

Krista Linden

## Ilon kautta!

Psykomotoriikkaa Porvoon päiväkoteihin

---

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Hyvinvointi ja toimintakyky

Psykomotoriikka

Erikoistumisopinnot

Kehittämistyö

12 /2013

Tekijä(t) Otsikko	Krista Linden Ilon kautta! - Psykomotoriikkaa Porvoon päiväkoteihin
Sivumäärä Aika	26 sivua + 1 liite 01.12.2013
Tutkinto	
Koulutusohjelma	Erikoistumisopinnot
Suuntautumisvaihtoehto	Psykomotoriikka toimintakyvyn tukena
Ohjaaja(t)	Lehtori Anita Ahlstrand Lehtori Marja Kannelsuo
<p>Psykomotorisessa lähestymistavassa tavoitteena on tukea yksilön kokonaisvaltaista kehitystä liikunnan avulla. Toiminnassa korostuu lapsilähtöisyys ja yksilön kunnioittaminen. Liikuntatuokiolla ohjaajan rooli on merkittävä. Hän on innostuneesti läsnä toiminnassa, mutta osaa myös vetäytyä havainnoitsijaksi tilanteen salliessa. Varhaiskasvatuksessa kasvattajan rooli on merkittävä. Kasvattamisen ja ohjaamisen perusta löytyy hyvästä vuorovaikutuksesta.</p> <p>Kehittämistyöni käsittelee projektia, jonka puitteissa järjestin psykomotoriikan koulutusta Porvoon varhaiskasvattajille syksyllä 2013. Kehittämistyössäni painotan kasvattajan ja kasvatettavan vuorovaikutussuhdetta. Hyvä kasvatusta rakentuu aina hyvälle kohtaamiselle. Kehittämistyössäni käsittelemäni sekä dialogista kasvatusta että kannustavaa ja ohjaavaa vuorovaikutusta (ICDP). Näissä molemmissa kasvatuskäsityksissä on vahvasti huomio kasvattajan roolissa ja hänen kehittämisessään.</p> <p>Psykomotorisessa lähestymistavassa on tärkeää ohjaajan kyky toimia vuorovaikutuksessa lapsen ja lapsiryhmän kanssa. Työssäni painotan kasvattajan ja ohjaajan roolien tärkeyttä. Tavoitteeni on koulutuksen avulla lisätä osallistujien tietoisuutta kasvatustapaustaan ja omasta roolista kasvattajana sekä perehdyttää osallistujia psykomotoriseen lähestymistapaan teorian ja harjoitteiden avulla.</p> <p>Kehittämistyöni päättyi siihen, että Porvoon varhaiskasvatuksessa on kasvattajilla kiinnostusta kasvatustapausten pohtimiseen ja kehittämiseen. Psykomotoriikka on herättänyt paljon kiinnostusta Porvoossa. Psykomotoriikkakoulutukseen osallistujat haluavat kehittää työtään päiväkodissa. Koulutus koettiin käytännön läheiseksi ja toimivaksi. Koulutusta toivottiin lisää ja olen käynyt marraskuussa kahdessa päiväkodissa kouluttamassa koko kasvatushenkilökuntaa. Osallistujat toivoivat säännöllisiä psykomotorisia tapaamisia kerran lukukaudessa. Ensimmäinen järjestetään maaliskuussa 2014. Varhaiskasvattajilla on taito heittäytyä mukaan toimintaan ja käyttää mielikuvitustaan. Tämä taito luo hyvän pohjan psykomotoriselle ajattelulle.</p>	
Avainsanat	Psykomotorinen lähestymistapa, kasvattajan rooli, vuorovaikutus, dialoginen kasvatusta, kannustava ja ohjaava vuorovaikutus

## Sisällys

1	JOHDANTO	1
2	Psykomotoriikan mahdollisuudet varhaiskasvatuksessa	2
2.1	Psykomotorisen lähestymistavan taustaa	2
2.2	Ihmiskuva ja näkemys kasvatuksesta	3
2.3	Tavoitteet ja sisältö psykomotoriikassa	5
2.4	Leikin ja ilon kautta toimiminen	7
3	Kasvattaminen ja ohjaaminen	8
3.1	Ohjaamisen iloa!	9
3.2	Liikuntatuokion rakenne	11
3.3	Kasvattajan rooli päiväkodissa	14
3.3.1	Lapsen kohtaaminen	14
3.3.2	Dialoginen kasvatus	15
3.3.3	Kannustava ja ohjaava vuorovaikutus	17
3.4	Lapset ovat yksilöitä	18
4	Psykomotoriikkaa Porvoon päiväkoteihin	21
4.1	Ensimmäinen koulutuskerta	22
4.2	Koulutusiltapäivän arviointia	23
4.3	Toinen koulutuskerta	23
4.4	Koulutusiltapäivän arviointia	23
5	Pohdinta	24
6	Lähteet	27

Liite 1. koulutusiltapäivien sisältö

## 1 JOHDANTO

1990-luvun alkupuolella toimiessani erityislastentarhanopettajana integroidussa erityisryhmässä minulle sattui merkittävä tapahtuma päiväkodin johtajan määrätessä minut kuuntelemaan erästä luentoa. Etukäteen en ollut tietoinen aiheesta, mutta luento on vaikuttanut kasvattajan rooliini hyvin vahvasti. Luennoitsija oli psykologi ja hänen aiheensa oli motologia, jota hän oli käynyt opiskelemassa Saksassa. Innostuin työkaverini kanssa aiheesta. Jo seuraavana aamuna meillä oli lapsiryhmälle suunniteltu ensimmäinen motologia- tuokio. Myöhemmin 1990-luvulla motologia- nimitys muutettiin psykomotoriikaksi. Psykomotoriikka on kulkenut vahvasti mukani kaikki nämä vuodet ja se on myös vaikuttanut kasvatuskäsitykseni muotoutumiseen.

Tällä hetkellä toimin Porvoossa kiertävänä erityislastentarhanopettajana. Käyn monissa päiväkodeissa ja näen monia lapsiryhmiä toiminnassa. Nyt kiertäessäni huomaan, että muutoksia on tapahtunut paljon näiden vuosien aikana. Työ vaikuttaa nykyään hyvin kiireiseltä ja työhön sisältyy paljon muutakin kuin perustyötä, joka on lasten hyvinvoinnista vastaaminen. Aikuisen rooli ja malli päiväkodissa on tärkeä. Hänen toimintansa luo puitteet lapsiryhmän toiminnalle. Jokaisen kasvattajan on hyvä pohtia omia taustojaan ja miettiä peruskysymyksiä kasvatuksesta. Kasvattajan vahva itsetuntemus ja ammatillinen itsevarmuus luovat hyvän pohjan kohdata lapsi ja lapsiryhmä. Silloin aikuinen voi joustavasti huomioida ryhmän ja sen yksilöt. Myös aikuisten keskinäinen kyky tehdä yhdessä töitä on merkittävää. (Kalliola – Kurki – Salmi – Tamminen-Vesterbacka 2010: 6-13.)

Psykomotorinen lähestymistapa on enemmän kuin vain liikuntatuokio. Se on tapa kohdata ihminen. Se on tavallaan kasvatuserä, joka korostaa toisen kunnioittamista ja sensitiivistä kuuntelemista, iloa ja luovuutta ( Koljonen 2013). Kehittämistyössäni haluan houkutella kasvattajia pohtimaan käsityksiään kasvattamisesta, vuorovaikutuksesta ja kasvattajan roolista.

Psykomotoriikan erikoistumisopintojen myötä minulle heräsi ajatus psykomotorisen tiedon kylvämisestä Porvoon varhaiskasvatukseen. Omien kokemusten kautta olen huomannut psykomotoriikan toimivan hyvin erilaisissa ryhmissä ja hyvin erilaisissa ympäristöissä.

Kehittämistyöhöni olen koonnut perustietoa psykomotorisesta lähestymistavasta. Nostan sieltä esille ohjaajan roolin, joka on mielestäni hyvin merkittävä. Olen itse oppinut hyvin paljon ohjaamalla lapsiryhmiä psykomotorisessa liikunnassa.

Kehittämistyössäni paneudun kasvattajan rooliin; mitä tarkoittaa hyvä kasvatus? Minikäläinen on hyvä vuorovaikutus? Mitä tarkoittaa dialoginen kasvatus? Mikä on kannustava ja ohjaava vuorovaikutus? Nimitän kehittämistyössäni koko päiväkodin henkilöstöä kasvattajiksi ja psykomotoriikan alueella ohjaajiksi.

Tavoitteeni on järjestää kahden koulutusiltapäivän kokonaisuus psykomotorisesta lähestymistavasta Porvoon varhaiskasvatuksen henkilöstölle syksyllä 2013. Koulutuskokonaisuuden tavoitteena on osallistujien tietoisuuden lisääminen kasvatuskäytännön ja psykomotoriseen lähestymistapaan perehtyminen. Koulutukseen mahtuu noin 20 henkilöä.

## **2 Psykomotoriikan mahdollisuudet varhaiskasvatuksessa**

Lapsella on luontainen halu liikkua ja leikkiä. Psykomotorisessa lähestymistavassa korostetaan lapsen aktiivisuutta. Liikuntaa käytetään tietoisesti ja tavoitteellisesti lapsen kokonaispersoonallisuuden tukemiseen. Tässä luvussa kuvaan psykomotorista lähestymistapaa, teoriataustaa, tavoitteita ja sisältöjä sekä menetelmiä, joista tärkein on leikki.

### **2.1 Psykomotorisen lähestymistavan taustaa**

Suomessa toteutettavan psykomotoriikan katsotaan saaneen alkunsa Saksassa 1955. Lasten ja nuorten psykiatrisessa sairaalassa liikuntapedagogi Kiphard huomasi vapaan ja leikinomaisen liikunnan vaikuttavan terapeuttisesti lapsiin ja nuoriin. Liikuntapedagogian professori Kiphard määritteli psykomotoriikan humanistiseksi ja kokonaisvaltaiseksi liikuntakasvatukseksi, joka huomioi yksilön ainutlaatuisuuden. Psykomotoriikka on vastapainoa suorituspainotteiselle ja kilpailuhenkiselle liikunnalle. Psykomotoriikka on tapa tukea ihmisen kokonaisvaltaista kehitystä liikunnan avulla. ( Zimmer 2011, 16 – 17.)

Teoriat rakentavat pohjan psykomotoriselle tavalle toimia ja ohjata lapsiryhmiä. Psykomotorisen lähestymistavan taustalla yhdistyy monitieteellisesti aineksia psykologias-  
ta, erityispedagogiikasta, liikuntatieteistä, kasvatustieteistä, lääketieteestä ja sosiologi-  
asta. Psykomotoriikassa ei ole yhtenäistä teoriaa, vaan teoriatausta koostuu erilaisista  
lähestymistavoista, joista seuraavaksi mainitsen muutamia. ( Koljonen 2013.)

Piaget kognitiivisen kehityksen teoria ja ekologisista teorioista mm Gibsonin ekologinen  
havaintoteoria ovat merkittäviä. Eriksonin psykososiaalinen kehitysteoria painottaa  
kehon ja liikkeen merkitystä identiteetin kehityksessä samoin kuin liikuntaa sosiaalise-  
na tapahtumana. Psykomotoriikassa painotetaan ihmisen aisteja ja havaitsemista.  
Taustalta löytyy sensorisen integraation teoria ja Weinzsäckerin hahmokehäteoria,  
jossa nähdään havainnon ja liikkeen yhteys. Antonowskyn salutogeenisessä lähesty-  
mistavassa korostetaan yksilön voimavaroja ja ympäristön kykyä tukea yksilöä. ( Koljo-  
nen 2005: 74; Koljonen 2013.)

