



Ihan pihalla -Pedagogisen pihatoiminnan kehittäminen varhaiskasvatuksessa

Taru Mitzner

2020 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Ihan pihalla - Pedagogisen pihatoiminnan kehittäminen varhaiskasvatuksessa

Taru Mitzner
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
Maaliskuu 2020

Taru Mitzner

Ihan pihalla -Pedagogisen pihatoiminnan kehittäminen varhaiskasvatuksessa

Vuosi

2020

Sivumäärä 62

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää pedagogista pihatoimintaa varhaiskasvatuksessa koostamalla ammatillista tietoa ja antamalla toimintaideoita kasvattajien käyttöön. Tavoitteena oli monipuolistaa pihalla tapahtuvaa toimintaa ja lisätä pihan hyödyntämistä oppimisympäristönä. Opinnäytetyössä oli yhteistyökumppanina kunnallinen päiväkotikoti Vantaalla. Kehittämistyön prosessin aikana pidettiin varhaiskasvatusyksikön henkilökunnalle työlta ja kirjoitettiin Ihan pihalla -opas.

Opinnäytetyön tietoperusta muodostui liikuntakasvatuksesta, ympäristökasvatuksesta, lapsen sosiaalisten taitojen kehittymisestä, kasvattajan roolista, pihavälineistä ja turvallisuudesta. Tietoa saatiin kirjallisuuskatsauksella sekä seminaariin ja koulutuspäivään osallistumalla. Työillan käytiin läpi teorian tietoa, kerrottiin toimintaesimerkkejä, tehtiin draamaharjoitus ja ideoitiin aivoriivessä. Ihan pihalla -opas tehtiin arjen suunnittelua helpottavaksi työkaluksi. Kehittämistyön prosessin aikana kerättiin kasvattajilta kirjallista ja suullista palautetta kehittämistyön toteuttamista ja arviointia varten.

Palautteiden perusteella työillan aikana kasvattajat saivat monipuolista tietoa ja hyödyllisiksi koettuja ideoita toimintaan. Pihaopasta pidettiin hyvänä, käytännönläheisenä, perusteellisenä ja toimivana kokonaisuutena. Kehittämistyön vaikutukset näkyivät nopeasti hankintoja tehdessä, pihalle tilattiin lisää liikuntavälineitä sekä tarvikkeita viherelementtien lisäämiseen. Kasvattajat miettivät, miten pihoja voidaan entistä enemmän hyödyntää kaikkien lasten kesken. Kasvattajat kertoivat, että työillan ja pihaoppaan ideat ovat helpottaneet toiminnan suunnittelua. Kasvattajan aktiivista roolia, monipuolista pihatoimintaa ja pihan hyödyntämistä oppimisympäristönä pidettiin tärkeinä ja niihin halutaan panostaa.

Asiasanat: varhaiskasvatus, pihatoiminta, työlta, opas

Taru Mitzner

Developing pedagogical outdoor activities in early childhood education

Year 2020

Pages

62

The purpose of this functional thesis was to develop pedagogical outdoor activities in early childhood education by composing professional knowledge and giving educators ideas and tools for the activities. The aim was to diversify the activities and increase the use of the yard as a learning environment. This thesis project was a collaboration project with a municipal daycare center in Vantaa. During the project a development evening was held to the educators and a guidebook was written.

Physical education, environment education, child's social skills development, educator's role, outdoor equipment and security are the main issues in the theoretical framework. The data was collected by a literature review and participating in a seminar and a training day. The development evening consisted of the theory, examples for activities, drama exercises and brainstorming. The guidebook was made as a tool to help the educators plan everyday activities. During the project feedback was collected from the educators in written and orally for implementing and evaluating the process.

The feedback showed that the educators had received diverse information and useful ideas during the development evening. The guidebook was described as a good, practical, thorough and functional combination. The influences of the development project were shown fast when purchases were made. More exercise equipment and supplies for environmental elements were ordered. The educators planned together how the yards can be used more among all the children. The educators felt that the development evening and the guidebook had helped them plan the activities. The educator's active role, versatile outdoor activities and using the yard as a learning environment were considered as really important issues to work with.

Keywords: early childhood education, outdoor activity, development evening, guidebook

Sisällys

1	Johdanto.....	6
1.1	Varhaiskasvatuksen tehtävät	7
1.2	Toimipaikan kuvaus	8
1.3	Kehittämistyön tarkoitus, tavoitteet ja aihealueen rajaus	9
1.4	Opinnäytetyössä käytettävät menetelmät.....	11
1.5	Aikaisemmat tutkimukset ja hankkeet	13
2	Pedagoginen pihatoiminta	16
2.1	Liikuntakasvatus.....	17
2.2	Ympäristökasvatus	22
2.3	Lasten sosiaalisten taitojen kehittyminen ja kasvattajan rooli	27
2.4	Piha ja pihavälineet	29
2.5	Turvallisuus	31
3	Kehittämistyö	32
3.1	Tiedonhankinta	33
3.2	Työiltä varhaiskasvatuksen henkilökunnalle.....	34
3.3	Ihan pihalla -opas	38
4	Arviointi ja johtopäätökset	40
5	Eettisyys ja luotettavuus	45
6	Pohdinta	46
	Lähteet.....	49
	Kuviot	55
	Taulukot	55
	Liitteet	56

1 Johdanto

Ulkoilu on tärkeä osa jokapäiväistä arkea päiväkodeissa ja pihalla saattaa hyvinkin kulua useampi tunti päivässä. Pedagoginen toiminta ei rajoitu sisätiloihin tai yhteen ohjattuun tuokioon päivässä, vaan lapsi oppii koko ajan ja kaikkialla. Soini ja Sääkslahti (2017, 129) toteavat, että lapset ovat uteliaita ja kiinnostuneita ympäristöstään. Liikkuessaan ja tutkiessaan lapsi oppii tunnistamaan ja ymmärtämään ympäristössään erilaisia käsitteitä ja ilmiöitä. Fyysinen aktiivisuus parantaa lapsen motorisia taitoja ja auttaa hahmottamaan omaa kehoa, mikä tukee lapsen oppimista muissa taidoissa sekä myönteisen minäkuvan rakentumista. Liikkuminen ja tutkiminen toteutuvat luontevasti pihalla ulkoillessa.

Tutkimusten mukaan (mm. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016; Lahtinen 2019) lapset liikkuvat liian vähän ja vain osalla lapsista täyttyy tämänhetkisten suositusten mukainen liikkuminen. Samaan aikaan lasten ympäristö muuttuu yhä rakennetummaksi ja liikkuminen ulkona luonnossa vähentyy. Yhteiset pihaleikit, liikuntaleikit ja ympäristön tutkiminen kehittävät lasten sosiaalisia taitoja. Kasvattajalla on merkittävä rooli lapsen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tukemisessa ja kehittymisessä. Pihalla voidaan toteuttaa kaikkia Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2018) mainittuja oppimisen alueita, ja on tärkeää tiedostaa pedagogisen pihatoiminnan merkitys ja piha-alueen mahdollisuudet oppimisympäristönä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on syventää kasvattajien ammatillista tietoa ja antaa työkaluja kehittää päiväkodin pihalla tapahtuvaa pedagogista toimintaa. Yhteistyökumppanina on oma työpaikka, kunnallinen varhaiskasvatusyksikkö Länsi-Vantaalla. Varhaiskasvatusyksikössä on ollut kiinnostusta kehittää pihatoimintaa. Se on ollut mukana Leikkien liikkumaan-hankkeessa, jossa yhtenä aihealueena on ollut pihaleikit. Pihatoiminnan kehittäminen on ollut ajankohtaista myös yksikön toisen päiväkodin piharemontin takia.

Omalla kohdalla pihatoiminnan kehittämistyö alkoi keväällä 2019 työharjoittelutehtävänä. Henkilökunnalle tehtiin lomakekysely, jossa kartoitettiin nykyistä pihatoimintaa ja kysyttiin, mistä teemoista toivottaisiin lisää tietoa. Ryhmien lapsilta kyseltiin heidän suosikkileikkejään. Lapsiryhmien käyttöön koostettiin silloin pihaleikkikortit ja tarviketori. Tämä opinnäytetyö on jatkoa alkaneelle kehittämistyölle. Henkilökunnalta on tullut toive saada lisää ammatillista tietoa, selkeitä kriteereitä toiminnalle sekä valmiita työkaluja monipuolisen ja pedagogisen pihatoiminnan toteuttamiseksi.

Opinnäytetyön tietoperusta muodostuu tutkimalla, millaista tietoa ja mitä ohjeistuksia on pedagogisen pihatoiminnan toteuttamiseen varhaiskasvatuksessa. Tietoa kerätään alan kirjalli-

suudesta, tutkimusartikkeleista, seminaarista ja koulutuspäivästä. Aihealueina ovat liikunta-kasvatus, ympäristökasvatus, lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen, kasvattajan rooli, pihavälineet ja turvallisuus. Viime vuosina erityisesti liikunta- ja ympäristökasvatuksen merkitystä varhaiskasvatuksessa on korostettu, ja niihin liittyen on ollut käynnissä useita hankkeita, joita esitellään luvussa 1.5 Aikaisemmat tutkimukset ja hankkeet.

Toiminnallisena osuutena pidetään varhaiskasvatusyksikön henkilökunnalle työiltä. Kirjallisena tuotoksena koostetaan Ihan pihalla -opas, josta löytyy teoretietoa, toimintamalleja ja ideoita pedagogiseen pihatoimintaan. Syventämällä ammatillista tietoutta voidaan lisätä oman työn merkityksen tunnetta, arvostusta sekä motivaatiota työn kehittämiseen. Ajatuksena on, että lapsen kokonaisvaltaista kehitystä, hyvinvointia ja uusien asioiden oppimista voidaan edistää monipuolisella ulkoilulla -ihan pihalla.

1.1 Varhaiskasvatuksen tehtävät

Päiväkodin tehtävänä on tarjota laadukasta varhaiskasvatusta alle kouluikäisille lapsille. Päiväkodissa tuetaan kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointia, kasvua ja kehitystä. Varhaiskasvatuksessa ennaltaehkäistään syrjäytymistä, tasataan eriarvoisuutta, opetetaan lapsille arjen taitoja sekä sosiaalisia taitoja. Päiväkodit mahdollistavat vanhempien työssäkäynnin ja opiskelun. Varhaiskasvatuksen ammattilaisten tehtävänä on tunnistaa lapsen ja perheiden voimavarat ja tuentatarpeet, tukea vanhempia lasten kasvattamisessa sekä ohjata perheitä tarvittavan avun piiriin. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2018, 7–8) todetaan näin: ”Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, opetuksen ja hoidon muodostamaan kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka”.

Varhaiskasvatus on osa kasvatus- ja koulutuspalveluja ja se kuuluu opetus- ja kulttuuriministeriön hallinnonalalle. Toimintaa ohjaavat mm. Varhaiskasvatusturvelaki (540/2018), Lastensuojelulaki (417/2007), Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta (753/2018), Perusopetuslaki (628/1998) ja asetus opetustoimen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista (986/1998). (Opetus- ja kulttuuriministeriö.) Varhaiskasvatustyötä ohjaavat myös sosiaalialan arvot ja etiikka sekä Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Vantaan kaupungin arvoja ovat rohkeus, avoimuus, yhteisöllisyys ja vastuullisuus.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018 on varhaiskasvatusalaa koskeva velvoittava valtakunnallinen määräys. Varhaiskasvatussuunnitelmien perusteiden pohjalta laaditaan paikalliset ja lasten varhaiskasvatussuunnitelmat. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2018, 21, 31, 33) todetaan, että lapsia tulee ohjata terveyttä ja hyvinvointia edistäviin, turvallisiin ja liikunnallisiin elämäntapoihin. Monipuolinen liikkuminen mahdollistetaan sisällä ja ulkona. Luonto, pihat ja muu lähiympäristö toimivat oppimisympäristöinä ja niitä

hyödynnetään monin tavoin liikunta- ja luontoelämysten kokemiseen. Lapsille annetaan mahdollisuus kehittää tunnetaitoja ja eettistä ajattelua. Varhaiskasvatuksessa toimitaan kestävän elämäntavan periaatteiden mukaisesti, huomioiden sosiaalinen, kulttuurinen, taloudellinen ja ekologinen ulottuvuus. Varhaiskasvatuksessa luodaan perusta ymmärrykselle, että ekologinen kestävyys on edellytys sosiaaliselle kestävyydelle ja ihmisoikeuksien toteutumiselle.

Varhaiskasvatuksessa oppimiskäsitys pohjautuu näkemykseen, jossa lapsi on aktiivinen toimija. Lapsi kasvaa, kehittyy ja oppii vuorovaikutuksessa muiden ihmisten ja ympäristön kanssa. Oppimista tapahtuu koko ajan ja joka paikassa. Lapsi oppii havainnoimalla, tarkkailemalla ja jäljittelemällä muiden toimintaa, leikkimällä, liikkumalla, tutkimalla ja tekemällä. Lapsen oppimista edistävät turvallisuuden tunne, myönteiset tunnekokemukset ja vuorovaikutussuhteet. Varhaiskasvatuksessa huolehditaan kokonaisvaltaisesti fyysisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta turvallisuudesta. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa on kerrottu laaja-alaisen oppimisen osa-alueet: Ajattelu ja oppimisen / kulttuurinen osaaminen / vuorovaikutus ja ilmaisu / itsestä huolehtiminen ja arjen taidot / monilukutaito ja tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen / osallistuminen ja vaikuttaminen. Lisäksi oppimisen osa-alueet on jaoteltu: Kielten rikas maailma / ilmaisun monet muodot / minä ja meidän yhteisömme / tutkin ja toimin ympäristössäni / kasvan, liikun ja kehityn. (Opetushallitus 2018, 21–22, 24, 31.)

1.2 Toimipaikan kuvaus

Yhteistyökumppanina olevaan varhaiskasvatustyöyksikköön kuuluu kaksi päiväkotia, jotka sijaitsevat lähekkäin saman kadun varrella. A päiväkodissa toimii viisi lapsiryhmää ja B päiväkodissa on kolme lapsiryhmää. Työntekijöinä on varhaiskasvatuksen opettajia, varhaiskasvatuksen erityislastentarhanopettajia, varhaiskasvatuksen lastenhoitajia, kasvun ja oppimisen tuen lastenhoitajia, avustajia ja taidepedagogi. Henkilökuntaa on yhteensä 30.

A päiväkodin piharemontti valmistui kesällä 2019. Alle 3-vuotiaille on erotettu oma alue pihasta. Pienten pihalla on kiipeilyteline, liukumäki, keinut, korikeinu, hiekkalaatikko sekä autorata -asfalttimaalaus. Piha-alusta on asfalttia, tekonurmikkoa, hiekkaa ja nurmikkoa. Maasto on tasainen. Pienten pihalla on oma leluvarasto. Isompien lasten pihalla on hiekkalaatikko, iso ja monipuolinen kiipeilyteline, tasapainolauta, lauta- ja korikeinu, pallokenttä ja karuselleja. Pihasta osa on asfalttia, osa hiekkaa ja osa tekonurmikkoa. Piha on iso ja siellä ulkoilee kahdesta neljään ryhmää. Kaksi esiopetusryhmää toimii viereisen koulun tiloissa, ja he käyttävät pihaa vaihtelevasti aamu- ja iltapäivisin. Luonnos päiväkotia A:n pihasta löytyy Liitteestä 1.

Pihan vahvuuksia ovat suuri koko ja uudet kiinteät välineet, jotka mahdollistavat monipuolisen motorisen harjoittelun. Remontin yhteydessä laajalle alueelle tuli tekonurmikkoa, mikä

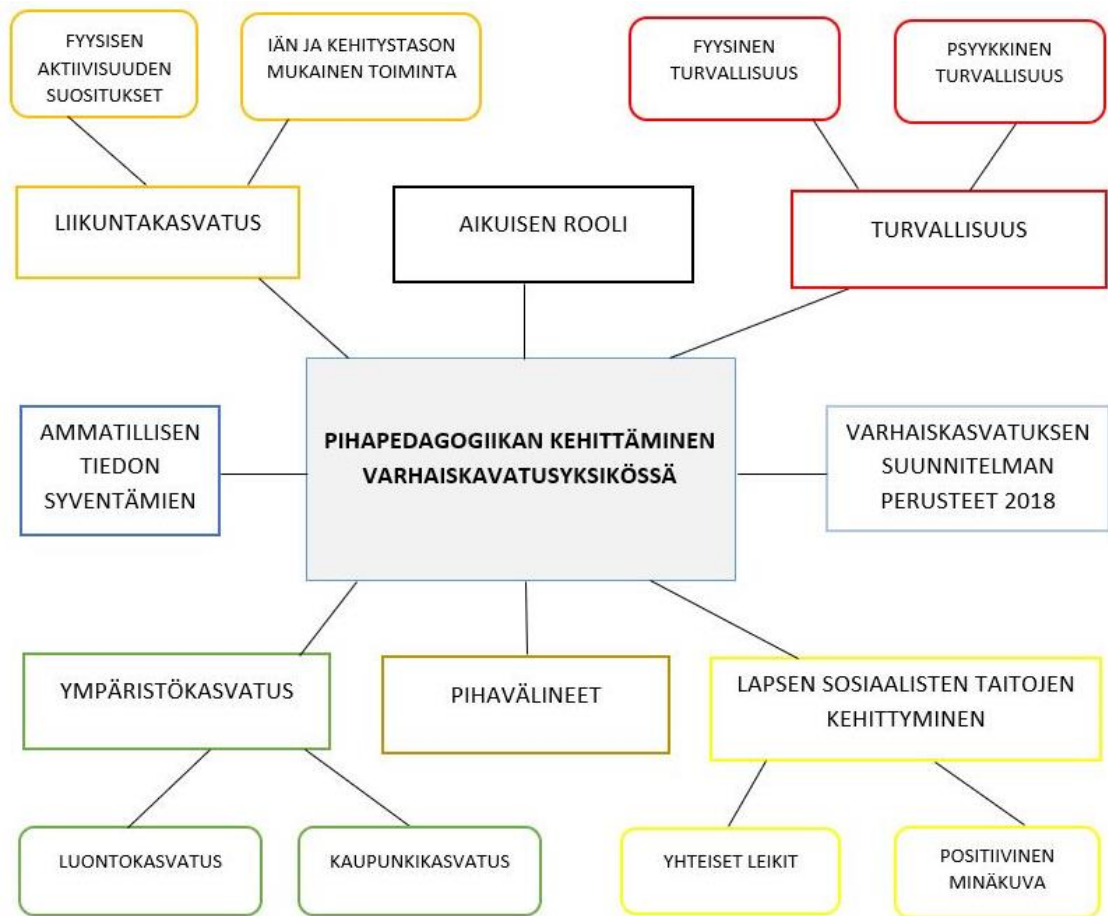
on mukava ja turvallinen leikkialusta, mutta toisaalta se vähentää pihan luonnonelementtejä merkittävästi. Pihan kehittämiskohteena voisikin olla viherelementtien lisääminen esimerkiksi istutuslaatikoilla. Suuri piha-alue voi olla haastava valvottava, joten on tärkeää, että pihalla on tarpeeksi kasvattajia eri puolille pihaa hajaantuneena. Remontin aikana parannettiin pihan valaistusta.

B päiväkodin piha-alue on myös isokokoinen. Alle 3-vuotiaiden ryhmän käyttöön on aidattu oma alue pihasta. Pienten pihalta löytyy hiekkalaatikko, keinut, liukumäki, jousikiikkuja ja leikkilaiva. Osa alueesta on asfaltoitu, osa on hiekkaa ja osa metsäaluetta. Metsäalueella on myös kumpare, joten maasto on vaihtelevaa. Erityisesti metsikköalue on lasten suosiossa. Siellä ajellaan mopoilla, työnnetään rekkoja, tutkitaan luontoa, kieritään mäkeä, piileskellään ja keräillään luonnonmateriaaleja. Metsikkö antaa myös varjoa aurinkoisella säällä. Pienten pihalla on oma leluvarasto. Isompien lasten pihalla on hiekkalaatikko, palloseinä, lauta- ja rengaskeinuja, karuselli, liukumäki ja tasapainoilupenkkejä ja -palloja. Myös tässä pihassa osa alueesta on asfalttia, hiekkaa ja metsäaluetta. Metsäalueella on kallio ja maastoeroja. Aamupäivällä kaksi ryhmää käyttää pihaa porrastetusti, iltapäivällä kaikki ryhmät ulkoilevat loppuksi isojen pihalla. B päiväkodin pihasta on luonnos Liitteessä 2.

Pihan vahvuutena on, että sekä pienten että isojen puolella on metsikköä, pensaita ja vaihtelevaa maastoa. Pihalla näkee paljon lintuja ja oravia ja loppukesällä marjapensaista voi poimia mustaherukoita. Piha on valvonnan kannalta toimiva, sillä siellä on vähän näköesteitä. Kehittämisen kannalta pihan valaistus kaipaisi parannusta ja kiipeilytelineet eivät tarjoa haasteita kaikista isoimmille lapsille.

1.3 Kehittämistyön tarkoitus, tavoitteet ja aihealueen rajaus

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on syventää kasvattajien ammatillista tietoa ja kehittää päiväkodin pihalla tapahtuvaa pedagogista toimintaa. Tavoitteena on kerätä kattavasti tietoa liikuntakasvatuksesta, ympäristökasvatuksesta sekä lapsen sosiaalisten taitojen kehittymisestä ja varhaiskasvattajan roolista erityisesti pihatoiminnan yhteydessä. Päiväkodin pihan käyttöön liittyvät oleellisesti myös turvallisuus ja välineet. Pihatoiminnan ja tämän opinnäytetyön keskeiset teemat hahmottelin ideakartaksi (Kuvio 1.) Aihealueet valikoituivat pihatoiminnan kannalta merkittävistä varhaiskasvatuksen keskeisistä osa-alueista sekä henkilökunnan toiveiden perusteella, joita oli kysytty aikaisemmin työharjoittelutehtävän yhteydessä. Tiedon ja toimintaideoiden avulla motivoidaan kasvattajia toteuttamaan monipuolista pihatoimintaa.



Kuvio 1: Ideakartta opinnäytetyön aihealueista.

