

Tiia Naakka & Jenni Sipari

IDEOITA JA VIRIKKEITÄ YMPÄRISTÖ- KASVATUKSEEN -Opas luontokerhon ohjaajille

Opinnäytetyö

Sosionomi
Sairaanhoitaja

2020



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijät	Tutkinto	Aika
Tiia Naakka, Jenni Sipari	Sosionomi (AMK), Sairaanhoitaja (AMK)	Toukokuu 2020
Opinnäytetyön nimi		43 sivua 29 liitesivua
Ideoita ja virikkeitä ympäristökasvatukseen -Opas luontokerhon ohjaajille		
Toimeksiantaja		
Haminan seurakunta		
Ohjaaja		
Auli Jungner, Satu Sällilä		
Tiivistelmä		
<p>Tämä opinnäytetyö keskittyy 4–5-vuotiaiden lasten ympäristökasvatukseen ja terveyden sekä hyvinvoinnin edistämiseen. Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää Haminan seurakunnan luontokerhoa luomalla opas luontokerhon ohjaajille. Opas sisältää ideoita ja virikkeitä ympäristökasvatukseen ja lasten hyvinvoinnin edistämiseen sekä vuodenkierron huomioon otettavan ympäristökasvatuksen suunnitelman luontokerhoon.</p> <p>Opinnäytetyö oli kehittämistyö, jonka metodina oli dialoginen keskustelu opinnäytetyöntekijöiden ja toimeksiantajan välillä. Opinnäytetyössä kerättiin kattava teoreettinen viitekehys ympäristökasvatuksesta ja lasten terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä. Viitekehyksessä määritellään ympäristön, ympäristökasvatuksen ja luontosuhteen käsitteet sekä ympäristökasvatuksen keinot ja suunnittelu. Lisäksi viitekehyksessä määritellään terveyden ja hyvinvoinnin käsitteet. 4–5-vuotiaat lapset hyötyvät ympäristökasvatuksesta, jossa hyödynnetään lasten omaa aktiivisuutta ja mielenkiintoa paikkojen tutkimiseen. Luonnossa tapahtuva aktiivinen tekeminen ja osallistuminen, luonnon läheisyydessä oleminen sekä luonnon näkeminen ja havainnointi edistävät lasten terveyttä ja hyvinvointia. Tämän tiedon pohjalta koottiin opas, joka yhdistää teoriaa käytäntöön.</p> <p>Opinnäytetyössä onnistuttiin tiivistämään aiheen yleinen ja tutkimusperustainen teoriatieto käytännön oppaaksi. Opas tarjoaa luontokerhon ohjaajille yksinkertaisen, helppokäyttöisen ja hyvin suunnitellun ohjenuoran laadukkaaseen ympäristökasvatukseen.</p>		
Asiasanat		
lapset, luontokerho, ympäristökasvatus, luontosuhde, terveys, hyvinvointi		

Authors	Degree	Time
Tiia Naakka, Jenni Sipari	Bachelor of Social Services, Bachelor of Health Care	May 2020
Thesis title Ideas and inspirations for environmental education- A guide for the nature club instructors		43 pages 29 pages of appendices
Commissioned by The parish of Hamina		
Supervisor Auli Jungner, Satu Sällilä		
<p>Abstract</p> <p>This thesis is about environmental education and its health and well-being benefits for children aged 4–5. The objective for the thesis was to make a guide for nature club instructors of the parish of Hamina. The guide includes ideas for environmental education, promotion for children’s well-being and a plan for a year-round environmental education in the nature club.</p> <p>This thesis was a developmental process and the method for the development was dialogic discussion between the thesis authors and the commissioner. The authors collected a comprehensive basis of knowledge for environmental education and promotion for children’s health and well-being. The basis of knowledge contains a definition of environment, nature relationship and environmental education and how it can be used and planned. Also, the basic knowledge includes a definition for promotion for health and well-being. 4- to 5-year-old children benefit from environmental education that puts to good use children’s own interests and observations. Exercises in nature as well as seeing and observation of nature promote children’s health and well-being. Based on this knowledge a guide which combines theory and practice was compiled.</p> <p>The thesis summarized the common and research-based knowledge of environmental education and its health benefits. The guide provides simple and well-planned guidelines for excellent environmental education for the nature club instructors.</p>		
<p>Keywords</p> <p>children, nature club, environmental education, nature relationship, health, well-being</p>		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	YMPÄRISTÖKASVATUS	7
2.1	Luontosuhde.....	9
2.2	Ympäristökasvatuksen keinoja ja käytänteitä	10
2.2.1	Ympäristökasvatuskerran suunnittelu	11
2.2.2	Turvallisuus ja varusteet	13
2.2.3	Vihreän lipun toiminta	14
2.2.4	Metsämörritoiminta	15
3	TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN	16
3.1	Luonto vaikuttaa terveyteen eri tasoilla.....	16
3.2	Hyvinvointia yhteisöllisyydellä ja osallisuudella	19
4	AIHEESEEN LIITTYVÄT HANKKEET JA AJANKOHTAISUUS.....	20
4.1	Hiilineutraali kirkko 2030.....	21
4.2	Ympäristödiplomi	22
4.3	Muut ajankohtaiset hankkeet.....	22
5	KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE	23
5.1	Toimeksiantaja Haminan seurakunta.....	24
5.2	Luontokerho.....	25
5.3	Kohderyhmä 4–5-vuotiaat lapset	25
5.4	Menetelmälliset lähtökohdat	26
5.5	Aineiston kerääminen	27
6	OPPAAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS	28
6.1	Ideointi ja suunnittelu.....	30
6.2	Toteutusvaihe ja luonnos oppaasta	30
6.3	Tiedon tiivistäminen oppaaksi sisällönanalyysin avulla.....	33
6.4	Arviointi ja tulosten levittäminen.....	34
7	YHTEENVETO JA POHDINTA.....	35

7.1	Oppaan hyödynnettävyys	36
7.2	Työn luotettavuus ja eettisyys.....	36
7.3	Jatkotutkimusehdotuksia	37
LÄHTEET.....		39

LIITTEET

Liite 1. Tutkimustaulukko

Liite 2. Raportti tutustumiskäynnistä

Liite 3. Ympäristökasvatusopas

1 JOHDANTO

Ympäristökasvatus aiheena on ajankohtainen, sillä ilmastonmuutos on uhka koko maapallolle. Ihmisen toiminnan, arvojen ja asenteiden on muututtava pian, jotta elämä maapallolla olisi tulevaisuudessakin mahdollista. Ympäristökasvatus tukee positiivista muutosta ihmisten arvoihin, asenteisiin ja toimintaan. Varsinkin lapsuudessa opitut ympäristömyönteiset toimintatavat ja vastuunkanto ympäristöstä ohjaavat toimintaa vielä aikuisenakin. Ympäristökasvatus ei ole erillään muusta toiminnasta, vaan liittyy kaikkeen arjen toimintaan sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Lapsille sopivimmat ympäristökasvatuksen keinot, kuten luonnossa liikkuminen ja yhdessä tekeminen ovat samalla terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen keinoja.

Suurin osa lapsista asuu nykyään kaupungeissa. Kaupunkimaisissa ympäristöissä on riskinä luonnosta vieraantuminen. Vaikka kaupungissa asuvat lapset harrastavat liikuntaa muita lapsia enemmän, harrastetaan ulkoliikuntaa kuitenkin entistä vähemmän. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.) Kuten vuoden 2019 valtakunnalliset Move!-mittaustulokset kertovat, jopa urheilua harrastavilla lapsilla saattaa olla ongelmia liikkuvuudessa. Vuoden 2019 Move!-mittaustulosten mukaan 16 % viidesluokkalaisista pojista ja 13 % saman ikäisistä tytöistä ei pääse kyykkyyhyn (Opetushallitus 2019), mikä on huolestuttavaa, sillä liikkuvuuden heikentyminen on tavallisesti yhdistetty ikääntymiseen. Luonto tarjoaa monipuolisia mahdollisuuksia liikkumiseen ja luontoliikunnalla voidaan siten edistää terveyttä.

Syrjäytymisen riskiä lisääviä tekijöitä ovat elämänhallintaan liittyvät sekä terveydelliset ongelmat, sosiaalisten suhteiden vähyys ja syrjäytyminen yhteiskunnallisesta osallisuudesta (THL 2019c). Näiden ehkäisyssä luontokerhossa saadut yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemukset ovat merkittävässä osassa.

Tässä opinnäytetyössä paneudutaan 4–5-vuotiaiden lasten ympäristökasvatukseen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Opinnäytetyössä selvitetään ympäristökasvatuksen käsitettä ja lasten luontosuhdetta sekä pohdi-

taan ympäristökasvatuksen keinoja ja luonnon vaikutusta terveyteen ja hyvinvointiin. Opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tarkoituksena on teorian pohjalta koota Haminan seurakunnalle opas luontokerhon ympäristökasvatukseen. Opas on suunnattu luontokerhon ohjaajille. Se sisältää ideoita ja virikkeitä ympäristökasvatukseen ja lasten terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen sekä vuodenkierron mukaisen ympäristökasvatuksen suunnitelman. Opinnäytetyön tavoitteena on luontokerhon toiminnan kehittäminen.

2 YMPÄRISTÖKASVATUS

Ympäristökasvatuksen käsitettä määriteltäessä tulee ensin selvittää, mitä ympäristöllä tarkoitetaan. Ympäristö koetaan kasvatuksessa usein synonyyminä luonnolle, jolla myös voi olla erilaisia merkityksiä eri ihmisille. Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 17) esittelevät teoksessa Iloa ja ihmettelyä, Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa, Sue Elliotin neljä lähestymistapaa ymmärtää luontoa. Ensimmäinen näistä on nähdä luonto villinä, koskemattomana ja kaukana olevana seikkailujen kohteena. Toinen on erotella luonto omaksi kokonaisuudekseen, jolloin kaikki ihmisen tekemä on muuta kuin luontoa ja luonnollista, ja kolmas tapa ymmärtää luonto on talous- ja luonnontieteellinen. Siinä luonto nähdään raaka-aineiden, materiaalien, tutkimusten ja luokittelun kohteena. Luonnon käsitteen voi ymmärtää myös maapallon ekosysteemien ja elämän monimutkaiseksi kudokseksi, jossa kaikki ovat riippuvaisia toisistaan sekä kaikki osat vaikuttavat toisiinsa. Tässä opinnäytetyössä *ympäristö*-käsite määritellään neljännen tavan mukaisesti maapallon ekosysteemien ja elämän monimutkaiseksi kudokseksi. Kaikki ympärillä oleva on ympäristöä ja myös ihminen on osa sitä.

Ympäristökasvatuksen näkökulmasta tärkeää on ymmärtää ihminen luonnon osana. Ihminen ei voi elää ilman luontoa, sillä esimerkiksi ravintomme, elimistömme ja hengitysilmamme ovat meille välttämättömiä luonnon asioita. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 18.)

Ympäristökasvatus kuvataan kasvatukseksi, jolla pyritään saamaan ihmiset tiedostamaan riippuvuutensa ympäristöstä sekä lisäämään ihmisten ympäristömyönteisiä asenteita. Kansainvälisissä konferensseissa on käsitelty ympäristökasvatusta sekä laadittu kansainvälisiä ympäristökasvatusohjelmia, kuten

1972 Tukholmassa laadittu International Environmental Education Programme eli IEEP. Vuonna 1977 Tbilisissä ministerit hyväksyivät ympäristökasvatuksen päätavoitteiksi ihmisten kasvattamisen taloudellisten, sosiaalisten, poliittisten ja ekologisten tekijöiden keskinäisten riippuvuuksien ymmärtämiseen. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 20.)

Pohjoismaat ovat luoneet vuonna 1990 yhteisen ympäristökasvatuksen määritelmän, jonka mukaan ympäristökasvatuksella luodaan luontoyhteyttä sekä annetaan tietoa luonnosta. Määritelmän mukaan ympäristökasvatuksella rakennetaan ymmärrystä ekologisista ja kulttuurillisista yhteyksistä. Tärkeää on myös ihmisen roolin ymmärtäminen luonnossa. Tavoitteena on tietoja ja taitoja vahvistamalla moniulotteisen luontoyhteyden luominen sekä ympäristötietoisuuden leviäminen sekä yksilötasolla, että koko yhteiskunnassa. (Sandberg ym. 2019, 7.)

Pohjoismaiden ministerineuvoston työryhmä asetti vuonna 1990 ympäristökasvatukselle seitsemän tavoitetta, jotka ovat yhä osa ympäristökasvatuksen arvopohjaa. Tämän määritelmän mukaan ympäristökasvatuksen tulee kannustaa yksinkertaiseen pohjoismaisten perinteiden mukaiseen ulkoilmaelämään, estää herkkää luontoa tuhoutumasta tai vaurioitumasta, lisätä ymmärrystä luonnon- ja ympäristönsuojelun tähdellisyydestä ja edistää ymmärrystä kaikkien luonnossa liikkujien ja käyttäjien välillä. Näiden lisäksi ympäristökasvatuksella pyritään lisäämään kulttuurihistoriallista ymmärrystä luonnon käytöstä aikojen saatossa, jakamaan tietoa ihmisen toiminnan vaikutuksista ekologiin vuorovaikutussuhteisiin sekä edesauttamaan yhteiskunnan kehittymistä sopu-suinnussa sekä luonnon että luonnonvarojen hyödyntämisen kanssa. (Rohde 2019, 30–31.)

Ympäristökasvatuksella on Cantellin (2011, 336) mukaan kolme päämäärää. Ympäristökasvatuksella ihmisille annetaan tietoa elinympäristöstään ja maapallosta. Tämän tiedon avulla ihmiset voivat tehdä perusteltuja päätöksiä ja ratkaista ympäristöongelmia. Toinen ympäristökasvatuksen päämäärä on antaa ihmisille kokemuksia ympäristöstä. Nämä voivat olla positiivisia tai negatiivisia, kuten mielipaikan löytäminen tai ympäristöongelmiin herättävä vierailu esimerkiksi jätteenkäsittelylaitoksella. Kolmas päämäärä on ihmisten kannustaminen toimimaan ympäristön puolesta.

Pienten, varhaiskasvatusikäisten lasten, parissa tehtävää ympäristökasvatusta leimaa kokonaisvaltainen kehittyminen. Pienten lasten ympäristökasvatuksessa tulee huomioida lapsen keho, sydän ja pää monipuolisesti. Tätä kutsutaan kesyp-malliksi. Kesyp-mallissa kehon huomiointi tarkoittaa toimintaa, joka tapahtuu ympäristöissä sekä ympäristön hyväksi, sydämellä tarkoitetaan sitoutumista tunteen tasolla eli sitä, että lapsi on kiinnostunut ympäristöstään, haluaa huolehtia siitä sekä siellä elävistä. Päällä kesyp-mallissa viitataan ympäristöä koskevaan tietoon, arviointikykyyn ja tiedonkäsittelytaitoihin. Vuorovaikutussuhteet eli sosiaalinen ympäristö puolestaan tukevat näitä kesyp-mallin ulottuvuuksia. (Parikka-Nihti & Salmela 2014, 28.)

Parikka-Nihti ja Suomela (2014, 78) kuvaavat, kuinka kesyp-malli toteutuu ympäristökasvatuksessa. Lasten motorisiin eli kehollisiin taitoihin kuten esimerkiksi tasapainon hallintaan, ryömimiseen ja kantamiseen luonnonmukainen ympäristö tarjoaa esimerkiksi epätasaisia vaihtelevia pintoja, kiipeilyyn sopivia puita sekä kerättäviä aineksia. Sensomotorisiin taitoihin eli kesyp-mallin mukaisesti sydämen ja kehon kokemuksiin kuten eri aistien käyttöön, havaitsemiseen, iloon ja nauttimiseen ympäristö tarjoaa valtavasti erilaisia kokemuksia aina pintojen, värien, muotojen, tuoksujen ja tuntemusten kokemuksista erilaisiin äänimaisemiin asti. Lisäksi ympäristö tarjoaa paljon erilaisia kesyp-mallin mukaisia sydämen ja pään kokemuksia. Sosioemotionaalisten taitojen, kuten keskittymiskyvyn, mielikuvituksen ja itsetunnon ynnä muiden vastaavien taitojen harjoitukseen, ympäristö tarjoaa mahdollisuuksia muun muassa vuodenaikojen monipuolisuudella ja erilaisilla ihmisistä riippumattomilla ilmiöillä. Vuorovaikutustaitojen, kuten esimerkiksi kuvailun, kuvittelun ja jakamisen taidoille ympäristö tarjoaa muun muassa erilaisia leikkimahdollisuuksia piiloista rakenteluun ja vaihteleviin luonnonmateriaaleihin. Kognitiivisiin taitoihin, esimerkiksi ymmärtämisen, toteuttamisen ja ongelman ratkaisun taitoihin, luonto antaa mahdollisuuksia muun muassa erilaisten lajien, yksilöiden ja elinympäristöjen monimuotoisuudella sekä luonnon vaihteluina ja muutoksina.

2.1 Luontosuhde

Luontosuhteella tarkoitetaan suhdetta, joka vallitsee yksilön tai yhteisön ja luonnon välillä (Finto s.a.). Ympäristökasvatuksen tavoitteena on luoda lapsille

omakohtainen suhde luontoon ja ympäristöön, jotta lapsista kasvaa elintavoiltaan vastuullisia. Vahvan luontosuhteen ansiosta lapset kasvavat ympäristöstä välittäviksi ja huolehtiviksi kansalaisiksi, joilla on tarvittavaa herkkyyttä nähdä ja ymmärtää ympäristön ilmiöitä. Ympäristö- tai luontosuhde voi muodostua vain silloin, kun lapselle tarjotaan mahdollisuus viettää riittävästi aikaa erilaisissa ympäristöissä, erityisen merkityksellisiä ovat toimiminen ja oleminen luonnonvaraisessa ympäristössä. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 66.)

Lapsen kiinteän ja myönteisen luontosuhteen synnylle on avainasemassa se, että lapsella on mahdollisuus saada omia ja myönteisiä luontokokemuksia. Tällaisia luontokokemuksia syntyy melkein missä tahansa ympäristöissä, esimerkiksi päiväkotien pihoilla, kauppamatkoilla tai metsäretkillä. Hyvä luontosuhde on hyvinvoinnin perusta ja lähtökohta vastuulliselle ja kestäväälle elämäntavalle, jossa yksilö huolehtii sekä ympäristöstä että toisista ihmisistä. (Cantell 2011, 332, 338.) Hyvän luontosuhteen syntymistä tukee laadukas ympäristökasvatus (Nykänen 2019, 38).

Lapsen keksimisen ja löytämisen ilo antaa mahdollisuuden positiivisen ympäristösuhteen syntymiselle. Kasvattajien tulee huolehtia, että ympäristö voi tuntua lapselle turvalliselta, eivätkä sosiaaliset tai fyysiset rajoitukset estä lasta löytämästä ja keksimästä ympäristön iloja. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 30.)

2.2 Ympäristökasvatuksen keinoja ja käytänteitä

Alle kouluikäiset lapset oppivat ympäristössä pääasiassa leikkien, liikkuen ja paikkoja nuuskien. Ympäristökasvatuksen keinoja pohdittaessa on hyvä pitää mielessä, että ympäristökasvatuksessa tulisi hyödyntää lasten omaa aktiivisuutta ja suunnata lasten ympäristökokemukset niin, että lapset muodostaisivat mahdollisimman laajan, eli rikkaan ja monipuolisen, perustan omalle ympäristösuhteelleen. (Raittila 2017, 216.) On havaittu, että varsinkin pienten lasten kanssa ympäristökasvattajan tärkeä tehtävä on antaa lapselle aikaa ja tilaa lapsen omille kysymyksille ja havainnoille. Useimmiten luonto ja lähiympäristö edesauttavat lasten tutkivan mielenkiinnon heräämisessä, jolloin lapsi kulkee aistit avoinna ihmetellen ympäristöään ja oppien siitä. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 63.)

