisen oma myönteinen asenne liikuntaan kantaa pitkälle.

On havaittu, että vanhempien oma innostus liikuntaan heijastuu myös lasten liikuntaharrastuksissa. Vanhemmat ovat lapsille tärkeä rooli ja esimerkki, siksi vanhempien tulisikin tiedostaa roolinsa lasten liikunta-asenteen muovaamisessa. (Karvinen yms. 2010, 8; Laakso, Nupponen & Telama 2007, 58) Lisäksi myös muiden sisarusten kiinnostus liikuntaa kohtaa tukee lasten omaa liikuntaharrastusta. (Laakso yms. 2007, 59) Koululaisten liikuntatottumuksiin ja – asenteisiin vaikuttavat paljon myös opettajat, ohjaajat ja valmentajat: aikuisen esimerkillä lapsetkin

innostuvat liikunnasta. Kolmantena vaikuttajana toimii kaveripiiri. (UKK-instituutti 2011)

On myös havaittu, että tytöt liikkuvat vähemmän kuin pojat. Siksi olisikin tärkeää kehittää erilaisia liikuntamuotoja, joista erityisesti tytöt kiinnostuisivat. Riskiryhmänä on myös ne koululaiset, jotka viettävät paljon aikaa viihdemedian parissa. Heidän liikunta-asenteen muuttamiseksi vaaditaan mielikuvitusta ja houkuttelevia keinoja. Liikkumattomat lapset eivät itsestään liiku esimerkiksi koulupäivän aikana tai vapaa-ajalla, vaan heidät on houkuteltava liikkumaan erilaisten tempausten ja keinojen avulla.

2.2 Liikuntasuositukset

Kouluikäisen lapsen kasvulle ja kehitykselle päivittäinen liikunta on välttämätöntä. Säännöllinen liikunta on osa lapsen hyvinvointia. Liikunnan vähimmäismäärä kouluikäiselle lapselle on kaksi tuntia päivässä. Päivittäisen liikunnan tulee sisältää useita vähintään kymmenen minuutin jaksoja, jolloin sydämen syke ja hengitys kiihtyvät. Liikuntahetkien aikana lapsen tulisi olla enemmän liikkeellä kuin paikallaan. (Tammelin & Karvinen 2008, 18–20.)

Tulee kuitenkin muistaa, että liikkumattomien lasten kohdalla liikuntaa tulee lisätä hiljalleen. Asteittain vähennetään istumista ja lisätään liikuntaa. Liikunta-asenteen muutokset vaativat aikaa ja kärsivällisyyttä myös vanhemmilta ja muilta aikuisilta. Lapsilta ei saa vaatia liikaa, koska muuten se poistaa liikunnan iloa eikä sillä saavuteta kestäviä ja toivottuja tuloksia.

Liikunnan tulisi tuottaa lapselle iloa ja uusia kokemuksia. Lisäksi liikunnan tulisi olla luonnollinen osa lapsen arkea. Lasten kanssa liikkuessa ei pitäisi painottaa liiallista kilpailemista – vaan liikutaan heidän ehdoillaan. Liikunnan tulee myös olla monipuolista ja soveltua lasten ikätasolle. Erityisesti alakoululaiset tarvitsevat paljon erilaista liikuntaa, jotta he voivat purkaa energiaansa. Lapsen perustaidot vahvistuvat, kun häntä rohkaistaan liikkumaan erilaisissa ympäristöissä: sisällä,

ulkona, lumessa, jäällä, luonnossa, vedessä jne. (Tammelin & Karvinen. 2008. 21–22)

Lapset ovat luonnostaan kiinnostuneita ja uteliaita. Heidän mielenkiintoaan ja innostustaan on helppo ruokkia. Jos lapset eivät koe kiinnostusta esimerkiksi perinteistä jalkapalloa kohtaan, niin pelin muokkaaminen uudenaikaiseksi on helppoa. Lapselle on mielekästä, jos hän voi itse osallistua sääntöjen ja pelien luomiseen. Silloin hän sitoutuu peliin paremmin ja hän liikkuukin miltei huomaamatta. Lasten liikunnassa tärkeintä tulisi olla ilo, kokeileminen ja uuden oppiminen.

Vaikka monet alakouluikäiset lapset harrastavatkin säännöllisesti jotain urheilulajia, niin se ei silti ole riittävää. Muutamit harjoituskerrat viikossa eivät kuitenkaan riitä kattamaan lapsille välttämätöntä päivittäistä liikuntamäärää. Keskeisempää onkin, mitä tapahtuu vapaa-ajalla, kotona ja koulussa. On yleistä, että lapset esimerkiksi viikonloppuisin tai lomilla liikkuvat vähemmän kuin arkisin. (Tammelin & Karvinen 2008, 22–23.)

Kouluikäisen lapsen tulee välttää pitkiä istumisjaksoja, koska liiallinen istuminen heikentää terveyttä. Liiallisella istumisella on havaittu olevan yhteyksiä lihavuuteen sekä tuki- ja liikuntaelinoireisiin. Täytyy kuitenkin muistaa, että oikeassa mittakaavassa myös liikkumattomuus ja lepo ovat välttämättömiä. (Tammelin & Karvinen 2008, 23.)

Kouluikäiset viettävät paljon aikaa tietokoneen, television ja erilaisten pelikonsolien ääressä. Niiden parissa vietetty aika on kasvanut räjähdysmäisesti. On selvää, että liiallinen ajankäyttö viihdemediassa on esteenä liikkumiselle ja riittäväälle yöunelle. On suositeltavaa, että ruutuaikaa viihdemedian parissa olisi päivittäin korkeintaan kaksi tuntia. Lisäksi tulisi kannustaa lapsia suosimaan myös pelikonsolien liikunnallisia pelejä. (Tammelin & Karvinen 2008, 24.)

2.3 Kasvatus liikunnan avulla

Vaikka on keskeistä muuttaa lasten kielteisiä liikunta-asenteita, niin liikunnan avulla pystytään myös opettamaan lapsille monia taitoja ja kykyjä. Liikunta on oiva keino edistää monia esimerkiksi koulun kasvatustavoitteita. Sen mahdollistamiseksi täytyy vain strukturoida tilat ja välineet oikein.

Liikunnalliset pelit ja leikit tarjoavat lukemattomia mahdollisuuksia edistää ja kehittää yhdessä toimimista ja sosiaalisia taitoja. Liikunta on hyvä kenttä luoda ja ylläpitää sosiaalisia suhteita. Silloin pääpaino liikkumisessa ei saa olla kilpailemisessa tai suoritusten vertailemisessa. Yhdessä toimiminen lisää vuorovaikutusta ja opettaa lapsia olemaan tärkeä osa ryhmää. (Laakso 2007, 21 – 22)

Liikuntaan pystytään sisällyttämään myös eettistä kasvatusta. Pelien ja leikkien tuoksinassa voidaan pysähtyä miettimään, millainen käytös tai toiminta on oikein tai väärin. Erilaisissa tilanteissa pystytään myös käsittelemään itsekkyyttä tai oikeudenmukaisuutta. Pelien ja leikkien avulla voidaan myös harjoitella rehellisyyttä, jakamista, kannustamista ja luotettavuutta. Ohjaajan tulee kuitenkin olla tarkkana, että tilanteisiin reagoidaan asiaankuuluvalla tavalla – jos niihin ei puututa tai niitä ei käsitellä, silloin lopputulos saattaa olla päinvastainen. (Laakso 2007, 22)

Liikunta edistää myös kognitiivista oppimista. Lapset oppivat usein parhaiten tekemällä ja kokeilemalla. Erityisesti lapset, jotka eivät jaksakaan keskittyä teoreettiseen oppimiseen hyötyvät toiminnallisuudesta. Liikunnan avulla lapsille voidaan opettaa esimerkiksi pitkäjänteisyyttä, oman vuoron odottamista ja häviämistä. Tutkimukset ovat lisäksi osoittaneet, että liikunta aktivoi aivotoimintoja ja sitä kautta edistää oppimista. (Virsu 2006)

Liikunta on monimuotoinen oppimisolusta. Sen avulla voidaan opettaa lapsille myös luovuutta, ilmaisua ja estetiikkaa. Näiden piirteiden kautta liikunnan voidaan katsoa sisältävän kulttuuri- ja taidekasvatusta. Liikuntaa voidaan hyödyntää myös kulttuurikasvatuksessa. Suomalaista kulttuuria ja erilaisia vuodenaikoja voidaan

käyttää hyväksi monipuolisen liikunnan suunnittelussa. Kansainvälisyyttä liikunnan opetukseen saadaan muiden maiden pelien ja leikkien kautta. (Laakso 2007, 22 – 23)

3 PROJEKTIN MÄÄRITTELY

3.1 Luovan liikunnan kerhon idea

On huolestuttavaa, että nykyisin harvat lapset liikkuvat päivittäisen minimimäärän. Tiedämme, että lasten liikkumattomuuteen vaikuttavat monet asiat. Mutta uskomme, että monipuolisella, innostavalla, leikkimielisellä ja suunnitellulla liikunnalla saisimme lapset kiinnostumaan liikunnasta. Tarkoituksenamme oli kehittää erilaisia pelejä, leikkejä ja harjoitteita, jotka ovat osana luovaa seikkailuliikuntaa. Kaikkien leikkien tarkoituksena oli, että jokainen lapsi voi osallistua omilla ehdoillaan ja kyvyillään. Peleissä pääpaino oli osallisuudella, mielekkyydellä ja sosiaalisuudella. Monet harjoitteet tukivatkin ryhmäytymistä, sosiaalisia taitoja ja innostivat osallistumaan.

Halusimme karsia pois sellaiset pelit, jotka suosivat liikunnallisesti taitavia lapsia. Leikeissä emme etsi nopeinta juoksijaa, voittajaa tai fyysisesti lahjakkaita lapsia – vaan halusimme antaa huomiota myös niille lapsille, jotka tarvitsevat enemmän tukea ja ohjausta tai jäisivät kokonaan paitsioon esimerkiksi normaalissa koululiikunnassa.

Halusimme suunnitella ja toteuttaa juuri liikunnallisen kerhon, koska meistä on huolestuttavaa, että yhä harvempi lapsi liikkuu säännöllisesti. Meistä aihe on ajankohtainen ja vaatii puuttumista. Halusimme suunnata kerhon alakouluikäisille siksi, että uskomme voivamme vaikuttaa heidän liikuntakielteisyyteensä. Rajasimme aiheen niin, että suunnitelimme erilaisia luovan liikunnan muotoja 1. – 3.-luokkalaisille. Suunnitelmiemme pohjalta aloitimme kaksi Luovan Liikunnankerhoa. Molemmilla kerhoilla oli kahdeksan 1,5h mittaista tapaamiskertaa. Kerhoissa havainnoimme lasten reaktioita ja innostuneisuutta luovan liikunnan keinoista. Lisäksi toteutimme kerhon loputtua kyselyn lapsilta ja heidän vanhemmiltaan heidän mielipiteistään.

Vaikka kerhomme oli liikuntapainotteinen, niin se piti sisällään silti paljon muutakin. Olimme kehittäneet suunnitelman lasten innostamiseksi ja motivoimiseksi. Halusimme, että toimintaan ilmoittautuneet lapset pysyvät mukana koko ajan. Olimme taiteilleet jokaiselle lapselle oman kerhokertakartan. Lapset saivat jokaisen toimintakerran jälkeen liimata siihen tarran. Kerhokartta oli visuaalisesti vauhdikas ja teemaan sopiva. Kartan pohjalta olimme luoneet koko toiminnalle kehyskertomuksen. Kehyskertomus oli sellainen, että se kantoi läpi jokaisen kerhokerran. Valitsimme teemaksi merirosvot ja merirosvottaret. Olimme joka kerralle kirjoittaneet tarinan, jonka avulla lapset pääsivät sisälle seikkailuun – kohti suurta aarrejahtia. Olimme upottaneet kertomuksen niin, että jokainen liikunnallinen toimintateema sopi yhteen kehyskertomuksen kanssa. Uskomme, että se innosti lapsia entisestään osallistumaan. Hyödynsimme opinnäytetyössämme omia vahvuksiamme, jotta saimme tuotettua toimivan ja innostavan kerhon lapsille.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli innostaa lapsia liikkumaan. Halusimme myös havainnoida, millaista merkitystä liikunnalla on lapsen tasapainoiseen kehitykseen, vuorovaikutukseen ja itsetunnon vahvistumiseen. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli innostamisen ja osallistamisen kautta vahvistaa ryhmähenkeä ja ennaltaehkäistä syrjäytymistä ja koulukiusaamista.

Halusimme opinnäytetyössämme painottaa myös erilaisuutta ja sitä, että kaikki voivat osallistua omilla ehdoillaan. Monissa muissa liikunnallisissa harrastuksissa tai jopa koululiikunnassa painotetaan lahjakkaita yksilöitä. Kerhossamme otimme huomioon erilaiset lapset ja osallistumistavat. Kaikkien ei tarvitse toimia samalla tavalla. Pyrimme kiinnittämään huomiota, jos lapset tarvitsevat kannustusta tai tukea. On aikuisista ja työntekijöistä kiinni, että lapsen tarpeet tulevat huomioiduksi yksilöllisesti.

Kerhon tavoitteena oli myös vahvistaa yhteisöllisyyttä. Toimintakertojen pelit ja leikit kannustivat toimimaan yhdessä. Tällöin lapsetkin oppivat näkemään, että jokaisen antama panos ryhmälle oli merkittävä. Ryhmähengen vahvistumisen myötä myös kiusaaminen vähenee. Koska kerhokertojen toiminta oli erilaista, niin jokainen voi olla jossakin hyvä. Kerhon tavoitteena oli myös auttaa lapsia näkemään, että erilaisuus on rikkaus ja ryhmä yhdessä on todellinen voimavara.

Toivomme, että opinnäytetyömme innostaisi opettajia, vanhempia ja muita kasvattajia kiinnittämään enemmän huomiota lasten liikuntaan ja sen sisältöön. Liikunnan tulisi olla lapselle mielekästä. Lisäksi liikunta pitäisi toteuttaa lapsen ehdoilla ja lapsen tarpeista käsin. Olennaista on se, että lapsi liikkuu ja nauttii siitä.

3.2 Yhteistyökumppanit

Idea luovan liikunnan kerhosta syntyi jo opiskelujen aikana. Yhdessä sosiaalipedagogisen lapsi- ja nuorisotyön moduulissa oli soveltavan liikunnan jakso. Sitä kautta innostuimme erilaisesta ja strukturoidusta liikunnasta. Toinen meistä opinnäytetyön tekijöistä suoritti tämän ammattikorkeakoulun opiskelujen aikana myös vapaavalintaisesti luovan liikunnan kurssin. Innostava opetus ja monipuoliset harjoitteet synnyttivät ajatuksia ja motivaatiota järjestää vastaavanlaista toimintaa lapsille.

Yhteistyökumppanin löytäminen oli monien osien summa. Toinen meistä opinnäytetyön tekijöistä on työskennellyt Otsolan nuorisotyössä syksystä 2011 saakka. Esitimme idean luovan liikunnan kerhosta Otsolan nuorisotyön vastaavalle ohjaajalle Päivi Erkolle ja hän innostui siitä. Sovimme, että alamme yhdessä etsiä innokasta ja tarkoituksenmukaista yhteistyökumppania. Otsolan nuorisotyö tekee paljon yhteistyötä Porin eri koulujen kanssa.

Alkuperäisenä suunnitelmana oli toteuttaa suunnittelemamme luovan liikunnan kerho eräässä Porin alakoulussa 1. – 3.-luokkalaisille. Ajankohta toteutukselle oli kuitenkin epäsopiva, sillä jotkut toiset opiskelijat käynnistivät samoihin aikoihin kyseisessä koulussa toisenlaisen liikuntakerhon. Sen vuoksi aloitimme sinnikkään kerhon mainostamisen muihin Porin alakouluihin. Lopulta saimme avoimen ja lämpimän vastaanoton Kaarisillan yhtenäiskoulusta, jonka kanssa aloitimme hyvän ja toimivan yhteistyön.

3.2.1 Otsolan nuorisotyö

Otsolan nuorisotyö on osa Otsolan Kannatusyhdistyksen toimintaa. Muut toimintamuodot ovat kansalaisopisto ja Mainos Otsola. Otsolan nuorisotyö noudattaa toiminnassaan setlementtityön periaatteita. Setlementtitoiminta on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumatonta. Toiminnan tarkoituksena on tukea yksilöitä, perheitä ja paikallisyhteisöjä. Työmuotoja ovat esimerkiksi kansalaisopistot, kansanopistot, päiväkodit, lapsi- ja nuorisotyö, seniori- ja vanhustyö, rikosuhripäivystys, rikosten sovittelu, trauma- ja kriisityö sekä päihdetyö. (Erkko, henkilökohtainen tiedonanto 11.5.2012)

Otsolan nuorisotyön tarkoituksena on tarjota lapsille ja nuorille virikkeitä ja harrastusmahdollisuuksia sekä omalla panoksellaan ehkäistä lasten ja nuorten syrjäytymistä. Otsolan nuorisotyö ottaa huomioon asiakkaat ja heidän perheensä kokonaisvaltaisesti. Lasten ja nuorten kanssa toimimisen lisäksi työntekijät pyrkivät luomaan toimivat yhteistyösuhteet vanhempiin. (Erkko, henkilökohtainen tiedonanto 11.5.2012)

Otsolan nuorisotyön järjestämään toimintaan ovat tervetulleita kaikki 7 – 18 – vuotiaat. Tarkoituksena on kuitenkin ensisijaisesti tarjota toimintaa niille, joilla sosiaalisista tai taloudellisista syistä ole muita harrastusmahdollisuuksia. Lasten ja nuorten tavoittamisessa ja toiminnan järjestämisessä Otsolan nuorisotyö tekee yhteistyötä nuorisotyöntekijöiden, kouluhenkilöstön, lastensuojelun ja eri yhdistysten kanssa. (Erkko, henkilökohtainen tiedonanto 11.5.2012)

Otsolan nuorisotyössä painotetaan seuraavia asioita: sosiaalisia taitoja, emotionaalisia valmiuksia, fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia, oppimista ja kansalaisaktiivisuutta. Käytännössä Otsolan nuorisotyö on erilaisten ryhmätoimintojen suunnittelua, toteutusta ja arviointia sekä erilaisten tapahtumien tai retkien järjestämistä. (Erkko, henkilökohtainen tiedonanto 11.5.2012)

Otsolan nuorisotyö on ollut mukana yhtenä paikallistoimijana Nuorten Akatemian hallinnoimassa kuntien ja järjestöjen yhteistyöhankkeessa, jonka rahoittavat Euroopan sosiaalirahasto ja Lapin ELY-keskus. Hanke päättyi vuonna 2012. Otsolan

nuorisotyö on kehittänyt hankkeessa nuorten omaehtoiseen tekemiseen liittyvää hyvinvointipalvelua eli pienryhmätoimintaa. Uutena innovatiivisena kehittämisprojektina Otsolan nuorisotyössä on alkanut keväällä 2012 Sääntöprojekti, jossa Otsolan nuorisotyö kehittää ryhmätyöskentelyn ja yksilöohjauksen toimintamallia 10–16-vuotiaiden syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Projektin rahoittajana on Raha-automaattiyhdistys. (Erkko, henkilökohtainen tiedonanto 11.5.2012)

3.2.2 Kaarisillan yhtenäiskoulu

Kaarisillan koulu on yhdeksänvuotinen yhtenäiskoulu, joka sijaitsee Porin Pormestarinluodossa. Oppilaita koulussa on noin 350 ja opettajia lähes 30. Kaarisillan koulu antaa oppilailleen monipuolista yleissivistävää opetusta. Koulun tavoitteena on kasvattaa oppilaista psyykkisesti ja sosiaalisesti tasapainoisia yhteiskunnan jäseniä, oppilaiden erityistarpeet huomioiden.

Kaarisillan koulussa järjestetään opetusta myös maahanmuuttajille, jonka vuoksi erilaisuuden arvostaminen on konkreettisesti läsnä jokaisena päivänä. Kaarisillan koulu on mukana KiVaKoulun (kiusaamisen vastainen koulu) toimintaohjelmassa. (Kaarisillan koulun www-sivut 2012)

4 PROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT, TARKOITUS JA TAVOITTEET

4.1 Seikkailukasvatus

Seikkailukasvatuksen taustateorian pidetään usein kokemuksellista pedagogiikkaa. Siihen kuuluu kiinteästi myös sosiaalipedagoginen ajattelu ja toiminta. Kokemuksellisen pedagogiikan mukaan oppimisprosessit koostuvat kokemuksista, osallisuudesta, toiminnan reflektoinnista ja opitun soveltamista käytäntöön. Varsinaisia oppi-isiä seikkailukasvatuksessa pidetään kahta kasvatusfilosofia ja

kokemuksellisen pedagogiikan kehittäjiä: John Deweytä ja Kurt Hahnia. (Suomen Nuorisokeskukset 2011)

Lyhyesti kuvattuna seikkailukasvatuksessa pyritään mahdollistamaan ihmisen kasvu ja oppiminen erilaisten elämysten kautta, jotka koskettavat samanaikaisesti järkeä, tunteita ja fysiikkaa. Lähtökohtana onkin ihmiskäsitys, jonka mukaan kaikissa ihmisissä on jotain hyvää, jota kehittämällä saadaan aikaiseksi sisäistä kasvua. Seikkailukasvatuksen tarkoituksena on tarjota yksilölle sellaisia haasteita, joiden kohtaaminen ja voittaminen edesauttavat oppimista ja kehittymistä. (Ojala 2007)

Seikkailukasvatus koostuu erilaisista kokemuksista, elämyksistä, oivalluksista ja toiminnasta, jonka avulla yksilö oppii ja kasvaa ymmärtämään itseään, toimintaansa ryhmän jäsenenä sekä tutustuu itseensä ja alkuperäänsä luonnon kautta. Seikkailukasvatusta ei kuitenkaan ole tyypilliset urheilu- tai extremeharrastukset. Seikkailukasvatuksen tavoitteena ei ole pitää yllä modernia elämäntapaa ja järjestää seikkailuja vain seikkailun vuoksi. (Lehtonen 1998, 105 – 106)

Seikkailukasvatuksen pohjimmaisena tarkoituksena on auttaa löytämään uusia toimintatapoja kehittämällä mielikuvitusta ja luovaa ajattelua. Tavoitteena onkin, että yksilö löytäisi itsestään "sisäisen lapsen". Samalla seikkailukasvatuksen tavoitteena opettaa kantamaan vastuuta, jonka kautta yksilö kykenee löytämään myös elämäänsä kaipaamansa vapautta. (Karppinen 2007, 47 – 58)

Seikkailukasvatus on samanaikaisesti sekä vanha että uusi kasvatustapa. Sen tulisi olla tavoitteellista toimintaa, jonka päämääränä on lisätä inhimillistä kasvua ja kehitystä. Seikkailukasvatus on kokonaisvaltaista, arvostavaa ja innostavaa yhdessä oppimista. Onnistunut seikkailukasvatus sisältää piirteitä oivaltamisesta ja onnistumisen ilosta, mutta toisaalta myös tekemisen tuskaa ja jatkuvaa ratkaisujen etsimistä. Seikkailukasvatuksesta on näillä termeillä ja tavoitteilla puhuttu vasta noin sata vuotta, mutta käytännössä ne ovat olleet mukana aina ihmiskunnan kehityksessä. (Suomen Nuorisokeskukset 2011)

Seikkailukasvatuksessa painotetaan ryhmän merkitystä: se on yksilölle kuin peili, jonka kautta hän saa palautetta itsestään ja toiminnastaan. Ryhmä on myös

turvallinen tuki, joka edesauttaa yksilöä ylittämään omia rajojaan ja omaksumaan uusia toimintatapoja. Vaikkakin seikkailukasvatuksessa painotetaan toimintaa, niin se ei kuitenkaan ole itsetarkoitus - vaan toiminnan kautta on tarkoitus oppia ja kasvaa. (Lehtonen 1998, 97 – 103)

Seikkailukasvatusta voidaan toteuttaa myös muualla kuin luonnossa toimien, esimerkiksi erilaiset taiteen ja draaman elementit ovat osa seikkailukasvatusta. Tästä voidaankin vetää johtopäätöksenä, että seikkailukasvatuksen menetelmät ovat hyvin monipuolisia: seikkailuliikuntaa, luontoretkeilyä, toiminnallisia ryhmätyömenetelmiä, draamallisia ja ilmaisullisia menetelmiä, luovia menetelmiä, pienryhmiä ja keskusteluita sekä paljon muuta. (Karppinen 2007, 34 – 68) Seikkailukasvatuksessa on tärkeää myös purkaa kaikki toiminnat ja tapahtumat sekä niistä syntyneet tuntemukset ja kokemukset jokaisen kerran jälkeen. Nämä palautekeskustelut auttavat opittujen asioiden siirtämistä arkeen. Lisäksi nämä palaute ja reflektointituokiot erottavat seikkailukasvatuksen ns. tavallisesta uusien kokemusten hakemisesta. (Clarke 1998, 61 – 65)

Seikkailukasvatuksella on monia periaatteita ja tavoitteita. Seikkailukasvatus pohjaa ajatukseen, että jokainen ihminen on itsessään arvokas, tärkeä ja tarpeellinen. Sen mukaan myös ihminen on täydellinen kokonaisuus, jossa tunteet, järki ja toiminta ovat alati vuorovaikutuksessa sekä keskenään että suhteessa ympäristöönsä. (Ojala 2007) Seikkailukasvatuksen toimintamenetelmien pohjalla vaikuttaa myös käsitys siitä, että sen mukaan ihminen on kehittyvä sosiaalinen yksilö, joka kuuluu elämänsä aikana monenlaisiin ryhmiin ja yksilöihin. Siksi seikkailukasvatuksen tavoitteena onkin ottaa yksilö huomioon sekä osana ryhmää että omana yksilönään. (Lehtonen 1998, 100 – 104)

Seikkailukasvatuksen yhtenä tavoitteena on tukea yksilön inhimillistä kasvua. Ja käytännössä se toteutuu parhaiten havainnoimalla ihmisistä kokonaisuutena, koska vain yhteen osa-alueeseen vaikuttaminen on hankalaa. Seikkailukasvatuksessa ohjaajan tulisi kohdata jokainen yksilö arvostaen ja aidosti, koska sitä kautta aukeaa mahdollisuus kasvun tukemiseen. (Suomen Nuorisokeskukset 2011) Hyvä seikkailukasvattaja yrittää ymmärtää yksilön ihmisyyttä: meissä kaikissa on paljon erilaista, mutta myös paljon yhteistä. Ymmärtäessämme toisia opimme

ymmärtämään myös itseämme. Seikkailukasvatus onkin vastavuoroista oppimista ja kasvamista - ei vain yksipuolista ohjattavan kouluttamista. (Karppinen 2007, 68 – 95)

Seikkailukasvatuksen yhtenä periaatteena on myös luonnon arvostaminen. Erilaiset seikkailuretket ja toiminnot luonnon keskellä eivät ole vain pakoa arjesta - vaan niiden avulla opimme itsestämme uutta ja huomaamme kasvavamme sekä opimme myös arvostamaan ja kunnioittamaan luontoa. Sitä kautta seikkailukasvatuksen tavoitteena on auttaa yksilöä löytämään oma elämänsä entistä täydempänä, arvokkaampana ja rikkaampana. (Suomen Nuorisokeskukset 2011) Mutta vaikka seikkailukasvatukseen kuuluvat myös erilaiset huippukokemukset ja uskomattomat elämykset, niin tavoitteena ei ole niiden avulla paeta elämän todellisuutta. Vaan seikkailukasvatuksen tavoitteena on antaa uusia näkökulmia ja keinoja oppimiseen ja oivaltamiseen, sopeutumiseen ja sopeutumattomuuteen sekä pyrkimykseen tehdä omasta ja muiden elämästä parempi ja tasapainoisempi. (Ojala 2007)

Seikkailukasvatuksen periaatteena on antaa yksilölle uskallusta ja mahdollisuuksia omien rajojen rikkomiseen. Monesti ihmiset luovat itselleen turvallisuusrajat liiankin ahtaiksi vain välttääkseen uusia kolhuja. Sen takia useimmiten ihmiset jämähtävät paikoilleen ja lakkaavat elämästä täysillä. Seikkailukasvatuksessa ei kuitenkaan tarkoituksena ole toimia muurinkaatajina ja sortaa ajattelematta kaikkia rajoja. (Suomen Nuorisokeskukset 2011) Yksi seikkailukasvatuksen merkittävämpiä tavoitteita on arkirutiininen hajottaminen, jotta pystyisimme ajattelemaan omaa olemassa oloamme suhteessa itsemme, toisiin ihmisiin ja luontoon. Seikkailukasvatuksen tavoitteena on antaa ihmisille mahdollisuuksia laajentaa omia rajojaan turvallisesti ja kunnioittavasti. Tärkeää on, että yksilö kokee rajojen rikkomisen turvallisesti hyvässä ryhmässä ja ohjaajan läsnä ollessa. Seikkailukasvatuksessa luodut laajat rajat eivät ahdistakaan eivätkä rajoita, vaan antavat mahdollisuuden tutkia tuntemattomia alueita elämässämme ja itsessämme. Tätä kautta seikkailukasvatuksen tavoitteena on auttaa yksilöä ymmärtämään, että elämä joka on perustukseltaan järjestyksessä kestää myös paljon yllätyksellisyyttä, epäjärjestyttä ja luovaa kaaosta. (Kiiski 1998, 109 – 114)

Seikkailukasvatuksen tavoitteisiin luetaan myös se, että ihmisistä tulee vastuullisempia: onnistunut seikkailukasvatus antaa valmiuksia ottamaan vastuuta ja huolehtimaan paitsi itsestä, myös toisista ja ympäröivästä yhteiskunnasta. Seikkailukasvatuksen mukaan yksilö voi oppia vastuullisuutta turvallisessa ryhmässä, jonka toiminta on tarkkaan suunniteltu. (Suomen Nuorisokeskukset 2011) Keskeisintä seikkailukasvatuksessa onkin, että ohjaaja on luotettava, turvallinen ja asiaan perehtynyt: sellaiseen seikkailuohjaajaan pystyy ryhmä luottamaan ja uskaltaa ottaa myös itse vastuuta. Seikkailukasvatuksen tavoitteena on myös edesauttaa yksilön itsenäistymisessä. Ja se tapahtuukin erilaisten toimintojen kautta, jolloin yksilö joutuu itse pohtimaan, miten olisi parasta ja turvallisinta toimia. (Karppinen 2007, 77 – 84)

Seikkailukasvatuksen tavoitteina on myös sosiaalisuus ja ryhmäytyminen. Ryhmässä toimiminen on välttämätöntä seikkailukasvatuksessa: jokaisen tulee ottaa oma roolinsa ja kommunikoida toiminta- ja ajattelutavoista toisten ryhmäläisten kanssa. Ryhmä yhdessä löytää ne keinot, joilla uudet haasteet otetaan vastaan ja voitetaan. Myös epäonnistumisista ryhmä voi oppia reflektoinnin avulla. Tärkeää ryhmätyössä on, että ryhmä kasvaa yhdessä, että he motivoituvat yhteisiin päämääriin ja kykenisivät luottamaan aidosti toisiinsa sekä tunnistaisivat omat heikkoutensa ja vahvuutensa. Tämä kuitenkin tarkoittaa sitä, että ohjaajalla tulee olla aikaa ja tahtoa paneutua ryhmäänsä ja työhönsä. Siksi ohjaajan pitää löytää ne menetelmät, jotka vaikuttavat mahdollisimman kokonaisvaltaisesti asiakkaisiin. (Karppinen 2007, 74 – 101)

Seikkailukasvatuksen mukaan toiminnan tulisi olla elämyksellistä, luontoa kunnioittavaa, tavoitteellista, tietoista, kokonaisvaltaista, toimintapainotteista ja kasvuprosesseja tukevaa. Seikkailukasvatuksessa on oleellista vastaanottaa haaste, selviytyä siitä, kohdata omat kyvyt ja rajat sekä saavuttaa huippuelämys. Sen kautta yksilöllä on mahdollisuus kehittää emotionaalisia, kognitiivisia, motorisia ja sosiaalisia taitoja ja valmiuksia. (Karppinen 2007, 44 – 89)

4.2 Liikunnan merkitys lapsen kokonaiskehitykselle

Lapset liikkuvat luonnostaan. Parhaimmillaan liikunta tukee lapsen ja nuoren kasvua ja kehitystä monin tavoin, sillä liike vaikuttaa kaikkiin kehityksen osatekijöihin: motoriseen, tiedolliseen, taidolliseen sekä tunne-elämän kehitykseen. Liikkuessaan lapsi oppii uutta ja saa onnistumisen kokemuksia. (Autio & Kaski 2005, 54.)

Liikunnassa tulisi näkyä lapsen ilo ja sen pitäisi olla lapselle mielekästä, jotta liikunta jatkuisi läpi elämän. Lapsuuden ja nuoruuden liikuntakokemukset jättävät yleensä vahvan jäljen – joko positiivisen tai negatiivisen. Tämän takia aikuisen tulee muistaa, että jokainen lapsi kehittyy liikkumisessa ja oppimisessa omaan tahtiinsa. Lapsen ja ohjaajan yhteistyö liikunnassa ja sen suunnittelussa edesauttaa lapsen kokonaisvaltaista kasvua. Tämä edellyttää, että ohjaaja luopuu ajatuksesta, jonka mukaan jokin liikuntalaji itsessään olisi tärkeä. (Hakala 1999, 94–95.)

4.2.1 Liikunta ja oppiminen

Uuden oppiminen tapahtuu usein lapsen liikkumisen kautta tai sen avulla. Liikunnan avulla lapsi oppii esimerkiksi suuntia, etäisyyksiä ja sijaintia. Nämä tiedot ovat kielellisen, matemaattisen ja tiedeopiskelun perusteita. Liikunnan avulla tuetaan myös lukemisen ja kirjoittamisen oppimista, sillä liikunnassa esimerkiksi vahvistetaan kehon oikean ja vasemman puoliskon yhteistyötä. Lapsen omalla aktiivisella toiminnalla on suuri vaikutus siihen, miten hän kehittyy ja oppii sekä miten hänen tietovarantonsa karttuu. (Huisman 2005, 32–33)

Liikunta ja motorinen kehitys ovat olennainen osa lapsen kokonaiskehitystä. Motorisella kehityksellä tarkoitetaan läpi elämän kestävästä prosessista, jonka seurauksena lapsen taito itsenäiseen liikkumiseen paranee ja monipuolistuu. Liikuntaan liittyvä motorinen toiminta edellyttää aina myös kognitiivista toimintaa kuten tarkkaavaisuuden suuntaamista. Näin ollen lapsen liikkuaessa kehittyy väistämättä myös hänen kognitiiviset toimintansa. Kognitiivisilla taidoilla tarkoitetaan tiedon hankintaan liittyviä taitoja, kuten havaitsemista, muistamista tai ymmärtämistä. On näyttöä siitä, että kielelliset ongelmat esiintyvät usein

samanaikaisesti motoristen ongelmien kanssa. Liikunnan epäillään vaikuttavan positiivisesti kielen kehitykseen ja puheeseen. (Ahonen 2005, 22–23)

4.2.2 Liikunnan sosiaalinen merkitys

Erilaiset liikuntatilanteet tuottavat osallistujille sosiaalisia kokemuksia. Lisäksi myös liikunnassa koettu yhteisyys ja läheisyys lisäävät kiinnostusta liikuntaan ja vahvistaa liikunta-asenteiden muutoksia. Liikuntaa pidetäänkin hyvänä ympäristönä, jossa voidaan harjoitella ja kehittää sosiaalisia taitoja. (Vuori 2003, 32 – 37.)

Erilaisten pelien ja leikkien avulla voidaan opetella toisten huomioimista, yhteistyötä, kunnioitusta ja sääntöjen noudattamista. Osallistujat saavat liikunnasta myös subjektiivisia kokemuksia vuorovaikutuksista ja sosiaalisista tilanteista. Liikuntamuodot tukevat läheisyyttä, ystävyyttä ja ryhmään kuulumisen tunnetta, jotka ovat tärkeitä kehittyvälle minäkuvulle ja identiteetille. (Telama & Polvi 2005, 628 – 629)

Sosiaalisuus on aina yhteydessä yksilön minäkäsitykseen ja itsetuntoon. Heikko itsetunto ja negatiivinen minäkäsitys vaikeuttavat luontevien sosiaalisten suhteiden luomisessa. Mutta tulee kuitenkin muistaa, että minäkäsitys kehittyy aina sosiaalisissa vuorovaikutuksissa. Tällöin liikunnan avullakin pystytään vahvistamaan tai muuttamaan yksilön minäkäsitystä. Joukkueovereiden suosio ja arvostus heijastavat suoraan yksilön minäkäsitykseen. Ja erityisesti lapsilla ja nuorilla ikätoverien suosio on merkittävää. (Telama & Polvi 2005, 629)

Monet liikuntalajit tuovat ihmisiä yhteen. Suurin osa lajeista on joukkuelajeja, jolloin yhteistyö muiden kanssa on välttämätöntä. Jokaisessa lajissa on mukana jossain määrissä myös kilpailuhenkeä, joka vahvistaa vuorovaikutusta osallistujien välille. Lasten ja nuorten kanssa tulee kuitenkin muistaa, että kilpailua tai voittamista ei liikaa korosteta. Kouluikäisille lapsille tärkeä liikuntamotivaatio ovat kaverit: jopa 57 % harrastaa liikuntaa, koska ystäväkin harrastaa. (Telama & Polvi 2005, 630)

Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan sitä, että yksilö osaa ja haluaa olla luontevasti ja tehokkaasti vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Liikunnan kautta voidaan vahvistaa positiivista sosiaalista käyttäytymistä: kiinnostusta toista kohtaan, huomioimista, suvaitsevaisuutta, konfliktien selvittämistä, yhteistyökykyä. Liikunnallisin keinoin voidaan myös pyrkiä poistamaan negatiivista sosiaalista käyttäytymistä: itsekkyyttä, välinpitämättömyyttä, epäystävällisyyttä, suvaitsemattomuutta, aggressiivista käyttäytymistä. Liikuntatilanteissa on helppo järjestää konkreettisia tilanteita, joissa sääntöjä harjoitellaan ja opetellaan. Lisäksi pelien tiimellyksessä syntyy aina aitoja ristiriitatilanteita, joita on mahdollista oppia ratkaisemaan. (Telama & Polvi 2005, 629 – 633)

Liikuntaharrastuksissa ei ole tärkeintä vain osallistujien väliset vuorovaikutussuhteet, vaan on keskeistä luoda toimivat ja luontevat suhteet myös aikuisten ja lasten välille. Lasten kanssa toimiessa tulee myös antaa positiivista palautetta sosiaalisista onnistumisista, koska sitä kautta kyetään vahvistamaan auttamiskäyttäytymistä. Autoritäärinen ohjaaminen ei sellaisenaan kehitä sosiaalisia taitoja. Sosiaaliset elämykset ja oppiminen vaatii vuorovaikutteista ohjausmenetelmää. Lapsen ikätaso huomioiden ohjaajan tulisi myös antaa osallistujille mahdollisuuksia vastuunottoon ja päätöstentekoon. (Telama & Polvi 2005, 633 – 635)

Sosiaalisuuteen liittyy aukottomasti myös moraalinen ajattelu. Myös liikuntatilanteissa joudutaan välillä pohtimaan, mikä on oikein ja väärin. Moraalista ajattelua voidaan kehittää tarkastelemalla omaa toimintaa suhteessa muihin. Erilaisissa pelitilanteissa syntyy aina ristiriitoja ja kiistoja, joiden avulla voidaan keskustella moraalista ja eettisistä kysymyksistä. Onkin tärkeää huomata, että moraalisen ajattelun kehittäminen on yksi sosiaalisuuden tavoitteista. (Telama & Polvi 2005, 635 – 637)

Liikunnassa voidaan puhua sekä sosiaalistamisesta että sosiaalistumisesta. Kun ryhmä toimii ulkopuolelta tulevien sääntöjen, normien, arvojen, käyttäytymismallien ja ohjeiden mukaisesti niin, silloin kyse on sosiaalistamisesta. Kun taas osallistujat oppivat oman toimintansa kautta säännöt, normit, arvot, käyttäytymismallit, ohjeet ja normit, niin puhutaan sosiaalistumisesta. (Telama & Polvi 2005, 629)

4.2.3 Terveys ja hyvinvointi

Liikunnan harrastamisella on jo lapsuudessa merkitystä terveydelle. Monet terveyden riskitekijät muodostuvat jo lapsuudessa ja nuoruudessa. Näitä riskitekijöitä voidaan ehkäistä säännöllisellä liikunnalla jo kouluiässä. Aktiivinen liikunnan harrastaminen lapsuudessa lisää todennäköisyyttä sille, että liikuntaa harrastetaan aktiivisesti myös aikuisena. Vaikka liikunnalliset kokemukset ovat lapsen terveydelle välttämättömiä, saavutetaan tuloksia vasta silloin, kun lapsi itse pelkästä mielihyvystä osallistuu liikuntaan. Liikunnan pitäisi vastata lasten henkilökohtaista kehitystasoa ja tarpeita, jotta heillä olisi hyvä olla. (Zimmer 2001, 43–45.)

Lasten ja nuoreten ylipainoisuus on lisääntynyt viime vuosikymmeninä. Se on huolestuttavaa jo senkin takia, että lasten ylipaino on usein pysyvää. Monien terveydellisten haittojen lisäksi lihavuus voi vaikuttaa negatiivisesti psyykkiseen hyvinvointiin.

Liikunnalla on myönteinen yhteys henkiseen hyvinvointiin. Säännöllisesti liikkuvat lapset selviytyvät stressin hallinasta paremmin kuin vähän liikkuvat. Aktiivinen liikunta ehkäisee masennusoireiden ilmaantumista, se on myös yhteydessä vähäisempiin sosiaalisiin ongelmiin. Liikunta-aktiivisuus ja fyysinen kunto vaikuttavat positiivisesti myös koulutyöstä selviytymiseen. (Puhakainen 2001, 26.)

4.3 Innostaminen

Innostamisen tarkoituksena on herättää ihmisen tietoisuutta, organisoida toimintaa ja saada ihminen liikkeelle. Innostamisen avulla pyritään parantamaan elämän laatua. Innostamisessa keskeistä on sosiaalisuuden edistäminen, vuorovaikutuksen lisääminen ja yksilöiden välisten suhteiden kehittäminen. (Kurki 2000, 9, 19 – 24)

Innostamisen tarkoituksena on herätellä elämää siellä, missä sitä ei ole: luodaan liikettä ja tuetaan aloitteellisuutta. Lisäksi innostamisen tavoitteena on tukea niitä kykyjä, jotka ovat jo olemassa: motivoidaan ja vahvistetaan yksilöiden ja ryhmien taitoja ja voimavaroja. Onnistunut innostaminen parantaa elämänlaatua, synnyttää

oma-aloitteisia sosiaalisia suhteita ja muuttaa asenteita. Innostamisessa pitäisi näkyä kahdeksan piirrettä: sosiaalista toimintaa, osallistuvaa pedagogiikkaa, yhteisöllistä toimintaa, ryhmäytymistä, oma-aloitteisuutta, reflektiivistä toimintaa, monipuolista teknologiaa, suunniteltua ja tavoitteellista toimintaa. (Kurki 2000, 23 – 28)

Innostaminen on yhteisöllistä ja kasvatuksellista toimintaa. Tavoitteena on yksilöiden hyvinvoinnin mahdollistaminen ja vahvistaminen. Innostamisessa pitää ottaa huomioon osallistujien sosiaalinen ja kulttuurinen ympäristö. Innostaminen on toiminnallinen prosessi – ei vain yksittäisiä toimintahetkiä. Innostamisen ideana on osallistaminen: yksilö ei vain osallistu toimintaan vaan tarkoituksena on sitouttaa yksilö toiminnan alusta loppuun. Keskeistä innostamisessa on se, että yksilö kokee toiminnan merkityksellisenä ja on mukana vapaaehtoisesti. (Kurki 2000, 41 – 53)

Innostamisessa keskeisessä osassa ovat: vapaaehtoisuus, innostaja, osallistava toiminta, ihmisarvon kunnioitus, toiminnan ja todellisuuden kohtaaminen sekä kulttuurisen identiteetin vahvistaminen. Innostamista voidaan toteuttaa monilla eri alueilla, esimerkiksi kasvatuksellisilla, kulttuurisilla, taiteellisilla ja sosiaalisilla alueilla. (Kurki 2000, 54 – 80)

Innostamisessa on kolme eri aluetta: sosiaalinen, kulttuurinen ja pedagoginen. Sosiaalisuus tarkoittaa sitä, että yksilöt toimivat yhdessä ryhmänä ja luovat toimivia vuorovaikutussuhteita. Innostava toiminta tukee yhteisöllisyyttä ja se lisää solidaarisuutta. Vahva yhdessä tekeminen edesauttaa yhteisten tavoitteiden asettamista ja sitoutumista niiden tavoitteluun. Kulttuurisuus näkyy innostamisessa luovuutena. Tavoitteena olisi, että osallistujat oppisivat löytämään palasen luovuutta osaksi omaa arkeaan. Innostava toiminta avaa myös uusia näkökulmia ja se lisää eläytymistä hetkeen. Pedagogisesti ajatellen innostaminen lisää havainnointikykyä ja antaa valmiuksia kehittää kriittistä ajattelua. Keskeisintä kuitenkin on se, että toiminnassa tuetaan yksilön kokonaisvaltaista kasvua. Pedagogisesti ajatellen kaikki toiminta tulisi käsitellä ja purkaa jälkepäin. (Kurki 2000, 88 – 128)

Koska toiminnan ydin on ihmisten oma osallistuminen, tulee innostajien työ vähitellen tarpeettomaksi. Loppua kohden ihminen kykenee ottamaan enemmän

vastuuta omasta toiminnastaan – kerhokertojen jälkeen toivommeekin, että lapset liikkuvat itsenäisesti enemmän.

4.3.1 Innostamiseen vaikuttavat tekijät

Innostaminen rakentuu aina samoista elementeistä, sillä jokaisessa innostamisen tilanteessa on muuttumattomia tekijöitä. Tällaisia muuttumattomia tekijöitä on yhteensä seitsemän ja ne tulee huomioida innostamista suunniteltaessa. Ensimmäinen elementti on tekeminen eli miten ryhmä organisoidaan ja miten sen tavoitteisiin pyrkiminen järjestetään. Toinen elementti on osallistujat eli ihmiset, jotka saavat aikaan toimintaa. Seuraava elementti on aika, jona tavoitteet saavutetaan. Myös instituutio on yksi elementeistä. Instituutiolla tarkoitetaan juridispoliittista taustaa, joka ohjaa toimintaa, esimerkiksi laki. Viides elementti on sosiaalinen suhde, joka rakentuu sekä ryhmän sisällä että suhteessa ulkopuolisiin. Kuudes elementti on strategia, jonka avulla innostamisen tavoitteet saavutetaan. Viimeinen elementti on filosofia. Sillä tarkoitetaan toiminnan taustalla vaikuttavia toimintamalleja. (Kurki 2000, 73–76.)

4.3.2 Innostajan ominaisuudet

Kaikki ihmiset eivät sovi innostajiksi, sillä innostaa ei voi, jollei ole itse asiasta innostunut. Innostamisen edellyttämiä ominaisuuksia ovat spontaanisuus, ilmaisun herkkyys ja luovuus. Innostajan omat asenteet, odotukset, uskomukset ja persoonalliset piirteet vaikuttavat prosessin kulkuun oleellisesti. Innostajan tulee myös osata ratkaista konflikteja ja kohdata ongelmia. Innostajalla pitää olla riittävästi persoonallisuutta yllyttämiseen ilman määräilyä. (Kurki 2000, 83.)

4.4 Sosiaaliset taidot

Lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät monen erilaisen kehitysprosessin myötä. Lapsen syntymän jälkeinen hyvä äiti-lapsi suhde luo pohjan sosiaalisten taitojen kehittymiselle. Lapsuus on sosiaalisten vuorovaikutustaitojen oppimista sekä

sosiaaliseen pätevyyteen kasvamista. Sosiaalinen pätevyys määritellään kyvyksi yhdistää ajattelu, tunteet ja käyttäytyminen sosiaalisten tehtävien suorittamisessa. (Huhtanen 2005, 12–13)

Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot tarkoittavat eri asioita. Sosiaalisuus on synnynnäinen temperamenttipiirre, joka tarkoittaa ihmisen halua olla muiden ihmisten kanssa. Sosiaaliset taidot puolestaan kehittyvät oppimalla. Ne tarkoittavat ihmisen kykyä olla muiden kanssa, riippumatta siitä, miten seurallinen hän on. Sosiaalisten taitojen määrittely on kiinni aikakaudesta ja kulttuurista. Nykyään keskeistä on se, että ihminen kykenee nopeasti solmimaan kontaktin hyvin erilaisten ihmisten kanssa ja olemaan luonteva heidän seurassaan. (Keltikangas-Järvinen 2010, 17–18; 20–21.)

Laaja vaihtoehtojen valikoima ja kyky valita oikea ratkaisu on yksi tärkeimmistä sosiaalisten taitojen alueista. Sosiaalisesti taitava ihminen kykenee joustavasti valitsemaan tilanteen kannalta parhaan ja tehokkaimman toimintamallin. Kun on käytössä paljon erilaisia vaihtoehtoja sosiaalisten ongelmien ratkaisemiseksi, ihminen joutuu harvoin kahnauksiin kenenkään kanssa. Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan myös kykyä ymmärtää toisen näkökulmia ja tunteita.

Sosiaalisiin taitoihin liittyy aina eettinen ja moraalinen näkökulma. Ei riitä, että sosiaalisen ongelman ratkaisuvaihtoehto on tehokas, sillä sen täytyy olla myös eettisesti ja moraalisesti hyväksyttävä. Näin ollen sosiaaliset taidot eivät kuvasta pelkästään ihmisen kykyä selvitä sosiaalisista tilanteista vaan laajemmin hänen persoonaansa. Sosiaalisissa taidoissa näkyy ihmisen kyky arvostaa ja kunnioittaa muita, kyky ottaa huomioon muiden oikeudet sekä kyky käyttäytyä sovittujen sääntöjen mukaisesti. (Keltikangas-Järvinen 2010, 20–24.)

4.4.1 Aggressiivisuuden estäminen

Sosiaalisissa taidoissa aggressiivisuus nähdään sellaisena toimintana, joka aiheuttaa muille harmia, ja jota ei voi moraalisesti tai eettisesti hyväksyä. Aggressiivisuus voidaan nähdä sosiaalisten taitojen puuttumisena. Tällainen käytös tulisikin korvata

rakentavalla käytöksellä. Aggressiivinen käytös on usein itseään vahvistavaa: ihminen oppii, että aggressiivisella toiminnalla hän pääsee nopeasti päämääräänsä ja siksi toimii niin jatkossakin. Tällaiseen käyttäytymiseen tulisi puuttua välittömästi, sillä aggressiivisuudella on taipumus laajentua alkuperäisen piirin ulkopuolelle, esimerkiksi yksi aggressiivisesti käyttäytyvä oppilas saa nopeasti seuraajia.

Aggressiivisuus on ihmiselle luontainen käyttäytymismalli tilanteessa, jota hän ei hallitse ja joka näyttyy uhkaavana. Se on myös keino saavuttaa jotakin, jolloin se johtaa hetkelliseen tasapainoon, kun häiriön syy pystytään poistamaan. Aggressiivinen käytös on kuitenkin osoitus psyykkisestä taantumasta, se tulee esiin silloin, kun muita keinoja ei enää ole. (Keltikangas-Järvinen 2010, 65–73.)

4.4.2 Sosiaalisuuden edistäminen

Sosiaalisuus on siis synnynnäinen temperamenttipiirre. Temperamentilla tarkoitetaan ihmiselle tyypillistä yksilöllistä käyttäytymis- tai reagoimistyyliä, joka erottaa hänet muista. Yksinkertaisesti ajateltuna sosiaalisuus tarkoittaa sitä, miten palkitsevaa muiden seura on ihmiselle. Sosiaalisuus edesauttaa sosiaalisten taitojen hankkimista, mutta se ei ole niiden saavuttamisen edellytys.

Sosiaalinen lapsi saa ympäristöltään paljon positiivista palautetta, kuten ihailua, kehumista ja kannustusta, joka on kaikin puolin hänen kehitykselleen eduksi. Matalan sosiaalisuuden omaavat lapset eivät yleensä saa riittävästi huomiota; aikuinen menettää nopeasti kiinnostuksen lapseen, joka ei ota kontaktia tai vastaa kysymyksiin. Lasta tulisikin aina lähestyä tämän yksilöllisen temperamentin edellyttämällä tavalla. (Keltikangas-Järvinen 2010, 36–37; 40.)

