

Opinnäytetyö AMK

Sosionomi

2019

Karoliina Kihnula

# MOTORISEN TOIMINNAN TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA

– Menetelmiä inklusiiviseen varhaiskasvatukseen

Karoliina Kihnula

# MOTORISEN TOIMINNAN TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA

- Menetelmiä inklusiiviseen varhaiskasvatukseen

Opinnäytetyö nimensä mukaan käsittelee motorisen toiminnan tukemista inklusiivisessa varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyön aihe on toiminnallinen kehittämistehtävä. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Huhtasuon päiväkodin kanssa Jyväskylässä. Huhtasuon päiväkotia on osa Jyväskylän kaupungin toteuttamaa varhaiskasvatusta. Opinnäytetyön aihe muodostui Huhtasuon päiväkodin tarpeen mukaiseksi kokonaisuudeksi.

Kehittämistehtävän tavoitteena oli tukea Huhtasuon päiväkodin lasten motoristen taitojen harjoittelua. Tehtävänä oli tukea motorista kehitystä tarvitsevia lapsia koko ryhmään kohdistuvana toimintana. Tuotoksen tarkoituksena oli tukea kasvattajien työtä inklusiivisessa varhaiskasvatuksessa.

Opinnäytetyön teoria koostuu kahdesta pääotsikosta. Varhaiskasvatuksesta osana lapsen kehitystä sekä motorisen kehityksen merkityksestä. Varhaiskasvatus osana lapsen kehitystä kertoo varhaiskasvatuksesta Suomessa, sen tehtävistä sekä inklusiivisesta varhaiskasvatuksesta. Motorisen kehityksen merkitys kertoo motorisen kehityksen vaiheista, haasteista ja niissä tukemisesta sekä varhaiskasvatuksen tehtävästä motorisen kehityksen tukena.

Kehittämistehtävän tuotokseksi muodostui menetelmäkansio. Menetelmäkansio sisältää motorista toimintaa tukevia menetelmiä. Menetelmät ovat kilpailuttomia leikkejä ja harjoituksia. Jokaisen menetelmän kohdalla on kuvattu menetelmä, mitä motorisia taitoja se harjoittaa, mahdolliset lisävinkit sekä tarvittavat materiaalit. Menetelmäkansio on jaoteltu ensisijaisesti tilojen mukaisesti. Tilojen alle menetelmät on lajiteltu motoristen perustaitojen mukaisesti. Viimeisenä menetelmäkansiossa on hahmottamista tukevia harjoituksia sekä vinkkejä motorista toimintaa tukevan tempurajan kokoamiseen.

Menetelmäkansio tukee kasvattajien liikuntakasvatuksen suunnittelua, toteuttamista, arviointia sekä havainnointia. Lisäksi menetelmäkansio tukee Huhtasuon päiväkodin liikunnan vuosisuunnitelman toteuttamista, koska siinä käytetään samoja motorisia perustaitoja kuin menetelmäkansiossa.

ASIASANAT:

Varhaiskasvatus, motorikka, inklusio, menetelmät, tukeminen

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Bachelor of social services

2019 | 43+2

Karoliina Kihnula

# SUPPORTING MOTOR ACTIVITY IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION

- Methods for inclusive early childhood education

Theme on this thesis is how to support motor activity in inclusive in inclusive early childhood education. The thesis topic was a functional developmental task. The thesis is produced in cooperation with Daycare of Huhtasuo. The Daycare of Huhtasuo is one of Jyväskylä city's early childcare units. The theme and topics of this thesis is formed based on needs of the Huhtasuo Daycare.

The purpose of the developmental task is to support the developmental practices of motor activities in children attending to Huhtasuo daycare. The task is to create group activities that supports children requiring help in learning motor activities. The purpose of the outcome is to support the educators work in inclusive early childhood education.

The theory of the thesis consists of two main themes. Early childhood education as part of child's development and the significance of motor activity in development. Early childhood education as part of child's development discusses about the following themes: early childhood education in Finland, the implication of childhood education. The significance of motor activity in early childhood education describes the developmental stages and challenges of motor skills and ways to support the motor development.

The outcome of the development task is a resource bank. The resource bank contains methods to support motor activity. The methods consists non-competitive games and practices. Each activity is presented with a method, motor skills to practice, practical tips to aid the implementation and list of the materials required for the activity. The resource bank is organized by locations for the activities. Locational activities are divided up by basic motor skills. The final part of the resource bank includes practices developing observational skills and tips for creating an activity course that supports motor activity development.

The resource bank supports the planning, implementation, evaluating and observation of physical education. The resource bank supports also the implementation of the Huhtasuo Day Care Physical Activity Plan, as the resource bank has the same basic motor skills as the Huhtasuo Day Care Physical Activity Plan.

KEYWORDS:

Early childhood education, motor activity, inclusion, methods, support,

# SISÄLTÖ

<b>KÄYTETYT LYHENTEET TAI SANASTO</b>	<b>6</b>
<b>1 JOHDANTO</b>	<b>7</b>
<b>2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TAUSTA</b>	<b>9</b>
2.1 Kehittämistehtävän aihe	9
2.2 Kehittämistehtävän kohderyhmä ja ympäristö	10
2.3 Kehittämistehtävän tarve ja tavoite	11
<b>3 VARHAISKASVATUS OSANA LAPSEN KEHITYSTÄ</b>	<b>12</b>
3.1 Varhaiskasvatus suomessa	12
3.2 Varhaiskasvatussuunnitelmat toiminnan perustana	13
3.3 Inklusiivinen varhaiskasvatus	14
<b>4 MOTORISEN KEHITYKSEN MERKITYS</b>	<b>16</b>
4.1 Motorisen kehityksen vaiheet	16
4.2 Motorisen kehityksen haasteet sekä niiden tukeminen	19
4.3 Varhaiskasvatus tukemassa motorista kehitystä	21
<b>5 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUS</b>	<b>23</b>
5.1 Kehittämistehtävän prosessikuvaus	23
5.2 Prosessin aikataulu	26
5.3 Käytetyt kehittämismenetelmät	27
<b>6 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TUOTOS</b>	<b>29</b>
6.1 Menetelmäkansion tarkoitus	29
6.2 Kansion menetelmät	31
6.3 Menetelmäkansion rakenne	33
<b>7 POHDINTA</b>	<b>35</b>
7.1 Pohdintaa kehittämishankkeesta sekä kirjoitusprosessista	35
7.2 Ammatillinen kasvu ja ammattietiikka	37
<b>8 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIOINTI</b>	<b>39</b>
8.1 Kehittämishankkeen tavoitteiden toteutuminen	39
8.2 Palaute tuotoksesta	40

8.3 Jatkokehittämisideat	41
--------------------------	----

<b>LÄHTEET</b>	<b>42</b>
----------------	-----------

## **LIITTEET**

Liite 1. Havainnointitaulukko	
Liite 2. Menetelmäkansion johdanto	

## **KUVAT**

Kuva 1. Menetelmäkansio.	30
Kuva 2. Esimerkki menetelmästä.	32

## **TAULUKOT**

Taulukko 1. Prosessin aikataulu.	26
Taulukko 2. Motoriset perustaidot.	33

# KÄYTETYT LYHENTEET TAI SANASTO



OPH	Opetushallitus (Lähdeviite)
OKM	Opetus- ja kulttuuriministeriö
THL	Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
Valo	Valtakunnallinen liikunta ja urheiluorganisaatio ry
Sity	Sensorisen integraation terapian yhdistys ry
JHL	Julkisten ja hyvinvointialojen liitto

# 1 JOHDANTO

Opinnäytetyön nimi on motorisen toiminnan tukeminen varhaiskasvatuksessa – menetelmiä inklusiiviseen varhaiskasvatukseen. Opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli tukea motorista kehitystä inklusiivisessa varhaiskasvatuksessa koko ryhmään kohdistuvana toimintana. Kehittämistehtävän tuotoksena valmistui menetelmäkansio. Menetelmäkansio koostuu motorista toimintaa tukevista menetelmistä, jotka soveltuvat inklusiiviseen varhaiskasvatukseen. Tavoite lasten liikunnan suunnittelussa on lasten osallisuuden huomioon ottaminen, jotta kaikilla olisi mahdollisuus liikunnan iloon, onnistumisiin sekä oppimiseen. Ohjatun liikunnan tulee tarjota kaikille lapsille yhdenvertainen mahdollisuus osallistua toimintaan. Toimintaa suunniteltaessa tulisi ottaa huomioon, ettei lasten taitotaso tai muut tekijät vaikuttaisi lasten osallistumisen mahdollisuuteen. (OKM, 2016.)

Suomessa Inklusiota on toteutettu pääsääntöisesti integroiduissa erityisryhmissä. Niissä ryhmissä on tuen tarpeessa olevia lapsia sekä tukilapsia, joilla ei tuen tarvetta ole. (Pihlaja & Viiala 2018, 54.) Tehostettua tai erityistä tukea saavia lapsia vuonna 2016 oli 14 000 eli 7% kunnallisessa varhaiskasvatuksessa olevista lapsista (Julkari, 2017). Ajantasaista tilastotietoa siitä, kuinka paljon inklusiota käytännössä toteutetaan varhaiskasvatuksessa esimerkiksi integroiduissa erityisryhmissä, ei löydy. Opinnäytetyön aihe tuli integroidun erityisryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta. Hän koki motorisen kehityksen tukemisen tärkeänä lasten osallisuuden edistämiseksi. Varhaiskasvatuksen tehtävä on motoristen perustaitojen sekä kehonhallinnan ja -tuntemisen tukeminen (OPH 2018, 81). Huhtasuon päiväkodissa toteutetaan inklusiivista varhaiskasvatusta integroiduissa erityisryhmissä. Yleisesti varhaiskasvatusta ohjaa inklusiiviset periaatteet. Ryhmän oppimisympäristö sekä käytettävät menetelmät tulisi kohdata riittävän hyvin jokaisen lapsen tarpeet sillä ne määrittää ryhmän toimintaa. (OPH 2018, 54-55.) Opinnäytetyön kehittämistehtävä vastaa tarpeeseen tukea lasten motorista toimintaa, koko ryhmään kohdistuvana toimintana.

Opinnäytetyön raportointi jakautuu neljään eri osaan. 1. Tietoperustaan 2. Kehittämistehtävään 3. Pohdintaan sekä 4. Arviointiin. Tietoperusta on jaettu kahteen päälukuun. Ensimmäinen pääluku kertoo Varhaiskasvatuksesta Suomessa, sen tehtävästä sekä varhaiskasvatuksessa toteutettavasta inklusiosta. Toinen tietoperustan pääluku kertoo lasten motorisesta kehityksestä ja sen vaiheista, motorisen kehityksen tuottamista haasteista, kuinka tukea motorista kehitystä sekä varhaiskasvatuksen roolista lapsen

motorisen kehityksen tukena. Opinnäytetyön toisena osana on kehittämistehtävä, jota käsitellään kahdessa pääluvussa. Sen ensimmäisenä päälukuna on kehittämistehtävän toteutus, joka kertoo missä järjestyksessä opinnäytetyö ja kehittämistehtävä on tehty sekä millä aikataululla. Toisena päälukuna on kehittämistehtävän tuotos. Se kertoo tuotoksen eli menetelmäkansion tarkoituksesta, kansion menetelmistä sekä menetelmäkansion rakenteesta. Kolmantena osana raporttia on pohdinta. Siinä osassa pohdin opinnäytetyön aihetta, sen prosessia sekä kehittämistehtävän tuotosta. Lisäksi kerron opinnäytetyöprosessin aikana kertyneestä ammatillisesta kasvustani sekä pohdin prosessia ammattieettisten periaatteiden näkökulmasta. Raportin viimeisenä osana on arviointi. Arvioinnin ensimmäisenä otsikkona on kehittämishankkeen tavoitteiden toteutuminen. Toisena osana on saatu palaute kehittämistehtävästä ja viimeisenä jatkokehittämiseksi ideat kehittämishankkeeseen.

Opinnäytetyö on kehittämistehtävä, joka on toteutettu yhteistyössä Turun ammattikorkeakoulun ja Huhtasuon päiväkodin kanssa.



## 2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TAUSTA

### 2.1 Kehittämistehtävän aihe

Opinnäytetyön aiheeksi muodostui Huhtasuon päiväkodin tarpeen mukainen kehittämissuunnitelma. Sain muutaman aiheen Huhtasuon päiväkodissa työskentelevältä varhaiskasvatuksen opettajalta. Valitsin Motorisen toiminnan tukemisen sillä koin sen olevan lähimpänä omia vahvuuksiani sekä mielenkiinnonkohteitani. Opinnäytetyöni oli siis kehittämissuunnitelma ja sen tuotokseksi muodostui motorista toimintaa tukeva menetelmäkansio. Tuotoksen menetelmät ovat liikuntakasvatukseen suunnattuja ja ne tukevat motoristen perustaitojen harjoittelusta. Tuotokseksi päädyin tekemään menetelmäkansion sillä havaitsin päiväkodissa laajemmin tarvetta motorisen toiminnan tukemiselle ja menetelmäkansiota on helppo levittää koko päiväkodin käyttöön. Näin mahdollisimman monella on mahdollisuus hyödyntää kehittämissuunnitelmani tuotosta. Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee käytännön toiminnan ohjeistamista sekä opastamista. Se voi olla ohjeistus tai opastus. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena voi olla esimerkiksi kirja, kansio, vihko tai opas. (Airaksinen 2009, 8.)

Huhtasuon päiväkodissa on tehty liikunnan vuosisuunnitelma, jossa on joka kuukaudelle omat motorisen perustaitojen harjoitteet. Liikunnan vuosisuunnitelman perustana on käytetty kaaviota motorisista perustaidoista. Valitsin menetelmäkansion pohjaksi saman motoristen perustaitojen kaavion. Näin menetelmäkansiota voi helposti käyttää myös liikunnan vuosisuunnitelman toteuttamiseen. Motorisia perustaitoja kaaviossa ovat tasapainotaidot, välineenkäsittelytaidot sekä liikkumistaidot. Tasapainotaidot ovat staattisia sekä dynaamisia taitoja. Staattinen tasapaino on asennon tai tasapainon pitämistä paikallaan esimerkiksi tuolissa istumalla tai seisoessa. Dynaaminen tasapaino on asennon ylläpitoa liikkua esimerkiksi hyppiessä tai juostessa. Välineenkäsittelytaidot koostuvat karkea- ja hienomotorisista taidoista. Karkeamotoriset taidot ovat suurten lihasten tai lihasryhmien tuottamia toimintoja kuten esimerkiksi heittäminen tai kiinni ottaminen. (Jaakkola 2014, 13.)

