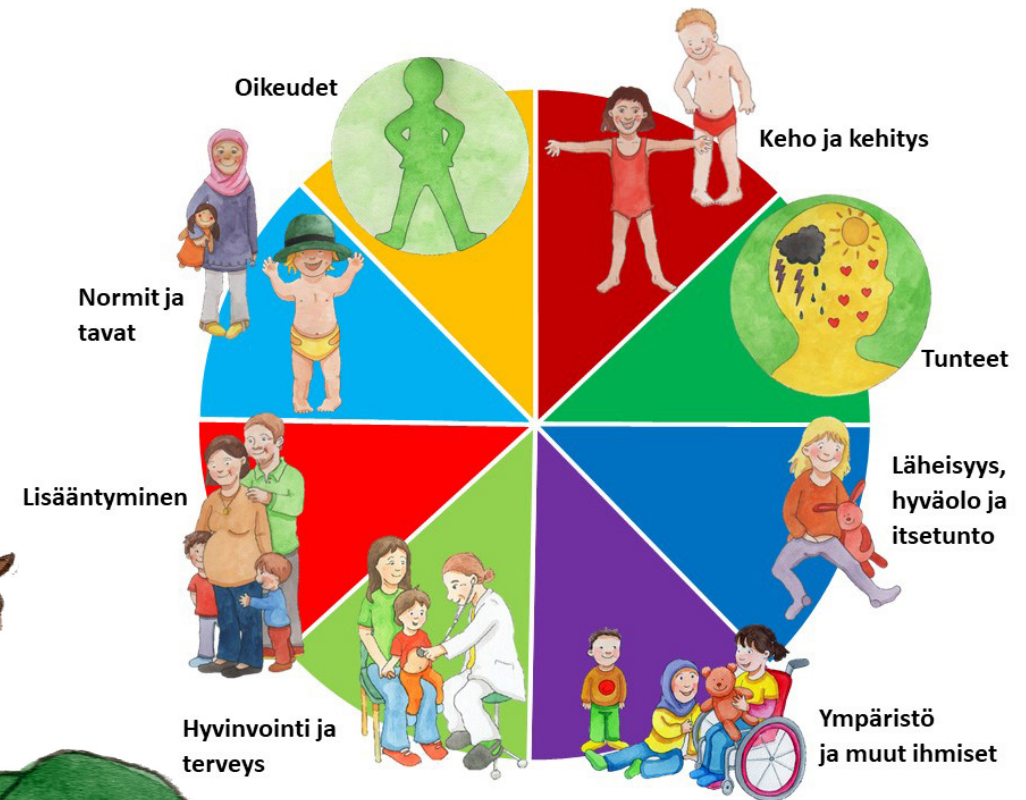


# VUOSIKELLO 3-4 V



# Keho ja kehitys



## Aiheita

- Nimet kaikille kehon osille.
- Lupa puhua ja kysyä kaikesta.
- Lapset opettelevat suolen hallintaa.
- Lapset havaitsevat sukupuolten eroja.
- Monenlaiset kehot ja kehityspolut/ yhtä arvokkaat.
- Millainen minä olen? Mitä jo osaan?
- Mitä kehossani tapahtuu?
- Mitä varten kehon osat ovat?
- Uteliaisuus ja oman kehon tutkiminen sallittu.
- Säännöt tutkimusleikeille ja itsemääräämisoikeus omasta kehosta.

## Puhutaan

- "Pimppi ja pippeli ovat arvokkaita ja herkkiä kehon osia, joista pidetään hyvää huolta ja niistä saa päätää itse."
- "Ei ole tapana unnuttaa toisten nähden, omassa rauhassa se käy."
- "Kaikilla on erilaiset kehot sormenjäljistä ihon väriin ja nenän muotoon."
- "Kehonosat ovat sopivia jokaiselle itselleen."

## Materiaaleja

- Puheeksi ottamisen kortit ja ohjaajan opas
- Mitä on kehotunnekasvatus? -opas
- Lapsen seksuaalisuus 3-4 v.

