



GREEN CARE VARHAIS- KASVATUKSESSA

OPAS LUONTOTOIMINNAN VAHVISTAMISEEN PÄIVÄKODISSA

Vilen, Nina 2015. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

"Silitä sammalta. Tunne miten pehmeää se on. Kokeile pehmeyttä poskellasikin. Katso, miten kauniin vihreä se on. Puhdistetaan se neulasista, niin metsän menninkäisen on mukavampi nukkua siinä päiväunensa. Tunnustellaan, miten pehmeä ja lämmin sammal on ja, miten kova ja kylmä on kivi. Kivellä on harmaa jäkälätakki päällään, ettei sitä palella talvella. Kova ja pehmeä yhdessä, taitavat olla kavereita. Sammalla lämmittää kiveä ja kivi nostaa sammalta, että se näkee kauemmas."



Sisällysluettelo

JOHDANTO

LUONTOTOIMINNAN VUOSIKAKKARA

LUONTOTOIMINNAN HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA

Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset tutkittua tietoa

Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset suojaavia tekijöitä lapsen elämässä

GREEN CARE

Perusedellytykset

Peruselementit

Luontolähtöiset menetelmät ja soveltaminen varhaiskasvatukseen

Teoriaperusta

GREEN CARE JA VARHAISKASVATUS - YHTEISET TAVOITTEET

KASVATTAJAN LUONTOMIELI LUONTOTOIMINNAN MENETELMÄNÄ

LUONTOTOIMINNAN TOTEUTTAMISEN PÄÄPERIAATTEET

Turvallisuus

Hyväksyntä

Kokemuksellisuus

Jatkuvuus

HARJOITTEITA, IDEOITA JA TUOKIOKUVIA PÄIVÄKODIN LUONTOTOIMINTAAN

Luontotoiminnan vuosikello aktiivisena osana toimintaa

Pilvien pongaus

Luontotoiminta eri vuodenaikoina ja eri orientaatioin

Luontoleikkipaikat ulkona

Pienten ihmeiden ja aarteiden etsiminen

Aistiharjoitukset

Luontopolku ja perheiden yhteinen ruokailu

Ylisukupolvinen luontotoiminta

LÄHTEET

"Ajatuksen tästä kirjasesta sain kaikesta siitä hyvästä, mitä näin, koin ja opin Tikanpellon päiväkodissa harjoittelujaksollani. Kiitos siis teille kaikille!"



JOHDANTO

Mitä lapsi tarvitsee kasvaakseen onnelliseksi ja tasapainoiseksi ihmiseksi? Millaisia eväitä me varhaiskasvattajat voisimme lapsen reppuun antaa, jotta hän jaksaisi kulkea valoisalla mielellä tässä maailmassa, jossa pahoinvointi jatkuvasti lisääntyy? Millaisia eväitä päiväkodin luontotoiminta voisi tarjota lapsen elämän retkelle?

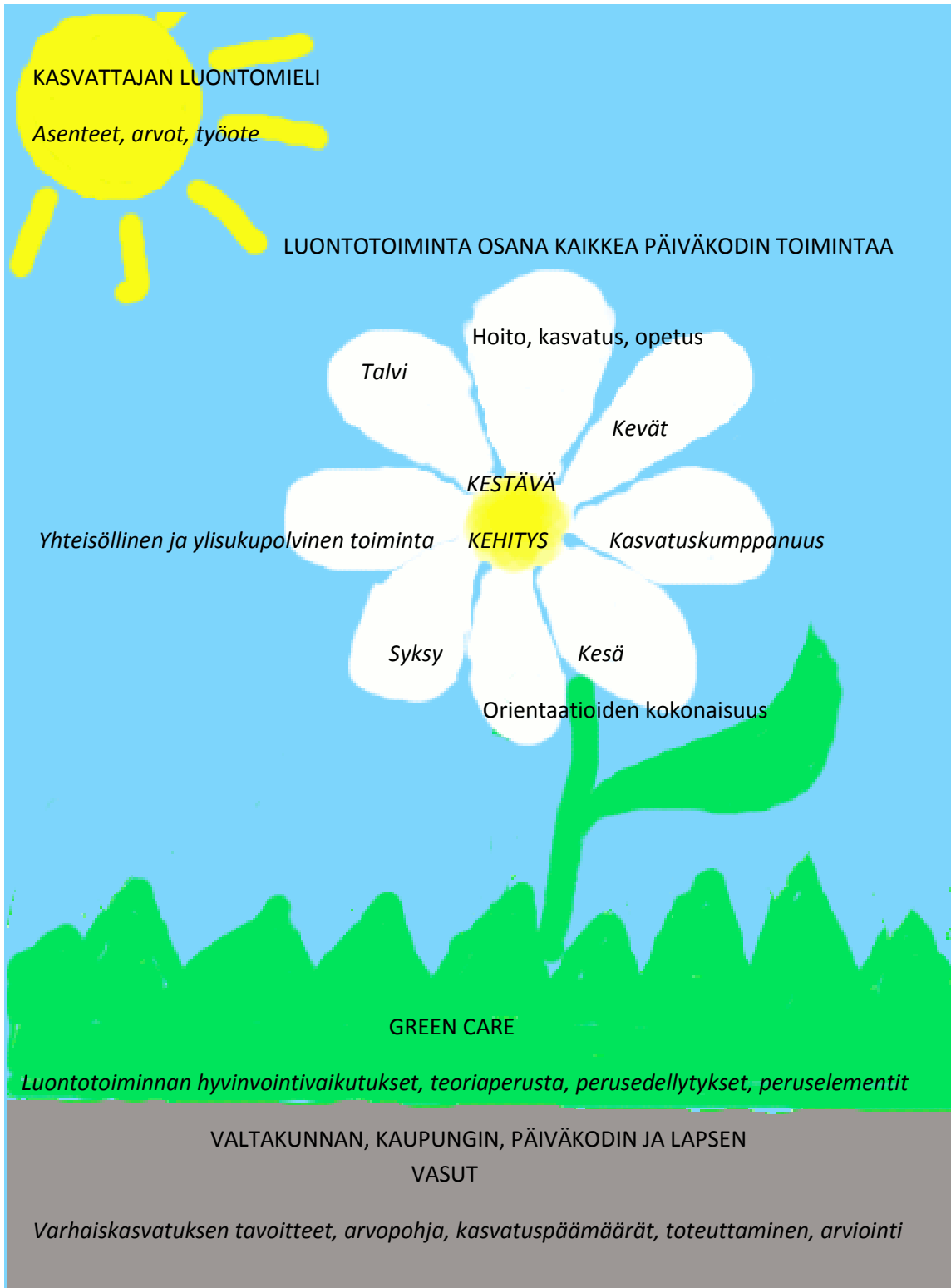
Oppaan tarkoitus on olla osa Tikanpellon luontotoiminnan kehittämistä. Opas pyrkii tekemään jo olemassa olevaa luontotoimintaa näkyvämmäksi, selkiyttämään toiminnan toteuttamisen päälinjoja sekä vahvistamaan luontotoiminnan tavoitteellisuutta ja tietoisuutta. Opas etsii uutta näkökulmaa tuomalla luontotoiminnan vahvistamiseen mukaan Green Care -toiminnan lähtökohdat, toimintaperiaatteet ja arvopohjan.

Oppaassa päiväkodin luontotoiminnan päälinjat on koottu vuosikellon omaan luontotoiminnan vuosikakkaraan, jota sitten terälehti kerrallaan avataan sekä kuvataan juuria myöten. Ensimmäiseksi opas perustelee luonnon hyvinvointivaikutuksilla, miksi luontotoiminnan vahvistamisella on merkitystä varhaiskasvatuksessa. Toiseksi opas kertoo, mitä Green Care on ja, kuinka se voi vahvistaa päiväkodin luontotoimintaa.

Kolmanneksi oppaassa pohditaan, mistä kasvattajan luontomieli muodostuu ja, mikä merkitys sillä on luontotoimintaan. Neljänneksi oppaassa esitellään joitakin ideoita, harjoitteita ja tuokiokuvia, jotka antavat pienen maistiaisen ja näkymän siitä, mitä luontotoiminta päiväkodissa voi olla ja kuljettaa samalla lukijaa tunteiden ja ajatusten tasolla kohti luontotoiminnan maailmaa.

”Mukavaa luontoretkeä!”

LUONTOTOIMINNAN VUOSIKAKKARA



Valtakunnan, Mikkelin kaupungin ja Tikanpellon päiväkodin VASU :t ovat kaiken toiminnan perusta. Niin myös luontotoiminnan perusta. Luontotoiminnan vuosikakkarassakin ne muodostavat kasvualustan, jota ilman mikään elävä ei kasva.

Luontotoiminta itsessään on arvo varhaiskasvatuksessa, mutta todellisen arvon se saavuttaa vasta, kun sen avulla tavoitellaan varhaiskasvatuksen tavoitteita. Varhaiskasvatus on kasvatuskumppanuuden ja moniasiantuntijuuden hengessä tapahtuvaa kasvatuksellista vuorovaikutusta, jonka tavoitteena on edistää lasten kasvua, kehitystä ja oppimista. Tavoitteena on siis hyvinvoiva lapsi ja sen tavoittelussa luontotoiminta on hyvä väline.

Green Care tarjoaa päiväkodin luontotoiminnalle kehykset jäsentämällä toiminnan hyvinvointivaikutuksia lapselle sekä jäsentämällä toiminnan peruselementtejä, perusedellytyksiä ja teoriaperustaa. Vuosikakkarassa Green Care kuvataan vihreänä ruohona, joka vie luontotoiminnan uudelle tasolle ja antaa sille elinvoimaa.

Green Caren anti päiväkodin luontotoiminnalle on se, että on olemassa tarkempi tieto siihen, miksi tehdään, mitä tehdään ja, miten tehdään. Näin toiminnasta tulee tietoisempaa ja tavoitteellisempaa sekä voidaan perustella toiminnan tärkeys ja merkitys osana päiväkodin muuta toimintaa.

