



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

”Haluisin olla päättämässä kai-
kesta!”

Lasten osallisuutta tukeva malli lii-
kunnallisuutta edistämässä var-
haiskasvatuksessa

Alina Turunen & Elina Tuuri

2018 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

Alina Turunen & Elina Tuuri
Sosionomin koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Huhtikuu, 20182018

Alina Turunen & Elina Tuuri

”Haluisin olla päättämässä kaikesta!”

Lasten osallisuutta tukeva malli liikunnallisuutta edistämässä varhaiskasvatuksessa

2018

2018

Sivumäärä

49

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tukea lasten osallisuutta ja liikunnallisuutta varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Opinnäytetyömme oli toiminnallinen, ja kehittämistehtävänämmä oli luoda, kokeilla ja esitellä osallisuutta tukeva prosessimuotoinen malli yhteistyökumppanina toimivalle päiväkotiryhmälle. Työssämme malli keskittyi olennaisesti lasten liikunnallisuuden edistämiseen, sillä yhteisten keskustelujen pohjalta ilmeni, että ryhmä halusi uusia ideoita lasten liikunnallisuuden tukemiseen. Osallisuutta edistävä malli kehitettiin sellaiseksi, että se olisi käytettävissä myös muussa päiväkodin toiminnassa.

Tässä opinnäytetyössä tukeuduttiin tietoperustaan, joka käsitteli työllemme keskeisiä teemoja: suomalaista varhaiskasvatusta sekä lasten osallisuutta ja liikuntaa. Teoriatietoa hyödynnettiin myös mallin luonnissa, toteutuksessa ja arvioinnissa. Kehittämämme malli koostuu suunnittelu-, toteutus- ja arviointivaiheista. Suunnitteluvaiheessa käytettiin kuvallisen ilmaisun menetelmiä, joilla selvitettiin lasten toiveet tulevien liikuntahetkien suhteen. Toiveiden pohjalta järjestettiin kaksi erillistä liikuntahetkeä, joissa lapset saivat halutessaan olla vahvasti osallisina. Arviointi pohjautui olemassa olevaan osallisuuden toteutumisen asteikkoon sekä lapsilta ja työntekijöiltä saatuihin palautteisiin.

Loimme, kokeilimme ja esittelimme prosessimuotoisen osallisuutta tukevan mallin päiväkotiryhmälle. Kehittämämme malli tuki lasten osallisuutta koko prosessin ajan. Täysin luotettavia tuloksia lasten liikunnallisuuden tukemisesta ei saatu, sillä työntekijöiden palaute jäi vajaavaiseksi. Puutteellisesta palautteesta huolimatta, kehittämämme malli koettiin hyväksi päiväkodissa ja mallia aiotaan hyödyntää jatkossa päiväkodin toiminnassa.

Asiasanat: varhaiskasvatus, osallisuus, liikunta

Alina Turunen & Elina Tuuri

”I’d like to decide everything!” The model of supporting children’s participation to promote childrens’ sportiness in day care

2018

2018

Pages

49

The aim of this Bachelor’s thesis was to support children’s participation and sportiness in a day care and in pre-school education. Our thesis was functional and our task was to create, try out and present a model for our cooperation partner (a day care group). The purpose of the model was to support children’s participation and it was carried out in the form of a process.

The model focused on supporting children’s physical activity because, based on conversations, the cooperation partner wanted new ideas to support children’s sportiness. The model, which supports children’s participation, was developed to serve, not only sports, but all activities in day care.

The theoretical base of this thesis was related to the main themes of our thesis: day care in Finland and children’s participation and physical activities. The basis was made use of during creation, trying it out and evaluating the model. The model consists of phases which are planning, implementation and evaluation. In the phase of planning we used the methods of visual expression to discover the children’s wishes for upcoming physical training moments. The moments were arranged based on the children’s wishes and the children had a possibility to strongly participate in the physical training moments. The evaluation was based on the children’s and the employees’ feedback on the process and an extant scale which tells how the participation actualized in practice.

The process-formed-model which supports participation was created, tried out and presented for the day care group. The model supported children’s participation during the entire process. Fully reliable results about supporting the sportiness were not achieved because the feedback from the employees in day care was deficient. Nevertheless, the developed model was found out to be a good method to support children’s participation in the day care group. The model will be made use of by the employees in the children’s activities in the future.

Keywords: day care, participation, sportiness

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Varhaiskasvatus, osallisuus ja liikunta	7
2.1	Varhaiskasvatus Suomessa	7
2.2	Lasten osallisuus	8
2.3	Lasten liikunta.....	11
3	Tavoitteet, kehittämistehtävä ja suunnitelma	14
3.1	Tavoitteet ja tarkoitus	14
3.2	Kehittämistehtävä: Osallisuutta tukeva malli	14
3.3	Suunnitelma.....	17
4	Toteutus.....	19
4.1	Ensimmäinen tapaaminen: Aamupiiri	19
4.2	Toinen tapaaminen: Liikuntahetki	23
4.3	Kolmas tapaaminen: Liikuntahetki.....	26
5	Arvioinnin menetelmät	29
5.1	Osallisuuden ulottuvuudet	30
5.2	Lasten palautekysely	31
5.3	Työntekijöiden palautekysely.....	32
5.4	Havainnointi	33
6	Toteutuksen arviointi	34
6.1	Ensimmäinen pienryhmä.....	34
6.2	Toinen pienryhmä.....	36
6.3	Työntekijöiden palaute	37
6.4	Pohdinta	38
6.5	Oppimisen arviointi.....	39
6.6	Eettisyys ja luotettavuus	40
	Lähteet	41
	Liitteet.....	45

1 Johdanto

Työn tarkoituksena oli luoda, kokeilla ja esitellä osallisuutta tukeva prosessimuotoinen malli, jonka avulla tuetaan lasten liikunnallisuutta. Valitsimme aiheen, koska uudessa varhaiskasvatussuunnitelmassa ja varhaiskasvatuslaissa painotetaan lasten osallisuutta ja liikuntaa. Lisäksi tutkimusten mukaan lapset liikkuvat suosituksiin nähden liian vähän (Kokko & Mehtälä 2016, 15). Opinnäytetyömme eri vaiheita toteutettiin yhteistyössä erään päiväkodin kanssa. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli vastata yhdessä tunnistamiimme kehittämisen kohteisiin ja yhteiskunnan asettamiin uudistuksiin, uuteen valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan ja varhaiskasvatuslakiin. Pyrimme tuottamaan uutta ja hyödyllistä tietoa yhteistyökumppanillemme.

Idea aiheesta lähti aiemmasta yhteistyöstä päiväkotiin, jolloin tekemämme havainnoinnin perusteella ilmeni, että ryhmän lapset ovat fyysisesti hyvin aktiivisia, he olivat siis hyvin liikkuvaisia. Ryhmä tarvitsi uusia ideoita löytääkseen lapsille lisää suotuisia kanavia purkaa fyysistä aktiivisuutta. Itse opinnäytetyöidea syntyi yhteisen keskustelun pohjalta päiväkodin henkilökunnan kanssa. Päiväkodilla oli siis tarve saada uusia näkökulmia lasten liikunnallisuuden tukemiseen. Päätimme yhdessä henkilökunnan kanssa, että opinnäytetyö toteutettaisiin lapsilähtöisesti mahdollistaen lasten osallisuus, mikä tukisi lasten liikunnallisuutta. Koimme, että osallisuus nousisi päärooliin työssämme ja malli olisi siirrettävissä myös päiväkodin muuhun toimintaan. Lapset, joiden kanssa opinnäytetyö toteutettiin, olivat osittain integroitu esiopetusryhmään. Päiväkodissa on ammattitaitoista henkilökuntaa, lapsiryhmässä kuitenkin oli eritasoista tukea tarvitsevia lapsia, mikä vei runsaasti työntekijöiden päivittäisistä resursseista. Opinnäytetyömme tarjosi ohjattua toimintaa myös esiopetusryhmän ulkopuolella oleville lapsille, jotka eivät käyneet vielä esikoulua.

Aihe on ajankohtainen tällä hetkellä uuden varhaiskasvatussuunnitelman ja varhaiskasvatuslain tultua voimaan. Opetushallitus on määrännyt uuden valtakunnallisen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, jonka mukaisesti laadittavat paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat otettiin käyttöön 1.8.2017 alkaen. Uusi varhaiskasvatuslaki astui voimaan 1.8.2015. (VASU2017 2018.) Uudesta varhaiskasvatussuunnitelmasta ja etenkin lasten osallisuudesta käydään tällä hetkellä paljon keskustelua varhaiskasvatuksen työyhteisöissä.

Lapsilähtöistä kasvatusta on ollut jo Friedrich Fröbelin ajoilta (1782-1852) lähtien. Nämä linjaukset ovat toisinaan jääneet taka-alalle, etenkin 1970-luvulla, jolloin lapsilähtöisyyttä tärkeämpää oli aikuisen päättämät suunnitelmat ja toimet. Ennen 1990-lukua lasten ja kasvattajien välistä vuorovaikutussuhdetta on tarkasteltu lähinnä aikuislähtöisesti - miten ja millä toimilla voidaan vaikuttaa lapsen hyvään kasvuun ja kehitykseen. Asiaa alettiin tutkia modernisti ja lapsilähtöisesti 1990-luvulla. Moderni varhaiskasvatus tarkastelee lasta aktiivisena toimi-

jana ja oppijana sekä asettaa aikuisten toiminnan lapselle tarkoituksenmukaiseksi ja mielekkääksi. (Hujala, Puroila, Parrila & Nivala 2007, 22-55.) Lähihistorian aikana varhaiskasvatuksessa on siirrytty korostamaan enemmän lapsen oikeuksia ja osallisuutta työvoimapolitiittisen ja tasa-arvoa edistävän ajattelutavan sijaan (Alila ym. 2014, 149).

Kokon ja Mehtälän (2016, 15) tutkimus osoittaa, että lasten ja nuorten päivittäinen suositusten mukainen liikunta on lisääntynyt viime vuosina. Silti valtaosa lapsista ja nuorista ei vielä liiku tarpeeksi. Liikunnan määrä vähenee lapsilla ja nuorilla iän myötä, mikä on myös tämän päivän haaste. Salasuon (2015, 495) mukaan myös Maailman terveysjärjestö WHO on tuonut liikkumattomuuden esille, joka on johtanut länsimaisiin kansanterveysongelmiin kuten liikalihavuuteen. Fyysisen aktiivisuuden vähenemisen seurausten tutkiminen on suhteellisen alkuvaiheessa oleva asia, minkä vuoksi sen pitkäkantoisia seurauksia ei vielä ymmärretä ja tunneta tarpeeksi.

2 Varhaiskasvatus, osallisuus ja liikunta

Seuraavissa kappaleissa avaamme opinnäytetyömme keskeisiä käsitteitä, jotka luovat teoreettisen viitekehyksen työllemme. Nämä keskeiset käsitteet ovat varhaiskasvatus Suomessa sekä lasten osallisuus ja liikunta.

Suomessa osallisuus ja liikunta ovat varhaiskasvatuksessa suuremmissa roolissa kuin aikaisemmin. Varhaiskasvatustoimintaa ohjaavat varhaiskasvatustalaki ja Opetushallituksen määräämä uusi valtakunnallinen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirja, joissa painottuvat näiden toteutuminen. Varhaiskasvatustalain ja valtakunnallisen Varhaiskasvatussuunnitelman luonne on velvoittava.

2.1 Varhaiskasvatus Suomessa

Varhaiskasvatus tarkoittaa lapsen kasvatusta, opetusta ja hoitoa, jotka ovat suunnitelmallisia ja tavoitteellisia. Niissä korostuu etenkin pedagogiikka. Varhaiskasvatuksen tarkoituksena on edistää lapsen hyvinvointia sekä tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. Sitä toteutetaan päiväkodissa, perhepäivähoidossa tai muuna varhaiskasvatustoimintana, esimerkiksi kerho- ja leikkitoimintana. Suomessa kaikilla alle kouluikäisillä lapsilla on oikeus varhaiskasvatukseen. Siihen osallistumisesta päättävät lapsen huoltajat. (Varhaiskasvatus 2017.) Suomessa varhaiskasvatukseen osallistuu 63 prosenttia 1-6-vuotiaista lapsista. (Kuoppala & Säkkinen 2015, Tulokortin 2016, 14 mukaan). Ennen koulun alkua järjestettävä esiopetus on toiminnallisesti varhaiskasvatusta ja se on ollut vuodesta 2015 alkaen velvoittavaa (Varhaiskasvatus 2017).

Suomessa varhaiskasvatusta määrittää varhaiskasvatustalaki. Sen mukaan varhaiskasvatukseen ovat oikeutettuja kaikki alle oppivelvollisuusikäiset lapset sekä myös sitä vanhemmat lapset, joiden erityiset olosuhteet sitä edellyttävät. Varhaiskasvatustalassa on määritelty myös var-

haiskasvatuksen tavoitteet. Varhaiskasvatus on ollut opetus- ja kulttuuriministeriön hallinnonalainen vuodesta 2013 alkaen ja sitä ennen se oli sosiaali- ja terveysministeriön alainen. (Varhaiskasvatuksen lainsäädäntö 2017.) Varhaiskasvatusta määrittää myös opetushallituksen laatima valtakunnallisen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat tehdään sen pohjalta. Lisäksi varhaiskasvatuksessa kaikille lapsille tulee tehdä yhdessä huoltajien kanssa lapsen henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma. (Varhaiskasvatus 2017.)

2.2 Lasten osallisuus

Lapsen osallisuus tarkoittaa, että lapsi tulee kuulluksi jokapäiväisissä toiminnoissaan. Tunne hyväksymisestä, arvostuksesta ja yhteisön jäsenyydestä ovat olennaisia tekijöitä osallisuuden ja yhteenkuuluvuuden kokemuksen kannalta. Lapselle osallisuus on kokemus, joka liittyy yhdessä elämiseen ja sen pohjana on turvallisuuden tunne, hoiva, kohdatuksi tuleminen, vaikuttaminen ja yhteisön elämään osallistuminen. Osallisuus tarkoittaa enemmän kuin mahdollisuutta osallistua. (Leinonen 2010, 4, Marjasen, Marttilan & Varsan, 2013, 78 mukaan.) Pohjimmiltaan osallisuus merkitsee kuulluksi tulemistä, itseään koskeviin asioihin vaikuttamista osallistumalla asioiden suunnitteluun ja päätöksentekoon sekä ottamalla vastuuta niiden toteutuksesta yhteisössään. (Hill ym. 2004; Piironen 2007, Hujalan & Turjan 2017, 45 mukaan.) Osallisuutta edistäessä kasvattajien tulee huomioida lapselle asettama vastuu, jonka on oltava ikään ja kehitystasoon nähden sopivaa (Shier 2001, Leinosen, Vennisen & Ojalan 2011, 87 mukaan).

Lasten osallisuus on turvattu YK:n Lapsen oikeuksien sopimuksessa. Yksi sopimuksen ydintee- moista on osallisuus, jonka vastakohtia ovat osattomuus, syrjäytyminen ja ohittaminen. Lapsen oikeuksien sopimus haastaa aikuisia tarkastelemaan lapsia yksilöinä, joilla on oikeus tulla kuulluiksi ja nähdyiksi heitä koskevia päätöksiä tehdessä ikätasonsa mukaisesti ja iästä riippumatta. Lapsella on oikeus mielipiteeseen ja vapaus ilmaista eriävä mielipide. (Lapsen oikeuksien sopimus ja osallisuus 2018.) Varhaiskasvatuslain (36/1973) määräämä yksi varhaiskasvatuksen tavoitteista on varmistaa lapsen mahdollisuus osallistua ja saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Oikeus osallistumiseen ja kuulluksi tulemiseksi on turvattu myös Suomen perustuslaissa (Heinonen & Kuikka 2013, 222).

Osallisuuden määritelmä voi saada monenlaisia merkityksiä riippuen siitä, missä yhteydessä sitä käytetään. Käsitteen yhteydessä puhutaan myös osallistamisen käsitteestä. Se merkitsee esimerkiksi kasvattajan lapsiin tai huoltajiin kohdistuvia toimia, joiden tarkoituksena on saattaa heidät osallisiksi. Osallisuudessa on kuitenkin kyse vapaaehtoisuudesta ja aidosta dialogisesta ja tasa-arvoisesta ihmisten välisestä suhteesta. Osallistamisen käsite kuulostaa käse- vältä ja itsevaltaiselta, sillä siinä lapsi joutuu kasvattajan alistamaksi, vaikka hänet tulisi nähdä omasta tahdostaan toimivaksi aktiiviseksi toimijaksi. Osallistamisen käsitteen sijaan voi käyttää esimerkiksi käsitettä osallisuuden mahdollistaminen. (Turja 2017, 44-45.)

Turja (2017, 49-50) on esittänyt, että osallisuuden perusedellytyksiä ovat luottamus itseen ja muihin, yhteisen kielen ja kommunikaation sekä tiedonsaannin että materiaalsiin resurssihin liittyvien ehtojen toteutuminen. Yhteinen kieli ja kommunikointikeinot ovat tärkeitä, jotta lapsi tulee kuulluksi ja hän kykenee saamaan tietoa ja voi osallistua häntä koskeviin keskusteluihin. Lapsella tulee olla riittävä tiedonmäärä voidakseen osallistua ja vaikuttaa toimintaan. Materiaalisia resursseja, esimerkiksi päiväkodin tiloja ja välineitä, tarvitaan toiminnassa ja ne ovat mahdollistamassa lapsen omatoimisen leikin ja muun toiminnan. Virkin (2015, 125) mukaan lapset innostuvat toiminnasta, kun välineet ja materiaali ovat monipuolisia ja käyttötarkoitukseen sopivia. Erityisesti liikuntahetkien välineillä on suuri merkitys liikunnasta innostumisen kannalta. Positiiviset kokemukset vahvistavat itsetuntoa, kun taas tilanteeseen sopimattomat välineet saattavat aiheuttaa epäonnistumisen tunteita eikä toiminta ole silloin motivoivaa.