On tärkeää muistaa, että ujous ei ole sosiaalisuuden puutetta. Ujoudella tarkoitetaan sitä, että ihminen alussa salpautuu uusissa sosiaalisissa tilanteissa, mutta se ei tarkoita ettei hän olisi kiinnostunut muista ihmisistä ja nauttisi heidän seurastaan. Ujo lapsi tarvitsee aikuisen tukea ja apua oppiakseen keinot, miten selvitä tämän kaikissa uusissa tilanteissa toistuvan ensireaktion yli. (Keltikangas-Järvinen 2010, 41–43.)

4.5 Itsetunto

Itsetunto kehittyy koko ihmisen elämän ajan. Itsetuntoon vaikuttavat kaikki kokemukset omasta ympäristöstä ja muista ihmisistä. Vanhemmilla on tärkeä rooli lapsen hyvän itsetunnon syntymisessä. Vanhempien hoitaminen tai hoitamatta jättäminen vaikuttavat itsetunnon kehittymiseen. Tärkeää on se, miten vanhemmat suhtautuvat lapseen ja hänen suorituksiinsa – niin onnistumisiin kuin virheisiinkin. (Keltikangas – Järvinen 1994, 123)

Myöhemmin itsetuntoon vaikuttavat muut piirit: koulu, ystävät, harrastukset ja läheiset. Koulun kautta lapsi oppii itsestään paljon asioita. Lapsi oppii näkemään itsensä tietynlaisena oppijana. Harrastustoiminnan kautta lapsi voi saada monipuolisia onnistumisia, jotka vahvistavat itsetunnon kehittymistä. (Keltikangas – Järvinen 1994, 123)

Itsetunnon kehittyminen jatkuu myös nuoruudessa ja aikuisuudessa. Ei voidakaan sanoa, että ihminen jossain vaiheessa saavuttaisi sellaista tilaa, etteivät mitkään asiat vaikuttaisi hänen itsetuntoonsa. Jatkuvat epäonnistumiset saattavat hajottaa myös vahvan itsetunnon; ja vastaavasti heikko itsetunto saattaa kohentua monilla positiivisilla kokemuksilla. (Keltikangas – Järvinen 1994, 124)

On kuitenkin todella vaikea selittää, miksi itsetunnon kehittyminen tietynlaisesti. Kokemukset ovat aina subjektiivisia. Toisille ihmisille pienetkin vastoinkäymiset riittävät murtamaan hyvän itsetunnon; toisille taasen riittää yksikin turvallinen ja luotettava ihmissuhde turvaamaan terveen itsetunnon. (Keltikangas – Järvinen 1994, 124)

4.5.1 Hyvä itsetunto

Hyvä itsetunto tarkoittaa monia asioita. Myönteinen käsitys itsestä ja tunne siitä, että on hyvä, on osa positiivista itsetuntoa. Ihmisellä, jolla on hyvä itsetunto, näkee itsessään enemmän hyviä kuin huonoja ominaisuuksia. Se ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei ihmisellä olisi heikkouksia tai huonoja puolia. Terveellä itsetunnolla ihminen

kykenee havaitsemaan ne ja asettamaan ne oikeisiin mittasuhteisiin. (Keltikangas – Järvinen 1994, 17)

Itsensä arvostaminen ja itseensä luottaminen kuuluvat hyvään itsetuntoon. Jos ihmisellä on hyvä itsetunto, hän arvostaa omia ajatuksiaan, mielipiteitään ja päätöksiään: hän puolustaa näkemyksiään, ei hyväksy loukkaamisia, pitää kiinni oikeuksistaan ja arvostaa omia suorituksiaan. Hyvällä itsetunnolla ihminen uskoo, että pystyy itse vaikuttamaan asioihin omilla päätöksillään ja ratkaisuillaan. Silloin ihminen uskaltaa asettaa itselleen myös korkeita tavoitteita ja ottaa vastaan isojaakin haasteita. (Keltikangas – Järvinen 1994, 18)

Jos ihmisellä on hyvä itsetunto, niin hän näkee itsensä arvokkaana, uniikkina ja tärkeänä. Tällöin ihminen näkee oman elämänsä merkityksellisenä ja ainutlaatuisena. Eikä ihminen tarvitse niin tunteakseen mitään suorituksia, meriittejä tai onnistumisia – vaan hän arvostaa omaa elämäänsä sellaisenaan. (Keltikangas – Järvinen 1994, 18)

Myös toisten arvostaminen on osa ihmisen hyvää itsetuntoa. Jos ihminen näkee itsensä positiivisessa valossa, niin hän kykenee myös antamaan arvoa muiden osaamiselle, näkemyksille ja mielipiteille. Tällöin ihminen ei koe toisten osaamista uhkana, vaan pystyy jopa ihailemaan muita ihmisiä. (Keltikangas – Järvinen 1994, 19)

Myös itsenäisyys on osa hyvää itsetuntoa. Silloin ihminen on riippumaton muiden ajatuksista, mielipiteistä tai periaatteista. Hyvällä itsetunnolla ihminen pystyy omaksumaan omat arvot, mielipiteet ja ajatusmaailman sekä pitämään niistä kiinni. Hyvä itsetunto ja itsenäisyys eivät kuitenkaan tarkoita muiden tallomista tai loukkaamista: se on sitä, että ihminen pystyy itse tekemään päätökset siitä, millainen on hänen mielestä hyvä elämä ja toimimaan niiden mukaan välittämättä ympäristön luomista paineista tai odotuksista. Hyvästä itsetunnosta ei kuitenkaan viesti joustamaton itsepäisyys, sillä se kuvastaa enemmänkin epävarmuutta. (Keltikangas – Järvinen 1994, 20–22)

Jos ihmisellä on hyvä itsetunto, niin hän pystyy kestäämään myös pettymyksiä ja vastoinkäymisiä. Epäonnistumiset eivät horjuta itsetuntoa ja virheiden myöntäminen

on helppoa. Hyvällä itsetunnolla ihminen pystyy ymmärtämään, että virheiden tekeminen ei tee hänestä huonoa tai arvotonta ihmistä. (Keltikangas – Järvinen 1994, 22–23)

4.5.2 Itsetunnon eri alueita

Itsetunto ei ole vain yksi ominaisuus. Ei voida pelkistää, että ihmisellä olisi joko hyvä tai huono itsetunto. Vaikka jokaisella on oma suhtautumistapansa selviytyä elämän haasteista, niin se on vain itsetunnon yksi ominaisuus. Itsetunto on kuitenkin kattava kokonaisuus, joka koostuu monista alueista. (Keltikangas – Järvinen 1994, 26)

Yksi alueista on suoritusitsetunto. Se määrittää sen, miten paljon ihminen luottaa itseensä: kykyihinsä, taitoihinsa ja selviytymiseensä. Suoritusitsetuntoon kuuluu myös se, miten korkealle ihminen asettaa päämääränsä. Myös pelkästään suoritusitsetunnossa voi olla monia eri tasoja. (Keltikangas – Järvinen 1994, 26)

Itsetunnon eri alueisiin lasketaan myös sosiaalisuus – erityisesti selviytyminen sosiaalisista tilanteista ja sosiaalinen suosio. Ihminen pystyy luottamaan siihen, etteivät uudet mahdollisuudet kariudu siihen, ettei tulisi toimeen sosiaalisesti muiden kanssa. Ihminen kokee myös, että hänellä on luotettavia ihmisiä ja sitä kautta sosiaalinen suosio. (Keltikangas – Järvinen 1994, 27)

Erityisesti lasten ja nuorten kanssa itsetuntoon liitetään varmuus siitä, että toiset rakastavat ja hyväksyvät heidän varauksetta. Heidän kohdallaan itsetunto heijastuu myös tietona siitä, että läheiset viihtyvät heidän seurassaan ja haluavat viettää aikaa yhdessä. Aikuisilla taasen se näkyy tyytyväisyytenä elämäänsä ja onnistuneina tunnesiteitä. (Keltikangas – Järvinen 1994, 27)

Itsetunto siis koostuu monista asioista. Näin ollen ei voida yksiselitteisesti sanoa, että ihmisellä on joko hyvä tai huono itsetunto. Ihmisellä voi olla toisessa tilanteessa hyvä itsetunto; ja toisessa tilanteessa heikompi itsetunto. Lisäksi itsetunnon mittaamiseen vaikuttavat pitkälti myös kulttuuriset eroavaisuudet. Esimerkiksi

länsimaisessa kulttuurissa arvostetaan enemmän suorittamista ja osaamista kuin hyvää sosiaalisuutta ja elämän myönteisyyttä. (Keltikangas – Järvinen 1994, 28)

4.5.3 Mitä itsetunto ei ole

On tärkeää miettiä myös sitä, mitä itsetunto ei ole, koska se auttaa hahmottamaan paremmin sitä, mistä itsetunto koostuu. Hyvä itsetunto ei tarkoita suorittamista, itsevarmuutta ja korkeaa vaatimustasoa. Toisinaan ihmiset saattavat peitellä epävarmuutta ja heikkoa itsetuntoa liiallisella itsevarmuudella. (Keltikangas – Järvinen 1994, 75)

Hyvä itsetunto ei tarkoita itsensä ylenpalttista ihailemista ja asioiden näkemistä pelkästään positiivisina. Hyvä itsetunto tarkoittaa sitä, että ihminen osaa ylläpitää realistista minäkuvaa. Ja sitä kautta kykenee arvostamaan itseään epäonnistumisista huolimatta. Ihminen on myös tyytyväinen tekemisiinsä silloin, kun on asettanut tavoitteet riittävän korkealle – toisin kuin pienet lapset ovat usein tyytyväisiä kaikkeen, mitä saavat aikaiseksi. (Keltikangas – Järvinen 1994, 77)

Hyvä itsetunto ei ole sosiaalista lahjakkuutta ja rohkeutta. Ei voida olettaa, että hyvällä itsetunnolla ihminen osaisi toimia sosiaalisesti oikein; ja heikolla itsetunnolla ihminen toimisi sosiaalisissa tilanteissa kömpelösti ja heikosti. Sosiaalinen aktiivisuus ja lahjakkuus nähdään enemmänkin temperamentin piirteinä kuin hyvänä itsetuntona. Hyvä itsetunto kuitenkin saattaa edesauttaa vuorovaikutussuhteiden rakentamisessa ja ylläpitämisessä. Pitää kuitenkin ottaa huomioon, että sosiaalisuuden ja muista riippuvuuden välinen raja on pieni. (Keltikangas – Järvinen 1994, 77–78)

Hyvä itsetunto ei tarkoita itsekkyyttä. Jos ihmisellä on hyvä itsetunto, niin hän tietää olevansa arvokas. Mutta hän ei kuitenkaan saavuta tavoitteitaan toisia alistamalla tai hyödyntämällä. Usein kuvitellaan, että niillä ihmisillä on hyvä itsetunto, jotka tietävät, mitä haluavat ja pyrkivät siihen kaikin keinoin. Se voi kuitenkin olla merkki piilotetusta epävarmuudesta ja huomion sekä hyväksynnän hakemisesta. (Keltikangas – Järvinen 1994, 79–80)

4.6 Syrjäytymisen vähentäminen

Lasten syrjäytymisestä on olemassa hyvin vähän tutkittua tietoa. Suomen Akatemian tutkimusohjelmassa 2000 – 2003 on kuitenkin pyritty selvittämään mahdollisia syitä lasten ja nuorten syrjäytymiseen. Syrjäytyminen on kuitenkin pitkä prosessi – eikä sitä pystytä selittämään yhdellä tyhjentävällä vastauksella. (Laine 2002; Aula 2008)

On kuitenkin löydetty joitain riskitekijöitä, jotka ennustavat lasten ja nuorten mahdollista syrjäytymistä tulevaisuudessa. Tällaisia riskitekijöitä ovat: epäsuotuisa vanhemmuus, epävakaat perhe-elämä, lasten epätyytyttävä sosiaalinen elämä ja epäsuotuisa oppimisympäristö. (Laine 2002.)

Epäsuotuisalla vanhemmuudella tarkoitetaan vanhempien kyvyttömyyttä tai haluttomuutta luoda lapseensa toimiva, myönteinen ja luottamuksellinen vuorovaikutussuhde. Mikäli lapsen kiintymyssuhde vanhempiin on puutteellinen, niin se usein johtaa negatiivisen itsetunnon syntymiseen, epäsosiaalisuuteen, kielteiseen suhtautumiseen ja ahdistuneisuuteen. Epäsuotuisaan vanhemmuuteen lasketaan myös vihamielinen ja liian ankara kasvatustyyli. Lisäksi epäjohdonmukaiset, tehottomat ja avuttomat kasvatukset ovat osa epäsuotuisaa vanhemmuutta. (Laine 2002.)

Epävakaat perhe-elämä näyttäytyy erilaisina uhkina, jotka horjuttavat perheen kiinteyttä ja säännöllisyyttä. Erityisesti pitkittynyt työttömyys ja taloudelliset ongelmat heijastuvat lapsen ongelmissa – ja sitä kautta ovat riskitekijöinä lapsen syrjäytymisessä. (Laine 2002)

Epätyytyttävä sosiaalinen elämä pitää sisällään kaikki lapsen tärkeät vuorovaikutussuhteet. Lapset tarvitsevat ja kaipaavat ikätoverien ja vertaisryhmien arvostusta ja hyväksyntää. Mikäli lapsi kokee jatkuvaa epäsuosiota ja ryhmien ulkopuolelle jäämistä, niin se aiheuttaa negatiivista sosiaalisten suhteiden noidankehää. Tällöin lapset syrjäytyvät omasta vertaisryhmästään ja menettävät mahdollisuutensa kokea sosiaalista onnistumista. (Laine 2002)

Epäsuotuisaan oppimisympäristöön liittyvät monet asiat. Jo pelkästään vanhempien kannustus, tuki ja kiinnostus oppimista kohtaan toimivat joko kannustimena tai jarruttajana. (Laine 2002) Lisäksi myös lapsen oppimisvaikeudet ja niihin puuttumattomuus toimivat riskitekijöinä syrjäytymisessä. Keskeistä olisi vahvistaa koulujen yhteishenkeä ja yhteisöllisyyttä, jotta voitaisiin ennaltaehkäistä lasten mahdollista syrjäytymistä. (Aula 2008)

Lasten syrjäytymisen ehkäisemisessä on tärkeää, että lapsella on toimivia ja luotettavia vuorovaikutussuhteita. Vaikka lapsen ja vanhempien välinen kiintymys- ja vuorovaikutussuhde on merkittävä, niin osaltaan sitä voidaan paikata muilla positiivisilla vuorovaikutussuhteilla toisiin aikuisiin. Keskeistä onkin, että lapsi saisi kokea kannustusta, palautetta ja kuulluksi tulemistä esimerkiksi kouluympäristössä tai harrastustoiminnassa. (Laine 2002)

Syrjäytymisprosessi on laaja kokonaisuus eikä vain asioiden summa. On kuitenkin huolestuttavaa, että MLL:n auttavaan puhelimeen vuonna 2010 jopa 10 % puheluista koski yksinäisyyttä. Lapsille yksinäisyys ja syrjäytyminen tarkoittavat yksin oloa välitunneilla ja iltapäivisin. Se johtaa heikkoon itsearvostukseen, epäonnistumisen kokemuksiin vuorovaikutussuhteisiin ja omaan riittämättömyyteen. (Kokko 2011)

4.7 Koulukiusaamisen eri muodot

Koulukiusaamisen ilmenemismuotoja on monia. Kiusaamiseksi lasketaan kaikki tietoinen ja toistuva negatiivinen käytös toista kohtaan. Se voi olla henkistä tai fyysistä. Kiusaamiseksi ei kuitenkaan lasketa yksittäisiä tapahtumia, vaikka nekin ovat ikäviä. (Harjunkoski & Harjunkoski 1994, 18 – 20)

Kiusaamisen voidaan jakaa kolmeen ryhmään: hiljaiseen, sanalliseen ja fyysiseen. Hiljaista kiusaamista on vaikein huomata. Se on hienovaraista ja piilotettua. Hiljaiseen kiusaamiseen lasketaan esimerkiksi huokailut, vaikenemiset, selän kääntämiset, eristäminen ja toisen täysin huomiotta jättäminen. Hiljainen kiusaaminen on kaikkein yleisintä. (Höistad 2003, 82)

Sanallinen kiusaaminen on juoruilua, matkimista, sanallista uhkailua, huomauttelua, valheiden levittämistä, pilkan tekoa, nauramista jne. Vaikka sanallinen kiusaaminen on näkyvämpää kuin hiljainen, niin liian usein sekin jää huomaamatta. Fyysinen kiusaaminen on näkyvintä ja sitä kautta helpoin huomata. Se on kaikkein tyypillisintä alakoulussa ja poikien keskuudessa. Fyysiseksi kiusaamiseksi lasketaan myös esimerkiksi oven kiinni lyöminen toisen edestä, tiellä seisominen, tavaroiden piilottelu ja heittäminen yms. Helposti fyysinen kiusaaminen puetaan leikiksi tai urheiluksi. (Höistad 2003, 82–85)

Tyttöjen ja poikien kohdalla on eroavaisuuksia kiusaamisessa. Poikien kiusaaminen on helpompi havaita, koska se useammin on näkyvää ja fyysistä. Tytöt taas harjoittavat enemmän sanallista ja hiljaista kiusaamista. Vaikka pojatkin harrastavat sanallista kiusaamista, niin se on silti näkyvämpää kuin tyttöjen: pojat arvostelevat uhria kovaan ääneen muiden kuullen. (Höistad 2003, 94)

Vaikka nykyisin tytötkin ovat omaksuneet maskuliinisempia kiusaamistapoja, niin silti on yleistä, että tyttöjen kiusaaminen on hyvin piilotettua. Tyttöjen kiusaaminen liittyy enemmän sosiaalisiin tilanteisiin: he eristävät uhrin ryhmän ulkopuolelle, kerryttävät omaa suosiotaan arvostelemalla muita, levittävät perättömiä juoruja. Tytöt ovat tarkkaavaisempia näkemään toisten heikot puolet ja iskevät niihin. Toisinaan tytöt käyttävät toisia häikäilemättömästi hyväkseen ja menevät henkilökohtaisuuksiin kiusaamisellaan. (Höistad 2003, 95–96)

5 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET JA HANKKEET

Pertti Huotari (2004) on vertaillut liikuntapedagogiikan lisensiaatintutkimuksessaan suomalaisten koululaisten kuntoa ja sen kehitystä 25 vuoden ajalta. Huotari tutkimuksessaan kiinnittää huomiota siihen, että vaikka lapset ovat luonnostaan aktiivisia, niin silti heidän passiivinen tapansa viettää vapaa-aikaa on lisääntynyt. Huotari mainitsee tutkimuksessaan myös, että liikunta-asenteet kehittyvät jo lapsuudessa joko negatiivisiksi tai positiivisiksi. Huotari pohti tutkimuksessaan sitä, että 25 vuoden aikana lasten ja nuorten kuntotaso on heikentynyt huomattavasti. Huotarin mielestä pitäisi kiinnittää erityisesti huomiota niihin, jotka eivät harrasta ollenkaan liikuntaa, koska heidän huono kuntosensa vaikuttaa jo päivittäisiin toimintoihin ja jaksamiseen.

Ari Anttila ja Juha Ruokonen (2004) ovat tutkineet kasvatustieteen pro gradussaan liikuntamotivaatiota ja sen tukemista. Anttila ja Ruokonen ovat tutkineet, millainen on kuudesluokkalaisten liikuntamotivaatio ja miten opettajat motivoivat koululaisia. He vertailevat tutkimuksessaan tehtävä- ja minäsitoutuneisuutta ja sitä, miten niitä voisi hyödyntää liikuntamotivoinnissa.

Liikuntaa kaikille lapsille – hanke käynnistyi vuonna 2002. (Saari, Rautio & Remahl 2002) Hankkeen tavoitteena oli, että kaikki saisivat osallistua liikuntaan ja nauttia siitä. Hankkeessa kiinnitettiin erityisesti huomiota osallistujiin, jotka kaipaavat erityistä tukea. Hankkeen tarkoituksena oli madaltaa osallistumiskynnystä ja muovata liikunta sellaiseksi, että kaikilla olisi yhtäläinen mahdollisuus osallistua. Hankkeessa oli myös muita hienoja tavoitteita: suvaitsevaisuuden lisääminen ja syrjäytymisen ehkäiseminen.

Liikunnasta syrjäytyneiden lasten ja nuorten fyysinen aktivointi – kehittämishankkeen tarkoituksena oli tehdä selvitys nykytilanteesta ja laatia toimenpide-ehdotuksia tilanteen korjaamiseksi. Hankkeen tavoitteena oli saada liikkumattomat ja vähän liikkuvat lapset ja nuoret innostumaan liikunnasta. Hankkeessa korostettiin perheen ja lasten kanssa toimivien ammattilaisten merkitystä liikunta-asenteiden muutoksissa. Hankkeessa kehiteltiin erilaisia tapoja, miten

esimerkiksi koululaiset saataisiin liikkumaan säännöllisesti koulupäivän aikana. Lisäksi hankkeessa painotettiin, että ilman toimenpiteitä ainoastaan aktiiviset lapset liikkuvat – ja muut jättäytyvät pois liikunnasta. Hankkeessa painotettiin myös lasten ja nuorten omaa osallisuutta: heidät on helpompi sitouttaa mukaan toimintaan, jos he saavat itse päättää ja vaikuttaa asioihin. (Rajala 2010; Karvinen, Rätty & Rautio 2010)

Kansallisen liikuntatutkimuksen (2009 – 2010) mukaan 3 – 18 – vuotiaista lapsista ja nuorista harrastaa liikuntaa 92 %. Samanaikaisesti kuitenkin lasten ja nuorten fyysinen kunto on huomattavasti heikentynyt. Tutkimuksessa se selitettiin sillä, että lasten arkipäiväinen aktiivisuus ja liikkuminen ovat vähentyneet, jota ei pelkästään urheilun harrastaminen korvaa.

Suunnitellessamme omaa projektiamme tutustuimme aiempiin hankkeisiin, projekteihin ja tutkimuksiin. Erilaisia liikunnallisia hankkeita on paljon. Se on merkinä siitä, että lasten ja nuorten liikuntatottumuksista ja – asenteista ollaan huolissaan. Tässä mainitsemme vain muutamia hankkeita: Koululaiset liikkeelle 2006 – 2009, Liikkuva Koulu 2010 – 2012, Liikuntaseikkailu maapallon ympäri, Vipinää Välkälle, LiikU, Hyvis- Hanke, Sporttiklubit.. Keskeistä ja yhteistä näille hankkeille on se, että niissä tavoitteena on edistää lasten terveyttä ja hyvinvointia aktiivisella ja liikkuvalla elämäntavalla. Näissä hankkeissa otetaan huomioon kaikki lapset, jotta he voisivat osallistua omilla ehdoillaan. Nämä auttoivat meitä kerryttämään tietoa lasten liikuntatottumuksista ja kiinnittämään huomiota liikunnan erilaisiin muotoihin. Kiinnitimme erityisesti huomiota niihin hankkeisiin, jotka ovat kohdistuneet alakouluikäisiin, sillä he ovat meidän projektimme kohderyhmä.

6 PROJEKTIN SUUNNITTELU

6.1 Projektin tehtävät

Opinnäytetyötämme aloittaessa meillä oli selkeä käsitys siitä, millaista toimintaa haluamme lapsille järjestää. Kuitenkin koko projektin laajuus ja sen sisältämät eri tehtävät yllättivät meidät laajuudellaan ja vaatimallaan työpanoksellaan. Projekti on ollut haastava, mielenkiintoinen ja opettavainen kokonaisuus. Olemme huomanneet itsessämme sekä ammatillista että persoonallista kasvua. Projektin myötä olemme oppineet monipuolisen työotteen ja emme ole arkailleet itsemme haastamista tai tarttumista itsellekin vieraisiin tehtäviin. Projektin kautta olemme myös pystyneet hyödyntämään omia vahvuuksiamme, ammatillisuutta ja opiskelujen myötä saavuttamaamme teoreettista ja empiiristä tieto- ja taitopääomaa.

Alla kuvaamme kaikki projektiin kuuluvat tehtävät ja mitä olemme niiden kautta oppineet. Haluamme myös purkaa tekstissä tuntemuksiamme ja ajatuksiamme sekä tuoda esille projektin edetessä havaitsemamme riskit. Tarkoituksenamme on myös perustella tekemämme valinnat.

6.1.1 Projektisuunnitelman laatiminen

Meillä oli selkeä visio tulevasta projektistamme. Halusimme innostaa lapsia liikkumaan sekä samalla osallisuuden ja motivoinnin kautta vahvistaa ryhmähenkeä ja ennaltaehkäistä syrjäytymistä ja koulukiusaamista. Tarkoituksenamme oli havainnoida, onko liikunnalla merkitystä lasten tasapainoiseen kehitykseen, vuorovaikutukseen ja itsetunnon vahvistumiseen.

Huomasimme projektia ideoidessamme, että se uhkasi laajentua valtaviin mittasuhteisiin ja meidän piti hetkeksi puhaltaa peli poikki. Mietimme yhdessä, miten voisimme järkevästi rajata aiheemme. Asetimme toiminnallemme muutaman selkeän tavoitteen ja sitä kautta aloimme hahmotella tulevaa projektia. Tiesimme, että toiminnassamme olisimme voineet tutkia ja havainnoida myös monia muita

asioita kuin asettamiimme tavoitteita. Mutta oman ammatillisen kehityksen kannalta oli tuottoisinta keskittyä sosiaalisuuteen, vuorovaikutukseen, itsetuntoon, innostamiseen ja syrjäytymiseen.

Halusimme toteuttaa projektin alakouluikäisille lapsille, koska uskoimme, että heidän kielteiseen liikunta-asenteeseen kykenisimme vielä vaikuttamaan. Lisäksi kokemuksen ja ammatillisuuden ansiosta tiesimme, että alakouluikäisten lasten innostaminen ja motivoiminen on helpompaa kuin esimerkiksi jo teini-ikään ehtineiden. Meillä molemmilla lisäksi on entuudestaan paljon kokemusta lasten kanssa toimimisesta ja lapsiryhmien ohjaamisesta. Siksi tuntuikin luontevalta ja meille ominaiselta vetää ohjattua toimintaa juuri lapsille. Sitä kautta pystyimme kehittämään itseämme paremmiksi ja ammatillisimmiksi ohjaajiksi.

Yhdessä mietimme kerhokertojen kestoa ja ajankohtaa. Totesimme, että tunnin pituinen kerho olisi liian lyhyt ja kahden tunnin kestävä taas liian pitkä: päädyimmekin, että yksi kerhokerta kestää yhteensä puolitoista tuntia. Ajattelimme, että kerhokertoja pitäisi olla sen verran, että ehtisimme rauhassa tutustua osallistujiin ja luoda heihin luottamukselliset ja toimivat vuorovaikutussuhteet. Päädyimme kahdeksaan tapaamiskertaan. Sen aikana ehtisimme toteuttamaan monipuolisesti erilaisia pelejä ja leikkejä sekä havainnoimaan lasten kehitystä parin kuukauden ajalta. Halusimme myös perustaa kaksi samanlaista ryhmää, koska tarkoituksenamme oli saada mukaan mahdollisimman monta alakouluikäistä osallistujaa, jotta tutkimustulokset olisivat riittävän kattavia. Kahden ryhmän vertailu tuntui meistä luontevimmalta vaihtoehdolta.

Näiden ajatusten, ideoiden ja päätösten pohjalta aloimme hahmotella projektisuunnitelmaa, joka toimisi punaisena lankana koko toiminnallemme. Projektisuunnitelman tekeminen selkeytti asioita sekä meille itsellemme että yhteistyökumppaneillemme. Sen avulla pystyimme tarvittaessa palauttamaan mieliimme toiminnan alkuperäiset tavoitteet ja pysymään aikataulussa. Projektisuunnitelman laatiminen oli meille toimiva työkalu, joka edesauttoi meitä selviytymään hankkeesta.

6.1.2 Lähdemateriaalin hankinta, lukeminen ja karsinta

Jo projektisuunnitelman hahmottelemisen aikana haalimme itsellemme paljon erilaisia lähdemateriaaleja. Halusimme itsellemme monipuolisia, kattavia ja erilaisia kirjallisuus- ja internetlähteitä. Tutustuimme moniin aikaisempiin liikuntatutkimuksiin ja – hankkeisiin. Niiden kautta meille aukeni entisestään, että aiheemme on ajankohtainen, sillä lasten vähäinen liikkuminen on yleistä ja huolestuttavaa.

Luovasta liikunnasta kuitenkin kirjallisuutta löytyi todella niukasti. Toki erilaisia liikuntaoppaita ja pelivinkkejä löytyi, mutta varsinaisia tutkimuksia tai teoreettisia lähteitä ei ollut saatavilla. Sen vuoksi päätimmekin, että sijoitamme opinnäytetyömme seikkailukasvatuksen teoreettiseen viitekehykseen. Suunnittelemissamme peleissä ja leikeissä olikin paljon seikkailukasvatuksen piirteitä, joten valinta tuntui kaiken kaikkiaan luonnolliselta. Toisena teoreettisena lähtökohdalla esille nousivat kouluikäisten liikuntasuosituksot. Niiden kautta oli helppo huomata, että lasten liikunnallinen tarve ja todellisuus eivät kohtaa.

Asetettuumme toiminnallemme selkeät tavoitteet osasimme valita lähdemateriaaleja. Halusimme luotettavia ja tuoreita lähteitä. Sen vuoksi käytimme aikaa lähteiden etsimiseen ja huomioimme opiskelujen ohella opettajien suosimia kirjoja. Toisaalta kirjallisuutta oli tarjolla paljon. Vaikeuksia tuottikin valita niistä parhaat. Toisaalta taas innostamisesta kirjallisuutta ei tuntunut olevan kunnolla saatavilla. Siksi jouduimmekin muutaman kirjan ohella käyttämään omaa empiiristä tietoa ja kokemusta innostamisesta hyväksemme. Sitä kautta kuitenkin huomasimme, että oma kehitys innostavana ja motivoivana ohjaajana kasvoi ja löysimme toiminnallemme uusia ulottuvuuksia.

Lähdemateriaaleja selatessamme ja karsiessamme huomasimme myös, että meidän mediakriittisyys vahvistui. Halusimme, että lähteet ovat luotettavia ja asiantuntevia. Vaikka luimme paljon erilaisia tutkimuksia ja lopputöitä, niin niitä emme kuitenkaan käyttäneet kuin toisen käden lähteinä ja kartuttamaan omaa teoria- ja tietopohjaa. Opimme myös sen, että kaikkea lukemaansa ei voi sokeasti pitää totuutena ja täysin oikeana tietona – vaan kaikkea pitää itse arvioida ja pohtia, onko se uskottavaa.

6.1.3 Kerhokertojen suunnittelu

Lähdemateriaalien jälkeen pystyimme täysillä keskittymään tulevan kerhon suunnitteluun. Meillä molemmilla oli paljon hyviä ja toteutuskelpoisia ideoita. Pelien ja leikkien suunnittelussa emme varsinaisesti käyttäneet mitään lähteitä – vaan hyödynsimme omaa osaamistamme, kokemustamme ja opiskeluista tuttuja harjoitteita. Sen vuoksi lähdemateriaaleissa ei ole varsinaisesti mitään liikunnallisten pelien kirjallisuutta.

Halusimme suunnitella monipuolisen ja hauskan kerhokokonaisuuden lapsille. Tavoitteenamme oli kehitellä sellaisia pelejä ja leikkejä, jotka kannustavat liikkumaan ja innostavat käymään kerhossa. Mietimme, millaisia pelejä itse haluaisimme pelata ja sitä kautta aloimme suunnitella kerhotoimintaa.

Halusimme jokaiselle kerhokerralle selkeän teeman. Meillä oli lukuisia ideoita teemoiksi, mutta päädyimme seuraaviin: pallopelit, leikkivarjo, liikuntaa ryhmänä, liikuntaa sanomalehdillä, tempurata, liikuntaa eri välineillä, monenlaiset kilpailut ja seikkailuliikuntaa. Päätettyämme kerroille sopivat teemat aloimme valita niihin sopivia leikkejä. Monissa teemoissa pelejä ja leikkejä oli niin paljon, että jouduimme rajulla kädellä karsimaan niitä pois. Halusimme jokaiselle kerralle valita monipuolisia ja erilaisia pelejä, jotta lapset saisivat vaihtelua ja uusia kokemuksia.

Osa peleistä ja leikeistä hyväksyimme suunnitelmaamme sellaisenaan; jotkut peleistä meni osin tai kokonaan uusiksi. Halusimme muovata leikeistä sellaisia, että niissä ei keskitytty kilpailemiseen. Emme myös halunneet valita sellaisia pelejä, joissa hitain tai huonoin pelaaja joutuu pelistä pois. Vältimme leikeissä myös sellaisia, joita tyypillisesti pelataan esimerkiksi koulun liikuntatunneilla. Varsinaisen suunnitelman lisäksi olimme jokaiselle kerralle varanneet muutaman ylimääräisen pelin ja leikin. Ne olivat siksi, että toiminnassamme painotimme vapaaehtoisuutta ja omilla ehdoilla osallistumista. Jos jokin peli tuntuisi ryhmän mielestä ikävältä, niin voisimme helposti vaihtaa sen toiseen. Lisäksi myös kokemuksesta tiedämme, että lasten kanssa toimiessa kannattaa aina olla joitain varasuunnitelmia, koska tilanteet muuttuvat nopeasti.

Suunnitelmaa laatiessamme opimme käytännössä sen, että hyvin asioita miettiessä tulee varautuneeksi asioihin huolella. Toimintakertoja suunnitellessa otimme huomioon monia asioita pelien ja leikkien lisäksi. Olemme kirjanneet ne asiat ylös toimintakertasuunnitelmaan. (LIITE 1) Suunnitelman avulla osasimme etukäteen varautua siihen, mitä tarvikkeita ja välineitä jokaisella kerralla tarvitaan; mitä asioita pitää ottaa huomioon, jotta toiminta olisi kaikille mieluisa; mitä turvallisuusasioita tulee huomioida; miten paljon tarvitaan osallistujia, jotta leikkien järjestäminen on mahdollista; millaisessa tilassa toiminta on paras järjestää; miten kauan aikaa leikkien suorittamiseen menee.

6.1.4 Mainoksen suunnittelu ja toteutus

Toimintakertojen suunnitteleminen auttoi meitä myös mainoksen suunnittelussa. Kun kerhokerrat olivat valmiina, pystyimme luomaan toimivan ja iskevän mainoksen oikealle kohderyhmälle. Mainoksen tekeminen oli pitkälti luovaa työtä. Halusimme tehdä siitä mieleenpainuvan ja erilaisen. Mainosta tehdessämme pystyimme hyödyntämään vahvuuksiamme ja suunnittelemaan sellaisen mainoksen, jonka jopa itse haluaisimme saada.

Alustavaa mainosta tehdessämme mietimme, millaiset asiat kiinnittäisivät lasten huomiota. Niiden ajatusten pohjalta etsimme vauhdikkaita teemaan sopivia kuvia ja keksimme luovan liikunnan kerhosta iskevän runon. Niin sanottujen pakollisten tietojen lisääminen mainokseen oli helppoa. Saimme myös neuvoja Otsolan nuorisotyöltä siitä, mitä asioita mainoksessa ja siinä olevassa ilmoittautumislomakkeessa pitäisi mainita. Vaikeinta oli ehkä muotoilla mainokseen kauniisti se, kenelle kerho on tarkoitettu. Emme halunneet kategorioida lapsia liikkumattomiksi, mutta samalla emme kuitenkaan tarkoittaneet kerhoa sellaisille, jotka liikkuvat muutenkin paljon.

Lopullinen mainos oli kaksipuolinen taitettu lehtinen. (LIITE 2) Mainoksen päällä oli keksimämme runo ja pirteitä kuvia. Sisäsivuilla oli lisätietoa kerhosta ja ilmoittautumislomake. Kopioimme mainoksen iloiselle lilalle paperille, jotta se erottuisi tavallisten monisteiden joukosta.

Mainoksen tekeminen oli hauskaa ja monipuolista. Saimme sitä tehdessä käyttää luovuutta ja mielikuvitusta. Sitä kautta varmasti kehitimme ammatillista kasvuamme ja opimme tekemään innostavia mainoksia ja iskulauseita. Oli hienoa huomata, että pystyimme jo projektin tässä vaiheessa hyödyntämään vahvuuksiamme. Harva kuitenkaan voisi uskoa, miten monta tuntia käytimme mainoksen tekemiseen. Halusimme, että siinä on kaikki kohdallaan ja täsmälleen niin kuin tarkoitimme.

6.1.5 Projektin mainostaminen

Kerhon mainostamisen voisi jakaa kahteen osaan. Ensimmäiseksi meidän piti vakuuttaa koulun rehtori ja muu henkilökunta siitä, että kerho olisi hyödyllinen ja tarpeellinen. Olimme yhteyksissä useaan Porin alakouluun. Suuressa osassa alakouluja vastaanotto oli nihkeää tai liikuntasalit olivat varattuja pitkälle kevääseen saakka. Kaarisillan koulun rehtori Pertti Supponen oli kuitenkin myötämielinen jo ensimmäisen puhelinsoiton jälkeen. Hän kutsui meidän heti seuraavaan opettajankokoukseen esittelemään idean opettajille, sillä heidän kanssaan tulisimme enemmänkin tekemään yhteistyötä.

26.1.2012 astelimme sisään Kaarisillan koulun opettajanhuoneeseen mukanaamme alustavat mainokset, projektisuunnitelma ja toimintakerrat. Olimme päättäneet pitää valloittavan mainospuheen opettajille. Opettajat suhtautuivat ideaamme avoimesti ja innostuneesti. He olivat heti valmiita yhteistyöhön kanssamme, sillä kerhon idea oli opettajien mielestä hyvä ja tarpeellinen. Olimme otettuja ja iloisia myötämielisestä vastaanotosta. Rehtorin avustuksella katsoimme liikuntasalin vapaita aikoja ja löimme lukkoon molempien kerhojen aloituspäivät. Rehtorin kanssa myös katsoimme, mitkä päivät olisivat parhaita niin, että mahdollisimman moni kohderyhmästä pääsisi mukaan kerhotoimintaan. Lisäksi sovimme, että tulemme paikalle seuraavana maanantaina mainostamaan kerhoa 1. – 3.-luokkalaisille.

Toisena tehtävänäme oli mainostaa kerhoa meidän kohdeyleisölle. Olimme opettajien kanssa sopineet, että 1. – 3- luokat tulisivat vuorollaan saliin, jossa kerromme lyhyesti kerhon idean, vedämme yhden esimerkkileikin ja jaamme mainokset. Olimme suunnitelleet pienen mainospuheen lapsille ja valinneet yhden

nopean ja kivan leikin, jonka ohjaisimme jokaiselle luokalle erikseen. Kyseisen aamupäivän aikana olimme tavoittaneet noin 60 lasta. Annoimme heille kerhon mainokset ja pyysimme heitä palauttamaan ne mahdollisimman pian opettajalle, jotta he pääsisivät mukaan kerhon toimintaan. Lapsista huomasi jo pienen mainostuokion ja lyhyen leikin aikana innostusta ja mielenkiintoa kerhoa kohtaan. Sen lisäksi opettajat lupasivat kehottaa jotain lapsia mukaan kerhoon, sillä he kuitenkin parhaiten tietäisivät, kenelle kerho olisi hyödyllisin ja tarpeellisin.

Tasan viikon kuluttua mainostamisesta, palasimme takasin Kaarisillan koululle hakemaan ilmoittautumislomakkeet. Iloksemme huomasimme, että niitä oli palautettu 32. Se tarkoitti sitä, että pystyimme aloittamaan molemmat suunnittelemamme kerhot. Itse kerhojen alettua toimintaan tuli mukaan vielä kolme lasta, jotka eivät olleet palauttaneet ilmoittautumislomaketta ajoissa. Lisäksi yksi poika oli kerhon ideasta niin innoissaan, että hän halusi tulla mukaan toimintaan viimeiseksi 45 minuutiksi. Hänen koulunsa kesti kahteen saakka ja meidän kerhomme alkoi jo varttia yli yksi.

Kerhoa mainostaessamme ymmärsimme, miten iso merkitys sillä on, että kohdeyleisö näkee etukäteen ohjaajat. Emme usko, että yhtä moni olisi välttämättä tullut paikalle, jos olisimme vain käyneet jättämässä mainokset koululle. Vaikka mainostuokion suunnittelu vei meiltä enemmän aikaa, niin tiedämme, että se oli sen arvoista, sillä jokainen kerhoon saavutettu lapsi oli tärkeä. Olimme myös varmoja, että kerhoon ilmoittautui niitäkin lapsia, jotka liikkuivat muutenkin vapaa-ajalla. Mutta emme kuitenkaan kokeneet mielekkääksi tai keskeiseksi karsia heitä pois. Sillä uskoimme, että hekin voisivat kerhon kautta oppia jotain. Ja myös liikkumattomat lapset voisivat innostua heidän esimerkistään ja huomata, että he voivat osallistua kaikkiin samoihin leikkeihin.

6.1.6 Innostussuunnitelman tekeminen

Meille oli oleellista ja tärkeää, että kaikki ilmoittautuneet lapset pysyisivät mukana kerhon toiminnassa alusta loppuun. Sen vuoksi meidän piti kehittää jonkinlainen suunnitelma lasten innostamiseksi ja sitouttamiseksi uudenlaisten pelien ja leikkien

lisäksi. Mietimme hetken ajan itseämme lapsina ja sitä, mikä meitä silloin innosti. Yhteisenä ajatuksena syntyi jonkinlaisen seikkailun järjestäminen.

Mietimme asiaa yhdessä. Oman mielikuvituksemme, luovuutemme ja erilaisten harjoittelu- ja työkokemusten kautta päädyimme siihen, että keksisimme koko toiminnalle jonkin kehyskertomuksen. (LIITE 3) Kehyskertomuksen tarkoituksena olisi toimia punaisena lankana ja kantavana voimana kerhon läpi. Teemaksi kehyskertomukselle valitsimme merirosvot ja merirosvottaret. Kirjoitimme jokaiselle kerhokerralle tarinan, jonka avulla lapset pääsevät mukaan jännittävään toimintaan – kohti suurta aarrejahtia. Tarina muovautui niin, että se on kuin kahdeksanosainen jatkokertomus. Upotimme kertomukseen elementtejä siitä, mitä tuleva kerhokerta pitäisi sisällään. Kehyskertomuksen lisäksi keksimme jokaiselle kerhokerralle salaisen viestin, johon upotimme elementtejä ja vihjeitä siitä, mitä tuleva toimintatuokio pitäisi sisällään. (LIITE 4) Lisäksi olimme suunnitelleet ja askarrelleet jokaiselle lapselle oman kerhokertakartan. (LIITE 5) Lapset saavat jokaisen toimintakerran jälkeen liimata siihen tarran. Kerhokartta on visuaalisesti vauhdikas ja teemaan sopiva. Osana innostamissuunnitelmaa oli myös se, että olimme muovanneet ja kehitelleet valitsemamme pelit ja leikit sellaisiksi, että ne kaikki ovat jollain tavalla merirosvohenkisiä ja niiden avulla lapset ikään kuin harjoittelevat tulevassa seikkailussa tarvitsemiaan taitoja. Kaiken tämän lisäksi olimme suunnitelleet ja valmistaneet jokaiselle toimintakerralle pieniä ja asiaan sopivia rekvisiittoja.

Uskoimme, että kaiken tällaisen ylimääräisen lisäävän lasten kiinnostusta toimintaa kohtaan ja se saisi heidät innostumaan ja sitoutumaan kerhoon. Innostussuunnitelmaa tehdessä saimme käyttää mielikuvitusta ja huomasimme luovuuden lisääntyvän. Opimme olemaan avoimia ja suhtautumaan asioihin lapsen silmin. Yritimme kuvitella, millaisista asioista lapset innostuisivat ja pitäisivät. Toimintamme perusajatuksena olikin toimia lapsilähtöisesti ja lasten tarpeista käsin.

6.1.7 Kerhojen valmistelu ja ohjaus

Vaikka olimme huolellisesti suunnitelleet jokaisen kerhokerran ohjelmat valmiiksi, niin silti meillä oli ennen jokaista kerhokertaa paljon valmisteltavaa. Menimme toimintapaikalle hyvissä ajoin ennen kerhon alkamista. Otimme esille kaikki tarvitsemamme välineet ja teimme työnjaon. Tiesimme myös, että Otsolan nuorisotyö toimi meidän taustavoimanamme ja saisisimme sieltä tarvittaessa tukea ja neuvoa.

Toisinaan lapset saapuivat etuajassa pelipaikalle. Silloin teimme niin, että meistä toinen huolehti ja valvoi lapsia; ja toinen hoiti etukäteisvalmistelut. Ohjasimme kerhot niin, että olimme vuorotellen vetovastuussa. Silloin toisella oli enemmän aika tarkkailla ja tehdä havaintoja. Molemmilla oli kuitenkin yhtäläinen vastuu lapsista ja siitä, että toiminta oli onnistunut ja mielekäs. Lisäksi molemmat pitivät yllä kuria ja asettivat lapsille rajoja. Meistä jako oli kuitenkin selkeä sekä meille että lapsille. Keskiviikkona toinen meistä ohjasi ja kertoi säännöt leikkeihin ja torstaina oli toisen vuoro. Se helpotti sitä, että ohjeet olivat johdonmukaisia ja selkeitä. Molemmilla oli kuitenkin oma tapansa selittää ja opastaa lapsia, niin olisi ollut sekavaa, jos molemmat olisivat yrittäneet selittää pelien sääntöjä.

Lisäksi mikäli jossain pelissä tarvittiin lisää osallistujia, niin aina toinen ohjaajista oli käytettävissä. Sillä tavalla pääsimme myös lähemmäs lasten kokemusmaailmaa ja tutustumaan lapsiin toisella tavalla. Emme halunneet antaa sellaista kuvaa, että olisimme vain paikalla määräälemässä ja ohjailemassa lapsia, vaan halusimme yhtäläisesti ottaa osaa. Ja omalla esimerkillämme näyttää, että toiminta on mielekästä.

Oli myös ammatillisesti kasvattavaa, että molemmat saivat kokemusta sekä ohjaamisesta että havainnoimisesta. Vaikka ohjasimme samat pelit ja leikit, niin niiden toteutumisessa oli kuitenkin eroja, koska ryhmät olivat erilaisia. Se lisäsi myös meidän ohjaajien suvaitsevaisuutta ja käsitystä siitä, että jokainen lapsiryhmä on oma yksikkönsä. Eikä jokaiseen ryhmään toimi samat rangaistus- tai palkitsemistavat.

Kerhojen ohjaamisen lisäksi huomasimme, että toimintaan kuului myös muuta. Jälkien siivoaminen ja tavaroiden paikoilleen paneminen oli itsestäänselvyys. Lisäksi toisinaan lapset kaipasivat rauhoittelua ja keskustelua vielä pukuhuoneissakin. Ymmärsimme, että osa lapsista kaipasi syystä tai toisesta turvallista aikuista lähelleen uusissa tilanteissa. Monet lapsista halusivat jakaa ajatuksiaan, mielipiteitään ja kokemuksiaan meille ohjaajille vielä varsinaisen toiminta-ajan ulkopuolella. Havaitimme, että lapset olivat kiitollisia siitä huomiosta, jonka he meiltä saivat. Huomasimme myös, että usein ne jälkikeskustelut olivat usein syvällisempiä ja antoisampia kuin ne, joita jaetaan koko ryhmän kuullen. Kaiken kaikkiaan ymmärsimme, että olimme kerhossa lapsia varten – eivätkä lapset olleet kerhossa meitä varten.

6.1.8 Yhteistyö koulun ja vanhempien kanssa

Kaarisillan koulun henkilökunta suhtautui kerhotoimintaamme myönteisesti. Meistä tuntui uskomattomalta, että toisinaan koulun muut oppilaat siirtyivät pois liikuntasalista, jotta pääsimme järjestämään kerhoamme. Lisäksi myös osa opettajista oli aidosti kiinnostunut siitä, mitä kerhossa tehtiin. Opettajat myös huolehtivat siitä, että lapset olivat palauttaneet ilmoittautumislomakkeet ja että meillä oli jokin paikka kerhon järjestämiselle. Olimme kiitollisia siitä, että saimme niin hyvän yhteistyökumppanin itsellemme.

Teimme myös yhteistyötä lasten vanhempien kanssa. Olimme jo mainoksessa ilmoittaneet, että kerho on osa opinnäytetyötämme. Ensimmäisellä kerhokerralla jaoimme koteihin kotikirjeet (LIITE 6) ja lupalapun valokuvausta varten. (LIITE 7) Liitimme molempien yhteystiedot jokaiseen lappuun, jonka toimitimme koteihin. Lisäksi kehoitimme vanhempia ottamaan yhteyttä, jos heille tulisi jotain kysyttävää.

Jos kerhossa oli tiedossa jotain poikkeuksellista tai halusimme muistuttaa esimerkiksi lupalappujen tai kyselyn palauttamisesta, niin ilmoitimme siitä jokaiselle vanhemmalle tekstiviestein. Lisäksi pyysimme vanhempia ilmoittamaan meille etukäteen, jos heidän lapsensa ei joku kerta pääsisi mukaan kerhoon. Halusimme sillä tavalla varmistaa, että pystyisimme tarvittaessa muokkaamaan kerhojen

suunnitelman uudestaan, jos näyttäisi siltä, että moni lapsista olisi pois. Suurin osa vanhemmista ilmoittikin, jos lapsi joutuisi olemaan pois.

Erään lapsen huoltaja oli jopa tarkkailemassa ja katsomassa kahdella ensimmäisellä toimintakerralla. Hän halusi varmistaa, että lapsi pärjää ja viihtyy kerhossa. Kerroimme, että hän on jatkossakin tervetullut mukaan, jos haluaisi. Kerhon päätyttyä lähetimme jokaiselle vanhemmalle tekstiviestin, jossa kiitimme yhteistyöstä ja kerhoon osallistumisesta sekä toivotimme iloista kevättä.

Meistä oli hienoa huomata, että suurin osa vanhemmista suhtautui yhteydenpitoon ja meidän opinnäytetyöhömme hyvin. Esimerkiksi jaoimme toiseksi viimeisellä kerhokerralla lapsille kyselyn, jonka toivoimme saavamme takaisin viimeisellä kerralla täytettynä. Muutamia lapsia joutuivat olemaan viimeiseltä kerralta pois eivätkä voineet palauttaa kyselyä. Vanhempien kiinnostuksesta, arvostuksesta ja sitoutumisesta viesti se, että he varta vasten toimittivat kyselyn kuitenkin meille tavalla tai toisella.

Lisäksi myös osa vanhemmista antoi palautetta, että tekstiviestien lähettäminen oli hyvä idea. Se auttoi muistamaan asioita ja selkeytti yhteydenpitoa. Vanhempien mielestä se oli toisinaan jopa käteväämpää kuin jokaiselle soittaminen erikseen. Jouduimme toki soittamaan pari kertaa vanhemmille. Niitä tapahtui sellaisissa tilanteissa, että lapsi sairastui kesken kerhokerran ja piti varmistaa, että lapsi voidaan lähettää kotiin oletettua aiemmin.

Eräs vanhempi olisi toivonut enemmän tietoa siitä, mitä kerhossa olisi, milläkin kerralla tehty. Jotenkin oletimme, että lapset olisivat itse osanneet kertoa kotona, mitä he ovat tehneet. Tulevaisuudessa tiedämme, että ehkä jonkinlaisen alustavan suunnitelman voisi toimittaa kotiin ensimmäisen toimintakerran yhteydessä.

6.1.9 Kyselyn laadinta

Päätimme jo projektisuunnitelmassa, että opinnäytetyössämme emme anna kyselylle (LIITE 8) liian suurta painoarvoa. Meille kyselyn tarkoituksena oli lähinnä kerätä

palautetta ja mielipiteitä sekä lapsilta että vanhemmilta. Vaihtoehtoina meillä oli tehdä kysely tai ryhmähaastattelu. Ajattelimme, että kysely olisi parempi, koska silloin saamme varmasti lasten oikean mielipiteen. Eivätkä kaikki vain toista samoja asioita kuin ensimmäinen on sanonut. Lapset saivat kyselyssä kertoa ajatuksensa kerhosta ja toiveensa siitä, että haluaisivatko jatkossa osallistua vastaavanlaiseen toimintaan. Lisäksi kyselyn avulla saimme hieman taustatietoja lasten liikuntatottumuksista ja – harrastuksista. Vanhemmilta kysyimme, että ovatko he huomanneet lapsessaan muutoksia liikunta-asenteissa.

Vaikka kysely ei ollutkaan opinnäytetyömme tärkein kohde, niin halusimme silti panostaa siihenkin. Kulutimme sen parissa monta tuntia ja hioimme sitä niin kauan, että olimme tyytyväisiä. Saimme siitä myös palautetta Otsolan nuorisotyöltä, jotta varmistuimme siitä, että kysely olisi toimiva. Mietimme kysymysten järjestystä ja muotoja. Päätimme, että lapsille olisi helpointa vastata monivalintakysymyksiin, siksi heillä oli vain muutama avoin kysymys.

Teimme kyselystä kolme eri versiota, jotta siitä tuli sellainen, joka vastasi parhaiten tarkoitukseemme. Lisäksi esitetasimme sen muutamassa tutussa lapsiperheessä. Heidän avullaan pystyimme muovaamaan parit epäselvät kysymykset paremmiksi.