Tietoa ja ohjeistuksia pihatoimintaan liittyvistä aihealueista löytyy, mutta hajallaan useammasta paikasta. Päiväkodin arki on kiireistä ja tiedon etsiminen vie aikaa. Kaikilla työntekijöillä ei ole mahdollisuutta osallistua samaan aikaan koulutuksiin ja ajankohtaisen tiedon jakaminen muille voi ajallisesti olla haastavaa. Kehittämistyön tavoitteena on koota ja tiivistää useamman pihatoimintaan liittyvän aihealueen tieto ja ohjeistukset yhteen. Yksikön työillassa on paikalla miltei koko varhaiskasvatustyöyksikön henkilöstö, joten se mahdollistaa tiedon jakamisen tehokkaasti työntekijöille sekä antaa mahdollisuuden yhteiselle keskustelulle. Jotta tieto on helposti henkilökunnan saavutettavissa myös jatkossa, koostetaan kasvattajien käyttöön Ihan pihalla -opas Word-tiedostona, jota voidaan tarpeen mukaan tulostaa sekä muokata myös tulevaisuudessa. Opas voidaan liittää osaksi päiväkodin perehdytyskansiota. Sähköinen julkaisumuoto mahdollistaa oppaan käytön laajemmin myös muille varhaiskasvatuksessa toimiville henkilöille, kun opinnäytetyö julkaistaan Theseuksessa.

Omia tavoitteitani ovat ammatillisen tiedon syventäminen sekä kehittämistyön prosessin kokonaisuuden hallitseminen. Teoriatiedolla voin kehittää omaa ammatillista osaamistani sekä saada uusia näkökulmia työhön ja sen toteuttamiseen. Kehittämistyön prosessin kokonaisuuden hallinta on minulle uutta ja omana haasteena on erityisesti aikatauluttaminen, kun on

otettava monta eri osapuolta huomioon. Jo omassa aikataulussa on huomioitava opiskelut, kokopäiväinen työ ja lapsiperheen arki. Opinnäytetyön tekeminen vaatii huolellisuutta, suunnitelmallisuutta sekä itsekuria, jotta pysyy sovitussa aikataulussa. Työillan ja oppaan suunnittelu ovat minulle tässä mittakaavassa uusia asioita.

1.4 Opinnäytetyössä käytettävät menetelmät

Opinnäytetyön tietoperusta muodostuu kirjallisuuskatsauksesta: tutkimalla ammattialan kirjallisuutta, tieteellisiä tutkimuksia sekä osallistumalla seminaariin ja koulutuspäivään. Kirjallisuuskatsauksen avulla kootaan yhteen aiheeseen liittyviä tutkimuksia ja saadaan selville, millaista tutkimustietoa on olemassa (Johansson 2007, 3). Työelämässä hyödytään tutkimuksista, joissa kuvataan tiedon uudenlaista käyttämistä tai tiedon uudenlaista yhdistelyä (Vilka 2005, 23). Aineiston keräämisen jälkeen tarkoituksena on koostaa se tiiviiseen ja selkeään muotoon, samalla voidaan kasvattaa tiedon informaatioarvoa, kun jäljelle jää vain tutkimuksen kannalta oleelliset asiat (Ojasalo, Moilanen & Ritalahti 2014, 139–140). Kirjallisuuskatsauksessa saatua tietoa hyödynnän tietoperustan lisäksi myös opinnäytetyön prosessin aikana tehtävässä oppaassa.

Tässä opinnäytetyössä tarkoituksena on työn kehittäminen. Ojasalo ym. (2014, 19–21) kertovat, että tutkimuksellisen kehitystyön lähtökohtana voi olla organisaation kehittämistarve tai halu muutokselle. Se voi olla käytännön ongelmien ratkaisua tai uusien ideoiden, käytäntöjen, tuotteiden tai palvelujen tuottamista ja toteuttamista. Työn dokumentoinnin ja julkistamisen kautta voidaan luoda uudenlaista ammatillista tietoa, jolla voidaan esimerkiksi uudistaa työelämän osaamis- ja tietoperustaa. Kehittämistyöstä tehdään raportti, jossa kuvataan kehittämisen lähtökohdat ja tavoitteet, työmenetelmät, prosessin eteneminen ja lopputulokset. Kehittämistyössä on tärkeä osata soveltaa, muokata ja luoda uusia ratkaisuja. Tutkimuksellinen kehitystyö alkaa ideoinnista ja päättyy toteutusvaiheen arviointiin. Kehittämistyössä tutkimuksellisuus tarkoittaa, että prosessi etenee järjestelmällisesti, analyyttisesti ja kriittisesti. Kehittämistyössä on oleellista osata hyödyntää aiheeseen liittyviä teorioita ja tietoperustaa sekä liittää teoriatieto saavutettuihin ja dokumentoituihin tuloksiin.

Opinnäytetyöni on muodoltaan toiminnallinen. Suunnittelen ja toteutan varhaiskasvatusyksikön työillan sekä teen kirjallisena tuotoksena oppaan. Vilka ja Airaksinen (2003, 9) määrittelevät, että toiminnallisessa opinnäytetyössä pyritään ennalta määritettyyn tavoitteeseen toiminnan kautta. Lopputuloksena on tuotos, joka voi olla muodoltaan esimerkiksi ohje, perehdytysopas, kirja, kansio, tuote tai tapahtuma.

Toiminnallisen opinnäytetyön työvaiheisiin kuuluvat prosessin suunnittelu, toteutus ja arviointi. Suunnitteluvaiheessa pohditaan mitä tehdään, miksi, kenelle, miten, milloin, kenen

kanssa ja miten lopputulosta voidaan arvioida. Koko prosessin ajan toimintaa perustellaan ja dokumentoidaan huolellisesti. Dokumentoinnissa voidaan hyödyntää esimerkiksi oppimispäiväkirjaa, kuvia, äänitteitä ja lomakkeita. Lopuksi arvioidaan prosessia, lopputulosta, toiminnan vaikutuksia sekä omaa oppimista. Arviointia voidaan tehdä arviointikysymysten avulla. Esimerkiksi onko toiminta saavuttanut tavoitteet? Mitä vaikutuksia toiminnalla oli lyhytkestoisesti ja pitkäaikaisesti? Miten tuloksia voidaan hyödyntää? Mitä opin prosessin aikana? Arviointia varten voidaan kerätä palautetta kirjallisesti tai suullisesti, tehdä haastatteluja esimerkiksi työelämän edustajalle tai yhteistyökumppanille, havainnoida sekä tehdä itsearviointia. (Laurea.) Oman kehittämistyön prosessin suunnitelman hahmottelin visuaaliseen muotoon (Kuvio 2).

KEHITTÄMISTYÖN PROSESSIN SUUNNITELMA



Kuvio 2: Kehittämistyön prosessin suunnitelma ja alustava aikataulu.

Varhaiskasvatyüksikön henkilökunnalle pidetään työilta (Liite 3), jossa koostettu teoriatieto ja toimintaideat saadaan tehokkaasti jaettua kasvattajille ja lapsiryhmien käyttöön. Työillassa pidetään yhteinen aivoriihi, jossa jokainen tiimi kirjaa ylös pihatoiminnan omia hyviä käytäntöjä ja mahdollisuuksia sekä mahdollisia haasteita. Aivoriihi on ideointimenetelmä, jossa joukko ihmisiä työstää yhdessä jotain teemaa ja tavoitteena on saada uusia ideoita (Ojasalo ym. 2014, 160). Yhteisten ideointimenetelmien ja keskustelujen avulla pyritään tuottamaan uusia näkökulmia ja ratkaisuja erilaisiin kehittämishankkeisiin. Työillan aikana pidetään myös osallistava draamaharjoitus, jossa harjoitellaan vuorovaikutustaitoja ja toisen rooliin eläytymistä.

Työillassa pyydetään henkilökunnalta palautetta kirjallisella kyselylomakkeella (Liite 4). Palautelomakkeen kysymykset on suunniteltava huolella ja pohdittava, mitä tietoa halutaan saada tai mitä arvioidaan. Ojasalo ym. (2014, 130–131) kertovat, että kyselylomakkeeseen sisällytetään vain ja kaikki sellaiset kysymykset, joita tarvitaan työn tavoitteiden saavuttamiseksi. Lomake ei saa olla liian pitkä ja kysymysten pitää olla selkeästi asetettuja, jotta kyselyyn on helppo vastata. Kyselylomakkeissa voidaan käyttää avoimia kysymyksiä tai antaa valmiita vaihtoehtoja valittavaksi. Tätä opinnäytetyötä varten halutaan kyselyn avulla saada tietää, mitkä asiat työillan esityksessä on koettu hyödylliseksi, miten työillassa käsitellyjä asioita aiotaan hyödyntää käytännössä ja millaista sisältöä kasvattajat toivovat pihaoppaaseen. Kyselylomakkeessa on neljä avointa kysymystä sekä kohta omalle vapaalle palautteelle. Palautelomakkeen vastauksia käytetään kehittämistyön toteuttamisessa ja arvioinnissa. Kyselylomakkeen alussa on lyhyt saateteksti, jossa kerrotaan, mitä varten kysely tehdään ja että siihen vastaaminen on vapaaehtoista ja se tehdään nimettömästi.

Lopputuotoksena koostetaan Ihan pihalla -opas, josta löytyy tiiviissä muodossa pedagogisen pihatoiminnan kannalta keskeisimmät asiat: teoriatieto, valmiita toimintaideoita ja vinkkejä lisämateriaaleihin. Opas tehdään Word-tiedostoon, jotta sitä voidaan tarpeen mukaan muokata, päivittää ja tulostaa. Ihan pihalla -oppaasta pyydetään suullinen palaute varhaiskasvatuksen opettajilta ja päiväkodin johtajalta. Palautteen perusteella voidaan vielä tehdä mahdolliset muutokset ennen opinnäytetyön julkaisua. Oppaan tarkoituksena on toimia pysyvässä työkaluna ja apuna kasvattajille toiminnan suunnittelussa.

1.5 Aikaisemmat tutkimukset ja hankkeet

Kirjallisuutta ja tutkimustietoa liikuntakasvatuksesta, ympäristökasvatuksesta ja lapsen sosiaalisten taitojen kehittymisestä löytyy varsin hyvin. Pihatoimintaan yleisesti liittyvää tietoa löytyy pieniä osioita useista kirjoista, mutta tieto on varsin hajanaista. Seuraavaksi esitellään joitakin opinnäytetyön aihepiiriin liittyviä hankkeita, ohjelmia sekä aiemmin tehtyjä opinnäytetöitä. Useat viimeaikaiset hankkeet osoittavat opinnäytetyön aiheen olevan ajankohtainen ja tärkeä. Hankkeiden tutkimustulokset tukevat ajatusta siitä, että liikunnalla, luonnolla ja ulkoilulla on merkittävä vaikutus lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja niiden toteuttamiseen on panostettava varhaiskasvatuksessa yhä enemmän.

Ilo kasvaa ulkona -hankkeen tavoitteena on lisätä lähiluonnon käyttämistä liikunta-, opetus- ja luontokohteena varhaiskasvatuksessa sekä esi- ja alkuopetuksessa. Ilo kasvaa ulkona on Suomen Ladun ja Suomen ympäristöopisto Syklin yhteinen 3-vuotinen (2019–2021) hanke, joka saa avustusta Opetus- ja kulttuuriministeriöltä. Hanke tekee yhteistyötä mm. Ilo kasvaa liikuen -ohjelman kanssa. (Suomen Latu.)

Luontoaskel hyvinvointiin -hankkeessa on luotu toimintamalli varhaiskasvatuksen ammattilaisille luonto- ja ruokakasvatuksen lisäämiseksi. Keskeisenä ajatuksena on edistää hyvinvointia ja terveyttä ravitsemuksen, luonnossa liikkumisen, luontokontaktien ja kiertotalouden keinoin. Kosketus monimuotoiseen luontoon yhdessä monipuolisen kasvisruokavalion kanssa lisäävät elimistölle hyödyllisten mikrobien määrää lapsen elimistössä. Tutkimustiedon mukaan kaupungistuminen ja ympäristön muuttuminen on yksipuolistanut ihmisen mikrobistoa ja heikentänyt vastustuskykyä, mistä seurauksena on tulehdusperäisten sairauksien, kuten astman ja allergioiden lisääntyminen. Esimerkiksi maa-aineksen hierominen käsissä lisää kaupungissa asuvien ihmisten mikrobiston monimuotoisuutta. Lapsia kannustetaan tutustumaan lähiympäristöön tutkimalla, koskemalla ja havainnoimalla. Mukana hankkeessa on ollut THL, SYKE, Luke, Sitra ja Maa- ja metsätalousministeriö. (THL, SYKE & Luke 2019, 2: THL 2019.)

KOTA -Kohti tervettä aikuisuutta oli Helsingin yliopiston ja Hämeen ammattikorkeakoulun tutkimushanke 2017–2018, jossa tutkittiin päiväkodin viherpihan vaikutusta lasten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Tutkimusten mukaan viherpihat monipuolistivat lasten leikkejä ja niillä oli positiivisia terveysvaikutuksia. Tutkimuksen tuloksena on tehty suosituksia terveyttä ja hyvinvointia lisäävien pihaympäristöjen suunnitteluun. (Puhakka 2018.)

Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma (ent. Varhaiskasvatuksen Ilo kasvaa liikkuen) on valtakunnallinen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma. Ohjelma alkoi vuonna 2015 ja tavoitteena on mahdollistaa kaikille lapsille liikkumisen ilo sekä riittävä fyysinen aktiivisuus päivittäin. Ohjelma tukee varhaiskasvattajia aktiivisen oppimisympäristön ja toimintakulttuurin luomisessa. Ohjelman johtamisesta vastaavat opetus- ja kulttuuriministeriö ja Opetushallitus. Ohjelmaa hallinnoi LIKES -tutkimuskeskus. (Liikkuva varhaiskasvatus.) Ohjelmaan voivat ilmoittautua varhaiskasvatusyksiköt ja kunnat. Lapsen päivittäisen liikkumisen mahdollistaminen on perustyötä päiväkodeissa ja sen toteutuminen on kaikkien vastuulla. Päivän aikana varhaiskasvatuksessa tulisi olla mahdollisuus aktiiviseen liikkumiseen kaksi tuntia päivässä. (Korhonen 2019.)

Aktiivinen alku -hanke toteutettiin vuosina 2018–2019 Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittamana. Tavoitteena oli mm. tukea lasten oppimisvalmiuksia varhaisessa vaiheessa liikunnan avulla. Lasten liikunnan tuki -sivustolle on koottu 21 Aktiivinen alku -hankkeessa toteutettua leikkiä, joissa on huomioitu Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa määritellyt oppimisen osa-alueet. (Lasten liikunnan tuki.)

PIILO-hanke eli Pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen seurannan kehittäminen on osa Ilo kasvaa liikkuen -ohjelmaa. Hanketta koordinoivat LIKES-tutkimuskeskus ja Jyväskylän yliopisto. Hanke alkoi syksyllä 2019 ja sen tavoitteena on kehittää alle kouluikäisten lasten hyvinvoinnin seurantaa ja hyödyntää tuloksia hyvinvoinnin edistämässä. Hankkeessa verrataan erilaisia fyysisen aktiivisuuden ja motorisen taitojen arvioinnin mittaamenetelmiä, joiksi valikoituivat laboratoriotutkimukset, päiväkotimittaukset ja kotona

toteutettavat mittaukset. Hankeen tutkimustulokset raportoidaan vuonna 2020. (Jyväskylän yliopisto 2019a; Korhonen 2019.)

Leikkien liikkumaan on Vantaan kaupungin liikuntapalveluiden ja varhaiskasvatuksen tulosalueiden yhteistyöhanke. Tavoitteena on lisätä lasten liikkumista osana arjen toimintaa tuemalla liikuntamyönteiseen toimintakulttuuriin ja toimintatapoihin, kehittämällä oppimisympäristöä ja tiivistämällä eri alojen toimijoiden yhteistyötä. Hanke saa rahoitusta Etelä-Suomen Aluehallintovirastolta ja se tekee yhteistyötä Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman kanssa. (Vantaan kaupunki a.)

Taitavat tenavat -hanke oli Jyväskylän yliopiston toteuttama ja Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittama tutkimus, joka toteutettiin 2015–2016. Tulosten perusteella maaseudulla asuvat lapset olivat motorisesti taitavampia ja viettivät runsaasti aikaa ulkona. Kaupungeissa asuvilla lapsilla oli heikommat motoriset taidot ja he osallistuivat yleisemmin liikuntaharrastuksiin. Tutkimuksessa todettiin, että ulkona vietetyllä ajalla ja liikuntaharrastamisella oli positiivinen vaikutus lasten motorisiin taitoihin. (Jyväskylän yliopisto 2019b.)

Lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan tukeminen on huomioitu myös hallitusohjelmassa: ”Liikunnallinen elämäntapa ja arki on tärkeää omaksua jo lapsena. Vain viidesosa suomalaisista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi, mikä aiheuttaa merkittävät yhteiskunnalliset kustannukset.” (Hallitusohjelma 2019, 170.) Tavoitteiksi hallitusohjelmassa mainitaan liikunnallisen kokonaisaktiivisuuden nousu kaikissa ikäryhmissä sekä ulkoilun ja arkiliikunnan edellytyksien parantaminen. Keinoiksi mainitaan esimerkiksi Liikkuva koulu -ohjelman laajentaminen eri elämänvaiheisiin sekä lasten liikkumisen kannalta keskeisten lähiympäristöjen, kuten puistojen ja viheralueiden lisääminen. (Hallitusohjelma 2019, 174.)

Kasvattajan roolia lasten leikeissä käsittelee Saija Turunen (2016) SOCCA:n ja VVK-Metron tutkimuksessa ”Nyt me tiedetään, että aikuisten kuuluukin leikkiä” Kasvattajan rooli leikkiä edistävässä ja rajoittavissa tekijöissä. Tavoitteena oli kehittää oppimisympäristöä, aikuisen aktiivista ja sensitiivistä roolia, vahvistaa varhaiskasvatuksen henkilökunnan kehittämisosaaamista ja kasvattaa leikin arvostusta myös perheissä.

Soili Harju-Soini (2015) keskittyy Pro gradu tutkielmassaan Tila, liike, ja turvallisuus Päiväkodin pihan sisältö käyttäjien näkökulmasta, kuvaamaan päiväkodin pihan toimintakentän käyttäjien kokemuksia pihasta. Tutkimuksen perusteella riittävä tila pihalla on monipuolisen, turvallisen liikkumisen ja leikkimisen edellytys. Turvallisuus on kaiken lähtökohtana ja muuttuvat vuodenaajat rikastuttavat toimintaa.

Marjukka Pajunen (2013) selvittää aikuisen roolia opinnäytetyössään Aikuisen rooli päiväkodin ulkoleikkitoiminnassa. Aihetta hän tutkii lastentarhanopettajien teemahaastattelulla ja lasten näkemyksiä saduttamalla. Tuloksista ilmeni, että pihatoimintaa pidetään erittäin tärkeänä.

Aikuisen rooliin kuului esimerkiksi turvallisen leikkiympäristön luominen, leikkien mahdollistaminen ja havainnointi. Ulkoleikkeihin kaivattiin kuitenkin selkeitä yhteisiä toimintatapoja ja aktiivisempaa osallistumista aikuisilta. Lasten sadutustarinoissa aikuinen esiintyi enimmäkseen sivusta seuraajana.

Taina Jääskeläinen ja Nikoletta Nestoros (2015) ovat opinnäytetyössään Alle 3-vuotiaiden ulkoliikunnan monipuolistaminen päivähoitossa tutkineet lähdekirjallisuuden avulla, miten ulkoliikuntaa voidaan monipuolistaa ja liikkumista lisätä. Tuloksena oli ulkoliikuntaleikkiopas, joka myös kokeiltiin käytännössä päiväkodissa.

Tiina Sjöberg (2012) on koostanut ulkoleikkikansion opinnäytetyössään Ulkoleikkikansio Lasten motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittämisen välineenä. Kehittämistyön tavoitteena oli monipuolistaa pääasiassa yli 4-vuotiaiden ulkoilutoimintaa ja lisätä lasten liikkumisen määrää. Kansion 18 leikin valintaperusteena oli motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittyminen, osallisuus ja yhteisöllisyys.

Terhi Ahonpään (2018) opinnäytetyössä, ”Luonto on mun mielestä niinku sellainen iso puutarha” Lasten luontosuhde ja sen tukeminen luontopainotteisessa päiväkodissa, on selvitetty lasten luontosuhdetta haastattelujen ja piirtämistehtävän avulla. Lisäksi tehtiin teemahaastatteluja kasvattajille. Tulosten perusteella lapset yhdistävät luontokäsitteen metsään ja lähiympäristöön. Luonnossa leikkiminen ja sen tutkiminen koettiin merkitykselliseksi. Luontosuhteen kehittämistä voidaan tukea runsaan ulkoilun ja ympäristötiedon välittämisen kautta.

2 Pedagoginen pihatoiminta

Päiväkodin pihan tulee mahdollistaa turvalliset ja monipuoliset leikit. Pihalla vietettävään aikaan vaikuttavat esimerkiksi lapsen ikä, sää ja päiväjärjestys. Keväisin ja kesäisin suuri osa päivittäisistä toimista voidaan toteuttaa ulkona. Pihalla lapset voivat purkaa energiaa ja rakentaa leikkejä suuremmalle alueelle.

Lapsen ulkoiluun liittyy loputon määrä erilaisia motorisia, sosiaalisia ja kognitiivisia taitoharjoituksia. Leikkiminen, liikkuminen, tutkiminen ja keksiminen kehittävät ongelmanratkaisukykyä, luovuutta ja kriittistä ajattelua, jossa mielikuvitus ja asiantieto yhdistyvät. Vanhemmat arvostavat päivähoitossa runsasta ulkoilua ja odottavat hyvää ja riittävää ulkovalvontaa, enemmän aktiivisuutta kasvattajilta ja että lapsille on huolehdittu riittävästi vaatetta päälle. Kasvattajat puolestaan kokevat, että ulkoilun aikana on vähiten ongelmatilanteita. Yleisimpiä ongelmia ovat lasten tottelemattomuus, sääntöjen noudattamatta jättäminen ja kiusaaminen. Ongelmia ehkäistään ja ratkaistaan yleensä leikkiryhmiä ja leikkitalannetta vaihtamalla. (Ojanen, Ritmala, Sivén, Vihunen & Vilén 2013, 232–234.)

Piha antaa paljon mahdollisuuksia, mutta ulkoilussa on myös omat haasteensa. Kasvattajalla on rooli sekä turvallisuuden valvojana että leikin ja toiminnan ohjaajana. Pihalla aikuisen huomio jakaantuu moneen eri asiaan ja omia haasteita tuovat myös aikuisten määrä suhteessa lapsilukuun. Varsinkin iltapäivisin pihalla voi olla vielä paljon lapsia, mutta osalla henkilökunnasta työvuoro on jo päättynyt. Pedagogiseen pihatoimintaan kannattaa panostaa aina kun siihen on mahdollista, varsinkin aamupäivisin kun kasvattajia on eniten paikalla. Kun lapsille ohjataan ja mallitetaan mielekästä toimintaa, voivat he hyödyntää oppimaansa omatoimisessa leikissä.