## 2.2 Ihmiskuva ja näkemys kasvatuksesta

Ja kaikesta yksityiselämän kokemuksesta pitäisi oppia,  
Että sinä hetkenä, jolloin ihminen on tosi iloinen,  
Hän on samalla tosi hyvä.  
Ja myös, kun ilon lyhyt hetki on kadonnut,  
Vaikuttaa se hyvää tekevästi, sovittavasti,  
Lohduttavasti elämän vaivoissa.

Topelius Zacharias, 1845  
Helsingfors Tidningar

Humanistinen ihmiskuva luo pohjan psykomotoriselle lähestymistavalle. Yksilö näh-  
dään aktiivisena ja toimivana. Hän toimii sosiaalisessa ympäristössä ja kantaa vas-  
tuunsa tekemisistään. Yksilölle on tärkeää olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa.  
Itsensä toteuttaminen on merkityksellistä. Hän haluaa kokeilla, toimia, käyttää luovuut-  
taan. Hänen tavoitteena on itselle mielekäs toiminta. Humanistisessa ihmiskäsitykses-  
sä yksilö nähdään kokonaisuutena. Keho, mieli, tunne ja järki muodostavat kokonai-

suuden. Psykomotorisessa lähestymistavassa yksilö nähdään aina kokonaisuutena. Hän on ryhmänjäsen, joka on mukana toiminnassa tunteella, järjellä ja mielikuvitustaan käyttäen. Psykomotoriikassa leikki ja yhteinen ilo ovat vahvasti läsnä. ( Zimmer 2011: 23-24.)

Lapsen leikissä näkyy halu toimia itsenäisesti. Aluksi hän tarvitsee aikuisen apua, jotta hän myöhemmin osaisi toimia itsenäisesti. Aikuisen tehtävä on tukea lapsen kasvua, kehitystä ja luovaa toimintaa. Psykomotoriikassa nähdään, että lapsessa herännyt motivaatio on ensiarvoisen tärkeää kehityksen edistymiselle. Hänen on oltava kehityksensä subjekti. Kasvattajan on hyvin tärkeää tiedostaa roolinsa lapsen tukijana. Hänen on osattava luopua ryhmän keskushahmon roolista, ja siirtyttävä aktiiviseksi tarkkailijaksi. Lapsille suodaan aktiivisen toimijan rooli ja aikuisen ohjaus on usein epäsuoraa tilanteisiin vaikuttamista. ( Zimmer 2011: 24-25, 148.)

Koljosen (2013) mukaan psykomotoriikka noudattaa sosiokonstruktivistista oppimiskäsitystä. Siinä on keskeistä lapsen aktiivinen rooli ja oppimisen sosiaalinen luonne. Ryhmä ja vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa on merkittävää ( Koljonen 2013).

Porvoon varhaiskasvatussuunnitelmassa on määritelty varhaiskasvatuksen arvot ja toiminta-ajatus. Pohjana on valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma, joka taas osittain pohjautuu kansainväliseen lapsen oikeuksien julistukseen. Porvoon varhaiskasvatussuunnitelman taustalla on humanistinen ihmiskäsitys. Keskeisenä arvona Porvoossa on lapsen ihmisarvo, joka koostuu neljästä periaatteesta: syrjintäkielto, lapsen etu, oikeus täysipainoiseen kehittymiseen ja lapsen mielipiteen huomioon ottaminen. Tämä tarkoittaa, että jokaisella lapsella tulee olla yhtäläiset oikeudet, eikä häntä saa kiusata. Hänen kehitystään on tuettava. Hänen omatoimisuuttaan on vahvistettava. Hänen tulee voida ilmaista mielipiteensä ja se on huomioitava. Lisäksi on mainittu lapsen oikeus tulla kuulluksi ikänsä ja kehitystasonsa mukaisesti. Hänellä on oikeus turvallisiin ihmissuhteisiin. ( Varhaiskasvatussuunnitelma Porvoo 2011.)

Varhaiskasvatuksessa pyritään huomioimaan lapsien kehitystaso ja mieltymykset. Jokainen kasvattaja ja jokainen tiimi suunnittelee toimintansa sellaiseksi, että se on linjassa valtakunnalliseen varhaiskasvatuksen perusteisiin ja myös kaupungin varhaiskasvatussuunnitelmaan. On ensiarvoisen tärkeää huomioida lapsiryhmässä ilmenneet tarpeet. Jokaiselle lapselle tehdään myös yhdessä vanhempien kanssa lapsen oma

varhaiskasvatussuunnitelma, johon kirjataan lapsen vahvuudet, sekä seurataan lapsen kehitystä. ( Varhaiskasvatussuunnitelma Porvoo 2011.)

### 2.3 Tavoitteet ja sisältö psykomotoriikassa

Psykomotorisessa lähestymistavassa tavoitteena on kokonaispersoonallisuuden tukeminen. Voidaan ajatella, että tavoitteena on lapsen sosiaalisten taitojen vahvistaminen, itsetunnon ja omatoimisuuden kehittäminen positiivisten minäkokemusten kautta. Liikunnan avulla lapsen valmiudet tuntea ja käsitellä itseään, sosiaalista ympäristöä ja tilaa sekä materiaaleja vahvistuu. (Zimmer 2001:121.)

Varhaislapsuudessa opitaan asioita oman kehon kautta. Mitä pienempi lapsi sitä kokonaisvaltaisemmin hän kokee ympäröivän maailman kehonsa kautta. Sekä sosiaalinen että materiaallinen ympäristö koetaan omien havaintojen kautta. Psykomotorisessa lähestymistavassa keskeisellä sijalla on lapsen omat kekokemukset ( Zimmer 2011: 56-60).

Lapsen minäkuvan rakentuminen alkaa jo hyvin varhain. Minäkuvalla tarkoitetaan yksilön neutraalia käsitystä itsestään. Hän rakentaa kuvaa itsestään omaa käyttäytymistä seuraamalla ja aistihavaintoihin tukeutuen. Hän vertailee itseään ja taitojaan toisiin. Lähiympäristöltä tuleva palaute on merkityksellistä. Minäkäsitys on lapsen omaksuma kuva itsestä ja persoonastaan. Samalla hänelle kehittyy myös omanarvontunne. Se on käsitys siitä, kuinka tyytyväinen hän on itseensä ja persoonaansa. ( Zimmer 2001: 22, Zimmer 2011: 46-47.)

Psykomotorisessa lähestymistavassa on keskeisellä sijalla lapsen itsetunnon vahvistaminen. On hyvin tärkeää, että lapsella on uskoa ja luottamusta omiin taitoihinsa. Hän rakentaa tapaansa toimia ryhmässä. Aikuisen rooli on merkittävä, varsinkin lapsien kanssa, joilla on vaikeuksia osallistua toimintaan. Kun lapsella on luottamusta taitoihinsa, hän uskaltaa yrittää. Tekemisen kautta taidot karttuvat ja lapsi saa tarvitsemaansa harjoitusta. Minäkäsitys on hyvin pysyvä ominaisuus. ( Zimmer 2001: 24-26; Zimmer 2011: 58-60.)

Varhaiskasvatuksen tärkeä tehtävä on luoda puitteet, joissa jokainen lapsi voi positiivisessa ja kannustavassa ilmapiirissä kokeilla taitojaan. Aikuisen tehtävä on myös turvata se, että lapsiryhmä toimii toisiaan kunnioittaen. Ratkaisevaa on se, kuinka yksittäi-



nen lapsi kokee tilanteen. On myös tärkeää, että hän kokee voivansa vaikuttaa tilanteisiin. Psykomotorinen lähestymistapa ei suosi kilpailua eikä suorituksien vertailua. Lapselle on tärkeää, että aikuinen viestittää luottamusta lapsen taitoihin. Aikuisen on myös osattava suunnitella ja soveltaa toimintaa eri vaikeusasteille, jotta jokainen lapsi kykenee osallistumaan omalla taitotasollaan. Aikuisella on oltava sensitiivisyyttä tukea arkoja ja ujoja lapsia. Heillä on oikeus kokea, että he ovat aktiivisia ja heillä on valtaa päättää asioista. ( Zimmer 2001: 24-26; Zimmer 2011: 58-60.)

Psykomotorisessa liikunnassa sisältö jaetaan keho-materiaali-sosiaalisiin kokemuksiin. Liikunnassa kekokokemusten kautta lapsen aistit aktivoituvat. Auditivisen, visuaalisen, taktiilisen, kinesteettis-vestibulaarisen aistikanavien käyttö on merkittävässä osassa psykomotoriikassa. Ihmisen kaikessa toiminnassa on keskeisellä sijalla eri aistikanavien kautta tulevan tiedon jäsentäminen. Sensorisella integraatiolla tarkoitetaan eri aistikanavien yhteistoimintaa. ( Koljonen 2005: 82-84.) Havainto ja liike toimivat kiinteästi yhdessä. Toiminta ja oppiminen edellyttävät, että yksilö kykenee jäsentämään ja käyttämään aistikanavien kautta tullutta tietoa. Aistitoimintoja on hyvä harjoitella ja yleensä lapsien mielestä se on hauskaa. Ihminen on hyvin kokonaisvaltainen. Motorinen ja aistitoimintojen kehittyminen on yhteydessä tunne-elämän ja kognitiivisten taitojen kehittymiseen. Kun harjoitetaan esimerkiksi aisteja ja kehoa, kehitystä tapahtuu myös muilla alueilla. (Tawast 2013.)

Lapset hyötyvät monipuolisista materiaalikokemuksista. Liikuntatuokioilla käytettyjen välineiden on hyvä olla sellaisia, jotka stimuloivat lapsia toimimaan luovuutta hyväksi käyttäen. Keskenäiset, puolivalmiit materiaalit houkuttelevat lapsia kokeilemaan. Myös arkisten tavaroiden, kuten sanomalehtien, pesusienien, lasinalusien käyttö liikunnassa herättää lapsien uteliaisuuden. Vain taivas on rajana, kun mietitään sopivia välineitä liikuntatuokiolle. Tavoitteena on myös, että materiaalit innostavat lapsia yhteistoimintaan ja vuorovaikutukseen. (Zimmer 2001: 164-166.)

Koljosen (2005: 83) mukaan psykomotorisessa liikunnassa on ohjaajan tunnettava lapsiryhmänsä kehitystaso ja suunniteltava tuokio siltä pohjalta. Liikuntatuokiolla, jossa korostuu elämyksellisyys, leikki ja ilo, lapsi kokee itsensä arvokkaaksi ryhmän jäseneksi ja hänen itsetuntonsa vahvistuu. Positiivisten kokemusten kautta lapsi uskaltautuu itsenäiseen toimintaan. (Koljonen 2005: 83.)

