

Mari Männistö & Pipsa Ritala

KESTÄVÄÄ KEHITYSTÄ TUKEVA LIIKUNTAPAKETTI
PÄIVÄKODEILLE
ympäristökasvatuksen toteuttaminen liikunnan keinoin

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen lapsi- ja nuorisotyö
2012

KESTÄVÄÄ KEHITYSTÄ TUKEVA LIIKUNTAPAKETTI PÄIVÄKODEILLE

ympäristökasvatuksen toteuttaminen liikunnan keinoin

Mari Männistö & Pipsa Ritala
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
joulukuu 2012
Ohjaaja: Karinharju, Kati
Sivumäärä: 32
Liitteitä: 1

Asiasanat: Kestävä kehitys, varhaiskasvatusliikunta, ympäristökasvatus

Tutkimuksen aiheet liittyvät kestäväan kehitykseen, varhaiskasvatusliikuntaan sekä ympäristökasvatukseen. Työn tarkoituksena oli tuottaa kattava varhaiskasvatusliikunnan materiaalipaketti, joka tukee kestäväan kehityksen ajatuksen toteuttamista päiväkodeissa. Lisäksi työn tavoitteena oli tuoda päiväkodin liikunta- ja ympäristökasvatus lähemmäksi toisiaan. Tutkimus tehtiin yhteistyössä Porin kaupungin ympäristöviraston kanssa. Teemat materiaalipaketille nousivat Vihreä Lippu- ohjelmasta. Vihreä lippu on päiväkodeille, kouluille ja oppilaitoksille suunnattu kestäväan kehityksen ohjelma, joka on osa kansainvälistä Eco Schools- ohjelmaa. Tutkimus on laadultaan toiminnallinen opinnäyte, jonka tuotoksena syntyi Kestäväa kehitystä tukeva liikuntapaketti päiväkodeille.

Tutkimuksen teoreettisessa osuudessa käsitellään kestäväan kehityksen kehittymistä Suomessa ja sen vakiintumista osaksi valtakunnallista varhaiskasvatussuunnitelmaa. Tärkeä osa teoretietoa liittyy varhaiskasvatukseen, sen arvoihin ja päämääriin, varhaiskasvatusliikuntaan ja leikin merkitykseen varhaislapsuudessa. Materiaalipaketin kannalta oli tärkeä perehtyä myös liikuntatuokion suunnittelemiseen ja tuokion kulun eri vaiheisiin.

Työn tutkimusosa keskittyy tavoitteisiin ja työssä käytettyihin menetelmiin. Tutkimusosassa avataan myös työn etenemisen kannalta tärkeitä vaiheita, joita olivat muun muassa Vihreä Lippu- koulutustilaisuuteen osallistuminen, opinnäytetyöseminaarit sekä materiaalipaketin suunnittelun eri vaiheet.

Valmis materiaalipaketti koostuu kuudesta ympäristökasvatuksen ja liikunnan yhdistävästä toiminnallisesta tuokiosta, joiden teemat ovat vesi, energia ja jätteiden vähentäminen. Jokaista kolmea teemaa kohden on kaksi erilaista tuokiota. Jokainen tuokio sisältää ympäristökasvatukselliseen teemaan virittävän aloituksen, erilaisia liikunnallisia leikkejä sekä lorullisen loppurentoutuksen. Leikeissä käytettävät välineet on valittu kestäväan kehityksen ajatus mielessä pitäen. Lisäksi paketti sisältää tuokioiden toteuttamisessa tarvittavia käytännön ohjeita ja paketin loppuun on liitetty tuokioissa tarvittavia kuvia. Materiaalipaketti on käytettävissä ympäristökasvatuksen ja liikunnan välineenä päiväkodeissa ja se on internetissä kaikkien saatavilla.

MATERIAL PACKAGE WHICH SUPPORTS KINDERGARTENS SUSTAINABLE DEVELOPMENT AND PHYSICAL EDUCATION

environmental education executed by physical education

Männistö, Mari & Ritala, Pipsa
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in social services
December 2012
Supervisor: Karinharju, Kati
Number of pages: 32
Appendices: 1

Keywords: sustainable development, early childhood's physical education, environment education

Examination subjects involve sustainable development, early childhood's physical education and environment education. The purpose of the examination was to produce an inclusive material package of early childhood physical education which supports the thought of sustainable development in children's daycare. Also the purpose was to bring children's physical education and environment education closer to each other.

This thesis was made co-operationally with Pori environment agency. The themes for the material package arose from the Green Flag-program. Green Flag-program is a sustainable development educational program which is headed to kindergartens and schools. The program is a part of the international Eco-Schools-program. The quality of this thesis is functional dissertation and the product is a material package which supports sustainable development education in children's daycare.

The theory of the thesis handles the process of sustainable development in Finland and its stability in daycare. The important part of the theory relates to early childhood education and its values and goals, early childhood physical education and the meaning of play in childhood. It was also important to find information about the guidance of children's physical education.

The analytic part of the work focuses on the goals and the methods which were used in this thesis. In the analytic part there is also a chapter which handles, for example, Green Flag education which we took part of, meetings with our teacher and different points in our material package planning.

The material package consists of six lessons whose themes are water, energy and reduction of waste. Every lesson consists of a start which relates children to the theme, different kinds of exercises and a poetic ending. The equipment of the lessons is chosen to advance sustainable development. The material package also includes functional instructions and pictures which are needed in some lessons. The material package is freely used in kindergartens and it can also be loaded from the internet.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	KESTÄVÄ KEHITYS	7
2.1	Kestävä kehitys Suomessa	8
2.2	Kestävän kehityksen määrittelyä	8
2.3	Ympäristökasvatus	9
2.4	Vihreä lippu- ohjelma	10
3	VARHAISKASVATUS PÄIVÄHOIDOSSA	11
3.1	Varhaiskasvatuksen arvot ja päämäärät	11
3.2	Sosiaalialan ammattilainen varhaiskasvattajana	12
3.3	Varhaiskasvatusliikunta	13
4	LEIKIN MERKITYS LAPSEN KOKONAISKEHITYKSELLE	14
4.1	Karkea- ja hienomotoriikka	15
4.2	Kielellinen kehitys	16
5	LIIKUNTATUOKION SUUNNITTELU JA RAKENNE	17
5.1	Aloitus	17
5.2	Alkulämmittely /energianpurku	18
5.3	Harjoitusosa/toiminnalliset leikit	18
5.4	Lopetus	18
5.5	Motivoinnin merkitys liikuntatuokion suunnittelussa	18
6	TUTKIMUSOSA	19
6.1	Tutkimusote	19
6.2	Tavoitteet	20
6.3	Menetelmät ja työn etenemisen vaiheet.....	21
6.4	Vihreä Lippu- koulutustilaisuus.....	22
6.5	Taulukko 1.	23
6.6	Materiaalipaketin suunnittelun lähtökohdat.....	24
6.6.1	Teemat ja tuokion rakenne	24
6.6.2	Ohjaaja-, väline- ja tilaresurssit.....	24
6.6.3	Toiminnan selkeys ja turvallisuus	25
6.6.4	Kohderyhmän ikä ja kehitysvaiheet	25
6.7	Tuloksena valmis liikuntapaketti	26
7	POHDINTA.....	28
	LÄHTEET	32
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Voidaanko kestävästä kehitystä tukevalla liikuntapakettilla saattaa varhaiskasvatuksessa liikunta- ja ympäristökasvatus lähemmäksi toisiaan? Voidaanko lapset saada innostumaan liikuntaleikeistä kun ne on ujutettu osaksi ympäristökasvatusta? Tämän työn tavoitteena on tuottaa kattava varhaiskasvatusliikunnan materiaalipaketti tukemaan ympäristö- ja liikuntakasvatusta ja niiden yhdistämistä päiväkodeissa. Päälimmäisenä ajatuksena on saada liikutettua lasta muutenkin kuin liikuntatuntien aikana, sekä tuoda liikunta osaksi päiväkotipäivän arkea. Tarkoituksena on osoittaa, että liikunnan avulla on mahdollista opettaa ympäristökasvatusta ja näin saada tavallisista varhaiskasvatuksen opetustuokioista aktiivisia sekä lisätä päivän aikana syntyvän liikunnan määrää.

Tutkimus lähti liikkeelle omista kiinnostuksen kohteistamme käsin. Omat harrastuksemme liittyvät liikuntaan, sekä liikunnan ohjaukseen. Kiinnostus varhaiskasvatusliikuntaa kohtaan syveni opintoihimme kuuluvan soveltavan- ja luovan liikunnan kurssien myötä. Kurssien opettajan, opinnäytetyöohjaajamme Kati Karinharjun innostava ote varhaiskasvatusliikuntaa kohtaan lisäsi haluamme keskittyä varhaiskasvatusliikuntaan myös opinnäytetyössämme.

Ajatus liikuntapaketin tekemisestä opinnäytetyönämme heräsi Tutkivan ja kehittävän osaamisen kurssilla. Kurssilla teimme alustavan opinnäytetyösuunnitelman, jossa ajatuksemme liikuntapaketin tekemisestä vahvistui. Kestävän kehityksen ajatuksen liittäminen osaksi opinnäytetyötämme nousi kuitenkin esille myöhemmin keskusteltaessa opinnäytetyöohjaajamme kanssa.

”Kestävä kehitys on osa varhaiskasvatukseen kuuluvaa ympäristökasvatusta” (Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2009, 109). Lisäksi oppilaitoksesamme toimi vuosina 2010–2011 kestävästä kehityksen työryhmä ja oppilaitoksemme on profiloitunut ajatukseen kestävästä kehityksen liittämisestä osaksi ammattikorkeakoulun arkea. Tämä näkyy muun muassa oppilaitoksemme asettamissa yleisissä kompetensseissa, joissa yhdeksi eettisen osaamisen tärkeäksi tavoitteeksi on asetettu kestävästä kehityksen periaatteiden soveltaminen omassa toiminnassa. (Satakunnan ammattikorkeakou-

lun www-sivut 2011.) Näiden asioiden pohjalta päätimme liittää kestävän kehityksen osaksi opinnäytetyötämme. Koimme aiheen erittäin ajankohtaiseksi ja innostavaksi, koska kestävän kehityksen ja varhaiskasvatusliikunnan yhdistäminen oli meille uusi haaste.