2.1 Liikuntakasvatus

Varhaiskasvatuksessa kannustetaan lapsia monipuoliseen liikkumiseen ja ulkoiluun kaikkina vuodenaikoina. Liikuntakasvatuksessa on tärkeää oppiminen ilon kautta. Liikunnan tulee toteutua säännöllisesti, tavoitteellisesti ja lapsilähtöisesti. Tavoitteena on kehittää lapsen kehontuntemusta ja -hallintaa sekä motorisia perustaitoja. Riittävä fyysinen aktiivisuus tukee lapsen tervettä kasvua, oppimista, kehitystä ja hyvinvointia. Liikkuminen yhdessä muiden lasten kanssa kehittää sosiaalisia taitoja, vuorovaikutus- ja itsesäätelytaitoja. Liikuntakokemuksen rikastuttamiseksi hyödynnetään eri aisteja ja välineitä. Liikuntavälineiden täytyy olla turvallisia ja lasten käytettävissä myös omaehtoisen liikkumisen ja leikin aikana. Liikkumisen tulee vaihtelevaa kestoltaan, intensiteetiltään ja nopeudeltaan. (Opetushallitus 2018, 47–48.)

Varhaiskasvatuksessa pääpaino on motoristen perustaitojen monipuolisessa harjoittelussa. Motorisia perustaitoja ovat käveleminen, juokseminen, hyppääminen, heittäminen, kiinniottaminen, potkaisu ja lyöntiliike. Voima, nopeus, kestävyys ja notkeus kehittyvät liikkumisen myötä. Motoriset taidot harjaantuvat luontevasti pihaleikeissä, pihatelineissä ja luonnossa liikkumalla. Piha-alueen riittävä koko ja monipuolisuus edistävät lasten liikuntataitojen kehittymistä. On tärkeää, että lasten vaatetus sellainen, että niissä saa ja on mukava liikkua. Uusien taitojen oppimiseen tarvitaan toistoja, joita on hyvä sisällyttää erilaisiin leikkeihin ja tehtäviin. Ympäristöä ja toimintaa monipuolisesti hyödyntämällä tututkin asiat saa tuntumaan uusilta. Positiivinen ilmapiiri, onnistumisen tunteet ja sopiva jännitys herättävät kiinnostuksen ja ylläpitävät innostusta. (Sääkslahti 2018, 7, 54, 72, 181–182.) Saarinen (2014, 25) kertoo, että liikkeen avulla lapsi oppii myös hahmottamaan monia abstrakteja määreitä, esimerkiksi suunnat, etäisyydet, käsitteet, rajat, sijainnit, koot, määrät, muodot ja värit.

Lapsilähtöisen liikuntakasvatuksen lähtökohtana on hyödyntää lasten kiinnostuksen kohteet, tarpeet ja kyvyt. Lapsia motivoidaan ja rohkaistaan, mutta ei vaadita liikaa. Jo suunnitteluvaiheessa huomioidaan, että jonottamista on mahdollisimman vähän ja lapsille annetaan mahdollisuus paineiden purkamiseen. Liikuntatuokion on hyvä sisältää jotain tuttua ja säännöl-

listä, mutta pieni yllätyksellisyys saa lapsen kiinnostuksen heräämään. Suunniteltujen tuokioiden lisäksi vastataan myös lasten spontaaneihin ideoihin. (Zimmer 2001, 122–123.) Martelan (2019) mukaan liikunnan opetuksen perimmäinen tarkoitus on, että lapsi löytää itselleen mielekkään tavan liikkua. Tärkeintä on syyttää kipinä ja sisäinen halu liikkumiseen. Tekemisen itsessään pitää olla houkuttavaa ja kannustaa kokeilemaan. Liikkumisen pitää olla kivaa, hauskaa ja antaa onnistumisen kokemuksia. Missään nimessä lasta ei saa nolata tai pakottaa. Kasvattajan tulee liikuntaa ohjatessaan asettaa sopivia haasteita ja soveltaa tehtäviä yksilöllisesti. Lähikehityksen vyöhykkeen mukaisesti on mietittävä, mitä lapsi osaa itse, mitä hän osaa tuettuna ja mitä lapsi ei vielä osaa. Muiden tuella ja ympäristön mahdollistamisella lapsi oppii uutta ja onnistumiset lisäävät kyvykkyden tunnetta.

Marjamäki ym. (2015, 21–22), Ojanen ym. (2013, 232) ja Zimmer (2001, 44) toteavat, että liikunta on merkittävä tekijä sekä pedagogiselta että lääketieteelliseltä kannalta ja sillä on mielenterveyttä edistäviä vaikutuksia. Liikkumisen kautta lapsi voi kokea onnistumisen iloa, joka vahvistaa positiivista minäkuvaa ja itseluottamusta. Lapsena opittu liikunnallinen elämäntapa saattaa jatkua aikuisikään asti ja voi tarjota lujan sosiaalisen verkoston. Liikkuminen vähentää ahdistuksen tunnetta, stressiä, masennuksen oireita ja lisää endorfiinien määrää elimistössä. Liikunnalla voidaan parantaa unen laatua ja helpottaa nukahtamista. Liikkuminen ylläpitää hyvää ryhtiä, tukee kasvuärsykeitä ja vahvistaa lihaksistoa, niveliä ja jänteitä. Eriyisesti ulkoliikunta tehostaa hengityselimistön toimintaa ja vilkastuttaa verenkiertoa.

Liikkuminen kehittää motorisien taitojen lisäksi myös aistihavaintoja, ajattelua ja muistia. Aistihavaintojen yhdistäminen oikein toisiinsa luo pohjan kaikelle oppimiselle (Zimmer 2001, 54). Tuomaala (2002, 19) sekä Pönkkö ja Sääkslahti (2017, 488) kertovat, että liikkumisen rytmi auttaa lasta esimerkiksi lukemisen ja laskemisen oppimisessa. Motoriset kehitysviiveet ja kömpelyys saattavat myöhemmin näkyä oppimisvaikeuksina. Aivojen toiminta perustuu hermosolujen välisiin kytköksiin. Liikunnan vaikutuksesta hermoverkot ja hermojen väliset liitokset kehittyvät ja monimutkaistuvat. Toistuvat liikkeet muokkaavat aivoja, mikä näkyy aivojen toiminnassa ja rakenteessa. Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen (2003, 13) toteavat, että tasapainoelimet ja pikkuaivojen koordinaatiotumakkeet kehittyvät varhaisessa vaiheessa samassa tahdissa lihasten ja liiketoimintojen kanssa. Kehittyminen vaatii voimien kokeilua, jota esiintyy erityisesti rajuissa leikeissä, joihin esimerkiksi luonnonympäristö antaa mahdollisuuden. Rajummillakin leikeillä on siis tärkeä rooli lapsen kehittämisessä, eikä niitä pitäisi turhaan kieltää. Sääkslahden (2018, 163) mukaan salliva ilmapiiri lisää turvallisuutta. Esimerkiksi puussa kiipeilyä voi harjoitella omien taitojen mukaan. Turvallisessa ympäristössä kokeileminen on parempi kuin se, että lapsi kokeilee hätäisesti ja uhkarohkeasti silloin, kun kasvattaja ei näe.

Lapsen motorinen kehitys etenee kefalokaudaalisesti, eli päästä jalkoihin ja proksimodistaalisesti, keskeltä raajoihin. Pienillä lapsilla kehon liikkeet ovat vielä kokonaisvaltaisia. Kasvun ja

harjoittelun myötä liikkeet eriytyvät. (Autio & Kaski 2005, 13.) Lapsen motoriset tuen tarpeet voivat näkyä esimerkiksi tasapainossa, kehonhahmotuksessa, kehon keskiviivan ylityksessä, kehon oikean ja vasemman puolen liikkeiden yhdistämisessä ja tilan hahmotuksessa. Kokemus omasta kehosta on henkilökohtainen ja jokainen liikkuu omalla tavallaan. Erityisesti kömpelöt lapset saattavat vältellä liikkumista ja hyötyvät toiminnasta, jossa voi rauhassa etsiä omalle keholle luontaisia tapoja liikkua. (Saarinen 2014, 26.) Sääkslahti (2018, 40, 83) suosittelee, että kömpelöille lapsille annetaan enemmän aikaa tekemiseen, sillä huolellisesti tehtyjen toistojen kautta liikeradat vakiintuvat ja liikkuminen tulee sujuvammaksi. Tuntoaistia hyödyntämällä lapsi oppii hahmottamaan kehonsa asentoa ja liikkeitä. Jos lapsella on aistitiedon käsittelyn häiriö, lapsi hyötyy toiminnasta ympäristössä, jossa aististimulaation määrä on harkittua.

Lapsilla on luontainen halu ja tarve liikkua. Perinteiset pihaleikit ovat vähentyneet ja leikit keskittyvät yhä enemmän sisätiloihin. Nykyaikana älypuhelimet, tabletit ja televisio houkuttelevat ja saattavat vaikuttaa lapsen liikkumisen määrään vähentävästi. (Marjamäki, Kosonen, Törrönen & Hannukkala 2015, 22.) Pienetkin matkat saatetaan kulkea autolla. Vähäinen liikkuminen yhdessä huonojen ruokailutottumusten kanssa voi aiheuttaa esimerkiksi ylipainoa, väsymystä ja lihasheikkoutta. Pitkä paikallaan olo, staattinen jännitys ja yksipuolinen toiminta heijastuvat lapsen käytökseen ja näkyvät levottomuutena, kärtyisyytenä ja keskittymisen vaikeutena. (Ojanen ym. 2013, 252; Karvonen ym. 2003, 14–15.) Zimmerin (2001, 44) mukaan tekniikan lisääntymisen ja liikkumisen vähentymisen myötä lasten ryhti- ja liikuntavammat ovat lisääntyneet. Ylipainoisten ja fyysisesti huonossa kunnossa olevien lasten määrä on kasvanut ja heitä on 10–20% lapsista. (Kirveslahti, Sivén, Vahala, Vihunen & Metso 2018, 262).

Aikuisten omalla aktiivisuudella ja liikkumisen mahdollistamisella on suuri merkitys. Sääkslahti (2018, 147, 219–220) toteaa, että liikkumiseen kannustaminen on tärkeää, sillä tutkimusten mukaan päiväkotipäivän aikana lapset saattavat istua tai olla fyysisesti passiivisia jopa puolet ajasta. Käytettävissä oleva tila vaikuttaa lapsen liikkumisen määrään ja laatuun. Ulkoilu itsessään mahdollistaa reippaan liikkumisen. Ulkoilun porrastamisella lapsilla on monipuolisemmin mahdollisuuksia hyödyntää pihalla olevia välineitä. Tiusasen (2008, 83) mukaan kaikkia päiväkodin toimintoja pitäisi voida tehdä sekä ulkona että sisällä. Aamuisin lasten leikit ovat aktiivisempia ja lasten hermoston kuormittumiseen voidaan vaikuttaa esimerkiksi aikaisella aamu-ulkoilulla. Pihalla lapset pääsevät vapaammin ja äänekkäämmin liikkumaan ja leikkimään sekä hyödyntämään liikuntavälineitä heti aamusta.

Alle 3-vuotiaat eivät juuri hengästy. Heille suositeltava määrä liikkumista täyttyy sillä, että heidän annetaan liikkua päivän aikana aina kun mahdollista. Yli 3-vuotiaiden fyysisen aktiivisuuden määrää lisää runsas päivittäinen ulkoilu, sillä ulkoleikit kuormittavat lapsen elimistöä enemmän. Tutkimusten mukaan pojat olisivat fyysisesti aktiivisempia kuin tytöt. Yksilölliset

erot fyysisessä aktiivisuudessa alkavat tässä iässä kasvaa. Osa lapsista liikkuu runsaasti ja toiset liian vähän. Keskimäärin liikkuminen on vähäisintä talvella ja suurinta kesäisin. (Sääkslahti 2018, 126–127, 130.) Vuodenajat monipuolistavat liikkumisen mahdollisuuksia ja aistikokeuksia. Liikkuminen lumisilla ja jäisillä paikoilla kehittää tasapainoa ja vahvistaa liikkumistaitoja. Liukuminen mäessä vahvistaa kehon hallintaa. Kylmällä säällä yhteisten pihaleikkien säännöt voidaan käydä läpi valmiiksi sisätiloissa, jolloin ulkona päästään heti liikkumaan. Talvisin fyysinen aktiivisuus on vähäisimmillään kylmän sään ja valon vähäisyyden takia, mutta talviliikuntavälineet lisäävät motivaatiota liikkumiseen. (Sääkslahti 2018, 160, 209.)

Opetus- ja kulttuuriministeriö on julkaissut Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset, joiden pohjana ovat YK:n lapsen oikeudet ja Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. Fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan lapsen elämään kuuluvaa, kuormittavuudeltaan eritasoista liikkumista. Suositusten mukaan lapsen päivään tulisi sisältyä vähintään kolme tuntia monipuolista liikkumista. Aika koostuu kevyestä liikunnasta, reippaasta ulkoilusta ja erittäin vauhdikkaasta liikkumisesta. Vauhdikasta ja kuormittavaa fyysistä aktiivisuutta ovat esimerkiksi juokseminen kovaa, kiinniottoleikit, trampoliinilla hyppiminen, ison kuormurin työntäminen, mäen ylös kiipeäminen, painiminen, uiminen, hiihtäminen ja portaiden kävely. Reipasta liikkumista on nopea kävely, potkulautailu, polkupyörällä ajaminen, luisteleminen, vauhdikas tanssiminen, pallopelit tai isolla lapiolla lapiointi. Kevyttä aktiivisuutta on hidas kävely, rauhalliset liikuntaleikit, pallon kiinniottaminen ja heittäminen, keinuminen, tasapainoilu, liikkuminen rauhallisen musiikin tahtiin ja tavalliset arjen toiminnot kuten pukeminen ja riisuminen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 9, 15.)

Alle kouluikäiset lapset liikkuvat keskimäärin yhdestä kahteen tuntia päivässä, josta noin tunti kuluu reippaaseen liikuntaan. Arkipäiviin kuuluu enimmäkseen fyysisesti kevyttä toimintaa ja lasten aktiivisuus vähenee viikonloppuisin. Vain noin 10–20% saavuttaa nykysuosituksen mukaisen päivittäisen fyysisen aktiivisuuden määrän. Keskimääräistä vähemmän liikkuvat erityistä tukea tarvitsevat lapset, joilla ei ole samanlaisia mahdollisuuksia liikkumiseen muihin lapsiin verrattuna. Vain vähän yli puolet lapsista ulkoilee myös päiväkotipäivän jälkeen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 13.)

Fyysisen aktiivisuuden suosituksissa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 15, 17, 28, 33) todetaan että varhaiskasvatushenkilöstön tulee huolehtia, että lasten päivittäinen ulkoilu on toiminnallista. Ulkona on hyvät mahdollisuudet esimerkiksi liikunnallisiin sääntöleikkeihin. Aikuisten tulisi varmistaa, että lapsella on mahdollisuus touhuta ulkoleikeissä vähintään kaksi tuntia joka päivä. Ohjattua monipuolista toimintaa tulee olla säännöllisesti ja järjestää liikuntatuokiot niin, että paikallaan oman vuoron odottelua olisi mahdollisimman vähän. Ulkoleikit ovat liikunnallisempia kuin sisäleikit, vaikka niistäkin melkein puolet on kevyttä liikkumista. Suurinta fyysinen aktiivisuus on ohjattujen liikuntaleikkien ja lasten omaehtoisten leikkien ai-

kana. Reunamo ja Kyhälä (2016, 57) kertovat, että lasten liikkumisen määrässä on huomattavia yksilöllisiä eroja. Varhaiskasvatuksessa tulisikin huomata ne lapset, jotka liikkuvat vähiten ja innostaa heitä liikkumaan enemmän. Pienillä lapsilla ongelmana voi olla talviulkoilun mielenkikyys ja vähäiset liikkumismahdollisuudet. Esiopetusikäisillä liikkumisen määrää saattaa vähentää kynä- ja paperitehtävät. Useimmat lapset saadaan innostumaan liikkumisesta vertais-suhteiden kautta. Lapsen tulisi päästä liikkumaan reippaasti ulkona aamu- ja iltapäivällä ja sen lisäksi mahdollistaa liikkuminen myös sisätiloissa.

Leena Lahtinen (2019) esitteli Aluehallintoviraston järjestämässä Liikkuva varhaiskasvatus -koulutuspäivässä Reunamo Education Research Oy:n uusimpia tutkimustuloksia lasten liikkumisesta varhaiskasvatuksessa. Tutkimus perustui observointiin ja havaintoja tehtiin 14 kunnassa. Satunnaisotos kattaa noin puolet varhaiskasvatuksen piirissä olevista lapsista. Havainnoinnissa huomioitiin kaikki toiminta kello 8.00–16.00 välisenä aikana. Tutkimustulosten mukaan reipasta liikkumista oli päivässä 56 minuuttia ja liikkumista vaihtelevasti 3 tuntia. Eniten liikkumista oli aamu- ja iltapäivisin, vähiten kello 11–13 välisenä aikana. Isommilla lapsilla kuormittava liikkuminen oli yhteydessä muiden lasten kanssa toimimiseen. Kuormittavan liikkeen yhteydessä lapsilla ilmeni tunnetiloissa eniten iloa, riemua, onnea, tyytyväisyyttä, hämmästyä ja uteliaisuutta. Lasten osallistuminen oli suurinta kuormittavan liikkumisen aikana ja vastaavasti eniten vetäytymistä oli havaittavissa, kun lapsi oli liikkumaton. Ohjatusta toiminnasta suurin osuus, 15,2 prosenttia, oli liikettä paikallaan. Nopeaa, kuormittavaa liikettä oli 10,3 prosenttia ohjatusta toiminnasta. Ulkotoiminnan osuus kuormittavassa liikkumisessa on merkittävä. Ulkona tapahtui kevyestä liikkumisesta 30,3 prosenttia, kohtalaisen kuormittavasta liikkumisesta 60,6 prosenttia ja nopeasta kuormittavasta liikkeestä 70,2 prosenttia. Keskimääräiset tulokset peittävät sen, että liikkumisen määrässä on ryhmien ja lapsien välillä suuria eroja. Tulosten mukaan eniten paikallaoloa on alle 3-vuotialla lapsilla ja liikkeen kuormittavuuden määrä kasvaa iän myötä. Kuormittavaa liikettä on enemmän pojilla kuin tytöillä. Maahanmuuttajataustaisilla lapsilla sukupuolten väliset erot liikkumisen määrässä ovat suurempia. Huolta aiheuttavat erityisesti arat ja vetäytyvät lapset.

Liikunnan on tutkitusti todettu edistävän oppimista, osallisuutta ja lisäävän positiivisia tunteita, joten kasvattajien tulisi kannustaa lapsia liikkumaan entistä enemmän. Erityisesti kuormittavalla liikkumisella on vaikutusta oppimiseen. Liikunnan lisäämisen merkityksestä on ollut varhaiskasvatuksessa paljon puhetta ja liikuntakasvatukseen on panostettu erilaisissa hankkeissa ja järjestämällä koulutuksia kasvattajille. Jos verrataan lapsen liikkumisessa tapahtunutta muutosta vuodesta 2017 vuoteen 2019, voidaan todeta, että liikkumattomien hetkien prosenttiosuus on vähentynyt. Paikalla tapahtuva liike, kevyt liike ja kohtuullisen kuormittava liike ovat lisääntyneet jonkin verran. Kehitys on ollut siis pääosin positiivista. Nopean, kuormittavan liikkeen osuus on tosin laskenut hiukan. Tutkimusten valossa, juuri kuormittavasta liikkeestä on lapsen kehitykselle eniten hyötyä, joten sen lisäämiseen tulee panostaa. Kuviossa 3 on esitetty muutokset pylväskaaviona.



Kuvio 3: Lapsen liikkuminen Suomen varhaiskasvatuksessa 2017–2019. Luvut esitetty prosentteina. Lähde: Lahtinen 2019, Reunamo Education Research Oy.

Kasvattajat voivat antaa tietoa vanhemmille yhdessä liikkumiseen lapsen kanssa. Vanhemmilla ei aina ole tarpeeksi tietoa lasten liikkumisen tärkeydestä, suositeltavasta määrästä, lapselle sopivista liikunnan muodoista, mahdollisuuksista ja välineistä. Aiheen voi ottaa esille varhaiskasvatuskeskusteluissa tai vanhempainilloissa. (Pönkkö & Sääkslahti 2016, 152.) Myös yhteiset liikunta- ja tempuradat osallistavissa, toiminnallisissa juhlissa innostavat yhteiseen liikkumiseen.

2.2 Ympäristökasvatus

Varhaiskasvatuksessa ympäristökasvatus perustuu lasten luontosuhteen vahvistamiseen, vastuulliseen toimimiseen ympäristössä ja kestävän elämäntavan ohjaamiseen. Lähiluonto ja rakennettu ympäristö toimivat oppimisympäristöinä. Lähtökohtana on, että lapsi oppii kunnioittamaan luontoa, kasveja ja eläimiä. (Opetushallitus 2018, 46–47.) Retket lähiympäristössä rikastuttavat oppimiskokemuksia, mutta luontoon voi tutustua helposti myös päiväkodin omalla pihalla. Lapset oppivat ympäristöön liittyviä arvoja ja tapoja toimia ottamalla mallia sosiaalisesta ympäristöstään. Varhaiskasvatuksessa tavoitteena on huomioida ympäristönäkökulmat ja ympäristöstä huolehtiminen arjen toiminnassa. Lapsille opetetaan ympäristöä säästäviä toimintatapoja, perustellaan toimintaa ja annetaan tietoa ympäristön säästämisen tärkeydestä. Tietoa ja taitoja opetellaan lapsen ikä- ja kehitystason mukaisesti ja mielekkäällä tavalla esimerkiksi leikin, liikkumisen ja draaman keinoin.

Yhteiskunta on muuttunut nopeasti 1960–70-luvuilta lähtien. Ennen lapsilla oli enemmän mahdollisuuksia liikkua luonnossa. Kaupungistuminen näkyy muutoksena myös lasten leikeissä. Luonnollinen leikkiympäristö on kutistunut ja luonto on yhä enemmän ihmisen kontrolloimaa. Lasten leikki painottuu yhä enemmän sisätiloihin, joten luontosuhteen kehittymiseen täytyy kiinnittää entistä enemmän huomiota. (Helenius & Lummelahki 2013, 49, 52.) Raittila (2016, 210–211) kertoo, että ympäristökasvatuksen tavoitteena on kokonaisvaltainen ympäristövasuullinen elämäntapa. Lapsuudessa opitaan arvot ja arkiset keinot toimia ympäristötietoisena kansalaisena. Nykyajan ajatus ympäristökasvatuksesta alkoi kehittyä 1960-luvulla, kun huomattiin ihmisten elämäntyylin aiheuttavan peruuttamatonta tuhoa maapallolle. Ympäristökasvatuksen ohella käytetään myös käsitettä kestävä kehityksen kasvatus.

Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 12, 20, 36) toteavat, että ympäristökasvatuksen tavoite on maailmanlaajuinen ja päämääränä on säilyttää maapallon elinkelpoisuus tuleville sukupolville. Ympäristökasvatuksella pyritään saada ihmiset tiedostamaan oma riippuvuutensa ympäristöstä ja lisätä ympäristömyönteisiä asenteita. Parikka-Nihti ja Suomela kuvailevat varhaiskasvatuksen kestävä kehityksen kasvatusta voimaannuttavaksi, osallistavaksi, innovatiiviseksi ja iloiseksi. Kurttio ja Kurki (1999, 6-7) toteavat, että ympäristökasvatusta ovat kaikki tilanteet, joissa lasta ohjataan ja kannustetaan luovuuteen, huolenpitoon, toisten huomioonottamiseen, säästäväisyyteen, itse tekemiseen, korjaamiseen ja vaikuttamiseen. Ympäristökasvatuksen keinot ovatkin hyvin arkipäiväisiä. Aikuisen tulee tietoisesti välttää omien ennakkoluulojen tai pelkojen siirtämistä lapseen. Pienen lapsen ympäristökasvatus muodostuu myönteisiin kokemuksiin luonnosta ja ympäristöstä. Kokemus voi olla esimerkiksi jonkin kauniin asian näkeminen, hyvän tuoksun haistaminen, onnistumisen tunne, jonkin oma havainto ja oivallus tai yhteinen hetki tärkeän aikuisen kanssa.

Päiväkodin piha toimii fyysisenä ja kulttuurisena oppimisympäristönä. Fyysiseen oppimisympäristöön kuuluvat esimerkiksi aita, pihan maasto, leikkivälineet, puut ja muut kasvit. Fyysisten ominaisuuksien perusteella ihminen luo oman tulkintansa ympäristöstä. Kulttuurinen ympäristö muodostuu mielikuvista, millainen pihan pitäisi olla, ketkä sitä käyttävät ja mitä pihassa tehdään. (Raittila 2016, 213.) Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 66, 119) toteavat, että fyysinen ympäristö voi tukea tai estää lapsen kehityksen kannalta tärkeitä prosesseja. Monimuotoinen fyysinen oppimisympäristö on tärkeä lapsen oppimiskokemuksille sekä rikkaus, jota tulee vaalia ja arvostaa. Nykyään lapsille suunnatut leikkipaikat ovat yhä valmiimmaksi ja turvallisemmaksi rakennettuja. Luonnonvarainen ympäristö on kuitenkin tärkeä luontokokemusten saamiseksi ja luontosuhteen kehittymiseksi.

KOTA -hankkeessa tutkimuspäiväkotien pihoja muokattiin viherpihoiksi tuomalla pihalle siirrettävää metsämaata eli kumppia, siirtonurmea, istutuslaatikoita ja turveharkkoja. Viheralituksen vaikutuksia tutkittiin lasten mikrobikannasta iho-, veri- ja ulostenäytteillä. Lisäksi seu-

rattiin, miten ympäristö vaikutti leikkiin, liikkumiseen, luontosuhteeseen ja koettuun hyvinvointiin. Tutkimuksen mukaan lasten ihon bakteerien monimuotoisuus kasvoi. Myös verikoissa ja ulosteissa havaittiin muutoksia, jotka vaikuttivat positiivisesti lasten immuunijärjestelmän kehittymiseen. Vihermateriaalit monipuolistivat lasten luovia pihaleikkejä ja lisäsivät liikkumisen määrää. Viherpihat vaikuttivat positiivisesti myös luontosuhteen kehittymiseen, mielialaan ja jaksamiseen. Tutkimuksen mukaan viherpihat edistävät merkittävästi lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja niitä suositellaan päiväkotien käyttöön. (Puhakka, Rantala, Roslund, Rajaniemi, Laitinen, Sinkkonen & ADELE Research Group 2019.)

Pihaleikeissä lapset innostuvat tutkimaan ja ihmettelemään. Lasta tulee rohkaista kysymään ja myös pohtimaan itse selityksiä mieltä askarruttaviin asioihin. Tutkiva oppiminen perustuu lapsen tekemiin havaintoihin tai ideaan. Lapsi voi esimerkiksi kiinnostua pihalta löytyvien ötököiden elämästä. Lapsen voi antaa ensin itse pohtia asioita ja sitten tutkia ja hakea tietoa yhdessä. (Lipponen 2016, 32, 34.) Tutkimalla ja nimeämällä asioita tuetaan myös lapsen sanavaraston kehittymistä, mikä on tärkeää erityisesti pienillä lapsilla, maahanmuuttajataustaisilla lapsilla ja tukea tarvitsevilla lapsilla.

Lapsen omakohtaiset kokemukset, havainnot ja pohdinnat ovat lähtökohtana kielen, käsitteiden ja arvojen muodostumisessa. Ympäristökasvatuksen tärkeimpiä arvoja ovat toisen ihmisen ja ympäristön huomioon ottaminen sekä vastuunkanto yhteisistä asioista. Jotta lapsi oppii näitä arvoja, on lapsen saatava tunne, että hänet on huomioitu ja hänestä on välitetty. Empatiakyvyllä on suuri merkitys positiivisen luontosuhteen löytämisessä. Taidot itsestä, muista ja luonnosta huolehtimisesta kehittyvät yhteisten leikkien ja kokemusten kautta. Niin sanotussa KESYP-mallissa huomioidaan monipuolisesti lapsen keho, sydän ja pää. Kehollisuus on toimintaa ympäristössä ja ympäristön hyväksi. Sydän kuvastaa tunnepohjaista sitoutumista, kiinnostusta, välittämistä ja halua huolehtia. Pää kuvastaa ympäristöä koskevaa tietoa, käsittelytaitoja ja arviointikykyä. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 28–29, 31: Ojanen ym. 2013, 243.)

Yksi käytetyimmistä ympäristökasvatuksen teoreettisista malleista on Palmerin puumalli vuodelta 1998. Lapsuudessa opitut ympäristökokemukset sekä vanhemmilta ja varhaiskasvatuksessa opitut positiiviset roolimallit ovat merkityksellisiä. Palmerin mallissa merkitykselliset elämäkokemukset muodostavat ympäristökasvatuksen juuret. Puun lehvästö kuvastaa sisältöjä, jotka ovat oppiminen ympäristössä, oppiminen ympäristöstä ja toimiminen ympäristön puolesta. Ympäristössä oppiminen tapahtuu toiminnallisuuden ja kokemusten kautta. Päiväkoti-ikäisten oppiminen ympäristössä toteutuu pääasiallisesti leikkimällä, liikkumalla ja tutkimalla, omalla aktiivisella toiminnalla pihalla ja lähiympäristössä. Oppiminen ympäristöstä käsittelee ympäristön tutkimisen ja tiedon hankkimisen ympäristöstä. Lapsille tarjotaan mahdollisuus erilaisiin kokemuksiin, joissa voi tutkia ja tutustua kasveihin, eläimiin ja luonnon ilmiöihin. Tutkimista voidaan tehdä moniaistisesti ja erilaisten havaintovälineiden kanssa. Havain-

noimalla, tutkimalla ja pienten kokeiden avulla lapsi saa tietoa luonnon ilmiöistä. Osallistuminen toimintaan ympäristön puolesta perustuu pitkälti lapsille opetettaviin arvoihin. Varhaiskasvatuksessa voidaan antaa lapsille konkreettisia toimintamalleja. Lasten kanssa voidaan järjestellä oppimisympäristöä, huolehtia viihtyvyydestä, huoltaa piha-aluetta, järjestää leluvarastoa, haravoida lehtiä, kolata lunta tai tarkistaa, ettei pihalta löydy mitään sinne kuulumatonta. (Raittila 2016, 213, 215, 217, 219.)

Lasten ympäristökasvatuksen lähtökohtana on osallisuus ja lapsen kokonaisvaltainen kehittyminen. Osallisuus on jokaisen lapsen perusoikeus. Lapsen osallisuuden huomioiminen on säädetty lailla ja ohjeistuksilla: YK:n Lapsen oikeudet 1989, Varhaiskasvatuslaki (540/2018) ja Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Lapset tuleekin ottaa mukaan toiminnan suunnitteluun ja päätösten tekemiseen. Omalta päiväkodin pihalta voidaan kerätä lasten kanssa luonnonmateriaaleja askarteluihin. Kädentöitä voidaan tehdä myös suoraan pihalla esimerkiksi rakentelemalla majoja, tekemällä puroille patoja, rakentamalla veden valuttamisradan, tekemällä lumitaideteoksia maahan tai puunrunkoihin tai tekemällä ympäristötaidetta lehdistä, oksista, kaarnasta, hiekasta ja kivistä. Itse kerätyt materiaalit innostavat lasta tutkimaan ja havainnoimaan, niitä voidaan järjestellä ja luokitella monilla eri tavoilla. Pihaa voidaan tutkia monelta eri tasolta. Mitä löytyy maasta? Entä maan alta, jos kaivaa kuopan? Mitä löytyy pensaista ja puista? Mitä näkyy ilmassa? Välillä voi vaihtaa perspektiiviä makaamalla maassa ja päästää mielikuvitus valloilleen keksimällä eri muotoja pilvistä.

Ympäristökasvatukseen sisältyvät luonto- ja kaupunkikasvatus. Luontokasvatuksen kautta lapsi luo tunnesiteen luontoon. Omakohtaisten kokemusten kautta lapsi oppii tuntemaan luonnon läheiseksi ja haluaa toimia sitä säästäen. Yhdessä tutkimalla, ihmettelemällä ja erilaisia ilmiöitä tutkimalla lisätään lapsen luontotietoutta. Luontoon voi tutustua arkisella yhdessä ololla, seuraamalla vuodenkiertoa ja pohtimalla luonnonilmiöitä. Ihminen on luonnon kanssa jatkuvassa vuorovaikutuksessa. Luonnosta saamme hengitysilman, ruuan ja juomaveden. Luonnossa liikkuminen rentouttaa, laskee sydämen sykettä ja verenpainetta, vähentää jännittyneisyyttä, parantaa keskittymiskykyä ja virkistää mieltä. (Tuomaala 2002, 10–11.) Ulkoilu ja luonnossa olo vähentää stressihormonien määrää ja siten parantaa vastustuskykyä (Matikainen 2008, 162). Auringonvalosta lapsi saa myös tarvitsemaansa D-vitamiinia.

Päiväkodin monimuotoinen ja maastoltaan vaihteleva piha tarjoaa lapselle luonnollisen tempuradan. Kivien päällä hyppelyminen, mäennyppylälle tai puuhun kiipeäminen harjoittaa lapsen motorisia taitoja, koordinaatiokykyä ja tasapainoa. Luonnon aarteiden etsiminen ja maasta noukkiminen parantaa käden ja silmän yhteistyötä ja hienomotoriikkaa. Luonnon materiaaleilla rakentamalla lapsi voi päästää mielikuvituksensa valloilleen ja samalla kehittää lapsen ongelmanratkaisukykyä. Lapsen oppiminen tapahtuu kokeilemalla ja eri aisteja käyttämällä. Jotkut aistihavainnot, esimerkiksi tuoksut, voivat jättää pysyvän muistijäljen. Lapsi haluaa haistaa, koskea, maistaa, tuottaa ääniä ja tutkia asioita eri näkökulmista. (Tuomaala

2002, 16, 20, 41.) Lapsesta voi olla mukava tunnustella hiekkaa sormilla, laittaa sitä suuhun, katsella sen valumista hiekkamylystä tai kuulostella, millainen ääni tulee kun sitä pudottaa sadevesikaivoon. Myös vesilätäköt houkuttavat hyppimiseen, käsin kokeilemiseen, hörppimiseen ja lorottamaan lapiolla kerättyä vettä ämpäriin. Matikainen (2008, 160) kannustaa kasvattajaa ohjaamaan erilaisia aistiharjoituksia ja luontoleikkejä, olemaan läsnä ja tarttumaan hetkeen ja sitä kautta luomaan yhteisiä positiivisia hetkiä.

Monet lasten leikkimuistot näyttävät liittyvän luontoon ja sen tarjoamiin monipuolisiin aistielämyksiin: tuoksuihin, väreihin, ääniin ja tuntemuksiin. Leikkien yhteydessä lapset oppivat tuntemaan luontoa ja lapsille voidaan kertoa luonnon suojelemisesta ja jokamiehen oikeuksista. (Helenius & Lummelehti 2013, 40–42.) Aikuinen pystyy omalla toiminnallaan ja esimerkillään vaikuttamaan, oppiiko lapsi nauttimaan luonnonäänistä ja esteettisyydestä tai huomaamaan pienet maassa ja pensaissa vilistävät ötökät. Yksi hyvä keino tutkimiseen, joka onnistuu pienimpienkin lasten kanssa, on luupin ottaminen mukaan pihalle. Isompien lasten kanssa voidaan pitää esimerkiksi luontopäiväkirjaa, johon voidaan merkitä sään muutoksia, lintujen pesärakennusta tai muuttoa, kasvien kasvamista tai oravien turkin värityksen muuttumista. (Tuomaala 2002, 22, 41.) Joka kuukausi voidaan ottaa ryhmäkuva pihalla samalla paikalla ja laittaa kuvat lasten nähtäville (Kuvio 4). Kuvien avulla lapset pystyvät seuraamaan konkreettisesti luonnon ja vaateuksen muuttumista sekä myös omaa kasvuaan. Valokuvaaminen muutenkin yleensä kiinnostaa lapsia ja heidän voi antaa itse dokumentoida pihaa kuvaamalla esimerkiksi tabletilla. Jos pihalta löytyy kasvattajillekin tuntemattomia kasveja, voidaan niitä tunnistaa tablettisovelluksen avulla.



Kuvio 4. Sama paikka kuvattuna eri kuukausina. Kuva on rajattu niin, ettei siinä näy ryhmän lapsia tai kasvattajia.

Luontokasvatuksen lisäksi ympäristökasvatukseen kuuluu kaupunkikasvatus. Kaupunkikasvatuksessa seurataan ihmisen rakentamaa ja muokkaamaa ympäristöä. Kaupunkiympäristö on konkreettinen esimerkki, mitä ihmisen toiminta ympäristössä tarkoittaa. Päiväkodin pihassa voidaan seurata, mitä lähiympäristössä tapahtuu: esimerkiksi laskea ohi ajavia kulkuvälineitä, lemmikkieläimiä, katsella läheistä rakennustyömaata ja rakennuksia sekä etsiä liikenne merkkejä. Voidaan aistia, mitä ääniä kuuluu ja mitä hajuja voidaan haistaa. Lasten kanssa voidaan miettiä, mistä päiväkodissa syötävä ruoka on peräisin. (Raittila 2016, 216, 218.) Lasten kanssa voidaan myös seurata roska-auton käyntiä ja pohtia yhdessä mihin jätteet menevät ja mistä jätteet ovat peräisin. Lapsille voidaan järjestää lajittelutehtäviä ja tehdä eri materiaaleille maatumiskokeita.

2.3 Lasten sosiaalisten taitojen kehittyminen ja kasvattajan rooli

Pihaa ja ympäristöä yhdessä ihmettelemällä lapsi saa kokemuksen suurempaan kokonaisuuteen kuulumisesta. Yhteiset pihaleikit ja toiminta kehittävät lapsen tunne- ja vuorovaikutustaitoja monipuolisesti. Liikuntaleikeissä lapsi oppii yhteistyötä, oman vuoron odottamista ja sääntöjen noudattamista. Joukkueleikit ja kisailu lisäävät yhteenkuuluvuuden tunnetta. Pönkkö ja Sääkslahti (2016, 148) toteavat, että yhteiset piha- ja liikuntaleikit antavat mahdollisuuden harjoitella arvo- ja normimaailman kysymyksiä: oikeudenmukaisuus, tasa-arvo ja toisten kunnioitus. Miltä tuntuu kun voittaa tai häviää? Lapsi oppii sietämään pettymyksiä ja iloitsemaan voitostaan maltillisesti.

Lapsi oppii sosiaalisia taitoja havainnoimalla, matkimalla ja harjoittelemalla yhdessä toisten kanssa. Taitojen kehittymiseen tarvitaan vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa. Vuorovaikutuksessa käytetään aktiivisesti eleitä, ilmeitä, tunteita, hermojärjestelmää, lihaksia ja omaa persoonaa. (Marjamäki ym. 2015, 65.) Lasten ja aikuisen välinen vuorovaikutus muodostaa pohjan onnistuneelle varhaiskasvatukselle. Hyvässä vuorovaikutuksessa lapsi tulee aidosti kohdatuksi, nähdyksi ja kuulluksi omana itsenään. Kasvattaja vastaa lapsen tekemiin aloitteisiin ja tukee leikkiä. Leikissä asioiden ei tarvitse olla loogisia ja todellisuuteen pohjautuvia, vaan mielikuvituksen voi päästää valloilleen. Positiivinen ja turvallinen oppimisympäristö kannustaa lasta kokeilemaan ja siten myös oppimaan. Leikkiin mukaan meneminen, muiden lohduttaminen, kannustaminen ja anteeksipyyttäminen ovat taitoja, joissa tarvitaan positiivista vuorovaikutusta ja ohjaavaa palautetta. Koivulan ja Laakson (2017, 123) mukaan leikki vaikuttaa lapsen kehitykseen, oppimiseen ja hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti. Leikki kehittää ajattelua, oppimista, ongelmaratkaisua, tukee kielen ja kommunikaatiotaitojen kehittymistä, sosiaalisten taitojen kehittymistä. Leikissä luodaan tunnekokemuksia ja se vaikuttaa emotionaaliseen kehitykseen, luovuuteen ja mielikuvitukseen. Lehtinen ja Koivula (2017, 179) toteavat, että leikkiessään toisten lasten ja aikuisten kanssa lapsi oppii uusia taitoja ja kokeilee erilaisia rooleja. Muiden kanssa vuorovaikutuksessa opittu asia kehittyy oppimisprosessissa lapsen omaksi taidoksi.

Lapsella saattaa olla jokin ominaisuus, jonka perusteella hän tarvitsee enemmän aikuisen tukea. Lapsi voi tarvita tukea esimerkiksi kielenkehityksessä, tunnetaidoissa, sosiaalisessa kehityksessä, motorisessa kehityksessä tai tarkkaavaisuudessa. Kaikilla lapsilla on perustarve tuntea olevansa turvassa, olla osallisena yhteisössä, oppia uusia asioita, liikkua ja luoda. Oppimisympäristön merkitys lapsen valmiuksien ja taitojen muokkautumisessa on suuri. Esimerkiksi aistiherkän lapsen voi olla vaikeaa olla tilassa, jossa on paljon muita lapsia, ääniä ja ärsykejä. (Alijoki & Pihlaja 2016, 264–265.) Sisällä ahdistunut lapsi saattaa olla aivan erilainen ulkona, varsinkin jos ulkoilua on porrastettu pienempiin lapsiryhmiin. Toiminta pienryhmissä

edistää lapsen sosiaalisten vuorovaikutustaitojen kehittymistä. Pienryhmissä aikuisen on helppompaa vastata lapsen tarpeisiin ja auttaa lasta saamaan onnistumisen kokemuksia, jotka vahvistavat lapsen itseluottamusta.

On tärkeää kunnioittaa jokaisen lapsen yksilöllisyyttä, tunnistaa tuen tarpeet ja huomioida lapsi yksilönä toimintaa suunniteltaessa eikä vain osana ryhmää. Kasvattajan roolissa korostuvat avustaminen, läsnäolo, havainnointi ja kuunteleminen. Kasvattaja luo lapselle oppimiseen tarvittavat puitteet sekä hallinnoi aikaa ja tilaa. (Kalliala 2008, 22, 25.) Osa lapsista keksii pihalla itsenäisesti hyvin tekemistä, toiset taas kaipaavat aikuisen tukea leikkeihin ja tutkimiseen. Kasvattajan tehtävä on auttaa yksittäisiä lapsia mukaan yhteisiin leikkeihin. On tärkeää huolehtia, että lapsella on mahdollista leikkiä oman iän- ja kehitystason mukaisia leikkejä. Tuen tarve voi näkyä konkreettisesti siinä, että lapsi hakeutuu itse aktiivisesti kasvattajan seuraan, vetäytyy jatkuvasti muiden seurasta tai käyttäytyy ei toivotulla tavalla, esimerkiksi kiusaa muita. Kiusaamisen ehkäisy nousee yhtenä aihealueena Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (Opetushallitus 2018, 31–32). Jokaisessa varhaiskasvatyüksikössä tulee olla laadittuna kiusaamisen ehkäisyn ja puuttumisen suunnitelma. Marjamäki ym. (2015, 66) toteavat, että kiusaamista voidaan ehkäistä harjoittelemalla yhdessä tekemisen taitoja ja toisten huomioonottamista, vahvistamalla kaveritaitoja, yhteenkuuluvuuden tunnetta ja ryhmäytymistä. Positiivista ilmapiiriä luodaan yhteisöllisyyttä tukevilla leikeillä. Kasvattajan asenne ja toiminta on ratkaiseva tekijä kiusaamistilanteissa. Vaikka lapset monesti saattavat selvittää itse ristiriitojaan, on aikuisen tehtävä määritellä, mikä on hyväksyttävää käytöstä.

Kasvattajan tehtävänä on innostaa, auttaa leikkejä alkun ja tukea leikin kehittymistä. Aikuisen osallistuminen leikkiin voi olla lapselle tärkeä kokemus ja samalla aikuinen voi mallittaa leikkiä sekä ohjailta leikin suuntaa ja sisältöä. Yhteisillä leikeillä voidaan vahvistaa lapsen ja kasvattajan välistä suhdetta ja luottamusta. Leikkiin osallistumiseen tarvitaan aikaa, riittävästi henkilökuntaa ja usein myös vaivannäköä. Kasvattajan läsnäolo lisää leikkirauhaa ja turvallisuuden tunnetta. Tarvitaan herkkyyttä ja kykyä huomata, milloin lapsi tarvitsee tukea. (Marjamäki ym. 2015, 17, 65.) Kasvattajalle leikin havainnointi on tärkeää, sillä siinä lapsen kehitys ja tuen tarpeet eri osa-alueilla tulee näkyväksi ja kasvattaja saa arvokasta tietoa lapsen kiinnostuksen kohteista. On tärkeää, että havainnoinnin lisäksi kasvattaja itse osallistuu leikkiin sitä ymmärtääkseen. (Koivula & Laakso 2017, 123, 127–128.) Leikkiin osallistuessaan kasvattajan tulee olla aktiivinen, mutta ei liian tungetteleva. Sensitiivinen kasvattaja osaa tunnistaa lapsen leikki-idean ja auttaa lasta kehittämään leikki-idea vuorovaikutteisesti. (Kalliala 2008, 56.)