Kyselyä tehdessä ymmärsimme, miten tärkeää on miettiä sitä, mitä oikeasti haluaa saada selville. Vaikka kyselyt usein näyttävät yksinkertaisilta ja helpoilta, niin niiden tekeminen on yllättävän monimutkaista ja haastavaa. Kyselyä tehdessä täytyy miettiä tarkkaan jokaista sanavalintaa ja sitä, että ymmärtääkö lukija kysymyksen oikealla tavalla. Uskomme, että kyselyä rakentaessamme saimme arvokasta kokemusta, jota voimme hyödyntää jatkossakin.

6.1.10 Havainnointilomakkeen suunnittelu ja tekeminen

Havainnointilomakkeen (LIITE 9) tekeminen oli helppoa, koska meillä oli niin selkeät tavoitteet. Emme halunneet tarkasti havainnoida mitään tiettyjä käyttäytymismalleja ja tapoja vaan lomakkeemme oli melko avoin, jotta pystyisimme vapaasti kirjoittamaan siihen toimintaan liittyviä ajatuksia, tunteita ja havaintoja.

Pyrimme havainnoimaan erilaisia vuorovaikutustilanteita, lasten sosiaalisia suhteita, innostamista, itsetuntoa, ryhmäytymistä ja sitä kautta mietimme syrjäytymistä ja koulukiusaamista. Kirjasimme ylös myös lasten reaktioita ja kommentteja kerhon alussa ja lopussa. Jokaisen kerhokerran lopuksi kyselimme lasten mielipiteitä kerhon toiminnasta ja kirjasimme ne ylös. Lapset saivat myös vapaasti kertoa mieltä painavia asioita.

Vertailimme havaintoja monella tavalla: yritimme huomioida lasten yksilöllistä kehitystä; ryhmässä tapahtuvia muutoksia jokaisen kerhokerran jälkeen; keskiviikon ja torstain ryhmien välisiä eroavaisuuksia. Olisimme voineet vielä verrata esimerkiksi tyttöjen ja poikien eroja tai eroavaisuuksia ikäryhmittäin, mutta se olisi laajentanut opinnäytetyötämme liikaa. Perustelimme valintamme sillä, että uskoimme molemmissa ryhmissä olevan osallistujia, joilla on vaikeuksia sosiaalisuudessa, itsetunnossa tai liikunnassa. Pystyisimme havainnoimaan heidän kehitystään, muutostaan ja kasvuaan, jos havaintomme olisi jatkuvaa ja tietoista. Lisäksi myös halusimme tarkastella oman ryhmän vaikutusta ryhmän jäsenten sosiaalisten suhteiden merkityksessä. Vertailimme ryhmiä toisiinsa, koska halusimme osoittaa, että kaikki ryhmät ovat erilaisia ja sitä kautta saimme monipuolisemman ja kattavamman kuvan havainnointityöstämme.

6.1.11 Välineiden hankinta

Kaarisillan koulun liikuntasalista löytyi toki kaikki perusliikuntavälineet. Mutta toimintasuunnitelmamme mukaan tarvitsimme toisinaan myös muita kuin tyypillisiä välineitä. Onneksi pystyimme osaltaan hyödyntämään Satakunnan Ammattikorkeakoulun liikuntavarastoa ja sieltä lainasimmekin leikkivarjoja yhteen kerhokertaan. Mutta tarvitsimme myös muita välineitä. Joitain välineitä askartelimme itse, esimerkiksi sanomalehtipalloja. Ne olivatkin monikäyttöisiä ja helppoja tehdä. Niitä pystyi käyttämään monissa eri peleissä ja leikeissä.

Liikuntavälineiden lisäksi tarvitsimme myös rauhallista ja rentouttavaa musiikkia. Kävimme läpi omat cd-levyvarastot ja löysimme muutamia käyttökelpoisia levyjä. Muuten kaikki tarvikkeet askarteluihin ja rekvisiittoihin hankimme ja ostimme itse.

Esimerkiksi kerhokertakarttoihin tarvittavat kartongit, kontaktimuovit ja muut askartelutarvikkeet maksoimme omasta budjetistamme. Myös vauhdikkaiden kuvien värikopioinnin maksoimme itse. Lisäksi hankimme omakustanteisesti kerhoon mukaan erilaisia merirosvohenkisiä rekvisiittoja. Erilaisten kotikirjeiden, lupalappujen, mainosten, kunniakirjojen yms. kopioimisen ja tulostamisen pystyimme hoitamaan Otsolan Nuorisotyön koneilla.

Hoidimme itse kaiken maksupuolen siksi, että emme halunneet karsia suunnitelmistamme mitään pois pelkän taloudellisen puolen takia. Eivätkä sijoituksemme kuitenkaan olleet mitään järjestyttävään suuria. Se oli pieni hinta siitä, että lapset saivat itselleen kivoja muistoja ja eläväisen kokemuksen kerhostamme.

6.1.12 Oheismateriaalien suunnittelu ja valmistelu

Meillä oli kerhossa paljon oheismateriaaleja ja rekvisiittoja. Suunnittelimme jokaiselle kerhokerralla jotain pientä, jolla voisimme havainnollistaa toimintaamme. Esimerkiksi ensimmäisellä kerhokerralla, kun aloitimme aarrejahdin, niin olimme askarrelleet ison ja näyttävän aarrekartan. Siitä lapset pystyivät katsomaan ja kuvittelemaan, mihin olemme menossa. Olimme kuvittaneet kartan aiheeseen sopivasti pääkalloilla, merirosvolaivoilla ja rastilla. Lisäksi olimme luoneet karttaan tunnelmaa ja aitoutta lisäämällä siihen puita, vuoria, vesistöjä.

Halusimme erityisesti panostaa kunniakirjojen tekemiseen. Emme halunneet antaa lapsille tylsää, kuvatonta ja samanlaista diplomia. (LIITE 10) Kuvat vaihtelivat osallistujan sukupuolen mukaan ja suurin osa tekstistä oli yhdenmukainen. Halusimme kuitenkin huomioida jokaista yksilöllisesti ja siksi keksimme jokaiselle jonkun kuvaavan adjektiivin, esimerkiksi seikkailun hurjin merirosvo.

Uskomme, että lapset osasivat arvostaa vaivannäköämme. Halusimme huomioida jokaista erikseen ja sillä tavalla kiittää heitä osallistumisestaan. Kunniakirjoja tehdessämme huomasimme, että pienellä panostuksella ja vaivalla perinteisestäkkin asiasta saa uudennäköisen ja ikimuistaisen. Ehkä jopa sellaisen muiston, jonka haluaa säilyttää.

6.1.13 Itsearviointisuunnitelman laadinta

Yksi projektin tehtävistä oli valmistella itsearviointisuunnitelma. Mietimme sitä, että koska opinnäytetyömme pääpaino on kerhon toteuttaminen, niin haluamme arvioida itseämme erityisesti ohjaajina. Hankimme lähdemateriaalia hyvästä ohjaajasta ja sen pohjalta valitsimme kymmenen piirrettä. (LIITE 11) Itsearvioinnissa vertaamme itseämme tähän ihanneohjaajaan ja mietimme omia kehittämiskohteitamme.

Lisäksi meillä on erikseen tarkoituksena arvioida kaikkea toimintaa kokonaisuutena. Arvioimme itseämme projektin suunnittelijoina, valmistelijoina ja toteuttajina. Haluamme myös haastaa itsemme miettimällä omia erilaisia roolejamme koko opinnäytetyön aikana. Pohdimme myös omaa ammatillista kasvuamme ja persoonallista kehitystämme. Itsearvioinnissa haluamme myös realistisesti kuvata heikkoutemme ja vahvuutemme idean synnystä johtopäätösten tekemiseen.

Tarkoituksenamme on myös arvioida havainnointiamme ja kyselyämme. Haluamme myös kriittisesti tuoda ilmi jatkosuunnitelmat ja mitä tekisimme tulevaisuudessa toisin, jos aloittaisimme projektin alusta nyt.

6.1.14 Kerhon päättäminen

Yksi projektin tärkeimpiä tehtäviä on toiminnan päättäminen onnistuneesti. Suunnittelimme viimeisen kerran huolellisesti, koska halusimme, että kaikille lapsille jää silloin päällimmäiseksi ajatukseksi positiivisuus ja mielihyvä. Suunnittelimme, että viimeisellä toimintakerralla koko seikkailu tiivistyy aarteen löytymiseen. Lisäksi halusimme, että lapset oppisivat jakamaan kehuja toisilleen. Siksi otimme toimintaan mukaan mukavan kehumisharjoituksen.

Kerhon loppupuolella suunnittelimme myös, että kyselemme lapsilta suullisesti mielipiteitä kerhossa. Viimeisellä kerralla he saivat vapaasti kertoa ajatuksiaan, tuntemuksiaan ja kokemuksiaan. Meistä oli tärkeää, että lapset saivat purkaa kokemuksensa sanoiksi ja siksi annoimme jokaiselle siihen mahdollisuuden.

6.1.15 Tulosten hyödyntäminen

Projektin ehkä tärkein vaihe on johtopäätösten, tulosten ja jatkosuunnitelmien tekeminen, esittäminen ja arvioiminen. Haluamme panostaa havainnointien perusteella saamiimme tietoihin. Lisäämme siihen kyselystä saamamme informaation ja sen pohjalta vedämme johtopäätökset ja muovaamme tulokset. Jatkosuunnitelmat ja uudet ideat ovat riippuvaisia saamistamme tiedoista. Haluamme lisäksi arvioida luomiamme johtopäätöksiä ja tuloksia, jotta tutkimuksemme olisi luotettava.

Olemme varmoja, että johtopäätösten tekeminen ja tuloksen arviointi kasvattaa ja lisää meidän ammatillisuuttamme. Tulevaisuuden työkentillä tästä kokemuksesta on varmasti hyötyä, sillä on tärkeää osata arvioida realistisesti ja kriittisesti omia tuloksiaan ja johtopäätöksiään. Lisäksi sitä kautta pystyy luomaan uusia ideoita ja suunnitelmia tulevaisuutta varten. Arvioinnin myötä kasvaa oma kriittisyys ja ammatillisuus: sitä oppii suhtautumaan asioihin laajasti ja monipuolisesti.

6.2 Projektin aikataulu

Idea luovasta liikunnasta syntyi toiselle ohjaajista keväällä 2011. Projektista oli tulossa iso, joten sitä ei voinut toteuttaa yksin. Joulukuun alussa 2011 toinenkin ohjaajista kiinnostui tästä projektista ja sovimme, että toteutamme sen yhdessä. Tämän päätöksen jälkeen suunnitelmat etenivät vauhdilla. Aloimme hahmotella aikataulua ja päätimme, että kerhot alkaisivat helmikuun alussa. Näin meille jäisi joulutammikuu aikaa suunnittelulle ja kerhojen jälkeen meillä olisi vielä aikaa tulosten arviointiin ja johtopäätöksien tekemiseen.

Tammikuu 2012 painottui suunnitteluun ja uuden yhteistyökumppanin etsimiseen. Aluksi hahmotimme kerhomme ideaa ja sisältöä. Teimme kattavan projektisuunnitelman, jonka jälkeen suunnittelimme kerhokerrat loppuun. Jotta lapset pysyisivät kerhossa loppuun asti, aloimme hahmotella innostamissuunnitelmaa. Keksimme merirosvohenkisen teeman, josta kirjoitimme kahdeksan tarinaa. Lisäksi suunnittelimme salaiset viestit ja askartelimme kerhokertakartat. Panostimme myös mainosten tekoon. Tammikuun aikana olimme myös yhteydessä useisiin Porin

alakouluihin. Kaarisillan yhtenäiskoulu vaikutti innostuneelta, joten menimmekin 26.1. sinne esittelemään kerhomme ideaa opettajille. 30. tammikuuta menimme uudelleen Kaarisillan koululle, tällä kertaa mainostamaan kerhoa 1. – 3.-luokkalaisille. Sovimme koulun rehtori Pertti Supposen kanssa, että aloittaisimme kerhot viikolla kuusi ja ne jatkuisivat viikolle 14 asti, hiihtolomaviikolla emme kokoontuneet.

Helmi-maaliskuu keskittyi kerhojen vetämiseen ja teoria osuuden kirjoittamiseen. Teimme myös suunnittelutyöt loppuun, esimerkiksi kunniakirjat. Maaliskuun aikana laadimme myös kyselylomakkeen, jotka jaoimme lapsille toiseksi viimeisellä kerhokerralla. Vastausaikaa kyselyihin oli viikko. Huhtikuun aikana kirjoitimme opinnäytetyömme loppuun. Tarkoituksenamme on, että opinnäytetyömme on valmis toukokuun 2012 alussa.

6.3 Projektin resurssit

Kaarisillan koululla on kaksi liikuntasalia, joista saimme aina tarpeidemme mukaan toisen käyttöömmee. Liikuntasalit olivat tiloiltaan riittävät ja suurin osa tarvitsemistamme liikuntavälineistä kuului salien varustukseen. Pystyimme myös hyödyntämään Satakunnan Ammattikorkeakoulun liikuntavarastoa. Tilojen ja välineiden osalta pystyimme toteuttamaan suunnittelemamme toimintakerrat.

Yksi kerhokerta kesti 1,5 tuntia, joka oli mielestämme sopiva aika lasten iän ja toimintakertojen sisällön huomioiden. Olimme kuitenkin varanneet aina aikaa sekä ennen että jälkeen kerhon, jotta pystyimme tekemään kaiken tarvittavan rauhassa. Kerhokertoja oli yhteensä 16 ja ne pidettiin yhdeksän viikon sisällä. Olimme varautuneet, että kerhot veisivät aikaamme muutenkin, meidän piti esimerkiksi tarkistaa, löytyykö meiltä kaikki tarvittavat tavarat ja tarpeen mukaan hankkia niitä.

Oman jaksamisen kannalta oli hyvä, että meitä oli kaksi ohjaajaa. Tarvittaessa toisesta sai tukea, eikä vastuuta tarvinnut kantaa yksin. Projektin suunnittelu tai toteutus ei käynyt liian raskaaksi, koska jaoimme kaiken tekemisen. Lisäksi meillä oli käytettävissä Otsolan nuorisotyön tarjoamat resurssit ja tuki.

6.4 Projektin riskit

Kokonaan uutta kerhoa järjestettäessä tulee esiin monia riskejä, jotka pitää huomioida. Jotta pystyimme järjestämään luovan liikunnan kerhon parhaalla mahdollisella tavalla, otimme riskit huomioon ja keksimme varmuudeksi varasuunnitelmia. Suurin ja todellisin riski, joka olisi voinut estää kerhon toteutumisen, oli sellaisen yhteistyökumppanin saaminen, joka pystyi järjestämään myös liikuntasalin käyttöömmme. Jos emme tällaista yhteistyökumppania olisi löytäneet, olimme varautuneet siihen, että voisimme järjestää kerhon Satakunnan ammattikorkeakoulun liikuntasalissa. Toisaalta tämä olisi aiheuttanut omat riskinsä, koska silloin huoltajien olisi pitänyt sitoutua kuljettamaan lapsensa sinne. Jos edellä mainittuja vaihtoehtoja ei olisi pystynyt toteuttamaan, olisimme toteuttaneet kerhon jossakin päiväkodissa.

Omat riskinsä aiheutti myös oppilaiden saaminen kerhoon. Tähän olimme varautuneet huolellisen mainonnan avulla ja tarvittaessa olisimme mainostaneet lisää. Toisaalta oppilaita olisi voinut ilmoittautua liikaa, jolloin olisimme rajanneet kohdeyleisöä tarkemmin. Ongelmaksi olisi voinut aiheuttaa myös lasten sitoutumattomuus. Kerhon tavoitteiden tarkastelun vuoksi oli tärkeää, että lapset olisivat paikalla aina, jos vain mahdollista. Tämän takia kehitelimme innostamissuunnitelman ja pyrimme tekemään kerroista mahdollisimman mielenkiintoisia. Myös kerhon ajankohta muodosti omat riskinsä. Ajattelimme, etteivät lapset välttämättä lähde kerhoon enää kotoa. Siksi järjestimme kerhot niin, että lapset pääsivät tulemaan suoraan koulusta sinne. Jotta lapset jaksoivat osallistua toimintaan, olimme varanneet ennen kerhon alkua aikaa välipalan syömiseen.

Kerhon sujumisen vuoksi teimme yhteistyötä vanhempien kanssa, josta olisi voinut muodostua ongelmia. Pystyäksemme tekemään opinnäytetyömme suunnitellusti, tarvitsimme vanhempien panosta kyselyn suhteen sekä vastauksen lasten kuvaamisesta. Pyrimme aina selittämään tarkoituksemme ja tavoitteemme selkeästi, jotta vanhemmat osallistuisivat omalta osaltaan. Teimme aina myös selväksi, että tarvittaessa meihin voisi olla yhteydessä.

Olimme varautuneet myös siihen, että kerhossamme saattaisi olla lapsia, jotka omalla käytöksellään vaatisivat enemmän huomiota. Kerhoa suunniteltaessa olimme päättäneet, että toinen ohjaajista olisi vetovastuussa keskiviikkoisin ja toinen vuorostaan torstaisin. Jos joku lapsi olisi alkanut häiriköimään toimintaa, olisi enemmän tarkkailijan roolissa ollut ohjaaja voinut mennä kyseisen lapsen kanssa sivuun rauhoittumaan. Koska olimme järjestämässä liikunnallista kerhoa lapsille, meidän täytyi varautua tapaturmien varalta. Me molemmat ohjaajat hallitsemme ensiavun alkeet ja pidimmekin aina ensiapulaukkua mukanaamme.

7 TIEDONHANKINTAMENETELMÄT

Opinnäytetyömme tiedonhankinta koostuu kolmesta osa-alueesta: aktiivisesta osallistuvasta havainnoinnista, kyselystä ja ryhmien vertailusta. Nämä valinnat olivat kerhon toiminnan kannalta luontevimmat ja toimivimmat. Kerhoa ohjattaessa toisella ohjaajalla oli pääpaino osallistujien havainnoimisessa; ja toisella pelien ja leikkien ohjaamisessa. Toki kuitenkin molemmat osallistuimme kerhojen aikana sekä leikkeihin että havainnointiin.

Kerhon loppupuolella teetimme lapsille ja heidän vanhemmilleen kyselyn. Se toimi lähinnä palautteena kerhon toiminnasta ja sen vaikutuksesta lasten innostamiseen ja liikunta-asenteisiin. Kyselystä teimme johtopäätöksiä, tuloksia ja yhteenvedoja. Kysely ei kuitenkaan ollut opinnäytetyössämme keskeisessä roolissa vaan se lähinnä tuki meidän järjestämäämme toimintaa.

Kerhoja ohjattaessa vertailimme ryhmiä toisiinsa. Halusimme nähdä, onko ryhmien osallistujilla suuria eroavaisuuksia. Pyrimme toimimaan ohjaustilanteissa samalla tavalla, jotta vertaileminen olisi ollut helpompaa.

Aktiivinen osallistuva havainnointi eli toimintatutkimus tarkoittaa, että tutkija vaikuttaa aktiivisesti läsnäolollaan tutkittavaan ilmiöön. Havainnointitilanteessa tutkija on läsnä tavallaan kahdessa roolissa: toisaalta osallistujana; toisaalta muiden

käyttäytymisen seuraajana. Tutkimusaineiston keräämisen tapana aktivoiva osallistuva havainnointi on tilannekeskeistä, vaikuttamiseen ja muutokseen pyrkivää. Lähtökohtana on tutkijan läheinen työskentely tutkimuskohteen jäsenten kanssa. Tavoitteena on saada aikaan muutosta ja yhteiskunnallista vaikuttavuutta niin tutkimuskohteessa kuin yhteiskunnassakin. Tavoitteena ei ole ratkaista kenenkään yksilön ongelmia vaan laajemmin pyrkiä ratkaisemaan kaikkia jäseniä koskeva yhteinen ongelma.

Havainnointi on subjektiivista ja valikoivaa toimintaa. Joku saattaa kiinnittää huomion johonkin sellaiseen asiaan, jota toinen ei edes huomaa. Havainnoijan ennako-oletukset, aikaisemmat kokemukset ja aktiivitaso vaikuttavat havaintojen tekemiseen. Toisaalta havaintojen valikointi on tutkimuksen kannalta ehdotontakin, kaikkia havaintoja ei voi huomioida tutkimuksessa. (Vilka 2006, 46–48.)

Kysely on yleensä määrällistä tutkimusta, sillä saadut vastaukset esitetään numeerisesti. Sanallisia vastauksia voidaan kuitenkin analysoida myös laadullisesti. Keskeisintä onkin se, että valitaan oikea lähestymistapa. Kysely on oiva tapa kerätä tietoa, mielipiteitä, asenteita ja arvoja. (Vehkalahti 2008, 11 - 13)

Kyselytutkimuksessa on monia haasteita: vastaako tutkimukseen valitut perusjoukkoa; onko vastauksia tarpeeksi; onko kysymyksiin vastattu riittävän kattavasti; mittaavatko kysymykset oikeita asioita; onko kysymykset muotoiltu oikein; ovatko mittarit luotettavia; onko ajankohta sopiva. (Vehkalahti 2008, 12)

Kyselylomakkeessa keskeisessä osassa on siihen liitettävä saatekirje. Se toimii kyselyn mainostajana, joka saattaa motivoida vastaamaan kyselyyn. (Vehkalahti 2008, 47 – 48) Kyselylomake voidaan toteuttaa paperiversiona tai internetissä.. (Vehkalahti 2008, 48) Kyselyyn vastaaminen pitää olla helppoa ja yksinkertaista, sillä monetkaan eivät halua käyttää siihen liikaa aikaa. Kyselylomakkeen kielen tulee olla selkeää, johdonmukaista, yksiselitteistä ja ymmärrettävää. Lisäksi ulkoasun tulee olla siisti ja selkeä. (Vehkalahti 2008, 48)

Kyselyssä voi olla joko avoimia tai suljettuja kysymyksiä. Avoimiin kysymyksiin vastaajat saavat vapaasti kirjoittaa vastauksensa. Suljetuissa kysymyksissä

vastausvaihtoehdot ovat annettu valmiiksi. Vastausvaihtoehdoissa tulee olla tarkkana: niiden pitää olla kattavia, selkeitä ja toisensa poissulkevia. (Vehkalahti 2008, 24–25) On tärkeää, että kysely esitellään. Tutkimuksen kannalta olisi parasta, että testaus suoritetaan kohderyhmään kuuluvilla.. (Vehkalahti 2008, 48)

Vertailevan tutkimuksen suorittaminen on haastavaa. Tutkimuksessa erilaiset sosiaaliset ilmiöt pitäisi osata muokata tuloksia varten numeeriseen muotoon. (Pöntinen 2004, 41) Yksinkertaisesti selitettynä vertaileva tutkimus on asioiden tai ilmiöiden tarkastelua suhteessa toisiin. Vertaileva tutkimus on oiva menetelmä silloin, kun halutaan selittää sosiaalisia ilmiöitä. Vertaileva tutkimus myös edesauttaa varautumaan tulevaisuuden haasteisiin. Vertaileva tutkimus antaa näkökulmia havainnoida, mikä on eri ryhmille ominaista; ja mikä on kaikille ryhmille yhteistä. (Arminen & Alapuro 2004, 7 – 8)

Vertailevassa tutkimuksessa voidaan puhua kahdenlaisesta strategiasta: maksimaalinen erilaisuus ja maksimaalinen samanlaisuus. Maksimaalisen erilaisuuden strategia tarkoittaa sitä, että valituilla tutkittavilla on mieluiten vain yksi yhteinen ominaisuus. Maksimaalisen samanlaisuuden strategia tarkoittaa vastaavasti sitä, että valituilla tutkittavilla on mahdollisimman paljon yhteistä. (Arminen & Alapuro 2004,9)

Vertailevaa tutkimusta on kahdenlaista: diakroniset ja synkroniset vertailut. Synkroniset vertailut tarkoittavat sitä, että vertailevat tutkimukset suoritettiin eri ryhmissä samana ajankohtana. Diakroniset vertailut taas kuvaavat, tutkivat ja selittävät ilmiöiden ja ryhmien historiallista kehitystä. (Allardt 2004, 35)

Vertaileva tutkimus voidaan suorittaa makro- tai mikrotasolla. Makrovertailut koskevat yleensä esimerkiksi kokonaisia valtioita tai vaikuttavia yhteisöjä. Mikrotason vertailussa siirrytään lähemmäs arkielämään kuuluvien asioiden, havaintojen ja käytäntöjen tutkimiseen. (Alapuro 2004, 56)

8 PROJEKTIN TOTEUTTAMINEN JA OSALLISTUJAKYSELY

Olimme päättäneet perustaa kaksi luovan liikunnan ryhmää, jotta mahdollisimman moni lapsi pääsisi osallistumaan. Halusimme myös tehdä vertailua näiden kahden ryhmän välillä. Molemmissa ryhmissä oli sekä tyttöjä että poikia. Keskiviikon ryhmään oli ilmoittautunut yhteensä 12 lasta ja torstain ryhmään 23, joista säännöllisesti kerhossa kävi keskiviikkoisin 11 ja torstaisin 21 lasta. Molemmilla ryhmillä oli kahdeksan sisällöltään samanlaista kertaa, jotka kestivät puolitoista tuntia kerrallaan. Olimme jakaneet kerhot niin, että olimme vuorotellen vetovastuussa; toinen ohjasi kerhoa aina keskiviikkoisin ja toinen puolestaan aina torstaisin. Se, kumman ohjausrooli oli vähäisempi, pystyi näin keskittymään havainnointiin.

Jokaisella kerhokerralla oli oma, selkeä teemansa. Näitä teemoja olivat pallopelit, leikkivarjo, liikuntaa ryhmänä, liikuntaa sanomalehdillä, temppurata, liikuntaa eri välineillä, viestit, kilpailut ja kisat sekä seikkailuliikunta. Valitsimme teemat olivat sisällöltään erilaisia, jotta jokaiselle lapselle löytyisi jotakin mielekästä.

Jokainen toimintakerta eteni samalla kaavalla: alkupiiri, lämmittelyleikki, teemaan kuuluvat pelit, rentoutus ja loppupiiri. Koska kerhokerrat etenivät samalla kaavalla, tiesivät lapset, mitä tulisi tapahtumaan ja osasivat toimia sen mukaisesti. Pelit ja leikit olimme valinneet niin, että jokainen lapsi pystyi osallistumaan omilla ehdoillaan ja kyvyillään. Valitsimme monipuolisia pelejä, jotka eivät painottaneet kilpailua. Tarkoituksena oli, että lapsilla olisi hauskaa ja liikunta tulisi ikään kuin huomaamatta. Hauskuuden lisäksi painotimme peleissä osallisuutta, ryhmäytymistä ja sosiaalisuutta.

Olimme keksineet kehystarinan, jonka teemana olivat merirosvot ja merirosvottaret, jotta lapset innostuisivat ja sitoutuisivat kerhoon. Jokaiselle toimintakerralle oli oma merirosvoaiheinen tarina, joka siivitti lapset mukaan sen kertaiseen toimintaan. Pelit ja leikit oli muokattu teemaan sopiviksi. Kehyskertomus sisälsi myös salaisia viestejä, jonka joku lapsista sai aina lukea. Olimme tehneet jokaiselle lapselle oman

kerhokertakartan, johon he saivat aina lopuksi liimata tarran merkiksi siitä, että olivat olleet mukana seikkailussa.

8.1 Ensimmäinen kerhokerta

Ensimmäisen kerhokerran alkaessa lapset tulivat paikalla hyvissä ajoin ja innoissaan. Pyysimme lapsia istumaan piiriin salin keskelle. (Kuva1) Aluksi me ohjaajat esittelimme itsemme ja kerroimme hieman kerhosta. Lapsista huomasimme, että he olivat uteliaita ja hieman jännittyneitä tulevan suhteen. Kävimme läpi, keitä on tullut paikalle ja samalla hieman tutustuimme lapsiin. Keksimmämme kehystomuksen mukaisesti kerroimme lapsille, että kerho on suuri seikkailu, joka vaatii paljon rohkeutta, asennetta ja yhteistyöhenkeä. Näytimme lapsille tekemäämme aarrekarttaa, joka johdattaisi meidät aarteen luokse. Saamassamme salaisessa viestissä lapsia kehoitettiin pakkaamaan tavarat, tutustumaan kavereihin sekä harjoittelemaan tulevia taisteluita varten. Suuri seikkailu tuli lapsille yllätyksenä ja he olivatkin innolla lähdössä mukaan aarrejahtiin. Hetken juttelimme tulevasta seikkailusta; lapsia kiinnosti, mikä aarre olisi ja ketä näitä salaisia viestejä lähettelee?



KUVA 1. Alkupiiri.

Ensimmäisen kerran teemana meillä oli pallopelit, jonka ensimmäisenä pelinä toimi lankakerä. Kerroimme lapsille, että ennen merille lähtöä heidän on tärkeää oppia tuntemaan toisensa nimeltä, ettei yksikään merirosvo menisi hukkaan. Pelin tarkoituksena oli hausalla tavalla lisätä ryhmähenkeä ja vahvistaa yhteenkuuluvuutta. Leikin ideana oli, että lankakerää heiteltiin piirissä vuorotellen

jokaiselle. Heittäjä sai kysyä vastaanottajalta jonkin kysymyksen. Kun lankakerä oli kiertänyt kaikki läpi, kerättiin se takaisin.

Kerroimme lapsille, että merirosvoilta ja merirosvottarilta vaaditaan tarkkaavaisuutta ja nopeaa reagointikykyä, joita harjoittelimme seuraavissa peleissä. Toisena pelinä oli pallonryöstöhippa. Aluksi pyysimme muutamaa vapaaehtoista ryhtymään hipaksi. Muille lapsille annettiin pallot, joita he kuljettivat ympäri salia. Hipat yrittivät saada pallon itselleen, jos he onnistuivat, tuli pallottomasta uusi hippa. Aluksi tutustuimme pallon kuljettamiseen kävellen, myöhemmin lapset saivat juosta, jos itse halusivat. Kolmantena pelinä oli pallon kuljetus ja pysäytys. Tähän peliin yhdistyi merirosvotaitojen opetteluun lisäksi oman kehon tuntemusta ja hallintaa. Annoimme jokaiselle lapselle oman pallon, joita he saivat kuljettaa ympäri salia kertomallamme tavalla. Pallo tuli pysäyttää aina eri tavalla, esimerkiksi polvella tai kyynärpäällä.

Seuraavana pelinä meillä oli pallon heitto. Pelin tarkoituksena oli saada lapset liikkumaan huomaamatta hausalla tavalla. Annoimme jokaiselle oman numeroidun, sanomalehdistä valmistetun pallon. Asetimme lapset riviin salin toiseen päähän. Tarkoituksena oli merkistä heittää pallo takaperin salin toista seinää kohti, jonka jälkeen jokainen etsi oman pallonsa. Emme halunneet järjestää tästä mitään juoksukilpailua, vaan keksimme eri tyylejä oman pallon hakemiseen. Näin kaikki lapset pystyivät osallistumaan. Kerroimme lapsille, että tuleva aarrejahti vaatisi nopeutta, että löytäisimme aarteen ensimmäisenä, mutta merellä täytyy silti huomioida muut alukset, ettei tule törmäyksiä.

Viidentenä leikkinä oli kisapallo. Leikin tarkoituksena oli toimia ryhmänä ja näin vahvistaa ryhmähenkeä. Selitimme lapsille, että aarteen löytymiseksi jokaisen merirosvon ja merirosvottaren panos on tärkeä. Tässä pelissä se korostui hyvin — jokaista lasta tarvittiin, että peli onnistui. Muodostimme lapsista piirin, jossa he seisoivat selkä sisärinkiä päin. Yksi lapsi kerrallaan lähetti pallon liikkeelle myötäpäivään, samalla tämä lapsi lähti itse juoksemaan vastapäivään. Pallo kiersi lapselta toiselle ja samaan aikaan pallon liikkeelle laittaja yritti juosta piirin ympäri. Hän yritti ehtiä takaisin omalle paikalleen ennen palloa. Jatkoimme tätä leikkiä niin kauan, että jokainen halukas sai juosta kilpaa pallon kanssa. Vaihtelimme myös

ringin kokoa: rinkiä suurentamalla juoksijan matka kasvoi ja muut lapset saivat toimitettua pallon paikalleen ennen juoksijaa.

Seuraavana pelinä oli pallosota, joka vahvisti myös ryhmähenkeä. Jaoimme lapset kahteen ryhmään, jotka asettuivat salin vastakkaisiin päätyihin merkityn rajan taakse. Rajasimme sopivan alueen ja asetimme tämän alueen keskelle rajan sekä ison pallon. Molemmille joukkueille annettiin yhtä paljon pieniä palloja. Joukkueiden tehtävänä oli pieniä palloja heittämällä siirtää iso pallo vastakkaisen joukkueen puolelle. Leikimme, että kyseessä oli pommitus; pienet pallot toimivat tykin kuulina, joita merirosvot tähtäsivät kohti pahamaineista merirosvolaivaa. Kenenkään lapsen taidot tai heikkoudet eivät päässeet korostumaan tässä pelissä, koska vaihtelimme heittotyylejä.

Viimeisenä leikkinä oli pallorentoutus. Jaoimme lapset pareittain. Toinen pareista asettui matolle makaamaan mahalleen, jota toinen hieroi kevyesti pallon avulla musiikin soidessa rauhallisesti taustalla. Musiikin loputtua vaihdettiin osia. Rentoutuksen jälkeen asetuimme istumaan loppupiiriin. Annoimme jokaiselle lapselle oman kerhokertakartan, johon he saivat liimata osallistumistarran. Yhdessä lasten kanssa sovimme, että me ohjaajat säilytämme kerhokertakartat, jotta ne olisivat joka kerta mukana. Jaoimme lapsille myös lupalaput valokuvausta varten sekä kotikirjeet. Kerroimme lapsille, että lupalaput ovat meille tärkeitä ja ne pitää palauttaa seuraavalla kerralla. Lopuksi lapset saivat kertoa mielipiteitään ja tuntemuksiaan kerhokerrasta.

8.1.1 Ryhmien vertailua ensimmäisellä kerhokerralla

Molemmat ryhmät olivat innoissaan uudesta kerhosta. Keskiviikon ryhmä odotteli meitä rauhallisesti ja he tulivat heti pyydettyä istumaan alkupiiriin. Torstain ryhmä juoksenteli aluksi ympäri salia ja piiriin tuleminen kesti hieman. Molemmat ryhmät osallistuivat hyvin toimintaan; varsinkin pallonheitto ja pallosota olivat lasten mieleen. Yllätykseksemme lapsista ei huomannut jännitystä, vaan he ottivat innokkaasti osaa toimintaan eivätkä ujostelleet. Muutamasta lapsesta tosin huomasi, että he eivät halunneet osallistua ihan kaikkeen toimintaan.

Lankakerä tuotti hieman ongelmia molemmissa ryhmissä, sillä lapsilla oli vaikeuksia keksiä kysymyksiä. Olimme keksineet muutamia kysymyksiä valmiiksi, joten pystyimme auttamaan lapsia tarpeen tullen. Pienemmän ryhmäkoon takia peli onnistui hieman paremmin keskiviikon ryhmässä.

Pallonryöstöhippa sujui molemmilta ryhmiltä hyvin. Keskiviikon ryhmässä oli vain yksi hippa, kun taas torstain ryhmässä niitä piti suuren koon vuoksi olla kolme. Keskiviikon ryhmässä toiminta sujui ohjeiden mukaisesti, kun taas torstain ryhmässä meno yltyi välillä vauhdikkaaksi.

Pallon kuljetus ja pysäytys sai vaihtelevaa innostusta; osa lapsista tykkäsi todella paljon; osan mielestä se oli helppoa ja siksi hieman tylsää. Molemmat ryhmät kuuntelivat hyvin ohjeita siitä, miten pallo piti pysäyttää ja lapset pysähtyivät hienosti pillin vihellykseen.

Pallonheitto oli molempien ryhmien suosiossa. Lapsista huomasin hyvin, että he yrittivät olla nopeita. Molemmilla ryhmillä oli myös paljon ideoita liikkumistyylihin, torstain ryhmässä ne painottuivat enemmän juoksuun, kun taas keskiviikon ryhmässä tuli luovempia ideoita.

Kisapallo onnistui myös hyvin molemmissa ryhmissä. Oli hienoa huomata, että lapset kannustivat toisiaan ja todella toimivat yhdessä saavuttaakseen tavoitteensa. Tämän pelin kohdalla huomasin ensimmäisen kerran hyvin sen, että jotkut lapset arastelivat joitakin toimintoja ja epäröivät osallistua. Kannustimme kaikkia yrittämään, mutta ketään ei pakotettu osallistumaan.

Pallosota oli molempien ryhmien suosikki. Tämän pelin aikana innostus ja riemu näkyivät lapsista. Keskiviikon ryhmä oli sen verran pienempi, että rajasimme heidän alueensa pienemmäksi kuin torstain ryhmässä. Keskiviikon ryhmä myös malttoi odottaa paremmin pallojensa kanssa, kunnes saivat luvan alkaa heittämään niitä.

Pallorentoutus onnistui keskiviikon ryhmässä paremmin; heidän oli helpompi hiljentyä toimintaa. Torstain ryhmältä vaati hetken saada hälinä loppumaan.

Annoimme lasten valita parit itse tähän rentoutukseen, mikä varmasti osaltaan sai hälinän jatkumaan.

Yleisesti ensimmäinen kerta meni hyvin molemmissa ryhmissä. Pelit ja leikit tuntuivat olevan lasten mieleen. Lapset myös tykkäsivät merirosvoteemasta ja varsinkin kerhokertakartat oli kaikkien mieleen. Niistä lapset yrittivät jo arvailla mitä ensi kerralla tehtäisiin.

8.1.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelua ensimmäisellä kerhokerralla

Ensimmäisellä kerhokerralla lapset olivat jo valmiiksi innostuneita, mutta kehittelemämme kehystertomus tuntui lisäävän lasten innostusta ja loivat jännitystä. Tekemämme aarrekartta sai lapset todella innostumaan. He miettivät yhdessä, kuinka aarteen luo pääsisi ja mitä siellä olisi. Pelien ja leikkien aikana lapset todella ottivat tarinan omakseen ja kuvittelivat harjoittelevansa merillä tarvittavia taitoja. Muutamat lapset jopa kyselivät, suoriutuivatko he tarpeeksi hyvin lähteäkseen seikkailuun?

Ensimmäisellä kerralla emme vielä voineet havainnoida lasten itsetunnon muutoksia. Pelimme oli kuitenkin sellaisia, että jokainen sai onnistumisen kokemuksia ja jokaisen panos oli tärkeä ryhmälle. Pienellä kannustuksella ja rohkaisua saimme lapset osallistumaan peleihin. Painotimme lapsille moneen otteeseen, että jokainen saa tehdä omalla tavallaan; ei ole mitään yhtä oikeaa tapaa toimia. Kukaan lapsista ei noussut ylivoimaisen hyväksi tai vastaavasti jäänyt varjoon, koska muuttelimme esimerkiksi heittotyylejä niin, että lapset olivat samalla viivalla.

Kerhon yksi tärkeimmistä asioista oli alusta alkaen lasten huomioiminen ja kehuminen. Emme kiinnittäneet liiaksi huomiota epäonnistumisiin vaan yritimme aina löytää jotakin positiivista lapsen suorituksesta. Kerhon aikana pyrimme antamaan positiivista palautetta jokaiselle lapselle.

Ensimmäisellä kerralla pääpaino oli innostamisen lisäksi ryhmäytymisellä. Muutamassa leikissä lapset toimivat yhdessä ryhmänä ja jo ensimmäisestä kerrasta asti he toimivat hyvin ryhmänä ja antoivat toisilleen palautetta. Pyrimme siihen, että

lapset tutustuivat toisiinsa. Olimme valinneet sellaisia pelejä, että lapset saivat olla osana mahdollisimman montaa eri ryhmää. Näin lapset pystyivät tutustumaan toisiinsa paremmin.

Peleissä piti myös ottaa toiset huomioon. Alkuleikissä lapset saivat kysyä toiselta jonkun kysymyksen. Aluksi kerroimme minkä tyyliä kysymyksiä voi toiselta kysyä. Näin yritimme vaikuttaa lasten sosiaalisiin taitoihin.

8.1.3 Lasten mielipiteet ensimmäisestä kerhokerrasta

Loppupiirissä lapset saivat kertoa mielipiteitään kerhosta. Saimme hyvää palautetta peleistä; kenelläkään ei ollut mitään negatiivista sanottavaa. Lapsia mietitytti kovasti mahtaisimmeko löytää aarteen ja mihin se on kätkeyty? Pukuhuoneessa lapset vielä juttelivat, että kerhossa oli ollut kivaa ja, että he tulevat myös ensi viikolla.

8.2 Toinen kerhokerta

Aloitimme kerhomme istumalla piiriin. Merkitsimme läsnäolijat osallistujalistoihin ja vaihdoimme kuulumisia. Keräsimme myös viime kerralla jakamamme lupalaput lapsilta. Kyselimme lapsilta, muistavatko he mitä viimeksi teimme? Muistelun jälkeen kerroimme, että nyt on aika ryhtyä tositoimiin ja laskea laiva vesille. Yhdessä katsoimme horisonttiin, jossa laivamme odotti. Se oli aito merirosvolaiva, jossa oli värikäs purje. Salainen viesti kehotti lapsia toimimaan yhdessä ja tarttumaan rohkeasti purjeisiin. Purjeena toimi leikkivarjo, joka oli tämänkertainen teemamme.

Ensimmäisenä leikkinä arvailtiin kuka on varjon alla? Leikin tavoitteena oli tutustua ryhmän jäseniin, koska osa oli vielä toisilleen tuntemattomia. Leikin ideana oli, että lapset kävelivät varovaisesti silmät kiinni ympäri salia. Me ohjaajat kävimme peittämässä muutaman lapsen kerrallaan varjon alle. Muiden lasten tuli päätellä, keitä varjon alla oli. Leikkiä jatkettiin niin kauan, että jokainen oli ainakin kerran ollut varjon alla piilossa.

Seuraavaksi tutustuimme leikkivarjoon liikuntavälineenä. Kaikissa leikeissä oli ainakin toinen ohjaajista aina mukana huolehtimassa, ettei meno yllä liian kovaksi ja riko purjettamme. Jokainen lapsi otti kiinni leikkivarjosta. Aluksi kuljimme piirissä molempiin suuntiin leikkivarjoa liikutellen. Sitten pysähdyimme paikoilleen ja aloimme tehdä rauhallisesti laineita. (Kuva 2) Vähitellen tuuli yltyi myrskyksi asti, jolloin varjoa liikuteltiin vauhdikkaasti. Kun varjo oli tullut lapsille tutuksi, laitoimme varjon päälle pallon. Tehtävänä oli liikutella palloa varjon päällä ilman, että se tippui. Pikku hiljaa lisäsimme pallojen määrää. Välillä tuuli yltyi niin kovaksi, että pallo lensi kohti kattoa. Lasten tehtävänä oli saada pallo kiinni varjolla.



KUVA 2. Laineiden tekoa.

Kolmantena pelinä oli sirkusteltoa. Sirkusteltan ideana oli, että varjoa nostettiin kolme kertaa korkealla ylös. Kolmannella kerralla kaikki menivät varjon alle pitäen varjosta edelleen kiinni. Varjon laskeutuessa jokainen asetti varjon reunan pepun alle. Leikimme, että olimme tulleet sadetta piiloon laivan sisälle.

Neljäntenä pelinä oli värin vaihto. Kerroimme lapsille, että kohentaisimme jälleen tarkkaavaisuuttamme, sillä se on äärimmäisen tärkeä taito merillä. Jokainen lapsi otti varjosta kiinni niin, että oli jonkun värin kohdalla. Yhdessä nostimme varjon korkealle ilmaan. Varjon ollessa ylhäällä tietyn värin kohdalla olevat lapset vaihtoivat paikkaa keskenään. Peliä toistettiin monta kertaa niin, että jokainen lapsi sai vaihtaa paikkaa useamman kerran. Lopuksi teimme pelistä hieman haastavamman, kun kaksi väriä vaihtoi paikkoja keskenään, esimerkiksi siniset ja punaiset vaihtavat paikkaa. Muiden tehtävänä oli pitää varjoa ylhäällä tarpeeksi

kauan. Pelissä opeteltiin myös muiden huomioon ottamista; paikan vaihtamiset piti katsoa niin, ettei kukaan joutunut palaamaan lähtöpaikalleen.

Seuraavana leikkinä oli kissa ja hiiri, jonka pääpaino oli hauskuudessa. Kerroimme lapsille, että merirosvojen ja merirosvottarien tulee toimia yhdessä ryhmänä ja, että jokaisen panos on tärkeä. Kuten merirosvot ja merirosvottaret auttavat toisiaan, autoimme nyt hiirtä piiloutumaan kissalta. Pelissä yksi lapsista oli hiiri, joka meni varjon alle ja toinen oli kissa, joka meni varjon päälle. Muut lapset tekivät varjolla laineita, jotta hiiri pääsi huomaamattomasti liikkumaan varjon alla. Kissa liikkui varovaisesti varjon päällä yrittäen löytää hiiren.

Kuudentena pelinä oli varjon päällä. Sanoimme lapsille, että merirosvon ja merirosvottaren tulee auttaa toisiaan. Kuvittelimme, että lapset olivat yksi kerrallaan loukkaantuneita merirosvoja, joita kannoimme varjon avulla. Leikissä yksi lapsi asettui istumaan varjon päälle. (Kuva 3) Muut lapset kulkivat piirissä ja kuljettivat samalla varjoa. Aluksi kuljimme aina kävellen niin, että keskellä oli tottunut kyytiin. Vähitellen vauhti kiihtyi juoksuksi. Peli toistettiin niin monta kertaa, että jokainen pääsi keskelle.



KUVA 3. Varjon kyydissä.

Seuraavana leikkinä oli lumisade, jonka toteutimme merirosvoteeman tyylin mukaan käärmeiltä suojautumisena. Leikissä asetimme varjon päälle erilaisia naruja, joiden kuvittelimme olevan käärmeitä. Jokainen lapsi otti kiinni varjosta ja yhdessä teimme laineita. Aluksi varjoa heiluteltiin kevyesti, jotta käärmeet pysyivät kyydissä. Kolmas

nosto tehtiin voimakkaasti niin, että käärmeet lentelivät ympäriinsä. Samalla lapset suojautuivat varjon alle kuten sirkusteltassa.

Ennen loppupiiriä toteutimme vielä rentoutuksen leikkivarjon avulla. Jaoin lapset kahteen ryhmään. Toinen tyhmä meni lattialle selälleen makaamaan. Kehotimme lapsia laittamaan silmät kiinni ja kuvittelevan, että he ovat rannalla kuuntelemassa laineiden liplatusta. Samalla toinen ryhmä teki kevyesti leikkivarjolla laineita lattialla makaavien lasten päällä. Kun ensimmäinen ryhmä oli rentoutunut, vaihdettiin vielä osia. Lopuksi istuimme loppupiiriin, jossa lapset saivat kertoa mielipiteitään kerhokerrasta ja liimata kerhokertakarttoihin tarran.

8.2.1 Ryhmien vertailua toisella kerhokerralla

Keskiviikon ryhmässä yksi leikkivarjo riitti hyvin toiminnan toteuttamiseen. Torstain ryhmässä varjoja tarvittiin kaksi, mikä yleisesti ottaen hieman hankaloitti ohjausta. Kaikkien pelien kohdalla keskiviikon ryhmä kuunteli ohjeet tarkasti ja noudattivat niitä. Torstain ryhmässä ohjeita sai toistaa muutaman kerran ja siitäkin huolimatta ilmeni vähän sooloilua joidenkin lasten kohdalla. Keskiviikon ryhmässä ehdimme ottaa enemmän toistoja, koska toiminta eteni ilman turhia keskeytyksiä. Kuka on varjon alla? - leikki oli molempien ryhmien mielestä hauska ja kaikki halusivat ottaa siihen osaa olemalla sekä varjon päällä että alla. Painotimme ennen leikin alkua, että leikissä täytyy olla varovainen, ettei toista satu. Tämä onnistui molemmilta ryhmiltä hyvin.

Varjo tutuksi - leikki onnistui keskiviikon ryhmän osalta hienosti. He malttoivat aloittaa rauhallisesti aluksi vain varjoa kuljettaen. Torstain ryhmä oli hieman malttamattomampi ja olisi heti halunnut tehdä isoja aaltoja. Kun varjon päälle laitettiin pallo, molemmat ryhmät yrittivät tosissaan pitää palloa hallussaan. Lapset neuvoivat toisia milloin kenenkin piti nostaa varjoa.

Sirkusteltoa oli yksi lasten suosikeista molemmissa ryhmissä. Torstain ryhmässä alkoi tässä kohtaa havaita joissakin lapsissa pientä turhautumista, kun kaikki eivät toimineet samaan tahtiin, koska silloin sirkusteltoa ei pystynyt tekemään kunnolla.

Sanoimme lapsille, että leikkivarjon tarkoituksena on toimia kaikki yhdessä, sooloilijoiden täytyisi mennä jäähypenkille istumaan. Tämän jälkeen toimita alkoi sujua paremmin. Värin vaihdossa lapset maltoivat molemmissa ryhmissä kuunnella, minkä värin ohjaaja sanoi. Lapset ottivat hyvin toiset huomioon paikkoja vaihtaessa

Kissa ja hiiri oli myös yksi suosikeista. Muutamat lapset alkoivat taas arkailla tekemistä, kun tuli niin sanottua yksilösuorittamista. Pienen kannustuksen jälkeen jokainen lapsi osallistui leikkiin niin kissana kuin hiirenäkin. Yhteistyö hiiren auttamiseksi sujui molemmissa ryhmissä hyvin; lapset ymmärsivät että heidän pitää auttaa muita, jos haluavat itse tulla autetuiksi vuorollaan.

Auttaminen jatkui hienosti myös varjon päällä leikissä. Keskiviikon ryhmässä lapset jaksoivat hyvin odottaa omaa vuoroaan. Torstain ryhmässä jotkut lapset kyselivät koko ajan, että koska on minun vuoroni, vaikka meillä oli selkeä etenemisjärjestys. Varjon liikuttamisessa lapset seurasivat ohjaajan esimerkkiä ja alkoivat juosta vasta, kun siihen annettiin lupa.

Lumisade oli molemmissa ryhmissä lasten ehdoton suosikki. Keskiviikon ryhmä laski rauhallisesti kolmeen ja heittivät vasta sitten käärmeet ilmaan, kuten pitikin. Torstain ryhmässä osa lapsista yritti tiputtaa käärmeitä koko ajan. Molemmissa ryhmissä lapset keräsivät innokkaasti ja oma-aloitteisesti käärmeet takaisin varjon päälle.

Rentoutus oli torstain ryhmän osalta haastava, sillä lattialla makaavat lapset eivät millään malttaneet olla hiljaa ja pitää silmiä kiinni. Heillä oli aluksi myös vaikeuksia liikuttaa varjoa rauhallisesti. Keskiviikon ryhmässä rentoutus toteutettiin niin, että kaikki lapset menivät makaamaan varjon alle ja ohjaajat hoitivat varjon liikutuksen. Keskiviikon ryhmän lapset ehdottivat, että myös ohjaajat menisivät varjon alle ja he hoitaisivat varjon liikutuksen vuorostaan.

8.2.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelu toisella kerhokerralla

Toisella kerhokerralla lapset olivat innostuneita kuulemaan, miten tarina etenisi. Jo pukuhuoneessa lapset kyselivät, että ollaanko jo lähellä aarretta? Alkupiirissä kerroimme lapsille, että nyt oli aika laskea laiva vesille. Lapset kyselivät meiltä ohjaajilta, millainen laiva olisi? Pyysimme lapsia katsomaan kohti merta – siellä laivamme odotti. Oli hienoa huomata, että lapset todella eläytyivät tarinaan. He rupesivat kertomaan oma-aloitteisesti toisille, millaisen laivan näkivät. Näytimme lapsille leikkivarjoa, joka sai aikaan riemunkiljahduksia. Läpi pelien lapset elivät tarinaa ja kuvittelivat olevansa laivalla.

Tällä kertaa pääpaino oli ryhmäytymisessä ja yhdessä tekemisessä. Myös sosiaaliset taidot korostuivat, sillä kaikki pelit vaativat yhdessä toimimista ja ryhmän kesken kommunikoimista. Kerroimme lapsille, että merille lähdettäessä olisi äärimmäisen tärkeää pitää huolta toisista. Ketään ei saisi jättää yksin vaan kaikki piti ottaa mukaan toimintaan. Halusimme, että lapset ymmärtäisivät jokaisen yksilön tärkeyden ryhmän toiminnan kanalta. Pelien aikana lapset eivät arvostelleet toistensa suorituksia vaan kannustivat toisiaan. Yhdessä tekeminen ja onnistuminen lujittivat lasten ryhmähenkeä.