## 2.2 Kehittämistehtävän kohderyhmä ja ympäristö

Kehittämistehtävä tehtiin Huhtasuon päiväkodille, vaikka kehittämistehtävän aihe tuli yhden ryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta. Huhtasuon päiväkodissa toteutetaan inkluusiivista varhaiskasvatusta, joten tarve kehittämistehtävälle oli lähes koko päiväkodissa.

Huhtasuon päiväkodissa on viisi kotipesää, joissa jokaisessa toimii 2-3 ryhmää. Esiopetusryhmiä on neljä, joista yksi on liikunta- ja luontoeskari. Alle kolmevuotiaiden ryhmiä on kaksi ja noin 3-5 -vuotiaiden ryhmiä kahdeksan. Lisäksi on yksi ryhmä, jossa on vaativaa erityistä tukea tarvitsevia lapsia. Lapsia ryhmässä on tällä hetkellä kolme. Jokaisessa ryhmässä toimii 2-3 työntekijää. Lisäksi ryhmissä, joissa on tehostettua- ja erityistä tukea tarvitsevia lapsia, työskentelee myös erityisavustajia. Päiväkodissa on myös kolme varhaiskasvatuksen erityisopettajaa, pedagoginen johtaja sekä päiväkodin johtaja. Varhaiskasvatuksen erityisopettajilla on omat vastuuryhmänsä. Yksi varhaiskasvatuksen erityisopettaja vastaa vaativaa erityistä tukea tarvitsevien ryhmästä ja kahdelle muulle on jaettu päiväkodin muut ryhmät. Varhaiskasvatuksen erityisopettajat viettävät yhdessä ryhmässä aamupäivän noin yksi tai kaksi kertaa kuukaudessa. Lisäksi he osallistuvat palavereihin ja heitä voi konsultoida tarvittaessa.

Huhtasuon päiväkodissa jokaisella ryhmällä on käytössään oman ryhmän kaksi huonetta sekä käytävä tilat. Lisäksi toisen ryhmän tiloja voi hyödyntää toisen ryhmän ulkoillessa. Esikoululaiset käyttävät koulupuolella olevaa jumppasalia kerran viikossa ja joka toinen viikko he käyvät Harjun voima -seuran painisalissa sekä tempputilassa jumppaamassa. 3-5 -vuotiailla on kerran viikossa käytössä päiväkodin jumppasalin puolikas. Ulkona päiväkodilla on iso piha, päiväkodin kanssa samassa rakennuksessa olevan koulun piha sekä lähellä oleva hiekkakenttä. Talvella hiekkakenttä jäädytetään talvella luistelua varten ja hiihtoladut sijaitsevat läheisellä pururadalla. Alle 3-vuotiaat saavat halutessaan käyttöön päiväkodin jumppasalin puolikkaan kerran viikossa. Huhtasuon päiväkodin lähiympäristössä on iso leikkipuisto, pururatoja sekä metsää, joita voi hyödyntää motoristen taitojen kehittämisessä sekä ulkoilussa.

Kehittämistehtävän tuotos jää ainoastaan Huhtasuon päiväkodin käyttöön. Menetelmäkansio on suunnattu 3-5 -vuotiaiden ryhmään. Kansion menetelmän soveltuvat myös erikoululaisille sekä sovellettuna alle 3-vuotiaiden ryhmään.

### 2.3 Kehittämistehtävän tarve ja tavoite

Tarve kehittämistehtävälle tuli integroidun erityisryhmän varhaiskasvatuksen opettajalta. Ryhmässä oli motorisesti eritaitoisia lapsia. Aihetta pohtiessani havaitsin kehittämistehtävän tarpeellisuuden lähes koko päiväkodin tarvetta vastaavaksi. Motoristen toimintojen haasteet vaikeuttavat arjen toimintaa ja osallistumista. Motoristen taitojen puuteet voivat hankaloittaa lasten välisiä leikkejä ja pelejä esimerkiksi vajavaisten välineidenkäsittelytaitojen vuoksi. (Pihlaja & Viiala 2018, 241-247.) Varhaiskasvatuksen tehtävä on motoristen perustaitojen sekä keuhonhallinnan ja -tuntemisen tukeminen (OPH 2018, 81). Motorisia taitoja tarvitaan kaikessa ihmisen toiminnassa tietoisesti tai tiedostamatta. Motorisen toiminnan sekä kehityksen mahdollistavat luiden, lihasten sekä hermoston yhteistoiminta. Ihmisen geenit sekä kasvuympäristö vaikuttavat hänen motoriseen kehitykseensä. Motoriset taidot mahdollistavat osallistumisen toimintaan. (Pihlaja & Viiala 2018, 241.) Koska Huhtasuon päiväkodissa toteutetaan inklusiivista varhaiskasvatusta, lapsiryhmissä on tuen tarpeessa olevia lapsia sekä tukilapsia. Tarvittavat tukitoimet järjestetään ensisijaisesti lapsen omassa ryhmässä (OPH 2018, 54).

Kehittämistehtävän tavoitteena oli lasten motoristen perustaitojen tukeminen koko ryhmään kohdistuvana toimintana. Kehittämistehtävän tuotoksen tavoitteena oli luoda Menetelmäkansio motoristen perustaitojen harjoittamiseen. Kansion menetelmät tulisivat sopia monen tasoisille motorisille taitajille. Menetelmäkansion tuli olla motorista tukea tarvitsevia lapsia motivoiva kokonaisuus, jotta heidän motoriset taitonsa kehittyisivät. Motivoitunut harjoittelija keskittyy, jaksaa sekä sitoutuu paremmin harjoitteluun. Motorisen tuen tarpeessa olevat lapset putoavat nopeammin pois liikunnallisista peleistä ja leikeistä. Tämä laskee lapsen motivaatiota toimintaa kohtaan. Motorinen harjoitus jää lyhytkestoisemmaksi sekä motivaatio harjoitteluun voi laskea. (Kauranen 2011, 360-369.) Menetelmäkansion menetelmät piti pystyä suuntaamaan koko ryhmälle, ei vain motorista tukea tarvitseville.

Menetelmäkansio jää tukemaan Huhtasuon päiväkodin kasvattajien liikuntakasvatuksen suunnittelua, toteuttamista, havainnoimista sekä toiminnan kehittämistä. Havainnointi ja arviointi ovat tärkeitä pedagogisen suunnittelun sekä toiminnan kehittämisen välineitä. Ympäristöä voi muokata havainnoinnin ja siitä tehtyjen arvioiden perusteella saaduilla tiedoilla osallisuutta sekä oppimista edistävämmäksi. (Hujala & Turja 2017, 56-57.)

## 3 VARHAISKASVATUS OSANA LAPSEN KEHITYSTÄ

### 3.1 Varhaiskasvatus suomessa

Varhaiskasvatus on yhteiskunnan palvelu, jonka tehtävänä on täydentää huoltajien kasvatustehtävää edistämällä lasten kasvua, kehitystä sekä oppimista. Varhaiskasvatusta toteutetaan kunnallisissa ja yksityisissä päiväkodeissa, perhepäivähoidossa sekä avoimessa varhaiskasvatustoiminnassa esimerkiksi leikkipuisto- tai kerho toiminnassa. Kunnat ovat velvollisia järjestämään varhaiskasvatuksen. Varhaiskasvatuksen tavoitteita ovat kasvun, kehityksen, terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen, oppimisen tukeminen, erilaiset oppimiskokemukset monipuolisen pedagogisen toiminnan keinoin, hyvä ympäristö lapsen kasvuun ja kehitykselle, lapsen kunnioittaminen, hyvä vuorovaikutus lapsen kanssa, yhdenvertainen varhaiskasvatus, lasten tasa-arvon edistäminen, tuentarpeiden tunnistaminen, tuen antaminen, lapsen vuorovaikutustaitojen edistäminen, lapsen osallisuuden edistäminen sekä kasvatuskumppanuus sekä tukea lapsen kasvatuksessa. Varhaiskasvatus ehkäisee lasten syrjäytymistä, edistää tasa-arvoa sekä yhdenvertaisuutta. Varhaiskasvatuksen oppimisympäristö on kehittävä, oppimista edistävä, turvallinen sekä esteetön. Pedagoginen vastuu on varhaiskasvatuksen opettajilla sekä varhaiskasvatuksen erityisopettajilla. Varhaiskasvatuksen opettajat suunnittelevat toiminnan pedagogisten tavoitteiden pohjalta. Ne myös arvioivat ja kehittävät toimintaa tavoitteiden saavuttamiseksi. (OPH 2018, 14-18.) Pedagogiikka on monitieteistä kasvatusta ja varhaiskasvatustieteelliseen tietoon perustuvaa, ammatillista sekä ammattilaisten toteuttamaa tavoitteellista sekä suunnitelmallista toimintaa opetuksen sekä lasten hyvinvoinnin tukemiseksi (OPH 2018, 22.)

Varhaiskasvatusta ohjaa Suomen perustuslaki, varhaiskasvatuslaki ja varhaiskasvatuksesta annettu valtioneuvoston asetus sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Lisäksi on otettava huomioon muu lainsäädäntö sekä kansainväliset sopimukset kuten yhdenvertaisuus- ja tasa-arvolaki, sopimukset ja julistukset kansojen ja henkilöiden oikeuksista, kestävän kehityksen tavoitteet sekä ihmisoikeussopimus. Jos lapsella on erityisen tuen tarvetta sosiaali- ja terveystieteiden tukitoimina sekä palveluina, sovelletaan häntä koskevaa esimerkiksi sosiaalihuollon tai kehitysvammaisten erityishuollosta annettua lakia sekä muita säädettyjä asetuksia ohjeina hänelle toteutettavaan varhaiskasvatukseen. Päiväkotien toimintaa valvoo kunta tai sen määräämä viranhaltija, aluehallintovirasto sekä sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto. (OPH 2018, 14-15.)

### 3.2 Varhaiskasvatussuunnitelmat toiminnan perustana

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet on opetushallituksen tekemä valtakunnallinen määräys, joka perustuu varhaiskasvatukseen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ovat varhaiskasvatusta järjestäviä velvoittava määräys. Sen tehtävänä on ohjata sekä tukea varhaiskasvatuksen järjestämistä, toteuttamista ja kehittämistä. Valtakunnallisten perusteiden tarkoitus on yhdenvertaiset edellytykset lasten kasvuun, kehitykselle sekä oppimiselle. (OPH 2018, 7-8.) Varhaiskasvatussuunnitelman arvoperusta perustuu yleissopimukseen, lapsen edun ensisijaisuuteen, lapsen oikeuksiin, yhdenvertaisuuteen sekä tasa-arvoon (OPH 2018, 20-21).

Oppimiskäsitys varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden taustalla on vuorovaikutuksessa oppiminen. Tämän käsityksen mukaan lapsi on aktiivinen toimija. Oppiminen on kokonaisvaltaista ja oppiminen tapahtuu kaikkialla. (OPH 2018, 20-22.) Oppimisen alueet varhaiskasvatuksessa ovat kielet, ilmaisu, yhteisö, tutkiminen ja toimiminen sekä kasvu, liikunta ja kehitys. Ne ovat varhaiskasvatuksessa tehtävän pedagogisen toiminnan keskeisiä sisältöjä sekä tavoitteita. Oppimisen alueet ohjaavat varhaiskasvatusta toiminnan suunnittelussa sekä toteutuksessa. Varhaiskasvatuksessa oppimisen alueita toteutetaan lasten mielenkiinnon sekä osaamisen pohjalta yhdistäen sekä soveltaen. (OPH 2018, 86.)

Paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat tarkoittavat varhaiskasvatuksen järjestäjien laatimia varhaiskasvatussuunnitelmia. Paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat tehdään varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden pohjalta. Varhaiskasvatuksen järjestäjät voivat tehdä yhteisen paikallisen varhaiskasvatussuunnitelman, jota he arvioivat ja kehittävät yhdessä. Paikallisen varhaiskasvatussuunnitelman tehtävänä on tukea ja ohjata paikallista varhaiskasvatusta. Sen laatimisessa tulee ottaa huomioon alueelliset tarpeet, lasten tarpeet, pedagogiset painotukset, lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, kotoutumissuunnitelma, opetussuunnitelmat sekä arvioinnin ja kehittämisen tulokset. Paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat tehdään aina varhaiskasvatussuunnitelmien perusteiden velvoittavien asioiden mukaisiksi. Varhaiskasvatuksen järjestäjän vastuulla on huolehtia, että kasvattajat, huoltajat sekä lapset saavat osallistua paikallisen varhaiskasvatussuunnitelman tekemiseen sekä kehittämiseen. (OPH 2018, 7-9.)

Lapsen varhaiskasvatussuunnitelma ohjaa lapsen tavoitteellista sekä suunnitelmallista kasvatusta, opetusta sekä hoitoa. Lapsen varhaiskasvatussuunnitelma tehdään

päivähoidossa tai perhepäivähoidossa yhdessä kasvattajan, huoltajan, lapsen sekä muiden mahdollisten yhteistyötahojen kanssa. Lähtökohtana varhaiskasvatussuunnitelmassa on lapsen etu sekä tarpeet. Lapsen varhaiskasvatussuunnitelmaan kirjataan lapsen osaaminen, vahvuudet, kiinnostuksen kohteet sekä yksilölliset tarpeet. Yksilöllisiä tarpeita ovat esimerkiksi tarvittavat tukitoimet, lääkehoitosuunnitelma sekä tavoitteet ja suunnitelmat niiden saavuttamiseksi. Varhaiskasvatuksessa varhaiskasvatussuunnitelmiin kirjatut tavoitteet ohjaavat lapsiryhmän toimintaa ja oppimisympäristön suunnittelua sekä toiminnan kehittämistä. Varhaiskasvatussuunnitelma tehdään lapsen aloitettua päivähoitossa tai perhepäivähoidossa ja sitä päivitetään säännöllisesti, mutta vähintään kerran vuodessa. (OPH 2018, 9-11.)

### 3.3 Inklusiivinen varhaiskasvatus

Inklusio on päättymätön prosessi, jonka tavoitteena on kaikkien mukana olevien osallisuus (Pihlaja & Viiala 2018, 53, Boothin 2011 mukaan). Inklusio on ulkopuolelle joutumisen vastakohta eli mukana oleminen (Pihlaja & Viiala 2018, 53-54, Boothin 2006 mukaan.) Inklusion arvoja ovat mm. huolenpito, rakkaus, luottamus, rehellisyys, rohkeus, toivo, ilo sekä kasvatuksen kannalta tärkeimmät osallisuus sekä yhteisöllisyys (Pihlaja & Viiala 2018, 52, Ainscown & Sandhillin 2010 mukaan).