Kalliala (2008, 32–33, 51) kertoo, että tutkimusten mukaan kun lapset löytävät itse tekemistä, käy helposti niin, että aikuiset rajoittavat tehtävänsä vain lasten vahtimiseen. Aikuisista tulee poissaolevia ja lapset eivät heitä lähesty ilman avun tarvetta. Harvoin leikkiin osallistuva ja vetäytyvä kasvattaja ei houkuta lapsia vuorovaikutteiseen toimintaan. Kasvattajat

saattavat vetäytyä lasten luota myös toistensa seuraan, koska kommunikointi aikuisten kesken voidaan kokea helpompana. Muiden kasvattajien seura saattaa estää havainnoimisen ja vähentää vuorovaikutustilanteita lasten kanssa. Puhelimeen keskittyvästä kasvattajasta ei myöskään ole lapsille tukea. Erityisesti alle 3-vuotiaiden lasten kanssa vuorovaikutus vaatii jatkuvaa läsnäoloa ja kykyä tunnistaa lasten sanallisia ja sanattomia viestejä. Kalliala (2008, 28–29, 52) toteaa, että kasvattajan tehtävä on neuvoa, kannatella, tukea lasten leikkiä, vastata lasten aloitteisiin, kannustaa omatoimisuuteen ja luoda hyvää ilmapiiriä, jossa lapset kokevat yhteenkuuluvuutta ja osallisuutta. Kasvattajan tulee olla aidosti läsnä, sitoutunut ja sensitiivinen. Päiväkodeissa tarvitaan tietoista aikuisroolin pohdintaa, yhteisiä toimintaperiaatteita ja niiden noudattamista.

Kasvattajan tehtävänä on taata lasten turvallisuus ja turvallinen leikkiympäristö. Kun aikuinen on fyysisesti lähellä ja psyykkisesti saatavilla, on lapsen helpompi uskaltaa tutkia ympäristöä ja keskittyä leikkeihin. Tutkimusten mukaan leikki sujuu paremmin ja lapset oppivat enemmän leikkiessään, kun kasvattaja on sitä tukemassa. Kasvattajan läsnäolo vapauttaa lapsen uppoutumaan leikkeihin muiden lasten kanssa, mutta myös lapsen yksin leikkiminen vaatii aikuisen läsnäoloa. Erityisesti pienet lapset saattavat tarvita hellyyttä kesken leikkien. Lapselle on tärkeää nähdä aikuinen ja tulla itse nähdyksi. Lapset aistivat, onko aikuinen halukas leikkiin. Leikkimyönteisiä pyydetään mukaan leikkeihin ja leikkikielteisiä aikuisia lapset lähestyvät harvemmin. Päiväkodissa luontevin tapa olla lapsille läsnä, on toimia pienryhmissä. (Kalliala 2008, 50–51, 55; Lehtinen & Koivula 2017, 178–179.)

2.4 Piha ja pihavälineet

Monipuolinen leikkimisympäristö houkuttaa lasta liikkumaan ja tutkimaan. Pihan pitää vastata lapsen fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin kehitystarpeisiin. Leikkiessään lapsi samalla muokkaa itse ympäristöään. Pihalla on hyvä olla omat paikkansa hiekkaleikeille, keinumiselle, kiipeilyyn, tasapainoiluun sekä tilaa juoksemiselle, hippaleikeille ja pallopeleille. Mäen päällä voi leikkiä vuorenavallitusta tai laskea mäkeä. Talvella mäkiä voi itse tehdä lumikasoista. Päiväkodin pihaleikit ja retket sen lähiympäristössä muodostavat suuren osan lapsen päivittäisestä fyysisestä aktiivisuudesta. (Pönkkö & Sääkslahti 2016, 149–150.) Puut, pensaat, kasvit, mäet, kuopat ja kannot houkuttavat lasta kokeilemaan ja tutkimaan. Lapset keksivät luonnonmateriaaleilla paljon mielekästä tekemistä niin kauan kuin aikuinen ei sitä kiellä. (Sääkslahti 2018, 135.)

Osa leikkivälineistä on kiinteitä. Näistä tyypillisimmät ovat keinut, liukumäki, kiipeilytelineet, tasapainoiluvälineet ja kiipeily- tai heittelyseinät. Isojen telineiden käyttö vaatii koko vartalon suurten lihasten käyttöä, oman kehon painon kannattelua tai nostamista. Pihamaalaukset innostavat liikkumaan, mutta saattavat menettää uudenviehätyksensä nopeasti (Sääkslahti

2018, 134–135). Hyvä keino on käyttää esimerkiksi katuliituja erilaisten alueiden, ratojen tai hyppyrudukoiden tekemiseen. Silloin lapset voivat myös itse olla mukana niitä suunnittelemassa ja tekemässä. Välineiden käyttöä ja liikkumista helpottaa, kun ulkoiluaikaa porrastetaan ja kaikki lapset eivät ole samaan aikaan niitä käyttämässä.

Eri vuodenaajat tuovat luonnollista vaihtelua pihatoimiin. Myös pihalelut jakautuvat kesä- ja talvivälineisiin. Monissa päiväkodeissa löytyy samat perusvälineet: lapiot, ämpärit, hiekkamuotit, kotileikkivälineet, siivilä, hiekkamyly, pikkuautot, rekat, potku- ja polkupyörät, pallot, mailat, pallokorit, hyppynarut, vanteet, purkkijalat, keppihevoset, haravat, kartiot, kotileikkitarvikkeet, pulkat, liukurit ja lumikolat. Osa leluista on vedettäviä, työnnettäviä ja päällä istuttavia. Tukea tarvitseville lapsille hankitaan tarvittavat apuvälineet. Leluvaraston siisteyttä ja välineiden saatavuutta voidaan parantaa järjestämällä leluille omat kuvitetut paikat. Ulkolelut ovat kovalla kulutuksella ja on tärkeä huolehtia niiden kunnosta ja turvallisuudesta. Kuluneet lelut ovat merkki aktiivisesta leikkimisestä. Vuosittaiseen budjettiin varataan määräraha uusien välineiden hankintaan (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 26).

Välineiden avulla tuodaan leikkeihin iloa ja vaihtelua. Välineet mahdollistavat tutkimisen ja kokeilun ja niiden käsittely edistää aistien yhteistoimintaa sekä silmien ja käsien yhteistoimintaa. Välineiden avulla voidaan innostaa arkojakin lapsia liikkumaan. Välineillä voidaan harjoitella erilaisia käsitteitä, voiman käyttöä, keskittymistä, pari- ja ryhmätyöskentelyä sekä ruokkia mielikuvitusta ja luovuutta. (Karvonen ym. 2003, 159–160.) Päiväkodissa on hyvä olla välinevastaava, joka huolehtii välineiden hankkimisesta ja huoltamisesta. Saatavilla tulee olla eri painoisia ja erikokoisia välineitä, osa välineistä voi olla sellaisia, että niiden käyttö vaatii ponnistelua tai useamman lapsen yhteistyötä, esimerkiksi autonrenkaat. Isokokoisia ja kalliita välineitä voidaan kierrättää yksikön sisällä tai yksiköstä toiseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 26.) Vantaan kaupungin päiväkodeilla on mahdollisuus varata liikuntavälineitä lainaan Vantaan Liikuntapalvelusta. Ulkotoimintaan löytyy esimerkiksi ulkoilukasseja ja retkeilyrinkkoja. Pihaleikkejä voidaan rikastuttaa myös tuomalla perinteisesti sisäleikeissä käytettyjä leluja ulos. Esimerkiksi eläin- ja dinosaurushahmot heräävät uudella tavalla eloon pihalla, jossa niille voidaan rakentaa pesiä tai syöttää marjoja. Niitä voidaan piilottaa, etsiä tai käyttää kuvasuunnistukseen. Dinosauruksia voidaan kaivaa pensseleillä esille hiekkalaatikosta tai niille voidaan muotoilla hiekasta tulivuoria, jotka saadaan purkautumaan etikka-vesi-sooda-seoksella. Pihalla voidaan hoitaa nukkeja ja tehdä kokkailuja kotileikkivälineillä.

Päiväkotien piha- ja aluesuunnittelusta vastaavat kuntien tekniset toimijat (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 10). Rakennusvaiheessa kannattaa taloudellisesti panostaa oppimisympäristöön ja välineisiin, sillä sijoitetun summan voi säästää monin kertaisesti takaisin alentuneina kustannuksina terveydenhuoltopalveluissa (Sääkslahti 2018, 221). Pihaa suunniteltaessa on huomioitava, että se on käyttökelpoinen kaikkina vuoden aikoina. Esimerkiksi liian suuret korkeuserot voivat aiheuttaa vaaratilanteita. (Stakes 2008, 67.) Yhteistyökumppanina olevan

varhaiskasvatustyöyksikön toisen päiväkodin piharemontin suunnitteluvaiheessa vuonna 2017 otettiin huomioon myös kasvatushenkilöstön ja lasten toiveet. Lasten toiveita kartoitettiin kyselemällä ja piirtämällä.

2.5 Turvallisuus

Päiväkodeissa on laadittu turvallisuuskansiot, joihin on koottuna yleisiä turvallisuusohjeita. Ohjeiden lisäksi tarvitaan kartta kiinteistöstä ja piha-alueesta. Säännöllisin väliajoin henkilökunnan on hyvä kokoontua pohtimaan yhteisiä pihäsääntöjä ja tehdä turvallisuuskartoitus. Turvallisuuskartoituksessa voidaan käydä läpi lähialueen riskitekijät, riskitekijät omalla pihalla ja pihan katvealueet. On myös hyvä pohtia, miten pihavalvonta tehdään, kiertävätkö kasvattajat pihalla vai onko piha-alue jaettu valvonta-alueisiin.

Piha on tärkeässä roolissa myös tilanteissa, joissa on poistuttava nopeasti sisätiloista, esimerkiksi tulipalon takia. Joskus ulkoinen uhka esimerkiksi säteilyvaara, tulipalonmyrkykaasut tai uhkaavasti käyttäytyvät henkilöt voi olla syynä, että pihalta täytyy poistua nopeasti sisätiloihin. Näitä tilanteita varten on tehtävä säännöllisiä harjoituksia ja toimintaohjeet oltava kirjattuna pelastussuunnitelmaan. (Saarsalmi 2008, 74.)

Päiväkodin henkilökunta tarkistaa, ettei pihalla ole mitään sinne kuulumatonta, esimerkiksi roskia, ruiskuja tai kuolleita eläimiä. Lapsille opetetaan, ettei vieraisiin esineisiin saa mennä itse koskemaan, vaan niistä ilmoitetaan aikuiselle. Lisäksi tarkkaillaan, ettei pihalta löydy myrkyllisiä kasveja. Ulos tultaessa yksi kasvattaja tulee pihalle ensimmäisten lasten kanssa ja sisään mennessä yksi kasvattaja poistuu pihalta viimeisten kanssa. Ulkoilun aikana on tärkeää, että paikalla on riittävä määrä kasvattajia suhteessa lapsilukuun. Kasvattajat hajaantuvat pihalle tai kiertävät niin, ettei mikään paikka jää katveeseen. Irralliset välineet ja lelut on kerättävä yöksi lukittuun varastoon.

Kiinteistön omistaja tai ylläpitäjä on ensisijaisesti vastuussa leikki- ja kiipeilytelineiden kunnosta ja niiden tarkastamisesta. Piha-alueesta ja leikkikenttävälineistä laaditaan huolto- ja kunnossapitosuunnitelma, johon kirjataan esimerkiksi kuntotarkistusten aikataulut. Päiväkodin henkilökunta tekee silmämääräisen tarkistuksen työpäivän alussa. Rikkoutuneista välineistä tehdään ilmoitus päiväkodinjohtajalle ja huoltoon. Kiipeilytelineiden, keinujen ja muiden kiinteiden välineiden alla pitää olla iskua vaimentava alusta tai turvasora. Hiekkalaatikon hiekka olisi hyvä vaihtaa keväisin. (Saarsalmi 2008, 67; TUKES.) Suomessa leikkikenttävälineiden turvallisuutta koskevat standardit on koottu Suomen Standardisoimisliiton julkaisuun 7SFS-käsikirja 143, Leikkikenttävälineet ja SFS-EN 1177 Leikkikenttien iskua vaimentavat alustat. Leikkikenttien turvallisuutta koskee standardisarja SFS-EN 1176.

Päiväkodin pihan pitää olla aidattu ja aitojen olla tarpeeksi korkeat, tiiviit. Alitse ei saa mahtua ryömimään. Aitojen suositeltu korkeus on vähintään 1 200 millimetriä. Alareunan ja maan väli ei saa ylittää 100 millimetriä. Aidan rakenne ei saa houkuttaa kiipeämään. Talvisin lunta ei saa kasata aitojen viereen. Porteissa tulisi olla tuplalukitukset, esimerkiksi työntösalpa ja nostosalpa, etteivät lapset pääse niitä helposti itse avaamaan. Portin on hyvä aueta pihan puolelle. Vanhempia tulee muistuttaa portin sulkemisen tärkeydestä. (Saarsalmi 2008, 69–70: TUKES.) Päiväkodin ulkoilualan tulee olla riittävän meluttomassa paikassa. Ilmanlaadussa on otettava huomioon esimerkiksi keskimääräinen liikennemäärä päiväkodin läheisyydessä. Onnettomuustilanteita tai ilkivallasta ilmoittamista varten näkyvillä olisi hyvä olla tunniste- taulu, jossa lukee leikkipaikan nimi, sijainti, ylläpitäjän yhteystiedot ja yleinen hätänumero. Piha-alue toimii iltaisin ja viikonloppuisin yleisenä leikkipaikkana. Piha-alueen tulee olla riittävän esteetön, toimiva ja turvallinen kaikkia käyttäjäryhmiä ajatellen. (Saarsalmi 2008, 66–67, 70.)

Vuodenajat tuovat turvallisuuteen omat haasteensa. Pihalle tarvitaan hyvä valaistus, sillä talvisin pimeää voi olla miltei koko päivän. Myös liukkauden torjuntaan on kiinnitettävä huomiota. Kaltevilla katoilla tulisi olla esteet, jotta katolle kertyneet lumet ja jäät eivät pääse putoamaan kenenkään päälle. Tarvittaessa on oltava yhteydessä kiinteistön huoltoon. (Saarsalmi 2008, 68.) Helteisiä kesäpäiviä varten tarvitaan varjoisia paikkoja. Varjossa UV-säteilyä on puolet vähemmän kuin suoraan auringossa. Toistuva UV-säteilylle altistuminen voi lisätä riskiä sairastua myöhemmin ihosyöpään. Lapset ovat aikuisia herkempiä kärsimään nestehukasta tai auringonpistoksesta, sillä heidän lämmönsäätelynsä ei toimi vielä tehokkaasti. (THL 2020; STUK 2017.) Sää vaikuttaa ulkoilun määrään ja pihalla oloa voi tilapäisesti rajoittaa esimerkiksi voimakas tuuli ja sade, kova pakkanen, liukas piha tai poikkeuksellinen kuuma sää.

Useat lapsille päiväkodissa tapahtuvista tapaturmista liittyvät siihen, että lapsen motoriset taidot eivät ole vielä tarpeeksi kehittyneet. Tapaturmat ovat usein putoamisia tai kaatumisia, jotka tulevat, kun lapsi ei osaa ottaa vastaan omaa ruumiinpainoaan, heidän reaktionopeutensa ei ole ollut riittävä tai heiltä on puuttunut tarvittava käsilihasvoima. Täysin turvallista paikkaa liikkumiselle ei olekaan, mutta vähitellen lapset oppivat tunnistamaan omia kykyjään suhteessa vaaratilanteisiin ja riskit tapaturmille vähenevät. (Karvonen ym. 2003, 110–111.)

3 Kehittämistyö

Pidän pihatoimintaa hyvin tärkeänä, joten opinnäytetyön aihe oli minulle mieleinen ja ajatus siitä oli kypsynyt jo pidemmän aikaa. Pihatoiminta on käsitteenä varsin laaja. Opinnäytetyön aihealueet valikoituivat henkilökunnan toiveista, tarpeista sekä koko varhaiskasvatuksessa painotettavista teemoista. Jo alkuvaiheessa mietin, että työilta voisi olla koko työyhteisöä

hyödyttävä tapa saada tietoa jaettua sekä kerätä vielä toiveita ja palautetta kehittämistyötä ja arviointia varten. Opas on pysyvä työkalu arjessa, johon aina tarvittaessa helppo tarttua.

Opinnäytetyöprosessin aikana suunnitelmat muuttuivat jokin verran, mutta pääajatus säilyi samana alusta loppuun. Tietoa aiheista löytyisi varmasti loputtomiin, mutta yritin miettiä, mikä tieto on oleellista työn tekemisen ja sen kehittämisen kannalta. Kantavana ajatuksena oli motivoida kasvattajat pohtimaan omia ja työyhteisön työtapoja sekä innostaa toiminnan kehittämiseen ammatillisen tiedon vahvistamisella ja toimintaesimerkeillä. Työillan ja oppaan sisältö muuttuivat hieman prosessin aikana.

3.1 Tiedonhankinta

Opinnäytetyön teoriatieto kerättiin tutkimalla ammattikirjallisuutta ja tieteellisiä tutkimusartikkeleita. Tiedon keruu aloitettiin käymällä kirjastossa ja tutkimalla varhaiskasvatuksen, ympäristökasvatuksen ja liikuntakasvatuksen perusteoksia. Tämän jälkeen tietoa alettiin hakea täsmällisemmin sähköisistä tietokannoista: Laurea Finna, Finna.fi, Valto, Julkari, Helmet.fi, Google ja SOCCA. Käytettyjä hakusanoja olivat mm. ”varhaiskasvatus”, ”päivähoito”, ”liikuntakasvatus”, ”liikunta”, ”ympäristökasvatus”, ”luonto”, ”aikuisen rooli”, ”päiväkodin piha”, ”lapsen sosiaaliset taidot”, ”pihavälineet” ja ”turvallisuus”. Hakusanoja käytettiin sellaisenaan sekä käyttämällä tarkennettua hakua, jossa hakusanoja yhdistettiin keskenään AND- tai OR-sanoilla, käytettiin sanojen eri synonyymejä ja sanakatkaisua, jotta saataisiin mahdollisimman paljon mahdollisimman täsmällistä tietoa.

Haun perusteella valikoitui joukko kirjoja, artikkeleita ja opinnäytetöitä, joissa oli opinnäytetyön aihepiiriin liittyvää tietoa. Lähteiden valinnassa kiinnitettiin huomiota kirjoittajan, organisaation ja julkaisijan luotettavuuteen sekä ajankohtaisuuteen. Aineistosta kerättiin talteen tarvittava informaatio tiiviiseen muotoon, tässä tapauksessa Word-tiedostoon, joka toimi samalla oppimispäiväkirjana. Word-muistiinpanot olivat toimiva ratkaisu, sillä opinnäytetyötä tehtiin varsin pitkällä aikavälillä, kirjoja käytiin läpi paljon ja tällä tavalla tarvittava aineisto oli koko ajan saatavilla.

Seuraavaksi tietoa alettiin ryhmitellä eri aihealueiden alle. Pääotsikoina oli liikuntakasvatus, ympäristökasvatus, lapsen sosiaaliset taidot ja kasvattajan rooli, piha ja pihavälineet sekä turvallisuus. Eri aineistoista kerätyt tiedot tukivat toisiaan, mikä lisää tiedon luotettavuutta. Jossain vaiheessa saavutettiin kylläntymispiste, eli tuntui, ettei lisäaineisto tuonut enää kehittämistehtävän kannalta merkittävää uutta tietoa (Vilka 2005, 127). Toikon ja Rantasen (2009, 119) mukaan kehittämistoiminnassa ei voida kerätä tietoa yhtä syvällisesti kuin tutkimuksessa, vaan tietoa kerätään sen verran kuin se kehittämistoiminnan kannalta on perusteltua.

Tietoa saatiin myös osallistumalla Aluehallintoviraston Liikkuva varhaiskasvatus liikettä, leikkiä ja oppimista! -koulutuspäivään 30.9.2019 sekä Vantaan, Helsingin ja Espoon kaupunkien järjestämään Hyvinvoinnista oppimisen iloa -seminaariin varhaiskasvattajille ja opettajille 29.10.2019. Koulutuksesta ja seminaarista kerättiin muistiinpanoja ja materiaaleja. Niissä saatiin myös tietoa ajankohtaisista hankkeista, ohjelmista ja tutkimuksista, joista etsittiin lisää tietoa internet-sivustoilta.

Opinnäytetyön aihepiiristä on kertynyt myös omakohtaista tietoa ja kokemusta työelämässä päiväkodissa. Omat kokemukset eivät ole tutkimuksellista tietoa, ellei niitä tarkastele kriittisesti (Ojasalo ym. 2014, 21). Huomasin, teoriatieto tuki hyvin pitkälle omia kokemuksia ja ajatuksia. Omat ajatukset ja teoriatieto on erotettu raportissa merkitsemällä lähteet. Omia kokemuksia pystyin hyödyntämään erityisesti työillan esityksessä ja lhan pihalla -oppaassa erilaisten toimintaideoiden esittelyssä.

3.2 Työilta varhaiskasvatuksen henkilökunnalle

Varhaiskasvatusyksikössä pidetään viisi kertaa vuodessa henkilökunnalle työilta. Työillassa käydään läpi esimerkiksi erilaisten koulutusten sisältöjä, tutustutaan uusiin työmenetelmiin ja toimintatapoihin sekä keskustellaan yhteisesti työn kehittämisestä ja ajankohtaisista asioista. Työiltaan osallistuu koko yksikön vakituinen henkilökunta.