Kestävä kehitys on osa Mikkelin kaupungin ympäristöstrategiaa, jonka mukaan jokaisella päiväkodilla tulee olla oma kestävä kehityksen suunnitelma. Tämän takia kestävä kehitys esiintyy luontokakkarassakin arvoisellaan paikalla, kakkaran keskellä. Lapsia halutaan ohjata kohti kestävä elämäntapaa ympäristökasvatuksen avulla. Ympäristökasvatus on luontoavusteinen menetelmä, joka kuuluu Green Care -menetelmiin.

Kasvattajan luontomieli esiintyy vuosikakkarassa aurinkona, joka lämmittää ja saa kakkaran kasvamaan. Kasvattajan toiminnalla on suuri merkitys päiväkodin arjessa, niin myös luontotoiminnassa. Kasvattajan luontomieli - käsite haastaa kasvattajan arvioimaan omaa tapaansa tehdä työtä, ottamaan käyttöön omia voimavaroja ja etsimään työniloa. Kasvattaja on lapselle niin johtotähti kuin peilikin. Sen merkitystä ei voi liikaa korostaa.

Hoito, kasvatusta ja opetus, kasvatuskumppanuus, yhteisöllinen ja ylisukupolvinen toiminta, orientaatioiden kokonaisuus ja vuodenaikojen mukainen toiminta muodostavat luontotoiminnan vuosikakkaran terälehdet. Terälehdet kuvaavat, että luontotoiminta voi olla osa kaikkea päiväkodin toimintaa.

Luontotoiminnalla voidaan edistää hoidon, kasvatusta ja opetuksen kokonaisuuden toteutumista ja luoda siihen uusia ulottuvuuksia ja vaikuttavuutta. Luontotoiminta kasvatuskumppanuudessa voi olla esim. vanhempainiltoja nuotioiltojen muodossa tai päiväkodin toiminnan suunnittelua yhdessä vanhempien kanssa. Tällainen tukee yhteisöllisyyttäkin.

Yhteisöllinen luontotoiminta voi olla myös yhteistyötä muiden päiväkotien kanssa esim. yhteisiä retkiä, hankkeita tai vaikka luontoaiheista kirjeenvaihtoa lasten välillä. Ylisukupolvinen luontotoiminta voi toteutua esim. lasten vierailuina vanhusten luo, jossa voidaan laulella ja leikkiä luontotunnelmissa. Lapset voivat myös piirtää vanhuksille, kerätä kukkasiasa tai saunavasta-aineita vanhuksille vietäväksi. Isovanhempien päiviinkin luontotoiminta sopii. Luontotoiminnan vahvuus ja käytettävyys tulee esiin siinä, että sitä voi soveltaa eri orientaatioihin ja se voi vaihdella vuodenaikojen mukaan.

LUONTOTOIMINNAN HYVINVOINTIVAIKUTUKSIA

*Lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta
Vahvistaa itsetuntoa
Palauttaa voimavaroja
Parantaa elämänlaatua
Lisää osallisuuden kokemuksia
Heikentää pelon ja vihan tunteita
Mahdollistaa omien voimavarojen löytymisen
Avartaa näköaloja ja arvomaailmaa
Vahvistaa luottamusta ja yhteistyötä
Tukee yleistä terveyttä ja hyvinvointia
Suojaa mielenterveyden ongelmilta
Vahvistaa itsesäätelyn taitoja
Kehittää havaintojen tekoa ja oppimista
Yhteisöllisyyden ja yksityisyyden säätely*

*Itsen, kanssaihminen ja ympäristön kunnioitus
Lisää elämänmyönteisyyttä
Lisää keskittymiskykyä
Rauhoittaa ja elvyttää mieltä ja kehoa
Vahvistaa läsnäolon taitoa eri ympäristöissä
Vahvistaa myönteisiä mielialoja
Lisää vastustuskykyä ja lievittää stressiä
Avaa uusia näkökulmia ja ongelmanratkaisuja
Lisää luovuutta ja omaehtoista tekemistä
Vahvistaa sosiaalisia taitoja
Vahvistaa kognitiivisia taitoja
Vahvistaa psyykkisiä taitoja
Vahvistaa motorisia taitoja
Hoiva- ja kiintymyssuhteiden muodostuminen*

"Luontotoiminta saa lapsen sisäiset kukat kukkimaan."



Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset tutkittua tietoa

Tutkimustieto vahvistaa luonnon myönteiset vaikutukset hyvinvoinnille. Vaikutukset ovat samanlaisia niin lapsilla kuin aikuisillakin. Myönteisistä yhteyksistä terveyteen on saatu todistusaineistoa mm. ympäristöpsykologian ja -kasvatuksen, metsä-, puutarha- ja kasvitieteen, ympäristösuunnittelun ja terveystieteiden tutkimuksissa.

Tutkimusten mukaan lapsen tasapainoinen kehitys edellyttää ulkoleikkejä. Luontoympäristö vaikuttaa myönteisesti kehon hallintaan ja motoriikkaan, millä puolestaan on yhteyksiä lapsen kognitiiviseen eli tiedolliseen ja sosioemotionaaliseen eli tunteiden ja sosiaalisuuden kehitykseen. Luontoympäristön on tutkittu myös lieventävän ylivilkkauksen oireita.

Useat tutkimukset todistavat, että luontoympäristössä lapsi voi kokea mm. vapautta, seikkailua, tunteita, esteettisyyttä, itsenäisyyttä, aistikokemuksia, yhteyttä ja erillisyyttä eli kokonaisvaltaista kokemista, mikä on tärkeää ja eteenpäin vievää lapsen kehityksen kannalta.

Luontoympäristö tarjoaa mahdollisuuden sekä yhdessä oloon että omassa rauhassa oleiluun. Luontoympäristössä lapsi voi kokea minäkuvan selkiytymistä ja itsetunnon vahvistumista sekä virkistystä, rentoutusta ja rauhoittua. On tutkittu, että lapselle on luontaista voida hyvin luontoympäristössä ja siellä voivat kehittyä myös turvallisuus, autonomia ja empatia, jotka ovat psyykkisen kehityksen kulmakiviä.

Lapselle ehdottomasti tärkein turvallisuuden muoto on sisäinen turvallisuus, hyvä ja rauhallinen olo. Ihmisen sisäinen maailma kulkee mukana koko eliniän. Sitä tavoitellaan luontotoiminnallakin.

Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset suojaavia tekijöitä lapsen elämässä

Suojaava tekijä lapsen hyvässä kasvussa ja kehityksessä suojaa lasta erilaisilta hyvinvointia vaarantavilta asioilta. Suojaava tekijä voi löytyä ihmisestä itsestään tai liittyä ympäristöön tai ihmissuhteisiin. Näitä tekijöitä on tärkeä vahvistaa ja tähän on hyvät mahdollisuudet kaikissa peruspalveluissa. Suojaavia tekijöitä ovat esim. se, että lapsen ikä ja kehitystaso huomioidaan, lapsi saa onnistumisen kokemuksia, saa osallistua, kokea iloa, osaa ilmaista itseään ja, että lapsi tuntee olevansa rakastettu ja voivansa vaikuttaa omaan elämäänsä. Luontotoiminnan hyvinvointivaikutukset ovat näitä lasta suojaavia tekijöitä.

Alle 12-vuotias lapsi on erityisen herkkä vaikutteille ja omaksuu tapoja ajatella ja toimia. Se on otollista aikaa myös luontosuhteen muodostumiselle. Lapsi muodostaa silloin omaa arvomaailmaansa ja maailmankuvaansa. Lapsena omaksuttu luontosuhde vaikuttaa positiivisesti mielenterveyteen jo lapsuudessa ja voi toimia suojaavana tekijänä myös nuoruudessa, aikuisuudessa ja vanhuudessa. Varhaiskasvattajan olisikin hyvä useammin lasta katsellessaan nähdä silmissään se aikuinen, joka lapsesta kasvaa, ja sen aikuisen lapset ja nämä lapset aikuisena. Lapsi siirtää oppimaansa eteenpäin kasvaessaan.

Yksilöllisyyden, materialististen ja talouden arvojen ihannointi, kiire, suorittaminen, virtuaalisuus, hyvinvoinnin erilaistuminen, pahoinvoinnin lisääntyminen, perherakenteiden muutokset, maallistuminen ja työelämän epävarmuus heijastuvat perheisiin ja sitä myötä lapsiin. Tehokkaan työelämän arvot näkyvät kasvatuskulttuurissakin. Länsimainen yhteiskunta arvostaa omatoimista, sosiaalista, reipasta ja itsenäistä lasta. Luontotoiminta voi toimia vastapainona tälle kaikelle ja antaa lapselle rauhaa kasvaa omaksi itseksensä.

