

Susan Virkkula

Liikkuminen on lapsen kokonaisvaltainen tapa toimia - vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien käsityksiä lasten liikunnasta

Opinnäytetyö

Kajaanin ammattikorkeakoulu

Liikunnan- ja vapaa-ajan koulutusohjelma

Liikunnanohjaaja

Syksy 2011



**Kajaanin
ammattikorkeakoulu**

OPINNÄYTETYÖ TIIVISTELMÄ

Koulutusala Liikunnan- ja vapaa-ajan koulutus	Koulutusohjelma Liikunnanohjaaja
Tekijä(t) Susan Virkkula	
Työn nimi Liikkuminen on lapsen kokonaisvaltainen tapa toimia - vanhempien käsityksiä vuonna 2005 syntyneiden lasten liikunnasta	
Vaihtoehtoiset ammattiopinnot Terveysliikunta	Ohjaaja(t) Aleksi Nyström Toimeksiantaja Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyö
Aika Syksy 2011	Sivumäärä ja liitteet 63+13
<p>Tutkimuksen aihe ja kohde ovat vuonna 2005 syntyneiden Kuusamon kaupungin perhepäivähoidossa ja Kuusamon seurakunnan 5 -VUOTIAIDEN KERHON lasten vanhempien käsitykset lasten liikunnasta. Tutkimuksen tilaaja on Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyö. Toteutus tapahtuu yhteistyössä Kuusamon seurakunnan lapsi- ja perhetyön kanssa.</p> <p>Opinnäytetyöni tarkoituksena on kartoittaa Kuusamon kaupungin perhepäivähoidossa ja Kuusamon seurakunnan kerhossa olevien vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien käsityksiä lastensa liikunnasta. Tavoitteena on, että toimeksiantaja saa tietoa tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkitystä lapsen kasvu- ja kehitykselle. Lisäksi toimeksiantaja haluaa tutkimuksen kautta lisää tietoa neuvoloiden liikuntaneuvontatyöhön ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntateknikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön sekä perhepäivähoidon ja kerhotoiminnan liikunnan kehittämisehdotuksia.</p> <p>Tutkimus oli kvantitatiivinen tutkimus. Tutkimus tapahtui paperisella kyselylomakkeella ja lomakkeen kysymykset olivat kaikille samat. Lomakkeita lähetettiin yhteensä 75 kpl ja niitä palautui 42 kpl. Kyselylomakkeet menivät vanhemmille perhepäivähoitajien ja kerho-ohjaajien välityksellä. Aineisto analysoitiin SPSS 19 -tilasto-ohjelmalla.</p> <p>Tutkimuksen tuloksissa selvisi, että vanhempien käsityksien mukaan lapsi liikkui pääasiallisesti varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksen mukaan, joka oli annettu päivittäiselle liikkumiselle. Melkein puolet vanhemmista oli tietoisia liikunnan suosituksista. Sosio-emotionaalisiin, kognitiivisiin ja motorisiin taitojen kehittyminen liikuntaleikkien kautta oli vanhempien käsityksien mukaan tapahtui hyvin ja melko hyvin. Asuin ympäristön vaikutuksen vertailua ei saatu todettua, koska suurin osa vastaajista asui omakotitalossa, joten vaihtelevuutta ei syntynyt. Perhepäivähoidolta ja seurakunnan kerholta vanhemmat toivoivat ulkoilua, ulko- ja pihaleikkejä ja liikuntatapahtumia.</p> <p>Hyviä jatkotutkimusaiheita voisi olla lasten omien käsitysten kartoittaminen liikkumisen suhteen sekä vanhempien oman liikkuminen varhaislapsuutta eläessä verrattuna oman lapsen liikkumiseen tällä hetkellä.</p>	
Kieli	Suomi
Asiasanat	Varhaislapsuus, perhepäivähoito, seurakunnan kerho, varhaiskasvatuksen liikunnan suosi-
Säilytyspaikka	<input checked="" type="checkbox"/> Verkkokirjasto Theseus <input checked="" type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto

School Health and Sports	Degree Programme Sports and Leisure Management
Author(s) Virkkula Susan	
Title Physical Activity Is a Child's Comprehensive Way to Act - parents' ideas of physical activity of children born in 2005	
Optional Professional Studies Health-Promoting Physical Activity	Instructor(s) Nyström Aleksi
	Commissioned by The Family and Children services of the Town of Kuusamo
Date Autumn 2011	Total Number of Pages and Appendices 63+13
<p>Childrens' physical activity and physical inactivity in particular are widely discussed topics today. More and more parents want that their children participate in some instructed physical activity (PA). According to the general opinion, children's spontaneous PA used to be part of children's everyday lives, but nowadays PA is more instructed. Is this the truth or only one part of the truth? This thesis was commissioned by the Family and Children Services of the Town of Kuusamo. The purpose of this thesis was to study parents' ideas of children's physical activities in the Town of Kuusamo Family Daycare Services and the club for five-year-olds organised by the Parish of Kuusamo that their children, born in 2005, participated in.</p> <p>This research aimed at finding information for the commissioner that would help parents consider how physical activity promotes their children's growth. More information regarding physical activities of children was also required for the PA counselling work of municipal children's clinics as well as for the municipal office responsible for maintaining playgrounds. Also Kuusamo Family Daycare Services and the Parish of Kuusamo needed ideas to develop physical activities for children further.</p> <p>The research problems were the following:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. What did the parents know about children's physical activity recommendations? 2. How were these recommendations realized? 3. What were the parents' views on how physical activity affected children's socioemotional, cognitive and motor development? 4. How did children's neighbourhood affect their physical activity levels? 5. What expectations did parents have concerning children's PA in family daycare and the Parish Club? <p>The research method was quantitative, and the material for the thesis was collected with a questionnaire in spring 2011. According to the results and conclusions, almost all children exercised according to the PA recommendations. The parents thought that games and plays affected socioemotional, cognitive and motor development well or rather well. There was no evidence on the effect of the neighbourhood on children's PA levels because most children lived in one family houses. Parents hoped that physical activities in family daycare and at the Parish Club would consist of outdoor activities, outdoor games and various sports events.</p> <p>Future research could focus on children's ideas of physical activity or on parents' own physical activity in their early childhood compared to that of their children.</p>	
Language of Thesis	Finnish
Keywords	Early childhood, family daycare, club of parish, children's PA recommendation
Deposited at	<input checked="" type="checkbox"/> Electronic library Theseus <input checked="" type="checkbox"/> Library of Kajaani University of Applied Sciences

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 VARHAISLAPSUUS	2
2.1 Sosio-emotionaalinen kehitys	4
2.2 Kognitiivinen kehitys	5
2.3 Motorinen kehitys ja varhaislapsuuden kehitystaso	7
3 VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNNAN SUOSITUKSET	9
3.1 Lapsen kehitystä tukeva ympäristö	10
3.2 Ohjattu ja omatoiminen liikunta sekä turvallisuus	12
4 KODIN KASVATUSTYÖTÄ TUKEVAT TAHOT	15
4.1 Perhepäivähoidon synty, historia ja nykyisyys	15
4.2 Seurakunnan kerhon synty, historia ja nykyisyys	17
5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT	19
6 TUTKIMUSMENETELMÄT	20
7 TULOKSET	24
8 TULOSTEN POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	46
9 POHDINTA	51
LÄHTEET	60
LIITTEET	

Kiitos kaikille, jotka ovat auttaneet ja tukeneet minua opinnäytetyöni tekemisessä. Erityisesti kiitos omalle perheelle, isovanhemmille ja ystäville!

Lasta ei kasvateta siksi, että hän olisi mahdollisimman mukava ja vaivaton meille,

vaan siksi, että hän terveenä ja väkevänä voisi täyttää

tulevan paikkansa ja löytää itsensä.