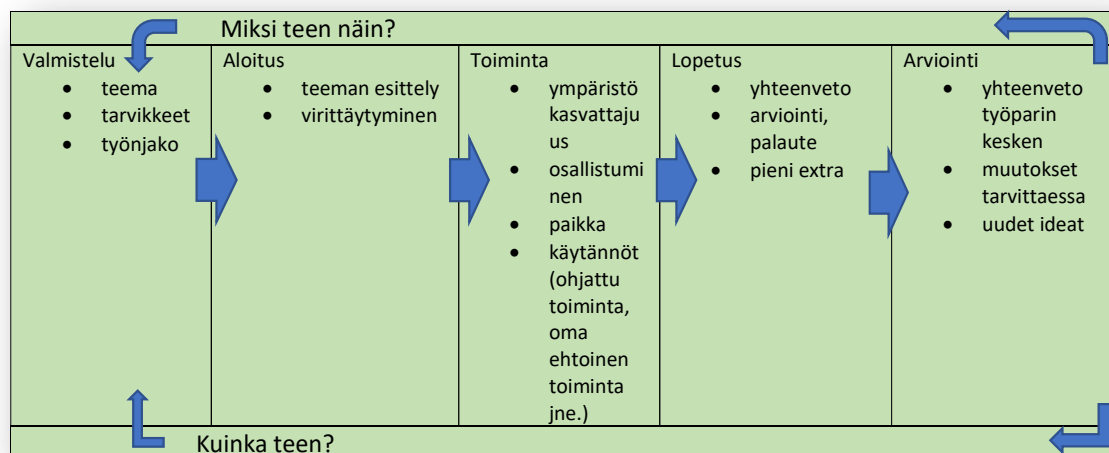
Ympäristökasvatuksen käytännön toteutuksessa on tärkeää saada kokemuksia veden reiteistä ja ruuan tuotannosta. Jopa aivan pienimuotoinenkin ruuan tuotanto eli syötävien kasvien kasvattaminen ja puutarhan hoito on tärkeää juuri tämän ymmärryksen lisäämiseksi. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 154–155.) Kokemukset ruuan tuotannosta lisäävät yksilön ymmärrystä siitä, että hän voi omalla toiminnallaan vaikuttaa lähiympäristöönsä. Tämä taas lisää kykyä ymmärtää, että yksilöllä on vaikutusmahdollisuuksia myös muihin asioihin elämässään ja ympäristössään. Näin ollen lähiympäristöön vaikuttaminen, esimerkiksi kerhopisteen pihalla olevan viljelylaatikon kasvien hoidon kautta, voi kylvää siemenen tulevaisuuden laajempaan ympäristövaikuttamiseen. (Kuittinen ym. 2011, 109.)

Ympäristökasvatustoiminnassa voi huomioida valtakunnalliset ja maailmanlaajuiset ympäristötapahtumat. Tällaisia ovat esimerkiksi maailman vesipäivä 22.3., Earth Hour maaliskuun lopulla, Suomen lasten metsäretkipäivä keuhkoin, rannikoiden siivouspäivä ja yleinen siivouspäivä toukokuussa sekä Flooran nimipäivä eli kukkien päivä 13.5. (Wahlström & Juusola 2017, 12). Suunniteltaessa vuodenvieron huomioivaa ympäristökasvatusta, voidaan oppia ottaa jo valmiista suunnitelmista, kuten Kirkon ympäristödiplomi käsikirjan ympäristökasvatuksen vuosikellosta, ulkoluokan vuosikellosta sekä Hirsimäen varhaiskasvatuskeskuksen ja koulun ympäristökasvatuksen punaisesta langasta Parikka-Nihtin teoksessa Pieniä puroja (Kirkon ympäristödiplomin käsikirja 2012, 45; Laine ym. 2018, 52; Parikka-Nihti 2011, 71.)

2.2.1 Ympäristökasvatuskerran suunnittelu

Aaskov Knudsenin (2019, 145) mukaan ympäristökasvatuskerran tulee olla suunniteltu. Ympäristökasvattajan tulee tuntea kohderyhmänsä eli osata lukea toimintaan osallistujia ja sopeuttaa toiminta vastaamaan kyseisen kohderyhmän tarpeita sekä antaa osallistujille sopivia haasteita. Hän esittääkin ympäristökasvatukseen sopivan suunnittelumallin, jonka avulla ympäristökasvatukseen voidaan sisällyttää kaikki tarvittavat elementit. Suunnittelumalli sisältää viisi vaihetta, valmistelun, tervetuloitotuksen, toiminnan, lopetuksen ja arvioinnin. (Aaskov Knudsen 2019, 145.) Tämän tyyppistä suunnittelun mallia voidaan hyödyntää myös luontokerhon kokoontumisia suunniteltaessa. Kuva 1

esittää Aaskov Knudsenin suunnittelumallia sovellettuna luontokerhon tarpeisiin.



Kuva 1. Aaskov Knudsenin suunnittelumalli sovellettuna luontokerhon tarpeisiin (Aaskov Knudsen 2019, 145)

Aaskov Knudsenin (2019, 145–146) suunnittelumallissa valmistelulla on tärkeä rooli. Ympäristökasvattajan tulee tuntea kohderyhmänsä ja suunnitella toiminta ryhmän lähtökohdista. Tärkeä osa valmistelua on toiminnan paikan tunteminen sekä turvallisuuden varmistaminen. Myös osallistujien määrän tietäminen ja markkinointi ovat osa valmistelua. Luontokerhossa valmisteluun kuuluvat muun muassa teeman ja sen mukaisen toiminnan suunnittelu, mahdollisten tarvikkeiden kokoaminen ja työnjako työparin kesken.

Aaskov Knudsenin (2019, 145, 147) suunnittelumallissa seuraavana on toiminnan aloitus, jota hän nimittää tervetuloitukseksi. Tähän kuuluu hänen mukaansa turvallisten raamien asettaminen sekä hyvän vuorovaikutussuhteen luominen kasvattajan ja osallistujien välille. Luontokerhossa aloitukseen liittyy kerhokerran teeman esittely ja toimintaan virittäytyminen, aloitukseen voi suunnitella jokaisella kerhokerralla toistuvan rutiinin, esimerkiksi tuttu alkuleikki voi toimia turvallisena kerhokerran aloituksena ja teemaan voi virittäytyä toiminnallisilla keinoilla.

Aloitusta seuraa toiminta, jonka sisältö voi olla monenlaista. Toiminnan muodoista riippumatta se on tärkeää suunnitella huolella. Erityisen tärkeää suunnittelussa on pitää mielessä yksinkertaisen ja selkeän toiminnan suunnittelu, jossa on aikaa ja tilaa pohtia yhdessä ja erikseen toisten osallistujien kanssa

toiminnan teemoja. (Aaskov Knudsen 2019, 145, 148.) Luontokerhossa toiminnan voi rakentaa tietyn teeman ympärille. Kerhokerran rakenne on hyvä pitää samankaltaisena eri teemoista huolimatta. Toimintaan on hyvä suunnitella myös lasten omaehtoista toimintaa ohjattujen tuokioiden lisäksi.

Lopetukseen tulee Aaskov Knudsenin mukaan suunnitella yhteenveto, yhteisarviointi ja tulokset sekä ”pieni ylimääräinen”. Hänen mukaansa ympäristökasvatuskerta tulee päättää kunnolla, osallistujien kysymyksiä tulee kuunnella ja lopussa on hyvä tarjota vielä jotain yllättävää, joka tuo hymyn osallistujien huulille. (Aaskov Knudsen 2019, 145, 148.) Luontokerhossa tämä voi tarkoittaa yhteistä hetkeä kerholaisten kesken, jossa käydään läpi kyseinen kerhokerta. Tällöin on hyvä saada lapset muistelemaan, mitä kerhokerralla tehtiin ja miettimään miltä kerhokerta tuntui. Lapset voivat kokea tärkeäksi kerhon päättämiserutiiniksi esimerkiksi peukalopalautteen antamisen. Pienenä ekstrana voi toimia esimerkiksi lasten toiveleikki.

Viimeisenä ympäristökasvatuksen suunnittelumallissa on arviointi, joka käsittelee vetäjän oman yhteenvedon ja reflektion toiminnasta, mahdolliset muutokset sekä uudet ideat (Aaskov Knudsen 2019, 145, 148). Luontokerhossa tämä tarkoittaa toiminnan arviointia ja kehittämistä yhdessä työparin kanssa.

2.2.2 Turvallisuus ja varusteet

Ympäristökasvatuksen tulee olla turvallista. Turvallisuuskasvatus on osa ympäristökasvatusta. Ympäristökasvatuksen on oltava lapselle turvallista niin psyykkisesti kuin fyysisestikin. Lapsen tulee saada tuntee olonsa hyväksi yhteisössä ja ympäristössä. Opettamalla lähiympäristöstä ja lähellä olevista ihmisistä huolehtimista opetetaan samalla tärkeää turvallisuustaitoa, välittämistä. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 155.)

Ympäristössä tapahtuvassa toiminnassa turvallisuuteen on kiinnitettävä huomiota, samalla varmistaen, ettei lasten omaehtoista toimintaa luonnossa estetä turvallisuuden varjolla. Tärkeä turvallisuustaito ympäristökasvattajalle on ryhmänhallinta. Lisäksi ympäristökasvattajan tulee huolehtia ryhmän turvallisuudesta varautumalla yllättäviin tilanteisiin. Kasvattajalla tulee olla mukana

vähintään puhelin ja pieni ensiapulaukku. Turvallisuutta lisäävät ryhmässä yhdessä luodut säännöt ja totutut toimintatavat. Turvallisuussuunnitelman laatimisella voidaan ennakoida ja välttää vaaratilanteita sekä pitää huolta, että turvalliset toimintatavat ovat kasvattajien tiedossa. (Sahi 2014, 72–73.)

Suomen luonto- ja ympäristökoulujen liitto ry on luonut pukeutumisohteet, joiden avulla varustautuen ulkona ympäristössä tapahtuva toiminta on mukavaa osallistujilleen. Suomen luonto- ja ympäristökoulujen liitto ry:n pukeutumisohteissa korostetaan kerrospukeutumisen merkitystä. Alimman vaatekerroksen tulee olla ihonmyötäinen sekä siirtää kosteus pois iholta. Välikerroksen tehtävä on lämmittää, joten välikerroksen vaatteiden materiaali voi olla esimerkiksi villaa tai fleece-kangasta. Päällimmäisen kerroksen tehtävä on suojata tuulelta. Pukeutuessa välikerroksia lisätään, mikäli sää on kylmä. Sadekelillä päällimmäisen kerroksen päälle laitetaan sadetakki, kurahousut ja kumisaappaat. Reppuun voi kylmällä ilmalla pakata varavaatteiksi paksun paidan, lapaset ja varasukat. Muutoinkin tulee huolehtia, että jalat pysyvät kuivina ja kengissä on tilaa villasukille. (Suomen luonto- ja ympäristökoulujen liitto ry. s.a.) Sopivassa kengässä on sukan jälkeen vielä yli senttimetrin verran käynti varaa eli niin sanottua ylimääräistä tilaa (Saarikoski 2016). Koska pään kautta haihtuu paljon lämpöä, huivit ja lippalakit on hyvä vaihtaa pipoon jo viileillä keväät- ja syysilmoilla. Suomen luonto- ja ympäristökoulujen liitto ry on tehnyt pukeutumisohteista ilmaisia PDF- ja muokattavia Doc-tiedostoja, joiden avulla hyviä pukeutumistapoja voi käydä läpi lasten kanssa. (Suomen luonto- ja ympäristökoulujen liitto ry. s.a.)

2.2.3 Vihreän lipun toiminta

Vihreä lippu on kestävä kehityksen ohjelma kasvatusalalle, sitä voidaan toteuttaa päiväkodeissa, kouluissa, oppilaitoksissa ja lasten vapaa-ajan toiminnissa. Toiminta on osa Eco-School-ohjelmaa, joka toimii monissa maailman maissa. Suomessa FEE Suomi on kehittänyt Vihreä lippu -ohjelmaan Suomeen sopivat toimintatavat ja materiaalit. Vihreä lippu -ohjelmaan liittyy viisi periaatetta, jotka ovat osallisuus, ympäristökuormituksen vähentäminen, kestävä kehityksen kasvatusta, jatkuva parantaminen sekä yhteistyö. (FEE Suomi s.a.)

Vihreän lipun toimintaa toteutetaan valmiin toimintamallin mukaan projekti kerrallaan, keskittyen aina yhteen ympäristökasvatukselliseen teemaan kerrallaan. Teemoja ovat vesi, energia, jätteiden vähentäminen, lähiympäristö, kestävä kulutus, yhteinen maapallo, terve elämä sekä ilmastonmuutos. Vihreän lipun toimintamalli koostuu seitsemästä askeleesta. Toiminta aloitetaan perustamalla ympäristöraati, joka valitsee Vihreä lippu -teeman. Tätä seuraa ympäristökartoitus, johon perustuen ympäristöraati laati Vihreä lippu -projektin toimintasuunnitelman. Suunnitelman laatimista seuraa toiminnan toteutus ja arviointi. Toiminta on pitkäkestoista koko yhteisöä osallistavaa toimintaa. Toiminnan aikana kehitetään Vihreä lippu -tavat koko yhteisölle yhdessä. Projektin lopussa laaditaan vielä loppuraportti. Mikäli Vihreä lippu -toimikunta hyväksyy loppuraportin, toiminnan osallistuja saa Vihreän lipun käyttöoikeuden kahdeksi vuodeksi. (FEE Suomi s.a.)

2.2.4 Metsämörri-toiminta

Metsämörri-toiminta on kaikenikäisille lapsille suunnattua toimintaa, joka innostaa lähiluontoon leikkimään, liikkumaan, ihmettelemään ja tutkimaan. Metsämörri-toiminta on saanut alkunsa Ruotsissa vuonna 1957. Toiminnan kehittäjä Gösta Frohm huolestui kaupungistumista seuranneista puutteellisista ulkoilutottumuksista. Hän halusi viedä lapset metsiin, kallioille ja vedenäärelle ja loi metsämörri-satuhahmon herättämään lapsissa mielenkiintoa ja mielikuvitusta. Ruotsinkielistä metsämörri-toimintaa on ollut Suomessa jo 1970-luvulta lähtien. Suomenkielinen toiminta alkoi vuonna 1992, ja sitä koordinoi ja ohjaa Suomen Latu. Ruotsinkielisestä metsämörri-toiminnasta (Skogsmulleverksamhet) vastaa Suomessa Finlands Svenska Idrott rf. Koulutetut metsämörri-ohjaajat toimivat varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja yhdistyksissä. (Suomen Latu s.a., Finlands Svenska Idrotts s.a.)

Metsämörri-toimintaa on jaoteltu eri ikäryhmille. Alle kolmevuotiaat ovat metsänuppusia, jotka tutustuvat luontoon yhdessä aikuisen kanssa. Metsämyttyset ovat 3–4-vuotiaita, jotka leikkivät ja liikkuvat luontoa ihmetellen. Metsämörri-toiminta ovat 5–8-vuotiaita, joilla on jo pienempiään suurempi tiedonhalu. Metsävaeltajat ovat 7–12-vuotiaita, jotka retkeilevät ja liikkuvat luonnossa monipuolisesti. (Suomen Latu s.a.)

3 TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN

Maailman terveysjärjestö WHO (World Health Organization) määrittelee terveyden täydellisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tilaksi. Tämä tila kuitenkin muuttuu koko ajan ja eniten siihen vaikuttaa ihmisen oma kokemus. (Huttunen 2018.) Hyvinvointi voidaan jakaa kolmeen osatekijään, joita ovat terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi eli elämänlaatu. Yhteisön hyvinvointiin vaikuttavia asioita ovat muun muassa asuinolot ja ympäristö, työllisyys ja työolot sekä toimeentulo. Yksilön hyvinvointiin vaikuttavia asioita ovat sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. (THL 2019a.)

Tukemalla ihmisen yhteyttä luontoon voidaan edistää terveyttä. Yhdistyneiden kansakuntien (YK) ympäristöohjelma, kansainvälisen biodiversiteettikokouksen sihteeristö ja WHO ovat julkaisseet vuonna 2015 katsauksen ihmisen terveyden ja luonnon monimuotoisuuden yhteyksistä. Haahtelan ym. (2017) mukaan katsauksessa todetaan, että ihmisten terveys riippuu monista ekosysteemipalveluista, jotka voidaan taata vain huolehtimalla luonnon monimuotoisuudesta. (Haahtela ym. 2017.)

3.1 Luonto vaikuttaa terveyteen eri tasoilla

Tohtori Raija Laukkasen katsauksen mukaan luonto vaikuttaa terveyteen kolmella tasolla: luonnon näkemisen ja havainnoinnin kautta, luonnon läheisyydessä olemisen kautta ja luonnossa tapahtuvan aktiivisen tekemisen ja osallistumisen kautta (Laukkanen 2010). Luonnon havainnointi ja siihen tutustuminen kannattaa, sillä tuttu ympäristö tuntuu turvallisemmalta. Turvallisuuden tunne taas lisää sekä fyysistä että psyykkistä hyvinvointia ja sitä kautta terveyttä. (Parikka-Nihti & Suomela 2014. 153–155.) Luonnon näkemisestä jo pelkästään kuvia katselemalla on terveys hyötyjä. Tutkimuksissa on osoitettu luontokuvien katselusta ja luonnonäänien kuuntelusta olevan apua kivunlievitykseen toimenpiteiden tai sairaalahoidon aikana (Diette ym. 2003, Laukkasen 2010 mukaan).

Haahtelan ym. (2017) katsauksessa tuodaan esiin luontoyhteyden merkitys niin tarttumattomien tulehduksellisten kuin infektioitautienkin ehkäisyn kan-

nalta. Kaupungistunut ympäristö yksipuolistaa mikrobistoa ja lisää tulehdussellisten tautien kuten astman ja allergioiden riskiä. Aina ei ole kyse uusista riskitekijöistä vaan suojatekijöiden vähenemisestä. (Haahtela ym. 2017.) Allergioiden torjunnan kannalta paras toimintaympäristö olisi luonnonvarainen piha (Haahtela ym. 2013, Parikka-Nihtiin & Suomelan 2014, 154, mukaan).

Ajan viettäminen metsässä ja puistossa elvyttää stressistä ja parantaa tarkkaavaisuutta huomattavasti enemmän kuin oleskelu kaupungin keskustassa (Ulrich ym. 1991, Hartig ym. 2003, Tyrväsen 2014 mukaan). Metsä ja muut luonnontilaiset alueet toimivat tässä tarkoituksessa parhaiten (Korpela ym. 2010 Tyrväsen 2014 mukaan). Kaupunkien ulkopuoliset luontoalueet kohottavat mielialaa tehokkaimmin (Tyrväinen 2007, Tyrväisen 2014 mukaan) ja luonnossa oleskelun seurauksena verenpaine, lihasjännitys sekä stressihormonien pitoisuudet laskevat (Tsunetsugy ym. 2013, Tyrväisen 2014 mukaan).

Luontoliikunnassa yhdistyvät luonnon ja liikunnan positiiviset vaikutukset terveydelle. Luontoliikunta käsite voidaan rinnastaa käsitteisiin ulkoilu ja luonnon virkistyskäyttö. Luontoliikunnan lajeja ovat esimerkiksi lintubongaus, melonta ja lenkkeily. Vaihtelevat maastot, mutkittelevat polut, kivet ja kannot houkuttelevat lapsia aktiivisempaan liikuntaan, kiipeilyyn, hyppelyyn ja juoksuun. (Metsähallitus 2020.) Kaupungistumisen lisäksi yksi suurimmista syistä siihen, että lapset eivät tunne luontoa kovin hyvin, on se, että ulkoleikkien sijaan lapset viettävät paljon aikaa sisällä. Pelit, internet ja sosiaalinen media vaikuttavat luonnosta vieraantumiseen. Luonnosta vieraantuminen vaikuttaa jopa lapsen fyysiseen kehitykseen ja näkyy esimerkiksi heikentyneenä tasapainon kehittymisenä. (Polvinen ym. 2012, 9.)

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisussa (2016) on esitelty lapsen liikunnan tarvetta ja tavoitteita. Tavoitteeksi on asetettu 3 tuntia aktiivista, intensiteettitään vaihtelevaa liikuntaa päivässä. Tähän tavoitteeseen pääsemiseksi julkaisussa neuvotaan varhaiskasvatuksen ohjaajia huolehtimaan, että lasten päivittäinen ulkoilu on toiminnallista; välttämään toimintoja, joissa lapsilta edellytetään pitkiä paikallaan olo jaksoja; ohjaamaan lapsille ulkona liikunnallisia sääntöleikkejä ja huomioimaan erityisesti vähän liikkuvat lapset ja innostamaan heitä fyysisesti aktiivisiin leikkeihin. Motoristen perustaitojen oppimisen

kannalta säännöllisen metsässä liikkumisen on osoitettu olevan hyödyllisempää kuin leikkikentällä leikkimisen (Fjørtoft 2001, 2004, Lindemanin 2018 mukaan). Rakennetut puistot pyritään suunnittelemaan mahdollisimman turvalliseksi. Lasta pitääkin suojella, mutta ei kuitenkaan liikaa. Yrittämisen ja erehtymisen kautta lapsi oppii ja kehittyy ja onnistumisista saa lisää itsevarmuutta, tätä ei pidä liialla rajoittamisella ja turvaamisella estää. Luonnonympäristöt tarjoavatkin mahdollisuuksia kokeilla rajojaan ja kehittyä ja tämän mahdollisuuden salliminen on lapsen oikeuksien toteuttamista.

