



Hyvän kierre -hanke

Vinkkejä, linkkejä
ja liikkumisleikkejä
varhaiskasvatukseen

Sisällys

| | |
|---|-------|
| 1. Hankkeesta..... | 3 |
| 2. Ryhmän tilat..... | 4 |
| Kaappien ovet | |
| Seinät | |
| Puolapuut | |
| Käytävä | |
| Teippaukset | |
| 3. Sali..... | 9 |
| 4. Aamu- ja päiväpiirit..... | 11 |
| 5. Odotus- ja jonotustilanteet..... | 14 |
| Liikunnalliset lorukortit (Elina Pulli) | |
| 6. Ulkoilu..... | 16 |
| Lasten ideoita päiväkodin pihalle | |
| 7. Vähän teoriaa..... | 18 |
| Struktuuri | |
| Kommunikaatio | |
| Pienryhmät | |
| Keskittyminen, tarkkaavuus, toiminnanohjaus | |
| 8. Muuta..... | 22 |
| 9. Kuvastruktuurikortteja..... | 26 |
| Ryhmän tilassa tehtäviin leikkeihin..... | 27-30 |
| Odotustilanteisiin..... | 31-32 |
| Ulkona leikittäviin leikkeihin..... | 33-38 |
| Helppoihin sääntöleikkeihin..... | 39-40 |



1. Hankkeesta

Hyvän kierre -hanke toteutui Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoituksella 6/2020–5/2022 välisenä aikana. Tämä linkki- ja vinkkipaketti on katsaus hankkeessa tehdyistä havainnoista ja huomioista sekä koonti sisällöistä, joita hankkeen aikana tuotettiin.

Hyvän kierre -hankkeen tavoitteena oli mm. motivoida ja auttaa varhaiskasvatushenkilöstöä toteuttamaan liikkuvampaa varhaiskasvatuspäivää sekä tehdä ammattikasvattajille ja alalle opiskeleville näkyväksi arjessa toteutuvan liikkumisen vaikutukset lasten oppimiseen. Erityisesti haluttiin lisätä varhaiskasvattajien tietosuutta liikkumisen vaikutuksista lapsen oppimiselle ja tätä kautta antaa uutta näkökulmaa omaan toimintaan. Haluttiin myös tehdä näkyväksi jo olemassa olevaa osaamista sekä avata jo toteutuvan toiminnan merkityksiä. Hankkeen tavoitteena oli myös huoltajien tietoisuuden lisääminen liikkumisen ja oppimisen yhteyksistä. Koronapandemia esti livetapaamiset, joten tiedon levittämiseksi piti keksiä toinen keino. Näin syntyi Hoksausboksi -materiaali, joka on vapaasti käytettävissä osoitteessa <https://lastenliikunnantuki.fi/hoksausboksi/>.

Olen iloinen ja kiitollinen siitä, miten lämpimästi minut otettiin vastaan ryhmiin.

Tästä voi päätellä, että henkilökunta on halukas oppimaan uutta ja valmis jakamaan osaamistaan. Esihenkilöiden osuus on tärkeä, sillä se miten varhaiskasvatusyksiköiden johtajat ja pedagogiset johtajat esittelevät hankkeen kasvattajille on merkityksellistä. Heidän näkemyksensä ja myötämielisyytensä heijastuu koko työyhteisöön. Esihenkilöt myös mahdollistavat muutoksien toteutumisen varhaiskasvatusyksiköiden arjessa.

Varhaiskasvattajat ovat alansa asiantuntijoita ja tuntevat lapsensa sekä yksilöinä että ryhmänä. Minä toin toimintaan lasten ja nuorten fysioterapeutin näkemystä, aavistuksen erityispedagogiikan tietämystä sekä osaamiseni liikkumisen ja oppimisen yhteyksistä. Meillä kaikilla oli yhteinen fokus, mutta hieman eri tulokulma. Näin saatiin laajempi perspektiivi asioihin. Tämä oli hieno yhdistelmä.

-Tuuli Tiainen



2. Ryhmän tilat

- Oman ryhmän tila on monessa paikassa aivan riittävä liikkumistilaksi lasten mittasuhteet huomioiden. Jos juoksemaan ei mahdu, niin voidaan kontata, hypellä, ryömiä tms.
- Ryhmän tiloihin voi tuoda (liikuntavälinevarastosta) kassillisen liikuntavälineitä sekä ohjeet ja ideoita välineiden käyttämiseen. Eri sisältöisiä kasseja voi kierrättää ryhmästä toiseen.
- Patjojen ja tynyjen levittäminen lattialle on hauskaa, ja se haastaa mukavasti tasapainoistia.
- Kaikki tilat kannattaa ottaa ennakkoluulottomasti käyttöön – käytävät, sovet, koppperot, parvet, rappuset, rappuset aluset yms.
- Tilaan voi rakentaa luvallisen energianpurkupaikan, esim. patja tai trampoliini kuperkeikkoja ja pomppimista varten, sekä rauhoittumispaikan (joka ei siis ole rangaistuspaikka) vaan mahdollisuus vetäytymiseen.

Kaappien ovet



- Teipataan eri värisiä muotoja eri korkeuksille kaappien oviin.
➡ Väri- / muotonoppa kertoo mihin väriin / muotoon pitää heittää?

- ➔ Noppa / Kimblen noppa / pussista nostettava numerokortti / hyrrä / yhteenlasku-/ vähennyslaskutehtävä kertoo, kuinka monta heittoa täytyy tehdä.
Teipataan kaappien oviin eri korkeuksille noppanumerot / luvut.
- ➔ Noppa / Kimblen noppa / pussista nostettava numerokortti / hyrrä / yhteenlasku-/ vähennyslaskutehtävä kertoo, mihin lukuun täytyy koskea / heittää.
- Pelikortti tai Uno-kortti kiinnitetään sinitarralla oikean lukumäärän alle.
- Lukumääräkuvat, (esim. kuusi kukkaa) viedään oikean luvun alle.
- Heitetään palloa johonkin lukuun ja siivotaan yhtä monta lelua.

Seinät



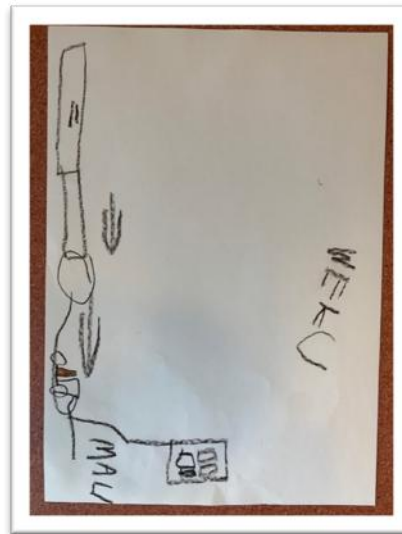
- Teipataan seinään luvut tai numeroidaan seinän laudat.
 - ➔ Kun lapsi on tehnyt sovitun tehtävän, hän käy laittamassa oman merkin nro 1 kohdalle. Toisella kerralla hän laittaa merkin nro 2 kohdalle jne. Joko lapsi siirtää yhtä merkkiä aina ylemmäs, tai sitten hänellä on monta samanlaista merkkiä, joista kertyy korkea torni.

Käytävä



- Käytävä tai jonkin muu aikuisen silmin kapea tai pieni tila yms. voi olla lapsen mielestä oikein riittävä leikille ja pelille.
 - ➔ tempurata: kuperkeikka, tunneli, tasapainoilut
 - ➔ auto- ja moporadat – teipit lattiassa ohjaamassa suuntaa (ja ”pehmotarraa” renkaissa ääntä vaimentamassa)
 - ➔ sähly tai muut pelit (tarvittaessa pehmapalloilla)
 - ➔ lennokin heittelyt
 - ➔ kiipeilyseinä, jota kuljetaan pitkittäin
 - ➔ ilmapallosulkis
 - ➔ ”matkalaukkuleikit”, eli leikit, joihin tarvittavat välineet ovat laukussa tai laatikossa. Leikki voidaan rakentaa ja purkaa nopeasti.
 - ➔ rauhallisten leikkien paikka

Teippaukset (myös lasten ideoita hyödyntäen)



Kun komeroon tai pieneen varastohuoneeseen laittaa pohjalle patjan ja päälle runsaasti suuria pehmopalikoita, niin saa mainion pomppu- ja peuhauskaapin!