Osallisuus on merkittäväällä tavalla kytköksissä yhteisöllisyyteen. Lapset kuuluvat erilaisiin yhteisöihin kuten perheeseen, kaveripiiriin, varhaiskasvatukseen, joissa he yhdessä tarkastelevat ympäristöään. Osallisuuteen liittyvä mahdollisuus iloita itsestään ja tunne siitä, että lapsen seuraan halutaan. Lasten kommunikoidessa toistensa kanssa kokemuksistaan, ideoistaan, näkemyksistään ja mielenkiinnonkohteistaan sekä osallistuessaan toimintaan heidän kykynsä ajatella omaa ajatteluaan kehittyy, minäkuva selkiytyy, itseluottamus lisääntyy ja sosiaaliset taidot kehittyvät. (Leinonen ym. 2011, 93; Turja 2017, 44-53.)

Lapsi luo luottamussuhteita aikuisiin kokemusten, kuten omien tarpeiden täyttämisen, kautta. Oppiminen ja kasvaminen aikuisen tukemana mielletään myös osallisuudeksi, silloin lapsi pystyy toteuttamaan ja suunnittelemaan toimintaansa omatoimisuuden harjoittelun myötä. Aikuisen rohkaisu lisää lapsen luottamusta itseensä ja se vahvistaa yhteisön toimintaan sitoutumista. Lapsen vastuunotto kyky vahvistuu kehitystason myötä aina vähän kerrallaan. (Venninen, Leinonen & Ojala 2010, Leinosen ym. 2011, 93 mukaan.)

Varhaiskasvatuksessa luodut päivärytmit saattavat edistää osallisuutta, sillä osallisuus liittyy kaikkeen tekemiseen päivän aikana ja ne tarjoavat samalla erilaisia osallistumisen mahdollisuuksia. Toistuvat rutiinit luovat lapsille turvaa ja olisikin syytä miettiä, mitä suuremmista muutoksista saattaa seurata. Päiväkodin aikataulut voidaan nähdä kuitenkin myös uhkatekijänä osallisuudelle, jolloin lapsen tekemistä rajoitetaan aikatauluilla. (Bae 2009, Virkin 2015, 127 mukaan.)

Hujalan & Turjan (2017, 39-40) mukaan varhaiskasvatuksessa lapsen osallisuuteen ja itseohjautuvuuteen vaikuttaa lapsen ja kasvattajan välinen valtasuhde. Valtasuhteeseen vaikuttavat kasvattajan näkemykset, kulttuuri ja ajanmukaiset oletukset lapsuudesta, lapsen asemasta ja kehitys- ja oppimiskäsityksistä. Kasvattajan ja lapsen välinen valtasuhde tulisi nähdä molemminpuolisena jokapäiväisenä vuorovaikutussuhteena. Lapselle tulisi luoda mahdollisuus olla

myös aktiivinen osapuoli vuorovaikutussuhteessa kasvattajan kanssa. Kasvattaja saattaa keskittyä lapsen osaamisen puutteisiin ja keskeneräisyyteen, jolloin unohdetaan, että lapsuus on itsessään merkityksellinen ajanjakso ihmisen elämässä. Näissä tilanteissa kasvattaja näkee lapsuuden olevan ainoastaan valmistautumista aikuisuuteen. Lapselle ominainen tapa on kuitenkin elää hetkessä. Kasvattajan tulisi huomioda, että lapsi ottaa vaikutteita ympäristöstään ja vaikuttaa toiminnallaan siihen.

Osallisuuden rakentamiseen liittyy riskejä sen aidon toteutumisen kannalta. Erilaiset osallistumishankkeet saattavat lisätä lasten vaikutusvaltaa vain näennäisesti. Lapsen asema aktiivisena toimijana vaarantuu, jos kasvattaja kontrolloi lasta ja päättää liiaksi, mitä lapsen osallistuminen on. (Heinonen & Kuikka 2013, 225.) Olennaista osallisuudessa on vallan ja vastuun rajanvedot. Lapsen osallisuus saatetaan toisessa ääripäässä nähdä lapsen rajattomana vallankäyttönä, mutta oikeastaan vallan antaminen kokonaan lapselle ja lapsen aito osallisuus ovat toistensa vastakohtia. Lapset eivät pysty vielä hyödyntämään kaikkea kasvattajien antamaa valtaa tasavertaisesti ja oikein. Osallisuus varhaiskasvatuksessa on opettamista valtaan ja sen tuomaan vastuuseen. Aikuisen käyttäessä valtaa on lapsen osallisuuden kannalta tärkeää, että aikuinen tiedostaa ja perustelee toimintaansa lapselle. Näin lapselle annetaan tilaisuus oppia, mitä vallankäyttö ja vastuu merkitsevät. (Vilpas & Tast 2011, 151.)

Jotta osallisuus toteutuisi, tulee tarkastella asenteita, arvoja ja sääntöjä uudelleen sekä harjoittaa reflektointia. Arjessa lasten näkemysten ja aloitteiden kuulluksi tulemiseksi aikuisen tulee tietoisesti pohtia kontrollin määrää ja tarvetta. Kasvattajat kokevat ristiriitaisuuksia osallisuuden ja lasten tarpeiden turvaamisen välillä. Heitä mietityttää kontrollin laskeminen ja sen vaikutukset turvallisuuteen ja vastuunkantoon. (Leinonen ym. 2011, 93.)

Lasten vastuullinen ja aktiivinen vaikuttaminen ja osallistuminen luovat pohjan demokraattiseen näkemykseen. Demokratian keskeiset periaatteet ovat vaikuttaminen ja kuulluksi tuleminen ja niitä kunnioitetaan varhaiskasvatuksessa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 30.) Lapset oppivat demokraattiset arvot kokemusten myötä. Varhaiskasvatuksessa lasten osallisuus ei toteudu, jolleivät kasvattajat sitoudu sen tukemiseen. Osallisuus toteutuu, kun kasvattaja antaa ja tarjoaa lapsille mahdollisuuden siihen. (Leinonen ym. 2011, 85.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2016, 24-30) mukaan inklusiivisessa toimintakulttuurissa tulee edistää osallisuutta, yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa kaikessa toiminnassa. Siinä arvostetaan lasten, henkilöstön ja huoltajien aloitteita, näkemyksiä ja mielipiteitä. Tämä edellyttää osallisuutta edistävien toimintatapojen ja rakenteiden tietoista kehittämistä. Lasten käsitys yhteisöstä, oikeuksista, vastuusta ja valintojen seurauksista kehittyy osallisuuden avulla. Osallisuutta voidaan vahvistaa lasten sensitiivisellä kohtaamisella ja tarjoamalla lapselle myönteisiä kokemuksia kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta. Lasten osallistuminen toiminnan suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin vahvistaa osallisuutta.

2.3 Lasten liikunta

Varhaiskasvatustalain (36/1973) mukaan yksi varhaiskasvatuksen tavoitteista on toteuttaa monenlaista pedagogista toimintaa, joka pohjautuu lapsen leikkiin, liikuntaan, taiteisiin ja kulttuuriperintöön sekä mahdollistaa positiiviset oppimiskokemukset. Varhaiskasvatustalain (580/2015) määritetään myös, että ”varhaiskasvatusympäristön on oltava kehittävä, oppimista edistävä sekä terveellinen ja turvallinen lapsen ikä ja kehitystaso huomioon ottaen. Toimintajen ja toimintavälineiden on oltava asianmukaisia ja niissä on huomioitava esteettömyys”. Suomen perustalain mukaan perheen varattomuus ei saa olla esteenä itsensä kehittämiselle (Heinonen ym. 2016, 155).

On todettu, että liikunnalla on monia terveydelliseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä. Lasten säännöllinen liikunta vaikuttaa muun muassa parantaen fyysistä kuntoa ja vähentäen kehon rasvan määrää, mikä vaikuttaa positiivisesti sydän- ja verenkiertoelimistön terveyteen. Liikunnan avulla vähennetään riskiä sairastua muun muassa tyyppi 2 diabetekseen ja metaboliiseen oireyhtymään, minkä lisäksi se laskee kolesterolia ja korkeaa verenpainetta. Monipuolisella liikunnalla on positiivisia vaikutuksia myös tuki- ja liikuntaelimiin sekä luu- ja tukikudokseen. Säännöllinen voimaharjoittelu edistää lasten ja nuorten lihasvoiman ja -kestävyyden kehitystä. Liikunnalla on vaikutuksia myös lasten psyykkiseen hyvinvointiin. Se ehkäisee ja vähentää ahdistuneisuutta ja masennusta sekä parantaa itsetuntoa ja minäkäsitystä. (Strong ym. 2005; Physical Activity Guidelines Advisory Committee 2008, Syväoian ym. 2012, 23-24 mukaan.) Lisäksi liikunta tukee lapsen sosioemotionaalista kehitystä ja harjaannuttaa motorisia taitoja (Sääkslahti 2015, 141-142).

Liikkuminen ja liikunta on alkanut irtaantua suomalaisten elämäntavasta - siitä on tullut irrallinen markkinatuote. Sen seurauksena liikunta ei enää periydy sukupolvelta toiselle siinä määrin kuin ennen. Mikäli lapsen huoltajat eivät harrasta liikuntaa tai muuten liiku, on lapsen suhde liikuntaan vaarassa jäädä olemattomaksi. On vaarana, että liikunnan merkitys osana elämäntapoja pienenee, koska lapset eivät omaksu liikuntaa kotoaan osaksi elämäänsä. Tässä tapauksessa liikuntaa pidetään valinnaisena ja irrallisena sen sijaan, että se nähtäisiin elämän perusominaisuutena. Aiemmin liikuntaa on pidetty vertaissosiaalisuuden kannalta tärkeänä ja lasten identiteettiä tukevana, mutta teknologian ja sosiaalisen median myötä liikunnan merkitys lasten elämässä on vähentynyt. Tällä hetkellä kehitys näyttää siltä, että perheiden kohdalla liikkumisen ja liikunnan merkitys vähenee osana vapaa-aikaa jokaisen uuden ikäluokan myötä. (Salasuo 2015, 497.)

Perheellä on suuri merkitys lapsen liikunnallisen elämäntavan muodostumisessa. Jos perheessä esimerkiksi seurataan aktiivisesti urheilua tai lapsen huoltajat ovat urheilullisia tai pitävät luonnonläheisestä liikkumisesta, lapsi omaksuu perheeltään nämä elämäntavat ilman, että niitä erikseen opetetaan. (Sääkslahti 2015, 142-143.) Lasten huoltajat haluavat tietää

varhaiskasvatuksessa tapahtuvasta toiminnasta ja oman lapsen hyvinvoinnista sekä liikkumisesta. He toivovat ohjattua liikuntaa ja että lapsella on mahdollisuus omaehtoiseen liikkumiseen. Osa huoltajista osallistuisi mielellään myös rahallisesti varhaiskasvatuksessa tapahtuvan liikunnan mahdollisiin lisäkustannuksiin. (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 148-149.)

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten (2005) mukaan varhaiskasvattajan vastuulla on, että lapsilla on päivittäin mahdollisuus liikkua monipuolisesti mielekkäässä ympäristössä. Suosituksen mukaan lasten tulisi harjoittaa reipasta ja hengästyttävää liikuntaa vähintään kaksi tuntia päivässä eri pituisissa jaksoissa. Lapsen riittävän liikunnan määrän mahdollistaminen on varhaiskasvattajien ja huoltajien vastuulla.

Liikuntaa toteutetaan varhaiskasvatuksessa erilaisissa fyysisissä, psyykkisissä ja sosioemotionaalisissa ympäristöissä. Fyysisiä ympäristöjä ovat ulkona esimerkiksi metsä, kiipeilytelineet, puut ja pensaat ja sisällä esimerkiksi avarat tilat ja käytävät. Jokainen ympäristö joko rajoittaa tai houkuttaa lasta liikkumaan. Liikuntaympäristöjen lisäksi liikuntavälineillä, jotka ovat vapaasti saatavilla, on suuri merkitys liikuntainnon syntymisessä. Psyykkisessä ympäristössä kasvattajien tulee sitoutua lasten liikkumisen mahdollistamiseen ja innostamiseen. Lasten ehdotuksia tulisi kuunnella ja kehua heitä innovatiivisuudesta, mikä tukee myös osallisuutta. Jos nämä eivät toteudu, kasvattajat saattavat rajoittaa toiminnallaan ja säännöillään lasten liikkumismahdollisuuksia. Sosioemotionaalisessa ympäristössä liikunta tapahtuu ryhmässä, mikä voi osaltaan luoda yhteisöllisyyden kokemuksia. Kasvattajan osallistuessa lasten liikkumiseen hän tukee sillä oppimisen lisäksi lasten hyvinvointia ja lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmään. (Sääkslahti 2015, 171-173.)

lältään 1-2-vuotiaat lapset liikkuvat pääsääntöisesti fyysisesti aktiivisesti leikkimällä. Tämän ikäiset lapset harrastavat liikuntaa yleensä yhdessä perheen kanssa. Noin 3-vuotiailla lapsilla ulkona leikkiminen saa suuremman sijan. Suomessa lapset aloittavat harrastustoiminnan jo hyvin aikaisessa vaiheessa, jopa 25 prosenttia kolmevuotiaista harrastaa liikuntaa kerran viikossa ohjatussa toiminnassa. Ohjattua liikuntaa järjestävät esimerkiksi eri urheiluseurat, kunnan liikuntatoimi ja seurakunnat. lältään 4-7-vuotiaat lapset harrastavat liikuntaa pääsääntöisesti perheen kanssa tai ohjatussa toiminnassa. Lähes 90 prosenttia noin 4-7-vuotiaista lapsista harrastavat liikuntaa ohjatusti. Monet kilpaurheiluun tähtäävät lajit alkavat usein tässä iässä. (Sääkslahti 2015, 145-146.) Eri urheiluseuroissa harrastaminen näyttää olevan suosittumaa kuin aikaisemmin. Lähes puolet 3-18-vuotiaista lapsista on mukana jonkin urheiluseuran toiminnassa. Urheiluseurat tavoittavat lapsia ja nuoria entistä paremmin ja seuratoimintaan osallistuminen on yleistynyt niin poikien kuin tyttöjen keskuudessa. (Kokko & Mehtälä 2016, 35.)

LIITU-tutkimuksen mukaan pojat liikkuvat fyysisesti rasittavammin kuin tytöt ja heidän liikunnan määrä on tyttöjä useammin liikuntasuosituksen mukainen. Tytöt puolestaan liikkuvat kertamäärällisesti viikossa useammin kuin pojat. (Kokko & Mehtälä 2016, 11-22.) Huolestuttavaa suomalaisten lasten liikuntaharrastamisessa on se, että huoltajat suosivat enemmän poikien kuin tyttöjen liikuntaharrastuksien tukemista. Varhaiskasvattajien on tärkeää huomioida, ettei tämänlaista ilmiötä muodostu varhaiskasvatuksessa. Jokaisella lapsella on tasavertainen oikeus liikkumiseen ja sen tuomaan iloon. (Sääkslahti 2015, 145-146.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2016, 46) mukaan yksi varhaiskasvatuksen tehtävistä on luoda perustaa lasten terveellisille elämäntavoille kuten fyysiselle aktiivisuudelle. Fyysinen aktiivisuus tarkoittaa monipuolisia ja kuormittavuudeltaan eritasoisia liikuntamuotoja. Se on tärkeää lapsen kasvulle, kehitykselle ja oppimiselle. Tarkoituksena on kannustaa lapsia liikkumaan säännöllisesti ja monipuolisesti sekä innostumaan liikunnasta. Lapsilla on oikeus päivittäiseen omaehtoiseen liikuntaan. Sääkslahden (2015, 141-142) mukaan liikunta ei rajaudu ainoastaan sisätiloihin - ulkoliikunta ei ole vuodenajasta tai säästä riippuvainen. Liikuntakasvatusta tulee harjoittaa lapsilähtöisesti ja tavoitteellisesti. Lapsen liikunnan tulisi olla monimuotoista - liikunnan avulla lapsi tutustuu itseensä ja pystyy toteuttamaan omaa tahtoaan. Lapsen liikunta on pääsääntöisesti fyysistä leikkiä. Kun lapsi liikkuu, hänen liikuntataidot kehittyvät ja mitä kehittyneempiä taidot ovat, sen vaativampia harjoitteita lapsi tekee. Onnistumisen tunne on tärkeässä roolissa, jotta lapsi kokee liikunnan innostavaksi.

Tutkimukset ovat osoittaneet, että varhaiskasvatuksessa fyysisen aktiivisuuden sijaan päivät ovat hyvin passiivisia. Niiden mukaan fyysisen aktiivisuuden osuus päiväkotipäivästä on ollut ainoastaan 10 prosenttia eli noin 48 minuuttia päivän aikana ja fyysisesti passiivista toimintaa on ollut jopa 60 prosenttia päivästä. Noin viidennes päivästä sisältää sisällä leikkimistä ja toinen viidennes ulkona leikkimistä, joihin ei liity juurikaan kuormittavaa fyysistä aktiivisuutta. Tutkijat ovat havainneet, että ulkoleikki on sisäleikkejä aktiivisempaa, mutta silti melko passiivista. Ulkoleikeistä 46 prosenttia on ollut fyysiseltä aktiivisuudeltaan hyvin kevyttä ja ainoastaan pieni osa keskiraskasta. Sisäleikeissä suurin osa, 86 prosenttia, toiminnoista on ollut fyysiseltä aktiivisuudeltaan erittäin kevyttä. Tutkijoiden mukaan lapset saavat ohjatusti reipasta liikuntaa viikon aikana vain 7 minuutin ajan. (Reunamo 2016, Tulokortin 2016, 14 mukaan.)

