

Seija Leinonen

Liikuntaleikeillä tukea erityislasten elämään – sosiaalisten taitojen ja liikunnan pienryhmätoiminta osaksi erityisopetusta

Sosiaalisten taitojen ja liikunnan pienryhmässä vahvistetaan alkuopetusikäisten erityislasten prososiaalisia taitoja, petty-mystensietokykyä, ohjeiden ja sääntöjen mukaan toimimista sekä keskittymistaitoja. Liikuntaleikeissä ja temppuradalla erityislapsi voi kokea liikkumisen, osallistumisen ja leikin iloa, mitä vaille he usein elämänpäirissään jäävät.

Pienryhmätoiminta sopii lapsille, joilla on tunnistettu tai epäilty kehityksellisiä vaikeuksia kuten tarkkaavaisuushäiriötä (tarkkaamattomuus, impulsiivisuus, ylivilkkaus), Aspergerin oireyhtymää (mm. laadulliset sosiaalisen vuorovaikutuksen poikkeavuudet kuten puutteet ei-kielellisten ilmaisujen käytössä tai emotionaalisisessa vastavuoroisuudessa, toimintojen rajoittuneisuus) tai kielen tai motoriikan kehityksen vaikeuksia. Kuvattua pienryhmätoimintaa on toteutettu Muuramen alkuopetuksessa vuodesta 2005 osana oppilashuollollista moniammatillista yhteistyötä. Pienryhmää on vetänyt lastenpsykologi yhdessä fysioterapeutin, iltapäivätoiminnan ohjaajan tai

kouluavustajan kanssa. Toimintaan osallistuneet yli 20 lasta, pääsääntöisesti poikia, on valittu yhteistyössä vanhempien ja koulun kanssa. Pienryhmä kokoontuu kymmenen kertaa syksyisin ja kymmenen kertaa keväisin kerran viikossa 45 minuutin ajan. Sopiva määrä on 6–7 lasta, joista enintään puolella voi olla huomattavia itesäätelyn tai tarkkaavaisuuden ongelmia.

Pienryhmätoiminta, jossa voi kokea riemua ja onnistumisen kokemuksia liikuntaleikeissä ja temppuradalla, motivoi erityislapsia harjoittelemaan haasteellisia mutta välttämättömiä kehityksellisiä taitoja. Usein lapsen kehitystä arvioitaessa tai tukitoimia mietittäessä kiinnitetään yksipuolisesti huomiota joko älyllisiin tai sosiaalisiin taitoihin. Lapset kehittyvät kuitenkin kokonaisvaltaisesti: lapsen älyllinen kehitys kytkeytyy läheisesti kielen kehitykseen, jolla puolestaan on yhteys lapsen sosiaalisuuden ja tunne-elämän kehitykseen (Lee & Fox, 2009). Leikkitoiminnan on tiedetty jo pitkään kehittävän monipuolisesti lapsen sosiaalisia ja kognitiivisia tie-

don käsittelyn taitoja sekä karkeamotorisia ja tarkkaavaisuuteen liittyviä taitoja (Yack ym. 2001). Kuitenkin liikuntaleikit osana lapsen oppimisen tai sosiaalisuuden tukemista ovat jääneet taka-alalle, koska niiden ohjaamiseen panostetaan varsin vähän varhaiskasvatuksessa ja koulussa. Liikuntaleikit ja leikkiminen mielletään yleensä lasten omatoimiseksi rentouttavaksi puuhasteluksi ja välituntien taukotoiminnaksi tai kehittävän toiminnan jälkeiseksi vapaahetkeksi päivähoitossa. Korpela ja Nieminen (2001) toteavatkin, että vaikka lapsen sosiaalisena toimintakyknä on pidetty lapsen kykyä toimia tarkoituksenmukaisesti ja kehitystasoaan vastaavasti vuorovaikutustilanteissa, määrittelyssä on unohdettu lapsen keskeisen kehityksen osa-alueen, leikin, merkitys tasapainoiselle kehitykselle. Erityislapsilla leikkiminen toisten lasten kanssa jää usein hyvinkin vähään niin päivähoitossa, koulussa kuin vapaa-ajalla. Korpela ja Nieminen muistuttavat, että lapsen kuntoutuksen tarkoituksena on lisätä hänen osallistumistaan ikätasonsa mukaisiin toimintoihin mahdollisimman tasavertaisena. Kuitenkin erityislasten kuntoutuksen muotoina ovat pääsääntöisesti aikuisen kanssa toteutettavat yksilöterapiat ja koulussa erityisopetuksessa pöytätyöskentely aikuisen johdolla. Liikuntaleikkien ja niissä hankittujen vertaiskokemusten ei ajatella kuuluvan kuntouttaviin työmuotoihin, koska niitä harvoin toteutetaan asiantuntijan johdolla. Rinta tutkijakollegoineen (2008) havaitsi, että liikuntaharjoitteilla pystytään vaikuttamaan lapsen fyysiseen kasvuun, motorisiin ja tiedollisiin taitoihin sekä tunne-elämän ja persoonallisuuden kehitykseen. Vähälle huomiolle on jäänyt se, että liikunnan avulla lapsi voi käsitellä myös kielteisiä tunteitaan ja että liikunta kasvattaa yhteisvastuullisuuteen ja kehittää tarkkaavaisuutta.