Yritimme vaikuttaa lasten positiivisen minäkuvan kehittymiseen painottamalla, että jokaisen panos on tärkeä. Me ohjaajat kannustimme lapsia ja annoimme heille positiivista palautetta. Tarkoituksena oli vahvistaa lapsen uskoa omiin kykyihin, sillä yleensä ne lapset, jotka epäilivät omaa osaamistaan eivät halunneet osallistua johonkin toimintaa. Osa lapsista rohkaistui kokeilemaan pienen kannustamisen jälkeen, mutta osa tarvitsi vielä isää aikaa. Emme pakottaneet ketään yrittämään. Oli hienoa huomata, että myös lapset kannustivat toisiaan.

Osa peleistä vaati, että lapset kykenivät luottamaan toisiinsa. Oli merkittävää huomata, että lapset pystyivät peleissä ja leikeissä luottamaan toisiinsa ilman epäilyksiä, sillä luottamusta vaaditaan jo ryhmäytymisen kannalta. Tekee myös hyvää lasten itsetunnolle huomata, että heihin luotetaan ja, että heitä arvostetaan osana ryhmää.

8.2.3 Lasten mielipiteet toisesta kerhokerrasta

Leikkivarjo oli kokonaisuudessaan lasten mieleen molemmissa ryhmissä. Kaikki halusivat ottaa osaa toimintaan, eikä kukaan valittanut, että toiminta olisi tylsää. Loppupiirissä kävimme läpi lasten mielipiteitä kehokerrasta. Pyysimme lapsia kertomaan, mikä oli ollut kivointa. Ensin lapset vastasivat, että kaikki, mutta tarkennusta pyytäessä suosikeiksi nousivat sirkustelulta, kissa ja hiiri sekä lumisade. Lapsista oli myös kivaa, että pääsimme seikkailussamme eteenpäin ja saimme laskea laivan vesille.

8.3 Kolmas kerhokerta

Kolmannen kerhokerran aloitimme tuttuun tapaan istumalla ensin piiriin. Aluksi kävimme läpi, keitä oli paikalla. Lapset saivat myös kertoa kuulumisistaan. Malttamattomina lapset kyselivät, mitä tänään tehtäisiin? Kerroimme lapsille, että taisimme olla viimeksi liian innoissamme siitä, että saimme laskea laivamme vesille, koska olimme purjehtineet vahingossa harhaan. Olimme purjehtimassa täysin väärään suuntaan. Yhdessä lasten kanssa pohdimme, että mitä nyt pitäisi tehdä? Yhdessä päätimme, että laiva piti kääntää. Sanoimme lapsille, että laivan kääntäminen vaatii yhdessä toimimista. Tämän kerran teemana olikin liikuntaa ryhmänä.

Ensimmäisen pelin nimi oli oma kuva. Jaoimme lapset pieniin ryhmiin ja he asettuivat salin toiseen päähän. Toiseen päähän laitoimme jokaiselle ryhmälle oman paperin sekä piirustusvälineitä. Leikin tarkoituksena oli piirtää oman ryhmän lippu. Aluksi ryhmät saivat hetken yhdessä suunnitella omaa lippuaan. Sen jälkeen he kävivät vuorotellen salin toisessa päässä piirtämässä omaa lippuaan. Ideana oli, että jokainen piirsi lippua aina hiukan eteenpäin niin, että se olisi valmis kun viimeinen ryhmän jäsen palaa omalle paikalleen. Lopuksi jokainen ryhmä sai esitellä oman lippunsa muille ryhmille.

Toisena pelinä oli kipot ja kannet. Selitimme lapsille, että merirosvoilta ja merirosvottarilta vaaditaan hyvää havainnointikykyä. Ettemme ajaisi uudelleen

harhaan, meidän piti harjoitella tätä ominaisuutta lisää. Pelissä jaoimme lapset kahteen ryhmään, joista toiset olivat kippoja ja toiset kansia. Olimme levittäneet ympäri salia erilaisia välineitä, joista puolet olivat kippoja ja toiset puolet kansia. Tarkoituksena oli, että kipot yrittivät kääntää mahdollisimman monta esinettä kipoiksi ja kannet vastaavasti kansiksi. Ajan loputtua laskimme, kumpia oli enemmän. Pelin edetessä vaihtelimme liikkumistyylejä.

Seuraavana pelinä oli tuhatjalkainen. (Kuva 4) Laivamme kääntäminen vaati, että lapset kykenivät kommunikoimaan keskenään antamalla toisilleen ohjeita – aivan kuten tämä pelikin vaati. Tässäkin pelissä jaoimme lapset kahteen ryhmään. Ryhmät muodostivat jonon, jossa takana olevat ottivat edellä olevaa vyötäisiltä kiinni. Jonon ensimmäinen ei saanut katsoa taakseen, vaan jonon viimeisen tuli antaa neuvoja vauhdin suhteen. Tarkoituksena oli, että jonot kulkivat tekemämme reitin läpi. Painotimme lapsille, että pelissä ei tarvitse pitää kiirettä vaan pisteitä sai myös tyylistä. Toteutimme pelin uudestaan muutamaan otteeseen niin, että kaikki halukkaat saivat olla jonon ensimmäisiä tai viimeisiä.



KUVA 4. Tuhatjalkainen.

Neljäntenä pelinä oli pesänryöstö. Jaoimme taas lapset kahteen ryhmään, jotka asettuivat salin eri päihin. Ryhmät muodostivat omalle puolelle salia kaksi jonoa. Molemmilla ryhmillä oli omalla puolellaan myös kaksi pesää, joissa oli yhtä paljon aarteita. Taekoituksena oli käydä ryöstämässä toisen ryhmän aarteita omalle joukkueelle. Aarteita sai kuljettaa vain yhden kerrallaan. Liikkua sai joko kävellen tai juosten oman mielen mukaan. Vaihtelimme välillä aarteiden kuljetustapaa, ettei

pelistä tullut pelkkää juoksukilpailua. Ajan loputtua ryhmät laskivat aarteidensa määrän.

Seuraavana leikkinä oli oma puoli puhtaana. Huomasimme, että kääntäessämme laivaa oli sen kannelle ajautunut roskia. Jatkoimme samoilla ryhmillä kuin edellisessä pelissä. Joukkueet olivat salin vastakkaisilla puolilla. Levitimme molemmille puolilla yhtä paljon hernepusseja. Joukkueiden tehtävänä oli heittää hernepussit toisen joukkueen puolelle yksi kerrallaan. Leikki toimi pienenä kilpailuna, jossa jokaisen panos oli tärkeä. Toteutimme pelin muutaman kerran vaihtaen aina heittotyyliä. Kuudennen leikin nimi oli vanne piirissä. Lapset ottivat toisiaan käsistä kiinni ja muodostivat piirin. Laitoimme joidenkin käsien väliin hulavanteen. Tarkoituksena oli kierrättää hulavanne piirin ympäri käsiä irrottamatta. (Kuva 5)



KUVA 5. Vanteen siirtämistä piirissä.

Viimeiseksi oli vielä rentoutus. Siinäkin joukkueet jaettiin kahteen ryhmään. Toinen ryhmä muodosti sisäpiirin ja toinen puolestaan ulkopiirin. Sisäpiiri istui lattialla ja ulkopiiri asettui heidän taakseen polviseisontaan. (Kuva 6) Laitoimme soimaan rauhallista musiikkia, samalla ulkopiiri hieroi sisäpiirin jäseniä. Ulkopiiri liikkui myötäpäivään niin, että jokainen hieroi jokaista. Kun kierros oli käyty, vaihdettiin osia. Kerhokerta loppui tutusti loppupiirin merkeissä.



KUVA6. Rentoutus hieronnan avulla.

8.3.1 Ryhmien vertailua kolmannella kerhokerralla

Oma kuva leikissä kaikki ryhmät piirsivät jotakin merirosvo aiheista omiin lippuihinsa. Näki, että jokainen panosti oman ryhmänsä lipun tekemiseen ja lapset olivat niistä ylpeitä.

Kipot ja kannet oli lapsilla tuttu peli siitä, kun kävimme mainostamassa kerhoa koululla. Lapset selvästi innostuivat molemmissa ryhmissä, kun he oivalsivat, mikä peli on tulossa. Molemmilla ryhmillä oli aluksi pieniä vaikeuksia hahmottaa/ muistaa, mitä heidän piti tehdä. Muutaman toiston jälkeen peli alkoi sujua hyvin. Lapset innostuivat pienestä kilpailusta ja heissä heräsikin oikea voitontahto. Kun kipot ja kannet oli laskettu, lapset tsemppasivat toisiaan ”ensi kerralla voitetaan”-tyylisesti.

Tuhatjalkainen oli lasten mielestä hauska peli. Molemmilla ryhmillä oli aluksi vaikeaa edetä hitaasti, joten tuhatjalkainen meni niin sanotusti poikki muutamaan kertaan. Kehotimme jonon viimeistä neuvomaan ensimmäistä rohkeasti ja muistutimme, että tämä ei ole mikään nopeuskisa vaan tärkeintä on pitää tuhatjalkainen tiiviinä. Torstain ryhmässä toisissa lapsissa kiinni oleminen aiheutti aluksi muutamalle lapselle levottomuutta. Oli hienoa huomata, että he pystyivät olemaan osana tuhatjalkaista.

Pesän ryöstö oli lapsille mieluisaa puuhaa. Havaitimme molemmissa ryhmissä pientä huijaamista; aarteita yritettiin kuljettaa enemmän kuin yhden kerrallaan ja kuljetustyylissä yritettiin päästä helpommalla. Puutuimme tällaisiin sääntöjen rikkomuksiin heti. Muuten leikki sujui hyvin molemmissa ryhmissä; ohjeita ei tarvinnut selittää toista kertaa ja kaikki odottivat omaa vuoroaan jonossa. Keskiviikon ryhmässä lapset myös keksivät itse tapoja kuljettaa aarretta.

Viides leikki eli oma puoli puhtaana oli yksi lasten suosikeista. Keskiviikon ryhmässä rajasimme aluetta pienemmäksi, mutta säännöt pysyivät samana. Torstain ryhmä yritti tässäkin pelissä heittää herneläisiä monta kerrallaan toiselle puolelle. Painotimme lapsille, että voittamien ei ole tärkeintä ja, että kaikkien pitää toimia rehellisesti. Seuraava leikki eli vanne piirissä oli yllättävän helppo molemmille ryhmille. Me ohjaajat olimme kuvitelleet, että tämä peli saattaisi olla haastava, mutta molemmat ryhmät suoriutuivat siitä hyvin. Lapset auttoivat toinen toistaan ja jaksoivat kannustaa jokaista.

Rentoutus eli monenlaiset kädet tuotti jälleen aluksi hankaluuksia niille lapsille, jotka eivät pidä toisten lasten koskemisesta. Varsinkin muutama poika torstain ryhmästä oli aluksi hieman leikkiä vastaan. Pienen totuttelun jälkeen nämä pojat suoriutuivat hienosti ilman minkäänlaisia ongelmia. Keskiviikon ryhmässä rentoutus sujui ilman hankaluuksia, rauhallisen tunnelman vallitessa.

Yleisesti ottaen kolmas kerhokerta meni hyvin molemmilla ryhmillä. Torstain ryhmä osallistui hyvin toimintaan, mutta aina toiminnan jälkeen osa heistä riehaantui. Voi hetken aikaa rauhoitella heidät kuuntelemaan seuraavia ohjeita. Keskiviikon ryhmässä ei tällaisia haasteita ollut, joten ehdimme tekemään leikeistä enemmän toistoja. Päätimme molempina päivinä ryhmät lasten puolesta, koska ajattelimme sen vähentävän levottomuutta.

8.3.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelu kolmannella kerhokerralla

Molempina päivinä lapset jo odottivat meitä, kun saavuimme paikalle. Innoissaan lapset yrittivät urkkia mitä tänään tehtäisiin. Muutamat lapset kysyivät jo

pukuhuoneessa, että saisivatko lukea tällä kertaa salaisen viestin? Alkupiirissä kehoitimme lapsia katsomaan ympärilleen ja kertomaan mitä näkivät? Oli hienoa, että lapset eläytyivät tälläkin kertaa tarinaan, eivätkö vastanneet etteivät näe muuta kuin liikuntasalin. Ilman pienintäkään epäilystä lapset halusivat jatkaa matkaa ja lähteä kääntämään laivaa.

Tälläkin kerhokerralla pääpaino oli yhdessä tekemisessä ja sosiaalisten taitojen kehittämisessä, sillä kaikki pelit toteutettiin ryhmänä. Lapsista huomasi hyvin, että he ovat sosiaalisia, mutta sosiaaliset taidot vaativat vielä kehittämistä. Ainakin sen suhteen mitä toiselle voi sanoa.

Varsinaisen kerhokerran jälkeen yksi tyttö kertoi pukuhuoneessa menevänsä nyt kerhosta suoraan toisen kerhotyön luokse ensimmäistä kertaa. Kysyimme häneltä, että onko hän tutustunut tyttöön nyt kerhon aikana? Tytöt olivat kuulemma tunteneet ennenkin, mutta olivat ystäväystyneet nyt kerhossa. Tämän kerran jälkeen aloimme uskoa, että lapset todella ryhmäytyvät keskenään ja onnistuvat uomaan uusia kaverisuhteita.

Huomasimme jo tällä kerralla pieniä muutoksia lasten itsetunnossa. Muutama arempi lapsi uskalsi kokeilla ilman suurempia epäilyksiä itselle uusia juttuja omalla tyylillä. Olimme iloisia siitä, että lapset olivat alkaneet ymmärtää, että tärkeintä on kokeilla.

8.3.3 Lasten mielipiteet kolmannesta kerhokerrasta

Lasten mielestä oli kivaa toimia osana ryhmää. Torstain ryhmästä muutama tyttö sanoi, että oli kivaa kun muut lapset kannustivat ja auttoivat. Loppupiirissä taas kyselimme, mikä oli ollut lapsista kivointa tällä kertaa? Pyysimme lapsia vastaamaan jonkin yhden asian. Suurimmiksi suosikeiksi molemmista ryhmistä nousi kipot ja kannet sekä oma puoli puhtaana.

8.4 Neljäs kerhokerta

Kerho alkoi läsnäolijoiden osallistumislistoihin merkitsemisellä. Neljännen kerhokerran teemana oli liikuntaa sanomalehdillä. Kehyskertomuksen mukaisesti kyselimme lapsilta, että liikkuko laivamme? Yhdessä totesimme, että ei se liiku. Olimme ajaneet karilla ja laivamme oli mennyt rikki. Kyselimme lapsilta myös, että haluavatko he vielä jatkaa matkaa vai palaisimmeko kotiin tyhjin käsin? Lapset halusivat innoissaan jatkaa matkaa, joten päätimmekin rakentaa uuden laivan. Siihen tarvitsimme ainoastaan sanomalehtiä. Neljännen kerran pelien ja leikkien tarkoituksena oli saada lapset liikkumaan huomaamattomasti, hausalla tavalla. Selitimme lapsille, että merirosvojen ja merirosvottarien on tärkeää toimia yhdessä, jotta pääsisimme aarteiden jäljille.

Ensimmäisenä pelinä oli lehdellä päähän. Lapset muodostivat piirin, jonka keskellä oli yksi lapsi. Keskellä olijalla oli rullaksi kääritty sanomalehti. Hän sanoi jonkun piirissä seisovan lapsen nimen, esimerkiksi Matti. Matin piti ehtiä sanoa jonkun muun lapsen nimi ennen kuin keskellä olija ehti koskettaa häntä lehdellä päähän. Jos Matti ehti sanomaan jonkun toisen lapsen nimen ensin, esimerkiksi Pekka, piti keskellä olijan yrittää ehtiä osua Pekkaa lehdellä päähän ennen kuin Pekka ehtii reagoida. Jos Matti ei ehtinyt sanoa kenenkään toisen lapsen nimeä, siirtyi hän keskelle.

Seuraavaksi oli läpsyn vuoro, jota varten muodostimme kaksi joukkuetta. Joukkueet seisoivat rivissä vastakkain pienen matkan päässä toisistaan kädet ojennettuina. (Kuva 7) Toisesta joukkueesta rivin ensimmäinen tuli vastakkaisen joukkueen luokse. Hänen tarkoituksenaan oli läpsäyttää kolme kertaa pelaajaa kämmeniin. Kolmannella kerralla hän lähti juoksemaan omaan riviinsä ja läpsäytetty yritti saada hänet kiinni. Jos läpsäyttelijä saatiin kiinni, siirtyi hän toiseen joukkueeseen. Peliä jatkettiin niin kauan, että kaikki olivat samassa joukkueessa.



KUVA 7. Läpsyn peluuta.

Kolmantena pelinä oli sanomalehtitemppuilua. (Kuva 8) Asetimme peliä varten sanomalehtiarkkeja lattialle. Lapset liikkuiivat salissa omaan tyyliinsä musiikin tahdissa. Musiikin loputtua he juoksivat arkkien päälle. Yhdellä arkilla sai olla rajaton määrä osallistujia. Kun lapset seisoivat arkkien päällä, annoimme lisäohjeita tyyliin: ”yhdellä arkilla saa olla kolme jalkaa ja kaksi kättä”. Vähitellen vähensimme arkkien määrää: tarkoituksenaamme oli kokeilla, kuinka moni mahtui samalle arkille.



KUVA 8. Sanomalehtitemppuilua.

Seuraava peli oli suikaleita sukissa. Annoimme jokaiselle lapselle kaksi paperisuikaletta, jotka he laittoivat sukkiensa varteen. Toteutimme leikkiä ensin pareittain ja lopuksi vielä ryhmänä. Tarkoituksena oli astumalla saada toiselta suikaleet pois ja samalla suojella omia. Tämän jälkeen vuorossa oli,

sanomalehtiviesti. Lapset jaettiin pieniin joukkueisiin. Joukkueet asettuivat salin toiseen päähän, toiseen päähän oli sanomalehti ja sakset. Joukkueiden tehtävänä oli leikata kirjain kerrallaan lehdestä jokin ennalta määritelty sana, joka tällä kertaa oli merirosvo. Yksi kerrallaan joukkueiden jäsenet kävivät hakemassa lehdestä yhden kirjaimen niin kauan, että sana oli valmis. Olimme ennalta varmistaneet, että jokainen vaadittu kirjain löytyi lehden otsikoista. Nopeinten sanan leikannut ryhmä oli voittaja.

Kuudentena pelinä oli pariviesti. Jokaiselle parille annettiin kaksi sanomalehtiarkkia peliä varten. Parit menivät seisomaan salin toiseen päähän, toisessa päässä jokaisella parilla oli kartio. Merkin saatuaan toinen pareista asetteli arkit maahan peräjälkeen ja toinen käveli niitä pitkin. Arkkien tuli koskettaa toisiaan koko ajan. Kartiolle päästyään parit vaihtoivat osia.

Lopuksi oli taas rentoutuksen vuoro, joka teeman mukaisesti toteutettiin sanomalehtiä käyttäen. Rentoutus toteutettiin pareittain. Toinen pareista makasi vatsallaan maton päällä musiikin soidessa taustalla. Toinen pareista asetteli sanomalehtisuikaleita yksi kerrallaan parinsa päälle samalla kevyesti selkää painaen. (Kuva 9) Kun pari oli kokonaan peitelty, poistettiin suikaleet yksi kerrallaan taas hellästi selkää samalla painaen. Kun suikaleet oli poistettu, vaihdettiin osia. Rentoutuksen jälkeen istuimme vielä loppupiiriin purkamaan tuntemuksia kerhokerrasta.



KUVA 9. Rentoutus sanomalehdillä.

8.4.1 Ryhmien vertailu neljännellä kerhokerralla

Neljännellä kerhokerralla meno yltyi torstain ryhmässä useasti. Itse pelit ja leikit sujuivat hyvin, mutta pelin vaihdon aikana meno aina yltyi. Jouduimme laittamaan lapsia välillä jäähylle, jotta muut pääsivät jatkamaan toimintaa. Loppupiirissä puhuimme lapsile, että kerhossamme on tietyt säännöt ja niitä pitää noudattaa. Sanoimme myös, että muut lapset on otettava huomioon; muiden tekeminen häiriintyy, jos muutamat lapset riehuvat omiaan; kaikki lapset eivät pysty olemaan metelissä. Sovimme lasten kanssa, että tästä lähtien he noudattavat sääntöjä paremmin. Lapsista huomasin, että he olivat pahoillaan, kun kerhokerta oli mennyt hieman huonosti. Keskiviikon ryhmän kanssa ehdimme käymään kaikki pelit hyvin läpi ja meille jäi vielä ylimääräistä aikaa, jonka lapset saivat käyttää toivomaansa peliin.

Ensimmäinen peli eli lehdellä päähän sujui keskiviikon ryhmässä hyvin. Tämä saattaa johtua siitäkin, että ryhmä on pienempi ja lapset tunsivat toisensa jo hyvin. Torstain ryhmällä oli aluksi vaikeuksia sisäistää pelin idea. Molemmissa ryhmissä oli havaittavissa pientä huijaamista, esimerkiksi tahallista viivyttelyä, että pääsisi itse keskelle.

Seuraava peli eli läpsy oli lasten suosikkeja. Se sujuikin molemmilta ryhmiltä hyvin ilman hankaluuksia. Myös sanomalehtitemppuilu onnistui ryhmiltä hyvin. Molemmissa ryhmissä näkyi luovuutta toteuttaa annettuja ohjeita. Suikaleita sukissa oli myös lasten suosikkeja molemmissa ryhmissä. Kun peliä siirryttiin pelaamaan pareista ryhmään, lapset toimivat hienosti ryhmänä.

Sanomalehtiviesti oli lapsista hauska peli. Ryhmäläiset auttoivat toinen toistaan katsomalla aina yhdessä, mikä kirjain pitäisi vielä hakea. Varsinkin pienempien kohdalla isommat auttoivat. Kaikki ryhmät suoriutuivat tehtävästä ja ylpeinä he esittelivät löytämiään kirjaimia meille ohjaajille. Myös pariviesti onnistui jokaiselta parilta molemmissa ryhmissä hyvin. Keskiviikon ryhmässä kaikki parit suorittivat tehtävän samalla tavalla ja suurin piirtein samassa ajassa. Torstain ryhmän kohdalla huomasin eroja lasten työskentelyssä; toiset panostivat nopeuteen; toiset keskittyivät huolelliseen tekemiseen niin, että lehdet varmasti osuivat toisiinsa kunnolla.

Torstain ryhmän kohdalla jännitimme etukäteen, miten sanomalehtirentoutus tulisi onnistumaan. Se meni kuitenkin hienosti; lapset keskittyivät sanomalehtien aseteluun eivätkä pitäneet ylimääräistä meteliä. Myös keskiviikon ryhmän rentoutus sujui rauhallisissa merkeissä.

8.4.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelu neljännellä kerhokerralla

Alkupiirissä lapset hiljenivät heti kuuntelemaan, miten tarina etenisi ja minne se meidät tällä kertaa johdattaisi. Yhdessä lasten kanssa huomasimme, kuinka meidän varpaamme olivat kastuneet. Laivamme oli ajanut karille ja mennyt rikki. Tälläkin kertaa lapset ottivat osaa tarinaan. Lapset olivat innoissaan lähdössä rakentamaan uutta laivaa. Osa lapsista intoutui kertomaan omista laivakokemuksistaan ja yksi poika halusi kertoa, miten hän oli joskus ollut isänsä mukana rakennustyömaalla. Lapset eläytyivät tarinaan niin, etteivät he edes kyseenalaistaneet sitä, miten sanomalehdestä voisi rakentaa kestävästä merirosvolaivan.

Tällä kertaa pääpaino oli innostaa lapsia liikkumaan hausalla ja erilaisella tavalla. Uskomme, että lapset olisivat innostuneet leikeistä ja peleistä ilman merirosvoteemaakin. Tarina kuitenkin auttoi nitomaan pelit yhteen ja loivat oman jännityksensä joka kertaan. Lapset innostuivat sanomalehdistä, vaikka hieman aluksi ihmettelivät, mitä me niillä tehtäisiin. Lopuksi lapset kertoivat, että sanomalehdet olivat hauska keksintö ja niiden avulla sai pelattua kaikkea kivaa ja erilaista. Peleissä liikunta tuli huomaamatta. Ulospäin saattoi näyttää, etteivät lapset juurikaan liiku, mutta muutaman pelin jälkeen lapset halusivat pitää juomatauon, koska heille oli tullut kuuma. Oli hauska katsella, kuinka nekin lapset, jotka eivät aiemmilla kerroilla olleet halunneet juosta, juoksivat nyt vahingossa.

Näissäkin peleissä korostui myös sosiaaliset taidot, sillä jokaisessa pelissä piti huomioida muita. Monet peleistä edellyttivät myös kommunikointia onnistuakseen. Oli hauskaa seurata, kuinka lapset yhdessä pohtivat sitä, miten tehtävät tuli ratkaista. Havainnoimme, että lapset puhuivat toisilleen asiallisesti ja maltoivat odottaa omaa vuoroaan. Muutamit hiljaisemmatkin lapset uskalsivat sanoa omia ehdotuksiaan.

Monet peleistä olivat sellaisia, että niissä jokainen pystyi saamaan onnistumisen kokemuksia ja tuntemaan itsestään ylpeyttä. Nämä onnistumisen kokemukset luovat pohjaa hyvälle itsetunnolle. Monet peleistä vaativat myös kaikkien panostusta, näin lapset saivat muiden arvostusta osakseen.

8.4.3 Lasten mielipiteet neljännessä kerhokerrasta

Aluksi lapset hämmästelivät sitä, kuinka pystyisimme tekemään uuden laivan pelkistä sanomalehdistä. Mutta he halusivat kuitenkin yrittää, sillä heitä harmitti, että vanha laivamme oli mennyt rikki. Lapset olivat innoissaan ja hämmästyneitä siitä, mitä kaikkea kivaa sanomalehdillä voikaan tehdä. Lasten suosikkipeleiksi tällä kerhokerralla nousivat läpsy ja suikaleita sukissa.

8.5 Viides kerhokerta

Viidennen kerhokerran aloitimme totuttuun tapaan istumalla piirissä. Ennen varsinaista toimintaa kävimme läpi kuulumiset ja katsoimme, ketkä kaikki ovat paikalla. Lapset odottivat jo innoissaan, että etenisimme tarinassamme eteenpäin ja osa jo malttamattomina kyseli, että löytyykö aarre jo tänään. Puimme päälle mielikuvituskiikarit ja tähyilimme horisonttiin. Siellä näimme pelottavan ja hurjan näköisen merirosvolaivan. Yhdessä ymmärsimme, että se laiva ei ollut meidän oma – vaan joku ajaa meitä takaa. Lapsista huomasi, että he olivat innolla mukana ja he kyselivätkin, miten pääsisimme heistä eroon. Kehystarinaamme olimme upottaneet tämän kerran teeman eli temppuradan salaiseksi oikoreitiksi, jonka kautta voisimme karistaa muut kannoiltamme. Varoitimme lapsia, että reitti olisi haastava ja vaikea, täynnä ansoja ja vaaroja sekä vain urheimmat seilorit ovat sinne uskaltaneet. Lapset huudahtivat iloisesti olevansa valmiita jännittävälle matkalle.

Ennen varsinaista temppurataa meidän piti lämmitellä hausalla tavalla. Pyysimme lapsia ottamaan itselleen sopivasti tilaa. Painotimme, että leikissä tarvitaan merirosvojen taituruutta, rehellisyyttä ja yhdessä toimimista. Olimme etukäteen kirjoittaneet lapuille ylös erilaisia ohjeita, joiden mukaan lapset toimivat. Lapuissa luki esimerkiksi ”Kaikki, jotka ovat heränneet tänään ennen kello kahdeksaa, hyppää

kymmenen kertaa tasajalkaa.” Ohjeita ja tehtäviä tätä leikkiä varten meillä oli kaksikymmentä. Olimme suunnitelleet ne niin, että jokainen lapsi liikkui ja osallistui melkein jokaisen lapun kohdalla. Viimeisessä ohjeessa jokainen lapsi sai käyttää luovuuttaan liikkumalla omalla tyyllillään. Leikin päätyttyä lapsilla oli lämmin ja hyvä olo jatkaa kerhokertaa eteenpäin.

Varsinaisessa ohjelmassa eli tempuradassa meillä oli yhdeksän erilaista pistettä. (LIITE 13) Jaoimme lapset pareihin tai pienryhmiin, jotta millään pisteellä ei olisi ruuhkaa vaan kaikki saivat osallistua ja tehdä mahdollisimman paljon. Kävimme yhdessä läpi jokaisen pisteen, jotta kaikille olisi selvää, mitä pisteissä kuuluisi tehdä. Lisäksi silloin lapsilla oli tilaisuus sanoa omia mielipiteitään tai ehdotuksiaan tai kysyä, jos on jotain kysyttävää.

Ensimmäisessä pisteessä oli hulavanteet ja pallojen heittäminen koriin. Kerroimme, että taitavat merirosvot tarvitsevat matkallaan monenlaisia taitoja yllättävien tilanteiden varalle ja niitä taitoja harjoiteltiin hulavanteiden ja pallonheiton avulla. Kuvittelimme, että pommitimme muita laivoja ja aluksia heittämällä palloja koriin ja hulavannetta pyörittämällä latasimme ja suuntasimme tykkejä. Tätä pistettä varten olimme askarrelleet erilaisia ohjelappuja. Ennen suoritusta lasten tuli ottaa lappu ja tehdä sen mukaisesti. Lapuissa luki esimerkiksi: ”Heitä kolme koria takaperin ja sen jälkeen pyöritä kahta vannetta samanaikaisesti.” Ajattelimme, että saisimme toimintaan vaihtelua kehittämällä erilaisia tyylejä ja ohjeita, joiden mukaan lapset toimivat.

Toisessa pisteessä oli puolapuut ja liukumäki. Olimme kiinnittäneet korkealle ylös puolapuihin mustan rastin, jota lasten piti käydä koskettamassa. Puolapuilla kiipeäminen tapahtui lasten omaan tyyliin. Rastin koskettamisen jälkeen lapset pääsivät laskemaan penkeistä rakennettua liukumäkeä. Olimme suojanneet sen pehmeillä patjoilla ja pitäneet huolta, ettei lasku ollut liian jyrkkä tai pelottava. Annoimme lasten mielikuvitukselle vällän tässä pisteessä kertomalla, että koskettamalla maagista rastia jostakin ilmestyy salainen reitti, jota kautta pääsee nopeasti pakoon perässätulijoita. Tämä salainen reitti oli liukumäki.

Kolmannessa pisteessä meillä oli käsillä seisonta. Tässä pisteessä lapset kuvittelivat olevansa pimeässä ja pelottavassa luolassa, jossa pitää edetä muulla tavalla kuin kävellen, jotta pääsee reittiä eteenpäin. Ohjeena oli, että mattojen päällä harjoiteltaisiin ja otettaisiin tuntumaa omasta vartalosta ja siitä, että aina ei työskennellä jaloilla. Ensimmäinen vaihtoehto pisteessä oli rapukävely. Sen kautta lapset saivat kokeilla, miltä tuntuu kannatella itseään kaikkien raajojen avulla. Sen jälkeen pareittain oltiin kottikärryjä, eli toinen lapsista otti toista kiinni jaloista ja kuljetti eteenpäin. Ja mikäli riitti uskallusta, niin yritettiin käsillä seisontaa. Painotimme kuitenkin lapsille, että käsillä seisonta tapahtuu ikään kuin jaloilla kiiveten seinää ylöspäin, niin se on turvallisinta. Lapset kuitenkin intoutuivat kokeilemaan myös omia tapojaan. (Kuva 10)



KUVA 10. Käsillä seisontaa omalla tyylillä.

Neljäntenä oli kuperkeikkojen ja kärrynpyörien harjoittelua matolla. Tässä pisteessä lasten tuli kuvitella esiintyvänsä jollekin yleisölle, joka antaisi heille luvan onnistuneen esityksen jälkeen jatkaa matkaa. Ajattelimme, että kaikki lapset eivät osaa tai uskalla tehdä kuperkeikkoja, joten keksimme tähänkin pisteeseen eri vaihtoehtoja. Helpoin vaihtoehto oli kieriminen. Maton alkupäässä oli hernepusseja. Lapset ottivat hernepussin käteensä, asettuivat makuulle matolle ja ojensivat kätensä suoriksi puristaen hernepussia käsissään. Toisena vaihtoehtona olivat kuperkeikat. Silloin hernepussin tuli olla leuan alla, jotta kuperkeikkaa tehdessä olisi helppo muistaa, että leuan tulee olla kiinni rinnassa. Vaikeimpana vaihtoehtona olivat kärrynpyörät. Saimme kuitenkin huomata, että suurin osa lapsista halusi ainakin yrittää kärrynpyörien tekemistä, vaikkei sitä osannutkaan.

Viidennessä pisteessä oli renkaat. (Kuva 11) Renkaiden kanssa lapset intoutuivat itsekin sepittämään erilaisia tarinoita ja syitä, miksi niitä pitää käyttää. Kerroimme, että niiden avulla päästään pakoon nopeammin kuin juosten. Annoimme lapsille luvan vapaasti keinua renkaissa. Sallittua oli kaikenlainen keinuminen, heiluminen ja roikkuminen. Painotimme kuitenkin, että erilaisia kieppejä tehdessä lasten pitäisi pyytää ohjaajaa vierelle, jotta turvallisuus olisi turvattu eikä sattuisi vahinkoja.



KUVA 11. Taiteilua renkailla.

Kuudennessa pisteessä oli neljä eri vaihetta. Piste alkoi jännittävällä tunnelilla. Olimme tehneet tunnelin penkeistä ja matoista. Tunnelin alussa oli aarrekasa, josta lapset ottivat yhden aarteen ja kuljettivat sen tunnelin läpi. Tunnelista selvittyään lapset huomasivat edessään erilaisia esteitä. Esteet olivat monen korkuisia ja levyisiä. Lapset saivat itse päättää, miten he ne selvittäisivät: ylittämällä tai alittamalla. Esteiden jälkeen oli pujottelurata. Pujottelutyylejä olimme kirjoittaneet ylös lapuille. Jokainen lapsi sai oman tyylinsä, esimerkiksi kierrä pujottelurata tanssien. Pujottelun jälkeen viimeisenä kohtana tässä pisteessä oli tasapainoilua. (Kuva 12) Olimme tasapainopuomille kiinnittäneet jalan- ja kädenkuvia, joita lasten tuli seurata oikein, eli jalan päälle jalka ja käden kohdalle käsi. Tämä piste oli lapsille todella selkeä. He ymmärsivät, että selvitäkseen salaisesta oikoreitistä heidän täytyy kulkea tunnelista, ylittää ja alittaa esteitä sekä pujotella ja väistellä vaarallisia esineitä.



KUVA 12. Tasapainoilua jalanjäljissä.

Seitsemäntenä olivat hyppynarut ja keilankaato. Tässäkin pisteessä oli käytössä erilaiset ohjelaput. Niissä luki monenlaisia hyppimistyylejä ja keilankaatotapoja. Tarkoituksena oli, että lapset saisivat erilaisia kokemuksia ja onnistumisia. Lisäksi myös suoritusten tai tulosten vertaileminen oli näin vaikeaa, ellei jopa mahdotonta. Jos toinen kaataa keiloja silmät kiinni ja toinen vaikka takaperin, niin on mahdotonta sanoa, että kumpi heistä on taitavampi. Tällä tavalla pyrimme välttämään turhaa kilpailemista ja keskittymään vain omaan toimintaan ja hauskanpitoon. Keilojen kaataminen kuvasti tässä pisteessä sitä, että lapset aiheuttivat hankaluuksia perässä seuraajilleen. Kaatamalla keiloja he muurasivat luolia umpeen, pudotti esteitä tiellä ja paljon muuta. Hyppynarulla hyppiminen oli myrkyllisten ja vaarallisten eläinten välttelemistä. Hyppiessään narun yli lapset kuvittelivat hyppivänsä esimerkiksi jonkun käärmeen yli ja siten välttäneensä myrkyllisen piston.

Kahdeksantena pisteenä oli pukki ja köydet. (Kuva 13) Halutessaan lapset kiipesivät pukin päälle ja liukuivat siitä alas köyden avulla. Jos se tuntui pelottavalta, niin köysissä sai roikkua myös vapaasti. Pyrimme kuitenkin avustuksella ja kannustuksella siihen, että kaikki olisivat edes yrittäneet liukua köydellä alas pukilta, koska se oli oikeasti tosi hauskaa. Tämä piste oli mielikuvituksellisesti selkeä. Lapset kuvittelivat köyden avulla siirtyvänsä paikasta toiseen: joku kuvitteli hyppäävänsä toiseen laivaan; joku ajatteli valloittavansa uuden vuoren; joku haaveili matkustavansa ison meren yli köyden varassa.



KUVA 13. Köysiseikkailua.

Yhdeksännessä eli viimeisessä pisteessä oli trampoliini. (Kuva 14) Käytössä oli numerokortit, joista lapset näkivät, kuinka monta hyppyä he saavat trampoliinilla hyppiä ennen kuin pitäisi poistua pehmeälle patjalle. Numeroita oli yhdestä kymmeneen. Patjalle olimme myös asettaneet jalanjälkiä, joiden avulla voitiin harjoitella erilaisia laskeutumistapoja. Trampoliinin tarkoituksena oli ylittää jokin iso rotko. Lisäksi lapset yrittivät osua patjalla oleviin jalanjälkiin, jotta pystyisivät aukaisemaan salaisen oven, joka kuljettaa heidät oikoreitiltä maaliin.



KUVA 14. Vauhtia trampoliinilla.

Lapset kiersivät temppuradan kolme kertaa. Kaksi ensimmäistä kierrosta toteutettiin järjestyksessä pisteeltä pisteellä ja viimeisten kymmenen minuutin aikana lapset saivat itse valita mieleisensä pisteen. Kaikki toimintapisteet olivat selkeästi rajattu, ja kulkusuunta oli merkitty nuolilla, jotta kaikki tiesivät heti, minne kuuluu seuraavaksi mennä. Olimme lisäksi ennen kerhokertoja testanneet kaikki pisteet ja varmistaneet turvallisuuden.

Temppuradan jälkeen kaikki lapset saivat itselleen jumppamaton, jonka päälle he asettuivat mukavaan asentoon. Pyysimme lapsia sulkemaan silmät ja soitimme rauhallista musiikkia. Kehotimme lapsia kuuntelemaan musiikkia ja miettimään, mitä se toisi heidän mieliinsä. Puhuminen oli kiellettyä. Lapset suhtautuivat rauhallisen musiikin kuunteluun hienosti ja se toi heidän mieliinsä paljon erilaisia asioita. Niitä oli mielenkiintoista kuunnella jälkepäin.

Lopetimme kerhokerran tyypillisesti loppupiiirissä. Lapset saivat liimata osallistumistarran kerhokertakarttaansa ja kyselimme mielipiteitä ja tuntemuksia kerrasta. Halusimme myös antaa lapsille aikaa antaa palautetta meille ohjaajille tai kertoa, jos jokin vaivasi tai jos jokin oli sujunut tosi hyvin. Meistä oli tärkeää pitää lopuksi pieni vapaamuotoinen keskustelutuokio, jossa lapset saivat olla äänessä ja tuntea, että heitä kuunnellaan.

8.5.1 Ryhmien vertailua viidennellä kerhokerralla

Temppurata oli todella suosittu molemmilla ryhmillä. Ilmoitimme lapsille ja vanhemmille jo etukäteen, että seuraavalla kerralla on tiedossa temppurata, koska jouduimme järjestämään sen koulun toisessa liikuntasalissa. Kaikki lapset olivat paikalla molempina kerhopäivinä.

Painotimme molempien kerhokertojen aluksi sääntöjen ja rauhallisuuden merkitystä, koska emme halunneet kenenkään loukkaantuvan. Molemmissa ryhmissä kerroimme, että mikäli ilmenee riehumista tai säännöistä piittaamattomuutta, niin meillä on käytössä jäähypenkki, johon joutuu harjoittelemaan rauhassa olemista. Lapset kuitenkin ymmärsivät, että kaikilla on paljon hausempaa ja turvallisempaa, kun

toimitaan pelisääntöjen mukaisesti. Ja jäähyenkki jäikin molemmilta kerhoilta tyhjäksi.

Olimme tarkoituksella jakaneet molemmat ryhmät pienempiin joukkueisiin, jotta pisteillä toimiminen olisi mielekäästä. Erityisesti vilkkaammassa torstainryhmässä panostimme ryhmäjakoon, jotta välttyttiin ylilyönneiltä. Eloisatkin lapset pystyivät keskittymään paremmin toimintaan rauhallisemmassa ryhmässä. Huomasimmekin, että ryhmäjaolla oli iso merkitys toiminnan onnistumisen kannalta.

Lapset toimivat oma-aloitteisesti ja itsenäisesti eri pisteillä. Oli hienoa huomata, että pienryhmien jäsenet avustivat ja kannustivat toisiaan. Lapset myös itse huolehtivat siitä, että pisteet jäivät siistiin kuntoon seuraavia varten. Lisäksi vanhemmat lapset auttoivat pienempiä lukemaan ohjelappuja, jos oli tarvetta. Ohjaajien tukea ja ohjausta ei temppuradan aikana paljoakaan tarvittu. Olimme lähinnä paikalla valvojina ja turvallisina aikuisina, jos jotakin sattuisi. Toki muutamat lapset halusivat esitellä osaamisiaan ja temppujaan myös meille aikuisille.

Vaikka keskiviikon ja torstain ryhmien koot poikkesivat toisistaan, niin temppuradan aikana siitä ei ollut haittaa eikä hyötyä. Toimintapisteitä oli niin paljon, että pystyimme muodostamaan monta pientä ryhmää ja kaikki ryhmät toimivat itsenäisesti yhteen. Molemmilla ryhmillä oli myös tarpeeksi aikaa kiertää rataa kolme kertaa.

Huomasimme myös, että vaikka muutamat pisteet olivatkin kaikkein suosituimpia, niin silti lapset jaksoivat keskittyä toimimaan jokaisella pisteellä vuorotellen. Eivätkä lapset vältelleet tai torjuneet mitään toimintaa.

Temppuradan jälkeinen mielikuvarentoutus musiikin avulla sujui ennakkooletuksista huolimatta hyvin. Lapset jaksoivat maata patjoilla hiljaa silmät kiinni ja kuvittelivat erilaisia asioita. Ennen harjoituksen aloitusta huolehdimme siitä, että välimatkat lasten välillä olivat riittävät, jotta ei aiheutuisi häiriköintiä tai kiusausta keskustella vierustoverin kanssa. Oli hienoa huomata, että lapset nauttivat viidennestä toimintakerrasta ja olivat innolla mukana.

8.5.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelu viidennellä kerhokerralla

Viidennen kerhokerran aikana innostaminen oli ilmeistä. Lapset olivat kiinnostuneita tempuradan jokaisesta pisteestä. Kehyskertomuksen luoma jännitys ja mielikuvitus olivat omiaan lisäämään lasten intoa ja kiinnostusta. Huomasimme, miten lapset todella eläytyivät seikkailemaan kuvitteellisessa oikoreitissä ja karistavansa kannoiltaan toisia merirosvoja ja takaa-ajajia.

Sen lisäksi lapset innostivat toinen toisiaan. Lapset kertoivat toisilleen tarinoita ja asioita toiminnan tuoksinassa ja selittivät, miksi tekivät asioita. Oli hienoa huomata, että pienellä vaivannäöllä ja mielikuvituksella lapset saatiin täysillä mukaan toimintaan. Lapset todella uskoivat olevansa mukana jossain suuressa seikkailussa. Ketään lapsista ei jäänyt sivuun toiminnasta vaan kaikki halusivat yrittää, koska halusivat päästä eteenpäin merirosvojen matkassa ja löytää houkuttelevan aarteen.

Molemmissa ryhmissä oli lapsia, jotka epäilivät omia taitojaan tai kykyjään. Usein epävarmuus näkyi epäröintinä tai haluttomuutena tehdä itselle hankalia asioita. Tempuradan aikana lapsilla oli kuitenkin tietynlainen varmuus omasta itsestä ja osaamisesta. Lapset eivät niinkään kiinnittäneet huomiota siihen, että jokin asia ei suju – vaan he halusivat yrittää. Monet halusivat yrittää jopa käärypyörän tekemistä, vaikka jo pelkkä kuperkeikka tuotti hankaluuksia.

Oli mielenkiintoista nähdä, että oma epävarmuus unohtui hauskuuden ja mielikuvitusseikkailujen alle. Lapset eivät enää muistaneet olla huolissaan siitä, etteivät osaa tehdä jotain. Halusimmekin painottaa sitä, että pääasia on, että yrittää ja kokeilee – ei siinä, että toiminta olisi täydellisesti onnistunut. Jokainen sai tehdä omalla tyylillään ja kaikki oli yhtä oikein. Myös muutamat arat ja epävarmat lapset uskaltautuivat näyttämään meille ohjaajille omia kykyjään ja temppujaan. Tuntui hienolta, että heidän itsetuntonsa oli kohdillaan edes pienen hetken ajan.

Halusimme ohjaajina itse muodostaa ryhmistä parit tai joukkueet. Sillä tavalla pystyimme vaikuttamaan siihen, että ryhmät olisivat tasaisia ja helpommin hallittavissa. Halusimme myös, että lapset ottavat enemmän kontaktia myös muihin

kuin parhaaseen kaveriinsa. Lapset suhtautuivat omaan ryhmäänsä tai pariinsa hyvin: ketään ei kieltäytynyt toimimasta kenenkään kanssa.

Lapset auttoivat toinen toisiaan toimintapisteillä. He neuvoivat, keskustelivat ja kuuntelivat. Lapset odottivat omaa vuoroaan ja seurasivat myös oman parinsa tai ryhmänsä suorituksia. Lapset osasivat hienosti kannustaa ja tukea toisiaan. Jos joku ryhmän jäsen ei muistanut, mitä pisteessä tehtiin, niin toiset kertoivat. Lapset lukivat yhdessä toimintaohjeita ja keskustelivat niistä. Lapset kertoivat toisilleen tarinoita siitä, mitä he tekevät, missäkin pisteessä. Hienointa oli kuitenkin ehkä huomata se, että lapset kannustivat toisiaan yrittämään ja he kehuivat toistensa suorituksia.

Tällaisessa toiminnassa sosiaalisuus on näkyvää ja lapset toteuttivat sitä hyvin. He ottivat toisensa huomioon ja maltoivat odottaa omaa vuoroaan. Leikkien avulla lapset oppivat toimimaan yhdessä ja näkemään asioista eri puolia. He oppivat myös näkemään, että asioita voi suorittaa onnistuneesti monella eri tavalla. Tärkeää toimintapisteillä oli myös rehellisyys. Lapset noudattivat annettuja ohjeita kunnolla ja tekivät niiden mukaan. Jos esimerkiksi trampoliinilla oli lupa hyppiä vain kerran, niin lapset tekivät niin.

Tällä viidennellä kerralla oli mukava huomata, että leikkien onnistuminen ei ollut kiinni pelkästään ohjaajien neuvoista ja ohjeistuksesta. Keskeisintä olikin lasten sosiaalisuus ja into toimintaa kohtaa. Pystyimme ohjaajina siirtymään hieman takalalle ja antamaan enemmän lapsille tilaa ja mahdollisuuksia toiminaan sosiaalisina yksilöinä. Uskoisimmekin, että tämä kerta oli palkitseva monella tavalla.

Kaikessa toiminnassa osallistujat mieluiten ovat tekemisissä parhaiten tuntemiensa kanssa. Tällä kerralla halusimme kuitenkin antaa lapsille mahdollisuuksia tutustua paremmin myös muihin ryhmän jäseniin. Lapset tulivat hyvin toimeen kaikkien kanssa ja uskomme, että vahvistamalla kerhojen yhteishenkeä pystymme vaikuttamaan siihen, että lapsilla on tunne siitä, että he kuuluvat johonkin. Kaikista ei tietenkään tule ystäviä keskenään, mutta halusimme antaa mahdollisuuden oppia tulemaan toimeen kaikkein kanssa ja tutustua uusiin ihmisiin. Uskoisimme, että se vähentää mahdollista syrjäytymistä ja kiusaamista.

8.5.3 Lasten mielipiteet viidennestä kerhokerrasta

Yleisesti ajatellen tämä viides kerhokerta oli onnistunut. Lapset olivat mukana toiminnassa innolla. Loppupöydässä keskustelimme läpi viidennen toimintakerran ajatuksia. Yksikään lapsista ei sanonut mitään negatiivista. Suosituimpia pisteitä olivat trampoliini, liukumäki ja köydet sekä pukki.

Lasten mielestä oli myös hauskaa siivota tempuradassa tarvittavat välineet takaisin varastoon. He osoittivat oma-aloitteisuutta kantamalla tavaroita ja siivoamalla paikkoja. Lisäksi huomasimme, että kukaan ei yrittänyt vältellä siivoamista vaan kaikki osallistuivat.

8.6 Kuudes kerhokerta

Kuudennen kerhokerran teemana olivat erilaiset välineet liikunnassa. Ennen toiminnan aloittamista istuimme alas piiriin ja kyselimme kuulumisia. Tarkistimme myös, että muistavatko lapset, mitä kerhossa viime kerralla tapahtui. Muistelun kautta oli helppo siirtyä tämän kerran teemaan ja kertomukseen.

Kehittelemässämme kehyskertomuksessa kyselimme lapsilta, mistä erottaa hyvän ja pahan merirosvon toisistaan. Kuvittelimme, että läheiselle saarelle on haaksirikkoutunut joku ja mietimme yhdessä, mitä meidän pitäisi tehdä. Lapset olivat yksimielisiä siitä, että haaksirikkoutunut pitäisi käydä pelastamassa. Samalla pystyimme keskustelemaan lasten kanssa oikeasta ja väärästä, hyvästä ja huonosta käytöksestä sekä auttamisesta ja yhdessä toimimisesta.

Haaksirikkoutuneen pelastusoperaation aloitimme eräänlaisella lakanaleikillä. Kuvittelimme, että lakana on laivamme purje ja sen avulla pystymme kääntämään laivaa kohti saarta. Leikissä pääpaino oli tarkkaavaisuudella ja nopeudella: samalla tavalla merirosvojen tulee huomata kaikki karikat ja vaaranpaikat seilattaessaan matalissa vesissä.

Jaoin lapset kahteen joukkueeseen. Joukkueet muodostivat vastakkain jonot keskiviivan molemmille puolille. Asetimme heidän välilleen lakanan niin, että he eivät nähneet toisen joukkueen jäseniä. Tarkoituksena oli, että laskiessamme lakanan alas joukkueiden ensimmäiset pelaajat yrittävät nopeiten sanoa, kenet he näkevät vastakkaisen joukkueen jonossa ensimmäisenä. Hitaampi pelaajista siirtyy toiseen joukkueeseen. Peliä jatkettiin niin kauan, että kaikki lapset lopulta olivat samassa joukkueessa.

Toisena liikuntavälineenä toimivat pyykkipojat. Lakanaleikin avulla olimme jo päässeet tarpeeksi lähelle saarta ja nyt oli tarkoituksena ankkuroida laiva. Pyykkipojat toimivat pieninä ankkureina. Jokaiselle lapselle jaettiin viisi pyykkipoikaa. Tarkoituksena oli, että he saavat omaan tahtiin liikkua salissa ja yrittää kiinnittää kaikki pyykkipojat toisiin pelaajiin. Painotimme sitä, että pyykkipojat saa kiinnittää vain vaatteisiin eikä toisten pelaajien vaatteita saa repiä. Pyykkipojilla pelaaminen oli lasten mielestä hauskaa niin, siksi toteutimme leikin myös toisinpäin, eli lapset yrittivät ottaa toisten vaatteista pyykkipojat pois.

Kolmannen pelin nimi oli vakooja. (Kuva 15) Kävi ilmi, että laivassamme oli vakooja, joka yritti varastaa meiltä tärkeää tietoa ja sabotoida meidän yritystämme löytää aarretta sekä pelastaa haaksirikkoanutta. Leikin idea oli se, että yksi lapsista valittiin vakoojaksi. Hän sai vapaasti juosta ja liikkua rajatulla alueella. Muut lapset heittelivät toisilleen palloa ja yrittivät ottaa vakoojan kiinni. Kiinniottaminen tapahtui ainoastaan pallolla koskettamalla. Tämän pelin pelaaminen vaati yhteishenkeä ja suunnitelmallista toimimista. Kaikki vapaaehtoiset saivat toimia vakoojina.



KUVA 15. Vauhdikasta vakoojaa.