GREEN CARE

Luontoon liittyvää monialaista ja monimuotoista toimintaa, jolla voidaan edistää ihmisten hyvinvointia ja voimavarojen löytymistä

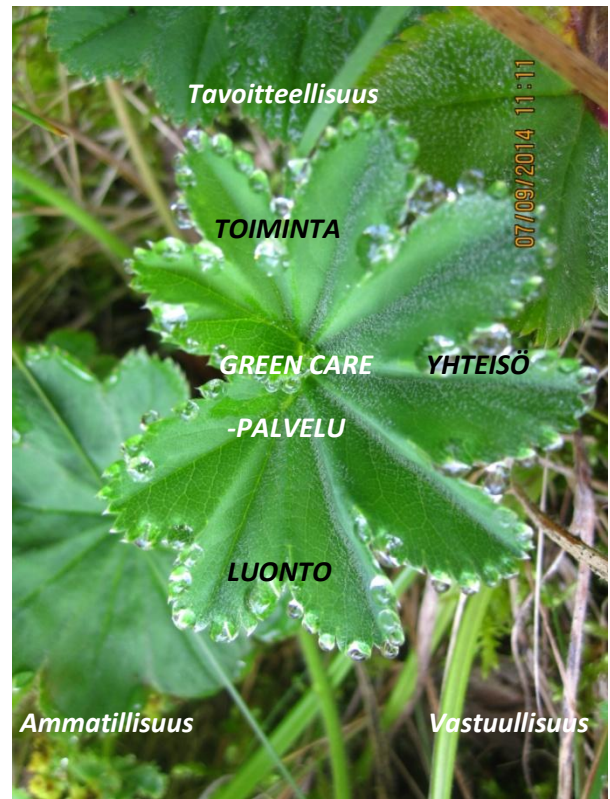
Peruselementteinä luonto, toiminta ja yhteisö

Hyvinvointivaikutukset syntyvät luonnon elvyttävyydestä, kokemuksellisuudesta ja osallisuudesta

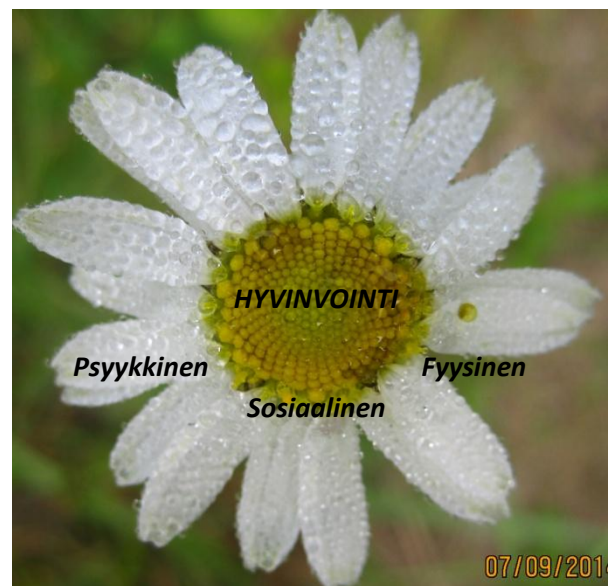
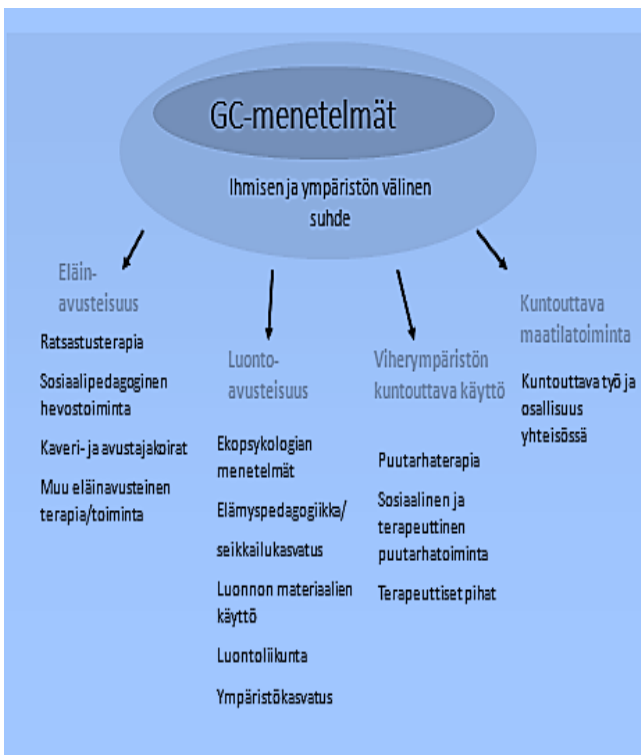
Tavoitellaan ihmisen lähempää suhdetta luontoon ja kestävän kehityksen mukaista elämäntapaa

Perusedellytyksinä tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus

Ekopsykologia muodostaa toiminnan keskeisen perustan



Kaaviot ja kuviot GC Finland 2015



Perusedellytykset

Tavoitteellisuus, ammatillisuus ja vastuullisuus ovat GC-toiminnan perusedellytyksiä. Tämä tarkoittaa, että ymmärretään toiminnan perusta, tehdään toiminta näkyväksi, toiminta on suunniteltua ja sitä arvioidaan säännöllisesti. Oleellista on suunnitella toiminta asiakkaiden tavoitteiden mukaisesti, huomioida yksilölliset tarpeet ja tiedostaa, että ihmisen elämän kaikki ympäristöt vaikuttavat häneen. Toiminnan on oltava eettisesti hyväksyttävää, laadukasta ja turvallista niin psyykkisesti, fyysisesti kuin sosiaalisestikin. Ensiarvoisen tärkeää on nähdä jokaisen ihmisen arvo, oikeudet ja mahdollisuudet.

Peruselementit

Luonto voi olla GC- toiminnassa niin tapahtumapaikka, kohde kuin välinekin. Luonto voi olla aitoa luontoa ulkosalla, rakennettua sisätiloihin, kaupungin tai maaseudun luontoa tai tulla esiin pienenä luontoelementtinä sisätiloissa esim. viheriöivänä oksana. Luonto voi tulla esiin myös esim. taiteina, ajatuksina, kerrontana, ääninä, kuvina tai mielikuvina ja silti luoda aidon luontokokemuksen.

Toiminta liittyy GC- toiminnassa ihmisen ympäristöön ja mahdollistaa omaehtoisen kokemisen ja oppimisen. Toiminta voi olla monenlaista vaihdellen konkreettisesta tekemisestä ja nopeatahtisesta toiminnasta havainnointiin ja rauhoittumiseen. Toiminnan avulla ihminen voi toteuttaa ihmisenä olemisen tarpeita kuten esim. toteuttaa itseään, vaikuttaa ympäristöönsä ja omaan elämäänsä sekä tuntea olevansa olemassa.

Yhteisö mahdollistaa GC- toiminnassa osallisuuden. Osallisuuden kokemukset voivat toteutua ihmisten välisenä vuorovaikutuksena tai

vain ryhmässä mukana olossa. Osallisuuden tunne voi syntyä myös siinä, että ihminen saa olla aktiivisena toimijana tai siinä, että voi olla vuorovaikutuksessa oman sisäisen itsensä kanssa. Lisäksi osallisuuden kokemuksia voi tapahtua vuorovaikutuksessa eläinten, luonnon tai tietyn paikan kanssa.

Luontolähtöiset menetelmät ja soveltaminen varhaiskasvatukseen

GC- toiminta perustuu luontolähtöisiin menetelmiin, joita voidaan soveltaa niin erilaisiin ympäristöihin kuin erilaisille asiakasryhmillekin. Toimintaa voidaan soveltaa virkistys- ja hyvinvointipalveluihin sekä monenlaisiin kuntoutuksen, hoivan, hoidon ja ennaltaehkäisevien palvelujen tarpeisiin. Varhaiskasvatuksessa GC-toiminta voi palvella niin kasvatuksen ja opetuksen tavoitteita kuin olla osa lasten hoivaakin. Luontoavusteinen pedagogiikka voi olla myös osa ennaltaehkäisyä, varhaista puuttumista sekä virkistävää ja voimaannuttavaa toimintaa. Lisäksi GC-toiminta voi työmenetelminä ja toimintatapoina vaikuttaa työ hyvinvointiin ja henkilökunnan jaksamiseen tai se voi olla osa varsinaista tyky -toimintaa.

Teoriaperusta

Kaikki GC-toiminta perustuu ekopsykologiaan. Ekopsykologia on ympäristöpsykologian osa-alue, joka keskittyy ihmisen ja ympäristön välisen suhteen tutkimiseen. Siinä ihminen nähdään osana luontoa ja ihmisen hyvin- tai pahoinvoinnin vaikuttavan luontoon ja toisinpäin. Hyvän luontosuhteen katsotaan olevan yhteydessä hyvinvointiin ja myönteisiin luontokokemuksiin tätä suhdetta voidaan vahvistaa. Ekopsykologian ajatuksin tavoitellaan myös ihmisen lähempää suhdetta luontoon ja kestäväen kehityksen mukaista elämäntapaa.

GREEN CARE JA VARHAISKASVATUS – YHTEISET TAVOITTEET

Tavoitteena hyvinvoiva ihminen

Suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa, jossa tieteellinen perusta

Toteuttajalla vahva ammatillinen osaaminen ja tietoisuus

Toiminnan kivijalkana ihmisoikeudet

Päämääränä edistää henkilökohtaista hyvinvointia, vahvistaa toisia ja ympäristöä huomioon ottavia käyttäytymismuotoja sekä lisätä itsenäisyyttä

Hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuus voi toteutua

Ympäristö muodostuu fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden kokonaisuudesta

Oppiminen kokonaisvaltainen tapahtuma, jossa mukana kaikki aistit, tunteet ja kokemukset

Toiminta suunnitellaan asiakkaan tarpeiden mukaan ja toiminta monipuolista

”On kaunista katsella, kun lapsi on hyvällä mielellä.”



Varhaiskasvatuksen ja Green Care:n vuoropuhelua

”Varhaiskasvatuksen ja Green Care -toiminnan tavoitteet kulkevat käsi kädessä ja toimintatavat eivät riitele keskenään vaan Green Care voi hyvin palvella varhaiskasvatuksen tavoitteita.”

Varhaiskasvatus on kasvatuksellista vuorovaikutusta, jonka tavoitteena on hyvinvoiva lapsi. Green Care on toimintaa, jossa luontoa käytetään tavoitteellisesti ihmisten hyvinvoinnin ylläpitämiseksi ja edistämiseksi. Molemmilla on monitieteinen perusta.

Varhaiskasvatus koostuu hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuudesta. Green Care -toiminta soveltuu näihin kaikkiin.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on valtakunnallinen varhaiskasvatuksen ohjauksen väline. Green Care -toimintaa ohjaavat GC-toiminnan eettiset ohjeet. Laki ja asetukset ohjaavat molempien toimintaa.

Varhaiskasvatuksen arvopohjassa keskeisintä on lapsen ihmisarvo ja oikeudet. Green Care -toiminnan perusta on ihmisoikeuksissa.

Varhaiskasvatuksen keskeinen voimavara on ammattitaitoinen henkilöstö. Green Care -toiminta on ammatillista toimintaa mikä tarkoittaa mm. tietoa toiminnan sisällöstä, perusteista ja tavoitteista, ammatillisen osaamisen ylläpitoa, vastuullisuutta, laatua ja turvallisuutta sekä yhteistyökykyä.

