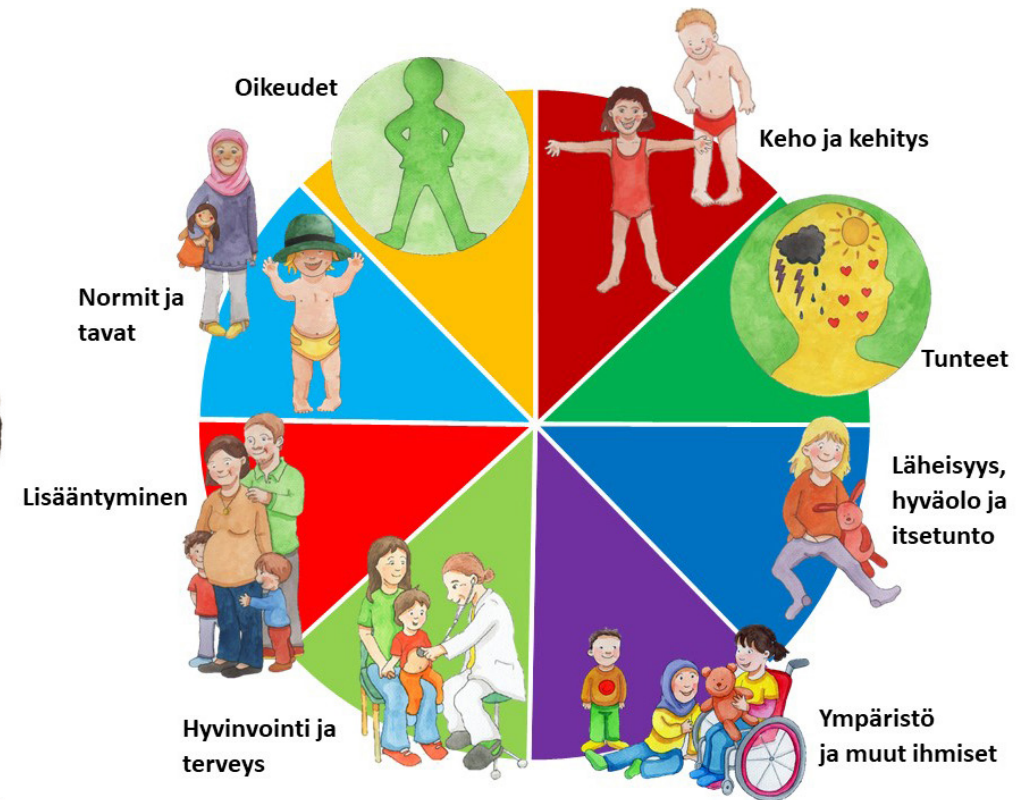
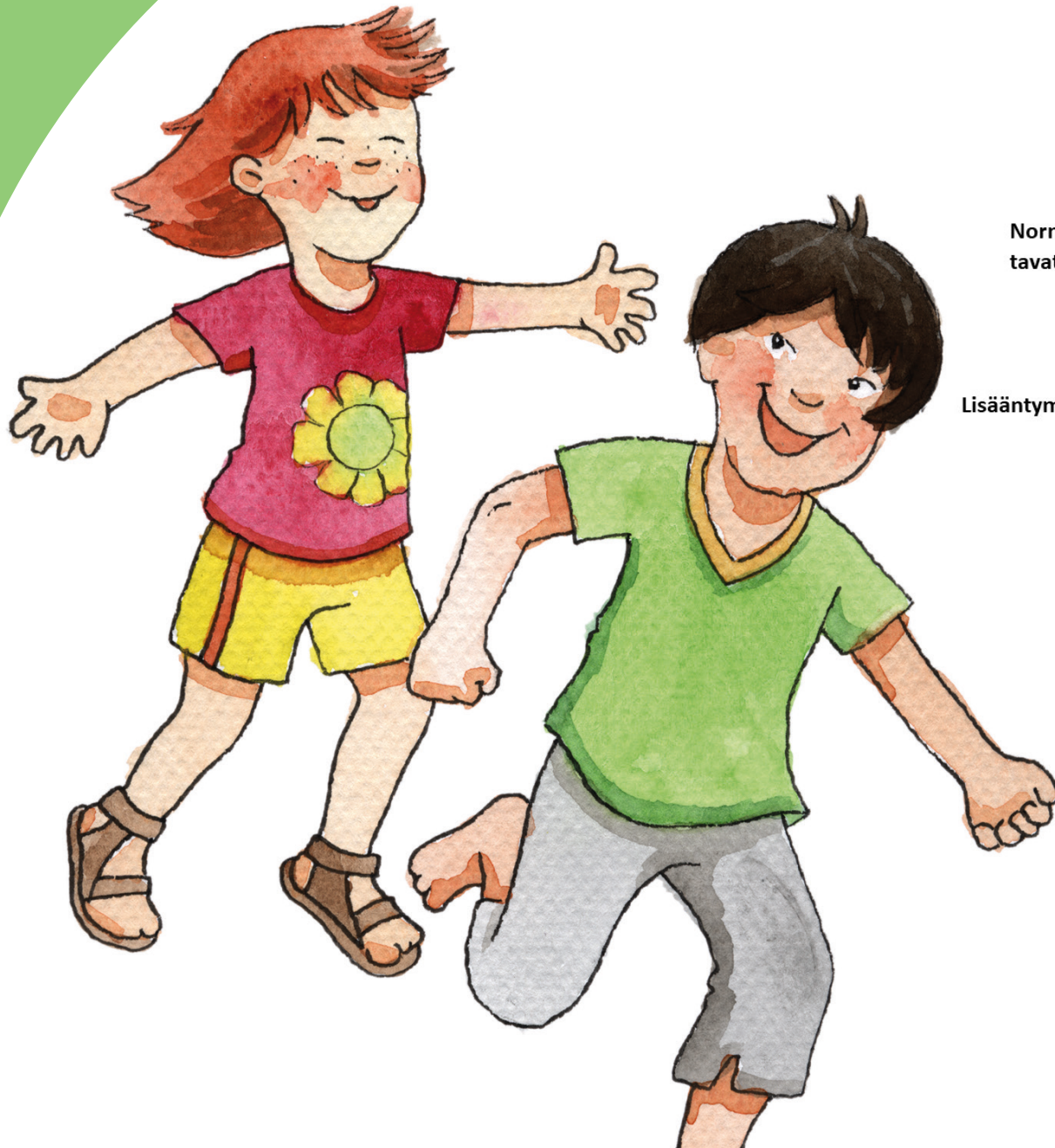


