



VANHASSA VARA PAREMPI, TUUNATUS TEKEMISEN MEININKI!

Tähän oppaaseen on koottu esimerkkejä siitä, minkälaiset leikit sopivat lasten kokonaisvaltaiseen liikuntakasvatukseen. Opas sisältää koko kehoa liikuttavia leikkejä, lihaksistoon ja luustoon vaikuttavia harjoitteita sekä sosiaalista kehitystä, kielen oppimista ja yhdessä toimimista harjaannuttavia leikkejä. Lisäksi mukana on leikkejä, joissa rasitetaan hengitys- ja verenkiertoelimistöä, käytetään muistia ja houkutellessaan nauttimaan luovuudesta, mielikuvituksesta ja tunteiden kirjosta. Osa leikeistä ohjaa tekemään päätöksiä ja osa tarjoaa toiminnallisia vaihtoehtoja sekä varhaiskasvatuksen orientaatioihin että esiopetuksen oppimiskokonaisuuksiin. Leikkien ryhmittelyn lähteenä on Arja Sääkslahden kirja *Liikunta varhaiskasvatuksessa*, jossa hän kuvaa lasten liikuntaa tutkimuksen ja teorioiden näkökulmasta.

Suurin osa leikkiohjeista on kirjoitettu sisällä tapahtuvaa ohjattua toimintaa varten, mutta niitä kannattaa käyttää myös muissa toimintaympäristöissä: hiekalla, nurmella, asfaltilla, metsässä, lumella ja jäällä. Kaikki leikit sopivat hieman sovellettuna kaiken ikäisille lapsille missä tahansa tilassa tehtäviksi vaihtelevin välinein. Siksi leikkien yhteydessä ei ole esitetty ikätasoa eikä lueteltu tarvittavia välineitä. Esimerkiksi "Tee se itse -ne-

limaali” -leikistä voi pienten ryhmässä ottaa käyttöön lapasista tehdyn pallon, jota isketään omalla kädellä. Tärkeintä on rohkeus kokeilla ja muunnella leikki-ideoita omalle lapsiryhmälle sopivalla tavalla. Myös loruja ja lauluja kannattaa käyttää kuin reseptikirjan ohjetta ja höystää niitä omilla muunnelmilla. Riittää, että leikin ohjaajana suhtaudut opetettavaan asiaan luontevasti ja tarjoat lapsille iloa ja oppimisen mahdollisuuksia.

Leikit on jaoteltu ”Leikitellen”- ja ”Lorutellen ja lauleskellen”-ohjeisiin. Kielen oppimista tukeva leikki on yksi tavoitteellisen liikuntakasvatuksen osa-alue: toiminnallinen leikki on mitä mainioin tapa oppia uusia sanoja ja käsitteitä. Siksi mukaan on valittu runsaasti lorumuotoon kirjoitettuja ja kuvitettuja liikuntavinkkejä. Kirjan lopussa olevia monistepohjakuvia kannattaa hyödyntää myös muuten kuin varsinaisilla liikunta- tai piirituokioilla – esimerkiksi odottelutilanteissa. Samoin uudelleen sanoitettujen laulujen leikkiohjeet sopivat sekä juhlaan että arkeen vaikkapa ”loruloikkapussista” nostettavaksi kortiksi, jonka avulla perheillasta tai uloslähdön odottelusta tulee hauska hetki.

Toivotan iloisia loruloikkia ja toiminnallisia päiviä erään kasvattajan sanoja lainaten: *”Kun yhdistän kielellä leikittelyn, loruttelun ja laulamisen liikkumiseen tulee joka päivä tehtyä lapsen kasvamisen ja kehittymisen kannalta tärkeitä asioita.”*

Espoossa kesäkuussa 2015

Elina Pulli