Psykomotoriikkaryhmässä lapsi harjoittelee tärkeitä sosiaalisia taitoja. Sosiaalisia perustaitoja ovat sosiaalinen herkkyys, sääntöjen ymmärtäminen, kyky luoda kontakteja ja olla yhteistyössä, turhautumien sietäminen ja suvaitsevaisuus sekä toisen huomioonottaminen. Leikkimuotoisessa toiminnassa sosiaalisia taitoja tulee harjoiteltua luontevasti. (Tawast 2013.) Taitojen harjoittelu voi olla jollekin lapselle vaikeaa. Silloin on sensitiivisen aikuisen tuettava lapsen osallistumista ja autettava häntä niissä asioissa, joissa lapsen taidot eivät riitä (Pietilä 2005: 102).

Sosiaalisten taitojen harjoitteluun paras tapa on leikki. Aikuisen kuunteleva ja herkkä suhtautuminen tukee sosiaalisia taitoja. Leikki kehittää monia taitoja; ajattelua, kieltä, luovuutta, motorisia taitoja. Lapset tarvitsevat aikuisen kannustavaa ohjausta. Sosiaalisia taitoja ei opita vain ryhmässä olemalla. Aikuisen osallistuminen mahdollistaa jokaisen lapsen sosiaalisten taitojen kehittymisen. Aikuinen antaa tukea ja ohjeita lapselle, joka niitä tarvitsee. Hän voi kannustaa ryhmää toimimaan positiivisessa hengessä. (Tawast 2013).

#### 2.4 Leikin ja ilon kautta toimiminen

Leikki on keskeisellä sijalla psykomotorisessa liikunnassa. Leikin avulla lapsi harjoittelee monia taitoja; esimerkiksi yhdessä toimimista, kieltä, ajattelua, ongelman ratkaisua, motorisia taitoja. Leikki on oppimista tehokkaasti tukeva toimintamuoto. Lapsilla syntyy leikki jo aivan luonnostaan. Motivaatio leikkiin syntyy lapsesta itsestään. Hän voi käyttää luovuuttaan ja hänellä on aktiivinen toimijan rooli. Leikki mahdollistaa toiston ja kyseisen taidon harjoittelun. Yhdessä leikkiminen vaatii paljon taitoja lapsilta. On hyvä, että kasvattaja on mukana leikissä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että aikuisen osallisuus leikkiin kasvattaa leikin sosiaalisuustasoa huomattavasti ja lisää tiedollista kasvua. Kasvattajan on hyvä tiedostaa roolinsa. Hän on läsnä toiminnassa ja osaa vetäytyä havainnoitsijan rooliin, kun lapsiryhmän toimintaa sujuu itsenäisesti. Hän tukee ja kannustaa lasten omatoimisuutta. (Pietilä 2005: 94-102; Zimmer 2011: 145.)

Aikuinen suunnittelee aina liikuntatuokion, mutta suunnitelmissa on tilaa lapsien ideoille ja mielenkiinnon kohteille. Ohjaajan tehtävänä on innostaa lapsia toimimaan luomalla puitteet kiinnostuksen heräämiselle. Toiset lapset tarvitsevat paljon aikaa, jotta uskaltauvat mukaan. Toisia lapsia on rajoitettava ja ohjattava. Aikuisen tehtävä on myös huolehtia siitä, että kaikilla on työrauha ja ilmapiiri on positiivinen. (Zimmer 2001: 122-124.)

Lapsien mielikuvitus herää hyvin herkästi ja liikuntatilasta tulee hetkessä kilparata, auton ratteina toimivat vanteet ja palikoista voidaan rakentaa huoltoasema. Elämyksellisyys herättää myös ryhmän yhteistä toimintaa, sosiaalisten taitojen harjoittaminen mahdollistuu. Tunnekokemusten ja elämyksien avulla opittava asia jää mieleen ja oppiminen helpottuu. (Zimmer 2011: 125-126.)

Omien päätösten tekemistä on hyvä harjoitella lapsena. Osallistuminen on vapaaehtoista ja lapsen aikataulun huomioivaa. Lasten on hyvä harjoitella valintatilanteita. Omasta tahdosta käsin toimiminen on tärkeää minän kehitykselle. Lapsien omatoimisuutta tuetaan liikuntatuokioilla. Oma tahto ja itse tekeminen luovat pohjan motivaatiolle, joka on perustana kaikelle oppimiselle. Ihmisen pitää itse haluta oppia uusia asioita. Psykomotoriikassa lapset ovat aktiivisia toimijoita, joiden työskentelyä aikuinen tukee ja kannustaa. ( Zimmer 2001: 122-124.)

Ilon ja leikin tulisi kuulua lapsen oppimiseen. Leikki lähtee lapsen sisältä. Motivaatio leikkiin näkyy lapsen ilona, nauruna ja toiminnallisuutena. Lapsi on kiinnostunut siitä, mitä hän tekee. Hän kokee sen mielekkäänä. Hyvässä leikissä on myös yhdessä sovit- tuja sääntöjä, joita noudatetaan. Toisille lapsille sääntöjen noudattaminen on luontevaa ja toisille hyvinkin haasteellista. ( Pietilä 2005: 93-96.)

Porvoon varhaiskasvatuksensuunnitelmassa halutaan lapselle luoda myönteinen asenne oppimiseen. Oppiminen nähdään kokonaisvaltaisena tapahtumana, jossa elämyksellisyydellä, kokemuksen kautta oppimisella ja ilolla ovat merkittävä asema. ( Varhaiskasvatussuunnitelma, Porvoo 2011.)

### **3 Kasvattaminen ja ohjaaminen**

Alle kouluikäisen lapsen kasvatus määritellään kodin, päivähoidon ja esiopetuksen piirissä sijoittuvaksi vuorovaikutukseksi, jonka tavoitteena on lapsen kokonaispersoonallisuuden kehittyminen (Ojala 1985:14). Lapsen kokonaispersoonallisuuden katsotaan sisältävän tiedollisen, sosiaalis-emotionaalisen ja toiminnallisen komponentin. Varhaiskasvatuksessa puhutaan kasvatuksesta, koska halutaan korostaa kokonaisper-

soonallisuutta ja varsinkin tunnealueen merkitystä. Opetustermiä käytetään, kun halutaan korostaa tiedollista aluetta. ( Ojala 1985: 14-17.)

Porvoo varhaiskasvatussuunnitelman tavoitteena on hyvinvoiva lapsi. Lapsen perustarpeista huolehditaan, häntä arvostetaan yksilönä ja kuunnellaan. Lapsi kokee iloa ja toiminnan vapautta. Hänellä on energiaa leikkiin ja oppimiseen sekä itselle sopiviin haasteisiin. Varhaiskasvatuksessa hoito, kasvatus ja opetus muodostavat kokonaisvaltaisen tavan toimia lapsen hyvinvoinnin edistämiseksi. ( Varhaiskasvatussuunnitelma, Porvoo 2011.)

Psykomotorisessa ohjaamisessa on keskeistä aikuisen ja lapsen välinen toimiva suhde. Ohjaamisessa painotetaan ohjaajan kykyä luoda kannustava ja lasta kunnioittava suhde jokaiseen ryhmän lapseen. Ohjaajan on tärkeää olla hetkessä sensitiivisesti läsnä osallistuen, ohjaten ja tilanteen salliessa siirtyä havainnoimaan ryhmää ja yksittäisiä lapsia. ( Zimmer 2011: 145-148.)

Kaikki kasvattaminen ja ohjaaminen lähtee aina yksilön kohtaamisesta. Ohjaaja luo suunnan vuorovaikutukselle. Hyvä vuorovaikutus on dialogista, jolloin kaikki osapuolet ovat subjekteja. Hyvässä varhaiskasvatuksessa korostetaan arvostavaa kohtaamista aikuisen ja lapsen välillä. Psykomotorisessa lähestymistavassa korostetaan lapsen omatoimisuutta. Psykomotorisessa liikunnassa on ohjaajan rooli hyvin merkittävä. Tässä luvussa käsittelen hyvää ohjaajuutta, sekä liikuntatuokion rakennetta. Päiväkodissa kasvattajan rooli on merkittävä, ja se luo pohjan lasten kasvulle ja kehitykselle. Tässä luvussa valotan dialogista kasvatuskäytännöstä sekä kannustavaa ja ohjaavaa vuorovaikutusta. ( Mattila 2011: 15-16.)

### 3.1 Ohjaamisen iloa!

Ohjaajan rooli ryhmässä on hyvin tärkeä. Hän on avainasemassa luomassa ilmapiiriä ja toimintatapoja. Hänen tapa kohdata toisia ihmisiä on esimerkkinä ryhmässä. Psykomotoriikassa ohjaajan rooli ei ole ryhmän keskiössä, vaan hän vetäytyy havainnoitsijan rooliin tilanteen salliessa. Havainnoitsija tarkkailee ja on aktiivisesti läsnä toiminnassa. Hän on kiinnostunut jokaisesta ryhmän jäsenestä. Hänen tehtävänsä on aktivoida ryhmää, tuoda virikkeitä. Hän on käytettävissä, tukee ja innostaa lapsia. (Zimmer 2011: 145-146.)

Zimmerin ( 2011:145-146) mukaan psykomotoriikassa ohjaajan toimintatapa pohjaa lapsikeskeiseen leikkiterapiaan, jonka kehittäjänä on ollut V. Axline ja myöhemmin Schmidthen. Lapsikeskeisen leikkiterapian sisältöä on muokattu psykomotoriikkaan sopivaksi. Ohjaajan ensisijainen tehtävä on tarkkailla ja havainnoida lapsia juuri nyt tässä hetkessä. Ohjaajan rauhallisuus on ensiarvoisen tärkeää. Lapsien tulee voida luottaa siihen, että aikuinen on turvallinen ja että hän osaa toimia pedagogisesti myös haastavissa ristiriitatilanteissa. (Zimmer 2011: 145-146.)

Ohjaajan sensitiivisyys lapsen tunteille ja tarpeille on tärkeää. Jokaisen lapsen persoonallisuutta on kunnioitettava. Ohjaajan toiminta on mahdollisimman paljon epäsuoraa. Ohjaaja on suunnitellut tuokion lasten ehdotusten ja lasten tarpeiden pohjalta. Hän on tietoinen, mihin kehityksen osa-alueisiin harjoitukset vaikuttavat. Kuitenkin lapset päättävät, millä tavalla ja millä aikataululla he osallistuvat. Ensiarvoisen tärkeää on tukea lasten luovuutta ja omatoimisuutta. Ohjaajalta vaaditaan paljon joustavuutta, jotta hän voi antaa lasten ideoiden toteutua. (Zimmer 2011: 139-146.) Oman kokemukseni pohjalta voi sanoa, että minun on ollut vaikea oppia vetäytymään keskushahmon roolista. Olen myös joutunut tekemään töitä sen eteen, että luotan lapsiin ja lapsiryhmän kykyyn toimia.

Psykomotoriikka haastaa aikuista sietämään kaaosta. Se, mikä on aikuisen mielestä kaaosta, voi lapsille olla järjestäytyntä toimintaa. Olenko silloin minä, aikuinen, oikeassa? Tarkkailijan rooli on merkittävä ja opettavainen. Tällä hetkellä ajattelen niin, että opetustuokio on kaksisuuntainen. Minä opin varmasti ainakin yhtä paljon kuin lapset. Lapsia palkitsee onnistunut suoriutuminen liikuntatuokiolla. Aikuisen positiivinen palaute usein vielä vahvistaa lapsen kokemusta. Ryhmän ohjaajan tehtäviin kuuluu puuttua ongelmatilanteisiin. Koska psykomotoriikka painottaa lasten omatoimisuutta, aikuinen ohjaa lapsia ratkaisemaan ongelmat yhdessä. Voi olla kysymyksessä lapsi, jonka on vaikea noudattaa yhteisiä sääntöjä. Asiasta keskustellaan aina positiiviseen sävyyn. Ohjaajan on huomioitava lasten ikä ja kehitystaso. ( Zimmer 2011, 147-148.)