Lapsi näkee kaiken ympärillään olevan tilan kiinnostavana paikkana liikkumiseen, niin sisällä kuin ulkona. Luonnonympäristöt ovat lapselle mieluisia. Suurin osa lapsista kertoo mieluisimmaksi leikkipaikakseen metsäiset alueet, mutta lapsi löytää leikkipaikat myös rakennetusta kaupunkilähiöstä. Lapsesta on hauskaa muokata ympäristöä fyysisesti aktiivisiin leikkeihinsä. Lapsella on oikeus leikkiä, liikkua ja tutustua asioihin koko kehollaan. Omin jaloin kulkeminen ja itse tekeminen on lapsesta hienoa. Tähän tuleekin antaa mahdollisuus ja varata riittävästi aikaa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Luontoliikunnan vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin on tutkittu aikuisilla runsaasti. Säännöllinen liikkuminen metsässä madaltaa huomattavasti riskiä mielenterveyden ongelmiin vaikkakaan ei ole täysin selvää millainen ero on luonnossa liikkumisen ja muun liikunnan vaikutuksella hyvinvointiin (Mitchell 2013). Ulko- ja sisäliikunnan vaikutuksia on kuitenkin verrattu kävely-juoksumittauksissa (Focht 2006, Ceci & Hassmen 1991, Laukkasen 2010 mukaan). Laukkasen mukaan Focht'n (2006) tutkimuksessa kävely ulkona vaikutti suotuisammin moniin tekijöihin ja lisäsi enemmän kiinnostusta lähteä liikkeelle uudestaan, kuin sisätiloissa tehty vastaava harjoitus. Cecin ja Hassmenin (1991) tutkimuksessa (Laukkasen 2010 mukaan) ulkoliikunta koettiin kevyemmäksi kuin mitä se fysiologisissa mittauksissa todellisuudessa oli.

Samansuuntaisia tutkimuksia on myös lapsista. Tutkimusten mukaan lapset ovat fyysisesti aktiivisempia leikkiessään ulkona kuin sisällä (Cleland ym. 2008; Jämsen ym. 2014; Paakkanen 2012; Vanderloo ym. 2013, Lindemanin 2018 mukaan). Sidneyssä koululaisilla tehdyssä tutkimuksessa todettiin ulkoliikuntapainotteisen liikuntaohjelman parantavan kehonkoostumusta, kestä-

vyyttä, lihaskuntoa, voimaa ja liikkuvuutta enemmän kuin sisäliikuntapainotteinen ohjelma (Jelley 2005, Laukkasen 2010 mukaan). Merkittävää on myös se, että lapsuuden tottumukset seuraavat usein aikuisuuteen. ODL Liikuntaklinikan ja Oulun yliopiston tutkimuksen (Puhakka ym. 2018) mukaan nuoret, joilla oli vahva luontosuhde, kokivat terveytensä paremmaksi, olivat fyysisesti aktiivisempia, käyttivät vähemmän alkoholia eivätkä polttaneet tupakkaa. He olivat viettäneet lapsena enemmän aikaa vanhempiensa kanssa luonnossa liikkuen.

3.2 Hyvinvointia yhteisöllisyydellä ja osallisuudella

Ympäristökasvatuksella on merkitystä kaikkien hyvinvoinnille. Yhteisöllisyys ja osallisuus ovat merkittävässä osassa hyvinvoinnin edistämässä. Ympäristökasvatuksen keinoin voidaan tarjota lapsille kokemuksia yhteisöllisyydestä ja osallisuudesta.

Nivala (2008, Koivulan 2013, 21 mukaan) on jaotellut tutkimuksessaan yhteisön jäsenyyden kolmella tavalla: annettuna, osallistuvana ja koettuna. Annettu yhteisöllisyys tulee ulkoapäin, esimerkiksi aikuiset jakavat lapset päiväkotiryhmiin. Osallistuva yhteisöllisyys tulee yhteisen toiminnan kautta ja koettu yhteisöllisyys on ihmisen omaa kokemusta yhteisöön kuulumisesta. Yhteisöllisyyden rakentamisen taitoja, kuten yhteisön ja ryhmän rakentamista ja niiden toiminnan edistämistä, tulisi harjoitella jo varhain ja tähän lapset tarvitsevat aikuisten apua. Niistä voi olla hyötyä myöhemmin lapsen siirtyessä muihin yhteisöihin, kuten esimerkiksi kouluun ja harrastusyhteisöihin. Yhteisöllisyyttä edistää lapsiryhmän hyvä ilmapiiri. Se luo tunteen johonkin merkitykselliseen kuulumisesta sekä kokemuksen ryhmän jäsenyydestä. (Koivula 2013, 23–24, 43.)

Hyvänlaatuiset vertaissuhteet tukevat lapsen kehitystä. Vastaavasti myönteisten vaikutusten ulkopuolelle jääminen altistaa sosiaalisille- sekä mielenterveysongelmille. (Neitola 2013, 103.) Luontokontaktit vaikuttavat lisäävästi sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja yhteisöllisyyteen, jotka vähentävät psyykkistä oireilua kuten masennusta ja ahdistusta (James ym. 2015). Henkilökohtaisen hyödyn lisäksi yhteisöllisyys antaa mahdollisuuden harjoitella yhteiskunnan jäsenenä toimimiseen tarvittavia taitoja. Yhteisöllisyys tukee oppimista. Yhdessä toimiessaan lapset oppivat toisiltaan monenlaisia asioita. (Marjanen ym. 2013, 60–62.)

Osallisuus on sitä, kun ihminen kokee voivansa päättää asioista ja vaikuttaa niihin, kokee omat kykynsä riittäviksi ja saa vastuuta yhteisössä. Osallisuus syntyy vuorovaikutuksessa muiden kanssa (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 47). Osallisuuden edistäminen on osa Suomen hallituksen ja Euroopan unionin tavoitteita. Se on keskeinen keino ehkäistä syrjäytymistä. Osallisuuden edistäminen vähentää myös eriarvoisuutta. Osallisuus ilmenee kokemuksena, joka syntyy, kun ihminen tuntee kuuluvansa itselle merkitykselliseen ryhmään tai yhteisöön. Yhteiskunnan palveluilla on tärkeä rooli osallisuuden edistämässä. Myös muut toimijat ovat tärkeitä osallisuuden vahvistamisessa, kuten koulut, työpaikat, järjestöt, harrastusseurat, seurakunnat ja yhdistykset. (THL 2019b.)

Lapsen kasvu, kehitys ja oppiminen tapahtuvat kokemusten ja elämysten kautta vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Osallisuuden myötä lapsi alkaa otamaan vastuuta oppimisestaan. Lapsi oppii osallistumaan, kun hän kokee toimintansa merkitykselliseksi yhteisössä. (Parikka-Nihti & Suomela 2014, 47.) Pelkkä osallistuminen ei välttämättä ole osallisuutta, vaan osallisuuteen tarvitaan henkilökohtainen kokemus osallisuudesta (Kiili 2006, Parikka-Nihti & Suomelan 2014, 48, mukaan). Osallistuminen ja vaikuttaminen ovat kuitenkin väyliä osallisuuteen (THL 2019b).

Lapsen osallisuus on yksi Lapsen oikeuksien sopimuksen neljästä periaatteesta. Muut kolme periaatetta ovat syrjimättömyys, lapsen etu, oikeus elämään, henkiinjäämiseen ja kehittymiseen. (Marjanen ym. 2013, 15; Lapsen oikeuksien viestinnän yhteistyöverkosto s.a.) Lapsen oikeuksien sopimus velvoittaa valtiota sekä kaikkia toimijoita, joille valtio jakaa tehtäviään. Lasten oikeuksien toteutumista on edistettävä aktiivisesti ja lapsia on suojeltava oikeuksien loukkaamiselta. (Lapsen oikeuksien viestinnän yhteistyöverkosto s.a.)

4 AIHEESEEN LIITTYVÄT HANKKEET JA AJANKOHTAISUUS

Ympäristökasvatus ja terveyden edistäminen ovat ajankohtaisia aiheita, joihin liittyviä hankkeita on käynnissä parhaillaan. Ilmastonmuutos ja kestävä kehitys puhuttavat ihmisiä. Luonnon vaikutuksia terveyteen tutkitaan koko ajan lisää,

ja sairaanhoidosta pyritään siirtämään painopistettä ennaltaehkäisevään terveyden edistämiseen.

Tämän opinnäytetyön kannalta keskeistä on tutustua kirkon ilmasto- ja energiastrategiaan sekä ympäristöjärjestelmään. Lisäksi on syytä tarkastella aiheeseen liittyviä muita ajankohtaisia hankkeita ja seudun ympäristökasvatuksen strategiaa.

4.1 Hiilineutraali kirkko 2030

Kirkkohallituksen täysistunnon tammikuussa 2018 asettama asiantuntijaryhmä on valmistellut kirkon energia- ja ilmastostrategian. Kirkon energia- ja ilmastostrategia hyväksyttiin 26.2.2019. Strategiallaan Suomen evankelis-luterilainen kirkko sitoutuu kansalliseen ja kansainväliseen työhön ilmastonmuutoksen hillitsemiseksi. Yleinen tavoite on rajoittaa ilmaston lämpeneminen 1,5 asteeseen esiteollisesta ajasta. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2019a.)

Suomen evankelis-luterilaisen kirkon energia- ja ilmastostrategian juuret ulottuvat Kirkon ilmasto-ohjelmaan vuodelle 2008. Ilmasto-ohjelman nimi oli Kiitollisuus, kunnioitus, kohtuus, mikä kuvastaa hyvin kirkon vahvuuksia ilmastotyössä, vaikuttamista arvoihin ja asenteisiin sekä sitä kautta ihmisten elämäntapoihin. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2019a.)

Suomen evankelis-luterilaisella kirkolla on ollut jo vuodesta 2001 käytössä oma ympäristöjärjestelmä, Kirkon ympäristödiplomi, joka on varsin laajasti seurakuntien käytössä. Päätöksen teossaan itsenäisistä seurakunnista ja seurakuntayhtymistä koostuvan Suomen evankelis-luterilaisen kirkon energia- ja ilmastostrategiassa asetetut tavoitteet koskevat sekä koko kirkkoa, että jokaista sen seurakuntaa. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2019a.)

Kirkon tavoitteena on olla hiilineutraali vuonna 2030, jolloin kasvihuonekaasupäästöjä on vähennetty 80 % nykyisestä ja 20 % päästöistä kompensoidaan mahdollisuuksien mukaan. Kirkolla on energia- ja ilmastotyössään viisi isoa tavoitetta, jotka ovat kiinteistöjen ja toiminnan hiilidioksidipäästöjen vähentämi-

nen, päästöjen kompensointi, aktiivinen yhteiskunnallinen vaikuttaminen toimijana ja keskustelijana sekä seurakuntien ja kirkon keskushallinnon sitoutuminen ilmastotyöhön. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2019a.)

4.2 Ympäristödiplomi

Ympäristödiplomi on kirkon oma ympäristöjärjestelmä. Se on perustettu vuonna 2001 ja nyt on tekeillä diplomikirjan neljäs laitos, jonka on määrä tulla voimaan vuonna 2020. Ympäristödiplomin käsikirjan mukaan haettu ja myönnetty diplomi on voimassa myöntämivuoden sekä neljä seuraavaa vuotta. Uusimalla diplomin voimassaoloon on mahdollista saada viisi lisävuotta. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2019b.)

Kirkon ympäristödiplomin myöntää kirkkohallitus, seurakunnalle todistukseksi sitoumuksesta kehittää toimintaansa ympäristön kannalta paremmaksi jatkuvasti (Kirkon ympäristödiplomin käsikirja 2012, 12). Ympäristödiplomin saadaksesen seurakunnan on täytynyt tehdä ympäristökatselmus ja laatia ympäristöohjelma. Ympäristöohjelma tulee laatia diplomin vaateiden mukaisesti niin, että seurakunta täyttää kaikki minimikriteerit ja saavuttaa näiden lisäksi vähintään 100 lisäpistettä. (Kirkon ympäristödiplomin käsikirja 2012, 18.)

Ympäristökasvatuksen osalta Kirkon ympäristödiplomin käsikirja 2012 (s.45) määrittelee seurakunnalle minimivaateiksi ympäristökasvatussuunnitelman sekä sen, että ympäristöasiat sisältyvät seurakunnan jumalanpalveluselämään ja eri toimintoihin. Kirkon ympäristödiplomin käsikirjan (2012, 49) mukaan ympäristökasvatus onnistuu vain, jos ympäristökasvatustyötä tekevä on itse sisäistänyt asian tärkeyden. Kyse on siis pitkälti esimerkin näyttämisestä.

Ympäristödiplomin käsikirja 2012 (45) esittelee ympäristökasvatuksen vuosikellon, jonka avulla ekotapahtumien, kuten esimerkiksi Nuukuusviikon tai Älä osta mitään -päivän, jäsentäminen osaksi kirkkovuotta on luontevaa ja ajan-kohtaista.

4.3 Muut ajankohtaiset hankkeet

Opinnäytetyön aiheen ajankohtaisuudesta kertoo seurakunnan hankkeiden lisäksi myös muut hankkeet ja suunnitelmat kuten Luontoaskel hyvinvointiin -

hanke ja Kymenlaakson ympäristökasvatusstrategia 2012–2020. Luontoaskel hyvinvointiin -hanke tuo ilmi, kuinka ympäristökasvatuksen avulla pyritään edistämään lasten terveyttä. Kymenlaakson ympäristökasvatusstrategia puolestaan korostaa ympäristökasvatuksen alueellista merkitystä.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen hanke on nimeltään Luontoaskel hyvinvointiin. Hanketta toteutettiin yhdeksässä eri päiväkodissa 1.6.2018–31.12.2019. Hankkeen tavoitteena oli tukea kiertotaloutta ja edistää terveydelle edullista mikrobistoa lasten elimistössä uudistamalla syömistä ja ruokakasvatusta kokonaisvaltaisesti, tarjoamalla lapsille monipuolisia luontokontakteja ja positiivisia luontoelämyksiä, minimoimalla ruokahävikkiä ja edistämällä jätteiden paikallista hyödyntämistä. Hankkeella pyrittiin muuttamaan asenteita ja käyttäytymistä ja tuottamaan uusi toimintamalli. (THL 2018.)

Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskuksen (ELY-keskus) Kymenlaakson ympäristökasvatusstrategian tarkoitus on ohjata alueellista ympäristökasvatustyötä aina vuoteen 2020 saakka. Strategian valmistelussa oli mukana ympäristökasvatuksen asiantuntijoita ja useita sidosryhmien edustajia. Jokainen toimija lupautui viemään strategian tavoitteet omiin toimintaohjelmiinsa. Strategian neljä tavoitetta olivat: ympäristökasvatuksen arvostuksen nouseminen ja ympäristötietoisuuden lisääntyminen, ympäristökasvatuksen kohtaaminen jokaisen kymenlaaksolaisen kanssa käytännönläheisesti, kymenlaaksolaisten hyvä luontosuhde ja ympäristötiedon hallinnan ja ympäristökasvatuksen osajaorganisaation muodostaminen. Strategiassa oli määritelty tavoitteita varten toimenpiteet ja vastuutahot. (ELY-keskus s.a.)

5 KEHITTÄMISTYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Kehittämistoiminnan tuloksena syntyy yleensä jokin konkreettinen tuote, kuten toimintapäivä, esite tai ohje. Tällä tavoin toiminnallinen opinnäytetyö eroaa tutkimuksellisesta opinnäytetyöstä, jonka tavoitteena on tuottaa uutta tietoa. (Salonen 2013, 5–6.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on koostaa opas tukemaan lastenohjaajien ympäristökasvatuksellista työtä luontokerhossa. Tavoitteena on oppaan avulla

kehittää luontokerhoa. Oppaaseen tullaan kokoamaan tiiviisti aiheen teorian tietoa esimerkiksi siitä, miksi ympäristökasvatus on tärkeää ja miten se edistää terveyttä ja hyvinvointia. Lisäksi oppaaseen kootaan toimintaideoita ja suunnitellaan vuodenvierityksen mukainen runko ympäristökasvatukselle luontokerhossa.

Opas toteutetaan hyödyntämällä opinnäytetyössä eri lähteistä kerättyä tietopohjaa. Viemällä teoriatieto käytännön luontokerhotyöhön pyritään kehittämään luontokerhon toimintaa.

Kehittämistyön tavoitetta ohjaamaan valittiin kolme kysymystä:

- Mitkä ovat 4–5-vuotiaiden luontokerhon ympäristökasvatukselliset tavoitteet?
- Mitkä ovat 4–5-vuotiaille sopivia ympäristökasvatuksen keinoja?
- Miten luontokerho edistää 4–5-vuotiaiden terveyttä ja hyvinvointia?

Näihin kysymyksiin haettiin opinnäytetyössä teoria-aineistoa. Tarkoituksena oli kysymyksiin vastaamalla saada tuotettua opas Haminan seurakunnan luontokerhon kehittämistä varten.

5.1 Toimeksiantaja Haminan seurakunta

Opinnäytetyön toimeksiantaja on Haminan seurakunta. Opinnäytetyö on tilattu seurakunnan lapsityölle. Haminan seurakunnan lapsityö järjestää lapsille ja perheille varhaiskasvatustoimintaa perhe- ja päiväkerhoissa, retkillä ja leireillä. Toimeksiantajan edustajana opinnäytetyöllä on lapsityönohjaaja, johon voi tarvittaessa ottaa yhteyttä puhelimitse ja sähköpostein. Opinnäytetyön aikana tehtiin tutustumiskäynti luontokerhoon.

Haminan Seurakunnan lapsityö järjestää päivä- ja perhekerhoja, muunlaista avointa toimintaa sekä perheleirejä alle kouluikäisille lapsille ja heidän perheilleen. Haminan seurakunnan lapsityössä työskentelevät lapsityöstä vastaava pappi, lapsityönohjaaja sekä lastenohjaajat.

5.2 Luontokerho

Luontokerho on Haminan seurakunnan järjestämä kaksi kertaa viikossa koontuva päiväkerho 4–5-vuotiaille lapsille (Haminan seurakunta s.a.). Kerhossa on nimensä mukaisesti pääosassa luonto. Kerhotoimintaa toteutetaan pääosin ulkona luonnossa yhdessä ihmetellen ja yhteisen toiminnan kautta oppien (Parkko 2019).

Luontokerho on saanut alkunsa vuonna 2010, kun seurakunnan lastenohjaajat pohtivat erilaisten teemakerhojen järjestämistä perinteisten päiväkerhojen ohella. Luontokerho on siis alkanut kerhonohjaajien omasta ajatuksesta ja mielenkiinnosta luoda uudenlaista toimintaa. Luontokerhon kerhopiste ja ohjaajat ovat vaihdelleet jonkin verran kymmenen kerhovuoden aikana. Tällä hetkellä luontokerho kokoontuu kaksi kertaa viikossa tiistaisin ja torstaisin aamupäivällä kaksi tuntia kerrallaan. (Parkko 2019; Rautamies 2019.)

Luontokerhon toimintaan on saatu paljon virikkeitä ja suuntaviivoja Metsämörri-toiminnasta kertovasta Irja Nikkisen vuonna 2000 kirjoittamasta Metsämörri-nimisestä kirjasta. Kerhokerrat vietetään pääosin ulkona kerhopistettä ympäröivässä luonnossa. Kerholaisilla on mukanaan kotoa tuodut pienet eväät. (Parkko 2019.)

5.3 Kohderyhmä 4–5-vuotiaat lapset

Opinnäytetyön kohderyhmä on 4–5-vuotiaat lapset. Mannerheimin lastensuojeluliiton mukaan lasten kehitys on aina yksilöllistä ja lapsien välillä on suuria eroja. 4–5-vuotiaiden lasten mielikuvitus on hyvin vilkas, ja hurjat tarinat saattavat aiheuttaa pelkoja. Rooli- ja mielikuvitusleikit ovat kuitenkin usein mieleisiä. Kysely on tälle ikäryhmälle tavanomainen tapa oppia ja kysymyksiin olisi hyvä jaksaa vastata ja osoittaa mielenkiintoa. (MLL s.a.)

4–5-vuotias lapsi on usein hyvin liikunnallinen ja kokeilee rohkeasti taitojaan hyppien ja kiipeillen. Motoriset taidot harjaantuvat lapsen leikkiessä. Taidot eivät kuitenkaan harjaannu itsestään, vaan niitä tarvitsee harjoitella ja oppiminen tapahtuu toistojen kautta. Tässä iässä lapsi alkaa arvioida kykyjään ja vertailla itseään muihin. Lapsi saattaa tarvita aikuiselta rohkaisua ja kykyjen esiin nostamista. (MLL s.a.)