3. Sali

- Aina kun sali on vapaana, sitä kannattaa käyttää, vaikka vain lyhyen hetken tai vain pienellä porukalla. Viikoittaisten ryhmävarausten väliin jää usein paljon tyhjää, käyttämätöntä aikaa.
- Voisiko sali olla käytössä niille lapsille, jotka eivät nuku päiväunia tai heräävät aikaisemmin? Yksi valvoja riittäisi, vaikka lapsia olisi monesta ryhmästä.
- Aarre: <https://lastenliikunnantuki.fi/wp-content/uploads/2020/01/Aarre.pdf>
- Asentokortit laitetaan tilan seinille eri korkeuksille, nurin päin. Kukin lapsi hakee vuorollaan yhden kortin ja yhdessä tehdään kuvan näyttämä asento.
- Ilmapallo
 - ➔ Ollaan piirissä käsi kädessä.
 - ➔ Tehdään pieni suppu ja ollaan aivan vierä vieressä.
 - ➔ Puhalletaan ja samalla ilmapallo, eli piiri kasvaa.
 - ➔ Pärstellään ilmat pois ja piiri supistuu takaisin aivan pieneksi.
 - ➔ Kun aikuinen sanoo "POKS!" kaikki pyllähtävät / lähtevät juoksemaan.
- Kehonosat taikurinhatussa
 - ➔ Lattialla on muotopaloja.
 - ➔ Hatussa on kehonosakuvat, (esim. http://lukujaliikkuen.fi/wp-content/uploads/2014/08/Mikä-kehonosa_kortit.pdf).
 - ➔ Jokainen nostaa vuorollaan yhden kortin.
 - ➔ Musiikin aikana juostaan (esim. Vuorenpeikkojen tanssi).
 - ➔ Kun musiikki taukoaa, ko. kehonosa laitetaan muotopalalle.
- Kehoraketti: <https://lastenliikunnantuki.fi/wp-content/uploads/2020/01/Kehoraketti.pdf>
- Lentokone: <https://lastenliikunnantuki.fi/wp-content/uploads/2020/01/Lentokone.pdf>

- Nimiagentit: <https://lastenliikunnantuki.fi/wp-content/uploads/2020/01/Agentit.pdf>

- Mihin kuuluu?
 - ➔ Tilaan on levitetty runsaasti eri muotoisia ja värisiä kuvakortteja (ympyrä, neliö, kolmio, suorakulmio).
 - ➔ Yksitellen ne kuljetetaan oikean muotoisille ja/tai oikean värisille muotopaloille.
 - ➔ Käytetään erilaisia liikkumistapoja.
 - ➔ Tarkistetaan, menikö kaikki oikein.
 - ➔ Aikuinen tekee isoista muotopaloista mallin ja lapset rakentavat pikku kuvakorteista itselleen samanlaisen.

- Pelataanko?
 - ➔ Kaikilla on kaksi pelikorttia (kuvakortit pois).
 - ➔ Kuljetaan tilassa ja vastaantulvalta kaverilta kysytään ”Pelataanko?”
 - ➔ Jokainen laskee yhteen omien korttiensa numerot.
 - ➔ Pelikaverin kanssa verrataan summia ja isomman summan saanut voittaa.
 - ➔ Molemmat vetävät toiselta yhden kortin, jolloin summa muuttuu.
 - ➔ Etsitään uusi pelikaveri ja toistetaan monta kertaa.

- Pelikortti päättää:
<https://lastenliikunnantuki.fi/wp-content/uploads/2022/04/Pelikortti-paattaa.pdf>

- Pesänyöstö muistipelikorteilla:
<https://lastenliikunnantuki.fi/wp-content/uploads/2020/01/Pesänyöstö-muistipelikorteilla.pdf>

- Pidä puolesi puhtaana

- Taikalaatikkokauppa: <https://lukujaliikku.fi/taikalaatikkokauppa/>

4. Aamu- ja päiväpiirit

- Niissä ryhmissä, missä ei ollut perinteistä piirituokiota, mm. läsnäolevien lasten ja aikuisten kuvat sekä päivän struktuuri oli merkittynä taululle. Sieltä jokainen lapsi kävi seuraamassa päivän kulkua omassa tahdissaan. Tiedottamiset ja tärkeät asiat, kuten syntymäpäivät, hoidettiin ruokailutilanteessa.
- Tuolilla istuminen on varsin passiivista ja se mm. kiristää lonkankoukistajia ja takareisiä. Piirin ei tarvitsekaan välttämättä toteutua tuolilla ja penkillä istuen. Monet sisällöistä voidaan toteuttaa myös lattialla istuen, vatsamakuulla, hyppien tms.
- Viikonpäivät
 - Maanantai – käsi ristikkäiselle olkapäälle
 - Tiistai – toinen käsi ristiin toiselle olkapäälle
 - Keskiviikko – molemmat kädet vatsalle
 - Torstai – käsi ristikkäiselle reidelle
 - Perjantai – toinen käsi ristiin toiselle reidelle
 - Lauantai – jalan tömistys
 - Sunnuntai – toisen jalan tömistys
- Kuukaudet
 - Tammikuu – kosketus oikealla kädellä vasempaan ranteeseen
 - Helmikuu – kosketus vasemmalla kädellä oikeaan ranteeseen
 - Maaliskuu – kosketus oikealla kädellä vasempaan kyynärtaipeeseen
 - Huhtikuu – kosketus vasemmalla kädellä oikeaan kyynärtaipeeseen
 - Toukokuu – kosketus oikealla kädellä vasempaan olkapäähän
 - Kesäkuu – kosketus vasemmalla kädellä oikeaan olkapäähän
 - Heinäkuu – kosketus oikealla kädellä vasempaan lonkkaan
 - Elokuu – kosketus vasemmalla kädellä oikeaan lonkkaan
 - Syyskuu – kosketus oikealla kädellä vasempaan polveen
 - Lokakuu – kosketus vasemmalla kädellä oikeaan polveen
 - Marraskuu – kosketus oikealla kädellä vasempaan nilkkaan
 - Joulukuu – kosketus vasemmalla kädellä oikeaan nilkkaan

- Lukujonotaidot

- ➔ Päivämäärien laskeminen taputtamalla, hyppimällä tai muun liikkeen avulla.
- ➔ Parillisille ja parittomille luvuille on antaa keksiä eri liikkeen.
- ➔ Kuinka montaa nenää, päätä, silmää, napaa, polvea ja varvasta on yhteensä piirissä.

- Nimet

Taikurinhattu:

- ➔ Hatussa on kaikkien lasten nimet. Ne kenen nimet nostetaan näkyville, tekevät jonkun tempun, joko itse keksityn tai aikuisen keksimän. Liikettä tehdään esim. päivämäärän osoittaman lukumäärän verran. Lopuksi kaikki taputtavat suoritukselle.
- ➔ Hatusta nimiä nostamalla voidaan myös muodostaa ryhmät seuraavaa toimintoa varten.
- ➔ Hatussa on kaikkien lasten nimet. Jokainen lapsi nostaa yhden nimikortin. Osataanko antaa nimikortti oikealle omistajalle?

- Rentoutumis- ja pysähtymisharjoitukset

- ➔ Lasten ”maalaaminen” pensseleillä ja teloilla.
- ➔ Satuhieronta. Lapset ovat pareittain. Tehdään vuorotellen toisille. Aikuinen kertoo tarinaa, jonka mukaan piirretään kaverin selkään. Hierottavana oleva lapsi voi myös itse kertoa tarinaa, jota kaveri piirtää samalla selkään.

Esim:

Leipominen

Sääkartta

Kukat kasvavat, siemeniä tai omenoita putoaa maahan, eri tavoin liikkuvat eläimet käyvät syömässä niitä jne.

- ➔ Silakat pannulla:

Lapset valitsevat paikan, minne ”uivat” ja jäävät makaamaan. Aikuinen vetää lapset käsistä tai jaloista ”pannulle” vieriviereen. Silakoiden päälle ripotellaan mausteita, sivellään voita yms. Silakat käännellään pannulla ja lopuksi tietenkin syödään.

Hämmästyttävän moni, myös ne erityisen eläväiset lapset, tykkäsi eniten leikeistä mihin liittyi rauhoittuminen ja koskettaminen. Tuli ajatus, että lapset itsekin tuntevat tarvitsevansa hidastamista ja pysähtymistä sekä aikuisen läsnäoloa.

Rentotumista ja hetken ainutlaatuisuutta lisää himmennetyt valot, led-kynttilät, valoketjut, musiikin käyttäminen yms.

Kaikki leikit, joita on ehdotettu omassa tilassa tai salissa leikittäviksi vain paranevat, kun ne siirretään ulos!

5. Odotus- ja jonotustilanteet

- Lattialle, tasoille tai seinille teipattu erilaisia ratoja sormella tai autoilla tai eläimillä seurattavaksi.
- Tilan seinillä on kuvia, joista etsitään erilaisia asioita.
- Lasten Alias-kuvakorttien arvailu.
- Pääsiäismunien keltaisissa sisuksissa tai ksylitolipastillirasioiden sisälle on laitettu yksi pikkulelu, tehtävä tms. kuhunkin.
- Samanlainen vai erilainen?: <https://lukujaliikkuen.fi/samanlainen-vai-erilainen-2/>

Liikunnalliset lorukortit (Elina Pulli):

NYT KUULEN SÄVELEN JA KEINAHDELLEN ...

PALLO TAITAA LUOKSENI VIERIÄ, MINUN TÄYTYY...

SORMENI MAAHAN VAIVUTAN, NOTKEASTI ITSEÄNI...

PAIKALLANI HYÖRIN, LOPUKSI YMPÄRI...

TALVEA MUISTELLEN, LEIKISTI LATTIALLA...

KATSO MINUA TAI MEITÄ, KÄDET YLÖS...

TULE YSTÄVÄSI LUOKSE, ISOA YMPYRÄÄ...

HEILUTA LONKKA JA ETEENPÄIN...