### Kirjoja:

- Damon: Erilaiset ystäväni
- Daynes: Tutki! Kakkaa
- Pittau & Gervais: Seep-ralta lorahti pissa sekä Ronsulta pääsi paukku
- Kallio & Ruuhilahti: Onnikujan kaverukset ja suuri PRÖÖT

### Laulut:

- Mimmit: Oon ihana
- Fröbelin Palikat: Aistit
- Hertan maailma: Jumppa

## Leikitään

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

**Laiva on lastattu** kehonosilla. Voit käyttää kuvia laajentamaan lasten tietoa kehonosista.

Tulosta kehonosakuvia ja pelaa **muisti- tai lottopeliä**.

**Hippa:** Kun hippa saa kiinni, lapsi jää paikalleen. Hänet voi pelastaa laittamalla pelastettavan kanssa yhteen esim. kädet, päät, korvat, pepun, mahan...

## Huoltajalle

Aloituskeskustelussa huoltajien kanssa ota kehotunnekasvatuksen teema esiin. Selitä termit, tavoitteet ja miksi näitä asioita on hyvä ottaa puheeksi lapsen kanssa. Materiaalivinkit mm. Tutkimusmatka upeaan kehoon -vihko ja Puheeksi ottamisen kortit.

Käy läpi arvostaen myös mahdolliset ennakkoluulot ja virheuskomukset.

Tee viikko tai kuukausikirje vanhemmille. Kirjeessä voit kertoa mitä olette jutelleet ja harjoitelleet lasten kanssa sekä jakaa linkkejä Väestöliiton videoihin ja tietolähteisiin.



# Tunteet

## Aiheita

- Tunteiden nimeäminen ja tunnistaminen.
- Lapsen oma tahto kehittyä.
- Lapsi alkaa itsenäistyä.
- Lupa kuunnella omaa kehotunnetta ja sanoa se ääneen. Kaikilla on oma kehotunne.
- Ihastuminen, rakastuminen ja mustasukkaisuus – tärkeitä tunteita jo pienillä.
- Miten ilmaista omaa tykkäämistunnetta?
- Miten lähestyä toista arvostavasti?

## Puhutaan

- ”Kaikki tunteet ovat sallittuja ja niistä voi kertoa aikuiselle tai kaverille.”
- ”On hyvä kertoa tunteitaan toisille, sillä muut eivät voi muuten tietää miltä sinusta tuntuu.”
- ”Tunteen mukaisesti ei kuitenkaan aina saa toimia. Tunteen vallassa ei saa ikinä satuttaa toisia, eikä itseään.”
- ”Saa harmittaa. Tunne menee kyllä ohi. Olen kanssasi ja lohdutan sinua.”

## Materiaaleja

### Kirjat:

- Kuusela & Teittinen: Ympyräiset -kirjasarja mm. Rähä ravun kiukkupuuska sekä Kiva kirahvin kannustus
- Pöyhönen & Livingston: Fanni ja suuri tunnemöykky
- Erkintalo: Millainen minä?
- Daynes: Mitä tunteet ovat? Fiksut faktat

### Laulut:

- Nallen laulut: Ilmeillään/ Iloinen ja vihainen/ Ei!

## Leikitään

**Äänestys** hymy- ja surunaa- moilla: Miltä erilaiset asiat ja toiminnat tuntuvat? Sama asia voi toisesta olla kivaa ja toisesta ei.

- Painiminen
- Halaus kaverin kanssa
- Leikit pihalla
- Huutaminen ym.

**Tunnistakaa** tunteita kuvakorteista tai niin, että joku lapsista tai aikuisista tekee kasvoillaan ilmeen ja lapset arvaavat mistä tunteesta voi olla kyse mm.

- Ihastus, mustasukkaisuus, häpeä, ujostus, hämmästys, uteliaisuus

Mitä muuta kehossa voi tapahtua samalla? (käden nyrkkiin, keveä olo, voimattomuus, pako ym.)