Varhaiskasvatuksessa tehdään verkostoyhteistyötä ja toimitaan kasvatuskumppanuuden ajatuksella. Keskeisenä ajatuksena on varhainen puuttuminen. Green Care -toiminnassa pyritään ottamaan huomioon asiakkaan kaikki elämänalueet ja se voi olla osa ennaltaehkäisyä ja varhaista puuttumista.

Varhaiskasvatuksessa pyritään turvaamaan lapselle maailmasta syntyvän kuvan monipuolisuus, eheys ja kokonaisvaltaisuus sisällöllisten orientaatioiden avulla. Green Care -toiminnassa on monipuolinen menetelmävalikoima, joita voidaan soveltaa monenlaisiin ympäristöihin ja monenlaisille asiakasryhmille.

Varhaiskasvatuksessa otetaan huomioon lapselle ominaiset tavat toimia - leikkiminen, liikkuminen, tutkiminen sekä taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen - niin toiminnan suunnittelussa kuin toteutuksessakin ja ne ohjaavat kasvattajayhteisön toimia. Jokaiselle lapselle laaditaan oma varhaiskasvatussuunnitelma. Green Caressa toiminta suunnitellaan aina asiakkaan tarpeiden mukaan ja huomioidaan myös yksilölliset tarpeet.

Varhaiskasvatusympäristö muodostuu fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden kokonaisuudesta kuten Green Care -toiminnassakin. Molemmissa fyysinen ympäristö voi vaihdella esim. luontoympäristö, kaupunkiympäristö tai sisätilat ja psyykkisenä ympäristönä tärkeitä ovat turvallisuus, hyväksyntä, kokemuksellisuus ja jatkuvuus. Molemmissa sosiaaliset tekijät muodostuvat toiminnasta ja yhteisöstä, joissa tapahtuu monenlaista vuorovaikutusta.

Varhaiskasvatuksessa oppiminen on kokonaisvaltainen tapahtuma, jossa mukana ovat mukana kaikki aistit, tunteet ja kokemukset. Green Care -toiminnan toteuttamisessa yhteistä on luontoympäristön tai luontoelementtien moniaistinen ja omaehtoinen kokeminen niin tunteen kuin toiminnankin tasolla. Green Caressa kokemuksellisuus toteutuu niin yksilön kuin yhteisönkin tasolla.

KASVATTAJAN LUONTOMIELI LUONTOTOIMINNAN MENETELMÄNÄ

Kasvattajan luontomieli saa lapsenkin luontomielelle. Kuten kaikki hyvä, heijastuu luontomielikin kantajastaan sisältä ulospäin ja näkyy olemuksessa, katseessa, sanoissa ja toimintatavoissa. Ja luontomielellä on taipumus levitä ja synnyttää lisää luontomieltä. Lapsi katsoo tarkasti aikuista ja omaksuu näkemästään ja kokemastaan rakennusaineita omaan elämäänsä. Luontomieltään kehittääkseen kasvattaja luo katseen lapseen ja oppii lapselta. Kasvattajan luontomieli rakentuu asenteista ja arvoista ja tärkeimmät niistä ovat läsnäolo, luovuus, joustavuus, ilo, lapsenmielisyys ja rakkaus.



Kasvattajan luontomieli – käsitteen avaamista

Rakkaus on iso sana, mutta yleiskäsitteenä se kuvaa parhaiten kasvattajan luontomielen perustaa. Kun rakastaa itseään huolehtimalla oman elämän tasapainosta ja hyväksyy itsensä, voi hyväksyä myös kanssaihmisensä sellaisena kuin he ovat ja kyetä antamaan itsestään muille. Rakkaus on ystävällisyyttä, kunnioitusta ja jokaisen ihmisen arvon ymmärtämistä. Jos on rakkautta, on myös välittämistä, huolenpitoa ja itsensä likoon laittamista. Silloin kasvattaja havaitsee lapsen viestit, näkee lapsen, kykenee näkemään voimavaroja lapsessa ja löytää keinoja tuoda niitä esiin.

Ilo saa ihmeitä aikaan. Nauruna se tarttuu, puhdistaa, lieventää stressiä sekä avaa tunteiden ja ajattelun lukkoja. Hymynä se valaisee ilmapiiriä, rauhoittaa ja rohkaisee. Kiitollisuutena se saa näkemään arjen pieniä, hyviä asioita ja saa tavallisenkin päivän tuntumaan hyvältä päivältä. Kiitollisuus avaa luontomieltä huomaamaan keväisen tuulen hennon kosketuksen poskilla, koivun lehtien tuoksun sateen jälkeen tai ihailemaan koppakuoriansen kuoren välkettä. Ilo kasvattajan luontomielessä saa näkemään mahdollisuuksia, kokeilemaan ja heittäytymään.

Läsnäolo on hetkessä elämistä ja hetken ymmärtämistä ja näkemistä. Se voi olla pysähtymistä ja keskittymistä kuuntelemaan, katselemaan tai tuntemaan. Tai sitten riehakasta tai seikkailullista toimintaa, jossa adrenaliini virtaa ja jossa oikein tuntee elävänsä. Luontomieli rakentuu läsnäolosta. Monesti luontotoiminnan parhaat asiat ovat ainutkertaisia asioita, joita ei voi toistaa tai ne tapahtuvat tunteen ja aistien tasolla. Ne havaitaan vain hetkeen tarttumalla. Kasvattaja voi kehottaa itseään sisäisesti, jos läsnäolo meinaa unohtua: ”Nyt on hyvä hetki, älä kiirehdi, suorita ja hoppuile! Nautitaan nyt tästä

ja katsotaan, miten toiminta etenee lasten aloitteista.” Toiminnasta saatava kokemus on tärkeämpi kuin toiminta itse.

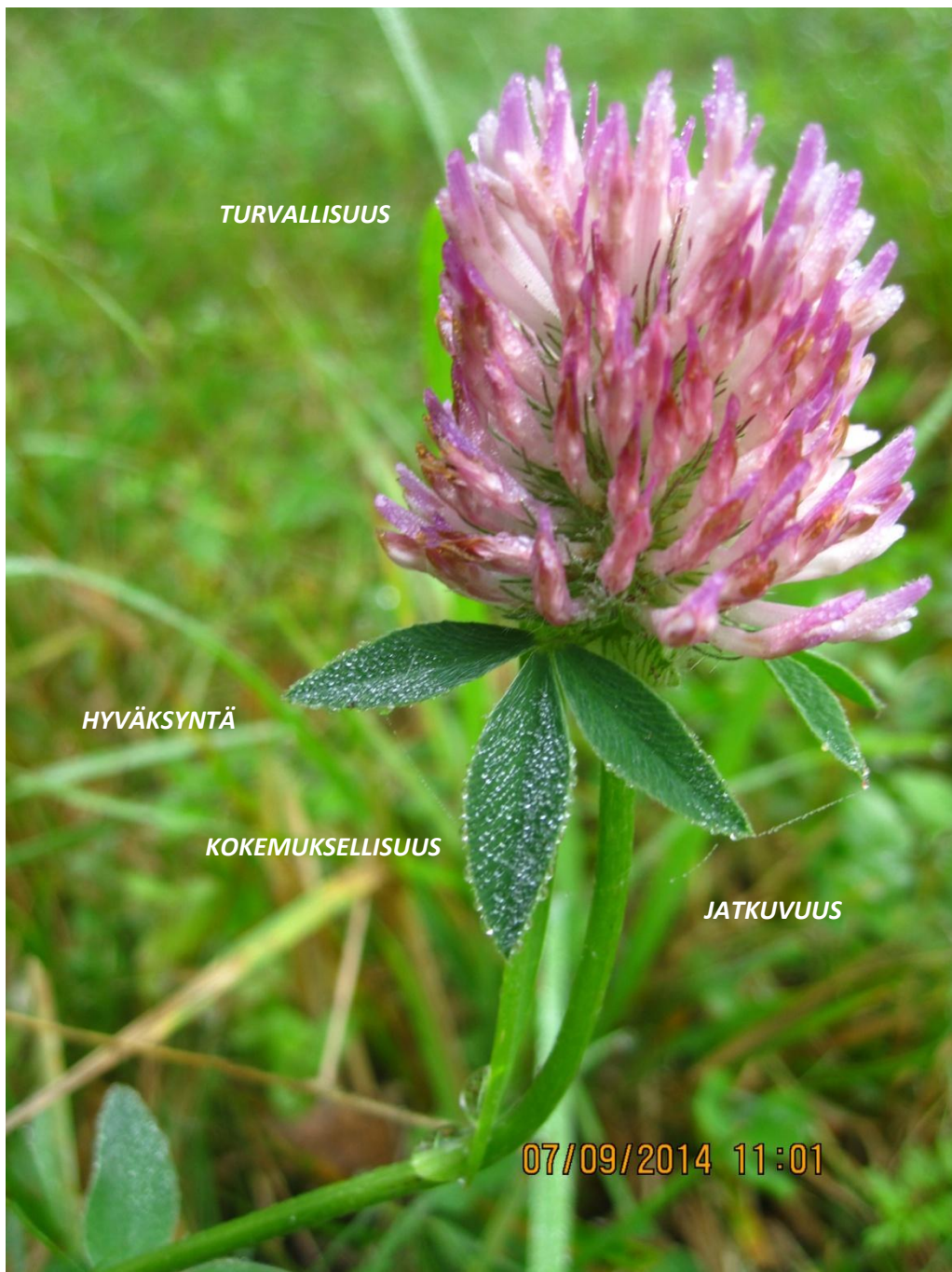
Lapsenmielisyys houkuttelee kasvattajan luontomieltä esiin. Kun kasvattaja haluaa kehittää omaa luontomieltään, hänen tulisi miettiä, millainen on lapsi, mitkä ovat lapselle ominaisia tapoja toimia ja, mitä lapselta voisi oppia. Kasvattajan luontomieltä avaa lapsen lailla toimiminen. Luontomiehellä oleva kasvattaja haluaa oppia uutta, on utelias, tutkii, toimii, on tässä ja nyt, ilmaisee ajatuksiaan, leikkii, liikkuu, ihmettelee ja kokeilee, vaikka epäonnistuu

Luovuus tuo esiin kasvattajan luontomieltä. Luovuutta on jokaisessa kasvattajassa. Jokaisella kasvattajalla on se jokin, missä hän on erityisen hyvä ja sitä hän voi käyttää luontotoiminnassa. On hyvä, että kasvattajat ovat erilaisia ja ovat hyviä erilaisissa asioissa. Se takaa, että luontotoimintakin monipuolista, voi tapahtua keskinäistä oppimista ja lasten erilaiset tavat oppia ja omaksua asioita tulevat paremmin huomioituiksi. Tärkeintä on, että kasvattaja on oma itsensä ja rohkeasti käyttää vahvuuksiaan. Luovuus luontomielessä pitää luontotoiminnan elävänä eikä toteutus riipu resursseista. Luovuutta edistää halu arvioida ja kehittää omaa työtään.