Suomessa Inklusiota on toteutettu pääsääntöisesti integroiduissa erityisryhmissä. Niissä ryhmissä on tuen tarpeessa olevia lapsia sekä tukilapsia, joilla ei tuen tarvetta ole. (Pihlaja & Viiala 2018, 54.) Varhaiskasvatuksen tehtävänä on huolehtia, että jokainen lapsi kokee itsensä hyväksytyksi omana itsenään sekä ryhmän jäsenenä. Yleisesti varhaiskasvatusta ohjaa inklusiiviset periaatteet. Peruspedagogiikka on perustana kaikkien lasten kehityksessä ja oppimisessa. Ryhmän oppimisympäristö sekä käytettävät menetelmät tulisi kohdata riittävän hyvin jokaisen lapsen tarpeet sillä ne ohjaavat ryhmän toimintaa. (OPH 2018, 54-55.)

Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tunnistaa lapsen mahdollinen tuen tarve ja järjestää tuen tarpeen mukaiset tukitoimet, tarvittaessa moniammatillisessa yhteistyössä. Tavoitteena on lapsen kehityksen, oppimisen sekä hyvinvoinnin tukeminen sekä edistäminen. Lapsen tuen tarpeen tunnistaminen voi ehkäistä ongelmien syntymistä, kasaantumista sekä niiden kokonaisvaltaista vaikutusta. Perustana tuen järjestämiselle ovat lapsen oppimiseen ja kehityksen liittyvät tarpeet sekä lapsen vahvuudet. Pedagogisilla järjestelyillä sekä monenlaisilla työtavoilla pystytään tukemaan lapsen tuen tarvetta. Tuen tarve,

siihen liittyvät vastuut, työnjako, tukitoimenpiteet, toimenpiteiden toteuttamistapa sekä arviointi kirjataan varhaiskasvatussuunnitelmaan. Tarvittavat tukitoimet järjestetään ensisijaisesti lapsen omassa ryhmässä. Ryhmää suunniteltaessa on otettava huomioon lasten etu, tuen tarpeet sekä kuinka varhaiskasvatuksen tavoitteet voidaan ryhmässä saavuttaa. (OPH 2018, 54-55.) Ryhmän suunnittelua haastaa lasten yksilölliset tavoitteet. Erilaiset tavoitteet tulisi saada osaksi saman ryhmän toimintaa ryhmän yhteisiksi toiminoiksi. (Hujala & Turja 2017, 57.)

Erityisen tuen tarpeesta puhutaan, kun lapsi saa säännöllistä tai samanaikaisesti useita tukimuotoja. Erityistä tukea saavan lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen edellytykset ovat heikentyneet vamman, sairauden, toimintavajavuuden tai kasvu ympäristön vuoksi. (OPH 2018, 55-56) Lapsen erityiskasvatuksessa lapsen kehitys, oppiminen sekä kasvatusta suunnataan lapsen yksilöllisiin tarpeisiin. Lapsen tuen tarpeen ja kasvu ympäristössä käytettävien menetelmien kohdatessa, tuen tarve voi olla näkymätön. (Hujala & Turja 2017, 265-267.)

Tuen toteuttaminen varhaiskasvatuksessa on pedagogista, rakenteellista sekä hyvinvointia tukevaa. Pedagogiset järjestelyt ovat esimerkiksi varhaiskasvatuksen erityisopettajalta saatava tuki, apuvälineet, viittomien käyttäminen sekä lapsikohtainen ohjaaminen. Rakenteellisia ratkaisuja ovat esimerkiksi lapsiryhmän pienentäminen sekä henkilökunnan mitoituksen muuttaminen. Hyvinvointia tukevia ratkaisuja ovat esimerkiksi eri asiantuntijoiden antama ohjaus ja konsultaatio. Jatkuva havainnointi, dokumentointi sekä arviointi tuen tarpeista sekä tehdyistä toimenpiteistä on tarpeen toiminnan kehittämisen, lapsen oppimisen ja hyvinvoinnin tukemisen kannalta. (OPH 2018, 102.)

Integroitujen ryhmien etuna on pidetty pienempää ryhmäkokoja (Pihlaja & Viiala 2018, 54). Pienryhmätoiminta helpottaa toiminnan suunnittelua lasten yksilöllisten tavoitteiden mukaiseksi. Sen avulla pystytään myös havainnoimaan ja arvioimaan toimintaa realistisemmin. (Hujala & Turja 2017, 57.) Inklusio mahdollistaa toimivan integraation varhaiskasvatus ryhmään. Tavoitteena fyysinen, toiminnallinen sekä sosiaalinen integraatio. (Pihlaja & Viiala 2018, 54.) Toimiva inklusiivinen varhaiskasvatus opettaa kaikille lapsille sosiaalisia- ja leikkitaitoja sekä kehittää kielellistä ja kongnitiivista kehitystä (Pihlaja & Viiala 2018, 55, Bartonin & Smithin 2015 ja Guralnickin & Bruderin 2016 mukaan).

## 4 MOTORISEN KEHITYKSEN MERKITYS

### 4.1 Motorisen kehityksen vaiheet

Motorisia taitoja tarvitaan kaikissa ihmisen toiminnassa tietoisesti tai tiedostamatta. Motorisen toiminnan sekä kehityksen mahdollistavat luiden, lihasten sekä hermoston yhteistoiminta. Ihmisen geenit sekä kasvuympäristö vaikuttavat hänen motoriseen kehitykseensä. Motoriset taidot mahdollistavat osallistumisen toimintaan. (Pihlaja & Viiala 2018, 241.) Motoriset taidot ovat toimintaa tai tehtäviä, jotka vaativat liikkeiden kontrollointia tavoitteen saavuttamiseksi (Andersson & Magill 2017, 2). Motorisia perustaitoja ovat tasapainotaidot, välineenkäsittelytaidot sekä liikkumistaidot. Tasapainotaidot ovat staattisia sekä dynaamisia taitoja. Staattinen tasapaino on asennon tai tasapainon pitämistä paikallaan esimerkiksi tuolissa istumalla tai seisoessa. Dynaaminen tasapaino on asennon ylläpitoa liikkeessä esimerkiksi hyppiessä tai juostessa. Välineenkäsittelytaidot koostuvat karkea- ja hienomotorisista taidoista. Karkeamotoriset taidot ovat suurten lihasten tai lihasryhmien tuottamia toimintoja kuten esimerkiksi heittäminen tai kiinni ottaminen. Hienomotoriset taidot ovat tarkkoja pienten lihasten ja lihasryhmien tuottamia toimintoja kuten esimerkiksi piirtäminen. (Jaakkola 2014, 13.)

Motorinen oppiminen on motoristen taitojen hankkimista ja jo opittujen taitojen parantamista. Lisäksi motoriseen oppimiseen sisältyy taitojen uudelleen opettelua esimerkiksi vammautumisen tai sairauden vuoksi. Motoristen taitojen oppiminen voi muuttaa ihmisen käytöstä. (Andersson & Magill 2017, 2.) Aistien kautta opitaan uutta. Kuulon, tunnon, maun ja hajun erilaiset aistimukset vaikuttavat opittuihin asioihin. Aistimista asioista saa havainnon ja kokemuksen, josta seuraa oppiminen. Tämä tapahtumaketju on sensorinen integraatio. Erilaisia aistimuksia tarvitaan motoristen taitojen oppimiseen ja kehittämiseen. (Sity.) Kinesteettinen ja taktiilinen eli syvätunto ja pintatunto ovat merkityksellisiä aisteja motoriikan kehityksessä. Kinesteettinen aisti auttaa tunnistamaan kehonosien asennot sekä lihasjännitysten vaihtelut. Monipuolinen ja säännöllinen liikunta vahvistaa kinesteettistä aistia. Taktiilinen aisti tuntee kosketuksen, paineen, erilaiset materiaalit, lämpimän ja kylmän sekä kivun. (Karvonen 2000, 19-20.)

Motorinen kehitys on kehitysprosessi. Kehitysprosessin tavoitteena on lapsen tahdonalainen liikkuminen. Tahdonalaisen liikkumisen kehittyessä motorinen kehitys jatkuu eteenpäin, kun taidot kehittyvät sujuvammiksi. (Sääkslahti 2015, 51.) Lapsen geenit sekä



kasvuympäristö vaikuttavat lapsen motoriseen kehitykseen. Geenit antavat pohjan motoriselle kehitykselle. Kasvuympäristö antaa puitteet motoristen toimintojen harjoittamiselle. Motoriset taidot ovat harjoiteltavissa olevia taitoja, siksi lapsen ymäristöllä on suuri merkitys lapsen motorisen kehityksen tukemiseen. (Malina ym. 2004, Sääkslahden 2015, 51 mukaan) Jokaisen lapsen motorinen kehittyminen menee suurin piirtein samassa järjestyksessä ja tahdissa. Uusien motoristen taitojen oppiminen edellyttää aikaisempien kehitysvaiheiden hallintaa sekä neurofysiologisia muutoksia. Motorinen kehitys ei tapahdu tasaisesti vaan myös motorisessa kehityksessä ilmenee herkkyyskausia. Herkkyyskauden aikana kehityksen estyminen esimerkiksi sairauden vuoksi voi haitata motorista kehitystä. Lapsen motorinen kehitys on fyysisen, hermostollisen, motorisen oppimisen sekä ympäristön yhdessä vaikuttama kokonaisuus. (Kauranen 2011, 346-348.)

Motorisen kehityksen ensimmäinen vaihe on refleksitoimintojen vaihe, se kestää noin ensimmäisen vuoden. Seuraavan vuoden aikana alkaa alkeellisten taitojen omaksuminen. Alkeellisten taitojen omaksumisen vaiheessa lapsi oppii motoristen perustaitojen alkeita eli juoksemista, heittämistä sekä hyppäämistä. Yksivuotias osaa kävellä itse tai kädestä pitäen pieniä matkoja. Yksivuotias osaa antaa tavaroita toisille tai vaihtaa niiden paikkoja. Pinsetti ote on kehittynyt. Alle kaksivuotias tutustuu omaan kehoonsa ja löytää eri ruumiinosia kuten nenän ja navan. Noin kaksivuotiaana lapsi opettelee liikkumaan sekä syömään itse. Kaksivuotiaan kävely on sujuvaa, mutta juokseminen vielä epävarmaa. Portaiden kävely sujuu tasa-askelmin ja kaiteesta kiinni pitäen. Pallon potkaiseminen, tasajalkaa hyppääminen sekä pallon heittäminen molemmilla käsillään 1,5m päähän onnistuu. Lapsi osaa rakentaa 5 kuution tornin, piirtää ympyrän sekä viivan.

Kolmas kehityksen vaihe ajoittuu 3-8-vuoden välille. Silloin lapsi omaksuu motoriset perustaidot. Motorisen perustaitojen omaksumisen vaiheessa on tärkeää lapsen kasvu ympäristön olla suotuisa motoristen taitojen kehittämiseksi. 3-vuotiaana kävely onnistuu sujuvasti jokaiseen suuntaan ja seisominen yhdellä jalalla onnistuu. Juokseminen on vielä hidasta, koska juokseminen tapahtuu vain jaloilla eikä koko keholla. Joustaminen hyppyssä, heittojen tähtäys sekä pallon kiinniottaminen on vielä vaikeaa. Roikkuminen, kirjan sivujen kääntäminen sekä kynäote opitaan 3-vuotiaana. 3-vuotias ei vielä hahmota toisten liikkeitä kovin hyvin, joten ryhmässä toimiessa törmäämisiltä on vaikea välttyä. 3-4-vuotias tuntee ja osaa heiluttaa pyydettyä ruumiinosiaan sekä opettelee pukemaan itsenäisesti. 4-vuotias juoksee, hyppää, roikkuu ja kiipeilee sujuvasti. Heittäminen vain yhtä kättä käyttäen voi olla vielä vaikeaa, mutta kiinniottaminen sujuu suurempien

esineiden kanssa. 5-vuotias oppii yhdistelemään liikkeitä, ylittää juosten esteitä, hyppäämään pituutta noin 1m, heittämään palloa noin 5m, tähtäämään pallolla noin 3m päähän sekä osaa kuperkeikan. Palloa heittäessä 5-vuotias pysähtyy. 5-6-vuotias tunnistaa ja liikuttaa eri ruumiinosiaan tahdonalaisesti sekä pukee ja käy vessassa itsenäisesti. Motoriset perustaidot alkavat vakiintua. 6 -vuotiaan liikkeiden yhdistely kehittyy, pallon kuljettaminen jalalla ja vauhdista potkaiseminen onnistuu, erilaiset hyppyt ja jousto alas tullessa on kehittynyt. Painon siirto on hallittua. 6-8-vuotiaat osaavat tunnistaa, nimetä sekä liikuttaa niveliään, ruumiinosiaan sekä kehonosiaan. Karkeamotoriikka vakiintuu sujuvaksi ja erilaisten liikuntalajien perusteet ovat hallussa.

Neljäntenä vaiheena on erikoistuneiden liikkeiden vaihe, joka ajoittuu 8-15-vuoden välille. Jos erikostuneiden liikkeiden oppiminen on hankalaa, voi olla puutteita motorisissa perustaidoissa. Motorisia perustaidot ovat harjoiteltavissa. Viimeinen motorisen kehityksen vaihe on omaksuttujen taitojen hyödyntämisen vaihe, joka alkaa erikoistuneiden liikkeiden vaiheen jälkeen noin 15-vuotiaana. (Hujala 2011, 139-140; Kauranen 2011, 352-254; Jaakkola 2014, 14-15)

Paul Fittsin sekä Michael Posnerin mallin mukaan ihmisen motorinen oppiminen jaetaan kolmeen osaan. Oppimisen alkuvaiheeseen, harjoitteluun sekä lopulliseen taitojen oppimiseen. Ensimmäisessä osassa liikkeet ovat jäykkiä sekä hitaita. Alkuvaiheessa käytössä on työmuisti. Alkuvaihe kestää muutamasta päivästä muutama viikkoon, harjoitusten määrästä ja harjoituksesta riippuen. Harjoitteluvaiheessa keskitytään pienempiin yksityiskohtiin esimerkiksi nopeuteen sekä liikkeiden sujuvuuteen. Virheiden sekä epäonnistumisten määrä vähenee harjoittelun edetessä. Harjoitteluvaiheessa toiminta alkaa siirtyä pitkäkestoiseen muistiin. Harjoitteluvaihe kestää muutamasta kuukaudesta muutama vuoteen. Lopullisessa taitojen oppimisessa toiminta tapahtuu lähes automaattisesti sekä itsenäisesti. Lähes automaattinen toiminta antaa vapauden kiinnittää huomiota muihin asioihin samalla kun toimii. Liikkeet ovat yhtenäisiä, oikeanlaisia, varmoja ja helppoja suorittaa. Liikkeet ovat muunneltavissa tarpeen mukaan. Lopullinen taitojen oppiminen kestää vuosia tai jopa koko elämän ajan. (Kauranen 2011, 256-359.)