Neuvoja ohjaajalle:

- Auta lasta tunnistamaan omat vahvuutensa ja luottamaan taitoihinsa sekä hyväksymään ne asiat, joita hän harjoittelee
- Anna jokaiselle lapselle mahdollisuus osallistua tasonsa mukaisiin tehtäviin
- Luo positiivinen ja kannustava ilmapiiri, jossa lapsi kokee onnistuvansa jossakin
- Tue lapsen omatoimisuutta ja vapaaehtoista osallistumista
- Huomioi lapset ja heidän tarpeet yksilöllisesti
- Välitä lapselle tunne, että hänen taitoihinsa luotetaan
- Suosi harjoituksia, joissa korostetaan yhdessä toimimista
- Älä auta, vaan ohjaa toimimaan itsenäisesti
- Ole aktiivisesti läsnä. Vetäydy tilanteesta, kun ryhmä toimii aktiivisesti
- Anna tukea ja turvaa, kun se on tarpeen

( Zimmer 2011: 145-148; Koljonen 2005: 92.)

### 3.2 Liikuntatuokion rakenne

Zimmerin (2011:139) mukaan liikuntatuokioiden suunnittelussa ohjaajan on lähdettävä liikkeelle lapsien toiveista ja tarpeista. Lasten mielenkiinnonkohteet otetaan huomioon. Usein liikuntatuokiota suunnitellaan yhdessä. Ohjaaja voi kysyä ryhmältä toiveita seuraavalle kerralle. Toiminnassa on osattava huomioida lasten yksilölliset erot. Ujot ja arat lapset kaipaavat aikaa ja vapautta toimia oman aikataulun mukaan. Jos tehtävä tuntuu haasteellisesta, ohjaaja miettii vaihtoehtoisia suoritustapoja. (Zimmer 2011: 139.)

Jotta lasten valinnanvapaus toteutuu, on lapsilla myös oikeus kieltäytyä aikuisen ehdotuksesta. Tämä on aikuisille haastava tehtävä ja vaatii oman roolin pohtimista. Lapset osallistuvat tuokion suunnitteluun esittämällä omia toiveita. He osallistuvat myös toteutukseen rakentamalla materiaaleista toiminnan. Liikuntaradat voidaan rakentaa jo valmiiksi. Materiaalit korjataan aina yhdessä pois. (Zimmer 2011: 148.)

Ohjaajan tehtävänä on tuntea lapset niin hyvin, että hän voi suunnitella toimintaa lasten ideoiden pohjalta. Aikuinen ehdotuksillaan rikastuttaa lasten maailmaa. Ohjaajalla on hyvä olla laaja leikkien ja pelien varasto. (Zimmer 2011: 145.)

Ryhmää muodostettaessa ohjaajan on huomioitava lasten ikä ja kehitystaso. Lapsi haluaa tuntea kuuluvansa joukkoon. Lapsiryhmä voi olla hyvin heterogeeninen. Silloin lapset saavat mallia erilaisista tavoista toimia. Ryhmän suunnittelu on tärkeää toiminnan onnistumisen kannalta. Ryhmähengen ja ilmapiirin luomisessa on ohjaajalla merkittävä rooli. Lapset vahvistavat toistensa käytöstä. Jos ryhmässä on monta lasta, joilla on käyttäytymisvaikeutta, voi epäsuotuisat käyttäytymismallit vahvistua. Ohjaaja toimii rauhallisesti ja johdonmukaisesti, jotta ryhmän yhteisiä sääntöjä noudatetaan. Ongelmatilanteita voidaan käsitellä yhdessä. Tärkeää on huomioida, että jokaista lasta kohdellaan kunnioittavasti. Kukaan lapsista ei joudu arvostelun kohteeksi, vaan häntä autetaan vaikean tilanteen yli. Jos ohjaaja toimii yksin, voi ryhmän koko olla 4-6 lasta. Jos ryhmässä on kaksi ohjaajaa, voi ryhmän koko olla 8-10. ( Zimmer 2011: 143-147.)

Perinteisen liikuntatuokion rakenne (Koljonen 2005: 87-88.)

1. Aloituspiiri- - Aikuinen huomioi jokaisen lapsen
2. Alkuleikki - Muutama leikki esim hippa, joissa pääsee liikkumaan, purkamaan energiaa.
3. Rakenteluvaihe - käytetään materiaaleja luovasti .
4. Rentoutuminen - lasten ikä ja taso huomioidaan
5. Loppupiiri - arvioidaan liikuntatuokiota ja suunnitellaan seuraavaa tuokiota  (Koljonen 2005: 87-88.)

Aloituspiirissä on tärkeää, että jokainen lapsi kokee olevansa tervetullut ryhmään. Olen itse aina lapsien kanssa kerrannut liikuntatuokion säännöt. Hippaleikeissä on periaatteenä, että kaikki voivat osallistua. Hipoissa voidaan pelastaa tai itse pelastautua esimerkiksi laskemalla tai luettelemalla eläimiä. Sääntöjä sovittaessa aikuisen on huomioitava lasten taitotaso. Rakenteluvaiheeseen ohjaaja on suunnitellut itse tai yhdessä ryhmän kanssa materiaalit ja mahdollisesti idean toimintaan esimerkiksi eläintarha, sirkus. Kun ympäristö on rakennettu valmiiksi, lähdetään toteuttamaan ideaa. Ohjaaja on läsnä toiminnassa, auttaa ja ehdottaa toteutusmahdollisuuksia. Aikuisen tehtävänä

on havainnoida toimintaa ja lapsia. Rakennelma korjataan pois yhdessä. Aikuinen voi virittää siitä leikin; esimerkiksi sirkusesitys on nyt loppunut ja teltta puretaan, koska huomenna on esitys toisessa kaupungissa. Yhteisissä rakenteluissa harjoitellaan monia asioita mm omatoimisuutta, yhdessä toimimista, ongelman ratkaisua, materiaalituntemuksia, luovuutta, tilan hahmottamista. (Koljonen 2005: 87-88; Zimmer 2011:139-144.)

Aistiharjoituksia voidaan tehdä erillisinä tai ne voidaan liittää yhteiseen toimintaan. Esimerkiksi sirkuksessa on ohjelmanumero, jossa pitää tunnustella erilaisia muotoja sokkona tai kulkea trapetsilla sokkona taluttajan avustuksella. Aistitoimintojen ja sitä kautta sensorisen integraation harjaantuminen nähdään vahvistavan lapsen omanarvontuntoa ja itseluottamusta ja sitä kautta lisäävän motivaatiota toimintaan. ( Zimmer 2011: 39-41.)

Tuokio päätetään aina rentoutumishetkeen. Voidaan tehdä pieniä, toiminnallisia rentoutusharjoituksia tai lapset voivat levätä patjoilla ja aikuinen silittää heitä pallolla, maalauslalla, pensselillä. Lapsien tutustuttua toisiinsa ja toimintamuotoon voidaan rentoutusharjoitus tehdä pareittain. Musiikkia voidaan käyttää apuna rentoutumiseen. Rentoutushetken pituus riippuu lapsiryhmän iästä ja taidoista. Tavoitteena on tässäkin onnistumisen kokemus. Rentoutusharjoituksia voidaan vaihdella, kun ohjaaja alkaa tunnistaa lasten tarpeet. ( Koljonen 2005: 88.)

Rutiinit ovat tärkeitä. Aloitus- ja lopetuspiiri tapahtuvat aina samassa paikassa. Piirissä keskustellaan tuokiosta ja jokaisen lapsen tuntemuksista. Lapset voivat esittää toiveita tulevalle tuokiolle. Loppupiirissä olen usein ryhmäni kanssa pohtinut lapsien esille nostamia ongelma- tai ristiriitatilanteita. Ohjaajan tehtävänä on pitää keskustelu positiivisena ja kaikkia yksilöitä kunnioittavana. Tavoitteena on, että kaikille jää liikuntatuokiossa hyvä mieli. Piirin paikka on tärkeä, ja sitä voidaan käyttää liikuntatuokion aikana uuteen tehtävään siirryttäessä. (Koljonen 2005: 87-88; Zimmer 2011: 139-144.)

Psykomotorinen liikuntatuokio ei aina noudata samaa kaavaa. Liikuntaa voi harjoittaa monenlaisissa paikoissa mm jumppasalissa, pihalla, metsässä, uima-altaassa. Ryhmän koko voi myös olla hyvin vaihteleva riippuen tilasta, ohjaajien määrästä, lasten iästä ja tarpeista. Lapsiryhmä voi olla heterogeeninen ja ryhmässä voi olla tukea tarvitsevia lapsia. Ohjaajalta vaaditaan kykyä joustavaan suunnitteluun ja toiminnan toteutukseen. ( Koljonen 2005: 87-88; Zimmer 2011: 143.)



### 3.3 Kasvattajan rooli päiväkodissa

Päiväkodissa kasvattajien ensisijainen tehtävä on huolehtia lapsista ja heidän hyvinvoinnista. Päivän aikana tapahtuu lukuisia ja taas lukuisia kohtaamisia, jotka vaikuttavat vallitsevaan ilmapiiriin. Jokainen lapsi on yksilö, joka toimii taitojensa mukaan ryhmässä. Temperamentti vaikuttaa lapsen tapaan reagoida ja toimia. Empatia on kyky, jonka avulla kasvattaja näkee lapset yksilöinä ja voi tukea heitä. ( Koivunen 2009: 19-21.)

#### 3.3.1 Lapsen kohtaaminen

Kaikessa ihmisten välisessä toiminnassa on perustana kohtaaminen. Hyvä kasvattaminen rakentuu hyvälle kohtaamiselle. Toisen henkilön huomioiminen ja kuuleminen luo pohjaa näkyväksi tulemiselle. Jokainen vaikuttaa tilanteisiin ja kohtaamisissa on aina kaksi subjektia. Hyvän kohtaamisen perustana on ihmisyyden ja elämän arvostaminen. (Mattila 2011: 15-16.)

Päiväkodissa muodostuu lukuisia kohtaamisia päivän aikana. Kasvatushenkilöillä saattaa olla paljon haasteita suhteessa yksittäiseen lapseen ja koko lapsiryhmään. Aikuisen on oltava hyvin tietoisia lasten tarpeista. Heidän on osattava vastustaa kiirettä ja luoda rauhallinen ilmapiiri. Aikuiset omalla mallillaan luovat puitteet vuorovaikutukselle. ( Mattila 2011: 15-26.)

Varhaiskasvattajien perustyö on olla lapsia varten, arvostaa heitä ainutlaatuisina yksilöinä ja luottaa omaan ammatilliseen osaamiseen. Kasvattajien tavoitteena on lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen tukeminen. Aikuisen on tärkeää reflektoida omaa toimintaansa. On hyvä, että hän luottaa ammatilliseen osaamiseensa, jotta hän osaa toimia viisaasti ja ymmärtäväisesti. (Mattila 2011: 24-26.)