VUOSIKELLO 5-6 V



Keho ja kehitys



Aiheita

- Kun aikuiset juttelevat ikätasoisista asioista, lapsi saa luvan puhua ja kysyä kaikesta.
- Lapsi ymmärtää, että keho muuttuu, kun ihminen kasvaa.
- Lapsi hyväksyy oman kehonsa ja kaikki sen osat.
- Lapsi pohtii, mihin kehon eri osia tarvitaan ja miltä keho tuntuu.
- Millainen minä olen? Mitä jo osaan?
- Mitä kehossamme tapahtuu?
- Uteliaisuus ja kehon tutkiminen sallittu.
- Säännöt tutkimusleikeille ja itsemääräämisoikeus omasta kehosta kerrotaan usein.

Puhutaan

- ”Pimppi ja pippeli ovat arvokkaita ja herkkiä kehon osia, joista pidetään hyvää huolta ja niistä saa päätää itse.”
- ”Kehot muuttuvat koko elämän ajan: lapsuudessa, nuoruudessa, aikuisuudessa ja vanhuudessa.”
- ”Kaikilla on erilaiset kehot sormenjäljistä ihon väriin ja nenän muotoon. Kaikenlaiset kehot ovat hyvät.”
- ”Kehomme oppivat tekemään hienoja asioita. Eri kehot vähän eri asioita. Kehojamme pitää hoitaa ja kohdella arvostavasti, silloin voimme hyvin.”