Neljäntenä toimintavälineenä olivat keilat ja pallot. (Kuva 16) Vaikka olimme saaneet vakoojan kiinni, niin huomasimme, että myös monet muut merirosvot seurasivat meitä ja meidän piti päästä heistä eroon ennen kuin pääsisimme jatkamaan pelastusoperaatiota. Kuvittelimme, että keilat ovat muita merirosvoja ja pallot ovat tykkejä. Jokaiselle lapselle annettiin oma keila ja pallo. Lapset asettuivat kahteen riviin salin molempiin päihin. Tarkoituksena oli, että lapset saisivat omaan tahtiinsa harjoitella keilan kaatamista. Kun keilojen kaataminen alkoi sujui liian helposti, niin keksimme yhdessä lasten kanssa erilaisia tyylejä, miten palloa pitäisi heittää. Harjoittelun jälkeen jaoin lapset kahteen joukkueeseen. He asettuivat kahteen riviin vastakkain toisiaan. Kaikki lapset seisoivat noin metrin päässä omasta keilastaan. Tarkoituksena oli, että joukkueet yrittäisivät kaataa toisen joukkueen selän takana olevat keilat. Omia keiloja ei saanut vartalolla suojata. Sallittua oli ainoastaan omaa palloa heittäen pysäyttää vastakkaisen joukkueen pallot. Vaihdoin tässäkin leikissä heittotyylejä muutamaan kertaan.



KUVA 16. Oman keilan kaatoa.

Viidentenä leikkinä oli hernepussigolf. Olimme jo selviytyneet muista merirosvoista ja nyt olimme laskeutumassa maihin. Hernepussigolfrata kuvasti sitä reittiä, joka meidän piti kulkea ennen kuin pääsisimme maissa haaksirikkoutuneen luokse. Olimme rakentaneet saliin etukäteen radan hernepussigolfia varten. Olimme kiinnittäneet monipuolisesti pitkin salia rasteja, joihin lasten tuli osua hernepussilla. Pisteitä oli yhteensä yhdeksän. Osa pisteistä oli helppoja ja osa haastavampia. Tarkoituksena oli, että lapset pareittain kulkisivat pisteeltä toiselle ja heittämällä hernepussia yrittäisivät osua merkittyyn rastiin. Jätimme kokonaan pois

pisteenlaskun, koska emme halunneet järjestää kilpailua ja vertailua vaan pitää vain hauskaa ja liikkua. Ennen golfin aloittamista lapset saivat itse kirjoittaa lapuille ylös toivomansa liikkumis- ja heittämistyylinsä. Näin ollen jokaisessa pisteessä hernepussia heitettiin lasten toivomalla tyylillä ja pisteeltä toiselle liikuttiin muuten kuin kävellen.

Viimeisenä leikkinä oli totuttuun tapaan rentoutus. Tällä kertaa rentoutusvälineinä toimivat huivit. Huivirentoutus toteutettiin pareittain. Toinen pareista makasi mukavassa asennossa matolla ja toinen aiheutti huivin avulla pientä tuulenvirettä. Samalla taustalla soi rauhallista musiikkia ja lapset toteuttivat harjoituksen hiljaa silmät kiinni. Rentoutuksen jälkeen purimme kerhokerran tuntemukset ja ajatukset loppupiiirissä.

8.6.1 Ryhmien vertailua kuudennella kerhokerralla

Lakanaleikki oli molempien ryhmien suosiossa. Lapsista huomasin, että he olivat innoissaan ja todella yrittivät olla nopeimpia huomaamaan, ketä lakanan takana seisoo. Erityisesti pienemmässä keskiviikon ryhmässä jouduimme painottamaan lapsille, että jonojen järjestystä kannattaa välillä muuttaa, etteivät toiset muista, ketä jonossa seuraavana seisoo. Keskiviikon ryhmän kanssa ehdimme ottaa myös uusinnan tästä leikistä, koska olimme aiempien kerhokertojen perusteella oppineet, että heillä jäi useammin ylimääräistä aikaa. Lakanaleikissä huomasimme myös, että lapset malttoivat hyvin odottaa omaa vuoroaan ja antaa kaikille mahdollisuuden osallistua. Ainoastaan torstain ryhmässä oli yksi tyttö, joka olisi halunnut olla miltei koko ajan jonon ensimmäisenä, mutta hienosti muut lapset kehottivat häntä odottamaan omaa vuoroaan.

Koska keskiviikon ryhmässä oli vähemmän lapsia kuin torstaina, niin rajasimme heidän kanssaan pyykkipoikaleikissä juoksualan pienemmäksi. Muuten säännöt, ohjeet ja toteutus olivat molemmille ryhmille samat. Torstain ryhmässä muutamat pojat kertoivat, että tämä leikki on kivempi kuin tavallinen hännänryöstö. Lapset myös innostuivat siitä, että ohjaajat pystyivät olemaan mukana tässä leikissä.

Torstain ryhmässä monet lapset tekivät yhteistyötä, jotta saivat kiinnitettyä mahdollisimman monta pyykkipoikaa kiinni ohjaajaan.

Vauhdikas vakooja oli haastava peli. Keskiviikon ryhmässä yhteistyö lasten välillä sujui hienosti ja vakoojan kiinni saaminen oli melko helppoa. Keskiviikon ryhmässä lapset ymmärsivät, että heidän piti yhdessä tehdä suunnitelma ja toteuttaa se. Torstain ryhmässä oli enemmän hienoja yksilösuorituksia ja vähemmän yhteistyötä, siksi vakoojan polttaminen saattoi välillä tuntua vaikealta. Muutaman harjoituskerran jälkeen kuitenkin molemmat ryhmät ymmärsivät, että he tarvitsivat jokaisen panoksen saavuttaakseen tavoitteen. Keskiviikon ryhmässä kokeilimme myös haastavampaa versiota vakoojasta ja heitimme peliin enemmän palloja. Torstain ryhmässä tällainen kokeilu jäi kokonaan pois, koska pelin idean ja toimivan toteutustavan hahmottamisessa meni niin kauan aikaa. Mutta siitä huolimatta lapsilla oli hauskaa ja he saivat liikkua tarpeeksi, jotta tuli lämmin.

Keilankaato oli molemmista ryhmistä mielekästä puuhaa. Halusimme karsia kokonaan pois suoritusten vertailemisen, siksi lapset saivat kaataa keiloja omaan tahtiin. Erityisesti keskiviikon ryhmässä lapset intoutuivat itsekin keksimään erilaisia pallonheitto tyylejä. Ja jotkut niistä olivat todella mielikuvituksellisia ja haastavia, mutta siitä huolimatta kaikki halusivat yrittää ja kokeilla.

Keilankaato joukkueina ja pienenä kilpailuna oli lasten mieleen. Keskiviikon ryhmässä sääntöjen ja ohjeiden noudattaminen oli selkeää. Lapset eivät vartioineet tai suojanneet omaa keilaansa eivätkä nostaneet kaatuneita pystyyn. Torstain ryhmässä muutamilla lapsilla oli niin kova voittamisvietti, että he toisinaan unohtivat reilun pelin ja toimivat sääntöjen vastaisesti. Puutuimme kuitenkin jokaiseen sääntövirheeseen. Halusimme, että lapset oppisivat, että tärkeintä ei ole voitto vaan se, että tietää toimineensa oikein ja tehneensä parhaansa. Meistä tällainen joukkuekilpailu oli hyvä vaihtoehto, koska siinä ei painoteta yksilön osaamista tai taitavuutta vaan koko joukkueen merkitystä. Ja useimmiten se joukkue voittikin, joka toimi parhaiten yhteen. Lisäksi myös vaihtamalla pallonheittotyylejä pystyimme vaikuttamaan siihen, että peli on enemmänkin kiinni onnesta kuin taidosta.

HernepusSIGolf oli kevyt ja hauska loppuleikki. Jaoimme tarkoituksella molemmat ryhmät etukäteen valitsemiimme pareihin. Emme halunneet antaa lasten valita pareja itse, koska kokemuksesta tiesimme, että se saattaisi aiheuttaa levottomuutta. Lapset suhtautuivat hienosti parijakoihin molemmissa ryhmissä eikä ketään kieltäytynyt toimimasta kenenkään kanssa. Pelin tuoksinassa pystyimme havainnoimaan ja tarkkailemaan lasten toimintaa. Huomasimme, että lapset kannustivat, auttoivat ja neuvoivat toisiaan. Oli myös hienoa huomata, etteivät lapset yrittäneet vain nopeasti selviytyä radasta – vaan he oikeasti heittelivät hernepusseja niin kauan, että olivat osuneet jokaiseen merkittyyn rastiin.

Vaikka keskiviikon ja torstain ryhmissä oli paljon eroavaisuuksia, niin tälläkin kerralla huomasimme, että lapset olivat innostuneita toiminnasta. He halusivat osallistua kaikkeen eivätkä valittaneet tai jääneet syrjään. Erityisesti keskiviikon ryhmässä lapsilta tuli paljon erilaisia toivomuksia ja ideoita leikkeihin ja peleihin. Huomasimme, että heidän innostamisensa oli helppoa ja heillä oli käytössään upea mielikuvitus. Torstain ryhmäkin oli innostunut ja motivoitunut liikkumaan, mutta heillä toisinaan tuntui olevan ylimääräistä energiaa, joka paikoitellen purkautui toiminnan kannalta haitallisesti. Sen vuoksi aikaa tuntui kuluvan rauhoitteluun ja kurinpitoon. Meistä ohjaajina tuntui, että lapset jäivät paitsi jostakin, koska vertailimme ryhmiä toisiinsa. Mutta lapset eivät kuitenkaan välittäneet moisesta, vaan he pitivät oman kerhonsa toimintaa parhaana eivätkä kaivanneet mitään muuta lisäksi.

8.6.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelua kuudennella kerhokerralla

Alkupiirissä istuessa lapset jo odottivat, että kertoisimme tarinaa eteenpäin. He olivat kerhokertakartoista saaneet pientä vihjettä siitä, mitä seuraava kerta pitäisi sisällään. Oli hienoa huomata, että lapset eläytyivät kuvittelemaan tarinan tapahtumia ympärillään. Kun kehoitimme lapsia katsomaan ympärilleen ja kertovansa, mitä he näkivät, niin kukaan ei sanonut, että he näkivät vain liikuntasalin. Monet näkivät merta, laivoja, saaria, kaloja, merirosvoja ja paljon muuta. Lasten mielikuvituksen valjastaminen ei vaadi paljoa – vain tilaisuutta ja esimerkkiä.

Keskustelut siitä, mikä erottaa hyvän ja pahan merirosvon toisistaan herätti lapsissa hienoja ajatuksia. Lapset toivat esille monia tärkeitä elämänarvoja ja käytöstapoja. Tietenkin lasten kanssa työskennellessä pitää muistaa, että ylilyöntejäkin tapahtuu ja niihin pitää osata varautua. Lasten innostuessa ja ideoidessa syntyy paljon ideoita ja ajatuksia – jopa sellaisia, joita ei olisi välttämättä osannut odottaa.

Vaikka pelit ja leikit olivat muutenkin innostavia, niin uskomme, että pienillä tarinoilla saimme niihin lisää jännitystä ja mielenkiintoa. Lapset eivät vain pelanneet pelejä, vaan he pyrkivät kohti tavoitetta. Jokainen leikki valmisti heitä paremmiksi merirosvoiksi ja kuljetti heitä aarteen luokse. Huomasimme leikkien ohessa, että lapset todella uskoivat etsivänsä aarretta. He keskustelivat toistensa kanssa siitä, miten aarteen parhaiten löytäisi tai mitä se pitäisi sisällään. Toiminnan keskellä lapset muistuttivat toisiaan siitä, että he harjoittelevat tarvittavia taitoja ja ovat oikeita merirosvoja.

Tämän kerhokerran aikana huomasimme jo lapsissa monenlaista kehitystä. Muutamat arat ja epävarmat lapset halusivat itse ehdottaa jotain tekemistä tai erilaisia tyylejä. Lisäksi myös ketään ei jäänyt peleistä syrjään sen takia, että epäili omia taitojaan tai osaamistaan. Olimme onnistuneet painottamaan sitä, että keskeisintä ei ole itse suoritus vaan osallisuus. Eräs opettaja sanoi, että oli hienoa huomata, miten eräs arka tyttö oli innoissaan kerhon toiminnasta ja hän oli selvästi löytänyt itselleen sopivan ryhmän, johon kuulumisen tuntui hyvältä.

Vaikka kerhomme olikin liikuntapainotteinen, niin sillä oli silti muitakin tavoitteita. Lasten kanssa toimiessa täytyy aina ottaa huomioon myös muut tekijät. Sosiaalisuus, osallisuus ja ryhmäytyminen ovat osa niitä. Peleissä ja leikeissä vaadittiin sosiaalista kanssakäymistä ja yhdessä toimimista. Sitä kautta halusimme vahvistaa lasten itsetuntoa ja ryhmään kuulumisen tunnetta. Kuudennen kerhokerran aikana huomasimme, että lapset olivat kulkemassa tätä tavoitetta kohti.

Lapset eivät aina halunneet valita parikseen parasta kaveriaan vaan uskalsivat toimia yhdessä myös huonoiten tuntemansa ryhmän jäsenen kanssa. Havainnoimme, että parit tukivat ja kannustivat toisiaan. Lapset eivät arvostelleet toisiaan vaan he halusivat auttaa ja neuvoa. Toimivat ja oikeat sosiaaliset taidot olivat kerhossa hyvin

esillä. Tämän kerhokerran aikana tapahtui kaksi tilannetta, jossa lapset joutuivat pyytämään ja antamaan anteeksi. Vaikka tilanteet olivat olleet vahinkoja, niin silti halusimme käydä ne läpi oikein ja niin, että kaikille ja tilanteesta hyvä mieli.

Keskustelimme lasten kanssa myös varsinaisen toimintakerran päätyttyä. Lapset sanoivat suoraan, että ovat saaneet kerhosta uusia ystäviä, joiden kanssa haluavat viettää aikaa. Meistä oli hienoa huomata, että myös ne muutamat lapset, jotka olivat arkoja tai heikkoja luomaan ystävyysuhteita olivat rohkaistuneet ja saaneet toimivia ihmiskontakteja. Jo pelkästään näiden kuuden kerhokerran perusteella pystyimme sanomaan, että jatkuvana toimintana tällainen kerho varmasti tukisi lasten verkostoitumista ja sitä kautta estäisi syrjäytymistä ja kiusaamista.

8.6.3 Lasten mielipiteet kuudennesta kerhokerrast

Loppupiirissä istuessamme lapset kertoivat kokemuksiaan ja ajatuksiaan. Lasten mielestä he tekivät oikein pelastaessaan haaksirikkoutuneen, vaikka se olikin ollut vaikeaa ja haastavaa. Lapset kuitenkin pitivät siitä, että he olivat toimineet oikein ja olivat hyviä merirosvoja.

Kysyimme lapsilta, mikä oli kivointa tällä kertaa. Suurin osa vastasi, että kaikki. Halusimme kuitenkin, että jokainen mainitsisi vain yhden. Suurimmiksi suosikeiksi nousivat lakanaleikki ja keilankaato.

8.7 Seitsemäs kerhokerta

Seitsemännen kerhokerran aluksi lapset hakivat oma-aloitteisesti istumapaikat piiristä. Merkitsimme läsnäolijat ylös osallistujalistoihin ja kävimme lyhyesti läpi kaikkien lasten kuulumiset. Osa lapsista intoutui kertomaan menneestä viikosta enemmänkin. Huomasimme, että ryhmäläiset ovat alkaneet luottaa sekä toisiinsa että meihin ohjaajiin niin paljon, että voivat luottamuksellisesti ja avoimesti kertoa asioitaan kaikkien kuullen.

Keskustelujen ja kuulumisten jälkeen pääsimme jatkamaan varsinaista tarinaamme eteenpäin. Seitsemännellä kerralla meillä oli teemana erilaiset kilpailut, kisat ja viestit. Pyysimme lapsia katsomaan ympärilleen ja kertovansa, että huomasivatko he mitään uhkaavaa. Lapset tähyilivät horisonttiin mielikuvituskiikareilla ja osa kuvitteli jopa nousevansa mastoon tarkkailemaan. Olimme keksineet, että huhut Kapteeni Siniparran aarteesta olivat houkuttelleet liikkeelle paljon muitakin onnenonkijoita. Lapset kuvittelivat näkevänsä ympärillään lukuisia muita laivoja, veneitä ja jopa lauttoja. Haukoimme henkeämme ja yritimme kehitellä suunnitelmaa siitä, miten karistaisimme he kannoiltamme ja ehtisimme ensimmäisinä aarteen luokse.

Löytämässämme salaisessa viestissä paljastettiin, että tänään olisi tärkeää, että kaikki merirosvot toimisivat yhdessä, jotta saavuttaisimme tavoitteemme. Me ohjaajat eli merirosvokapteeni ja merirosvopäällikkö olimme lupautuneet ohjastamaan ja neuvomaan lapsia, jotta kaikki sujuisivat saumattomasti ja onnistuisimme pääsemään aarteen luokse ennen kuin olisi myöhäistä. Lapset olivat selvästi innoissaan ja odottivat malttamattomina toiminnan alkamista.

Ensimmäisenä pelinä oli hauska minä pidän – leikki. Sen tarkoituksena oli vahvistaa merirosvojen ryhmähenkeä ja osoittaa, että vaikka kaikki ovat erilaisia, niin silti meistä löytyy yllättävän paljon yhteistä. Yhteisten mielenkiinnon kohteiden ja asioiden kautta pystymme vahvistamaan ystävyysuhteita ja samalla oppimaan suvaitsevaisuutta. Lyhyesti kuvattuna leikin idea oli se, että yksi vapaaehtoinen asettui piirin keskelle. Molemmilla kerroilla keskellä oli ensimmäisenä toinen ohjaajista. Keskellä olija sanoi esimerkiksi, että minä pidän punaisesta väristä. Sen jälkeen kaikki piirissä olijat, jotka myös pitävät punaisesta väristä vaihtavat keskenään paikkaa – myös keskellä olija yrittää päästä johonkin paikkaan piirissä. Se joka ei löydä itselleen paikkaa, niin hänestä tulee keskellä olija. Jatkoimme leikkiä niin kauan, että jokainen sai olla keskellä vähintään yhden kerran. Lisäksi paikkojen hahmottamiseksi olimme antaneet jokaiselle paikkamerkin, jotta vältyttiin turhilta epäselvyyksiltä siitä, missä paikat sijaitsevat.

Toisena leikkinä oli aarteenhakua. Jaoimme lapset kahteen joukkueeseen ja pyysimme joukkueita siirtymään vastakkain salin molempiin päihin. Kannoimme salin keskelle noin kolmekymmentä aarretta. Aarteet olimme itse valmistaneet

sanomalehdistä. Leikin tarkoituksena oli valmistautua todelliseen aarteenmetsästykseen ja harjoitella siihen tarvittavia taitoja. Leikki toimi eräänlaisena viestinä. Molemmista joukkueista vuorotellen yksi lapsi nouti keskeltä yhden aarteen omaan kotipesäänsä. Sen jälkeen, kun kaikki aarteet olivat kadonneet salin keskeltä, laskimme kumpi joukkue oli ollut nopeampi. Emme kuitenkaan halunneet järjestää pelkästään nopeus- tai juoksukilpailua, siksi vaihtelimme liikkumistyyliä ja aarteen kuljetustapoja. Sillä tavalla pystyimme huomioimaan sen, että molemmilla joukkueilla oli yhtäläinen mahdollisuus voittaa, eivätkä kenenkään yksilösuoritukset nousseet suureen merkitykseen. Lisäksi kerroimme, että tärkeintä ei ole haalia paljon aarteita, vaan toimia rehellisesti sääntöjen mukaan, sillä siitä sai lisäpisteitä. Jaoimme myös hienoista suorituksista lapsille tyyliä, sillä se kannusti lapsia yrittämään kunnolla ja vahvasti itsetuntoa. Se oli tärkeää erityisesti niille lapsille, jotka kokivat olevansa fyysisesti heikkoja tai hitaita.

Kolmantena pelinä oli touhukas taikamatto. (Kuva 17) Jaoimme lapset pieniin ryhmiin ja annoimme jokaiselle ryhmälle oman jumppamaton. Lapset nousivat maton päälle seisomaan. Pyysimme lapsia kuvittelemaan, että he seisoivat nyt omassa laivassaan. Kerroimme kuitenkin, että oli käynyt hassusti ja laiva olikin väärinpäin. Nyt heidän tehtävänänsä olisi kääntää laiva oikeinpäin. Haasteena tehtävässä oli se, että lapset eivät saaneet missään vaiheessa astua matolta pois tai muuten pelottavat krokotiilit tulivat ja haukkasivat lapsia varpaista. Tehtävä vaati oikeasti yhteistyötä, suunnitelmallisuutta, läheisyyttä ja luottamusta toisiin. Muutaman harjoituskerran ja yritysten jälkeen lapset huomasivat, miten maton kääntäminen onnistuu ja he olivat aidosti iloisia ja ylpeitä suorituksestaan. Kaikki joukkueet halusivat, että me ohjaajina katsomme, kun he kääntävät maton ympäri.



KUVA 17. Touhukas taikamatto.

Neljänneksi pelasimme kadotettua paria. Lapset muodostivat kaksi piiriä: sisä- ja ulkoringin. Pyysimme lapsia katsomaan tarkasti, ketä seisoo joko heidän edessään tai takanaan piirissä riippuen siitä kummassa piirissä he olivat. Heistä muodostuivat parit. Leikin tarkoituksena oli vahvistaa havainnointikykyä, nopeutta ja yhdessä toimimista. Kerroimme lapsille, että seilatessa merirosvot joutuvat joskus myrskyn silmään ja silloin saattaa joskus ystävät joutua eksyksiin ja myrskyn laannuttua merirosvot etsivät toisensa. Kuvittelimme, että tässä leikissä kävi niin. Ohjeistimme molempia piirejä kulkemaan vastakkaisiin suuntiin: silloin oli hurja myrsky. Kun lapset kuulisivat pillin vihellyksen, se tarkoitti myrskyn laantumista ja sitä, että heidän pitäisi etsiä parinsa muiden joukosta. Kun parit olivat löytäneet toisensa, he ottivat toisiaan kädestä kiinni ja istuivat alas. Sen jälkeen kun leikki ja säännöt olivat kaikille tuttuja, lisäsimme peliin erilaisia elementtejä: esimerkiksi löydettyään parinsa lapset joutuivat tekemään ensin yhdessä jonkun liikkeen ennenkuin saivat istua alas. Lopuksi kokeilimme peliä myös niin, että lapset saivat liikkua vapaasti salissa myrskyn myllätessä eivätkä vain piirissä. Saimme leikkiin lisää vaihtelua muuttamalla jokaisella kerralla liikkumistyylejä.

Viidentenä toimintanumerona oli joukkueheitto. Jaoin lapset pieniin ryhmiin. Pyysimme heitä muodostamaan jonot salin toiseen päähän. Tämä leikki oli eräänlainen viesti. Meillä oli mukana liuta erilaisia esineitä, esimerkiksi pumpulia, höyheniä, tulitikkuja, paperiarkkeja. Tarkoituksena oli, että jokaiselle joukkueelle annettiin aina samanlainen esine. Heidän tulisi vuorotellen heittää esine mahdollisimman pitkälle. Joukkueesta jokainen sai heittää esinettä yhden kerran. Heittojen jälkeen tarkistimme, mikä joukkue oli heittänyt pisimmälle. Meillä oli jokaiselle esineelle keksitty selitys siitä, miten ne liittyivät merirosvoteemaan. Esimerkiksi tulitikku oli salaperäinen ja tehokas tulinen ase, jota heittämällä tuhottiin matkan varrella olevia uhkia. Olimme valinneet erilaisia ja hankalasti heitettäviä esineitä, jotta pääpaino leikissä ei olisi voimassa tai fyysisessä lahjakkuudessa, vaan lähinnä onnessa ja heittotyyliässä. Sillä tavalla jokaisella oli mahdollisuus voittaa ja saada onnistumisen kokemuksia. Tässä leikissä huomasimmekin, että miltei joka kerta eri joukkueet voittivat.

Viimeisenä kilpailuna oli ralliviesti. Vaihdoimme joukkueita, jotta lapset saivat mahdollisimman paljon erilaisia kokemuksia toisten kanssa toimimisesta. Olimme etukäteen miettineet erilaisia autoja ja niille sopivia liikkumistyyliä: esimerkiksi keksimme, että Mercedes Benz – kuskit ajavat ylpeästi leuka pystyssä mahdollisimman paljon tilaa vieden ja pysähtyvät radan toisessa päässä kiillottamaan autoonsa. Muodostimme saliin kartioista kaksi samanlaista rataa. Lapset olivat omissa joukkueissaan salin toisessa päässä. Annoimme jokaiselle lapselle oman auton ja sitä kautta myös tyylin liikkua. Kulkuvälineitä oli rollaattorista limusiiniin. Kehittelimme myös, että jopa merirosvoilla on erilaisia laivoja, joten siksi on hyvä harjoitella liikkumaan monenlaisilla aluksilla. Painotimme, että tässä viestissä tärkeintä ei ole olla perillä nopeiten, sillä kulkuvälineiden tyyliä olivat todella erilaisia. Keskeisintä oli toimia ohjeiden mukaisesti, sillä annoimme lapsille pisteitä tyylistä, kannustuksesta ja ohjeiden noudattamisesta. Meistä se oli paras tapa vaikuttaa siihen, että lapset keskittyivät omaan suoritukseensa – ja samalla pystyimme vaikuttamaan siihen, että molemmat joukkueet saivat meiltä ohjaajilta yhtä paljon kannustusta ja pisteitä.

Ennen loppupiiriä meillä oli jäljellä enää rentoutus. (Kuva 18) Annoimme lasten valita siihen itselleen parin. Huomasimme, että lapset eivät enää samalla tavalla

automaattisesti hakeutuneet parhaiten tuntemansa kerholaisen luokse, vaan he uskalsivat ja pystyivät toimimaan kaikkien kanssa. Rentoutuksen ideana tällä kertaa oli luova koskettaminen. Toinen pareista asettui päinmakuulle jumppamatolle. Ja toinen toimi taiteilijana maalauslustanaan parin selkä ja siveltimenä omat sormet. Ohjeistuksena oli, että lapset saivat piirtää oman mielensä mukaan parinsa selkään, mutta sopimattomien kuvien tekeminen ja liika painaminen oli kiellettyä. Taustalla soi myös rauhoittavaa musiikkia taiteilijoiden työskennellessään antaumuksellisesti.



KUVA 18. Taiteellista rentoutusta.

Rentoutuksen jälkeen lapset olivat rauhoittuneet ja jaksoivat keskittyä vielä loppupiiriin. Tällä toiseksi viimeisellä kerralla annoimme lapsille mukaansa kotiin vietäväksi laatimamme kyselylomakkeet. Kerroimme lapsille, että se oli meille tärkeä ja siksi toivoisimme, että kaikki palauttaisivat sen seuraavalla kerralla.

8.7.1 Ryhmien vertailua seitsemännellä kerhokerralla

Tällä seitsemännellä kerralla huomattavin ero ryhmien välillä oli ehkä levottomuus. Keskiviikkona lapset jaksoivat hyvin keskittyä kaikkeen toimintaan: he kuuntelivat ohjeet kerralla, olivat innostuneita ja toimivat sääntöjen mukaisesti. Torstaina lapset olivat taasen turhan energisiä, eloisia ja levottomia. Meillä meni melko paljon aikaa siihen, että saimme lapset rauhoittumaan jokaisen toiminnan jälkeen sen verran, että pystyimme selittämään seuraavan leikin idean ja säännöt. Yritimme kysellä, mistä se johtuu, mutta emme saaneet mitään yhtä selkeää vastausta. Arvailimme ohjaajina itseksemme, että ehkä esimerkiksi toiminnan lähestyvä loppuminen saattaisi näkyä

lapsilla tällä tavalla, sillä suurimmalle osalle lapsista järjestämämme kerho oli ainut harrastus ja liikuntamuoto.

Ensimmäinen leikki eli minä pidän sujui molemmissa ryhmissä alkuun päästyä hyvin. Keskiviikkona pystyimme kuitenkin ottamaan enemmän toistoja, koska ryhmä oli pienempi ja he jaksoivat alusta saakka kuunnella ohjeita. Torstaina jouduimme selittämään leikin ohjeistuksen pariin kertaan, koska aina joku oli kuuntelematta. Torstaina huomasimme myös, että osa lapsista jätti vaihtamatta paikkaa, koska ei halunnut joutua keskelle. Emme halunneet, että lapset kokisivat keskellä olemisen vastenmielisenä, joten sovimme, että jos se tuntuisi pelottavalta tai liian haastavalta, niin keskellä olijan paikkaa voitaisiin vaihtaa, koska monet halusivat vapaaehtoisesti keskelle. Huomasimme myös, että torstaina muutamat lapset tarkoituksella hidastelivat paikkojen vaihtamisen kanssa, jotta saisivat olla keskellä monta kertaa. Puutuimme siihen ja sanoimme, että pitäisi antaa kaikille halukkaille mahdollisuus päästä keskelle, koska se ei kuitenkaan ollut tämän leikin pääidea.

Aarteenhaku oli suosittu molemmissa ryhmissä. Erityisesti keskiviikkona lapset intoutuivat keksimään omia tapoja liikkua ja kuljettaa aarretta. Huomasimme, että lapsilla oikeasti on vilkas mielikuviutus ja he uskalsivat jopa haastaa itsensä, sillä kaikki liikkumis- tai kuljetustyyli eivät olleet helppoja. Huomasimme kuitenkin, että he nauttivat pelistä ja yrittivät parhaansa, koska halusivat olla tärkeä osa omaa joukkuettaan. Torstain ryhmässä meillä ohjaajilla oli iso vastuu tarkkailla sitä, että lapset noudattivat sääntöjä. Muutamia kertoja huomasimme, että lapset yrittivät kuljettaa montaa aarretta samanaikaisesti, vaikka se oli kiellettyä. Yritimme painottaa lapsille, että tärkeintä tässäkin pelissä ei ole voitto vaan se, että toimitaan rehdisti ja kunnolla. Sillä tavalla mahdollinen voittokin tuntuu paremmalta. Havaitimme kuitenkin, että molemmissa ryhmissä lapset uskoivat haalivansa oikeita aarteita omalle joukkueelleen. Lisäksi lapset kannustivat toisiaan yrittämään parhaansa ja antoivat toisilleen palautetta hyvästä suorituksesta. Muutamia liikkumistyyliä olivat jopa meistä ohjaajista haastavia, ja oli hienoa seurata sivusta, miten lapset neuvoivat toisiaan, jotta joukkue toimisi parhaalla mahdollisella tavalla.

Touhukas taikamatto oli molemmissa ryhmissä innostava ja mielenkiintoinen. Havainnoimme sitä, miten eri tavalla lapset pyrkivät suoriutumaan tehtävästä.

Keskiviikon ryhmässä lapset pääsääntöisesti ensin miettivät asiaa yhdessä; ja torstain ryhmässä joukkueet alkoivat suoraan yrittää ja toimimaan. Molemmissa ryhmissä kaikki joukkueet suoriutuivat tehtävästä ja he tunsivat siitä ylpeyttä, sillä olimme aluksi kertoneet, että tehtävä on haastava. Keskiviikon ryhmässä huomasimme, että erään pojan kohdalla oli hankaluuksia olla riittävän lähellä joukkueen tyttöjä. Tytöt olivat kuitenkin päättäväisiä ja saivat pojan unohtamaan oman arkuutensa ja hekin onnistuivat tehtävässä.

Kadotettu pari tuotti pienoisia hankaluuksia torstain ryhmässä. Kaikki lapset eivät jaksaneet keskittyä sääntöjen kuuntelemiseen ja leikin tuoksinassa he unohtivat, ketä heidän parinsa olivat. Muutamien harjoituskertojen jälkeen he kuitenkin ymmärsivät, mistä on kyse. Ehdimme keskiviikkon ryhmän kanssa ottaa leikistä enemmän toistoja ja sitä kautta saimme pelistä monipuolisemman. Emme kuitenkaan kokeneet, että torstain ryhmä olisi epäonnistunut tai ollut huonompi kuin keskiviikon ryhmä. Meille tärkeintä oli kuitenkin se, että lapset kokivat onnistumisia ja nauttivat huomaamatta liikunnasta.

Joukkueheitto oli molempina päivinä menestys. Se kirvoitti paljon naurua ja hienoja hetkiä. Huomasimme, että muutamat lapset olivat aidosti iloisia, kun heidän joukkueensa voitti. Sekä keskiviikkona että torstaina tässä leikissä lapset kannustivat ja kehuivat toisiaan. Lapset tarkkailivat toisten lasten heittotyylejä ja sitä kautta muovasivat omia tapojaan. Molemmissa ryhmissä lapset halusivat tästä leikistä uusintoja.

Ralliviesti oli erilainen, mihin lapset olivat tottuneet. Molemmissa ryhmissä he nauttivat siitä, että pääsivät esiintymään ja kokeilemaan omaa luovuuttaan. On pakko sanoa, että lapset saivat esityksillään meidän ohjaajatkin hyvälle tuulelle, sillä ne olivat niin hienoja. Lapset paneutuivat siihen, että noudattivat annettuja ohjeita ja kulkivat heille määrättyyn tyyliinsä. Molemmissa ryhmissä lapset myös ihailivat toistensa suorituksia ja kehottivat meitä ohjaajia ottamaan toisistaan valokuvia. Oli hienoa huomata, miten voittamisen merkitys hävisi luovuudelle ja hauskanpidolle. Tuntui, että lapsille oli paljon tärkeämpää saada välitöntä palautetta ja kannustusta omasta suorituksesta kuin viestin jälkeen tietoa siitä, kumpi joukkueista voitti.

Rentoutumisen aloittaminen erityisesti torstain ryhmässä jännitti meitä ohjaajia. Pelkäsimme, että se menisi pelleilyksi, koska kerhokerta oli ollut levoton ja parin selkään sormella piirtäminen saattaisi kutittaa ja aiheuttaa naurukohtauksia ja häiriötä. Pelkomme oli kuitenkin turha, sillä lapset osasivat ja halusivat rauhoittua rentoutusta varten. Uskomme, että musiikilla ja rauhallisella koskettamisella oli ihmeellisen rentouttava vaikutus. Keskiwiikon ryhmässä oli hienoa huomata, että tyttöjen läheisyyttä aristeleva poika valitsi parikseen yhden tytöistä

8.7.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelua seitsemännellä kerhokerralla

Lasten innostus oli viikko viikolta helpompi huomata jo alkupiirissä. He innolla odottivat, mitä erilaista toimintaa olimme kehittäneet. Lapset todella uskoivat olevansa aitoja merirosvoja, jotka jahtasivat ihmeellisen Kapteeni Siniparran aarretta. Kun kerroimme, että monet muutkin etsivät aarretta, niin lapset huudahtelivat ja tähyilivät ympärilleen nähdäkseen muut etsijät. He olivat avoimesti mukana seikkailussa ja heistä huomasi, että he nauttivat siitä. Yksi lapsista oli jopa niin intoutunut toiminnasta, että hän oli kotona ollessaan jatkanut samasta teemasta: hän oli tehnyt itselleen aarrekartan, kerännyt aarteen ja piilottanut sen. Hän selitti meille, mistä ja miten hän oli löytänyt sen. Lisäksi hänellä oli aarrearkku aarteineen mukana kerhossa.

Oli hienoa huomata, että lasten innostus oli aitoa ja tarttuvaa. Yksikään osallistujista ei pitänyt merirosvotoimintaa lapsellisena tai turhana. Lisäksi keksimämme pienet linkit eri leikkien välille loivat lisää jännitystä ja merkitystä tässä suuressa merirosvoseikkailussa. Pienen strukturoinnin ja luovan ajattelun kautta pystyimme kiinnittämään koko kerhokerran ohjelman toimivaksi kokonaisuudeksi. Pienet yksityiskohdat ja linkitykset merirosvoteemaan saivat koko toimintakerran tuntumaan seikkailulta eikä vain irrallisilta peleiltä ja leikeiltä.

Alkupiirissä ollessamme huomasimme myös, että kertoessamme tarinaa eteenpäin lapset aina hiljenivät kuuntelemaan ja eläytymään. Suuren suosion sai myös joka kerta löytämämme salainen viesti, joka paljasti tulevan toimintakerran teeman.

Kaikki lapset halusivat aina toimia viestin lukijoina: ja osa lapsista pyysi jo pukuhuoneessa, että saisiko hän tänään lukea sen salaisen viestin.

Kerhokertoja suunnitellessamme mietimme, että voimme ottaa yhdeksi teemaksi erilaiset kilpailut, viestit ja kisat. Epäroimme sen kanssa siksi, että emme halunneet kerhossa vertailla lasten suorituksia tai korostaa voittamisen merkitystä. Päätimme kuitenkin ottaa ne mukaan, koska kehitteimme niin erilaisia kilpailuja, että jokainen voisi oikeasti voittaa. Lisäksi kaikissa kilpailuissa tärkeintä oli se, miten joukkue toimisi ja kommunikoi yhdessä. Halusimme välttää sitä, että yksilöiden vahvuuksilla tai lahjakkuuksilla olisi isoa merkitystä kilpailuissa.

Tällä seitsemännellä kerralla sosiaalisuudella oli ehkä kaikkein isoin merkitys. Kaikki pelit ja leikit kannustivat ja jopa vaativat sitä, että joukkueet toimisivat yhdessä ja kehittäisivät joukkueena itselleen toimintasuunnitelman. Painotimme pelien yhteydessä, että ryhmän jokainen jäsen on tärkeä. Lisäksi joukkueen tulisi pitää huolta jokaisesta jäsenestä, sillä muuten joku muu joukkue ehtisi ensin aarteen luokse.

Oli hienoa huomata, että lapset ottivat asiakseen toimia ryhmänä. Uskoisimme, että tämän kerran jälkeen lapset oppivat näkemään sen, että ryhmässä toimiminen on voimavara ja että jokainen on hyvä jossakin. Lapset jaksoivat kannustaa toisiaan. Ja erityisesti aarteenhakuleikissä lapset neuvoivat toisiaan. Havainnoimme, miten tärkeää lapsille oli se, että he saivat arvostusta ja kehuja toinen toisiltaan: se vaikutti tuntuvan jopa merkittävämmältä kuin itse voittaminen.

Ralliviestissä lapset eläytyivät niin omaan kuin toistenkin suorituksiin. Ennen viestin aloittamista annoimme joukkueille hetken aikaa valmistautua ja miettiä ajojärjestystä. Huomasimme, miten lapset yhdessä keskustelivat siitä, miten he parhaiten voisivat esittää heille määrättyjä autoja. Havainnoimme vierestä, miten lapset antoivat toisilleen palautetta ja uusia vinkkejä.

Uskoisimme, että näiden pelien ja leikkien jälkeen lapset oppivat paljon sosiaalisuudesta ja osallisuudesta. Erään lapsen äiti kertoi meille, että hänen lapsensa on jo nyt saanut itselleen enemmän sosiaalista rohkeutta ottaa kontaktia muihin ja

luoda ystävyys-suhteita. Olimmekin halunneet luoda sellaisen kerhon, jossa sekä liikutaan että opitaan toimivia ja kantavia sosiaalisia taitoja.

Tämän seitsemännen kerhokerran aikana huomasimme, että lapsista ei ollut alkuleikkiä lukuun ottamatta paljoakaan näkyvissä epävarmuutta tai arkuutta. Kaikki lapset osallistuivat toimintaan innolla ja omalla tavallaan. Lapset eivät vertailleet omia suorituksiaan muihin – vaan vaikuttivat olevan tyytyväisiä omiin tekoihinsa. Erityisesti erään keskiviikon ryhmäläisen kehitystä oli ilo seurata. Hän aloitti kerhon epävarmana, arkana ja osittain jopa alemmuudentuntoisena. Mutta tällä kertaa hän osallistui kaikkeen toimintaan täysin eri tavalla kuin ensimmäisillä kerroilla. Hän ei vähätellyt omaa suoritustaan tai panostaan joukkueelle, eikä hän yrittänyt mahdollisimman helpolla suoriutua kaikesta toiminnasta. Uskoisimme, että hänkin oppi jollain tavalla arvostamaan itseään ja näkemään, että erilaisuudestaan huolimatta hän on hyvä juuri sellaisena kuin on.

Pyrimme tälläkin kerhokerralla antamaan tasapuolisesti palautetta ja kehuja kaikille lapsille, koska lasten oikeudenmukainen huomioiminen on edellytys hyvän itsetunnon kehitykselle. Ohjaajina pyrimme näkemään jokaisessa suorituksessa jotain hyvää – huolimatta siitä, miten oikein tai hyvin se oli sujunut. Olimme päättäneet yhdessä, että emme ohjaajina kiinnittäisi liikaa huomiota epäonnistumisiin. Meille tärkeintä oli se, että lapset osallistuivat mielellään ja edes yrittivät: emme odottaneet täydellisiä suorituksia. Uskoisimme, että se edesauttoi sitä, että lapset uskalsivat toimia leikeissä omilla ehdoillaan ja suorittaa annetut tehtävät omalla tyyllillään. Huomasimme myös, että lapset oppivat siihen, etteivät arvostelleet toistensa suorituksia tai jääneet liikaa miettimään omaa epäonnistumistaan. Havainnoimme myös, että lapset toisinaan osasivat nähdä omissa epäonnistuneissa suorituksissaan myös jotain hyvää. Uskoisimme, että sitä kautta lapset oppivat paremmin hyväksymään itsensä sellaisena kuin ovat ja sietämään enemmän epäonnistumisia. Lisäksi se edesauttaa lapsia oppimaan suvaitsevaisuutta ja jopa arvostamaan erilaisuutta.

Tällä kerhokerralla oli vallalla todella vahva ryhmähenki. Jokainen joukkue toimi saumattomasti yhteen. Kerhon ideana oli vahvistaa ryhmäytymistä ja tällä kerralla huomasimme, että se tavoite oli saavutettu. Lapset olivat oppineet tuntemaan

paremmin oman ryhmänsä jäsenet ja pystyivät työskentelemään kaikkien kanssa. Emme missään vaiheessa kuulleet mitään vastaansanomista joukkueiden muodostamisesta.

Oli hienoa huomata, että lapset tunsivat kuuluvansa johonkin ryhmään. Osa lapsista kertoi innoissaan meille ohjaajille, että he ovat selittäneet muille ystävilleen tai sisaruksilleen tästä luovan liikunnan kerhosta ja heidän kasvoillaan kuvastui ylpeys, kun muut ovat olleet kateellisia siitä, mitä kaikkea kerhossa tehdään. Ryhmän jäsenet kokivat olevansa osa jotain sellaista, mitä kaikilla ei ole. Tuntui hienolta tarjota lapsille tällaista mahdollisuutta, koska joillekin lapsille tämä on ainut ryhmä, johon he kuuluvat.

8.7.3 Lasten mielipiteet seitsemännestä kerhokerrasta

Kerroimme lapsille loppupiirissä, että seuraavalla viikolla olisi viimeinen kerhokerta. Lapset olivat pettyneitä, ja monet toivoivatkin, että kerho jatkuisi loputtomiin. Lapset olivat viihtyneet tällä seitsemännellä toimintakerralla. He eivät osanneet päättää, mikä oli ollut tänään kaikkein kivointa tai parasta.

Torstain ryhmästä muutamat lapset sanoivat, että olivat pahoillaan siitä, että tämä kerta oli ollut niin levoton ja he lupasivat viimeisellä kerralla käyttäytyä paremmin. Lapset myös yrittivät arvuutella, että mitähän seuraavalla kerralla siellä aarrearkussa olisi. Kuulimme, miten lapset vielä pukuhuoneessa keskustelivat siitä, miten oli ollut kivaa tänään.

8.8 Kahdeksas kerhokerta

Viimeisen kerhokerran aloitimme alkupiirissä istumalla. Lapsista näki, miten innostuneita he olivat. Heidän jännityksensä ja intonsa purkautuivat puheella ja naurulla. Olimme hieman pettyneitä, että muutamat lapset olivat sairastelujen takia joutuneet jäämään pois viimeiseltä kerralta. Mutta päätimme kuitenkin, että hekin saisivat osansa aarteesta, mikäli löytäisimme sen.

Tämän kerran teemana oli aarteen etsintä ja toiminnan päättäminen. Ennen varsinaista toimintaa keräsimme lapsilta viime kerralla antamamme kyselyt ja olimme iloisia, että suurin osa lapsista palautti sen. Niille lapsille, jotka olivat sen unohtaneet, annoimme uuden kyselyn ja valmiiksi maksetun palautuskuoren. Olimme ilahtuneita vanhempien osallisuudesta, kiinnostuksesta ja sitoutumisesta kerhon toimintaan, sillä osa poissaolevien lasten vanhemmista toimitti meille täytetyn kyselylomakkeen.

Olimme pettyneitä siihen, että toimintasuunnitelmamme meni uusiksi tämän viimeisen kerran kohdalla. Olimme suunnitelleet, että olisimme olleet ulkona tämän kerran ja toteuttaneet seikkailuliikuntaa pihalla. Onneksi olimme kuitenkin varautuneet suomalaiseen epävakaaseen kevätsäähän ja etukäteen ilmoittaneet vanhemmille, että olemmekin viimeisen kerran sisätiloissa.

Viimeisen kerran kunniaksi me ohjaajat olimme varustautuneet merirosvohenkisillä rekvisiitoilla. Meillä oli merirosvohatut ja – huivit, aseet ja miekat, kiikarit ja kaukoputket, silmälaput ja koukut. Istuessamme alkupiirissä tähyilimme kaukoputkilla ja kiikareilla horisonttiin. Pyysimme lapsia vertailemaan, että oliko kaukana siintävä saari sama kuin meidän aarrekartassamme. Lapset olivat varmoja, että se oli sama ja että aarre löytyisi sieltä. Kun olimme vakuuttuneita siitä, että saari oli oikea, niin pääsimme nousemaan maihin ja etsimään sieltä piilotettua aarretta.

Viimeisen kerhokerran ensimmäisenä tehtävänä oli keksiä joukkueille osuvat nimet. Annoimme lasten muodostaa joukkueet itse. Yhdessä ryhmät miettivät, mikä nimi kuvastaisi heidän joukkuettaan parhaiten. Kun kaikki olivat keksineet ryhmälleen nimen, niin jokainen joukkue vuorollaan esitti nimensä muille. Toisten tehtävänä oli yrittää arvata, mistä nimestä oli kysymys. Oli hienoa huomata, että lasten luovuus ja mielikuvitus tuntui olevan loppumaton, sillä esitykset ja roolisuoritukset olivat upeita. Tämän harjoitteen tarkoituksena oli vahvistaa ryhmähenkeä ja yhteenkuuluvuutta. Samalla joukkueet valmistuivat siihen, että saisivat ryhmänä etsiä aarretta.

Toisena leikkinä olivat pallot hukassa – peli. Toteutimme sen niissä joukkueissa, mitkä muodostuivat ensimmäisessä harjoitteessa. Ryhmät muodostivat salin toiseen

päähän jonot. Olimme etukäteen valmistaneet jokaiselle joukkueelle viisi sanomalehtipalloa, jotka olimme kaikki numeroineet yhdestä viiteen. Jokaisella joukkueella oli oman värisensä pallot. Esimerkiksi yhdellä joukkueella oli viisi vihreää numeroitua palloa. Pyysimme joukkueita muistamaan oman värinsä. Pelin idea oli se, että heitimme kaikki pallot sekaisin pitkin salia. Tarkoituksena oli, että lapset vuorollaan viestinomaisesti etsivät salista oman joukkueensa väriset pallot numerojärjestyksessä. Joukkue joka löysi pallot nopeiten, voitti. Kerroimme lapsille, että nämä pallot olivat eräänlaisia vihjeitä ja välineitä, joita he tarvitsivat aarretta etsiessään. Siksi olisi tärkeää, että ne löydetään mahdollisimman nopeasti numerojärjestyksessä.

Kolmantena leikkinä oli pesänvaihtoleikki. Jokaiselle joukkueelle merkittiin oma pesä salin neljään nurkkaan. Pelin tavoitteena oli saada lapsille lämmin hauska tavalla. Varmistimme vielä, että kaikki joukkueet muistivat ryhmien nimet, koska niitä tarvittiin tässä leikissä. Tarkoituksena oli, että kun me ohjaajina huudamme kahden joukkueen nimet, niin he vaihtavat pesät päittäin. Tarkoituksena on, että koko ryhmä juoksisi yhtenä joukkueena ja astuisi uuteen pesään yhtä aikaa. Mikäli me ohjaajat huusimme merirosvo-sanana, niin silloin kaikki joukkueet vaihtoivat keskenään paikkaa. Painotimme, että silloin täytyy olla tarkkana, että kaikki ryhmän jäsenet vaihtavat samaan pesään, jotta ryhmä pysyy kasassa. Merirosvohenkisesti pelin idea oli se, että aarteen etsiminen vaati yhteistyötä ja nopeita refleksejä. Lasten tuli toimia hyvin yhteen ja reagoida nopeasti kuulemaansa.

Neljäntenä pelinä olivat kotkat ja kottaraiset. Tässä pelissä yhdistimme joukkueet niin, että ryhmiä oli kaksi. Toiset olivat kotkia ja toiset kottaraisia. Joukkueet asettuivat salin molempiin päihin. Ideana oli, että joukkueet ohjaajan merkistä lähestyivät toisiaan. Jossain vaiheessa me ohjaajat huusimme joko kotkat tai kottaraiset. Jos huusimme kotkat, se tarkoitti sitä, että kotkat yrittivät metsästä kottaraisia. Tällöin kottaraisten tuli kääntyä kannoillaan ja yrittää nopeasti juosta takaisin omalle kotipesälleen salin päätyyn. Mikäli huusimme kottaraiset, niin kotkat yrittivät juosta karkuun. Kiinni jääneet joutuivat toisen puolen joukkueeseen. Jatkoimme peliä niin kauan, että toisesta joukkueesta kaikki jäsenet olivat loppuneet. Kerroimme lapsille, että aarteenmetsästys oli haastavaa ja vaarallista. Toisinaan se tarkoitti sitä, että joutui saalistamaan muita ja toisinaan se tarkoitti sitä, että joutui

juoksemaan karkuun. Tässä leikissä harjoiteltiin tarvittavia taitoja, jotta selviydyttäisiin voittajina aarteen luokse.

Näiden kahden juoksuleikin jälkeen lapset olivat melko väsyneitä, niin kuin olimme suunnitelleetkin. Ajattelimme, että puramme näiden leikkien aikana lapsilta kaiken ylimääräisen energian, jotta he jaksaisivat paremmin keskittyä tämän kerhokerran varsinaiseen ohjelmaan – aarteenmetsästyksen. Toteutimme aarteenmetsästyksen kerhon alussa muodostamissa joukkueissa. Olimme etukäteen tehneet neljä erilaista kaksiosaista tehtävää. olimme kirjoittaneet ne ylös pieniksi viesteiksi. Viestin päällä luki ensimmäinen tehtävä. Joukkueiden tuli suorittaa se ensin, ennen kuin saivat avata varsinaisen tehtävän. Tehtävät viestin päällä saattoivat olla esimerkiksi, että keksikää ryhmällemme oma tanssi. Tanssin keksittyään me ohjaajina katsoimme sen ja annoimme luvan avata viestin. Viestit olivat erilaisia arvoituksia, aivojumppatehtäviä tai ongelmanratkaisuharjoituksia. Kaikissa vastaukset olivat kuitenkin jotain sellaisia, mitkä lapset joutuivat meille tavalla tai toisella esittämään. Esimerkiksi yhdessä viestissä oli koodikielellä kirjoitettu joku liike, joka lasten tuli ratkaista ja sen jälkeen esittää meille ohjaajille. Jos viesti oli ratkaistu oikein, niin joukkueet saivat uuden viestin. Viimeinen vihje oli sanallinen: mitä tehdään jokaisen kerhokerran aluksi. Pääteltyään oikean vastauksen lopulta kaikki lapset istuivat piirissä.

Sinä aikana, kun lapset ratkoivat viestejä, niin toinen meistä ohjaajista piilotti aarteen jonnekin. Lasten istuessa piirissä kerroimme, että olemme lähempänä aarretta kuin koskaan ennen. Sanoimme, että aarre on täällä jossain ja kehotimme lapsia lähtemään etsimään sitä. Kerroimme, että aarre voi löytyä salista, pukuhuoneista, vessasta tai läheiseltä käytävältä, mutta muualle ei saisi mennä harhailemaan. Aikansa etsittyään lapset löysivät askartelemamme aarrearkun ja he toivat sen meille ohjaajille.

Istuimme piiriin ja ihastelimme aarrearkkua. Ennen kuin avasimme sen, halusimme pitää loppuleikin. Ajattelimme, että olisi kiva päättää kerho positiivisiin tunnelmiin ja hyvään palautteeseen. Loppuleikkinä meillä oli ystävyyden kehä. Istuimme valmiiksi jo piirissä ja jokainen meni vuorollaan piirin keskelle. Tarkoituksena oli, että kaikki piirissä istuvat sanovat jotain positiivista keskellä olijasta. Näin ollen jokainen lapsi ja ohjaaja saivat kaikilta jotain hyvää palautetta ja uskoisimme, että se tuntui jokaisesta kivalta.