Kohtaaminen haastaa kasvattajan ammatillisesti, mutta myös inhimillisellä tasolla. Arvostava kohtaaminen pohjautuu humaaniin yhteyteen. Aikuinen joutuu pohtimaan omaa lapsuuttaan. Lapsuuden tapahtumat ja kohtaamiset vaikuttavat kykyymme kohdata toisia ihmisiä ja olla vuorovaikutuksessa. Tiedostamalla omaa elettyä elämää voi kasvattaja olla rehellisemmin yhteydessä toisiin ihmisiin. Aikuinen on aina esimerkkinä

lapselle. Hänen ei tarvitse olla yli-ihminen. Lapselle hyvä esimerkki on aikuinen, joka on vilpitön, hyvään pyrkivä ja hänellä on avoin suhtautuminen elämään. ( Mattila 2011: 48-75.)

Kasvattaminen on vahvasti tiedostamista ja itsensä peilaamista erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Meillä ihmisillä on luontainen halu oppia uusia asioita. Ongelmaksi syntyykin usein se, että on luovuttava jostain vanhasta. Poisoppiminen vaatii sen, että henkilö on tunnistanut tapansa toimia tai ajatella. Sen jälkeen hänen on tiedostettava muutoksen suunta ja harjoitettava sitkeästi. (Kokljuschkin 2001: 36).

Kasvatuksessa on pohjimmiltaan kysymys arvoista ja ajattelutavasta. Aikuisen on tärkeää myös olla tietoinen omasta elämänfilosofiasta. Tietoisuus omista arvoista lisää itseluottamusta ja kokemusta elämän hallinnasta (Veenkivi 1998: 46). Veenkivi (1998: 18) kuvailee filosofi Heideggerin tapaa erottaa toisistaan kaksi ajattelutapaa. Ihminen voi ajatella ennalta määrätyissä puitteissa, jolloin vastaus on jo valmiiksi olemassa. Tätä Heidegger nimittää laskevaksi tai laskelmoivaksi ajattelutavaksi. Kasvattaja voi myös uskaltautua pois tutuista ajatuskuvioista, jolloin kysymykseen saatava vastaus ei ole kenenkään tiedossa etukäteen. Tämä vaatii kasvattajalta rohkeutta astua pois kaikkitietävän roolista. Meillä kasvattajilla on vahva näkemys asioista ja kuinka sinne päädytään. Lapsilla voi olla sama näkemys, mutta keinot sinne pääsemiseksi voivat olla erilaiset. Vaatii aikuiselta avointa mieltä ja läsnäolon taitoa, jotta hän pystyy lapsia kunnioittavaan kasvattamiseen ja punnitsemaan omia ajatuksiaan. (Veenkivi 1998: 18-22.)

### 3.3.2 Dialoginen kasvatus

Dialogisessa kasvatuksessa tärkeä paino on kasvattajan ja kasvatettavan vuorovaikutuksessa. Pohdin tässä kappaleessa dialogista kasvatusta Veli-Matti Värriin väitöskirjan `Hyvä kasvatus, kasvatus hyvään` pohjalta. Väitöskirjassa Värri pohtii kasvatusta vanhemmuuden näkökulmasta. Mielestäni hänen ajatuksensa on sovellettavissa jokaiseen vuorovaikutussuhteeseen, jossa on määriteltävissä kasvattaja ja kasvatettava.

Väitöskirjassaan Värri määrittelee hyvän kasvatuksen tavoitteeksi kasvatettavan hyvä elämä tässä hetkessä ja itseksi kasvaminen. Hyvään elämään lapsi tarvitsee sen, että häntä kohdellaan kunnioittavasti ja hänen kykyjen ja ominaisuuksien kehittymistä tuetaan tässä ja nyt. ( Värri 2002: 23.)

Kasvatuksen tehtävänä on luoda puitteet lapsen itsetietoisuuden kehittymiselle ja vastuun- sekä oikeudenmukaisuuden tunteen heräämiselle. Kasvatuksen tarkoituksena on tuoda esille lapsen hyvät ominaisuudet ja kyvyt. Tämä tapahtuu kasvattajan ja kasvatettavan yhteisessä maailmassa / todellisuudessa. Tässä dialogisessa kasvatussuhteessa lapsi kokee, että häntä arvostetaan ja kuunnellaan. ( Värri 2002: 26.)

Dialogisen kasvatuksen pohjalla on aikuisen kyky kuunnella. Tämä tarkoittaa aikuisen herkkyyttä lapsen koko olemukselle. On tärkeää, että aikuinen tunnistaa lapsen ainutkertaisuuden. Kasvattajalla on herkkyyttä tulla tietoiseksi lapsen erityisistä tarpeista. Kasvattajan on hyväksyttävä lapsi. Tämä vaatii kasvattajalta elämän ehdotonta hyväksymistä ja kunnioitusta. Tällainen kasvattajan toiminta luo pohjan kasvattajan ja kasvatettavan dialogiselle kohtaamiselle. Luottamus ja turvallisuus ovat kasvatussuhteen edellytys. ( Värri 2002:84.)

Dialoginen kasvatus voi toteutua vain, jos kasvattaja kunnioittaa kasvatettavaa ainutlaatuisena yksilönä ja pystyy asettumaan hänen asemaansa. Myönteisessä ja hyväksyvässä ilmapiirissä lapsi uskaltaa kokeilla uusia asioita ja luovuus saa kukoistaa. Hänelle syntyy rohkeus kohdata toisia ihmisiä. Aikuisen ja lapsen todellisuuksien kohtaaminen mahdollistuvat. ( Värri 2002: 120-121.)

Kasvattajan on aina tärkeää pohtia ihmiskäsitystä ja todellisuuskäsityksiään. Dialogisessa kasvatuksessa kasvattajan on tutkittava omia arvojaan ja kyseenalaistettava toimintaansa. Kasvattaminen nähdäänkin jatkuvana oppimisprosessina sekä kasvattajalle että kasvatettavalle. Kasvattajan on kunnioitettava lapsen ihmisyyttä ja sen ainutlaatuisuutta. Hänen on tuettava ja kannustettava lapsen itseymmärryksen ja vastuuseen kasvua. Tämä auttaa lasta löytämään ja tiedostamaan itsensä maailmassa. ( Värri 2002: 121-123.)

Dialogisessa kasvatussuhteessa on tärkeää toisen kunnioittaminen, joka näkyy puheissa ja teoissa. Aikuisen on oltava lapsen luottamuksen arvoinen. Hän ei saa esineellistää lasta vain kasvatuksen kohteeksi. Kasvattajan tulee huomioida lapsen ikä ja kehitystaso. Dialogisuus toteutuu, kun kasvattaja osaa kriittisesti tutkia motiivejaan ja käsityksiään sekä arvioida jatkuvasti lapsen parasta nykyhetkessä. ( Värri 2002: 128-131.)

### 3.3.3 Kannustava ja ohjaava vuorovaikutus

Kannustava ja ohjaava vuorovaikutus korostaa aikuisen asennetta ja kykyä kohdata lapsi sensitiivisesti. Yksilön vahvuuksien näkeminen koetaan merkittäväksi. Suomessa koulutusohjelma on käynnistynyt elokuussa 2010. Yhteisiä ja toisiaan täydentäviä näkemyksiä psykomotorisen lähestymistavan ja kannustavan ja ohjaavan vuorovaikutuksen kanssa löytyi monia. (Kekkonen 2010.)

Kannustavan ja ohjaavan vuorovaikutuksen (ICDP, International Child Development Programme) ovat kehittäneet Norjassa professorit Karsten Hundeide ja Henning Rye. Tämä on käytännönläheinen ohjelma, jonka avulla YK:n lapsen oikeuksien sopimuksen tavoitteita päästään toteuttamaan. (Schauman-Ahlberg 2010.)

Ohjelman tavoitteena on kehittää kasvattajan kykyä kohdata lapsi kunnioittavasti ja kuulla herkästi lapsen tunteet, ajatukset ja aikomukset. Kasvattaja kiinnittää huomionsa lapsen vahvuuksiin ongelmien sijaan ja samalla hän huomioi myös omat ja muiden vahvuudet. Kasvattaja kohtaa lapsen tässä hetkessä. (Kekkonen 2010.)

Koulutusohjelman myötä kasvattaja oppii tarkkailemaan toimintaansa ja ymmärtämään sen merkitystä lapselle. Aikuisen asenne ja tapa tulkita lasta ja tilanteita nähdään tärkeänä vaikuttajana kasvattamisessa. Tavoitteena on edistää lapsen oikeutta osallistua, sanoa mielipiteensä ja vaikuttaa asioihin kehitystasonsa mukaisesti. Tämä toteutuu, jos aikuinen kykenee sensitiiviseen vuorovaikutukseen lapsen kanssa. Ohjelman myötä kasvattajan käsitys lapsesta muuttuu myönteisemmäksi ja hän kykenee samaistumaan lapsen tunnetasolla. Tavoitteena on vahvistaa kasvattajan käsitystä itsestään ja kyvystään kasvatuksessa. (Kekkonen 2010.)

Kannustava ja ohjaava vuorovaikutusohjelma koostuu kahdeksasta eri teemasta. Neljä ensimmäistä teemaa käsittelee lapsen tunnetason kehitystä ja loput teemat lapsen kognitiivista ja moraalista kehitystä. Tunnetason kehityksen tukemisessa on tärkeää, että aikuinen osoittaa positiivisia tunteita ja kiinnostusta lasta kohtaan. Hän seuraa lapsen aloitteita ja on myönteisessä kontaktissa lapsen kanssa. Hän antaa lapselle kannustavaa palautetta. Kognitiivista kehitystä aikuinen tukee auttamalla lasta keskittymään. Hän auttaa lasta antaen merkityksiä kokemuksille ja tunteille. Hän selittää asi-

oita ja auttaa lasta ymmärtämään. Moraalista kehitystä aikuinen tukee auttamalla lasta sisäistämään omat ja toisten rajat. Kyse ei ole siitä, että lapsi noudattaisi ylhäältä annettuja sääntöjä vaan, että hän ymmärtäisi sääntöjen tärkeyden ja toimisi niitä noudattaen. (Kekkonen 2010.)

Kannustavassa ja ohjaavassa vuorovaikutuksessa löytyy paljon yhteistä psykomotorisen lähestymistavan kanssa. Aikuisen suhtautuminen lapseen on hyvin yksilökohtainen ja kunnioittava. Psykomotoriikassa korostuu aikuisen kyky luoda puitteet, joissa lapsi uskaltaa kokeilla ja harjoitella taitojaan. Renate Zimmer (2011) puhui luennollaan avainkysymyksestä elämässä: `Pystynkö minä?` Liikuntatuokiolla lapsi joutuu usein pohtimaan omia taitojaan. Aikuinen voi kannustaa lasta siihen, että hän voi nähdä asian positiivisena haasteena ja käyttää vahvuuksiaan hyödyksi. Aikuisella on oltava luottamus lapsen taitoihin, jotta hän voi haastaa lapsia kokeilemaan taitojaan. ( Zimmer 2011)

Psykomotorisessa lähestymistavassa korostetaan lapsen omatoimisuutta ja aktiivista roolia. Ohjaaja voi toiminnallaan vahvistaa lapsen uskoa omiin taitoihin. On tärkeää, että psykomotorisella liikuntatuokiolla aikuinen on suunnitellut toiminnan niin, että lapsi voi keskittyä työskentelyyn. Ohjaajan merkitys lapsen kasvun tukemisessa on merkittävä, varsinkin lapsilla, joiden on vaikea noudattaa yhteisiä sääntöjä. ( Zimmer 2011: 145-147.)