Päivähoitojärjestelmä on ottanut tehtäväkseen lapsen kehityksen kokonaisvaltaisen edistämisen, johon liittyy myös motoriset taidot. Päivähoidossa lapsen liikunnalliselle kasvatukselle jää kuitenkin usein liian vähän tilaa, eivätkä puitteet tue lapsen liikuntakasvatusta. (Zimmer 2002, 103.) Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten mukaan lapsi tarvitsee joka päivä kaksi tuntia reipasta liikuntaa. Varhaiskasvattajien tulisi suunnitella ja järjestää monipuolisia ja tavoitteellisia liikuntatuokioita lapsille sekä ulko- että sisätiloissa. Ohjattua liikuntaa tulisi järjestää päivittäin ja lisäksi luoda lapsille mahdollisuudet omaehtoiseen liikkumiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö & Nuori Suomi ry 2005, 3.) Päiväkotiharjoittelujemme aikana koimme, että päiväkodissa järjestetään liian vähän ohjattua liikuntaa. Osa lapsista liikkuu omatoimisesti ulkoilun aikana, mutta ne lapset, jotka erityisesti liikuntaa tarvitsivat, eivät liiku.

Huolestuimme myös harjoittelujen aikana varhaiskasvattajien aktiivisuudesta liikunnan järjestämistä kohtaan. Ajattelimme, että valmiiksi suunnitellut liikuntatuokiot motivoisivat kasvattajia liikuttamaan lasta ja pitämään monipuolisia ja lapsen kokonaisvaltaista kehitystä tukevia tuokioita. Pidimme tärkeänä tuokioita suunniteltaessa, että ympäristökasvatuksellisten ja liikunnallisten tavoitteiden lisäksi tuokiot tukisivat lapsen kielellistä kehitystä. Kielellistä kehitystä tuokioissa tukevat aiheeseen virittävät aloituskeskustelut, tarina, lorulliset lopetukset, ohjeiden ja sääntöjen vastaanottaminen ja ryhmässä toimiminen. Pyrimme tarkkaan suunnitellulla liikuntapakettilla madaltamaan kynnystä liikuntatuokioiden järjestämistä kohtaan. Näin kasvattajan ei itse tarvitsisi kuluttaa aikaa tuokion suunnitteluun, vaan suunnitelmat olisivat toteutettavissa helposti kaikissa päiväkodeissa. Huomasimme myös, että päiväkodeissa on vaihtelevasti liikuntavälineistöä, joten yhtenäisten liikuntasuunnitelmien tekemisessä tulisi ottaa välineistö vahvasti huomioon.

Työelämän yhteistyökumppaniksi opinnäytetyölle valikoitui Porin kaupungin ympäristövirasto. Yhteistyömme alkoi tapaamisella ympäristövirastossa yhteyshenkilön,

ympäristösuunnittelija Heli Välimaan kanssa. Tapaamisessa tutustuimme Vihreä Lippu- ohjelmaan, josta löysimme liikuntapakettille sopivat teemat. Seuraavaksi osallistuimme Ympäristöviraston järjestämään Vihreä lippu- koulutustilaisuuteen, joka oli tarkoitettu Satakuntalaisten päiväkotien työntekijöille. Tilaisuudessa esittelimme opinnäytetyömme ja hankimme mahdolliset liikuntapaketin kokeilusta kiinnostuneet päiväkodit. Opinnäytetyömme sai iloksemme paljon kiinnostusta päiväkotien työntekijöiltä. Materiaalipaketin valmistuttua toimitamme sen kokeilusta kiinnostuneille päiväkodeille.

Materiaalipaketin tekemisessä käytämme apuna havaintojamme, aikaisempia liikuntakokemuksiamme, kurssimateriaaleja, aiheeseen liittyvää kirjallisuutta sekä lasten liikuntasuosituksia. Työn eteneminen on kuvattu taulukossa 1.

2 KESTÄVÄ KEHITYS

Ensimmäisen kerran kestävästä kehitystä käsiteltiin YK:n Brundtlandin komissiossa vuonna 1987. Komission tekemästä työstä alkoi prosessi, jonka avulla ajatus kestävästä kehityksestä monipuolistui ja levisi ympäri maailmaa. Ajatus kestävästä kehityksestä ulottuu nykypäivään ja näkyy myös kuntatasolla. Vuonna 1992 pidetyn YK:n ympäristö- ja kehityskonferenssin avulla kestävä kehitys politiikka tuli tiedostetummaksi yhä laajemmilla alueilla. Konferenssin tuloksena syntyi sitoumus, jossa hallitukset pyrkivät edistämään kestävästä kehitystä kansainvälisen yhteistyön lisäksi myös kansallisessa toiminnassaan. Konferenssin seurauksena vuonna 1993 syntyi YK:n kestävä kehitys toimikunta. Sittemmin kestävä kehitys politiikka on ajettu vahvasti eteenpäin. Muun muassa EU:n perustamissopimuksessa kestävä kehitys on asetettu yhdeksi päätavoitteeksi. Myös pohjoismaisella tasolla on pyritty tekemään kestävästä kehitystä edistävää työtä. (Vantaan kaupungin www-sivut 2011; Ympäristöministeriö 2012.)

2.1 Kestävä kehitys Suomessa

Kestävää kehitystä on edistetty Suomessa jo 1990-luvulta alkaen. Vuonna 1992 Suomi sitoutui YK:n ympäristö- ja kehityskonferenssissa tehtyihin päätöksiin kestävä kehityksen edistämisestä. Vuonna 1993 Suomeen perustettiin toimikunta edistämään kestävä kehityksen ajatusta. Toimikuntaa johti Suomen pääministeri. Suomessa ensimmäinen kestävä kehityksen ohjelma hyväksyttiin 1998. Suomen kansallinen kestävä kehityksen ohjelma hyväksyttiin vuonna 2006. Ohjelma ohjaa tekemään kestävä kehityksen mukaisia suunnitelmia ja ratkaisuja, koskien hyvinvointimme turvaamista luonnon suojelemisen puitteissa. Ohjelman tavoitteet ulottuvat vuodelle 2030 saakka. (Vantaan kaupungin www-sivut 2011; Ympäristöministeriö 2012.)

2.2 Kestävä kehityksen määrittelyä

Kestävälle kehitykselle löytyy useita eri määritelmiä. Eri lähteistä löydetty määritelmät kuitenkin sivuavat vahvasti toisiaan. Kestävää kehitystä ajatellaan helposti pelkästään ekologisesta näkökulmasta, vaikka siihen kuuluu myös monia muita näkökulmia. Jokainen ihminen pystyy omilla teoillaan edistämään kestävä kehitystä. Suurempien tavoitteiden saavuttamiseksi tarvitaan kuitenkin maailmanlaajuisia, alueellista ja kunnallista päätöksentekoa ja toimia. (Vantaan kaupungin www-sivut 2011; Ympäristöministeriö 2012.)

Yhteenvedonä eri lähteistä, kestävä kehitys määritellään usein kehitykseksi, jolla tyydytetään nykyhetken tarpeet ja turvataan samalla tuleville sukupolville hyvään elämään tarvittavat edellytykset. Kestävää kehitystä tulee tarkastella kolmesta eri näkökulmasta. Näkökulmat ovat: ekologisuus, taloudellisuus ja sosiaalisuus/yhteiskunnallisuus. (Hjerpe & Honkatukia 2005, 250; Ympäristöministeriö 2012.) ”Tämä tarkoittaa myös, että ympäristö, ihminen ja talous otetaan tasavertaisesti huomioon päätöksenteossa ja toiminnassa” (Ympäristöministeriö 2012).

Vuodet 2005 - 2014 ovat julistettu YK:n puolesta kestävä kehitystä edistävän koulutuksen vuosikymmeneksi. Tämän vuosikymmenen tavoitteena on saada juurrutettua

ajatus kestävästä kehityksestä kaikkien valtioiden opetusjärjestelmiin. Varhaiskasvatuksessa kestävä kehityksen ajatus kuuluu osaksi ympäristökasvatusta. (Järvinen ym. 2009, 109.)

2.3 Ympäristökasvatus

Lapsi tutkii innokkaasti ympäristöään ja oppii siitä jatkuvasti uusia asioita. Kasvua ja oppimista tapahtuu erilaisissa ympäristöissä, joista lapsi saa aineksia oppimiseensa. Ympäristöön tutustuminen on yksi varhaiskasvatuksen sisältöalueista. Ympäristökasvatuksen olennaisin osa on luontoon ja ympäristöön tutustuminen. Ympäristöön tutustuessaan lapsi oppii asioita havainnoimisen myötä mm. retkillä ja leikeissä. Pienten lasten ympäristökasvatuksessa tärkeinä oppimisvälineinä toimivat aistien käyttö ja elämysten kokeminen. Opitaan muotoja, värejä, ääniä, tuntuja, makuja ja hajuja. Luonnontuntemuksen kannalta on tärkeä oppia myös peruskäsitteet. Ympäristökasvatuksessa lapsen tulee uskoa oman toimintansa merkitykseen, sillä ilman sitä vastuuntunnon kehittyminen on lähes mahdotonta. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 1992, 42 - 44.) Myös Porin kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmassa tulee ilmi eettinen ja ekologinen vastuu, mikä kuitenkin jää varhaiskasvatussuunnitelmassa ainoastaan maininnan tasolle. (Koulutuslautakunta 2011, 11.)

Aikuisen esimerkillinen rooli ympäristökasvatuksessa on tärkeää. Lapsi omaksuu erilaisia arvoja jo varhaislapsuudessaan. Ympäristöä lähestymällä lapsi oppii ihmisen ja luonnon vuorovaikutuksesta. Lapsi oppii, mikä merkitys on vedellä, ilmalla ja aurinkolla ja ymmärtää mitä kaikkea ihminen tarvitsee elääkseen. Tärkeää on myös opettaa jo varhain miten voidaan tehdä arkiset toimet ja erilaiset valinnat niin, että säästetään ympäristöä. (Järvinen ym. 2009, 109 - 111.)

Ympäristökasvatus sisältää erilaisia toimintatapoja. Lapsille tärkeitä toimintatapoja ovat muun muassa leikki, retkeileminen ja tutkiminen. Ympäristökasvatuksessa on kuitenkin tärkeää jättää tilaa myös lasten omatoimiseen puuhailuun. Ympäristön muutokset kuten sade, pimeä ja pakkanen tuovat vaihtelua ympäristössä toimimiselle. Ympäristökasvatuksessa on myös tärkeää hyödyntää lasten omaa mielikuvitusta sekä toiminnassa, että välineissä. Hyvät ja toimintaan soveltuvat välineet ovat tärkei-

tä, mutta eivät välttämättä ole kalliita. Myös lasten luonnosta löytämät ”välineet” ovat usein tärkeimpiä aarteita. (Järvinen ym. 109 - 111.)