Lopuksi avasimme aarrearkun ja sieltä paljastui makeisia ja jokaiselle oma kunniakirja. Jokainen lapsi sai kolme Omar-karkkia, tikkarin ja kunniakirjan. Mietimme, että onko makeinen hyvä sisältö aarrearkkuun, koska kerhomme kuitenkin oli liikuntakerho. Tulimme siihen tulokseen, että kohtuullinen herkuttelu silloin tällöin on harmitonta ja tiesimme, että lapset kuitenkin odottivat, että siellä aarrearkussa olisi jotain hyvää. Emme halunneet aiheuttaa pettymystä laittamalla sinne jotain terveellistä tai tylsää. Olimme lisäksi panostaneet kunniakirjoihin. Olimme tehneet jokaiselle osallistujalle oman diplomin. Lisäksi halusimme vielä niissä huomioida jokaista erikseen ja siksi olimme jokaiselle keksineet jonkin kuvaavan adjektiivin: esimerkiksi seikkailun avulian merirosvo.

8.8.1 Ryhmien vertailua kahdeksannella kerhokerralla

Molemmat ryhmät olivat innoissaan viimeisellä kerhokerralla. Torstain ryhmässä kuitenkin into purkautui levottomuutena ja häiriönä. Vaati paljon huomiota meiltä ohjaajilta, että saimme pidettyä kiinni suunnitelmistamme ja ryhmän kurissa. Meillä oli keskiviikon ryhmän kanssa ylimääräistä aikaa sen verran, että pystyimme viimeisellä kerralla toteuttamaan lasten toiveita. Oli hienoa huomata, että keskiviikkona lapset olivat motivoituneita ehdottelemaan pelejä ja leikkejä, vaikka varmasti hekin odottivat, milloin löytäisivät aarteen.

Joukkueiden nimen keksimisessä huomasimme, että torstain ryhmä panosti siihen, että nimet olisivat merirosvohenkisiä, kun taas keskiviikkona nimet olivat, mitä tahansa. Molemmissa ryhmissä esitykset olivat hienoja ja mielikuvituksellisia. Mutta torstain ryhmässä oli muutamia lapsia, jotka kaipasivat meidän ohjaajien kannustusta ja tukea, jotta he uskaltautuivat esiintymään kaikkien edessä. Olimme kuitenkin iloisia, että kukaan ei kieltäytynyt tai jäänyt syrjään esityksistä.

Kumpikin ryhmistä piti pallot hukassa – pelistä. Pienimuotoinen kilpaileminen kannusti joukkueita yrittämään parhaansa ja tukemaan toisiaan. Kuitenkin erityisesti keskiviikon ryhmä oli innostuneempi esittämään omia ehdotuksiaan liikkumistyyleihin, joilla palloja etsittäisiin. Jotenkin tuntui, että torstain ryhmä oli enemmän kiinni ohjaajien opastuksesta, säännöistä ja kontrollista. Ehkä se tuntui

heistä turvallisemmalta, että joku aikuinen asetti heille selkeät raamit ja rajat, joiden mukaan toimitaan. Toki torstain ryhmässä tuli muutamia ideoita liikkumistyyleihin, mutta ne helposti olivat täysin mahdottomia tai yliampuvia: ihan kuin joku voisi hyppiä päällään, lentää tai juosta seiniä pitkin. Uskoisimme kuitenkin, että kaikki tällainen rauhattomuus ja yliampuminen johtuivat jännityksestä ja toiminnan loppumisesta. Ohjaajina yritimme suhtautua siihen kärsivällisesti ja johdonmukaisesti.

Pesän vaihto – leikki tuotti aluksi torstain ryhmässä ongelmia, koska tuntui, etteivät lapset ymmärtäneet pelin ideaa. Vaikka joukkueet pyrkivät vaihtamaan paikkaa, he eivät huolehtineet siitä, että koko oma joukkue on samassa pesässä. Jouduimme harjoittelemaan leikkiä muutaman kerran, ennekuin kaikki ymmärsivät, miten sitä pelataan. Harjoittelun jälkeen peli tuntuikin suositulta ja lapset halusivat jatkaa sitä melko pitkään. Lapsista oli erityisen hauskaa se, että ohjaajat huusivat monta kertaa peräkkäin merirosvo – sanan, koska silloin kaikki vaihtoivat keskenään paikkaa. Oli kiva huomata, miten pienestä lapset tulevat iloiseksi.

Lasten mielestä kotkat ja kottaraiset – peli oli hauskempi versio mustasta miehestä. Molemmat ryhmät pitivät tästä leikistä. Ja sen aikana juostiinkin kaikki ylimääräinen energia pois, jotta jaksettiin paremmin keskittyä vielä jäljellä olevaan toimintaan. Huomasimme kuitenkin, että torstain ryhmässä muutaman kerran tuli pientä riitaa siitä, että oliko joku saatu kiinni vai ei. Yritimme silloin painottaa, että sillä ei ole merkitystä, jääkö kiinni vai ei – vaan sillä, että toimii rehellisesti ja oikeudenmukaisesti.

Aartenmetsästys oli molempien ryhmien mieleen. He kertoivat, että sinä aikana tuntui, että he oikeasti ratkaisisivat jotain arvoitusta ja olisivat aarten jäljillä. Huomasimme, että lapsille oli tärkeää se, että kuka joukkueesta saa lukea viestit. Painotimme, että ryhmäläiset vuorottelisivat, jotta kaikki saisivat lukea. Tehtäviä tehdessään lapset uppoutuivat täysin niiden lumoon ja heistä huokui intoa ja iloa. Emme huomanneet suuriakaan eroavaisuuksia keskiviikon ja torstain ryhmien välillä. Molemmat ryhmät osasivat ratkaista kaikki tehtävät ja molemmat ryhmät pitivät tätä yhtenä hauskindena koko kerhotoiminnassa.

Ystävyyden kehän toteuttamisessa oli pieniä eroavaisuuksia keskiviikon ja torstain ryhmien kanssa. Halusimme, että jokainen sanoisi kaikista jotain positiivista. Halusimme kuitenkin, että jokainen yrittäisi keksiä jotain omaperäistä, eikä kaikki sanoisi vain, että kiva, mukava tai hauska. Keskiviikon ryhmässä tämä onnistui hyvin: lapset keksivät jopa meistä ohjaajista osuvia adjektiiveja. Mutta torstain ryhmässä muutamat lapset eivät joko osanneet tai halunneet sanoa kaikista mitään positiivista. Eräs poika kuvasi miltei kaikki muita seuraavanlaisilla sanoilla: hampurilainen, ranskalainen, lamppu, pirtelö tms. Yritimme selittää hänelle, mikä on adjektiivi ja mitä häneltä odotetaan, mutta tuloksetta. Lisäksi myös torstain ryhmässä tuntui, että oman vuoron odottaminen tuntui olevan kohtuuttoman vaikeaa parille lapselle. He kimpaantuivat odottamiseen ja yhden pojan jouduimme hetkeksi siirtämään sivuun, koska hänen puheensa olivat loukkaavia ja uhkaavia. Saimme kuitenkin suoritettua harjoitteen loppuun saakka.

Itse aarteen etsiminen oli mieluista molemmille ryhmille. Keskiviikon ryhmä joutui katsomaan samasta paikasta monta kertaa, ennekuin aarrearkku todella löytyi. Luulemme kuitenkin, että he olivat niin innoissaan ja tohkeissaan, että se jäi siksi huomaamatta. Torstain ryhmän kanssa piti olla enemmän tarkkana, koska he olivat helposti lähdössä sallittujen rajojen ulkopuolelle. Aarteen löytyminen kuitenkin oli kaikille mielekäästä ja kaikki halusivat pitää aarrearkkua kädessään.

Lapset olivat molemmissa ryhmissä otettuja saamistaan kunniakirjoistaan. Istuimme piirissä ja luimme kaikki kunniakirjat ääneen läpi, jotta kaikki kuulisivat toistensa arvonimet. Torstain ryhmässä eräs poika kommentoi muutamaan otteeseen, että ”Minun olisi kuulunut olla tuo” tai ”Milloin minun tulee? Enkö saa ollenkaan? Olenko aina viimeinen?” Lapsista huomasimme, että he arvostivat saamiaan aarteita. Erään pojan äiti ilmoitti, että hänen poikansa oli diplomistaan niin iloinen ja ylpeä.

8.8.2 Toiminnan tavoitteiden tarkastelua kahdeksannella kerhokerralla

Lasten innostamista viimeisellä kerralla ei juurikaan tarvittu. Pelkästään ajatus tulevasta aarteesta riitti motivoimaan heitä toimintaan. Lapset lisäksi olivat

innostuneita meillä ohjaajilla olevista tarvikkeista ja rekvisiitasta. He miltei uskoivat, että me olemme oikeita merirosvoja.

Meistä oli myös hienoa huomata, että vaikka lapset eniten odottivat aarretta ja sen sisältöä, niin silti he jaksoivat keskittyä viimeisen kerran ohjelmaan ja toimia annettujen ohjeiden mukaisesti. Huomasimme, että he ymmärsivät, että kaikki toiminta on osa suurempaa kokonaisuutta. Vaikka lasten innostaminen viimeisellä kerralla olikin helppoa, niin silti oli haastavaa osata kanavoida kaikki into oikeaan kohteeseen.

Erityisesti torstain ryhmän kohdalla piti olla tiukkana siitä, ettei lapsille antanut liikaa vapauksia, sillä se helposti ilmeni ylilyönteinä. Viimeisenä kerhokertana miltei kaikessa toimi taikasanana aarre, jonka avulla lapset sai tottelemaan ja tekemään kaikkea. Heidän intonsa ja eläytymisensä toimintaan oli ihailtavaa ja aitoa.

Viimeisellä kerhokerrallakin sosiaalisuudella ja ryhmässä toimimisella oli iso merkitys. Halusimme jakaa molemmat ryhmät pieniin joukkueisiin siksi, että lapset saisivat rauhassa harjoitella ryhmässä vaadittavia taitoja. Painotimme leikkien alussa, että tärkeintä on huolehtia omasta ryhmästä ja että on ryhmän vastuulla, että kaikki osallistuvat. Oli hienoa huomata, miten joukkueet tukivat, kannustivat ja houkuttelivat kaikkia jäseniään toimintaan mukaan. Yksikään ryhmistä ei halunnut jättää ketään toiminnan ulkopuolelle. Ehkä siihen vaikutti osaltaan ryhmäpaine eikä siksi kukaan halunnut tai uskaltanut jäädä pois mistään.

Ryhmien välinen sosiaalisuus oli hienoa seurattavaa. Meidän ohjaajien neuvoa ja ohjeistusta viimeisellä toimintakerralla tarvittiin melko vähän, koska ryhmät osasivat toimia hienosti yhteen. Meistä ryhmät olivat niin tiiviitä, että he eivät halunneet jakaa omasta pääomastaan juuri mitään toisten ryhmien käytettäväksi. Tehtäviä ja vihjeitä ratkoessaan huomasimme, että ryhmän jäsenet osasivat hyödyntää kaikkien vahvuuksia. Erityisesti ryhmän omaa tanssia suunnitellessa kaikki joukkueet huolehtivat siitä, että jokainen sai ehdottaa jotain liikettä ja että kaikki ovat tanssissa mukana. Ja pakko sanoa, että tansseista tuli todella hienoja, vaikka aikaa niiden keksimiseen ja toteuttamiseen ei paljoa ollut.

Viimeisellä toimintakerralla emme huomanneet kenestäkään lapsesta juuri yhtään epävarmuutta tai arkuutta. Ketään lapsista ei jäänyt mistään syrjään sen takia, että tunsivat olevansa huonompi tai heikompi kuin muut. Kiinnitimme myös huomiota siihen, että keskiviikon ryhmässä muutaman kerran lapset oma-aloitteisesti tukivat ja kannustivat erästä epävarmaa ryhmäläistä yrittämään. Ja uskomme, että sitä kautta hänkin löysi itsestään rohkeuden yrittää asioita, joita ei ole koskaan ennen kokeillut. Meistä se olikin ehkä yksi hienoimpia saavutuksia, että lapset löysivät toisistaan kaipaamansa ja tarvitsemansa vertaistuen. Näin ollen he eivät ole aina riippuvaisia aikuisten antamasta palautteesta ja ehkä hiljalleen oppivat itsekin arvostamaan enemmän itseään.

Viimeisellä kerralla huomasimme, että lasten ryhmäytyminen oli sujunut hienosti. He olivat löytäneet oman paikkansa kerhossa ja sitä kautta myös koko ryhmässä. Monet heistä ovat olleet tekemisissä myös kerhoajan ulkopuolella. Uskomme, että se osaltaan ehkäisee syrjäytymistä ja vähentää koulukiusaamista. Nyt heillä on takana uusia ystäviä, jotka seisovat heidän tukena ja apunaan. Lisäksi kerhon myötä he ovat saaneet vahvistettua itsetuntoaan ja kohentaneet sosiaalisia taitojaan, jotka edesauttavat uusien ihmissuhteiden luomisessa.

8.8.3 Lasten mielipiteet kahdeksannesta kerhokerrasta

Loppupiirissä lapset kyselivät, että jatkuuko toiminta myöhemmin, että he haluaisivat jatkossakin osallistua. Kahdeksan kerhokerran jälkeen huomasimme, että lapset olivat oikeasti innoissaan ja pitivät kerhon sisällöstä, koska kaikista 35 ilmoittautuneista jopa 32 lasta kävivät kerhossa säännöllisesti.

Ja vaikka tiedämme, että merirosvotarinat ja kiinnostus tulevaa aarretta kohtaan houkutteli lapsia paikalle, niin emme kuitenkaan usko, että pelkästään se olisi riittänyt sitouttamaan lapsia tulemaan kahdeksan viikon ajan pelipaikalle. Uskomme, että luovat ja erilaiset liikuntamuodot kiinnostivat ja saivat lapset innostumaan toiminnasta.

Lisäksi lapset olivat aidosti pahoillaan siitä, että toiminta loppui jo niin pian. He olisivat halunneet jatkaa mukana ainakin koko loppukevään. Loppuleikissä saamastamme palautteesta päätellen huomasimme myös, että lapset pitivät meistä ohjaajista. Uskommekin, että lasten sitouttaminen ja motivoiminen oli monien osien summa.

Ensimmäiseen kerhokertaan verrattuna monista lapsista huomasimme selvää kehitystä sosiaalisissa taidoissa. Suurin osa lapsista oli onnistunut luomaan uusia ystävyys-suhteita ja lisäksi lapsille oli tullut enemmän rohkeutta sosiaaliseen kanssakäymiseen ja mielipiteiden ilmaisuun. Lapset oppivat antamaan ja vastaanottamaan palautetta, neuvoja ja kehuja. Kerhon aikana lapset oppivat toimimaan ryhmässä ja sitoutumaan ryhmän asettamiin tavoitteisiin.

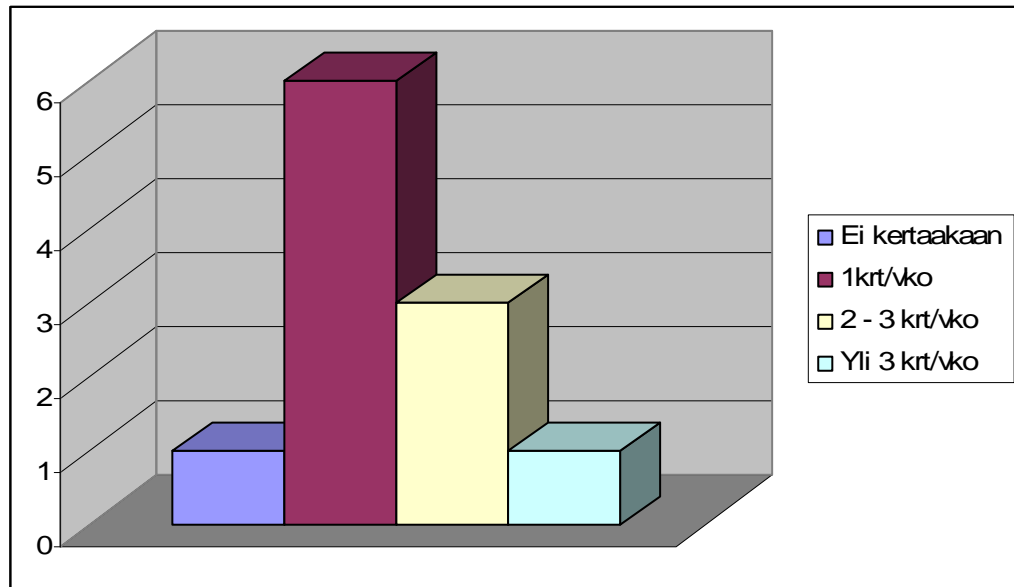
8.9 Projektin tulos

Jaoimme lapsille ja heidän vanhemmilleen laatimamme kyselylomakkeen toiseksi viimeisellä kerhokerralla. Annoimme heille vastausaikaa viikon. Suurin osa kerhoon osallistuneista palautti kyselyn meille ajallaan: 32 kyselystä meille palautui takaisin täytettynä 29. Keskiviikon ryhmästä palautettuja kyselylomakkeita oli 11 ja torstain ryhmästä 18. Vastausprosentti keskiviikon ryhmästä oli 100 %, torstain ryhmästä 85,7 % ja kaikista 90,6 %.

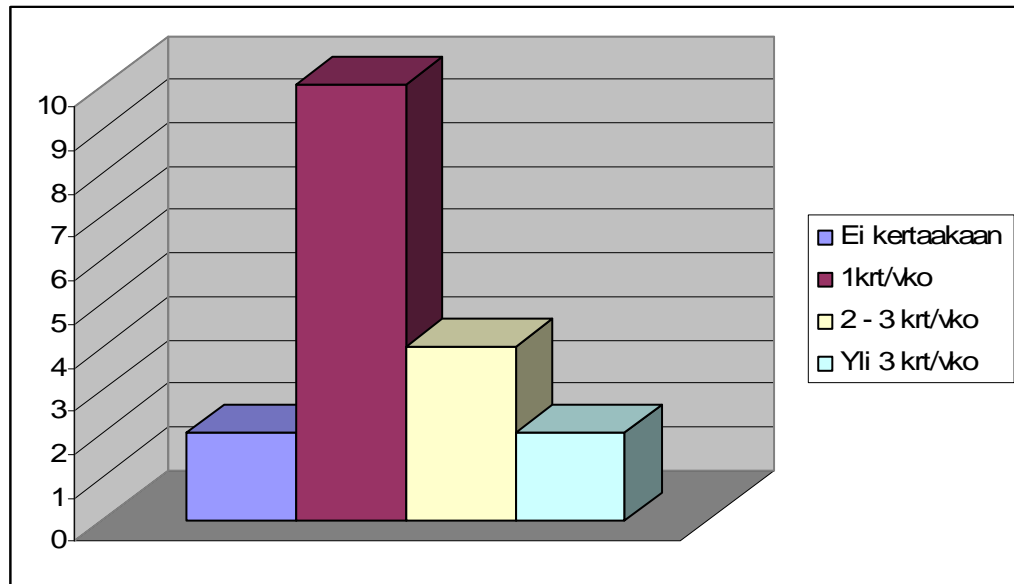
Molemmissa ryhmissä lapset ilmoittivat kyselylomakkeessa harrastavansa jotain urheilulajia. Suosituimmiksi nousivat tanssi, uinti ja jalkapallo. Huolestuttavaa oli kuitenkin se, että määrällisesti lapset liikkuvat liian vähän. Vastanneista kolme ilmoitti, etteivät liiku säännöllisesti kertaakaan viikossa; kerran viikossa liikkui kuusitoista; 2 – 3 kertaa viikossa liikkui seitsemän; ja yli kolme kertaa liikkui vain kolme. Havainnoimme tuloksia kaavioilla. Kaavio 1 muodostuu keskiviikon ryhmään osallistuneiden säännöllisestä liikunnasta; kaavio 2 torstain ryhmästä; ja kaavio 3 molemmista ryhmistä yhteensä. Niistä huomaa, että molemmissa kerhoissa suurin ryhmä olivat ne, jotka liikkuvat kerran viikossa. Niitä vertailemalla huomaa myös, että keskiviikon ryhmässä oli prosentuaalisesti enemmän niitä, jotka liikkuvat säännöllisesti vähintään kaksi kertaa viikossa. Lisäksi prosentuaalisesti molemmissa

ryhmissä oli suurinpiirtein yhtä paljon niitä, jotka eivät liikkuneet säännöllisesti ollenkaan. Tuloksia tutkimalla huomasimme, että olimme saavuttaneet tarkoituksenmukaisen kohderyhmämme ja saaneet heidät mukaan järjestämäämme toimintaan. Vaikka kerhotoiminnassa oli mukana myös niitä lapsia, jotka liikkuvat paljon, niin ei ollut mielekästä eikä tarkoituksenmukaista karsia heitä pois.

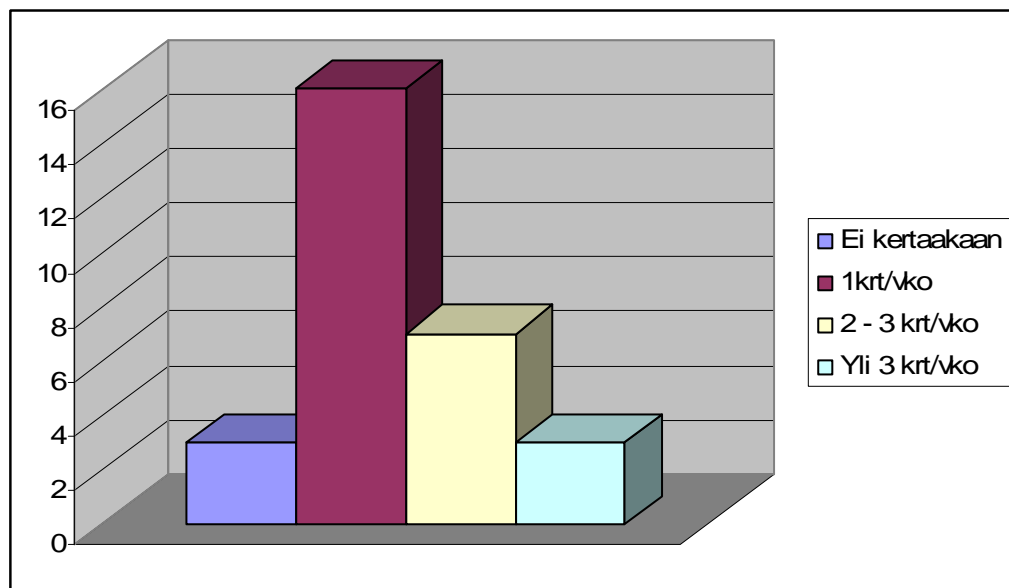
KAAVIO 1. Liikunnan määrä keskiviikon ryhmässä.



KAAVIO 2. Liikunnan määrä torstain ryhmässä.



KAAVIO 3. Liikunnan määrä yhteensä.

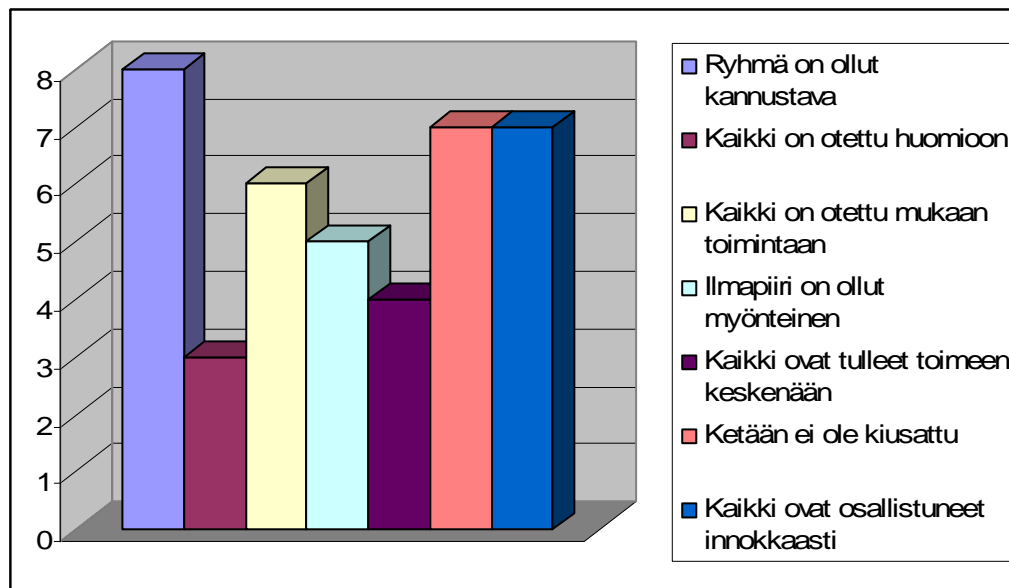


Kerhon ajan havainnoimme lasten sosiaalista käyttäytymistä ja vuorovaikutusta muihin osallistujiin. Pyrimme kiinnittämään erityisesti huomiota siihen, miten hyvin lapset ottavat kontaktia toisiin ja luovat uusia ystävyysuhteita. Havainnointimme tueksi kysyimme lapsilta kyselylomakkeessa, että ovatko he saaneet kerhon ansiosta itselleen uusia kavereita. Reilu 68 % lapsista ilmoitti, että ovat saaneet uusia ystäviä. 29 % kertoi, että ei saanut uusia kavereita, koska tunsivat jo kaikki entuudestaan. Ja ainoastaan alle 3 % osallistujista kertoi, ettei ole onnistunut luomaan yhtään toimivaa uutta ystävyysuuhdetta, koska ei ole ollut tarpeeksi aikaa tai ei ollut ehtinyt tutustua muihin.

Havainnointimme yksi pääpainoista oli ryhmän toiminnan tarkkaileminen. Halusimme omalla ohjauksellamme tukea lasten ryhmätyöskentelyä ja toimivan ryhmähengen luomista. Pyrimme siihen, että lapset oppisivat toimimaan yhdessä ja näkemään ryhmätyöskentelyssä piilevän voimavaran. Kyselyssä selvitimme, miten lapset lopulta kokivat ryhmän onnistuneen kerhotoiminnan aikana. Olimme kyselyssä valinneet seitsemän erilaista vaihtoehtoa, joista lasten piti valita kolme kohtaa, joissa ryhmä onnistui parhaiten. Iloksemme huomasimme, että lapset olivat valinneet vaihtoehtoja monipuolisesti. Osa lapsista oli kuitenkin valinnut enemmän vaihtoehtoja kuin kolme. Huomioimme ne silti tulosta tehdessämme, sillä meistä ei ollut mielekästä tai tarkoituksenmukaista karsia pois niitä vastauksia, missä valintoja oli useampi. Havainnollistimme lasten vastauksia kaavioilla. Kaaviossa 4 käy ilmi

keskiviikon osallistujien mielipiteet oman ryhmän toiminnasta. Vaikka kaikki kohdat ovat saaneet ääniä, niin silti sieltä nousee esille kolme kohtaa. Heidän mielestään ryhmä on ollut kannustava; ketään ei ole kiusattu; ja kaikki ovat osallistuneet innokkaasti.

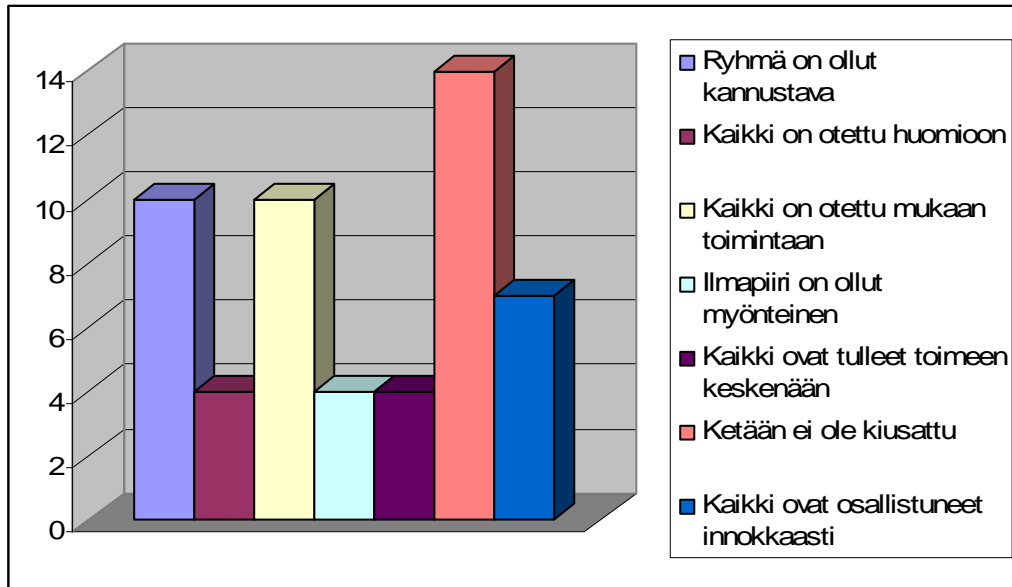
KAAVIO 4. Arvio keskiviikon ryhmän toiminnasta.



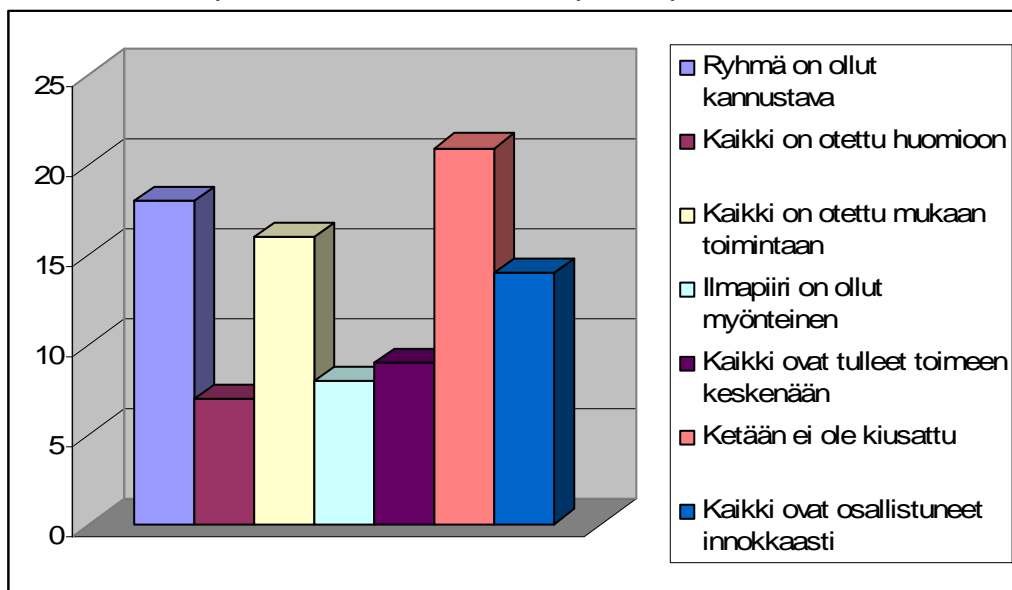
Kaaviossa 5 on torstain osallistujien mielipiteet omasta ryhmästään. Siinäkin esille nousee erityisesti se, että ketään ei ole kiusattu. Lisäksi kaaviosta esille nousee kaksi kohtaa: ryhmä on ollut kannustava ja kaikki on otettu mukaan toimintaan.

Kaaviossa 6 on yhdistetty molempien ryhmien vastaukset. Sieltä erottuu selvästi se, että osallistujat kokivat, ettei ketään ole kiusattu. Tämän palautteen myötä voimme todeta, että tavoitteemme osallistujien ryhmäytymisestä ja sitä kautta syrjäytymisen ja kiusaamisen ennaltaehkäiseminen on toteutunut. Lapset ovat saaneet molemmissa ryhmissä kokea kuuluvansa johonkin tärkeään ryhmään ja saaneet sitä kautta onnistumisen kokemuksia ja uusia elämyksiä. Muuten vastaukset ovat olleet melko tasaisia. Mutta olemme iloisia siitä, että mikään kohta ei ole jäänyt täysin huomiotta.

KAAVIO 5. Arvio torstain ryhmän toiminnasta.



KAAVIO 6. Arvio ryhmän toiminnasta molemmissa ryhmissä yhteensä.



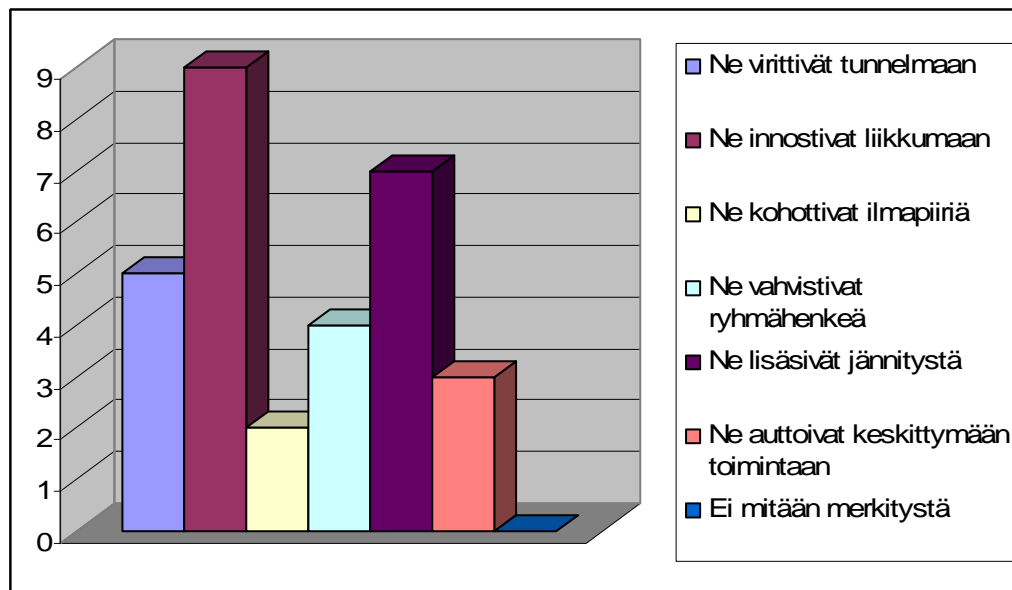
Kyselyssä lapset saivat vapaasti kirjoittaa, missä asioissa ryhmä olisi voinut onnistua paremmin. 26 lasta vastasi, että ryhmä onnistui hyvin kaikessa eikä olisi voinut onnistua missään paremmin. Jokunen lapsista oli luetellut pari peliä, missä olisi voinut onnistua paremmin. Ja yksi lapsista harmitteli jälkikäteen omaa huonoa käytöstään. Mutta muuten lapset tuntuivat olevansa tyytyväisiä sekä omaan että ryhmän toimintaan ja käytökseen kerhon ajalta.

Yksiä tavoitteitamme oli saada lapset innostumaan liikunnasta ja sitoutumaan käymään kerhossa. Halusimme kyselylomakkeessa selvittää

innostumissuunnitelmamme merkitystä ja tehoa, vaikka osaltaan saimmekin vastauksen siihen jo kerhon aikana: lapset kävivät kerhossa säännöllisesti ja olivat aidosti innostuneita. Kysyimme lapsilta, mitä merkitystä heille oli kehittämällämme merirosvohenkisellä kehyskertomuksella. Olimme muotoilleet kysymyksen valintakysymykseksi, jossa oli seitsemän vastausvaihtoehtoa. Lapset saivat valita niistä kolme parhaiten kuvaavaa vaihtoehtoa. Vastaukset tukivat meidän omia havaintojamme ja ennakko-oletuksiamme.

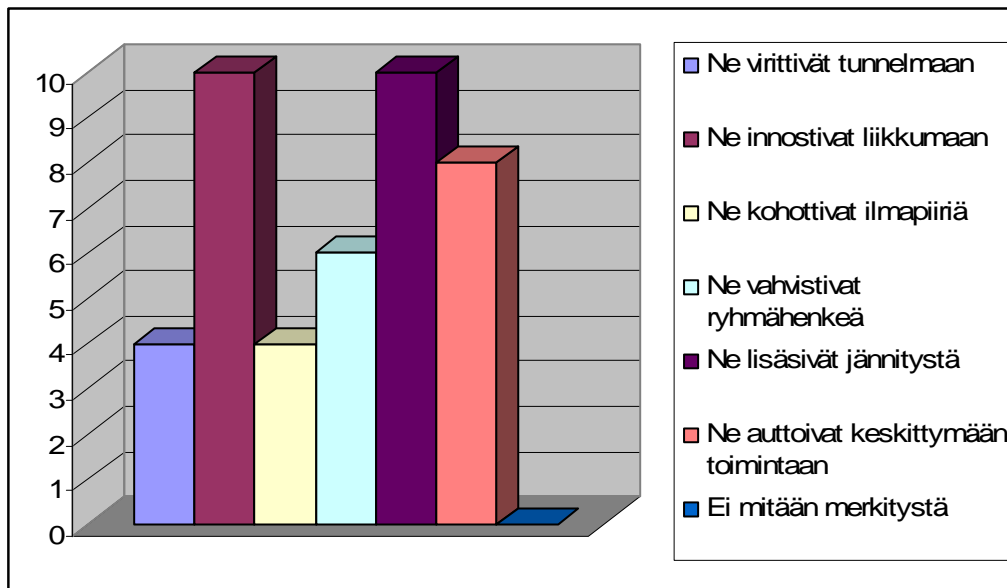
Kaaviossa 7 käy ilmi keskiviikon ryhmään osallistuneiden mielipiteet. Selväksi suosikiksi nousi ajatus siitä, että tarinat innostivat liikkumaan. Lisäksi yli puolen mielestä ne lisäsivät jännitystä. Suuren osan mielestä ne myös virittivät tunnelmaan ja vahvistivat ryhmähenkeä.

KAAVIO 7. Tarinoiden merkitys keskiviikon ryhmässä.



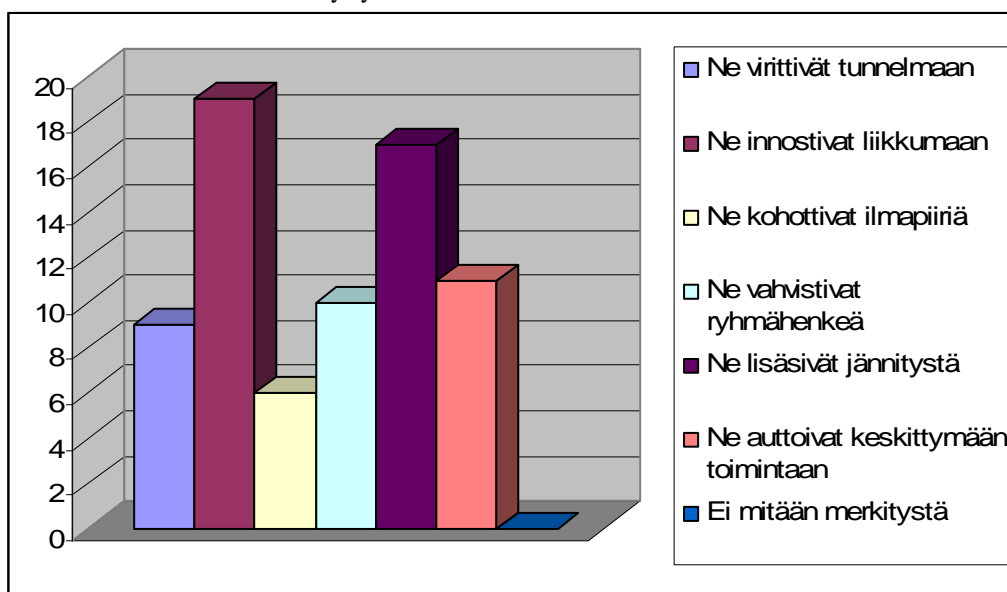
Kaaviossa 8 on torstain ryhmän mielipide tarinoiden merkityksestä. Torstain ryhmässä erot ovat pienempiä kuin keskiviikkona. Kolme kohtaa kuitenkin sai enemmän ääniä: ne innostivat liikkumaan; ne lisäsivät jännitystä; ja ne auttoivat keskittymään toimintaan.

KAAVIO 8. Tarinoiden merkitys torstain ryhmässä.



Kaaviossa 9 olemme yhdistäneet molempien ryhmien mielipiteet. Niitä tutkiessa huomaa, että kaksi vaihtoehtoa sai eniten kannatusta. Niiden mukaan kehittelemämme tarinat innostivat liikkumaan ja lisäsivät jännitystä. Hienointa oli huomata, että kukaan lapsista ilmoittanut, että tarinoilla ei olisi ollut mitään merkitystä. Vastausten ja omien havaintojemme pohjalta voimmekin vetää johtopäätöksen, että tarinoilla oli innostava ja osallistava merkitys lapsille.

KAAVIO 9. Tarinoiden merkitys yhteensä.



Tavoitteissamme oli myös saada vanhemmat kiinnostumaan erilaisista keinoista saada lapset innostumaan liikunnasta. Halusimme, että vanhemmat huomaisivat, että

perusliikuntaan saa lisää kiinnostavia elementtejä pienellä vaivannäöllä ja luovuudella. Sen vuoksi tiedustelimme kyselylomakkeessa, miten paljon vanhemmat keskustelivat lasten kanssa kerhon toiminnasta. Meille ohjaajille se oli merkki siitä, että vanhemmat ovat asiasta kiinnostuneita. Yli puolet vanhemmista ilmoitti, että he keskustelivat lapsensa kanssa kerhosta jokaisen toimintakerran jälkeen. Loput vastanneista ilmoitti keskustelleensa muutamia kertoja. Meistä oli positiivinen yllätys, että ketään vanhemmista ei valinnut vastausvaihtoehdoista ”Ei yhtään” tai ”Kerran”.

Halusimme myös vanhemmilta tarkennusta siitä, mitä ne keskustelut pitivät sisällään. Vanhemmat saivat vastata siihen vapaasti. Pääasiassa vanhemmat keskustelivat lasten kanssa siitä, mitä kerhossa oli tehty; oliko ollut kivaa; ketä oli ollut paikalla; osallistuiko kaikkeen toimintaan.

Yksi kerhomme päätavoitteista oli innostaa lapsia liikkumaan ja muuttaa kielteistä liikunta-asennetta. Kysyimme vanhemmilta, että ovatko he huomanneet lapsessaan muutosta tai kehitystä kerhon aikana. Vanhemmista 24 kertoi, että on huomannut lapsensa innostuneen enemmän tavallisesta arkiliikunnasta. Vanhemmista kolme kertoi, että lapsi on yhtä kiinnostunut kuin ennenkin. Vain kahden lapsen vanhempaa kertoi, ettei ole huomannut muutosta lasten liikkumisessa. Osaltaan siihen varmasti vaikutti se, että muutamat lapset liikkuivat muutenkin paljon.

Vanhempien kirjoittamasta palautteesta on ollut hienoa lukea, että järjestämällämme kerhotoiminnalla on ollut positiivista vaikutusta lasten liikunta-asenteisiin. Eräs vanhempi kirjoitti, että hänen lapsensa aktiivisesti miettii, miten voisi liikkua enemmän ja kyselee paljon vanhemmilta muistakin urheilulajeista. Toinen vanhempi kertoo, että hänen lapsensa on jälleen innostunut uudestaan telinevoimistelusta ja siitä onkin tullut hänen suosikkiharrastuksensa, vaikka se on ennen ollut miltei yhdentekevää. Monet vanhemmat myös kertoivat, että nykyisin heillä kotona juostaan, hypitään ja ollaan ulkona enemmän kuin ennen.

9 PROJEKTIN ARVIOINTI JA PÄÄTTÄMINEN

Yleisesti ottaen kerhojen suunnittelu, valmistelu ja toteutus sujuivat hyvin. Olemme pyrkineet arvioimaan koko projektin eri vaiheita ja resursseja monipuolisesti. Huomasimme myös, että työskenteleminen yhdessä oli vaivatonta ja palkitsevaa, sillä suhtauduimme toisten näkökulmiin ja ajatuksiin avoimesti. Ajatuksemme kerhon toiminnasta ovat olleet alusta asti samansuuntaiset, joka helpotti yhdessä työskentelemistä. Emmekä torjuneet toistemme ajatuksia suoralta kädeltä ajattelematta ja pohtimatta asioita yhdessä. Yhteistyömme sujui mutkattomasti, sillä uskalsimme heittää toisillemme kaikki ajatuksemme.

9.1 Arviointi vaiheista

Projektimme alkoi huolellisella suunnittelulla. Halusimme panostaa suunnittelemiseen kunnolla, sillä tarkoituksenamme oli olla varautuneena kaikkeen. Käytimme suunnitteluun paljon aikaa. Oman kokemuksemme kautta meillä olikin paljon ideoita esimerkiksi pelien ja leikkien toteutukseen, joten suunnittelu oli vaivatonta. Vaikka olimmekin ajatusmaailmalta melko samanlaisia, niin työskentelytavoilta poikkesimme toisistamme. Suunnittelutyötä tehdessämme huomasimme, että täydensimme hyvin toisiamme. Meillä molemmilla oli paljon ideoita – myös niitä utopistisia ja mahdottomia toteuttaa. Silloin oli tärkeää, että pystyi rehellisesti sanomaan toiselle, että resurssit eivät riitä kaikkeen ja jotain pitää karsia. Mielestämme projektin suunnitteluvaihe onnistui hyvin ja oli mielekästä.

Panostimme mainontaan kunnolla, sillä tiesimme, että koko projektin toteutus on siitä kiinni. Hyvällä mainonnalla saamme tarpeeksi osallistujia ja pystymme toteuttamaan kerhomme. Mainonta oli toimivaa, sillä osallistujia olisi kerhoon tullut enemmänkin kuin pystyimme ottamaan vastaan. Mainosta tehdessämme pystyimme hyödyntämään omia vahvuksiamme. Toinen meistä harrastaa vapaa-ajallakin erilaisten runojen kirjoittamista ja se auttoi luomaan erilaisen ja mieleenpainuvan alkutekstin mainokseen. Toinen meistä osaa tiivistää tekstiä ja kiteyttää parilla sanalla kaikki oleellinen ja tärkeä. Se olikin tärkeää mainosta tehdessä, sillä asiat piti kyetä sanomaan ytimekkäästi, mutta mieleenpainuvasti. Yhteistyömme sujui hyvin,

sillä kumpikin meistä halusi, että mainos on mielestämme paras mahdollinen. Sen vuoksi teimmekin mainoksesta monta eri versiota, ennen kuin hyväksyimme lopullisen mainoksen kopioitavaksi ja jaettavaksi.

Toteutusvaihe sujui hyvin, sillä olimme pyrkineet suunnitelmassamme ottamaan asiat huomioon monessa eri näkökulmassa ja olimme varautuneet kaikkeen. Meillä molemmilla on aikaisemmin kokemusta lapsiryhmien ohjaamisesta, joten kummallakaan ei ollut epävarmuutta kerhojen ohjausvastuusta. Lisäksi saimme toisiltamme tukea ja kannustusta. Ja pystyimme käsittelemään yhdessä asiat läpi ja keskustelemaan niistä. Se edesauttoi asioiden käsittelyssä. Huomasimme myös, että työnjakomme oli onnistunut, sillä pystyimme hyvin keskittymään sekä kerhon ohjaamiseen ja havainnoimiseen. Saamamme palautteen valossa huomasimme, että toiminta oli onnistunut ja vastasi tavoitteisiin sekä lasten tarpeisiin.

9.2 Arviointi resursseista

Meillä oli realistinen käsitys resursseistamme. Koulun salit ja liikuntavälineet olivat melko kattavat ja vastasivat tarpeisiimme. Mutta onneksi osasimme käyttää hyväksi myös Samkin välineitä ja omaa luovuuttamme.

Meillä oli tarpeeksi aikaa toiminnan suunnittelemiseen ja toteuttamiseen jokaisella kerhokerralla. Olimme varanneet riittävästi aikaa sekä ennen että jälkeen kerhon. Halusimme, että kaikki valmistelut olivat valmiina ennen kuin lapset saapuivat paikalle ja että meillä oli aikaa yhdessä käydä läpi kulunut ja tuleva toimintakerta.

Toiminta oli mitoitettu hyvin kahdelle ohjaajalle. Molemmille riitti tarpeeksi tekemistä. Oli varmasti lapsillekin mukavampaa, kun ohjaajia oli kaksi. Silloin pystyimme keskittymään lapsiin paremmin yksilöinä ja varmistamaan, että toiminta eteni suunnitellusti. Tarvittaessa meillä oli tukena myös Otsolan Nuorisotyön vastaava ohjaaja.

9.3 Arviointi aikataulusta

Meillä oli selkeä aikataulusuunnitelma, jonka mukaan toimimme. Alussa meillä ilmeni pieniä ongelmia, koska emme voineetkaan suunnitelmien mukaan aloittaa kerhoamme sovituksessa koulussa. Silloin jouduimme aikatauluttamaan toimintamme uudestaan, jotta ehdimme löytää uuden yhteistyökumppanin.

Yhteistyökumppanin löytymisen jälkeen pystyimme toteuttamaan kerhokerrat aikataulun mukaisesti. Meillä oli myös tarkka suunnitelma raportin kirjoittamisen suhteen, jonka mukaan etenimme. Huomasimme, että aikataulun tekeminen jaksotti hyvin projektimme eri vaiheet. Sen avulla pystyimme hahmottamaan, mitä kulloinkin pitäisi tehdä ja olla valmiina. Suunnitelmamme oli realistinen eikä meille missään vaiheessa tullut paniikkia tai kiirettä.

9.4 Tulosten hyödyntäminen ja arviointi

Suoritimme havainnointimme ja kyselymme eettisesti oikein. Olimme ennen kerhotoiminnan alkua kertoneet lapsille ja heidän vanhemmilleen, että luovan liikunnan kerho on osa opinnäytetyötämme. Kerroimme heille, että aiomme havainnoida ja tarkkailla lasten käytöstä ja toimintaa. Lisäksi pyysimme vanhemmilta erikseen luvat valokuvausta varten.

Emme missään vaiheessa käsitelleet havaintoja tai kyselyjen tuloksia lasten nimillä. Lisäksi toimintaan ja kyselyyn osallistuminen oli vapaaehtoista. Säilytimme havainnointi- ja kyselylomakkeita asianmukaisesti lukitussa laatikossa ja tuhosimme ne tulokset kirjattuamme. Kyselyjä käsitellessämme emme muuttaneet tai vääristelleet vastauksia.

Tuloksia pystyimme hyödyntämään tulevaisuudessa vastaavanlaista toimintaan järjestettäessä. Tulosten pohjalta tiedämme, että innostamissuunnitelmalla on merkitystä lasten sitouttamisessa; ja että kyseiselle toiminnalle on kysyntää ja tarvetta; ja että kaikenlaisella ryhmätoiminnalla on merkitystä lasten kokonaisvaltaiseen kehitykseen.

9.5 Lasten palaute

Yleisesti ottaen lapset antoivat koko toiminnasta positiivista palautetta. Kyselylomakkeessa selvitimme lasten mielipiteitä kerhosta. Monet lapsista ilmoittivat, että kerhossa parasta olivat pelit, kaverit, liikkuminen ja ohjaajat. Kysyimme myös, että osallistuivatko järjestämäämme toimintaan mielellään. Ainoastaan yksi osallistujista kertoi, että kerhossa oli hänen mielestään liikaa meteliä ja siksi ei tullut kerhoon mielellään. Se oli kuitenkin mielestämme ristiriitaista, koska hän oli paikalla kerhossa joka kerta.

Muut lapset kertoivat osallistuneensa kerhotoimintaan mielellään, koska kerhossa oli kivaa, sai liikkua ja juosta sekä sai olla kavereiden kanssa. Yksi lapsista jopa ilmoitti, että haluaa oppia liikkumaan enemmän. Mikäli tulevaisuudessa järjestettäisiin samanlaista toimintaa, niin kaikki lapset kertoivat haluavansa jatkossakin osallistua. Pyysimme kyselylomakkeessa lapsia perustelemaan, miksi haluaisivat tai eivät haluaisi jatkossa osallistua vastaavanlaiseen toimintaan. Lapset haluaisivat jatkossakin osallistua, koska kerhossa ei jäänyt ulkopuoliseksi; kerhossa yhdistyy liikunta ja leikki; kerhossa on parhaat ohjaajat; kerhossa saa kavereita; kerhossa on paljon erilaista toimintaa; kerhossa on jännää. Eräs osallistujista kirjoitti jopa rakastavansa tätä kerhoa.

9.6 Vanhempien palaute

Saimme vanhemmilta paljon hyvää palautetta laatimassamme kyselylomakkeessa. Kaikkien vastanneiden vanhempien mielestä luovan liikunnan kerhon idea oli tarpeellinen ja toimiva. Vanhemmat kertoivat, että lapset innostuivat kerhon kautta enemmän liikunnasta.

”Liikunnan ilo on tarttunut niin, että lapsi opettaa kaikkia temppuja yms. pienemmille sisaruksilleen.”

”Idea oli mielestäni hyvä, koska lapsemme on huonosti kiinnostunut liikunnasta. Tätä kautta hän oli innostuneempi liikkumaan ja pelaamaan pelejä kavereiden kanssa.”

”Odotin paljon. Toiveet toteutui. Lapsi liikkui enemmän kuin ennen. Haluaa uudelleen.”

Vanhemmat olivat myös iloisia siitä, että kerholla oli muitakin vaikutuksia lapsiin. Vanhemmat huomasivat, että lapsista tuli sosiaalisempia ja varmempia. Lapset loivat myös kerhon kautta uusia ystävyys-suhteita toisiin lapsiin.