NYT OLET KEIJU, LEIKISTI KEVYENÄ...

KEVYENÄ LIIDÄ, SITTEEN JUOKSUUN...

6. Ulkoilu

- Aktiivinen ja osallistuva aikuinen houkuttelee lapsia liikkumaan.
- Jokin merkki, esim. nauha tai liivi niille, jotka ovat leikissä mukana. Tämä rauhoittaa leikissä mukanaolemista ja siitä poislähtemistä.
- Vaikka aikuinen ei pystyisi fyysisesti osallistumaan lasten leikkiin, hän läsnäolollaan voi rikastaa, ruokkia ja aktivoita leikkiä.

Lasten ideoita päiväkodin pihalle

Kiipeily:

- isompi ja haastavampi teline tms. kiipeilymahdollisuus
- roikkumiskaari
- renkaat
- vaijerirata

Heittäminen, lyöminen:

- pesäpallomailat (esim. käpyjen lyöminen)
- maalitaulut
- ritsat (tavalliset tai esim. puiden väliin kiinnitetty kuminauha -tyyppiset ritsat)
- suihkepullot / vesipyssyt vesisotaa varten
- filmivaneri, mitä vasten voi heitellä, lämiä tai missä reiät tarkkuusheittoa varten

Hyppääminen, tasapainoilu:

- trampoliini
- pukki- ja taittelupaikka
- liinat, slack line
- hyppynarut
- kepparirata ja esteet

Katumaalaukset:

- Asfaltin hyödyntäminen. Siihen erilaisia aktivoivia maalauksia.
- Maalattu painiympyrä. Toimii myös polttopallo- yms. leikkikäytössä.

Muuta:

- köysiä ja lukkoja labyrintin rakentamista varten
- autonrenkaita
- lautoja
- sokkelo / labyrintti
- juoksukilpailuja
- urheilukatsomo
- huvipuisto, "Mistä sais makkaraa ja siel ois hattarakauppa."



Papunetin kuvapankki, papunet.net, Elina Vanninen

7. Vähän teoriaa

Tässä kappaleessa omien kokemusten lisäksi lähteinä on käytetty:

- Sandberg, Erja. Pedagoginen tuki varhaiskasvatuksessa ja erityisopetuksessa, PS-kustannus. 2021.
- Huotilainen, Minna. Näin aivot oppivat, PS-kustannus. 2019.
- Huotilainen, Minna. <https://www.youtube.com/watch?v=SScNEN4ttk0>
- ADHD-liitto. Arki toimimaan – vinkkejä lapsen myönteiseen tukemiseen, 2014.
- Leikitään ja keskitytään. www.keskitytaan.fi

Struktuuri

- Mitä selkeämmät toiminnat, tavoitteet ja käyttäytymissäännöt ovat, sitä toimivampaa arki on. Hyödynnä myös tiimalasia, munakelloa, time timeria ja erilaisia appeja.
- Jos aikuisilta menee aikaa keskinäisen työnjaon sumplimiseen, välineiden hakemiseen, tilan valmisteluun tms. niin haastavassa porukassa ehtii ”mopo karata käsistä”.
- Jos jatkuvasti huomaa, että jokin tilanne, esim. vapaa leikki ei suju, niin kannattaa miettiä sen toteuttamiselle eri vaihtoehtoja.

Kommunikaatio

- Käytä kuvia.
- Käytä tukiviittomia.
- Käytä muita puhetta tukevia kommunikointikeinoja, esim. nopea piirtäminen ja tapahtumaketjun läpikäyminen sarjakuvamaisesti.
- Anna positiivista, johdonmukaista, välitöntä ja säännöllistä palautetta (esim. peukku, hymy, kehu, taputus, tarra, apulaisen tehtävä tms.)

- Varmista, että viestin on mahdollista mennä perille. Mene luokse, asetu lapsen korkeudelle, hae katsekontakti, tarvittaessa pysäytä, kutsu nimeltä ja kosketa.
- Keskity kuuntelemaan ja huomioimaan, mitä lapsi viestittää sinulle.
- Anna suoria ja ymmärrettäviä ohjeita ja käytä ilmaisuja, joita lapsi ymmärtää.
- Anna vain yksi ohje kerrallaan ja korkeintaan kaksi vaihtoehtoa.
- Varmista, että sanallinen ja sanaton viestintä ovat samansuuntaisia. Vahvista viestiäsi kehonkieltä käyttämällä, ilmein ja äänensävyin.
- Toimi itse mallina, näytä esimerkkiä. Puhu rauhallisella äänellä. Joskus riittää, että näytät äänen hiljentämisen tms. merkin kädellä.
- Ensin ohjeet, sitten toiminta. Usein odotamme lapsilta tarkkaavuuden jakamista: kuuntelua ja ohjeiden mukaan toimimista. Lapsi usein toteuttaa vain jälkimmäisen, eli toimimisen.
- Pyydä että lapsi toistaa ohjeen. Samalla lapsi ohjaa itse itseään.

Pienryhmät

- Mitä enemmän jakaudutaan pienryhmiin ja / tai toiminnot porrastetaan, sitä sujuvampaa toiminta on, jonottamista on vähemmän ja tunnelma on levollisempi. Myös ruokailun voi porrastaa.
- Pienryhmät voivat vaihtua asian sisällön mukaan. Ryhmien ei tarvitse olla jatkuvasti samat, ikä- tai taitotason mukaan jaetut. Ryhmiinjako voi tehdä mm. sisällön, tavoitteiden tai lasten toiveiden mukaan.

Keskittyminen, tarkkaavuus, toiminnanohjaus

- Mikäli lapsella on ongelmia keskittymisessä, tarkkaavuudessa tms. hän tarvitsee, ja hänellä on oikeus saada tukea kasvuunsa. Tukitoimien hyvä puoli on se, että ne sopivat kaikille ja tukevat koko lapsiryhmän toimintaa. Näin toimii kolmitasoisien tuen yleinen taso.
- Tarkkaavuuteen vaikuttavat mm. vireystila (ruokailu, lepo, ulkoilu), kiinnostus ja motivaatio, mutta myös ulkopuoliset ärsykkeet kuten kirkkaat valot ja äänet (esim. loisteputket, ilmastointilaitteen hurina), värikylläisyys, katosta riippuvat askartelut, ilmastointilaitteen mukaan heiluvat koristeet tai huonekasvit, akustiikka, tuoksut ja tuntoaistimukset (esim. muiden lasten kosketus tai hankalan tuntuinen kuramatto).
- Mieti missä lapsen on hyvä istua (esim. suhteessa ikkunaan, oveen, käytävään tms.), miten saa katsekontaktin aikuiseen, kannattaako mieluummin istua seinän vieressä kuin käytävän puolella, jne.?
- Osita ja pilko toimintoja, tee välietappeja esim. askarteluissa.
- Kiinnitä huomio siihen mistä lapsi motivoituu, mihin asioihin hän keskittyy.
- Joskus aikuisen ohjausta tarvitaan myös ns. vapaissa tilanteissa.
- Musiikki voi auttaa keskittymään ja sen on havaittu edistävän mm. kielen oppimista ja opiskelua.
- Liikkuminen yleensä rauhoittaa, etenkin lasta kenellä on tarkkaavuuden haasteita.
- Hyödynnä toiminnallisuus ja liike. Käytä varttipedagogiikkaa: 10–15 min toimintaa, sitten jokin liikunnallinen hetki.
- Kun keskittyminen ja tarkkaavuuden suuntaaminen on lyhytkestoista, sitä voi harjoitella tekemällä riittävän lyhyitä keskittymistä vaativia tehtäviä, siis vain sen mittaisia, että

suoritus onnistuu. Vähitellen vaatimustasoa voi nostaa.

- Kun tarkkaavuudessa ja toiminnanohjauksessa on haasteita, on myös tavoitteet asetettava riittävän alhaisiksi. Jos hippaleikki on liian haastavaa, niin ohjeet ja säännöt tulee olla vielä helpommat. Materiaalin lopussa on kuvastruktuurikortteja leikkeihin, joissa on hyvin yksinkertaiset säännöt.

8. Muuta

Liikkumiskulttuuri päiväkodissa muotoutuu kaikkien yhteiseksi helpommin, mikäli koko henkilökunta, myös siistijät, ”talonmiehet”, yms. ovat mukana arvokeskustelussa, suunnittelussa ja toteutuksessa.

Ei saa masentua ja luovuttaa jos / kun ensimmäinen hyvä yritys menee pieleen. Minkä tahansa uuden toimintatavan tai mallin sisäänajaminen ja kehittäminen vie aikaa ennen kuin se muuttuu tutuksi ja tavalliseksi.

Joskus sanotaan, että toiminnallisuus ja liikkuminen lisäävät ryhmän levottomuutta ja joillakin jää vauhti päälle. Konkarit vastaavat väitteeseen näin:

➔ Liikunta ei ”jää päälle”. Mutta jos leikki muuttuu hallitsemattomaksi tai menee ”överiksi”, niin siitä voi olla hankala irrottautua. Kun aikuinen tuntee ryhmänsä, niin ”överiksi” menemisen voi ennakoida ja tarvittaessa lopettaa toiminnan ennen rajan ylittymistä.