2.4 Vihreä lippu- ohjelma

Vihreä lippu on päiväkodeille, kouluille ja oppilaitoksille suunnattu kestävän kehityksen ohjelma. Sen tarkoitus on tukea kasvatustyötä tekeviä pitkäjänteiseen, tulokselliseen ja innostavaan toimintaan. Kestävän kehityksen eri näkökulmat toteutuvat Vihreä lippu- ohjelmassa. (Asikainen & Alasentie n.d.)

Vihreä lippu- ohjelma on osa kansainvälistä Eco- Schools- ohjelmaa. Ohjelma on erittäin laaja ja siihen kuuluu lähes kaikki Euroopan maat. Suomessa ohjelmasta vastaa Suomen ympäristökasvatuksen seura, joka on kehittänyt ohjelmaan maahamme sopivat toimintatavat ja materiaalit. (Asikainen & Alasentie n.d.)

Suomessa Vihreä- lippu projekti käynnistyi 1998. Silloin ohjelmaan lähti mukaan neljä koulua ja kaksi päiväkotia. Näissä oppilaitoksissa tulokset olivat erittäin hyviä. Vuonna 1999 Vihreä- lippu komitea myönsi kolmelle osallistujalle Vihreän lipun, joka tarkoittaa sitä, että oppilaitos on hyväksytysti toteuttanut Vihreä lippu- ohjelman mukaista toimintaa. Samana vuonna toiminta laajeni ja osallistujia oli jo noin seitsemänkymmentä, millä tavoitettiin noin neljätoistatuhatta oppilasta. (Suomen ympäristökasvatuksen seura ry 2011.)

Vihreä lippu ohjelmaan osallistuttuaan oppilaitos valitsee ympäristöraadin, joka koostuu lapsista tai nuorista ja aikuisista. Ohjelma sisältää kolme perusteemaa: vesi, energia ja jätteiden vähentäminen. Muita teemoja ovat: lähiympäristö, kestävä kulutus ja yhteinen maapallo. Näistä teemoista ympäristöraati valitsee yhden, jota lähtee toteuttamaan. Teeman valinnan jälkeen tehdään alkukartoitus, jossa selvitetään, esimerkiksi teeman ollessa vesi, oppilaitoksen veden kulutustottumuksia. Alkukartoituksen jälkeen asetetaan tavoitteet ja laaditaan toimintasuunnitelma. Vihreä lippu-toiminta jatkuu aina koko luku- tai kalenterivuoden ajan. Lopuksi suoritetaan loppukartoitus, jota verrataan alkukartoitukseen ja laaditaan raportti toiminnasta projektin aikana. Raportti lähetetään arvioitavaksi Vihreä lippu- toimikunnalle, minkä jälkeen

oppilaitos saa palautteen toiminnastaan. Toimikunta päättää raportin hyväksymisestä tai hylkäämisestä. Mikäli raportti hyväksytään, saa osallistuja käyttöönsä Vihreän lipun kahdeksi vuodeksi. Toimintaa jatketaan seuraavana lukuvuonna uudella teemalla. Lisäksi toimintaa pyritään kokoajan kehittämään paremmaksi. (Suomen ympäristökasvatuksen seura ry 2011.)

3 VARHAISKASVATUS PÄIVÄHOIDOSSA

Tässä osiossa käsittelemme varhaiskasvatusta ja sosiaalialan ammattilaista osana lasten päivähoitojärjestelmää. Osio pitää sisällään varhaiskasvatuksen ja erityisesti varhaiskasvatusliikunnan keskeisiä arvoja, tavoitteita ja päämääriä.

Varhaiskasvatus on määritelty monella eri tavalla. Varhaiskasvatuksen perusteet pohjautuvat varhaiskasvatuksen valtakunnallisiin linjauksiin, joista jokainen kunta on muotoillut omiin puitteisiinsa sopivat varhaiskasvatussuunnitelmat. (Koulutuslautakunta 2011, 6.) Varhaiskasvatuksen perusteiden (Stakes 2005, 11) mukaan varhaiskasvatus on kasvatuksellista vuorovaikutusta, jonka tavoitteena on edistää lasten tasapainoista kasvua, kehitystä ja oppimista. Tavoitteeseen päästäkseen on vanhempien ja kasvatuksen ammattilaisten tehtävä tiivistä yhteistyötä. Yhteistyö ja kasvatuskumppanuus nähdään ensisijaisena keinona luoda kasvatuksesta lapselle mielekäs kokonaisuus. (Stakes 2005, 11.)

3.1 Varhaiskasvatuksen arvot ja päämäärät

Porin kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmassa esiintyvät arvot ja päämäärät luovat pohjaa lapsen kokonaisvaltaiselle kasville ja kehitykselle. Suunnitelman mukaan kasvattajan tulee toimia arvojen ja päämäärien mukaisesti myös aktiivisena leikin, liikunnan ja tutkimisen toteuttajana. Tietoinen ja tavoitteellinen kasvatus luo pohjan yhteisen toimintakulttuurin syntymiselle. (Koulutuslautakunta 2011, 13 - 14.)

Porin kaupungin varhaiskasvatuksen arvot ovat asiakaslähtöisyys, luottamuksellisuus, erilaisuuden hyväksyminen ja myönteisyys. Asiakaslähtöisyyteen liittyy vahvasti perheen tukeminen kasvatustehtävässä ja erilaisten päivähoitotarpeiden toteuttaminen asiakkaan tarpeiden mukaisesti. Luottamuksen syntymiseen tarvitaan avoin ja rehellinen ilmapiiri. Päivähoidossa pitää vallita luottamus lasten ja henkilökunnan, sekä vanhempien välillä, jotta yhteistyö toimisi lapsen kasvatustavoitteiden mukaisesti. Erilaisuuden hyväksymisellä taas tarkoitetaan sitä, että lapsi ja perhe kohdataan yksilöllisesti perheen tarpeet huomioiden. Näin hyödynnetään kaikkien ammattilaisten voimavarat. Myönteisyydellä tarkoitetaan suhtautumista lapsen yksilölliseen taustaan tukemalla vuorovaikutuksen, leikin ja oppimisen iloa. (Koulutuslautakunta 2011, 11 - 12.)

Keskeisenä varhaiskasvatuksen päämääränä on hyvinvoiva lapsi. Hyvinvoinnin edellytyksenä nähdään turvallisuus, itsenäisyys ja sosiaalisuus. Päivähoidon tulee tarjota lapselle turvallinen ja kiireetön kasvuympäristö, jossa lapsi saa kokea onnistumisia ja epäonnistumisia. Päivähoidossa tuetaan lapsen itsenäistymistä ja aktiivisuutta oma-toimisuuteen kannustamalla. Myös lapsen sosiaalisia taitoja ja erilaisuuden hyväksymistä tulee kehittää yhdessä toimimalla. (Koulutuslautakunta 2011, 12 - 13.)

3.2 Sosiaalialan ammattilainen varhaiskasvattajana

Laki sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista määrittää, että sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinnon suorittanut ja varhaiskasvatukseen ja sosiaalipedagogiikkaan erikoistunut henkilö on pätevä toimimaan lastentarhanopettajana. (Laki sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista 272/2005 7§.)

Varhaiskasvatuksen kentällä toimii laaja eri ammattiryhmien verkosto. Lisäksi varhaiskasvatuksen ammattilainen toimii tiiviissä yhteistyössä lapsen ja hänen perheensä kanssa. Monialaisessa tiimissä toimimiseen vaaditaan hyvät vuorovaikutustaidot. Myös lapsen ja perheen ympärillä toimivan verkoston laajempi tunteminen helpottaa työskentelemistä. Lapsen ja perheen tilanteen ymmärtäminen mahdollisimman mo-

nelta eri kannalta takaa laadukkaan ja kokonaisvaltaisen tuloksen. (Järvinen ym. 2009, 93 - 96.)

Sosiaalialan ammattilaisen tuoma ammattitaito on hyvä lisä päiväkotimaailmaan. Sosiaalialan ammattilainen on omiaan havainnoimaan lapsen erilaisia tunteita ja tarpeita. Hän osaa kiinnittää huomiota lapsen vuorovaikutukseen, osallisuuteen ja erilaisiin kasvun riskitekijöihin. Sosiaalialan ammattilainen rohkaisee ja kannustaa lasta yhteisöllisyyteen. Hän osaa toimia vanhempien kanssa vuorovaikutuksessa kasvatuskumppanina. Hän kiinnittää huomiota myös koko päiväkodin työyhteisön yhteishenkeen ja pyrkii rakentamaan sitä vahvemmaksi. Sosiaalialan ammattilainen pyrkii myös luomaan yhteistyötä perheen ja muiden kasvatuksessa mukana olevien tahojen kanssa. Hän tuntee hyvin palveluverkoston ja osaa tarvittaessa ohjata perheitä tarvittavien palveluiden piiriin. Sosiaalialan ammattilainen pystyy myös toimimaan sujuvasti erilaisissa moniammatillisissa verkostoissa. (Sosionomi varhaiskasvatuksessa 2010.)

3.3 Varhaiskasvatusliikunta

”Päiväkotien liikuntakasvatus on yksi keskeinen ulottuvuus, jonka avulla lapsen kehitystä voidaan tukea” (Iivonen 2008, 45). Porin kaupungin varhaiskasvatussuunnitelman (Koulutuslautakunta 2011, 12) mukaan lapsi tarvitsee kokonaisvaltaisen kasvun ja kehityksensä tueksi turvallisuutta, itsenäisyyttä ja sosiaalisuutta. Suunnitelmassa kehoitetaan myös kasvattajaa olemaan aktiivinen leikin, tutkimisen, liikkumisen ja taiteen toteuttajana.

Varhaiskasvattajalla on myös vahva rooli lapsen itsetunnon kasvattajana. Itsetunnon osa-alueisiin kuuluu muun muassa fyysinen itsetunto, jonka kehittyminen perustuu lapsen omien fyysisten ominaisuuksien hahmottamiseen. Kasvattajan on hyvä havainnoida lapsen osallistumista liikuntaan, sillä sen avulla kasvattajan on helpompi arvioida, millaista tukea ja kannustusta lapsi tarvitsee. (Järvinen ym. 2009, 43.)