### 3.4 Lapset ovat yksilöitä

Päiväkotiryhmät koostuvat hyvin erilaisista yksilöistä. Ryhmässä toimiminen vaatii aina jäseniltään paljon. Lapset oppivat aikuisen ohjauksessa ja aikuisen malli on hyvin tärkeä. Jokainen lapsi on persoona, jolla on erilaiset kyvyt toimia ja osallistua ryhmän toimintaan. Lapsella voi olla aivan tiettyjä kasvun ja oppimisen pulmia, joita tulee tutkia ja löytää lasta tukevia hoitomuotoja. Päiväkotiryhmä koostuu hyvin erilaisista persoonista. Kasvattajat joutuvat haastavaan työhön, kun he ohjaavat ryhmää. Tässä kappaleessa en keskity lasten erityistarpeisiin, vaan käsittelen temperamenttieroja ja kuinka ne vaikuttavat elämään. ( Viljanen 2009: 6-7.)

Jokainen lapsi syntyy tähän maailmaan persoonana. Hänen kasvaessa persoonallinen tapa reagoida tulee yleensä entistä selvemmin esille. Viljamaan mukaan temperamentti on yksilön tapa reagoida ympäristöönsä ja sisäisiin tuntemuksiinsa. Reagointitapa py-

syy hyvin samanlaisena läpi elämän. Elämä ja erilaiset ryhmät, joihin kuulumme, kouluttavat meitä ihmisiä. ( Viljamaa 2009: 22.)

Erilaisista temperamenttipiirteistä koostuu jokaisen yksilön temperamenttiprofiili. Temperamenttipiirteitä on aktiivisuus- passiivisuus, lähestyminen – vetäytyminen, sinnikkyys, positiivisuus – negatiivisuus, matala – korkea ärsykekyky ja matala – korkea häirittevyys. Jokaisella yksilöllä on ainutlaatuinen yhdistelmä temperamenttipiirteitä. Aktiivisuus-passiivisuus kertoo yksilön nopeudesta toimia. Lähestyminen - vetäytyminen kertoo siitä, miten rohkeasti yksilö osallistuu uuteen tilanteeseen. Sinnikkyys kertoo siitä, millä sitkeydellä yksilö kulkee kohti tavoitettaan. Positiivisuus – negatiivisuus kertoo yksilön asenteesta, voiko asia onnistua, vai tuleeko epäonnistuminen. Matala-korkea ärsykekyky kertoo, millä teholla yksilö reagoi ärsykkeisiin. Matala – korkea häirittevyys kertoo yksilön kyvystä keskittyä. ( Viljamaa 2009: 24. )

Me ihmiset olemme hyvin erilaisia. Temperamentti voi helpottaa tilanteeseen suhtautumista tai vaikeuttaa.. Esimerkiksi lapsen, jolla on matala häirittevyyskyky ja korkea aktiivisuus, on vaikea keskittyä isossa ryhmässä ja melko varmasti hän ei jaksakaan istua paikallaan. Omalla toiminnallaan hän häiritsee toisia. Passiivisen ja vetäytyvän lapsen on vaikea päästä mukaan ryhmän toimintaan. ( Viljamaa 2009: 25.)

Koivusen (2009: 20) mukaan ympäristö ja temperamentti vaikuttavat toisiinsa. Ympäristö ja sen suhtautuminen vaikuttavat yksilöön ja päinvastoin. Kasvatuksella voidaan vaikuttaa temperamenttiin ja päinvastoin. (Koivunen 2009: 20.)

Temperamenttipiirteissä ei ole kyse hyvästä tai huonosta. Enemmänkin on kyse siitä, kuinka paljon tukea ja aikuisen ohjausta lapsi tarvitsee. Hänelle on hyvä opettaa toimintamalleja erilaisiin tilanteisiin. Kun lapsi oppii selviytymään haasteellisesta tilanteesta, hänen itsetuntonsa kasvaa. ( Viljamaa 2009: 21-22.)

Psykomotoriikka sopii hyvin kaikille lapsille. Toiminnassa korostuu lapsilähtöisyys ja yksilön kunnioitus. Lapsilähtöisyys ja vapaaehtoisuus varmistavat sen, että jokainen lapsi voi osallistua toimintaan oman aikataulunsa mukaisesti. Koska on kyse liikunnasta, jossa painottuu toiminta, myös impulsiiviset ja aktiiviset lapset voivat kokea onnistuvansa. Psykomotoriikassa ohjaajan sensitiivisyys ja läsnäolo luovat pohjan sille, että jokainen yksilö voi osallistua kokonaisvaltaisesti. Taitava ohjaaja pystyy johtamaan ryhmää niin, että kaikki opettavat ja oppivat. Tärkeää on, että ohjaaja pystyy luomaan

turvallisen ilmapiirin ryhmään. Kun ohjaaja tuntee lapset hyvin, hän pystyy rakentamaan toiminnan yksilöt huomioiden. Ohjaaja käytöksellään johtaa tilanteita ja vaikuttaa ryhmän toimintaan. Esimerkiksi ohjaaja kannustaa ja tukee ujon lapsen jokaista viestiyrittystä ja samalla hän määrätietoisesti, mutta lempeästi ohjaa dominoivaa lasta kuuntelemisen taitoon. (Zimmer 2011: 125-130; 145-148.)

Ross W. Greene ( 2005: 33) kirjoittaa joustamattomista ja turhautuvista lapsista. Hänen ajatuksensa on, että lapset toimivat oikein, jos he osaavat. Näillä lapsilla on vaikeutta toiminnanohjauksessa, kielellisessä prosessoinnissa, tunteiden säätelyssä, kognitiivisen joustavuuden alueella tai sosiaalisten taitojen alueella. Heiltä puuttuu näitä taitoja. Greene ( 2005: 80) esittelee kirjassaan yhteistoiminnallisen ongelmanratkaisun ( collaborative problem solving CPS), joka lähtee aikuisen empaattisesta suhtautumisesta lapseen ja vaikeaan tilanteeseen. Ongelmatilanne määritellään ja yhdessä lapsen kanssa etsitään kaikkia osapuolia miellyttävä ratkaisu. (Greene 2005: 33.)

Zimmer (2013) puhui myös luennollaan ristiriitatilanteista liikuntatuokiolla. Hän korosti sitä, että ohjaajan rauhallinen ja johdonmukainen toiminta auttaa tilanteissa. Ohjaaja välittää myös lapsille, että hän luottaa heidän taitoihin ja kykyyn ratkaista tilanne. Avainkysymys elämässä Zimmerin mukaan on: `Pystynkö minä?` Lapsen on hyvä saada kokemuksia, joissa hän opettelee ottamaan asioita positiivisina haasteina. (Zimmer 2013.)

Liikuntatuokiolla tulleisiin ongelmatilanteisiin olen käyttänyt paljon yhteistoiminnallista ongelmanratkaisua. Mielestäni se sopii hyvin psykomotoriikkaan. Yksilön kunnioitus ja ohjaajan sensitiivisyys luovat pohjan ongelmanratkaisulle. Psykomotoriikassa kannustetaan lapsia toimimaan itsenäisesti. Ongelmanratkaisuun lapset tarvitsevat usein aikuisen apua ja johdattelua. On koko ryhmälle hyvin opettavasta olla mukana tilanteessa, jossa lasta kunnioittaen saadaan ongelmatilanne ratkaistua kaikkia osapuolia tyydyttävästi. (Zimmer 2011: 145-148.)

#### **4 Psykomotoriikkaa Porvoon päiväkoteihin**

Päiväkodeissa elämä on hyvin rikasta. Lapset tuovat koko persoonansa mukanaan tullessaan päivähoitoon. He ovat vielä pieniä lapsia ja harjoittelevat monia asioita mm ryhmässä toimimista. Moni lapsi kaipaa aikuisen tukea ja apua, ja niin kuuluu ollakin. Kasvattajat toimivat tärkeässä tehtävässä ottaessaan vastuun yksittäisestä lapsesta ja koko lapsiryhmästä.

Oman työni ja oman kokemukseni kautta minulle heräsi ajatus, että psykomotorisesta lähestymistavasta voisi olla apua päiväkodin arkeen. Yhdessä koetut iloiset liikunta- tuokiot voisivat luoda päiväkotiin hyvää, positiivista energiaa. Olen useissa yhteyksissä kertonut psykomotorisesta lähestymistavasta monille kasvattajille. Pikku hiljaa kiinnostus psykomotoriikka kohtaan on kasvanut Porvoossa.

Olin keväällä 2013 Porvoon varhaiskasvatuksen koulutusjaoston kuultavana ehdotuksestaani psykomotoriikkakoulutuksesta varhaiskasvatuksen kasvattajille. Sain luvan järjestää kahden iltapäivän kestävä koulutuskokonaisuuden, yhteensä 5 tuntia.

Koulutukset toteutettiin 25.9.2013 ja 28.10.2013 klo 12.30 -15.00. Kun kasvattaja halusi tulla koulutukseen, hänen piti saada ainakin yksi työkaveri mukaan. Halusin varmistaa sen, että osallistujilla on työpaikallaan työkaveri, jonka kanssa hän voi jakaa ajatuksia ja mahdollisesti kokeilla psykomotorista toimintatapaa.

Psykomotoriikka ei ole vain jumppatuokio, vaan taustalla on kasvatusnäkemys. Siksi halusin pitää koulutuksen, johon yhdistyy sekä psykomotorinen lähestymistapa että kasvatusnäkemysten jakamista ja oman kasvattajan roolin pohdiskelua. Psykomotorisessa lähestymistavassa on keskeistä oman kokemuksen kautta oppiminen. Käytännön harjoitukset ovat merkittävässä asemassa. Koulutuskerrat olivat kuukauden välein. Osallistujat saivat kotitehtävän ensimmäisen kerran jälkeen.



#### 4.1 Ensimmäinen koulutuskerta

Osallistujia tuli yhteensä 21, kahdeksasta eri päiväkodista Porvoosta. Kahdesta päiväkodista tuli 4 kasvattajaa, muista 2 kasvattajaa. Koulutus pidettiin Ylä-Haikkoon päiväkodin salissa.

Aluksi esittelykierros, jossa jokainen sai kertoa toiveensa psykomotoriikkakoulutuksesta. Useimmalla osallistujalla ei ollut tarkkaa tietoa psykomotoriikasta. Monet halusivat uusia työkaluja arkeen. Lapsen kokonaisvaltaisuus ja luontainen halu liikkua innostivat monia. 4 osallistujaa mainitsi lapset, joiden äidinkieli on joku muu kuin suomi (S2-lapset). Yksi osallistuja oli lukenut psykomotoriikasta, joku mainitsi kiinnostukseen luovuuden, flow -tilan ja ei-aikuisjohtoisen toiminnan. Muutama osallistuja tuli avoimin mielin, ilman selvää ennakkokäsitystä.