Esimerkiksi:

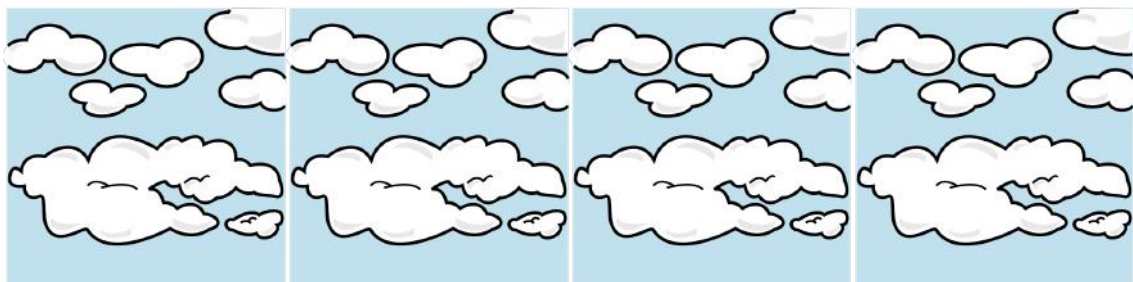
- Sanoita lopettaminen.
 - Anna aikamerkki, kun siirtymä seuraavaan vaiheeseen alkaa olla lähellä.
- ➔ Myös eri tempojen vaihtelua on syytä harjoitella, jotta lapsi oppii, että asioilla on aikansa. Joskus leikki saa olla riehakasta ja rajuakin, ja toisinaan täytyy malttaa olla rauhassa.
- ➔ Kun liikkuminen ei ole harvinaista herkkua niin lapset malttavat lopettaa. Jos sitä on luvassa vasta ”joskus ensi viikolla”, niin ymmärrettävästi sitä ei tee mieli lopettaa.

Eräässä ryhmässä oli lasten suuresta ikäjakaumasta sekä kieli- ja kulttuurieroavaisuuksista huolimatta lähes aina rauhallinen tunnelma. Kysyin ryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta, miten hän sen tekee. Tässä hänen näkemyksiänsä:

- Turvallisuudentunne on kaiken perustana. (Mitä tehdään, jos esim. jollekin lapselle ruokailutilanne on pelottava.)
- Aikuisen äänensävy ja olemus on tietoisesti rauhallista. Jos itse tulee tilanteeseen huonotuulisena, niin se toimii kuin peili ja kohta kaikilla on kurja mieli.
- Oma ääni pidetään mieluummin matalana kuin liian korkeana.
- Mitä kovempaa aikuinen puhuu, sitä kovempaa myös lapset puhuvat.
- Kun perusääni on rauhallinen ja jopa vähän hiljainen niin tarvittaessa äänen korottamisella on suuri teho.
- Lapsen huomio kiinnitetään menemällä luokse ja koskettamalla, ei

huutamalla ryhmän yli. Kun aikuinen huutaa, myös lapset huutavat.

- Asioiden opettelu. Esim. piirituokio: Levottomassa ryhmässä ensin riittää, että piiriin vain rauhoitutaan. ”Keitäs meitä on tänään paikalla?” ja sen jälkeen järjestyksessä jokaisen nimi ja silmiin katsominen rauhallisessa tempossa. Taitojen kasvaessa myös aikaa ja sisältöjä kasvatetaan.
- Selkeät portaittaiset siirtymiset. Toisinaan ulkoilusta tullaan sisälle niin, että pienimmät ehtivät syödä ja nukahtaa päiväunille ennen kuin isoimmat tulevat syömään.
- Sadun lukeminen nukkarissa ensin reippaasti ja voimakkaammalla äänellä, jolloin huomio kiinnittyy satuun. Sadun edetessä nopeutta hidastetaan ja äänen voimakkuutta hiljennetään, jolloin päästään vaipumaan uneen.



Papunetin kuvapankki, papunet.net, Sergio Palao / ARASAAC

9. Kuvastrukturikortteja

Tulosta kuvakortit ja leikkaa ne vaakaviivoja pitkin niin että saat kolme pitkulaista suikaletta. Taita suikale keskeltä kahtia ja laminoi siten, että toiselle puolelle jää näkyviin leikin kuva ja toiselle puolelle ohje sen toteuttamiseen. Kuvakortteja voi käyttää mm. strukturissa tai liikuntaleikkipusseissa.

Leikit on jaoteltu seuraavien otsikoiden alle, mutta toki niitä voi käyttää niitä ryhmän tarpeen mukaan missä vain.

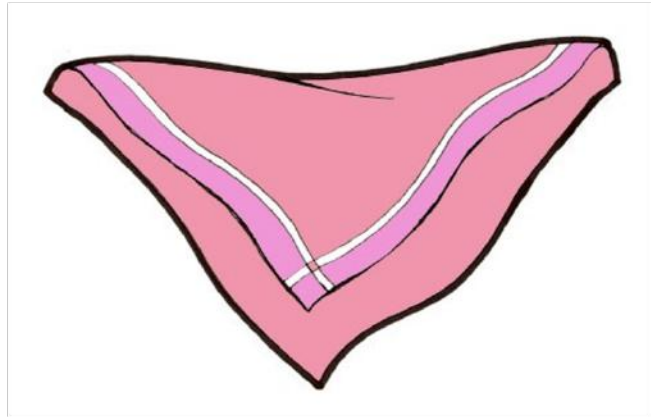
Ryhmän tilassa tehtäviin leikit

Odotustilanteet

Ulkona leikittävät leikit

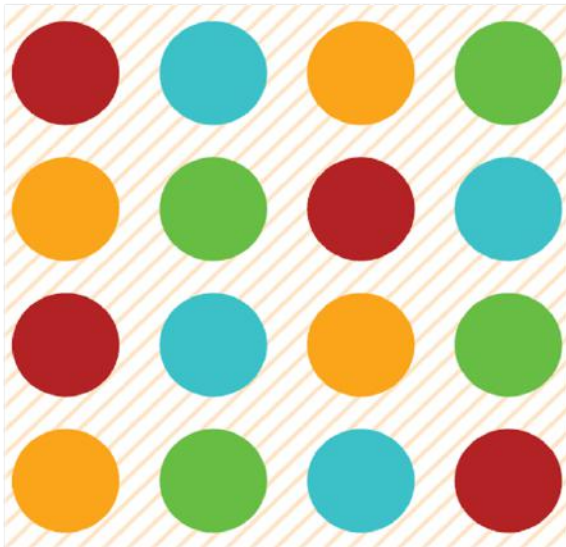
Helpot sääntöleikit

Lähde: papunet.net



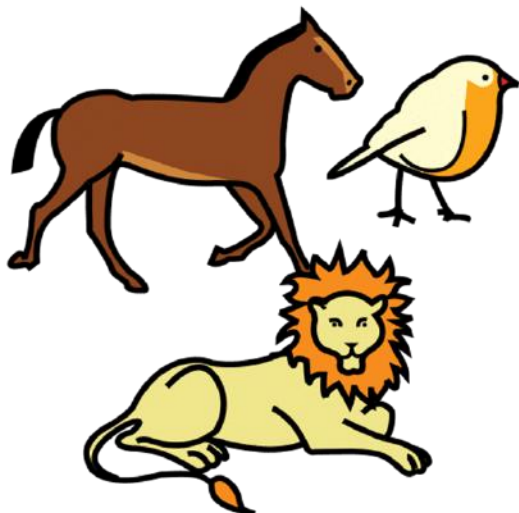
KOMMERVENKKA

- Lapset liikkuvat tilassa sovitulla tavalla (kävellen, juosten, matalana, takaperin, kontaten, varpailla jne.)
- Äänimerkistä, musiikin loppuessa tms. lapset menevät lattialle pieneen kippuraan.
- Aikuinen kulkee tilassa ison peiton kanssa ja sanoo "Kommervenkkaa, vemmerkonkkaa, hyttynä myyttynä maahan." ja samalla peittää yhden lapsen peitolla.
- Keräännytään lapsen ympärille. Silitellään, tunnustellaan ja arvuutellaan kuka lapsista puuttuu.



PALLOLAJITTELU

- Tilan lattialle kaadetaan runsaasti pallomeripalloja tms. ja reunustoille laitetaan saman väriset vanteet, ämpärit tms.
- Lasten tehtävänä on lajitella pallot oikean värisiin vanteisiin tai ämpäreihin.
- Lasketaan eriväristen pallojen määrä ja tehdään yhtä monta liikettä.



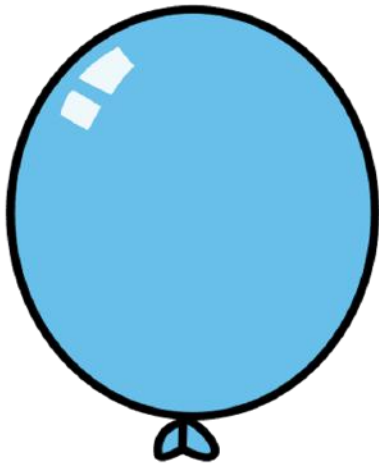
ELÄIMET LIIKKUVAT

- Törppöjen alle on piilotettu eläinten kuvia tai muovisia eläimiä.
- Jokainen lapsi saa vuorollaan käydä kääntämässä yhden törpön ja katsoa mitä sen alta löytyy.
- Liikutaan yhdessä kuten tämä eläin.