Maria Jotuni

1 JOHDANTO

Lasten liikunta, ja varsinkin liikkumattomuus, on tällä hetkellä aihe, joka puhuttaa ihmisiä. Vanhemmat haluavat leikki-ikäisensä ohjattuun harrastustoimintaan. Aiheesta on kirjoitettu lehdissä (Väyrynen 2010), varsinkin siitä, että yhä pienemmät tuodaan lajiharrastusten pariin jolloin aikuiset ulkoistavat lasten liikkumisen urheiluseuroille. Lasten liikunta on suurelta osin siirtynyt urheiluseuroille ja lasten omatoiminen liikunta on vähentynyt 1990 alkaen. Tätä käsitystä tukee Nuoren Suomen julkaisema Kansallinen liikuntatutkimus (SLU 2010). Lasten liikkumisesta on huolestuttu siinä määrin, että Opetusministeriö ja Sosiaali- ja terveysministeriö on laittanut alulle ”Liikunnasta syrjäytyneiden lasten ja nuorten fyysinen aktivointi”-hankkeen. Kehittämishanke oli vuosille 2009 – 2010 ja siitä on nyt tullut loppuraportti. Hankkeen toteuttajana on Nuori Suomi ry. (Nuori Suomi ry 2010). Ennen liikuttiin perusarjessa paljon, mutta nykyisin liikunta on muuttunut enemmän lajisidonnaiseksi. Onkohan asia näin vai onko se vain osatotuutta?

Opetus- ja kulttuuriministeriön internetsivuilla on Liikuntatutkimuksen suunta -seminaarissa esiintyneen Tuija Tammelin powerpoint -esitys (Tammelin 2009). Tammelinin mukaan olisi hyvä saada lisätietoa arjessa tapahtuvasta liikunnasta, jota ei mielletä ” liikunnan harrastamiseksi ”. Tällä hän tarkoittaa ulkoilua, pihaleikkejä ja yleistä arjen liikkumista. Hän korostaa erityisesti alle kouluikäisten ja ala-asteikäisten lasten arjessa tapahtuvan liikuntatutkimuksen toteuttamisen tärkeyttä.

Alle kouluikäisille lapsille on laadittu liikunnan varhaiskasvatuksen suositukset. Suositukset ovat laatineet Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry vuonna 2005. Liikuntalaissa (1054/1998, 1§) on määritelty lain tarkoitus, joka on lapsen kasvun ja kehityksen tukeminen liikunnan avulla.

Neljän lapsen äitinä olen kiinnostunut aiheesta, koska koen liikunnan tärkeäksi osaksi lasten kehitystä ja kasvua. Olen ollut harjoittelussa päivähoidon organisaatiossa ja päiväkodissa, jolloin olen saanut tutustua lasten liikkumiseen päivähoidon arjessa. Ikäkauden valinta perustuu oman lapseni ikään 5 -vuotta, sen ikäkauden asiat ovat itselleni ajankohtaisia. Oppia olen saanut omien kotiäitivuosiensa aikana, urheiluseuratoiminnassa toimiessa ja liikunnanohjaajakoulutuksessa ollessa. Itse haluan syventää omaa asiantuntijuuttani lasten liikunnasta koulu-

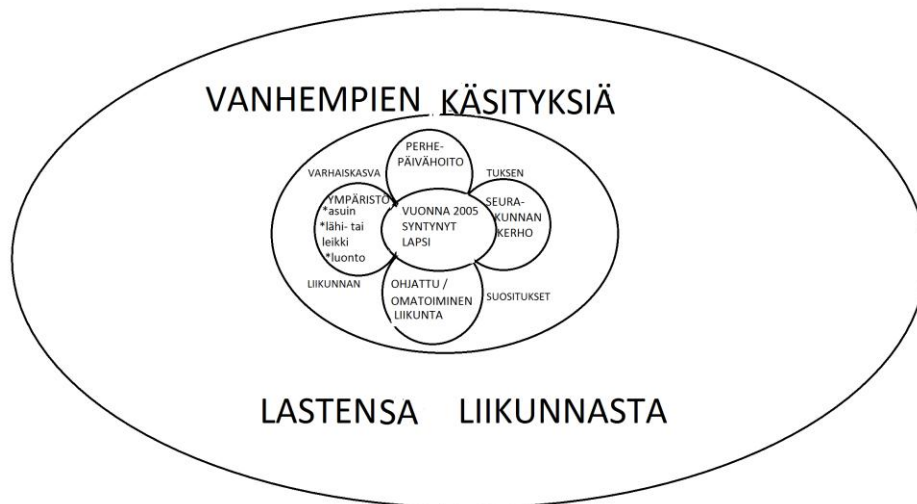
tusalan kompetensseihin liikuntaosaaminen, ihmisen hyvinvointi- ja terveystuikka sekä pedagoginen ja liikuntadidaktiivinen osaaminen n\u00e4hden.

Perhep\u00e4iv\u00e4hoidossa ja seurakunnan kerhossa olevien lasten liikuntaa on tutkittu v\u00e4h\u00e4n. Joitakin aiheeseen liittyvi\u00e4 tutkimuksia on olemassa. Terhi S\u00e4\u00e4tel\u00e4 (1999) on tutkinut vanhempien sukupuolen, heid\u00e4n liikunnan harrastuneisuutensa sek\u00e4 vanhempien omien k\u00e4sit\u00e4ksien merkityksest\u00e4 lastensa liikunnan harrastamiseen. Harjuoja Jussi ja Harjuoja Marika (2000) ovat tutkineet 2 - 4 -vuotiaiden ulkoilua vanhempien arvioimana. Ulkoilua l\u00e4hestyt\u00e4\u00e4n sen n\u00e4k\u00f6kannan kautta, mit\u00e4 ulkoillessa tehd\u00e4\u00e4n ja mitk\u00e4 ovat yleisimpi\u00e4 liikkumismuotoja, joita vanhemmat ovat esitelleet lapsilleen.

Opinn\u00e4ytety\u00f6n tarkoituksena on kartoittaa Kuusamon kaupungin perhep\u00e4iv\u00e4hoidossa ja Kuusamon seurakunnan kerhossa olevien vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien k\u00e4sit\u00e4ksi\u00e4 lastensa liikunnasta. Tutkimuksen tavoitteena toimeksiantajan n\u00e4k\u00f6kulmasta on saada tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkityst\u00e4 lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lis\u00e4ksi toimeksiantaja haluaa tutkimuksen kautta lis\u00e4\u00e4 tietoa neuvoloiden liikunta-neuvontaty\u00f6h\u00f6n ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntatekniikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamisty\u00f6h\u00f6n sek\u00e4 p\u00e4iv\u00e4kerhon ja kerhotoiminnan liikunnan kehitt\u00e4misehdotuksia.

2 VARHAISLAPSUUS

Havainnollistan (kuvio 1) viitekehyskuvion avulla opinnäytetyöni käsitteistöä.



Kuvio 1. Viitekehys

Juhani Tähtinen, Pasi Koski ja Anne Koljonen (2007,135) tekivät Turun viidessä kaupunginosassa tutkimuksen alle kouluikäisten lasten ja heidän vanhempien suhteesta liikuntaan. Tutkimuksessa vanhemmat antoivat liikunnalle myönteisen ja laaja-alaisen merkityksen. Liikunta nähtiin merkittävänä lapsen terveydelle, oppimiselle, kasvulle ja kehitykselle sekä hyvien elämäntapojen omaksumiselle.

Sääkslahti (2005) tutki 3 – 7 -vuotiaiden lasten vanhempien kohdistuvaan sosiaalis-kognitiivisten teoriaan perustuvien interventioiden vaikutusta lasten liikunta-aktiivisuuteen vanhempien lisääntyneen tietoisuuden kautta. Näillä interventioilla oli positiivinen vaikutus lasten liikunta-aktiivisuuteen. Tutkimus osoitti, että ohjauksella ja neuvonnalla voidaan auttaa vanhempia motivoimaan kasvattamaan ja rohkaisemaan lapsiaan leikkimään ulkona pidem-

pään ja vauhdikkaammin. Interventiokerrat pitivät sisällään vanhempainiltoja, liikuntavinkkejä, peuhupäiviä, taitotestitulanteita ynnä muuta.