Lapsi tarvitsee joka päivä vähintään kaksi tuntia reipasta liikuntaa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 3). Liikunnalla on merkittävä rooli lapsen eri kehitysalueiden,

esimerkiksi minäkuvan ja itseluottamuksen kehittymisessä. Lapsen liikunnallista kehittymistä tukee parhaiten se, että hänelle annetaan mahdollisuus monipuoliseen liikkumiseen. (Poliklinikan www-sivut 2007.) Liikunnan avulla lapsi harjoittelee motorisia perustaitojaan erilaisissa virikkeellisissä ympäristöissä. Varhaiskasvattajien tulisi kannustaa lapsia liikkumaan ja tarjota heille päivittäin mahdollisuus monipuoliseen liikuntaan. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 3).

Päivittäinen liikkuminen on tärkeää lapsen terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Jo lapsena opittu liikunnallinen elämäntapa heijastuu lapsen myöhempään elämään. Lapsi tutustuu itseensä ja toisiin ihmisiin sekä ympäristöönsä luonnollisesti liikkumisen avulla. Liikunta kehittää lapsen oman kehon tuntemusta ja sen hallintaa. (Stakes 2011, 22.)

Kasvattajan rooli lapsen liikuntakasvatuksessa on tärkeä. Kasvattajan tulee luoda lapselle oivallinen ympäristö liikkumiseen. Ympäristöstä tulee poistaa liikkumista mahdollisesti haittaavat esteet ja opettaa lasta turvalliseen liikkumiseen. Kasvattajan vastuulla on myös vähän liikkuvien lasten innostaminen ja aktivoiminen. (Stakes 2011, 22.)

Lasta tulisi tukea omatoimiseen liikkumiseen mutta myös säännöllisellä ohjatulla liikunnalla on tärkeä rooli osana lapsen päivittäistä liikkumista. Erilaisten kasvatustyylien käyttö ja niiden yhdistäminen lasten liikuntakasvatuksessa auttavat kehittämään lapsen motoriikkaa. Lapsen motoriikan kehittymisestä tulisi lisäksi tehdä säännöllisesti havaintoja, jotta kasvattajat pystyvät yhdessä seuraamaan lapsen kehitystä. (Stakes 2011, 23.)

4 LEIKIN MERKITYS LAPSEN KOKONAISKEHITYKSELLE

“Lapsi oppii leikkiessään. Hän ei kuitenkaan koskaan leiki oppiakseen, vaan siksi, että leikki tuottaa hänelle iloa.” (Zimmer 2002, 69.) Alle kouluikäiselle lapselle leikki on ominainen toimintamuoto. Leikkiessään, lapsi syventyy leikkiin, eikä yleensä

huomaa ajankulua. Lapsi ei välttämättä huomaa, että tulee pimeä tai kylmä ja hän saattaa joskus jopa unohtaa käydä vessassa. Erilaisissa liikunnallisissa leikeissä lapsi myös usein syventyy tiettyyn toimintaan ja saattaa toistaa useita kertoja samoja liikkeitä antamatta ympäristön häiritä. (Zimmer 2002, 69.)

Eri-ikäiset lapset leikkivät eri tavoin. 4-6-vuotiaille lapsille ominaisia leikkimuotoja ovat muun muassa mielikuvitusleikit, roolileikit ja erilaiset helpohkot sääntö- ja kilpaleikit. Mielikuvitusleikeissä lapsi saattaa kuvitella tavaroille uusia käyttötarkoituksia, esimerkiksi hyppynarusta voi tulla käärme. Roolileikeissä lapset kuvittelevat itsellensä uuden roolin, joka on usein peräisin heidän omasta kokemusmaailmastaan, esimerkiksi lähipiiristä. Lapsi esittää leikeissään usein rooleja liikkumalla, jonka vuoksi roolileikit ovat mainio tapa toteuttaa liikuntakasvatusta. Roolileikkien avulla lapsi voi asettua myös häntä pelottavaan rooliin, kuten esimerkiksi vihaiseksi koiraksi ja tällä tavalla purkaa omia jännitteitään ja aggressioitaan. Sääntöleikeissä lapsi oppii pelien ja leikkien säännöt yleensä aikuisilta, mutta myös vanhempien lasten rooli on tässä suuri. Kun lapsi on oppinut jonkin leikin säännöt, on niistä pidettävä tiukasti kiinni. Lapsi saattaa hyvinkin suuttua, jos sääntöjä mennään muuttamaan. Jos sääntöjä kuitenkin haluaa muuttaa, on leikille parempi keksiä uusi nimi. (Zimmer 2002, 71 - 73.) Leikki vaikuttaa myös vahvasti lapsen sosiaaliseen kehitykseen. Kasvatukselliselta näkökannalta tärkeimpiä ovat sellaiset leikit, joissa lapsi joutuu ottamaan toiset huomioon, auttamaan muita ja ratkaisemaan yhdessä ongelmia. (Zimmer 2002, 81.)

”Kasvattajan tulee tietää lapsuuden eri kehitysvaiheista ja niihin liittyvistä kehityshaasteista ja kehitystehtävistä, jotta hän voi ymmärtää lapsen yksilöllistä kasvua ja kehitystä” (Järvinen ym. 2009, 57). Lapset ovat yksilöitä ja kehittyvät eri tahtia. Tärkeää on, että lapsi kohdataan yksilöllisesti ja että lapsen persoonallista kasvua ja kehitystä tuetaan. (Järvinen ym. 2009, 57.)

4.1 Karkea- ja hienomotoriikka

Lapsen kehityksen osa-alueet ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa. Näitä osa-alueita ovat fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen osa-alue. Kaikki osa-alueet vaikuttavat toi-

siinsa eivätkä kehity muista riippumatta. Fyysiseen kehitykseen liittyvät pituus, paino, luuston ja lihaksiston kehittyminen, elimien ja hermoston kasvaminen sekä kypsyminen ja kehittyminen. Fyysiseen kehitykseen kuuluu myös motoriikan kehittyminen. Motoriikan kehitys sisältää erilaisten liikkeiden kehittymisen ja se voidaan jakaa kahteen kehitysalueeseen, jotka ovat karkea- ja hienomotoriikka. Psykkiseen kehitykseen kuuluu kognitiivisuus ja emotionaalisuus, eli tiedollinen puoli ja tunteet. Sosiaalinen kehitys liittyy vahvasti psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden vuorovaikutukseen. Siihen kuuluvat myös empatia, moraalitieteet ja perusluottamuksen syntyminen. (Järvinen ym. 2009, 45 - 54.)

Lapsilta odotetaan tiettyjen motoristen taitojen kehittymistä asteittain lapsen kasvaessa. Karkeamotoriikalla tarkoitetaan suurten lihasryhmien hallintaa, kun taas hienomotoriikka mahdollistaa pienempien lihasten tarkkuuden. 4-vuotiaana lapsen odotetaan hallitsevan jo monia motorisia perustaitoja. 4-vuotiaana lapsen tulisi hallita karkeamotoriikan osa-alueelta muun muassa yhdellä jalalla seisominen, varpailla kävelyminen ja puomia pitkin tasapainoileminen. 5-6-vuotiaana lapsen karkeamotoriikka kattaa kävelyn, juoksun, hypyn, tasapainon, kierimisen, hiihdon, luistelun, pyöräilyn ja uinnin. Karkeamotoristen taitojen hallitseminen mahdollistaa hienomotoriikan kehittymisen, kuten kynän käytön ja napin kiinni saamisen. Karkea- ja hienomotoriikan kehittyminen kulkevat käsi kädessä, kuitenkin monet yksilölliset tekijät vaikuttavat niiden kehittymiseen. (Järvinen ym. 2009, 46.)

4.2 Kielellinen kehitys

Lapsi hankkii aisti- ja liikuntakokemuksillaan havaintoja ympäristöstä ja työstää sitä mielessään, mikä luo edellytyksiä kielen oppimiseen. Liikunta- ja aistikokemuksiin rakentuvat kaikki monimutkaisemmat oppimisprosessit. Päivähoidossa lapsen ilmaisykyvyn tukeminen on tärkeää kaikilla osa-alueilla. Liikunnassa kielellinen kehitys tulee helposti erilaisten leikkien, laulujen ja lorujen kautta. Kielen kehityksen kannalta on myös tärkeää, että liikuntaleikit osuvat lähelle lapsen kokemusmaailmaa. Näin lapsi on helpompi saada innostumaan leikistä ja samaistumaan siihen. Ääntä ja meteliä sisältävät leikit, joissa lapset pääsevät itse tuottamaan ääntä, kannustavat lasta puhumaan. Tällöin puheen opetteleminen tulee itsestään, eikä lapsi tunne erikseen har-

joittelevansa sitä. Näin puheen opettelemisesta tulee lapselle huomaamatta hauskaa. (Zimmer 2002, 65 - 66.)

5 LIIKUNTATUOKION SUUNNITTELU JA RAKENNE

”Varhaiskasvattajien tulee suunnitella ja järjestää tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta päivittäin” (Sosiaali- ja terveysministeriö ym. 2005, 3). Kun tuokio suunnitellaan rakenteeltaan selkeäksi ja se etenee tutun kaavan mukaisesti, syntyy liikuntatuokioille rutiini, jonka mukaan lapset oppivat toimimaan. Rutiinin noudattaminen luo liikuntatilanteisiin järjestystä sekä turvallisuuden tunnetta. On tärkeää, että lapset tietävät mitä tapahtuu ensin ja mitä sen jälkeen tehdään. (Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007, 204.)

Liikuntatuokiota suunniteltaessa pitää ensin ottaa huomioon tilojen ja välineiden varaus sekä niiden turvallisuus. Seuraavaksi tulee miettiä, mitä taitoja halutaan harjoittaa ja mitä sisältöjä tuokioon halutaan. Pitää myös ottaa huomioon lasten erilaiset tarpeet, kuten se, että joku saattaa tarvita enemmän apua. Tuokio tulisi myös suunnitella niin, että odottamista ja jonottamista tulisi mahdollisimman vähän. Näin lasten motivaatio säilyy koko tuokion ajan. (Nuori Suomi ry n.d.)