Fyysinen aktiivisuus tukee lapsen kasvua ja kehitystä. Lapsella on synnynnäinen tarve olla fyysisesti aktiivinen ja siksi terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnallisen elämäntavan syntyminen alkaa jo varhain. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.) Lapsen terveys, hyvinvointi ja toimintakyky kehittyvät, kun hän harjoittelee ja kehittää motorisia taitojaan. Samalla edellytykset koulunkäyntiin ja uusien asioiden oppimiseen paranevat. Hyvät motoriset taidot lisäävät iloa ja onnistumisen elämyksiä, parantavat elämänlaatua ja suojaavat syrjäytymiseltä. Riittävä fyysinen aktiivisuus sekä liikunnallinen elämäntapa ehkäisevät, vähentävät tai siirtävät erilaisten sairauksien riskitekijöiden sekä itse sairauksien ilmaantumista. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Luontosuhteen muodostuminen alkaa jo varhaislapsuudessa, mutta 4–5 vuoden ikä on otollista aikaa tukea luontosuhteen kehittymistä esimerkiksi kerhotoiminnalla. Lapsi nauttii omanikäistensä seurasta, sosiaaliset suhteet kehittyvät ja niitä edelleen harjoitellaan. Moraalikäsitys, eli käsitys oikeasta ja väärästä, kehittyy voimakkaasti 4–5 vuoden iässä. (MLL s.a.)

5.4 Menetelmälliset lähtökohdat

Tässä opinnäytetyössä on tarkoituksena tuottaa luontokerhon ohjaajille opas sähköisessä muodossa, eli kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö. Salonen käyttää oppaassaan toiminnallisen opinnäytetyön yläkäsitteenä kehittämistoimintaa. Kehittämistoimintaa on kaikki sellainen kokonaisymmärtäminen, työskentely ja kuvaus, jonka perusteella syntyy uusi asia. Ero tutkimukselliseen opinnäytetyöhön on myös siinä, että toiminnallisessa opinnäytetyössä opiskelijat ovat vuorovaikutuksessa muiden toimijoiden kanssa ja kehittämisvaiheet etenevät keskustelun, arvioinnin ja toiminnan uudelleen suuntaamisen myötä. (Salonen 2013, 22.)

Kehittämismenetelmänä tässä opinnäytetyössä on dialoginen keskustelu. Dialoginen keskustelu on kehittämistoiminnan keskustelua edistävä menetelmä. Dialogisella keskustelulla tarkoitetaan avointa ja suoraa keskustelevaa vuorovaikutusta, jolla tavoitellaan yhteistä ymmärrystä. Menetelmässä kuvaavaa on se, että dialogisessa keskustelussa hyväksytään muiden osallistujien näkemykset, vaikka ne poikkeaisivat omasta näkemyksestä. Kenenkään näkemys

ei dialogisessa keskustelussa ole kokonainen totuus vaan erilaisia näkemyksiä pohditaan yhdessä. Tavoitteena on löytää uusia tapoja toimia. Avoimen ja toimivan dialogin avulla on mahdollisuus ottaa käyttöön keskustelun osapuolten osaaminen, motivaatio sekä luovuus. (Salonen ym. 2017, 55, 61.)

Kehittämistoiminnan tiedonhankintamenetelmien käyttö on joustavampaa kuin tutkimustyössä. Käytössä voivat olla muun muassa perinteiset kyselylomakkeet, haastattelut, havainnointi, valmiit materiaalit sekä osallistuminen ja tämän dokumentointi. Toiminnallisen opinnäytetyön raportissa ei ole tarpeen perustella aineiston hankkimis- ja analysointi tapoja yhtä perusteellisesti kuin tutkimuksellisessa opinnäytetyössä, mutta esittelyn pitää kuitenkin olla selkeää tuotoksen ja arvioinnin vuoksi. (Salonen 2013, 23–24.)

5.5 Aineiston kerääminen

Opinnäytetyön tietoperusta koottiin Google Scholar- ja EBSCOhost-tietokantoja ja kirjastoa käyttäen sekä tutustumiskäynnin yhteydessä haastattelemalla lastenohjaajaa vapaamuotoisesti. Strukturoimattomassa eli vapaassa haastattelussa ei ole asetettu valmiita kysymyksiä, vaan haastattelu on enemmänkin keskustelunomaista (Hirsjärvi ym. 2004, 197).

Tiedonhaku aloitettiin muutamista tunnetuista lähteistä, kuten esimerkiksi Parikka-Nihtiin ja Suomelan (2014) teoksesta Iloa ja ihmettelyä, Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Opinnäytetyö prosessin edetessä perehdyttiin myös muihin aiheeseen liittyviin töihin ja hankkeisiin sekä näiden lähteisiin. Tällä tavoin työlle pyrittiin löytämään kattava teoria-aineisto.

Teoreettista viitekehystä kasattaessa huomattiin, että aiheen ajankohtaisuudesta huolimatta, alan tutkimus- ja kirjallisuusperustainen tieto on verrattain vanhaa ja vähäistä. Tämä rajasi lähdeperustaisen tiedon määrää ja laatua. Teoreettinen viitekehys pyrittiin kuitenkin koostamaan mahdollisimman luotettavasti ja monipuolisista lähteistä. Tietokantahauista opinnäytetyöhön valikoituneet tutkimukset on listattu liitteenä olevaan tutkimustaulukkoon (liite 1).

6 OPPAAN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

Oppaan suunnittelu ja toteutus ovat kehittämistoimintaa, jota kuvaa konstruktivistinen malli. Konstruktivistisessa mallissa kehittämistoiminnan vaiheet seuraavat toisiaan. Kehittämistoiminta alkaa kehittämistarpeen tunnistamisesta, josta seuraa ideointivaihe. Ideointivaiheesta edetään suunnitteluvaiheeseen, jota seuraa toteutusvaihe. Toteutusvaiheen jälkeen saadaan aikaan tulos ja tuotos, jota arvioidaan arviointivaiheessa. Mallin viimeinen vaihe on tulosten levittäminen ja implementointi. Käytännön kehittämistoiminnassa vaiheet eivät kuitenkaan välttämättä etene näin tasaisesti vaan limittyvät toisiinsa. Vaiheet voivat käytännön kehittämistoiminnassa olla myös samanaikaisia. (Salonen ym. 2017, 52–53.) Konstruktivistisessa mallissa toiminta etenee suunnitelman mukaan, mutta suunnitelmaa voidaan myös muuttaa tarpeen mukaan (Salonen 2013, 16). Konstruktivistinen kehittämistoiminta perustuu yhdessä tekemiseen. Osallisuus, toiminnasta oppiminen, reflektio ja menetelmäosaaminen ovat kehittämistoiminnan kantava voima. Kaikkeen tekemiseen liittyy arvioiva työote. (Salonen ym. 2017, 52–53.)

Taulukossa 1 kuvataan kehittämistyön prosessi. Oppaan suunnittelussa ja toteutuksessa toimeksiantaja aloitti työskentelyn tunnistamalla kehittämistarpeen. Opinnäytetyön tekijät tulivat mukaan ideointivaiheessa. Ideointivaiheessa opinnäytetyön tekijät ja toimeksiantajan edustajat aloittivat kehittämistoiminnan, keskustelua edistävillä menetelmillä palaverin ja dialogisen keskustelun avulla.

Taulukko 1. Kehittämistyön prosessikuvaus

AIKA	MENETELMÄ	MUUT TOIMIJA	TOIMINTA	VAIHE
5–8/2019	esisuunnittelu	–	"pohjatyötä"	ideointi- vaihe
8/2019	keskustelu (sähkö- posti)	toimeksiantajan edus- taja lapsityönohjaaja	aiheen tarken- nus/rajaus	
10/2019	tapaaminen, dialogi- nen keskustelu	toimeksiantajan edus- tajat, lapsityönohjaaja ja lapsityön pappi	Sopimusten alle- kirjoitus, toimeksi- annon tarkennus, työn ideointi, toi- meksiantajan tar- peet ja toiveet työlle	
10/2019	tapaaminen	ohjaavat opettajat	alustavan suunni- telman läpikäynti	suunnit- telu- vaihe
10– 11/2019	suunnitelman kirjoit- taminen	–	–	
11/2019	seminaari	ohjaavat opettajat, op- ponentit, opiskelijakol- legat	suunnitelman esittely	
11/2019	osallistuva tutustu- miskäynti kerhoon / havainnointi ja haas- tattelu	kerhonohjaaja, kerho- laiset	raportti tutustu- miskäynnistä	toteu- tusvaihe
11/2019– 1/2020	aiheeseen perehty- minen, tutkimusten ja muiden lähteiden hankinta	–	teoriaosuus	
2/2020	AC-tapaaminen	ohjaavat opettajat	ohjaus	
3/2020	seminaari	ohjaavat opettajat, op- ponoija, opiskelijakol- legat	työn esittely	
3/2020	dialogista keskuste- lua sähköpostitse	toimeksiantajan edus- taja	oppaan kehittämi- nen luonnoksesta valmiiksi	arviointi- vaihe
5/2020	julkaisuseminaari	ohjaavat opettajat, op- ponoijat, opiskelijakol- legat	valmiin opinnäyte- työn esittely ja ar- viointi	tulosten levittä- minen
	työn luovutus toi- meksiantajalle	toimeksiantaja, lasten- ohjaajat	valmiin oppaan esittely ja luovut- taminen toimeksi- antajalle	ja im- plemen- tointi

6.1 Ideointi ja suunnittelu

Kehittämistarpeeseen vastaamista ideoitiin ensin sähköpostiviestien vaihdolla, jonka tarkoituksena oli ymmärtää ja rajata kehittämistehtävää. Tämän jälkeen pidettiin palaveri, jossa käytiin dialogia tunnistetutusta kehittämistarpeesta. Toimeksiantaja antoi kehittämistyölle suhteellisen vapaat kädet. Toimeksiantaja toivoi sähköistä materiaalia luontokerhon ympäristökasvatuksellisen toiminnan kehittämiseksi. Keskustelussa nousi esille, että materiaalissa tulisi huomioida ympäristökasvatuksen tärkeys lasten hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä sekä luontokerhoon sopiva ympäristökasvatuksen rakenne, eli vuodenvaihteen, syys–toukokuu, mukainen ympäristökasvatuksen suunnitelma. Materiaalin tulisi toimia mahdollisesti vaihtuvien lastenohjaajien ympäristökasvatuksellisen työn tukena. Materiaalista tulisi selvittää luontokerhon käytännön työn tärkeys ja toimintatavat. Lisäksi materiaali voisi toimia apuna viestittäessä luontokerhon sisällöistä. Kirkollisen toiminnan osaamista ei materiaalissa toteutuksessa odotettu, vaan näkökulma on nimenomaan ympäristökasvatuksessa ja terveyden ja hyvinvoinnin edistämässä.

Aihe on toimeksiantajalle ajankohtainen, sillä Haminan seurakunta pyrkii aloittamaan ympäristödiplomiin tähtäävän työn lähivuosina. Näin ollen opinnäytetyöntekijöiden oli syytä tutustua myös kirkon ilmasto- ja energias strategiaan sekä ympäristöjärjestelmään.

Suunnitteluvaiheessa opinnäytetyöntekijät aloittivat tiedonhaun aiheesta, tutustuivat paremmin toimeksiantajaan sekä kirkon ympäristöjärjestelmään ja strategioihin, selvittivät mitä aiheesta jo tiedetään sekä tutustuivat luontokerhon kontekstiin osallistuvalla havainnointikäynnillä luontokerhossa. Raportti havainnointikäynnistä on opinnäytetyön liitteenä (liite 2). Suunnitteluvaiheessa syntyi opinnäytetyösuunnitelma, joka esitettiin ensimmäisessä seminaarissa.

6.2 Toteutusvaihe ja luonnos oppaasta

Toteutusvaiheessa opinnäytetyöntekijät keräsivät jo olemassa olevaa tietoa aiheesta opinnäytetyön teoreettista viitekehystä ja oppaan tuottamista varten. Toteutusvaiheessa tuotettavasta oppaasta syntyi luonnos, johon poimittiin

olennaista tietoa teoreettisesta viitekehuksesta sekä sovellettiin löydettyä tietoa käytännön toiminnan suunnitteluun luontokerhon ympäristökasvatukseksi rungoksi. Teoriatietoa etsittäessä ja sovellettaessa oppaan tuottamiseen, pidettiin koko ajan mielessä toimeksiantajan toiveet ja tarpeet. Tiedonhakuja ja opasmateriaalin tuottamista ohjasi kehittämistoiminnan tavoite ja tarkoitus.

Luonnoksen alkuun kirjattiin otsikon ympäristökasvatus alle kysymykset mitä, miksi ja miten. Näihin haluttiin saada lyhyet ja ytimekkäät vastaukset jo kerätyistä teoriatiedosta. Tuotettavasta oppaasta pyrittiin jo alku vaiheessa saamaan selkeälukuinen ja houkutteleva. Sellainen mitä olisi mukava lukea ja se sisältäisi tärkeää tietoa ja hyviä vinkkejä. Onnistuneissa ohjeissa, niin arkisissa ohjeissa, kuin byrokratiaan kuuluvissa muutoksenhakuohjeissakin, on samoja ominaisuuksia. Käskymuodon käyttäminen, ohjattavan toiminnan olennaisimpien tietojen ja vaiheiden tunnistaminen sekä ohjeen esittäminen helposti havaittavassa muodossa ovat tärkeimpiä hyvän ohjeen ominaisuuksia. (Kotimaisten kielten keskus s.a.) Ympäristökasvatusoppaaseen kirjattiin suunniteltujen leikkien ja muiden toimintojen olennaisimmat vaiheet ja taulukkoon eriteltiin tarvittavat materiaalit ja muut etukäteisvalmisteluja vaativat asiat. Oppaassa käytettiin paikoin käskymuotoa, mikä kuvastaa sitä, ettei kyseinen asia tapahdu itsestään, vaan ihmisen täytyy se tehdä ja huomioida (Kotimaisten kielten keskus s.a.).

Seuraavaksi otsikoksi tuli Ympäristökasvatuksen vuodenkierto, jota seurasi taulukkomuotoinen vuosikello. Vuosikelloon oli kirjattu muutamia kohtia muun muassa ryhmäytyminen ja vuodenaikaseuranta, jotka olivat selkeää tavoitteellista toimintaa. Vuosikelloa luonnosteltaessa otettiin oppia jo valmiista aiheeseen sopivista suunnitelmista kuten, Kirkon ympäristödiplomi käsikirjan ympäristökasvatuksen vuosikellosta, ulkoluokan vuosikellosta sekä Hirsimäen varhaiskasvatuskeskuksen ja koulun ympäristökasvatuksen punaisesta langasta Parikka-Nihdin teoksessa Pieniä puroja (Kirkon ympäristödiplomin käsikirja 2012, 45; Laine ym. 2018, 52; Parikka-Nihti 2011, 71). Tämän lisäksi vuodenkierron mukaista suunnitelmaa laadittaessa käytettiin omaa luovuutta sekä etsittiin aiheisiin sopivia leikkejä ja toteutustapoja internetistä.

Ideoita luontokerhon tavoitteelliseen ympäristökasvatukseen otsikon alle luonnosteltiin vuosikellossakin olevia aiheita, sekä hieman tietoa osallisuudesta ja luontoliikunnasta. Alaotsikoita luonnosvaiheessa olivat ryhmäytyminen, yhdessä tekeminen, vuodenaikaseuranta, ulkoilu/liikkuminen, kasvun ihme sekä varusteet ja turvallisuus. Jokaisen alaotsikon alle kaavailtiin asian esittämistä muutamalla lyhyellä lauseella, ja lisäksi erillisiin ruutuihin tulisi korostettuna tärkeitä huomioon otettavia asioita. Varusteista ja turvallisuudesta ei ollut kerätty teorialtietoa vielä tässä vaiheessa, mutta ne tuntuivat kuitenkin tärkeiltä asioilta, kun kyseessä on kerho, jossa lasten kanssa liikutaan ulkona jokaisena vuodenaikana. Näin ollen turvallisuudesta ja varusteista haettiin tietoa, joka täydensi opinnäytetyön teoriapohjaa ja oppaan kattavuutta. Lopulta varusteet ja turvallisuus päätettiin sijoittaa kokonaan omaksi asiakseen, pääotsikon varusteet ja turvallisuus alle koottiin tietoa kerrospukeutumisesta, eväistä ja turvallisuudesta. Koska internetistä löytyy paljon hyviä valmiita ympäristökasvatuksen materiaaleja, päätettiin oppaan loppuun lisämateriaalit-otsikon alle koota linkkivinkit luontokerhoon soveltuviin valmiisiin ympäristökasvatusmateriaaleihin.

Kehittämistoimintaan kuuluu arviointivaihe ja arvioiva työote, joten tässä vaiheessa teoreettista viitekehystä arvioitiin toisessa seminaarissa ja luonnos lähetettiin toimeksiantajalle arvioitavaksi. Toimeksiantajan mukaan luonnos oli toimeksiannon mukainen ja sen arvot sopivat yhteen evankelis-luterilaisen kirkon arvojen kanssa. Toimeksiantajan mukaan luonnoksesta oli löydettävissä kirkon ilmasto- ja energiastrategian mukaiset avainasiat kiitollisuus, kunnioitus ja kohtuus. (Rautamies 2020a.) Toimeksiantajan kanssa dialogissa pohdittiin tuotokselle sopivaa nimeä. Lopulta tuotos päätettiin nimetä oppaaksi, sillä tuotoksen on tarkoitus viitoittaa lastenohjaajien työtä oppaan lailla.

Luonnosta kehitettiin toimeksiantajan arvion pohjalta. Toimeksiantajan kanssa käydyn keskustelun mukaisesti tuotettava materiaali nimettiin oppaaksi ja sisällön tuottamista jatkettiin samaan malliin, sillä toimeksiantajan näkemyksen mukaan luonnoksesta oli syntymässä juuri sellainen kuin aiemmat dialogit antoivat ymmärtää.

6.3 Tiedon tiivistäminen oppaaksi sisällönanalyysin avulla

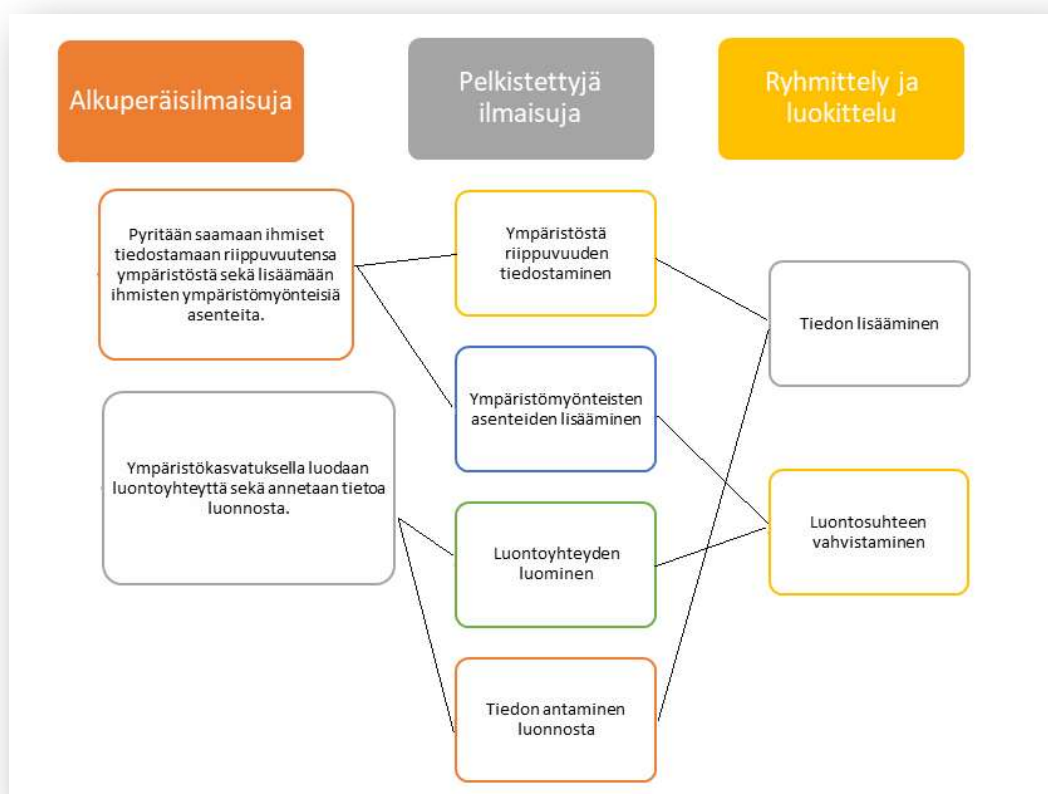
Koottua teorialietoa lähdetiin jäsentämään ja tiivistämään entisestään aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla. Sisällönanalyysissä aineistosta etsitään eroavaisuuksia, yhtäläisyyksiä, eritellään ja tiivistetään. Sisällönanalyysissä pyritään muodostamaan tutkittavasta asiasta tiivistetty kuvaus. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä luokittelu perustuu aineistoon eikä teoreettiseen viitekehukseen kuten teorialähtöisessä sisällönanalyysissä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Opinnäytetyössä oli alussa mietitty kehittämistyötä ohjaavia kysymyksiä, joiden oli tarkoitus ohjata tiedon hakua. Välillä pohdittiin ohjaavien kysymysten tarpeellisuutta, mutta kysymykset olivat kuitenkin apuna, kun analysoitiin koottua teorialietoa opasta varten.