Jakaannuimme kolmen hengen ryhmiin, joissa kuljettiin 8 eri pisteen kautta. Pisteillä oli kysymyksiä koskien kasvattamista ja vuorovaikutusta. Jokainen ryhmä kirjasi vastaukset kysymyksiin pisteellä olevaan paperiin. Osallistujat keskustelivat pienryhmissä näkemyksistään. Kävimme läpi vastaukset kysymys kerrallaan ja keskustelimme niistä vielä yhdessä. Tarkoitukseni oli herätellä osallistujia pohtimaan omia käsityksiään kasvattajan roolista.

Kerroin koulutuksessa pintapuolisesti psykomotorisesta lähestymistavasta; historiaa, ihmiskäsitystä, menetelmiä, sisältöjä ja ohjaajan roolin. Seuraavalla kerralla käsittelin aihetta laajemmin power point -esityksessä. Teimme muutaman harjoituksen: salainen ystävä, salainen vihollinen ja salainen ystävä sekä vihollinen (koulutuskerran ohjelma liitteenä). Halusin ryhmän toimivan yhdessä ja kokevan hauskan harjoituksen. Lopuksi oli rentoutus, jossa puolet ryhmästä tekee äänimaisemaa. Rentoutus toistettiin niin, että kaikki saivat kokea äänimaiseman tekemisen ja rentoutumisen.

Tavoitteeni oli herätellä ajatuksia kasvattajan roolista ja omasta tavasta tehdä töitä sekä luoda kevyt kuvaus psykomotorisesta lähestymistavasta ja liikuntatuokiosta. Osallistujat saivat kotitehtävän, jossa heidän tuli pohtia omia arvoja työssä, mitä ne ovat ja kuinka ne vaikuttavat työntekoon.

#### 4.2 Koulutusiltapäivän arviointia

Olin iloisesti yllättynyt, että osallistujia oli 21. Mielestäni ryhmä ei olisi voinut olla suurempi. Ilmapiiiri oli iloinen ja välitön. Päiväkodin työntekijät ovat tunnettuja siitä, että he osallistuvat ja puhuvat paljon. Koska ryhmä oli näin suuri ja puhetta niin paljon, emme ehtineet tekemään läheskään kaikkea, mitä olin suunnitellut. Seuraavaan iltapäivään varasinkin enemmän aikaa harjoituksille. Kasvatuskysymyksistä oli hyvä puhua. Tähän ei ole tarpeeksi aikaa päiväkodeissa. Arkiasiat ohittavat päiväkodeissa arvokeskustelut. Mielestäni asia on monessa päiväkodissa tiedostettu. Halusin keskittyä kasvattajan arvoihin ja näkemykseen hyvästä kasvattamisesta, jotta voisin korostaa kasvattajan / ohjaajan roolin tärkeyttä.

Aikaa oli varattu 21/2 tuntia. Se meni hyvin nopeasti: esittely ja aloituspiiri n. 30 minuuttia, ryhmittäin kasvatuservojen pohtimista ja tehtävän purku n 1 tunti, psykomotoriikan teoriaa 15 minuuttia ja harjoituksiin jäi vain 45 minuuttia. Seuraavan kerran suunnitellen toiminnallisemmaksi.

#### 4.3 Toinen koulutuskerta

Osallistujia oli 21. Aloituspiirissä kaikki esittäytyivät ja kertoivat kotitehtävästään jonkun arvon, joka on itselle tärkeä. Power point -esityksellä valaisin psykomotorisen lähestymistavan keskeisiä käsitteitä. Jaoin osallistujille tekemäni esitteen psykomotoriikasta sekä harjoitusohjelman.

Psykomotorisille harjoituksille jäi noin tunti aikaa. Olin suunnitellut tuokion niin, että sitä voidaan hyödyntää päiväkodissa. Harjoitukset alkoivat muutamalla lämmittelyleikillä. Välineenä oli aluksi jätösäkeistä leikattu suorakaiteenmuotoinen muovinpalanen. Myöhemmin otettiin mukaan pesusienet. Osa harjoituksista oli yksin tehtäviä ja osa paritehtäviä. Viimeisessä tehtävässä koko ryhmä toimi yhdessä.

#### 4.4 Koulutusiltapäivän arviointia

Mielestäni oli hyvä, että koulutusiltapäiviä oli kaksi. Asian sisäistäminen vaatii aikaa. Kyseessä on oman kasvattajan roolin tutkiminen ja psykomotoriseen lähestymistapaan tutustuminen. Halusin edelleen korostaa aikuisen roolia, koska harjoituksissa on ehkä vaikea huomata aikuisen tapa toimia. Sitä on hyvä korostaa puheissa.

Aika kului nopeasti ja oli mukavaa huomata, kuinka kevyesti aikuiset löysivät leikin, mielikuvituksen ja yhdessä tekemisen ilon.

Osallistujat antoivat palautetta koulutuksen lopussa suullisesti. Osallistujat olivat sitä mieltä, että he voisivat pitää psykomotorisia tuokioita. Psykomotoriikka katsottiin sopivan päiväkotiin hyvin. Koulutusta ja toimintaideoita he toivoivat lisää.

## 5 Pohdinta

Kehittämistyön tekeminen on ollut minulle merkittävä projekti. Kehittämistyön yhdistäminen työelämäni on ollut helppo. Olen jo muutaman vuoden ajan puhunut psykomotorisesta lähestymistavasta. Porvoossa on herännyt kiinnostus. Kollegojen kanssa on ilmaantunut lentävä lause `Ilon kautta`, joka tarkoittaa sitä kepeyttä ja iloa, jonka psykomotorisen lähestymistavan asenne voi tuoda tullessaan.

On ollut mielenkiintoista lukea kirjoja kasvattamisesta keskittyen vuorovaikutukseen ja aikuisen rooliin. Olen paljon pohtinut sitä, kuinka pystyn kirkastamaan psykomotoriikasta ohjaajan roolin tärkeyttä. Päätin etsiä kasvatusalalta psykomotoriikkaan sopivia lähestymistapoja. Keskityin dialogiseen kasvattamiseen sekä kannustavaan ja ohjaavaan vuorovaikutukseen. Dialogisessa kasvatuksessa nähdään aikuisen ja lapsen vuorovaikutus tärkeänä kasvatuksen perustana. Aikuinen toimii lasta kunnioittaen ja kuunnellen sensitiivisesti lapsen tarpeita. Kasvattajan on hyvin tärkeää reflektoida omia käsityksiään ja itseään. Luottamus ja turvallisuus luovat pohjan kaikelle toiminnalle. Psykomotorisessa lähestymistavassa korostuu myös yksilön kunnioittaminen ja sensitiivinen kuunteleminen. Psykomotoriikassa painotetaan vielä yksilön aktiivista osallistumista ja ryhmänjäsenyyttä.

Kannustavan ja ohjaavan vuorovaikutuksen perustana on kunnioitus ja kyky nähdä lapsessa hyvää. Aikuinen luo positiivisen suhteen lapseen. Hän auttaa lasta suoriutumaan ja myös sisäistämään säännöt. Psykomotorisessa lähestymistavassa ohjaajan rooli on hyvin merkittävä. Hänen toimintansa lähtee lasten tarpeista.

Koulutukseen osallistujat pohtivat kotitehtävässään omia arvoja työssä. Seuraavat asiat nousivat osallistujien puheissa: luottamus, rehellisyys, tasa-arvo ja suvaitsevaisuus,

turvallisuus, yksilön kohtaaminen, kuuleminen ja kunnioittaminen suhteessa lapsiin, vanhempiin, työkavereihin. Osallistujat näkivät tärkeänä aikuisen kyvyn olla kiireettömästi läsnä toimiessaan lapsien kanssa. Heidän mielestään oli tärkeää, että aikuinen osaa arvostaa pieniä hetkiä, heittäytyä mukaan tilanteisiin ja lasten toimintaan.

Osallistujat keskustelivat vuolaasti arvoista. Päiväkotityössä on hyvin vähän aikaa arvokeskusteluille. Selvästi osallistujat kokivat keskustelun tärkeäksi. Kaksi koulutuskertaa on hyvin vähän, kun ajatellaan näinkin tärkeitä käsitteitä kuin arvot. Arvojen pohtiminen vaatii paljon aikaa. Se vaatii aina yksilöltä kykyä havainnoida itseään ja toimintaansa. Motivaatio muutokseen on myös merkittävä. Kasvattajien on hyvä tiedostaa toimintaansa ja sen vaikutukset lapseen. Kasvatuskeskusteluja on ehkä helpompi jatkaa päiväkodissa, kun koulutuksessa useita kasvattajia samasta päiväkodista. Omien asenteiden pohtiminen on tärkeää, koska se luo pohjan psykomotoriselle toiminnalle. Asenteen tulee olla kunnossa, muuten psykomotoriikasta tulee vain liikuntatuokio, pahimmassa tapauksessa kaaosta.

On ilo ohjata päiväkodin kasvattajille harjoituksia. He osaavat leikkiä. Nauru kertoo sen, että osallistujat innostuvat harjoituksesta – se pätee niin aikuisiin kuin lapsiin. Kasvattajat näkivät tärkeiksi arvoiksi heittäytymisen, läsnäolon, toisen yksilön kunnioittamisen. Nämä näkyivät vahvasti harjoituksissa. Eräältä koulutuksen osallistujalta oli päiväkodin johtaja kysynyt, mitä hän oppi siellä. Hän ei osannut suoraan vastata, mutta totesi stressin helpottaneen!

Psykomotorinen lähestymistapa nähtiin toimivana ja joustavana. Osallistujat halusivat pitää psykomotoriikkatapaamisia, ainakin kerran lukukaudessa. Olen sopinut, että meillä on 11.3. 2013 ensimmäinen tapaaminen, jonne kaikki halukkaat ovat tervetulleita. Lähetän kutsun sähköpostitse. Kutsussa ilmoitan myös käsiteltävän aiheen, ja valmistelen harjoitukset siitä. Tarkoituksena on, että ne kasvattajat, jotka kokevat psykomotorisen lähestymistavan itselleen sopivaksi, saisivat tietoa ja kokemusta siitä. Hyvien käytänteiden ja toimivien harjoitusten jakaminen on myös tapaamisessa mahdollinen.

Kevään tapaamiseen kokoan psykomotoriikkakassin tai kaksi kassia, joissa on materiaalia ja liikuntatuokio-ohjeita. Tarkoituksena on, että psykomotoriikkakassit voivat kiertää päiväkodista toiseen. Tavoitteena on, että kynnyks liikuntatuokioiden aloittamiseen madaltuu.

Olen iloinen, että psykomotoriikka on saanut paljon huomiota Porvoossa. Marraskuussa pidin koulutusillan kahdessa eri päiväkodissa. Koulutukseen osallistui koko päiväkodin kasvatushenkilöstö. Koulutuksien toinen ilta tulee olemaan vuoden vaihteen jälkeen.

Porvoossa varhaiserityiskasvatuksessa on 24 lähihoitajaa, jotka toimivat pääsääntöisesti päiväkodeissa tukea tarvitsevien lasten ryhmissä. 18.3.2013 menen heidän tapaamiseen kertomaan psykomotoriikasta ja ohjaamaan harjoituksia.

Tällä hetkellä psykomotorisissa koulutuksissa on Porvoon varhaiskasvattajista ollut noin 60 henkilöä.