Alle neljävuotiaiden motoristen perustaitojen harjoitteluun kuuluu käveleminen erilaisissa ympäristöissä sekä esineiden kantaminen, eritavoilla juokseminen, hyppiminen, erilaiset heitot, välineellä tai ilman lyönti harjoitukset sekä potkuharjoitukset. Yli neljävuotiaiden motorinen harjoittelu on monipuolista liikuntaa kuten voimistelu ja tanssi, palloleikit ja -pelit, luontoliikunta, talviliikunta sekä vesiliikunta. (Hujala & Turja 2017, 140-145.)

Havaintomotorisilla taidoilla hahmotetaan omaa kehoa sekä sen eri puolia suhteessa tilaan, aikaan sekä voimaan. Havainnointia on erilajeja. Kinesteettinen ja taktiilinen havainnointi on tieto kehon asennosta sekä sen liikkeistä. Lisäksi siihen liittyvät kehotietoisuus, kehontuntemus, kehon kuva, avaruudellinen hahmottaminen, suuntatietoisuus, tunnustelemalla havainnointi, muotojen hahmotus sekä voiman säätely. Visuaalinen havainnointi on näköaistin avulla havainnoimista. Se auttaa liikkeiden, tasapainon, muotojen, suunnan sekä tilan hahmottamisessa. Audiitiivinen havainnointi on kuuloaistin kautta havainnoimista. Siihen liittyy ajallinen tiedostaminen sekä rytmi. (Innostun liikkumaan.)

#### 4.2 Motorisen kehityksen haasteet sekä niiden tukeminen

Motoristen toimintojen haasteet vaikeuttavat arjen toimintaa ja osallistumista. Tämän seurauksena lapselle voi aiheutua stressiä, joka vaarantaa lapsen emotionaalisen sekä psyykkisen hyvinvoinnin. Ratkaisevana tekijänä lapsen kokonaisvaltaisessa tukemisessä on lapsen ympäristön antama tuki ja ymmärrys sekä lapsen minäkuva ja mahdollisuudet vaikuttaa tilanteisiin. Motoristen taitojen puuteet voivat hankaloittaa lasten välisiä leikkejä ja pelejä esimerkiksi vajavaisten välineidenkäsittelytaitojen vuoksi. (Pihlaja & Viiala 2018, 241-247.) Motorisen tuen tarpeessa olevat lapset putoavat nopeammin pois liikunnallisista peleistä ja leikeistä. Tämä laskee lapsen motivaatiota toimintaa kohtaan. Motorinen harjoitus jää lyhytkestoisemmaksi sekä motivaatio harjoitteluun voi laskea. (Kauranen 2011, 360-369.) Heikot motoriset taidot vähentävät fyysistä aktiivisuutta sekä altistavat tapaturmille (Valo, 2015, 20).

Kasvuymppäristöllä on oma vaikutuksensa motorisessa kehityksessä. Sen tarjoamat mahdolliset virikkeet kutsuvat harjoittamaan taitoja. Motorinen oppiminen tarkoittaa kasvuymppäristön sekä harjoittelun avulla tapahtuvia motorisen kehityksen muutoksia. Motorinen kehitys tapahtuu kahdessa vaiheessa. Ensimmäinen vaihe on 5-8-vuotiaana. Lapsi oppii helpoiten kokonaisvaltaiset sekä yksinkertaiset liikkeet esimerkiksi juokseminen, heittäminen sekä hyppääminen. Näihin toimintoihin tarvitaan liikunnan perusominaisuuksia. Harjoitukset olisi hyvä yhdistää leikkiin. Harjoitusten tulisi olla monipuolista, jotka keskittyvät liikunnan perusominaisuuksiin, tasapainon, ketteryyden, nopeuden sekä liikkuvuuden ja nopeuteen sillä lapsen kasvaessa näiden taitojen harjoittelu on vaikeampaa. Taitojen opettelu kannattaa tehdä turvallisessa, pysyvässä ja ennakoitavissa olevassa ympäristössä. Harjoittelu kannattaa aloittaa hitaasti ja jakaa osiin. Alussa harjoittelu voi olla hankalaa ja turhauttavaa, mutta positiivinen palaute sekä aito kannustus

tukee harjoittelua. Vanhat taidot kannattaa ottaa mukaan uuden opetteluun. Harjoitteluvaiheessa kykenee keskittymään enemmän ympäristöön ja harjoittelun ympäristöä voi vaihtaa tai muunnella sillä näin pystytään harjoittelemaan tilanteisiin tai tilaan sopivia variaatioita harjoituksesta. (Kauranen 2011, 346-359.) Palaute on tärkeä osa harjoittelua. Palautetta on sisäistä sekä ulkoista eli kehon antamaa palautetta sekä esimerkiksi ohjaajan antama palaute. Palaute kasvattaa motivaatiota, keskittymistä suorituksiin sekä antaa tietoa. (Kauranen 2011, 382-384.) Kilpailun pois sulkeminen madaltaa kynnystä osallistua, lisää lasten motivaatiota sekä mahdollistaa enemmän positiivisia kokemuksia. (Kauranen 2011, 360-369.)

Kävelyn kehitystä voi tukea mahdollistamalla lapselle kävely erilaisilla materiaaleilla ja alustoilla sekä paljain jaloin kävelemisellä. Juoksemisen tukemisessa tärkeää on innostaminen juoksemiseen esimerkiksi erilaisilla leikeillä ja peleillä. Erilaisilla materiaaleilla ja alustoilla juokseminen sekä erilaiset juoksuharjoitteet esimerkiksi nopeasti ja hitaasti juoksu ovat hyviä keinoja tukea juoksemisen kehittymistä. Hyppyjä voi harjoitella erilaisien esteiden yli hyppäämällä sekä yrittämällä saada esimerkiksi hernepussi yläpuolelta kurottamalla hypyn aikana. Heittämistä tukee eri painoisten ja materiaalista tehtyjen tavaroitten heittäminen sekä erilaiset heittoleikit esimerkiksi tarkkuus- tai pituusheitto. Kiinniottamista voi harjoittaa ottamalla kiinni eri materiaalista tehtyjä, eri painoisia sekä kokoisia esineitä. Lyömistä voi harjoitella erilaisilla lyöntiharjoituksilla esimerkiksi ensin kevyellä ja sitten painavammalla mailalla lyömällä. Ensimmäisten mailojen on hyvä olla leveitä ja lyötävän kohteen rajatulla alueella pysyvä esimerkiksi sidottu pallo. Potkaisuista voi harjoittaa ensin pehmeitä isokokoisia palloja potkimalla ja sitten eri kokoisia, painoisia sekä erilaisista materiaaleista tehtyjä palloja potkimalla. Potkaisu leikit ja pelit ovat hyviä harjoitteita potkujen jo sujuessa. (Sääkslahti 2015, 58-71.)

Huomiokykyä tarvitaan motoristen taitojen harjoittelussa. Ohjaajan tulee osata suunnata harjoittelijan huomiokyky oikeisiin asioihin harjoitusta tehdessä. Huomiokyvyn jakaminen useaan asiaan samaan aikaan heikentää suorituskykyä. Vireystila on psyykinen sekä fyysinen toimivalmius. Vireystila vaikuttaa motorisiin toimintoihin niin, että vireystilan nousu parantaa motorista toimintaa tiettyyn pisteeseen asti. Erilaiset motoriset tehtävät tarvitsevat erilaisen vireystilan. Ohjaajan tehtävänä on tarkkailla harjoittelijan vireystilaa ja pohtia harjoituksen kannalta hyvä vireystila. Uusien motoristen taitojen ja tehtävien harjoittelussa kannattaa hyödyntää harjoittelijan aikaisempia harjoitteita ja taitoja. Uuteen harjoitteeseen tutustuminen kannattaa aloittaa kertomalla harjoite, määrittelemällä tavoite sekä käymällä läpi suunnitelma. Sitten käydä läpi tarkempia ohjeita harjoitteen

suorittamiseksi. Ohjeistuksen tulee olla selkeä ja sisältää esimerkkejä suorituksesta. Tämän jälkeen harjoite havainnollistetaan ja kiinnitetään harjoittelijan huomio oikeisiin asioihin harjoittelun edetessä yhä yksityiskohtaisemmin. (Kauranen 2011, 360-369.) Motoristen toimintojen harjoittelua auttaa selkeä, muuttumaton ympäristö sillä se vähentää aivoihin tulevien aistimusten määrää ja auttaa keskittymään (Pihlaja & Viitala 2018, 242). Onnistumisen kokemukset parantavat lapsen itseluottamusta sekä vahvistavat positiivista minäkuvaa. Onnistumisen kokemuksia saadaan aikaan suunnittelemalla toiminta kehitystasolle sopivaksi, innostuneisuutta palkitsemalla sekä suoritukset ja käytös positiivisella huomiolla. Onnistumisen kokemukset lisäävät myös motivaatiota. (Koivunen 2009, 38-39).

#### 4.3 Varhaiskasvatus tukemassa motorista kehitystä

Varhaiskasvatuksen liikunta on motoristen perustaitojen monipuolista harjaannuttamista (Hujala & Turja 2017, 140-145). Varhaiskasvatuksen tavoitteena on monipuolinen liikunta sekä liikunnan ilo. Liikunta varhaiskasvatuksessa on säännöllistä, lapsilähtöistä, monipuolista sekä tavoitteellista. Ohjattu säännöllinen liikunta edistää lasten kokonaisvaltaista kehitystä sekä motorista oppimista. Varhaiskasvatuksen tehtävä on motoristen perustaitojen sekä kehonhallinnan ja -tuntemisen tukeminen. Motoristen taitojen arviointi suunnitelmallisesti on tärkeää. Toiminta sekä toimintaympäristö tulee suunnitella niin, että lasten on mahdollista nauttia monipuolisesta liikunnasta eri tilanteissa. Liikunnallisia leikkejä sekä ulkoilua järjestetään ja niihin kannustetaan kaikkina vuodenaikoina. Vuodenajat antavat erilaiset mahdollisuudet ulkona toteutettavalle liikunnalle. Liikuntaleikit ulkona ja sisällä esimerkiksi pihaleikit, jumppa ja musiikkiliikunta antavat lapsille monipuolisia kokemuksia. Lapsilla on mahdollista päivittäiseen omaehtoiseen liikuntaan sisällä ja ulkona. Liikuntavälineet ovat lasten käytettävissä leikin ja omaehtoisen liikunnan aikana. Varhaiskasvatuksen liikunta on monipuolista. Liikunta on eri tempoista, aistien varassa, erilaisten materiaalien ja välineiden kanssa, yksin-, pareittain- ja ryhmissä tapahtuvaa toimintaa. (OPH 2018, 47-48.)

Varhaiskasvatuksen oppimisympäristöjä ovat piha, leikki puistot, luonto sekä rakennetut paikat. Erilaiset ympäristöt antavat monipuoliset mahdollisuudet liikuntaan, leikkeihin ja peleihin. Varhaiskasvatuksen oppimisympäristöissä tulee olla monipuolisia sekä turvallisia leikki- ja toimintavälineitä. Tarvittaessa kasvattajan on otettava huomioon lasten yksilölliset tuentarpeet. (OPH 2018, 81-82.) Varhaiskasvatus antaa erinomaisen

mahdollisuuden mallioppimiselle. Tärkeää on kuitenkin muistaa, että motorista tukea tarvitsevat lapset tarvitsevat tietoa, kuinka he voivat korjata omaa toimintaansa. (Pihlaja & Viiala 2018, 251.)

Yksinkertainen, mutta hyvä harjoittelu etenee järjestyksessä. Ensimmäiseksi on lämmittely. Sen jälkeen kannattaa harjoitella nopeutta. Nopeus harjoitukset on hyvä tehdä alkupuolella, kun jaksetaan vielä hyvin. Tämän jälkeen keskitytään taitojen harjoittamiseen ja lihaskuntoon. Lihaskuntoharjoittelun tavoitteena on tuki- ja liikuntaelimestöille aiheutuvat ärsykkeet. Sitten on kevyemmän toiminnan esimerkiksi leikin aika. Lopuksi on venyttely. Venyttely lisää liikkuvuutta, joka antaa paremmat edellytykset parempaan suoritus- tekniikkaan. (Järvinen 2012, 9-145.) Kasvattajan on hyvä suunnitella ja järjestää onnistumisen kokemuksia lapsille (Koivunen 2009, 38-39).

## 5 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TOTEUTUS

### 5.1 Kehittämistehtävän prosessikuvaus

Opinnäytetyön prosessi alkoi marraskuussa 2018. Kävin Huhtasuon päiväkodissa ensimmäistä kertaa puhumassa opinnäytetyön aiheesta. Yhdessä suuntaavan harjoittelun ohjaajani kanssa pohdimme mahdollista opinnäytetyön aihetta. Sain häneltä muutaman idean, jolle olisi tarvetta. Päädyin valitsemaan motorisen kehityksen tukemisen sillä aihe oli lähinnä omia mielenkiinnonkohteitani. Hyvä opinnäytetyöaihe on sellainen, joka liittyy koulutusohjelman opintoihin, linkittyy työelämään ja työllistymismahdollisuuteen sekä syventää omia taitoja ja tietoja. Opinnäytetyön aiheen on hyvä olla itseä kiinnostava. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 16.)

Päiväkodissa oli tarvetta motorisen toiminnan tukemiselle, mutta sain vapaat kädet suunnitella kehittämistehtävää. Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ohjeistamista, opastamista, järjestämistä sekä järjeistämistä. Se voi olla ohjeistus, opastus tai jonkin tapahtuman suunnittelu sekä toteutus. Tuotoksena voi olla kansio, opas, julkaisu, suunnitelma, tapahtuma tai jonkin muu tuotos. (Airaksinen 2009, 6-8.) Tehtävän anto säätelee aiheen rajaamista. Tehtävän antoon sisältyvät työn pituus, käytävissä olevat lähteet sekä lukijat. Lisäksi tehtävää suuntaa teoreettiset aiheet, aiheen kohdejoukot ja paikkasidonaisuus. (Hirsjärvi ym. 2007, 84.) Vaikka edellisessä viittauksessa puhutaan tutkimuksen tekemisestä, nämä kohdat sopivat mielestäni myös kehittämistehtävän aiheen rajaamiseen. Tehtävän antona oli opinnäytetyönä tehtävä kehittämistehtävän tuotos, jonka lukijoina ovat päiväkodin kasvattajat sekä opintojeni opettajat. Koska kyseessä oli opinnäytetyön tuotos, ei aihe voinut olla liian laaja. Lisäksi aihetta rajasi aiheen teoria, kohderyhmä sekä paikkana toimiva Huhtasuon päiväkot. Joulukuussa palautin opinnäytetyösuunnitelmani. Työsuunnitelma on suunnitelma siitä mitä ollaan tekemässä. Se kertoo opinnäytetyön idean sekä tavoitteet. (Airaksinen 2009, 14-15.)