Sisällönanalyysissä käytetyt kysymykset:

Mitkä ovat 4–5-vuotiaiden luontokerhon ympäristökasvatukselliset tavoitteet?

Mitkä ovat 4–5-vuotiaille sopivia ympäristökasvatuksen keinoja?

Miten luontokerho edistää 4–5-vuotiaiden terveyttä ja hyvinvointia?



Kuva 2. Esimerkki tässä työssä tehdystä sisällönanalyysistä

Kootusta teorian tiedosta kerättiin kysymyksiin kaikki mahdolliset vastaukset. Vastaukset pelkistettiin, jonka jälkeen vastauksista suljettiin pois ainoastaan seuraavat tavoite -kohdat: *taloudellisten, sosiaalisten, poliittisten ja ekologisten tekijöiden keskinäisten riippuvuuksien ymmärtäminen ja ymmärryksen edistäminen luonnossa liikkujien ja käyttäjien välillä*. Ympäristötietoisuuden leviäminen yksilötasolla sekä yhteiskunnassa tavoitteesta jätettiin pois ”yhteiskunnassa”. Nämä suljettiin pois, sillä saadun käsityksen mukaan politiikkaa ja laajoja yhteiskunnallisia asioita ei ole tarpeellista sisällyttää pienten lasten ympäristökasvatuksen tavoitteisiin, vaan aiheet ovat vielä lähellä lasta itseään ja lapsen lähiympäristössä. Pelkistyksellä saatu aineisto ryhmiteltiin ja luokiteltiin. Kuva 2 on esimerkkikuva tämän työn sisällönanalyysin toteutuksesta. Kuvioon on otettu kaksi tekstissä olevaa vastausta kysymykseen, mitkä ovat 4–5-vuotiaiden luontokerhon ympäristökasvatukselliset tavoitteet. Nämä kaksi alkuperäisilmaisua pelkistettiin neljäksi eri ilmaisuksi, jotka taas ryhmiteltiin aineiston perusteella nimettyihin luokkiin. Sisällönanalyysissä saatujen luokkien katsottiin olevan tiivistetty vastaus kehittämistyötä ohjaaviin kysymyksiin. Sisällönanalyysillä saatiin laajasta teorian tiedosta nostettua pääkohdat esille ja niitä hyödynnettiin oppaan tuottamisessa.

6.4 Arviointi ja tulosten levittäminen

Kehittämistyön prosessin mukaisesti viimeiseksi vaiheeksi oppaan suunnittelussa ja toteutuksessa nousivat arviointi ja tulosten levittäminen sekä implementointi eli oppaan käyttöönotto. Tässä viimeisessä arvioinnissa opasta arvioivat opinnäytetyön toimeksiantaja, opinnäytetyöntekijät sekä ohjaavat opettajat opinnäytetyön kokonaisuuden onnistumisen näkökulmasta. Kun oppaan sisältö oli valmis, lähetettiin se toimeksiantajalle arvioitavaksi. Toimeksiantajan arvion mukaan opas on helposti luettava ja mielenkiintoinen sekä monipuolinen ja helppokäyttöinen. Toimeksiantajan näkökulmasta opas on onnistunut kokonaisuus. (Rautamies 2020b.) Oppaan sisällön valmistuttua oppaan ulkoasuun ja taittoon saatiin apua media-alan ammattilaiselta. Toimeksiantajan mukaan täysin valmis opas, on ulkoasultaan hyväntuulinen ja kuvastaa hyvin ympäristökasvatuksen tavoitetta antaa positiivisia kokemuksia ympäristöstä (Rautamies 2020c). Valmis opas on opinnäytetyön liitteenä 3.

Oppaan levittämisestä vastaavat opinnäytetyöntekijät. Oppaan levitys tarkoittaa tässä yhteydessä sitä, että opinnäytetyöntekijät luovuttavat valmiin oppaan toimeksiantajalle sekä esittelevät oppaan ja sen käyttötarkoituksen sekä -mahdollisuudet lastenohjaajille näiden toukokuun kokouksessa. Tämän jälkeen oppaan viimesijainen implementointi on toimeksiantajan vastuulla.

7 YHTEENVETO JA POHDINTA

Oppaaseen pyrittiin kokoamaan hyödyllisiä vinkkejä luontokerhon ohjaajille. Opas sisältää toimintaehdotuksia perusteluineen ja asioita, joita ohjaajan on hyvä huomioida. Oppaassa on kerrottu mitä 4–5-vuotiaan ympäristökasvatuksessa tavoitellaan ja miten ympäristökasvatuksen toiminnot edistävät lasten terveyttä ja hyvinvointia. Esimerkkeinä ulkoilu ja liikkuminen, joihin oppaassa kannustetaan. Nämä ovat ympäristökasvatuksen keinoja, joilla lapsi oppii parhaiten ja samalla edistetään terveyttä ja hyvinvointia.

Luontokerhon vuodenkiertoa suunniteltaessa on otettu huomioon nämä asiat ja siksi siihen on valikoitunut enimmäkseen leikkejä ja tehtäviä, jotka on mahdollista toteuttaa ulkona. Vuodenkierron suunnittelussa on otettu huomioon myös kyseiselle ikäryhmälle ominaisimmat tavat oppia. Yhdessä ihmettely, tutkiminen, toiminta ja ripaus mielikuvitusta ovat avaimet 4–5-vuotiaiden ympäristökasvatuksen tavoitteiden saavuttamiseen.

Tämä opinnäytetyö on tehty sairaanhoitaja- ja sosionomiopiskelijan yhteistyönä. Moniammatillisuus on ollut yhtä aikaa työn rikkaus ja haaste. Eroavaisuudet opinnäytetyöprosessissa eri opintoalojen välillä ovat haastaneet hakemaan yhteistä säveltä. Opinnäytetyön aihe on kuitenkin yhteinen. Ympäristökasvatus sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen ovat kietoutuneet toisiinsa monella tavalla, mikä on tullut hyvin esiin tässä opinnäytetyössä sekä toiminnallisesti tuotetussa oppaassa.

Pitämällä terveyden ja hyvinvoinnin näkökulma mielessä saadaan ympäristökasvatuksesta moninkertainen hyöty. Sama tapahtuu myös toisinpäin. Viettämillä aikaa luonnossa ja tekemällä asioita ympäristön hyväksi saadaan kaupapäälle terveyttä ja hyvinvointia.

7.1 Oppaan hyödynnettävyys

Toimeksiantajan arvion mukaan opas on toimeksiannon mukainen. Tämän perusteella voidaan arvioida, että opas tulee palvelemaan tarkoitustaan luontokerhon kehittämisessä. Voidaan olettaa, että oppaan lukuisista vinkeistä ja ideoista jokainen lastenohjaaja voi löytää omaan työhönsä ja persoonalleen sopivia toimintatapoja. Oppaan hyödynnettävyyteen vaikuttavat houkutteleva ulkoasu, yksinkertainen ja selkeä kieli sekä tarkoin kuvatut toimintatavat ja kaiken kaikkiaan oppaan helppokäyttöisyys.

Opas on luotu nimensä mukaan oppaaksi ympäristökasvatukseen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen luontokerhossa. Oppaan on tarkoitus antaa ideoita ja virikkeitä ympäristökasvatuksen toteuttamiseen. Suunniteltujen ympäristökasvatuskertojen lisäksi oppaaseen on koottu jo valmiiksi verkosta löytyviä lisämateriaaleja, mikä lisää oppaan pitkäaikaista hyödynnettävyyttä. Kun valmiiksi ideoidut kerhokerrat on viety useasti läpi tai kaipaa työhön vielä lisääideoita, löytyy niitä oppaan lisämateriaali-linkeistä.

Vaikka opas on suunniteltu ja toteutettu Haminan seurakunnan lapsityölle luontokerhon kehittämiseen, voivat opinnäytetyöntekijät hyödyntää oppaan teossa syntynyttä osaamistaan tulevaisuudessa. Opas sopii sellaisenaan moniin muihinkin lapsiryhmiin ympäristökasvatuksen tueksi.

7.2 Työn luotettavuus ja eettisyys

Ammattikorkeakoulut noudattavat niille laadittuja yhteisiä suosituksia ja hyvän tieteellisen käytännön mukaisia toimintatapoja opinnäytetyöprosesseissaan. Tämä tarkoittaa sitä, että opinnäytetöissä on toimittava lainsäädännön ja hyvän tieteellisen käytännön mukaan. (Arene 2018.)

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2012, 6) mukaan tieteellinen tutkimus on eettisesti hyväksyttävä ja luotettava, mikäli sen teossa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Tutkimuseettinen neuvottelukunta määrittelee hyvän tieteellisen käytännön periaatteiksi muun muassa rehellisen, huolellisen ja tarkan tutkimustyön sisältäen tulosten tallentamisen ja esittämisen sekä tutkimuksen ja sen tulosten arvioinnin. Tiedonhankinnassa, tutkimusmenetelmissä ja arviointimenetelmissä sovelletaan tieteellisen tutkimuksen kriteereitä ja eettisiä

periaatteita. Raportoinnissa tulee noudattaa avoimuutta ja vastuullisuutta. Lähdeviitteiden tulee olla asianmukaiset ja tutkimus tulee suunnitella, toteuttaa ja raportoida tieteelliselle tiedolle määriteltyjen vaatimusten mukaisesti. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6.)

Vaikka opinnäytetyö on toiminnallinen kehittämistehtävä, on sen teossa noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Opinnäytetyöntekijät ovat hankkineet opinnäytetyölle kattavan teoreettisen viitekehyksen, jonka raportoinnissa on käytetty asianmukaisia lähdeviitteitä. Kehittämistyö on kuvattu avoimesti ja totuuden mukaisesti ja raportoitu ammattikorkeakoulun ohjeiden vaatimalla tavalla.

Opinnäytetyön menetelmänä käytettiin dialogista keskustelua, joka on kehittämistyön keskustelua edistävä menetelmä. Menetelmässä korostuu kaikkien osallisten näkemysten hyväksyminen ja avoin vuorovaikutus. Tämä avoin vuorovaikutus lisää luotettavuutta paitsi toimijoiden välillä myös koko opinnäytetyön osalta, kaikkien näkemysten hyväksyminen ja huomioiminen taas vahvistavat opinnäytetyön eettisyyttä.

Oppaan teossa käytettiin teorian tiedon tiivistämisen menetelmänä sisällön analyysiä, jonka avulla varmistettiin, että kaikki tärkeä tieto varmasti päätyy oppaaseen. Sisällön analyysin keinoin siis varmistettiin oppaan luotettavuutta.

Työn eettisyyteen ja luotettavuuteen liittyy myös opinnäytetyön moniammatillinen toteutus. Moniammatillisuudella työhön saatiin avarakatseisuutta, kun työtä toteutettiin molempien alojen ammatillisin ottein. Moniammatillisuuden myötä työhön saatiin useampi ohjaaja. Näin ollen työstä saatiin enemmän palautetta, jonka pohjalta työtä pystyttiin kehittämään eettisesti kestäväksi ja luotettavaksi.

7.3 Jatkotutkimusehdotuksia

Tässä opinnäytetyössä syntyi opas Haminan seurakunnan luontokerhon ohjaajille luontokerhon ympäristökasvatuksen kehittämiseen. Jatkotutkimuksena olisi mielenkiintoista selvittää, onko oppaasta ollut hyötyä luontokerhon ohjaajille. Kun opas on otettu käyttöön voisi tutkia, mikä luontokerhossa on oppaan

myötä muuttunut eli onko luontokerhon ympäristökasvatuksessa tapahtunut kehitystä. Koska opas on suunnattu luontokerhon ohjaajien työn tueksi, jatkossa voidaan tutkia, kokevatko lastenohjaajat olevansa ympäristökasvattajia.

Opinnäytetyön teoreettista viitekehystä kasattaessa kaivattiin tutkimuksia muun muassa siitä, miten luonnossa oleminen vaikuttaa 4–5-vuotiaiden lasten mielialaan, onko luonnossa liikkuminen muuta liikuntaa hyödyllisempää alle kouluikäisille lapsille sekä millaiset ympäristökasvatuksen tavoitteet ja tavat sopivat parhaiten 4–5-vuotiaille lapsille. Tällaiset aiheet voivat olla edellä mainittuja laajempia jatkotutkimuksia.

LÄHTEET

- Aaskov Knudsen, M. 2019. Ympäristökasvattajuus. Teoksessa Sandberg, E., Aaskov Knudsen, M., Rohde, T. & Kettunen, A. (toim.) 2019. Ympäristökasvatusta Pohjoismaissa. Kirja elämyksistä, oppimisesta ja osallisuudesta ihmisen ja luonnon välisessä kanssakäymisessä. Kööpenhamina: Pohjoismaiden ministerineuvosto, 143–152. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1367637/FULLTEXT01.pdf> [viitattu 3.3.2020].
- Arene. 2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.arene.fi/julkaisut/ammattikorkeakoulujen-opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/> [viitattu 28.3.2020].
- Cantell, H. 2011. Lapsuus ja nuoruus ympäristösuhteen perustana. Teoksessa Niemelä, J., Furman, E., Halkka, A., Hallanaro, E.-L., Sorvari, S. (toim.) 2011. Ihminen ja ympäristö. Helsinki: Gaudeamus, 332–338.
- Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus s.a. Kymenlaakson ympäristökasvatusstrategia 2012–2020. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.kymenlaakso.fi/attachments/article/5331/Kymenlaakson_ympkasv_strategia.pdf. [viitattu 13.3.2020].
- FEE Suomi s.a. Vihreä Lippu. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://vihrealippu.fi/> [viitattu 15.3.2020].
- Finlands Svenska Idrott. s.a. Skogsmulle. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://idrott.fi/barnochunga/skogsmulle/>. [viitattu 18.3.2020].
- Haahtela, T., Hanski, I., von Hertzen, L., Jousilahti, P., Laatikainen, T., Mäkelä, M., Puska, P., Reijula, K., Saarinen, K., Vartiainen, E., Vasankari, T. & Virtanen, S. 2017. Luontoaskel tarttumattomien tulehdustautien torjumiseksi. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 133, (1), 19–26. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2017/1/duo13480>. [viitattu 3.3.2020].
- Haminan seurakunta. s.a. Kerhot 2–7v. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.haminanseurakunta.fi/kerhot-4-7-vuotiaille/> [viitattu 3.1.2020].
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. 10. painos. Helsinki: Tammi.
- Huttunen, J. 2018. Mitä terveys on? Lääkärikirja Duodecim. Päivitetty 26.1.2018. Saatavissa: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903. [viitattu 15.11.2019].
- James, P., Banay, R. & Hart, J. 2015. A Review of the Health Benefits of Greenness. *Current Epidemiology Reports* 2. 131–142. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40471-015-0043-7>. [viitattu 12.3.2020].
- Kirkon ympäristödiplomin käsikirja 2012. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2012:1. Helsinki: Kirkkohallitus. WWW-dokumentti. Saatavissa:

https://evl.fi/documents/1327140/49488564/KH_diplomik%C3%A4si-kirja_taitto_11+3.pdf/a1862247-4739-6b58-1e46-c29aae00787f [viitattu 8.12.2019].

Koivula, M. 2013. Yhteisöllisyyden rakentuminen päiväkodin arjessa. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus. 19–43.

Kotimaisten kielten keskus s.a. Vinkkejä ohjetekstin tekijöille. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.kotus.fi/ohjeet/virkakieliohjeita/ohjeita_ohjeiden_tekijoille. [viitattu 1.4.2020].

Kuittinen, O., Lehtonen, J. & Sipari, P. 2011. Voimaannuttavat vihannekset-kaupunkiviljely 2010-luvun ympäristövaikuttamisena. Teoksessa Harju-Autti, P., Neuvonen, A. & Hakkarainen, L. 2011. Ympäristötietoisuus. Suomalaiset 2010-lukua tekemässä. Helsinki: Ympäristöministeriö & Rakennustieto Oy, 103–111.

Laine, A., Elonheimo, M., Kettunen, A. 2018. Loikkaa ulkoluokkaan - Opas ulkona opettamiseen. Suomen ympäristöopisto SYKLI. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://ulkoluokka.fi/wp-content/uploads/2020/01/ulkoluokka-nettiin.pdf>. [viitattu 22.3.2020].

Lapsen oikeuksien viestinnän yhteistyöverkosto s.a. Lapsen oikeuksien sopimus turvaa lasten ihmisoikeudet. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.lapsenoikeudet.fi/lapsen-oikeuksien-sopimus-turvaa-lasten-ihmis-oikeudet/> [viitattu 6.11.2019].

Laukkanen, R. 2010. Luontoliikunta ja terveys - Kooste luonnon ja luontoliikunnan terveysvaikutuksista perustuen valikoituihin tieteellisiin tutkimuksiin. Raportti Suomen ladulle. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://docplayer.fi/7978019-Luontoliikunta-ja-terveys.html> [viitattu 3.3.2020].

Lindeman, A. 2018. Varhaiskasvattajien näkemyksiä luontoliikunnasta suomalaisissa päiväkodeissa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/59741/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201810034309.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 11.3.2020].

Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä. PS-kustannus.

Metsähallitus. 2020. Luonto houkuttelee liikkumaan. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.luontoon.fi/retkeilynabc/terveyttajahyvinvointialuonosta/luontoliikunta>. [viitattu 12.3.2020].

Mitchell, R. 2013. Is physical activity in natural environments better for mental health than physical activity in other environments? *Social science & medicine*. 130–134. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com.ezproxy.xamk.fi/science/article/pii/S0277953612003565?via%3Dihub>. [viitattu 17.1.2020].

MLL s.a. Lapsen kasvu ja kehitys. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/lapsen-kasvu-ja-kehitys/4-5-v/> [viitattu 15.3.2020].

Neitola, M. 2013. Vertaissuhteiden merkitys ja muotoutuminen kasvuyhteisöissä. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus. 99–130.

Nykänen, R. 2019. Ympäristökasvatus ja luonnonsuojelu. Teoksessa Sandberg, E., Aaskov Knudsen, M., Rohde, T., Kettunen, A. (toim.) 2019. Ympäristökasvatusta Pohjoismaissa. Kirja elämyksistä, oppimisesta ja osallisuudesta ihmisen ja luonnon välisessä kanssakäymisessä. Kööpenhamina: Pohjoismaiden ministerineuvosto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1367637/FULLTEXT01.pdf> [viitattu 26.2.2020].

Opetushallitus. 2019. MoveI-mittaustulokset. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/koko-maa-hela-landet.pdf> [viitattu 1.1.2020].

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf> [viitattu 1.3.2020].

Parkko, L. 2019. Lastenohjaaja. Haastattelu 26.11.2019. Haminan seurakunta / Lapsityö.

Parikka-Nihti, M. & Suomela, S. 2014. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Parikka-Nihti M. 2011. Pieniä puroja. Kasvua kohti kestävää kehitystä. Lasten Keskus.

Polvinen, K., Pihlajamaa, J. & Berg, P. 2012. Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille. Kuvauksia luonnon hyvinvointivaikutuksista, palveluista ja malleista palveluiden kehittämiseen. PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://media.sitra.fi/2017/02/27174148/Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille-2.pdf](https://media.sitra.fi/2017/02/27174148/Luonnosta_hyvinvointia_lapsille_ja_nuorille-2.pdf). [viitattu 12.3.2020].

Puhakka, S., Pyky, R., Lankila, T., Kangas, M., Rusanen, J., Ikäheimo, T.M., Koivumaa-Honkanen, H. & Korpelainen, R. 2018. Physical Activity, Residential Environment, and Nature Relatedness in Young Men – A Population-Based MOPO Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.mdpi.com/1660-4601/15/10/2322> [viitattu 13.3.2020].

Raittila, R. 2017. Ympäristökasvatus on lasten toimintaa. Teoksessa: Hujala, E., Turja, L. (toim.) 2017. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 4. painos. Jyväskylä: PS-kustannus, 210–220.

Rautamies, M. 2019. Lapsityönohjaaja. Sähköpostiviesti 9.12.2019. Haminan seurakunta / Lapsityö.

Rautamies, M. 2020a. Lapsityönohjaaja. Sähköpostiviesti 18.3.2020. Haminan seurakunta / Lapsityö.

Rautamies, M. 2020b. Lapsityönohjaaja. Sähköpostiviesti 23.3.2020. Haminan seurakunta / Lapsityö.