Aikuisen ja lapsen yhteinen liikunta on mielekästä ja iloista yhdessäoloa, joka luo turvallisuutta ja synnyttää luottamusta. Samalla se tukee lapsen myönteisen minäkäsityksen syntymistä ja totuttaa liikunnalliseen elämäntapaan. (Karvonen, 2003.)

Tämän ikäkauden lapsi elää varhaislapsuuden ja keskilapsuuden (Gallahue 2006) välimaastossa. Lokakuussa 2010, vuonna 2005 syntynyt eli vuottaan ennen esikouluian alkamista. Viitattaessa opinnäytetyössäni 5 – 6 -vuotiaan lapseen, voin käyttää ilmaisua - varhaislapsuus. Varhaislapsuudessa lapsi elää seikkailujen aikakautta. Liikuntaan liittyy ympäröivä luonto ja erilaiset lajikokeilut kiinnostavat. Energianpurkuun sopivat kisailut ja liikuntaleikit. Samalla opetellaan toisten lasten kanssa toimeentuloa, kärsivällisyyttä ja syy-seuraussuhteita. Aikuisien ja oman perheen kanssa on kiva hauskuutella ja lähteä kokeilemaan uusia asioita. (Arvonen 2007.)

Päivittäinen fyysinen aktiivisuus on välttämätöntä lapsen kasvuille, kehitykselle ja terveydelle. Liikunta vahvistaa luustoa ja tuo lihaksille sopivaa raskuutta. Fyysisen raskuuden kautta perusmotoriset taidot vahvistuvat. Liikunnan myötävaikutuksesta lapsen tiedolliset, sosiaaliset ja tunteiden ja tahdon kehitys voivat edistyä välillisesti. (Numminen 2000.) Lasten persoonallinen kehitys tapahtuu alle kouluikäisenä ja sen kehitys perustuu havaintomotoristen ja motoristen perustaitojen kehitykseen. Havaintomotoristen taitojen kautta lapsi hankkii tietoa itsestään, omasta vartalostaan ja sen osista sekä ympäristöstään. Lapsi oppii useiden toistojen ja kokemusten kautta käyttämään havaintomotorisia taitoja tarkoituksen mukaisesti erilaisissa arkipäivän tilanteissa. (Numminen 1995.)

Jokainen ihminen, niin lapsi kuin aikuinen, on kokonaisvaltainen kokonaisuus, joka voidaan ymmärtää fyysismotorisena, kehollisena ja psyykkisenä kokonaisuutena. Liikunnallista suoritusta tai toimintaa ei ole olemassa ilman psyykkisiä ja emotionaalisia prosesseja. Lapsen kehitys on tältä katsolta kannalta myös psykomotorista kehitystä. Psykomotoriikka voidaan nähdä ja ymmärtää spesifinä näkemyksenä ihmisen kehitykselle, jossa liikunta on ihmiselle olennainen ja merkittävä ilmaisukeino. (Zimmer 2011, 19.)

2.1 Sosio-emotionaalinen kehitys

Sosiaalisen toiminnan perusvalmiudet, joita voidaan oppia liikkumalla ja leikkimällä, jaetaan viiteen osaan. Ensimmäisenä on A) sosiaalinen herkkyys, esimerkkinä toisten tunteiden huomioiminen ja toisen asemaan asettuminen. Toisena on B) sääntöjen ymmärtäminen, esimerkkinä osallistuminen ryhmäleikkeihin, joissa on yksinkertaiset säännöt, sovittujen sääntöjen noudattaminen ja ymmärtäminen ja yksinkertaisten sääntöjen luominen itse. Kolmantena on C) kyky luoda yhteys toisiin ihmisiin ja olla yhteistyössä, esimerkkinä tästä ovat yhteistyö toisten kanssa leikin aikana, olla kaveri kaikkien kanssa, toisilta avun pyytäminen, toisten auttaminen ja tehtävien ratkaisu yhdessä sekä verbaalinen kanssakäyminen toisten kanssa. Neljäntenä on D) turhautumisen sietokyky, esimerkkinä tästä ovat kyky sopeutua ryhmään, oppia käsittelemään epäonnistumisia, kyky olla olematta koko ajan keskipisteenä ja omien tarpeiden siirtäminen taka-alalle. Viidentenä on E) suvaitsevaisuus ja huomioonottaminen, esimerkkinä toisen erilaisuuden kunnioittaminen, heikompien leikkitovereiden ottaminen leikkiin ja osallistaminen leikkiin, toisten suoritusten tunnistaminen ja hyväksyminen sekä suvaitsevaisuus leikkitovereiden tarpeisiin ja niihin mukautuminen. (Zimmer 2001.)

Takala (2009) tutki 3 – 4-vuotiaiden päiväkotilasten liikuntatuokioiden vaikutusta sosio-emotionaaliseen kasvuun. Tutkimuksessa lastentarhanopettajat kehittivät koeryhmään kuuluvien lasten sosioemotionaalisia taitoja liikuntatuokioiden aikana juuri tähän tarkoitukseen suunnitellulla liikuntakasvatusohjelmalla kerran viikossa. Ryhmän sosioemotionaaliset taidot paranivat tutkimuksen keston aikana. Tutkimuksen tuloksena syntyi lasten sosioemotionaalisen kasvun havainnointiin tarkoitettu lomake. Tutkimuksen mukaan yhä enemmän tulisi kiinnittää huomiota liikuntatuokioiden sosioemotionaalisten taitojen oppimisympäristönä, ei pelkästään motoristen taitojen kehittäjänä.

Varhaislapsuudessa lapsen kehitys on suvantovaiheessa. Lapsi on aloitteellinen, omatoiminen, tasapainoinen, rauhallinen, sopeutuvainen ja hyvin ison oloinen. Hän haluaa olla avuksi ja tekee mielellään esimerkiksi kotitöitä. (MLL 2010.)

Lapsi on pieni ja haluaa heittäytyä pienen rooliin, että häntä hoivataan. Normaalina osana arkea ovat kiukunpuuskat ja tunteiden heilahtelut. Itsekritiikki voi olla pinnassa, ja tämän johdosta usko omiin taitoihin voi horjua. Lapsella voi olla erilaisia pelkoja siitä, että hän epäonnistuu. Rohkaiseminen, kannustaminen ja osattujen taitojen huomioiminen on tärkeää. (MLL 2010.)

Varhaislapsuudessa lapsi osaa jo erottaa, mikä on totta. Silti elämää leimaa vielä voimakas mielikuvitus. Sukupuolirooleihin samaistuminen on voimakasta ja lapsi tietää onko hän tyttö vai poika. Hän nauttii erilaisista vitseistä ja sanaleikeistä, mutta ei halua olla vitsailun kohteena. (MLL 2010.)

Lasta alkavat kiehtoa pelit ja leikit, joissa on selkeät säännöt. Ystävyys-suhteet voivat olla jo melko kestäviä ja, jopa ihastumisia voi olla. Sosiaaliset taidot alkavat olla hioutuneita. Lapsi osaa neuvotella asioista ja joustaa tarpeen mukaan sekä osaa pukea jo tunteita sanoiksi. Leuhkiminen ja mahtailu kuuluvat tähän ikään. Kavereiden mielipiteet ovat tärkeitä, erityisesti vanhemmat lapset voivat olla esikuvana tämän ikäiselle. (MLL 2010.)