Tammikuussa 2019 aloitin suuntaavien harjoittelun Huhtasuon päiväkodissa ja samalla aloin kerätä tietoperustaa opinnäytetyötä sekä sen tuotosta varten. Tiedonhaussa ensimmäisenä on hyvä kerätä luettelo kirjallisuudesta, johon kannattaa tutustua (Hirsjärvi ym. 2007, 107). Opinnäytetyön suunnitelmassa oli alustava lista tietoperustan kirjallisuudesta. Tietoperustaa keräsin vapaalla sanahauulla Googlesta, Finna.fi hakupalvelusta sekä opinnäytetyöni aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta. Sopivimpien tulosten

löytäjänä pidetään Googlea. Google järjestää tulossivut käyttäjäystävällisesti sekä näyttää sivut, joista löytyvät kaikki hakusanasi. (Hirsjärvi ym. 2007, 90-96.) Finna.fi on aineiston hakupalvelu. Sieltä löytyy kirjastojen, museoiden sekä muiden suomalaisten arkistojen aineistoja. Lisäksi Finna.fi hakupalvelun kautta voi käyttää yhteistyökirjastojen sähköisiä palveluita. (FINNA.)

Harjoitteluni kesti yhteensä 10 viikkoa, jonka aikana tutustuin lapsiin, havainnoin motorisen kehityksen tukemista, tutustuin talon tapoihin sekä sieltä jo löytyvään materiaaliin. Kehittämistehtävä alkoi muotoutua menetelmäkansioksi. Menetelmäkansio oli kaikista kätevin tapa saada tuotos jokaisen halukkaan kasvattajan käyttöön. Havaintojeni perusteella, varsinkin motorisesti taitavat lapset olivat erittäin kilpailullisia. Erityisesti ohjatun liikunnan aikana kilpailullisuus korostui. Motorisen tuen tarpeessa olevat lapset puutoavat nopeammin pois liikunnallisista peleistä ja leikeistä. Tämä laskee lapsen motivaatiota kyseistä toimintaa kohtaan ja motorinen harjoitus jää lyhytkestoisemmaksi sekä motivaatio harjoitteluun voi laskea. Kilpailun pois sulkeminen madaltaa kynnystä osallistua, lisää lasten motivaatiota sekä mahdollistaa enemmän positiivisia kokemuksia myös motorista tukea tarvitseville lapsille. Motivaatiota lisää positiiviset kokemukset sekä palkinnot. Motivoitunut harjoittelija keskittyy, jaksaa sekä sitoutuu paremmin harjoitteluun. (Kauranen 2011, 360-369). Motorista tukea tarvitsevien lapsien motivoimiseksi ja harjoittelun tukemiseksi, päätin menetelmäkansioon tulevien menetelmien olevan kilpailuttomia. Alan teorian tulisi perustella valintojasi toiminnallista opinnäytetyötä tehdessä (Vilkkä & Airaksinen 2003, 42).

Maaliskuun puoleessa välissä jatkoin työskentelyä Huhtasuon päiväkodissa. Aloin toteuttaa menetelmäkokeiluita huhti- ja toukokuun aikana. Toiminnallisen opinnäytetyön ensimmäinen osa on toiminnallinen osuus (Airaksinen 2009, 10). Tein menetelmäkokeiluiden pohjaksi havainnointikaavion, jonka täytin jokaisen kokeilun jälkeen. Havainnoinnin avulla saadaan tietoa mitä tapahtuu. Havainnointi on tieteellistä tarkkailua, jolla on tavoitteet (Hirsjärvi ym. 2007, 207.) Kevään aikana havainnoin menetelmien tarkoituksen mukaisuutta, päiväkodin sekä ryhmien tarpeita sekä keräsin lisää menetelmiä menetelmäkansioon. Työskentelyni kesti toukokuun loppuun saakka. Siihen mennessä olin ehtinyt keräämään menetelmiä, tekemään menetelmäkokeiluita sekä saanut paljon tietoa havainnoinnin avulla.



Kesän aikana kokosin menetelmäkansioon vielä lisää menetelmiä. Havainnoinnin sekä tarkkailun avulla työskentelyni aikana olin saanut hyvän kuvan siitä millaiset menetelmät kansioon voisivat sopia. Havaintojen myötä saadaan tietoa kohteesta. Havainnointia voi käyttää ihmisten toiminnan sekä käyttäytymisen tarkastelussa. Havainnointi on kohteen seuraamista tarkkaillen. (Koppa, 2015.) Jatkoin menetelmien keräämistä menetelmäkansion pohjaan sekä suunnittelemaan kansion ulkoasua. Samalla opinnäytetyön kirjoitusprosessia tehdin. Opinnäytetyön tekeminen sekä kirjoittaminen kulkee käsikädessä koko prosessin ajan. Työpäiväkirja toimii raportinkirjoittamisen tukena (Airaksinen 2009, 12.)

Elokuussa palasin takaisin Huhtasuon päiväkotiin. Jatkoin menetelmäkokeiluista elokuuhun ajan. Samalla kokeilun tuloksesta riippuen kirjasin niitä ylös menetelmäkansioon. Lokakuussa menetelmäkansio valmistui ja se esiteltiin Huhtasuon päiväkodin henkilökunnalle suunnatussa pysäkissä, jonka teemana on materiaalimessut. Pysäkit ovat huhtasuonpäiväkodin kasvattajille suunnattuja iltapäiviä, jolloin pidetään tiimipalaveri sekä käydään erilaisia ajankohtaisia asioita läpi teeman mukaan. Kirjoitusprosessi on jatkunut tuotoksen kokoamisen rinnalla koko prosessin ajan. Toiminnallisen opinnäytetyön toisena osana on opinnäytetyön raportointi. Opinnäytetyön raportointiin kuuluvat opinnäytetyön lähtökohdat, tarkoitus, tavoitteet, tietoperusta, tiedon hankinta, käytettyjen menetelmien esittely, työn valmistamiseen liittyvät asiat, pohdinta sekä arviointi. (Airaksinen 2009, 11-20.) Esittelyn jälkeen opinnäytetyö ja siihen tehdyt materiaalit jäivät esille infihuoneen pöydälle. Esittelyn jälkeen aloin keräämään palautetta tuotoksesta. Palautelomakkeet olivat opinnäytetyön vieressä infihuoneen pöydällä.

Marraskuussa esittelin opinnäytetyötä Huhtasuon päiväkodin pedagogisessa infossa. Pedagogiset infot ovat Huhtasuon päiväkodin varhaiskasvatuksen opettajille suunnattuja infotilaisuuksia, joissa käydään läpi teeman mukaisia aiheita. Kannustin kasvattajia antamaan palautetta tuotoksesta. Tämän jälkeen jatkoin raportin työstämistä ja odotin palautetta kasvattajilta. Raportti on toiminnallisesta opinnäytetyöstä kirjoitettu teksti, jossa kerrotaan mitä, miksi ja miten työ on tehty (Vilkkä & Airaksinen 2003, 65). Opinnäytetyön raportti on prosessikirjoittamisen tuotos. Prosessikirjoittaminen voidaan jakaa eri kirjoitusvaiheisiin. Keskeisenä päämääränä tekstin tuotto vaiheittain ja muokata tekstiä eri vaiheissa. Jokaisen vaiheen jälkeen valmis ja harkittu lopputulos on lähempänä. (Kielikompassi.) Marraskuun aikana, opinnäytetyön raportti valmistui ja se

palautettiin kouluun. Marraskuun lopulle oli myös aikataulutettu opinnäytetöiden esittelytilaisuus.

## 5.2 Prosessin aikataulu

Alla oleva taulukko kuvaa opinnäytetyön prosessin aikataulua ja kehittämistehtävän tuotoksen valmistumista. Taulukosta käy ilmi, milloin tehtiin mitään sekä missä järjestyksessä. Kaavio ilmaisee ajallisesti, kuinka opinnäytetyön raportti sekä kehittämistehtävä valmistuivat.

2.11.2018	Ensimmäinen tapaaminen huhtasuon päiväkodissa. Opinnäytetyön aiheen valintaa varten.
6.12.2019	Palautin opinnäytetyösuunnitelman.
26.2.2019	Opinnäytetyön tietoperusta valmis.
6.3.2019	Tammikuussa tietoperustatyöpaja koulussa.
4/2019-9/2019	Kehittämistehtävän tuotoksen kokoaminen sekä menetelmäkokeilut.
21.10.2019	Kehittämistehtävän tuotos tuli valmiiksi.
23.10.2019	Tulostyöpaja koulussa
23.10	Tuotoksen esittely materiaalimessuilla.
23.10.2019-15.11.2019	Palautteen keräys sekä tuotos esillä infohuoneessa.
5.11.2019	Tuotoksen esittely pedagogisessa infossa Huhtasuon päiväkodissa.
20.11.2019	Valmiin opinnäytetyön palautus sekä kypsyysnäyte.
27.11.2019	Opinnäytetyön esittely Turun Amk:ssa.

Taulukko 1. Prosessin aikataulu.

Kaavio alkaa ensimmäisestä tapaamiskerrasta Huhtasuon päiväkodissa. Silloin pohdimme mahdollista opinnäytetyön aihetta. Kaavio jatkuu

opinnäytetyösuunnitelmanpalautuksella sekä tietoperustan tekemisellä sekä tietoperustatyöpajalla. Seuraavana vaiheena on tuotoksen kokoamista sekä kirjoitusprosessin jatkamista. Tuotoksen valmistumisen, esittelyn huhtasuon päiväkodissa jälkeen raportti tuli valmiiksi ja sen jälkeen se esitellään Turun Amk:ssa Opinnäytetyön esittelytilaisuudessa.

### 5.3 Käytetyt kehittämismenetelmät

Tavat ja käytännöt, joilla keräät havaintoja ovat tutkimusmenetelmiäsi (Hirsjärvi ym. 2007, 178). Kehittämistehtävässä havainnonkeruu menetelmät ovat kehittämismenetelmiä. Tutkimuksellinen selvitys osana toiminnallista opinnäytetyötä kuuluu kehittämistehtävän toteutustapaan (Vilkkä & Airaksinen 2003, 56). Kehittämismenetelmänä opinnäytetyön prosessissa käytin havainnointia. Havainnointi on aineistonhankinta menetelmä. Sen avulla saadaan tietoa tutkittavasta kohteesta. Havainnointia voi käyttää ihmisten toiminnan ja käyttäytymisen tarkastelussa. Havainnointi on kohteen seuraamista havainnoiden. (Koppa, 2015.) Havainnoin integroidun erityisryhmän sekä koko Huhtasuon päiväkodin toimintaa 10 viikon harjoittelun ajan. Havainnoimme koko ajan. Tarkkailemme ja kyselemme, miksi toimitaan juuri toimitulla tavalla niin kuin olemme havainneet. (Hirsjärvi ym. 2007, 178.) Harjoittelun aikana havainnoin sekä arkisia toimintoja, että toimintatuokioita. Havaintojeni perusteella pystyin kartoittamaan, minkälaiset menetelmät olisivat hyviä menetelmäkansioon tukeman monen tasoista motorista toimintaa. Havainnoinnilla voidaan saada suora tietoa sen kohteen toiminnasta sekä käyttäytymisestä. Havainnointi on erinomainen tapa saada tietoa luonnollisessa ympäristössä, muuttuvissa sekä vaikeasti ennakoitavissa tilanteissa tapahtuvalle toiminnalle. Kun käyttää havainnointimenetelmää, on tärkeä erottaa omat tulkintansa sekä tekemänsä havainnot ja pitää ne erillään. (Hirsjärvi ym. 2007, 208.)

Harjoittelun jälkeen siirryin toiseen 3-5 vuotiaiden ryhmään kevään ajaksi. Siinä ryhmässä kehittämismenetelmänäni oli menetelmäkokeilut. Menetelmäkokeilut ohjasin itse, joten käytin osallistuvaa havainnointia. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija osallistuu toimintaan mukaan (Hirsjärvi ym. 2007, 211). Menetelmäkokeiluiden aikana sain selville mikä toimii käytännössä ja mikä ei. Jokaisen kokeilun jälkeen täytin havainnointitaulukon menetelmästä. Taulukon avulla pystyin päättämään, sopiiko menetelmäkansioon vai ei. Päätelmiä tehdään havaintoja punnitien sekä analysoiden (Hirsjärvi ym. 2007, 178). Havainnointitaulukko toimi havainnoinnin tukena, mutta myös muistiinpanonani menetelmäkokeilusta. Havainnointia voi dokumentoida. Havainnoinnin

dokumentointitapoja ovat esimerkiksi muistiinpanot (Koppa, 2015) Taulukon avulla tarkastelin menetelmän tarkoituksen mukaisuutta. Tehtävän analysointi tarkoittaa tehtävien ja taitojen luokittelua. Sen avulla löydetään ensisijaisia taitoja kohti tarkoituksenmukaisia harjoitteita. (Kauranen 2011, 282-284.) Taulukon sarakkeet olivat 1. Menetelmän nimi 2. Toteutuiko harjoitteen tavoite 3. Jos ei, voiko menetelmän muokata toimivaksi? 4. Kuinka harjoite sai tavoitteen toteutumaan? 5. Mahdolliset lisävinkit menetelmän toteutukseen sekä 4. Pääseekö menetelmä kansioon? (Liite 1.)

Tuotoksen arviointiin käytin avointa kyselyä. Avoin kysely oli vapaamuotoinen, sillä halusin kasvattajien täysin oman mielipiteen menetelmäkansiosta ja tietää mitä heille on jäänyt päällimmäiseksi mieleen menetelmäkansiosta. Avoimet kysymykset osoittavat vastaajien tietämyksen aiheesta, vastaukset kertovat mikä on ollut keskeistä ja tärkeää vastaajien mielestä sekä osoittaa vastaajien tunteita asiaa kohtaa (Hirsjärvi 2007, 196.) Kyselylomake tulisi olla helposti täytettävän näköinen ja ulkoasultaan moitteeton sekä avointen kysymysten vastauksille tulisi olla tarpeeksi tilaa (Hirsjärvi ym. 2007, 199). Kyselyn otsikkona oli Vapaamuotoinen palaute menetelmäkansiosta – ruusut & risut. Otsikon vieressä oli kasa tyhjiä papereita palautteita varten.