5.1 Aloitus

Liikuntatuokio kannattaa aina aloittaa samalla tavalla. Kun tuokio aloitetaan aina samalla tavalla, niin se luo lapsille turvallisuutta ja he osaavat orientoitua tuokion alkamiseen. Näin tilanne myös rauhoittuu ja sääntöjen ja ohjeiden jakaminen helpottuu. Lisäksi jokaisella kerralla toistuva aloitus auttaa lapsia jäsentämään tuokion kulua. Lapset tulisi virittää tuokion teemaan kertomalla, mitä tänään tehdään ja miksi. Tuokion teemaan virittämisessä voi käyttää apuna erilaisia lapsia innostavia kysymyksiä, kuten esimerkiksi: Muistatteko kun pelasimme hippaa? Miten sitä pelattiin? Tänään voisimmekin pelata vähän erilaista hippaa. (Nuori Suomi ry n.d.)

5.2 Alkulämmittely/energianpurku

Alkulämmittelyn tarkoituksena on saada lasten lihakset lämpimiksi. Alkulämmittelyssä lapset purkavat energiaansa liikkumalla mahdollisimman paljon, niin että lapset hengästyvät. (Nuori Suomi ry n.d.) Alkulämmittelyssä hengitys- ja verenkiertoelimistö aktivoituu ja hermosto ja lihakset heräävät toimintaan. Alkulämmittely tulisi aloittaa maltillisesti, jotta välttyttäisiin erilaisilta loukkaantumisilta. (Pasanen n.d.)

5.3 Harjoitusosa/toiminnalliset leikit

Harjoitusosa sisältää erilaisia toiminnallisia harjoituksia. Kerrataan vanhoja ja opitaan uusia taitoja. Harjoitusosassa voi olla useampia toiminnallisia harjoituksia. Toiminnallisia harjoituksia suoritettaessa on hyvä muistaa antaa lapselle palautetta hänen toiminnastaan. Lasta kannattaa kehua, kun hän toimii oikein. (Nuori Suomi ry n.d.)

5.4 Lopetus

Liikuntatuokio on hyvä lopettaa rauhalliseen toimintaan. Tuokion lopetus voi olla esimerkiksi venyttelyä tai rentoutumista. Tuokion päätyttyä on hyvä kerätä välineet yhdessä paikoilleen, näin lapset oppivat huolehtimaan tilojen ja välineiden siisteydestä. Tuokion jälkeen tulisi myös antaa lapsille palautetta. Rauhallinen tuokion lopetus helpottaa palautteen antoa. (Nuori Suomi ry n.d.) Rauhoittuminen toiminnan lopuksi saattaa myös helpottaa paluuta muihin toimiin. (Zimmer 2002, 138.)

5.5 Motivoinnin merkitys liikuntatuokion suunnittelussa

Motiiveilla tarkoitetaan sellaisia asioita, jotka innostavat ja yllyttävät lasta tiettyyn toimintaan. Tärkeitä lapsen käyttäytymiseen vaikuttavia motiiveja ovat muun muassa uteliaisuus, liikkumisen ja tutkimisen tarve, sekä liikkumisen tuoma ilo. Myös hyväksynnän-, uusien asioiden oppimisen- ja suorittamisen tarpeet nähdään tärkeinä

motiiveina. Kun lapselle suunnitellaan liikuntaa, on erittäin tärkeää ottaa motiivit huomioon. (Zimmer 2002, 78 - 79.)

Lapsen motivaatioon vaikuttaa myös erilaiset tilannekohtaiset virikkeelliset muuttujat. Lapsen motivaatiota voi säädellä esimerkiksi toiminnan haastavuus. Jos leikki on lapselle liian helppoa tai liian vaikeaa, saattaa lapsen motivaatio kärsiä. Motivaation kannalta tärkeää on myös leikin innostavuus ja uutuus. (Zimmer 2002, 79.)

Liikunnallisiin leikkeihin liittyy vahvasti suoritusmotivaatio. On erittäin yleistä, että lapset haluavat kilpailla erilaisilla asioilla kuten esimerkiksi, että kuka on nopein tai voimakkain. Herää kuitenkin kysymys, että onko lapsen kilpailunhalu vanhempien mallista ja odotuksista opittua vai nouseeko kilpailunhalu lapsesta itsestään. Jo muutamana vuoden ikäisissä lapsissa voidaan havaita merkkejä suoritusmotivaatiosta. Suoritusmotivaation syntyminen edellyttää kuitenkin, että leikki on lapselle mielekästä. Pitää myös muistaa, että suoritusmotivaatio ei liity pelkästään kilpailunhaluun, vaan esimerkiksi tehtävästä selviytymiseen mahdollisimman hyvin. Kun lapsella on suoritusmotivaatiota, hän lähtee innolla ja aktiivisella otteella mukaan leikkeihin. (Zimmer 2002, 80 - 82.)

6 TUTKIMUSOSA

6.1 Tutkimusote

Opinnäytetyömme menetelmä on toiminnallinen opinnäyte. Toiminnallinen opinnäytetyö sisältää itse toiminnallisen toteutuksen, joka voi olla esimerkiksi kirja, näyttely, materiaalipaketti tms. ja opinnäytetyöraportin eli koko työprosessin kirjallisen dokumentoinnin. Toiminnallisessa opinnäytteessä tulee myös olla teoreettinen viitekehys. Toiminnallisen opinnäytetyön tekijän on käytettävä tutkivaa ja kehittävää työotetta. (Falenius, Leino, Leinonen, Lumme & Sundqvist 2006.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistetään toiminnallisuus, teoreettisuus, tutkimuksellisuus ja raportointi. (Vilkkä 2010, 2.) Meidän opinnäytteessämme toiminnal-

lisuus ja teoreettisuus liittyvät liikuntapaketin toteutukseen teoreettisesta viitekehystä lähtien. Tutkimuksellisuus opinnäytteessämme liittyy liikuntapaketin tekoprosessiin. Prosessiin kuuluu idean kehittäminen, aiheen esittely työelämän yhteistyötahoille sekä materiaalipaketin suunnittelu ja toteutus. Raportointi sisältää koko tutkimuksen eri vaiheet ja niiden kirjallisen läpikäymisen. Työmme ei kuitenkaan sisältänyt käytännön toteutusta, vaan keskityimme teorian kautta mahdollisimman hyvän tuotoksen tekemiseen.

Tarkoituksenamme on tuottaa kattava varhaiskasvatusliikunnan materiaalipaketti tukemaan ympäristö- ja liikuntakasvatusta päiväkodeissa. Rajaamme tutkimuksemme päiväkodin 4-6-vuotiaisiin lapsiin.

6.2 Tavoitteet

Opinnäytetyömme tavoitteena on suunnitella ja toteuttaa päiväkotien tarpeita vastaavaa kestävästä kehityksestä tukeva liikuntapaketti niin, että kaikki päiväkodit voisivat toteuttaa sitä omissa puitteissaan. Paketin tavoitteena on tuoda liikunta- ja ympäristökasvatus lähemmäksi toisiaan. Materiaalipaketin on tarkoitus motivoida kasvattajia järjestämään päiväkotilapsille monipuolista, ohjattua liikuntaa varhaiskasvatusliikunnan suositukset huomioon ottaen, jotta myös vähänliikkuvien lasten liikkuminen lisääntyisi päiväkotipäivän aikana. Materiaalipaketti toteutetaan yhteistyössä Porin kaupungin ympäristöviraston kanssa. Teemat vesi, energia ja jätteiden vähentäminen saatiin Vihreä Lippu- ohjelmasta.

Työn tärkeimpänä tavoitteena on tuottaa lapsille heidän kehitystasonsa huomioon ottavaa, kehittävästä ja innostavaa toimintaa, jossa yhdistyvät liikkuminen ja ympäristökasvatus. Lapsen liikunta on kuitenkin leikkiä ja otamme sen huomioon liikunta-hetkisuunnitelmissamme. Lisäksi materiaalipakettimme tavoitteena on saada päiväkodit kiinnostumaan Vihreä – Lippu ohjelmasta, madaltaa kynnystä ohjatun liikunnan järjestämiseen päiväkodeissa ja sitä kautta vaikuttaa lapsen liikkumisen lisääntymiseen päiväkotipäivän aikana.

Liikuntakasvatuksen tavoitealueiden näkökulmasta tuokioidemme fyysisinä tavoitteina korostuvat energian purku ja motoriikan kehittyminen, kognitiivisena tavoitteena kielellinen kehitys ja sosiaaliaffektiivisena tavoitteena ryhmässä toimiminen. Tullevina varhaiskasvattajina pyrimme kasvattamaan ammatillista osaamistamme suunnitelmallisesta työskentelystä, ympäristökasvatuksesta ja kestäväen kehityksen ajatuksesta, varhaiskasvatuksesta sekä liikuntahetkisuunnitelmien tekemisestä.

6.3 Menetelmät ja työn etenemisen vaiheet

Ajatus liikuntapaketin toteuttamisesta opinnäytetyönämme syntyi kiinnostuksestamme varhaiskasvatusliikuntaa kohtaan. Idea kestäväen kehityksen liittämisestä osaksi työtämme nousi esiin ensimmäisessä opinnäytetyön suunnitteluseminaarissa. Opinnäytetyöohjaajamme myötä yhteistyötahoksi valikoitui Porin kaupungin ympäristövirasto, joka kiinnostui työstämme. Sovimme tapaamisen ympäristövirastoon, jossa tapasimme yhteyshenkilömme Heli Välimaan ensimmäistä kertaa. Tapaamisen aikana käsitys opinnäytetyömme sisällöstä selkiytyi ja työllemme syntyi teemat, jotka nousivat Vihreä Lippu- ohjelmasta.