LIIKENNEVALOT

- Päätetään yhdessä ollaanko kävelijöitä, mopoilijoita, autoilijoita, lentäjiä ja traktori- tai bussikuskeja. Liikutaan teemaan sopivalla tavalla.
- Aikuisella on punainen ja vihreä muotopala tms värikoodi.
- Kun hän näyttää punaista, kulkuneuvon täytyy pysähtyä. Kun hän näyttää vihreää, saa liikkua.



ILMAPALLOLEIKIT



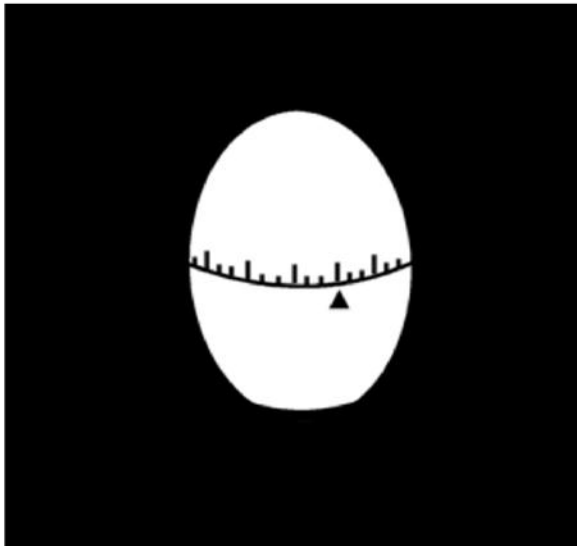
SIENET

- Levitetään tilan lattialle matalia kartioita ja laitetaan pallomeripalloja niiden alle.
- Aikuinen koittaa nopeasti nostaa palloja kartioiden päälle ja lapset koittavat nopeasti laittaa pallot takaisin piiloon kartioiden alle.
- Palloja kuljetetaan kartioiden sisällä eri tavoin liikkuen.
- Palloja heitellään ja otetaan kiinni kartiolla.
- Kartioita kuljetetaan esim. pään päällä tai muilla kehonosilla.



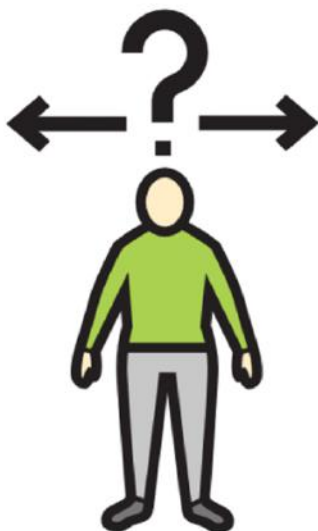
KIM-LEIKKI

- Kerätään keskelle tilaa pieniä esineitä.
- Painetaan ne mieleen.
- Muut kääntävät katseensa pois ja yksi poistaa jonkun esineen.
- Muut yrittävät arvata mikä esine puuttuu.



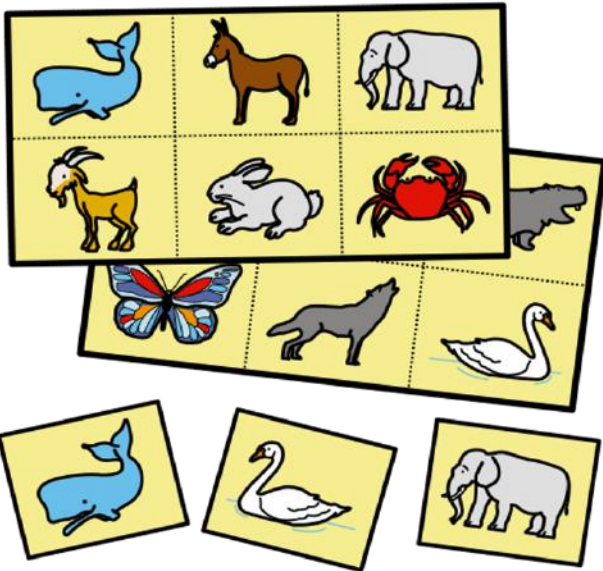
MUNAKELLON PIILOTUS

- Lapset poistuvat tilasta.
- Aikuinen kääntää munakelloon aikaa ja piilottaa sen.
- Lapset tulevat tilaan ja yrittävät etsiä munakellon ennen kuin se pirisee.



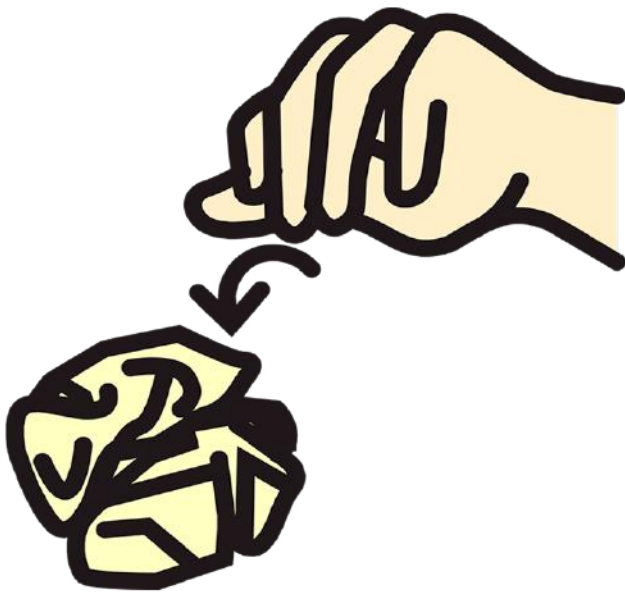
MISSÄ?

- Aikuinen antaa ohjeet kuinka lapset sijoittuvat. Esim.:
 - * Essi menee kyykkyyyn
 - * Aapo menee seisomaan Essin taakse ja levittää kätensä.
 - * Elias menee makaamaan Essin eteen.
 - * Johanna menee kumaraan Aapon toisen käden alle.
- Lopuksi voidaan ottaa valokuva patsaasta ja keksiä mitä se esittää.
- Mikäli kaikki lapset eivät ole patsaassa mukana, he voivat kertoa, mitä patsas heidän mielestään esittää.



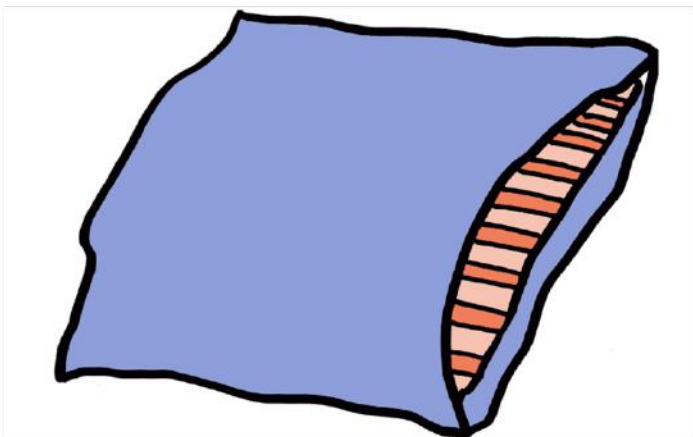
MUISTIPELITEMPPURATA

- Tilaan rakennetaan temppurata.
- Toiseen päähän rataa laitetaan muistipelikorttien toiset puolet ja niiden vastaparit toiseen päähän.
- Lähtöpäässä lapsi valitsee, minkä kuvan hän hakee toisesta päästä ja pitää kuvan mielessään, eikä ota korttia mukaansa.
- Lapsi tekee radan ja tuo tullessaan päättämänsä kortin ja asettaa sen oikean parin päälle.



PAPERIMYTTYYSOTA

- Otetaan monta paperia.
- Piirretään papereille noppanumeroita, kirjaimia, eläimiä tai mitä halutaankaan harjoitella, yksi kullekin paperille.
- Paperit rutistetaan pieniksi mytyiksi.
- Merkistä aloitetaan paperimyttyjen heittäminen niin nopeasti ja niin paljon kuin mahdollista.
- Merkistä lopetetaan heittäminen.
- Avataan se mytty, joka jäi käteen tai joka jäi lähimmäs.
- Katsotaan mikä noppanumero, kirjain, eläin tms. siellä oli.
- Rutataan paperi uudestaan ja jatketaan heittelyä.