## 6 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TUOTOS

### 6.1 Menetelmäkansion tarkoitus

Opinnäytetyöni kehittämistehtävän tuotoksena valmistui menetelmäkansio. Menetelmäkansion nimi on ”Motorista kehitystä tukevia harjoituksia inklusiiviseen liikuntakasvatukseen”. Nimensä mukaan kansion tehtävänä on tukea Huhtasuon päiväkodin inklusiivista liikuntakasvatusta. Motoristen perustaitojen harjoittaminen on tärkeä osa varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta. Motorisia taitoja tarvitaan jokaisessa ihmisen toiminnassa tietoisesti ja tiedostamatta. Motorisen toiminnan sekä kehityksen mahdollistavat luiden, lihasten sekä hermoston yhteistoiminta. Lapsen geenit sekä kasvuympäristö vaikuttavat hänen motoriseen kehitykseensä. Motoriset taidot mahdollistavat osallistumisen toimintaan. (Pihlaja & Viiala 2018, 241.) Varhaiskasvatuksen liikunta on motoristen perustaitojen monipuolista harjaannuttamista. (Hujala & Turja 2017, 140-145). Varhaiskasvatuksen tavoitteena on monipuolinen liikunta sekä liikunnan ilo. Liikunta varhaiskasvatuksessa on säännöllistä, lapsilähtöistä, monipuolista sekä tavoitteellista. Ohjattu säännöllinen liikunta edistää lasten kokonaisvaltaista kehitystä sekä motorista oppimista. Varhaiskasvatuksen tehtävä on motoristen perustaitojen sekä kehonhallinnan ja -tuntemisen tukeminen. (OPH 2018, 47-48).

Menetelmäkansion tarkoituksena oli tukea inklusiivista liikuntakasvatusta. Kansio koostaa yhteen menetelmiä, jotka sopivat monen tasoisille motoriikan taitajille. Kasvattajan ohjatessa toimintaa oleellisena taitona on osata muodostaa, muokata ja soveltaa ympäristöjä sekä toimintaa, jotka toiminnan kautta opettaa lapsille tarkoituksen mukaista taitoa (Jaakkola 2014, 11). Menetelmäkansio on suunnattu Huhtasuon päiväkodin lasten motorisen toiminnan tukemiseen inklusiivisessa varhaiskasvatuksessa. Suomessa Inklusiota on toteutettu pääsääntöisesti integroiduissa erityisryhmissä. Niissä ryhmissä on tuen tarpeessa olevia lapsia sekä tukilapsia, joilla ei tuen tarvetta ole. (Pihlaja & Viiala 2018, 54.) Peruspedagogiikka on perustana kaikkien lasten kehityksessä ja oppimisessa. Ryhmän oppimisympäristö sekä käytettävät menetelmät tulisi kohdata riittävän hyvin jokaisen lapsen tarpeet sillä ne ohjaavat ryhmän toimintaa. (OPH 2018, 54-55.) Menetelmäkansio on suunniteltu Huhtasuon päiväkodin tarpeiden mukaiseksi kokonaisuudeksi. Se jää tukemaan Huhtasuon päiväkodin kasvattajien liikuntakasvatuksen

suunnittelua, toteuttamista, havainnoimista sekä toiminnan kehittämistä. Menetelmäkansio jää ainoastaan Huhtasuon päiväkodin kasvattajien käyttöön.

Kansio on 18 sivua pitkä. Se sisältää 53 menetelmää sekä lisäksi vinkkejä motorista toimintaa tukevaan tempurataan. Kansio koostuu kansilehdestä, johdannosta, menetelmistä, sekä lähteistä. Menetelmäkansion menetelmät ovat leikkejä ja kilpailuttomia harjoitteita, jotka tukevat motorisen toiminnan kehitystä. Menetelmät eivät ole kilpailullisia. Motorisen tuen tarpeessa olevat lapset putoavat nopeammin pois liikunnallisista peleistä ja leikeistä. Tämä laskee lapsen motivaatiota toimintaa kohtaan. Motorinen harjoitus jää lyhytkestoisemmaksi sekä motivaatio harjoitteluun voi laskea. Kilpailun pois sulkeminen madaltaa kynnystä osallistua, lisää lasten motivaatiota sekä mahdollistaa enemmän positiivisia kokemuksia. (Kauranen 2011, 360-369.) Jokaisen menetelmän kohdalla on kuvattu menetelmä, siihen tarvittavat välineet ja mahdolliset materiaalit, menetelmän toteutukseen mahdollisia vinkkejä sekä minkä motorisen toiminnan tukemiseen menetelmä on tarkoitettu. Osa menetelmistä on myös kuvitettu. Kuvat auttavat lasten huomion suuntaamisessa kohti harjoituksen mukaista toimintaa. Ohjaajan tulee osata suunnata harjoittelijan huomiokyky oikeisiin asioihin harjoitusta tehdessä (Kauranen 2011, 320-369.)



Kuva 1. Menetelmäkansio.

Menetelmäkansio tukee kasvattajia lasten motorisen toiminnan tukemisessa, Huhtasuon päiväkodin liikunnan vuosisuunnitelman toteuttamisessa sekä erilaisten motoristen taitojen havainnoimisessa. Varhaiskasvatuksen liikunta on motoristen perustaitojen

monipuolista harjaannuttamista (Hujala & Turja 2017, 140-145). Menetelmäkansiosta voit valita menetelmät sen mukaan millaisia taitoja kasvattaja haluaa harjoittaa tai havainnoida. Varhaiskasvatuksen tehtävä on motoristen perustaitojen sekä kehonhallinnan ja -tuntemisen tukeminen. Motoristen taitojen arviointi suunnitelmallisesti on tärkeää. (OPH 2018, 47-48). Menetelmäkansio sekä sen materiaalit ovat sijoitettuna liikuntavälinevarastoon, mistä jokainen voi niitä käydä lainaamassa.

## 6.2 Kansion menetelmät

Menetelmien etsinnässä hyödynsin kirjoja, aikaisempaa osaamistani sekä Huhtasuon päiväkodin liikuntavastaavalta löytyviä materiaaleja. Liikuntavastaavalla olevat materiaalit ovat olleet lähinnä liikuntavastaavan omassa käytössä, mutta menetelmäkansion myötä osa niistä pääsee päiväkodin laajempaan käyttöön. Otin havaintojeni perusteella sopivilta tuntuvia menetelmiä ylös. Tarpeen mukaan muokkasin niitä, joitakin jo ennen menetelmän kokeilua. Menetelmäkokeilun jälkeen täytin havainnointikaavion menetelmän tarkoituksenmukaisuudesta. Tehtävän analysointi tarkoittaa tehtävien ja taitojen luokittelua. Sen avulla voi havaita ensisijaiset tärkeät taidot sekä tarkoituksenmukaiset harjoitteet. (Kauranen 2011, 360-369.) Menetelmäkokeilun jälkeen joko hyväksyin sen, muokkasin sitä tai hylkäsin sen menetelmäkansiosta. Kaikkia kansion menetelmiä en kokeillut sillä aikataulu on rajallinen. Kokeilematta jääneet menetelmät olen analysoinut havaintojeni perusteella kansion sopiviksi. Menetelmät, joita en kokeillut olivat sellaisia, jotka mielestäni helpoiten voisivat sopia ryhmän toimintaan ja olivat ns. varmoja menetelmäkansioon sopiviksi.

Menetelmäkansion menetelmät tukevat Huhtasuon päiväkodin inklusiivista liikuntakasvatusta. Ne ovat suunnattuja 3-5 -vuotiaille, mutta sopivat myös esikoululaisille. Soveltamalla menetelmiä voi hyödyntää myös alle 3-vuotiaiden ryhmissä. Menetelmäkansion menetelmät ovat motorisia perustaitoja harjoittavia leikkejä sekä harjoitteita. Motorisia perustaitoja ovat tasapainotaidot, välineenkäsittelytaidot sekä liikkumistaidot. Tasapainotaidot ovat staattisia sekä dynaamisia taitoja. Staattinen tasapaino on asennon tai tasapainon pitämistä paikallaan esimerkiksi tuolissa istumalla tai seisoessa. Dynaaminen tasapaino on asennon ylläpitoa liikkeessä esimerkiksi hyppiessä tai juostessa. Välineenkäsittelytaidot koostuvat karkea- ja hienomotorisista taidoista. Liikkumistaidot ovat karkeamotorisia suurten lihasten tai lihasryhmien tuottamia toimintoja kuten esimerkiksi heittäminen tai kiinni ottaminen. (Jaakkola 2014, 13.)

Menetelmät eivät ole kilpailullisia, joten jokainen saa keskittyä vain omien taitojen harjoittamiseen juuri siltä lähtötasolta kuin ne ovat. Kilpailu sekä sosiaalinen vertailu liikuntataitojen ja kokemusten ollessa heikkoja on tutkimusten mukaan haitallista ihmisen hyvinvoinnille. Toiminnan sisältäessä tehtävään suuntautuneisuutta eli keskittymistä omaan tekemiseen, yrittämistä sekä yhteistyötä muiden kanssa, ei havaittu liikuntamotiivaatiota heikentäviä tekijöitä. (Jaakkola 2014, 19.) Kilpailun pois sulkeminen madaltaa kynnystä osallistua, lisää lasten motivaatiota sekä mahdollistaa enemmän positiivisia kokemuksia myös motorista tukea tarvitseville lapsille (Kauranen 2011, 360-369).

### 8. Kehonosa välineeseen

Jokaisella lapsella on oma väline. Lapsille annetaan ohjeita, kuinka kulkea välineen ympärillä musiikin tahtiin. Kun musiikki lakkaa, annetaan ohje, mikä ruumiinosat laitetaan kiinni välineeseen. Ennen musiikin jatkumista, kerrotaan kuinka kulkea välineen ympärillä. Sitten musiikki jatkuu jne.

Vinkki: Lapsi voi itse valita välineen, jota jumpassa haluaa käyttää.



Välineet: Musiikki, välineet esim. vanne, hernepussi, purkki, pahvilaatikko ym.

(juokseminen, käveleminen, loikkiminen, hyppiminen, laukkaaminen, kinkkaaminen)

Kuva 2. Esimerkki menetelmästä.

Menetelmät mahdollistavat ryhmän yhteisen liikunnan järjestämisen niin, että motorista tukea tarvitsevat lapset voivat osallistua toimintaan ilman sosiaalista vertailua ja motivoitua onnistumisen kokemuksilla. Motivaatiota lisää positiiviset kokemukset sekä palkinnot. Motivoitunut harjoittelija keskittyy, jaksaa sekä sitoutuu paremmin harjoitteluun. (Kauranen 2011, 360-369.) Kasvattajan on hyvä suunnitella ja järjestää onnistumisen kokemuksia lapsille. Onnistumisen kokemukset parantavat lapsen itseluottamusta sekä vahvistavat positiivista minäkuvaa. Onnistumisen kokemuksia saadaan aikaan suunnitteleamalla toiminta kehitystasolle sopivaksi, innostuneisuutta palkitsemalla sekä suoritus- ja käytös positiivisella huomiolla. Onnistumisen kokemukset lisäävät myös motivaatiota. (Koivunen 2009, 38-39.) Kasvattajan tehtäväksi jää pohtia menetelmiä valitessa ryhmän lasten taito- ja kehitystaso. Menetelmiä on tarkoitus muokata tarpeen mukaan myös esimerkiksi apuvälineitä käyttävien lasten kanssa.



### 6.3 Menetelmäkansion rakenne

Menetelmät on ensisijaisesti koottu tilojen mukaisesti. Jotkut kansion menetelmistä soveltuvat toteutettaviksi useassa eri tilassa. Tästä syystä sama menetelmä voi löytyä myös toisen tilan alta. Ensimmäisessä osassa on pienessä tilassa toteutettavia menetelmiä ja toisessa osassa suuressa tilassa toteutettavia menetelmiä. Pienellä tilalla tarkoitetaan ryhmän huonetta tai käytävää ja suurella tilalla tarkoitetaan jumppasalia tai ulkotilaa. Huhtasuon päiväkotia koostuu kotipesistä. Jokaisessa kotipesässä on 4 huonetta ja kolme ryhmää. Toisten huoneita sekä on mahdollista hyödyntää muiden ollessa esimerkiksi ulkona. Lisäksi huhtasuon päiväkodissa on oma jumppasali, joka tosin on puoli käytössä ryhmän tiloina. Toinen puoli on käytössä jokaiselle 3-5 -vuotiaiden ryhmälle kerran viikossa jumppavuoron ajaksi.

Tilojen alle menetelmät ovat jaoteltu motoristen perustaitojen kaavion mukaisesti tasapaino-, liikkumis- ja käsittelytaitoihin. Harjoitusten tulisi olla monipuolista, jotka keskittyvät liikunnan perusominaisuuksiin, tasapainon, ketteryyden, nopeuden sekä liikkuvuuden ja nopeuteen sillä lapsen kasvaessa näiden harjoittelu on vaikeampaa. Varhaiskasvatuksen tehtävä on motoristen perustaitojen sekä kehonhallinnan ja -tuntemisen tukeminen. (Koivunen 2009, 38-39.) Monet osa menetelmistä soveltuu myös erilaisten perustaitojen harjoittamiseen, joten eri perustaitojen alla voi olla samoja harjoitteita.



Gallahue & Donnelly 2003

Taulukko 2. Motoriset perustaidot. (Innostun liikkumaan, Gallahuen & Dinonellyn 2003 mukaan).

Menetelmäkansion lopusta löytyy hahmotusta tukevia harjoitteita sekä vinkkejä motorisia taitoja kehittävään tempurataan. Kun lapsi tuntee hyvin kehonosansa, hänellä on edellytykset opetella hallitsemaan kehonsa liikkeitä paremmin. Sitä kautta hän pystyy

kehittymään taitavammaksi liikkujaksi. (Nuori Suomi ry.) Liikkuman oppimisessa saattaa olla suuriakin eroja lasten välillä. Eri kehitysvaiheessa oleville lapsille liikuntamuodoksi sopii parhaiten temppurata. Temppuradassa jokainen saa mennä omassa tahdissaan. Temppurata antaa vapauden omassa tahdissa oppimiseen sekä oivaltamiseen. (Pulli, 2007, 8.)