Materiaaleja

- Puheeksi ottamisen kortit ja ohjaajan opas
- Mitä on kehotunnekasvatus? -vihkonen
- Lapsen seksuaalisuus 5–6 v.
- Seksuaalisuuden portaat

Kirjoja:

- Hoffman: Meidän ja muiden kehot.
- Stalfelt: Kakkakirja
- Langreuter: Napajuttu
- Kallio & Ruuhilahti: Onnikujan kaverukset ja suuri PRÖÖT!
- Masini: Sängyssäni on virtahepo

Laulu:

- Mimmit: Oon ihana/Ihminen

Leikitään

Piirtäkää kehon ääriviivat isolle paperille. Nimetkää kehon osat kuvaan. Jokainen lapsi voi piirtää ja värittää yhden kohdan yhteisestä kuvasta. Ihastelkaa seinällä upeaa yksilöllistä ihmistä.

Kerro tai näytä kuvasta jokin kehonosa. Lapset laittavat sen kehonosan nopeasti kiinni lattiaan, oveen, sohvaan ym.

Pariharjoitus: Piikkipallot, huivit, telat, siveltimet ja sulat esille. Lapsi koskettaa paria varovaisesti niillä. Opasta lapsia kertomaan miltä se tuntuu. Parin tulee kuunnella hierottavan ohjeita siitä, kuinka kovaa ja mistä voi häntä hieroa milläkin välineellä.

Huoltajalle

Ota aloituskeskustelussa huoltajien kanssa kehotunnekasvatuksen teemat esiin. Selitä termit, tavoitteet ja miksi mm. kehon oikeuksia ja turvataitoja on hyvä ottaa puheeksi lapsen kanssa.

Tarjoa materiaalivinkejä runsaasti vanhemmille mm. Tutkimusmatka upeaan kehoon.

Käy läpi arvostaen myös mahdolliset ennakko- ja virheuskomukset.

Lähetä viikko- tai kuukausikirje vanhemmille, jossa esittelet lasten kanssa käytyjä teemoja ja jaat linkkejä.



Tunteet

Aiheita

- Tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen.
- Oma kehotunne ja sen kertominen muille.
- Ihastuminen, rakastuminen ja mustasukkaisuus.
- Miten ilmaista omaa tykkäämistunnetta?
- Miten lähestyä toista arvostavasti?
- Lapsi opettelee hallitsemaan tunteita.
- Mielikuvitus on vilkas.
- Lapsi voi ihastua tai samaistua lähiaikuisiin.
- Tykkäämisen kohteen sukupuolella ei ole lapselle väliä.
- Puhu lapsille tykkäämisen tunteista.

Puhutaan

”Ihastumisen ja rakastumisen tunteet tuntuvat ihanille. Aina toisesta ei tunnu samalle. Sinä olet silti ihana.”

Toivon vahvistaminen pettymyksissä: ”Löydät varmasti isompana halutessasi ihanan kumppanin.”

”Tunteet tulevat ja menevät. Niiden kanssa opitaan olemaan. Olet joka tapauksessa hyvä tyyppi.”

”Hienoa, kun kerroit tunteistasi. Sinun tunteesi ovat tärkeitä.”

Materiaaleja

Kirjat:

Kallio & Ruuhilahti: Onnikujan kaverukset ja uusi poika

McDonald: Jukka Hukka ja kirjava takki.

Pöyhönen & Livingston: Fanni ja suuri tuntemöykky

Appelgren: Vesta-Linnea ja hirviö äiti

Suomen Mielenterveysseuran materiaalit.

Toivola: Poika ja perhöstunne

Laulut:

Mieli ry: Tunnelaulu

Leikitään

Kerro hullunkurinen satu, missä asiat tehdään nurinkurisesti, esim. koira suutui niin, että nauroi koko päivän. Lapset korjaavat, että ei suuttuessa naureta...