## Huoltajalle

Käy vanhempainillassa läpi: Mitä kehotunnekasvatus pitää sisällään meidän ryhmässämme. Apuna Väestöliiton vanhempainiltamalli.

Päivittäinen kuumisten vaihto on myös tärkeässä roolissa aihepiirin ja ryhmässä puhuttujen asioiden esille tuonnissa.



# Läheisyys, hyväolo ja itsetunto



## Aiheita

- Lapset voivat luottaa läheisyyteen turvallisesa ryhmässä – syliin saa tulla.
- Kosketukseen kysytään lupa.
- Lapsi on ylpeä kehostaan ja asioista, joita tekee pönttöön.
- Unnutus voi olla keino-rauhoittumiseen.
- Tue lapsen jo yleensä valmiiksi hyvää kehoitsetuntoa.
- Kaikkia kannustetaan ja autetaan.
- Hyvän olettaminen toisesta.
- Opitaan nauttimaan erilaisista tilanteista: kuten auringonpaiste iholla, lämmin vesi, halaus ym.

## Puhutaan

- ”Saanko silittää sinua unille?”
- ”Kylläpä autoit hienosti kaveria, Leo.”
- Havainnoi lasten onnistumisia ja hehkuta niitä. ”Onnistuit! Aina kannattaa yrittää.” ”Yhdessä onnistuitte! Yhdessä pystytte enemmän!”
- ”Omaa kehotunnetta pitää kuunnella ja uskoa ja kaikista kehotunteista voi kertoa toisille ihmisille.”
- ”Eri ihmisille eri asiat tuntuvat hyviltä ja ikäviltä.”

## Materiaaleja

### Kirjat:

- Cacciatore, Ingman-Friberg & Kangaskoski: Pipunan vessarauha
- Willis: Kroko mekossa
- Harainen & Virtamäki: EMPO ja oikea ystävä

### Laulut:

- Loiskis: Kaikki laulaa tavallaan
- Meritähti & Latvala: Bonzo

## Leikitään

**Kannustuspiiri:** jokainen lapsi saa näyttää asennon tai liikkeen, jonka muut toistavat. Liikkeen jälkeen kaikki sanovat yhteen äänen: ”Hienosti teit/keksit!” Jos joku ei sillä kertaa keksi mitään, aikuinen voi auttaa: ”Sinähän Taavi osaat hienosti pyörähtää, tehdäänkö niin yhdessä?”

**Silityspiiri:** Istukaa piiriin niin, että kaikkien jalat ovat piirin keskusta päin. Silitelkää omat kehonosat läpi hellästi, vaikka niin, että jokainen lapsi kertoo vuorotellen mistä seuraavaksi silittelään. Lopuksi jokainen antaa itselleen kunnon halauksen.

## Huoltajalle

Puhu vasukeskusteluissa kehotunnekasvatuksen aiheista jokaisen lapsen tarpeiden näkökulmasta.

Puheeksi ottamisen kortit voivat olla pöydällä ja huoltaja valitsee esimerkiksi kolme lapselle ajankohtaista korttia, joista puhutaan.



# Oikeudet

## Aiheita

- Millaisia oikeuksia lapsilla on?
- Mitä ovat lapsen seksuaalioikeudet? (esimerkiksi oikeus vessarauhaan tai oikeus leikkiä mitä haluaa ja olla oma itsensä turvassa).
- Millaisia velvollisuuksia on lapsilla?
- Aikuisen kuuluu suojella lasten oikeuksien toteutumista.
- Lasten osallisuus.
- Lapsi harjoittelee tahtomista ja oikeuksiensa puolustamista.

## Puhutaan

”Aikuiset osaavat kertoa teille teidän oikeuksistanne!”

”Lapsella on oikeus olla omalla tavallaan tutkiva, leikkivä ja utelias.”

”Saat leikissä kokeilla kaikkia rooleja.”

”Saat kysyä aikuiselta mistä vaan.”

”Aikuisen tehtävänä on suojella lapsia. Lapsilla on oikeus olla turvassa.”

”Turvalliselta aikuiselta voi aina pyytää apua, jos on jokin huoli.”

”Lapsella on oikeus hellyyteen ja hyvään kohteluun.”

## Materiaaleja

### Kirjat:

• Parr: Rauhakirja

• Amnesty International: Me kaikki synnymme vapaina.

• Sandelin & Bondestam: Varislaulu Pohjolan lapsille

### Laulut:

• Mimmit: Lapsen oikeudet

## Leikitään

**Tehkää** lasten toiveleikkien taulu. Valitkaa yhdessä kuvia ja haastatelkaa lapsia. Mikä on lasten mielestä kivaa tekemistä tällä hetkellä? Tulostakaa kuvat korteiksi, joista lapset voivat valita mieluista toimintaa.

**Väestöliiton** lasten seksuaalioikeuksien - julisteeseen voitte keksiä ja piirtää oikeuksia kuvaavat kuvat auttamaan hahmotamista.

## Huoltajalle

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

Kerro vanhemmille tapoja, joilla kehotunnekasvatuksen aiheista voi keskustella lasten kanssa ikätasoisesti. Apuna julisteet, vihkoset ja puheeksi ottamisen kortit.

# Ympäristö ja muut ihmiset



## Aiheita

- Tutustukaa monenlaisiin perheisiin sekä tapoihin olla tyttö, poika tai jotain muuta.
- Monet tavat ja kulttuurit.
- Perheillä ja ihmisillä on monenlaisia tapoja olla, elää, toimia, pukeutua ym.
- Lapsen sosiaalisuus lisääntyy. Hän haluaa olla enemmän muiden lasten kanssa.
- Ystävyys- ja läheisyystaidot: Miten olla hyvä ystävä? Miten saada ystävä tai liittyä leikkiin? Miten ratkaista ristiriitoja?
- Ketään ei jätetä ulkopuolelle tai nimitellä.

## Puhutaan

- "Keitä teidän perheeseen kuuluu?"
- "Oma perhe on aina tärkeä ja oikeanlainen."
- "Voinko tulla leikkimään teidän kanssanne?"
- "Ihastumisen tunne on ihana asia. Kaikki saavat ihastua keneen tahansa ja mihin sukupuoleen tahansa."
- "Meitä on monenlaisia ihmisiä. Me pidämme monista asioista, osaamme eri juttuja ja näytämme erilaisilta. Kaikki me olemme kuitenkin yhtä arvokkaita!"

## Materiaaleja

- Väestöliiton ystävyys- ja läheisyystaitosivusto
- 'Sukupuolisensitiivisyys tuuksi lapsille kirjojen kautta' Väestöliiton harjoitukset
- Kirjat:**
- Walsh: Minulla on kaksi kotia
- Harainen: Emma on eri mieltä
- Parr: Perhekirja
- Lindenbaum: Kenta ja barbiet
- Kallio & Ruuhilahti: Onnikujan kaverukset ja uusi poika
- Laulut:**
- Ti-Ti Nalle: Reilu kaveri/Paras ystävä
- Mimmit: Ystävyys
- Hertan maailma: Fiksut mukut
- Paasolainen: Turvallisin mielin

## Leikitään

- Esittäkää** nukketeatteria erilaisista ystävyteen liittyvistä tilanteista. Lapsilta kysytään neuvoo, miten nuket tilanteissa voisivat toimia.
- Miten saada kaveri? Kun tulee riitä?
- Miten liittyä kivaan leikkiin?
- Leikissä tulee paha mieli
- Kun joku on yksinäinen
- Leikatkaa** lehdistä tai tulostakaa tietokoneelta kuvia monenlaisista ihmisistä. Tehkää seinälle, vaikka puistomaisema ja asetelkaa ihmiskuvat sinne yhdessä leikkimään.

## Huoltajalle

- Perhepäivä:** samanlaista perhettä ei ole olemassaakaan. Tehkää pihalle tai sisälle kivoja rasteja, joita lapsi käy läpi oman perheensä kanssa.
- Lapset, joiden perheestä ei pääse osallistumaan kehtään, osallistuvat rasteille ryhmän aikuisten kanssa.
- Rastit esim.
- Keksikää yksi ystävällinen lause toisesta perheestä ja kertokaa se heille.
- Kysykää
- mitä toinen perhe söi viimeksi yhdessä
- mikä on hauskinda tekemistä perheenä yhdessä

# Hyvinvointi ja terveys



## Aiheita

- Neljä turvataitoa: Nimet kehon kaikille osille, Uimapuku-, kolmen kohdan ja kosketuksen säännöt.
- Miten toimia ikävässä tilanteessa?
- Opetellaan ja harjoitellaan sanomaan E!
- Kaikkien pitää tuntea ryhmässä olevansa turvassa.
- Hyvä kosketus.
- Mitä on häirintä, kiusaaminen ja satuttaminen? Miten näitä voi vähentää? Kenelle kertoa?
- Hyvä ja huono salaisuus.
- Lapsi huomaa, mistä tulee hyvä mieli itselle ja toiselle.
- Digiturvataidot.

## Puhutaan

- ”Leikeissä ei ole koskaan pakko olla mukana. Kesken leikinkin voi sanoa kaverille, ettei enää halua olla mukana ja lähteä pois.”
- ”Kosketuksen pitää olla aina vapaaehtoista ja kaikista mukavaa. Jos kosketus tuntuu kurjalle, sano siitä heti, niin toinen tietää sen. Ja silloin pitää uskoa kaveria.”
- ”Millaisia ohjelmia/pelejä/videoita tykkäät katsella tai pelata medialaitteilla?”
- ”Ketkä ihmiset sinun elämässäsi ovat turvallisia ja luotettavia?”
- ”Jos näet tai kuulet jotain ikävää laitteella, sitä ei tarvitse katsoa.”

## Materiaaleja

- Pikku Kakkosen turvataitovideot
- Turvataidot ja keho - juliste
- Digiturvataito - juliste
- Pisarapuuttumisen malli
- Kirjat:**
- Cacciatore & Ingman-Friberg: Pipunan ikiomanapa
- Reuterstrand: Emppu eksyksissä
- Abedi: Enni Possunen sanoo EN!
- Laulut:**
- Lampi: Tunne kehosi
- Mimmit: oon ihana

## Leikitään

- Harjoitelkaa pareittain-** lähestymistä: kun toinen lapsi on sopivalla etäisyydellä lapsesta, hän nostaa käden eteensä ja sanoo Ei! Lähestyvä lapsi pysähtyy heti ja seisoo paikallaan. Sitten lapset voivat tervehtiä toisiaan (esim. sanomalla ”Hei”, läpsyllä tai halauksella). Se jota lähestyttiin, saa päättää tavan tervehtiä. Sitten vaihtakaa osia.
- Jähmettyminen:** Kuvitella pelottava tilanne, kuten hämärä katu ja outoja rasahduksia selän takaa. Jähmettykää ihan paikalleen hetkeksi. Sitten laukasette jähmetyksen niin, että hengitätte syvään ja teette ninjahypyn huutaen HÄÄÄÄÄ tai ravistatte koko kehosta jännityksen pois.

## Huoltajalle

- Anna turvataito- ja digiturvataito- ohjeet kotiin. Monelle vanhemmalle nämä ovat uusia aiheita, joten he tarvitsevat lisätietoa ja vinkkejä.
- Linkkaa esimerkiksi Väestöliiton digiturvataito-juliste.
- Puhukaa esim. Ikärajat, sisältösymbolit, ruutuaika, kuvaaminen, yksityisen ja julkisen ero, pelottava sisältö, laadukkaat ja ikätaoiset sovellukset ym.
- Ensin pitää saada olla pieni ja turvassa (mediassakin), ennen kuin voi tulla isoksi ja rohkeaksi.