2.2 Kognitiivinen kehitys

Piaget on jakanut kognitiivisen kehittymisen erilaisiin kausiin. Lapsi elää sensomotorista kautta jopa kaksivuotiaaksi asti. Hän keskittyy oman kehonsa oppimiseen. Toiminnalla, toistolla ja jäljittelyllä on suuri merkitys tässä vaiheessa. Kahden – kuuden vuoden välillä on vuorossa esioperationaalinen kausi. Joka on jaettu kahteen osaan, esikäsitteelliseen ja intuitiivisen ajattelun kauteen. Kaksi - neljä -vuotiaana hän on esikäsitteellisessä kaudessa, jolloin päätelyä ohjaavat omat toiveet ja halut. Neljästä kuuteen vuoteen lapsi on intuitiivisen ajattelun kaudessa, jolloin on vielä vaikea erottaa kuviteltua todellisuudesta. Omista ajattelusäännöistä ei ole käsitystä. Syy-seuraussuhteen itsenäinen ajattelu ja iän käsittäminen ovat vielä ongelmallisia. 5 -vuotias osaa käyttää yhtä luokitusominaisuutta sopivasti ja osaa verrata kahta asiaa, mutta ei ymmärrä vielä sarjoittamista. Kehitys jatkuu: konkreettisen operaatioiden kausi alkaa kuusi -vuotiaana ja kestää 11 ikävuoteen asti. Sen jälkeen alkaa formaalisten operaatioiden kausi. Opinnäytetyöni tarkastelee lasta, joka elää Piagetin teorian mukaan intuitiivisen ajattelun kautta. (Ojala 1984.)

Varhaislapsuudessa lapsi pohtii yhä enemmän erilaisia asioita ja erilaisten ilmiöiden syitä. Hänen mielestään kaikkiin kysymyksiin on vastaus ja aikuinen tietää vastaukset. Lapsen kysymykset voivat olla todella syvällisiä, esimerkiksi kuolemaa, syntymää tai sairauksia koskevia. Lapsi testaa erilaisia ilmiöitä käytännön kokeilla esimerkiksi jäädyttää jäätä tietyssä muotissa. Hän pystyy keskittymään entistä pidempään toimintaansa ja osaa suunnitella sitä. Muisti on

todella hyvä, varhaislapsuudessa lapsi muistaa tapahtumia useiden kuukausien tai vuosien päähän. Harvemmin tämän ikäinen käyttää muistiaan esimerkiksi tavaroiden mukaan ottamisen muistamiseen. Numerot ja kirjaimet kiehtovat. Moni oppii jo nyt kirjoittamaan nimensä. Lapsi voi vertailla tai laittaa esineitä erijärjestyksiin esineen ominaisuuksien tai kokoeron mukaan. Puhuminen sujuu hyvin arkipäiväsissä tilanteissa vieraiden ihmisten kanssa. Lapsi pysyy pohtimaan asioita jotka eivät ole käsin kosketeltavissa. Abstraktit kielikuvat ovat vielä vaikeita. Hän ymmärtää käsitteitä, esimerkiksi edessä ja takana. Hän pitää saduista ja kertomuksista sekä tykkää kertoa ja sepittää niitä itse. Varhaislapsuudessa lapsi pitää vapaasta luomisesta, mielikuvituksesta ja leikeistä. Ne tuovat hänelle iloa, mutta niillä on merkitystä myös älyllisen oppimisen ja kehittymisen kannalta. (MLL 2010.)

Lapset hakevat materiaalisia kokemuksia. Materiaaliset kokemukset ovat fyysikaalisten ilmiöiden kokemista. Lapset hankkivat näitä kokemuksia muuntelemalla toimintaansa ja toimimalla erilaisissa tilanteissa. Sellaiset käsitteet, kuten vauhti, kiihdytys, tasapaino, painovoima ym. ovat sidoksissa koko ajan omaan tekemiseen. Tällaisia materiaalisia kokemuksia lapset hankkivat vain perusliikuntamuotojen kautta: liukumalla, keinumalla, tasapainoilemalla, kiipeämällä, pyörimällä ja niin edelleen. Muuntelemalla liikuntaa ja leikkiä lapset kokevat välittömästi syyn ja seurauksen ja sitä kautta oppivat huomaamaan eri yhteyksiä. Tämä on kokeilevaa liikuntaa, jonka kautta lapsi oppii. (Zimmer 2001.)

2.3 Motorinen kehitys ja varhaislapsuuden kehitystaso

Motoristen taitojen kehittyminen voidaan jakaa kolmeen osaan: liikkumistaidot, tasapainotaidot ja käsittelytaidot. Kaikki perusliikuntamuodot opitaan alle kolmevuotiaina ja niiden toisiinsa yhdisteleminen kouluikään mennessä. (Arvonen 2007.) Olen koonnut alla olevan taulukon perusliikuntamuodoista (taulukko 1) mukailien Gallahuen (2006) ja Nuori Suome ry:n (2006,34) Päivähoidon liikuntakasvatus -koulutusmateriaalia.

TAULUKKO 1. Perusliikuntamuodot

LIKKUMISTAIDOT

TASAPAINOTAIDOT

KÄSITTELYTAIDOT

<i>kävely, juoksu, hyppääminen, liukuminen</i>	<i>taivuttaminen, ojentaminen, kiertäminen</i>	<i>vierittäminen, heittäminen, kantaminen</i>
<i>loikkaaminen, laukkaaminen, kurottaminen</i>	<i>pysähtyminen, vieriminen, työntäminen</i>	<i>kiinniottaminen, potkaiseminen, kuljettaminen</i>
<i>konttaaminen, kipeäminen, riippuminen</i>	<i>vetäminen, keinuminen</i>	<i>lyöminen, pomputtaminen</i>

Sellaisia taitoja, joissa edetään paikaista toiseen, sanotaan perusliikkumistaidoiksi. Varhaislapsuudessa lapsi osaa vaihdella juoksunopeutta, hypätä yhdellä jalalla ja juosta sekä alittaa esteitä samanaikaisesti (Karvonen 2003.)

Gallahue (2006) jakaa liikehallinnan oppimisen kolmeen tasoon: alkuperäinen taso, alkeistaso ja kehittynyt taso. Varhaislapsuudessa lapsella nämä taidot ovat yleensä kehittyneellä tasolla. Useiden toistojen kautta motoriset taidot autonomisoituvat. Liikunnan varhaiskasvatuksen suosituksen määritelmän mukaan alkeismalli on ensimmäinen, jonka lapsi oppii uudesta motorisesta taidosta. Alkeismallin opetteluvaiheessa lapsi kiinnittää kaiken huomionsa kehon liikuttamiseen. Harjoittelun kautta taito alkaa vähitellen muuntua ja lapsi siirtyy perusmallivaiheeseen. Tämän vaiheen saavutettuaan lapsen ei enää tarvitse miettiä koko ajan kehonsa liikkeitä vaan hän pystyy seuraamaan esimerkiksi maaston muotoja ja pystyy sopeuttamaan liikkumistansa maaston mukaan. Taitojen kehittymisen ja parantumisen vuoksi lapsi tarvitsee liikuntaa päivittäin. Monipuolinen ja runsas liikkuminen erilaisissa maastoissa kehittää lapsen taitoja lisää ja lapsi saavuttaa autonomisoitumisen vaiheen eli taidon ihannemallin. Mitä paremmat lapsen liikkumistaidot ovat, sitä paremmin hän pystyy seuramaan ympärillään tapahtuvia asioita. Hyvät liikkumistaidot voivat vähentää tapaturmia. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005.)

3 VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNNAN SUOSITUKSET

Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry ovat laatineet Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset vuonna 2005. Suosituksiin on kirjattu suositeltava liikkumisen määrä päivässä. Alle kouluikäisillä liikkumisen päätavoite on motoristen taitojen vahvistaminen. Varhaiskasvattajien tulee järjestää suunnitelmallista ja tavoitteellista liikuntaa, joka tapahtuu houkuttelevassa ympäristössä monipuolisella välineistöllä. Yksi suosituksen tavoitteista on varhaiskasvattajien vuorovaikutteinen yhteistyö vanhempien kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriö ym. 2005.) Vastaavia ulkomaisia suosituksia lasten liikunnasta löytyy esimerkiksi Amerikasta. (Physical activity guidelines for americans 2010).