Tapaamisen jälkeen perehdyimme teoriatietoon ja lähdimme kokoamaan työllemme teoriapohjaa. Haimme tietoa kestävästä kehityksestä, Vihreä Lippu- ohjelmasta, lasten ympäristökasvatuksesta, varhaiskasvatuksesta, varhaiskasvatusliikunnasta ja lapsen kehityksestä. Lähdimme etsimään tietoa kirjallisuudesta ja erilaisista internetlähteistä. Löysimme useita hyviä lähteitä kirjallisuudesta, joista päällimmäisenä mieleemme jäi kirja nimeltään Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Kirja sisälsi tärkeää tietoa varhaiskasvatuksen eri osa-alueista, ja lisäksi kirjasta löytyi myös varhaiskasvatuksen yhteys kestäväen kehitykseen. Käytimme kirjaa apunamme useissa työmme vaiheissa. Tietoa varhaiskasvatuksesta ja varhaiskasvatusliikunnasta löytyi runsaasti, kun taas kestävästä kehityksestä ja lasten ympäristökasvatuksesta tietoa oli haasteellisempaa löytää. Löysimme kuitenkin jokaiselta osa-alueelta luotettavaksi toteamiimme lähteitä. Internetistä tietoa etsiessämme olimme kriittisiä lähteiden luotettavuutta kohtaan. Pyrimme valitsemaan lähteiksi turvalliseksi kokemiemme tahojen ylläpitämiä sivustoja. Tällaisia olivat muun muassa kaupunkien nettisivut, erilaisten

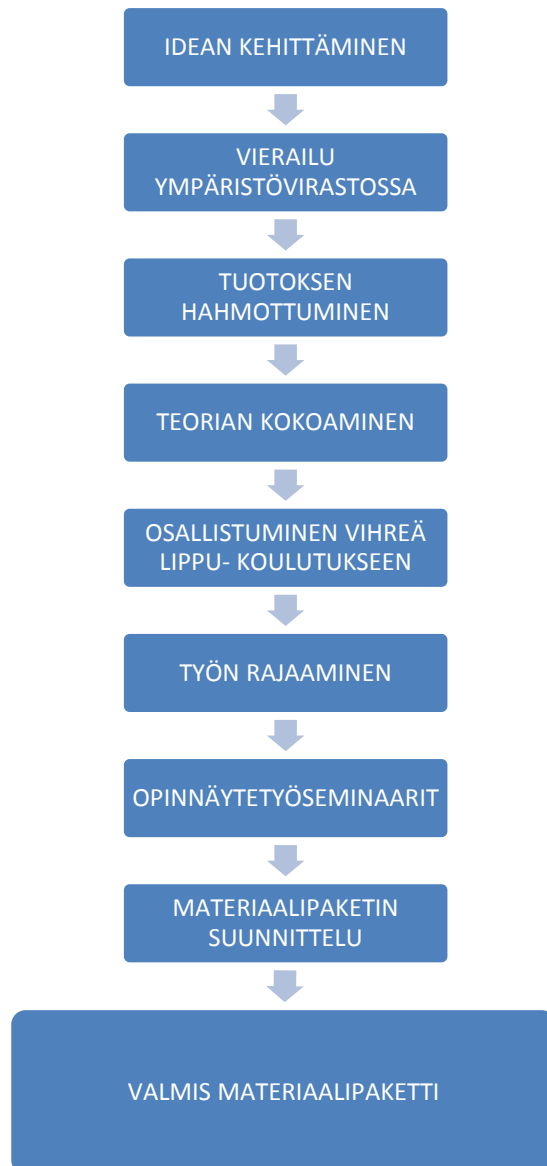
yhdistysten ja seurojen nettisivut, oppilaitosten nettisivut ja ympäristöministeriön ylläpitämät sivut.

6.4 Vihreä Lippu- koulutustilaisuus

Osallistuimme yhteyshenkilömme kautta ympäristöviraston järjestämään Vihreä Lippu- koulutustilaisuuteen. Tilaisuuteen osallistui kolmesta porilaista päiväkotia, kaksi päiväkotia Ulvilasta, neljä lastentarhanopettajaa Harjavallasta, Porin päivähoiton kasvatustoiminnan ohjaaja sekä Porin kaupungin ympäristöviraston jäteneuvoja. Tilaisuuteen osallistui yhteensä 32 henkilöä. Tilaisuudessa esittelimme opinnäytetyömme aiheen, joka sai paljon kiinnostusta. Tilaisuudessa jaettiin myös paljon materiaalia, josta löysimme muutaman työhömmme sopivan lähteen. Tilaisuudessa heränneen keskustelun pohjalta päätimme rajata tutkimuksemme päiväkodin 4-6-vuotiaisiin lapsiin. Päätimme jättää ulkopuolelle päiväkodin pienimmät, alle 4-vuotiaat lapset.

Koulutustilaisuuden jälkeen jatkoimme teorian työstämistä. Teorian työstämisvaihetta tuki opinnäytetyöseminaarit, joista saimme apua työn etenemiseen sen eri vaiheissa. Kun olimme keränneet riittävästi teoriaa, aloitimme materiaalipaketin tarkemman suunnittelun ja kokoamisen. Materiaalipaketin valmistuminen eteni eri vaiheiden kautta. Ensimmäisessä vaiheessa suunnittelimme paketin rungon. Tämän jälkeen aloimme työstää jokaista teemaa, ja jaoin teemat kahteen tuokioon. Sen jälkeen suunnittelimme jokaiseen tuokioon aloituksen, toiminnalliset leikit/pelit sekä lopetuksen. Lopuksi viimeistelimme tuokiot ja niissä esiintyvien toimintojen järjestyksen.

6.5 Taulukko 1.



6.6 Materiaalipaketin suunnittelun lähtökohdat

6.6.1 Teemat ja tuokion rakenne

Liikuntapakettissamme esiintyvät leikit pohjautuvat teoriaosuudessamme käsiteltyihin asioihin. Vihreä Lippu- ohjelmasta nousseet pääteemat: vesi, energia ja jätteiden vähentäminen asettivat työllemme kehyksen pakettia suunniteltaessa. Tutustuimme teemoihin saadaksemme pohjaa leikkien suunnitteluun. Teemat loivat työllemme selkeän suunnan. Lähdimme etsimään tietoa myös liikunnan ohjaamisesta sekä tuokion rakenteesta. Päädyimme käyttämään Nuoren Suomen nettisivuilta löytyvää liikuntatuokion rakennepohjaa, koska Nuoren Suomen nettisivut olivat tulleet meille tutuiksi opiskelujemme aikana. Työmme edetessä kävimme useita keskusteluja opinnäytetyöohjaajamme kanssa.

6.6.2 Ohjaaja-, väline- ja tilaresurssit

Liikuntatuokioita suunniteltaessa jouduimme ottamaan huomioon useita eri asioita, kuten päiväkodin henkilökunnan määrä sekä liikuntatuokioissa käytettävät välineet ja tilat. Suunnittelimme tuokiot niin, että yksi ohjaaja pystyisi ne toteuttamaan lasten kanssa, kuitenkin ohjattavien lasten määrästä riippuen. Turvallisuuden vuoksi, lasten määrän ollessa suuri, esimerkiksi yli kaksitoista lasta, suosittelemme toista ohjaajaa avuksi tuokion vetämiseen. Tuokiot on suunniteltu niin, että niitä on mahdollista toteuttaa niin pienen kuin suuremman ryhmän kanssa. Pidimme tuokioita suunniteltaessa tärkeänä sitä, että lapset pystyisivät halutessaan jatkamaan leikkiä vapaan toiminnan aikana. Myös ohjatun leikin aikana pyrimme antamaan tilaa lasten omalle mielikuvitukselle. Voisimmekin kuvitella lasten jatkavan esimerkiksi merihevosleikkiä vielä tuokion jälkeen.

Tärkeänä osana työtämme näimme liikuntahetkissä käytettävät välineet. Pyrimme pitämään huolen, että jokainen päiväkotipyynti pystyisi toteuttamaan tuokioita niin, ettei niistä syntyisi päiväkodille lisäkuluja. Pyrimme käyttämään tuokioissa sellaisia välineitä, joita löytyisi kaikista päiväkodeista. Käyttämällä samoja välineitä eri tarkoituksissa vähensimme syntyvän jätteen määrää, sekä työntekijöiden työtaakkaa. Käy-

timme hyväksi kierrätyspahvia, erilaisia leluja, mielikuvitusta ja pihasta löytyviä elementtejä.

Yksi tärkeä tekijä tuokioita suunniteltaessa oli päiväkodin tilat. Sovitimme useat liikuntaleikit erityisesti ulkotiloihin sopiviksi, koska ulkona lapsi tutustuu ympäristöönsä ja kokee erilaisia asioita. Ulkotila on oivallinen paikka toteuttaa ympäristökasvatusta liikunnan avulla niin, ettei lapsi ajattele siirtyvänsä liikuntatunnille, vaan kokee pääsevänsä tutkimaan ympäristöä ja oppimaan uutta myös tuttujen oppitilojen ulkopuolella. Lisäksi päädyimme ulkotilojen käyttöön sen vuoksi, että ulkona temmeltäminen on lapsille usein erityisen tärkeää. Kuitenkin pakettimme tuokioita on mahdollista toteuttaa myös sisätiloissa. (Järvinen ym. 2009, 109 - 110.)

6.6.3 Toiminnan selkeys ja turvallisuus

Otimme turvallisuuden huomioon jokaista tuokiota suunniteltaessa. Pyrimme miettimään jokaisessa leikissä mahdolliset riskitekijät ja minimoimaan ne. Lasten liikuttamisessa on aina omat riskinsä pieniin haavereihin, esimerkiksi törmäämisiin ja kaatumisiin. Tämän vuoksi päätimme valita tuokioihimme lapsille jo ennestään tuttuja leikkejä, kuitenkin hieman muunneltuina ja uudistettuina versioina. Lisäksi pyrimme useissa leikeissä ottamaan huomioon leikin kulkusuunnat ja rajaukset. Kiinnitimme huomiota myös siihen, että leikkien säännöt ja ohjeet olisivat mahdollisimman yksinkertaisia ja selkeitä niin, että ne olisi helppo ymmärtää, niiden antamiseen menisi mahdollisimman vähän aikaa ja että lasten mielenkiinto säilyisi. Leikkeihin valitsemamme välineet nousivat esille kestävän kehityksen ajatuksesta. Pyrimme valitsemaan sellaisia välineitä, joiden kanssa on turvallista juosta ja temmeltää. Otimme mukaan joitain epätavallisiakin esineitä, kuten metallisia purkin kansia, jotta teemamme tulisi vahvemmin esille ja jotta ympäristökasvatus saataisiin leikkiin selkeämmin mukaan. (Nuori Suomi ry n.d.)