Rautamies, M. 2020c. Lapsityönohjaaja. Sähköpostiviesti 6.4.2020. Haminan seurakunta / Lapsityö.

Rohde, T. 2019. Ympäristökasvatus osana yhteiskuntaa. Teoksessa Sandberg, E., Aaskov Knudsen, M., Rohde, T., Kettunen, A. (toim.) 2019. Ympäristökasvatusta Pohjoismaissa. Kirja elämyksistä, oppimisesta ja osallisuudesta ihmisen ja luonnon välisessä kanssakäymisessä. Kööpenhamina: Pohjoismaiden ministerineuvosto, 25–35. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1367637/FULLTEXT01.pdf> [viitattu 26.2.2020].

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOT - Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.fsd.tuni.fi/metelmaopetus/kvali/L7_3_2.html. [viitattu 2.4.2020].

Saarikoski, R. 2016. Kenkien osto ja sisäänajo. Terveet jalat. Lääkärikirja Duodecim. WWW-dokumentti. Päivitetty 22.12.2016. Saatavissa: https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=tju00280. [viitattu 20.3.2020].

Sahi, V. 2014. Koulumetsäopas. Käsikirja koulujen ja päiväkotien lähimetsien käyttöön ja turvaamiseen. Helsinki: Suomen luonnonsuojeluliitto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sll.fi/app/uploads/2018/08/Koulumetsa-opas2014.pdf> [viitattu 19.3.2020].

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäyttyöhön. Opas opettajille, opiskelijoille ja TKI-henkilöstölle. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.

Salonen, K., Eloranta, S., Hautala, T. & Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 108. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166494.pdf> [Viitattu 19.3.2020]

Sandberg, E., Aaskov Knudsen, M., Rohde, T. & Kettunen, A. (toim.) 2019. Ympäristökasvatusta Pohjoismaissa. Kirja elämyksistä, oppimisesta ja osallisuudesta ihmisen ja luonnon välisessä kanssakäymisessä. Kööpenhamina: Pohjoismaiden ministerineuvosto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1367637/FULLTEXT01.pdf> [viitattu 3.3.2020].

Suomen evankelis-luterilainen kirkko. 2019a. Hiilineutraali kirkko. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://evl.fi/plus/yhteiskunta-ja-kirkko/kestava-kehitys/hiilineutraali-kirkko> [viitattu 7.1.2020].

Suomen evankelis-luterilainen kirkko. 2019b. Ympäristödiplomi. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://evl.fi/plus/yhteiskunta-ja-kirkko/kestava-kehitys/ym-paristodiplomi> [viitattu 15.11.2019].

Suomen Latu s.a. Metsämörri. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.suomenlatu.fi/ulkoile/lastentoiminta/metsa-morri.html?gclid=Cj0KCQjwjcfzBRCHARIsAO-1 OpW0mqSWJpoZGL-jVfNBye17it7Gy-TP940XMxlSkRmZJvL323DyiY0aAtTUEALw_wcB [viitattu 18.3.2020].

Suomen luonto- ja ympäristökeskusten liitto ry s.a. Pukeutumisohejeita. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.luontokoulut.fi/sisaiset/pukeutumisohejeita/> [viitattu 19.3.2020].

THL. 2018. Terve suhde luontoon ja luonto osaksi päiväkotien ja lapsiperheiden arkea. WWW-dokumentti. Päivitetty 10.10.2018. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/-/terve-suhde-luontoon-ja-kiertotalous-osaksi-paivakotien-ja-lapsiperheiden-arkea> [viitattu 22.1.2020].

THL. 2019a. Hyvinvointi- ja terveyserot. Hyvinvointi. WWW-dokumentti. Päivitetty 23.10.2019. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveys-erot/eriarvoisuus/hyvinvointi> [viitattu 15.11.2019].

THL. 2019b. Hyvinvointi- ja terveyserot. Osallisuus. WWW-dokumentti. Päivitetty 1.11.2019. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>. [viitattu 12.3.2020].

THL. 2019c. Nuorten syrjäytyminen. WWW-dokumentti. Päivitetty 6.5.2019. Saatavissa: https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen [viitattu 31.3.2020].

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf [viitattu 28.3.2020].

Tyrväinen, L. 2014. Luontoalueilla terveyttä: onko ympäristön laadulla väliä. Julkaisussa Jäppinen, J.-P., Tyrväinen, L., Reinikainen, M. & Ojala, A. Luonto lähelle ja terveydeksi. Ekosysteemipalvelut ja ihmisen terveys. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/153461>. [viitattu 16.1.2020].

Wahlström, R. & Juusola, M. 2017. Vihreä hoiva ja kasvatus. Luontoherkkyysharjoituksia ja ympäristökasvatusta lapsille sekä nuorille. 2. painos. Helsinki: Artemia.

Tutkimustaulukko

Tutkimuksen tekijä, nimi ja vuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimusmenetelmä
James, P., Banay, R. & Hart, J. 2015. A Review of the Health Benefits of Greenness.	Selvittää millä tavoin luonto edistää terveyttä	Kirjallisuuskatsaus
Lindeman, A. 2018. Varhaiskasvat- tajien näkemyksiä luontoliikun- nasta suomalaisissa päiväko- deissa.	Tutkia luontoliikunnan to- teutumista suomalaisissa päiväkodeissa.	Kvantitatiivinen tutki- mus
Mitchell, R., 2013. Is physical activ- ity in natural environments better for mental health than physical ac- tivity in other environments?	Selvittää onko luonnon ympäristöissä liikkumi- sesta enemmän hyötyä mielenterveydelle kuin liikkumisesta muissa ym- päristöissä.	Havaintotutkimus
Puhakka, S. ym 2018. Physical Ac- tivity, Residential Environment, and Nature Relatedness in Young Men – A Population-Based MOPO Study.	Selvittää luontosuhteen ja fyysisenaktiivisuuden suh- detta sekä näiden suh- detta lapsuuden fyysiseen aktiivisuuteen.	Kvantitatiivinen tutki- mus

Raportti

26.11.2019

Tutustuminen luontokerhoon

Kävimme tutustumassa Haminan seurakunnan luontokerhoon 26.11.2019. Luontokerho on opinnäytetyömme kohteena. Kerhoa pidetään tiistaisin ja torstaisin klo 9.30-11.30 Haminan Husulassa. Kerho on suunnattu 4–5-vuotiaille lapsille. Kerho pidetään pääasiassa ulkona, mutta tarvittaessa voidaan olla myös sisällä. Haminan seurakunnalla on ollut luontokerho jo usean vuoden ajan, mutta toimipiste ja ohjaajat ovat välillä vaihtuneet.

Mukana olijat

Opinnäytetyöntekijät, kerhonohtaja ja kahdeksan kerholaista.

Tavoite

Tavoitteena päästä tutustumaan kerhon toimintaan paikanpäälle kontekstin hahmottamiseksi. Tarkoituksena myös haastatella ohjaajia avoimin kysymyksin sekä havainnoida kerhon ympäristöpedagogista toimintaa.

Kerhopäivän sisältö

Lasten saavuttua paikalle puettiin heijastinliivit päälle ja lähdettiin ulos kävelylle. Matkalla ohjaaja kertoi lapsille vastaan tulevista asioista mm. orapihlajapensas on pikkulintujen suojapaikka ja kivenkolo saattaa olla jonkun muun eläimen piilopaikka. Ihasteltiin myös kontiaisen tekemiä kekoja, joita ei vielä edellisellä kerhokerralla ollut. Myös routa oli tehnyt omia jälkiään. Sillalla leikittiin pukileikkiä, johon sattumalta vastaan tullut mies osallistui. Lähimetsässä lapset rakensivat majaa, kuunneltiin lintujen ääniä ja pidettiin jokaiseen kerhokertaan kuuluva hartaushetki. Lopuksi palattiin sisätiloihin syömään eväät.

Arvio

Lapset viihtyivät luontokerhossa. Majanrakentaminen ja kivillä hyppiminen oli mieleisimpiä puuhia, joissa myös motoriset taidot sekä yhteistyötaidot harjaantuvat. Kasvit ja eläimet olivat myös kiinnostavia. Mikä on kontiainen? Miksi se on sokea? Näiden lisäksi saatiin kuulla monta muuta kysymystä ja kysymyksiä seurasi lasten omat tarinat.

Kerholaiset vaikuttivat yhteisöltä, joka oli innoissaan omasta toiminnastaan ja esitteli sitä mielellään vierailijoille. Ohjaaja otti jokaisen huomioon ja antoi mahdollisuuden osallisuuden ja yhdenvertaisuuden kokemiseen.

Haastattelu

Kerhonohtaja kertoi kerhon toiminnasta ja häntä haastateltiin avoimin kysymyksin. Kerhoa ei suunnitella tarkasti etukäteen vaan toiminta vaihtelee sen mukaan, mitä luonnossa tulee vastaan ja mikä lapsia kiinnostaa. Kiireetön ihmettely ja luonnon asioiden äärelle pysähtyminen ovat luontokerhon ydintä. Luonto on osana myös muissa seurakunnan kerhoissa

Luontokerho on alkanut Vehkalinnassa 2000 luvun aikana. Kerhon nykyisessä toimipisteessä Husulassa kerhoa on pidetty muutaman vuoden ajan.

Kerhossa:

- harjoitellaan jätteen lajittelua
- kerätään roskia luonnosta
- toiminta saanut vaikutteita metsämörri-ideologiasta
- vietetään aikaa ulkona ja luonnonympäristöissä

YMPÄRISTÖKASVATUS Opas



SISÄLLYS

- 1 YMPÄRISTÖKASVATUS PÄHKINÄNKUORESSA
 - 2 YMPÄRISTÖKASVATUS 4–5-VUOTIAILLE
 - 3 YMPÄRISTÖKASVATUKSEN VUODENKIERTO
 - 4 IDEOITA LUONTOKERHON TAVOITTEELLISEEN
YMPÄRISTÖKASVATUKSEEN
 - 5 VARUSTEET JA TURVALLISUUS
 - 6 LISÄMATERIAALIA
- LÄHTEET

1 YMPÄRISTÖKASVATUS PÄHKINÄNKUORESSA

Mitä? Ympäristökasvatus on tiedon lisäämistä, luontosuhteen vahvistamista sekä toimintaa luonnossa ja luonnon hyväksi.

Miksi? Ympäristökasvatus lisää ymmärrystä siitä, että ihminen on osa luontoa. Kun pidämme huolta luonnosta, pidämme samalla huolta myös itsestämme ja toisistamme.

Ympäristökasvatuksen pidemmän tähtäimen hyötyjä: positiivinen muutos arvoihin ja asenteisiin, psyykkiset ja fyysiset terveysvaikutukset.

Miten? Leikkien, liikkuen ja paikkoja nuuskien
Lasten omaa aktiivisuutta hyödyntäen
Terveyttä ja hyvinvointia edistäen
Mahdollisuuksia tarjoten
Ympäristön monimuotoisuutta lapsen normaalin kehityksen tukemisessa hyödyntäen
Antaen aikaa ja tilaa lapsen omille kysymyksille ja havainnoille



2 YMPÄRISTÖKASVATUS 4-5-VUOTIAILLE

4-5-vuotiaiden ympäristökasvatukselliset tavoitteet

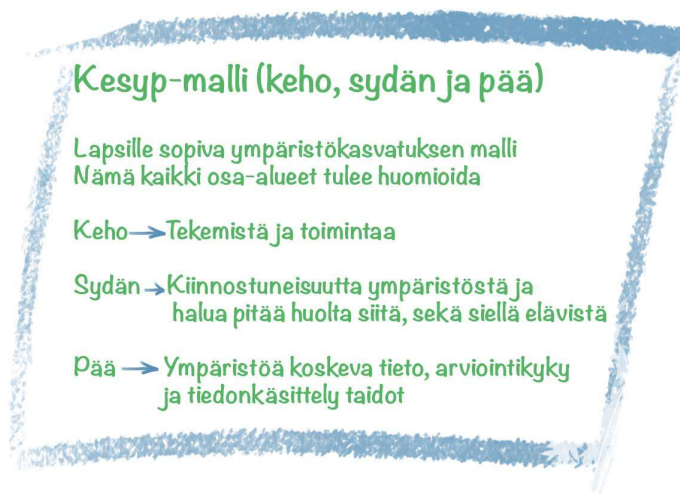
Tiedon lisääminen
Luontosuhteen vahvistaminen
Ihmisen ja luonnon välisten suhteiden ymmärtäminen
Toiminnan ja kokemusten mahdollistaminen

Sopivat ympäristökasvatuksen keinot

Toiminta
Ympäristön hyödyntäminen
Mahdollisuuksien tarjoaminen
Lapsen huomioiminen
Suunnittelu

Luontokerho edistää 4-5-vuotiaiden terveyttä ja hyvinvointia

Tukemalla ihmisen yhteyttä luontoon voidaan edistää terveyttä.
Luonto vaikuttaa terveyteen
–luonnon näkemisen ja havainnoinnin kautta
–luonnon läheisyydessä olemisen kautta
–luonnossa tapahtuvan aktiivisen tekemisen ja osallistumisen kautta.

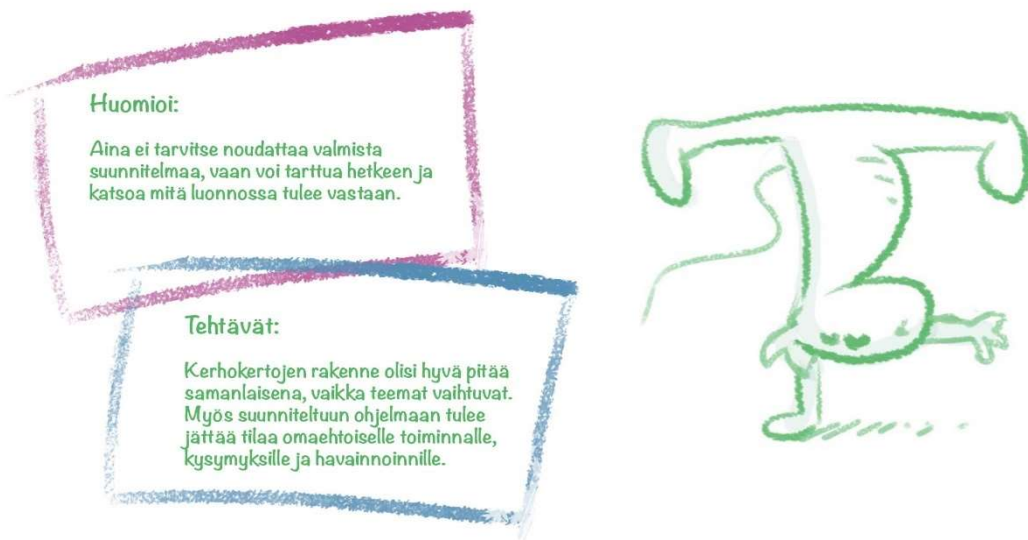


3 YMPÄRISTÖKASVATUKSEN VUODENKIERTO

Vuodenkierto suunnitellaan kerhoajalle syyskuusta toukokuuhun.

Suunnittelussa huomioidaan vuodenajat sekä kirkkovuosi, 4–5-vuotiaiden ympäristökasvatukselliset tavoitteet ja tälle ikäryhmälle sopivat ympäristökasvatuksen keinot.

Seuraavien sivujen taulukossa valmis suunnitelma, josta voi vilkaista vinkkejä, vaikka jokaiselle kerhoviikolle. Suunnitelmaa voi toteuttaa osittain ja tehdä kivoimmat jutut uudestaan.



Miksi teen näin?				
Valmistelu <ul style="list-style-type: none"> teema tarvikkeet työnjako 	Aloitus <ul style="list-style-type: none"> teeman esittely virittäytyminen 	Toiminta <ul style="list-style-type: none"> ympäristökasvattajuus osallistuminen paikka käytännöt (ohjattu toiminta, omaehtoinen toiminta jne.) 	Lopetus <ul style="list-style-type: none"> yhteenveto arviointi, palaute pieni extra 	Arviointi <ul style="list-style-type: none"> yhteenveto työparin kesken muutokset tarvittaessa uudet ideat
Kuinka teen?				

Aaskov Knudsenin suunnittelumalli sovellettuna luontokerhon tarpeisiin (Aaskov Knudsen 2019, 145.)

Luontokerhon ympäristökasvatuksellinen vuodenkierto

<i>Kuukausi</i>	<i>Aihe</i>	<i>Toteutus</i>	<i>Materiaalit</i>	<i>Huomioitavaa</i>
<i>Syyskuu</i>	Ryhmäytyminen	Tutustumisleikkejä, esim. nimi ja liike -leikki, nimi-pallo- tai nimi-pehmolelu-leikki. Yhteisiä sääntöleikkejä esim. kapteeni káskee, seuraa johtajaa jne.	pallo tai pehmolelu mikäli kyseinen leikki valitaan tutustumisleikiksi	Nimi ja liike -leikissä jokainen leikkijä sanoo vuorollaan nimensä ja esittää jonkun liikkeen. Tämän jälkeen kaikki sanovat nimen yhteen ääneen ja esittävät valitun liikkeen. Nimi-pallo- tai nimi-pehmolelu-leikissä pallo tai pehmolelu kiertää piirissä. Se jonka kädessä pallo tai pehmolelu on, sanoo oman nimensä. Nimi kierroksen jälkeen palloa tai pehmolelua heitetään muille osallistujille. Heittäjän tulee sanoa sen henkilön nimi, jolle pallon tai pehmolelun heittää.
	Jokamiehen-oikeudet	Alustus jokamiehen-oikeuksista. Jokamiehen-oikeus-korttien löytäminen lähimaastosta. Korttien ripustaminen pyykkinarulle. Saa = vihreä naru Ei saa = punainen naru	pyykkinarut esim. matonkuteesta (vihreä ja punainen) pyykkipojat jokamiehen-oikeus-kortit (laminoituina tai kontaktimuovilla päällystettynä)	Valmista jokamiehen-oikeuksista kuvakortit. Voit kuvittaa kortit itse tai etsiä valmiita kuvia internetistä. Jälkimmäisessä tapauksessa huomioi kuvien tekijänoikeudet. Huomioi, että kuvat ovat saa- ja ei saa tehdä -asioita liittyen jokamiehen-oikeuksiin. Käy piilottamassa kortit lähiympäristöön ennen kerhon alkamista. Kiinnitä ”pyykkinarut” luonnossa esim. kahden puun väliin lapsille sopivalle korkeudelle.
	Luonnonvärit ja muodot	Muodot: Lapsille näytetään perusmuotoa. Lapsen tehtävä on löytää luonnosta tuo muoto ja mennä sen luo. Värit: Lapset jaetaan pareittain. Jokaiselle parille annetaan ruudukko,	perusmuodot (kolmio, neliö, ympyrä, suorakulmio), laminoituna tai kontaktimuovilla päällystettynä	Tee perusmuodot ja väriruudukot valmiiksi. Väriruudukkoon kannattaa valita muutama väri, joita luonnosta voi löytää, esim. harmaa, ruskea, vihreä ja oranssi. Toki muitakin värejä voi käyttää, sillä lapset voivat löytää niitä vaikka hanskoistaan.

		jossa on muutama väri. Parin tehtävä on tuoda ruudukon värin päälle kyseinen väri luonnosta.	väriruudukot laminoituna tai kontaktimuovilla päällystettynä	
<i>Syyskuu</i>	Liikkujan viikko: luonto liikuntaa	Luontoparkour Temppuja luonnossa, kivetä kivelle hyppimistä, tasapainoilua, kiipeämistä yms. Jokainen voi tehdä omalla tyyllillä.		Euroopan liikkujan viikko vuosittain 16.-22.9. Kannusta perheitä liikkumaan asiointimatkoja mm. kävellen ja polkupyörällä. Innosta perheitä leikkimään yhdessä liikuntaleikkejä.
<i>Lokakuu</i>	Syksy, syksynsato	Metsän sato: Metsän satoa voidaan käydä läpi etsimällä metsästä syötäviä marjoja, ketunleipiä, sieniä yms. Voidaan myös keskustella mil-laista metsän satoa eri eläimet löytävät ja tarvitseeko eläinten säilöä ruokaa talveksi. Puutarhan sato: Syksyn satoa voidaan käsitellä myös puutarhan satona, jolloin lapset voivat tuoda kerhoon näyttille tai jopa maistettavaksi oman puutarhan satoa tai poimimiaan villiyrtejä.	Tietokirja metsän sadosta: marjoista, sienistä tai villiyrteistä Tietokirja eläimistä, niiden ravinnosta ja ravinnonhankinnasta Tietokirja kotimaisista puutarhakasveista ja villiyrteistä	Informoi perheitä, jos päätätte pitää näyttelyn syksyn sadosta. Mikäli suunnittelet antavasi lasten maistaa näyttille tuotuja/metsästä löytyviä tuotteita, ota selvää lasten allergioista. Varaudu tällöin myös sopivin välinein esim. veitset, lautaset jne. Aiheeseen sopiva laulu: Kasvislaulu (Kukkuu, kukkuu, pikkulanttu nukkuu...)