Joustavuus kasvattajan luontomielessä on avoimuutta uusille ajatuksille, kykyä joustaa totutuissa rutiineissa, kykyä miettiä vaihtoehtoisia toimintatapoja tai uskallusta kokeilla jotain uutta. Esim. aurinkoisena päivänä viikkosuunnitelmasta voidaan poiketa ja lähteä retkelle ja sateisena päivänä palata askarteluun tai muuhun sisätouhuun. Joustavuus näkyy myös siinä, että varhaiskasvatusympäristöllä on lupa muuttua luontotoiminnan tavoitteiden mukaan ja tulla eläväksi, lasta innostavaksi ympäristöksi.

LUONTOTOIMINNAN TOTEUTTAMISEN PÄÄPERIAATTEET

Tavoitteena varhaiskasvatuksen luontotoiminnassa on, että lapsi saisi siitä myönteisen olemisen kokemuksen. Tämän toteutumiseen tarvitaan neljä elementtiä. Ne ovat turvallisuus, hyväksyntä, kokemuksellisuus ja jatkuvuus.



Turvallisuus tarkoittaa psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista turvallisuutta. Hyvälle luontokokemukselle turvallisuus on ehdoton edellytys. Tässä korostuu kasvattajan vastuu.

Varhaiskasvatuksen luontotoiminnassa turvallisuudesta huolehtiminen on samankaltaista päiväkodin muun toiminnan kanssa. Toimintakohtaisesti arvioidaan riskejä esim. tuleen liittyviä turvallisuustekijöitä nuotioretkellä tai punkeilta suojautumista heinikossa liikkuesssa. Riskien varalle tehdään toimintasuunnitelma.

Luontotoiminnassakin suunnittelu edistää turvallisuutta ja erityisen tärkeää on huomioida, että toiminta on lapsen ikään sopivaa. Yksilöllisetkin tarpeet on huomioitava esim. tuen tarve motorisesti heikomman lapsen kohdalla. Lapsiryhmän tuntemus edistää turvallisuutta ja silloin on helpompi huomata esim. aran tai vetäytyvän tarpeet.

Luontotoiminnassa lapselle turvallisen olon tekee kasvattaja omalla rauhallisuudellaan, ryhmän hallintataidoillaan ja kokonaistilanteen arvioinnillaan. Hyvää luontokokemusta edistää pienryhmätoiminta ja oikeilla lapsivalinnoilla ryhmän vahvuudet, keskinäinen tuki sekä toiselta oppiminen voidaan saada esiin. Turvallisuutta luo lasten tasa-arvoinen kohtelu ja kasvattajan oma toimiva ”luontomieli”.

Kasvattaja voi luoda luontotoimintaan turvallisuuden tunnetta kokemuksilla turvallisuudesta esim. sisätoiminnassa rakentaa pehmoisia oravan pesiä loikoiluun tai asettumalla ulkosalla lasten kanssa suuren puun lehvästön alle kuuntelemaan tuulen ääntä ja kuulemaan lempeitä tarinoita.

Hyväksyntä vapauttaa ja sulattaa niin aikuisen kuin lapsenkin. On lupa olla sellainen kuin on ja riittää sellaisenaan. Ei tarvitse edes onnistua ollakseen hyväksytty omana itsenään. Silloin itsetunto ja itsetuntemus voivat alkaa

kehittyä. Toteutuessaan tämä vapauttaa aivan uusia voimavaroja, poistaa oppimisen esteenä olevaa jännitystä ja mahdollistaa keskittymisen käsillä olevaan hetkeen. Kasvattajalta tämä vaatii jatkuvaa oman työn arviointia, itsesääätelyä ja lapselle lähettämiensä viestien tarkastelua. Kasvattajan katse on lapselle peili. Kauniilla, hyväksyvällä katseella kasvatetaan hyvinvoivia lapsia.

Kokemuksellisuus nostaa luontokokemuksen itsensä arvoon. Ei ole tarvetta tulkita, analysoida tai selittää. On yhteys omiin tunteisiin ja tarpeisiin. Luontotoiminnassa aistikokemukset saavat usein aikaan kokemuksellisuutta. Kokemus voi tulla sisäisenä hyvänä olona nähtäessä kauneutta, fyysisenä raukeutena kävelyretken jälkeen tai puron solinaa kuunnellessa. Kokemuksellisuus voi toteutua myös yhteyden tunteessa eläimen, hyönteisen, kasvin, luontopaikan tai luontoelementin kanssa. Esim. lapsi voi saada kokemuksen vain silittäessään pehmoilintua, jonka kasvattaja lennättää hänen olkapäälleen tai lepohuoneessa kuunnellessaan metsälintujen laulua.

Jatkuvuus hyvässä luontokokemuksessa on yhteyden ja osallisuuden tunnetta. Silloin voi olla vaan ja aikakin tuntuu unohtuvan. Toiminta on niin mieluista ja luonnollista, että aivan lumoutuu. Tällaista lumoutumista voi nähdä lapsissa esim. nuotiotulilla. Pienimmätkin rauhoittuvat eivätkä saa katsettaan irti liekeistä. Tai vaikkapa lasten leikki ensilumella, jolloin saa kasvattajana vain katsella, kun lapsi ilman ohjausta leikkii ja leikkii nauttien. Näin lapsi voi ympäristön tuella löytää yhteyden omaan itseensä, omiin tarpeisiin ja arvoihin. Varhaiskasvatuksessa jatkuvuus tarkoittaa, että annetaan mahdollisuuksia ja arvo lapsen leikille ja sen jatkumiselle. Se voi olla myös joustamista aikatauluissa, rutiineista poikkeamista, lasten vahvempaa osallistamista luontotoiminnan suunnitteluun tai luontokokemuksen muistelua.

HARJOTTEITA, IDEOITA JA TUOKIOKUVIA PÄIVÄKODIN LUONTOTOIMINTAAN

Päiväkodin luontotoiminta voi olla yksinkertaista eikä vaadi kuin kasvattajien kiinnostuksen asiaan. Luontotoiminta saa olla kasvattajan näköistä, sellaista, minkä toteuttamisen hän kokee luontevaksi itselleen. Luontotoiminta voi olla päiväkodissa luonnollinen osa tavallista vuodenaikojen mukaan vaihtelevaa toimintaa, kestävästä kehitystä, eri orientaatioita, ylisukupolvista ja yhteisöllistä toimintaa sekä kasvatuskumppanuutta. Se voi tulla esiin monessa muodossa. Luontotoiminta voi olla esim. seikkailua, luonnon havainnointia, retkiä lähiympäristöihin tai kasvatusta omasta ympäristöstä huolehtimiseen. Luontotoiminta muovautuu varhaiskasvatuksen tavoitteiden mukaan monenlaiseksi toiminnaksi.

”Koivujen latvojen huurre kimaltaa kauniisti, kun auringon valo osuu niihin. Ihan kuin satumaassa olisi.”



LUONTOTOIMINNAN VUOSIKELLO AKTIIVISENA OSANA TOIMINTAA

Tavoitteena on tehdä luontotoimintaa näkyvämmäksi lapsille, vanhemmille ja kasvattajille itselleen sekä vahvistaa lasten osallisuutta. Vuosikello toimii lastenkin ymmärtämänä päiväkirjana jo tehdystä ja jo tehtyyn on helppo palata. Toiminnan näkyminen konkreettisesti antaa uusia mahdollisuuksia liittää muuta kasvatusta ja opetusta luontotoimintaan. Tarkoituksena on tarjota lapsille toiminnan sirpaleisuuden sijaan kokonaisuuksia, joissa on lupa viipyä.

Toteutus suunnitellaan lapsiryhmän ja tilojen mukaan. Vuosikello voi olla pienikokoinen ja perinteinen ympyrän muotoinen, jossa pienin kuvin ja sanoin kuvataan luontotoimintaa. Siinä näkyvät vakiintunut toiminta ja sitä täydennetään ajantasaisesti. Lapselle elävämpi vuosikello avautuu kuitenkin paremmin ja kasvattajakin voi käyttää sitä monipuolisemmin välineenä. Esim. vuosikellon pohjana voi olla askarreltu puu tai aitoja keveitä koivunrunkoja seinään kiinnitettynä. Puun ulkoasu vaihtelee vuodenaikojen mukaan lehdettömästä vehreäksi ja syksyn tullen kasvattaa marjoja tai hedelmiä vaihtuen lopulta valkeaan. Puun juurella voi olla tyynyjä ja vihreä peitto sammalena, jossa tarinoidaan tai opitaan asioista. Puun ympärille voidaan toteuttaa maisema metsälampineen ja eläimineen. Lasten askartelut täydentävät maisemaa ja sen luo on mukava kokoontua aamupiiriin tai käyttää sitä sisäluontoleikkipaikkana. Elävä luontotoiminnan vuosikello antaa hyviä mahdollisuuksia luontoon ja elämään liittyvien ilmiöiden tarkasteluun. Esim. puussa voi asua viisas pöllö, joka neuvoo lapsia ja keskustelee kuinka ehkäistään kiusaamista tai lumimaisemaan voidaan askarrella lapsia liikkumaan ja harrastamaan. Maisemaa täydentämässä voidaan käyttää luontoäänitteitä tai luontoelementtejä tai kerätä siihen aineksia retkiltä. Käyttömahdollisuuksia on monia, mutta tärkeintä on, että lapsi voi vaikuttaa vuosikelloon ja nähdä siinä oman kädenjälkensä.