Tunnesalapoliisi-tehtävä
Lapset voivat vuorotella roolissa ja raporttoivat parin kanssa aikuisille toisten lasten ja aikuisten arvattuja tunteita.

Käsittele arjessa nousevia tilanteita nukketeatterina tai näyteltyinä kohtauksina:

-Mitä tapahtui? Millaisia tunteita heräsi? Mitä henkilöt voisivat tilanteessa tehdä toisin?

-Miltä henkilöistä mahtoi tuntua, mitä voisi seuravaksi tapahtua?

Huoltajalle

Kerro vanhempainillassa mitä kehotunnekasvatus pitää sisällään teidän ryhmässänne.

Apuna Väestöliiton vanhempainiltamalli.

Juttele huoltajien kanssa päivittäisissä kohtaamisissa kehotunnekasvatuksen aiheista ja siitä, mitä olette puhuneet ja harjoitelleet lasten kanssa.



Läheisyys, hyväolo ja itsetunto

Aiheita

- Lapset voivat luottaa läheisyyteen turvallisessa ryhmässä.
- Kysy lupa kosketukseen.
- Pyydä usein lapsia viereen, syliin, silitykseen ja peuhupainiin.
- Tue lapsen kehoitsetuntoa.
- Kannusta ja auta kaikkia.
- Hyvän oletaminen toisesta.
- Lapsi voi käsitellä seksuaalisuuden aiheita leikeissään toisten lasten kanssa ja leluilla.
- Lapsi osaa käydä itse WC:ssä.
- Unnutus ja tutkimusleikit tapahtuvat yleensä aikuisilta salassa.
- Lapsi kaipaa aikuisten kuuntelua ja kehuja.

Puhutaan

- "Saanko silittää sinua unille?"
- "Kylläpä autoit hienosti kaveria, Leo. Sait Hannan tosi hyvälle tuulelle!"
- "Omaa kehotunnetta pitää kuunnella ja uskoa. Kaikista kehotunteista voi kertoa toisille ihmisille."
- "Eri ihmisistä eri asiat tuntuvat hyviltä ja ikäviltä."
- "Haluatko pukea tai käydä wc:ssä ihan omassa rauhassa? Voin olla ovella vessarauhanturvaajana."
- "Unnutus eli sukuelinten koskettaminen tuntuu varmasti mukavalta, mutta sitä ei ole tapana tehdä muiden nähden."

Materiaaleja

Harjoituksia kehoitsetunnon tukemiseen

Kirjat:

- Cacciatore, Ingman-Friberg, Kangaskoski: Pipunan vessarauha
- Reittu: Sinä olet superrakas
- Juusola: Hyvä minä. Tutkimusmatka itsetuntoon.
- Kanto: Veera Virtanen ja esikoulu

Video:

- Neuvokas perhe. Oma keho on supersankari -video

Laulut:

- Lampi: Hyvän hyrinää
- Kikattava Kakkiainen: Halauspäivä/ Tanssi niin kuin kakkiainen
- Positive Learning: Ystävällisyysjumpa

Leikitään

Satuhieronta lasten keksimillä tarinoilla.

Millainen kosketus tuntuu hyvälle? Kerrotaan se kaverille. Kosketukseen voi käyttää käsien sijasta myös vaikka pensseleitä, palloja ym.

Kannustuspiiri: jokainen lapsi saa liikkua lapsista muodostetun piirin ympäri yksin tai aikuisen kanssa, jolloin muut lapset taputtavat ja kannustavat liikkujaa.

Mieti lasten kanssa, millaista asioista kukin nauttii (esim. joku harrastus, leipominen, eläinten hoitaminen, lämmin kylpy, aurin gon lämpö, silitys, halaus, hieronta).

Huoltajalle

Keskustele huoltajien kanssa vasukeskusteluissa kehotunnekasvatuksen kahdeksasta aiheesta jokaisen lapsen ja perheen tarpeiden näkökulmasta.

Aseta puheeksi ottamisen kortit pöydälle. Anna huoltajan valita esimerkiksi kolme heille ajankohtaista korttia, joista voitte puhua.