Työilta pidettiin 11.2.2020 yksikön toisessa päiväkodissa. Paikalla oli 18 työntekijää ja päiväkodin johtaja. Työillan aluksi kerroin, että työillan esitys on osa opinnäytetyötäni ja mitä illan aikana on ohjelmassa (Liite 3). Kerroin, että kysymyksiä voi esittää milloin vain ja toivon, että illan aikana käydään paljon yhteistä keskustelua. Kerroin, että illan aikana käymme läpi teoriatietoa, toimintaideoita ja tavoitteena on, että opimme huomaamaan pihatoiminnan merkityksen ja mahdollisuudet sekä miten pienilläkin teoilla voimme rikastuttaa toimintaa. Aloitin teoriaosuuden kertomalla lyhyesti, mitä Varhaiskasvatussuunnitelmassa 2018 sanotaan liikuntakasvatuksesta, ympäristökasvatuksesta, lapsen sosiaalisten taitojen kehittymisestä, lapsen oppimiskäsityksestä ja oppimisen alueista. Totesin, että illan aikana tulemme huomaamaan esimerkkien avulla, miten kaikki oppimisen alueet voidaan toteuttaa pihatoiminnassa.

Liikuntakasvatuksesta käytiin läpi liikunnan merkitys lapsen fyysiselle, psyykkiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille sekä mitä tavoitteita varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukselle on määritetty. Esityksessä oli kuvia omassa työssä toteutetuista liikunnallisista leikeistä ja toimista, joiden avulla yhdistin teoriatietoa käytännön esimerkkeihin. Kuvissa näkyi temppuratoja, sääntöleikkejä ja erilaisia välineitä, kuten puun oksalle ripustettu sateenvarjo, johon lapset saavat heitellä pallomeripalloja. Ajatuksena oli, että liikuntaa voidaan lisätä helpoilla ja no-

peasti toteuttavilla keinoilla. Kerroin fyysisen aktiivisuuden suosituksista, sekä mihin tutkimusten mukaan kasvattajien tulisi erityisesti kiinnittää huomiota liikuntakasvatusta suunniteltaessa. Liikuntakasvatusosion lopuksi kysyin, onko halukkuutta pitää pieni taukojumppa, sillä liikunta auttaa jaksamaan ja keskittymään. Vastaus oli kyllä, joten laitoin taustalle YouTubea Jumppakissan taukojumppa -videon ja liikuimme sen ohjeiden mukaisesti. Tämä taukojumppa sopii hyvin myös lasten kanssa tehtäväksi, joten sitä kasvattajat voivat soveltaa suoraan omassa työssä.

Ympäristökasvatuksesta kerroin, mitä kaikkea käsite sisältää, mitä tavoitteita sille on asetettu ja miten sitä voidaan pihatoiminnassa toteuttaa. Kerroin miten tärkeää on erilaisten aistien hyödyntäminen ja lasten omakohtaisten kokemusten saaminen. Puhuimme myös tuttavasta oppimisesta ja miten lapset voivat pohtia erilaisia ilmiöitä. Näytin kuvia ja kerroin esimerkkejä pihaleikkien rikastuttamiseen ympäristökasvatuksen näkökulmasta, kuten eläinlelujen ottaminen pihaleikkeihin, saman paikan valokuvaaminen vuodenaikojen muutosten seuraamiseksi, viheristutusten lisääminen, maatumiskokeet, ötököiden tutkiminen ja ihmisten rakentaman lähiympäristön seuraaminen. Olin myös tehnyt valmiita tehtäväkortteja erilaisten käsitteiden harjoitteluun ulkona ja annoin materiaalit kumpaankin päiväkotiin. Kerroin myös esimerkin pitkäkestoisesta Dinosaurus-projektista, jossa toimintaa toteutettiin sisätiloissa ja ulkona. Dinosaurus-projektin sisältö löytyy liitteenä Ihan pihalla -oppaasta.

Seuraava aihe oli lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen ja kasvattajan rooli. Kerroin miten kasvattaja voi tukea omalla toiminnallaan lapsen hyvinvointia ja itsetunnon kehittymistä. Keskustelimme kasvattajan aktiivisen roolin tärkeydestä sekä kuinka kasvattajalla on monta erilaista roolia ulkoilun aikana. Toin esitykseen vaihtelua lukemalla ääneen katkelman Marjatta Kallialan kirjasta Kato mua! Katkelmassa kerrotaan mm. miten tutkimusten mukaan kasvattajat helposti vetäytyvät toistensa seuraan tai puhelimen ääneen, sen sijaan että osallistuisivat aktiivisesti lasten leikkeihin. Kysyin, mitä ajatuksia luettu kohta henkilökunnassa herätti.

Ohjasin myös lyhyen vuorovaikutukseen liittyvän draamaharjoituksen. Tarkoituksena oli keilla ele- ja ilmekielen merkitystä sekä erilaiseen rooliin muuntautumista. Eleet ja ilmeet on tärkeä osa vuorovaikusta ja niiden merkitys korostuu entisestään, jos ei ole keinoa ilmaista itseään puheen kautta. Varhaiskasvatuksessa kasvattajan on tärkeä tiedostaa omien eleiden ja ilmeiden merkitys sekä osata tulkita myös muiden eleitä ja ilmeitä. Draamaharjoituksessa eläydyttiin samalla lapsen rooliin, joka pohtii mihin joukkoon kuuluu, kenen kanssa voisi mennä leikkimään tai kenen aikuisen puoleen kääntyä. Harjoituksessa koetaan hyväksytyksi ja torjutuksi tulemisen tunteita. Draama menetelmänä sopii monenlaisille ihmisryhmille ja monenlaisiin tilanteisiin sovellettavaksi. Draamaharjoitukset saattavat herättää voimakkaita tunteita, joten harjoitusten lopuksi on tärkeää purkaa kokemuksia ja heränneitä ajatuksia. Öystilän (2019, 141-142) mukaan draamaa voidaan soveltaa erilaisten teemojen tutkimisessa, sy-

vällisen ja kokemuksellisen ymmärryksen saamiseksi. Draamassa voidaan hyödyntää kehollisuutta, mielikuvitusta ja toisen rooliin astumista. Kehollisuuden avulla voi oppia ymmärtämään itseään ja toisia paremmin, sillä kehomuisti voi tuoda esiin asioita, joita emme muuten muistaisi. Draama on osallistava ja dialoginen luova menetelmä, joka tähtää ihmisenä kasvamiseen. Sen avulla voidaan kehittää itsetuntemusta, vuorovaikutustaitoja ja empatiakykyä.

Draamaharjoituksen aluksi kerroin, että harjoitukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Motivoin henkilökuntaa osallistumaan kertomalla, että harjoitus tehdään tutussa, turvallisessa seurassa ja kaikki tekevät samaa harjoitusta samanaikaisesti. Ryhmänä tehtyyn harjoitukseen monella on matalampi kynnys osallistua, kuin jos joutuisi olemaan esillä yksin. Vain pari kasvattajaa eivät halunneet osallistua, mutta jäivät seuraamaan sitä. Harjoituksessa jokaiselle osallistujalle laitettiin otsaan pieni tarralappu, jossa oli sininen, punainen, vihreä tai keltainen ympyrä. Osallistujat eivät itse tienneet, minkä värin he saivat. Samat värit oli merkitty eripuolille huonetta pisteiksi. Tehtävänä oli löytää samanväriseen pisteeseen kuin minkä värinen täplä on otsan tarrassa. Harjoituksen aikana ei saanut käyttää puhetta, vaan tarkoituksena oli mahdollisimman vähillä eleillä esittää muille samassa pisteessä oleville, ovatko he oikeassa paikassa ja saada selville, onko itse oikeassa paikassa. Kun kaikki olivat löytäneet oikeaan paikkaan, keskustelimme, mitä ajatuksia harjoituksen aikana oli herännyt. Oliko ollut helppo tulkita muiden eleitä? Oliko ollut vaikea viestiä muille ilman sanoja? Miten tärkeää on, että kokee kuuluvansa jonkin. Miltä lapselta voi tuntua, jos tulee toistuvaksi torjutuksi tai ei koe kuuluvansa joukkoon. Kerroin, että olen itse tehnyt saman harjoituksen joskus niin, että osalla osallistujista ei ollut otsassa mitään väriä, joten he eivät päässeet mukaan mihinkään ryhmään.

Teoriaosuuden loppuksi kerroin lyhyesti pihavälineiden merkityksestä ja monipuolisesta käytöstä. Kävimme myös läpi turvallisuusasioita liittyen pihavalvontaan, pihan käyttämiseen ja pihan kunnosta huolehtimiseen. Osan suunnitellusta sisällöstä kävin läpi nopeasti ja osan jätin pois, sillä aika alkoi käydä vähiin ja halusin jättää loppuun aikaa aivoriihityöskentelyyn ja palautteen antamiseen.

Aivoriihessä oli tehtävänä pohtia illan teemojen perustella, mitä mahdollisuuksia ja hyviä käytäntöjä sekä mitä haasteita ja esteitä pihatoimintaan liittyy oman työn toteutuksen kannalta. Alun perin olin ajatellut jakaa henkilökunnan niihin tiimeihin, joissa he työtä tekevät, mutta henkilökuntaa oli sen verran poissa, että oli järkevämpää koostaa kolme isompaa keskusteluryhmää. Ryhmäjakoihin vaikutti se, mitä pihaa he pääsääntöisesti käyttävät ja minkä ikäisten lasten ryhmässä he työskentelevät. Yhteiset keskustelut pihan käyttäjien kesken antoivat mahdollisuuden käsitellä jokaisen omia kokemuksia ja ajatuksia, jakaa hyviä kokemuksia ja pohtia yhdessä ratkaisuja haasteisiin. Se, että samassa ryhmässä oli kasvattajia useammasta tiimistä, oli loppujen lopuksi oikein toimiva ratkaisu.

Pyysin kirjaamaan keskusteluissa heränneitä asioita paperille. Kerroin, että vastauksia saateen hyödyntää opinnäytetyössä ja Ihan pihalla -oppaassa. Aikaa aivoriihiyöskentelyyn annettiin 15 minuuttia, jonka jälkeen kokoonnuimme taas yhteen. Keskustelu ryhmissä oli ollut varsin vilkasta. Joitakin asioita ehdimme mieltä yhdessä, mutta olisin toivonut, että aikaa keskustelulle olisi jäänyt vielä enemmän. Keräsin ryhmien kirjoitukset talteen omaa kehittämistyötä varten. Keskusteluissa tuli esille, että yksikön päiväkotien pihoihin, niiden kokoon ja monipuolisuuteen oltiin tyytyväisiä. Osa koki ulkoilun porrastaminen hyvin toimivaksi käytännöksi, jota voisi hyödyntää entistä enemmän. Keskustelua käytiin myös turvallisuusasioista. Kehittämisajatuksina nousi pihavälineiden päivittäminen, valaistuksen parantaminen, kiertävä leikittäjän rooli, viherelementtien lisääminen esimerkiksi istutuslaatikoilla ja välillä myös leuttomia ulkoiluja. Yksikön päiväkodit ovat aivan vierekkäin, joten pihvoja voidaan hyödyntää puolin ja toisin. Toisen päiväkodin pihalla on esimerkiksi enemmän luontoa ja toisen päiväkodin pihalla motorisesti haastavimmat kiipeilymahdollisuudet. Joku muisti, että yksikkömme päiväkodeilla on grillinkäyttöoikeus lähellä sijaitsevalla viljelypalstalla. Keskusteluissa nousseet tärkeimmiksi koetut asiat, joihin jatkossa henkilökunta haluaa panostaa, kokosin visuaaliseen muotoon sanapilveksi. Sanoiksi nousivat lasten osallisuus, aito läsnäolo, sääntöleikit, monipuolinen liikunta, luonnon hyödyntäminen, istutuslaatikot, leikin monipuolisuus, pienryhmätoiminta ja turvallisuus. Sanapilveä hyödynsin julisteessa, jonka henkilökunta voi laittaa seinälle (Liite 5). Julisteesta löytyy pihatoiminnan aihealueet ja tärkeiksi koetut asiat, näkyvillä ne toimivat hyvänä muistutuksena arjen kiireessä.

Työillan lopuksi henkilökunnalle jaettiin oma palautelomake. Henkilökunnalle kerrottiin, että vastaaminen on vapaaehtoista ja se tehdään nimettömänä. Henkilökuntaa motivoitiin kertomalla, että vastaamalla on mahdollista vaikuttaa Ihan pihalla -oppaan sisältöön ja saada juuri itselleen tarpeellista tietoa ja toimintamalleja omaa työtä helpottamaan. Suunnitteluvaiheessa kysymykset olivat sellaisessa muodossa, että vastauksiin olisi voinut vastata yhdellä sanalla, jolloin vastaaminen olisi ollut hyvin nopeaa ja helppoa. Lopulliseen lomakkeeseen muutin kysymykset avoimiksi kysymyksiksi, jotta vastausten perusteella voisi saada tietoa laajemmin. Lomakkeen kysymykset olivat: Mitä uutta opit pihatoiminnan merkityksestä ja mahdollisuuksista? Mistä olisit toivonut enemmän tietoa? Miten voit hyödyntää illan sisältöä omassa työssäsi? Mitä toivoisit pihaooppaan sisältävän, jotta se toimisi työtä helpottavana työkaluna arjessa? Lomakkeessa oli myös ”vapaa palaute” kohta vapaamuotoiseen kommentointiin. Palautelomakkeen täyttämiseen jäi aikaa työillan aikana 10 minuuttia ja kerroin, että jätän palautuskuoren kahvihuoneeseen, joten on mahdollista palauttaa se myös seuraavana päivä.

Vastauksia saatiin yhteensä 14, eli suurin osa työillan osallistujista palautti sen ainakin osittain täytettynä. Kysymykseen ”Mitä uutta opit pihatoiminnan merkityksestä ja mahdollisuuksista?” henkilökunta kertoi saaneensa uusia ideoita, vahvistusta omille ajatuksille, inspiraatiota, rohkeutta kokeilla uutta ja huomanneen, että omalla aktiivisuudella ja pienillä teoilla

voi saada hyviä ja monipuolisia leikkejä. Osa kertoi asioiden olleen aika tuttuja, mutta tärkeitä asioita kerrattavaksi. ”Mistä olisit toivonut enemmän tietoa?” kohtaan kaikki vastanneet kertoivat esityksen olleen riittävän monipuolinen ja kattava. Toivottiin, että asioita voitaisiin käydä läpi tiiviisti vielä talon omassa kokouksessa, sillä henkilökuntaa oli nyt paljon poissa. Kysymykseen ”Miten voit hyödyntää illan sisältöä omassa työssäsi?” vastasi moni ottavansa kokeiluun esityksessä olleet valmiit ja helposti toteutettavat ideat sekä jaetut materiaalit, saaneensa uutta tietoa ja uskallusta monipuolisempaan välineiden käyttöön, motivaatiota ohjata enemmän leikkejä ja tuoda taidetoimintaa ulos. Piha-oppaan sisällöksi toivottiin paljon ja monipuolisesti vinkkejä pihatoimintaan ja ryhmäleikkeihin, tietoa turvallisuudesta ja listaa välineistä mitä tarvitaan. Sana vapaa -osuudessa esitystä kiiteltiin kiinnostavaksi, selkeäksi, monipuoliseksi ja aihetta tärkeäksi.

Työillan lopuksi kiitin kaikkia osallistujia aktiivisuudesta ja yhteiseen keskusteluun osallistumisesta. Muistutin, että kasvattajien käyttöön on tulossa Ihan pihalla -opas, josta löytyy kiinnostuneille lisää tietoa ja toimintaideoita. Päiväkodin johtaja pyysi vielä jokaista kasvattajaa kertomaan suullisesti yhden asian mitä illasta oli erityisesti jäänyt mieleen omaan työhön hyödynnettäväksi. Vastausten perusteella kaikista eniten oltiin iloisia helposti omaan työhön sovellettavista toimintaideoista.

3.3 Ihan pihalla -opas

Opinnäytetyön toisena toiminnallisena osuutena oli koostaa Ihan pihalla -opas työyhteisön käyttöön. Oppaan avulla henkilökunnan on helppo saada tietoa pedagogiseen pihatoimintaan liittyvästä teoriasta sekä ideoita toimintaan. Oppaan aihealueet ovat liikuntakasvatus, ympäristökasvatus, lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen ja kasvattajan rooli, piha ja pihavälineet ja turvallisuus. Jokaisen aihealueen alla on otsikot Mitä/ miksi, Niksi ja Linkkivinkki, eli teoratietoa, ideoita toimintaan ja vinkkejä mistä hakea lisää materiaaleja. Oppaan nimi ja väliotsikoiden sanaleikit ovat sisältöä kuvaavia, mutta tuovat keveyttä, joka lisää lukemismukavuutta ja virittävät leikilliseen tunnelmaan. Oppaan sisältöön vaikuttivat opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa saadut toiveet, työillan keskustelut ja palautteet, työelämässä kertyneet kokemukset ja ajankohtaiset hankkeet varhaiskasvatuksessa.

Oppaasta löytyy tiivis kooste teoratiedosta, sillä tiedon avulla luodaan merkitys toiminnalle ja vastataan kysymyksiin mitä ja miksi. Niksi -otsikon alle on kerätty toimintaideoita ja toimintaa helpottavia käytännön asioita, joita kasvattajat ovat erityisesti toivoneet. Linkkivinkit ohjaavat käyttäjän sivuille, joista löytyy valmista materiaalia toiminnan toteuttamiseen, työkaluja toiminnan suunnitteluun sekä lisää ajankohtaista tietoa aiheista ja hankkeista. Oppaasta löytyy liitteenä taulukko lapsen karkeamotoristen taitojen kehittymisestä, pihatoimin-

nan vuosikello, turvallisuuskartoitus varhaiskasvatuksen henkilökunnalle ja esimerkki Dinosaur-projektista. Motoristen taitojen taulukko auttaa kasvattajaa hahmottamaan, millaista liikunnallista toimintaa eri-ikäisten lasten kanssa voisi toteuttaa. Pihatoiminnan vuosikello helpottaa toiminnan suunnittelua laajempänä kokonaisuutena. Turvallisuuskartoitus henkilökunnalle toimii pohjana huolehtimaan jokapäiväisestä turvallisuudesta. Dinosaur-projekti antaa esimerkin pitkäaikaisesta projektista, jossa teemaa toteutetaan yhtenäisesti sisä- ja ulkotoiminnassa sisältäen Varhaiskasvatussuunnitelman 2018 oppimisen alueet.

Ihan pihalla -opasta tulostettiin muutama kappale lapsiryhmien kasvattajille kommentoitavaksi. Oppaan mukana oli lomake (Liite 6), jossa oli muutama kysymys, joihin sai kuka tahansa vastata nimettömästi, näin kaikilla halukkailla oli mahdollisuus vielä päästä vaikuttamaan oppaan lopulliseen muotoon. Vastauksia pyydettiin kysymyksiin: Löytyykö oppaasta riittävästi työtä tukevaa teorian tietoa? Onko opas selkeälukuinen? Mikä oppaassa oli hyvää ja toimivaa? Miten opasta voisi vielä kehittää? Aikaa oppaaseen tutustumiseen ja kysymyksiin vastaamiseen oli reilu viikko ja sovittiin, että ryhmien opettajat huolehtivat lomakkeen palautuskuoreen tai johtoryhmän kokoukseen. Johtoryhmän kokouksessa johtaja ja varhaiskasvatuksen opettajat antoivat vielä suullista palautetta oppaasta sekä koko kehittämistyön projektista. Pihaoppaan palautteiden perusteella kasvattajat olivat tyytyväisiä, eikä oppaaseen tehty enää juuri mitään muutoksia. Palautteiden mukaan oppaassa oli riittävästi tärkeää ja työssä hyödynnettävää teoriaa. Tekstiä pidettiin selkokielisenä, sitä oli helppo ymmärtää ja lukea. Kokonaisuutta pidettiin toimivana, perusteellisenä ja käytännönläheisenä. Tässä joitakin poimintoja:

”Sopivan kokoinen ja helppolukuinen.”

”Konkreettinen työkalupakki, heti käyttöön!”

”Printattuna on helppo ottaa nopeasti käyttöön”

”Niksit ja Linkkivinkit hyviä!”

”Vinkit toteutumiskelpoisia, osaa jo kokeiltu ja sovellettu niin ulkona kuin sisällä.”

”Aiheet tärkeitä ja niitä on käsitelty monipuolisesti ja realistisesti. Tekstissä näkyy ratkaisukeskeisyys.”

”Vuosikello ja ikäkausittaiset motoriset perustaidot hyvä lisä.”

Opas voidaan liittää yhdeksi osioksi uusien työntekijöiden perehdytyskansiota. Opas tehtiin Word-tiedostoon ja tallennettiin yhteiselle työasemalle, josta työntekijöiden on se helppo löytää ja tulostaa tarpeen mukaan. Word-tiedostona opasta voidaan halutessa täydentää ja muokata myös jatkossa. Opas lähetettiin liitetiedostona jokaisen ryhmän sähköpostiin. Oppaasta tulostettiin yhdet kappaleet kahvihuoneisiin, sillä tietokoneelle saattaa välillä olla ruuhkaa ja tulostettuna versiona opas on heti valmiina käyttöön.

4 Arviointi ja johtopäätökset

Kehittämistyössä on suunnittelu- ja toteutusvaiheen lisäksi tärkeää kehittämisprosessin arviointi. Arvioinnissa seurataan tavoitteiden toteutumista ja kehittämistyön vaikutuksia. Osa kehittämistyön vaikutuksista näkyi nopeasti arjessa, kun pihaleikkeihin tuotiin lisää leluja sisätiloista. Uusia hankintoja suunniteltaessa tilaukseen laitettiin lisää pihaliikuntavälineitä ja istutuslaatikoita tarvikkeineen viherelementtien lisäämiseksi. Ajatus viherelementtien lisäämisestä ja istutuslaatikoista pohjautui KOTA -hankkeessa todetuille terveysvaikutuksille ja leikkien monipuolistumiselle. Leikkien liikkumaan -hankkeen kautta tilattiin materiaaleja, jotta lasten kanssa voidaan nikkaroida pihalle ötökkähotellit. Ötökät ovat yksi koko Vantaan varhaiskasvatuksen teemoista vuosina 2019–2020.