Psykomotoriseen lähestymistapaan tutustuminen vaatii aikaa ja useita koulutuskertoja. Koska psykomotoriikka ei ole vain liikuntatuokio, on koulutuksessakin painotettava arvoja ja ohjaajan roolia. Mielestäni olemme Porvoossa vasta pääsemässä alkuun psykomotorisella tiellä. Tavoitteenani on, että voimme Porvoossa järjestää säännöllisesti psykomotorisia tapaamisia, ehkä 2-4 kertaa lukuvuodessa. Olin Porvoon varhaiskasvatuksen koulutustyöryhmässä 13.12.2013. Siellä päätettiin, että psykomotorisia tapaamisia (psykomotorisia kokoontumisajoja) voin järjestää neljä kertaa lukuvuodessa.

Psykomotorisessa lähestymistavassa on merkittävää se, että oppiminen tapahtuu tekemisen, innostuksen ja omien oivalluksien kautta. Ilon kautta!

## 6 Lähteet

Greene, Ross W. 2006. Tulistuva lapsi. Uusi lähestymistapa helposti turhautuvien ja joustamattomien lasten ymmärtämiseen ja kasvattamiseen. Keuruu: Otava Kirjapaino Oy.

Kekkonen, Marjatta, 2010. Vägledande samspel – Dialoginen lapsivuorovaikutus. Verkkodokumentti. <<http://www.turku.fi>> ... > [Kaste-ohjelma](#) > Remontti-hanke - **Dialoginen lapsivuorovaikutus**. Luettu 2.11. 2013.

Koivunen, Pirjo-Leena 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Juva: PS-kustannus.

Kokljuschkin, Mikael 2001. Unelmien päiväkotii. Kohti parempaa oppimisympäristöä. Tampere: Tammi.

Kalliola, Tiina – Kurki, Arja – Salmi, Marjaana – Tamminen-Vesterbacka, Tutta 2010. Matkalla ohjaajuuteen. Helsinki: Kirjapaja.

Koljonen, Maija 2005. Psykomotorisen harjaannuttamisen mahdollisuudet. Teoksessa Ahonen, Timo – Cantell, Marja – Nissinen, Anu – Rintala, Pauli (toim.): Liiku ja opi, liikunnallista apua oppimisvaikeuksiin. Keuruu: PS-Kustannus. 73-92.

Koljonen, Maija 2013. Psykomotoriikan teoreettisia perusteita ja tavoitteita toimintakyvyn tukemisen lähtökohtana. Luento 7.8.2013. Metropolia, Helsinki..

Mattila, Kati-Pupita 2011. Lapsen vahvistava kohtaaminen. Juva: PS-kustannus.

Ojala, Mikko 1985. Varhaiskasvatuksen perusteet. Rauma: Oy Länsi-Suomi.

Pietilä, Mauri 2005. Leikki psykomotorisessa ryhmäkuntoutuksessa. Teoksessa Ahonen, Timo- Cantell, Marja- Nissinen, Anu- Rintala, Pauli (toim.): Liiku ja opi, liikunnallista apua oppimisvaikeuksiin. Keuruu: PS-Kustannus. 93-106.

Schauman-Ahlberg, Klara 2010. ICDP `kannustava ja ohjaava vuorovaikutus. Verkko-dokumentti. <<http://www.turku.fi/public/download.aspx?ID...GUID...>>Luettu 2.11. 2013.

Tawast, Eeva 2013. Ihmisen kehityksen kokonaisvaltaisuus. Psykomotoriikka kokonaisvaltaisen kehityksen ja toimintakyvyn tukena. Luento 23.5.2013. Metropolia. Helsinki.

Topelius, Zacharias, 1845. Helsingfors Tidningar. Leppälä, Eeva-Leena. Opinnäytetyö, 2010: [Ilo ja tunteet osana oppimisprosessia](#). Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Verkko-dokumentti. < <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201003245908>. Luettu 25.10. 2013.

VarhaiskasvatussuunnitelmaPorvoo.

[www.porvoo.fi/.../1\\_8\\_11porvoon\\_varhaiskasv\\_suun...](http://www.porvoo.fi/.../1_8_11porvoon_varhaiskasv_suun...)

Veenkivi, Liisa 1998. Ihminen tehtävänä. Pohdintoja kasvatuksesta. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy.

Viljamaa, Janne 2009. Mitä minä teen tämän lapsen kanssa? Haastavan lapsen kasvattaminen. Juva: Minerva Kustannus Oy.

Värri, Veli – Matti 2002. Hyvä kasvatusta, kasvatusta hyvään. Tampere. Tampere University Press.

Zimmer, Renate 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: LK-KIRJAT.

Zimmer, Renate 2011. Psykomotoriikan käsikirja – Teoriaa ja käytäntöä lasten psykomotoriseen tukemiseen. Keuruu: VK-kustannus Oy.

Zimmer, Renate 2011. Psychomotorik, luento 25.10.2011. Metropolia, Helsinki.

Zimmer, Renate 2013. Psychomotorik. Bedeutung der psychomotorischen Förderung für die kindliche Entwicklung. Psykomotorisen tukemisen merkitys lapsen kehityksessä, luento 28.2.2013. Metropolia, Helsinki.

**Liitteen otsikko****Psykomotoriikkakoulutus Porvoo 25.9.2013****klo 12.30–15.00****Osallistujia 18–20****Esittelykierros** ( onko pallo, joka kulkee ristiinrastiin?)

- kuinka kiinnostuit psykomotoriikasta?
- Mitä olennaista tiedät siitä?
- Mitä haluat oppia? ( 20 min)

**Alkupuheet psykomotoriikasta:** historia / oma psykomotoriikkahistoria

- Psykomotoriikan tavoite
- Ideologiat taustalla
- Kasvatustähtämys ja aikuisen rooli ( 10 min ) (13.00)

**Harjoitus** – jonoon aakkosjärjestyksessä – isän etunimen mukaan

2–4 henkilöä/ ryhmä – pistetyöskentely-

kirjoita muutama vastaus kysymykseen – erillinen paperi.

Kysymykset:

- Mikä on oma ihmiskäsitykseni?
- Mikä on käsitykseni lapsesta?
- Minkälaista on hyvä vuorovaikutus?
- Millä tavalla kohtaan lapsen?
- Mikä on suhtautumiseni tunteisiin ja kuinka osaan niitä käsitellä?
- Minkälainen on hyvä kasvattaja?
- Millä tavalla lapsi kasvaa, kehittyy ja oppii?
- Minkälainen on hyvä päiväkotit?

Aikaa noin 3min / kysymys – yhteensä ( 30 min )

Purku 30 min- ryhmittäin kertovat yhden pisteen vastaukset. – kahvi\_ (14.00)

**Psykomotorinen lähestymystapa**

- ihmiskäsitys
- tavoite uudelleen



- sisältö
- menetelmät
- ohjaajan rooli
- (liikuntatuokion rakenne)

(14.15)

### Harjoitukset:

Musiikki soi , valitse itsellesi: salainen ystävä – yrirä päästä hänen lähelleen

Musiikki soi ja valitse itsellesi: salainen vihollinen – pysy mahdollisimman kaukana

Musiikki soi ja valitse itsellesi: salainen ystävä ja vihollinen – siis samaan aikaan.

### Rentoutus

- äänimaisema – puoli ryhmää rentoutuu ja toinen puoli tekee yhdessä sovitun äänimaisemaa.

- **kotitehtävä** – Minun arvoni: ja miten ne näkyvät arkielämässä? Käy tehtävä läpi työkaverisi kanssa ennen 28.10.. Vaihdamme ajatuksia arvoista 28.10.
- Sähköpostia minulle – kysymyksiä, toiveita....

## Psykomotoriikkakoulutus 28.10.2013 klo 12.30-15.00

**Aloituspiiri** – mitä kuuluu? Nimi ja yksi sana/arvo kotitehtävästä – 15 min

Kahvit ja esitys....

**Power point – esitys psykomotorisesta lähestymistavasta** – tavallaan kertausena. – 25 min

– 50 min

**Harjoitus** – Mitä tällä harjoituksella opeteltiin? Kysy aina!

- **Kisu tahtoo kodin** – seisotaan piirissä. Piirin keskellä on, joka kiertää henkilöltä toiselle sanoen, `kisu tahtoo kodin`. Hänelle vastataan aina: `kysy naapurilta.` samalla muut piirissä olevat antavat katseen kiertää ja saadessaan katsekontaktin, he vaihtavat paikkaa. Kisu yrittää ehtiä vapaasen paikkaan. Ilma paikkaa jäänyt on kisu.

- **hippaleikki-** susi-lammas-kivi – Yksi on lammas ja yksi on susi, muut ovat kiviä (8 polvi-istunnassa lattialla). Susi ottaa lammas kiinni. Jos susi saa lamman kiinni, osat vaihtuvat. Lammas voi mennä turvaan kiven viereen. Silloin kivi muuttuu sudeksi ja vanhasta sudesta tulee lammas!

**Työskentelyvaihe:** pesusienet ja muovin palaset

### 1. Väline – jätesäkki – merirosvot ja lippu!

- juostaan ristiinrastiin törmäämättä pitäen lippua pään päällä.
- Juostaan lippu pään päällä, välillä voi päästää irti lipusta ja ottaa se kiinni.
- Rytistetään lippu palloksi ja heitellään höllästi ilmaan ja otetaan kiinni.
- Kokeillaan samaa myös toisella kädellä.
- Heittele parin kanssa yhtä lippua – rytistä kädessä, heitä, toinen ottaa kiinni ja rypistää yhdellä kädellä palloksi ja heittää – kokeillaan molempia käsiä.
- Otetaan pain kanssa yksi lippu ja silitellään se suoraksi. Ottakaa kulmista kiinni ja heitelkää ilmaan eri tavoilla.
- Lipulla pestään laivan kantta – polvi-istunnassa kuurataan käsillä
- Kuurataan vielä kovemmin; jalat ja kädet muovin reunoilla. Jalat vedetään lähelle käsiä, kädet työnnetään eteenpäin, mittarimatomaisesti.

Otetaan mukaan pesusieni:

- pesusieni on aarre. Pidetään lipun reunoista kiinni ja aarre on lipun päällä. Soudetaan aarre turvaan – soutaja selin ja toinen huolehtii ettei törmätä.
- Sitten tulee laineita – liuutetaan aarretta lipun laidasta laitaan
- Myrsky yltyy ja yritetään pelastaa aarre laivasta toiseen. Toisen parin laivasta toiseen ja taas takaisin.
- Myrsky yltyy ja aarretta heitellään lipulta toiselle.
- Lopulta aarre vieään turvaan luolaan ja venekin piilotetaan (viikataan)
- Rentoutus;
- Lahjapaketin avaaminen : toinen on paketti, menee ihan kippuraan. Toinen avaa paketin (sovitaan että paketti aukeaa) – ja kertoo, mikä lahja sieltä löytyi. – vaihdetaan vuoroa
- sää tiedotus – toinen makaa mahallaa ja toinen tekee käsillä sää tiedotusta rentoutujan selkään. Aikuinen lukee sää tiedotuksen. – vaihdetaan vuoroa.
- Kalanruoto rentoutus – lapset asettuvat kalanruotoon niin, että pää on aina edellisen vatsan päällä, kuunnellaan hengitystä.

**Rentoutus:** – muutama lapsille sopiva rentoutus – esim.

- lahjapaketin avaus
- sää tiedotus selkään
- kalanruoto

**Loppupiiri** – sana on vapaa. Millaisia ajatuksia heräsi? Toiveita?