6.6.4 Kohderyhmän ikä ja kehitysvaiheet

Suunnittelimme liikuntatuokiot 4-6-vuotiaille lapsille. Otimme huomioon lasten ikätasolle ominaiset leikitavat. Kuten jo teoriassa mainitsimme, niin tämän ikäisille

lapsille ominaisia leikkitapoja ovat mielikuvitus- ja roolileikit, sekä helpohkot sääntö- ja kilpailuleikit. Pyrimme kuitenkin välttämään liiallisen kilpailun syntymistä, minkä vuoksi leikeissämme ei ole häviäjiä. Suunnittelimme leikit myös niin, ettei niistä tipu pois, koska mielestämme on tärkeää, että kaikki lapset saavat liikkua tuokion aikana mahdollisimman paljon. (Zimmer 2002, 71 - 73.)

Suunnittelemissamme leikeissä lapset pääsevät käyttämään paljon mielikuvitustaan. Samojen välineiden monipuolinen käyttö eri tarkoituksissa edesauttaa osaltaan lasten mielikuvituksen syntymistä. Esimerkiksi vanhojen sanomalehtien sivuista syntyy saaria päiväkodin pihaan. Leikeissä lapset ottavat omakseen erilaisia rooleja, jotka vaativat myös mielikuvituksen käyttöä. Toisessa leikissä lapset ovat kaloja ja toisessa esimerkiksi ratsastajia. (Zimmer 2002, 71 - 73.)

Koska 4-6-vuotias lapsi pystyy jo ymmärtämään helpohkoja leikkien ja pelien sääntöjä, pyrimme valitsemaan leikkejä, joissa on yksinkertaiset säännöt. Valitsimme kuitenkin sellaisia leikkejä, jotka ovat riittävän haasteellisia lapsen kehitystasoon nähden. Säännöt leikeissä kehittävät lapsen kykyä omaksua muitakin sääntöjä päiväkodissa ja kotona. Lisäksi sääntöjen sisäistäminen kehittää lapsen kielellisiä ominaisuuksia. (Zimmer 2002, 71 - 73.)

6.7 Tuloksena valmis liikuntapaketti

Materiaalipaketistamme tuli 25-sivuinen paketti, joka koostuu tuokioiden toteuttamiseen liittyvistä käytännön ohjeista ja kuudesta liikuntatuokiosuunnitelmasta. Lisäksi paketin loppuun on liitetty tuokion toteuttamiseen tarvittavia kuvia. Tuokion toteuttamiseen liittyvät käytännön ohjeet sisältävät tietoa aloituksesta, teemaan virittämisestä, pareihin ja ryhmiin jaosta, välineistä ja materiaaleista, tiloista ja lopetuksesta. Liikuntatuokiosuunnitelmat liittyvät kolmeen Vihreä-lippu ohjelmasta nousseeseen pääteemaan. Teemat ovat vesi, energia ja jätteiden vähentäminen. Jokaista teemaa kohden on kaksi erilaista liikuntatuokiosuunnitelmaa, jotka tukevat toisiaan.

Materiaalipaketissa päädyttiin kahteen tuokioon jokaista teemaa kohden siksi, että mielestämme yksi tuokio yhtä teemaa kohden olisi ollut liian suppea tapa käsitellä

tärkeitä ympäristökasvatukseen liittyviä teemoja. Kun yhtä teemaa käsitellään kahden kertaan, niin uskomme, että se jää paremmin lasten mieleen. Lisäksi yhden teeman ympärille suunnitellut erilliset tuokiot täydentävät toisiaan ja ne on suunniteltu pidettäväksi peräkkäin kuitenkin eri ajankohtina. Pohdimme myös kolmen tuokion suunnittelua jokaiseen teemaan, mutta koimme sen olevan liian työlästä opinnäytetyömme ajan puitteisiin nähden. Lisäksi koimme mielenkiintoisten ja uusien liikuntaleikkien suunnittelemisen haasteelliseksi kahden aikaisemman tuokion lisäksi, minkä vuoksi koimme työn rajaamisen tarpeelliseksi.

Jokainen liikuntahetkisuunnitelma sisältää aiheeseen virittävän aloituksen, energian purun, yhden tai useamman teemaa tukevan toiminnallisen leikin ja lorullisen lopetuksen. Lisäksi muutama tuokio sisältää loppurentoutuksen. Tuokion rakenteessa otimme huomioon Nuoren Suomen käyttämän mallin tuokion kulusta. Jokaisella tuokiollamme on selkeä samanlainen aloitus. Jokainen tuokio alkaa piiristä. Lapset viritetään heti aloituksessa tuokioon kertomalla, mitä ollaan tekemässä. Jokainen tuokion osa liittyy vahvasti teemaan ja tuokioillamme on aina ympäristökasvatukseen liittyvä opetus.

Tuokiomme alkavat ohjaajan johtamalla, aiheeseen virittävällä keskustelulla. Olemme liittäneet pakettiimme ohjaajaa helpottavia kysymyksiä, jonka avulla hän voi johdatella keskustelun kulkua tuokion teemaa kohden. Teemaan virittäviä kysymyksiä ovat muun muassa: Mistä kaikesta tulee roskaa? Mihin päiväkodin roskat menevät? Mihin kotona tulleet roskat menevät? Yhteen tuokioistamme olemme keksineet tarinan, joka virittää aiheeseen. Tarinassa seikkailevat myös päiväkodin lapset. Näin saamme lapset tuntemaan aiheen heille läheiseksi.

Aloituksen jälkeen tuokiot jatkuvat energian purulla. Energian purku sisältää jonkin vauhdikkaan leikin, jossa lapset pääsevät hengästymään. Energianpurkuleikki on joka tuokiossa erilainen. Energianpurkuleikkeinä olemme käyttäneet esimerkiksi erilaisia hippaleikkejä, koska niissä lapset pääsevät liikkumaan vauhdikkaasti. Olemme muunnelleet tavallista hippaleikkiä usealla eri tavalla. Hippaleikki on muuttunut esimerkiksi vesihipaksi ja roskahipaksi. Keksimme hipoille kokonaan uudet nimet koska, teoriassa mainitsimme siitä, että lapset ovat yleensä todella tarkkoja tuttujen leikkien säännöistä ja jos niitä menee muuttamaan, on melkein parempi keksiä leikille

uusi nimi. Pyrimme keksimään leikkien nimet teeman mukaisiksi. Myös kiinniottajan ja kiinniotettavien nimet muuttuivat esimerkiksi niin, että hippana toimi Roska-Remu ja kiinniotettavat olivat roskia. Pyrimme tällä myös ruokkimaan lasten mielikuvitusta. Pyrimme kiinnittämään näihin asioihin huomiota jokaisen tuokion eri leikeissä.

Jokaisen tuokion toiminnallinen osio sisältää yhden tai useamman teemaan sopivan liikunnallisen leikin. Toiminnallisen osion leikit sisältävät leikkejä, joissa harjoitetaan erilaisia liikunnallisia ja ympäristökasvatukseen liittyviä taitoja, erilaisia sosiaalisia perustaitoja kuten ryhmässä/pareittain toimimista sekä sääntöjen kuuntelemista ja noudattamista. Leikeissä harjoitellaan liikkumista eri tavoilla kuten juosten tai hyppien. Lisäksi niissä harjoitellaan muun muassa tasapainoa, tarkkuutta ja heittämistä. Pyrimme valitsemaan mahdollisimman monipuolisia leikkejä, koska lapsi tarvitsee monipuolista liikuntaa.

Toiminnallisen osion jälkeen on lopetus. Jokaisen tuokiomme lopetus on lorullinen. Olemme itse kehitelleet jokaiselle temalle sopivan runon, joka sisältää opetuksen ja kokoaa leikin ympäristökasvatuksellisen idean. Jokainen loru on lyhyt ja yksinkertainen ja tämän vuoksi lapsen on helppo oppia se. Muutama tuokion lopetus sisältää myös rentoutuksen, joiden tarkoituksena on helpottaa tuokion lopetusta ja muihin puuhiin siirtymistä.

7 POHDINTA

Mielestämme materiaalipaketti tukee hyvin päiväkotien ympäristökasvatuksellisia ja liikunnallisia tavoitteita ja niiden toteutumista. Olemme sitä mieltä, että materiaalipaketin avulla työntekijöiden on helpompi järjestää lapsille monipuolista, heidän kehitystasoansa vastaavaa ja motorisia perustaitoja kehittävää liikuntaa, joka tukee ympäristökasvatusta. Perustelemme tämän sillä, että materiaalipaketti sisältää valmiita toiminnallisia tuokioita, joita on helppo toteuttaa, ja joissa on otettu huomioon muun muassa varhaiskasvatussuunnitelmassa esiintyvät liikunnalliset ja ekologiset tavoitteet.

Valmis materiaalipaketti lähetetään Porin kaupungin ympäristövirastolle, josta yhteishenkilömme Heli Välimaa lähettää sen eteenpäin päiväkodeille, jotka ilmoittivat kiinnostuksensa materiaalipakettia kohtaan Vihreä Lippu- koulutustilaisuudessa. Materiaalipaketti on matalan kynnyksen väline liikunnan ja ympäristökasvatuksen saattamiseksi lähemmäs toisiaan. Materiaalipaketti tulisi säilyttää päiväkodissa kaikkien saatavilla, niin, että jokainen päiväkodin työntekijä voi hyötyä siitä. Materiaalipaketti on tarpeellinen myös niille päiväkodin työntekijöille, joilla ei välttämättä ole aikaisempaa kokemusta liikunnan ohjaamisesta, koska paketti sisältää myös perusohjeita tuokioiden ohjaamiseen liittyen. Tällaisia ohjeita ovat muun muassa tuokion aloittaminen, teemaan virittäminen, pareihin ja ryhmiin jako sekä tuokion lopetus. Materiaalipaketista on hyötyä myös Ympäristövirastolle, koska se kannustaa päiväkoteja ympäristökasvatukseen toteuttamiseen kestävän kehityksen ajatus mielessä pitäen. Materiaalipaketti tuo tutuksi myös Vihreä Lippu- ohjelmaa, koska materiaalipaketimme kolme teemaa liittyvät ohjelmassa esiintyviin teemoihin.

Kokonaisuudessaan materiaalipakettia voi hyödyntää jokainen omalla tavallaan päiväkodin rytmiin sopivaksi. Materiaalipaketista voi poimia myös yksittäisiä leikkejä päiväkodin eri tilanteisiin. Tuokioista nousseita teemoja voi halutessaan käsitellä laajemminkin. Teeman voi liittää myös muihin päiväkodissa toteuttaviin luovan toiminnan hetkiin, kuten esimerkiksi piirustushetkeen tai askarteluun. Näin materiaalipaketista noussut teema kulkisi läpi koko päivän tai vaikka pidemmänkin ajan.