Oikeudet

Aiheita

- Millaisia oikeuksia lapsilla on?
- Mitä ovat lapsen seksuaalioikeudet?
- Millaisia velvollisuuksia on lapsilla?
- Aikuisen kuuluu suojella lasten oikeuksien toteutumista.
- Lasten osallisuus toteutuu vain, jos aikuiset osallistavat lapsia.
- Lapsi haluaa oikeuden mukaisuutta.
- Lapsi kertoo omia toiveitaan ja tarpeitaan.
- Lapsi suuntautuu kodin ulkopuolelle ja kiinnostuu mm. median antamasta tiedosta.
- Lapsi ymmärtää, että jotkut ihmiset eivät ole hyviä. Silti ei tarvitse pelätä kaikkia vieraita.

Puhutaan

”Aikuisten tehtävä on kuunnella lasten asioita ja kertoa lasten oikeuksista!”

”Aikuisten pitää turvata lapsen oikeudet ja kuulla lapsen ajatukset.”

”Lapsi saa aina pyytää apua aikuisilta tai kysyä mistä vain asiasta.”

”Lapsella on oikeus kokea olevansa sellaisenaan hyvä ja arvokas.”

”Aikuisen on suojeltava lasta kaikenlaiselta häirinältä ja satuttamiselta.”

”Oikeuksien ohella, kaikilla on myös velvollisuuksia, jotka kasvaessa lisääntyvät.”

Materiaaleja

Kirjat:

Parr: Rauhakirja

Amnesty International: Me kaikki synnymme vapaina.

Marttinen: Tavallisen kiva päivä

Sandelin & Bondestam: Varislaulu Pohjolan lapsille

Laulut:

Rannankari: Lapsella on oikeus

Leikitään

Opetelkaa Lapsella on oikeus -laulu ja -tanssi yhdessä. Esittäkää se lasten vanhemmille.

Mitä oikeudet tarkoittavat lasten elämässä ja toiminnassa? Tehkää ajatuksista ideakartta. Voitte taiteilla mielestänne tärkeimmät oikeudet seinälle näkyville.

Huoltajalle

Linkkaa ja vinkkaa vanhemmille erilaisia materiaaleja, kuten kuunteleminen lauluja, lukemianne kirjoja ym. aiheesta, jotta he voivat myös kotona tutustua niihin lastensa kanssa.

Esitelkää vanhemmille esimerkiksi viikkokirjeessä yhdessä lasten kanssa tekemänne ideakartta ja taideteoksenne.



Ympäristö ja muut ihmiset

Aiheita

- Monenlaiset perheet, monet kokemukset sukupuolesta.
- Perheillä ja ihmisillä on monenlaisia tapoja olla, elää, toimia ja pukeutua.
- Lapsi huomaa muiden tunteita.
- Lapsi oppii yhteistyötaitoja ja kaverit tulevat tärkeiksi.
- Ystävyyss- ja läheisyystaidot: Miten olla hyvä ystävä? Miten saada ystävä tai liittyä leikkiin? Miten päästä lähelle?
- Ketään ei jätetä ulkopuolelle tai nimitellä.
- Lapsi opettelee odottamaan omaa vuoroaan ja kuuntelemaan muita.
- Lapsi opettelee sopimaan ristiriitoja.

Puhutaan

- ”Keitä teidän perheeseen kuuluu?”
- ”Voinko tulla leikkimään teidän kanssanne?”
- ”Ihmiset ovat monenlaisia ja omalla tavalla hienoja kaikki. Jokainen kokee itsensä omalla tavallaan ja kaikilla on oikeus olla omanlaisensa.”
- ”Odotamme lapsilta ja aikuisilta toisia kohtaan kaunista käytöstä.”
- ”Jokainen saa itse päättää, keneen rakastuu ja kenen kanssa haluaa perheen tai ei halua.”
- ”Rakastavat aikuiset ovat sukupuolestaan riippumatta parhaat vanhemmat omille lapsilleen.”