	Syksy, ruska	<p>Ruska taidetta: etsikää luonnosta kauneimmat lehdet ja painakaa ne taiteeksi pulloväreillä maalauspaperille tai kangasväreillä kankaalle.</p> <p>Vaihtoehtoisesti lehtien ääriviivat voi piirtää lehden avulla paperille esim. liidulla tai tehdä katoavan taideteoksen lehdistä esim. kiven päälle</p>	<p>pullovärit + maalauspaperi, kangasvärit + kangas tai liidut + paperi</p>	<p>Lisää ideoita ruska taiteeseen lasten kanssa löydät internetistä esim. hakanalla: ruska taidetta lapsille.</p> <p>Taiteen teon lomassa voi lasten kanssa pohtia ruskan syntyä ja merkitystä (kasvit valmistautuvat talveen ja lopettavat yhteyttämisen. Lehtivihreä hajoaa ja vetäytyy varsiin, runkoon tai juuriin. Vihreän alta paljastuvat kauniit ruskan värit).</p>
	Kerhon oma luontokohde, vuodenaikaseuran aloitus: syksy	<p>Valitaan luontokerholle oma luontokohde, esim. puu tai kivi. Miltä kohteesta näyttää, tuntuu, tuoksu ja kuulostaa?</p> <p>Dokumentoidaan kuvamalla tai piirtämällä. Ohjaaja voi kirjoittaa lasten esiin nostamia asioita muistiin.</p>	<p>Dokumentointivälineet</p>	
	Eläintenviikko, eläintenpäivä 4.10.	<p>Eläinaiheisia leikkejä esim. hanhi ja ankka, eläinsokko, eläinpantomiimi, liikutaan kuin eläimet</p>		<p>Mikäli ryhmässä ei ole allergisia lapsia, voit saada eläimen kethovierailulle esim. karvakavereiden kautta ottamalla yhteyttä Kotkan koordinaattoriin Zaida Öhmaniin sähköpostilla: kotka@suomenkarvakaverit.fi</p>
<i>Marraskuu</i>	Älä osta mitään -päivä	<p>Turinaa tavaroista: Tavaroita tulisi kohdella kuin ystävää, jotta välttäisiin uuden ostamiselta. Keskustellaan tavaroitten käsittelystä, kestävydestä ja korjaamisesta.</p>		<p>Älä osta mitään -päivä vuosittain marraskuun viimeisenä perjantaina.</p> <p>Korjausleikki: Valitaan alueelta paikka, joka nimetään roskikseksi ja paikka, joka nimetään korjauspaikaksi. Leikkijät ovat vapaasti, kunnes ohjaaja sanoo tavaran mikä meni rikki (esim. reppu meni</p>

		Leikitään korjausleikkiä.		rikki). Leikkijät, joiden mielestä reppun voi korjata menevät korjauspaikalle, muut roskikseen. Kysellään millä voi korjata tai miksi ei voi korjata ja leikki jatkuu uusien tavaroilla.
	Luonnon valmistautuminen talveen	Tutkitaan yhdessä, näkyykö luonnossa merkkejä talven tulosta. Mitä merkkejä voisi näkyä? Mitä merkkejä näkyy puissa, entä mitä eläimissä (muuttolinnut, talvikarva, talvihorros)?		Aiheeseen sopiva laulu esim. havupuun ja lehtipuun. Aiheeseen sopiva leikki esim. karhu nukkuu.
	Luonnon suojeleminen ja uhanalaiset lajit	Valokuvasuunnistus: lapset etsivät pareittain valokuvan avulla piilotetut kuvat uhanalaisista lajeista. Ripustetaan löytyneet lajit narulle. Lopuksi käydään läpi yhdessä löytyneet lajit ja keskustellaan uhanalaisuudesta.	suunnitukseen sopivat valokuvat (laminoituna tai kontaktimuovilla päällystettynä) kuvat uhanalaisista lajeista (laminoituna tai kontaktimuovilla päällystettynä) naru (esim. maton kude) pyykkipojat	Tehtävässä voidaan tutustua esim. Suomen uhanalaisiin eläinlajeihin, tuoreimman tiedon lajeista löydät internetistä. Sopivia lajeja ovat esim. naali, saimaannorppa, ahma, susi, liito-orava ja hilleri. Ota valokuvat ja kuvita lajikortit sekä laminoi tai päällystä ne kontaktimuovilla. Ripusta naru esim. puiden väliin lapsille sopivalle korkeudelle. Aiheen käsittelyssä voi käyttää apuna lisäksi Värinauttien Ole hyvä luonnolle -julistetta osoitteesta: https://www.varinautit.fi/wp-content/uploads/2020/03/ole_hyva_luonnolle_juliste.pdf
	Ihminen ja ympäristö	Tarkkailla ympäristöä. Löytävätkö lapset sieltä, mikä on ihmisen aikaansaannosta tai tekemää (roskat, rakennukset, puiden harvennus)? Miltä voisi näyttää ilman		Aiheeseen käsittelyssä voi käyttää apuna lisäksi Värinauttien Ole hyvä luonnolle -julistetta osoitteesta: https://www.varinautit.fi/wp-content/uploads/2020/03/ole_hyva_luonnolle_juliste.pdf

		ihmisen aikaansaannoksia? Miten se vaikuttaisi elämäämme?		Kuuntele lasten mietteet aiheesta huolella ja rikasta pohdintaa omalla elämäkokemuksellasi.
--	--	---	--	---

Luontokerhon ympäristökasvatuksellinen vuodenkierto

Kuukausi	Aihe	Toteutus	Materiaalit	Huomioitavaa
Joulukuu	Maapallo	Saippuakuplan puhallus: Mitä kupla muistuttaa? Maapalloa. Kupla menee herkästi rikki. Maapallostakin on pidettävä hyvä huoli, mutta miten? Maapalolla käytetään energiaa muun muassa lämmitykseen. Tuleeko sinulle lämmin, jos olet kuin energiaa tuottava tuulivoimala (heilutat käsiä kuin tuulimylly)?	saippuakuplatarevikkeet	Kuuntele lasten mietteet aiheesta huolella ja rikasta pohdintaa omalla elämäkokemuksellasi.
Joulukuu	Satutuokio	Satu herää luonnossa eloon. Etsikää ympäristöstä rauhoittava paikka sadun kuuntelulle, esim. suuren kuusen alta.	satukirja istuinalustat	Voit lukea sadun kirjasta tai keksiä sen itse. Satuhetken luonnossa voi toteuttaa myös draaman keinoin esim. käsinukkejen avulla. Muista varata kerholaisille istuinalustat satuhetken ajaksi (ne voi askarrella myös itse jollakin kerhokerralla).
	Aineettomien lahjojen joulupolku	Toteutetaan aineettomien lahjojen joulupolku Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskus Ympäristökoulun ohjeiden mukaan.		Pääkaupunkiseudun Kierrätyskeskus Ympäristökoulun ohjeen aineettomien lahjojen joulupolkuun löydät osoitteesta: http://www.kierratyskeskus.fi/files/4310/joulupolku_pieni.pdf

<p><i>Tammikuu</i></p>	<p>Kerhon oma luontokohde, vuodenaikaseuranta: Talvi</p>	<p>Mennään kerhon omaksi luontokohteeksi valittuun paikkaan.</p> <p>Miltä näyttää, tuntuu, tuoksu ja kuulostaa?</p> <p>Dokumentoidaan kuvamalla tai piirtämällä ja ohjaaja voi kirjoittaa asioita muistiin. Pohditaan mikä on erilaista kuin viimeksi ja miksi?</p>	<p>dokumentointivälineet</p>	
	<p>Eläinten jäljet</p>	<p>Tutkitaan mitä eläinten jälkiä lähietäältä löytyy. Paras hetki jälkijahtiin on lumisena aikana, kun lumella voi nähdä eläinten liikkumisen jäljet.</p> <p>Jälkiä voi etsiä myös esimerkiksi kävyistä, tutkimalla, mikä eläin käpyä on syönyt.</p>	<p>tietokirja eläimistä (kuvattu eläinten jäljet) tai itse tehdyt mallikortit eläinten jäljistä</p>	<p>Jälkijahtia auttaa kuvat kunkin eläinlajin jäljistä. Niitä voit löytää tietokirjoista tai internetistä. Voit tehdä jälkijahtiin myös mallikortit.</p> <p>Eläintenjälkiä on kuvattu teoksessa: Parikka-Nihti M. & Suomela S. 2014. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus. s. 174–175.</p> <p>Tietoa ja tehtäviä suurpedoista ja niiden jäljistä saat esim. Luontoliiton Lasten suurpeto-oppaasta, joka löytyy osoitteesta: http://www.luontoliitto.fi/materiaalit/verkkojulkaisut/Lasten%20suurpeto-opas.pdf</p>
	<p>Metsäkuntorata</p>	<p>Voit koota kuntoradan monin tavoin. Voit esim. tehdä sopivat liikekortit, jotka sijoitat eripuolille metsää. Lapset voivat kiertää kuntoradan omaan tahtiin tai kokoryhmä voi kulkea radan ohjaajan johdolla.</p>	<p>itse tehdyt liikekortit (laminoituna tai kontaktimuovilla päällystettynä)</p>	<p>Vinkkejä metsäkuntoradan liikkeisiin saat esim. Lahden kaupungin metsäkuntorata aakkosista, osoitteesta: https://www.lahti.fi/PalvelutSite/PerusopetusSite/Documents/LUONTO-Metsa%CC%88kuntorataAakoksetFIEN.pdf</p>

	Laulutuokio luonnossa	Lauletaan talvilauluja Laulua voi rikastaa tapuksin tai etsimällä luonnosta soittimeksi sopiva asioita. Millainen ääni tulee, kun hakkaa kahta keppiä vastakkain? Entä käpyjä? Rummuttaa voi myös puita ja kiviä.		Talvilauluja mm. Ratiritiralla Lumiukot ketjussa kulkee Pakkasaamuna paleltaa Lisää lauluja ja laulujen sanoja löydät internetistä ja laulukirjoista.
<i>Helmi-kuu</i>	Kasvun ihme, herneiden versotus	Laitetaan koristellun astian pohjalle multaa, päälle liotetut herneet ja herneiden päälle ohut kerros multaa. Kastellaan kylvös.	kuivattuja herneitä multaa versotukseen sopivat astiat (esim. maitopurkista leikattu) askartelutarvikkeita astian koristeluun	Liota herneet vähintään 1vrk ennen kylvöä. Kerää versotusastiat valmiiksi tai ohjeista ajoissa kerholaisia tuomaan astiat kotoa. Mieti koristeletteko versotusastiat, vinkkejä astioiden koristeluun löydät internetistä. Voitte myös askarrella opaskyltit versopurkkeihin kertomaan kuinka herneenversoja voi käyttää esim. salaateissa tai leivän päällä.
	Lumitutkimukset, veden olomuodot	Keskustellaan veden olomuodoista. Näkyykö niitä nyt, esim. jäänä, virtaavana vetenä tai höyrynä hengityksessä? Tehdään lumitutkimus. Otetaan läpinäkyvään astiaan lunta. Viedään se kerhopiteelle sisään ja katsotaan kerhokerran loppuksi mitä lumelle tapahtui. Oliko lumen seassa paljon roskaa? Kumpaa on enemmän lunta vai siitä sulanutta vettä?	Läpinäkyvä astia tutkimukseen Mikäli mahdollista, lumikiteitä voidaan tutkia myös luupilla .	Aiheeseen sopiva leikki: Kuningas lumi Merkitään kaksi kotipesää sopivan etäisyyden päähän toisistaan. Leikin alussa lapset ovat toisessa pesistä. Kun ohjaaja huutaa ”pakkakanen” lapset käpertyvät pesään. Kun ohjaaja huutaa ”suojasää”, lapset venyttelevät. Ohjaajan huutaessa ”lumimyrsky”, lapset juoksevat toiseen pesään Väärin tehnyt tai viimeisenä pesään juokseva lapsi voi tippua pelistä, mikäli pelin halutaan loppuvan viimeiseksi jäljelle jääneen voittoon.
	Ravintoketjut	Tutustutaan ravintoketjuihin. Mietitään ensin, mitä ravintoketju tarkoittaa.	ravintoketjun eläimet ja kasvit laminoituina kuvina, kivinä tai	Voit tehdä erilaisia ravintoketjuja. Pääperiaate on kasvi–kasvinsyöjä–peto. Myös pidemmät ketjut ovat

		<p>Tehdään tämän jälkeen ravintoketju harjoitus. Ohjaajalla on tuttuja eläimiä esittäviä kortteja, kiviä tai laudanpätkiä.</p> <p>Lasten tehtävä on yhdessä ohjaajan avulla asettaa eläimet oikeaan järjestykseen ravintoketjuksi.</p>	<p>laudanpätkinä. Jos et halua käyttää pelkkiä kuvia, liimaa kuvat lakalla tasaisen kiven tai laudan pätkän pintaan.</p>	<p>mukavan haastavia esim. koivunlehti–kastemato–siili–kettu–ilves.</p> <p>Tee ravintoketjut hyvissä ajoin valitsemallasi tavalla.</p>
	Ystävänäpäivä juhlat	<p>Etsitään oma puuystävä. Puuystävää voi halata ja kertoa puulle tarinoita</p> <p>Voidaan myös esim. maalata lunta vesiväreillä tai rakennella ystäväluomiukkoja.</p>		<p>Aiheeseen sopivia laululeikkejä: Tule ystäväksi näin Ystäväni tuttavani</p>

Luontokerhon ympäristökasvatuksellinen vuodenkierto

Kuukausi	Aihe	Toteutus	Materiaalit	Huomioitavaa
Maaliskuu	Maailman vesipäivä 22.3.	<p>Keskustellaan veden kiertokulusta: vesi muuttuu muotoaan nesteestä kiinteäksi (lumi, jää) tai kaasuksi (vesihöyry) lämpötilan mukaan.</p> <p>Mihin vettä käytetään? Missä olomuodossa se on silloin? (Juodaan=nesteenä, luistellaan=jäänä, saunan löylyissä=vesihöyrynä)</p>		<p>Aiheeseen sopiva leikki: Hippa muutettuna vesileikiksi Yksi on pilvi, muut juoksevat karakuun, kun pilvi saa kiinni, muuttuu paikallaan pomppivaksi sadepisaraksi, pisaran voi pelastaa sateenvarjolla, eli kurkottamalla käsiä vesipisaran pään päälle, välillä vaihdetaan hippaa eli pilveä</p> <p>Aiheeseen sopivia lauluja: Pieni pilvi pehmoinen Nalle Puhin sade laulu</p>
	Kierrätys-askartelu	<p>Askarrellaan kiikarit paperirullan hylsyistä. Teipataan paperirullan hylsyet yhteen, koristellaan syntyneet kiikarit ja</p>	<p>paperirullanhylsyjä (2kpl/lapsi), koristeluun erivärisiä papereita ja kyniä liimaa</p>	<p>Hanki materiaalit valmiiksi. Voit pyytää lapsia tuomaan kotoa paperirullan hylsyjä.</p>

		asennetaan lopuksi lanka kiikareiden hihnaksi.	lankaa	
	Linturetki	<p>Kuljetaan lähimaastossa kiinnittäen huomiota lintuihin.</p> <p>Voidaan keskustella muuttolinnuista ja yrittää tunnistaa lintuja ulkonäön tai äänen perusteella.</p> <p>Itse tehdyt kiikarit tekevät lintujen seuraamisesta entistä mukavampaa</p>	lintukirja (mahdollisesti lintujen äänillä)	Mikäli mahdollista, ota mukaan myös oikeat kiikarit, joita lapset voivat kokeilla ohjatusti.
	Tuulivoima	<p>Rakennetaan tuuliviiri. Leikataan ohuesta paperista neliö, neliön jokaisesta nurkasta vedetään kulmittain viiva, jota pitkin leikataan neliön keskustaa kohden (reilun sentin päähän). Neliön vasemmat kulmat taiteutaan keskelle joulutortun tapaan ja teipataan kevyesti. Kun ”joulutorttu” on valmis, paina nuppineula sen keskeltä kiinni keppiin. Nyt voitte kokeilla, pyöriikö tuulivierin!</p>	ohutta paperia viivaimia kyniä saksia keppejä (esim. omenapuun oksat tai muut ohuet luonnosta löytyvät kepit) nuppineuloja	
<i>Huhtikuu</i>	kerhon oma luontokohde, vuodenaikaseuranta: kevät	<p>Miltä näyttää, tuntuu, tuoksuu ja kuulostaa?</p> <p>Dokumentoidaan kuvamalla tai piirtämällä ja ohjaaja voi kirjoittaa asioita muistiin. Pohditaan mikä on erilaista ja miksi?</p>	Dokumentointivälineet	Viimeisellä seurantakerralla voidaan lisäksi muistella, mitä vuodenaikaseurannan teossa on opittu ja koettu. Tässä hyvänä apuna on aiemmat dokumentoinnit.

	Kasvun ihme, auringonkukan esikasvatus	Istutetaan auringonkukan siemenet multa, ennen istutusta voidaan koristella istutusastiat	multaa auringonkukan-siemeniä kasvatusastiat	<p>Hanki istutusastiat valmiiksi tai ohjeista ajoissa kerholaisia tuomaan astiat kotoa.</p> <p>Mieti koristeletteko istutusastiat. Vinkkejä astioiden koristeluun löydät internetistä.</p> <p>Voitte myös askarrella opaskyltit istutusastioihin kertomaan, mitä astiassa kasvaa ja kuinka kasvin kanssa voi toimia jatkossa (istuttaa ulos säiden lämmentyä tai siirtää isompaan ruukkuun myöhemmin).</p>
	Suomen lasten metsäretki-päivä	Metsäretki Retkelle ei tarvita valmiista ohjelmaa, vaan läsnäoloa ja heittäytymistä yhteiseen metsäseikkaluun.		<p>Suomen lasten metsäretkipäivän ajankohta vaihtelee. Tarkemman päivämäärän löydät internetistä hakemalla tapahtuman nimellä.</p> <p>Metsäretken voi mahdollisuuksien mukaan toteuttaa kerholaisille uudessa, turvallisessa metsäkohteessa.</p>
	Ötökkä tutkimukset	<p>Tutkitaan, löytyykö luonnosta jo ötököitä. Etsitään puunrungoilta, maasta, kivien alta ja ilmasta.</p> <p>Tunteeko joku löydetyn ötökän? Mikä se on?</p> <p>Apua ötököiden etsimiseen ja tunnistamiseen voi saada ötökkäkuva-korteista.</p>	kuvakortit ötököistä (laminoituna tai kontaktimuovilla päällystettynä)	<p>Kuvita retkeä varten ötökkäkortteja ympäristön yleisimmistä ötököistä esim. leppäkerttu, muurahainen, kastemato, kärpänen jne.</p> <p>Voit myös tulostaa valmiit lajikortit Syklin ulkoluokka materiaaleista osoitteesta: https://ulko-luokka.fi/materiaalit/</p> <p>Aiheeseen sopiva leikki: Kim-leikki ötökkäkorteilla. Kortit ovat maassa tai kivellä kuvapuoli ylöspäin. Lapset laittavat silmät kiinni. Ohjaaja ottaa yhden kuvan pois. Lasten tehtävä on tietää, mikä kuva puuttuu.</p>

<p><i>Touko- kuu</i></p>	<p>Siivouspäivän roskien keruuretki</p>	<p>Retkeillään lähiympäristössä keräten roskat roskapussiin.</p> <p>Samalla keskustellaan roskaamisesta ja sen vaikutuksista.</p> <p>Retken päätteeksi roskat voidaan vielä lajitella ja toimittaa oikeisiin keräyspisteisiin.</p>	<p>roskapussi hanskat mahdollisuuksien mukaan roskapihdit</p>	<p>Yleinen siivouspäivä toukokuussa. Tarkemman päivämäärän löydät internetistä hakemalla tapahtuman nimellä.</p> <p>Muista informoida perheitä retkestä, varmista, että lapset ottavat roskien keruuseen sopivat hanskat mukaansa retkipäivänä.</p> <p>Voit tiedustella lainavälineitä tai väline lahjoituksia (roskapussit, roskien poimintapihdit) esim. paikallisilta jätehuollon toimijoilta.</p>
	<p>Kukkien päivä, Floran nimi-päivä 13.5.</p>	<p>Kukkien ihasteluretki Mitä kukkia tunnetaan nimeltä?</p> <p>Kerätään kukkakimppu kotiin viemiseksi tai tehdään kukkaseppele.</p>	<p>tietokirja kukista</p>	<p>Lisää ideoita voit saada Lasten kanssa kasviretkellä -oppaasta. Löydät oppaan internetistä https://www.sll.fi/app/uploads/2019/02/Lasten-kanssa-kasviretkella-2011-verkkoon.pdf</p>
	<p>Luonnon monimuotoisuuden päivä 22.5.</p>	<p>Havainnoidaan luonnon monimuotoisuutta. Löytyykö erilaisia kukkia, hyönteisiä tai linnun ääniä?</p> <p>Kerätään paljon voikukan lehtiä ja tutkitaan lähemmin, onko yksikään niistä lopulta samanlainen kuin muut?</p>	<p>tietokirja kukista, hyönteisistä ja linnuista</p>	<p>Kansainvälinen luonnon monimuotoisuuden päivä aina 22.5.</p>

4 IDEOITA LUONTOKERHON TAVOITTEELLISEEN YMPÄRISTÖKASVATUKSEEN

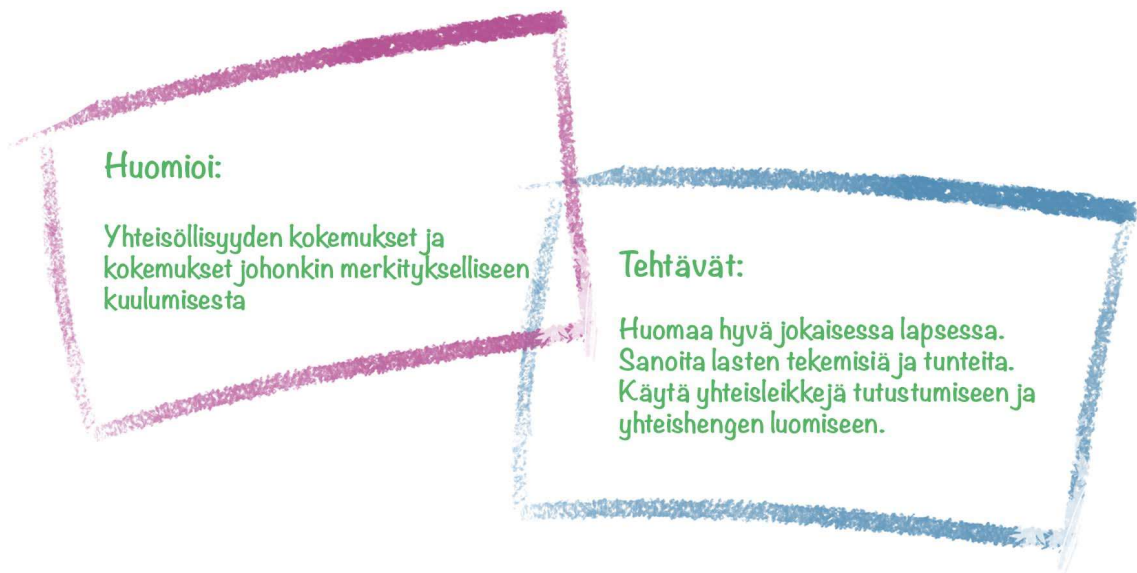
Ryhmäytyminen

Yhteisöllisyyden rakentamisen taitoja, kuten yhteisön ja ryhmän rakentamista ja niiden toiminnan edistämistä, tulisi harjoitella jo varhain.