## 7 POHDINTA

### 7.1 Pohdintaa kehittämishankkeesta sekä kirjoitusprosessista

Toiminnallisen opinnäytetyön yksi tärkeä arvioinnin kohde on työn toteutustapa (Vilkkä & Airaksinen 2003, 157). Tässä kappaleessa pohdin kriittisesti kehittämishanketta, sen toteutusta sekä kirjoitusprosessia. Opinnäytetyöni aihe tuli Huhtasuon päiväkodin varhaiskasvatuksen opettajalta, mutta sain itse pohtia tarkoituksen mukaista kehittämistehtävää. Kehittämistehtävän aiheen rajaus oli hankalaa, sillä toimintaympäristönä Huhtasuon päiväkoti oli minulle silloin uusi. Päiväkoti on suuri rakennuksena sekä siellä on paljon henkilökuntaa sekä lapsia. En tiennyt, kuinka paljon ja mitä materiaalia päiväkodista jo löytyy. Lähdin kehittämään saatua aihetta eteenpäin omien havaintojeni perusteella.

Kehittämistehtävää työstäessäni sekä päiväkotiin tutustuessani sain pikkuhiljaa tarkemman kuvan, millaiselle tuotokselle oli tarvetta. Olisi ollut helpompaa, jos kehittämistehtävä olisi ollut ennalta määrätty koko päiväkodin tiedossa oleva kehittämishanke. Koen, että suuremmassa koko talon kehittämishankkeena tuotos olisi tullut vielä enemmän kaikille tarkoituksenmukaisemmaksi. Alkukartoituksen olisin voinut tehdä paremmin.

Tietoperustaa motorisesta kehityksestä, motorisen toiminnan haasteista sekä niissä tukemisesta löytyi hyvin. Lisäksi Varhaiskasvatuksen roolista löytyi kattavasti tietoa. Varhaiskasvatuksesta suomessa löytyi myös paljon tietoa. Tietoperustaa koottaessa tuli osata rajata teoriaa ja valita kaikista tarkoituksenmukaisin teoria sillä näistä teorioista olisi saanut tarkoituksettoman laajan ilman rajaamista.

Kehittämistyön tuotosta tehdessä tutustuin Huhtasuon päiväkodista jo löytyvään materiaaliin. Koska kehittämistehtävän tuotosta ei ollut ennalta määrätty, koitin selvittää mikä olisi kaikista toimivin tapa saada kehittämistehtävä halutessaan jokaisen kasvattajan käyttöön. Päätin tehdä menetelmäkansion. Lajittelin kansion menetelmät tilojen mukaan, sillä havaitsin tämän olevan toiminnan suunnittelun kannalta kätevintä. Pohdin mikä olisi järkevin tapa lajitella menetelmän tilojen alle. Keskusteltuani Huhtasuon päiväkodin liikuntavastaavan kanssa kuulin hänen tekemästä liikunnan vuosisuunnitelmasta, jossa hän käytti pohjana liikunnan perustaitojen kaaviota. Päätin käyttää tätä samaa kaaviota menetelmien lajitteluun. Tässä kohtaa tuli taas ilmi kuinka paljon

helpompaa olisi ollut, jos opinnäytetyön aihetta olisi käsitelty laajemmin työyhteisössä. Se, että törmäsin liikuntavastaavaan ja hänen tekemiin materiaaleihinsa, oli lähes satumaa. Jos olisin kuullut liikunnan vuosisuunnitelmasta myöhemmin, olisin varmasti muokannut tuotoksen rakenteen myöhemmin liikunnan vuosisuunnitelmassa käytettyjen motoristen perustaitojen mukaisesti. Tästä olisi voinut syntyä paljon lisää työtä. Tarkastusvaiheessa arvioidaan tuotosta ja tarpeen mukaan palautetaan se takaisin työstövaiheeseen (Salonen 2013, 18). Menetelmäkansiota tuli myös rajata, sillä motorinen toiminta on laaja käsite. Päätin rajata menetelmät motoristen perustaitojen harjoittamiseen, havaintomotorisiin taitoihin sekä motorista toimintaa tukevaan tempurataan. Kun lapsi tuntee hyvin kehonosansa, hänellä on edellytykset opetella hallitsemaan kehonsa liikkeitä paremmin. Sitä kautta hän pystyy kehittymään taitavammaksi liikkujaksi. (Nuori Suomi ry.) Eri kehitysvaiheessa oleville lapsille liikuntamuodoksi sopii parhaiten tempurata (Pulli, 2007, 8). Motoriset perustaidot luovat perustan liikkumiselle (Liiku). Lopetin menetelmien keräämisen, kun tarkistin, että jokaiselle motoriselle perustaidolle on oma harjoitteensa. Liiallinen menetelmien määrä olisi vienyt huomion kaikista toimivimmista menetelmistä.

Menetelmäkokeilut sujuivat päiväkodin arjen mukana. Menetelmäkokeiluita olisi ollut hyvä valmistella enemmän, mutta toisaalta hyvä että aikaa ei ollut sen enempää kuin muillakaan kasvattajilla päiväkodin arjessa. Näin menetelmän toimivuus ja toteutus oli mahdollisimman lähellä päiväkodin arjessa toteutettavaa toimintaa. Kaikkia menetelmiä en aikataulun vuoksi ehtinyt kokeilla, mutta ne mitä en kokeillut sopivat mielestäni helposti 3-5 -vuotiaiden lasten liikuntaan sekä harjoittamaan kyseisen menetelmän harjoitetta. Tilojen muutokset kesken opinnäytetyön tekoa, muuttivat hieman toimintaympäristöjä. Keväällä kaikki muut paitsi alle 3-vuotiaiden ryhmä pääsivät koulun puolella olevaan jumppasaliin sekä viskarit Harjun voiman paini- ja tempusaliin. Syksyllä koulun puolella oleva jumppasali sekä paini- ja tempusali oli enää esikoululaisten käytettävissä. Muut päiväkodin lapset saivat käyttöönsä päiväkodin jumppasalin puolikkaan. Onneksi menetelmiä voi soveltaa eritiloihin sopivaksi.

Tuotokseen olisin voinut lisätä liitteiksi tehdyistä materiaaleista kopiot, jotka olisivat olleet helppo kopioida omaan käyttöön. Toisaalta tehdyt materiaalit ovat kaikkien yhteisessä käytössä ja tarvittaessa jokainen osaa löytää helposti esimerkiksi kuvat sillä käytin Papunetin kuvia. Lisäksi tekstit kuville on helppo kirjoittaa itse.

Kirjoitusprosessi meni opinnäytetyön aikataulun mukaisesti sekä jatkui koko opinnäytetyön prosessin ajan. Kirjoitin muistiin havaintoja sekä pidin päiväkirjaa koko prosessin ajan. Keväällä olisin voinut kirjoittaa enemmän tietoperustan kokoamisesta, tekemistäni havainnoista tarkemmin sekä menetelmien etsimisestä. Myös kesällä olisin voinut tarkemmin tallentaa toimintaani menetelmäkansiota kootessani. Syksyllä tein hyvät muistiinpanot menetelmäkokeiluista.

Palautteen saaminen oli vaikeaa. Valitettavasti varhaiskasvatuksen kiireisen arjen takia, arvalla on laittaa omaa aikaa ja energiaansa uusiin asioihin, jotka eivät ole välttämättömiä. En tietä olisiko auttanut, jos olisin muistutellut kasvattajia asiasta enemmän. Lisäksi, koska aika on rajallinen, alkoi aikataulu tulla vastaan. Voi olla, että Strukturoitu kyselylomake olisi tuottanut enemmän vastauksia sillä niin palautteen antaminen olisi voinut olla helpompaa. Halusin kuitenkin toteuttaa täysin avoimen kyselyn sillä sen avulla tulee esille asiat mitä vastaajalle jää päällimmäisenä mieleen tuotoksesta. Lomakkeen kysymykset olisivat rajanneet heidän ajatuksiaan, sillä kysymykset olisivat suunnanneet vastauksia.

## 7.2 Ammatillinen kasvu ja ammattietiikka

Kehittämistehtävän tekeminen tuki ammatillista kasvuani sosionomiksi sekä varhaiskasvatuksen opettajaksi. Motivaationi opinnäytetyötä kohtaan oli korkea sillä itse valittu, mieleinen aihe tuki myös omaa työtäni varhaiskasvatuksessa. Ammatillista kasvuani tuki tuotoksen toteuttaminen tarpeen mukaiseksi. Ymmärsin jo alussa, että oma aktiivisuuteni opinnäytetyöprosessin alusta loppuunsaattamiseksi oli avainasemassa. Asioiden itsenäinen selvittäminen, tuotoksen rajaaminen ja muokkaaminen sekä itsenäinen päätösten teko kasvatti ammatillista osaamistani. Asioiden itsenäinen selvittäminen on vaatinut oma-aloitteisuutta päiväkodissa sekä kotona teorian parissa. Tuotoksen rajaaminen ja muokkaaminen tarkoituksen mukaiseksi tuotokseksi piti huolta siitä, että havainnoin ja reflektoin aktiivisesti. Lisäksi itsenäinen päätöstenteko on opettanut perustelemaan rohkeasti valintojani monesta näkökulmasta.

Vuorovaikutus muiden kasvattajien kanssa oli myös tärkeää varsinkin prosessin alussa, jotta kehittämistehtävästä tuli tarkoituksen mukainen. Havaitsin hyvän vuorovaikutuksen tukevan toiminnan suunnittelua, arviointia sekä kehittämistä. Työtä varhaiskasvatuksessa tehdään yhdessä, ei yksin. Rakentavan palautteen antaminen ja avoin

vastaanottaminen kehittää toimintaa. Positiivinen palaute loi minulle motivaatiota tuotoksen tekoon.

Opinnäytetyön prosessi opetti minua hallitsemaan laajempia kokonaisuuksia. Prosessin eri vaiheissa painopiste tekemisessä muuttui vaiheen mukaiseksi. Tämä kasvatti ammattitaitoani toimintani suuntaamisessa tarkoituksenmukaiseksi tilanteen vaatimalla tavalla. Aiheen valinta sekä tuotoksen työstäminen kasvatti minua ammatillisesti itsenäisessä työnteossa päätöksien tekijänä. Tietoperustan avulla sain paljon hyödyllistä tietoa lasten motorisen kehityksen vaiheista sekä motorisen toiminnan haasteista ja niissä tukemisesta.

Tuotoksen kokoamisen myötä huomasin eettisten periaatteiden tärkeyden arjessa ja jokaisessa toiminnassa. Vaikka olinkin toiminut eettisten periaatteiden mukaan, tuotoksen teko sai minut havahtumaan asiaan teoreettisemmin. Niiden tulisi olla aina kaiken pohjana. Varhaiskasvatuksen Eettisten periaatteiden lähtökohta on lapsen oikeudet, ympäristön sekä ihmisten kunnioittaminen sekä varhaiskasvatuksen työntekijöiden toiminnan tukeminen (JHL:n varhaiskasvatuksen ammattialanverkosto).

Ymmärsin eettisten periaatteiden tärkeyden vielä syvemmin. Esimerkiksi kasvattajan mahdollinen asenne lasta kohtaa voi viedä lapselta monta oppimisen mahdollisuutta pois. Omassa toiminnassani aloin refleктоimaan useammin omia asenteitani ja tuntemuksiani, jotta oma oloni ei vaikuttaisi ohjaamaani toimintaan ja sitä kautta lapsen osallisuuteen tai oppimiseen. Suhde lapsiin on varhaiskasvatuksen opettajan tärkein työalue (Lastentarhaopettajaliitto 2005, 5). Vastuullisuus ammatillisesta toiminnasta perustuu alan ammattitaitoon, erityistietoon sekä arvo- ja normipohjaan (Lastentarhaopettajaliitto 2005, 2). Lisäksi omasta ajantasaisesta ammattitaidosta huolehtiminen on erittäin tärkeä työtä varhaiskasvatuksessa. Hyvä eettisten periaatteiden noudattaminen ei kata huonoa ammattitaitoa, eikä päinvastoin (Lastentarhaopettajaliitto 2005, 2). Opinnäytetyötä tehdessäni, sain huomata monta kertaa, kuinka taitavia ammattilaisia Huhtasuon päiväkodissa työskentelee sekä kuinka täsmällisesti asioista huolehditaan yhdessä. Näin haluan myös itse työskennellessäni toimia. Ammatillinen osaaminen loi mielestäni motivaatiota koko työyhteisöön sekä yksittäisten kasvattajien toimintaan.

## 8 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIOINTI

### 8.1 Kehittämishankkeen tavoitteiden toteutuminen

Kehittämistehtävän tavoitteena oli lasten motoristen taitojen tukeminen inklusiivisessa varhaiskasvatuksessa koko ryhmään kohdistuvana toimintana. Opinnäytetyön kehittämistehtävän tuotokseksi muodostui menetelmäkansio motoristen perustaitojen harjoittamiseen. Kehittämistehtävän tuotoksen menetelmät ovat koko ryhmään kohdistuvia leikkejä ja harjoituksia, joissa jokainen pääsee harjoittamaan omia motorisia taitojaan juuri siltä tasolta kuin ne ovat. Lapsen tuen tarpeen, ympäristön sekä menetelmien kohdassa, tuen tarve voi olla näkymätön (Hujala & Turja 2017, 265-267).

Koska inklusiivisessa varhaiskasvatuksessa voi olla motorisesti eritasoisia lapsia samassa varhaiskasvatusryhmissä, oli tärkeää ottaa motorisessa toiminnassa tukea tarvitsevat lapset erityisesti huomioon. Menetelmäkansio on koottu motorista tukea tarvitsevia lapsia silmällä pitäen, motivoivaksi kokonaisuudeksi. Menetelmien tarkoituksena on tukea motorista kehitystä koko ryhmään kohdistuvana toimintana niin, että myös motorista tukea tarvitsevat lapset saisivat onnistumisen kokemuksia. Motivoitunut harjoittelija keskittyy, jaksaa sekä sitoutuu paremmin harjoitteluun. Onnistumisen kokemusten kautta heidän motivaationsa lisääntyisi sekä motorisen taidot kehittyisivät. Motivoitunut harjoittelija keskittyy, jaksaa sekä sitoutuu paremmin harjoitteluun. Menetelmät ovat leikkejä ja kilpailuttomia harjoitteita. Motorisen tuen tarpeessa olevat lapset putoavat nopeammin pois liikunnallisista peleistä ja leikeistä. Tämä laskee lapsen motivaatiota toimintaa kohtaan. Motorinen harjoitus jää lyhytkestoisemmaksi sekä motivaatio harjoitteluun voi laskea. Kilpailun pois sulkeminen madaltaa kynnystä osallistua, lisää lasten motivaatiota sekä mahdollistaa enemmän positiivisia kokemuksia myös motorista tukea tarvitseville lapsille. (Kauranen 2011, 360-369.)