”Luonto voi tulla sisällekkin. Joustava ja monipuolinen ympäristö innostaa lasta leikkimään, oppimaan, tutkimaan, toimimaan ja ilmaisemaan itseään.”



PILVIEN PONGAUS



"Katso kauas pilvien maahan niin lähdet itsekin lentoon! Ajattele millaista olisi, jos osaisimme lentää! Voisimme koskettaa pilviä, lentää kilpaa ja lentää vaikka Afrikkaan! Karkaisivatkohan lapset päiväkodista, jos he osaisivat lentää? Aika hassua. Me voisimme lennellä lintujen kanssa. Linnut olisivat ihan ihmeissään."

Tavoitteena on saada lapsi rauhoittumaan paikalleen ja innostumaan havainnoimaan pilvien muotoa ja liikettä. Lapselle pyritään välittämään mieluisaa kokemusta yhteenkuuluvuudesta ja kuulluksi tulemisesta sekä avata uusia näköaloja.

Toteutuksessa kasvattaja innostaa lasta omalla esimerkillään. Kasvattajan ohjaamana hetki voi olla läheinen ja mielikuvitusta herättävä. Pilviä voidaan havainnoida selällään viltin päällä, istuallaan penkillä, kiipeilytelineellä tai etsimällä ympäristöstä siihen sopiva kalliopaikka.

Pongaus voidaan tehdä ryhmäharjoitteena, jolloin korostuu vuoron odotus ja toisen huomiointi tai sitten yksilöllisenä toimintana, jossa lapsi saa kasvattajan koko huomion itselleen. Yhden lapsen kanssa lapsi voi istua kasvattajan sylissäkin.

Kasvattaja voi aloittaa havainnoinnin ja kertoa, mitä näkee pilvissä. Tämä on otollinen hetki myös pienille tarinoille tai sadutukselle. Jokainen lapsi saa vuorollaan kertoa omat havaintonsa. Toiminta jatkuu sen aikaa, kun lapsi luontevasti jaksaa olla paikallaan. Käsiä ja jalkoja voi liikutella toiminnan ajan.

Toiminnan voi lopettaa vaikka niin, että lapset sulkevat silmänsä ja kukin voi lähteä leikkeihinsä, kun tuntee heinän kosketuksen nenällään tai puhalluksen poskellaan.

Toiminta voi jatkua myöhemmin esim. pilvieläinten askarteluna tai hippaleikkinä, jossa myrskytuuli saa pilvet/lapset juoksemaan ja aikuinen yrittää ottaa niitä kiinni.

LUONTOTOIMINTA ERI VUODENAIKOINA JA ERI ORIENTAATIOIN

Vuodenajat luontotoiminnassa

Tavoitteena on toteuttaa vuodenaikaan sopivinta luontotoimintaa, joka voi olla niin ohjattua kuin lapsen vapaata leikkiäkin. Erityisesti annetaan mahdollisuuksia ja aikaa lapsen leikin kehittymiselle ja jatkamiselle. Lisäksi ohjataan lasta terveisiin elämäntapoihin tutustuttamalla häntä erilaisiin ulkona ja luonnossa harrastettaviin lajeihin esim. hiihto, mäenlasku, pihaleikit, uinti, kävely tai vaikkapa marjastus. Myönteisten kokemusten avulla pyritään saamaan lapsessa aikaan kiinnostus ja innostus.

Toteutuksessa huomioitavaa on se, että ihan tavallinen päiväkodin toiminta on hyvää ja sopivaa luontotoiminnaksi. Vaikka luontotoiminta kääntyy moneksi, ei ole tarvetta keksiä aina jotain erikoista, vaan jo peuhaaminen lumihangessa tai juokseminen pihalla antavat lapselle kokemuksen siitä, miten virkistävää ja hyvää tekevää on raitis ilma. Tai ihan se, että voi olla vaan omissa puuhissaan hiekkalaatikolla, voi olla sitä parasta lapsen mielestä.

Eri orientaatiot luontotoiminnassa

Kasvattajan on hyvä huomata, että sama luontotoiminta voi sisältää eri orientaatioita eli sisältöjä ja samaa toimintaa voi muunnella tavoitteiden mukaan. Tämä voi säästää aikaa ja voimavaroja monesti kiireisessä arjessa ja antaa mahdollisuuksia viipyä aiheessa. Esimerkiksi lumileikki voi pitää sisällään monia sisältöjä. Uskonnollis-katsomuksellinen orientaatio toteutuu, kun joulua odotellessa rakennetaan lumilyhtyjä kynttilöineen valaisemaan päiväkodin pihaa ja siinä järjestetään jouluhartaus metsäneläimille. Esteettinenkin orientaatio toteutuu esim. kauneuden ja musiikin kokemuksista. Matemaattinen orientaatio voi olla lumilinnan rakennusta ja pohtimista kuinka erikokoisia palasia asentamalla saadaan kestävämpi tulos. Luonnontieteellinen orientaatio voi olla lumen muuntumisen tutkimista eri veden olomuotoihin ja historiallis-yhteiskunnallinen orientaatio tutustumista vanhanajan lumileikkeihin ja talven liikuntavälineisiin. Eettinen orientaatio voi olla sitä, että lapsia ohjataan olemaan heittävämpiä lumipalloa kaveria kohti.



LUONTOLEIKKIPAIKAT ULKONA



Kasvattaja löytää luontoleikkipaikkoja, kun ajattelee lapsenmielisesti ja käyttää mielikuvitustaan.

"Vatsaani kurnii. Lähdetään valmistamaan ruokaa. Tuossapa meille onkin oiva kattila. Nyt kaikki keräämään ruoka-aineksia! Tehdäänkö tänään kala-, liha- vai kasviskeittoa? Mikä voisi olla pippuria entä mikä suolaa? Kuka löytäisi keittoon perunoita? Tarvitaan vielä ruokapöytä. Tuo kivihän käy hyvin. Nam, kohta päästään maistamaan. Otetaanko lehdet lautasiksi ja tikut lusikoiksi? Syömään, ruoka on valmista!"



Moni lapsi ei ole tottunut leikkimään luontoympäristössä ja on tottunut valmiisiin leikkipaikkoihin. Silloin hän tarvitsee kasvattajan apua leikin aloittamiseen.

"Tuossa on jääkuninkaan valtaistuin. Kuka olis kuningas? Se on pahis ja muuttaa kaiken jääksi, jos se suuttuu. Se on ihan epäreilua. Mäkin haluan jotain supervoimia. Voisko olla vaikka jotain taikapölyä ja sitä kun ripottelee päälleen tulee näkymättömäksi. Sitä vois valmistaa vaikka jäkälästä. Joo ja sitten vois olla joku taikasana, jolla sais kaverin sulatettua, kun se on jäädytetty. Niin, ja hyvikset vois asua tuolla kuusen alla ja pahikset kivikossa."



"Kuka tuolla asustaa? Onko se Pikkiriikki perheineen? Tuossa on keittiö ja kattoterassilla poreamme. Leikitään kotia! Iso käpy on äiti."



Luontoleikkipaikka voi olla ihan yksinkertainen. Sen ei tarvitse olla hieno. Kun kasvattaja lähtee toimintaan mukaan alussa ja innostaa lapsia, muutamasta oksastakin rakentuu mielikuvissa satujen linna.

Päiväkodin omaa pihaa luontoleikkipaikkana voi arvostaa. Myös se voi tarjota myönteisiä luontokokemuksia ja lumoutumisen tunteita. Luontokokemukseen ei tarvita aarniometsää tai lähtemistä kauas omalta pihalta. Lätakkökin voi olla valtameri ja sen joet kuljettaa lehtilainoja tai hiekka olla loistavaa kultaa. Pihan puista pudonneista havunneulasista voi rakentaa leikisti siilille pesän ja ihailla ötököitä. Päiväkodin piha on ulkoilmassa ja sen yli lentää lintuja, kuuluu monenlaisia ääniä ja piha muuttuu vuodenaikojen mukaan. Leikkelineetkin voivat muuttua pienellä vaivalla majoiksi, voidaan lähteä retkelle omaan pihaan tai järjestää luontoseikkailua tai tutkimista omassa pihassa. Oleellista on se mihin kasvattaja lapsen huomion kiinnittää, miten ohjaa ja millaisia tarjoumia järjestää.

Lapsi pitää pienistäkin luontoleikkipaikoista ja leikkipaikan vaihtelut ja oma keksiminen antavat leikille siivet. Lapsi innostuu pienistäkin asioista ja löytää mahdollisuuksia leikkiin kaikkialta. Toiminta ei vaadi kasvattajalta paljoa. Kaikki oikeastaan on jo olemassa, kun sen oivaltaa.

PIENTEN IHMEIDEN JA AARTEIDEN ETSIMINEN



*”Vau mikä hämähäkin verkko!
Katsokaa miten iso! Kuka näkee missä
hämähäkki itse on? Iso rontti se on,
mutta sitä ei tarvitse pelätä. Annetaan
sen olla omissa puuhissaan rauhassa.
Siinä se vaan lekottelee omassa
riippumatossaan. Aika taitava se onkin
kutomaan, eikö vain?”*

Tavoitteena on saada lapsi huomaamaan luonnon pienet, upeat asiat.

Toteutuksessa kasvattaja innostaa lapsen toimintaan lapselle ominaista tapaa toimia käyttäen. Esim. tarina vie lapsen luontevasti tunteen tasolla toimintaan ja innostaa. Jo luontaisestikin lapsi etsii ja löytää kaikkea pientä, mikä aikuiselta usein jää huomaamatta.