Liikunnan määrän vähentyessä lasten keskuudessa, on liikuntakasvatus uusien haasteiden edessä. Liikuntakasvatuksessa joudutaan painottamaan erityisesti liikunnallista perustaa, sillä lapset eivät omaksu sitä välttämättä luontaisesti omalla vapaa-ajallaan. Liikuntakasvatuksen kannalta tämä tarkoittaa sitä, että taitojen opettaminen jää toissijaiseksi suhteessa liikunnallisen elämäntavan edistämiseen ja omaksumiseen. (Koski 2014, 75.)

3 Tavoitteet, kehittämistehtävä ja suunnitelma

Tässä luvussa kuvaamme toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteita ja tarkoitusta. Kerromme kehittämämme osallisuutta edistävän mallin synnystä ja sen vaiheista. Avaamme myös työmme suunnitelman, minkä lisäksi esittelemme työssämme hyödynnettäviä menetelmiä.

Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Se tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Se voi olla alasta riippuen esimerkiksi ohjeistus, opastus tai tapahtuma. Ammattikorkeakoulussa annetun koulutuksen tavoitteena on, että opiskelija toimii valmistuttuaan alansa asiantuntijatehtävissä ja tietää ja taitaa siihen liittyvät kehittämisen ja tutkimuksen perusteet. Opinnäytetyö on työelämälähtöinen, tutkimuksellisella asenteella toteutettu ja tarvittavalla tasolla alan tietojen ja taitojen hallintaa osoittava. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tärkeää on, että siinä yhdistyvät käytännön toteutus ja raportointi tutkimusviestinnän keinoin. (Airaksinen & Vilka 2003, 9-10.)

3.1 Tavoitteet ja tarkoitus

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tukea lasten osallisuutta ja liikunnallisuutta luomamme prosessimuotoisen mallin avulla. Kehittämistehtävämme oli luoda, kokeilla ja esitellä päiväkodin henkilökunnalle kehittämämme prosessimuotoinen malli, joka kokonaisuudessaan tukee lasten osallisuutta. Lasten osallisuutta edistävä prosessi olisi suoraan siirrettävissä myös muuhun päiväkodin toimintaan kuin liikuntaan. Päiväkodin henkilökunta voisi halutessaan ottaa tämän prosessimuotoisen mallin käyttöön opinnäytetyön myötä.

Asetimme itsellemme opinnäytetyöntekijöinä tavoitteiksi ammatillisen kasvun varhaiskasvatuksessa muun muassa reflektion avulla. Lisäksi tavoittelimme teoreettisen tiedon omaksumista ja hyödyntämistä opinnäytetyön toiminnallisen osuuden vaiheessa.

3.2 Kehittämistehtävä: Osallisuutta tukeva malli

Kehittämisen prosessin tulee olla perusteltua toimintaa. Perustellulla tarkoitetaan sitä, että tiedetään, mitä ja miksi kehitetään. Kehittämisen prosessissa tulee käydä selvästi ilmi, kuka tekee, mitä tekee ja mitkä ovat käytettävissä olevat resurssit. Kehittämisen prosessi edellyttää kehittämistoimintaa toteutustasolla. Lisäksi siihen liittyy myös toiminnan arviointivaihe. Kehittämisellä tavoitellaan uusien menetelmien, palveluiden tai tuotteiden levittämistä. Kehittämisen prosessia kuvaavia malleja on useita. Prosessimme mukaili lineaarista mallia, jonka avulla kuvattiin vaiheittain tavoitteiden määrittely, suunnittelu, toteutus ja arviointi. Linearisissa malleissa perustana on yleensä ennalta määritelty ongelma. Sen perusteella kehittämistyö pystytään suunnitella melko täsmällisesti jo etukäteen. (Toikko & Rantanen 2009, 56-66.)

Työn aloitusvaiheessa kartoitimme päiväkodin tarpeita. Päiväkodin tarpeena oli saada uusia näkökulmia lasten liikunnallisuuden edistämiseen. Kehittämistoiminnan perustelussa tulee

löytyä vastaus kysymykseen, miksi asiaa tulee kehittää juuri nyt. Perustelu pohjautuu yleensä nykytilan ongelmaan tai visioon tulevaisuuden ihannetilanteesta. (Toikko & Rantanen 2009, 57.) Lähdimme yhdessä pohtimaan, mikä voisi olla se keino, millä liikunnallisuutta lähdetäisiin tukemaan. Päädyimme valitsemaan keinoksi lasten osallisuuden kokemuksen, joka innostaisi lapsia liikuntaan. Päädyimme osallisuustematiikkaan muun muassa siksi, koska teema on tällä hetkellä ajankohtainen. Toikon ja Rantasen (2009, 57-58) mukaan kehittämistoiminnan merkityksellisyyteen vaikuttaa teeman ajankohtaisuus. Kehittäminen voi liittyä esimerkiksi senhetkisiin kehittämisohjelmien tavoitteisiin.

Päätimme luoda prosessimuotoisen osallisuutta tukevan mallin, jonka avulla opinnäytetyömme tarkoituksena oli edistää lasten liikunnallisuutta. Päädyimme tuottamaan mallin prosessimuotoiseksi, jotta toteutus olisi selkeä ja jokaisen lapsen osallisuus olisi mahdollista toteuttaa projektin jokaisessa vaiheessa. Koska osallisuus on opinnäytetyömme pääteema, lasten tulisi saada olla mukana suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin vaiheissa. Loimme työmme raamit liikuntatematiikkaan, mutta halusimme, että malli olisi hyödynnettävissä myös muissa päiväkodin teemoissa.

Kehittämistoiminnan toteutus vaatii suunnittelua ja pohjatyötä. Toiminnan tavoite muodostaa suunnittelulle ja pohjatyölle lähtökohdan. Suunnitteluvaiheessa käydään läpi resurssit, joilla tavoitellaan tavoitteiden saavuttamista. Suunnitelmassa tulee määritellä kehittämistyön tavoite ja kohde mahdollisimman konkreettisesti. (Toikko & Rantanen 2009, 58.) Lähdimme pohtimaan, minkälainen mallin tulisi olla, jotta siinä huomioitaisiin lasten osallisuus. Päätimme, että järjestäisimme liikuntahetket, jotka suunniteltaisiin ja toteutettaisiin yhdessä lasten kanssa. Lasten osallisuuden mahdollistamiseksi halusimme antaa heille mahdollisuuden osallistua liikuntahetkien suunnitteluun. Liikuntahetket suunniteltiin pienryhmissä, jotta jokaisen lapsen ääni tulisi varmasti kuulluksi. Keskustelimme yhdessä päiväkodin henkilökunnan kanssa siitä, kuinka monta alle esikouluikäistä lasta ryhmässä oli sillä hetkellä, mikä määräsi pienryhmien koot sekä toteutuskertojen määrän. Alun perin lapsia oli seitsemän ja ajatuksena oli muodostaa heistä kolme pienryhmää ja luoda kunkin pienryhmän kanssa omat suunnitelmat ja liikuntahetket. Lasten määrä kuitenkin väheni viiteen, mikä johti siihen, että suunnitelmia ja liikuntahetkiä tuli vain kaksi.

Kehittämistyö työyhteisöissä voi olla esimerkiksi uusien työtapojen kokeilua tai asiakasosallisuuden edistämistä. Toteutus tulee rajata tarkasti. Rajaamisen ja suunnitteluvaiheen jälkeen alkaa konkreettinen kehittämistyön kokeileminen. Kehittämistyölle on tärkeää, että sen kokeilu tapahtuu paikassa, jota varten työtä tehdään. Kokeilu toteutetaan usein vaiheittain, esimerkiksi kolmen viikon jaksossa. Palautteen kerääminen koko kokeilun ajan on tärkeää. Kokeilun avulla pystytään kuvaamaan toiminnan kehitystuloksia, jotka on tiivistetty selkeäksi kokonaisuudeksi, esimerkiksi vaiheistamalla työprosessin aikajanjalle. (Toikko & Rantanen 2009, 60.)

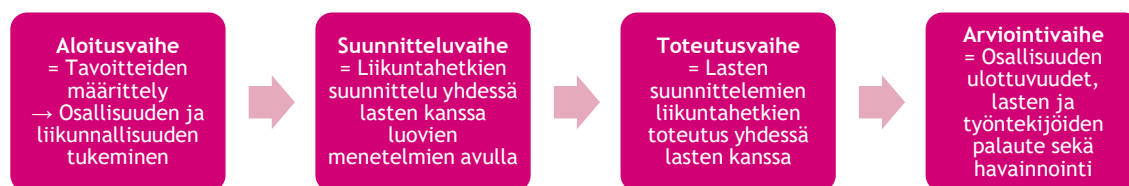
Pohdimme, kuinka toteuttaisimme liikuntahetkien suunnitteluvaiheen. Tukeaksemme lasten osallisuutta ja kartoittaaksemme lasten toiveita liikuntahetkien suhteen mietimme, millä keinoilla tämä olisi lapsille ominaisinta toteuttaa. Pelkkä suullinen haastattelu ei välttämättä innostaisi lapsia mukaan suunnitteluun. Tämän vuoksi päädyimme hyödyntämään erilaisia valmiita lapsilähtöisiä menetelmiä lasten toiveiden kartoittamisessa. Tutkimme erilaisia menetelmiä internetissä ja kirjallisuudesta. Valitsimme niistä toiselle pienryhmälle piirtämisen ja toiselle pienryhmälle kuvakorttien ja toivepuun kanssa työskentelemisen. Koimme, että näillä menetelmillä voisimme saada innostettua lapsia ja saada aikaan liikuntahetkiä jäsentäviä suunnitelmia heidän toiveidensa avulla. Koska pienryhmiä ja liikuntahetkiä oli kaksi, päädyimme käyttämään vain kahta menetelmää. Mikäli menetelmiä olisi yhtä pienryhmää kohden enemmän, toteutuksesta saattaisi tulla sekava ja vaikeasti jäsennettävä kokonaisuus. Kehittämistoiminta vaatii asioiden priorisointia - kaikkia ideoita ei ole mahdollista toteuttaa (Toikko & Rantanen 2009, 60). Liikuntahetkien suunnitteluvaihe toteutettiin päiväkodilla aamupäivä-

Lasten tuottamat suunnitelmat siirrettiin sellaisinaan toteutusvaiheeseen eli liikuntahetkiin. Molemmilla pienryhmillä oli omat erilliset liikuntahetkensä. Molempiin liikuntahetkiin osallistuivat kuitenkin ryhmän kaikki alle esikouluikäiset lapset. Jotta liikuntahetkistä tulisi varmasti lasten toiveiden mukaisia ja osallisuutta tukevia, annettiin pienryhmän lapsille mahdollisuus osallistua liikuntahetkeä koskevaan valmisteluun ja ohjaukseen. Toteutus oli siinä mielessä avointa, että lapsilla oli mahdollisuus vielä muokata liikuntahetkeä haluamaansa suuntaan jopa aikaisemmasta suunnitelmasta poiketen. Olimme kuitenkin valmiita asettamaan rajoja, jotta liikuntahetki pysyisi aihepiirissä ja kokonaisuutena, sillä työllä on kuitenkin tietynlainen struktuuri.

Arviointivaiheen tarkoitus on antaa informaatiota kehitettävän asian toimivuudesta ja sille asetettujen tavoitteiden toteutumisesta. Arvioinnissa analysoidaan, miltä osin kehittämistyössä on onnistuttu ja miltä osin ei. Arviointia voidaan tarkastella kahdesta näkökulmasta, ulkoa tai sisältäpäin. Ulkoinen arviointi tarkoittaa sitä, että arvioija analysoi kehittämistyötä ulkoapäin. Sisäinen arvioija tarkastelee itse toteuttamaansa toimintaa. Ulkoisen arvioinnin vahvuuksia ovat puolueettomuus ja arviointi on tutkimuksen kannalta luotettavampi näkökulma. Sisäisen arvioinnin vahvuksina ovat monipuoliset aineistot ja kohteen hyvä tuntemus. (Toikko & Rantanen 2009, 61-62.)

Prosessimme arviointivaihe suoritettiin ulkoisena arviointina lasten ja työntekijöiden palautteiden avulla ja sisäisellä arvioinnilla havainnoinnin ja Thomasin ”Osallisuuden ulottuvuuksien” (Hotari, Oranen & Pösö 2013, 153) avulla. Prosessin jokaisessa vaiheessa havainnoimme lasten käyttäytymistä, eleitä, puheita ja osallistumista toimintaan. Jotta lasten osallisuus mahdollistuisi myös arviointivaiheessa, keräsimme liikuntahetkien päätteeksi lapsilta pa-

lautetta suullisesti. Lapset saivat käyttää omaa kehoaan vastattaessa osaan kysymyksistä. Viimeisen liikuntahetken päätteeksi pyysimme työntekijöiltä palautteen kyselylomakkeen avulla. Arvioinnin tavoitteena oli pystyä näkemään, millä tavalla ja kuinka hyvin mallimme tukee lasten osallisuutta ja oliko sillä vaikutusta liikunnallisuuden tukemiseen.



Liite 1: Osallisuutta tukevan mallin vaiheet

3.3 Suunnitelma

Opinnäytetyöprosessimme alkoi suunnitteluvaiheella. Tarkoituksenamme oli toteuttaa opinnäytetyömme päiväkodissa 4-5-vuotiaiden lasten kanssa. Järjestäisimme päiväkodissa kaksi liikuntahetkeä, joiden suunnittelu- ja toteutusvaiheissa tavoiteltaisiin lasten osallisuuden toteutumista. Toteutuksemme ensimmäinen vaihe olisi selvittää kahdella erilaisella menetelmällä, minkälaisia liikuntatuokioita lapset toivoisivat. Tämä toteutettaisiin päiväkodilla lasten aamupiirissä. Ennen menetelmien käyttämistä tutustuisimme toisiimme ja virittäytyisimme liikunta-aiheeseen pienimuotoisella fyysisesti aktiivisella toiminnalla, minkä jälkeen kertoisimme tarkemmin tulevasta toiminnasta. Rusasen, Kuuselan, Rintakorpin ja Torkin (2014, 35) mukaan kasvattajien tulisi luoda kannustava ja hyväksyvä ilmapiiri, jotta lapset innostuisivat ja motivoituisivat luovaan prosessiin. Lasten mielikuvitus syntyy kokemuksista ja nämä tulevat näkyviksi kuvataiteellisissa töissä.

Virittäytymisen ja tutustumisen jälkeen jakaisimme lapset kahteen pienryhmään. Ensimmäisen pienryhmän kanssa käyttäisimme kuvakortteja. Rakentaisimme yhdessä lasten kanssa toivepuun eli laittaisimme esille valmiiksi askartelemamme puun, johon pienryhmän lapset saisivat kukin vuorollaan laittaa valitsemiaan liikuntakuvakortteja. Ohjeistaisimme lapsia niin, että he saisivat laittaa puuhun kuvia, joissa esiintyy lapsille mieluisia liikunta-aiheita. Kuvista

rakentuisi yksi iso toivepuu eli käytännössä liikuntahetki. Hyödyntäisimme toiveiden selvittämisessä havainnointia ja muistiinpanoja. Toisen pienryhmän kanssa piirtäisimme tai maalaisimme unelmien liikuntahetken, jonka pohjalta liikuntatuokio toteutettaisiin. Molempien pienryhmien teoksista ilmeni lasten toiveet liikuntahetkien suhteen. Kasvattajien tulee aidosti kuunnella lapsia siitä, millä tavalla he haluaisivat liikkua ja tunnistaa liikkumiseksi sellaisiakin tekemisen muotoja, jotka ovat aikuiselle tuntemattomia tai tiedostamattomia (Berg & Pasanen 2015, 501). Dokumentoimme käyttämiämme materiaaleja ja valmiita teoksia valokuvaamalla. Tätä varten tarkoituksena olisi pyytää huoltajilta kuvausluvat.

Neljän vuoden iässä lapset alkavat usein viimeistään esittää tuotoksissaan asioita tarkoituksenmukaisesti. Lapsi voi kertoa kuvien avulla ajatuksistaan ja luoda kuvallista luetteloa mielestään olevista asioista. (Rusanen ym. 2014, 50.) Molempien pienryhmien työskentelyn aikana ja sen jälkeen keskustelisin lasten tuotoksista heidän kanssaan. Rusasen ym. (2014, 37) mukaan lapsi tarvitsee toiminnastaan myös palautetta. Kasvattajalta saatu positiivinen palaute innostaa lasta tehtävän loppuun suorittamiseen. Ryhmän yhteiset palautteet tukevat lapsiryhmän yhteisöllisyyttä ja auttavat ymmärtämään taiteen monimuotoisuutta.

Pedagogisten työmenetelmien on tarkoitus tukea henkilöstön taitoa edistää lasten osallisuutta mikrohetkissä eli arjen pienissä hetkissä. Yksittäiset osallisuuden vahvistumiseen tähtäävät työmenetelmät vaativat toimiakseen aina myös sensitiivistä läsnäoloa ja vuorovaikutusta. (Lapsen osallisuuden vahvistaminen 2017.) Pienten lasten osallisuus syntyy mikrohetkien vuorovaikutustilanteista, jolloin he saavat kokemuksia kuulluksi tulemisesta ja vaikuttamisesta heille itselleen tärkeissä asioissa. On tärkeää, että lapset tietävät, että he voivat vaikuttaa ja heitä kuullaan. Tietoisuus omasta vaikuttamisesta lisää lasten itsetuntoa ja voimaantumisen tunnetta. (Turja 2017, 46-55; Heikka, Hujala, Turja & Fonsén 2017, 56-57.)