”Liikkuminen on lapselle ominainen tapa toimia. Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksissa kuvataan, kuinka lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, oppimista ja hyvinvointia tuetaan liikunnan ja leikin avulla. Jokainen aikuinen pystyy luomaan lapselle liikkumisen mahdollisuuksia” (Nuori Suomi ry 2010.) Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset lyhyesti ovat: kaksi tuntia reipasta liikuntaa päivittäin, monipuolista liikuntaa eri ympäristöissä, ympäristö liikuntaan houkuttelevaksi, liikuntavälineet lasten saataville, tavoitteellista liikuntakasvatusta päivittäin sekä yhteistyötä vanhempien kanssa.

Alla oleva kuva 1 näyttää hyvin varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset kokonaisuudessaan.



KUVA 1. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset

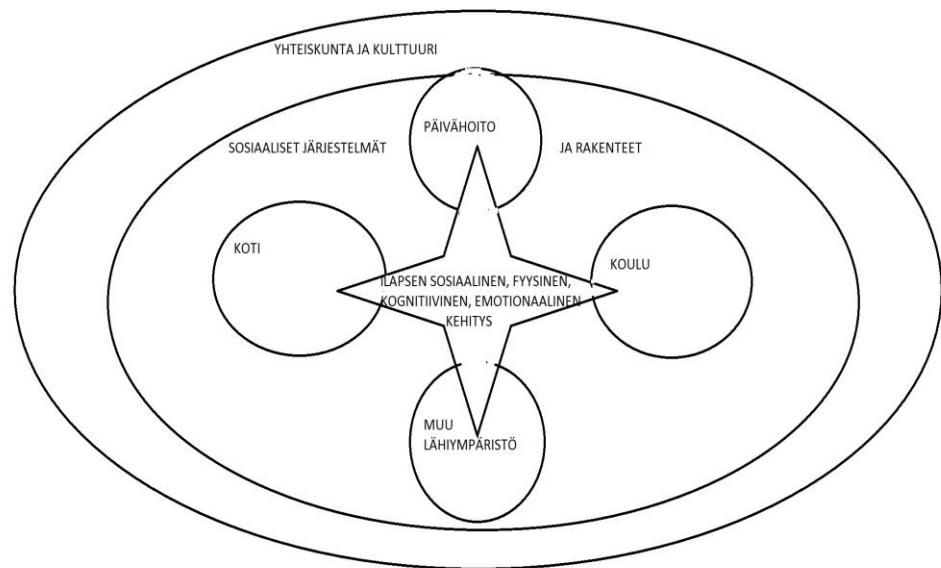
3.1 Lapsen kehitystä tukeva ympäristö

Tutkimuksilla on pystytty osoittamaan ympäristön merkitys lapsen kasvulle ja kehitykselle liikkumisympäristön kautta. Lapsen suhde ympäristöön kasvaa vähitellen toiminnallisessa vuorovaikutuksessa ympäristöönsä. Eräitä tärkeitä tekijöitä suhteen kehittymisessä ovat lapsen liikkumisvapaus lähiympäristössä sekä ympäristön monipuolisuus. (Kyttä 2003.)

Lasten motoriset ja havaintomotoriset taidot kehittyvät ympäristön tarjoamien vastavuoroi-
sessa vuorovaikutuksessa liikkumismahdollisuuksien kanssa. Vuodenajoilla on ulkoleikkien
kautta merkitystä lasten motoristen taitojen kehitykselle. Sääkslahden (2005) tekemän tutki-
muksen mukaan on suositeltavaa, että pienten lasten vanhemmat voisivat ohjata lapsiaan
leikkimään ulkona, koska ulkoleikit kehittävät lasten liikkumistaitoja.

Ympäristösuhde alkaa syntyä äidin sylin ja oman kodin kautta. Pieni lapsi vuorottelee kahden peruspyrkimyksen välillä. Läheisyys ja turvallisuus ovat tarpeellisia, mutta toisaltaan heitä houkuttelevat itsenäisyys sekä uteliaisuus kaikkea uutta kohtaan. Ympäristön tehtävä on vastata näihin toisiaan tasapainottaviin pyrkimyksiin. Tavallisista arkisista esineistä ja paikoista voi tulla keskeisiä asioita lapsen motorisen kehityksen ja ympäristösuhteen kehittymisen kannalta. Lapsen kasvaessa reviiri laajenee omaan pihaan, lähileikkipuistoon ja siitä vähitellen koululaisena naapurustoon sekä kunnan tai kaupungin eri puolille. Tätä tutkimusta tehdessä vuonna 2005 syntyneiden lasten ympäristö on yleensä koti, päivähoito ja leikkipuistot. He vaativat ympäristöltä vapaata tilaa, monipuolisia leikkipaikkoja ja -välineitä sekä luonnonelementtejä. Ympäristön tulee olla helposti hallittava ja saavutettava sekä turvallinen. (Karvinen & Norra 2002,14.)

Kuviossa 2 on Kyttää ja Horellia (2002) mukailleen kuvattu lapsen ympäristösuhteen syntymistä ja rakentumista.



KUVIO 2. Lapsen ympäristösuhteen synty

Liikunta- ja leikkikenttäsuunnittelu alkaa kaavoituksesta. Kaavoitus on maan käytön suunnittelua, jonka kautta ohjataan maa- ja vesialueiden rakentamista tai muuta ympäristöä muuttavaa toimintaa. Kuntasuunnitellut sektorikohtaiset toimintasuunnitelmat antavat perusteita ja puitteita kaavoituksen laatimiseen. Liikuntatoimen suunnittelu kuuluu kiinteästi maankäytön suunnitteluun. (Karvinen & Norra 2002.)

Kuusamon kaupungin teknisen toimen maankäytön asiakaspalvelusta kerrottiin Kuusamossa otetavan kaavoituksessa huomioon se, mihin tarkoituksen alue kaavoitetaan. Asialle ei ole erityistä Kuusamo koskevaa ohjeistusta, mutta esimerkiksi leikkikenttiä suunnitellessa huomioidaan onko lähellä omakotitaloasutusta tai kouluja. Koulujen lähellä voi lisäksi olla kerhotoimintaa, jolloin oletetaan, että alueella liikkuu pieniä lapsia. Liikuntahallin lähelle on rakennettu liikunta- ja leikkipaikka. Aluetta suunnitellessa on yksi päätökseen vaikuttava asia ollut, että alueelle on ollut helppo tulla. Asukasyhdistykset voivat tehdä myös aloitteita leikkikenttärakentamisesta. (Maikku 2011.)

3.2 Ohjattu ja omatoiminen liikunta sekä turvallisuus

Lapsen ohjatun liikunnan tulisi olla leikkiä. Paras keino synnyttää lapsissa oppimisen halu ja kipinä, on mahdollistaa leikki ja leikinomaisuus ohjauksen suunnittelussa. On myös hyvä huomioida lapsilähtöisen toiminnan toteutuminen siten, että lapsi saa osallistua toiminnan suunnitteluun. (Karvonen 2003.)

Ohjatussa toiminnassa on kiinnitettävä huomiota siihen, että varhaislapsuutta elävä lapsi on liikeyhdistelmien oppimisen vaiheessa, joten liikenopeutta on hyvä harjoittaa. Ohjaajan puheilla ja sanoilla on merkitystä, koska tässä vaiheessa lapsi oppii yhdistämään sanat mielikuvaan omasta liikkeestä. Lasta voidaan opettaa itseohjautuvuuteen. Ohjaajan kannustus lapsen oppimisessa on tärkeää. (Karvinen 1991.)

Jean Piagetin näkemykseen mukaan lapsen älyllinen kehittyminen ja oppiminen tapahtuvat kognitiivisten konfliktien kautta (Ojala 1984.) Lev Vygostkyn mukaan taas oppiminen tapahtuu lähikehityksen vyöhykkeiden kautta. Teorian mukaan lapsen kehitys etenee sosiaalisissa suhteissa, yhteiskunnan kulttuurin ja tradition välineenä. Vygostkyn mukaan lapsen kieli on

ensin sosiaalisen vuorovaikutuksen väline, jonka jälkeen siitä tulee ajattelun väline, kun kieli ”sisäistyy”. (Karvonen 2003, 21-23.)