”Erittäin hyvä idea! Lapsemme tykkäsi käydä siellä ja sai kavereita.”

”Olin iloinen, että tämäntyyppinen kerho aloitti toiminnan. Monet kaipaavat vaihtelua perusliikuntaan ja huomasin lapsen tutustuvan paremmin muihin lapsiin.”

”Todella hyvä ja mukava liikuntakerho! Tullut enemmän itseluottamusta ja iloa!”

Vanhemmista oli myös hienoa se, että kerhossa pääsi kokeilemaan uusia asioita ja perusleikit olivat vaihtuneet toisenlaisiksi. Vanhemmat olivat innoissaan siitä, että leikkeihin pystyivät osallistumaan kaikki lapset omilla ehdoillaan eikä leikeissä painotettu kilpailemista.

”Hyvä kun lapsi saa liikuntaa, joka on erilaista kun koulussa.”

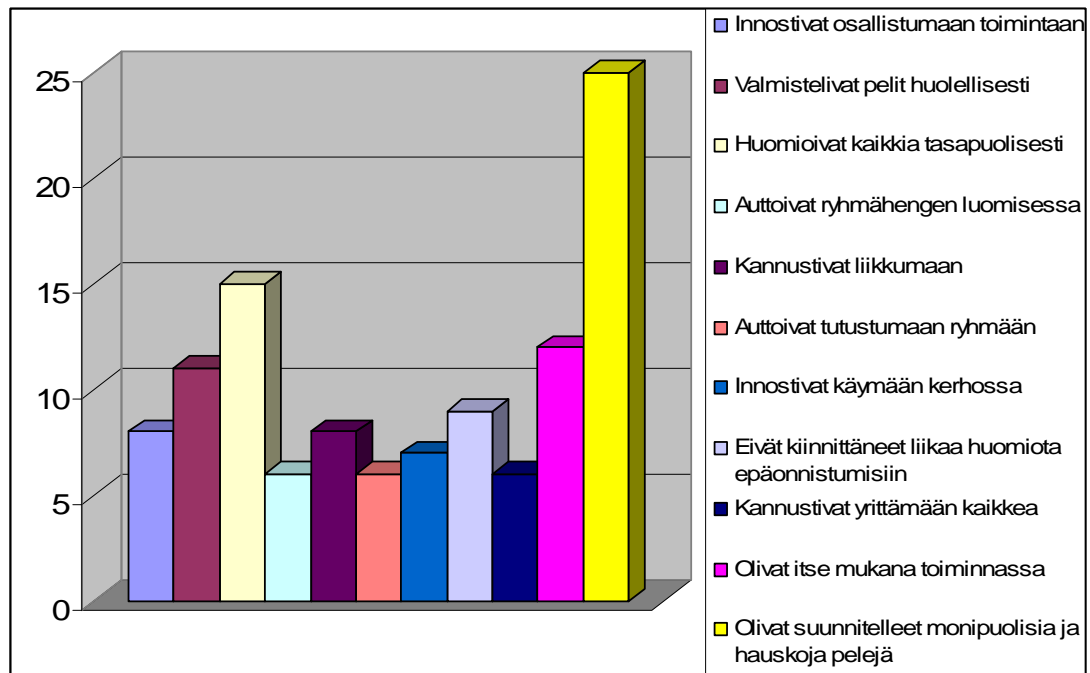
Saimme kiitosta myös siitä, että toiminta järjestettiin suoraan koulupäivän jälkeen. Se helpotti lasten kulkemista. Ja vanhemmista oli myös hyvä, että lapsilla oli jotain ohjattua ja valvottua tekemistä. Vanhemmat myös pitivät yhteydenpitoamme tekstiviesteillä toimivana ratkaisuna. Osa vanhemmista oli iloisia siitä, että tällaista toimintaa järjestettiin lapsille ilmaiseksi – se mahdollisti sen, että kaikki halukkaat pääsivät mukaan. Kyselylomakkeessa vanhemmat toivoivat, että tällainen kerho saisi jatkoa tulevaisuudessa.

”Tällainen kerho saisi vallan olla!”

9.7 Itsearviointi

Meillä oli kyselylomakkeessa kohta, jossa kysyimme lapsilta mielipidettä meistä ohjaajista. Olimme kirjoittaneet yksitoista väittämää, joista lasten piti valita kolme parhaiten kuvaavaa kohta. Osa lapsista valitsi kuitenkin enemmän kuin kolme. Kaaviosta 10 näkee koosteen lasten vastauksista. Siinä emme ole eritelleet erikseen ryhmien vastauksia, vaan koostimme kaikesta yhteisen kaavion. Kaaviosta näkee, että yksi väittämä nousee selvästi esille: ohjaajat olivat suunnitelleet monipuolisia ja hauskoja pelejä. Yksi lapsista oli jopa kirjoittanut kyselylomakkeeseen, että kerhokertojen sisältö oli aina kiva yllätys. Olimme siis saavuttaneet tavoitteemme järjestää luovan liikunnan kerho, jossa olisi hauskoja ja monipuolisia leikkejä, jotka motivoisivat lapset sekä käymään kerhossa että liikkumaan muutenkin. Olimme myös iloisia siitä, että lapset valitsivat vaihtoehtoja monipuolisesti, eikä mikään kohta jäänyt täysin huomiotta.

KAAVIO 10. Osallistujien arvio ohjaajista.



9.7.1 Marikan itsearviointi

Itsearviointilomakkeeseen olemme koonneet 10 hyvän ohjaajan tunnusmerkkiä. Ensimmäinen näistä on luovuus. Pidän itseäni melko luovana ihmisenä; minulla on

paljon ideoita, enkä pelkää kokeilla uusia toimintatapoja. Luovuudesta oli paljon hyötyä kerhon suunnitteluvaiheessa, mutta myös sen ohjaamisessa – tilanteet eivät aina mene suunnitellusti. Tällaisissa tilanteissa mielikuvituksestani ja joustavuudestani oli paljon hyötyä.

Toinen tunnusmerkki on turvallisuus. Kerhon toiminnan kannalta on äärimmäisen tärkeää, että lapsi kokee aikuisen turvalliseksi. Kerhomme ideana oli innostaa lapsia kokeilemaan jotakin uutta heidän omilla ehdoillaan. Tämä vaatii lapselta luottamusta aikuiseen ja koenkin, että onnistuimme tässä hyvin. Minulle oli tärkeää, että myös vanhemmat kokivat meidät ohjaajat turvallisiksi. Tämän takia lähetimme vanhemmille tiedotteita toiminnastamme ja painotimme aina, että meihin saa olla yhteydessä.

Kolmantena ominaisuutena on välittäminen. Pyrin aina osoittamaan jokaiselle lapselle aitoa kiinnostusta. Halusin, että jokainen kokee olevansa tärkeä. Toisinaan lapset halusivat kerhon jälkeen jäädä juttelemaan omista asioistaan, jollin meillä oli enemmän aikaa keskittyä heihin. Yritin jokaisella kerhokerralla huomioida jokaisen lapsen, vaikka kaikkia ei millään pystynyt huomioimaan yhtä paljon.

Neljäs ominaisuus on tilanneherkkyys. Ohjaajalla tulee olla hyvä tilanneherkkyys, jotta liikuntakokemuksesta tulee lapselle mielekäs: ohjaajan pitää ymmärtää, ettei jokainen lapsi kykene toimimaan samalla tavalla ja huomioida, jos lapsi kaipaa enemmän tukea. Jos huomasin, että jollakin lapsista oli vaikeuksia leikkien toteutuksessa, muistutin, että kaiken saa tehdä omalla tyylillään tai tarvittaessa keksin uuden vaihtoehdon toimia. Pyrin aina antamaan lapselle hänen kaipaamaansa tukea; toiset kaipaavat enemmän tsemppausta kuin toiset.

Viidentenä tunnusmerkkinä on hyvät vuorovaikutustaidot. Mielestäni minulla on hyvät vuorovaikutustaidot, joita osasin käyttää eri tilanteissa niiden vaatimalla tavalla. Lasten kanssa pyrin aitoon ja molemminpuoliseen vuorovaikutukseen. Kuudentena tunnusmerkkinä on sitouttaminen ja osallistaminen. Ennen tätä kerhoa, minulla ei ollut tästä kauheasti kokemusta, mutta tämän kerhon perusteella voisin sanoa, että onnistuin tässä hyvin. Tämä oli kuitenkin vain yksi kokonaisuus, uskon että kokemuksen myötä tämä taito kehittyy entisestään.

Seitsemäntenä ominaisuutena on aitous. Mielestäni hyvä ohjaaja ei voi esittää mitään muuta kuin mitä on, sillä lapset huomaisivat sen ja se vaikuttaisi negatiivisesti koko ryhmän toimintaan. Itse ainakin olin läpi koko kerhon oma itseni, en halunnut keskittää energiaa turhaan esittämiseen. Kahdeksantena ominaisuutena on luotettavuus. Kerhon toiminnan kannalta oli tärkeää, että lapset pystyivät luottamaan meihin ohjaajiin. Oli merkittävää, että kokeillessaan jotakin uutta lapsi pystyi luottamaan siihen, että autan häntä, eikä hänelle tapahdu mitään. Halusin käytökselläni osoittaa, että olen lasten luottamuksen arvoinen; kohtelin kaikkia tasapuolisesti ja pidin aina sanani. Minulle oli tärkeää, että lapset pystyivät avoimesti kertomaan omista tuntemuksistaan ja mielipiteistään.

Yhdeksäntenä tunnusmerkkinä on kannustaminen. Kerhomme aikana tämä oli mielestäni yksi tärkeimmistä tehtävistämme ohjaajina, koska tarkoituksenamme oli vaikuttaa lasten itsetuntoon ja antaa heille onnistumisen kokemuksia. Pysin jokaisella kerhokerralla kannustamaan lapsia, jos en yksilönä niin vähintään antamalla positiivista palautetta pienryhmän toiminnasta. Koen, että onnistuin tässä melko hyvin, sillä kannustamalla ja tukemalla vähän arempia lapsia, sain heitä kokeilemaan uusia asioita.

Viimeisenä ominaisuutena on riittävä itsetuntemus. Ohjaajana minun on tärkeää tunnistaa omat vahvuuteni ja heikkouteni. Tämä kerho antoi monia tilaisuuksia omien heikkouksien kehittämiseen, kuten myös vahvuuksien vahvistamiseen. Oli hyvä, että meitä oli kaksi ohjaajaa: toisesta sai hyvin tukea, jos ei tuntenut hallitsevansa jotakin asiaa riittävän hyvin.

Kokonaisuudessa tämä projekti oli antoisa ja opettava kokemus, joka lisäsi ammattitaitoa. Kerhon kautta ohjaajan taitoni kehittyivät runsaasti. Tulevaisuudessa tällaisen kerhon tai jonkin muun ison projektin järjestäminen on helpompaa, sillä nyt osaan suunnitella toimintaa realistisemmin ja ottaa huomioon asioiden laajuuden

9.7.2 Marjan itsearviointi

Ensimmäiseksi aion arvioida itseäni ohjaajana. Olemme kirjallisuuden perusteella luoneet ihanneohjaajan kymmenen ominaisuutta. Niistä ensimmäinen on luovuus. Tiedän, että olen luova. Siitä oli hyötyä sekä projektin suunnittelussa että toteutuksessa. Pystyin hyödyntämään mielikuvitusta ja luovuutta toimintakertojen, innostamissuunnitelman ja mainosten luomisessa. Kerhoja ohjattaessa tulee aina vastaan tilanteita, jolloin hyvätkään suunnitelmat eivät sellaisenaan toteudu – silloin täytyy olla joustavuutta ja luovuutta muovata tilanteet toimiviksi. Voisinkin sanoa, että luovuus oli yksi minun voimavaroistani niin suunnittelijana kuin ohjaajana.

Toinen ihanneohjaajan piirre on turvallisuus. On tärkeää, että lapsi kokee ohjaajan turvalliseksi ja luotettavaksi aikuiseksi. Pyrin siihen, että huomioin kaikkia lapsia tasapuolisesti. Kaiken toiminnan keskellä pyrin antamaan mahdollisuuksien mukaan lapsille aikaa purkaa ajatuksiaan, kokemuksiaan ja tunteitaan. Halusin olla kuunteleva ja turvallinen aikuinen. Käytännössä kuitenkin jokaisella toimintakerralla aikaa ei yhtä paljon riittänyt kaikille osallistujille. Mutta onneksi meitä oli paikalla aina kaksi ohjaajaa, joten toinen oli aina lasten saatavilla. Mikäli itse toiminnan aikana ei ollut riittävästi aikaa, niin viimeistään loppupiirissä tai toiminnan loputtua oli aikaa kuunnella, mitä lapsilla oli sanottavana.

Kolmas piirre on välittäminen. On keskeistä, että lapsi kokee itsensä ainutlaatuiseksi ja tärkeäksi. Ohjaajana pyrin siihen, että lapset saivat tuntea onnistumista sekä yksilöinä että ryhmänä. Minulle välittäminen ohjaajana merkitsee sitä, että huomioi lapset kokonaisvaltaisesti – eikä vain osana toimintaa tai ryhmää. Jos lapsi kaipasi tukea, neuvoa tai halausta, niin halusin olla käytettävissä.

Neljäntenä piirteenä on tilanneherkkyys. Hyvä ohjaaja ymmärtää, että kaikissa tilanteissa ei voi toimia samalla tavalla. Ohjaajalla täytyy olla pelisilmää nähdäkseen, milloin asiat kaipaavat muutosta. Vaikka minulla onkin jonkinlainen tilannetaju, niin uskoisin kuitenkin, että se on sellainen piirre, jota voi kehittää ja kasvattaa koko ajan jokaisen tilanteen ja kokemuksen myötä.

Viidentenä piirteenä on hyvät vuorovaikutustaidot. Tulen toimeen kaikkien kanssa. Kerhojen aikana minulla oli monenlaisia vuorovaikutussuhteita: lasten, toisen ohjaajan, vanhempien ja opettajien kanssa. Pyrin siihen, että kohtasin kaikki aidosti ja avoimesti. Tietenkin suhtautumistapa esimerkiksi vanhempien ja lasten kanssa oli erilainen. Opettajien ja muiden yhteistyötahojen kanssa vuorovaikutus oli asiallisempaa ja ammattimaisempaa kuin muiden kanssa. Lasten kanssa pyrin läheisyyteen ja aitoon kohtaamiseen. En halunnut olla paikalla vain ohjaajana ja toiminnan järjestäjänä. Vuorovaikutukseen kuuluu myös palautteen antaminen ja kurinpitäminen. Halusin jokaisella toimintakerralla antaa lapsille positiivista palautetta. Toisinaan kurinpitäminen vaati enemmän tiukkuutta ja äänen korottamista.

Kuudentena on sitouttaminen ja osallistaminen. Pelkästään katsomalla tilastoa siitä, miten lapset olivat kerhossa mukana, voi vetää johtopäätöksen, että sitouttaminen onnistui hyvin. Toimintakertoja suunnitellessa kiinnitimme peleissä ja leikeissä huomiota osallisuuteen.

Seitsemäntenä on aitous. Kerhoa ohjatesani en vetänyt mitään roolia vaan olin oma itseni. Tiedän, että lapset vaistoavat teennäisyyden ja en halunnut esittää mitään. Kahdeksantena piirteenä on luotettavuus. On tärkeää, että lapset kokevat ohjaajat luotettaviksi. Keskeistä olikin, että esimerkiksi toimimme tilanteissa johdonmukaisesti. Silloin lapset pystyivät luottamaan siihen, että tietynlaisesta käytöksestä seuraa tietynlainen toimenpide. Mikäli lapselle sanoo tai lupaa jotain, niin siitä täytyy pitää kiinni. Luotettavuus on yksi ohjaajan tärkeimmistä piirteistä ja siihen kasvaa kokemuksen ja ammatillisuuden kautta.

Yhdeksäntenä on kannustaminen. Pyrin antamaan jokaisella kerhokerralla positiivista palautetta kaikille osallistujille. Erityisesti kiinnitin huomiota siihen, jos arka, epävarma tai heikompi lapsi onnistui, niin annoin siitä palautetta. Yritin kannustaa lapsia yrittämään kaikkea ja osallistumaan. Toisinaan kerhossa kannustaminen tarkoitti sitä, että piti luopua valmiista suunnitelmista ja antaa lapsille mahdollisuus toteuttaa annettu tehtävä omilla ehdoillaan.

Viimeisenä piirteenä on itsetuntemus. Ohjaajan tulee tiedostaa omat vahvuutensa ja heikkoutensa. Tiedän omat kykyni ja kehittämiskohtani. Pysin toiminnan kautta kehittämään heikkouksiani ja käyttämään hyväksi vahvuuksiani. Lasten kanssa toimiessa tulee kuitenkin osata siirtää itsensä sivulle ja keskittyä lasten tarpeisiin ja toiveisiin.

Projektia suunnitellessamme osasin käyttää hyväksi vahvuuksiani. Tiedän, että olen luova ja minulla on paljon ideoita. Vaikka se usein on positiivinen asia, niin toisinaan siitä on myös haittaa. Välillä ajatuksia ja ideoita tulee niin paljon, että niiden karsiminen on välttämätöntä – eikä minulla aina ole kykyä nähdä, mitkä ideat ovat realistisia resursseihin nähden.

Projektin toteuttaminen lisäsi ammattitaitoa ja kykyä järjestää vastaavanlaista toimintaa tulevaisuudessakin. Se auttoi näkemään, miten laaja prosessi oikeasti tällaisen projektin järjestäminen on. Se vaati paljon suunnittelua, asioiden huomioon ottamista ja varautumista. Tärkeää oli myös se, että osasi suhtautua joustavasti: se, että asiat eivät aina mene suunnitelmien mukaan, ei vähennä omaa ammatillisuutta tai osaamista.

10 LOPPUPOHDINTA

Meillä oli neljä selkeää tavoitetta. Ensimmäinen tavoitteemme oli innostaa lapsia liikkumaan ja sitä kautta vaikuttamaan heidän kielteiseen liikunta-asenteeseen. Havainnointimme pohjalta tulimme siihen tulokseen, että kerhotoiminnan kautta lasten innostus kasvoi ja asenne liikuntaa kohtaan muuttui.

Lasten innostumiseen vaikutti se, että pelit ja leikit olivat erilaisia. Lapset huomasivat, että liikunta voi olla hauskaa eikä vain pelkkää suorittamista ja kilpailamista. Kerhon aikana emme kiinnittäneet liikaa huomiota epäonnistumisiin, vaan kaikki saivat osallistua omilla ehdoillaan ja painotimme, että tärkeintä on yrittäminen – ei onnistuminen. Lasten mielipiteet kerhokertojen loppupiireissä

vahvistivat käsitystämme ja havaintojamme siitä, että monipuolisella ja mielikuvituksellisella liikunnalla on suuri merkitys lasten innostamisessa ja liikuntatottumusten sekä – asenteiden muovaamisessa.

Toisena tavoitteena meillä oli vahvistaa ja tukea lasten sosiaalisia vuorovaikutussuhteita. Havainnoimme, että kerhon aikana lapset osasivat ottaa toiset huomioon; antoivat toisilleen palautetta; osasivat odottaa omaa vuoroaan; loivat uusia ystävyyssuhteita; kannustivat toisiaan; tulivat toimeen kaikkien kanssa. Pyrimme kerhotoiminnassa siihen, että lapset oppisivat työskentelemään erilaisten ihmisten kanssa. Sen vuoksi kiinnitimme huomiota ryhmän tai parien valintoihin. Halusimme myös, että lapset ottaisivat itse enemmän vastuuta pienten riitojen tai erimielisyyksien selvittämisessä. Tavoitteenamme oli rohkaista lapsia kertomaan mielipiteitään ja ajatuksiaan myös meille ohjaajille. Esimerkiksi loppupiirissä halusimme kuulla jokaisen lapsen kannan kerhokerran toiminnasta.

Kolmantena tavoitteena meillä oli vahvistaa lasten itsetuntoa ja antaa heille onnistumisen kokemuksia. Kerhon alussa huomasimme, että muutamat lapset olivat arkoja ja osaltaan välttelivät toimintaa. Mutta kerhojen kuluessa hekin löysivät itsestään rohkeutta ja halusivat osallistua täysillä mukaan. Pyrimme ohjaajina jokaisella kerhokerralla kehumään ja antamaan positiivista palautetta kaikille lapsille. Painotimme kerhossa myös sitä, että jokaisen osallistujan antama panos on tärkeää toiminnan onnistumisen kannalta. Halusimme edesauttaa lapsia ymmärtämään sen, että jokainen on hyvä jossakin eikä kaikessa tarvitse olla paras.

Neljäntenä tavoitteena meillä oli ryhmäytymisen kautta syrjäytymisen ja koulukiusaamisen ennaltaehkäiseminen. Havaintojemme pohjalta huomasimme, että lapset omaksuivat ryhmän pian omakseen. Keskustelimme lasten kanssa ja he kertoivat, että ovat saaneet uusia kavereita, joiden kanssa he viettävät vapaa-aikaa. Huomasimme myös, että vanhemmat lapset huolehtivat pienemmistä. Eräs opettaja kertoi, että on huomannut muutosta yhdessä kerhoon osallistuneesta lapsesta. Lapsi on löytänyt itsevarmuutta ja saanut kokemuksia johonkin ryhmään kuulumisesta. Tästä hiljaisesta ja arasta lapsesta on asteittain tullut uskaliaampi ja hän on osannut luoda toimivia sosiaalisia suhteita.

10.1 Projektin jatkuminen

Kerhon päättymisen jälkeen huomasimme, että ennako-oletuksemme osui oikeaan ja luovan liikunnan kerholle on tarvetta ja kysyntää. Jo kerhoon osallistuneet lapset, vanhemmat ja osa Kaarisillan koulun henkilökunnasta toivoi, että järjestämämme toiminta saisi jatkoa. Olemme keskustelleet Otsolan nuorisotyön vastaavan ohjaajan kanssa siitä, että toimintaa järjestetään tulevaisuudessakin.

Lisäksi on suunnitteilla, että vastaavanlaista toimintaa tarjottaisiin myös Porin muille alakouluille. Sen järjestäminen olisi nyt helpompaa, koska valmiina on toimiva suunnitelma kerhon vetämiseksi. Uskoisimmekin, että yhteistyössä Otsolan nuorisotyön kanssa luovan liikunnan kerhosta voisi tulla pysyvä osa porilaisten alakoulujen kerhotoimintaa.

10.2 Keskeiset uudet ideat

Projektin myötä ymmärsimme, että esimerkiksi liikunnan opettajille, kasvattajille ja vanhemmille voisi tuottaa jotain luovan liikunnan materiaalia, jotta he oppisivat hyödyntämään monipuolisuutta liikunnassa. Ja lisäksi liikuntakielteisten lasten kanssa toimivat aikuiset voisivat suositella lapsille mahdollisesti jatkossakin järjestettävää luovan liikunnan toimintaa. Kerhon sisältöä ja innostamissuunnitelmaa muokkaamalla kerhoa voisi järjestää myös vanhemmille lapsille ja nuorille.

10.3 Loppupohdinnat

Olemme kaiken kaikkiaan tyytyväisiä koko projektiin suunnittelusta tulosten arviointiin. Olemme tyytyväisiä siihen, että kerho saa tulevaisuudessakin jatkoa. Lisäksi vanhempien ja koulun avoin vastaanotto ja suhtautuminen vaikuttivat positiivisesti koko kerhon toimintaan.

Olemme tyytyväisiä siihen, että asettamamme tavoitteet saavutettiin ja lapset tuntuivat nauttivan kerhotoiminnasta. Lisäksi projektin aikana huomasimme

itsessämme ammatillista kasvua ja kehitystä. Opimme myös toisiltamme uusia näkökulmia ja laajensimme omaa tieto- ja taitopääomaamme.

LÄHTEET

- Ahonen, T., Viholaine, H., Cantell, M. & Rintala, P. 2005. Motoriikka ja oppimisvaikeudet. Teoksessa P. Rintala & M.Cantell (toim.) Liiku ja opi. Keuruu: Otava.
- Alapuro, R. 2004. Historiallisia vertailuja Teoksessa Alapuro, R. & Arminen, I. (toim.) 2004. Vertailevan tutkimuksen ulottuvuuksia. Vantaa. WSOY.
- Allardt, E. 2004. Vertailevan sosiologian tutkimusryhmä Teoksessa Alapuro, R. & Arminen, I. (toim.) 2004. Vertailevan tutkimuksen ulottuvuuksia. Vantaa. WSOY.
- Anttila, A. & Ruokonen, J. 2004. Liikuntamotivaatio ja sen tukeminen: oppilaiden ja opettajien käsittekarttatutkimus. Kasvatustieteen pro gradu. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos.
- Arminen, I. & Alapuro, R. 2004. Vertailut yhteiskuntatutkimuksessa Teoksessa Alapuro, R. & Arminen, I. (toim.) 2004. Vertailevan tutkimuksen ulottuvuuksia. Vantaa. WSOY.
- Aula, M. 2008. Kuuleminen sivistysvaliokunnassa; Toimet nuorten syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Viitattu 14.4.2012. <http://www.lapsiasia.fi/nyt/lausunnot/lausunto/-/view/1394825>
- Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito. Helsinki. Edita Prima Oy.
- Clarke, H. 1998. Keinot ja päämäärät seikkailukasvatuksessa. Teoksessa Lehtonen, T. (toim.) Elämän seikkailu – Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä. Atena Kustannus Oy.
- Erkko, P. Nuorisotyöstä vastaava, Otsolan nuorisotyö. Henkilökohtainen tiedonanto. 11.5.2012
- Hakala, L. 1999. Liikunta ja oppiminen: Mitä merkitystä on kuperkeikalla? Jyväskylä. Gummerus.
- Harjankoski, S – M. & Harjankoski, R. 1994. Kiusanhenki lapsen kengissä. Juva. Kirjapaja.
- Huhtanen, K. 2005. Sosiaalinen vuorovaikutus perustuu onnistuneeseen kommunikaatioon. Teoksessa T. Parkkinen & S. Keskinen (toim.) Lapsen sosiaalisen kehityksen moninaisuus. Turku: Turun kaupungin painatuspalvelukeskus.
- Huisman, T. & Nissinen, A. 2005. Oppiminen, oppimistyylit ja liikunta. Teoksessa P. Rintala & M. Cantell (toim.) Liiku ja opi. Keuruu. Otava.

- Huotari, P. 2004. Kaikki kunnossa? – Suomalaisten koululaisten fyysinen kunto vuosina 1976 ja 2001. Liikuntapedagogiikan lisensiaatintutkimus. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos.
- Höistad, G. 2003. Irti kiusaamisen kierteestä. Jyväskylä. Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kaarisillan koulun www-sivut. Viitattu 25.4.2012.
<http://www.pori.fi/koulutusvirasto/koulut/kaarisillankoulu.html>.
- Karppinen, S. 2007. Seikkailen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi. Lapin yliopistokustannus.
- Karvinen, J., Rätty, K. & Rautio, S. 2010. Haasteena liikkumattomat lapset ja nuoret. Helsinki. Lauttasaaren Reptalo Oy.
- Keltikangas – Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Helsinki. WSOY.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Helsinki. WSOY.
- Kiiski, E. 1998. Seikkailua elämysten maailmassa. Teoksessa Lehtonen, T. (toim.) Elämän seikkailu – Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä. Atena Kustannus Oy
- Kokko, O. 2011. Katso mistä köyhyys alkaa. Artikkelit Taloussanomista. Viitattu 14.4.2012. <http://www.taloussanommat.fi/ihmiset/2011/05/29/katso-mista-koyhyys-alkaa/20117584/139>
- Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere. Juvenes Print.
- Laakso, L. 2007. Johdatus liikuntapedagogiikkaan ja liikuntakasvatukseen. Teoksessa Heikinaro – Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Jyväskylä. WSOY.
- Laakso, L., Nupponen, H. & Telama, R. 2007. Kouluikäisten liikunta-aktiivisuus Teoksessa Heikinaro – Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Jyväskylä. WSOY.
- Laine, K. 2002. Syrjäytymisen syntymekanismit varhaislapsuudessa Suomen Akatemian tutkimusohjelmassa 2000 – 2003 Syrjäytyminen, eriarvoisuus ja etniset suhteet Suomessa. Turun yliopisto.
- Lehtonen, T. 1998. Kunnioittava kohtaaminen elämyspedagogisessa työssä. Teoksessa Lehtonen, T. (toim.) Elämän seikkailu – Näkökulma elämyksellisen ja kokemuksellisen oppimisen kysymyksiin Suomessa. Jyväskylä. Atena Kustannus Oy
- Ojala, S. 2007. Mitä on seikkailukasvatus. Viitattu 13.3.2012.
<http://www.poseka.fi/index.php?option=com.content&task=view&id=12&Itemid=26>
- Puhakainen, J. 2001. Lapsen aika: Puheenvuoro lasten liikunnasta ja urheilusta. Keuruu. Otava.

Pöntinen, S. 2004. Vertailtavuus ja mittaamisen ongelma Teoksessa Alapuro, R. & Arminen, I. (toim.) 2004. Vertailevan tutkimuksen ulottuvuuksia. Vantaa. WSOY.

Rajala, K. 2010. Vähän liikkuvien ja liikkumattomien lasten ja nuorten aktivointi – raportti hanketoiminnasta. LIKES ja Nuori Suomi Ry. Reprotalo Lauttasaari Oy.

Saari, A., Rautio, S. & Remahl, V. 2008. Kohtaamisia lasten liikunnassa: Liikuntaa kaikille lapsille – hanke 2002 – 2008. Kalevaprint.

Suomen Gallup Oy. 2010. Kansallinen liikuntatutkimus 2009 – 2010. Helsinki. SLU:n Julkaisusarja 7/2010.

Suomen nuorisokeskukset. 2011. Seikkailukasvatus. Viitattu 11.3.2012.

<http://www.snk.fi/fi/toiminta/seikkailukasvatus/>

Tammelin, T. & Karvinen, J. (toim.) 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7 – 18-vuotiaille. Helsinki. Opetusministeriö ja Nuori Suomi Ry. Reprotalo Lauttasaari Oy.

Telama, R. & Polvi, S. 2005. Liikunnan sosiaalinen merkitys. Teoksessa Vuori, I., Taimela, S. & Kujala, U. (toim.) Liikuntalääketiede. Hämeenlinna. Duodecim. Karisto Oy.

UKK-instituutti. 2011. Terveysliikuntauutiset: Liikkumattomuus haasteena. Tampere. PK-paino.

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki. Tammi.

Virsu, V. 2006. Aivojen muovautuvuus ja mahdollisuudet. Helsinki. Duodecim, terveyskirjasto.

Vehkalahti, K. 2008. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki. Tammi.

Vuori, I. 2003. Lisää liikuntaa! Helsinki. Edita Prima Oy.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Helsinki. Lk-Kirjat.

1. Toimintakerta: Pallopelit

Harjoitus	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Lankakerä	Tavoitteena on hauska ja erilaisella tavalla tutustua ryhmän jäseniin. Toiminta lisää ryhmähenkeä ja vahvistaa yhteenkuuluvuutta.	Muodostetaan piiri. Lankakerää heitetään piirissä vuorotellen jokaisella. Heittojärjestyksessä osallistujat saavat kysyä jonkin kysymyksen toisilta. Lopuksi kerä kerätään takaisin.	Riittävä lankakerä. Tilan tulee olla riittävä, jotta kyetään muodostamaan iso piiri. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä. Jos osallistujia on paljon, niin harjoite vie kauemmin aikaa.	Vaikka lankakerä on pehmeä, niin lasten kanssa täytyy huomioida se, ettei kukaan heitä kovalla voimalla ja osu toista esim. kasvoihin.	Mikäli lapsi ei keksi mitään kysyttävää, niin ohjaajalla tulisi olla valmiina muutamia esimerkkikysymyksiä. Täytyy myös painottaa, että kysymykset eivät saa olla loukkaavia.
Pallonryöstöhippa	Tavoitteena on ottaa erilaisella tavalla kontaktia palloon. Samalla tämä hippa toimii energianpurkuleikkinä, jonka jälkeen lapset jaksavat paremmin keskittyä tuleviin ohjeisiin.	Valitaan 1-3 hippaa. Kaikille muille paitsi hipoille annetaan pallot. Kaikki liikkuvat salissa ja kuljettavat palloa. Hipat yrittävät ryöstää palloa. Jos se onnistuu, niin pallottomasta tulee hippa. Voidaan pelata myös mailoilla ja pallolla. Peliä voidaan muunnella käyttämällä mailaa väärinpäin.	Pelissä tarvitaan jokaisella oma pallo. Ja mahdollisesti myös jokaiselle oma maila. Tilan tulee olla iso, sillä pelissä on tarkoituksena juosta paljon. Osallistujamäärää ei ole rajoitettu. Mikäli ryhmä on pieni, hippoja on vähemmän ja tilan tulee olla rajattu pienemmäksi. Toisaalta jos ryhmä on suuri, niin hippoja tulee olla enemmän ja tilan isompi.	Ohjaajien tulee huomioida, että palloa ryöstäessä lasten tulee olla tarkkoina, etteivät he vahingossa loukkaa toisia. Tilan tulee olla suuri, jotta vältetään yhteentörmäyksiltä. Kaikilla tulee olla sisäkengät/paljaat varpaat.	Lapset ovat eritasoisia pallon käsittelijöitä. Tämä tulee ottaa huomioon pelin aikana.
Pallon kuljetus ja pysäytys	Leikin tavoitteena on tutustua palloon ja sen käsittelyyn. Tavoitteena on ottaa huomioon lasten ikä ja kehitystaso. Leikkiin yhdistyy samalla kehontuntemus ja -hallinta.	Jokaisella on oma pallo. Kaikki liikkuvat vapaasti salissa ja kuljettavat palloa eri tavoin. Pallo pysäytetään joka kerta eri kehonosalla.	Jokaisella tulee olla oma pallo. Palloa kuljetetaan eri tavoin, joten sen tulee olla sopiva. Olisi hyvä, jos kaikilla olisi samanlaiset pallot. Tilan tulee olla myös riittävän suuri. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Tilan tulee olla suuri, jotta osallistujat voivat rauhassa keskittyä omaan suoritukseensa ja välttyään yhteentörmäyksiltä. Voidaan myös sopia, että salia kierretään tiettyyn suuntaan.	Ohjaajan tulee huomioida lasten taidot ja kyvyt. Erilaiset kuljetustavat eivät saa olla liian haastavia, muuten harjoitteesta menee mielenkiinto ja syntyy turhautumisia.
Pallonheitto	Leikin tavoitteena on saada osallistujat liikkumaan huomaamatta. Leikki voidaan toteuttaa myös kilpailuna.	Jokaisella on oma pallo ja se on merkitty. Kaikki seisovat rivissä salin toisessa päässä. Merkistä pallot heitetään silmät kiinni/takaperin salin toista seinää kohti. Sen jälkeen jokainen etsii oman pallonsa.	Ohjaajan tulee merkitä pallot etukäteen. Tilan tulee olla suuri. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Vaikka kyseessä olisikin pieni kilpailu, niin silti tulee painottaa, että osallistujat ovat rauhallisia, jotta välttyään loukkaantumisilta.	Leikkiä voidaan muunnella erilaisin liikkumistavoin. Sillä tavalla saadaan huomioitua myös heikommat osallistujat.

Kisapallo	Pelin tavoitteena on saada osallistujat innostumaan liikkumisesta. Samalla leikki vahvistaa ryhmähenkeä.	Osallistujat muodostavat piirin. He seisovat selkä sisärinkiä päin. Pallo kiertää piirissä myötäpäivään. Se ketä laittaa pallon liikkeelle lähtee juoksemaan vastapäivään. Hän yrittää ehtiä takaisin omalle paikalle ennen palloa.	Tarvitaan pallo ja riittävän iso tila. Ihanteellinen osallistujamäärä on vähintään kymmenen. Vähemminkin voi olla, mutta silloin kannattaa tehdä piiristä isompi.	Tulee ottaa huomioon, että kaikilla on sisäkengät tai kaikki ovat varpaisillaan. Näin vältetään liukastumisilta.	Peliä voidaan muunnella suurentamalla tai pienentämällä kehää. Ohjaajien tulee ottaa huomioon se, että kaikki saavat osallistua.
Pallorentoutus	Tavoitteena on rauhoittaa osallistujat mukavan rentoutuksen avulla.	Ryhmä muodostaa parit. Jokaiselle parille yksi pehmeä pallo. Toinen pareista menee vatsalleen makuulle. Musiikin soidessa pari rentouttaa pallon avulla toisen. Lopuksi vaihdetaan osia.	Jokaiselle parille jumppamatto ja pehmeä pallo. Tarpeeksi tilaa, jotta pareilla on oma rauha. Tarvitaan rauhallista musiikkia ja soitin. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Pallon tulee olla suhteellisen pehmeä, jotta ei tule vahinkoja ja rentoutus toimii.	Osallistujia ei aina ole parillista määrää. Musiikin tulee olla rauhallista ja mieluusti instrumentaalista.
Pallosota	Tavoitteena on vahvistaa ryhmähenkeä ja muodostaa pieni kilpailu.	Ryhmä jaetaan kahtia. Joukkueet asettuvat salin vastakkaisiin pätyihin. Keskelle asetetaan raja ja siihen iso pallo. Joukkueille annetaan yhtä paljon pienempiä palloja. Tehtävänä on palloja heittämällä siirtää iso pallo vastakkaisen joukkueen puolelle.	Tilan tulee olla rajattu. Pelikenttä ei saa olla liian suuri. Tarvitaan iso pallo, esim. jumppapallo ja paljon pienempiä palloja. Ihanteellinen osallistujamäärä on vähintään kymmenen, jotta saadaan aikaiseksi joukkueet. Vähemmälläkin peli voidaan toteuttaa, mutta silloin pelikentän tulee olla pienempi.	Täytyy olla varovainen, jotta pallot eivät osu toisiin pelaajiin.	Peliä voidaan muunnella esimerkiksi erilaisilla heittotyyleillä. Täytyy ottaa huomioon, että pallot eivät ole liian pieniä, koska niiden heittäminen on vaikeampaa.

2. Toimintakerta: Leikkivarjo

Harjoitus	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Kuka on varjon alla?	Tavoitteena on tutustua omaan ryhmään.	Tavoitteena on tutustua ryhmän jäseniin ja samalla poistaa alkujännitystä.	Riittävästi tilaa ja leikkivarjo. Osallistujia tulisi olla vähintään viisi, jotta leikissä olisi mieltä.	Sokkoina kulkiessa tulee olla varovainen eikä saa juosta.	Ohjaajan tulee huomioida, että kaikki saavat olla varjon alla. Ja että kaikki osallistuvat arvuutteluun.
Varjo Tutuksi	Tavoitteena on tutustua leikkivarjoon liikuntavälineenä. Leikki vahvistaa ryhmähenkeä.	Jokainen ottaa kiinni leikkivarjosta. Aluksi kuljetaan piirissä molempiin suuntiin ja liikutellaan varjoa. Pysähdytään ja tehdään aaltoja, laineita ja myrskyjä. Lopuksi varjon päälle laitetaan pallo. Ryhmän tehtävänä on pitää pallo hallussa.	Ryhmän koosta riippuen leikkivarjoja voidaan tarvita enemmän kuin yksi. Lisäksi tarvitaan palloja. Ihanteellista olisi, jos osallistujia olisi yhtä paljon kuin leikkivarjossa on värejä.	Kaikilla tulee olla sisätossut tai paljaat varpaat, jotta vältetään kaatumisilta. Ohjaajan tulee painottaa, että varjosta pidetään kiinni kunnolla, jotta ei tule loukkaantumisia.	Osallistujat voivat olla erikäisiä ja – tasoisia. Tämä tulee ottaa huomioon. Leikissä tärkeintä on rauhallisuus.
Sirkusteltoa	Tavoitteena on vahvistaa ryhmähenkeä ja toimia yhdessä.	Heilutellaan varjoa korkealle ylös. Lasketaan kolmeen ja kaikki osallistujat menevät varjon sisälle ja asettavat varjon pepun alle.	Leikkivarjoja ja riittävästi tilaa. Osallistujia tulisi olla vähintään viisi, jotta sirkusteltoa on mahdollista toteuttaa.	Tärkeää on, että kaikki kuuntelevat ohjaajaa ja toimivat yhtä aikaa.	Ohjaajan tulee neuvoa rauhallisesti ja selkeästi osallistujia.
Väri vaihto	Tavoitteena on liikkua hauska tavalla. Leikki vahvistaa ryhmähenkeä ja vaatii lisäksi tarkkaavaisuutta.	Jokaisella on oma väri leikkivarjossa. Lasketaan kolmeen ja nostetaan varjo korkealle ilmaan. Samalla jotkin värit vaihtavat paikkaa. Jatketaan niin kauan, että kaikki ovat saaneet vaihtaa.	Leikkivarjoja ja riittävästi tilaa. Osallistujia tulisi olla vähintään kuusi, jotta peli oli mieluisaa.	Varjon alla juostessa tulee olla varovainen, jotta ei törmäillä. Kaikilla sisäkengät/paljaat varpaat.	Ohjaaja voi huomauttaa, jos osallistuja ei muista vaihtaa paikkaa. On ohjaajien vastuulla, että varjo on riittävän korkealla vaihdon tapahtuessa.
Kissa ja Hiiri	Leikin tavoitteena on hauskuus.	Yksi osallistujista menee varjon alle (hiiri). Toinen osallistuja menee varjon päälle (kissa). Muut tekevät laineita. Kissa yrittää löytää hiiren.	Tarvitaan leikkivarjoja. Osallistujia tulisi olla vähintään viisi, jotta leikki on mahdollista toteuttaa.	Kissan tulee olla varovainen, jotta ei satuta hiirtä.	Ohjaajan tulee huomioida, että kaikki saavat olla kissoja ja hiiriä.
Varjon päällä	Leikki on mukavaa yhdessä tekemistä ja liikkumista.	Yksi menee istumaan varjon päälle. Muut kulkevat piirissä ja liikuttavat varjoa aluksi hitaasti, mutta lopuksi juosten.	Tarvitaan leikkivarjoja ja riittävästi tilaa. Osallistujia tulisi olla vähintään viisi.	Varjon päällä ei saa seistä.	Kaikki saavat vuorollaan olla varjon päällä.
Lumisade	Leikki toimii keveänä loppuleikkinä.	Osallistujat laittavat varjon päälle paljon jotain pehmeää, esimerkiksi paperisilppua. Heilutellaan varjoa ja aiheutetaan lumisade, niin että paperit leijailevat kaikkien päälle.	Tarvitaan leikkivarjo paperisilppua tms. ja riittävästi tilaa. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä. Jos osallistujia on paljon, tarvitaan useampi varjo.	Leikki on rauhallinen.	Lasten osallistaminen siivoamiseen.
Rentoutus leikkivarjolla	Tavoitteena on rauhoittaa osallistujat mukavan rentoutuksen avulla.	Jaetaan ryhmä kahtia. Toiset menevät leikkivarjon alle ja sulkevat silmänsä. Toiset liikuttavat varjoa. Vaihdetaan osia.	Tarvitaan leikkivarjo ja riittävästi tilaa. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä. Jos osallistujia on vähän, niin ryhmäjäkoja tulee enemmän.	Rentoutus on rauhallinen.	

3. Toimintakerta: Liikuntaa ryhmänä

	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Oma Kuva	Tavoitteena on luovasti tutustua ryhmään ja vahvistaa me-henkeä.	Jaetaan porukka pieniin ryhmiin. Ryhmät ovat salin toisessa päässä; piirustusvälineet toisessa. Tehtävänä on paperille piirtää ryhmän oma kuva. Vuorollaan jokainen juoksee salin toiseen päähän ja piirtää jotain. Kuva on valmis, kun viimeinen ryhmäläinen on palannut paikalleen. Lopuksi kuvat esitellään.	Leikki tapahtuu salissa. Tarvitaan isoja piirustuspapereita ja tusseja. Juoksureitti voidaan merkitä kartioilla. Osallistujia tulisi olla vähintään kuusi, jotta saadaan aikaiseksi joukkueet.	Juoksusuunta täytyy olla selkeä, jotta ei tule törmäyksiä. Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat.	Lattia täytyy suojata, mikäli on mahdollista, että tussit menevät paperin läpi. Ohjaajan tulee painottaa, että piirustustaidolla ei ole merkitystä.
Kipot ja Kannet	Tämä leikki toimii hyvänä energianpurku- ja aloitusleikkinä.	Jaetaan porukka kahtia. Toiset ovat kippoja ja toiset kansia. Ohjaajat ovat levittäneet saliin paljon keiloja, pulloja tms. Toiset ovat kaatuneet ja toiset pystyssä. Kippojen tehtävänä on kaataa keilat ja kansien tehtävänä nostaa ne pystyyn. Ajan loppuessa lasketaan kumpia on enemmän.	Tarvitaan riittävästi tilaa ja paljon keiloja, pulloja tms. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä. Jos osallistujia on vähän, niin keiloja on vähemmän ja tila on pienempi. Jos osallistujia on paljon, niin keiloja tulee olla enemmän ja tilan isompi.	Vaikka kyseessä on kilpailu, niin silti täytyy olla varovainen, jotta ei tule loukkaantumisia. Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat. Kaikenlainen tönnöinen on kielletty!	Peliä voidaan muuntaa esimerkiksi liikkumistyylejä vaihdellen. Joukkueiden tulee olla tasaiset.
Tuhatjalkainen	Vahvistaa ryhmähenkeä. Samalla tutustutaan kehonrytmeihin ja liikkeisiin.	Jaetaan ryhmä kahtia. Joukkueet muodostavat jonon. Takana olevat ottaa edellä olevaa vyötäisiltä kiinni. Ensimmäinen ei saa katsoa taakse. Viimeisen tehtävänä on sanoa, jos jono kulkee liian nopeasti. Tuhatjalkaiset kulkevat jonkin reitin. Pisteitä saa nopeudesta ja tyylistä.	Riittävästi tilaa. Reitti voidaan merkitä kartioilla. Ihanteellinen osallistujamäärä on vähintään kymmenen, jotta saadaan aikaiseksi kunnan tuhatjalkaiset. Jos osallistujia on liian vähän, niin peliä ei voida kunnolla toteuttaa.	Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat. Varottava potkimasta toisia jalkoihin. Juostessa on oltava varovainen, jottei aiheudu kaatumisia.	Ohjaajat voivat kiinnittää erityisesti huomiota tyyliin.
Pesänyöstö	Pelin ideana on liikkua hauskasti. Leikki on myös kilpailu, jossa jokaisen panos on tärkeä.	Jaetaan ryhmä kahtia. Molemmilla on kaksi pesää salin omassa päässä. Pesissä on aarteita. Tehtävä on ryöstää toisen aarteet. Aarteita saa kuljettaa yhden kerrallaan.	Riittävästi tilaa ja paljon aarteita. Osallistujia tarvitaan melko paljon, vähintään kymmenen. Pienemmällä määrälläkin pystytään toteuttamaan, mutta se ei välttämättä ole yhtä mielekästä.	Juoksusuunnat täytyy tehdä selväksi, jotta vältytään törmäyksiltä. Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat.	Peliä voidaan helposti muunnella, esimerkiksi aarteiden kuljetustyylillä vaihtamalla.
Oma puoli puhtaana	Vahvistaa ryhmähenkeä ja yhdessä toimimista.	Jaetaan ryhmä kahtia. Joukkueet ovat salin vastakkaisilla puolilla. Molemmille puolille ohjaaja laittaa yhtä paljon palloja tms. Joukkueiden tehtävänä on heittää pallot toiselle puolelle. Vain yhtä palloa saa heittää kerrallaan.	Riittävästi tilaa ja paljon palloja tms. Peli alue kannattaa rajata. Osallistujamäärää ei ole määrätty, mutta jos ryhmä on pieni, niin silloin tilan tulee olla tarkoin rajattu.	Juostessa täytyy olla varovainen, ettei tule törmäyksiä. Ja palloa heittäessä täytyy olla tarkkana, ettei heitä ketään päin.	Pelin muuntelu on helppoa. Palloa voidaan heitellä eri tavoin. Lopuksi pallot siivotaan pelinä pois.

Vanne piirissä	Tämä leikki soveltuu hyvin loppuleikiksi.	Muodostetaan piiri. Kaikki ottavat toisiaan käsistä kiinni. Johonkin käsien väliin laitetaan hulavanne. Tarkoituksena on kierrättää vanne piirin ympäri käsi irrottamatta.	Yksi hulavanne riittää, jos toteutetaan yhtenä ryhmänä. Jos halutaan kilpailla, niin sitten yhtä monta vannetta kuin on joukkueitakin. Osallistujia tulee olla sen verran, että saadaan aikaiseksi piiri.	Vanteen tulee olla pehmeä ja tarpeeksi iso, jotta ei tule vahinkoja ja leikki onnistuu.	Mikäli vanteen kuljetus on vaikeaa, ohjaaja voi avustaa.
Monenlaiset kädet	Tavoitteena on rauhoittaa osallistujat mukavan rentoutuksen avulla.	Jaetaan porukka kahtia. Muodostetaan sisä- ja ulkopiirit. Musiikin soidessa ulkopiiri hieroo sisäpiirin jäseniä. Vaihdetaan osia.	Riittävästi tilaa ja rauhallista musiikkia. Jo halutaan istua, niin jotkut pehmeät alustat. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Rentoutus on rauhallista, mutta on vältettävä liian rajua hierontaa.	Ohjaajan tulee huomioida, mikäli kaikki eivät pidä itsensä koskettamisesta.

4. Toimintakerta: Liikuntaa sanomalehdillä

Harjoitus	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Lehdellä päähän	Tavoitteena on oppia tuntemaan ryhmän jäsenten nimet.	Muodostetaan piiri. Yksi on keskellä. Hänellä on rullaksi kierretty sanomalehti. Hän sanoo jonkun nimen, esim. Maija. Maijan tulee sanoa nopeasti jonkun toisen nimi, ennen kuin keskellä olija ehtii koskettamaan häntä lehdellä päähän.	Tarvitaan rullaksi kääritty sanomalehti. Tilan tulee olla riittävä, jotta saadaan iso piiri. Osallistujia tulisi olla vähintään viisi.	Lehdellä ei saa lyödä! Kaikilla tulee olla sisäkengät tai paljaat varpaat, jotta ei tule kaatumisia.	Ohjaajan tehtävänä on varmistaa, että kaikki saavat olla keskellä.
Läpsy	Peli toimii energianpurku- ja aloitusleikkinä.	Muodostetaan joukkueet. He seisovat riveissä vastakkain. Toisesta joukkueesta ensimmäinen tulee vastakkaisen rivin luokse. Hän läpsäyttää pelaajia kämmeneen. Kolmannella läpsäyksellä hän lähtee juoksemaan omaan riviinsä ja läpsäytetty yrittää saada hänet kiinni.	Tarvitaan riittävästi tilaa. Osallistujia tulisi olla vähintään kymmenen, jotta saadaan aikaiseksi joukkueet.	Kaikilla tulee olla sisäkengät tai paljaat varpaat.	Peliä voidaan jatkaa niin kauan, että koko toinen joukkue on ”saalistettu.” Tai se voidaan lopettaa sitten, kun kaikki ovat saaneet läpsäistä.
Sanomalehtitemp pilua	Tarkoituksena on hauskailla ja erilaisella tavalla liikkua.	Ohjaaja asettaa sanomalehtiarkkeja maahan. Osallistujat liikkuvat salissa musiikin tahtiin. Musiikin loputtua he juoksevat arkkien päälle. (Yhdellä arkilla voi olla monta.) Seuraavaksi ohjaaja kertoo, miten arkin päällä tulee olla, esim. yhdellä arkilla 3 jalkaa, 2 kättä jne. Ohjaaja poistaa arkkeja koko ajan; testataan, miten vähään määrään mahdutaan.	Tarvitaan paljon sanomalehtiä, cd-soitin ja musiikkia. Tilan tulee olla riittävän suuri. Osallistujia tulisi olla enemmän kuin viisi, jotta leikki olisi mielekästä.	Sanomalehtien päälle ei saa hypätä, koska se voi aiheuttaa liukastumista. Jokaisella sisäkengät tai paljaat varpaat.	Ohjaajan tulee ottaa huomioon osallistujien ikä ja kehitystaso antaessaan ohjeita.
Suikaleita sukissa	Leikin tarkoituksena on nauttia liikkumisesta.	Jokaiselle annetaan kaksi paperisuikaletta, jotka he laittavat sukkiensa varteen. Toteutetaan ensin pareittain. Parit yrittävät astumalla saada toisen suikaleet pois. Lopuksi toteutetaan ryhmänä.	Tarvitaan riittävästi tilaa ja valmiita paperisuikaleita. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Täytyy olla varovainen juostessa, koska kaikilla on sukat jalassa.	Ohjaaja voi päättää, annetaanko jokaiselle yksi vai kaksi suikaletta. Alue tulee rajata.
Sanomalehti- viesti	Tarkoituksena on muodostaa pieni leikkimielinen kilpailu. Vahvistaa yhdessä tekemistä.	Jaetaan ryhmä joukkueisiin. Joukkueet seisovat salin toisessa päässä; toisessa päässä on sanomalehti ja sakset. Joukkueen tehtävänä on lehdestä leikata kirjain kerrallaan jokin sana. Nopeiten sanan leikannut on voittaja.	Tarvitaan sanomalehtiä ja sakset. Tila tulee rajata kartioilla ja juoksusuunta tehdä selkeäksi. Osallistujia tulee olla vähintään kuusi, jotta saadaan aikaiseksi joukkueet.	Sakset täytyy aina jättää toiseen päähän: sakset kädessä ei juosta! Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat.	Ohjaajien tulee etukäteen valita sopiva sana. Se ei saa olla liian lyhyt eikä liian pitkä. Lisäksi ohjaajien tulee etukäteen tarkistaa, että lehdistä löytyy kaikki vaadittavat kirjaimet.