Kasvattaja voi antaa selvät ohjeet, mitä etsitään. Esim. marjoja, kiviä, joissa on kimaltavaa tai eläinten jälkiä. Tai sitten kasvattaja voi johdattaa lapsia luontokauneuksia ja outouksia ihmettelemään ja sitten kannustaa lapsia itse etsimään jotakin, mitä kaikki voivat tulla katsomaan. Aarteita voidaan kasvattajan arvion mukaan myös viedä päiväkotiin sisälle ja jatkojalostaa lasten kanssa.

Aarteen etsintä voi kasvattajan ohjauksen tai lasten aloitteiden mukaan johtaa myös muuhun leikkiin tai pitää sisällään vaikka laululeikkejä. Toiminta voi olla ryhmän mukaan myös seikkailua. Tavoitteiden mukaan toimintaa voidaan soveltaa eri orientaatioihin esim. matemaattisessa orientaatioissa lapset voivat järjestellä erikokoisia luonnon materiaaleja eri kasoihin, vertailla tai laskea.

”On sininen hetki. On niin kylmä, että hengitys huuruaa ja poskia nipistelee pakkaneen. Vesikin on muuttunut jääpuikkotaideteokseksi. Puikot sulavat taas vedeksi, kun aurinko alkaa lämmittää. Se on luonnon omaa kiertokulkua.”

AISTIHARJOITUKSET



Tavoitteena on avata lapsen aisteja sekä löytää ja tiedostaa omia aisteja. Tämä avaa lapselle uuden kokemusmaailman ja voi antaa avaimia esim. itsesääntelyyn, omien tunteiden tunnistamiseen ja oman kehon hahmottamiseen.

Toteutus voi tapahtua niin ulko- kuin sisätiloissakin ja toiminta keskittyä mihin aistiin vaan. Aistiharjoituksessa voidaan keskittyä kerrallaan yhteen aistiin kerrallaan tai useampaan yhtä aikaa.

Ulkona voidaan lämpimällä ilmalla kulkea paljain varpain kasvattajan johdolla ja tunnistella varpailla kuumaa hiekkaa, upottaa varpaat nurmikkoon tai kiipeillä ilman kenkiä. Toiminta voi antaa lapselle tunteen välittämisestä ja huolenpidosta sekä antaa mahdollisuuden kahdenkeskiseen keskusteluun ja vuorovaikutukseen, jos kasvattaja keskittyy kerrallaan yhteen lapseen esim. koristelemalla hänen varpaitaan kukkasilla tai valuttamalla hiekkaa hänen jaloilleen. Toiminnan aikana keskustellaan tuntemuksista.



Ulkona on helppo järjestää luonnon materiaalien tunnistelu-, tuoksu- ja katselupolkuja, koska materiaali on jo olemassa ja ympäristö itsessään tarjoaa runsaasti mahdollisuuksia, mutta aistiharjoitukset onnistuvat hyvin myös sisällä. Sisälle voi rakentaa myös aistipolun samaan tapaan kuin esim. pajapäivissä, niin saadaan lapsiryhmät jaettua pienemmiksi.

Aistiharjoituksia voi toteuttaa hyvin myös osana aamupiirejä vuodenajan mukaan. Esim. kesää odotellessa tuoksutella hiiren korvia tai syksyllä kuunnella äänitteeltä myrskytuulen pauhua.

Aistiharjoitukset soveltuvat hyvin myös odottelutilanteisiin. Esim. kangaspusseihin voi laittaa erilaisia materiaaleja ja lapset saavat tunnistella ja arvailla sisältöä ilman, että saavat katsoa.



LUONTOPOLKU JA PERHEIDEN YHTEINEN RUOKAILU

Tavoitteena on vahvistaa kasvatuskumppanuutta ja yhteistyötä päiväkodin ja perheiden välillä. Tavoitteena on myös vahvistaa perheiden välistä yhteisöllisyyttä. Perheet saavat myös kokemuksen yhdessä tekemisestä oman perheen kanssa luontoympäristössä ja kokemuksen yhteiselle aterialle kokoontumisesta, mikä hellävaraisesti ohjaa perheitä kohti parempaa hyvinvointia. Ruoan tarjoaminen on myös konkreettinen tuki perheille, joista monilla on voimavarat vähissä tai tiukkaa taloudellisesti.

Toteutuksessa olisi hyvä olla mahdollisuuksien mukaan koko henkilökunta mukana. Ruokailun voi ajoittaa päiväkodin sulkemisajan tienoille, sillä monesti se on perheissäkin iltaruokailun aikaa. Vanhemmat jaksavat paremmin osallistua, kun tarjotaan mahdollisuus jo lasta noutaessa jäädä toimintaan mukaan.

Perheen tilanteen mukaan voidaan soveltaa kiertääkö perhe ensin luontopolun rasteineen vai ruokaileeko ensin. Kylläisenä luontopolusta jaksaa paremmin nauttia. Ruoan on hyvä olla yksinkertaista ja helposti tarjoiltavaa esim. keittoruokat ovat sopivia. Ulkona ruokailu on elämys, mutta sään ja päiväkodin ympäristön mukaan toimitaan. Joskus voidaan myös järjestää nuotioruokailuja, jos päiväkodin ympäristö ja henkilöstön voimavarat sen sallivat.

Epävirallinen kokoontuminen tällaisen toiminnan ääreen avaa ihan uudenlaisia keskusteluyhteyksiä ja poistaa valta-asetelmia kasvattajien ja vanhempien väliltä. Kasvattajille toiminta antaa hyvän mahdollisuuden havainnoida lasta osana perhettään ja kenties oivaltaa jotakin kasvatuksellisesti. Perheillä on mahdollista solmia uusia tuttavuuksia ja saada vertaistukea, sillä arjessa he harvemmin kohtaavat toisiaan lasta tuodessaan tai noutaessaan.

Toimintaa voidaan soveltaa esim. vanhempainiltoihin, joissa vuorovaikutus voi luontotoiminnan avulla olla vilkkaampaa ja luontevampaa.



YLISUKUPOLVINEN LUONTOTOIMINTA

Tavoitteena on luontotoiminnan avulla saada aikaan vuorovaikutusta eri sukupolvien välille. Luonto kaikkine muotoinensa on yhdistävä tekijä lasten ja vanhusten välillä ja muodostaa yhteisen kielen, jota kaikki ymmärtävät. Näin tapahtuu keskinäistä oppimista ja keskinäinen ymmärrys ja suvaitsevaisuus lisääntyvät.

Toteutuksessa tulee erityisesti kiinnittää huomiota etukäteissuunnitteluun, jotta kaikkien osanottajien osallisuus voisi toteutua. On huomioitava vanhusten toimintakyky sekä lasten iän mukaiset tarpeet. Toiminnan onnistuminen vaatii myös yhteistyökykyä ja moniammatillista osaamista päiväkodin ja esim. vanhusten palvelukodin henkilöstön välillä. Riittävä määrä henkilökuntaa helpottaa toteutusta.

Yhteiseksi tekemiseksi sopivat erityisen hyvin laulut, leikit ja musiikki-ilmaisu eri muodoissaan, koska niiden toteuttaminen onnistuu ilman kummempia erityisjärjestelyjä ja on useimmille mieluista.

Luontoa teemana voi soveltaa hyvin myös askarteluihin, peleihin, näytelmiin, yhteisiin juhliin, jumppaan tai leivontaan.



"Tähtitaivas loistaa tumman sinisellä taivaalla ja metsäneläimet ovat kokoontuneet laulamaan ja leikkimään yhdessä. Mitä sinä peippo vielä täällä teet? Sinunhan pitäisi olla jo etelän lämpimässä. – Minä halusin vielä laulaa teille, sanoo peippo. Sitten peippo lentää kämmenpesästä toiseen.

Talven ensilumi alkaa sataa ja ohjaajat heiluttelevat hiljaa hallaharsoa lasten ja vanhusten päällä. Yhdessä lauletaan: "Lumisade hiljainen, kivet, kannot peittää..." Karhuiksi puetuille lapsille luetaan talviuniruno ja sitten ne käpertyvät nukkumaan.

On aika loppuleikkien. Lapset, opetetaan mummoille ja papoille se uusi laulu. Minkä laulun te voisitte opettaa meille? Mitä teidän lapsuudessanne laulettiin?"

”Nuku, nuku nuppunen, niitynkukka kulleroinen.

Makaa, makaa marjanen, mansikkainen mustikkainen.

Kelli, kelli keltasirkku, kurjenpoika kukkeroinen.

Lepää, lepää leppäkerttu, lulleroinen lalleroinen.

Kasva, kasva kultanen, kukkaseksi kaunihiksi.”



LÄHTEET

Aula, Maria Kaisa. Lasten hyvinvointi- toteutuvatko puheet. Puheenvuoro. Terve kunta päivät. Helsinki. PDF-dokumentti. www.lapsiasia.fi/nyt/puheenvuorot/puheet. Ei päivitystietoja. Luettu 20.2.2013.

Arvonen, Sirpa 2014. Metsämieli. Luonnollinen menetelmä mielentaitoihin. Latvia: Jelgava Printing House.

Bardy, Marjatta ym. 2002. Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun. STAKES Raportteja 263, 2001. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Bird, William 2007. Natural thinking: Investigating the links between the natural environment, biodiversity and mental health. http://www.rspb.org.uk/Images/naturalthinking_tcm9-161856.pdf. PDF-dokumentti. Ei päivitystietoja. Luettu 17.2.2015.

Grassroot leadership survey 2012. PDF-asiakirja. <http://www.childrenandnature.org>. Ei päivitystietoja. Luettu. 2.4.2014.

Green Care Finland 2015. Mitä Green Care on. Toimialat. Menetelmät. Laatu. <http://www.gcf Finland.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 16.2.2015.

Green Care -toiminnan eettiset ohjeet 2012. Green Care Finland ry. PDF-dokumentti. <http://www.gcf Finland.fi/file/original/eettisetohjeet.pdf?fileId=18029>. Ei päivitystietoja. Luettu 12.2.2015.

Health benefits to children from contact with the outdoor and nature. Children & Nature network. PDF-dokumentti. <http://www.childrenandnature.org/downloads/CNNHealthBenefits2012.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 2.4.2014.