Lasten ohjaamisen kannalta on hyvä huomioida lapsen kehitystaso ja lähikehityksen vyöhyke. Ohjaaja voi omalla toiminnallaan tukea lasta oppimaan ja kasvamaan sitten, että hän pystyy ajattelun ja tiedollisen oppimisen kautta saavuttamaan seuraavan kehitysvaiheensa. Opetuksen ja ohjauksen avulla kannattaa etsiä jo lapsella olevia oppimisen aiheita. (Karvonen 2003.)

Juhani Tähtisen, Pasi Kosken ja Anne Koljosen (2007,133) tutkimus osoitti osan vanhemmista suhtautuvan kriittisesti pienten lasten ohjattuun liikuntaan. Heidän mielestään pienet lapset liikkuvat muutenkin luonnostaan riittävästi.

Ohjaajan kannattaa puhua myönteisessä hengessä, tarjota erilaisia vaihtoehtoja, tukea ja rohkaista lasta yhteistyöhön, rakentaa oppimisympäristö sopivaksi ja ottaa lapsi mukaan päätöksen tekoon ja ideointiin. Ohjauksen aikana ja loputtua kannattaa kysyä lapsen tunteuksia, ryhmitellä lapset heterogeenisesti sekä tarvittaessa tehdä lapsi tietoiseksi sopimattomasta käyttäytymisestä. (Takala 2004.)

Omaehtoisesti liikkuva lapsi liikkuu omasta halustaan ja mielenkiinnosta. Lapsi liikkuu yksin tai toisten seurassa lähiympäristön suomien mahdollisuuksien puitteissa. Omaehtoiseen liikkumiseen sisältyy spontaanin, hetken mielijohdeesta tapahtuva liikkuminen. Pienen lapsen liikkuminen on pääosin spontaania liikettä leikin lomassa. Omaehtoinen liikkuminen on esimerkiksi liikkunnallisia leikkejä. Lapsi voi suunnitella ja toteuttaa liikkumisen itse, jolloin hän liikkuu omatoimisesti. (Nuori Suomi ry 2011.)

Turvallisuus voidaan nähdä vaikeana asiana ja siitä voi tulla, jopa este liikuntatuokioiden toteuttamiselle ja perusliikkeiden harjoittamiselle. Aikuisen tulee aina huomioida turvallisuuskäsitteet sekä seurata tilanteen kehittymistä. Turvallisuuden ollessa uhattuna liikuntasuoritus ja leikki pysäytetään hyvissä ajoin, että vahinkoa ei pääse syntymään. Aikuisen tulee nähdä vaarakohdat ennen tuokion aloitusta ja hänen tulee poistaa mahdolliset vaarakohdat. Lapsi ymmärtää ja tietää aikuisen roolin turvallisuuden valvojana, mutta hän ei välttämättä ymmärrä vahingon seurauksia. (Autio 2007, 31.)

Leikkikenttien turvallisuutta on viime vuosina kohennettu eurooppalaisten standardien avulla. Standardeja on olemassa 8 kappaletta. Esimerkiksi yksi standardeista käsittelee iskuja vai-

mentavia alustoja, toinen vastaa leikkikenttävälineiden asennusta, tarkastusta, huoltoa ja ylläpitoa. Kuluttajavirasto on taho, joka valvoo leikkikenttävälineiden turvallisuutta tuoteturvallisuuslain nojalla yhteistyössä lääninhallituksen kanssa. Standardien lähtökohtana on isojen vahinkojen estäminen, ei niinkään pienten vammojen. (Suomen standardisoimisliitto SFS tiedotussivusto 2011.)

4 KODIN KASVATUSTYÖTÄ TUKEVAT TAHOT

Päivähoitolaki säädettiin vuonna 1973 (1973/36 §). Lain mukaan lasten päivähoidolla tarkoitetaan lapsen hoidon järjestämistä päiväkotihoidona, perhepäivähoitona, leikkitoimintona tai muuna päivähoitotoimintana. Lakiin lisättiin komiteanmietinnön johdosta erillinen tavoitepykälä päivähoidon valta kunnallisille kasvatustavoitteille vuonna 1983. Kasvatustavoitteet ovat 1. Tukea päivähoidossa olevien lasten koteja näiden kasvatustehtävässä ja yhdessä kotien kanssa edistää lapsen persoonallisuuden tasapainoista kehitystä. 2. Päivähoidon tulee omalta osaltaan tarjota lapselle jatkuvat, turvalliset ja lämpimät ihmissuhteet, lapsen kehitystä monipuolisesti tukevaa toimintaa sekä lapsen lähtökohdat huomioon ottaen suotuisa kasvuympäristö. 3. Lapsen iän ja yksilöllisten tarpeiden mukaisesti päivähoidon, tulee yleinen kulttuuriperinne huomioon ottaen, edistää lapsen fyysistä, sosiaalista ja tunne-elämän kehitystä sekä tukea lapsen esteettistä, älyllistä, eettistä ja uskonnollista kasvatusta. Uskonnollisen kasvatuksen tukemisessa on kunnioitettava lapsen vanhempien ja holhoojien vakaumusta. 4. Edistäessään lapsen kehitystä päivähoidon tulee tukea lapsen kasvua yhteisvastuuseen ja rauhaan sekä elinympäristön vaalimiseen. (Ojala 1984, 178.) Perhepäivähoito on yksityisessä kodissa järjestettyä tai muussa kodinomaisessa paikassa järjestettävää hoitoa lapsille. Se on kunnallista tai yksityistä, ohjattua ja valvottua toimintaa (Ojala 1984, 183.)

4.1 Perhepäivähoidon synty, historia ja nykyisyys

Perhepäivähoito (Parrila 2005) on toiminut pitkään epävirallisena ja valvomattomana hoitomuotona Suomessa. Naisten työssäkäynnin lisääntyminen ja yhteiskunnan hidas hoitopalveluiden kasvu aiheutti yksityisen perhepäivähoidon kasvun laajaksi. Oli ns. ”Villää perhepäivähoitotoimintaa”, johon yhteiskunnan valvonta ei ulottunut. Ensimmäiset merkit tyytymättömyydestä nousivat vanhemmilta, joilla ei hoitopaikkojen puutteen vuoksi ollut aina mahdollista, ottaa huomioon perhepäiväkodin olosuhteita tai hoitajan pätevyyttä tehtävään.

Suomen virallisissa asiakirjoissa mainitaan perhepäivähoito uutena hoitomuotona ensimmäisen kerran vuonna 1951. Perhepäivähoidossa oli huomattu epäkohtia, jolloin esitettiin, että viranomaisten tulisi määritellä perhepäivähoitokoti -käsite, ja sen toiminnan kriteerit. Toiminta ehdotettiin liitettäväksi lastensuojelulain piiriin ja samalla muutettavaksi valvotuksi toiminnaksi. Lastensuojelulaki oli riittämätön valvomaan toimintaa, koska sen kautta pystyttiin puuttumaan vain esimerkiksi huoneiston sopivuuteen terveydellisten haittojen suhteen. Visio hyvästä ja toimivasta perhepäivähoidosta innosti, joitakin järjestöjä ja aktiivisia kuntia perhepäivähoidon kehittämistyöhön. 1960 -luvulla kehitys kulki kohti hyvinvointivaltiota ja samalla yhteiskunnalta vaadittiin vahvempaa roolia lastenhoidon järjestämiseen. (Parrila 2005.)

Mannerheimin lastensuojeluliitolla oli keskeinen rooli perhepäivähoidon kehittämisessä Suomessa ennen päivähoitolain säätämistä. Mannerheimin lastensuojeluliiton järjestivät ensimmäiset perhepäivähoidon neuvottelupäivät vuonna 1964. Helsingissä aloitettiin vuonna 1966 MLL:n toimesta ensimmäinen ohjatun perhepäivähoidon kokeilu. Samana vuonna Kotkassa aloitettiin maamme ensimmäinen kunnallinen perhepäivähoito. Uuden toimintamallin käyttöönotto tapahtui vähitellen. Aluksi hoitajat kortistoitettiin jolloin mahdollistui hoitopaikkojen välitys niitä tarvitseville. Myöhemmin ohjaajien toimintaan lisättiin valvonta sekä hoitajien ohjaustyö. (Hänninen & Valli 1986, 151-152.)