Ryhmiä kasvattajat suunnittelivat yhdessä, miten pihon voidaan hyödyntää yhteiseen käyttöön entistä tehokkaammin ja miten liikunta- ja ympäristökasvatusta kevään ja kesän aikana toteutetaan. Oli hienoa saada kommentteja, että materiaaleista on ollut paljon hyötyä suunnittelussa ja toimintaideoita on lähdetty innokkaasti kokeilemaan. Kasvattajien aktiiviseen rooliin pihaleikkien ohjaajana halutaan panostaa. Työillan palautteissa oli esitetty yksi kysymys, joka jäi mietityttämään: Miten asiat saadaan oikeasti siirrettyä käytäntöön ja ihmisten asennetta muutettua niin, että kaikki niitä toteuttaisivat? Opinnäytetyön prosessin aikana kuulin, että eräässä päiväkodissa oli johtajan määräys, että pihalla ollessa jokaisen kasvattajan on oltava mukana lasten leikeissä. Oli hienoa, että pihatoiminta ja kasvattajan aktiivinen rooli koettiin tärkeäksi johdossa, mutta kasvattajat kokivat, että yleinen turvallisuus saattaa vaarantua, jos kaikki kasvattajat keskittyvät leikkiin, eikä kukaan pidä yleistä vahtia. Itse uskon, että ratkaisu hyvään pihatoimintaan on jokaisen oman motivaation löytymisessä ja vahvuuksien hyödyntämisessä. Kun asiat koetaan yhdessä tärkeiksi, niihin on helpompi sitoutua ja kasvattajat voivat innostaa toisiaan positiivisella asenteella ja kannustavalla palautteella.

Ihan pihalla -opasta voi hyödyntää kuka tahansa aiheesta kiinnostunut. Jatkotutkimuksen aiheita yleisellä tasolla voisi olla, miten lisätä perheiden omaa aktiivisuutta ulkoiluun, luonnossa liikkumiseen ja liikunnallisiin elämäntapoihin lapsen hyvinvoinnin tukemiseksi. Taustajatuksena on kasvattajien tehtävä tukea vanhempia kasvatustehtävässä. Olisiko hyvä keino pitää aiheesta vanhempainilta, ottaa asia puheeksi vasukeskusteluissa, tehdä infolehtinen tai järjestää säännöllisesti pihatapahtumia? Toinen tutkimuksen aihe voisi olla, miten päiväkodeissa pihatoimintaa toteutetaan. Onko kasvattajien kesken sovittu erilaisia rooleja, kuten kiertävä leikkivuoro? Miten varmistetaan, että koko piha tulee valvotuksi? Onko valvontaa varten sovittu kiinteät paikat pihalla? Kolmantena aiheena voisi olla kartoittaa Vantaan päiväkotien pihon. Missä kunnossa pihat yleisesti ottaen ovat? Onko lapsille tasapuoliset mahdollisuudet toteuttaa monipuolista toimintaa pihalla tai miten tasoeroja voisi kaventaa?

Asetin opinnäytetyön alussa kehittämistyölle kolme päätavoitetta (Taulukot 1–3). Tavoitteena oli lisätä kasvattajien sekä omaa ammattitietoutta, lisätä tiedon ja toimintaideoiden avulla kasvattajien motivaatiota monipuolisen pihatoiminnan toteuttamiseksi ja omana tavoitteena saada kokemusta kehittämistyön projektista. Mielestäni onnistuin asetuissa tavoitteissa hyvin.

Tavoite 1	Menetelmät ja keinot	Toteutus	Arviointisuunnitelma
1. Ammatillisen tiedon syventäminen valituista näkökulmista: - liikuntakasvatus - ympäristökasvatus - lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen - kasvattajan rooli - turvallisuus - pihavälineet	Kirjallisuuskatsaus: tutkimuskirjallisuuden ja -artikkeleihin perehtyminen Aikaisempiin opinnäytetöihin tutustuminen Ajankohtaisiin hankkeisiin tutustuminen Koulutukseen ja seminaariin osallistuminen	Tietokannat: Laurea Finna, Finna.fi, Valto, Julkari, Google, SOCCA Käynnit kirjastossa Hankkeiden ja ohjelmien sivustot ja Facebook-sivut Muistiinpanojen kirjoittaminen seminaarissa ja koulutuksessa	Itsearviointi Opinnäytetyöohjaajan palaute Opponoinnin palaute

Taulukko 1: Kehittämistyön arviointi Tavoite 1.

Aiheen rajaukseen vaikuttivat omat työkokemukset sekä henkilökunnalta tulleet toiveet. Mielestäni aiheen rajaaminen onnistui hyvin. Teemat ovat pihatoiminnan kannalta tärkeitä, perusteltuja ja tietoa kertyi monipuolisesti. Tiedon haussa käytin eri tietokantoja, kirjallisuutta ja tutkimuksia. Seminaari- ja koulutuspäivät olivat todella antoisia, niissä käytiin todella hyviä keskusteluja ja sain uusia toimintaideoita. Tietoa löytyi paljon, mutta koostin tietoa sen mukaan, mistä uskoin olevan työelämässä eniten konkreettista hyötyä. Teoriatietoon perehtymällä sain itse lisää varmuutta ja uusia näkökulmia kasvatustyöhön. Erityisen inspiroivana pidin Marjatta Kallialan kirjaa Kato mua! Kirjaa lukiessa todella konkretisoitui, miten tärkeää on, että kasvattaja kohtaa lapsen ja on aidosti läsnä. Myös erilaisiin hankkeisiin tutustuminen oli mielenkiintoista ja niitä seuraamalla voi saada ajankohtaista tietoa helposti myös jatkossa, esimerkiksi hankkeiden Facebook-sivustoja seuraamalla. Osa opinnäytetyön tiedosta on niin

sanottua perustietoa, mutta sitä on hyvä kerrata välillä ja palata perusasioiden äärelle. Joskus arjen kiireessä on hyvä pysähtyä pohtimaan, miksi asioita oikeasti tehdään.

Tavoite 2	Menetelmät ja keinot	Toteutus	Arviointisuunnitelma
Tiedon jakaminen varhaiskasvatusyksikön käyttöön ja kasvattajien motivointi hyödyntämään ulkoiluaikaa monipuolisesti pedagogiseen toimintaan	Työilta henkilökunnalle Ihan pihalla -opas Tietoa toiminnan merkityksestä Valmiita ideoita toimintaan Aivoriihi työllässä	Työilta 11.2.2020 Ihan pihalla -opas PDF-tiedostona 3/2020	Kirjallinen palautekysely henkilökunnalle työllästä Suullinen palautekeskustelu Ihan pihalla -oppaasta päiväkodin johtajan ja varhaiskasvatuksen opettajien kanssa Itsearviointi Opinnäytetyöohjaajan palaute Opponoinnin palaute

Taulukko 2. Kehittämistyön arviointi Tavoite 2

Toinen tavoite oli saada ammatillista osaamista koskeva teorian tieto sekä toimintaideat jaettua työyhteisölle. Työilta oli todella hyvä ja tehokas keino. Kun suunnittelin työiltaa, kävin monta kertaa aineistoa läpi ja tuntui, että todella sisäistin asiat itse. Osallistujat olivat aktiivisesti mukana, aiheista heräsi keskustelua ja vaihdoin kokemuksia ja ideoita. Juuri yhteiselle keskustelulle jää arjessa todella vähän aikaa, vaikka se on todella tärkeää. Suullisten ja kirjallisten palautteiden perusteella päiväkodin johtaja ja henkilökunta olivat tyytyväisiä illan sisältöön. He kokivat saaneensa monipuolisesti tietoa ja erityisesti käyttökelpoisia ja helposti toteutettavia ideoita pihatoiminnan monipuolistamiseen. Työillan toteutus oli vaihteleva, siinä oli PowerPoint -esitys, runsaasti kuvia ja esimerkkejä toimintaan, draamaharjoitus, taukoliikuntaa ja henkilökunnan osallistamista. Myös otteen lukeminen Marjatta Kallialan kirjasta sai monelta kiitosta. Joitakin teoriaosuuksia olisi voinut hieman tiivistää, jolloin olisi jäänyt vielä enemmän aikaa aivoriihen yhteiseen purkamiseen. Omasta esiintymisestä sain positiivista palautetta. Esiintyminen on monesti jännittänyt paljon, mutta huolellinen valmistautu-

minen auttoi tuomaan itselle rauhallisen tunteen. Joitakin pieniä teknisiä haasteita lukuun ottamatta ilta sujui suunnitelmien mukaan. Erityisesti ilahdutti, että henkilökunta motivoitui osallistumaan aktiivisesti kaikkiin osioihin ja kertoivat työllän antaneen heille uusia ajatuksia ja ideoita. Osalle asiat olivat jo tuttuja, mutta asioiden kertausta ja yhteistä keskustelua pidettiin tärkeänä.

Ihan pihalla -oppaan selkeät jaottelut teemoihin, teoriaan, toimintaideoihin ja lisämateriaaleihin mahdollistavat sen, että käyttäjä voi perehtyä asiaan laajasti tai löytää nopeasti vastauksen tai toimintaidean haluamastaan aihealueesta. Kasvattajat ovat toivoneet erityisesti valmiita ja helposti toteutettavia toimintaideoita, joten listasin niitä jokaisen aihealueen yhteyteen ja lisää toimintaideoita löytyy liitteistä. Linkkivinkkien avulla kasvattajat löytävät helposti lisää materiaaleja toimintaideoita haluamastaan aiheesta. Sähköiset sivustot ovat heti kasvattajien hyödynnettävissä ja siten toimivat hyvin arjen kiireessä. Riskinä tosin, on että sivustojen osoitteet vanhentuvat. Eniten pihalla kirjoittamisessa pohdin lähteiden merkintää. Raportin teoreettiseen viitekehykseen lähteet on merkitty tekstin sekaan, mutta oppaassa päädyin listaamaan lähteet jokaisen aihealueen loppuun. Oppaan teksti on tiivistetty, yhdistelty ja muokattu useasta eri lähteestä ja yhtenäinen lähdelista tekee oppaasta helppolukuisemman. Omasta mielestä opas toimii kokonaisuutena arkea helpottavana työkaluna. Kasvattajien palautteiden perusteella opas oli helppolukuinen, monipuolinen ja toimiva, joten oppaan toteutus oli onnistunut.

Työilta ja Ihan pihalla -opas yhdessä antavat paljon tietoa ja valmiita ideoita toteutettavaksi. Työllän ja oppaan palautteiden perusteella onnistuin antamaan paljon tietoa pihatoiminnan merkityksestä ja mahdollisuuksista. Kasvattajat vaikuttivat motivoituneilta kokeilemaan uusia tapoja työskentelyyn ja ottamaan aktiivista roolia pihatoiminnassa. Osa toimintaideoista oli otettu heti käyttöön. Kehittämistyön loppuvaiheessa sain vielä johtoryhmän kokouksessa yleistä palautetta koko prosessista. Erityisesti pidettiin siitä, että toimintaideat olivat sovellettavissa kaiken ikäisille, myös alle 3-vuotiaille lapsille.

Opinnäytetyön loppuvaiheessa innostuin käsitteiden keräämisestä sanapilveen. Päätin tehdä vielä Ihan pihalla -juliste (Liite 5), jossa löytyy visuaalisessa muodossa pihatoiminnan kanalta tärkeät käsitteet. Juliste voi olla esillä kahvihuoneessa ja ryhmätiloissa. Juliste toimii muistin virkistäjänä ja innoittajana kasvattajille arjessa, käsitteitä ja niiden merkitystä voidaan pohtia lasten kanssa ja juliste tekee pihatoiminnan merkitystä näkyväksi myös vanhemmille.

Tavoite 3	Menetelmät ja keinot	Toteutus	Arviointisuunnitelma
Oman osaamisen karttuminen kehittämistyöprojektin kokonaisuuden hallitsemisessa	<p>Tietoperusta tiedonhaku eri tietokannoista</p> <p>Seminaariin ja koulutukseen osallistuminen</p> <p>Tutkimus- ja kehittämistyön kirjallisuuden perehtyminen</p> <p>Eri työvaiheiden kirjallinen suunnittelu ja dokumentointi</p> <p>Opinnäytetyö työpajoihin osallistuminen</p> <p>Yhteistyö työelämän edustajan, työyhteisön ja opinnäytetyöohjaajan kanssa</p>	<p>Tiedonhaku ja kirjastokäynnit</p> <p>Seminaariin ja koulutukseen osallistuminen syksyllä 2019</p> <p>Perehtyminen toiminnalliseen opinnäytetyöhön ja kehittämistoimintaan ammattikirjallisuudessa</p> <p>Työvaiheiden aikatauluttamien, edistymisen kirjaaminen, dokumentointi raporttiin</p> <p>Osallistuminen tiedonhaun, toiminnallisen opinnäytetyön ja kehittämisprosessin arvioinnin työpajoihin</p> <p>Toiminta yhteisesti sovittujen työtapojen ja aikataulujen mukaisesti</p>	<p>Palaute työelämän edustajalta</p> <p>Palaute opinnäytetyöohjaajalta ja oponojalta</p> <p>Itsearviointi</p>

Taulukko 3. Kehittämistyön arviointi Tavoite 3.

Tein opinnäytetyötä vähitellen pitkällä aikavälillä, sillä se sopi parhaiten omaan elämäntilanteeseen. Opinnäytetyön aihe oli itseäni kiinnostava ja oli mukava tehdä opinnäytetyö, josta oma työyhteisö hyötyy. Omalla työpaikalla oli mahdollista kysellä toiveita jo suunnitteluvai-

heessa, jotta lopputuloksesta tulisi aidosti tarpeita vastaava. Toimintaideoita on voinut keilla käytännössä arjen työn ohessa, mikä on rikastuttanut omaa työtä sekä on tuonut lisää omakohtaista kokemusta, jota on voinut peilata opinnäytetyön teoriatietoon. Opinnäytetyössä toimittiin vuorovaikutteisesti työelämäedustajan ja työyhteisön kanssa suunnittelusta toteutukseen ja arviointiin.

Pitkäaikainen työstäminen on vaatinut hyviä muistiinpanoja. Prosessin aikana kirjasin ajatuksia ylös sitä mukaa kun niitä syntyi, sillä saattoi mennä pitkä aika, että ehdin ajatuksen toteuttamista. Kirjaaminen auttoi muistamaan ja etenemään johdonmukaisesti. Opinnäytetyötä tehdessä olin täysipäiväisesti töissä, suoritin opintojaksoja ja oma perhe-elämäkin on kiireistä, joten opinnäytetyötä ehdin tehdä aina pienen pätkän kerrallaan. Eniten haastetta koin olevan aikatauluttamisessa. Koulun puolesta oli tietyt aikataulut opinnäytetyö startteihin, aiheanalyysin hyväksymiseen ja ohjaajan saamiseen sekä Vantaan kaupungilla oli ruuhkaa tutkimusluopien hyväksymisessä. Ennakoinnilla ja suunnitelmallisella etenemisellä kaikki sujui kuitenkin hyvin.

5 Eettisyys ja luotettavuus

Eettisesti hyväksyttävät ja luotettavat tutkimustulokset edellyttävät, että tutkimus on tehty hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa, arvioinnissa sekä esittämisessä on noudatettava rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. Tutkimuksessa on käytettävä eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Tieteellinen tutkimus edellyttää avoimuutta ja vastuullista tiedeviestintää tutkimusentuloksia julkaistessa. Muiden tutkijoiden työtä kunnioitetaan viittaamalla heidän julkaisuihinsa ja antamalla arvon heidän saavutuksilleen. Tutkimus suunnitellaan, toteutetaan ja raportoidaan tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Tutkimusta varten on hankittava tarvittavat tutkimusluvut. Ennen tutkimuksen aloittamista sovitaan kaikkien osapuolten velvollisuuksista, vastuusta ja oikeuksista. Tutkimuksessa tulee ilmetä myös mahdolliset rahoituslähteet ja tutkimuksen kannalta merkitykselliset muut sidonnaisuudet. Tutkimuksessa on huomioitava myös tietosuoja-asiat. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6–7.)

Hyvän tieteellisen käytännön loukkaamisella tarkoitetaan epäeettistä ja epärehellistä toimintaa, joka voi olla joko tahallista tai huomattomuudesta johtuvaa. Hyvän tieteellisen käytännön loukkauksissa käytetään jaottelua vilppi tieteellisessä toiminnassa ja piittaamattomuus hyvästä tieteellisestä käytännöstä. Vilppiä on tekaistujen havaintojen tai tulosten esittäminen, havaintojen tai tulosten vääristely, plagiointi eli toisen tuotoksen kopiointi ja esittäminen omana sekä anastaminen. Piittaamattomuus voi olla esimerkiksi puutteellista tai epäasiallista viittaamista aiempiin tutkimuksiin ja tekijöihin, tutkimuksen huolimaton tai harhaan-

johtava raportointi, aineiston puutteellinen kirjaaminen ja säilyttäminen sekä samojen tulosten julkaisu useamman kerran uutena esitettynä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 8-9.)

Tietoperustan hankinnassa noudatettiin lähdekriittisyyttä ja raportissa viitataan käytettyihin lähteisiin asianmukaisesti. Lähteiden valinnassa kiinnitettiin huomiota kirjoittajan, organisaation ja julkaisijan luotettavuuteen ja tiedon ajankohtaisuuteen. Kehittämistehtävän eri vaiheet, menetelmien käyttö ja yhteenveto palautteista kirjattiin raporttiin. Päiväkodin johtajan kanssa sovittiin opinnäytetyön sisällöstä, aikataulusta ja menetelmistä kirjallisella sopimuksella. Anonymiteetin perusteella päiväkodin nimeä ei mainita opinnäytetyössä, vaan yksikön päiväkodeista käytetään nimitystä A ja B. Työillan aivoriihen materiaalit ja kehittämistyöstä annettava palaute kerättiin varhaiskasvatusyksikön henkilökunnalta nimettömänä ja vastaaminen oli vapaaehtoista. Ojasalo ym. (2014, 48) toteavat, että rehellisiä vastauksia saa todennäköisemmin silloin, kun vastauksia ei yksilöidä. Palautetta hyödynnettiin kehittämistyössä ja sen arvioinnissa.

Vantaan kaupungilta tulee hakea tutkimuslupa julkaistaviin tutkimuksiin, yhteistyöhankkeisiin ja opinnäytetöihin. Tutkimuslupaa varten tarvitaan tutkimussuunnitelma ja täytetään tutkimuslupahakulomake. Tutkimuslupaa ei tarvita kirjallisuuskatsauksiin. Tutkimuksen kohteena ei saa olla oma työyhteisö tai omat asiakkaat. (Vantaan kaupunki b.) Tämä opinnäytetyö tehtiin omalle työpaikalle, mutta kehittämistyön tuotoksena oleva opas pohjautuu suurimmaksi osaksi kirjallisuuskatsaukseen. Työyhteisöltä pyydettiin nimettömästi ideoita ja palautetta kehittämistyötä varten työillassa, jotta oppaasta tulisi mahdollisimman toimiva työkalu henkilökunnan käyttöön ja tätä varten hain Vantaan kaupungilta tutkimusluvan. Tutkimuslupa myönnettiin 7.2.2020. Opinnäytetyössä on hyödynnetty harkiten myös omia työelämässä tulleita kokemuksia. Opinnäytetyössä käsiteltiin aihealueita yleisluontoisesti, eikä se sisällä arkaluontoisia tai salassa pidettäviä asioita. Kehittämistyötä tehtiin oman työyhteisön hyväksi ja oppaasta on hyötyä myös muille varhaiskasvatuksen ammattilaisille ja kaikille muille aiheesta kiinnostuneille. Valmis opinnäytetyö lähetettiin Vantaan kaupungille. Opinnäytetyö julkaistiin Theseus-tietokannassa, jossa se kaikille avoimesti luettavissa ja hyödynnettävissä.

6 Pohdinta

Opinnäytetyön prosessi oli varsin pitkä, mutta aihe oli mielenkiintoinen ja innostava, joten sitä oli mukava tehdä. Opinnäytetyön tekeminen omalla työpaikalla mahdollisti tiiviin yhteistyön työelämän edustajan kanssa ja kehittämistyö eteni koko ajan vastavuoroisesti. Oli motivoivaa huomata, että päiväkodin johtaja ja kasvattajat pitivät aiheesta tärkeänä. Opinnäytetyöltä odotetaan selkeää yhteyttä työelämän kehittämiseen ja mielestäni siinä onnistuin hy-

vin. Opinnäytetyön aikana perehdyin laaja-alaisesti varhaiskasvatuksessa tarvittavaan perustietoon ja taitoihin. Erityisen antoisaa oli tutustua erilaisiin ajankohtaisiin hankkeisiin, joista koin saavani paljon ajatuksia ja ideoita kehittämistyöhön. Kokonaisuudessaan prosessi sujui hyvin. Opin itse paljon ja koen, että opinnäytetyöstäni on hyötyä varhaiskasvatuksen ammattilaisille. Jälkeenpäin ajatellen muuttaisin koko prosessissa ainoastaan sen, että tiivistäisin työillan teoriaosuutta ja jättäisin vielä enemmän aikaa yhteiselle keskustelulle.

Jos mietin omaa lapsuuttani, on siitä jäänyt parhaiten mieleen yhteiset pihaleikit naapurin lasten kanssa, leikit lähimetsässä ja merenrannassa, kesät maatilalla järvessä uiden ja heinäpelloilla samoillen. Hyvät muistot voisi kiteyttää sanoihin luonto, leikki, liikunta ja yhteisöllisyys. Kokemusten kautta on muodostunut arvomaailma, ja näitä arvoja koen tärkeäksi opettaa niin omille kuin päiväkodin lapsille. Aikuisen antama malli on merkittävä tekijä, jotta lapsi oppii nauttimaan luonnosta ja liikkumisesta. Tämä on onneksi tiedostettu myös valtakunnallisella tasolla hallitusohjelmaa myöten. Useiden tutkimusten, hankkeiden ja koulutusten tavoitteena on ollut lisätä lapsen hyvinvointia liikkumalla ja luonnossa toimimalla, näistä esimerkkeinä Ilo kasvaa luonnossa ja Leikkien liikkumaan -hankkeet. Keväällä 2020 Vantaan kaupunki edellytti, että kaikki kunnan varhaiskasvatusyksiköt liittyvät mukaan Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan.

Tuntuu surulliselta nähdä otsikoita, että nykyajan lapset eivät enää osaa liikkua metsässä ja epätasaisessa maastossa. Rakennetussa ympäristössä luontoelementit vähenevät ja lapsia ei aina uskalla päästää edes nurmikolle, ettei lapsi astu lasinsiruihin tai koirankakkaan. Aidatut leikkialueet ovat monelle lapselle mahdollisuus päästä liikkumaan vapaammin. Leikkipuistoissa ja päiväkotien pihoilla on kiinnitetty entistä enemmän huomiota monipuolisiin välineisiin, jotta lapset pääsevät harjoittamaan motorisia taitoja. Sen sijaan viherelementtejä on usein entistä vähemmän. Nurmikot korvataan tekonurmikolla, puut ja pensaat jäävät aitojen taakse, vaikka juuri luonnonelementtejä voisi hyödyntää myös liikkumiseen. Esimerkiksi Taitavat tenavat ja KOTA -hankkeiden tutkimustulosten mukaan ulkona liikkuminen ja luonnon elementit lisäävät lasten motorisia taitoja, terveyttä ja hyvinvointia. Toivottavasti se huomioidaan jatkossa yhä enemmän päiväkotien pihojen ja leikkipuistojen suunnittelussa.

Leikkipuistoissa näkee lapsia, joiden vanhemmat keskittyvät enemmän puhelimeensa kuin lapsen kanssa yhteiseen tekemiseen. Sadeilmalla saatetaan viettää koko päivä sisällä. Välillä nousee keskustelupalstoilla esille, että päiväkotien pihalla aikuiset vain seisovat ringissä keskenään. Jos aikuiset eivät koe ulkoilua ja yhdessä olemista merkitykselliseksi, miten lapsetkaan sitä oppisivat arvostamaan. Paljon jää näkemättä, kuulematta, kokematta ja oppimatta, jos aikuiset eivät ole aidosti läsnä lapsia varten. Lapsi oppii koko ajan ja kaikkialla, jokaisessa arjen hetkessä. Esimerkiksi Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2018, Varhaiskasvatuslaissa (540/2018) ja Fyysisen aktiivisuuden suosituksissa on nostettu esiin lapsen osallisuus ja

kokonaisvaltainen hyvinvointi. Ne ovat jokaisen lapsen oikeuksia ja lasten oikeudet ovat aikuisten velvollisuuksia. Pienestä asiasta voi kasvaa suuri oppimiskokemus, kun sille annetaan merkitys. Merkitykselliset ja ikimuistoiset hetket saattavat tapahtua juuri pihalla.

Lähteet

Painetut

Alijoki, A. & Pihlaja, P. 2016. Pedagogiset rakenteet ja ratkaisut lasten erityisen tuen tarpeiden näkökulmasta. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Toim. Hujala, E. & Turja, L. Jyväskylä: PS-kustannus.

Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita.

Helenius, A. & Lummelahti, L. 2013. Leikin käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Johansson, K. 2007. Johdanto systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. & Ääri, R-L. (toim.) Turku: Turun yliopisto.

Kalliala, M. 2008. Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa? Helsinki: Gaudeamus.

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

Kirveslahti, K., Sivén, T., Vahala, M., Vihunen, R. & Metso, V. 2018. Kasvun aika. 7. uudistettu painos. Helsinki: SanomaPro Oy.

Koivula, M. & Laakso, M-L. 2017. Lapsen varhainen kehitys kommunikaation, vuorovaikutussuhteiden ja leikin näkökulmasta. Valloittava varhaiskasvatus. Toim. Koivula, M. Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. Tampere: Vastapaino.

Kurttio, T. & Kurki, O. 1999. Varhaiskasvattajan ympäristöopas. 2. painos. Helsinki: Työväen sivistysliitto.

Lehtinen, E. & Koivula, M. 2017. Leikki yhdistää lapsia ja aikuisia. Valloittava varhaiskasvatus oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Toim. Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. Tampere: Vastapaino.

Lipponen, L. 2016. Tutkiva oppiminen varhaispedagogiikassa. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Toim. Hujala, E. & Turja, L. 3. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Marjamäki, E. Kosonen, S. Törrönen, S & Hannukkala, M. 2015. Lapsen mieli. Helsinki: Suomen mielenterveysseura.

- Matikainen, E. 2008. Lasten orientoituminen luonnonympäristöön. Pedagogiikan palikat. Toim. Helenius, A. & Korhonen, R. Porvoo:WSOY.
- Ojanen, T., Ritmala, M., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2013. Lapsen aika. 12.-15.painos. Helsinki: SanomaPro.
- Ojasalo, K., Moilanen, T. & Ritalahti, J. 2014. Kehittämistyön menetelmät. uudenlaista osaamista liiketoimintaan. 3. painos. Helsinki: SanomaPro.
- Parikka-Nihti, M. & Suomela, L. 2014. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pönnkö, A. & Sääkslahti, A. 2016. Liikkuva lapsi. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Pönnkö, A. & Sääkslahti, A. 2017. Liikuntapedagogiikka. Toim. Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Raittila, R. 2016. Ympäristökasvatus on lasten toimintaa. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Toim. Hujala, E. & Turja, L. 3. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Saarinen, S. 2014. Aistiseikkailu. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Soini A. & Sääkslahti, R. 2017. Fyysinen aktiivisuus lapsen kasvun ja kehityksen tukena. Valloittava varhaiskasvatus. Toim. Koivula, M. Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. Tampere: Vastapaino.
- Sääkslahti, A. 2018. Liikunta varhaiskasvatuksessa. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Tiusanen, E. 2008. Päivittäiset toiminnot päivähoidossa. Pedagogiikan palikat. Toim. Helenius, A. & Koronen, R. Porvoo: WSOY.
- Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3.painos. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Tuomaala, T. 2002. Luonto tutuksi - vinkkejä vanhemmille. Tuomaala, T. & Myrskyläinen, M. Helsinki: Sarmala Oy - Luonnonsuojeluliitto - Luontoliitto.
- Vilka, H. 2005. Tuki ja kehitä. Helsinki: Tammi.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.
- Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: Lastenkeskus.

Öystilä, S. 2019. Draaman mahdollisuudet ohjaustyössä. Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveystalalle. Toim. Karjalainen, A. L. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sähköiset

Ahonpää, T. 2018. ”Luonto on mun mielestä niinku sellainen iso puutarha” Lasten luontosuhde ja sen tukeminen luontopainotteisessa päiväkodissa. Opinnäytetyö Laurea-ammattikorkeakoulu. Viitattu 17.12.2019. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/143112/ONT_Ahonpaa_Terhi.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Hallitusohjelma. Osallistava ja osaava Suomi. Viitattu 8.12.2019. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161662/Osallistava_ja_osaava_Suomi_2019_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Harju-Soini, S. 2015. Tila, liike ja turvallisuus. Päiväkodin pihan sisältö käyttäjien näkökulmasta. Pro gradu Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 21.12.2019. http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20160050/urn_nbn_fi_uef-20160050.pdf

Liikkuva varhaiskasvatus. Viitattu 22.2.2020. <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/ilokasvaaliikkuen>

Jyväskylän yliopisto. 2019a. PIILO. Viitattu 21.12.2019 <https://www.jyu.fi/sport/fi/tutkimus/hankkeet/piilo>

Jyväskylän yliopisto. 2019b. Maaseudun lapset kaupunkilaislapsia edellä motoristen taitojen hallinnassa. Viitattu 21.12.2019. <https://www.jyu.fi/fi/ajankohtaista/arkisto/2019/06/maaseudun-lapset-kaupunkilaislapsia-edella-motoristen-taitojen-hallinnassa>

Jääskeläinen, T. & Nestoros, N. 2015. Alle 3-vuotiaiden ulkoliikunnan monipuolistaminen päivähoitossa. Opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu. Viitattu 17.1.2019. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/98439/Oppari%20VALMIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Lasten liikunnan tuki. Aktiivinen alku. Viitattu 8.3.2020. <https://lastenliikunnantuki.fi/aktiivinen-alku/>

Laurea. Opinnäytetyön työpajamateriaalit. Viitattu 9.3.2020.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2016. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Viitattu 14.12.2019. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. Viitattu 3.11.2019. <https://minedu.fi/varhaiskasvatuslait>

Opetushallitus. 2018. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Viitattu 9.12.2019. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf

Pajunen, M. 2013. Aikuisen rooli ulkoleikkitoiminnassa. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. Viitattu 17.12.2019. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/56098/Aikuisen%20rooli%20paivakodin%20ulkoleikkitoiminnassa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Puhakka, R. Lapsille hyvinvointia vihreältä päiväkodin pihalta. Ympäristökasvatuslehti 1/2018. FEE Suomi. Viitattu 22.2.2020. <https://feesuomi.fi/lehti/lapsille-hyvinvointia-vihrealta-paivakodin-pihalta/>

Puhakka, R., Rantala, O., Roslund, M., Rajaniemi, J., Laitinen, O., Sinkkinen, A. & ADELE Research Group. 2019. Greening of Daycare Yards with Biodiverse Materials Affords Well-Being, Play and Environmental Relationships. International Journal of Environmental Research and Public Health. 2019 16(16). Viitattu 21.12.2019. <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/16/2948/htm>

Reunamo, J. & Kyhälä, A-L. 2016. Liikkuminen varhaiskasvatuspäivän osana. Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja. Viitattu 14.12.2019. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75406/OKM22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Saarsalmi, O. (toim.) 2008. Päivähoidon turvallisuussuunnittelu. Stakes ja Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 20.12.2019. https://www.tampereenseutu.fi/site/assets/files/15161/paivahoidon_turvallisuussuunnittelu_saarsalmi.pdf

Sjöberg, T. 2012. Ulkoleikkikansio Lasten motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittämisen välineenä. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. Viitattu 17.12.2019. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/51232/OPN_Final1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

STUK. 2017. Pohjoismainen kannanotto: varjopaikkoja lasten leikkialueille. Viitattu 19.1.2020. <https://www.stuk.fi/aiheet/uv-sateily-aurinko-ja-solarium/iho-voi-palaa-aurin-gossa/pohjoismainen-kannanotto-varjopaikkoja-lasten-ulkoilualueille>

Suomen Latu. Ilo kasvaa ulkona. Viitattu 8.12.2019. <https://www.suomenlatu.fi/vaikuta/meivaikutamme/hankkeet/ilo-kasvaa-ulkona.html>

- THL. 2019. Luonnon monimuotoisuus ja ihmisen terveys kulkevat käsi kädessä. Viitattu 8.12.2019. <https://blogi.thl.fi/luonnon-monimuotoisuus-ja-ihmisen-terveys-kulkevat-kasi-kadessa/>
- THL. 2020. Lasten leikkipaikkojen suunnittelussa tulisi huomioida auringolta suojautuminen. Viitattu 19.1.2020. <https://thl.fi/-/lasten-leikkipaikkojen-suunnittelussa-tulisi-huomioida-auringolta-suojautuminen>
- THL, SYKE & Luke 2019. Luontoaskel hyvinvointiin. Viitattu 8.12.2019. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138943/Luontoaskel_hyvinvointiin_raportti.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- TUKES. Leikkikentät. Viitattu 21.12.2019. <https://tukes.fi/tuotteet-ja-palvelut/kuluttajille-tarjottavat-palvelut/leikki-ja-huvipuistot/leikkikentat>
- Turunen, S. 2016. ”Nyt me tiedetään, että aikuisten kuuluukin leikkiä” Kasvattajan rooli leikkiä edistävissä ja rajoittavissa tekijöissä. SOCCA Työpapereita 2016:2. Viitattu 17.12.2019. http://www.socca.fi/files/5859/Nyt_me_tiedetaan_etta_aikuisten_kuuluukin_leikkia_-_Kasvattajan_rooli_leikkia_edistavissa_ja_rajoittavissa_tekijoissa.pdf
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 11.1.2020. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Vantaan kaupunki. Leikkien liikkumaan. Viitattu 10.3.2020. https://www.vantaa.fi/vapaa-aika/liikunta/ohjattu_liikunta/lapset_ja_nuoret/liikkuva_paivakoti
- Vantaan kaupunki a. Tutkimusluvut. Viitattu. 11.1.2020. https://www.vantaa.fi/halinto_ja_talous/organisaatio/sosiaali-ja_terveydenhuollon_toimiala/tutkimusluvut

Julkaisemattomat

- Korhonen, N. 2019. Asiantuntija, Opetushallitus. Ajankohtaista Ilo kasvaa liikkuen ohjelmassa. Liikkuva varhaiskasvatus liikettä, leikkiä ja oppimista! Aluehallintoviraston koulutuspäivä 30.9.2019.
- Lahtinen, L. 2019. Toimitusjohtaja, varhaiskasvatuksen asiantuntija, Reunamo Education Research Oy. Mitä tiedämme eri tutkimusten valossa pienten lasten liikkumisesta? Liikkuva varhaiskasvatus liikettä, leikkiä ja oppimista! Aluehallintoviraston koulutuspäivä 30.9.2019.

Martela, Frank. 2019. Tutkijatohtori, Aalto-yliopisto. Sisäisen motivaation merkitys lasten elinikäisen liikuntahalun sytyttämisessä. Hyvinvoinnista oppimisen iloa -seminaari varhaiskasvattajille ja opettajille. Vantaan kaupunki, Espoon kaupunki ja Helsingin kaupunki. 29.10.2019.

Kuviot

Kuvio 1: Ideakartta opinnäytetyön aihealueista.....	10
Kuvio 2: Kehittämistyön prosessin suunnitelma ja alustava aikataulu.	12
Kuvio 3: Lapsen liikkuminen Suomen varhaiskasvatuksessa 2017–2019. Luvut esitetty prosentteina. Lähde: Lahtinen 2019, Reunamo Education Research Oy.	22
Kuvio 4. Sama paikka kuvattuna eri kuukausina.....	26

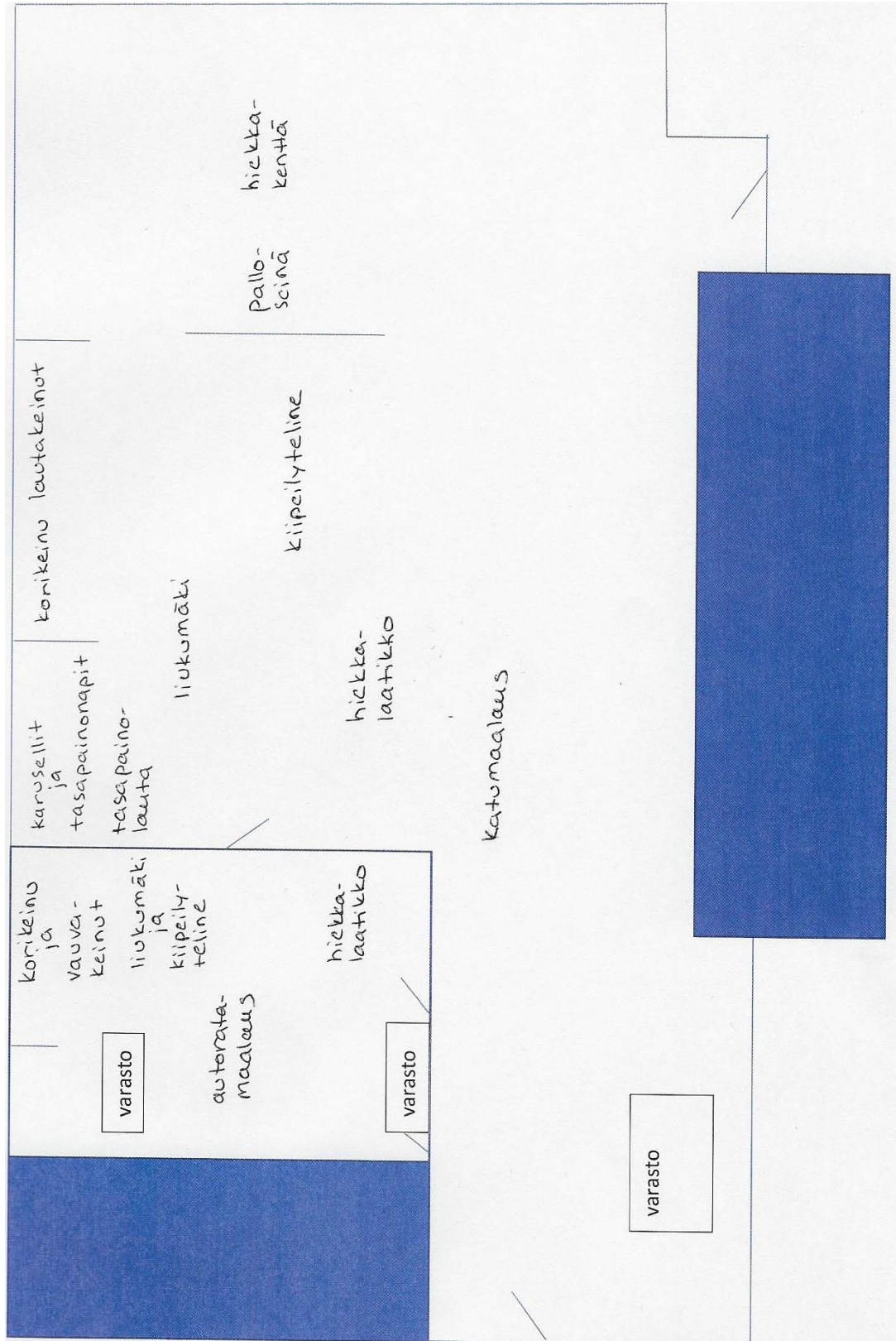
Taulukot

Taulukko 1: Kehittämistyön arviointi Tavoite 1.	41
Taulukko 2. Kehittämistyön arviointi Tavoite 2	42
Taulukko 3. Kehittämistyön arviointi Tavoite 3.	44

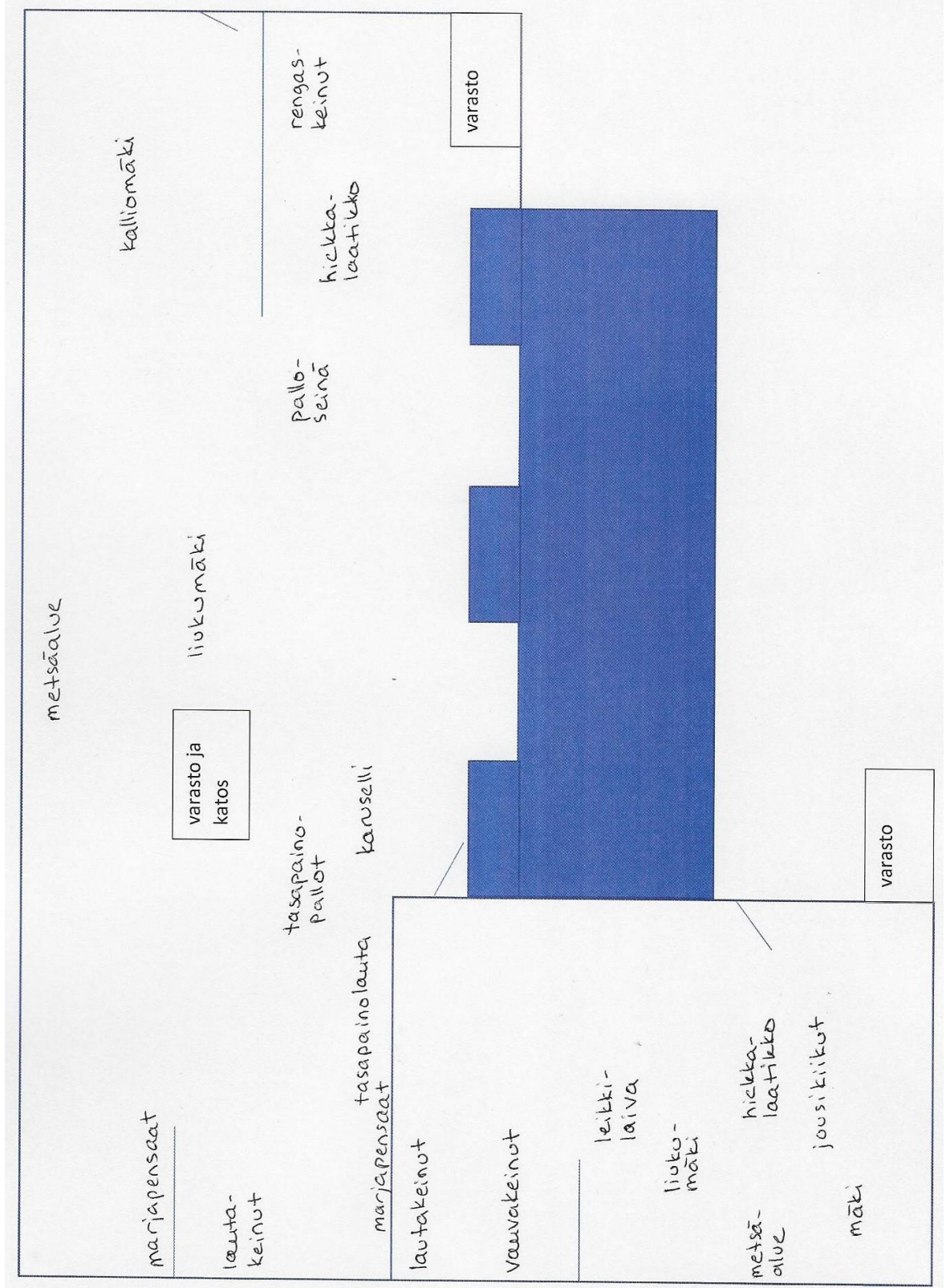
Liitteet

Liite 1: Päiväkoti A pihaluonnos	57
Liite 2: Päiväkoti B pihaluonnos	58
Liite 3: Työillan sisältö.....	59
Liite 4: Palautekysely työillasta	60
Liite 5: Ihan pihalla -juliste	61
Liite 6: Ihan pihalla -oppaan palautekysymykset	62

Liite 1: Päiväkoti A pihaluonnos



Liite 2: Päiväkoti B pihaluonnos



Liite 3: Työillan sisältö

Ihan pihalla

Pedagoginen pihatoiminta



OHJELMASSA...

- o LIIKUNTAKASVATUS
- o YMPÄRISTÖKASVATUS
- o LAPSEN SOSIAALISTEN TAITOJEN KEHITTYMINEN JA KASVATTAJAN ROOLI
- o DRAAMAHARJOITUS
- o PIHAVÄLINEET
- o TURVALLISUUS
- o AIVORIIHI
- o PALAUTE

Luettu katkelma kirjasta: Kalliala Marjatta: Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa.

Jumppakissan taukojumppa: <https://www.youtube.com/watch?v=3gGpRiV09uU>

Liite 4: Palautekysely työllästä

Hei!

Tällä lomakkeella voit antaa palautetta Ihan pihalla -työllästä. Lomakkeen voit palauttaa nimettömänä. Vastauksia käytetään kehittämistyön toteutuksessa ja arvioinnissa.

1. Mitä uutta opit pihatoiminnan merkityksestä ja mahdollisuuksista?
2. Mistä olisit toivonut enemmän tietoa?
3. Miten voit hyödyntää illan sisältöä omassa työssäsi?
4. Millaista sisältöä toivoisit pihaprojektiin, jotta se toimisi työtä helpottavana työkaluna arjessa?
5. Muu palaute

Kiitos!

Liite 6: Ihan pihalla -oppaan palautekysymykset

Löytyykö oppaasta riittävästi työtä tukevaa teorian tietoa?

Onko opas selkeälukuinen?

Mikä oppaassa oli hyvää ja toimivaa?

Miten opasta voisi vielä kehittää?