Lasten ideoiden pohjalta tekisimme kaksi erilaista liikuntahetkeä. Pienryhmien jäsenet saisivat halutessaan tulla valmistelemaan suunnittelemaansa liikuntahetkeä esimerkiksi järjestämällä liikuntasalin valmiiksi kanssamme ja tulemalla ohjaajiksi muulle ryhmälle. Lapset saisivat tahtoessaan osallistua yhdessä kanssamme liikuntahetken ohjaukseen koko toiminnan ajan. Näkemykset, joiden mukaan liikkuminen on ainoastaan aikuisjohtoista ohjattua liikuntaa, ovat liian kapea-alaisia (Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016, 56-57). Luovan liikunnan olennainen piirre on, ettei kasvattaja näytä lapsille mallia liikaa - aikuinen voi vallan ottaa mallia myös lapsesta. Tämänlaisissa tilanteissa kasvat-tajan ja lapsen roolit yhtyvät toisiinsa. Luovan liikunnan ideana on, että sitä toteutetaan yhdessä. Toiminta on kasvattajan ja lapsen vuorovaikutuksellista toimintaa, jossa lapsi on aktiivisessa asemassa. (Ruokonen, Rusanen & Välimäki 2009, 17.)

Liikuntatuokioiden päätteeksi keräisimme lapsilta palautetta suullisesti ja antaisimme liikuntahetken suunnitelleille ja järjestäneille lapsille kannustavat kunniakirjat hyvästä työstä. Keräisimme työntekijöiltä palautteen kirjallisesti. Kun olisimme saaneet pidettyä liikuntahetket ja saaneet palautteet, arvioisimme, millä tavalla kehittämämme prosessimuotoinen malli tuki lasten osallisuutta ja liikunnallisuutta.

4 Toteutus

Tässä luvussa paneudumme opinnäytetyömme toteutusvaiheeseen. Toteutusvaiheeseen kuuluivat aamupiiri ja kaksi erillistä liikuntahetkeä. Toteutusvaiheessa toimme kehittämämme mallin käytäntöön ja esittelimme sen päiväkodille. Käytimme toteutuksen aikana arviointivaiheessa hyödyntämiämme menetelmiä, jotka esittelemme työmme seuraavassa luvussa.

4.1 Ensimmäinen tapaaminen: Aamupiiri

Menimme päiväkotiin sovitusti pitämään aamupiiriä. Aluksi tutustuimme lasten kanssa toisiimme, jotta aamupiiriin osallistuminen olisi lapsille luontevampaa. Osa lapsista oli piirtämässä ja osa leikkimässä omia leikkejään. Kun kaikki lapset olivat saapuneet päiväkodille ja olimme saaneet järjestelyt valmiiksi, aloitimme aamupiirin.

Aloitimme aamupiirin esittelemällä itsemme ja käymällä läpi kaikkien osallistujien nimet. Tämän jälkeen kerroimme lapsille tulevasta projektistamme, eli yhteisistä liikuntahetkistä, jotka lapset saivat tänä päivänä suunnitella tehtävän muodossa yhdessä meidän kanssamme. Turjan (2017, 54) mukaan varhaiskasvatuksessa tarvitaan osallisuutta vahvistavia menetelmiä, jotka mahdollistavat lasten osallistumisen toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Tämänlaisia menetelmiä ovat muun muassa lasten kokoukset, lasten suunnittelemat tapahtumat ja erilaiset projektityöt.

Ennen tehtäviin siirtymistä pidimme lapsille leikin, jotta keskittyminen ja siirtyminen tehtävään olisi helpompaa. Leikin ajaksi asetimme lattialle numeroita eri puolille huonetta. Lasten tehtävänä oli leikin aikana liikkua kunkin vuorollaan päättämän eläimen tavoin ja kun heille kerrottiin numero, heidän tuli siirtyä oikean numeron kohdalle. Leikkiä muokattiin haastavammaksi sen osoittauduttua lapsille helpoksi. Asetimme numeroiden viereen eri värejä, esimerkiksi numero yhden vasemmalle puolelle sinisen kuviomaton ja oikealle puolelle keltaisen kuviomaton. Tässä vaiheessa leikissä liikuttiin yhä jonkin eläimen tavoin, mutta lasten tuli siirtyä nyt oikean numeron ja värin kohdalle. Lapset osallistuivat leikkiin rohkeasti ja vaikuttivat innostuneilta.

Leikin loppuvaiheessa ohjasimme ryhmän viidestä lapsesta kaksi menemään yhden väri-numero-yhdistelmän kohdalle ja kolme toisen väri-numero-yhdistelmän kohdalle. Tällä tavalla saimme pienryhmäjaon aikaiseksi tulevia tehtäviä varten. Kun olimme jakaneet pienryhmät, toinen pienryhmä jäi samaan tilaan tekemään omaa tehtäväänsä ja toinen pienryhmä siirtyi

viereiseen tilaan tekemään omaa tehtäväänsä. Toinen meistä jäi kahden lapsen kanssa tekemään toivepuuta (liite 2) ja toinen siirtyi kolmen lapsen kanssa viereiseen tilaan piirtämään unelmien liikuntahetkeä (liite 3).

Lapsia ohjeistettiin toivepuun tekoon esittelemällä heille meidän valmiiksi askartelema toivepuu ja tehtävässä käytettävät liikunta-aiheiset kuvakortit (Kulo ym. 2018). Lapsille kerrottiin, että kuvakorttien ja toivepuun avulla suunnitellaan unelmien liikuntahetki, joka toteutetaan myöhemmin kahden tai kolmen viikon kuluttua. Fonsén, Heikka ja Elo (2014, 85) kertovat, että lasten osallisuuden esiin saamiseksi voidaan käyttää erilaisia visuaalisia menetelmiä kuten lasten toiveiden puuta. Toivepuun avulla lasten toiveet ovat helposti havaittavissa. Toivepuu työkaluna mahdollistaa lapsille tunteen osallisuuden kokemuksesta, heidän toiveensa tulevat kuulluiksi ja konkreettisesti toteutettaviksi.

Lapsille kerrottiin, että he saavat toimia apuohjaajina liikuntahetkessä. Lapset ilahtuivat suuresti tulevasta apuohjaajan roolista ja tehtävän annosta. He kertoivat, etteivät ole saaneet osallistua tämänkaltaiseen toimintaan aikaisemmin. Lapsen osallisuus pääkaupunkiseudun päiväkodeissa -tutkimuksen mukaan varhaiskasvattajat ovat sitä mieltä, että lasten osallisuuden tulisi näkyä kaikessa varhaiskasvatuksessa tapahtuvassa toiminnassa hoidosta opetuksellisiin hetkiin. Käytäntö on kuitenkin osoittanut, että lasten mahdollisuudet osallistua suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin ovat olleet melko vähäiset. (Venninen, Leinonen & Ojala 2010, Leinosen 2014, 19-20 mukaan.) Lapsiryhmistä noin 15 prosentissa lapset olivat osallistuneet tulevan toiminnan suunnitteluun usein. Toiminnan arvioimiseen usein oli saanut osallistua noin 22 prosenttia lapsista. 3-5-vuotiaista lapsista noin 32 prosentilla oli usein mahdollisuus jättäytyä pois toiminnasta. (Venninen, Leinonen, Ojala 2010, 21).

Lapset lähtivät työstämään liikuntahetkeä kuvakorttien avulla mielellään ja heiltä tuli paljon ideoita. Heille oli selvää myös se, mitä he eivät halua missään tapauksessa sisällyttää liikuntahetkeen, esimerkiksi keppihevoseet ja hulavanteet olivat poissuljettuja. Suurinta suosiota lapsissa herätti muun muassa salibandy ja estehyppelyt. Ryhmän jäsenet löysivät nopeasti yhteisen näkemyksen tulevasta liikuntahetkestä ja yhdessä he poimivat toivepuuhun sopivia kuvakortteja. Ideoita käytiin kerran hakemassa myös liikuntasalin välinevarastosta. Lapsen osallisuus pääkaupunkiseudun päiväkodeissa -tutkimuksesta selviää, että lapsista noin 76 prosenttia saa valita leikkivälineensä usein, 22 prosenttia aina ja 2,2 prosenttia joskus (Venninen, Leinonen, Ojala 2010, 18).

Kuvakorttien avulla lapset päättivät, mitä liikuntahetki tulee sisältämään alusta lopetukseen asti. Toivepuun ja kuvakorttien avulla lasten ideointi oli selkeää ja liikuntahetki saatiin keskustelun kautta suunniteltua kokonaisuudessaan. Katajan (2014, 68) mukaan suunnitellessaan ja keskustellessaan lapset oppivat, että toiveiden toteuttamisella on monia ehtoja, joita ovat

Tuotoksista ilmenee toiveita mielekkäistä liikuntamuodoista. Kasvattajan tehtävä on kuulla ja ottaa huomioon lasten toiveet. (Heikka ym. 2009, Sääkslähden 2015, 210 mukaan.)

Piirtämisen aikana lapsilta kysyttiin, mitä lasten piirtämät kuvat tarkoittivat, jotta toiveet tulisivat tarkemmin ilmi. Lapsilta tuli paljon erilaisia ideoita liikuntahetkeä varten, mutta selkeää kokonaiskuvaa liikuntahetken rakenteesta ei syntynyt. Lapset olivat kuitenkin yksimielisiä siitä, mitä ehdottomasti haluaisivat tehdä liikuntahetken aikana ja näiden pohjalta muotoilimme ainoastaan rakenteen liikuntahetkelle. Eniten lapset toivoivat erilaisia hippoja, tanssimista ja hyppimistä. On havaittu, että valtaosa lapsista (67,6 %) kokee saavansa määrittellä leikkien aiheet ja sisällöt usein, 27,5 prosenttia aina ja 4,7 prosenttia joskus (Venninen, Leinonen, Ojala 2010, 18). Lapset pitivät piirtämistehtävästä ja suhtautuivat tulevaan apuohjaajan rooliin innokkaasti.

Pienryhmä, jonka tehtävänä oli piirtää unelmien liikuntahetki suurelle paperille, sai aikaan monia ideoita liikuntahetkeä varten. Jokainen lapsi piirsi ja antoi ideoita. Välillä lapset pohtivat liikuntamuotoja yhdessä ja välillä esittivät niitä täysin omien toiveidensa pohjalta. Valmiissa tuotoksessa suuren roolin sai liikunta, jota harrastetaan yhdessä. Lapset piirsivät hahmoja liikkumaan kahden kesken, ja he kertoivat halustaan liikkua yhdessä muiden lasten kanssa. Paperille piirrettiin erilaisia ruutuhyppelypaikkoja ja renkaita, joiden päällä lapset haluaisivat hyppiä. Erilaisia hippaleikkejä, tanssi-, kaveri- ja kissahippaa, toivottiin myös paljon. Lapset toivoivat myös tanssimista yhdessä kaverin kanssa ja temppujen tekemistä patjoilla. Lapset toivoivat, että liikuntahetki sisältäisi ehdottomasti hippaa ja ruutuhyppelyä. Näiden toiveiden pohjalta suunnittelimme ainoastaan rakenteen tämän pienryhmän liikuntahetkelle.



Liite 3: Piirustus unelmien liikuntahetkestä

Tehtävien valmistuttua kerroimme lapsille näkevämme heitä kahden viikon päästä uudestaan ja kiitimme heitä osallistumisesta. Tästä lapset siirtyivät ulkoilemaan. Jätimme lasten tekemän toivepuun ja piirustuksen unelmien liikuntahetkestä päiväkotiryhmän tiloihin innostamaan ja muistuttamaan tulevista liikuntahetkestä. Annoimme päiväkodin henkilökunnalle heidän työnsä tueksi käyttämämme liikunta-aiheiset kuvakortit. Kerroimme, että toivepuu voi jäädä päiväkodille tukemaan lasten osallisuutta myöhemmässä käytössä. Tukeakseen lasten osallisuutta kasvattajien tulisi kehittää tapoja, jotka auttavat lapsia esittämään omia toiveitaan, ajatuksiaan ja kokemuksiaan niin aikuisten kuin muiden lasten kanssa (Ikonen & Virtanen 2007, 167-170, Marjasen ym. 2013, 77 mukaan). Lopuksi jaoimme lasten lokeroihin kuvausluvut (liite 4), jotta voisimme kuvata ja julkaista heidän tuottamansa teokset opinnäytetyössämme.

4.2 Toinen tapaaminen: Liikuntahetki

Ensimmäisellä tapaamisella, aamupiirissä, suunnittelimme lasten kanssa ensimmäisen liikuntahetken. Lapset ilmaisivat toiveensa toivepuun avulla. Lapset kertoivat tuolloin haluavansa, että liikuntahetki sisältäisi erilaisia tehtäväpisteitä, sokkohippaa ja polttopalloa. Lapset päättivät, että sokkohippaa leikittäisiin liikuntahetken alussa ja polttopalloa liikuntahetken lopussa. Näiden välisenä aikana lasten olisi tarkoitus kiertää erilaisia tehtäväpisteitä, joita olisivat keilaaminen, tasapainoileminen, frisbeen heittäminen, salibandypallon maaliin saaminen, esteiden ylittäminen, jalkapallon kuljettaminen ja trampoliinilla hyppiminen. Lisäksi lapset kertoivat haluavansa, että tehtäväpisteiltä toisille siirryttäisiin eri välineitä, muun muassa penkkejä, hyödyntäen.

Toisella tapaamiskerralla toteutimme liikuntahetken yhdessä lasten kanssa. Menimme päiväkodille sovitusti. Haimme tämän kerran apuohjaajat mukaamme ja menimme valmistelemaan salia yhdessä. Aloitimme hakemalla aikaisemmin tehdyn toivepuun ja kävimme apuohjaajien kanssa läpi heidän toivomuksensa liikuntahetken suhteen. Apuohjaajat muistivat hyvin, mitä he olivat suunnitelleet liikuntahetkeä varten.

Tämän jälkeen aloimme laittamaan liikuntasalia valmiiksi tulevaa tehtävärataa varten. Pyy-simme apuohjaajilta apua tehtäväradan rakentamiseen ja välineistön etsimiseen. Saatuaamme ensimmäisen tehtäväpisteen, salibandyn, valmiiksi apuohjaajien kanssa, he alkoivat innokkaasti jo lyömään palloa maaliin. Tämä vei apuohjaajilta keskittymiskykyä lopun radan valmisteleamiseen. Jatkoimme radan valmistelua ilman apuohjaajia, mutta pyysimme heiltä mielipiteitä ja apua välineiden etsinnässä. Yritimme kannustaa apuohjaajia mukaan radan tekemiseen. Apuohjaajat osallistuivat valmisteluihin jonkin verran, mutta he eivät halunneet olla kaikessa mukana.

Tehtäväradasta tehtiin sellainen kuin apuohjaajat olivat alun perin suunnitelleetkin. Kun rata oli valmis, apuohjaajat kävivät sen läpi ennen kuin muu ryhmä kutsuttiin mukaan liikuntahetkeen. Sovimme toisen apuohjaajan kanssa, että hän kertoisi liikuntahetken aloittavan sokkohipan säännöt muille ryhmäläisille. Toisen apuohjaajan kanssa sovittiin, että hän hakisi muun ryhmän paikalle yhteiseen liikuntahetkeen.

Aloitimme liikuntahetken istumalla piirissä ja kysymällä, muistivatko lapset, miksi olimme paikalla. Lapset sanoivat muistavansa, miksi olimme tulleet paikalle. Kerroimme vielä, että tänä päivänä pitäisimme ensimmäisen liikuntahetken toivepuun pohjalta ja seuraavalla viikolla pitäisimme toisen liikuntahetken piirustuksen pohjalta. Tässä vaiheessa ryhmän muut lapset jaksoivat keskittyä hyvin, mutta apuohjaajat vaikuttivat jännittyneiltä ja innostuneilta, mikä ilmeni levottomuutena ja kikatteluna. Toinen meistä meni piirissä istumaan apuohjaajien väliin, jotta muun ryhmän keskittymiskyky pysyisi yllä. Sääkslahti (2015, 177) toteaa, että lasten huomion ollessa aikuisessa, virittäydytään päivän aiheeseen. Se tarkoittaa liikunta-aiheen ja yhteisten sääntöjen kertomista. Virittäytymisen ei tulisi olla liian pitkä, sillä lapsia houkuttaa jo päästä liikkumaan istumisen sijaan. Pitkä virittäytyminen vähentää itse liikunnan määrää.

Seuraavaksi kerroimme, että ensimmäisenä vuorossa olisi sokkohippaa. Toinen apuohjaajista kertoi sen säännöt muulle ryhmälle. Sokkohipassa hippa kulkee sokkona huivi silmillään ja saatuaan jonkun kiinni, tulee kiinni jääneestä uusi hippa. Sovimme yhdessä, ettei tämän hippapaleikin aikana juosta, koska hippa ei näe ympärillensä ja tällä tavoin välttäisimme mahdolliset onnettomuudet. Sovimme myös, että jos hippa olisi törmäämässä johonkin, esimerkiksi seinään tai trampoliiniin, häntä pitäisi varoittaa. Toinen meistä oli hippapaleikissa ensin hippa ja leikki aloitettiin. Lapset vaikuttivat innostuneilta, sillä he osallistuivat leikkiin hyvin ja olivat nauravaisia. Leikimme hippaa niin, että kaikki pääsivät olemaan hippana.