Mielestäni menetelmäkansio on tavoitteen mukainen kokonaisuus. Menetelmäkansio palvelee myös kasvattajia toiminnan suunnittelussa, kehittämisessä, arvioinnissa sekä havainnoimisessa. Menetelmäkansion tarkoituksen ja tavoitteen pohjana on luotettava tietoperusta. Tietoperusta suuntaa opinnäytetyön tarkoitusta sekä rajaa kehittämistehtävää. Tietoperusta on aiheeseen liittyvää teoriaa. (Liukko & Perttula.)

## 8.2 Palaute tuotoksesta

Palaute on hyvä tapa tavoitteiden saavuttamisesta oman arvioinnin tueksi (Vilkkä & Airaksinen 2003, 157). Palautekyselyn toteutin Huhtasuon päiväkodissa infohuoneen pöydällä. Info-huone sijaitsee kahvihuoneen vieressä ja sillä kasvattajat käyttävät suunnitella- ja aikojaan sekä pidetään palaveria. Kysely oli siis keskeisellä paikalla. Kyselyn vieressä oli menetelmäkansio ja sen materiaalit esittelyssä. Palautekysely oli täysin avoin kysely, joka oli suunnattu huhtasuon päiväkodin kasvattajille. Avoimet osoittavat vastaajien tietämyksen aiheesta, vastaukset kertovat mikä on ollut keskeistä ja tärkeää vastaajien mielestä sekä osoittaa vastaajien tunteita asiaa kohtaan (Hirsjärvi 2007, 196.)

Palautteen saaminen oli haastavaa. Uskon tämän johtuvan varhaiskasvatuksen hektisestä arjesta. Menetelmäkansio oltiin kiinnostuneita ja esittelin sitä Huhtasuon päiväkodin sisäisillä materiaalimessuilla sekä Pedagogisessa infossa. Info-huoneen pöydällä menetelmäkansio sekä siihen liittyvät materiaalit olivat esillä noin kahden viikon ajan. Pyysin aktiivisesti palautetta, mutta valitettavasti käytettävissä oleva aika tuli vastaan. Palautetta sain vain muutamalta kasvattajalta. Ensimmäisessä palautteessa tuli kiitosta siitä, että kansion menetelmät ovat niin yksinkertaisia, että ne on helppo toteuttaa huhtasuon päiväkodissa. Lisäksi palautteen antaja kertoi, ottavansa menetelmäkansion käyttöön omassa ryhmässään. Toinen palaute antoi myös kiitosta kansion selkeydestä, yksinkertaisuudesta, helposti toteutettavista menetelmistä, pienen tilan menetelmistä, lasten osallisuutta tukevista menetelmistä sekä tuesta kasvattajan toteuttamaan liikuntakasvatusta kohtaan. Hyvänä asiana koettiin se, että kasvattaja kuka ei motorikan tukemisesta tai liikunnasta mitään voi kansion avulla toteuttaa laadukasta varhaiskasvatuksen liikuntaa. Positiivista oli myös menetelmäkansion tuki liikunnanvuosisuunnitelman toteutuksessa. Kolmas palaute antoi kiitosta kilpailun pois jättämisestä, motoristen taitojen lajittelusta sekä monipuolisista harjoitteista sekä leikeistä, kuvista sekä helposti toteutettavista toiminnoista. Kehittämisehdotuksena tuli tekstin lihavoitua vinkkien ja tarvikkeiden otsikoista, jotta ne erottuisivat selkeämmin. Lisäksi palautteen antaja kaipasi konkreettista esimerkkiä motorista tukea tarvitsevan haasteista sekä kuinka tukea motorista tukea tarvitsevaa lasta. Tästä kuitenkin puhutaan opinnäytetyön raporttiosiossa, joten menetelmäkansioon en sitä lähde lisäämään.

Menetelmäkansio jää tukemaan Huhtasuon päiväkodin kasvattajien liikuntakasvatuksen suunnittelua, toteuttamista, havainnoimista sekä toiminnan kehittämistä. Havainnointi ja



arviointi ovat tärkeitä pedagogisen suunnittelun sekä toiminnan kehittämisen välineitä. Ympäristöä voi muokata havainnoinnin ja siitä tehtyjen arvioiden perusteella saaduilla tiedoilla osallisuutta sekä oppimista edistävämmäksi. (Hujala & Turja 2017, 56-57.)

### 8.3 Jatkokehittämisideat

Opinnäytetyöprosessin päätyttyä tuotos jää Huhtasuon päiväkodin kasvattajien käyttöön ja jokainen voi käyttää sitä haluamallaan tavalla. Kansioita sijoitetaan eripuolille taloa materiaalien kanssa samoihin paikkoihin. Tehdyt materiaalit sijoitetaan liikuntavälinevarastoon, josta jokainen voi niitä lainata. Tulevaisuudessa menetelmäkansion materiaaleja voisi tehdä lisää esimerkiksi jokaiseen kotipesään omat kuvitetut kortit, taitonopat sekä eläinpussi. Suuremmat materiaalit, kuten esimerkiksi aistikävelyä varten muoviasioihin materiaalit, voisi jättää yhteiseen käyttöön liikuntavälinevarastoon.

Koska menetelmäkansion ja liikunnan vuosisuunnitelman pohjana on käytetty samoja liikunnan perustaitoja, menetelmäkansiota ja liikunnan vuosisuunnitelmaa voisi yhdistää. Jutellessani Huhtasuon päiväkodin liikuntavastaavan kanssa, kävi ilmi, että hänen oli jo aikaisemmin tarkoitus tehdä liikunnan vuosisuunnitelman tueksi esimerkiksi menetelmäkansio jokaiselle kuukaudelle toteutettavista menetelmistä. Ajatuksena liikuntavastavalla oli laajempi liikunnan vuosisuunnitelma, jossa olisi myös harjoitukset ajallisesti samassa järjestyksessä. Tekemästäni menetelmäkansiosta pystyy kyllä katsomaan menetelmän harjoiteltavan taidon mukaisesti. Ajatuksena liikuntavastavalla oli laajempi liikunnan vuosisuunnitelma, jossa olisi myös harjoitukset ajallisesti samassa järjestyksessä.

Menetelmäkansiota voi käyttää suunnittelun, toteutuksen, arvioinnin sekä havainnoinnin apuvälineenä. Menetelmäkansiota tukisi esimerkiksi opas motorisen toiminnan tukemisen tärkeydestä sekä kuinka sitä teoriassa voi varhaiskasvatuksessa toteuttaa. Palautteessa jäätiin kaipaamaan teoria tietoa lasten motorisista vaikeuksista sekä niiden tukemisesta. Opinnäytetyön raportissa on teoriaa näistä asioista, mutta koen että opas voisi olla selkeämpi ja helpommin haltuun otettava työkalu kasvattajille.

## LÄHTEET

- Airaksinen, T. 2009. Toiminnallisen opinnäytetyön kirjoittaminen. Viitattu 2.11.2019 <https://es.sli-deshare.net/TiinaMarjatta/toiminnallinen-opinnytety-tekstin>.
- Alijoki, A & Pihlaja, P. 2014. Varhaiskasvatuksen käsikirjan työkirja. Pedagogiset ratkaisut lasten erityisen tuen tarpeiden näkökulmasta. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Anderson, D & Magill, R. 2017. Motor learning and control. Viitattu 13.11.2019 <https://www.dawsonera.com/readonline/9781526891358>.
- Finna. Mikä Finna on?. Sisällöstä vastaa kansalliskirjasto. Viitattu 14.11.2019 <https://finna.fi/Content/about>.
- Hirsjärvi, S ym. 2007. Tutki ja kirjoita. 13., osin uudistettu painos. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Hujala, E & Turja, E. 2017. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 4., uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Innostun liikkumaan. Motorinen kehitys osana lapsen kasvua. Sisällöstä vastaa Innostun liikkumaan -hanke. Viitattu 19.3.2019 <https://www.innostunliikkumaan.fi/tiedosta/motorinen-kehitys>.
- Innostun liikkumaan. Motoriset perustaidot. Sisällöstä vastaa Innostun liikkumaan -hanke. Viitattu 4.5.2019 <https://www.innostunliikkumaan.fi/tiedosta/motorinen-kehitys>
- Jaakkola, T. 2014. Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaideaa motoristen taitojen kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- JHL:n varhaiskasvatuksen ammattiverkosto. Varhaiskasvatuksen eettiset periaatteet. Viitattu 15.11.2019 <https://www.jhl.fi/tyoelama/ammattialat/kasvatus-ja-ohjausala/varhaiskasvatuksen-eettiset-periaatteet/>.
- Julkari. 2017. Varhaiskasvatus 2016. Kuntakyselyn osaraportti. Sisällöstä vastaa THL. Viitattu 14.11.2019 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135184/TR30\\_17\\_vaka\\_kuntakysely\\_u.pdf?sequence=5&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135184/TR30_17_vaka_kuntakysely_u.pdf?sequence=5&isAllowed=y).
- Järvinen, T. 2012. Lapset liikkumaan. Leikkejä, liikuntaa ja harjoituksia. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy
- Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Helsinki: Tammi.
- Kauranen, K. 2011. Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura 2011.
- Kielikompassi. Prosessikirjoittamisesta ja kirjoitusprosessista. Sisällöstä vastaa Jyväskylän yliopisto. Viitattu 14.11.2019 [https://kielikompassi.jyu.fi/opetus/kirjoitus/nayteportfolio/aloitus-sivu\\_ohjeita\\_opiskelijalle\\_pofo.shtml](https://kielikompassi.jyu.fi/opetus/kirjoitus/nayteportfolio/aloitus-sivu_ohjeita_opiskelijalle_pofo.shtml).
- Koivunen, P. 2009. Hyvä päivähoito. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Koppa. 2015. Havainnointi eli observointi. Sisällöstä vastaa Jyväskylän yliopisto. Viitattu 2.11.2019 <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-ja-kenttaetyoe>.

Lastentarhanopettajaliitto. 2005. Lastentarhaopettajan ammattietiikka. Viitattu 15.11.2019 <https://www.vol.fi/uploads/2019/01/d5163f9f-etiikka.pdf>.

Liukko, S & Pettula, S. Opinnäytetyön raportointiohjeen sisältö. Tietoperusta. Viitattu 12.11.2019 <https://oppimateriaalit.jamk.fi/raportointiohje/4-opinnaytetyon-rakenne/4-2-opinnaytetyon-runko-osa/4-2-3-tietoperusta/>.

Liiku. Soveltaminen auttaa lasta motoristen taitojen oppimisessa. Sisällöstä vastaa Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry. Viitattu 14.11.2019 <https://www.liiku.fi/varhaiskasvattajille/varhaiskasvatuksen-uutiset/soveltaminen-auttaa-lastamotoristen-taitojen-oppimisessa/>.

Opetushallitus. 2019. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Viitattu 18.3.2019 [https://www.oph.fi/download/195244\\_Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet19.12.2018.pdf](https://www.oph.fi/download/195244_Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet19.12.2018.pdf).

Opetushallitus. Varhaiskasvatus. Viitattu 18.3.2019 [https://www.oph.fi/koulutus\\_ja\\_tutkinnot/varhaiskasvatus](https://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus).

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Helsinki: Lönnberg & Promo.

Pihlaja, P & Viitala, R. 2018. Varhaiserityiskasvatus. Jyväskylä: PS-kustannus.

Pulli, E. 2007. Temppuja taaperoille. Helsinki: Tammi.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Viitattu 15.11.2019 <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Sity. Sensorisen integraation sanastoa. Sisällöstä vastaa Sensorisen Integraation Terapian Yhdistys ry. Viitattu 19.3.2019. <http://www.sity.fi/sensorinen-integraatio/kasite-teoria-sanasto/sanastoa>.

Suunnittelen liikuntaa. Havaintomotoriset taidot. Sisällöstä vastaa Nuori Suomi ry. Viitattu 13.11.2019 [http://www.suunnittelenliikuntaa.fi/NuoriSuomi/Evaita\\_ohjaamiseen/salibandy/Kokonaisvaltainen+kehittyminen/Kokonaisvaltainen+kehittyminen.htm](http://www.suunnittelenliikuntaa.fi/NuoriSuomi/Evaita_ohjaamiseen/salibandy/Kokonaisvaltainen+kehittyminen/Kokonaisvaltainen+kehittyminen.htm).

Sääkslahti, A. 2018. Liikunta varhaiskasvatuksessa. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Valo. 2015. Ilo kasvaa liikkuen. Varhaiskasvatuksen uusi liikkumis- ja hyvinvointiohjelma. Helsinki: Kirjapaino Uusimaa.

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

# Havainnointitaulukko

Menetelmän nimi	Toteutuiko harjoitteen tavoite?	Jos ei, voiko muokata toimivaksi?	Miten harjoite sai tavoitteen toteutumaan?	Mahdolliset lisävinkit	Pääseekö menetelmä kansioon?

# Menetelmäkansion johdanto

## Johdanto

Tämän menetelmäkansion tarkoitus on tukea Huhtasuon päiväkodin inklusiivista liikuntakasvatusta. Menetelmäkansio tukee myös päiväkodin liikunnanvuosisuunnitelman toteuttamista. Kansio koostuu motorista toimintaa tukevista menetelmistä, jotka on suunnattu 3-5-vuotiaille. Menetelmät eivät ole kilpailullisia, joten ne sopivat monen tasoisen motorisen toiminnan tukemiseen.

Menetelmät on koottu ensisijaisesti tilojen mukaisesti. Ensimmäisessä osassa on pienessä tilassa toteutettavia menetelmiä ja toisessa osassa suuressa tilassa toteutettavia menetelmiä. Pienellä tilalla tarkoitetaan ryhmän huonetta tai käytävää ja suurella tilalla jumppasalia tai ulkotilaa.

Tilojen alle menetelmät on jaoteltu motoristen perustaitojen kaavion mukaisesti tasapaino-, liikkumis- ja käsittelytaitoihin. Jotkut menetelmät sopivat monenlaiseen tilaan sekä monien taitojen harjoitteluun, joten sama menetelmä voi olla myös toisen otsikon alla. Menetelmäkansion lopusta löytyy hahmotusta tukevia harjoitteita ja viimeisenä vinkkejä motoriikkaa harjoittavan temppuradan toteuttamiseen.

Jokaisen menetelmän kohdalla on kuvattu harjoitus, siihen tarvittavat välineet, mahdollisia vinkkejä menetelmän toteutukseen sekä minkä motorisen toiminnan tukemiseen menetelmä on tarkoitettu. Osa menetelmistä on myös kuvitettu. Tehdyt materiaalit löytyvät liikuntatarvike varastosta Siilinmajasta ja jokainen voi tehdä niitä lisää tarpeen mukaan.

### MOTORISET PERUSTAIIDOT:



Gallahue & Donnelly 2003