PIENRYHMÄSSÄ OPETELLAAN KAVERITAITOJA JA VÄKIVALLATONTA KÄYTTÄYTYMISTÄ

Prososiaalisella käyttäytymisellä tarkoitetaan toisten auttamista, asioiden keskinäistä jakamista, yhteistyötä ja empaattisuutta toisia ihmisiä kohtaan (Hay, 1994). Yhteistyötä vaativat leikit, parileikit ja parityöskentely auttavat lapsia kehittymään prososiaalisissa taidoissaan (van Lierin ym. 2005 mukaan Orlick, 1981). Yhdessä leikkiminen onkin paitsi iloista myös kehittävää. Erityislasten sosiaalisten taitojen kehittämiseen kannattaa panostaa, sillä ne lapset, jotka tulevat toisten lasten hyljeksimiksi jo varhain, käyttäytyvät kaikkein epäsosiaalisimmin myöhemminä vuosina (van Lier ym. 2005).

Ongelmat kaverisuhteissa näyttävät lisääntyvän, jos lapsi käyttäytyy aggressiivisesti, hänellä on vaikeuksia noudattaa ryhmässä olemisen sääntöjä eikä oman vuoron odottaminenkaan oikein onnistu (Honig, 2009). Aggressiiviset lapset eivät usein osaa liittyä leikkeihin luontevasti (Honig, 2009). He myös luulevat, että he saavuttavat tavoitteensa aggressiivisella tavalla eivätkä pidä omaa käyttäytymistään vääränä. Pienryhmätoiminnassamme olikin tärkeää, että ohjaaja aktiivisesti puuttui jo aggressiivisen tilanteen uhkaan ja yhdessä keskustellen etsittiin väkivallaton ratkaisu. Aikuiset antoivat mallia kohteliaista käytöstavoista ja lapsia kiitettiin onnistuneesta itsehillinnästä. Aikuisen huolehtiva, hellä ja huomiota tarjoava suhtautuminen näyttäisikin auttavan aggressiivisesti käyttäytyviä lapsia (Honig, 2009).

Aggressiivinen ja epäsosiaalinen käyttäytyminen sekä heikko pettymysten-sietokyky on havaittu varsin tyypilliseksi lapsilla, joilla on tarkkaavuuden ja ylivilkkauksen ongelmia (Honig, 2009). Näiden ei-toivottujen käyttäytymisen piirteiden

ehkäiseminen ja vähentäminen mahdollisimman varhain on äärimmäisen tärkeää, etteivät ne yleisty lapsen pysyviksi ratkaisumalleiksi. Valitettavasti aggressiivisesti käyttäytyvien ja epäsosiaalisten lasten on tutkimuksissa havaittu menestyvän koulussa muita lapsia heikommin (Normandeau & Guay, 1998).

LIIKUNTALEIKEILLÄ VAHVISTETAAN TARKKAAVUUDEN, TOIMINNANOHJAUKSEN JA METAKOGNITION TAITOJA

Tarkkaavuuden ylläpitämisen, jakamisen ja suuntaamisen taidot kytkeytyvät toiminnanohjaustaitoihin, joihin sisältyy kyky suunnitella tulevaa toimintaa, toiminnan joustavuus, toiminnassa pysyminen ja sen organisoiminen sekä yllykkeiden ehkäisy ja säätely (Shue & Douglas, 1992). Pienryhmätoiminnassa käytetyistä varsinkin perinteisistä liikuntaleikeistä suurin osa vaatii lapselta tarkkaavaista kuuntelua tai katselua, oikea-aikaista toimintaa tiettyjen sääntöjen mukaan ja itsehillintää. Pienryhmässä voi myös havaita, miten korkea osallistumismotivaatio kohottaa tarkkaavaisena olemista ja työmuistin toimintaa esimerkiksi leikin sääntöjen kuuntelutilanteessa. Lapsi oppii nopeasti, että tarkkaavainen kuuntelu mahdollistaa onnistumisen kokemukset leikissä. Samalla myös lapsen omat toiminnanohjaamisen taidot kehittyvät. Jo 1990-luvulta lähtien tutkimukset ovat vahvistaneet havaintoja ADHD- ja Asperger -lasten vaikeuksista toiminnanohjaustaidoissa ja inhibitiiossa elitaidossa ehkäistäjäsäädelläisiä ja ulkoisia yllykkeitä (Nyden ym. 1999, Ozonoff & Jensen, 1999). Lasten tarkkaavaisuus- ja toiminnanohjaustaitojen kehityksen viimeaikainen tarkastelu onkin inhibitiotutkimusten myötä laajentunut