Ohjausmuotona oli 1970 -luvulla kotikäynnit. 1980 -luvulla syntyi ohjaajien yhteistyön kautta ns. kuukausikirjeet, jotka sisälsivät ajankohtaista tietoa sekä virikepaketin, jonka ohjaaja kokosi yksin tai toisten ohjaajien kanssa yhteistyössä. Virikepaketti sisälsi keskustelu-, askartelu-, musiikki- tai kirjallisuusvirikettä. 1970 – 80 -luvun päivähoiton sisällöllistä laatua haettiin päiväkotipedagogiikan puolelta. Kasvatusajattelu perustui behavioristiseen oppimiskäsitykseen ja ns. aikuislähtöiseen pedagogiikkaan. Ohjaustyötä tehtiin myös hoitajailtojen ja koulutuksen avulla. Lisäksi sosiaalhallitus ohjeisti 1980 -luvulla tarkoin perhepäivähoitoa. Oman lisänsä perhepäivähoidon ohjaajien työhön toi 1980 -luvun lopulla syntynyt uusi hoitomuoto ryhmäperhepäivähoito. (Parrila 2005.)

1990 -luku oli lama-aikaa ja perhepäivähoidon ohjaus koki hämmennystä ja työmuoto ajautui kriisiin. Valtion taloudellinen ahdinko vaikutti jaettaviin varoihin ja sitä kautta ohjaajien työn kuvaa hajautettiin tai tehtiin yhdistelmävirkoja. 1990 -luvulle tultaessa perhepäivähoidon ohjaus muuttui tarvetilaan, joka edisti kasvatuskäsityksen muuttumista. Behavioristinen oppimiskäsitys alkoi muuttua kohti lapsilähtöistä pedagogiikkaa. Hoitajia oli koulutettu 1980 -

luvulla ammatillisesti. 1990 -luvulla heitä kannustettiin kokoontumaan itsenäisesti ja kokoaamaan erilaisia hoitajarenkaita, joissa he voivat pystyvät jakamaan ja tukemaan toistensa ammatillista kasvua ja suunnittelemaan yhdessä perhepäivähoidon toimintaa. Ohjaajan rooli jäi taustalle. Ohjaajan työ alkoi muuttua sisällön kehittämistä kohti niin sanotuksi toimistotyöksi. Suuri vaikuttava tekijä oli subjektiivisen päivähoito-oikeuden syntyminen ja vanhempien työ-olosuhteisiin liittyneet muutokset. Hoitopaikkojen hankinta ja lasten sijoittaminen vei aikaa. (Parrila 2005.)

2000 -luvulla perhepäivähoidon ohjaus on ollut kehittämisvaiheessa. Samalla perhepäivähoitajat ovat alkaneet ikääntyä eikä nuoria jatkajia ole paljon ollut. Lähtökohtaisesti vuonna 1970 -luvulla perhepäivähoito nähtiin kodinomaisena ja lapsen yksilöllisiä tarpeita kunnioittavan hoitomuotona. Samat piirteet yhdistetään perhepäivähoidon keskeisiin vahvuuksiin nykyäänkin. (Parrila 2005.)

Tällä hetkellä Kuusamossa on 28 perhepäivähoitajaa. Kuusamon perhepäivähoidon historiassa on ollut enimmillään perhepäivähoitajia yli 100. Alalle pääsee vain kouluttautunut hoitaja. Hoitajalla täytyy olla ammattitutkinto tai sitä vastaava koulutus. Vanhoilla hoitajilla on käytynä perhepäivähoitajan kurssi ja sen kautta heistä on tullut vakituisia työntekijöitä. Tällä hetkellä on Koillis-Suomen aikuiskoulutuksen kanssa yhteistyössä menossa ammattitutkintokoulutus, jossa on 8 osallistujaa eli pätevöityjää. Kuusamossa oli perhepäivähoidossa keväällä 2011 25 vuonna 2005 syntynyttä lasta. (Vuorela 2010.)

4.2 Seurakunnan kerhon synty, historia ja nykyisyys

Seurakunta järjestää päiväkerhotoimintaa, jonka tarkoituksena on tukea kasteopetukseen perustuvaa kristillistä kasvatusta. Lisäksi kerhon tarkoituksena on tukea lapsen monipuolista persoonallista kehitystä, ohjata yhteistyöhön toisten ihmisten kanssa ja ohjata ymmärtämään ihmisten erilaisuutta (Kuusamon seurakunta 2010).

Lapsityön käsikirjassa (2004) on kerrottu päiväkerhotyön synnystä sen verran, ettei sen alkujuurta voida selvästi osoittaa. Päiväkerhotoiminnalle on ominaista, että se on alkanut suurista kaupungeista ja se on nopeasti levinnyt pienempiin kaupunkeihin ja kirkonkyläihin sekä maaseudun taajamiin. Useat päiväkerhot ovat syntyneet kotien toiveesta saada lapsilleen kehittävää toimintaa. Kaupunkilaistuminen ja yhteiskuntarakenteen muuttuminen ovat huomattava

syy päiväkerhojen tarpeen syntymiseen. Kirkolta on haluttu saada tukea lasten kotikasvatukseen. (Heinonen & Luodeslampi & Salmensaari 2004.)

Eräs vanhimmista päiväkerhoista aloitti toimintansa vuonna 1945 Turussa. Sen toiminnassa oli 3 – 7 -vuotiaita lapsia ja kerho kokoontui yleensä kaksi kertaa viikossa kolme tuntia kerrallaan. Viisi vuotta myöhemmin toiminta alkoi Tampereella. Vähitellen alettiin nähdä päiväkerhotoiminnan merkitys seurakunnan arkitoimintana alle kouluikäisille lapsille. Päiväkerhon erityispiirteenä oli ja on edelleen halu auttaa kaikkia lapsia, myös vaikeuksissa olevia. Helsingissä ensimmäinen päiväkerho kokoontui vuonna 1952. Kerhossa pyrittiin puhumaan uskonnollisista asioista valoisaan sävyyn korostaen erityisesti turvallisuutta. Vanhemmat osallistuivat toiminnan kehittämiseen alusta alkaen ja yhteistyö oli myönteistä ja luontevaa. (Heinonen ym.)

Toiminnan luonteesta riippuen päiväkerhoille alkoi tulla erilaisia nimityksiä esimerkiksi päiväkerho, leikkikoulu, nappulakerho ja päiväkotit. Vuosien saatossa toiminta on vakiintunut ja lastenohjaajien koulutusta on tarkastettu ja uudistettu useita kertoja ajan vaatimuksien mukaisesti. Vuonna 1989 seurakunnan lastenohjaajakoulutus liitettiin osaksi yhteiskunnan koulutusjärjestelmää. (Heinonen ym.)

Nykyisin kirkon lapsi- ja perhetyö voi hyvin. Toiminta tarjoaa virikkeitä antavia ja uskonnollista kasvua tukevia avoimia perhekerhoja sekä erilaisia perhetapahtumia ja monenlaista muuta toimintaa. Päiväkerhotoimintaa järjestetään 3 – 5 -vuotiaille ja iltapäiväkerhoja 1. – 2-luokkalaisille lapsille. (Heinonen ym.)

Kuusamossa on tällä hetkellä kerhotoimintaa Nilon, Torangin, Kiviharjun, Tolpanniemen ja muutamassa sivukylän kerhopaikassa. Keväällä 2011 oli kerhossa 59 lasta. (Koski 2010.)