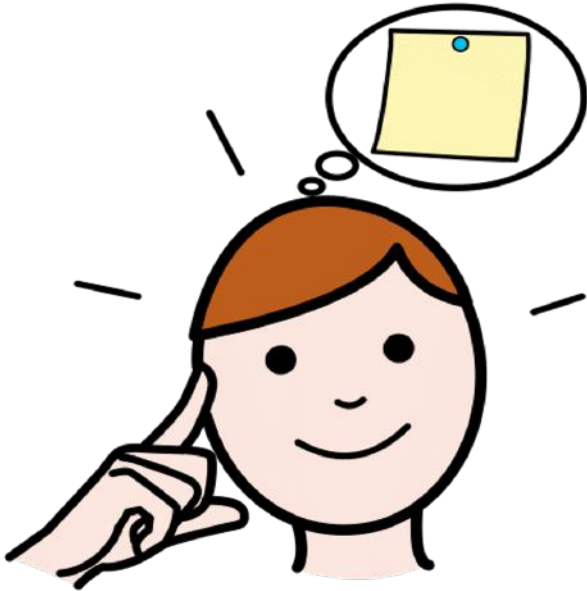


TYYNYN TUULETUS

- Kuljetetaan tyynyä eri kehonosilla musiikin soidessa. Musiikin tauotessa istutaan nopeasti tyynyn päälle.
- Sovitaan mikä kehonosa laitetaan tyynyn päällä musiikin tauotessa.
- Lapset valitsevat omalle tyynylleen paikan tilasta. Musiikin soidessa liikutaan tilassa eri tavoin. Musiikin tauotessa mennään nopeasti oman tyynyn luokse.

KIM-LEIKIT

- Valitaan useita pieniä esineitä katsottavaksi.
- Lapset laittavat silmänsä kiinni ja aikuinen poistaa yhden esineen.
- Lapset avaavat silmänsä ja muistelevat, mikä esine puuttuu.



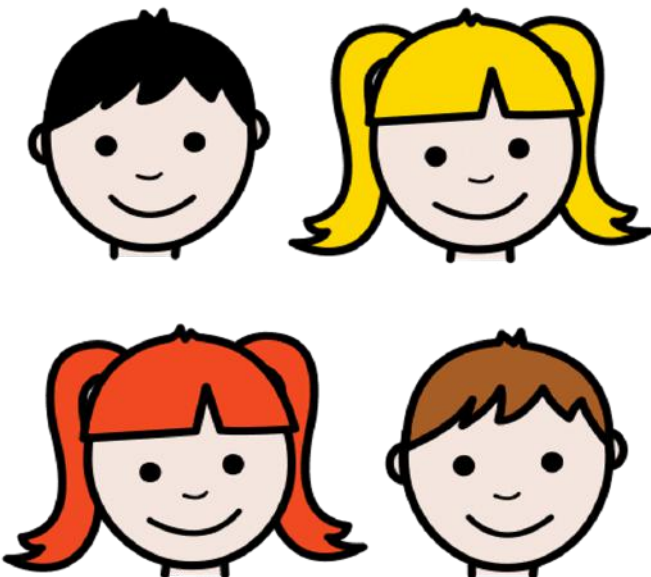
SOTKEN SAVEA, KÄTKEN KIVEÄ

- Aikuinen piilottaa toiseen nyrkkiinsä pikkuisen kiven tai muun esineen.
- Hän koputtelee nyrkkejään vuorotellen päällekkäin lorun tahtiin. "Sotken sotken savea, kätken kätken kiveä. Arvaa kummassa kädessä kivi mulla on?"
- Lorun loputtua aikuinen laittaa nyrkkinsä vierekkäin, ja lapset arvaavat kummassa nyrkissä kivi oli piilossa.



MIKÄ ON MUUTTUNUT?

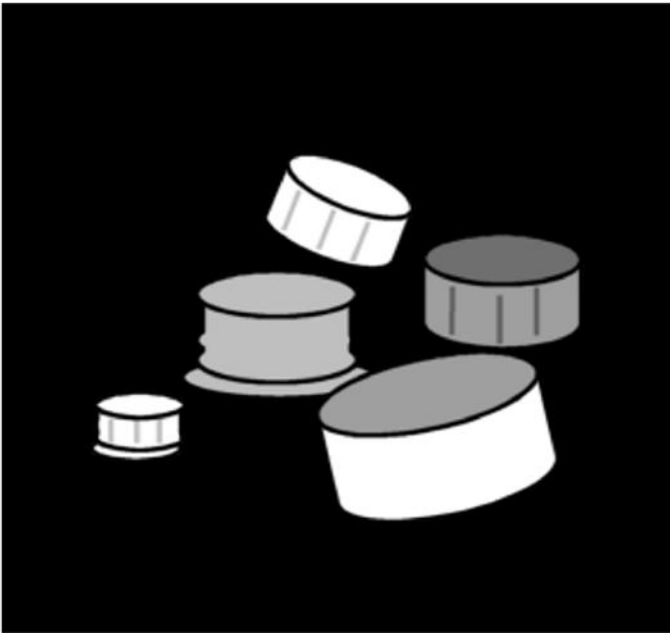
- Yksi lapsi tulee muiden eteen ja muut katsovat häntä.
- Muut lapset kääntävät selkensä ja lapsesta muutetaan jokin asia. Esim. otetaan toinen tossu pois, nostetaan toinen hiha ylös, laitetaan tukka eri tavalla, tms.
- Muut lapset kääntyvät ja koittavat huomata mikä on muuttunut?





MYRKKYSIENI

- Hernepusseja, sienen muotoisia kortteja tms. levitetään lattialle.
- Yksi lapsista kääntää selkensä ja sillä aikaa muut päättävät mikä hernepusseista tai korteista on myrkkysieni.
- Lapsi saa kääntyä ja aloittaa sienien keräämisen.
- Kun hän nostaa myrkkysienen kaikki huutavat "Myrkkysieni!" ja leikki päättyy.
- Lasketaan, kuinka monta sientä hän ehti kerätä.



SANANMUODOSTUS

- Pullon tai purkkien korkkeja tms. on runsaasti ja niihin on kirjoitettu kirjaimia.
- Mallikorteissa on sana ja kuva.
- Lapset muodostavat korkeista sanoja mallikorttien mukaan.

A B C



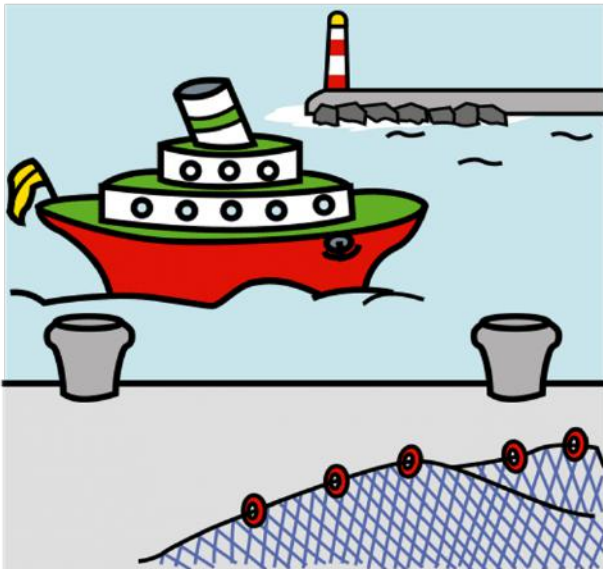
SAMANLAINEN VAI ERILAINEN

- Tilassa on sanoja, jotka muistuttavat toisiaan, esim.
 - tuli – tuuli – tulli
 - kuu – puu – luu – suu
 - kisa – kissa
 - taulu – laulu
- Tilan keskellä on runsaasti kirjaimia.
- Lapset hakevat kirjaimen kerrallaan ja vievät sen samanlaisen kirjaimen kohdalle.
- Kun kaikki kirjaimet on asetettu sanojen alle, tarkistetaan ne.



PITKÄNPITKÄ LOIKKA

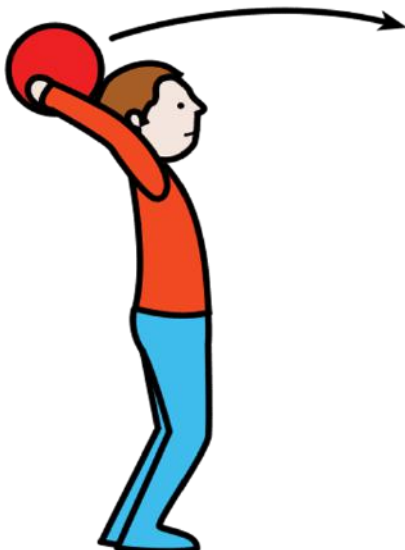
- Tarkoituksena on saada mahdollisimman pitkä, yksi yhteinen loikka.
- Merkitään aloitusviiva.
- Ensimmäinen lapsi hyppää pituushypyn tältä viivalta.
- Hänen pituushyppynsä alastulokohta merkitään viivalla.
- Seuraava lapsi hyppää oman hyppynsä tämän lapsen merkistä.
- Toistetaan kunnes kaikki ovat hypänneet.
- Mitataan koko ryhmän yhteinen pituushypyn tulos.



MAA – MERI - LAIVA

-Viivat voidaan nimetä eri tavoin.
Esim.

- * Toukka - kotelo - perhonen
 - * Biojäte - sekajäte - paperijäte
- Aikuinen huutaa joko viivan nimen tai vihjeen, jonka perusteella juostaan oikealle viivalle.



HEITTOKILPAILU

- Merkitään maahan heittoviiva ja vanteita eri etäisyyksille.
- Halutessa voidaan pisteyttää vanteet, esim. etäisyyden mukaan.
- Heitetään mitä hulluimpia asioita ja esineitä.