käsittämään niiden yhteyden myös tunteiden säätelyyn, sosiaalisten taitojen ja metakognition kehitykseen. Flavellin (1979) mukaan metakognitiivinen tieto on ihmisen tietoa omista älyllisistä taidoistaan, ajattelustaan ja toimintamalleistaan. Siten metakognitiiviset taidot ovat läheisesti yhteydessä oman toiminnan ohjaamisen taitoihin, joiden avulla ihminen tarkkailee tai kontrolloi omaa tiedon käsittelyään ja kognitiotaan tietyn toiminnan aikana (Fernandez-Duque ym. 2000). Fernandez-Duquen ja muiden (2000) tutkimukset osoittavat, että myös emotionaaliossa (tunteiden) säätelyssä vaikuttaa merkittävästi tarkkaavuuden suuntaamis- ja vaihtamiskyky. Tutkijat painottavat, että tarkkaavuuden suuntaaminen pois ahdistusta tai levottomuutta herättävistä tilanteista helpottaa suunnittelua ja päämäärässä pysymistä. Pienryhmätoiminnassa aikuisten tehtävänä on auttaa lapsia kehittymään tässä taidossa muun muassa pysäyttämällä lapsen turhautuminen tai aggressiivinen käyttäytyminen suuntaamalla huomio itse toimintaan eli leikkimiseen.

OHJAUKSEN MYÖNTEISYYDEN PERIAATTEET

Sekä ohjaajalla että avustajalla tulee olla kokemusta erityislasten kanssa toimimisesta. Ohjaaja luo ja ylläpitää myönteistä ilmapiiriä. Huumori ja iloinen mieli auttavat vaikeissakin tilanteissa. Aikuiset luovat aktiivisesti ja tasapuolisesti myönteisiä kontakteja kaikkien lasten kanssa. He ovat esimerkkinä lapsille siitä, että kaikille puhutaan kohteliaasti ja kaikkien asiat kuunnellaan. Tapaamisten samana toistuva toimintarakente (taulukko 1) luo tapahtumaan selkeyttä ja rajoja, joita lapset tarvitsevat.

Ristiriitatilanteissa ohjaaja keskus-

telee avoimesti lasten kanssa, tilannetta mietitään uudelleen ja etsitään yhteistä ratkaisua. Lapsia kiitetään joustavuudesta ja ratkaisuun pääsemisestä. Aikuisten rauhallinen ja jämäkkä toiminta hankalissa tilanteissa rauhoittaa lapsia ja toimii lapsille toivotun käyttäytymisen mallina. Jos demokraattista ratkaisua ei synny, ohjaaja tekee itsenäisen päätöksen ja kannustaa lapsia seuraavalla kerralla ponnistelemaan enemmän yhteisen ratkaisun saamiseksi.

Ohjaaja ja avustaja pitävät huolen sääntöjen noudattamisesta. Tärkeimmät säännöt ovat vuosien kuluessa pelkistyneet kahteen, koska niiden noudattamisen myötä loppuu epäasiallinen fyysinen kiinnikäyminen, mikä puolestaan vähentää aggressiivista käyttäytymistä.

Säännöt:

1. Ei saa lyödä toista.
2. Ei saa työntää toista.

Säännöt kerrataan joka tapaamisen

aluksi ja ohjaaja painottaa niiden noudattamisen tärkeyttä toisten kunnioittamisen, käytöstapojen ja viihtymisen kannalta sekä ikävien ristiriitojen tai jopa tapaturmien välttämiseksi.

Muita kanssakäymiseen liittyviä kohteliaita tapoja harjoitellaan kaiken aikaa. Ohjaaja kiittää mahdollisimman usein lapsia myönteisestä toimimisesta toisten kanssa. Lapsille annetaan aina loppupiirisä myönteistä palautetta, jos he kykenivät noudattamaan sovittuja sääntöjä. Elleivät he aina kykene, asiaa mietitään yhdessä ja ohjaaja kannustaa lapsia seuraavalla kerralla harjoittelemaan näiden sääntöjen noudattamista.

Ohjaaja välttää rangaistuksia. Jos tilanne on muuttumassa aggressiiviseksi, se on heti keskeytettävä pillin vihellyksellä ja väliin menemisellä. Lapsille kerrotaan ajoissa, mitä ikäviä seuraamuksia jostakin tekemisestä voi koitua esimerkiksi toiseen sattuu tai kaikille tulee harmillinen olo.

Taulukko 1. Tapaamiskerran ohjelma, 45 minuuttia

Alkupiiri 5 min.	Leikit* tai tempurata 35 min.	Rentoutuminen 3 min.	Loppupiiri 2 min.
Tavoite <ul style="list-style-type: none"> • Kuuntelun ja vastavuoroisuuden harjoittelu 	Tavoite <ul style="list-style-type: none"> • Prosiaalisten taitojen esiin nostaminen ja vahvistaminen • Pettymysten sietokyvyn parantaminen • Ohjeiden ja sääntöjen mukaan toimiminen • Keskittymistaitojen vahvistaminen 	Tavoite <ul style="list-style-type: none"> • Tarkkaavaisuuden suuntaaminen omaan kehoon ja hengitykseen • Toiminnan ja levon välisen eron havaitseminen • Keskittymistaitojen vahvistaminen • Rauhoittuminen 	Tavoite <ul style="list-style-type: none"> • Positiivisen palautteen vastaanottaminen • Omien vahvuuksien ja heikkouksien tunnistaminen ja kehittäminen
Toiminta <ul style="list-style-type: none"> • Kuulumiset ohjaajan johdolla • Ohjelman esittely 	Toiminta <ul style="list-style-type: none"> • Lämmittelyleikki • 2-3 sääntöleikkiä ja 1 toiveleikki (lapset vuorotellen ehdottavat) TAI tempurata 	Toiminta <ul style="list-style-type: none"> • Hiljaisuus- ja rentoutusharjoitteita 	Toiminta <ul style="list-style-type: none"> • Onnistumisista kiittäminen • Kannustetaan harjoittelemaan tiettyä käyttäytymisen taitoa ahkerammin seuraavalla kerralla

Huom! Tapaamiset noudattavat rytmiä: 2 kertaa peräkkäin liikuntaleikit ja 2 kertaa peräkkäin tempurata.

Kollektiivista rangaistusta kuten jonkin leikin eväämistä on joskus välttämätöntä käyttää.

Joskus lapsi suuttuu ja rikkoo sääntöjä, ja silloin hänet pyydetään erilleen rauhoittumaan yhdessä aikuisen kanssa. Kun lapsi on rauhoittunut, häntä kehutaan siitä ja hänet otetaan toimintaan mukaan. On hyvä vielä tapaamisen lopuksi kahden kesken keskustella lapsen kanssa ja miettiä yhdessä, miten itsehillintää voisi parantaa. Tämän keskustelun lopuksi lasta kannustetaan, sillä on tärkeää, että lapsi lähtee hyvällä mielellä tapaamisesta.

Ohjaaja käyttää pilliä aina kun toiminta pysäytetään tai muuttuu. Lapset oppivat ennemmin tai myöhemmin pillin merkityksen ja pysähtyvät kuuntelemaan, mitä asiaa ohjaajalla on.

POHDINTA

Sosiaalisten taitojen ja liikunnan pienryhmätoiminnan kaksi tärkeintä hyötyseikkaa ovat mielestäni lasten kokema osallisuus ja yksinkertainen, päiväkodeissa ja koulussa helposti toteutettava toimintaidea. Liikuntaleikit ovat vuosikymmenten ajan kuuluneet lasten elämään ja ovat varmasti toimivia. Eduksi voi todeta myös sen, etteivät lapset voi tämän päivän tietämyksen mukaan leikkiä liikaa – päinvastainen taitaa olla monen ammatti-ihmisen huoli. Olen kehittänyt pienryhmätoimintaa tähän muotoonsa nimenomaan lapsilta saamani palautteen perusteella. He toivovat liikuntaleikkejä, joista mieluisimpia ovat hippaleikit, polttopallo ja lintukauppias. Lapsille pienryhmä on merkinnyt myös harrastusta, josta voi ylpeänä kertoa kavereille. Havaintoni työssäni pienryhmätoiminnan ulkopuolelta on, että juuri erityislasten osallistuminen pihapiirissä leikkeihin, harrastuksiin ja jopa leikkipuistoissa leikkimi-

seen jää jo varhaislapsuusvuosista lähtien vähäiseksi. On ymmärrettävää, että sosiaaliset, liikunnalliset ja kielelliset pulmat helposti johtavat siihen, että lasten kesken syntyy hämmennystä ja ristiriitoja. Myös vanhempien on vaikea löytää tyydyttäviä ratkaisuja lapsensa tueksi. Käytännössä ja tutkimuksin on todettu, että erityisesti lapsia, joilla on epäsosiaalista ja aggressiivista käyttäytymistä, ei oteta mukaan leikkeihin. Tilanne on tietenkin vastavuoroinen – erityislapsella ei ole taitoja liittyä luontevasti leikkiin, jolloin hylätyksi tuleminen lisää epäsosiaalista ja aggressiivista käyttäytymistä, mikä puolestaan lisää hänen syrjintäänsä leikeistä. Koska erityislapsi ei pääse mukaan leikkeihin, hän ei myöskään opi leikkejä ja niiden sääntöjä. Samalla hän jää vaille merkittäviä ryhmäkokemuksia, joihin kuuluu niin voittoja kuin häviämistä, iloja ja suruja. Myöskään pettymysten sietäminen ja tunteiden säätely eivät saa harjoitusta. Uhkana on lisääntyviin käyttäytymisen pulmiin johtava kierre, josta lapsi ei pysty ilman aikuisten tukea irtaantumaan.

Viimeaikaisissa tutkimuksissa on peräänkuulutettu toteuttamani kaltaista pienryhmätoimintaa. Herääkin kysymys, pitäisikö aikuisjohtoisia yksilöterapioida, erityisvarhaiskasvatusta ja koulun erityisopetuksen menetelmävalikoimaa laajentaa tähän suuntaan. Koska epäsosiaalinen, aggressiivinen ja tarkkaamaton käyttäytyminen on erittäin suuri riski lapsen tasapainoiselle kehitykselle, olisi pienryhmätoiminta inhimillisesti ottaen erittäin perusteltu ja erityislapsia motivoiva tutkimuoto. Lisäksi se on erinomaisen kustannustehokas. Jos tämänkaltaiseen erityisopetuksen pienryhmätukeen liitetään jo alkuopetuksessa erityislapsen tarpeita huomioon ottavia opetusinterventioita uskon myös erityislasten oppimistulosten vahvistuvan pysyvästi kuten Normandean ja Guay (1998) ovat esittäneet. Kun pro-

sosiaalista käyttäytymistä harjoitellaan jo ennen koulun aloitusta, vahvistetaan sosiaalisten taitojen lisäksi myös toiminnanohjauksen taitoja ja metakognitiivisia taitoja. Lapset, joiden metakognitiiviset taidot ovat hyvät, menestyvät hyvin myös koulussa. Lee ja Fox (2009) suosittelevatkin alle kouluikäisten lasten kehityksen tukemiseen erityisesti tunteiden ilmaisua ja hallintaa sekä ongelmanratkaisutaitojen vahvistamista käytännönläheisin esimerkein. Varhaisen tuen suuntaaminen näille riskilapsille vaatii ensisijaisesti osaamista neuvoloissa ja päivähoidossa: kykyä tunnistaa ne lapset, joilla jo 3-vuotiaana on erityisesti säätelykyvyssään ongelmia. Toeuttamani pienryhmätoiminnan innostamana kouluun toivoisi lisää ryhmässä oppimisen pedagogisia vaihtoehtoja siitä riippumatta, ovatko lapset yleisopetuksen vai erityisopetuksen oppilaita.

Lopuksi luetellaan ja kuvataan leikkejä, jotka kehittävät tarkkaavaisuutta, kuuntelutaitoja ja toiminnanohjaamista sekä sääntöjen noudattamista ja yhteistoimintaa. Leikeissä ”kiinniottaja” on aikuinen siihen asti kunnes ohjaaja on varma, että lapset osaavat ottaa kiinni sääntöjen mukaan. Kiinniotto tarkoittaa kevyttä kosketusta kädellä lapsen hartiaan. Leikeissä, joissa kiinni jääminen tarkoittaa pelistä pois putoamista, voidaan yhteisellä sopimuksella toteuttaa väljempää sääntöä.

LEIKKEJÄ, JOTKA KEHITTÄVÄT TARKKAAVAISUUTTA, KUUNTELUTAITOJA JA TOIMINNANOHJAAMISTA

Maa-meri-laiva. Sovitaan, että maa tarkoittaa päinmakuuta keskellä lattiaa, laiva tarkoittaa yhtä seinää ja laiva huoneen toista seinää. Lapset kokoontuvat keskialtialle. Ohjaaja huutaa satunnaisesti maa,

meri tai laiva, jolloin lapset juoksevat kyseiseen paikkaan mahdollisimman nopeasti. Leikistä ei putoa kukaan pois (oikeassa leikissä viimeiseksi ehtinyt putoaa pois).

Rotat ja rastaat. Lapset jaetaan satunnaisesti puoliksi rottiiin ja rastaisiin. He asetuvat keskelle lattiaa näkymättömän viivan kohdalle rinnakkain. Rotille ja rastaille on sovittu omat, vastakkaiset seinät, joihin he juoksevat turvaan. Ohjaaja huutaa R-äännettä venyttäen RRRRR ja lopulta huutaa joko rotat tai rastaat. Tällöin huudetut lähtevät juoksemaan omaan seinään ja toiset ottavat heitä kiinni hipaisten kädellä ylävartaloon. Leikkiä toistetaan useamman kerran, jotta molemmat ryhmät saavat otettua kiinni toisia. Yksi lapsi voi ottaa kiinni useamman lapsen, jos ehtii.

Kapteeni käskee. Ohjaaja tai lapsi keksii jonkin liikkeen. Vain silloin, kun hän sanoo ”Kapteeni käskee” tulee toisten tehdä sama liike. Jos käskijä ei sano ”Kapteeni käskee” ja joku kuitenkin toistaa hänen liikkeensä, hän putoaa pelistä pois.

Seuraa johtajaa. Seuraa johtajaa voidaan leikkiä pareittain tai ryhmässä. Valitaan johtaja. Johtaja tekee malliliikkeet, hypelyt tai temput ja toiset toistavat perässä. Vaihetaan johtajaa.

Tervapata. Kaikki istahtavat piiriin tasaisin välimatkoin kasvot piirin keskelle päin. Ohjaaja on ensimmäinen juoksija, jolla on jokin pehmeä esine kuten hernepussi. Hän lähtee juoksemaan osallistujien takaa piirin kehää kierroksen tai kaksi ja laittaa huomaamattomasti esineen jonkun lapsen taakse lattialle. Lapsen tulisi huomata, että esine tipautettiin hänen taakseen, ottaa se ja lähteä juoksemaan esineen tipauttajaa vastaan. Juoksijoiden tulee varoa törmäämästä toisiinsa. Molemmat yrittävät ehtiä

ensimmäiseksi vapautuneelle paikalle. Se, joka ehti paikalle, jää siihen, ja se, joka ei ehtinyt, ottaa esineen ja jatkaa piirin kiertämistä. Jälleen hän pudottaa esineen jonkun lapsen taakse. Esinettä ei saa pudottaa saman lapsen taakse kahta kertaa peräkkäin. Mikäli lapsi ei huomannut, että hänen taakseen laitettiin esine, ja juoksija ehtii juosta yhden kierroksen takaisin lapsen kohdalle, tämä paikalleen jäänyt lapsi joutuu tervapataan eli piirin keskelle istumaan ja odottamaan leikin loppua. Leikin aikana ei kukaan osallistuja saa antaa vihiä pudotetun esineen paikasta eli lapsen tulee hilitä itseään kertomasta, kenen taakse esine on pudotettu.

Lintukauppias. Lapset seisovat rivissä seinän vierellä. Lapset ovat eläinkaupassa olevia lintuja tai muita eläimiä, joille kullekin eläinkauppias (aikuinen) kuiskaa jonkin lintu- tai muun eläinlajin nimen, eikä lapsi saa kertoa sitä toisille. Ostaja (aluksi toinen aikuisista) saapuu eläinkauppaan eli lasten eteen, noin kolmen metrin päähän lasten rivistä. Hän sanoo eläinkauppiasalle: ”Päivää, onpas teillä paljon hienoja lintuja.” Kauppias vastaa: ”Päivää, niin on. Mitä lintuja haluaisitte ostaa?” Ostaja sanoo: ”Haluaisin ostaa papukaijan.” Tällöin se lapsista, joka on papukaija (eli kauppias on kuiskannut hänelle sen linnun nimen), lähtee juoksemaan ostajaa pakoon kohti vastakkaista seinää ja yrittää ehtiä koskettamaan seinää ennen kuin ostaja saa hänet kiinni. Jos leikkijä (papukaija) ehtii koskea seinään, hän jää sinne odottamaan ja kannustamaan toisia lintuja. Jos ostaja saa hänet kiinni, hänet on ”myyty” ostajalle ja hän siirtyy esim. penkille pois leikistä odottamaan sen loppumista. Ellei kukaan lapsista ole papukaija, kauppias sanoo: ”Nyt minulla ei ole myytävänä papukaijoja. Mitä muita lintuja olet aikonut ostaa?” Ostaja ehdottaa uutta lintua, ja leikki jat-

tuu niin kauan, kunnes ostaja on sanonut kaikkien lintujen (lasten) nimet. Leikissä ostaja voi olla lapsi, mutta kauppiaan on hyvä olla aikuinen.