Pariviesti	Tämä on leikkimielinen kilpailu, jossa jokainen voi voittaa.	Toteutetaan pareittain. Jokaiselle parille annetaan kaksi arkkia. He seisovat salin toisessa päässä. Toisessa päässä on kartio. Merkin saatuaan toinen pareista laittaa arkit maahan ja toinen kävelee niitä pitkin. Arkkien täytyy koskettaa toisiinsa. Takaisin tullaan toisinpäin.	Tarvitaan riittävästi sanomalehtiarkkeja ja kartioita. Tilan tulee olla riittävän suuri, jotta ei tule törmäyksiä. Osallistujia tulee olla vähintään neljä.	Kiertosuunta täytyy olla selkeä, jotta ei tule törmäyksiä. Sanomalehtien päällä täytyy kävellä varovasti, jotta ei liukastuta.	Ohjaajan tehtävänä on huolehtia, ettei tapahdu huijaamista.
Sanomalehtirentoutus	Tavoitteena on rauhoittaa osallistujat mukavan rentoutuksen avulla.	Toteutetaan pareittain. Toinen makaa vatsallaan musiikin soidessa. Toinen asettelee suikaleita yksi kerrallaan parin päälle. Jokaisen suikaleen kohdalla painetaan hellästi. Kun pari on kokonaan peitetty, poistetaan suikaleet rauhallisesti.	Tarvitaan paljon paperisuikaleita, jumppamattoja, soitin ja musiikkia. Tilan tulee olla riittävä. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Rentoutus on rauhallista. Paria ei ole tarkoitus runnoa vaan painaa hellästi.	

5. Toimintakerta: Temppurata

Harjoitus	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Se, joka on...	Tämä on hauska leikki, jossa tutustutaan omaan ryhmään.	Kaikki ovat piirissä. Ohjaaja sanoo erilaisia asioita. Esimerkiksi ”Se, joka on tänään juonut kahvia, hyppiköön kolme kertaa.”	Tarvitaan valmiiksi tehty lista erilaisista asioista. Tilan tulee olla riittävän suuri, jotta ei tule törmäyksiä. Osallistujamäärällä ei ole väliä.	Tehtävien tulee olla helppoja ja sellaisia, joita voi tehdä paikallaan.	Asioiden tulee olla sellaisia, että mahdollisimman moni voi leikkiin osallistua. Viimeinen kohta voisi olla sellainen, minkä kaikki ovat tehneet ja sen avulla voitaisiin suorittaa alkulämmittely.
Temppurata	Hauskaa liikuntaa erilaisen temppuradan parissa.	<ul style="list-style-type: none"> • Käsilläseisonta • Köydet ja renkaat • Hevonen, pukki • Kuperkeikka • Esteet, ryömiminen, tunneli • Trampoliini • Puolapuut, liukumäki • Tasapainolua penkillä 	Tilan tulee olla iso, jotta saadaan toimiva temppurata. Jokaisessa pisteessä on myös toiminnalle vaihtoehtoja. Tarvitaan paljon välineitä, jotta rata on toimiva. Lisäksi tarvitaan nuolija ja muita merkkejä osoittamaan kulkusuuntaa.	Radalla temppuilla tulee olla varovainen ja pitää olla paljon patjoja, jotta ei tule loukkaantumisia.	Temppurataan voi yhdistää elämysliikunnan kehittämällä radalla jonkin kehystarinan.
Mielikuvia	Tavoitteena on rauhoittaa osallistujat mukavan rentoutuksen avulla.	Kaikki makaavat hyvässä asennossa jumppamatolla. Rauhallinen musiikki soi taustalla. Ohjaaja voi lukea jotain tarinaa tai pyytää osallistujia ajattelemaan, mitä musiikki tuo heidän mieliinsä.	Jumppamattoja, musiikkia ja soitin. Tarpeeksi tilaa. Osallistujamäärällä ei ole väliä.	Rentoutuminen on rauhallista.	

6. Toimintakerta: Liikuntaa eri välineillä

Harjoitus	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Lakanaleikki	Tavoitteena on kilpailumielessä tutustua omaan ryhmään.	Jaetaan porukka kahtia. He muodostavat vastakkain jonot keskiviivan molemmin puolin. Keskelle asetetaan lakana, niin että jonot eivät näe toisiaan. Lakanan laskettua molemmat yrittävät ehtiä sanoa toisen nimen. Hitaampi siirtyy toiseen joukkueeseen.	Riittävästi tilaa ja iso lakana. Osallistujia tulee olla vähintään kymmenen, jotta saadaan tehtyä joukkueet.	Leikki on rauhallinen, koska ei juosta. Ohjaajat voivat pitää lakanasta, jotta sen kanssa ei ole ongelmia ja kaikki pääsevät osallistumaan.	Jonon järjestystä kannattaa välillä vaihtaa, jotta joukkueet eivät muista ulkoa jonon jäseniä.
Pyykkipojat	Tämän leikin ideana on energianpurku ja se toimii samalla kivana alkuleikkinä.	Jokaiselle annetaan viisi pyykkipoikaa. Osallistujat liikkuvat vapaasti salissa. Heidän tehtävänä on kiinnittää pyykkipojat muihin ja yrittää estää muiden kiinnittämästä itseän.	Riittävästi tilaa ja pyykkipoikia. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Osallistujia täytyy muistuttaa, että kaikenlainen riuhtominen on kiellettyä. Sisäkengät tai paljaat varpaat.	Voidaan leikkiä myös toisinpäin eli pyykkipoikia yritetään ryöstää.
Vauhdikas Vakooja	Leikin tarkoituksena on saada porukka liikkeelle.	Valitaan yksi vakooja. Muut heittelevät palloa toisilleen ja yrittävät polttaa vakoojan koskettamalla pallolla.	Rajattu alue ja pehmeä pallo. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä. Pienellä porukalla tila tulee rajata pieneksi.	Sisäkengät tai paljaat varpaat. Varovaisuutta leikissä, jotta ei tule törmäyksiä.	Ohjaajan tulee huomioida, että mahdollisimman moni saa olla vakooja. Jos ryhmä on iso, niin voidaan toteuttaa kahdessa ryhmässä.
Keilan kaato	Tarkoituksena on tutustua erilaisiin välineisiin. Samalla vahvistetaan yhteishenkeä.	Jokaiselle oma keila ja pallo. Kaikki harjoittelevat keilan kaatamista omaan tahtiin. Jaetaan porukka kahtia. Yritetään kaataa toisen joukkueen keilat.	Riittävästi tilaa. Jokaiselle oma keila ja pallo. Osallistujia tulisi olla vähintään kuusi, jotta saadaan aikaseksi joukkueet.	Selkeät säännöt ja tarkkuutta pallon heitossa.	Ohjaajan tulee huomioida, että etäisyydet ovat sopivia, jotta peli ei ole liian haastava tai helppo.
Hernepussigolf	Tavoitteena on tutustua hausalla tavalla hernepusseihin.	Ohjaajat valmistavat radan. Toimitaan pareittain. Tavoitteena on heittää hernepusseja kohteeseen. Tyylit vaihtelevat joka kohteessa. Lasketaan heitot ylös	Tarpeeksi tilaa ja jokaiselle oma hernepussi. Kohteet tulee merkitä selvästi. Lisäksi tulee olla etukäteen tehdyt laput, miten heitetään ja liikutaan kohteesta toiseen. Myös reitti tulee selkeästi merkitä. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Peli on melko rauhallinen. Osallistujien tulee olla huolellinen heittäessään, ettei osu toisiin.	Kohteet eivät saa olla liian haastavia, muuten tulee turhautumisia.
Huivirentoutus	Tavoitteena on rauhoittaa osallistujat mukavan rentoutuksen avulla.	Toteutetaan pareittain. Jokaiselle parille annetaan isohko huivi. Toinen asettuu selinmakuulle. Musiikin soidessa pari rentouttaa huivilla. Vaihdetaan osia.	Riittävästi tilaa, jumppamatot, huivit ja rauhallista musiikkia. Osallistujamäärälle ei ole merkitystä.	Rentoutus on rauhallista.	Huivirentoutus saattaa kutittaa ja aiheuttaa naurua. Ohjaajan tulee kiinnittää huomiota, ettei harjoitus mene pelleilyksi.

7. Toimintakerta: Viestit, kilpailut, kisat

Harjoitus	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Minä pidän	Tavoitteena on liikunnallisen leikin avulla tutustua ryhmään.	Muodostetaan piiri ja tarvittaessa merkitään paikat. Yksi on keskellä ja sanoo minä pidän ”jostakin”. Kaikki, jotka pitävät samasta asiasta vaihtavat paikkaa. Keskellä olija yrittää saada paikan.	Tarvittaessa paikkamerkit. Tarpeeksi tilaa, jotta saada muodostettua piiri. Osallistujia tulisi olla vähintään viisi.	Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat.	Ohjaajan tulee huolehtia, että kaikki saavat olla keskellä.
Aarteenhaku	Tämä leikki toimii energianpurkuna.	Muodostetaan joukkueet. Salin keskelle asetetaan aarteita. Joukkueet noutavat keskeltä aarteen, yksi kerrallaan ja vuorotellen.	Tarvitaan kartioita merkitsemään kotipesät ja kulkureitit. Tarvitaan paljon aarteita. Osallistujia tulisi olla vähintään kuusi.	Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat. Juoksusuunta täytyy olla selkeä.	Peliä on helppo muunnella vaihtelemalla liikkumistyylejä tai aarteen kuljetustapaa.
Touhukas taikamatto	Leikin tarkoituksena on vahvistaa ryhmähenkeä.	Jaetaan ryhmä kahtia. Molemmilla on oma matto, lakana tms. He menevät seisomaan sen päälle. Tarkoituksena on kääntää matto ympäri niin, ettei ketään nouse matolta pois.	Tarvitaan kaksi mattoa, lakanaa tms. Osallistujia tulisi olla vähintään kuusi. Mikäli joukkueet ovat pieniä, niin mattokin voisi olla pienempi.	Leikki edellyttää varovaisuutta ja toisten huomioon ottamista.	Ohjaajan tulee valvoa, ettei ketään loukkaannu.
Kadotettu pari	Leikin tarkoituksena on kehittää tarkkaavaisuutta. Ja se on samalla hauskaa liikuntaa.	Jaetaan ryhmä kahtia. Muodostetaan sisä- ja ulkopiiri: niistä tulevat parit. Molemmat juoksevat eri suuntiin. Merkin jälkeen parien pitää etsiä toisensa ja mennä istumaan.	Tarvitaan riittävästi tilaa. Osallistujia tulisi olla vähintään kymmenen.	Juostessa täytyy olla varovainen. Kaikilla sisäkengät tai paljaat varpaat.	Ohjaajat voisivat miettiä, mitä parit voisivat tehdä löydettyään toisensa.
Joukkueheitto	Tavoitteena on vahvistaa ryhmähenkeä.	Jaetaan porukka joukkueisiin. Jokainen menee viivan taakse ja joukkueelle annetaan jokin heitettävä esine. Jokainen ryhmästä heittää vuorollaan.	Erilaisia heitettäviä esineitä: pallo, hernepusi, sulka, tulitikku. Tarvitaan riittävästi tilaa. Osallistujia vähintään kuusi, jotta saadaan joukkueet.	Varottava heittäessä.	Peliä voidaan muunnella vaihtamalla heittotyylejä.
Ralliviesti	Leikkimielinen kilpailu.	Jaetaan porukka joukkueisiin. Kartioilla on merkitty rata. Joukkueet kiertävät radan tietyllä tyylillä, jotka lukevat lapuissa.	Tarvitaan kartioita ja tarpeeksi tilaa radan tekemiseen. Ohjaajien tulee tehdä laput etukäteen valmiiksi. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä. Pienellä porukka voidaan toteuttaa yksilökisana.	Kulkusuunta täytyy olla selkeä. Jokaisella sisäkengät tai paljaat varpaat.	Täytyy ottaa huomioon, että jokainen osaa lukea.
Piirrä ja rentoudu	Tavoitteena on rauhoittaa osallistujat mukavan rentoutuksen avulla.	Toteutetaan pareittain. Toinen makaa vatsallaan. Toinen piirtää kuvioita selkään musiikin soidessa taustalla. Vaihdetaan osia.	Tarvitaan jumppamattoja, soitin ja musiikkia. Tilaa tulee olla riittävästi. Osallistujamäärällä ei ole merkitystä.	Rentoutus on rauhallista.	Sormella piirtäminen saattaa kutittaa. Ohjaajan tulee huomioida, että piirettävät sanat/kuviot ovat asiallisia.

8. Toimintakerta: Seikkailuliikuntaa

Harjoitus	Tavoitteet	Toiminta	Välineet/Tila/Osallistujamäärä	Turvallisuustekijät	Huomioitavaa
Joukkueet	Hauskalla tavalla vahvistaa ryhmähenkeä.	Muodostetaan joukkueet. Joukkueet keksivät itselleen nimen ja esittävät sen muille.	Tarvittavasti tilaa. Välineitä ei tarvita. Osallistujia sen verran, että saadaan edes parit.	-	Kaikkien tulee olla mukana esityksessä.
Pallot hukassa	Tämä on leikkimielinen kilpailu, jossa jokainen voi voittaa.	Jaetaan osallistujat ryhmiin. Jokainen ryhmä seisoo viivan takana. Ohjaajalla on yhtä paljon eri värisiä palloja kuin on ryhmiäkin. Jokainen pallo on numeroitu. Ohjaaja heittää pallot luontoon. Ryhmien tehtävänä on etsiä pallot numerojärjestyksessä. Toteutetaan viestinä.	Tarvitaan numeroituja palloja. Tilan tulee olla rajattu, mutta tilava. Tarvitaan kartioita rajamaan kotipesät. Osallistujia tarvitaan vähintään kuusi.	Palloja ei saa heittää hankalan näköisiin paikkoihin. Painotettava varovaisuutta palloja etsiessä, ettei törmäillä.	Pallojen tulisi olla suhteellisen pieniä, esim. pingispalloja.
Pesän vaihto	Lämmittelyleikki	Joukkeille omat pesät. Ohjaaja huutaa kahden joukkueen nimet ja ne vaihtavat paikkaa. Huutaessaan merirosvot kaikki vaihtavat paikkaa.	Tarpeeksi tilaa ja merkityt pesät. Osallistujia sen verran, että saadaan joukkueet.	Kaikilla paljaat jalat. Selkeät juoksusuunnat.	Juoksumatkat eivät saa olla liian pitkät.
Kotkat ja kottaraiset	Tämä toimii energianpurku-, lämmittely- ja aloitusleikkinä.	Jaetaan ryhmä kahtia. Toiset ovat kotkia ja toiset kottaraisia. Joukkueet seisovat vastakkain välissä n. 20m. Merkistä he lähestyvät toisiaan. Ohjaaja huutaa joko kotkat tai kottaraiset. Jos huudetaan kotkat, nii he yrittävät saada kottaraiset kiinni ja päinvastoin.	Tarvitaan tarpeeksi tilaa. Välineitä ei tarvita, paitsi jos alue halutaan rajata, esim. kartioilla. Osallistujamäärällä ei varsinaisesti ole merkitystä, mutta olisi hyvä, että niitä olisi vähintään kahdeksan, jotta saadaan aikaseksi joukkueet. Jos osallistujia on vähän, niin alue tulee pienentää.	Tulee olla tarpeeksi tilaa juosta, jotta vältetään törmäilyiltä. Sääntöjen tulee olla selkeät.	Peliä voidaan muunnella esimerkiksi liikkumistapoja vaihdellen.
Aarteen metsästys	Jännittävä aarteenmetsästysleikki.	Valmiina 4 erilaista tehtävää, jotka osallistujat ratkaisevat ryhminä. Tehtävät voivat olla, mitä tahansa.	Valmiit tehtävät. Tarpeeksi tilaa ja osallistujia.	Sääntöjen noudattaminen.	Tehtävien tulee olla selkeitä ja sopivan haastavia.
Ystävyyden kehä	Piristävä loppuleikki	Ollaan piirissä. Jokainen menee vuorollaan piirin keskelle. Jokainen sanoo jotain positiivista keskellä olijasta	-	-	Ei saa haukkua tai sanoa mitään ruma.
Aarre	Palkinto	Avataan aarre ja jaetaan sen sisältö.	Jokaiselle kunniakirja ja jotain aarrearkussa.	-	Jos jotain syötävää, niin lasten allergiat.

Hei Sinä 1.-3.-luokkalainen tyttö tai poika!



Nyt laitetaan verkkarit jalkaan,
kun luovan liikunnan kerho alkaa!

Ei haittaa, vaikka liikkuisit vähän:

Olet silti tervetullut kerhoon tähän!

Sinun ei tarvitse olla taitavin, nopein tai paras,
näissä leikeissä voit olla jopa vakooja tai varas.

On paljon uusia ja hauskoja ideoita meillä,
jotta kivaa ja erilaista liikuntaa olisi teillä.

Kokoonnutaan siis yhdessä paikan päällä
ja pidetään hauskaa monenmoisella säällä.

Tule siis iloisella mielellä mukaan,
näistä leikeistä ei halua jäädä paitsi kukaan!



Tympiikö tavallinen liikunta?

Etkö ole vielä löytänyt itsellesi sopivaa lajia?
Nyt Sinulla on mahdollisuus päästä kokemaan uudenlaista LUOVAA LIIKUNTAA!
Muovataan yhdessä vanhat pelit paremmiksi ja tutustutaan uusiin hauskoihin leikkeihin!

Ohjelmassa on esimerkiksi:

- hernepussigolfia
- huimaa tempurataa
- riehakasta pallosotaa
- seikkailuliikuntaa
- touhukasta taikamattoa
- vauhdikasta vakoojaa

LUVASSA SIIS PALJON MENOA JA MEININKIÄ!

Kerho on suunnattu 1.-3.-luokkalaisille tytöille ja pojille.
Toimintaa järjestetään viikoilla 6-14, paitsi ei talvilomaviikolla.
Kokoontumispaikkana on Kaarisillan koulun liikuntasali.
Järjestämme kaksi samanlaista ryhmää, ilmoittaudu itsellesi sopivaan päivään.

- Keskiviikko kello 13.15 - 14.45
- Torstai kello 13.15 - 14.45

TOIMINTA ON MAKSUTONTA!

Kerhon ohjaajina toimivat Satakunnan ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Marika Heikkilä ja Marja Leino. Kerho on osa opinnäytetyötämme ja se toteutetaan yhteistyössä Otsolan Nuorisotyön ja Kaarisillan koulun kanssa.

Jos kaipaat lisätietoa, niin ota yhteyttä. Vastaamme mielellämme kaikkii kysymyksiin.

Otsolan Nuorisotyöstä vastaava:

Päivi Erkko

044- 585 75 63

paivi.erkko@otsola.net



Opiskelijat:

Marika Heikkilä

Marja Leino

040- XXXXXXXX

045- XXXXXXXX

marika.heikkila@student.samk.fi

marja.l.leino@student.samk.fi



Palauta ilmoittautumislomake koululle viimeistään 6.2.12

Ilmoittaudun mukaan Luovan Liikunnan -kerhoon

Keskiviikon ryhmä

Torstain ryhmä

Lapsen nimi: _____

Syntymäaika: _____

Huoltajan nimi: _____

Huoltajan puhelinnumero: _____

Allergiat, muut huomioon otavat: _____

Allekirjoitus: _____

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

Tänään alkaa suuri seikkailu, joka vaatii paljon rohkeutta, oikeaa asennetta ja yhteishenkeä. Minä merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja johdamme teidät tähän huimaan seikkailuun. Meillä on tässä salaperäinen kartta, joka vie meidät mittaamattoman arvokkaan aarteiden luokse. Olemme kuulleet huhuja, että itse Kapteeni Siniparta olisi kätkenyt tämän aarteiden. Tiedättehan te Kapteeni Siniparran? Hän oli Pormestarinluodon ilkein ja häijyin merirosvo. Kaikki juoksivat aina piiloon, kun Siniparta oli lähettyvillä. Kukaan ei uskaltanut edes katsoa häntä kohti – pelokkaimmat jopa pidättivät hengitystään. Kaikki myös lausui hänen nimensä aina kuiskaamalla. Niin pelottava hän oli. Ja kerrottiin hurjia tarinoita, että hänen saaliinsa oli valtavan suuri. Siniparta ryösteli kultaa, dubloneja, timantteja, jalokiviä, koruja. Hän otti itselleen kaiken, minkä vain sai. Hänellä oli aarteita niin paljon, että hän olisi voinut uida niissä. Mutta hän ei kuitenkaan uskaltanut niin tehdä, koska pelkäsi, että joku olisi voinut nähdä hänet ja olisi vienyt häneltä kaikki aarteet. Sen vuoksi Siniparta piilotti kaiken ja teki kätköstään kartan. Ja tämä kartta on nyt tässä meidän käsissämme. Joten nyt kysymme yhden kysymyksen: Oletteko valmiit jännittävään aarrejahtiin?

Pallopelit:

Hiio Hoi, kaikki merirosvot ja merirosvottaret! Matka tulee olemaan jännittävä sekä täynnä erilaisia vaaroja. Siksi on tärkeää, että kaikki merirosvot ja merirosvottaret ovat hyvin valmistautuneet alkavalle matkalle. Ennen kuin laskette laivan vesille, teidän tulee pakata tavarat, tutustua kavereihin ja harjoitella tulevia taisteluita varten. Muistattehan kuunnella merirosvokapteeni Marikaa ja merirosvopäällikkö Marjaa, koska he johdattavat teidät perille. Tänään te harjoittelette tarvittavia taitoja erilaisten pallojen avulla. Olkaa ahkeria, sillä aarre odottaa!

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

Viime kerralla harjoiteltiin tarvittavia taitoja seikkailuja varten. Nyt pitäisi ryhtyä tositoimiin ja laskea laiva vesille. Ovatko laivat teille tuttuja? Tämä ei kuitenkaan ole ihan mikä tahansa laiva, mihin nyt astumme – vaan se on ihka oikea merirosvolaiva. Se on veistetty punaisesta puusta ja siinä on pelottavia pääkalloja. Ja kaiken kruunuksi siinä on värikäs purje. Nyt kun astumme tähän laivaan, niin matka voi todella alkaa kohti kaukaista saarta ja sinne kätkeytyä aarretta. Eihän ketään pelota tuulet ja myrskyt? Ei haittaa, vaikka vähän pelottaisikin. Tiedättekö, miksi? Me merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja olemme kuitenkin merenkulun ammattilaisia. Me olemme tottuneet monen metrin korkuisiin aaltoihin ja kaiken peittäviin puhureihin. Me olemme olleet mukana valtaamassa lukuisia laivoja ja puolustamassa omaamme muilta merirosvoilta. Oletteko siis valmiit astumaan merirosvolaivaan ja nostamaan purjeet ylös?

Leikkivarjo:

Hienoa! Uskalsitte kaikki mukaan matkalle! Tänään teistä tehdään oikeita merirosvoja. Opite hallitsemaan laivaa jokaisessa myrskyssä ja mylväyksessä. Ette saa lannistua, vaikka tuuli meinaisi kaataa laivan nurin. Nyt on tärkeää toimia yhdessä kaverin kanssa ja ottaa rohkeasti purjeesta kiinni. Pidättehän huolta, että pieninkin merirosvo pysyy menossa mukana koko matkan ajan. Ja ei kun tuulta purjeisiin, merirosvot ja merirosvottaret!

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

Katsokaahan ympärillenne! Mitä te näette? Pelkkää mertako? Mikä tuo saari tuolla kaukana on? Tiedättekö, mitä on tapahtunut? Olimme niin innostuneita viime laivamatkastamme, että purjehdimme harhaan. Ohitimme paljon hienoja saaria ja ylitimme valtavan isoja aaltoja. Olimme melkein joutua upoksiin, mutta onneksi selvisimme. Mutta nyt kun katsomme tästä kompassista, niin huomaamme, että ajelehdimme täysin väärään suuntaan. Mitä nyt pitäisi tehdä? ... Ei hätää! Me merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja osaamme kääntää laivan ja auttaa teitä ottamaan uuden kurssin. Luotatteko meihin? Hiio Hoi ja laiva kääntyy – huomasitteko?

Liikuntaa ryhmänä

Aloha, kaikki merirosvot ja merirosvottaret! Olette kaikki jo melkoisia merenkävijöitä! On hienoa huomata teidän edistymisenne. Nyt olette ottaneet taas oikean suunnan – kohti aarretta. Mikäli haluatte pysyä oikealla reitillä, niin on tärkeää toimia yhdessä. Pidäthän siis huoli kaveristasi!

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

VOI EI!!! Tiedätkö, mitä on tapahtunut? Katsokaa ympärillenne. Liikkuuko meidän laivamme? Ei, ei se liiku. Mitä se mahtaa tarkoittaa? Olemme ajaneet karille. Huomaatteko, että laivassamme on paljon isoja reikiä ja vettä tulvii sisälle laivaan joka puolelta? Katsokaa, miten meidän varpaamme vallan kastuvat tästä vedestä. Hui! Meitä jo vähäsen pelottaa! Onko teillä ihan kuivat varpaat? Tämä viivästyttää meidän matkaamme. Mutta eihän me lannistuta? Osataanhan me rakentaa uusi ja entistä upeampi laiva. Osaako joku teistä rakentaa? Tiedätkö, mikä on kuitenkin hyvä uutinen. Me merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja osaamme auttaa teitä. Ja meillä on kaikki tarvittavat välineet laivan rakentamista varten. Haluatteko vielä jatkaa matkaa vai haluaako joku palata ilman aarretta takaisin kotiin?

Liikuntaa sanomalehdillä:

Oli ikävä kuulla, että laiva on epäkunnossa. Mutta ei hätää. Uusi laiva valmistuu käden käänteessä. Uskottehan? Tänään te saatte rakentaa unelmienne laivan. Ja siihen te tarvitsette ainoastaan paljon sanomalehteä. Oletteko valmiita?

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

HUI! APUA! Näettekö te sen? Näettekö? Ei, ei siellä. Se on tuolla takana, tuolla vielä tosi kaukana. Näemme sen juuri ja juuri, kun oikein siristämme silmiäni. Siellä se näkyy. Mikäkö? Siellä näkyy laiva: iso laiva, jonka kyljessä on musta pääkallo. Onko se meidän laivamme? Ei, ei taida olla. Me merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja olemme hieman peloissamme. Vaikuttaa siltä, että se on toinen merirosvolaiva. Ja se on tulossa meitä kohti! Ehkä ne haluavat ryöstää ja tuhota meidän laivamme. Pelottaako teitä? Meillä merirosvokapteeni Marikalla ja merirosvopäällikkö Marjalla olisi ehdotus, mitä tehdään. Kuunteletteko meidän ideaa? On olemassa reitti, jonka avulla pääsisimme karkuun. Se on salainen ja todella pelottava tie. Siellä on ansoja ja vaaroja. Siellä tuulee ja myrskyää. Siellä sataa valtavan kokoisia pisaroita. Siellä on jyrkkiä koskia ja tunneleita. Se on jännittävä reitti, mutta sen avulla pääsisimme pakoon toista merirosvolaivaa. Uskallatteko lähteä tutkimaan tätä toista tietä? Oletteko niin pelottomia merirosvoja ja merirosvottaria?

Temppurata:

Te olette todella pelottomia, kun valitsitte tämän tien. Vain harvat merirosvot ovat tälle tielle uskaltaneet. Nyt on todella tärkeää, että kuuntelette merirosvokapteeni Marikan ja merirosvopäällikkö Marjan ohjeita ja neuvoja. Reitillä varrella on nuolia ja muita merkkejä, jotka paljastavat, mihin suuntaan kuuluu mennä. Olkaa varovaisia ja eksyttäkää toinen laiva perästäne. Tsemppiä!

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

Olemme jo melko lähellä Kapteeni Siniparran aarretta. Enää pitää matkustaa muutama meripeninkulma. Olemme kokeneet paljon yhdessä ja seikkailu on ollut huima. Muistatteko, kun viimeksi melkein törmäsimme siihen toiseen merirosvolaivaan? Onneksi pääsimme heitä pakoon. Mutta nyt täytyy kysyä yksi kysymys. Tiedättekö, mikä erottaa hyvän ja pahan merirosvon toisistaan? Hyvät merirosvot eivät hyökkäile tai satuta toisia ja he haluavat auttaa kaikkia. Olemmeko me hyviä merirosvoja? Me merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja huomasimme äsken, että tuolla pikkuisella saarella on joku. Hän on luultavasti haaksirikkoutunut ja uinut läheiselle saarelle. Mitä meidän pitäisi tehdä? Otammeko hänet kyytiin?

Liikuntaa eri välineillä:

Hienoa! Teitte oikean ratkaisun. Aito merirosvo auttaa aina pulaan joutuneita. Purjehditte hänen luokseen ja otatte hänet kyytiin. Muistakaa kuitenkin olla varovaisia, ettette itse ajaudu karille. Merirosvokapteeni Marikalla ja merirosvopäällikkö Marjalla on erilaisia välineitä, jotka auttavat teitä tässä pelastusoperaatiossa.

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

Enää ei ole pitkä matka jäljellä. Olemme jo melkein perillä. Mutta tiedätekö, mitä? Juorut Kapteeni Siniparran aarteesta ovat lähteneet liikkeelle. Ja täällä samoilla vesillä seilaa paljon muitakin aluksia, veneitä, laivoja ja jopa lauttoja. Me merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja kuulimme jopa, että jotkut uskovat Siniparran haudanneen aarteiden sekaan valtavan määrän karkkia ja muita herkkuja. Eikö se ole hassua? Eiväthän merirosvot sellaisia pidä aarteinaan. Mutta meidän täytyy kuitenkin pitää mielessä, että emme ole täällä yksin. Joku muu yrittää ehtiä aarteen luokse ennen meitä. Nyt on meneillään kilpailu. Oletteko valmiita voittamaan tämän kisan?

Viestit, kilpailut ja kisat:

Toivotan teille onnea, urheat merirosvot ja merirosvottaret! Nyt teidän täytyy olla tarkkoina ja puhaltaa yhteen hiileen. Muistakaa, että kaikkien panos on tärkeää, jotta olette perillä aarteen luona ensimmäisinä. Nyt alkaa lähtölaskenta – karistakaa muut kannoiltanne!

Hiio Hoi Kaikki Merirosvot ja Merirosvottaret!

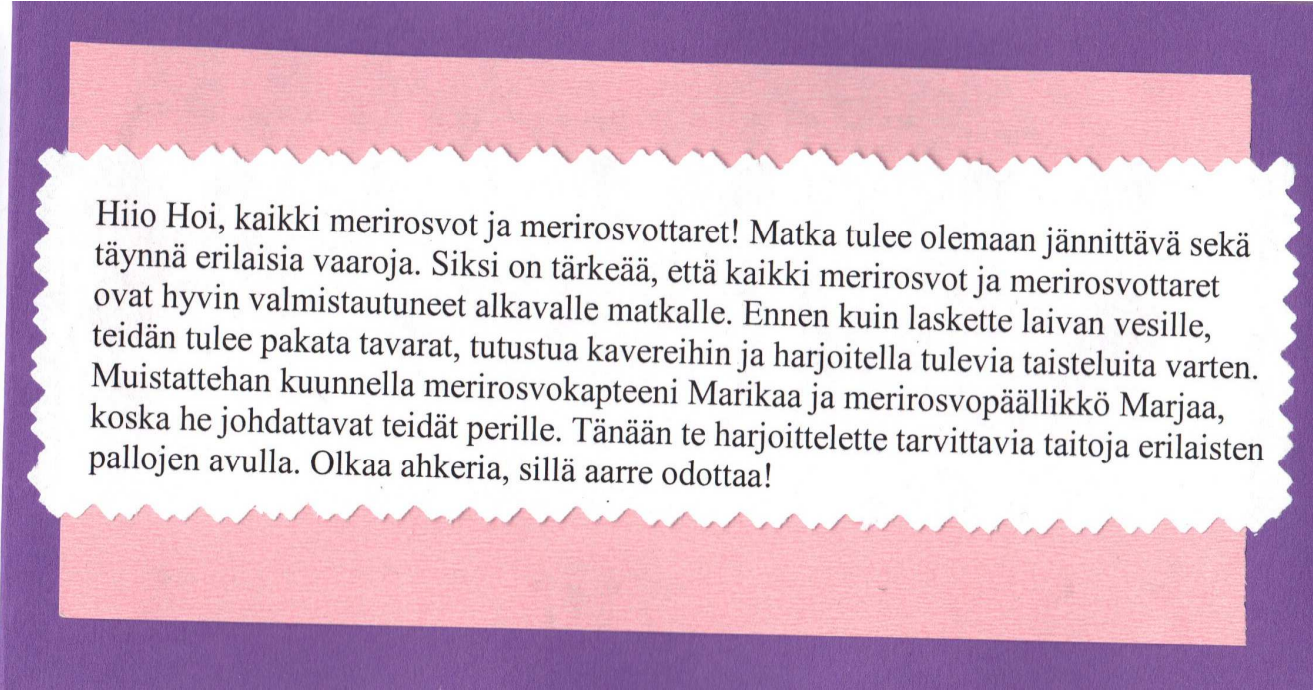
Oi, huomaatteko? Katsokaa, mikä tuolla näkyy. Onko se sama saari kuin tässä kartassa? Taitaa olla. Olemme jo ihan lähellä. Nyt meidän täytyy ankkuroida laiva ja etsiä aarre. Mistäköhän se löytyy? Ja mitäköhän siellä on? Tämä on ollut huima seikkailu ja tänään se päättyy. Onko matka ollut teistä hauska? Me merirosvokapteeni Marika ja merirosvopäällikkö Marja haluamme lähettää kertoa, että te ollette olleet kaikkien aikojen parhaat merirosvot ja merirosvottaret. Enää ei tarvitse kuin löytää se aarre ja nauttia sen sisällöstä.

Seikkailuliikunta:

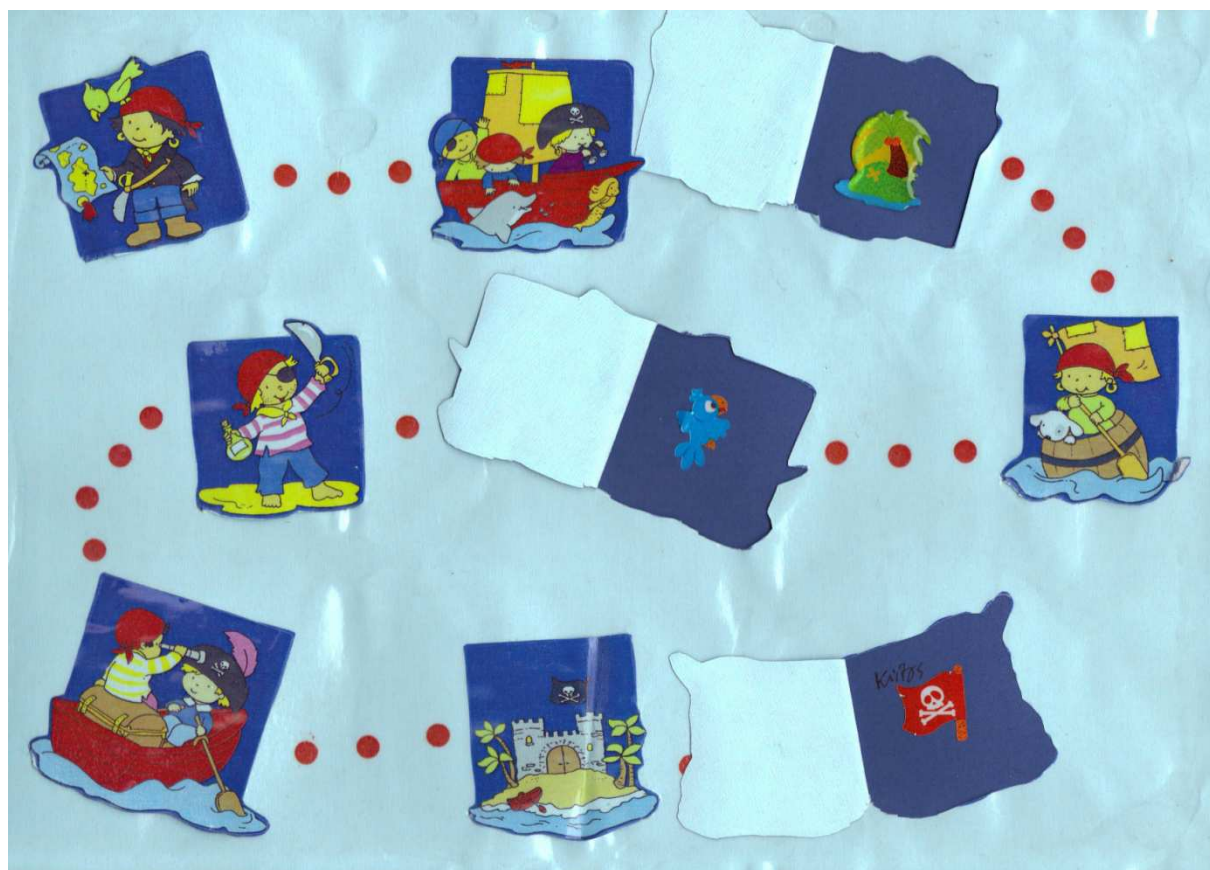
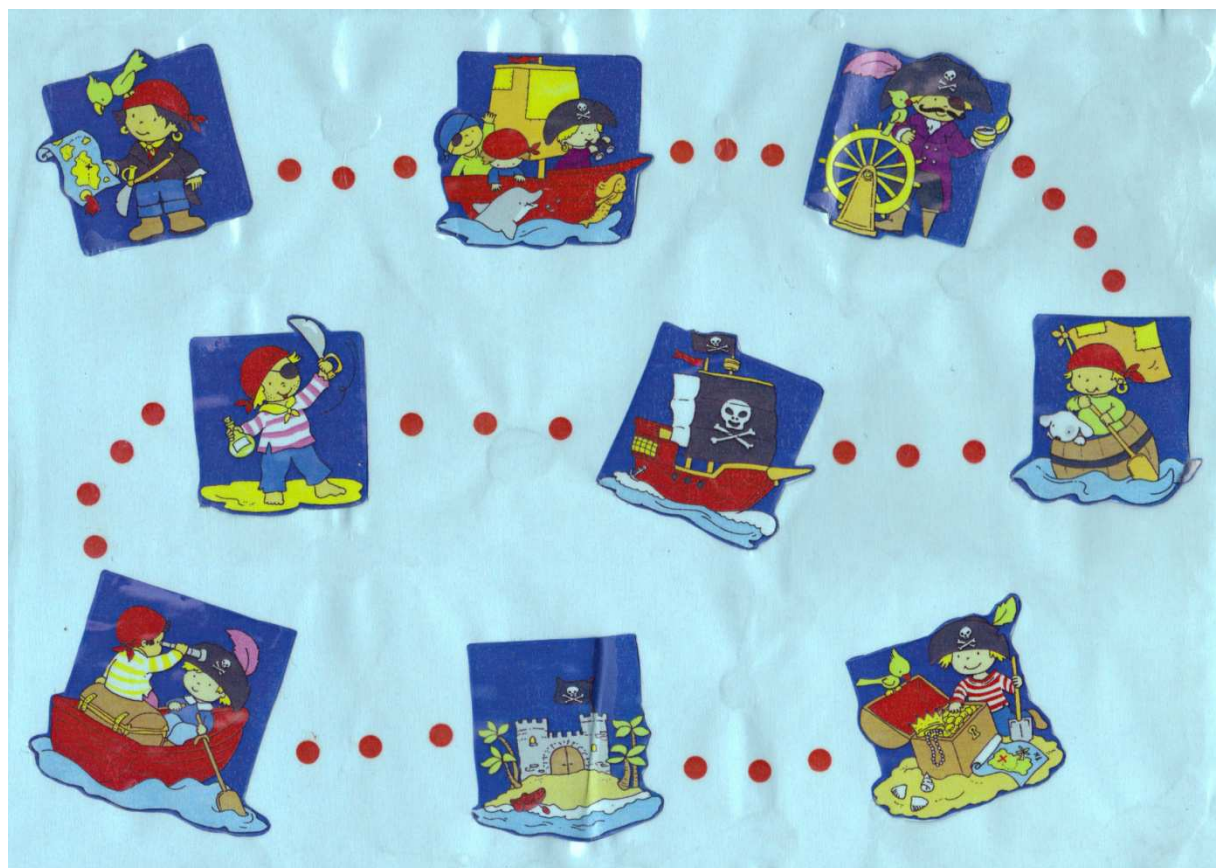
Takana on uskomattomia seikkailuja! Olette olleet todellisia sankareita! Nyt on edessä viimeinen vaihe: aarteen löytäminen. Toivottavasti aarre on mieluinen. Kiitos tästä seikkailusta!



Salainen
Viesti nro 1!



Hiio Hoi, kaikki merirosvot ja merirosvottaret! Matka tulee olemaan jännittävä sekä täynnä erilaisia vaaroja. Siksi on tärkeää, että kaikki merirosvot ja merirosvottaret ovat hyvin valmistautuneet alkavalle matkalle. Ennen kuin laskette laivan vesille, teidän tulee pakata tavarat, tutustua kavereihin ja harjoitella tulevia taisteluita varten. Muistattehan kuunnella merirosvokapteeni Marikaa ja merirosvopäällikkö Marjaa, koska he johdattavat teidät perille. Tänään te harjoittelette tarvittavia taitoja erilaisten pallojen avulla. Olkaa ahkeria, sillä aarre odottaa!



Heippa!

Tervetuloa mukaan Luovan Liikunnan kerhoon! Toivottavasti viihdyt menossa mukana koko kerhon ajan. Kerhossa meillä on käytössä tietyt säännöt.

- Ketään ei kiusata!
- Kaikki otetaan mukaan toimintaan!
- Kaikki saavat osallistua omilla ehdoillaan!
- Toiminnan loppuksi kaikki siivoavat välineet takaisin varastoon!
- Ohjaajia tulee kuunnella ja totella!

Lisäksi haluaisimme, että ilmoittaisitte etukäteen mikäli sairastumisen tai muun esteen takia, ette pääse mukaan jollakin kerralla. Ilmoittaminen takaa sen, että pystymme suunnittelemaan toiminnasta vielä paremman ja juuri kyseiselle ryhmälle sopivan. Ilmoittamisen voi suorittaa soittamalla tai tekstiviestillä.

Kiitos! Tehdään yhdessä hauska ja toimiva kerho, jossa on jokaiselle jotakin!

Ystävällisin terveisin,

Marika Heikkilä

040- XXXXXXXX

Marja Leino

045- XXXXXXXX



Hei!

Lapsenne on ilmoittautunut mukaan Luovan liikunnan kerhoon. Kerho on osa opinnäytetyötämme, jonka tarkoituksena on innostaa lapsia liikkumaan. Samalla haluamme vahvistaa lapsen itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja. Tarkoituksenamme on kirjoittaa toiminnasta raportti, jota varten havainnoimme lapsia. Kerhon loppupuolella toteutamme myös kyselyn, johon toivomme teidän ottavan osaa. Opinnäytetyössämme käsittelemme lapsia anonyymeinä eikä ketään voida tekstin perusteella tunnistaa.

Haluaisimme visualisoida raporttiamme ja sen vuoksi ottaisimme kerhossa joitain valokuvia. Kuvat ovat myös keino havainnollistaa kerhotoimintaa käytännössä. Kuvateksteissä emme mainitse lapsia nimeltä. Valmis opinnäytetyö on julkinen dokumentti ja se löytyy esimerkiksi kansitettuna Satakunnan ammattikorkeakoulun kirjastosta. Lisäksi opinnäytetyömme julkaistaan virtuaalisessa muodossa Theseus-verkkokirjastossa. Voisimme mahdollisesti käyttää niitä valokuvia myös opinnäytetyöseminaarissamme, jossa on paikalla opettajia ja muutamia muita opiskelijoita.

Ystävällisin terveisin,

Marika Heikkilä
040- XX XX XXX
marika.heikkila@student.samk.fi

Marja Leino
045-XX XX XXX
marja.l.leino@student.samk.fi



Palauta allaolevan lomake seuraavalla kerhokerralla eli viikolla 7. Kiitos!

Lapsen nimi: _____

Lastani SAA valokuvata Lastani EI saa valokuvata

Huoltajan allekirjoitus: _____

Nimen selvennys: _____

Hei!

Lapsenne on osallistunut Luovan Liikunnan kerhoon, jonka tarkoituksena on ollut innostaa lapsia liikkumaan. Samalla olemme halunneet vahvistaa osallistujien itsetuntoa ja sosiaalisia taitoja. Olemme kerhojen aikana havainnoineet ja tarkkaileet lasten toimintaa, käyttäytymistä ja sosiaalisia suhteita. Kerhosta olemme nyt koostamassa opinnäytetyötämme.

Emme kuitenkaan saa kaikkea tarvittavaa tietoa havainnoimalla, siksi toteutammekin oheisen kyselyn. Sen tavoitteena on kartoittaa luovan liikunnan keinojen merkitystä lasten innostamisessa. Kysymyksiä on kolmessa kategoriassa: lapsen taustatiedot, kysymyksiä lapsille ja kysymyksiä vanhemmille. Toivoisimme Teidän täyttävän koko kyselyn yhdessä lapsenne kanssa ja vastauksien sisältävän myös perusteluita.

Kaikki havainnoinnit ja kyselylomakkeet käsittelemme nimettöminä eikä ketään voida tekstin perusteella tunnistaa. Hävitämme myös kaikki kyselylomakkeet, kun opinnäytetyömme on valmis. Palautathan kyselylomakkeen täytettynä **viimeisellä kerhokerralla keskiviikkona 4.4. tai torstaina 5.4.** Jos kaipaat lisätietoa, niin ota yhteyttä. Vastaamme mielellämme kaikkiin kysymyksiin.

Marika Heikkilä

marika.heikkila@student.samk.fi

040- XX XX XXX

Marja Leino

marja.l.leino@student.samk.fi

045- XX XX XXX

1. LAPSEN TAUSTATIEDOT

1. Kumpaan ryhmään kuulut?

Keskiviikon ryhmä Torstain ryhmä

2. Harrastatko jotain seuraavista urheilulajeista säännöllisesti (vähintään yhtäjaksoisesti 1h/vko)?

Koripallo/lentopallo Salibandy/sähly Lenkkeily Sulkapallo/tennis Yleisurheilu Tanssi/telinevoimistelu Luistelu/hiihto Paini/karate tms. Jalkapallo Uinti Jääkiekko

Muuta, mitä: _____

3. Kuinka usein harrastat liikuntaa vapaa-ajallasi Luovan Liikunnan kerhon lisäksi (vähintään 1h kerrallaan?)

En kertaakaan 1 krt/vko 2 – 3 krt/vko Yli 3 krt/vko

2. KYSYMYKSIÄ LAPSILLE:

Seuraavien kysymysten tarkoituksena on kartoittaa lasten mielipiteitä kerhon toiminnasta, ohjaajista ja omasta ryhmästä.

1. Mainitse 3 (kolme) parasta asiaa Luovan Liikunnan kerhosta. _____

2. Mainitse asia tai asioita, joita olisit halunnut ehkä muuttaa Luovan Liikunnan kerhossa? _____

3. Miksi toivomasi muutokset olisivat olleet mielestäsi tarpeellisia? _____

4. Oletko osallistunut Luovan Liikunnan kerhoon mielelläsi?

Kyllä , miksi? _____

En , miksi et? _____

5. Oletko saanut Luovan Liikunnan kerhosta uusia kavereita?

Olen En, koska en ehtinyt tutustua muihin.

En, koska tunsin kaikki jo entuudestaan. En, jokin muu syy, mikä? _____

6. Valitse allaolevista vaihtoehdoista 3 (kolme) kohtaa, joissa koko ryhmä on onnistunut mielestäsi hyvin?

Ryhmän jäsenet ovat olleet kannustavia Kaikki ovat tulleet keskenään toimeen

Peleissä kaikki on otettu huomioon Ketään ei ole kiusattu

Kaikki on otettu mukaan toimintaan Kaikki ovat osallistuneet innokkaasti

Ilmapiiri on ollut myönteinen Muuta, mitä? _____

7. Mainitse jokin asia, jossa ryhmä olisi voinut onnistua paremmin. _____

8. Valitse allaolevista vaihtoehdoista 3 (kolme) kohtaa, joissa ohjaajat mielestäsi onnistuivat parhaiten.

Ohjaajat innostivat osallistumaan toimintaan

Ohjaajat valmistelivat pelit ja leikit huolellisesti

Ohjaajat huomioivat kaikkia tasapuolisesti

Ohjaajat auttoivat ryhmähengen luomisessa

Ohjaajat kannustivat liikkumaan

Ohjaajat auttoivat tutustumaan omaan ryhmään

Ohjaajat innostivat käymään kerhossa

Ohjaajat eivät kiinnittäneet liikaa huomiota epäonnistumisiin

Ohjaajat kannustivat yrittämään kaikkea

Ohjaajat olivat itse mukana toiminnassa

Ohjaajat olivat suunnitelleet monipuolisia ja hauskoja pelejä

Muuta, mitä? _____

9. Mainitse jokin asia, jossa ohjaajat olisivat voineet onnistua paremmin. _____

10. Mitä merkitystä merirosvotarinoilla oli sinulle kerhon toiminnassa? Valitse toimintaa mielestäsi 3 (kolme) parhaiten kuvaavaa vaihtoehtoa:

Ne virittivät tunnelmaan

Ne lisäsivät jännitystä

Ne innostivat liikkumaan

Ne auttoivat keskittymään toimintaan

Ne kohottivat ilmapiiriä

Ei mitään merkitystä

Ne vahvistivat ryhmähenkeä

Muuta, mitä? _____

11. Haluaisitko tulevaisuudessa osallistua vastaavanlaiseen toimintaan?

Kyllä , miksi? _____

En , miksi et? _____

12. Muita kerhoon liittyviä ajatuksia tai kokemuksia, joista haluan vielä kertoa: _____

3. KYSYMYKSIÄ VANHEMMILLE

Näiden kysymysten tarkoituksena on kartoittaa vanhempien havaintoja ja näkemyksiä siitä, millä tavoin kerho on vaikuttanut lasten liikuntatottumuksiin ja -innostukseen:

1. Mitä mieltä olit alussa itse Luovan Liikunnan kerhon ideasta? Perustele näkemyksesi. _____

2. Kuinka usein keskustelitte lapsenne kanssa Luovan Liikunnan kerhon toiminnasta?

Ei yhtään

Kerran

Muutamia kertoja

Joka kerran yhteydessä

3. Jos keskustelitte lapsenne kanssa, niin selitä lyhyesti, miksi keskustelu käytiin. _____

4. Saitteko riittävästi tietoa kerhon toiminnasta?

Kyllä

Ei , mistä olisit toivonut lisätietoa? _____

5. Onko lapsesi innostunut Luovan Liikunnan kerhon aikana enemmän liikunnasta?

Ei

Kyllä , miten se ilmenee? _____

6. Toivoisitteko, että Otsolan Nuorisotyö järjestäisi tulevaisuudessa vastaavanlaista toimintaa?

Kyllä , miksi? _____

Ei , miksi et? _____

7. Muita kerhoon liittyviä tai yleisiä kommentteja vastaisen toiminnan varalle: _____

KIITOS VAIVANNÄÖSTÄNNE!

HAVAINNOINTILOMAKE

Toisten huomioiminen, sosiaaliset taidot	Miten suhtautuivat peleihin ja leikkeihin?	Ryhmähenki, ryhmäytyminen

Itsetuntoon liittyvät asiat	Innostamiseen liittyvät asiat	Muita huomioita, esimerkiksi ohjaajien vaikutus

Kunniakirja

Seikkailun hurjin merirosvo

Olet osallistunut Luovan Liikunnan kerhoon 2012 oikealla merirosvoasenteella ja auttanut meitä selviytymään erilaisista haasteista, myrskyistä ja taisteluista.

Merirosvokapteeni _____

Merirosvopäällikkö _____



Kunniakirja

Seikkailun aurinkoisin merirosvotar

Olet osallistunut Luovan Liikunnan kerhoon 2012 oikealla merirosvoasenteella ja auttanut meitä selviytymään erilaisista haasteista, myrskyistä ja taisteluista.

Merirosvokapteeni _____

Merirosvopäällikkö _____



Hyvä ohjaaja:

