

Perheen yhteistä aikaa luonnon helmassa  
Luontotapahtuma tukemassa perheen hyvinvointia

Paananen Venla  
Takalo Tiia

Opinnäytetyö

Sosionomi (AMK)  
Sosiaalialan koulutus

2024



Bachelor of Social Services  
Social Services

---

<b>Author</b>	Venla Paananen & Tiia Takalo	<b>Year</b>	2024
<b>Supervisor(s)</b>	Anneli Ylikärppä & Sari Leppälä		
<b>Commissioned by</b>			
<b>Title</b>	Family time together in the nature Nature event supporting family well-being		
<b>Number of pages</b>	35 + 12		

---

The central message of our thesis is that children have the right to grow up in a caring and safe environment where they can thrive and learn. This requires the involvement of parents, early childhood professionals, and other safe adults. Children need understanding and safe guidance, with a focus on interaction, presence, and addressing their needs. Despite the hustle and bustle of the modern world, we believe that we all have the keys to promoting our own and our immediate environment's well-being. Our thesis aims to provide parents with tips for spending time outdoors and playing together with their children. The objective is to build a daily life for children where they feel seen and heard, slow down the rush of daily life, and make room for genuine emotions and presence.

Our thesis was conducted as qualitative research, with the output being a functional event in a natural environment. Nature has been proven to have a positive impact on our well-being and health, which is why we deemed it important to organize our event in nature. We have compiled a booklet of tips for parents, offering practical suggestions for children's activities, especially outdoor and nature-related activities. Our goal is to make life easier for parents by providing ready-made ideas and instructions, so they don't have to come up with all the activities themselves.

The responses to the survey "Family time together in the nature" show how nature experiences positively strengthen the relationship between parents and child, creating feelings of success and good memories. Nature brings closeness and deepens shared values. This can support the strengthening of family bonds and promote healthy relationships among family members. Based on the surveys, it can be observed that nature is an essential part of respondents' lives, offering diverse benefits ranging from a sense of freedom and shared moments to promoting health and happiness. Unfortunately, the survey revealed that families do not have enough time for spending time together in nature.

**Keywords** presence, nature, well-being, family

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	7
2.1	Opinnäytetyön tavoitteet ja tarkoitus .....	7
2.2	Laadullinen tutkimus .....	8
2.3	Toiminnallinen lähestymistapa.....	9
2.4	Kyselyn toteutus .....	10
2.5	Eettisyys ja luotettavuus .....	11
3	TIETOPERUSTA.....	13
3.1	Varhaiskasvatussuunnitelma tapahtuman pohjalla .....	13
3.2	Luonto leikkiympäristönä ja hyvinvoinnin tukena .....	14
3.3	Vuorovaikutus tukemassa lapsen hyvinvointia .....	16
4	TOIMINNAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS.....	19
4.1	Tapahtumapäivän suunnittelu .....	19
4.2	Tapahtuman toteutus .....	21
5	PROSESSIN TULOKSET .....	25
5.1	Tapahtumapäivä .....	25
5.2	Kyselyn tulokset.....	29
6	POHDINTA .....	32
	LÄHTEET.....	34
	LIITTEET .....	36

## 1 JOHDANTO

Lapsella on oikeus kasvaa, oppia ja kehittyä huolehtivassa ja turvallisessa ympäristössä. Meitä kaikkia tarvitaan siihen niin lapsen huoltajia, kuin muita turvallisia aikuisia kuten varhaiskasvatuksen ammattilaisia. Pieni lapsi rakentaa tulevaisuutta, sekä itseään aikuisten ymmärtäväisessä ja turvallisessa ohjauksessa. Keskiössä on vuorovaikutus, läsnäolo sekä tarpeiden näkeminen, kuuleminen ja heidän tarpeisiin vastaamisensa. (Wiman 2022, 6.)

Suomalaisuutta on luonnossa kulkeminen ja siellä oleminen. Suurimmalla osalla suomalaisista on jonkinlainen harrastus luonnon parissa. Suomessa luontomme, on todella rauhallinen ja ihmeellinen paikka hiljentymiselle ja olemiselle. Siellä osaamme päästä irti arjen pyöryksestä ja hetken hengähtää ja pysähtyä miettimään mikä se on elämässä kaikista tärkeintä. Koemme, että nykypäivänä luonto ei ole lasten elämässä luonnollisesti mukana ja luontokasvatus on hiipumassa. Tämä on yksi syy, miksi koemme tärkeäksi tehdä tapahtuman luonnossa. Opettelemme lasten kanssa luonnossa olemista, sekä miten kunnioitamme luontoa. Varhaiskasvatussuunnitelmassa yksi tärkeistä aiheista on kestäväkehitys ja sen tuominen varhaiskasvatuksen työkentälle, joten otamme tämän huomioon toiminnassamme. (Varhaiskasvatuksensuunnitelma 2022, 51)

Tällä hetkellä meidän yhteiskunnassamme vallitsee meteli, kiire, resurssipula, sekä huoli tulevasta. Mutta ajattelempa, että meillä kaikilla on tietynlaisia avaimia oman ja lähiympäristömme hyvinvoinnin parantamiseen sekä rakentamiseen. Mietimme, miten lapsen arkea voidaan rakentaa niin, että lapsi tulisi aidosti kuuluksi ja nähdyksi. Miten pystymme arkea hidastamaan sekä miten aidoille yhteyden tunteille ja läsnäololle annetaan tilaa. (Wiman 2022, 6.)

Luonnolla on tutkitusti myönteinen vaikutus hyvinvointiin ja terveyteen. Luonnossa fyysinen aktiivisuus lisääntyy sekä se voi edistää stressin palautumista. Luonnossa liikkuminen edistää mielialamme kohenemistä. (Luontoon 2023. Terveyttä ja hyvinvointia luonnosta.) Halusimme toteuttaa perheille tapahtuman, jossa he pääsevät rauhoittumaan yhdessä ilman kiireen tunnetta. Mikä olisi parempi paikka toteuttaa tapahtuma kuin luonto, joka edistää meidän hyvinvointiamme ja terveyttämme.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli toteuttaa perheille toiminnallinen tapahtuma luonnossa sekä toteuttaa perheille vinkkivihko (liite 1). Vinkkivihkon tarkoituksena oli antaa matalan kynnyksen tekemistä luontoon. Ajatuksena oli, että perheet pääsevät viettämään aikaa yhdessä perheinä sekä tutustumaan muihin perheisiin ja saaden tätä kautta vertaistukea. Vuorovaikutus ja sen taidot olivat läsnä tapahtumassa ja halusimme kannustaa vanhempia positiiviseen ja läsnä olevaan vuorovaikutukseen, ilman kiireen tunnetta. Tapahtumassa saimme aikaan seesteisen tunnelman, jossa perheet pysähtyivät nauttimaan luonnosta ja perheen yhteisestä ajasta. Tapahtumassa vedimme rastikierrosta sekä mahdollistimme laavun hyödyntämisen. Tapahtumaan teimme kyselyn huoltajille, jossa pyydettiin palautetta tapahtumasta sekä luonnon vaikutuksesta perheen hyvinvointiin.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 2.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja tarkoitus

Opinnäytetyömme tarkoituksena on antaa huoltajille vinkkejä luonnossa olemiseen ja leikkimiseen yhdessä lastensa kanssa. Toteutimme tämän toiminnallisen tapahtuman avulla, jossa ajatuksena oli antaa perheille yhteistä aikaa arjen ja kiireen keskellä. Tapahtuman keskiössä ovat vuorovaikutustaidot, positiivisuus ja läsnä oleva vuorovaikutus. Näitä asioita halusimme tuoda huoltajille esille ilman arjen kiirettä.

Teimme opinnäytetyömme tästä aiheesta, koska koemme, että nykypäivänä läsnä oleva vuorovaikutus jää kiireen ja teknologian alle. Lapsi saa vähemmän aitoa läsnäoloa sekä turvalliselta aikuiselta huomion saaminen voi olla haasteellista. Koemme, että olisi tärkeä herätellä huoltajia siihen, että liiallisen suorittamisen sijaan voisi antaa lapselle aikaa. Koemme, että nykypäivänä luonto ei ole lasten elämässä luonnollisesti mukana ja luontokasvatus on vähenemässä. Päiväkotiulkoilut voivat olla lapsen ainut hetki päästä ulos leikkimään. Metsän tuoma rauha sekä haastava maasto tuovat lapselle oivan oppimisympäristön.

Yksi käytännön keino vähentää kiireen tunnetta varhaiskasvatuksessa ja kotona on hyödyntää luontoa. Tämä keino voisi auttaa huoltajia löytämään tasapainon arjen kiireiden keskellä ja nauttimaan pienistä hetkistä. Tavoitteena on auttaa heitä pysähtymään hetkeksi, ottamaan syvään henkeä ja nauttimaan nykyhetkestä ilman suorittamisen painetta. Tämän avuksi olemme laatineet huoltajille vinkkivihkon luonnossa toimisen tueksi.

Opinnoissa suuntaudumme varhaiskasvatukseen, joka oli meille molemmille itsestänselvyys heti opintojen alussa, koska tykkäämme lapsista ja heidän kanssaan tehdystä työstä. Lapset ja nuoret ovat meidän tulevaisuutemme, sen takia koemme työn tärkeäksi. Olemme molemmat tehneet töitä varhaiskasvatuksessa, mikä on antanut meille hyvää kokemusta työkentälle. Tavoitteena opinnäytetyölle oli laajentaa omaa tietoa sekä osaamista lapsen kehityksestä. Syventyminen ai-

heeseen toi meille ammatillista kasvua sekä uudenlaisia valmiuksia varhaiskasvatuksen työkentälle. Olemme valmiimpia käymään keskustelua eri näkökulmista ja halu tuoda esiin erilaisia näkökohtia, jotka voivat herättää eri ajatuksia. Aiheesta oppiminen auttaa meitä kohtamaan huoltajien kiireen tuoman tuskan. Pystymme keskustelemaan aiheesta ja tuomaan esille uusia näkökulmia.

Meidän yksi tavoitteemme oli suunnitella ja toteuttaa toiminallinen tapahtuma lapsille ja heidän huoltajilleen. Opinnäytetyön lisäksi tehtiin erillinen Word-tiedosto, johon kokosimme tarvittavat materiaalit sekä kirjasimme tapahtuman kulun (liite 4). Tapahtuman suunnittelussa piti ottaa useita eri osa-alueita huomioon, esimerkiksi lapsen kehityksen osa-alueet, aika ja paikka, turvallisuus sekä toiminnan kehittävyys ja innostavuus. Suunnittelussa otimme nämä kaikki huomioon, niin saimme tapahtumasta hyvän ja toimivan. Suunnittelimme toiminnan niin, että meidän oli helppo osallistaa huoltajia toimimaan yhdessä lapsen kanssa, tällöin heille ei tullut vaivaannuttavaa oloa. Tapahtumassa yhteinen tekeminen eli rasti- kierros sekä laavulla olemisen merkeissä lapset sekä huoltajat pystyvät viettämään aikaa yhdessä.

## 2.2 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyömme on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa tietoa hankitaan ihmisten kokemusten, mielipiteiden ja käsityksen mukaan. Kaikki tieto pohjautuu ihmisten näkemyksiin. Laadullisessa tutkimuksessa on monia eri aineistonkeräysmenetelmiä, kuten haastattelu, kyselylomakkeet, havainnointi sekä eri dokumentointi lähteet. (Tuomi & Sarajarvi 2018, 83–85.) Käytimme aineistonkeräysmenetelmänä kyselylomaketta, joka mahdollistaa lasten huoltajien vastata vapaammin kysymyksiin. Laadullista tutkimusmenetelmää käytetään silloin, kun aiheesta ei ole tutkimusta ja teoria tietoa. Tutkimusmenetelmällä tuodaan tutkittavalle ongelmalle ymmärrys, ratkaisu tai kuvaus. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään tutkittavaa aihetta. (Kananen 2017, 16–33 & 44.) Luonnon merkitystä yksilön hyvinvoinnille löytyy hyvin tutkimustietoa. Luonnon merkitystä ja vaikutusta perheen yhteiselle hyvinvoinnille ja dynamiikalle emme löytäneet kunnollista tutkimustietoa. Tämä vuoksi halusimme mei-



dän opinnäytetyömme toteuttaa laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimusmenetelmänä. Tarkemmin sanottuna toiminnallisella lähestymistavalla. Koemme laadullisella tutkimusotteella aineisto olisi perusteellisempi, kuin määrällisellä tutkimusotteella. Teoreettisen aineiston lisäksi keräämme tietoa lasten huoltajilta muuttamalla kysymyksellä, joihin huoltajat pääsevät anonyymisti ja rauhallisesti vastaamaan avoimiin sekä kohdennettuihin kysymyksiin. Laadullisella opinnäytetyöllä tavoitteina on ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista ja opastamista sekä järjestämistä. Opinnäytetyö voi olla muun muassa ohje, jokin opas tai tapahtuma. Laadullisessa opinnäytetyössä on kaksi osaa; toiminnallinen osuus ja prosessin dokumentointi ja arviointi. (Airaksinen 2009, 1–10.) Opinnäytetyössämme viitekehyksenä toimii varhaiskasvatuksen arjessa oleva varhaiskasvatussuunnitelma, jonka perusteissa määritetyt oppimisen osa-alueet. Lisäksi tarkastelemme teoriatietoa luonnon vaikutuksesta hyvinvointiin. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 44).

### 2.3 Toiminnallinen lähestymistapa

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotos voi olla monenlainen, yleensä jokin konkreettinen tuote, kuten tietopaketti, ohjeistus, portfolio tai tapahtuma (Vilkkä & Airaksinen 2003, 51). Opinnäytetyössämme lopullinen tuotos on tapahtuma perheelle sekä vinkkivihko. Toiminnallisella opinnäytetyöllä tavoitteina on ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista ja opastamista sekä järjestämistä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä rakenne koostuu kahdesta osasta eli käytännön toteutuksesta ja sen toiminnallisiin näkökulmiin, kun taas toinen osa keskittyy prosessin dokumentointiin ja sen arviointiin. (Airaksinen 2009, 1–10.) Tutkimuksellinen selvitys toiminnallisessa opinnäytetyössä kuuluu tuotteen ja idean toteutustapaan. Tarkoitetaan keinoja, miten sisällöllisesti materiaalia hankitaan ja miten tuotos toteutetaan, joka on meidän kohdallamme tapahtuma. Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei tarvitse välttämättä käyttää tutkimuksellisia menetelmiä. Tiedon ja aineiston kerääminen kannattaa kuitenkin hyvin tarkoin miettiä. Meidän toiminnallisessa opinnäytetyössämme aineistonkeruu menetelmänä on kyselylomake. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 56–57.)

Toiminnallisen opinnäytetyön raportti on tekstiä, josta selviää, mitä, miksi ja miten työ on tehty, millainen prosessi on ollut sekä millaisiin johtopäätöksiin ja tuloksiin ollaan päädytty. Toiminnallisissa opinnäytetöissä luodaan paitsi kirjallinen raportti, myös konkreettinen produkti eli tuotos. Tuotoksen tekstissä korostuvat erilaiset piirteet verrattuna raporttiin: siinä keskitytään suoraan puhuttelemaan tuotteen käyttäjiä ja tarjoamaan heille tarvittavaa tietoa tai ohjeistusta. Tämä tarkoittaa sitä, että kirjoitustyylillä ja ilmaisutapa voivat poiketa tutkimusraportin tyylistä, ja niiden tulisi olla helposti ymmärrettäviä ja soveltuvia kohdeyleisölle. Toiminnallisen opinnäytetyön raportti on rakenteeltaan samankaltainen kuin kertomus. Se etenee työprosessin ja projektin kulun mukaan, kuvaten vaiheet ja tapahtumat, jotka ovat olleet osa projektin toteuttamista. Vaikka raportissa käsitelläänkin tutkimuskirjallisuutta ja raportointia, ne ovat vain yksi osa työprosessin dokumentointia. Keskeinen elementti toiminnallisessa opinnäytetyössä on tuotos eli produkti. (Vilka & Airaksinen 2003, 65, 82-83.)

#### 2.4 Kyselyn toteutus

Aineistonkeräysmenetelmänä käytimme kyselylomaketta. Tutkimusaineisto kerättiin lomakkeiden avulla. Kyselylomake tulee suunnitella huolellisesti ottaen huomioon kyselyn luotettavuus ja olennaisten kysymyksien merkitys. Kyselyn suunnitteluvaiheessa on myös tärkeää harkita, mikä on opinnäytetyön tavoite ja millaisen merkityksen se tuo tutkimusalueelle. Kyselytutkimusta tehdessä on monta vaihetta, jota tulisi miettiä kyselyä laadittaessa. Lomaketta laatiessa tulee miettiä, mitä kysymyksillä pyritään saavuttamaan, mihin vastauksia hyödynnetään sekä minkälaista aineistoa tarvitaan. (Ahola 2007, 47–49.)

Kyselyn laadimme docs.google nettisivustolle, jonne pääsi QR-koodin kautta. Kyselylomakkeessa oli monivalintakysymyksiä sekä avoimia kysymyksiä ja kaikkiin kysymyksiin pystyi vastaamaan täysin anonyymisti. Kyselylomakkeen olimme tehneet myös paperisena versiona, jos QR-koodin kautta vastaaminen ei ole mielekäs tapa toimia. Näin varmistimme, että saimme mahdollisimman monelta vastauksen. Kysymykset koostettiin sellaiseksi, että ne ovat jokaiselle ymmärrettävissä ja selkeitä.

Pohdimme kysymysten määrää, ja päädyimme kuuteen kysymykseen, joista osa on monivalintakysymyksiä ja osa avoimia kysymyksiä. Kyselyn lyhyen ja ytimekkään koonnin vuoksi, halusimme varmistaa, että huoltajilla on riittävästi aikaa ja mielenkiintoa vastata. Mikäli kysely olisi ollut liian pitkä ja työläs olisi moni voinut jättää vastaamatta tai vastaukset olleet lyhyitä. Kyselylomakkeen nettisivualusta muodosti monivalintakysymyksiä vastauksista automaattisen koonnin, joka helpotti kyselyn purkamista.

Tavoitteenamme oli sisällyttää kyselylomakkeeseen avoimia kysymyksiä liittyen perheen suhtautumista luontoon. Halusimme selvittää, miten perheet kokevat luonnon merkityksen ja onko heidän mielestään luonnossa oleminen jäänyt vähäiseksi arjen kiireiden keskellä. Lisäksi suunnittelimme monivalintakysymyksiä vinkkivihkon käytöstä, haluten selvittää, näkevätkö huoltajat sen hyödyllisenä. Lopuksi halusimme saada avointa palautetta tapahtumasta, jotta voisimme tulevaisuudessa järjestää vastaavia tapahtumia entistä paremmalla ja hiotummalla konseptilla. Opinnäytetyössämme pyrimme tarkastelemaan jokaisen huoltajan vastauksia ainutlaatuisina ja kunnioitettavasti.

## 2.5 Eettisyys ja luotettavuus

Hyvä tieteellinen käytäntö koostuu menettelytavoista, joilla varmistetaan hyvän tieteellisen käytännön toteutumisesta koko prosessin aikana (Tutkimuksellinen neuvottelukunta 2023, 11–14). Halusimme opinnäytetyössämme noudattaa tutkimuksen eettisten periaatteiden tärkeitä arvoja, kuten rehellisyys, huolellisuus, vastuunkanto ja arvostus suunnitteluvaiheesta opinnäytetyön viimeistelyvaiheeseen. Halusimme käyttää opinnäytetyössämme turvallisia sekä luotettavia lähteitä sekä kunnioittaa ja arvostaa muiden tutkijoiden tutkimuksia. Pyrimme merkitsemään lähdeviitteet oikein sekä noudattamaan Lapin ammattikorkeakoulun antamia kirjallisen työn ohjeita. Työmme luotettavuutta ja uskottavuutta lisätäksemme käytimme tieteellistä tutkimusaineistoa ja opinnäytetyöhömmme liittyvää kirjallisuutta pohjana pohdinnoillemme.

Opinnäytetyössämme teimme huoltajille kyselyn, jossa kartoitimme heidän mieli-  
pidettään luonnon vaikutuksesta ja tapahtuman toiminnasta. Meidän mieles-  
tämme on hyvin oleellista pohtia, miten eettisestä näkökulmasta toteutamme ky-  
selyn niin, että se noudattaa hyvän tutkimuksen kriteerejä ja käytäntöjä. Kyselyä  
pohtiessamme käytimme paljon aikaa suunnitteluun ja pyysimme myös apua su-  
kulaisilta, jotta saisimme laadittua oikeanlaiset kysymykset. Pohdimme myös mi-  
hin tätä tietoa tarvitsemme opinnäytetyössämme. Työllämme haluamme koros-  
taa perheille luonnon vaikutusta. Opinnäytetyössämme otimme huomioon kyse-  
lyn vastanneiden anonymiteetin sekä haimme tarvittavat luvat tutkimukselle päi-  
väkodilta. Päiväkodin tai ryhmien nimiä emme julkaise opinnäytetyössämme ano-  
nymiteetin säilymiseksi. Kyselyiden vastaukset säilytetään ja hävitetään asian-  
mukaisesti, ettei niihin pääse ulkopuoliset käsiksi. Tämä lisää työmme luotetta-  
vuutta.

### 3 TIETOPERUSTA

#### 3.1 Varhaiskasvatussuunnitelma tapahtuman pohjalla

Varhaiskasvatuksen ammattilaiset ovat olennainen osa lapsen kasvun ja kehityksen tukemisessa. Varhaiskasvatussuunnitelma (Varhaiskasvatuksensuunnitelma 2022) toimii arvokkaana lähtökohtana tämän tavoitteen saavuttamiseksi. Ammattilaisten läsnäolo ja vuorovaikutus muodostavat perustan lapsen hyvinvoinnin ja oppimisen tukemiselle varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan lapsen opetuksen, kasvatuksen ja hoidon muodostamaa kokonaisuutta, joka on hyvin suunnitelmallista sekä tavoitteellista. Varhaiskasvatus painottuu erityisesti pedagogiikkaan. Varhaiskasvatuksella on myös muita tärkeitä tehtäviä, kuten tukea lapsen kehitystä, oppimista ja kasvua sekä tukea huoltajia kasvatustyössä. Ikähaarukka varhaiskasvatuksessa on 0–6 ikävuoteen. Varhaiskasvatuksessa on erilaisia toimintamuotoja; perhepäivähoito, päiväkotitoiminta sekä kerho- ja leikkitoiminta. Toimintamuodot eroavat toisistaan, mutta ne otetaan huomioon paikallisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa. (Opetushallitus 2023. Mitä on varhaiskasvatus.)

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on luoda lapselle ihanteellinen ympäristö, joka tukee heidän kokonaisvaltaista kasvuaan, kehitystään, terveyttään ja hyvinvointiaan. Tämä toteutuu monipuolisessa pedagogisessa toiminnassa, joka perustuu lapsen ikään ja kehitykseen. Varhaiskasvatuksen tarkoituksena on tukea jokaisen lapsen oppimista luomalla myönteisiä oppimiskokemuksia. Keskiössä on lapsen liikkuminen, leikki, kulttuuri ja taide, jotka muodostavat perustan monipuoliselle pedagogiselle lähestymistavalle. Tavoitteena on tarjota kehittävä, oppimista edistävä, turvallinen ja terveellinen varhaiskasvatuksen ympäristö, jossa jokainen lapsi saa kukoistaa. Eettisesti kestävää ja turvallista toimintaa korostetaan, samoin kuin yhdenvertaisuuden ja sukupuolen tasa-arvon edistämistä. Jokaisen lapsen on oikeus tuntea olevansa arvostettu ja tasa-arvoinen osa yhteisöä. Yksilölliset tuentarpeet huomioiden sekä tuen tarjoaminen tarpeiden mukaan moniammatillisessa yhteistyössä. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on olla osa lapsen kasvupolkuja, joka vahvistaa itsetuntoaan, sosiaalisia taitojaan ja minä kuvaa. (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540 1: 3 §.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2022, 44–45) puhutaan lapsen leikin tärkeydestä. Sillä leikki on keskeinen toimintatapa varhaiskasvatuksessa, joka edistää lapsen kehitystä, oppimista ja hyvinvointia. Leikissä lapset ovat aktiivisia toimijoita, jotka jäsentävät ja tutkivat ympäröivää maailmaa, luovat sosiaalisia suhteita sekä muodostavat merkityksiä kokemuksistaan. Leikissä lapset rakentavat käsitystä itsestään ja muista ihmisistä, ja mielikuvitus mahdollistaa erilaisten roolien ja ideoiden kokeilun. Leikin kautta lapset voivat myös käsitellä vaikeita kokemuksia turvallisessa ympäristössä. Henkilöstön tehtävänä on tukea ja ohjata leikin kehittymistä sekä varmistaa, että jokaisella lapsella on mahdollisuus olla osallisena leikeissä omien taitojensa ja valmiuksiensa mukaisesti. Perusteissa myös painotetaan leikin havainnointi ja dokumentointi auttavat henkilöstöä ymmärtämään lasten ajattelua ja kiinnostuksen kohteita sekä suunnittelemaan ja ohjaamaan toimintaa tavoitteellisesti. Leikkiin tarvitaan aikaa, rauhaa, tilaa sekä sopivia leikkivälineitä, materiaaleja, ja oppimisympäristöjen tulee joustaa leikkien mukaan. Henkilöstön tulisi olla tietoinen lasten kulttuurista ja median tarjonnasta, jotta he voivat tukea ja rikastaa lasten leikkejä monipuolisesti. Lisäksi leikistä keskusteleminen huoltajien kanssa voi edistää leikkien jatkumista myös kodin ulkopuolella.

### 3.2 Luonto leikkiympäristönä ja hyvinvoinnin tukena

Lapsen elämässä ympäristöllä on erittäin iso merkitys. On olemassa sanonta, että lapsi ei ole vain sitä, mitä hän itse on, vaan myös sitä, mitä hänen ympäristönsä on (Brotherus, Hasari & Helimäki 1990, 57). Kuten Suomen mielenterveys ry olevassa artikkelissa vuodelta 2021 todettiin, (Mieli 2021, Ympäristö vaikuttaa mieleen) luonto tarjoaa virkistystä ja rauhoittumista sekä rikastaa elämäämme monipuolisilla elämyksillä ja aistimuksilla. Luontoympäristö kannustaa meitä liikkumaan ja tutkimaan ympäröivää maailmaa. Luonto ympärillämme tarjoaa inspiroivia mahdollisuuksia luovuuden ja hyvinvoinnin lisäämiseen. Luonnossa oleilu elvyttää, rauhoittaa ja vähentää stressiä. Luonnolla on myönteinen vaikutus tunnetilaan, koettu terveydentila parantuu ja tyytyväisyys lisääntyy. Hyvinvointi ja terveys lisääntyy erityisesti silloin, kun luonto on lähellä kotia. Asuinalueiden tii-

vistäminen ja teknologian uudistuminen voivat etäännyttää meidät luonnosta. Tämän takia olisi erityisen tärkeää säilyttää mahdollisuus nauttia luonnossa liikkumiselle ja oleskelulle terveyshyödyllisistä syistä. (Mieli 2021, Luonto elvyttää, rauhoittaa ja lievittää stressiä.)

Luontosuhteissamme on myös henkisiä ja mystisiä ulottuvuuksia. Monet tunnistavat, että luonnolla on käytännöllinen merkitys eri tilanteissa, olipa kyse sitten rentoutumisesta, virkistäytymisestä, harrastamisesta, työstä tai elinkeinon harjoittamisesta. (Koistinen 2022, Luontosuhteen vahvistamista, arjen valintoja, lisää yhteistyötä – Yli sata dialogia etsi ratkaisuja luontokadon pysäyttämiseen.) Lasten kasvuympäristöt ovat muuttuneet yhteiskunnan yleisen kehityksen myötä. Sähköisten ruutujen ja ohjattujen harrastusten lisääntyessä vapaanleikin ja ulkoilun määrä on vähentynyt. Luonnonympäristöt tarjoavat lapsille monipuolista harjoitusta fyysisille, sosiaalisille ja psyykkisille taidoille. (Green Care Finland 2024, Luonto lasten kehityksessä.)

Meillä on myös olemassa metsäeskareita, jossa on huomattu, että ulkona lisätty liikunnan määrä edistää lasten omatoimisuutta, itsenäisyyttä ja vastuullisuutta. Luontosuhteen muodostuminen on tärkeää myös kestävän kehityksen näkökulmasta, ja omakohtaiset kokemukset luonnosta ovat olennaisia luonnon kunnioituksen ja kestävän kehityksen arvojen juurruttamisessa lapsen arvomaailmaan. (Green Care Finland 2024, Luonto lasten kehityksessä.)

Valitessamme tapahtumalle sopivaa paikkaa, pidimme mielessämme varhaiskasvatuslain (13.7.2018/549 2: 10 §) mukaiset määritelmät. Lain mukaan ympäristön tulee olla lapsille kehittävä, oppimista edistävä sekä turvallinen ja terveellinen ympäristö, ottaen huomioon lapsen ikä, kehitystaso ja muut tarpeet, kuten esteettömyys. Ihmisen suhde omaan ympäristöönsä on hyvin tärkeä ympäristökasvatuksen lähtökohta. Luonto sisältää paljon sellaisia tekijöitä, jotka voivat edistää ihmisten henkistä ja fyysistä hyvinvointia. Kiireisen arjen keskellä lyhytkin luonnossa vietetty aika voi vaikuttaa rauhoittavasti sekä vähentää huomattavasti stressiä. (Cantell, Aarnio-Linnanvuori & Tani 2020, 57.)

Varhaiskasvatussuunnitelmassa (2022, 36) oppimisympäristöt jaetaan kolmeen eri kategoriaan: fyysinen, psyykinen sekä sosiaalinen ulottuvuus. Josta luonto on yksi varhaiskasvatuksen oppimisympäristöjä. Luontoa hyödynnetään liikunnan- ja luontoelämysten ja oppimisen paikkoina. Varhaiskasvatussuunnitelmassa oppimisympäristöllä tarkoitetaan paikkoja, jossa lapsen kehitys ja oppiminen tapahtuvat. Se tukee yksilön ja yhteisön vuorovaikutusta, oppimista sekä kehitystä. Toimiva oppimisympäristö edistää osallistumista ja yhteisöllisen tiedon rakentumista.

### 3.3 Vuorovaikutus tukemassa lapsen hyvinvointia

Huoltajalla on merkittävä rooli lapsen hyvinvoinnin tukemisessa, erityisesti vuorovaikutuksen ja läsnäolon osalta. Lapsen hyvinvointi on moniulotteinen käsite, joka kattaa fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Hyvinvoinnin määrittely on haastavaa, ja lapsen kohdalla tämä on suurempi haaste verrattuna aikuisten tilanteeseen. Hyvinvoinnilla voidaan tarkoittaa laajasti joko yksilön olosuhteisiin tai koettuun ja arvioituu hyvään vointiin, tyytyväisyyteen ja onnellisuuteen. (Laitalainen 2020, 8–9.) Yksilön hyvinvointiin kuuluvat ajankäyttö, arjen rytmit, lepo, rentoutuminen, ruokailu, liikkuminen, sosiaalinen osaaminen ja oman mielenrauhan viestien tulkinta. Lapsen hyvinvointi koostuu aina aikuisten avulla. Tämän vuoksi lapsia autetaan parhaiten tukemalla ja vahvistamalla heidän kehitysyhteisöjään. (Määttä & Rantala 2022, 28.) Lapsella on oikeus perustarpeisiin, kuten lepoon ja ruokaan, myös positiiviseen vuorovaikutukseen sekä läsnäoloon. Lapsen fyysiset tarpeet ovat helpompi huomioida, jolloin aidon kohtaamisen tärkeys voi unohtua. Kasvun ja kehityksen tarpeiden saavuttamiseksi lapsi tarvitsee fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset hyvinvoinnin ulottuvuudet. Lapsen kehityksen kannalta on tärkeä antaa lapselle tilaisuus viihtyä itsekseen, tutkia maailmaa sekä tehdä erehdyksiä. (Kamenetz 2018, 245.)

Ihmisten välinen kommunikointi tapahtuu yleensä vuorovaikutuksen kautta. Vuorovaikutus on puhetta eli verbaalista viestintää sekä myös nonverbaalista viestintää, joka näkyy muun muassa kehon asennoista, eleistä, ilmeistä sekä äänen sävyistä. Vuorovaikutustilanteissa voi tapahtua kaksoisviestintää eli kun nonver-



baalinen ja verbaalinen viestintä eivät kohtaa, silloin puheet ja ilmeet ovat ristiriidassa, tällöin väärinymmärryksiä voi tapahtua. Lasten kanssa nonverbaalinen vuorovaikutus on isossa roolissa. Lapset tulkitsevat vuorovaikutustilanteissa kokonaisuutta, he lukevat aikuisten eleitä, ilmeitä, äänensävyjä sekä tunnetiloja. (Ahonen 2017, 58–60.) Huoltajilla on usein taipumus keskittyä kuuntelemisen sijasta puhumiseen. Hyvä kuuntelija huomioi sanattomat viestit hymyillen, nyökkäilemällä ja katselemalla lasta silmiin, antamalla hänen puhua keskeytymättä. Huoltajilla tulee osoittaa kiinnostusta ja sanoa selvästi haluavansa kuulla lisää, vaikka aikaa olisi rajallisesti. Tehokas kuunteleminen edellyttää sanattomien viestien tulkintaa, kuten ilmeiden ja eleiden huomioimista. Äänensävyn tarkkailu on avainasemassa, sillä se paljastaa tunteiden muutokset ja vihjeet väsymyksestä tai kärsimättömyydestä. Kuuntelemalla ja tulkkaamalla lapsen ei-sanallisia viestejä huoltajat ymmärtävät lastaan paremmin ja havaitsevat mahdolliset ongelmat ajoissa. (Oliver & Wright 1993, 28-29.)

Lapsen minäkuvan sekä kokonaisvaltainen kehittyminen rakentuu häntä ympäröivän sosiaalisen todellisuuden kanssa, jonka muodostavat hänelle tärkeät ja läheiset ihmiset. Lapsen sosiaalisemotionaalinen kehitys on yhteydessä aikuisten vuorovaikutustapoihin. Varhaiskasvatuksessa laadukkaana pedagogiikan takana on laadukas vuorovaikutus, mikä on jokaisen lapsen oikeus. (Ahonen 2017, 58–60.) Vuorovaikutus ja kommunikaatio ovat kasvun, kehityksen ja oppimisen kulmakiviä ja kasvatusta rakentuu vuorovaikutukselle. Kasvatuksen yksi tehtävistä on auttaa lasta selviytymään itsenäisesti sekä rakentamaan hyvää itsenäistä elämää. Lasten hyvinvoinnin kivijalkaa luovat vahva yhteyden tunne läheisiin ihmisiin, arjessa koettu turvallisuuden tunne sekä myönteiset vuorovaikutussuhteet. Arkeen mahtuu mukaan tilanteita ja kohtaamisia, joissa huoltaja ei ole aina parhaimmillaan. Aikuisten toimiminen on inhimillistä, sillä myös heidän hyvinvointinsa ja jaksaminen vaihtelee eri tilanteissa. Lapsen hyvinvoinnin kannalta olisi kuitenkin tärkeää, että kohtaamisista ja vuorovaikutustilanteista tukisivat lapsen tasapainoista kehitystä ja kasvua. Tilanteet, joissa aikuinen ymmärtää toimineensa epäjohtamukaisesti, olisi hyvä käsitellä lapsen kanssa siten, että yhteys ja turva voivat jälleen palautua. Anteeksi pyynnön kautta lapsi saa oppia, että myös aikuiset tekevät virheitä ja ne voidaan korjata yhdessä. (Wiman 2022, 49–51.)

Läsnäolon vaatimus on yksinkertainen, mutta kohtuullisen vaikea toteuttaa kiireisen arjen keskellä. Vaikka läsnäolon taitoa ei tarvitse opiskella, se on haasteellista, koska päivissämme on aina enemmän tehtävää kuin aikaa. Lapset voivat tuntua häiriötekijöiltä kiireessä, mutta on tärkeää muistaa heidän erilainen aikäkäsityksensä. Läsnäolon osoittaminen lapselle on viesti siitä, että välitämme hänestä. Läsnäolon voi toteuttaa varaamalla säännöllisesti aikaa lapsille tai viettämällä päivittäin lyhyitä hetkiä heidän seurassaan. Ajoitus on keskeistä, ja keskusteluhetket kannattaa valita kiireettömiksi hetkiksi. Tarvittaessa aikaa löytyy, ja viisaat vanhemmat antavat tilaa lukemiselle, leikkimiselle tai keskusteluille lasten kanssa. (Oliver & Wright 1993, 27-28.) Kannustava ympäristö, jossa huoltajat korostavat positiivista palautetta ja kunnioittavat lasta, luo pohjan terveelle kasvulle. Tässä ympäristössä huoltajat vastaavat lapsen tunteisiin myötätunnolla ja opettavat häntä käsittelemään niitä rakentavasti. Lisäksi virheiden hyväksyminen ja niistä oppiminen ovat tärkeitä osia lapsen kasvussa kohti itsenäisyyttä ja vastuullisuutta. Huoltajat huomaavat kuitenkin helposti lapsen hallitsemattomat tunteet ja vahingossa opettavat lapselle, että hän saa eniten huomiota käyttäytymällä haastavasti. (Oliver & Wright 1993, 23-24.)

## 4 TOIMINNAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

### 4.1 Tapahtumapäivän suunnittelu

Meidän suunnittelemamme tapahtuman nimi oli "perheen yhteistä aikaa luonnon helmassa". Tapahtuma suunniteltiin järjestettävän maaliskuussa 2024 Pohjois-Pojanmaan alueella sijaitsevassa luonto ympäristössä ja kesto kaksi tuntia. Suunnittelimme, että tapahtumaan kutsutaan saman paikkakunnan päiväkodin kaksi ryhmää. Sen konseptina oli tarjota perheille mahdollisuus osallistua omien aikataulujensa mukaisesti. Paikkaa valittaessa haasteita toi vieraspaikkakunta. Kyselimme päiväkodin henkilökunnalta mielipidettä, missä tapahtuma kanttaisi järjestää, saimmekin heiltä hyviä ideoita. Halusimme sellaisen tapahtumapaikan, jossa oli laavu mahdollisuus ja tilaa aktiviteeteille, erityisesti perheen pienemmille lapsille. Kun suunnittelimme tapahtumaa, tavoitteena oli valita paikka, joka ei sijaitse päiväkodin pihapiirissä. Halusimme tarjota perheille mahdollisuuden viettää aikaa erilaisessa ympäristössä. Tapahtumassa olisi jokaisella perheellä oikeus ja vapaus tehdä sitä, mitä haluaisivat. He saivat kiertää pisteillä omaan tahtiin. Lapset kulkisivat pisteeltä pisteelle huoltajien kanssa. Halusimme suunnitella tapahtuman niin, että vastuu lapsista oli huoltajilla. Meidän roolimme olisi olla paikalla opastamassa, ohjaamassa sekä vetämässä toimintaa. Varhaiskasvatuspuolelta emme pyytäneet apuja, mutta tietysti he olivat tervetulleita osallistumaan tapahtumaan.

Koemme, että nykypäivänä lapset katsovat paljon älypuhelimien- ja television ruutua mikä on myös huoltajan näkökulmasta helpoin virike. Teknologian kehityksen myötä lapsien ulkoilu on hiipunut, eikä ulos lähetä mielellään. Johtuuko tämä mielikuvituksen heikkenemisestä, johon ruutuaika on vaikuttanut? Tämä on yksi syy sille, miksi halusimme järjestää tapahtuman ulkona lähellä luontoa. Haluamme saada lapsille ja huoltajille onnistumisen tunteen ja näyttää kuinka ulkona voi olla hauskaa ja mielekästä olla.

Tapahtuman suunnittelussa olimme pitäneet mielessä varhaiskasvatussuunnitelman perusteet sekä oppimisalueitten mukaiset tavoitteet. Suunnittelimme tapahtuman rennoksi ja vapaamuotoiseksi, mutta jokainen aktiviteetti oli suunniteltu

siten, että se tukee lapsen oppimista ja kehitystä monipuolisesti eri osa-alueilla. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa oppimisen alueet ovat varhaiskasvatuksessa keskeisiä pedagogisia tavoitteita ja sisältöjä ohjaavia tekijöitä. Ne tarjoavat suuntaviivoja henkilöstölle monipuolisen ja pedagogisen toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen yhdessä lasten kanssa. Tärkeää on huomata, että oppimisen alueet eivät ole erillisiä ja toisistaan irrallisia kokonaisuuksia. (Varhaiskasvatussuunnitelma perusteet 2022, 98.) Suunnittelimme tapahtumaan rastikierroksen, jossa olisi erilaisia aktiviteetteja, kuten kiipeilyteline, ihmislautapeli, mikä ei kuulu joukkoon kysymykset, vesivärimaalauksen lumeen, eläin aiheisia helpoja palapelejä ja kuvakortteja, joissa oli eri leikki-ideoita.

Suunnittelimme rastikierrosta helpottaakseen kuvallisia ohjekortteja (liite 2), jotka tarjosivat lapsille ja huoltajille kattavan yleiskuvan tapahtumassa olevista rasteista ja niiden sijainnista. Osallistujat pystyivät halutessaan ottaa kortit mukaansa ja käyttää niitä apuna. Korteissa käytimme eri värejä eri pisteiden merkitsemiseen, jotta osallistujat pystyivät helposti yhdistämään kortin ja toiminta-alueen eri pisteet. Tämä auttoi heitä hahmottamaan tapahtuman kokonaisuuden ja helpotti navigointia tapahtumassa. Lisäksi kortit tarjosivat mahdollisuuden merkitä, missä on jo käyty, mikä tekee osallistumisesta entistä sujuvampaa ja jännittävämpää. Saimme päiväkodilta luvan käyttää heidän tavaroitaan tapahtumassa. Kuten värit lumen maalaukseen, lapioita, palloja jne. Tämä helpotti meidän tapahtumamme järjestämistä, siten ettei tarvinnut erikseen ostaa tarvikkeita.

Suunnittelemamme kuvalliset leikkikortit seuraaviin leikkeihin: kapteeni käskee, maa-meri-laiva, karhu nukkuu, seuraa johtajaa, polttopallo, miten eläimet liikkuvat, erilaisia hippaleikkejä, sekä viestileikki. Hippaleikkejä oli banaanihippa, käsi ylös hippa sekä jääpatsashippa. Tavoitteena oli saada huoltajat leikkimään yhdessä lastensa kanssa, jotta heidän välisensä kommunikaatio vahvistuu sekä he saisivat yhdessä onnistumisen kokemuksia sekä hyviä muistoja. Niin lapset kuin huoltajatkin voisivat nähdä toisensa mahdollisesti uudessa ympäristössä. Kaikissa leikeissä pohjana on varhaiskasvatussuunnitelman oppimisen osa-alueet (Varhaiskasvatussuunnitelma perusteet 2022, 42). Näitä leikkejä suunnittelimme hyödyntämään myös niissä tilanteissa, jos tekeminen loppuu kesken.

## 4.2 Tapahtuman toteutus

Päädyimme tekemään perheille tapahtuman luontoympäristössä, jossa oli jokimaisema sekä mahdollisuus hyödyntää laavua. Lähdimme rakentamaan tapahtumaa päiväkodin kahdelle eri ryhmälle, jolloin kutsuimme mukaan 33 perhettä. Toiminnan mainostamisen aloitimme kuukautta ennen tapahtumaa. Laitoimme päiväkodin ilmoitustaululle canva-ohjelmalla tehdyn mainosjulisteen sekä lähetimme mainoksen huoltajille WhatsApp sovelluksessa. Muistutus viestin lähetimme huoltajille kaksi päivää ennen tapahtumaa. Tapahtumapäivänä päiväkodin henkilökunta oli myös mainostanut tapahtumaa.

Toteutimme tapahtumassa rastikierroksen. Aktiviteetit olivat kiipeilyteline, ihmislautapeli, mikä ei kuulu joukkoon kysymykset, vesivärimaalaus lumeen, eläin aiheisiä helppoja palapelejä ja kuvakortteja, joissa oli eri leikki-ideoita. Kuten suunnittelussa toimmekin esille, kaikki aktiviteetit pohjautuivat varhaiskasvatussuunnitelman (2022, 42) oppimisen alueisiin; kielen rikasmaailma, ilmaisun monet muodot, minä ja meidän yhteisömme, tutki ja toimin ympäristössä ja kasvun, liikun ja kehityn

Kielen rikasmaailma näkyy toiminnassamme monin tavoin, esimerkiksi mikä ei kuulu joukkoon korttien avulla, jossa aikuinen lukee lapselle sanoja ja lapsi arvaa. Huomioimme, miten puhumme sekä lapsille että aikuisille. Puheemme on selkeää ja kuuluvaa, erityisesti perheen pienempien kanssa, jotka vasta opettelevat puhumaan. Sanallisella vuorovaikutuksella on tärkeä rooli heidän kehityksessään. Perheet harjoittelevat rastipaikoilla ohjeiden ymmärtämistä ja niiden noudattamista. Tämä kaikki yhdessä tukee kielten rikasta maailmaa ja kielellistä kehitystä eri ikäisille lapselle. Lasten vuorovaikutustaitojen kehittyminen edellyttää kokemuksia kuuluksi tulemisesta ja vastaamisesta heidän aloitteisiinsa. Vuorovaikutustaitoja tuetaan kannustamalla lasten kommunikaatiota. (Varhaiskasvatussuunnitelma perusteet 2022, 44–45.)

Ilmaisun monia muotoja on muun muassa kuvallinen, musiikillinen, käsityöllinen, sanallinen ja kehollinen ilmaisu. Näiden muotojen luova yhdistäminen ja koko-

naisvaltaisuus edistävät lasten oppimista monin tavoin. Vahvistaa heidän ajattelunsa, oppimisen ja sosiaalisten taitojen kehittymistä sekä myönteistä minäkuva. Kuvallisen ilmaisun tavoitteena on syventää lasten suhdetta kuvataiteeseen ja visuaaliseen kulttuuriin, antaen heille mahdollisuuden nauttia taiteesta ja kehittää kuvallista ajatteluaan monipuolisesti erilaisten ilmaisutapojen avulla. (Varhaiskasvatussuunnitelma perusteet 2022, 46–48.) Tavoitteemme ilmaisun moninaisuudessa korostuvat erityisesti lumen maalaus pisteellä. Tämän aktiviteettien kautta pyrimme antamaan lapsille mahdollisuuden käyttää mielikuvitustaan ja ilmaista itseään eri tavoin. Lumen maalaus pistellä lapset voivat luoda omia kuviotaan ja tarinoitaan lumeen värien avulla. Lumen maalaus toteutettiin pienten muovipullojen avulla. Korkkiin tehtiin pieni reikä ja pulloon sekoitettiin veden sekaan pulloväriä. Pulloa puristamalla, väriä tuli ulos.

Minä ja meidän yhteisömme tukee erityisesti lasten kulttuurista osaamista, vuorovaikutusta, ilmaisua sekä laaja-alaista osaamista ajattelun ja oppimisen saralla. Eettisiä kysymyksiä käsitellään turvallisesti lasten kanssa, tukien ryhmän sääntöjen pohdintaa. Tavoitteena on kehittää lasten valmiuksia ymmärtää lähiyhteisön monimuotoisuutta eettisen ajattelun, katsomusten, menneisyyden, nykyisyyden, ja tulevaisuuden näkökulmista. (Varhaiskasvatussuunnitelma perusteet 2022, 8–49.) Osallistuminen toimintaan edistää lasten kykyä ymmärtää erilaisia arvoja ja parantaa heidän vuorovaikutustaitojaan. Lasten esittämiin kysymyksiin vastaaminen laajentaa heidän käsitystään ympäröivästä maailmasta sekä itsestään. Tämä aktiivinen vuorovaikutus ja osallistuminen toimintaan tukevat lasten ajattelun kehittymistä monipuolisesti. Tapahtumassa hyödynnetään monipuolisesti esimerkiksi musiikkia, kuvataidetta, leikkiä, draamaa ja lähiympäristöä.

Tutkin ja toimin ympäristössäni on keskeisin oppimisalue toiminnassamme (Varhaiskasvatussuunnitelma perusteet 2022, 48). Haluamme tarjota lapselle mahdollisuuden tutkia ja toimia luonnossa yhdessä huoltajien kanssa. Luontokokemus antaa lapsille tilaisuuden oppia ympäristöstään. Samalla se vahvistaa perheiden välistä vuorovaikutusta ja yhteistyötä, kun he tutkivat yhdessä ympäristöään, ja edistää positiivista suhdetta luontoon. Pyrimme rohkaisemaan ja innostamaan sekä vanhempia että lapsia tutkimaan uusia ympäristöjä. Herättelemme

huoltajia huomioimaan luonnon monipuoliset mahdollisuudet ja niiden myönteisen vaikutuksen lapsen kasvuun. Ympäristökasvatus on osana meidän tapahtumamme. Opettelemme, miten voimme kunnioittaa ympäröivää luontoa. Tämä sisältää sen, että emme roskaa, vaan viemme mukamme tuodut tavarat takaisin. Emme myöskään tahallisesti vahingoita tai tuhoa ympäristöä. Yhdessä lasten kanssa opimme kunnioittamaan ja arvostamaan luontoa.

Tavoitteena on innostaa lapsia monipuoliseen liikkumiseen ja liikunnan iloon sekä ulkoilun ja liikunnallisten leikkien tukemiseen kaikkina vuodenaikoina. Pyrimme tarjoamaan lapselle säännöllistä, lapsilähtöistä, monipuolista ja tavoitteellista liikuntaa, joka edistää heidän terveyttään, kehitystään ja oppimistaan. Liikkumisen avulla voidaan kehittää lasten sosiaalisia taitoja ja motorisia perustaitoja erilaisten liikunnallisten aktiviteettien avulla. Lasten kehontuntemusta ja –hallintaa sekä motorisia perustaitoja kehitetään monipuolisesti eri aisteja ja liikkumaan innostavia välineitä hyödyntäen. Liikuntaa suunnitellaan ja toteutetaan niin, että lapset saavat kokemuksia liikuntaleikeistä ja –aktiviteeteista eri tilanteissa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 52–53.) Rastilla, kuten kiipeily- ja ihmislautapelirastilla, sekä ympäristössä itsessään pyritään edistämään lapsen motorisia taitoja. Tavoitteena on, että lapsi harjoittelee monipuolisesti erilaisia liikuntamuotoja, kuten juoksemista, kiipeilyä ja hyppimistä. Tällä tavoin pyritään edistämään lapsen motorista kehitystä sekä sosiaalisia taitoja ja terveyttä.

Olimme laatineet varasuunnitelman tapahtumaa varten, jotta varmistimme, että osallistujilla on aina jotain tekemistä. Jos tilanne näytti siltä, että ohjelma oli loppumassa tai tarvitaan nopeaa vaihtoehtoa, pystyimme siirtyä yhdessä leikkimään esimerkiksi leikkikorttien avulla tai järjestämään laululeikkejä. Tällä varmistimme, että tapahtumassa säilyy aktiivinen ja osallistava ilmapiiri, ja kaikki pystyvät nauttia yhdessäolosta ja viihtyä. Tapahtumassa oli ohjeistus sään mukaiseen varustukseen. Pakkanen tai vesisade ei estä ulkona olemista ja leikkimistä.

Kokosimme tapahtumaan huoltajille vinkkivihkon. Tarkoituksena oli antaa käytännön vinkkejä lasten aktiviteetteihin. Vinkkivihko sisältää leikit mistä olimme laatineet tapahtumaan kuvalliset leikki kortin: kapteeni käskee, maa-meri-laiva,

karhu nukkuu, seuraa johtajaa, polttopallo, miten eläimet liikkuvat, erilaisia hippaleikkejä, sekä viestileikki. Hippaleikkejä oli banaanihippa, käsi ylös hippa sekä jääpatsashippa. Vinkkivihkoon kokosimme myös metsäleikkejä, kuten pohjan metsäbingoon. Monipuoliset leikit soveltuvat ulkoiluun ja luonnossa liikkumiseen. Ajan viettäminen luonnossa ilman häiriöitä, kuten teknologiaa tai arjen murheita, auttaa lasta ja hänen huoltajaansa ylläpitämään läheistä suhdettaan ja rentoutumaan yhdessä luonnon rauhassa. Yhteisen tekemisen ei tarvitse olla suurta, oleminen omalla kotipihalla, puistossa tai lähimetsässä yhdessä lapsen kanssa kehittää se lapsen mielikuvitusta.

Vinkkivihkon tarkoituksena oli helpottaa huoltajien arkea tarjoamalla ideoita ja ohjeita, jolloin heidän ei tarvitse itse keksiä kaikkea toimintaa lasten kanssa olemiseen ja leikkimiseen. Tavoitteena on tehdä ulkoiluhetkistä mukavia ja vaivattomia sekä innostaa perheitä viettämään enemmän aikaa yhdessä. Vinkkivihkoon laitoimme paikkakunnan muutamia laavupaikkoja mahdollisuuksia, mutta jouduimme anonyymiteetin takia ne poistamaan opinnäytetyöstämme.



## 5 PROSESSIN TULOKSET

### 5.1 Tapahtumapäivä

Perheen yhteistä aikaa luonnon helmassa tapahtumapäivän koittaessa meidän tunnelmamme ja odotuksemme oli hyvin epävarmat. Emme olleet pyytäneet ilmoittautumaan tapahtumaan, joten mietimme, olemmeko paikalla kahdestaan. Lähdimme kuitenkin iloisin ja toiveikkain mielin valmistelemaan tapahtumapaikkaa. Olimme etukäteen tarkastaneet ympäristön, jossa toimintamme tapahtuu, jotta pystyimme ennakoimaan mahdollisia tilanteita ja varmistamaan, että paikka oli soveltuva toiminnalle. Tapahtumapaikka oli loistava. Kuten varhaiskasvatussuunnitelmassa (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 50–51) kerrotaan että, ympäristökasvatus on olennainen osa varhaiskasvatuksen toimintaa. Tavoitteena on vahvistaa lasten luontosuhdetta, opettaa vastuullista toimintaa ympäristössä. Ympäristökasvatuksen kautta pyritään edistämään kestävään elämäntapaan kasvamista, opettamalla lapsille käytännön taitoja ja korostaen heidän vaikutusmahdollisuuksiaan ympäristöasioihin omilla teoillaan.

Laitoimme rastit valmiiksi ja sytytimme laavuun tulet, ja iloksemme huomasimme perheitä saapuvan paikalle. Mainostimme tapahtumaa 33 perheelle, joista kuusi perhettä saapui paikalle. Voisimme päätellä, että sadasta prosentista noin 18 % lähti mukaan toimintaan, eli todella pieni määrä prosentuaalisesti, miksi näin? Tapahtumaan saapui perhe, joka ei ollut tietoinen toiminnasta. Perhe sattui paikalle vahingossa ja osallistui toimintaamme. Tästä meille heräsi kysymys, olisiko kannattanut mainostaa tapahtumaa laajemmin, sillä innokkaita olisi tapahtumaan selkeästi ollut. Perheiden saapuessa paikan päälle toivotimme heidät sitä mukaan tervetulleiksi. Kuvallisen ohjekorttien avulla kerroimme tapahtuman idean ja kulun. Perheet saivat ohjekortin mukaansa, jonka avulla suunnistavat rasteille. Kaikki rastit olivat vapaaehtoisia, mutta mukava oli huomata, että perheet kiersivät jokaisen rastin ja lapset pääsivät leikkimään huoltajien kanssa.



Kuva 1. Pulloväreillä tehtyä lasten taidetta.

Kuten teoriassa toimmekin esille leikin tärkeyden. Toiminnan kautta lapsi rakentaa itselleen mielikuvia. Lapsi itsenäisesti liikkuessaan muun muassa kokeilee, miettii syy-seuraussuhteita, testaa, harjoittelee sekä tekee johtopäätöksiä. Leikissä mukana on kaikki aistit ja tämän vuoksi niistä jää muistijälkiä. Näiden kautta uusissa tilanteissa ja eri asiayhteyksissä asioiden muistaminen sekä mieleen palauttaminen on helpompaa. Kisailut, leikit ja pelit herättävät tunteita. Yhteenkuuluvuuden tunnetta lisää ryhmään tai joukkueeseen kuuluminen, sekä harjaannuttaa säätelemään tunteiden ilmaisua. Näiden avulla leikistä saadaan toimivaa. Tasapanoisen vuorovaikutuksen edellytyksenä on lapsen kokemus tulla hyväksytyksi sekä kokee olevansa pätevä. Myös henkinen tasapaino on välttämätöntä. (Hujala & Turja 2011, 137–138.) Leikkiin kannustavassa toimintakulttuurissa ymmärretään leikin tärkeys lapsen hyvinvoinnille ja oppimiselle. Yhteisössä tuetaan kaikkien osallistumista kekseliäisyyteen, mielikuvituksen käyttöön, omaan ilmaisuun ja luovuuteen. Leikki saa olla näkyvää ja kuuluvaa, ja lasten leikkialoitteille annetaan tilaa, aikaa ja leikkirauhaa. Sekä lapsille että aikuisille mahdollistetaan keskittyminen leikkiin.

Saimme paikalla olevien osallistujien kanssa huikean ja mahtavan tapahtuman aikaiseksi. Kaiuttimessa smurffi musiikki soi, joka antoi yhteenkuuluvuuden tunnetta tapahtumaan. Lasten riemu näkyi lumen maalauksen merkeissä ja lumivuoren kiipeilyssä. Lumivuoren kiipeily ei kuulunut meidän suunnitelmaamme, mutta oivallinen esimerkki kuinka pienestä lapset innostuvat yhdessä huoltajan kanssa. Rastien pedagoginen suunnitelumme näkyi tapahtuman kokonaisuudessa, jokainen varhaiskasvatussuunnitelman oppimisen osa-alueet (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 42) tulivat vahvasti näkyviin. Kielten rikas maailma alue oli isossa roolissa tapahtumassa. Lapset sekä huoltajat pääsivät harjoittamaan vuorovaikutus taitojaan muiden lasten sekä uusien ihmisten kanssa. Tapahtumapaikalla valtasi yleisesti positiivinen, vuorovaikutteinen ja liikunnallinen ilmapiiri. Olimme hetkessä läsnä ja keskustelimme perheiden kanssa, joka loi tapahtumaan hyvin seesteisen tunnelman. Tarvittaessa autoimme rasteilla ja leikimme mukana. Lapset pääsivät juoksemaan, kiipeilemään ja tanssimaan, mikä harjoittivat heidän motorisia taitojaan. Mielikuvitus pääsi valloilleen lumen värjäys pisteellä sekä vapaassa leikissä (kuva 1).

Rastien kiertelyn jälkeen perheet suuntasivat laavun ympärille paistamaan makkaraa ja syömään eväitä. Paikalla vallitsi rauhallinen ja lempeä tunnelma. Huoltajat pääsivät vaihtamaan kuulumisia, sekä mahdollisesti tutustumaan uusiin ihmisiin. Parhaimmassa tapauksessa tapahtumassa huoltajilla oli mahdollisuus löytää vertaistukea sekä yhteisöllisyyttä. Ympäristöllä on myös suuri vaikutus lapsen sosiaalis- emotionaalisessa kehityksessä. Lapsen ei tulisi pelätä ilmaista omaa mielipidettään tai tuoda omaa ääntään esille. Sosiaalis-emotionaalinen käsitys pitää sisällään sosiaalisen vuorovaikutuksen ja tunteiden säätelyn kanssa käymisessä. Yksi keskeinen emotionaalinen taito on myötätunto eli empatia. Lasten empatian kehitys muodostuu vuorovaikutuksessa. Mitä isommaksi lapsi kasvaa hän oppii, että elämäntilanteet voivat vaikuttaa tunnetiloihin. (Pihlaja 2018, 143–145 & 172.) Tapahtumassa annoimme lapselle luvan tuoda omia tunteitaan ja mielipiteitään esille. Lasten ilo ja innostus näkyivät heidän kasvoillaan. Oli ilo nähdä, kuinka perheet tekivät yhdessä toimintaa aidolla läsnäololla. Kaikin puolin meille jäi tapahtumasta positiivinen ja onnistunut tunnelma. Huoltajat ilmaisivat

kiitollisuutensa tapahtuman järjestämisestä ja osa heistä toivoi, että vastaavia tapahtumia järjestettäisiin useammin.

Tapahtuman suunnittelu vaiheessa mietimme vaihtoehtoa toteuttaa tapahtumaa koko päiväkodille. Valitettavasti emme saaneet siihen ulkopuolelta kannustusta, joten harkinnan jälkeen suunnittelimme tapahtuman kahdelle ryhmälle. Tästä päiväkotisi sai kuitenkin hyvän konseptin toteuttaa suunnitelma muillekin päiväkotiryhmälle. Tapahtumaan perheitä kutsuttiin 33, jos kaikki olisivat pystyneet osallistumaan, olisi parhaillaan tapahtumassa ollut reilu 60 henkilöä. Olimme suunnitelleet tapahtuman sitten, etteivät perheet tarvitse rasteille ohjausta. Tämä olisi mahdollistanut järjestää tapahtumaa isommalle porukalle. On mahdollista, että tapahtumaa olisi pitänyt markkinoida laajemmin. Mikä olisi ollut oikea tapa markkinoida tapahtumaa, jotta osallistujamäärä olisi kasvanut? Suurempi osallistujamäärä olisi voinut vaikuttaa positiivisesti toiminnan laatuun ja tunnelmaan tarjoamalla enemmän vaihtelua ja vuorovaikutusta. Lisääntyneen osallistujamäärän myötä olisimme saaneet myös enemmän palautetta, mikä olisi auttanut meitä kehittämään ja syventämään ymmärrystämme tapahtumien merkityksestä ja toteutuksesta.

Tapahtuman vähäinen osallistujamäärä saattaa johtua monista tekijöistä, kuten ajankohdasta ja huoltajien työ- ja arkielämän kiireistä. Jotkut perheet saattavat pitää tiukasti kiinni arkirutiineistaan, kun taas toiset arvostavat vaihtelevia aktiviteetteja. Vaikka tapahtumaa mainostettiin hyvissä ajoin antaen huoltajille mahdollisuuden suunnitella osallistumisensa etukäteen, se ei välttämättä silti sopinut kaikkien aikatauluihin tai kiinnostuksen kohteisiin. Tiesimme, että otamme riskejä tapahtumaa suunnitellessa. Paikka oli vähän kauempana, joka vaati autolla kulkemisen. Lapsi perheille haasteen voi tuoda, että tapahtuma oli ilta painotteinen sekä vuodenaika voi tuottaa omia haasteitaan. Olisiko tapahtumaan osallistunut enemmän perheitä, jos tapahtumassa olisi ollut selkeä teema, kuten ystävänpäivä tai vappu? Tapahtumaa järjestäessä tulisi löytää kultainen keksitie ja muistaa tavoitteet kenelle ja miksi tapahtumaa järjestetään. Päiväkodilta saadun viestin perusteella perheet eivät nykypäivänä osallistu tapahtumiin, olivat ne sitten

pieniä tai suuria. Tähän ilmiöön ei löydy yksiselitteistä vastausta. Vaikka kyseessä ei olisi päiväkodin oma tapahtuma tai toiminta, osallistumiskynnys on korkea. Kysymys herää, ovatko arjen kiireet niin merkittäviä, ettei aikaa löydy yhteisöllisille tapahtumille. Annetaanko tapahtumille vähemmän painoarvoa, kun arjessa on jo harrastukset ja muut menot. Vai onko yhteisiin tapahtumiin meno vain niin iso kynnys? Näitä kysymyksiä voidaan pohtia, mutta niihin ei ole yksiselitteisiä vastauksia.

Ulkoilmatapahtumien järjestäminen voi olla todellinen haaste, kun otetaan huomioon vaihtelevat sääolosuhteet. Emme koskaan voi olla täysin varmoja siitä, millainen sää meitä odottaa, ja tämä epävarmuus voi vaikuttaa osallistujamääriin ja tapahtuman onnistumiseen. Mainokssessamme olimme korostaneet tarvetta varustautua sopivasti sään mukaisesti ja valmiutta mahdollisiin aikataulumuutoksiin. Meidän tapahtumassamme sattui todella hyvä ilma, joka varmasti innosti perheitä tulemaan paikalle. Maaliskuu oli hyvä aika pitää ulkoilmatapahtuma. Koko tapahtuman ajan meille riitti luonnonvalo. Tapahtuman ainutlaatuisuus oli myös siinä, että osallistujat pystyivät itse valitsemaan, halusivatko he viettää tapahtumassa koko kaksi tuntia vai vain puoli tuntia. Tämä antoi osallistujille vapauden sovittaa tapahtuma omiin tarpeisiinsa ja aikatauluihinsa parhaiten sopivaksi.

## 5.2 Kyselyn tulokset

Keräsimme huoltajilta palautetta tapahtumasta käyttäen QR-koodia. Olimme laatineet kyselyn docs.google nettisivulle. Kyselylomakkeessa (liite 3) oli monivalintakysymyksiä sekä avoimia kysymyksiä ja kaikkiin kysymyksiin huoltajat pystyivät vastaamaan täysin anonyymisti. Kyselylomakkeessa käsiteltiin muun muassa kiireen tunnistamista ja siihen liittyviä tunteita sekä niiden vaikutusta lapsen oppimiseen ja kehitykseen arjessa. Tämä antoi meille arvokasta tietoa siitä, miten huoltajat kokevat tapahtuman ja miten heidän arjessaan kohtaama kiire vaikuttaa lapsiin. Näin pystymme entisestään kehittää tapahtumaa ja tarjota parempaa tukea sekä lapsille että heidän huoltajilleen.

Perheen yhteistä aikaa luonnonhelmassa -kyselyyn tapahtumassa vastasi viisi perhettä. Pienen osallistujamäärän vuoksi, halusimme vielä WhatsApp sovelluksen kautta lähettää kyselylomakkeen kaikille perheille eli 33 perheelle. Näin annoimme mahdollisuuden myös niille perheille vastata, jotka eivät päässeet paikan päälle. Tämä ei tuonut juurikaan lisää vastauksia. Joten perheen yhteistä aikaa luonnonhelmassa- kyselyyn vastanneita kokonaisuudessaan oli seitsemän 33 perheestä. Mitä enemmän olisimme saaneet kyselyyn vastauksia, olisivat ne auttaneet meitä syventämään pohdintoja ja kehittämään toimintaamme. Viestissä toivoimme avoimeen palautteeseen vinkkejä, miten saisimme tapahtumaan perheitä lähtemään järjestettyyn toimintaan mukaan, sekä vaikuttiko aika ja paikka omaan osallistumiseen. Yksi perheistä koki paikan olleen liian kaukana. Kävelymatkan päässä oleva paikka olisi helpottanut osallistumista. Koemme kuitenkin, ettei niitä luontoympäristöjä ole keskustan alueella, joka hankaloitti tapahtumapaikan järjestämistä. Meille oli tärkeitä järjestää tapahtuma sellaiseen paikkaan mikä ei kuulu perheiden arkiympäristöön. Tällöin oli väistämätöntä, että tapahtuma paikka oli hieman kauempana.

Kyselylomakkeen ensimmäinen kysymys oli luonnon merkityksestä. Perheille luonto merkitsee vapautta, yhteistä aikaa, rauhoittumista, terveyttä ja onnellisuutta. Luonto ja vapaus kulkevat kyllä hyvin käsikädessä, se tarjoaa tilan, jossa lapset voivat tutkia, oppia ja kasvaa vapaasti. Yhdessä olemisen, hetkien ja mui- tojen jakamisen tekee luonnosta hyvin yhteisöllisen paikan. Luonnossa oleminen antaa oivallisen tilaisuuden syvällisille keskusteluille ja yhteydelle ilman arjen häiriötekijöitä. Se tarjoaa lukuisia mahdollisuuksia liikkumiseen, urheiluun ja seikkailuihin, jotka edistävät sekä fyysistä että henkistä hyvinvointia. Luonto tarjoaa luonnollisen ympäristön rentoutumiselle ja stressin lievittämiselle. Sen kauneus ja rauhallisuus voivat auttaa perheitä löytämään sisäisen rauhan ja parantamaan kokonaisvaltaista hyvinvointiaan. Yhteenvetona voidaan todeta, että luonto on olennainen osa perheiden elämää tarjoten monipuolisia etuja, jotka ulottuvat vapauden tunteesta ja yhteisistä hetkistä terveyden ja onnellisuuden edistämiseen. Vastauksista päätellen perheet kokivat, ettei yhteiselle luonnossa olemiselle ole arjessa tarpeeksi aikaa.

Miten luonto kokemus vaikuttaa huoltajan ja lapsen väliseen vuorovaikutuksen kysymyksen kaikki vastaukset korostavat luonnon positiivisia vaikutuksia. Luonto tarjoaa ympäristön, jossa perhe voi viettää aikaa yhdessä ja luoda positiivisia muistoja. Tämä vahvistaa perhesiteitä ja luo läheisyyden tunnetta. Useat vastaukset mainitsevat läsnäolon ja läheisyyden tunteen vahvistumisen luontokokemusten myötä. Luonto tarjoaa mahdollisuuden keskittyä toisiinsa ja jakaa merkityksellisiä hetkiä, mikä syventää vuorovaikutusta ja yhteyttä. Vastauksissa mainitaan myös luonnon kunnioittaminen ja arvostaminen perheen keskuudessa. Tämä voi johtaa yhteiseen arvopohjaan, joka edistää yhteisymmärrystä ja yhteistyötä huoltajan ja lapsen välillä.

Toteutimme perheille vinkkivihon, kyselyssä kysyimme vinkkivihon hyötyä perheille. Noin puolet vastanneista kokivat, että vinkkivihosta voisi olla hyötyä, kun taas puolet vastanneista eivät osanneet sanoa. Pohdimme voisiko tähän vastaukseen vaikuttaa se, ettei perhe tiennyt tai ymmärtänyt mitä se tarkoittaa. Jäimme miettimään olisiko meidän pitänyt enemmän mainostaa ja kertoa vinkkivihon toimintavoista ja hyödyistä. Vaikkakin tapahtumassa toimme vinkkivihon esille, mutta otimmeko tarpeeksi?

Tavoitteenamme oli tarjota tapahtumassa rennon yhdessäolon ilmapiiriä, ja kyselyn perusteella voimme todeta, että olemme saavuttaneet tämän tavoitteen. Osallistujat antoivat avoimissa palautteissaan positiivisia kokemuksia, korostaen tapahtuman merkityksellisyyttä ja iloista tunnelmaa. He painottivat erityisesti tapahtuman rentoa ja stressitöntä luonnetta, mikä oli heille selvästi tärkeää. Vastausten yleinen myönteinen sävy heijastaa heidän tyytyväisyyttään ja iloista mieltään, mikä vahvistaa onnistuneen ja miellyttävän kokemuksen saavuttamista.

## 6 POHDINTA

Opinnäytetyömme tavoitteena oli toteuttaa perheille toiminnallinen tapahtuma, tarkoituksena oli antaa perheillä yhteistä aikaa luonnon keskellä. Tapahtumaan myös laadittiin perheille vinkkivihko, jonka tarkoitus oli antaa perheille matalan kynnyksen tekemistä luontoon. Opinnäytetyömme tavoitteessa onnistuimme. Saimme tapahtuman onnistumaan ja paikalle saapui perheitä nauttimaan yhteisestä tekemisestä. Vinkkivihkoon kokosimme helppoja ja yksinkertaisia leikkejä ja tekemistä, toivomme kovasti, että perheet saisivat sieltä arkeen ideoita. Tapahtuman jälkeen jätimme QR-koodin päiväkodille, josta perheet pystyvät ottamaan vinkkivihkon itselleen. Palautetta saimmekin jälkikäteen perheiltä, että silloin kun muuttaa uuteen paikkakuntaan tästä vinkkivihkosta oli hyötyä. Se mitä tavoittelimme vinkkivihkosta, koemme sen onnistuneen.

Teoriaosuudessa toimmekin esille luonnon tarjoamaa virkistystä ja rauhoittumista. Luonnossa oleminen tuo elämäämme monipuolisia elämyksiä ja aistimuksia. (Mieli 2021. Ympäristö vaikuttaa mieleen.) Tapahtuman tavoitteena oli sisällyttää mahdollisimman paljon luonnonläheisiä elementtejä, näin perheet pystyivät nauttimaan luonnon tarjoamasta hyvinvoinnin vaikutuksista. Luonto on parhaimmillaan inspiroiva ja antaa mahdollisuuden hyvinvoinnin ja luovuuden lisäämiseen (Mieli 2021. Luonto elvyttää, rahoittaa ja lievittää stressiä). Jokimaisema ja laavu mahdollisuus, antoi meille miljööltään esteettisesti kauniin ja eloisan ympäristön sekä positiivinen ilmapiiri tapahtumassa edesauttoi perheitten rauhoittumista luonnon äärellä. Perheen yhteistä aikaa luonnonhelsingissä –kyselyyn kokonaisuudessaan vastauksista näkyy, kuinka luontokokemukset voivat vahvistaa huoltajan ja lapsen välistä suhdetta monin eri tavoin, luoden positiivisia kokemuksia, lisäten läsnäoloa ja läheisyyttä sekä syventäen yhteistä arvopohjaa. Tämä voi tukea perhesiteiden vahvistumista sekä edistää perheenjäsenten välisiä suhteita ja kommunikaatiota. Huoltajien vastauksien pohjalta oli mahtavaa huomata, kuinka sieltä huokui meidän opinnäytetyömme tarkoitus ja periaate. Tapahtuman osallistujista ja kyselyn vastauksista olemme hyvin kiitollisia.

Anonymiteetin kunnioittaminen oli keskeinen osa opinnäytetyötämme, tämä näkyi esimerkiksi kyselyn toteuttamisessa ja analyysissä. Halusimme ilmaista omat



näkemyksemme opinnäytetyössämme varoen kuitenkin loukkaamasta ketään. Otamme täyden vastuun omasta työstämme sekä sitouduimme kunnioittamaan tutkimuksen eettisiä periaatteita, kuten rehellisyyttä, huolellisuutta, vastuullisuutta ja arvostusta. Lähteitä tutkiessamme katsoimme parhaamme mukaan lähteen kriittisyyden, luotettavuuden sekä pyrimme poimimaan luotettavat lähteet opinnäytetyöhömmme. Opinnäytetyömme tavoittelee lukijaa herättämään ja pohtimaan luonnon merkitystä ja sen hyötyjä. Tavoitteenamme on innostaa lukijaa harkitsemaan luonnon vaikutusta hyvinvointiin ja ympäröivään yhteisöön sekä kannustaa löytämään keinoja, joilla voimme paremmin hyödyntää luonnon tarjoamia mahdollisuuksia. Vaikka arjen kiireet ja rutiinit voivat joskus hankaloittaa huoltajien todellista läsnäoloa lasten elämässä, tämä saattaa synnyttää lapsessa hylätyksi tulemisen tunnetta. Haluaisimme kannustaa huoltajia pysähtymään, kuinka tärkeitä he ovat lapselleen. Jopa lyhyt hetki, joka vietetään yhdessä lapsen kanssa, on merkityksellinen lapselle. Oikealla läsnäololla lapsi tuntee rakkautta, huolenpitoa ja arvostusta. Tämä luo turvallisen ympäristön, jossa lapsi voi kasvaa ja oppia.

Opinnäytetyön tekeminen oli meille aluksi iso haaste, sillä meillä molemmilla on oppimisvaikeuksia, jotka vaikeuttavat kirjoittamista ja lukemista. Onneksi päätimme tehdä työn yhdessä, mikä helpotti taakkaa merkittävästi. Tuki toisiltamme oli korvaamatonta, ja yhdessä työskentely toi myös hauskuutta ja iloa prosessiin. Tuntemalla toistemme haasteet pystyimme hyödyntämään molempien vahvuuksia ja tukemaan toisiamme. Esimerkiksi lukiessamme toistemme tekstejä huomasimme kirjoitusvirheet ja pystyimme jakamaan työmäärän tasaisesti. Yhteistyö mahdollisti myös syvemmän oppimisen, kun pystyimme keskustelemaan ja pohtimaan asioita yhdessä. Lopullisen työn teossa saimme myös apua läheisiltämme oikeinkirjoituksen kanssa. Työn suunnittelussa ja toteutuksessa otimme huomioon toistemme vahvuudet ja haasteet tasapuolisesti. Vaikka työskentely oli välillä haastavaa, koemme saaneemme aikaan hyvän ja meille sopivan opinnäytetyön. Kyselyn analysointi oli vaativaa, mutta pystyimme voittamaan kirjoittamiseen liittyvät haasteet yhteistyöllä ja sitoutumisella. Olemme ylpeitä lopputuloksesta.

## LÄHTEET

- Ahola, A. 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä. Tammi.
- Ahonen, L. 2017. Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Jyväskylä: Ps- kustannus.
- Airaksinen, T. 2009. Toiminnallinen opinnäytetyö teksteinä. 1–10. Viitattu 16.12.2023. <https://www.slideshare.net/TiinaMarjatta/toiminnallinen-opinnytety-tekstin>.
- Brotherus, A., Hasari, A. & Helimäki, E. 1990. Varhaiskasvatuksen pedagogiikka. Helsinki: Kirjayhtymä oy.
- Cantell, H., Aarnio-Linnanvuori, E., & Tani, S. 2020. Ympäristökasvatus.
- Green Care Finland 2024, Luonto lasten kehityksessä. Viitattu 8.3.2024. <https://www.gcfinland.fi/green-care/vaikuttavuus/luonnon-terveytta-edistavat-vaikutukset/luonto-lasten-kehityksessa>.
- Hujala, E. & Turja, L. (toim.) 2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kamenetz, A. 2018. Sopiva ruutu-aika. Löydä tasapaino digitaalisen ja todellisen elämän välillä. Helsinki: Viisas elämä.
- Kananen, J. 2017. Jyväskylän ammattikorkeakoulu Laadullinen tutkimus pro graduna ja opinnäytetyönä. Suomen Yliopistopaino Oy.
- Koistinen, A. 2022. Luontosuhteen vahvistamista, arjen valintoja, lisää yhteistyötä – Yli sata dialogia etsi ratkaisuja luontokadon pysäyttämiseen. Viitattu 8.3.2024. <https://www.sitra.fi/uutiset/luontosuhteen-vahvistamista-arjen-valintoja-lisaa-yhteistyota-yli-sata-dialogia-etsi-ratkaisuja-luontokadon-pysayttamiseen>.
- Laitalainen, S. 2020. Se rauhoittuminen ja läsnäolo ja kaikki... jotain taikaa siinä on” - Varhaiskasvatuksen opettajien kokemuksia satuhieronnasta. Jyväskylän yliopisto. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/69665/URN:NBN:fi:jyu-202006033921.pdf?sequence=1>.
- Luontoon 2023. Terveyttä ja hyvinvointia luonnosta. Viitattu 11.10.2023 <https://www.luontoon.fi/terveyttajahyvinvointialuonnosta>.
- Määttä, P. & Rantala, A. 2022. Tavallisen erityinen lapsi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Oliver, G. & Wright, N. 1993. Lapsen tunteet. Tampere. Kirjatoimi.
- Opetushallitus 2023. Mitä on varhaiskasvatus? Viitattu 24.10.2023. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/mita-varhaiskasvatus>.

Pihlaja, P. 2018. Sosiaalis- emotionaalinen kehitys ja sen vaikeudet. Teoksessa P. Pihlaja & R. Viitala (toim.) Varhaiserityiskasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus, 143–172.

Suomen Mielensterveys ry 2024. Luonto elvyttää, rauhoittaa ja lievittää stressiä. Viitattu 20.2.2024. <https://mieli.fi/vahvista-mielensterveyttasi/ymparisto-vaikuttaa-mieleen/luonto-elvyttaa-rauhoittaa-ja-lievittaa-stressia>.

Suomen Mielensterveys ry 2024. Ympäristö vaikuttaa mieleen. Viitattu 20.2.2024. <https://mieli.fi/vahvista-mielensterveyttasi/ymparisto-vaikuttaa-mieleen>.

Tutkimuksellinen neuvottelukunta julkaisuja 2/2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 13.3.2024. [https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje\\_2023.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistetulaitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Varhaiskasvatuslaki 1.7.2018/540. Viitattu 5.5.2024 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180540>.

Varhaiskasvatussuunnitelma perusteet 2022. Viitattu 18.12.2023. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2022\\_2.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_2.pdf).

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Tammi. Helsinki.

Wiman, A. 2022. Hyvinvoiva lapsi oppii. Tunnetaitoja ja toimintaohjauksen taitoja varhaiskasvatukseen, esiopetukseen ja alkuopetukseen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

## LIITTEET

Liite 1. Vinkkivihkonen

Liite 2. Kuvallinen ohjekortti

Liite 3. Perheen yhteistä aikaa luonnonhelmassa –Kysely

Liite 4. Luonnon helmassa tapahtuman materiaalit

Liite 1. Vinkkivihko



## Liite 2. Kuvallinen ohjekortti



## Liite 3 1(2). Perheen yhteistä aikaa luonnonhelmassa –kysely

## Perheen yhteistä aikaa luonnonhelmassa

Toivomme palautetta kehittämisen kannalta

[Kirjaudu Googleen](#), jotta voit tallentaa edistymisesi. [Lue lisää](#)

Mitä luonto teille merkitsee?

Oma vastauksesi

---

Tuntuuko perheestäsi siltä, että luonnossa oleminen jää liian vähäiseksi arki kiireiden vuoksi?

- Kyllä
- Ei
- En osaa sanoa

Miten koet luontokokemuksen vaikuttavan sinun ja lapsesi väliseen vuorovaikutukseen?

Oma vastauksesi

---



## Liite 3 2(2).

Miten perheen yhteistä aikaa voisi lisätä?

Oma vastauksesi \_\_\_\_\_

Uskotko, että vinkkivihkosen käytöstä olisi hyötyä sinulle tai perheellesi?

(Vinkkivihkosen saa Qr-koodia lukemalla.)

Kyllä

Ei

En tiedä


Avointa palautetta

Miltä toiminta tuntui?

Oma vastauksesi \_\_\_\_\_

Avointa palautetta

Mahdollisia kehittämissideoita?

 Oma vastauksesi \_\_\_\_\_



#### Liite 4 1(8). Luonnon helmassa tapahtuman materiaalit

##### Rastit:

- Kiipeilyteline
- Ihmislautapeli
- Mikä ei kuulu joukkoon
- Vesiväri maalaus – lumeen
- Palapeli (eläin) hahmottaminen kehittyä Päättelyt
- Leikki ideoita (kuvakortit)

##### Materiaali päiväkodista:

- Liivit jokaista väriä yksi (keltainen, sininen, punainen, musta, pinkki, oranssi)
- Palloja 2
- Liukureita
- Kartioita
- Maalit
- Ihmislautapelit
- Lappioita kourallinen
- Voimaeläinkortit
- Noppa
- Puutarha pelin kortit ja varis.
- Tabletit
- Hulahula vanteita 9 kappaletta

##### Materiaali muualta:

- Kaiutin
- Kuvalliset leikkikortit
- Eläin palapelipalaset
- Mikä ei kuulu joukkoon kortit
- Kyniä
- Kuvallinen ohjekortti

Liite 4 2(8).

- Muovipulloja
- Vettä (maalien tekoon)
- Polttopuita/tulitikut

#### Aikataulutus

Tapahtuma alkaa kello 17.30 ja kestää 19.30 asti. Me tapahtuman järjestäjät saavumme paikalle tuntia ennen alkua valmistelemaan tapahtumapaikan. Rastit merkitään erivärisillä heijastinliiveillä, jotka vastaavat kuvallista ohjekorttia. Tämä auttaa perheitä hahmottamaan rastien sijainnit helposti. Tapahtumassa on sään mukainen varustus.

#### Roolituksemme

Tapahtumassa jokaisella lapsella oikeus ja vapaus tehdä sitä, mitä he haluavat. He saavat kiertää eri pisteillä omaan tahtiin tai olla menemättä pisteelle, jos niin haluavat. Lapset kulkevat pisteeltä pisteelle huoltajien kanssa ja näin ollen vastuu lapsista on huoltajilla. Roolimme tapahtumassa on olla läsnä, tarjota opastusta ja ohjausta sekä vetää erilaisia aktiviteetteja (yhteisiä leikkejä koko porukalle). Varhaiskasvatuspuolelta emme ole pyytäneet apuja, mutta tietysti he ovat tervetulleita osallistumaan tapahtumaan.

Vaikka emme suoranaisesti ole mukana rasteilla, olemme kuitenkin paikalla laavun läheisyydessä kertomassa tapahtumasta ja ohjaamassa perheitä toimintaan. Jos perheet tarvitsevat apua tai ohjausta, he voivat lähestyä meitä helposti, ja autamme heitä mielellämme parhaamme mukaan. Jokaisella rastilla on perheelle ohjeistus, mitä siinä on tarkoitus tehdä.

Aloitamme yhdessä toiminnan, jossa esittelemme itsemme ja toivotamme kaikki lämpimästi tervetulleiksi tapahtumaan. Tapahtuman aikataulu on joustava, joten kerromme myös myöhemmin saapuville osallistujille tärkeät tiedot ja ohjeet.

Liite 4 3(8).

### Kiipeilyteline

Tässä toimintapisteessä perheet voivat nauttia kiipeilystä, tarjoten lapsille haasteita talvisissa olosuhteissa. Tämä Rasti ei vaadi suunnittelua, eikä materiaaleja. Kiipeily talvella on haasteita tuova mutta motoriikkaa kehittävää toimintaa.

### Ihmislautapeli

Teemme ihmiskokoisen klassikkopuutarhapelistä, jossa nappuloina toimivat lapset ja aikuiset.

### OHJEET:

#### PELIN VALMISTELU

Laittakaa neljän vanteen sisälle hedelmäkartonki kuvat ja siirtäkää korppi ensimmäiselle vanteelle eli kauemmaksi hedelmä korteista.

#### MINKÄ VÄRIN TAI KUVAN HEITIT NOPASTA?

- Punainen, keltainen tai vihreä hedelmä
  - Poimi heittämäsi värinen hedelmäkartonki vanteesta ja pistä se koriin. Jos vanteessa ei ole sitä väriä, voit poimia minkä haluat.
- Korppi
  - Korppia siirretään lähemmäksi vanteita, joissa on hedelmiä.

Kun olet tehnyt jommankumman toiminnon, on seuraavan pelaajan vuoro.

#### PELIN LOPETUS

Pelaajat voittavat, jos he onnistuvat poimimaan koriin kaikki hedelmät ennen kuin korppi pääsee ” hedelmätarhaan”. Jos Korppi ehtii ensimmäisenä jonkun vanteen sisälle, missä on hedelmiä pelaajat häviävät.

## Liite 4 4(8).

**Ohje:**  
Lapset poimivat pöytäpuusta yhdessä hedelmät koriin, ennen kuin korppi ennättää.  
\*Hedelmät puusta.

**Pelin valmistelu**  
Laittakaa neljä puuta keskelle pöytää ja laittakaa puihin niihin sopivat hedelmät. Asettakaa polkukortit puiden viereen alla olevassa kuvassa näkyvällä tavalla. Asettakaa korppi ensimmäisen rivissä olevan polkukortin eteen. Ottakaa hedelmäkori ja noppa esille.



**Pelin kulku**  
Peliä pelataan myötöpäivään. Pelaaja, joka on viimeksi syönyt omenan, saa aloittaa. Jos ette pääse yhteisymmärrykseen, nuorin lapsi aloittaa ja heittää nopaa.

**Minkä värin tai kuvan heität?**

- **Punainen, keltainen, vihreä tai sininen**  
Poimi heittämäsi värinen hedelmä puusta ja pistä se koriin. Jos puussa ei ole enää hedelmiä, et voi tehdä mitään - anna noppa seuraavalle pelaajalle.
- **Hedelmäkori**  
Poimi yksi hedelmä mistä tahansa puusta ja pistä se koriin.
- **Korppi**  
Voi ei! Korppi pääsee lähemmäksi hedelmätarhaa. Siirrä korppia seuraavan polkukortin päälle.

Sitten on seuraavan pelaajan vuoro heittää noppaa.

**Pelin lopetus**  
Lapset voittavat yhdessä, jos he onnistuvat poimimaan koriin kaikki hedelmät, ennen kuin korppi pääsee hedelmäpuutarhaan asti. Yhdessä he olivat nopeampia kuin ahne korppi.  
Lapset häviävät yhdessä, jos korppi siirtyy viimeisen polkukortin päältä hedelmätarhaan.

Kuva 2. Ohjeet mistä otettu mallia ihmislautapeliin.

## Liite 4 5(8).

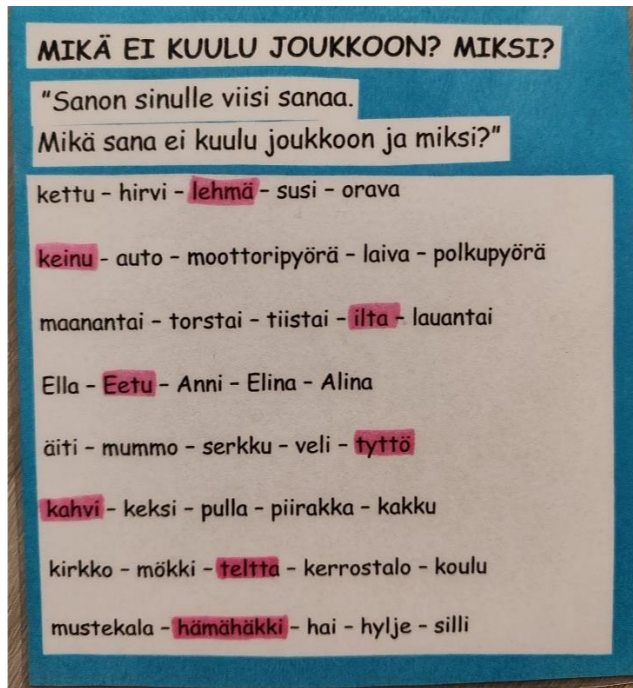


Kuva 3. Ihmislautapelin itse tehtyjä tarvikkeita.

### Mikä ei kuulu joukkoon

Mikä ei kuulu joukkoon kysymykset haastavat lapsia miettimään mikä ei kyseisistä väitteistä pidä paikkaansa. Huoltaja lukee lapselleen väitteen hitaasti ja rauhallisesti, jotta lapsi pysyy perässä ja hoksaa vastauksen. Korteja ja väitteitä on useampi ja oikea vastaus on merkattu punaisella värillä.

## Liite 4 6(8).



Kuva 4. Mikä ei kuulu joukkoon kortti

## Vesiväri maalaus – lumeen

Tämän pisteen tarkoituksena on tarjota lapsille ja huoltajille mahdollisuus maalata lunta. Käytössä ovat vedellä laimennetut maalit muovipulloissa, joista voi anostella väriä luovasti.

Lapioilla pystyy halutessaan kasaamaan lunta.

Otamme kaikki värit mukaan, jotta tarpeen tullen voidaan tehdä väriä lisää.

Voi olla mahdollista, ettei väri lähde kokonaan vaatteista pois. Tästä on infoa huoltajille pisteen ohjeistuksessa.

## Palapeli (eläin) hahmottaminen kehittyä Päättelyt

Palapelin palaset ovat laminoituja suorakaiteen muotoisia paperinpalasia, joka mahdollistaa pelin pelaamista ulkona ja talvissa olosuhteissa. Eläimiä on useampi, joten lapsi saa huoltajan kanssa yhdessä miettiä mikä palanen kuuluisi mihinkin eläimeen. Palapelissä hahmoja on useampi, joten useampi perhe mahtuu rastille yhtä aikaan.

## Liite 4. 7(8).



Kuva 5. Eläin palapelit.

## Leikki ideoita (kuvakortit)

Olemme tehneet kuvalliset leikkikortit seuraaviin leikkeihin: kapteeni käskee, maa-meri-laiva, karhu nukkuu, seuraa johtajaa, polttopallo, miten eläimet liikkuvat, erilaisia hippaleikkejä, sekä viestileikki. Hippaleikkejä on banaanihippa, käsi ylös hippa sekä jääpatsashippa. Leikki korttien leikit auttavat perheitä luomaan tutusta ja turvallista leikeistä yhtenäistä ja kivaa puuhaa.

## Liite 4 8(8).



Kuva 6. Kuvallisia leikkikortteja.

## Varasuunnitelma

Olemme laatineet varasuunnitelman tapahtumaa varten, jotta voimme varmistaa, että osallistujilla on aina jotain tekemistä. Jos tilanne näyttää siltä, että ohjelma on loppumassa tai tarvitaan nopeaa vaihtoehtoa, voimme siirtyä yhdessä leikkimään esimerkiksi leikkikorttien avulla tai järjestää laululeikkejä.

Voimme tiedustella lapsilta laululeikkejä ja kysyä, onko heillä toiveita. Jos heillä ei ole ideoita, olemme valmistelleet valmiiksi Fröbelinpalikoilta muun muassa: Lumiukko marssi, sutsisatsi satsaa, jumppa laulu ja bussilaulu. Näitä kappaleita voi kuunnella Spotifyssa tai YouTube-sovelluksessa.

Sään vuoksi emme ole tehneet varasuunnitelmaa. Uskomme, että mikään sää ei ole sellainen, että se estäisi toiminnan järjestämisen. Olemme antaneet perheille ohjeita säänmukaisesta varustuksesta, sekä toiminnan muokkaaminen ja tapahtuma ajan lyhentäminen ovat mahdollisia varatoimia. Tiedostamme riskin, mutta sen olemme valmiita ottamaan.