Sokkohipan jälkeen kokoonnuimme jälleen piiriin lattialle. Kerroimme, että seuraavaksi lähtisimme tehtäväradalle. Toinen apuohjaajista näytti tehtäväradan eri toimintapisteiden tarkoitukset. Hän tarvitsi hieman ohjausta tehtäväradan sujuvaan esittelyyn muille ryhmän jäsenille, sillä hän puikkelehti hieman levottomasti radalla. Muutoin apuohjaajan esittely oli onnistunut. Esittelyn jälkeen kertasimme vielä yhdessä suullisesti, mitä jokaisella pisteellä olisi mahdollista tehdä: frisbeen heittoa koriin, pallon potkimista maaliin, keilausta, tasapainoilua laudalla, trampoliinilla hyppimistä, salibandyballon lyömistä maaliin ja esteilytystä. Sääkslahden (2015, 180) mielestä tehtävän esittäminen mallisuorituksella on tehokas tapa saada lapset tekemään ja innostumaan tehtävästä. Mallisuorituksen tulee olla sellainen, että jokainen näkee ja kuulee ohjeistuksen. Sovimme, että jokainen lapsi aloittaisi eri toimintapisteeltä. Kysyimme lapsilta vuorollaan, miltä pisteeltä he haluaisivat aloittaa. Yksi lapsista ei halunnut itse kertoa, miltä pisteeltä aloittaisi vaan hän tarvitsi siihen tukea ja valmiita vaihtoehtoja

sanoitettuna. Muut lapset kertoivat, miltä pisteeltä haluaisivat aloittaa. Tämän jälkeen lapset siirtyivät toimintapisteelleen ja alkoivat kiertämään tehtävärataa.

Lapset suoriutuivat radan tehtävistä hyvin, mistä annoimme heille heti positiivista palautetta. Kun lapsi saa kannustavaa palautetta omasta tekemisestään, se luo hänelle turvallisuudentunnetta ja hänen kykynsä ohjata omaa tekemistään ja ottaa vastuuta siitä kehittyvät (Leinonen 2014, 37). Lapset kiersivät tehtävärataa läpi useita kierroksia. He kiersivät rataa pääasiassa itsenäisesti, mutta välillä myös yhdessä. Toisinaan lapsilla tuntui olevan kiire toimintapisteen tehtävän suorittamisessa, mikä näkyi myös keskittymisen puutteena tehtävän suoritukseen. Tämän vuoksi lapset tarvitsivat välillä aikuisen ohjausta tehtävään keskittymiseen. Lapset pysyivät tehtäväradalla koko ajan ja vaikuttivat olevan ilahuneita. Lasten ehdoton suosikkipiste oli keilausrata, jota varten olimme tuoneet tyhjiä pulloja keiloiksi.

Loppuvaiheessa lapsissa alkoi ilmetä enemmissä määrin keskittymisen herpaantumista, jolloin sovimme yhdessä apuohjaajien kanssa, että otamme suunnitelmista poiketen salibandyottelun mukaan liikuntahetkeen. Idea tähän syntyi siitä, että apuohjaajat kertoivat toivepuuta tehdessä salibandyyn olevan erityisen mieleistä toimintaa. Osallisuus ei tarkoita sitä, että lapset saisivat aina tehdä mitä haluavat vaan asioista voidaan käydä keskustelua ja lapsen toivoman toiminnan toteuttamisen mahdollisuuksia harkita yhdessä sekä tehdä yhteisiä sopimuksia siitä, kenen toivoma idea toteutetaan ja miten (Leinonen 2014, 38). Apuohjaajat halusivat toimia maalivahteina ja ryhmän muut jäsenet olivat kenttäpelaajia. Myös me osallistuimme otteluun. Lapset ottivat salibandyyn pelaamisen hyvin vastaan, sillä he olivat hymyileväisiä ja osallistuivat heti toimintaan. Kenttäpelaajina olleet lapset omaksuivat hienosti joukkuepelaamisen idean eli yhteistyön kuten syöttämisen toiselle. Maalivahdit toimivat maalilla esimerkillisesti ja rauhallisesti torjuen lähes kaikki pallot eikä aiemman kaltaista levottomuutta ilmennyt lainkaan.

Kun liikuntahetken aika alkoi olla lopussa, toteutimme vielä lasten suunnitelmien mukaisen polttopallon. Kun kerroimme lapsille, että seuraavana olisi polttopalloa, jokainen lapsi hihkui innosta - polttopallo oli selkeästi erityisen mielekäs leikki kaikille lapsille, ja myös meille aikuisille. Rajasimme yhdessä pelialueen patjojen avulla ja sovimme myös pelin säännöt lasten kanssa. Sovimme, että palloa saa heittää ainoastaan vyötäröstä alaspäin, joka oli samalla myös polttoalue. Sovimme myös, että se kuka palaa leikissä, siirtyy polttajaksi ja aikaisempi polttaja saa siirtyä takaisin kentälle. Kaikki lapset osallistuivat leikkiin ja pysyivät hyvin sovitussa säännöissä. Yhden kerran pallo lensi liian korkealle ja osui yhtä lasta hieman poskeen, mistä lapsi säikähti. Toinen meistä siirtyi lapsen kanssa hetkeksi sivuun lohduttamaan häntä. Pian lapsi piristyi ja oli taas mukana leikissä.

Polttopallon jälkeen kokoontuimme jälleen piiriin, jossa keräsimme lapsilta palautetta laatimamme kyselyn avulla (liite 5) työmme arviointia varten. Liikuntatuokio on hyvä päättää palauttekeskusteluun ja arviointiin, joka voi koostua esimerkiksi muistelusta ja pohdinnasta siitä, mitä tehtiin, mikä oli kivaa, mitä halutaan harjoitella lisää ja onko lapsilla ideoita seuraavia liikuntatuokioita varten (Sääkslahti 2015, 178). Muistutimme lapsia siitä, että ensi kerralla eli viikon päästä toteutettaisiin toisen pienryhmän suunnittelema liikuntahetki ja kiitimme lapsia päivästä. Leinonen (2014, 37) kertoo, että lapset, jotka saavat kertoa kokemuksistaan ja jotka saavat aikuiselta tukea ja kannustusta, voivat luoda aitoa yhdessä tekemisen tunnetta ja yhteisöllisyyttä.

Tämän jälkeen päätimme liikuntahetken ja lapset saivat nyt siirtyä päiväkodin muuhun toimintaan. Kaksi lasta jäi hetkeksi makoilemaan vielä patjoille siksi aikaa, kun laitoimme liikuntasalia takaisin normaaliin järjestykseen. Kun olimme saaneet salin valmiiksi, keskustelimme vielä yhden työntekijän kanssa siitä, miten liikuntahetki sujui. Kerroimme, että toivepuu voi jäädä päiväkodin käyttöön, mistä työntekijä ilahtui. Hän laittoi sen heti esille ja kertoi, että tätä ideaa hyödynnettäisiin varmasti myös päiväkodin muussa toiminnassa. Olimme tästä ilahuneita ja lopetimme päiväkodilla tämän päivän osalta tähän.

4.3 Kolmas tapaaminen: Liikuntahetki

Ensimmäisellä tapaamiskerralla, aamupiirissä, kartoitimme lasten toiveet pienryhmässä piirtämisen avulla. Lapset saivat piirtää yhteiselle paperille unelmiensa liikuntahetken. Lapset toivoivat erityisesti erilaisia hippoja, tanssia, temppujen tekemistä patjoilla, hyppimistä ruuduilla ja renkaiden päällä ja yhdessä olemista. Koska lapset eivät luoneet tuolla tapaamiskerralla selkeää rakennetta liikuntahetkelle, teimme sen itse lasten toiveiden pohjalta. Liikuntahetki aloitettaisiin tanssihippalla, minkä jälkeen siirryttäisiin hyppy- ja temppuradalle. Toisella puolella liikuntasalia olisi patjoja, joilla tehtäisiin temppuja kuten kuperkeikkoja ja kärrynpyöriä. Toisella puolella salia olisi renkaita, ruutuja ja penkkejä, joissa hypitään. Siirtymät hyppypuolen ja temppupuolen välillä tapahtuisi puolapuulle asetettavan liukumäen ja lattialle laitettujen värikkäiden alustojen kautta. Suunnittelimme liikuntahetkelle rakenteen, mutta jätimme sen kuitenkin avoimeksi niin, että lapset saisivat liikuntahetkeä järjestäessä sitä halutessaan muokata mieleisekseen. Liikuntahetken päätteeksi leikittäisiin yhdessä polttopalloa, joka oli myös lasten toiveena. Tämän jälkeen keräsimme lapsilta palautteen ja jakaisimme lapsille kunniakirjat.

Kolmannella tapaamiskerralla menimme pitämään toisen pienryhmän suunnittelemaa liikuntahetkeä. Menimme päiväkodille sovitusti ja tapasimme tämän kerran pienryhmän lapset. He olivat eteisessä leikkimässä ja ilahtuivat tulostamme. He alkoivat heti keräämään lelujaan pois ja lopettivat leikin. He olivat silminnähden innoissaan ja selvästi tietoisia, mitä tulomme päiväkodille tarkoitti. Haimme aluksi aikaisemmin tehdyn piirustuksen unelmien liikuntahetkestä ja otimme sen mukaan saliin. Pyysimme tämän kerran pienryhmäläisiä kanssamme saliin

tekemään liikuntahetken valmisteluita ja kysyimme, muistivatko he piirustustaan ja esittämiin toiveitaan. Lapset muistivat hyvin aiemmin esittämänsä toiveet liikuntahetken suhteen. Kertasimme vielä yhdessä, mitä he olivat erityisesti toivoneet ja keskustelimme yhdessä, miten toteuttaisimme toiveet liikuntahetkessä. Ehdotimme heille liikuntahetkelle suunnittelemaamme rakennetta, johon he suostuivat.

Aloimme järjestelemään salia hakemalla tarvittavia välineitä. Kysyimme lapsilta, mihin niitä voisi sijoittaa ja pyysimme heitä mukaan asettamaan niitä paikoilleen. Lapset eivät juurikaan halunneet osallistua välineiden paikalle laittamiseen, mutta kertoivat mihin ja miten niitä voisi asettaa. Tässä vaiheessa lapset vaikuttivat motivoituneilta ja keskittyneiltä liikuntahetken ja sen rakentamisen suhteen. Kesken salin järjestelyn yksi työntekijöistä tuli kysymään meiltä, voisimmeko ottaa myös muut alle esikouluikäiset lapset jo tässä vaiheessa mukaan liikuntasaliin, sillä se helpottaisi esikouluryhmän toimintojen muodostamista. Vastasimme tähän myöntävästi ja toisen pienryhmän lapset tulivat saliin jo liikuntahetken järjestelyvaiheessa.

Koko ryhmän ollessa paikalla, tämänkertaisen pienryhmän keskittymiskyky liikuntasalin järjestämisen suhteen herpaantui täysin ja heistä tuli jännittyneitä. Tarjosimme heille yhä mahdollisuutta osallistua järjestelyihin, mutta tässä vaiheessa he eivät olleet siihen enää halukkaita. Laitoimme salin itse valmiiksi nopeasti, jotta pääsisimme pian aloittamaan liikuntahetken. Kun kaikki alle esikouluikäiset lapset olivat tulleet saliin eivätkä pienryhmän lapset halunneet enää osallistua liikuntahetken järjestelyihin, lapset joutuivat odottamaan hetken liikuntahetken aloitusta, mikä aiheutti huomattavaa levottomuutta lapsissa. Levottomuus näkyi juoksenteluna, rauhattomuutena ja ohjeistuksen huomiotta jättämisinä, minkä vuoksi lapsia piti ohjata ja pysäyttää tilanteen rauhoittamiseksi.

Levottomuus saattoi johtua siitä, että lapset joutuivat hetken odottamaan ennen kuin pääsimme aloittamaan liikuntahetkeä. Se saattoi johtua myös siitä, että tämänlainen toimintatapa on lapsille uusi kuten he itsekin mainitsivat aamupiirissä. Lisäksi muun ryhmän tulo paikalle kesken liikuntasalin valmisteluiden oli suunnitelmista poikkeavaa ja se saattoi aiheuttaa lapsissa reagoitua kuten levottomuutta. Uudet asiat voivat olla lapsille stressaavia ja jännittäviä. Tätä näkemystämme tukee myös kehitysneuropsykologian dosentti Sajaniemen antama haastattelu Helsingin Uutisille. Hänen mukaansa lapsi kohtaa varhaiskasvatuksessa uusia tilanteita, jotka laukaisevat lapsessa stressireaktion. Stressin aktivoituessa, lapselle syntyy tarve reagoida. Käytännössä stressi voi näkyä muun muassa uhmakkuutena, aggressiivisuutena, koptavuutena, pelokkuutena tai jäähmettyvänä reagoitina. Stressitilanteissa lapsi tarvitsee aikuisen sensitiivistä ohjausta houkutellessaan lapsen takaisin toimintaan. (Varis 2015.) Toisaalta levottomuus saattoi johtua myös uuden ryhmän muotoutumisesta. Ryhmän muotoutumisvaiheessa lapset usein tarkastelevat kasvattajien toimintaa. Ryhmässä on usein yksi tai muutama lapsi, jotka haastavat kasvattajien antamia sääntöjä ja heidän taitojaan. Lapsilla on usein

jännitystä, mutta he pyrkivät näillä keinoin tulemaan hyväksytyiksi. (Koivunen & Lehtinen 2015, 46.) Tässä tapauksessa hyväksytyiksi meidän, uusien aikuisten kohdalla.

Salin ollessa valmis, kokoonnuimme lattialle piiriin. Piirissä alkoi lapsesta toiseen tarttuva rauhattomuus, mikä johti siihen, että meidän piti mennä joidenkin lasten väliin istumaan, jotta kaikki lapset kuulisivat ja jaksaisivat keskittyä ohjeistukseen. Pienryhmän jäsenet eivät halunneet ottaa alkuun tanssihippaa, vaikka he olivat sitä aikaisemmin toivoneet. He vaikuttivat kieltäytyneen sen vuoksi, koska yksi ryhmän lapsista sanoi, ettei halua tanssihippaa. Sääkslahti (2015, 176) toteaa, että hyvä kasvattaja suhtautuu suunniteltuun tilanteeseen lapsilähtöisesti ja antaa lasten vaikuttaa toimintaan myös toteutushetkellä. Aikuinen luo perusrakenteen toiminnalle, mutta hänen tulisi olla valmis tarttumaan myös lasten senhetkisiin toiveisiin. Tällä tähdätään siihen, että lapset kokisivat toiminnan mielenkiintoiseksi ja merkitykselliseksi. Tämä tukee myös lasten osallisuutta.

Koska tanssihippa jäi väliin, siirryimme suoraan esittelemään hyppy- ja temppurataa. Rata sisälsi patjoja, joilla sai tehdä temppuja kuten kärrynpyöriä ja kuperkeikkoja. Lisäksi radalla oli puolapuihin asetettu liukumäki, josta liu'uttiin sulavasti kohti hyppytehtäviä. Lattialle oli asetettu lasten toiveiden mukaan renkaita, joissa pompittiin renkaalta toiselle eri tyyleillä. Tästä seurasi lattialle asetetut värikkäät neliönmuotoiset alustat, jotka muodostivat ruutuhyppelyn. Hyppyjen jälkeen vastassa oli penkki, jossa oli tarkoitus hyppiä penkin puolelta toiselle käsin ollessa siinä kiinni. Penkin päädyssä oli tunneli, jonka kautta päästiin taas patjoille. Pienryhmän lapset eivät halunneet esitellä muulle ryhmälle hyppy- ja temppurataa, joten toinen meistä esitteli radan kulun lapsille. Kun rataa esiteltiin, lapset olivat kiinnostuneita ja hyvin keskittyneitä.

Radalla liikkuminen lähti hyvin käyntiin. Lapset aloittivat radan kiertämisen sen eri kohdista. Lapset näyttivät ja kuulostivat iloisilta ja innokkailta radasta. Alussa he kiersivät rataa taitavasti, järjestyksessä ja keskittyneesti. Erityisesti patjoilla lapset tekivät upeita kärrynpyöriä ja kuperkeikkoja - osa lapsista tarvitsi ja halusi aikuisen apua ja osa lapsista taas keksi patjoilla omia liikkeitä kuten rapukävelyn. Lapsia kannustettiin ja keuhuttiin hienoista suorituksista ja yrityksistä eri tehtävapistillä. Aikansa rataa kierrettyä lapset eivät suoriutuneet tehtävistä enää niin keskittyneesti, osassa lapsista alkoi ilmetä levottomuutta. Se näkyi muuna oheistoimintana kuten välineiden siirtämisenä pois paikoiltaan, mikä ei kuulunut annettuun ohjeistukseen. Uusissa ja harvoin toistuvissa tilanteissa lapsi voi käyttäytyä normaalista poiketen ja reagoida voimakkaasti tunnetasolla. Lapsi voi olla esimerkiksi innostunut, jännittynyt tai levoton. (Koivunen & Lehtinen 2015, 30.) Koska osa lapsista oli levottomia, se vaikutti myös muun ryhmän suorituksiin. Tässä kohtaa koimme tarpeelliseksi pitää pienen juoma- ja pohdintatauon lasten kanssa, jottei tilanne menisi kaoottiseksi.

Juomatauon aikana keskustelimme pienryhmän lasten kanssa siitä, jatkettaisiinko rataa vielä vai jatkaisimmeko jollain muulla toiminnalla kuten etukäteen suunnitellulla polttopallolla. Yksi pienryhmän lapsista kertoi haluavansa leikkiä ”Vesi nousee” -leikkiä, mistä myös muut ryhmän lapset innostuivat, joten päätimme yhteisesti alkaa leikkiä tätä leikkiä. Lapselle on tärkeää, että hän saa kertoa itseään kiinnostavista asioista ja että aikuinen kuulee häntä. Tämän kautta voi syntyä tärkeä tunne osallisuudesta, lapsen oman roolin merkityksellisyydestä ja kuulluksi tulemisesta. (Leinonen 2014, 36.) ”Vesi nousee” -leikin ideana on siirtyä pois lattialta aina, kun ohjaaja sanoo ”vesi nousee.” Muun ajan liikutaan lattialla juosten tai muilla tavoilla. Lähes kaikki lapset pitivät tästä leikistä ja jaksoivat keskittyä siihen. Yksi lapsista halusi kuitenkin seurata leikkiä sivusta tuesta ja kannustuksesta huolimatta. Leinosen (2014, 19) mukaan lapsen osallisuuteen liittyy myös mahdollisuus olla osallistumatta tilanteisiin. Tämä vaatii lapselta kykyä ja aikuisilta sen sallimista. Tilanteesta vetäytyminen voi olla lapsen valinta siinä missä siihen liittyminenkin. Kuitenkin jos lapsi vetäytyy liiaksi, hän saattaa tarvita aikuisen ohjausta ja tukea liittyäkseen tilanteeseen uudestaan.