Työmme alussa mielessämme oli erilaisten tee-se-itse välineiden suunnittelu ja valmistus. Aloimme kuitenkin pohtia asiaa tarkemmin, koska työllemme loi haasteita välineiden lisäksi myös liikuntahetkissä esiintyvät teemat. Halusimme pitää huolen, että jokainen päiväkotipystyisi toteuttamaan tuokioita niin, että niistä ei tulisi päiväkodille lisäkuluja. Huomioimme esimerkiksi sähkön ja veden kulutuksen sekä jätteen syntymisen. Pyrimme käyttämään tuokioissa sellaisia välineitä, joita löytyisi kaikista päiväkodeista. Käyttämällä samoja välineitä eri tarkoituksissa vähensimme syntyvän jätteen määrää, sekä työntekijöiden työtaakkaa. Käytimme hyväksi kierrätispahvia, erilaisia leluja, mielikuvitusta ja pihasta löytyviä elementtejä.

Välineiden lisäksi jouduimme pohtimaan myös päiväkodin muita resursseja. Näitä olivat päiväkodin sisä- ja ulkotilat ja henkilökunnan määrä. Päädyimme sovittamaan

useat liikuntaleikit erityisesti ulkotiloihin sopiviksi, koska olimme molemmat kiinnittäneet huomiota harjoittelujemme aikana päiväkotien pieniin sisätiloihin. Lisäksi koimme ulkoliikunnan olevan erityisen tärkeää ja mieluista lapsille, sekä tärkeää luontoon ja ympäristöön tutustumisen kannalta. Kuitenkin liikuntaleikkejä on mahdollista toteuttaa mielikuvituksen mukaan sekä ulko- että sisätiloissa.

Mielestämme onnistuimme melko hyvin suunnittelemaan liikuntaleikit teemojen ympärille. Teemat loivat kuitenkin työllemme haastetta ja liikuntaleikkien suunnittelu vei paljon aikaa tutkimuksemme kokonaistyömäärästä. Mielestämme haastavaa oli saada liikuntaleikeistä lapsille mieluisia ja samalla ympäristökasvatusta opettavia, sekä päiväkodin tarpeisiin vastaavia. Pohdimmekin, että olisimmeko onnistuneet tekemään paketista vielä paremmin päiväkotien tarpeita vastaavan, jos olisimme hakenneet teemat päiväkodeista. Olimme kuitenkin tyytyväisiä valitsemaamme ratkaisuun tehdä paketti yhteistyössä Satakunnan ympäristöviraston kanssa. Lisäksi mielestämme Vihreä Lippu-ohjelmasta nousseet teemat olivat selkeät ja tarpeeksi yksinkertaiset päiväkodissa toteutettaviksi.

Materiaalipaketimme tuokiot sisälsivät erilaisia tavoitteita. Tavoitteita olivat energian purku, motoristen perustaitojen kehittyminen, kielellinen kehitys sekä ryhmässä ja pareittain toimiminen. Mielestämme tavoitteet toteutuivat hyvin. Pyrimme aloittamaan tuokiot selkeällä aiheeseen virittävällä aloituksella. Aloituksen jälkeen toiminta jatkuu energiaa purkavilla leikeillä, joissa lapset pääsevät hengästymään. Motoriikan perustaitojen kehittyminen liittyy kaikkiin tuokion osiin. Pyrimme suunnittelemaan leikit niin, että niissä harjoitetaan erilaisia motorisia taitoja kuten pujottelua, hyppeilyä, tasapainoilua ja juoksua. Kielelliset tavoitteet täyttyvät tuokioissa muun muassa teemaan virittävässä keskustelussa, tuokioon liittyvässä tarinassa, lorullisissa lopeuksissa ja ohjeiden sekä sääntöjen kuuntelemisessa. Tuokiot sisältävät leikkejä, joissa lapset toimivat yhdessä, yksin sekä pareittain ja näin lapsi oppii toimimaan erilaisissa ryhmissä. Lasten toimiessa ryhmässä, jossa on eri-ikäisiä (4-6-vuotiaita) lapsia, he oppivat ottamaan huomioon muut lapset ja huolehtimaan muun muassa siitä, etteivät pienemmät lapset jää jalkoihin.

Toivomme, että paketistamme on hyötyä päiväkotien ympäristö- ja liikuntakasvatuksessa, sekä niiden yhteen saattamisessa. Olemme sitä mieltä, että pakettimme on

hyödyllinen materiaali päiväkoteihin ja toivomme, että kasvattajat saavat siitä innostusta ja lisää ideoita liikunta- ja ympäristökasvatuksen toteuttamiseen. Paketista tuli sellainen kuin olimme suunnitelleet ja toivomme, että päiväkodit käyttävät sitä ahkerasti. Paketissa näkyy sosiaalialan ammattilaisen monipuolinen osaaminen varhaiskasvatuksen eri osa-alueilta. Hyödynsimme oppeja mm. luovan toiminnan käyttämisestä sosiaalipedagogisena välineenä liikuntapaketin tuokioita suunnitellessamme. Luova toiminta näkyy tuokioissa lasten mielikuvituksen huomioon ottamisessa, välineiden valinnoissa ja niiden työstämisessä sekä lorussa ja leikeissä. Sosiaalialan osaaminen näkyy myös eri valinnoissa ja ratkaisuissa, joita teimme tuokioihin ja niiden toimivuuteen liittyen. Kiinnitimme valinnoissamme huomiota myös lasten osallistamiseen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen, mikä näkyy esimerkiksi parien valinnoissa.

Projektina paketin suunnitleminen ja toteuttaminen antoi meille paljon uutta tietoa kestävästä kehityksestä ja sen soveltamisesta varhaiskasvatukseen. Lisäksi projekti avasi meille kokonaisuudessaan varhaiskasvatuksen kenttää. Projektin aikana opimme myös paljon suunnitelmallisesta parityöskentelystä ja siitä, kuinka haastavaa on löytää molemmille sopiva aikataulus. Haasteita loi myös itsenäisen- ja yhteisen työskentelyn tasapainottaminen ja molempia miellyttävien ratkaisujen löytäminen. Projektin kuluessa kehityimme kuitenkin muun muassa kompromissien tekemisessä ja yhteistyö sujui meiltä hyvin. Koemme myös, että erilaiset taustamme lasten kanssa työskentelystä auttoivat luomaan materiaalipaketista selkeän niin, että sekä kokeneemmat kuin aloittelevatkin ohjaajat kokisivat sen käytön mielekkääksi. Tällä tarkoitamme sitä, että materiaalipaketin tuokioita kirjoittaessamme keskustelimme monessa kohtaa siitä, onko tekstimme ymmärrettävissä vai pidämmekö joidenkin asioiden ymmärtämistä ehkä liiankin itsestään selvänä. Ajattelimme, että työtämme voisi jatkaa tutkimalla materiaalipaketin hyödyntämistä ja käyttöönottoa päiväkodeissa.

LÄHTEET

Asikainen, H-M. & Alasentie, A. n.d. Vihreä lippu. Paperinkeräys Oy.

Falenius, M., Leino, M., Leinonen, R., Lumme, R. & Sundqvist, L. 2006. Monimuotoinen/toiminnallinen opinnäytetyö. Viitattu 16.1.2012.

<http://www.amk.fi/opintojaksot/030906/1113558655385/1154602577913/1154670359399/1154756862024.html>

Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. 2007. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Hjerppe, R. & Honkatukia, J. 2005. Suomi 2025 kestävän kasvun haasteet. Saarijärvi: Gummerus kirjapaino Oy.

Ivonen, S, 2008. Early steps-liikuntaohjelman yhteydet 4-5-vuotiaiden päiväkotilasten motoristen perustaitojen kehitykseen. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto.

Järvinen, M., Laine, A. & Hellman-Suominen, K. 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Koulutuslautakunta. 2011. Porin kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma. Viitattu 16.1.2012.

http://www.pori.fi/material/attachments/koulutusvirasto/5yJ2T4zLI/VASU_7.4.2011.koulutsltk_hyvaksymadoc.pdf

Laki sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista. 2005. L 29.4.2005/272.

Nuori Suomi ry. Yksittäisen liikuntatuokion suunnittelu. Viitattu 15.5.2012.

<http://www.suunnittelenliikuntaa.fi/NuoriSuomi/Etusivut/nuorisuomi/>

Pasanen, K. n.d. Verryytelyjen merkitys. Viitattu 31.10.2012.

<http://www.terveurheilija.fi/kymppiympyra/monipuolinenliikuntajaurheilu/verryttelyjenmerkitys>

Poliklinikan www-sivut. Viitattu 16.1.2012.

<http://www.poliklinikka.fi/?page=5331684&id=5934125>

Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut. Viitattu 16.1.2012.

http://www.samk.fi/samk-esittely/kestava_kehitys

Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö & Nuori Suomi ry 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Helsinki: Yliopistopaino Oy.

Sosionomi varhaiskasvatuksessa. 2010. Viitattu 14.9.2012.

<http://www.talentia.fi/materiaalit/julkaisut>

Stakes. 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Gummerrus kirjapaino Oy:

Saarijärvi. Viitattu 15.2.2012 <http://www.thl.fi/thl-client/pdfs/7eef5448-e8a3-4887-ab97-19719ea74066>

Suomen ympäristökasvatuksen seura ry. 2011. Eco schools. Viitattu 2.2.2012.
<http://www.vihrealippu.fi/vl/mika/eco-schools>

Suomen ympäristökasvatuksen seura ry. 2011. Vihreä lippu -projektin vaiheet. Viitattu 2.2.2012. <http://www.vihrealippu.fi/vl/mika/projektinvaiheet>

Vilka, H, 2010. Toiminnallinen opinnäytetyö. Viitattu 15.3.2012.
http://vilka.fi/hanna/Toiminnallinen_ont.pdf

Vantaan kaupungin www-sivut. Viitattu 15.1.2012. <http://www.vantaa.fi/>

Ympäristöministeriö 2012. Kestävä kehitys. Viitattu 15.1.2012.
www.ymparisto.fi/kestavakehitys

Zimmer, R. 2002. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Kirjapaino Oy.

LIITE 1