Materiaaleja

Sukupuolisensitiivisyys tutuksi lapsille kirjojen kautta

Kirjat:

- Katajavuori & Toivanen, Tokola: Meidän pihan perhesoppa
- Kirkkopelto: PIKI
- Harainen: Emma ja erilainen perhe
- Kummu: Häätanssit
- Gahrton & Unenge: Roni ja Juulia-sarja
- Mander: Prinsess målarboken (moninaiset prinsessat)

Videot:

- Seta ry: Kaverit 1&2

Laulut:

- Mimmit: Perhesamba
- Nukketeatteri Sampo: Pieni ystäväni mun
- Babblarna: Hyvää huomenna-laulu
- Pikku Papun Orkesteri: Ole mulle kaveri

Leikitään

Tehkää luettujen kirjojen tarinoista näytelmiä ja esittäkää ne pienryhminä toisille lapsille. Arvaavatko muut, mistä kirjasta on kyse.

Lentäkää leikisti toisiin maihin tutustumaan mm. uusiin ihmisiin, eläimiin ja tapoihin.

Esittäkää nukketatterina erilaisia ystävyyteen liittyviä tilanteita. Kysy lapsilta neuvoa, miten nuket voisivat toimia tilanteissa.

- Miten saada kaveri
- Kun tulee riita

Huoltajalle

Pieni kotitehtävä kotiin. Pohtikaa yhdessä:

- Mitkä asiat ovat perheellenne tärkeitä? (Kuten arvot, perinteet, vitsailu tms.)
- Minkälaisia asioita tykkäätte tehdä yhdessä? (Kuten yhdessä syöminen, retkeily, pyjamapäivä tms.)



Hyvinvointi ja terveys

Aiheita

- Neljä turvataitoa: Nimet kehon osille, uimapuku-, kolmen kohdan ja kosketuksen säännöt.
- Miten toimia kurjalta tuntuvassa tilanteessa?
- Lapsi pyrkii pärjäämään itse.
- Kaikkien pitää tuntea ryhmässä olevansa turvassa.
- Suostumus: luvan kysyminen kosketukseen ja vastauksen arvostaminen.
- Digiturvataidot
- Mitä on häirintä, kiusaaminen ja satuttaminen? Miten näitä voi vähentää? Kenelle kertoa?
- Hyvä ja huono salaisuus.
- Lapsi tietää, mikä kosketus tuntuu hyvältä ja mikä pahalta.
- Lapsi hakee hyvää oloa sekä peuhaa ja pelleilee.

Puhutaan

- "Leikeissä ei ole koskaan pakko olla mukana. Kesken leikinkin voi sanoa kaverille, etten enää halua olla mukana ja voi lähteä pois."
- "Kosketuksen pitää olla aina vapaaehtoista ja kaikista mukavaa."
- "Kosketus, läheisyys, ystävyys, tykkäämiset ja hassuttelu edistävät terveyttä."
- "Millaisia ohjelmia/pelejä/ videoita tykkäät katsella tai pelata laitteilla?"
- "Ketekä ihmiset sinun elämässäsi ovat turvallisia ja luotettavia?"
- "Jos jokin tilanne tuntuu pelottavalta, sano heti EI, lähde heti pois tilanteesta ja kerro tapauksesta jollekin aikuiselle, johon luotat."

Materiaaleja

- Pikku Kakkosen turvataitovideot ja paperinuket
- Turvataidot ja digiturvataidot -julistheet
- Turvataitokasvatus.fi
- Tunne- ja turvataitoja lapsille (Andell, Lajunen, Ylenius-Lehtonen)
- Pisarapuuttumisen malli
- Kirjat:**
 - Cacciatore & Ingman-Friberg: Pipunan ikiomana (+värityskuvat)
 - Vento: Peikönhäntä
 - Friester & Goossens: Parku pöllö ei päästä ketään sisään
- Laulut:**
 - Myyryläinen: Turvataitolaulu
 - Lampi: Tunne kehosi
 - Mimi & Kuku: Tarja-tohtorin terveystunti/ Kylpylaulu