”Vesi nousee” -leikin jälkeen liikuntaosuus oli tarkoitus päättää sovitusti polttopallolla. Lapset kuitenkin vaikuttivat jo kaikkensa antaneilta eikä innostusta polttopalloon tai muuhunkaan toimintaan löytynyt enää yhdeltäkään lapselta. Päätimme siirtyä suoraan palautteen kysymiseen, koska koimme, ettei leikeistä tulisi enää miellyttäviä eivätkä lapset niitä selvästi enää halunneet tai jaksaneet. Tarkoituksenamme oli siirtyä piiriin palautteen kysymistä varten, mutta lapset eivät jaksaneet enää keskittyä piirissä istumiseen. Saatuamme lapset kuitenkin piiriin, aloitimme palautteen kysymisen. Kysyimme muutaman kysymyksen, mutta lapset eivät pystyneet keskittymään kysymyksiin saati vastauksiin, joten lopulta päätimme keskeyttää palautteen kyselyn, koska lapset eivät selkeästi nauttineet tilanteesta ja siihen pakottamisesta ei olisi jäänyt lapsille hyvää muistikuvaa. Lopuksi jaoimme lapsille itse tekemämme kunniakirjat (liite 6) ja kiitimme heitä liikuntahetkistä ja antamastaan avusta. Tämän jälkeen lapset saivat siirtyä päiväkodin muihin toimintoihin.

Liikuntahetken päätteeksi jaoimme työntekijöille laatimamme palautekyselyn (liite 7). Sovimme, että he vastaisivat siihen sähköpostitse. Kävimme myös työntekijöiden kanssa läpi liikuntahetkeä. Tämän jälkeen kiitimme työntekijöitä yhteistyöstä ja poistuimme päiväkodilta.

5 Arvioinnin menetelmät

Toteutimme arvioinnin peilaamalla toimintaamme Thomasin malliin ”Osallisuuden ulottuvuuksista” (Hotari ym. 2013, 153), jonka pohjalta arvioimme, miten osallisuus toteutui esittämämme prosessin aikana. Tämän avulla saimme tietää, millä tavalla mallimme tukee osallisuutta. Eskelin ja Marttilan (2013, 79) mukaan erilaisia osallisuutta mittaavia malleja käytetään osallisuuden muodostamisessa, joissa kuvataan erilaisia osallisuuden piirteitä ja osallisuuden muodostumista yhtäjaksoisena prosessina. Mallien avulla varhaiskasvattajat voivat reflektoida omaa työskentelyään ja muodostaa kasvatusajatteluaan.

Käytimme toteutuksen arvioinnissa myös lapsilta ja työntekijöiltä keräämäämme palautetta prosessin joka vaiheessa. Niiden pohjalta arvioimme lasten osallisuuden toteutumista opinäytetyössämme ja prosessin käytettävyyttä ja onnistumista. Arvioimme myös, tukiko mallimme lasten liikunnallisuutta. Keräsimme palautteen lapsilta suullisesti ennalta suunniteltujen kysymysten pohjalta kuitenkin mahdollistaen jatkokysymykset lasten vastausten pohjalta. Työntekijöiltä keräsimme palautteen keskustelemalla ja kyselylomakkeen avulla.

Havainnoimme lapsia koko prosessimme toteutusvaiheen ajan. Teimme toteutuksen aikana mahdollisuuksien mukaan muistiinpanoja havainnoistamme ja toteutuksen jälkeen kirjasimme havaintomme yhdessä ylös ja keskustelimme niistä. Havainnoinnin tavoitteena oli arvioida, toteutuiko lasten osallisuus ja miten he kokivat tämänkaltaisen prosessin. Havainnoimme lasten osallistumista, eleitä, käyttäytymistä ja puheita, minkä pohjalta teimme analysointia ja tulkintoja. Havainnointi osoittautui yhdeksi tärkeimmäksi menetelmäksi arvioinnin kannalta.

5.1 Osallisuuden ulottuvuudet

Olemme tarkastelleet erilaisia osallisuuden toteutumisen arvioinnin mittareita kuten Hartin, Shierin ja Thomasin malleja. Käytämme työmme toteutuksen arvioinnissa Nigel Thomasin mallia ”Osallisuuden ulottuvuudet” (Hotari ym. 2013, 153). Päädyimme tähän malliin, sillä mielestämme se mahdollistaa osallisuuden tarkastelun mahdollisimman laajasti ja käytännön tasolla. Muissa malleissa osallisuutta ei mielestämme tarkastella niin moniulotteisesti.

Thomas on itse myös kyseenalaistanut muita malleja, sillä hän pitää niitä liian yksiulotteisina osallisuuteen nähden. Hänen mukaansa osallisuutta tulisi tarkastella yksilötasolla lapsen kokemus huomioiden, jossa on erilaisia osallisuuden ulottuvuuksia. Thomasin mallissa ulottuvuuksia on kaikkiaan kuusi. Hänen mukaansa kieltäytyminen liittyy yhteen osallisuuden ulottuvuuteen, sillä ensimmäinen niistä keskittyy lapsen mahdollisuuteen valita. Toiseen ulottuvuuteen sisältyy tiedon saanti tilanteesta, lapsen omista oikeuksista ja asemasta prosessissa. Kolmannessa ulottuvuudessa tarkastellaan vaikuttamisen mahdollisuuksia päätöksenteossa. Neljännessä ulottuvuudessa lapsi tulee kuulluksi ja hän voi ilmaista mielipiteitään ja ajatuksiaan. Viidennessä ulottuvuudessa lasta tuetaan tarvittaessa ilmaisemaan itseään niin, että hän tulee ymmärretyksi. Viimeisessä ulottuvuudessa lapselle tarjotaan mahdollisuus itsenäiseen päätöksentekoon. (Hotari ym. 2013, 153.)

”Osallisuuden ulottuvuudet Nigel Thomasin mukaan:

1. Mahdollisuus valita
2. Mahdollisuus saada tietoa
3. Mahdollisuus vaikuttaa prosessiin

4. Mahdollisuus ilmaista itseään
5. Mahdollisuus saada apua ja tukea itsensä ilmaisemiseen
6. Mahdollisuus itsenäisiin päätöksiin” (Hotari ym. 2013, 153.)

Thomasin mukainen malli helpottaa sisäistämään osallisuutta käytännössä. Se ottaa huomioon lasten yksilöllisyyden. Osallisuudesta puhuessa tulee huomioida, että lapset tarvitsevat eri tasoista tukea luomaan luottamusta aikuiseen ja tuomaan omia ajatuksiaan esille. Thomas on huomannut lasten kanssa työskentelevillä neljä erilaista lähestymistapaa lapseen: kliininen, byrokraattinen, arvosidonnainen ja kyyninen. (Hotari ym. 2013, 154.)

Kliinisessä lähestymistavassa lasten osallisuus nähdään riskitekijänä ja hyvinvointia vaarantavana, minkä seurauksena lapset jätetään vaikuttamisen ja päätöksenteon ulkopuolelle. Tämä lähestymistapa voi ilmetä myös herkkänä lapsen yksilöllisenä huomioimisena. Byrokraattisessa lähestymistavassa osallistumisen vaatimukset tulevat ylhäältä päin ja työyhteisö toimii niiden ohjeiden mukaisesti. Tämä lähestymistapa sivuuttaa lasten osallisuuden. Arvosidonnaisessa lähestymistavassa lasten osallisuus on tärkeässä roolissa, sillä se on lasten oikeus. Sen ajatellaan vaikuttavan päätöksentekoon, käytäntöihin ja lopputuloksiin positiivisesti. Kyynisessä lähestymistavassa aikuiset näkevät lapset manipuloivina eivätkä he halua kantaa vastuuta valastaan. Aikuiset kokevat, etteivät lapset tarvitse enempää vaikutusvaltaa, sillä sitä on jo liikaa. Tämä on suuri vaaratekijä osallisuudelle. (Hotari ym. 2013, 154.)

5.2 Lasten palautekysely

Keräsimme lapsilta palautteen valmiiden kysymysten pohjalta kuitenkin mahdollistaen jatkokysymykset lasten vastausten pohjalta. Toinen meistä esitti kysymyksiä lapsille samalla, kun toinen kirjasi heidän vastauksiaan ylös. Osaan kysymyksistä lapset vastasivat omin sanoin ja kysymyksiin, joihin vastausvaihtoehdot olivat paljon, vähän tai ei yhtään, lapset vastasivat taputtamalla käsillä tai tömistelemällä jaloilla lattiaa. Jos lapset taputtivat tai tömistelivät kovaa, vastaus oli paljon. Jos lapset taputtivat tai tömistelivät hiljempaa, vastaus oli vähän. Jos lapset eivät taputtaneet tai tömistelleet ollenkaan, vastaus oli ei yhtään. Lasten vastausten avulla arvioimme, miten osallisuus toteutui prosessissamme, peilaten vastauksia Thomasin ”Osallisuuden ulottuvuuksiin.”

Kaikille lapsille esitetyt kysymykset:

1. Oliko liikunta tänään kivaa?
2. Pääsitkö mukaan liikuntahetken tarpeeksi?
3. Mikä oli parasta?

4. Mitä olisit toivonut enemmän?
5. Millaista liikunta oli, kun sai itse suunnitella?

Apuohjaajille esitetyt kysymykset:

6. Miltä tällainen projekti tuntui? Ensin tehtiin yhdessä toivepuu/piirustus teidän toivomastanne liikuntahetkestä ja sitten liikuntahetki toteutettiin.
7. Oliko liikuntahetki sellainen kuin toivoitte?
8. Miltä tuntuisi olla jatkossa keksimässä ja päättämässä yhteisestä tekemisestä päiväkodissa?
9. Mitä muita juttuja haluaisitte olla keksimässä ja päättämässä?

5.3 Työntekijöiden palautekysely

Tarkoituksenamme oli kerätä työntekijöiden palaute kyselylomakkeen avulla. Jaoimme lomakkeet viimeisen liikuntahetken jälkeen. Työntekijöiden senhetkisen kiireen vuoksi sovimme, että he vastaisivat kyselyyn myöhemmin sähköpostitse. Kyselylomakkeessa oli kaksi avointa kysymystä, muut kysymyksistä olivat sellaisia, joihin oli valmiit vastausvaihtoehdot. Työntekijöiden vastausten avulla arvioimme, kuinka hyvin lasten osallisuus toteutui prosessissamme ja kokivatko työntekijät kehittämämme mallin hyödylliseksi.

Kysymykset työntekijöille:

1. Miten prosessissamme toteutui lasten mahdollisuus valita osallistumisestaan?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
2. Miten toteutui lasten mahdollisuus saada tietoa prosessista sen aikana?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
3. Miten toteutui lasten mahdollisuus vaikuttaa prosessiin?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
4. Miten lapset tulivat kuulluiksi ja pääsivät ilmaisemaan mielipiteitään prosessissa?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
5. Miten lapset saivat tukea itsensä ilmaisemiseen prosessissa?

Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti

6. Miten lapset saivat mahdollisuuden itsenäiseen päätöksentekoon prosessissa?

Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti

7. Palveliko prosessi liikunnallisuuden edistämistä? Miten?

8. Tuletko hyödyntämään lasten osallisuutta edistävää prosessimuotoista työskentelyä tulevaisuudessa?

Kyllä, ei, en ole varma

9. Koetko lasten osallisuutta edistävän prosessimuotoisen työskentelyn olevan toimiva malli myös muussa päiväkodin toiminnassa kuin liikunnallisuuden edistämisessä? Missä?

Kyllä, ei, en ole varma

10. Onko sinulla muuta palautetta tai kehittämisideoita työtämme varten?

5.4 Havainnointi

Ennen kuin lapsia havainnoidaan, tulee tiedostaa, miksi ja mitä varten havainnoinnista saatua tietoa käytetään. Lisäksi tulee olla tiedossa, mitä, milloin, missä, miten ja kuka havainnointia suorittaa. Havainnointi on perustana varhaiskasvatuksessa työskentelylle, ja sitä tehdään läpi suunnittelu-, toteutus- ja arviointiprosessin. Havainnoinnilla tavoitellaan lapsen tilanteen ja tarpeiden ymmärtämistä. Sen avulla saadaan kokonaisvaltaista tietoa lapsista, esimerkiksi lapsen vahvuuksista ja kehittämisen osa-alueista, kiinnostuksen kohteista, temperamentista, persoonallisuudesta ja sosiaalisista taidoista. Havainnoinnin avulla saatu tieto tukee varhaiskasvattajaa edistämään lapsen hyvinvointia ja oppimiskokemuksia. Se myös edistää lapsilähtöistä toimintaa. Havainnointi tukee varhaiskasvattajaa löytämään sopivia työskentelytapoja ja kehittämään työskentelyään lasten tarpeiden edellyttämällä tavalla. (Koivunen & Lehtinen 2015, 33.)

Suorittaessaan havainnointia havainnoijan on suhtauduttava kohteeseen mahdollisimman objektiivisesti. Suhtautumistavan säilyttäminen koko havainnoinnin ajan on tärkeää. Varhaiskasvattajien tulee huolehtia siitä, että lasten havainnointi tapahtuu ilman ennakoasenteita ja jokaisen havainnoijan havainnot tulee ottaa huomioon. Havainnoissa on välttämätöntä tarkastella kriittisesti niitä osa-alueita, jotka vaikuttavat havainnoijan tapaan tunnistaa ja tulkita asioita, sillä havainnointi ei ole koskaan neutraali tapahtuma. Kasvattajien tulisi käsitellä tulkintojaan yhdessä keskustellen ja tarvittaessa niitä kyseenalaistaen. Havainnointiin ei ole olemassa vain yhtä ja ainoaa oikeaa tapaa, sillä jokaisella havainnoijalla on omat yksilölliset kokemukset, uskomukset ja havainnointikyvyt. (Koivunen & Lehtinen 2015, 62-63.)

Koivusen ja Lehtisen (2015, 33-57) mukaan havainnointi varhaiskasvatuksen työkentällä perustuu useimmiten vapaamuotoiseen eli ei-strukturoituun havainnointiin. Vapaamuotoinen havainnointi perustuu havainnoijan tekemiin muistiinpanoihin. Se voi myös perustua strukturoituun havainnointiin, jolloin apuvälineenä käytetään erilaisia arviointivälineitä ja -lomakkeita. Havainnointi voi olla myös vuorovaikutusta lapsen ja kasvattajan välillä. Opinnäytetyömme toteutusvaiheessa käytimme ei-strukturoitua havainnointia eli vapaamuotoista havainnointia. Toimimme havainnoidessamme ryhmän aktiivisina jäseninä. Tämä tarkoittaa sitä, että osallistuimme aktiivisesti ryhmän toimintaan ja että otimme huomioon havainnoinnissamme sen, että toimintamme saattoi vaikuttaa lapsiin ja täten havainnoinnin tuloksiin. Havainnoimme koko prosessin ajan lasten osallistumista, käyttäytymistä, eleitä ja puheita, joiden avulla tulokitsimme, kuinka hyvin lasten osallisuus toteutui kehittämässämme mallissa ja miten lapset kokivat tämänkaltaisen prosessin. Analysoimme havainnoinnin tulokset työmme arvioinnin yhteydessä, mutta toimimme havaintojamme esiin myös kirjatessamme työn toteutusvaihetta.

6 Toteutuksen arviointi

Arvioimme työskentelyämme lapsilta ja työntekijöiltä saadun palautteen sekä Thomasin ”Osallisuuden ulottuvuuksien” pohjalta. Käytimme arvioinnin tukena myös omaa havainnointia, joka osoittautui hyvin tärkeäksi menetelmäksi työmme arvioinnissa. Olennaista työmme kannalta oli arvioida, toteutuiko lasten osallisuus prosessissamme. Tuomme tässä luvussa esiin myös sen, miten lapset kokivat tämänkaltaisen prosessin ja tukiko mallimme liikunnallisuutta.

6.1 Ensimmäinen pienryhmä

Tässä kappaleessa arvioimme ensimmäisen pienryhmän liikuntahetken suunnittelu- ja toteutusvaihetta. Keräsimme palautetta lapsilta ensimmäisen liikuntahetken lopuksi. Istuimme lasten kanssa piirissä ja pyysimme lapsilta palautetta ennalta suunnittelemiimme kysymyksiin. Kaikki lapset eivät jaksaneet keskittyä kysymyksiin vastaamiseen, erityisesti tämän kerran apuohjaajien aikaisempi jännitys alkoi purkaantua muun muassa hölmöilynä ja kikatteluna, mikä asetti haasteita todenmukaisen palautteen saamiseen. Arviointia voivat vaikeuttaa erilaiset teot kuten vitsit, ilveilyt ja elehtiminen. Nämä aiheuttavat arvioijassa hämmennystä. Tällaisessa tilanteessa tulee pohtia, suljetaanko hämmennystä herättävät vastaukset arvioinnin ulkopuolelle vai ovatko vastaukset osoitus siitä, että lapset ovat vielä kehittymässä tuottamaan keskittyneesti ja luotettavasti tietoa. Lasten vastaukset ovat kuitenkin tärkeää aineistoa lapsen kehitystasosta tuottaa täysin luotettavia vastauksia. (McLaure 2014, Salon 2015, 179 mukaan.)