ETENE 2010. ETENE-julkaisuja 29. Mielenterveys lasten ja nuorten elämässä. Helsinki: ETENE, STM. PDF-dokumentti. http://www.etene.fi/c/document_library/get_file?folderId=41970&name=DLFE-1207.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 9.3.2014.

Finlex. Ajantasainen lainsäädäntö. Päivähoitolaki. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=p%C3%A4iv%C3%A4hoito>. Luettu 20.2.2013.

Green Care Finland. Menetelmät. Toimialat. Laatu. Yhdistyksen eettiset ohjeet. Lasten ja nuorten ongelmiin pitäisi tarttua aiemmin. www-dokumentit ja PDF-dokumentit. www.gcf Finland.fi. Ei päivitystietoja. Luettu 25.1.2015.

Helenius, Aili, Korhonen, Riitta 2008. Pedagogiikan palikat. Johdatus varhaiskasvatukseen ja kehitykseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Helsingin kaupunki, Sosiaaliviraston lapsiperheiden palveluiden riskiolosuhdetyöryhmä 2007. Opaskirja. Lapsen hyvän kasvun ja kehityksen riskitekijöiden ja suojaavien tekijöiden tunnistaminen. PDF-dokumentti. <http://www.hel.fi/>. Ei päivitystietoja. Luettu 22.2.2014.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko, Sajavaara, Paula 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hirvonen, Johanna 2014. Luontohoivan asiakasvaikutukset. Tutkimuksia ja raportteja 86. Tampere: Tammerprint Oy.

Hirvonen, Johanna, Skyttä, Teija (toim.)2014. Luontolähtöiset hyvinvointipalvelut. Opas asiakastyöhön ja palveluiden kehittämiseen. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Tampere: Tammerprint Oy.

- Hujala, Eeva, Turja, Leena (toim.)2011. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva: Bookwell Oy.
- Jantunen, Timo, Ojanen, Eero 2011. Sydämen sivistys. kasvatuksen ytimessä. Porvoo: Bookwell.
- Kaivosoja, Matti 2010. Voiko lapsen mieltä lailla suojella? PDF-dokumentti.
http://www.lskl.fi/files/428/Matti_Kaivosoja.pdf. Ei päivytystietoja. Luettu 8.2.2015.
- Kajaanin Ammattikorkeakoulu 2015. Opinnäytetyöpakki. Aineistolähtöinen tutkimus. Hermeneuttinen kehä. Teemoittelu. WWW-dokumentti. <http://193.167.122.14/Opari/ontTukiViitekehys.aspx#aineisto>.
<http://193.167.122.14/Opari/ontTukiLaadullTeemoittelu.aspx>. Ei päivytystietoja. Luettu 3.3.2015.
- Kananen, Jorma 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy - Juvenes Print.
- Kanninen, Katri, Sigfrids, Arja 2012. Tunne minut. Turva ja tunteet lapsen silmin. Juva: Bookwell Oy.
- Karvinen, Petteri ym. 1997. Luonnossa kotonaan. Pieksämäki: Kirjapaino Raamattutalo.
- Koivunen, Pirjo-Leena 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Juva: WS Bookwell Oy.
- Koponen, Salla 2013. Haastattelut. ”TIKUSSA ASIAA”. Ympäristökasvatuksellinen materiaalipaketti Tikanpellon päiväkodille. Mikkelin ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Korpela, Kalevi 2007. Luontoympäristöt ja hyvinvointi. Psykologia 05, 364-376.
- Kuo F.E., Faber, Taylor 2004. A potential natural treatment for attention-deficit/hyperactivity disorder: Evidency for a national study. American Journal on Public Health 94, 1580-1586. PDF-dokumentti.
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1448497/>. Ei päivytystietoja. Luettu 16.2.2015.
- Kyttä, Marketta 2003. Children in outdoor contexts. Helsinki University of Technology. PDF-dokumentti.
<http://lib.tkk.fi/Diss/2003/isbn9512268736/isbn9512268736.pdf>. Ei päivytystietoja. Luettu 17.2.2015.
- Kyttä, Marketta 2013. Ihmisystävällinen ympäristö hoitaa myös mielenterveyttä. WWW-dokumentti.
<https://veikkotarvainen.wordpress.com/2013/03/18/ihmisystavallinen-ymparisto-hoitaa-myo-mielen-terveytta/>. Ei päivytystietoja. Luettu 17.2.2015.
- Luonto hyvinvoinnin lähteenä -suomalainen Green Care 2014. MTT. PDF-dokumentti.
<https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/hankkeet/greencare/voimaa/greencare.pdf>. Ei päivytystietoja. Luettu 19.1.2015.
- MAMK 2015. OPS 2012. Lastentarhanopettajan kelpoisuuden rakentuminen mikkelin ammattikorkeakoulun sosionomi (AMK) -koulutuksessa. WWW-asiakirja.
<https://moodle.xamk.fi/mod/resource/view.php?id=363690&redirect=1>. Ei päivytystietoja. Luettu 20.3.2015.
- Marjanen, Päivi, Marttila, Marjaana, Varsa, Marjo 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Juva: Bookwell Oy.
- Mattila, Kati-Pupita 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: Bookwell Oy.
- Mikkelin kaupungin ympäristöstrategia vuosille 2010-2014. Mikkeli - ympäristövastuullisuuden edellä kävijä. Mikkelin kaupungin julkaisuja 2010. PDF-dokumentti. <http://www.mikkeli.fi/> Ei päivytystietoja. Luettu 10.1. 2014.

MLL ym. Taivaan merkit. Pienten lasten ympäristökasvatus.

MTT, THL ja Lapin AMK 2014. Green Care -työkirja. PDF-dokumentti.

<https://portal.mtt.fi/portal/page/portal/mtt/mtt/julkaisut/green-care-tyokirja-17.3.2014.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 12.2.2015.

Mäkijärvi, Leena 2008. Aikuisen vastuu. Miten kasvatan tämän ajan lasta? Asikkala: Kirjatalo

Niikko, Anneli 2009. Varhaiskasvatuksessa lapsikeskeisyyden perusta on monitieteisessä ajattelussa. Kasvatus 1, 69-78.

Nummenmaa, Anna-Raija 2004. Varhaiskasvatuksen laatu ja sen kehittäminen - yhteistä työtä ja jaettuja merkityksiä. STM. Helsinki: Edita Prima Oy.

Pernaa, Minna 2013. Varhainen puuttuminen suojaa syrjäytymiseltä. WWW-dokumentti. <http://www.tesso.fi/artikkeli/varhainen-puuttuminen-suojaa-syrj-tyymisel>. Ei päivitystietoja. Luettu 8.2.2015.

Piironen-Malmi, Ulla, Strömberg, Seija 2008. Välittämisen pedagogiikka. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Polvinen Kirsi ym. 2012. Luonnosta hyvinvointia lapsille ja nuorille. Kuvauksia luonnon hyvinvointivaikutuksista, palveluista ja malleista palveluiden kehittämiseen. SITRA. Kansallinen hyvinvointiverkosto. PDF-dokumentti. <http://www.kehittamiskeskus.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 6.1.2014.

Reunamo, Jyrki 2014. Varhaiskasvatuksen kehittäminen. Kehitystehtäviä ja ratkaisumalleja. Juva: Bookwell Oy.

Risks and protective factors in early childhood. KidsMatter early Childhood. PDF-dokumentti. <https://www.kidsmatter.edu.au/families/about-mental-health/mental-health-basics/risk-and-protective-factors-early-childhood>. Ei päivitystietoja. Luettu 7.2.2015.

Salonen, Kirsi 2005. Mieli ja maisemat. Eko- ja ympäristöpsykologinen näkökulma. Helsinki: Edita.

Salonen, Kirsi 2010. Mielen luonto. Eko- ja ympäristöpsykologian näkökulma. Helsinki: Green Spot.

Soini, Katriina 2014. Luonnosta hoivaa ja voimaa. Miten arvioida Green Care -toiminnan vaikuttavuutta? PDF-dokumentti. <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu21.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 11.2.2015.

Solantaus, Tytti 2010. Nuorten mielenterveyden edistäminen - erillisyydestä integraatioon, toiveista todellisuuteen. Duodecim. WWW-dokumentti. <http://www.duodecim.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 22.2.2014.

Stakes 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Tikanpellon päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma. Mikkelin kaupunki. PDF-asiakirja. http://www.mikkeli.fi/sites/mikkeli.fi/files/atoms/files/tikanpellon_vasu_0.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 25.2.2014.

Varhaiskasvatuksen laatu on osaamista ja vuorovaikutusta 2004. STM Helsinki: Edita Prima Oy.

Varhaiskasvatus vuoteen 2020, 2008. Varhaiskasvatuksen neuvottelukunnan loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2007:72. STM. PDF-dokumentti.

http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-4044.pdf&title=Varhaiskasvatus_vuoteen_2020_Varhaiskasvatuksen_neuvottelukun. Ei päivitystietoja. Luettu 7.2.2015.

Vehmasto, Elina (toim.) 2014. Green Care -toimintatavan suuntaviivat Suomessa. PDF-dokumentti. <http://www.mtt.fi/mttkasvu/pdf/mttkasvu20.pdf>. Ei päivitystietoja. Luettu 12.2.2015.

Vihreää hyvinvointia 2013. Sitra. PDF-dokumentti.

http://www.sitra.fi/julkaisut/Esitteet/2013/Vihreaa_hyvinvointia.pdf. Ei päivitystietoja. Luettu 18.2.2015.

Vilka, Hanna, Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen oppinäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vuosikello 2014. SOSTE. Suomen sosiaali- ja terveys ry. WWW-dokumentti. <http://www.soste.fi>. Ei päivitystietoja. Luettu 6.1.2014.

Wahlström, Riitta 2006. Eheyttävä luonto. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.

Yli-Viikari, Anja. Green Care Suomessa. PDF-dokumentti. <http://www.smts.fi/greencare/mtt.pdfn.MTT>. Ei päivitystietoja. Luettu 8.1.2015.

VALOKUVAT - Nina, Veikka ja Ville Vilen

- Heli Särkkä, valokuvat sivulla ylisukupolvinen luontotoiminta