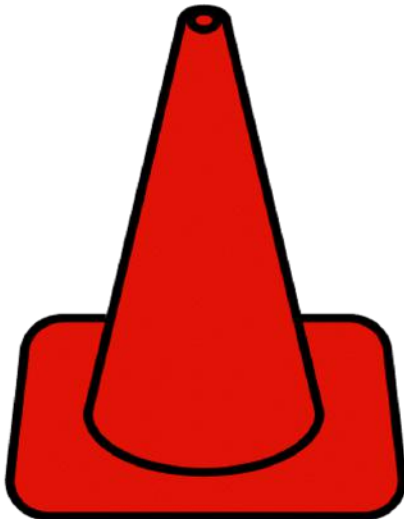
Esim.

- * Tulitikkua
- * Pyyhettä
- * Legoa
- * Pehmolelua



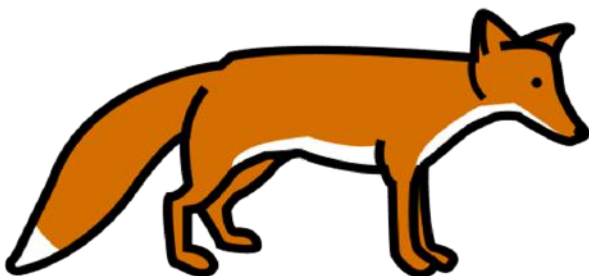
LOHIKÄÄRMEEN PESÄNRYÖSTÖ

- Yksi lapsi valitaan lohikäärmeeksi.
- Hänen takanaan olevaan pesään viedään runsaasti aarteita, esim. häntäpalloja, matalia tötsiä, hernepusseja tms.
- Muut lapset lähtevät alueen toisesta päästä liikkeelle ja koittavat varastaa yhden aarteen kerrallaan lohikäärmeen takaa.
- Mikäli lohikäärme saa koskettua lasta, pitää tämän palauttaa aarre ja aloittaa jahtaaminen alueen toisesta päästä uudestaan.



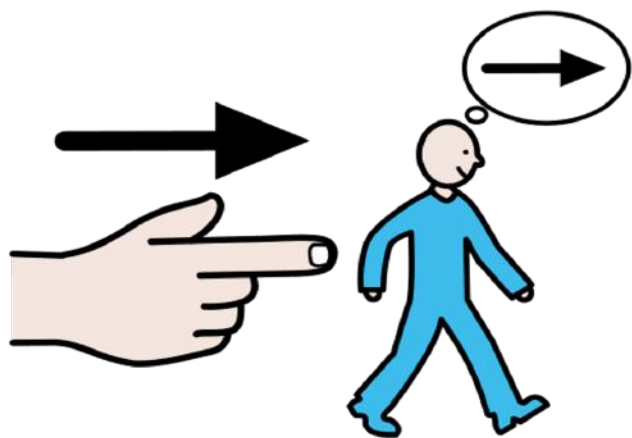
TEHTÄVÄTÖRPÖT

- Törpöt asetellaan leikkialueelle.
- Jokaisen törpön alla on yksi tehtäväkortti. Esim.
 - * Kuuntele kaksi erilaista linnun ääntä.
 - * Kuuntele kaksi ihmisen aiheuttamaa ääntä.
 - * Tuo kolme vihreää asiaa.
 - * Mene lempipaikkaasi. Pysähdy ja nauti.
- Hae yksi tehtävä ja tuo aikuiselle luettavaksi.
- Tee tehtävä ja palauta tehtäväkortti törpön alle.



KETTU TULEE!

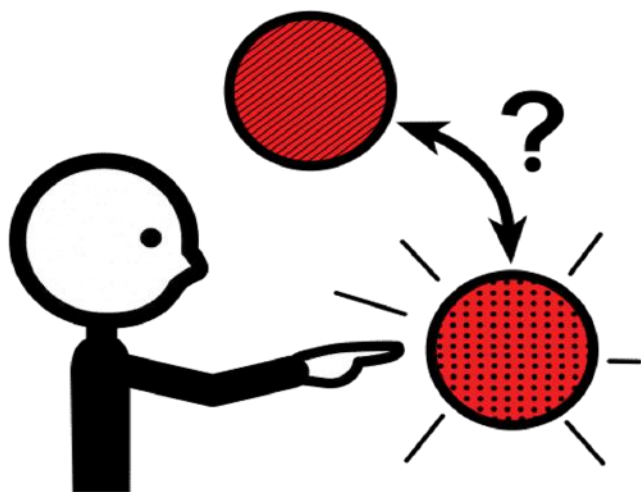
- Aikuinen on pupuäiti ja lapset poikasia.
- He kaikki kulkevat yhdessä pihalla.
- Yhtäkkiä pupuäiti huutaa: "Kettu tulee!" jolloin pupunpoikaset juoksevat nopeasti piiloihin.
- Pupuäiti laskee ääneen kymmeneen, jotta pupunpoikaset ehtivät karkuun.
- Sitten hän paikaltaan katsoo näkeekö hän ketään poikasia piiloissaan.
- Jos hän näkee, hän sanoo esim.: "Hilla paisti" tai "Jonni paisti" ja nähdyt poikaset tulevat pois piiloistaan.
- Lopulta pupuäiti sanoo: "Vaara ohi!" ja loputkin pupunpoikaset voivat tulla esiin piiloistaan.



TEE OHJEEN MUKAAN

Aikuinen antaa lapsille tehtäviä, esim.

- * Käy koskettamassa jotain kylmää.
- * Juokse kolme kertaa keinujen ympäri.
- * Hyppää hiekkalaatikon reunalta.
- * Käy koskettamassa jotain keltaista.
- * Kierrä hiekkalaatikko reunoja pitkin kävellen.
- * Roiku jossain.

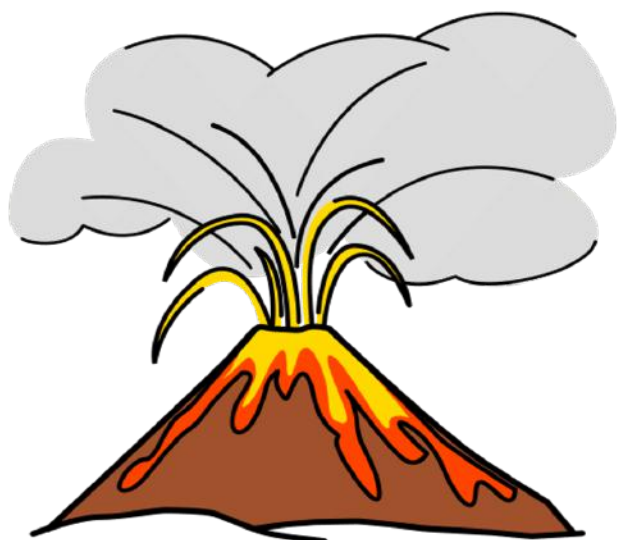


TYKKÄÄ – EI TYKKÄÄ

- Leikkialueen toinen pää on "tykkää" ja toinen pää on "ei tykkää".

- Aikuinen esittää kysymyksiä ja lapset menevät siihen pätyyn kumpaa mieltä he ovat. Esim.

- *Kuka tykkää päiväunista?
- *Kuka tykkää kurahousuista?
- * Kuka tykkää oranssista väristä?
- * Kuka tykkää vatsataudista?
- * Kuka tykkää pyöräilystä?



TULIVUORENPURKAUS

- Lapset juoksevat alueella.

- Aikuinen joko huutaa: "Tulivuorenpurkaus!" tai antaa äänimerkin.

- Lasten tulee nousta johonkin, missä jalat ei kosketa maata.



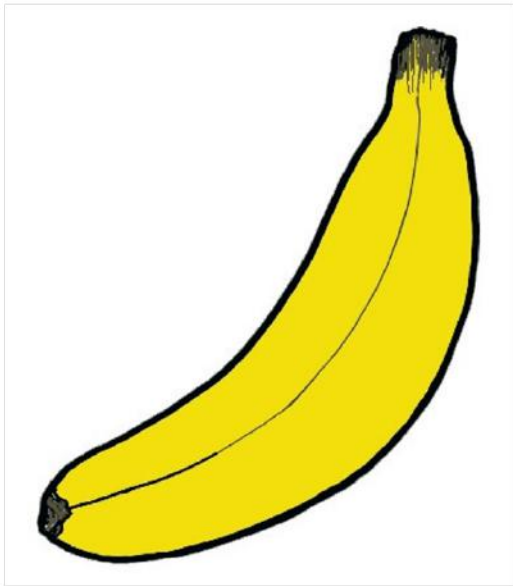
TEMPPURATA



KEPPIHEVOSET

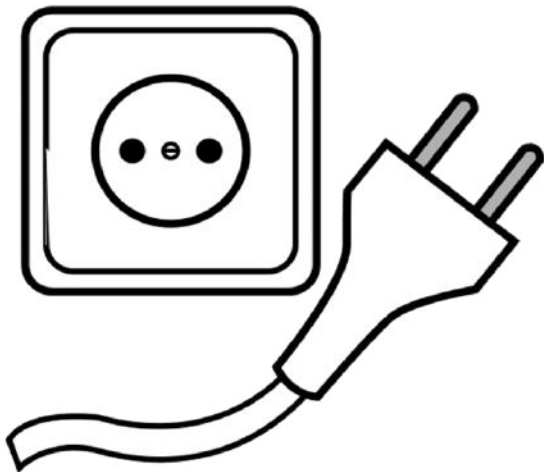


POTKULAUDAT, POTKUPYÖRÄT,
POLKUPYÖRÄT



BANAANIHIPPA

- Kiinnijäänyt pysähtyy ja nostaa kädet suoriksi ylös, kämmenet vastakkain.
- Pelastaminen tapahtuu "kuorimalla banaanin", eli laskemalla kaverin kädet alas.