Kaikki viisi lasta kokivat liikunnan kivaksi ensimmäisellä liikuntahetkellä. Kysytyämme, pääsitkö mukaan liikuntahetken tarpeeksi, kaikki lapset vastasivat tähän kysymykseen kieltävästi. Lapset näyttivät kysymyksen esittämisen jälkeen hämmentyneiltä, mikä sai meidät

miettimään, ymmärsivätkö lapset kysymystämme. Kieltävä vastaus oli myös ristiriidassa liikuntahetken aikana tehdyn havainnoinnin kanssa. Liikuntahetkessä lapset osallistuivat innokkaasti kaikkeen toimintaan ja vaikuttivat ilahtuneilta tekemisestä. Vilppaan ja Tastin (2011, 146-147) mukaan osallisuutta ei paljasta pelkästään lasten vastaukset kysymyksiin toiminnasta. Lasten kokemaan osallisuuteen pääsee parhaiten kiinni havainnoimalla lapsen sitoutuneisuutta toimintaan.

Kieltävä vastaus johti lisäkysymykseen siitä, mitä lapset olisivat toivoneet enemmän. Lapset toivoivat, että frisbeen heittoa ja keilausta olisi ollut enemmän. Lasten mielestä parasta liikuntahetkessä oli keilaus ja esteiden ylittäminen. Levottomuutta ja pelleilyä ilmeni koko palautteen kyselyn ajan, esimerkiksi yksi lapsista kertoi ikkunan olleen liikuntahetken parasta antia, sillä hän näki juuri sillä hetkellä ikkunan. Koivusen ja Lehtisen (2015, 36-37) mukaan virheellisiä tulkintoja välttääkseen varhaiskasvattajan tulee ottaa huomioon lasta havainnoidessaan, että lapsen käyttäytyminen on tilannesidonnaista. Siihen vaikuttavat esimerkiksi lapsen vireys- ja tunnetila, ulkopuoliset häiriötekijät, paikalla olevat ihmiset, ympäristö ja havainnointitilannetta edeltäneet tapahtumat. Toisen apuohjaajan mielestä koko tämä prosessi oli ollut kivaa ja toisen mielestä tyhmää. Kysyttäessä apuohjaajilta, oliko liikuntahetki sellainen kuin he olisivat halunneet, he vastasivat kikatellen ja ilmeillen, että ei ollut. Toinen apuohjaajista kuitenkin haluaisi olla myös jatkossa keksimässä ja päättämässä yhteisestä tekemisestä päiväkodissa ja toinen ei haluaisi. Toinen apuohjaajista kertoi halustaan olla päättämässä kaikesta tekemisestä päiväkodissa.

Lasten vastausten ja havainnoinnin perusteella vertasimme osallisuuden toteutumista Thomasin ”Osallisuuden ulottuvuuksiin”. Prosessin aloituksesta eli toivepuun tekemisestä aina ensimmäisen liikuntahetken loppuun asti toteutuivat mielestämme 1. ulottuvuus: mahdollisuus valita, 2. ulottuvuus: mahdollisuus saada tietoa, 3. ulottuvuus: mahdollisuus vaikuttaa prosessiin, 4. ulottuvuus: mahdollisuus ilmaista itseään, 5. ulottuvuus: mahdollisuus saada apua ja tukea itsensä ilmaisemiseen ja osin 6. ulottuvuus: mahdollisuus itsenäisiin päätöksiin.

Ensimmäinen ulottuvuus toteutui, sillä lapset saivat itse valita, osallistuivatko toimintaan vai eivät. Tämä ilmeni koko prosessin ajan, esimerkiksi salin valmistelussa, jolloin lapset eivät itse halunneet olla koko aikaa mukana salin järjestämisessä. Hyväksyimme tämän eikä lasten tarvinnut osallistua salin valmisteluun. Toinen ulottuvuus toteutui myös koko prosessin ajan. Alusta asti annoimme lapsille tietoa prosessin etenemisestä ja tehtävistä aamupiirissä ja liikuntahetkissä. Esimerkiksi toimme ilmi lasten roolin prosessin jokaisessa vaiheessa, kuten apuohjaajana olemisesta liikuntahetken aikana. Kolmas ulottuvuus toteutui, sillä mahdollisuus vaikuttaa prosessiin oli lähtökohtaisesti koko prosessin ajatuskin. Lapset olivat suunnittelemassa liikuntahetkeä ja suunnitelmat toteutettiin yhdessä lasten kanssa. Neljäs ulottuvuus toteutui, sillä lapset saivat tuoda omia mielipiteitään ja ideoitaan ilmi koko prosessin ajan. Pyy-

simme lasten näkemyksiä liikuntahetkien suunnittelussa, valmisteluissa ja toteutuksessa. Viides ulottuvuus toteutui erityisesti aamupiirissä, sillä liikuntahetken suunnittelu toteutettiin lapselle ominaisella tavalla, luovan menetelmän avulla. Kuudes ulottuvuus toteutui osittain, sillä olimme asettaneet raamit prosessille: aamupiirin tehtäville ja sille, että kyseessä on liikuntahetken suunnittelu ja toteutus. Kuitenkin näiden raamien sisällä lapset saivat tehdä päätöksiä pienryhmässä. Päätöksenteko ei ollut siinä mielessä itsenäistä, sillä lapsen piti tehdä yhteistyötä ja ajatella koko pienryhmää eikä ainoastaan tehdä itseään koskevia päätöksiä.

6.2 Toinen pienryhmä

Tässä kappaleessa arvioimme toisen pienryhmän liikuntahetken suunnittelu- ja toteutusvaihetta. Menimme liikuntahetken lopuksi lasten kanssa lattialle piiriin kysyäksimme palautetta lapsilta. Kuten toteutusvaiheen kuvauksesta käy ilmi, tämän kerran palautteen kysyminen ei sujunut suunnitellusti. Lapset eivät jaksaneet keskittyä esittämiimme kysymyksiin ja niihin vastaamiseen, minkä vuoksi emme saaneet juurikaan vastauksia. Tämän vuoksi arviomme perustui pääasiassa tekemäämme havainnointiin.

Suurin osa lapsista vastasi, että liikunta oli tällä kerralla kivaa. Osan mielestä se oli vähän kivaa ja osan mielestä se oli todella kivaa. Yksi lapsista vastasi, että pääsi liikuntahetkeen tarpeeksi mukaan, toinen vastasi, ettei päässyt ja muut eivät keskittyneet kysymykseen vaan kaverin kanssa kikatteluun. Yksi lapsista kertoi hymyillen, ettei pitänyt tällä liikuntakerralla mistään. Muut eivät keskittyneet tähän kysymykseen. Osa lapsista ei olisi toivonut mitään enempää liikuntahetken suhteen ja osa olisi toivonut polttopalloa. Kolme viidestä lapsesta oli sitä mieltä, että haluaisi olla jatkossakin suunnittelemassa ja toteuttamassa toimintaa päiväkodilla ja yksi lapsista sanoi, ettei tiedä. Ennen palautteen kyselyn keskeyttämistä, kysyimme vielä apuohjaajilta, miltä tämä projekti tuntui. Yksi lapsista vastasi ”tuhmaa” ja toinen ”minä en jaksa.” Tässä kohtaa päätimme keskeyttää kyselyn, koska lapset eivät selvästikään jaksaneet keskittyä ja tämänkaltainen tilanne oli lapsille mahdollisesti uutta ja epämurkavaa.

Lasten vastausten ja havainnoinnin perusteella vertasimme osallisuuden toteutumista ”Osallisuuden ulottuvuuksiin.” Prosessin aloituksesta eli piirustuksen tekemisestä aina toisen liikuntahetken loppuun asti toteutuivat mielestämme 1. ulottuvuus: mahdollisuus valita, 2. ulottuvuus: mahdollisuus saada tietoa, 3. ulottuvuus: mahdollisuus vaikuttaa prosessiin, 4. ulottuvuus: mahdollisuus ilmaista itseään, 5. ulottuvuus: mahdollisuus saada apua ja tukea itsensä ilmaisemiseen ja osin 6. ulottuvuus: mahdollisuus itsenäisiin päätöksiin.

Ensimmäinen ulottuvuus toteutui, sillä lapset saivat valita, osallistuivatko he toimintaan prosessin aikana. Esimerkiksi liikuntahetken aikana yksi lapsi halusi seurata sivusta ”Vesi nousee”-leikkiä ja me sallimme tämän. Toinen ulottuvuus toteutui, sillä annoimme lapsille tietoa prosessin vaiheista, heidän asemastaan ja prosessin aikana tehtävistä toiminnoista. Esimerkiksi

kerroimme joka tapaamisella, mitä seuraavalla kerralla tapahtuisi ja annoimme tietoa liikuntaleikkien säännöistä. Kolmas ulottuvuus toteutui, sillä lapsilla oli mahdollisuus vaikuttaa prosessiin. Tämä ilmeni esimerkiksi sillä, että liikuntahetken sisältöä muokattiin lasten pyynnöstä kesken liikuntahetken toteutuksen. Neljäs ulottuvuus toteutui - lasten mielipiteet ja ajatukset otettiin huomioon ja pyrimme toimimaan niiden mukaisesti. Viides ulottuvuus toteutui, sillä lapsia tuettiin itsensä ilmaisemisessa. Esimerkiksi aamupiirissä lapset saivat esittää toiveitaan liikuntahetken suhteen piirtämisen keinoin. Lapsia pyrittiin tukemaan myös liikuntahetken lopussa palautteen antamisessa, mutta lapset eivät tässä kohtaa olleet enää tarpeeksi keskittyneitä tai halukkaita sitä antamaan. Kuudes ulottuvuus toteutui osin - lasten päätöksenteko painottui pienryhmässä tehtäviin päätöksiin, missä piti huomioida myös ryhmän muut jäsenet.

6.3 Työntekijöiden palaute

Palautteen saaminen työntekijöiltä osoittautui haastavaksi, sillä työntekijä, joka oli mukana kahdella ensimmäisellä tapaamiskerralla, oli tietämättämme vaihtanut työpaikkaa. Kolmannella kerralla ryhmässä olleet työntekijät eivät olleet lainkaan paikalla kahdella ensimmäisellä tapaamiskerralla. He kokivat, etteivät voi vastata laatimaamme palautekyselyyn, koska he eivät olleet näkemässä koko prosessia. Yritimme useaan otteeseen tavoitella työntekijää, joka oli mukana kahdella ensimmäisellä kerralla, saadaksemme palautetta. Emme kuitenkaan saaneet häneen yhteyttä. Työntekijöiltä saatu palaute perustuu siis keskusteluihin, joita kävimme prosessin aikana ja työntekijöiltä saatuun palautteeseen siinä määrin, miten he kokivat pystyvänsä sitä antamaan.

Kahdella ensimmäisellä tapaamiskerralla mukana ollut työntekijä oli innoissaan luomastamme mallista ja erityisesti askartelemamme toivepuun jatkokäyttömahdollisuuksista. Toisella ja kolmannella tapaamiskerralla työntekijät kertoivat lasten jo odottaneen meidän saapumistamme päiväkodille. Yhden työntekijän antaman palautteen mukaan lapset vaikuttivat erityisen tyytyväisiltä toimintaan. Tämä saattaa kertoa siitä, että lapset ovat olleet mielissään prosessimuotoisesta työskentelystä. Mallia suunniteltaessa kävimme teoreettisesti prosessin kulun yhteystyöntekijän kanssa läpi. Työntekijä kertoi palautetta antaessaan, että luomaamme prosessimuotoista mallia voisi ehdottomasti käyttää päiväkodilla kaikessa lasten kanssa tehtävässä toiminnassa. Kysymykseen, edistikö mallimme lasten liikunnallisuutta, työntekijät eivät osanneet vastata, mutta lapset vaikuttivat innostuneilta liikuntahetkien suhteen ja niiden jälkeinkin. Työntekijät kertoivat hyödyntävänsä opinnäytetyötämme Varhaiskasvatussuunnitelman mukaisesti. Lisäksi työntekijät kokivat yhteistyön kanssamme sujuvaksi.

6.4 Pohdinta

Työntekijöiden palautteen jäätyä vajavaiseksi, tulee miettiä, kuinka luotettavia opinnäyte-työmme tulokset ovat. Arvioimme tavoitteidemme toteutumista havaintojemme, lasten palautteen, ”Osallisuuden ulottuvuuksien” ja työntekijöiltä saadun palautteen perusteella. Työmme tavoitteena oli tukea lasten osallisuutta ja liikunnallisuutta luomamme prosessimuotoisen mallin avulla. Erityisesti havaintojemme perusteella ja niitä ”Osallisuuden ulottuvuuksiin” peilaten lasten osallisuus toteutui kehittämämme mallin avulla hyvin. Siihen, tukiko mallimme lasten liikunnallisuutta, emme saaneet luotettavaa vastausta työntekijöiden palautteen ollessa vajavainen. Koimme kuitenkin, että lapset olivat innostuneita päästessään vaikuttamaan ja osallistumaan liikuntahetkien suunnitteluun ja toteutukseen. Lapset ilmaisivat hyvin selkeästi, että heistä oli mieluisaa päästä suunnittelemaan ja toteuttamaan liikuntahetkiä kanssamme ja etteivät he ole aiemmin päässeet mukaan tämänkaltaiseen toimintaan. Mielestämme mallimme saattaisi toimia paremmin, kun sitä hyödynnettäisiin ryhmän tuttujen työntekijöiden ja lasten välillä, sillä uuden ryhmän muotoutumisvaiheeseen liittyy usein esimerkiksi levottomuutta ja aikuisten rajojen kokeilemistä.

Kehittämistehtävämme oli luoda, kokeilla ja esitellä päiväkodin henkilökunnalle kehittämämme prosessimuotoinen malli, joka kokonaisuudessaan tukee lasten osallisuutta. Tarkoituksenamme oli luoda osallisuutta edistävä prosessi, joka olisi siirrettävissä myös muihin päiväkodin toimintoihin ja halutessaan työntekijät voisivat ottaa kehittämämme mallin käyttöön. Saimme luotua ja kokeiltua mallin yhteistyössä päiväkodin kanssa. Esittelyvaiheessa oli työntekijöiden vaihtuvuutta, joten kaikki työntekijät eivät nähneet prosessiamme kokonaisuudessaan käytännön tasolla. Työntekijät kuitenkin kertoivat, että kehittämämme osallisuutta edistävä malli on sellainen, jota he aikovat hyödyntää kaikessa lasten kanssa tehtävässä toiminnassa. Toisaalta voi olla hyvä asia, että kahdella ensimmäisellä tapaamiskerralla ollut työntekijä siirtyi töihin toisaalle, sillä hänen kauttaan mallimme voi levitä myös muihin päiväkodeihin käyttöön. Työmme kannalta ideaalia olisi ollut, että hän olisi kuitenkin päässyt osallistumaan myös kolmannelle tapaamiskerrallemme.

Koemme, että lasten osallisuutta edistävä mallimme on toimiva ja helppokäyttöinen varhaiskasvatuksessa. Menetelmiä, joiden avulla lapset ilmaisevat toiveitaan tulevan toiminnan suhteen, voi halutessaan vaihtaa muihin menetelmiin. Käyttämistämme menetelmistä toivepuu osoittautui selkeämmäksi kuin piirustustehtävä. Sen avulla lapset pystyivät ilmaisemaan toiveitaan ja suunnittelemaan liikuntahetkiä helpommin ja aikuinen pystyi hahmottamaan toiveet konkreettisemmin. Mielestämme mallimme on lapsilähtöinen ja hyödynnettävissä eri toimintoihin varhaiskasvatuksessa. Mallimme on suunnattu pienryhmätoimintaan, jatkossa sitä voisi kehittää suuremmalle ryhmälle soveltuvaksi. Mallin käyttöä voi jatkossa hyödyntää esimerkiksi niin, että sitä käytettäisiin osana varhaiskasvatuksen säännöllistä viikkotoimintaa tai se olisi liitettyä johonkin tiettyyn arkiseen toimintaan.

6.5 Oppimisen arviointi

Oppimisen tavoitteitamme opinnäytetyössämme oli ammatillinen kasvaminen varhaiskasvatuksessa ja teoreettisen tiedon omaksuminen ja hyödyntäminen opinnäytetyön toteutuksessa. Koemme saavuttaneemme nämä tavoitteet hyvin. Ennalta asetettujen tavoitteiden lisäksi opinnäytetyön tekeminen tuki yhteistyötaitojemme kehittymistä.

Ammatillista kasvuamme tuki reflektointi, palaute ja opinnäytetyön ohjaus sekä hyvin erilaiset ohjaustilanteet lasten kanssa. Kasvumme mahdollisti aktiivinen ja avoin asenteemme opinnäytetyöprosessissa. Reflektoimme toimintaamme koko prosessin ajan, erityisesti opinnäytetyön toteutusvaiheessa. Teimme reflektointia itsenäisesti, yhdessä ja yhteistyökumppanimme kanssa. Erityisesti meidän kahden välinen reflektointi antoi monia uusia näkökulmia työskentelyllemme, se toi esiin molempien vahvuuksia ja kehittymisen kohteita. Teimme reflektointia kehittyäksemme ohjaajina ja varhaiskasvatuksen ammattilaisina. Esimerkiksi toisen liikuntahetken jälkeen reflektoimme pitkään, sillä tapaaminen oli poikkeava suhteessa aikaisempiin kohtaamisiimme. Pohdimme paljon, mistä lasten levottomuus saattoi johtua ja olisimmeko voineet toimia tilanteessa toisin, jotta levottomuutta ei olisi esiintynyt niin paljon. Koimme kuitenkin, että oppimisemme ja ohjaustaitojemme kehittymisen kannalta oli hyvä asia, että ohjaustilanteet poikkesivat toisistaan.