Leikitään

- Turvataitotilanteet:** lapsi nostaa purkista yhden tilanteen. Miettikää yhdessä joko juttelemalla tai näyttelemällä, miten selviäisitte tilanteesta parhaiten.
- Miltä tuntuu kehossa?** Piirtäkää paperille oma keho. Jaa lapsille eri väriset tarrat tai värikynät. Esimerkiksi kolme sinistä tarraa sijoitetaan sellaisiin kehon kohtiin, joissa kosketus tuntuu mukavalta ja kolme keltaista tarraa laitetaan sellaisten kehon osien päälle, joihin lapsi ei haluaisi häntä kosketettavan tai mistä häntä kutittaa ym.
- Harjoitelkaa** kuvien ottamista kännykällä. Mistä voi ottaa kuvan? Mistä ei? Yksityinen vs. julkinen.

Huoltajalle

- Jaa turvataito- ja digiturvataito-ohjeet kotiin. Monelle vanhemmalle nämä ovat uusia aiheita, joten he tarvitsevat lisätietoa ja vinkkejä.
- Osa lapsista voi tässä vaiheessa saada oman älykännykän tai -kellon, joten kaikille lapsille ja vanhemmille on ajankohtaista opetella digiturvataitoja.
- Kerro huoltajille, että lasten kanssa pitää harjoitella myös kotona turvataitoja sekä EI:n sanomista. Lapsen kieltoa pitää uskoa.



Lisääntyminen

Aiheita

Elämän peruskysymykset: Miten ihmiset saavat alkunsa, mistä ja miten he saapuvat maailmaan.

Monet tavat tulla vauvaksi perheeseen.

Hellyys, rakkaus ja hoiva ihmisten välillä.

Perheen, läheisten, läheisyyden, koskettamisen, turvan ja kiintymyssuhteiden merkitys.

Lapsi voi kysellä, miten vauva menee mahaan ja tulee sieltä ulos.

Lapsi voi leikkiä tutkimis-
leikkejä ja kotileikkejä,
joissa ollaan raskaana tai
synnytetään.

Lapsi voi ymmärtää
ihmisen elämänkaaren
vauvasta vanhukseksi.

Puhu arvostaen lisääntymisestä, jotta aiheesta tulee luonnollinen asia.

Puhutaan

"Vauva alkaa kasvaa, kun miehen ja naisen vauvasiemenet yhdistyvät."

"Vauva kasvaa äidin kohdussa pitkän aikaa."

"Kun vauva on valmis syntymään, se syntyy pimplin kautta. Joskus vauva leikataan varovasti äidin masun päältä ulos."

"Vauvat tai lapset voivat tulla perheeseen myös adoption kautta tai sijaislapsina."

Jos lapsi kysyy mitä seksi on, voit sanoa: ”Se on aikuisten välistä läheisyyttä, josta he nauttivat. Siinä ollaan usein alasti.”

Materiaaleja

Kirjat:

Kallio & Ruuhilahti: Onnikujan kaverukset ja pomppiva massu

Cole: Kun äiti muni

Svensson: Villit vauvat
vatsassa sekä Vallaton
vauva valtaa vatsan

Lampela: Prinsessa Pikki-riikki ja (kaamea) totuus vauvoista

Laulut:

Rasinkangas: Meidän
uusi vauva

Leikitään

Kerro lasten rentoutus-
sa tarina, mielikuvamatka
lämpimään kohtuun, jossa
vauva köllii, jumppaa, nau-
tiskelee lämmöstä ja ruuas-
ta ja kuuntelee ihmeellisiä
ulkomaailman ääniä. Ja
kuinka vauva on ihmeissään
syntyessään valoisaan ja
äänekkääseen maailmaan.
Vauva pääsee heti turvaan
aikuisten syliin ja hellään
hoitoon.

Huoltajalle

Järjestä koko yksikölle yhteinen teemavanhempailta ja työpaja kehotunnekasvatuksen aiheista.