Lapset tarvitsevat näihin aikuisen apua.

Yhteisöllisyyttä edistää hyvä ilmapiiri.

Se luo tunteen johonkin merkitykselliseen kuulumisesta sekä kokemuksen ryhmän jäsenyydestä.



Leikki ehdotus: Eläinsokko

Leikkijät muodostavat piirin.

Yksi leikkijöistä menee keskelle ja hänen silmänsä sidotaan liinalla tai peitetään omalla pipolla.

Piiri liikkuu, kunnes sokko huutaa "Seis!"

Hän osoittaa jotakuta piirissä ja kysyy "Miten lehmä sanoo?" (tai kissa, koira, hiiri ym.)

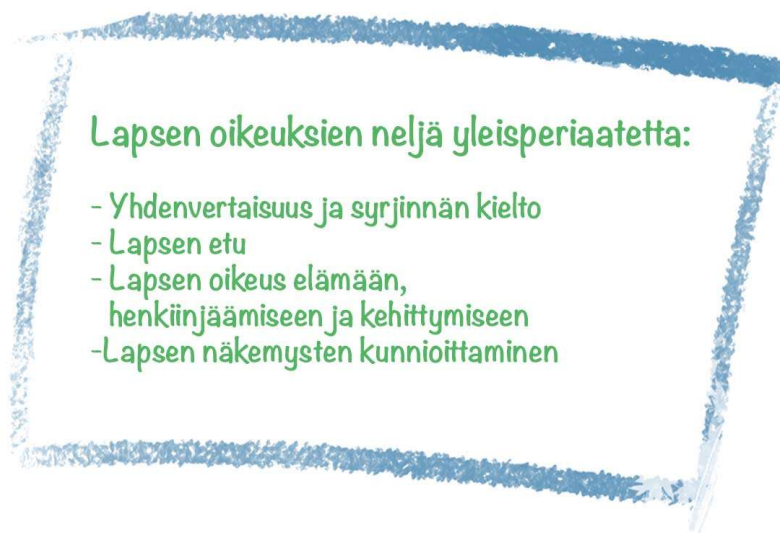
Osoitettu vastaa äänтелеillä sen eläimen mukaan mitä sokko on kysynyt. Mikäli sokko tunnistaa hänet, osat vaihtuvat. Ellei, yritetään uudelleen.

Yhdessä tekeminen

Osallisuus ilmenee kokemuksena, joka syntyy, kun ihminen tuntee kuuluvansa itselle merkitykselliseen ryhmään tai yhteisöön.

Osallisuus on sitä, kun ihminen kokee voivansa päättää asioista ja vaikuttaa niihin, kokee omat kykynsä riittäviksi ja saa vastuuta yhteisössä.

Lapsi oppii osallistumaan, kun hän kokee toimintansa merkitykselliseksi yhteisössä.



Ympäristön hyödyntäminen vuorovaikutustaitojen harjoitteluun, esim. kuvailu, kuvittelu ja jakaminen: erilaiset leikkimahdollisuudet piiloista rakenteluun ja vaihteleviin luonnonmateriaaleihin.

Leikki ehdotus: Hanhi ja ankka

Lapset ovat piirissä. Yksi lapsista on ”hanhi”, muut lapset piirissä ovat ”ankkoja”.

Hanhi kävelee lasten selkien takana ja koskettaa vuorollaan jokaista lasta ja sanoo ”Ankka, ankka, ankka...” ja jonkun lapsen kohdalla hän sanookin ”Hanhi”.

Tällöin molemmat lapset lähtevät juoksemaan vastakkaisiin suuntiin piiriä ympäri, tavoitteena ehtiä ennen toista takaisin lähtöpaikalle.

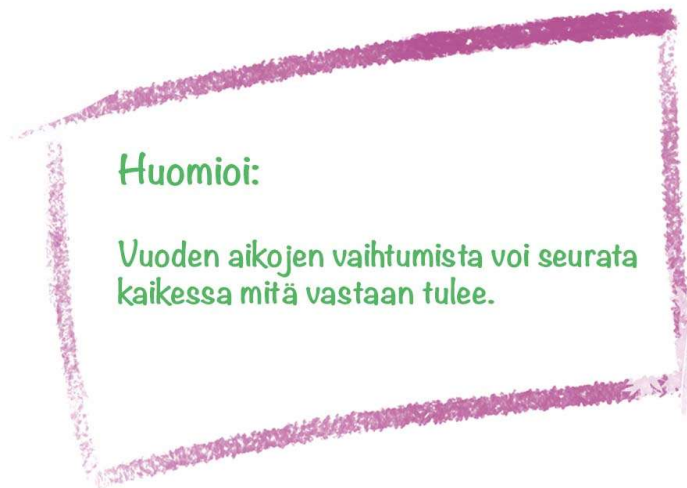
Se, kuka ensin ennättää takaisin, saa mennä piiriin.
Toinen jää kiertämään piiriä.



Vuodenaikaseuranta

Luonnon muutoksien seuranta kehittää kognitiivisia taitoja (ymmärtäminen, toteuttaminen, ongelmanratkaisun taidot) sekä sensomotorisia taitoja (aistien käyttö, havaitseminen ja tunteet).

Ehdotus: Valitaan luontokerholle oma luontokohde, esim. puu tai kivi.
Seurataan säännöllisesti vuodenaikojen vaikutusta juuri tässä paikassa.
Miltä näyttää, tuntuu, tuoksuu ja kuulostaa?
Dokumentoidaan kuvaamalla tai piirtämällä ja ohjaaja voi kirjoittaa asioita muistiin.
Pohditaan mikä on erilaista ja miksi.

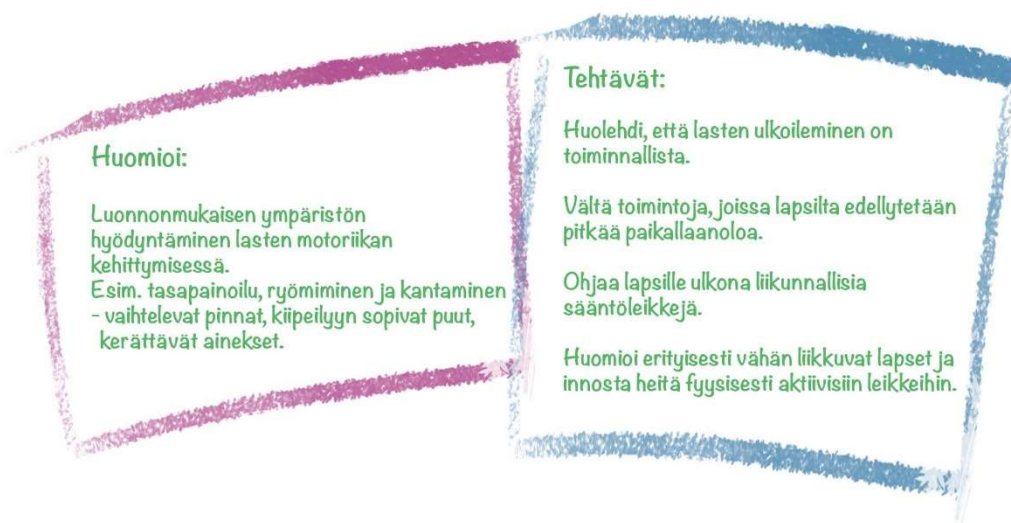


Ulkoilu/liikkuminen

Luontokerhoa pidetään pääasiassa ulkona.
Luonnonvarainen ympäristö on paras ympäristö allergioiden torjunnan kannalta.

Luonnossa liikkuminen on monipuolista ja kehittää motoriikkaa sekä liikkuvuutta.
Luonnossa liikkumisella on muuta liikuntaa enemmän terveyshyötyjä.

Ajan viettäminen metsässä ja puistossa elvyttää stressistä ja parantaa keskittymiskykyä.



5 VARUSTEET JA TURVALLISUUS

Kerrospukeutuminen

Alin kerros ihonmyötäinen, siirtää kosteuden pois iholta. Tekniset materiaalit, toimivat tähän parhaiten. Välikerroksen tehtävä on lämmittää, joten villa ja fleece ovat hyviä materiaaleja.

Päällimmäisen kerroksen tehtävä on suojata tuulelta. Pää tulee suojata kesällä auringolta, mutta viileällä syysilmalla huivit ja lippalakit tulee vaihtaa pipoon. Säänmukaiset ja sopivan kokoiset kengät. Huomioi kengissä riittävä, käyntivara (yli 1cm).

Sadesäällä puetaan lisäksi sadetakki, kurahousut ja kumisaappaat.

Repussa on hyvä olla varavaatteeksi paksu paita, lapaset ja sukat.



Eväät

Juomapullo ja pieni rasia eväille. Vältetään roskaamista, eli ei mielellään pillimehuja eikä muovikääreitä. Juomaksi sopii parhaiten vesi. Pieni eväs voi olla vaikkapa leipä ja hedelmäviipaleita.

Turvallisuus

Turvallisuuteen kiinnitettävä huomiota, niin ettei lasten omaehtoista toimintaa luonnossa estetä turvallisuuden varjolla:

- ryhmänhallinta
- varautuminen yllättäviin tilanteisiin
- mukana puhelin ja pieni ensiapulaukku
- yhdessä luodut säännöt ja totutut toimintatavat
- turvallisuuksuunnitelman laatiminen ja sen saattaminen kaikkien ohjaajien tietoon.

6 LISÄMATERIAALIA

Materiaaleja ja vinkkejä erilaisiin ympäristökasvatuksellisiin **leikkeihin** on löydettävissä muun muassa Suomen ympäristöopisto Syklin materiaaleista. Syklin ulkoluokka materiaaleista voi tulostaa lajikortit ohjeineen,

<http://ulkoluokka.fi/materiaalit/>

sekä lajikortteihin liittyvät leikkikortit,

<http://ulkoluokka.fi/wp-content/uploads/2020/01/sykli-ulkoluokka-tehtavakortit-sahkoinen-kaytto.pdf>

WWF:n perheille julkaisemasta Luonto kutsuu seikkailuun lehtisestä voi löytää **vinkkejä ja ideoita luontokerhossa toteutettavaksi** . Julkaisu löytyy osoitteesta:

https://wwf.fi/app/uploads/h/2/2/obxw2pzcbzpas673kplmpqg/wwf_luonto_kutsuu_seikkailuun.pdf.

Pääkaupunkiseudun kierrätyskeskus on luonut Palloässät-materiaalin, joka on vapaasti kaikkien käytössä. Materiaali antaa monenlaisia **työstämisen tapoja erilaisiin aiheisiin, kuten vastuulliseen kulutukseen tai ilmastotekoihin** . Kaikkiin aiheisiin liittyy aiheeseen johdattavan eläinhahmon tarina, laulu, askarteluvideo, puuha- tai väritystehtävä, lukuvinkki sekä ideoita kuinka aihetta voi käsitellä lapsiryhmässä. Materiaalista voi poimia yksittäisiä ideoita tai sen avulla voi rakentaa pidempikestoisenkin projektin. Materiaali löytyy osoitteesta:

https://www.kierratyskeskus.fi/ymparistokoulutus/kasvattajien_kurssit_ja_materiaalit/opetusmateriaalit/palloassat

Jätteiden lajitteluun ja kompostointiin löytyy **materiaalia** esimerkiksi Ympäristöhallinnon yhteisestä verkkopalvelusta Eko-Elmeri materiaalin muodossa. Luontokerhon ohjaajalle materiaalin luvut 5. Eko-Elmerin **leikkejä, lauluja, runoja ja**

muuta mukavaa ja 6. **Eko-open taustatieto** voivat olla hyödyllisiä. Materiaali löytyy osoitteesta:

<https://www.ymparisto.fi/eko-elmeri>

Suomen luonto- ja ympäristökoulujen liiton Mappa.fi-materiaalipankista voi hakea sopivia **materiaaleja ja toteutustapoja ulkona oppimiseen, ympäristökasvatukseen ja kestäväan elämäntapaan** . Materiaalipankki löytyy osoitteesta:

<https://mappa.fi/fi/etusivu>

Pukeutumisohjeita PDF tai muokattavina doc tiedostoina:

<https://www.luontokoulut.fi/sisaiset/pukeutumisohjeita/>

Tämä opas on laadittu opinnäytetyönä.

Oppaan tekijät

Tiia Naakka ja Jenni Sipari

Yksityiskohtaisemmat lähdetiedot opinnäytetyön raportointiosuudessa.

Taitto

Kimmo Yläkäs

Lähteet

Aaskov Knudsen, M. 2019. Ympäristökasvattajuus. Teoksessa Sandberg, E. Aaskov Knudsen, M., Rohde, T., Kettunen A. (toim.) 2019. Ympäristökasvatusta Pohjoismaissa. Kirja elämyksistä, oppimisesta ja osallisuudesta ihmisen ja luonnon välisessä kanssakäymisessä. Kööpenhamina: Pohjoismaiden ministerineuvosto. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1367637/FULLTEXT01.pdf>

[viitattu 3.3.2020].

Eläinleikit. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://peda.net/jyvaskyla/kielisuihutus/kjm/ruotsin-kieli/pjll/el%C3%A4inleikit> [viitattu 22.3.2020].

Haahtela, T., Hanski, I., von Hertzen, L., Jousilahti, P., Laatikainen, T., Mäkelä, M., Puska, P., Reijula, K., Saarinen, K., Vartiainen, E., Vasankari, T. & Virtanen, S. 2017. Luontoaskel tarttumattomien tulehdustautien torjumiseksi. Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim. 133, (1), 19–26. Verkkolehti. Saatavissa: <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2017/1/duo13480>. [viitattu 3.3.2020].

Kirkon ympäristödiplomien käsikirja 2012. Suomen ev.lut. kirkon kirkkohallituksen julkaisuja 2012:1. Helsinki: Kirkkohallitus. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://evl.fi/documents/1327140/49488564/KH_diplomik%C3%A4sikirja_taitto_11+3.pdf/a1862247-4739-6b58-1e46-c29aae00787f [viitattu 8.12.2019].

Koivula, M. 2013. Yhteisöllisyyden rakentuminen päiväkodin arjessa. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Laine, A., Elonheimo, M. & Kettunen, A. 2018. Loikkaa ulkoluokkaan - Opas ulkona opettamiseen. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://ulkoluokka.fi/wp-content/uploads/2020/01/ulkoluokka-nettiin.pdf>. [viitattu 22.3.2020].

Lapsen oikeuksien viestinnän yhteistyöverkosto. s.a. Lapsen oikeuksien sopimus turvaa lasten ihmisoikeudet. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.lapsenoikeudet.fi/lapsen-oikeuksien-sopimus-turvaa-lasten-ihmisoikeudet/> [viitattu 6.11.2019].

Laukkanen, R. 2010. Luontoliikunta ja terveys - Kooste luonnon ja luontoliikunnan terveysvaikutuksista perustuen valikoituihin tieteellisiin tutkimuksiin. Raportti Suomen ladulle. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://docplayer.fi/7978019-Luontoliikunta-ja-terveys.html> [viitattu 3.3.2020].

Lindeman, A. 2018. Varhaiskasvattajien näkemyksiä luontoliikunnasta suomalaisissa päiväkodeissa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta. Pro gradu -tutkielma. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/59741/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201810034309.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 11.3.2020].

Maailman vesipäivä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.ykliitto.fi/tapahtumat/yk-paivat/maailman-vesipaiva> [viitattu 22.3.2020].

Mitchell, R. 2013. Is physical activity in natural environments better for mental health than physical activity in other environments? WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sciencedirect.com.ezproxy.xamk.fi/science/article/pii/S0277953612003565?via%3Dihub>. [viitattu 17.1.2020].

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf> [viitattu 1.3.2020].

Parikka-Nihti, M. & Suomela, S. 2014. Iloa ja ihmettelyä. Ympäristökasvatus varhaislapsuudessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Parikka-Nihti, M. 2011. Pieniä puroja. Kasvua kohti kestäväää kehitystä. Lasten Keskus.

Sahi, V. 2014. Koulumetsäopas. Käsikirja koulujen ja päiväkotien lähimetsien käyttöön ja turvaamiseen. Helsinki: Suomen luonnonsuojeluliitto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.sll.fi/app/uploads/2018/08/Koulumetsaopas2014.pdf> [viitattu 19.3.2020].

Suomen lasten metsäretkipäivä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://blogs.helsinki.fi/metsaretkipaiva/suomen-lasten-metsaretkipaiva/tieto-suomen-lasten-metsaretkipaivasta/> [viitattu 22.3.2020].

Suomen luonto- ja ympäristökeskusten liitto ry. s.a. Pukeutumisohteja. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.luontokoulut.fi/sisaiset/pukeutumisohteja/> [viitattu 19.3.2020].

THL. 2019. Hyvinvointi- ja terveyserot. Osallisuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eri-arvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>. [viitattu 12.3.2020].

Tyrväinen, L. 2014. Luontoalueilla terveyttä: onko ympäristön laadulla väliä. Julkaisussa Jäppinen J.-P., Tyrväinen, L., Reinikainen, M. & Ojala, A. Luonto lähelle ja terveydeksi. Ekosysteemipalvelut ja ihmisenterveys. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/153461>. [viitattu 16.1.2020].

Wahlström, R. & Juusola, M. 2017. Vihreä hoiva ja kasvatus. Luontoherkkyysharjoituksia ja ympäristökasvatusta lapsille sekä nuorille. 2. painos. Helsinki: Artemia.

WWF. Ilmasto-opetusvinkit varhaiskasvatukseen ja esiopetukseen. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://wwf.fi/app/uploads/3/f/v/2yu47a8ocynwtueccbx971/eh_tehtavia_varhaiskasvatus-ja-esiopetus.pdf?filename=Ilmasto-opetusvinkit%20varhaiskasvatukseen%20ja%20esiopetukseen.pdf [viitattu 22.3.2020].