Työntekijöiltä saatu suullinen palaute ja opinnäytetyöohjaajaltamme saatu ohjaus tukivat ammatillista kasvuamme. Palautteen saaminen työntekijöiltä tuki suunnitelmiamme etenemistä ja saimme siitä ammatillista varmuutta työmme suhteen. Saimme työntekijöiltä suullista palautetta toteutushetkien päätteeksi ja kävimme toteutushetkeä yhdessä läpi. Esimerkiksi askartelemamme toivepuu ja sen käyttö työkaluna oli erityisen tervetullut ryhmän toimintaan. Ohjaavan opettajan ohjauksen avulla pystyimme tarkastelemaan työtämme monista eri näkökulmista ja se herätti meissä paljon keskustelua. Tästä syntyi paljon työtämme ja työskentelyämme kehittävää ideointia, pohdintaa ja päätöksentekoa. Ohjaus mahdollisti meitä näkemään työn vaiheittaisen kulun selkeämmin.

Tavoitteemme teoreettisen tiedon omaksumisesta ja hyödyntämisestä opinnäytetyön toteutusvaiheessa toteutui. Varhaiskasvatukseen liittyvää teoria- ja tutkimustietoa löytyi työskentelyvaiheessa runsaasti niin kirjallisena kuin sähköisenäkin. Näistä materiaaleista meidän tuli osata löytää ne, jotka olivat työmme kannalta olennaisia ja sisälsivät tarpeeksi luotettavaa ja ajankohtaista tietoa. Käytimme aineiston etsimiseen paljon aikaa ja opimme löytämään työmme kannalta tärkeimpiä teemoja. Paneuduimme käyttämiimme aineistoihin ja opimme niistä paljon uutta tietoa. Oppimaamme tietoa pyrimme parhaamme mukaan hyödyntämään opinnäytetyön toteutusvaiheessa ja myöhemmin työelämässä. Haimme tietoa runsaasti jo ennen toteutusvaihetta, mutta myös sen jälkeen ymmärtääksemme ja saadaksemme teoreettista tietoa erityisesti lasten toiminnasta, joka reflektoidessamme herätti meissä kysymyksiä. Esimerkiksi lasten antaessa palautetta liikuntahetkestä heidän vastauksensa ja käytöksensä

olivat ristiriidassa keskenään, mikä hämmensi meitä. Tätä ymmärtääksemme etsimme kirjallisuudesta erilaisia vaihtoehtoja sille, mistä tämä saattoi johtua.

Oppimisen tavoitteidemme toteutumisen lisäksi opinnäytetyön tekeminen parityöskentelynä edisti yhteistyötaitojamme. Työtä tehdessä hyödynsimme molempien vahvoja osaamisalueita ja prosessin aikana ne hioutuivat hyvin toimivaksi ja tehokkaaksi yhdistelmäksi. Työn tekeminen parityöskentelynä oli opinnäytetyömme kannalta erittäin antoisaa, sillä katsoimme asioita aina vähintään kahdesta eri näkökulmasta. Koimme, että työskentelymme yhdessä oli tasaverstaista, avointa, luontevaa ja toista kunnioittavaa. Opimme toisiltamme sellaisia tietoja ja taitoja, joita toinen ei välttämättä ollut vielä täysin omaksunut. Annoimme toisillemme työtämme ja työskentelyämme edistävää rakentavaa palautetta koko prosessin ajan. Annoimme toisillemme palautetta työn eri vaiheissa, esimerkiksi kirjoitusvaiheessa liittyen erityisesti tekstin rakenteisiin kuten lauseiden muodostamiseen ja sisällön merkitykseen työmme kannalta. Toteutusvaiheessa annoimme toisillemme kannustavaa ja työskentelyämme tukevaa palautetta. Koimme opinnäytetyötä tehdessä paljon erilaisia tunnetiloja, jolloin toisen tuki osoittautui hyvin tärkeäksi. Kaiken kaikkiaan koimme parityöskentelyn erittäin mukavaksi ja antoisaksi tavaksi tehdä opinnäytetyötä.

6.6 Eettisyys ja luotettavuus

Noudatimme opinnäytetyössämme Tutkimuseettisen neuvottelukunnan mukaista ”Hyvän tieteellisen käytännön” -ohjeistusta. Hyvää tieteellistä käytäntöä määrittelee lainsäädäntö, mutta ohjeiden soveltaminen on tutkijoiden vastuulla. Eettisesti hyväksyttävä ja luotettava opinnäytetyö on suoritettu hyvän tieteellisen käytännön ohjeistuksen mukaisesti. Työssä noudatetaan rehellisyyttä ja huolellisuutta ja kunkin ammattiyhteisön eettisiä periaatteita. Prosessissa kunnioitetaan muiden tutkijoiden tekemää työtä ja muuta asiaa koskevaa aineistoa. Työssä tulee huomioida ja turvata kunkin yksilön ja yhteisön tietosuoja. (Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa 2012, 6-7.) Sosiaalialan ammattieettisiin periaatteisiin kuuluu tukea asiakkaan oikeuksia ja itsenäistä päätäntä häntä itseään koskevilla asioilla. Asiakkaan etu ja oikeudet eivät saa vaarantua. (Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet 2017, 3.)

Opinnäytetyössämme kunnioitimme yhteistyökumppanimme toimivaa päiväkotia sekä sen henkilökuntaa että asiakkaita. Otimme huomioon kunkin osapuolen tietosuojan ja muun alaan liittyvän lainsäädännön. Teimme työmme huolellisesti ja rehellisesti. Lähdemateriaalina käytimme luotettavia aineistoja niitä arvostaen. Tulee kuitenkin pohtia, ovatko opinnäytetyömme tulokset täysin luotettavia, sillä emme saaneet arviointiin työntekijöiden palautetta siinä määrin kuin olimme alun perin suunnitelleet.

Lähteet

Lait

36/1973. Varhaiskasvatustalaki.

580/2015. Varhaiskasvatustalaki.

Painetut

Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Eskel, P. & Marttila, M. 2013. Osallisuuden kokemus osana yhteisöllisyyttä. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) Pienten piirissä. Jyväskylä: PS-Kustannus, 75-98.

Heikka, J., Hujala, E., Turja, L. & Fonsén, E. 2017. Havainnointi ja arviointi varhaispedagogiikassa. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-Kustannus, 56-68.

Heinonen, H., Iivonen, E., Korhonen, M., Lahtinen, N., Muuronen, K., Semi, R. & Siimes, U. 2016. Lasten oikeudet ja aikuisten vastuut varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Heinonen, H. & Kuikka, M. 2013. Lapsen oikeuksien toteutuminen nyky-yhteiskunnassa. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) Pienten piirissä. Jyväskylä: PS-Kustannus, 197-228.

Hotari, K-E., Oranen, M. & Pösö, T. 2013. Lapset lastensuojelun osallisina. Teoksessa Bardy, M. Lastensuojelun ytimessä. 4. painos. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos, 149-164.

Hujala, E., Puroila, A-M., Parrila, S. & Nivala, V. 2007. Päivähoidosta varhaiskasvatukseen. Vantaa: Edufin.

Kataja, E. 2014. Yhteinen osallisuus varhaiskasvatuksen pedagogiikassa. Teoksessa Heikka, J., Fonsén, E., Elo, J. & Leinonen, J. (toim.) Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus, 56-79.

Koivunen, P-L. & Lehtinen, T. 2015. Kasvu kiikarissa - Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Leinonen, J. 2014. Pedagogisia näkökulmia lasten osallisuuden tukemiseen varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Heikka, J., Fonsén, E., Elo, J. & Leinonen, J. (toim.) Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus, 16-40.

Leinonen, J., Venninen, T. & Ojala, M. 2011. Osallisuuden kulttuurin kehittäminen. Teoksessa Mäkitalo, A-R., Nevanen, S., Ojala, M., Tast, S., Venninen, T. & Vilpas, B. (toim.) Löytöretkellä osallisuuteen. Soccan ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 25. 1. painos. Helsinki: Socca, 83-98.

Vilpas, B. & Tast, S. 2011. Osallisuutta ja näkkileipää. Teoksessa Mäkitalo, A-R., Nevanen, S., Ojala, M., Tast, S., Venninen, T. & Vilpas, B. (toim.) Löytöretkellä osallisuuteen. Soccan ja Heikki Waris -instituutin julkaisusarja nro 25. 1. painos. Helsinki: Socca, 145-158.

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2017. Liikkuva lapsi. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-Kustannus, 136-149.

Ruokonen, I., Rusanen, S. & Välimäki, A-L. 2009. Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Opas 3. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.

Rusanen, S., Kuusela, M., Rintakorpi, K. & Torkki, K. 2014. Musta tuntuu punaiselta - Kuvataiteellinen toiminta varhaisiässä. Helsinki: Lasten Keskus ja Kirjapaja.

Salo, U-M. 2015. Simsalabim, sisällönanalyysi ja koodaamisen haasteet. Teoksessa Aaltonen, S. & Högbacka, R. (toim.) Umpikujasta oivallukseen. Reflektiivisyys empiirisessä tutkimuksessa. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 164. Tampere: Tampere University Press, 166-190.

Sääkslahti, A. 2015. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3. painos. Tampere: Tampere University Press.

Turja, L. 2017. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-Kustannus, 38-55.

Venninen, T., Leinonen, J. & Ojala, M. 2010. Lapsen osallisuus pääkaupunkiseudun päiväkodeissa. Soccan julkaisusarjan työpapereita 2010:3. Helsinki: Socca.

Virkki, P. 2015. Varhaiskasvatus toimijuuden ja osallisuuden edistäjänä. Savonlinna: Itä-Suomen yliopisto.

Sähköiset

Alila, K., Eskelinen, M., Estola, E., Kahiluoto, T., Kinos, J., Pekuri, H-M., Polvinen, M., Laaksonen, R. & Lamberg, K. 2014. Varhaiskasvatuksen historia, nykytila ja kehittämisen suuntalinjat. Viitattu 23.1.2018. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/75258>

Berg, P. & Pasanen, S. 2015. Suosituksia ja suostuttelua: Osallisuus ja sukupuoli lasten ja nuorten liikunnassa. Teoksessa Kasvatus: Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja 46. Jyväskylä: Kasvatustieteiden tutkimuslaitos, 500-504. Viitattu 27.8.2018. <http://elektra.helsinki.fi/se/k/0022-927-x/46/5/suosituks.pdf>

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 15.1.2018. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.) 2016. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvosto. Viitattu 27.2.2018. http://liikuntaneuvosto.fi/files/438/LIITU_2016.pdf

Koski, P. 2014. Liikunnalliseen elämäntapaan kasvattamassa. Teoksessa Kasvatus: Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja 46. Jyväskylä: Kasvatustieteiden tutkimuslaitos, 74-78. Viitattu 27.8.2018. <http://elektra.helsinki.fi/se/k/0022-927-x/45/1/liikunna.pdf>

Kulo, E., Palao, S., Sclera & Vanninen, E. 2018. Kuvapankki. Papunet. Viitattu 8.2.2018. <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>

Lapsen oikeuksien sopimus ja osallisuus. 2018. Nettiturvakoti. Ensi- ja turvakotien liitto. Viitattu 23.1.2018. https://www.turvakoti.net/site/?lan=1&page_id=249

Lapsen osallisuuden vahvistaminen. 2017. Jyväskylän varhaiskasvatussuunnitelma. Viitattu 23.1.2018. <https://peda.net/opetusuunnitelma/ksops/vasu2017/vptsjt/hyv%C3%A4t-k%C3%A4yt%C3%A4nn%C3%B6t/lovhk2>

Salasuo, M. 2015. Lasten ja nuorten liikunta - puhummeko eilisestä vai huomista? Teoksessa Kasvatus: Suomen kasvatustieteellinen aikakauskirja 46. Jyväskylä: Kasvatustieteiden tutkimuslaitos, 495-499. Viitattu 27.2.2018. <http://elektra.helsinki.fi/se/k/0022-927-x/46/5/lastenja.pdf>

Sosiaalialan ammattihenkilön eettiset ohjeet. 2017. Talentia. Viitattu 15.1.2018. <http://talentia.e-julkaisu.com/2017/eettiset-ohjeet/>

Syvöja, H., Kantomaa, M., Laine, K., Jaakkola, T., Pyhältö, K. & Tammelin, T. 2012. Liikunta ja oppiminen. Tilannekatsaus lokakuu 2012. Opetushallitus. Viitattu 27.2.2018. http://www.o-ph.fi/download/144729_Liikunta_ ja_oppiminen_2.pdf

Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Viitattu 27.8.2018. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75406/OKM22.pdf>

Tuloskortti. 2016. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. LIKES-Tutkimuskeskus. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 318. Viitattu 19.1.2018.

<https://www.likes.fi/filebank/2501-tuloskortti2016-web.pdf>

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. 2005. Viitattu 10.1.2018. https://laureauas.sharepoint.com/sites/linkfi/Dokumentit/Lahteiden_ja_viitteiden_merkinnat_2015.pdf#search=l%C3%A4hteet

Varhaiskasvatuksen lainsäädäntö. 2017. Opetushallitus. Viitattu 19.1.2018.

http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/lainsaadanto/varhaiskasvatus

Varhaiskasvatus. 2017. Opetushallitus. Viitattu 19.1.2018. http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2016. Helsinki: Opetushallitus. Viitattu 8.1.2018.

http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf

Varis, T. 2015. Tutkija: Lapset stressaantuvat jo päiväkodissa - eikä se ole pahasta. Helsingin Uutiset. 4.8.2015. Viitattu 16.3.2018. <https://www.helsinginuutiset.fi/artikkeli/306264-tutkija-lapset-stressaantuvat-jo-paivakodissa-eika-se-ole-pahasta>

VASU2017. 2018. Opetushallitus. Viitattu 8.1.2018. http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/varhaiskasvatus

Liitteet

Liite 1: Osallisuutta tukevan mallin vaiheet	17
Liite 2: Toivepuu	21
Liite 3: Piirustus unelmien liikuntahetkestä	22
Liite 4: Kuvauslupalomake	46
Liite 5: Lasten palautekysely	47
Liite 6: Kunniakirja	48
Liite 7: Työntekijöiden palautekysely.....	49

Liite 4: Kuvauslupalomake



Kuvauslupalomake

1

Hei! Olemme viimeisen vuoden sosionomiopiskelijoita Laurea-ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötä yhteistyössä päiväkodin X kanssa. Opinnäytetyömme aiheena on lasten osallisuuden edistäminen liikunnan yhteydessä.

Tulemme pitämään lasten toiveiden pohjalta kaksi eri liikuntatuhetta ryhmän X alle esikouluikäisten lasten kanssa. Lasten toiveiden selvittämiseksi lapset tuottavat kuvallisia teoksia kuten piirustuksia. Lisätäksemme lasten tuotokset opinnäytetyöhömmä tarvitsemme huoltajilta kuvausluvan. Emme kuvaa lapsia eikä heidän henkilöllisyytensä tule ilmi työssämme.

Valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseuksessa, ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden ja julkaisujen verkkopalvelussa.

Ystävällisin terveisin

Alina Turunen ja Elina Tuuri

Lisätietoja: alina.turunen@student.laurea.fi tai elina.tuuri@student.laurea.fi

Palautathan kuvauslupalomakkeen päiväkodille 1.3.2018 mennessä.

Kuvauslupa

- Annan suostumukseni käyttää lapsen tuottamia teoksia opinnäytetyössä
- En anna suostumustani käyttää lapsen tuottamia teoksia opinnäytetyössä

Lapsen tiedot:

Nimi: _____

Allekirjoitukset:

Huoltajat

Liite 5: Lasten palautekysely

Kaikille lapsille esitetyt kysymykset:

1. Oliko liikunta tänään kivaa?
2. Pääsitkö mukaan liikuntahetken tarpeeksi?
3. Mikä oli parasta?
4. Mitä olisit toivonut enemmän?
5. Millaista liikunta oli, kun sai itse suunnitella?

Apuohjaajille esitetyt kysymykset:

6. Miltä tällainen projekti tuntui? Ensin tehtiin yhdessä toivepuu/piirustus teidän toivomastanne liikuntahetkestä ja sitten liikuntahetki toteutettiin.
7. Oliko liikuntahetki sellainen kuin toivoitte?
8. Miltä tuntuisi olla jatkossa keksimässä ja päättämässä yhteisestä tekemisestä päiväkodissa?
9. Mitä muita juttuja haluaisitte olla keksimässä ja päättämässä?

Liite 6: Kunniakirja

KUNNIAKIRJA

**On ollut mallikkaasti mukana
ideoimassa ja toteuttamassa yhteisiä
liikuntahetkiä!**



Kiittäen upeasta työstä

3/2018

Liite 7: Työntekijöiden palautekysely

Kysymykset työntekijöille:

1. Miten prosessissamme toteutui lasten mahdollisuus valita osallistumisestaan?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
2. Miten toteutui lasten mahdollisuus saada tietoa prosessista sen aikana?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
3. Miten toteutui lasten mahdollisuus vaikuttaa prosessiin?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
4. Miten lapset tulivat kuulluiksi ja pääsivät ilmaisemaan mielipiteitään prosessissa?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
5. Miten lapset saivat tukea itsensä ilmaisemiseen prosessissa?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
6. Miten lapset saivat mahdollisuuden itsenäiseen päätöksentekoon prosessissa?
Erittäin hyvin, hyvin, kohtalaisesti, huonosti, erittäin huonosti
7. Palveliko prosessi liikunnallisuuden edistämistä? Miten?
8. Tuletko hyödyntämään lasten osallisuutta edistävää prosessimuotoista työskentelyä tulevaisuudessa?
Kyllä, ei, en ole varma
9. Koetko lasten osallisuutta edistävän prosessimuotoisen työskentelyn olevan toimiva malli myös muussa päiväkodin toiminnassa kuin liikunnallisuuden edistämisessä? Missä?
Kyllä, ei, en ole varma
10. Onko sinulla muuta palautetta tai kehittämisideoita työtämme varten?