Viimeinen pari uunista ulos. Leikissä ollaan parijonossa, ja pariton (aluksi aikuinen) kiinniottaja on parijonon edessä noin kahden metrin päässä ensimmäisestä parista kasvot samaan suuntaan kuin parijonossa olevilla. Kiinniottaja huutaa: ”Viimeinen pari uunista ulos!”, jolloin parijonon viimeiset lähtevät omilta puoliltaan juoksemaan parijonon ohi eteenpäin yrittäen tavoittaa toisensa ilman, että kiinniottaja saa heistä kumpaakaan kiinni. Kiinniottaja ei saa lähteä juoksemaan ennen kuin takaa tulevan parin jäsenet ovat ohittaneet hänet. Jos kiinniottaja saa kiinni toisen jäsenen parista ennen kuin he tavoittavat toisensa, kiinniottaja saa hänet parikseen, ja he menevät parijonon ensimmäisiksi. Yksin jääneestä leikkijästä tulee uusi kiinniottaja, joka menee parijonon eteen. Mikäli juossut pari tavoittaa toisensa eikä kumpikaan jää kiinni, he menevät parijonoon ensimmäisiksi ja pariton kiinniottaja jatkaa tehtävässään. Leikki jatkuu niin, että vuorollaan aina parijonossa viimeinen pari lähtee juoksemaan kiinniottajan huudon jälkeen.

Peili. Yksi leikkijöistä on peili, ja hän seisoo seinän vieressä kasvot seinää kohti. Toiset leikkijät ovat lähtöviivalla rivissä noin 10 metrin päässä kasvot kohti peiliä. Kun peili katsoo seinää kohti, toiset leikkijät liikkuvat mahdollisimman nopeasti eteenpäin. Kun peili yllättäen kääntyy katsomaan leikkijöitä, heidän täytyy pysähtyä patsaaksi niin, ettei peili havaitse heissä liikettä. Jos joku leikkijä liikkuu, hänen täytyy peilin käskystä palata takaisin lähtöviivalle. Voittaja on se, joka ensimmäisenä koskettaa peiliä hartioihin ja sanoo hä-

nen nimensä. Voittajasta tulee uusi peili, ja leikki alkaa lähtöviivalta.

LEIKKEJÄ, JOTKA KEHITTÄVÄT SÄÄNTÖJEN NOUDATTAMISTA JA YHTEISTOIMINTAA

Polttopallo. Maahan tai lattiaan merkitään ympyrä, joka on vähintään viisi metriä halkaisijaltaan. Yksi leikkijä on ympyrän ulkopuolella oleva polttaja, jolla on pehmeä pallo. Loput leikkijät ovat ympyrän sisällä. Polttaja heittää palloa vähintään metrin ympyrän kehän ulkopuolelta kohti ympyrässä olevia leikkijöitä. Heiton on osuttava vyötärön alapuolelle. Ympyrän sisällä olevat leikkijät liikkuvat niin, ettei pallo osuisi heihin. Jos leikkijä saa osuman, hän siirtyy apupolttajaksi ja saa heittää pallon. Pallolla poltetaan niin kauan kunnes kaikki leikkijät ovat saaneet osuman. Viimeiseksi poltetusta leikkijästä tulee uusi polttaja. Polttaminen onnistuu parhaiten, jos polttajat tekevät yhteistyötä ja toimivat nopeasti.

Kuka pelkää jäämiestä. Leikkijät ovat rivissä seinän vieressä. Yksi leikkijä on jäämies, joka on toisten leikkijöiden edessä noin neljän metrin päässä rivistä kasvot heihin päin. Jäämies huutaa ”Kuka pelkää jäämiestä?”, jolloin leikkijät juoksevat jäämiestä karkuun kohti vastakkaista ”turvaseinää”. Jos jäämies ehtii koskettaa jotakuta leikkijää hartiaan, kiinnisaadusta tulee jäämiehen apuri. Näin edetään, kunnes kaikki leikkijät ovat jääneet kiinni.

Puhvelin metsästys. Puhvelin metsästyksen tarvitaan useita pehmeitä palloja, esim. voimistelu- tai lentopalloja. Leikissä on metsästäjiä eli polttajia ja puhveleita eli poltettavia. Puhvelit (lapset) asettuvat salin päähän ja metsästäjät (aikuiset) salin vastakkaisille reunoille. Pallot jaetaan noin

puoliksi metsästäjille. Puhveleiden tehtävänä on ohjaajan pillin vihellyksestä lähtea juoksemaan kohti vastakkaista ”turvaseinää”, jolloin sivuilla olevat metsästäjät yrittävät polttaa juoksijoita heittämällä palloja puhveleiden jalkoihin. Osuman saaneesta puhvelista tulee metsästäjän apuri. Yhden juoksukerran jälkeen leikki jatkuu niin, että pallot kerätään takaisin metsästäjille, jotka apureineen alkavat jälleen metsästää palloilla jäljelle jääneitä puhveleita. Metsästys alkaa jälleen ohjaajan pillin vihellyksestä. Leikki päättyy, kun kaikki puhvelit on metsästetty.