Väestöliiton vanhempainil- tamalli

Vinkkaa puheeksi ottamisen malleista ja kirjoista, joista huoltajat saavat välineitä keskustella aiheista lasten kanssa.

Ohjaa huoltajia kertomaan lapselle tarinoita ajasta, jolloin lapsi oli vauva tai vielä vatsassa.

Sovi huoltajien kanssa, että ennen koulua olisi hyvä kertoa lapsille ras-
kaaksi tulemisen tavat
totuuden mukaisesti.
Muuten lapsi voi jäädä
isompien lasten kertomus-
ten varaan.



Normit ja tavat

Aiheita

- Sopivuussäännöt
- Lapset vasta harjoittelevat normeja. Ohjaa sitkeästi ja lempeästi.
- Monenlaiset tavat ja säännöt.
- Lapsi tunnistaa ja pohtii arvoja sekä ymmärtää sääntöjen merkityksen.
- Yksityinen ja julkinen, miten ne eroavat?
- Arvostava kohtaaminen.
- Tavat ja kulttuuri, jossa kukin on elänyt ja kasvanut tulee tutuksi ja tavalliseksi.
- Toiseen kulttuuriin pitää ensin tutustua, jotta sitä voi ymmärtää.
- Lapsi jo tunnistaa, ihmettelee ja ymmärtää erilaisia tapoja.
- Väsyneenä lapsi ei aina jaksaa käyttäytyä hyvin.

Puhutaan

”Näin on tapana tehdä. Se on kohteliasta”

”Ei ole tapana kaivaa nenää tai peppua toisten edessä. Sen voi tehdä tarvittaessa vessassa ja muista sitten vielä pestä kädet.”

”Maailmassa on paljon yhdessä sovittuja sääntöjä, jotta kaikilla olisi täällä hyvä olla. Perheissä ja eri paikoissa, kuten päiväkodeissa ja harrastuksissa on erilaisia tapoja toimia ja sääntöjä.”

”Yhdessä on sovittu, ettei esimerkiksi alasti saa olla yleisillä paikoilla. Tarvitsemme vaatteet, jotta meillä on lämmin ja herkätkä yksityiset paikkamme ovat suojassa.”

Materiaaleja

Kirjat:

- Anholt & Laurence: Ystävät ympäri maailman
- Kanto: Perttu Virtanen ja varkaus
- Heikkilä: Onnen avaimet
- Lampela & Hannele: Prinsessa Pikiriikki -sarja
- Gehm: Mahdottomat aikuiset

Laulut:

- Ipanapa: Kuningas Ei/ Et sä mua määrää/Lasten huoneen kapina
- Rannankari: Lapsella on oikeus
- Rasinkangas: Nyt rauha maassa vallitkoon

Leikitään

Esittäkää nukketeatterina lapsille erilaisia tilanteita kahdella tavalla: hassusti ja normin mukaan. Miettikää yhdessä, miksi sääntöjä on tehty ja mitä tapahtuu, jos niitä ei noudateta.

Esimerkkikohtauksia:

- Lapsi riisuu housut kaupassa
- Aikuinen kaivaa nenää ravintolassa
- Lapsi syö toisen lapsen lautaselta.

Tehkää ryhmälle yhdessä säännöt näkyvästi seinälle.

Sopikaa säännöllinen lastenpalaveri, jossa käynte läpi asioita, joita pitäisi kehittää ja asioita, jotka menevät jo hyvin. Miten lapset voisivat osallistua enemmän ja antaa palautetta?

Huoltajalle

Pyydä vanhempia kirjamaan lapsen kanssa ylös kodin tärkeimmät säännöt. Vertailkaa sitten kotien ja ryhmän yhteisiä sääntöjä. Saako kotona ja päiväkodissa tehdä erilaisia asioita? Miksi?

Perheiltä voi kysyä, haluavatko he tulla kertomaan omasta kulttuuristaan, tavoistaan ja juhlaperinteistä ryhmään. He voivat tuoda esimerkiksi tärkeitä esineitä tai kuvia ja kertoa niistä.