# 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.
- Lapsi voi olla kiinnostunut syntymästä, jos näkee vauvoja. Lapsi voi ihmetellä imettämistä tai raskausvatsoja ym.

## Puhutaan

”Vauva alkaa kasvaa, kun kaksi erilaista vauvansie-mentä, aikuiselta mieheltä ja naiselta, yhdistyvät.”

”Vauva kasvaa äidin kohdussa pitkän aikaa.”

”Kun vauva on valmis syntymään, se syntyy pim-pin tai synnytyskanavan kautta tai joskus leikataan varovasti äidin masun päältä ulos kohdusta.”

”Kaikki ovat aluksi pieniä ja avuttomia. Ja tarvitsevat paljon hoivaa ja hellyyttä kasvaakseen.”

## Materiaaleja

### Kirjat:

Kallio & Ruuhilahti: Onnikujan kaverukset ja pomppiva massu

Svensson: Villit vauvat vatsassa sekä Vallaton vauva valtaa vatsan

Reuterstrand & Wik: Emppu ja vauva

Frensborg: Minä ja uusi vauva

Pyry: Vauvapullaa

### Laulut:

Vauvan vaaka: Jo ennen kuin synnyit

Pikku Papun orkesteri: Toukkavauva

## Leikitään

**Tutustukaa** erilaisiin eläinten poikasiin. Minkä nimen on lehmän/ lampaan/ koiran ym. lapsi?

**Keskustelkaa** eläinlapsiin liittyvistä asioista, kuten tipuista, jotka syntyvät munasta ja jota kanan pitää hautoa, tai koiranpennuista, joita voi syntyä vaikka kymmenen kerrallaan. Osa poikasista tarvitsee vanhemman huolenpitoa pitkään, osa pärjää heti itse.

**Piirtäkää** tai askarrelkaa eläinvanhempia lapsineen.

## Huoltajalle

Järjestäkää koko yksikölle yhteinen teemavanhempainilta ja työpaja kehotunnekasvatuksen aiheista. Väestöliiton vanhempainiltamallin avulla.





# Normit ja tavat

## Aiheita

- Miten on tapana tehdä asioita?
- Mikä on sopivaa? Sopivuussäännöt mm. alastomuus.
- Lapset vasta harjoittelevat normeja. Ohjaa heitä sitkeästi ja lempeästi.
- Monenlaiset tavat ja säännöt.
- Yksityinen ja julkinen, miten ne eroavat?
- Arvostava kohtaaminen.

## Puhutaan

”Näin on tapana tehdä, koska se on kohteliasta.”

”Ei ole tapana kaivaa nenää tai peppua toisten edessä. Tai tahallaan pieraista tai röyhtäistä muiden kuullen. Sen voi tehdä vessassa ja muista sitten vielä pestä kädet.”

”Säännöt on tehty, jotta kaikilla olisi hyvä ja turvallista olla.”

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

”Olipa hyvä ja tärkeä kysymys. Palataan siihen huomenna hyvän kirjan kanssa, sopiiko?”

## Materiaaleja

### Kirjat:

- Anholt & Laurence: Ystävät ympäri maailman
- Vestergaard: Vessavinttiöt. Muistele tätä, kun sinulla on hätä?
- Haughton: Voi sinua, Sulo!
- Teutori: Miinan ja Manun käyttökirja

### Laulut:

- Rasinkangas: Eno, älä höpötä/ Miksei kukaan tottele? / Ei voi olla totta

## Leikitään

**Esittäkää** nukketeatterina lapsille erilaisia tilanteita kahdella tavalla: hasusti ja normin mukaan. Mietitään yhdessä, miksi sääntöjä on tehty ja mitä tapahtuu, jos niitä ei noudatettaisi.

### Esimerkkikohtauksia:

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

## Huoltajalle

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