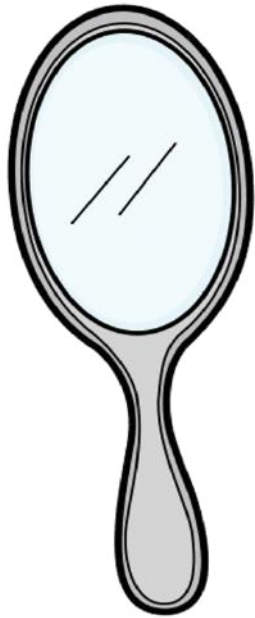
TÖPSELIHIPPA

- Kiinnijäänyt pysähtyy ja laittaa kätensä vyötärölle.
- Pelastaminen tapahtuu työntämällä omat kädet kaverin käsien muodostamiin koloihin.



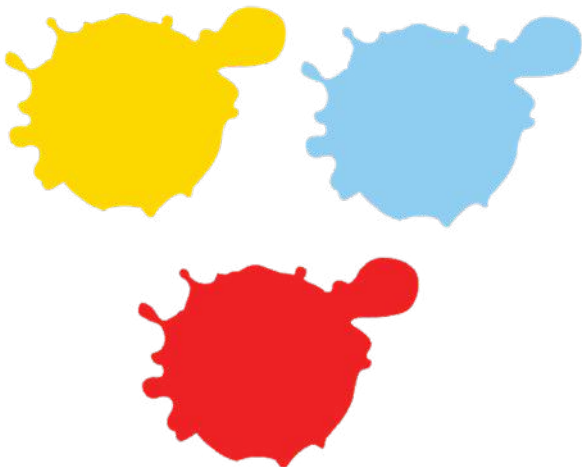
VESSANPÖNTTÖHIPPA

- Kiinnijäänyt pysähtyy, menee toispolvinseisontaan ja nostaa toisen kätensä ylös.
- Pelastaminen tapahtuu istumalla kaverin polvelle ja vetämällä ylhäällä olevasta kädestä.



PEILI

- Yksi leikkijöistä on peili, joka on selkä muihin päin.
- Toiset osallistujat lähtevät liikkeelle kauempana olevalta viivalta. Liikkua saa vain silloin kun peili on selkä muihin päin. Kun peili kääntyy, muiden tulee pysähtyä.
- Mikäli peili näkee liikettä, täytyy palata lähtöviivalle.



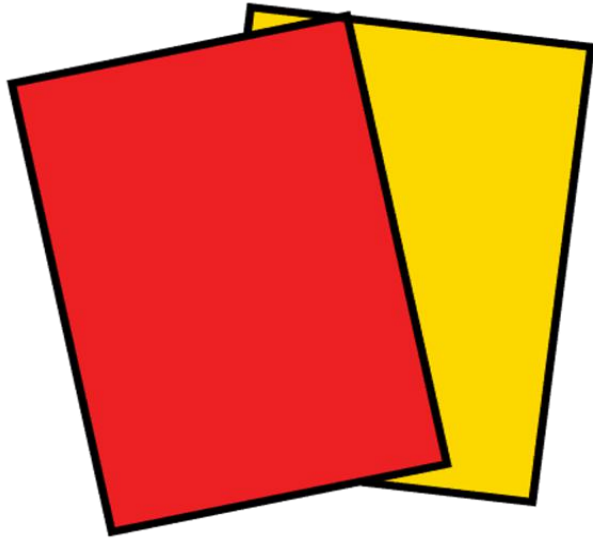
VÄRI

- Yksi leikkijöistä on väri, muut leikkijät ovat kauempana olevalla viivalla.
- Muut leikkijät liikkuvat väriä kohti hänen ohjeidensa mukaan, eli mitä väriä täytyy löytyä vaatteista sekä millaisia askelia ja kuinka monta saa ottaa.
- Ensimmäisenä värin luokse päässyt on uusi väri.



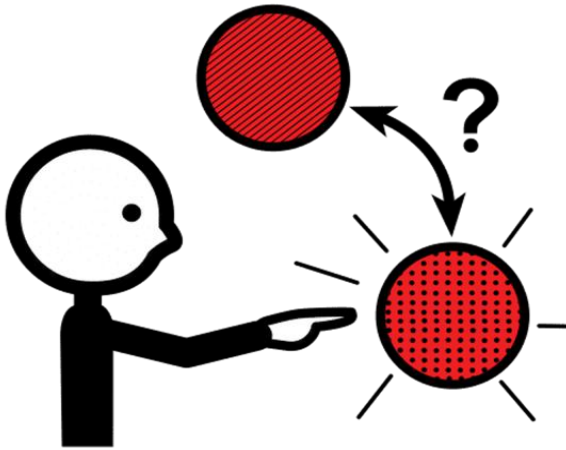
POLTTOPALLO

- Yksi leikkijöistä on polttaja. Muut menevät rajatun alueen sisäpuolelle.
- Polttaja yrittää osua pallolla muiden leikkijöiden jalkoihin.
- Mikäli hän osuu, niin leikkijä siirtyy rajatun alueen ulkopuolelle polttajan avuksi.
- Viimeiseksi jäänyt on voittaja.



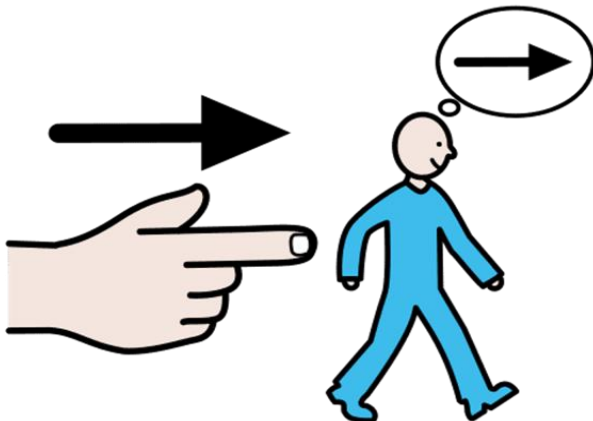
PAPERI KERTO

- Heitetään ilmaan paperi, joka on toiselta puolelta eri värinen kuin toiselta puolelta.
- Seurataan kumpi puoli jää päällimmäiseksi kun paperi osuu maahan.
- Molemmille väreille on sovittu liikkeit, esim. punaisesta pyöritään, keltaisesta kyykitään.



TYKKÄÄ – EI TYKKÄÄ

- Leikkialueen toinen pää on ”tykkää” ja toinen pää on ”ei tykkää”.
- Aikuinen esittää kysymyksiä ja lapset menevät siihen päättyyn kumpaa mieltä he ovat. Esim.
 - *Kuka tykkää päiväunista?
 - *Kuka tykkää kurahousuista?
 - * Kuka tykkää oranssista väristä?
 - * Kuka tykkää vatsataudista?
 - * Kuka tykkää pyöriästä?



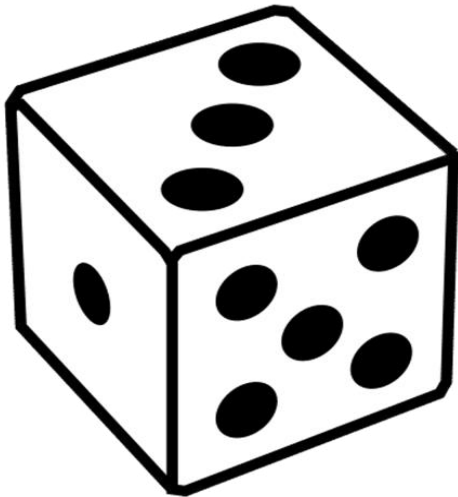
TEE OHJEEN MUKAAN

- Aikuinen antaa lapsille tehtäviä, esim.
 - * Ota pelottava asento ja ilme.
 - * Seiso yhdellä jalalla.
 - * Miten olet mahdollisimman painava?
 - * Miten olet mahdollisimman kevyt?
 - * Istu.
 - * Hypi.
 - * Pyöri paikallasi.
 - * Liiku mahdollisimman äänettömästi.



MUSIIKIN MUKAAN

- Kun musiikki soi → liiku
(liikkumistapoja voidaan vaihdella)
- Kun musiikki loppuu → pysähdy



NOPPA KERTOO

- Sovittua liikettä toistetaan nopan silmälukujen verran.
- Voidaan myös käyttää kahta noppaa, jolloin silmäluvut lasketaan yhteen ja toistoja tulee enemmän.



KÄSI KERTOO

- Kun aikuisen käsi on ylhäällä → hypi
- Kun aikuisen käsi on alhaalla → pysähdy
- Voidaan tehdä erilaisia liikkeitä.