Peikkoleikki. Valitaan kaksi äiti- tai isäpeikkoa, joilla on omat pesänsä salin eri nurkissa. Loput leikkijät eli lapsipeikot menevät keskelle salia. Pillin vihellyksestä äiti- tai isäpeikot lähtevät etsimään eli jahtaamaan omia lapsiaan ja peikkolapset juoksevat karkuun ympäri salia. Kun äiti- tai isäpeikko koskettaa peikkolasta hartiaan eli saa lapsen kiinni, he ottavat toisiaan kädestä kiinni ja juoksevat yhdessä kotipesään asti. Lapsi jää pesään, ja äiti- tai isäpeikko lähtee jahtaamaan lisää lapsia. Tässä leikissä lapsipeikko ei saa vastustaa kotipesään kuljettamista. Kun lapset ovat loppuneet, leikki loppuu ja lapset laskeetaan. Voittaja on se, jolla on eniten lapsia.

Hippaleikit. Lapset pitävät hippaleikeistä, ja he keksivät niitä itsekkin. Mieluisia hippaleikkejä ovat erilaiset pelastushipat, esimerkiksi X-hippa, jossa hipan kiinni saama leikkijä jää seisomaan X-asentoon. Toinen leikkijä voi vapauttaa kiinnijääneen ryömimällä tämän haarojen välistä. Tässä leikissä hippa pysyy aina samana ja leikki loppuu, kun pelastuksia ei enää ole tai kun hippa väsy. Disney-hippassa käytetään kiinnijäämisen estämiseksi jotakin Disney-hahmon nimeä ja samalla leikkijä menee kyykkyy, jolloin hippa ei saa leik-

kijää hipaksi. Samaa Disney-nimeä ei voi seuraava hipan jahtaama leikkijä käyttää.

Käärmeleikki. Leikkijät ovat seisomassa jonossa ja ottavat toisiaan vyötäisiltä kiinni. Vaatteista ei saa kiskoa. Leikissä käärmeen pää eli jonossa ensimmäinen leikkijä yrittää alkaa liikkumalla tavoittaa häntäänsä eli viimeistä jonossa olevaa leikkijää. Käärme alkaa liikkua siten, että käärmeen pään lähellä olevat leikkijät auttavat liikkeillään tavoittamaan häntää ja vastaavasti käärmeen peräpäässä olevat leikkijät auttavat liikkeillään käärmeen häntänä olevaa viimeistä leikkijää menemään karkuun. Käärme katkeaa helposti, joten oikeanlaiseen kiinnipitämiseen tulee kiinnittää huomiota. Välillä vaihdetaan pää- ja häntäleikkijöitä.

Kirjoittajatiedot:

Seija Leinonen, PsL, kehitys- ja kasvatopsykologian erikoispsykologi, toimii lastenpsykologina Muuramen kunnassa.

LÄHTEET

Fernandez-Duque, D., Baird, J.A. & Posner, M.I. (2000). Executive attention and metacognitive regulation. *Consciousness and Cognition*, 9, 288–307.

Flavell, J.H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive development inquiry. *American Psychologist*, 34, 906–911.

Hay, D.F. (1994). Prosocial development. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35, 29–71.

Honig, A.S. (2009). Understanding and working with non-compliant and aggressive young children. *Early Child Development and Care*, 179 (8), 1007–1023.

Korpela, R. & Nieminen, P. (2001). Leikkiprojekti. Vaikeavammaisten lasten toimintakyvyn, leikin ja varhaiskuntoutuksen arvioinnin kehittämistutkimus. Helsinki:

Kehitysvammaliitto ry.

Lee, J. & Fox, J. (2009). Children's communication and socialization skills by types of early education experiences. *Journal of Research in Childhood Education*, 23, 475–488.

Normandeu, S. & Guay, F. (1998). Preschool behavior and first-grade school achievement. The meditational role of cognitive self-control. *Journal of Educational Psychology*, 90, 111–121.

Nyden, A., Gillberg, C., Hjelmsquist, E. & Heiman, M. (1999). Executive function/attention deficit in boys with Asperger syndrome, attention disorder and reading/writing disorder. *Autism*, 3, 213–228.

Ozonoff, S. & Jensen, J. (1999). Brief report: Specific executive function profiles in three neurodevelopmental disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 29, 171–177.

Rinta, T., Lind, P., Lipponen, H. & Tamminen, K. (2008). Viikarit vauhdissa – Motorisia harjoitteita lapsille ja nuorille. Spurtti Oy. Opetusministeriö.

Shue, K.L. & Douglas, V.I. (1992). Attention deficit hyperactivity disorder and the frontal lobe syndrome. *Brain and Cognition*, 20, 104–124.

van Lier, P.A.C, Vitaro, F., Wanner, B., Vuijk, P. & Crijnen, A.A.M. (2005). Gender differences in developmental links among antisocial behavior, friends' antisocial behavior, peer rejection in childhood: Results from two cultures. *Child Development*, 76 (4), 841–855.

Yack, E., Sutton, S. & Aquilla, P. (2001). Leikki linkkinä lapseen. Jyväskylä: PS-kustannus.