5 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT

Opinnäytetyöni tarkoituksena on kartoittaa perhepäivähoidossa ja seurakunnan kerhossa olevien vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien käsityksiä lasten liikunnasta. Tutkimuksen tavoitteena toimeksiantajan näkökulmasta on saada tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkitystä lapsen kasvu- ja kehitykselle. Lisäksi toimeksiantaja haluaa tutkimuksen kautta lisää tietoa neuvoloiden liikuntaneuvontatyöhön ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntateknikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön sekä perhepäivähoidon ja kerhotoiminnan liikunnan kehittämisehdotuksia.

Tutkimusongelmat ovat

1. Mitä vanhemmat tietävät varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksista?
2. Millä tavalla varhaiskasvatuksen suositukset toteutuvat?
3. Millä tavalla liikunta kehittää lapsen sosio-emotionaalisia, kognitiivisia ja motorisia taitoja vanhempien käsitysten mukaan?
4. Miten lapsen asuinympäristö vaikuttaa lasten liikkumiseen?
5. Minkälaisia odotuksia vanhemmilla on lasten liikunnasta perhepäivähoidolta tai seurakunnan kerholta?

6 TUTKIMUSMENETELMÄT

Opinnäytetyöni on kartoittava tutkimus. Olen määritellyt viisi tutkimusongelmaa, joihin pyrin tutkimukseni kautta samaan vastaukseen. Toteutan opinnäytetyöni kyselylomakkeella. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa on olennaista, että aineistonkeruu tapahtuu siten, että aineisto on muutettavissa numeraaliseen tai määrälliseen muotoon (Hirsijärvi2009).

6.1 Perusjoukko ja otanta

Hirsijärven (2009) mukaan perusjoukko on kaikki ryhmään kuuluvia. Tästä perusjoukosta otetaan otanta. Tutkimuksessani perusjoukko on vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhemmat, joista olen yhdessä Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyön johtajan valinnut otoksen. Otos oli vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhemmat, joiden lapset käyvät joko Kuusamon kaupungin perhepäivähoidossa tai Kuusamon seurakunnan kerhossa. Kuusamon kaupungin perhepäivähoidossa oli 25 lasta ja Kuusamon seurakunnan kerhossa 53 lasta. Kyselyn kokonaisotos oli siis 78 kpl. Ikäryhmään valintaan vaikutti myös toimeksiantajan toive. Kyseiseen ryhmään päädyttiin, koska toimeksiantaja ja tutkija kokivat, että tätä kohderyhmää on tutkittu vähän. Toimeksiantajan toive oli tämä ikäryhmä. Lisäksi Kuusamon kaupunki halusi tutkimuksen kautta saada esille juuri tämän kohderyhmän vanhempien näkemyksiä esille.

6.2 Mittausmenetelmä

Kyselytutkimuksen etu tutkimusmuotona on, että sillä saadaan kerättyä laaja tutkimusaineisto. Kyselytutkimuksessa on mahdollista saada paljon henkilöitä osallistumaan tutkimukseen ja samalla voidaan kysyä monia asioita. (Hirsijärvi & Remes 2009.)

Sain toimitettua kyselylomakkeen perhepäivähoidossa olevien lasten vanhemmille hoitajien välityksellä ja seurakunnan kerhossa käyvien lasten vanhemmille lastenohjaajien kautta. Tällä tavoin pyrin parantamaan vastauksien lukumäärää. Hirsijärven & Remeksen (2009) mukaan vastaavaa menettelyä on käytetty kasvatustieteellisessä tutkimuksessa.

Kyselylomake tulee testata ennen käyttöä sopivalla kohdejoukolla (Hirsijärvi & Remes 2009.) Testasin kyselylomaketta joillakin vanhemmilla, joiden lapset olivat aikaisemmin olleet, joko perhepäivähoidossa tai seurakunnan kerhossa. He tarkastelivat kyselylomakkeen ulkoista ilmettä, johdonmukaisuutta ja tekstin ymmärrettävyyttä. Kyselylomake on liitteenä 3.

Tutkijan tehtävä on rakentaa juonellinen tarina lomakkeen kysymyksillä. Tutkijan ja vastaajan tulee ymmärtää juonellinen tarina samalla tavalla ja puhua lomakkeen tasolla samaa kieltä, jotta mittaus voi onnistua. (Vilka 2007.) Opinnäytetyöni yksi tavoitteista oli toimeksiantajan näkökulmasta edistää vanhempien tietoutta liikunnan merkityksestä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Tämän tavoitteen toteutumiseksi käytin kyselylomakkeen juonellisuutta. Vilkan (2007,63) mukaan teoriaan ja aiempiin tutkimuksiin perehtyminen auttaa käsitteiden määrittelyssä, jonka perusteella tapahtuu kyselylomakkeen tekeminen käytännön tasolle. Rakensin kyselylomakkeen niin, että ennen kysymyksiä kävin läpi, mitä asiaa kysymys koskee vastaamisen helpottamiseksi.

Kyselylomakkeessa oli asteikkoihin eli skaaloihin perustuvia kysymystyyppisiä, avoimia kysymyksiä ja monivalintakysymyksiä, joista jossain oli myös avoin kysymys täydentämässä ja tarkentamassa vastausta. Skaaloihin perustuva kysymystyyppi on sellainen, jossa esitetään väittämiä. Vastaajan tehtävänä oli valita väittämistä se, joka oli lähempänä hänen mielipidettään. (Hirsijärvi & Remes 2009, 200-201). Valitsin tämän kysymysvaihtoehdon mukaan siksi, koska halusin kyselyn kautta määrällistä tietoa vanhempien käsityksistä. Samalla se mahdollistaa kyselyn toistettavuuden. Monivalintakysymyksissä, joissa tutkija on laatinut valmiit, numeroidut vastausvaihtoehdot, vastaajan on tarkoituksena merkitä rastilla tai ympyrällä valmis vaihtoehto tai useampi vaihtoehto (Hirsijärvi & Remes 2009, 199).

Monivalintakysymysten etuna on se, että se antaa vastata samaan kysymykseen, siten että vastauksia oli mielekästä vertailla sekä se tuottaa vastauksia, joita oli helpompi analysoida ja käsitellä tietokoneella. Avoimet kysymykset antavat taas vastaajalle mahdollisuuden ilmaista itseänsä omin sanoin. (Hirsijärvi & Remes 2009, 201.) Kyselyssäni oli molempia vaihtoehtoja sekä näiden yhdistelmiä. Yhdistelmävaihtoehto antaa mahdollisuuden tuoda esiin sellaisia näkökulmia, joita tutkija ei ehkä ole osannut ajatella, osoittaa, mikä on keskeistä tai tärkeää vastaajien ajattelussa sekä auttaa monivalintatehtäviin annettujen poikkeavien vaihtoehtojen tulkinnassa. (Hirsijärvi & Remes 2009, 201.)

Likertin asteikko on järjestysasteikko. Asteikon perusidea on, että asteikon keskikohdasta lähtien toiseen suuntaan kasvaa samanmielisyys ja toiseen suuntaan erimielisyys. Asteikkoja voi olla esimerkiksi 4-, 5-, 7- tai 9- portaisena. (Vilkkä 2009, 46) Käytin kyselyssä 5-portaista Likertin asteikkoa, jossa vastausvaihtoehdot 1-2 kuvasivat vastaajan mielipiteen eroavaisuutta kysymyksen väittämästä, vaihtoehdot 4-5 vastaajan mielipiteen samankaltaisuutta kysymyksen väittämän kanssa. Vastausvaihtoehdon kolme valitsemalla vastaaja ei osannut sanoa kantansa kysymyksen väittämään.

Saatekirje on yhden sivun mittainen teksti, joka kertoo tietoa tutkimuksesta. Saatekirjeen perusteella tutkittava voi tehdä päätöksen tutkimukseen osallistumisesta ja kieltäytymisestä. (Vilkkä 2007,80.) Tutkimukseni saatekirje on liitteenä. (liite 3)

6.3 Tutkimuksen kulku

Opinnäytetyöni tutkimuksen toteuttamiseen tähtäävä alustava työ alkoi jo ennen, kun opinnäytetyösuunnitelmani oli hyväksytty. Tammikuun 4. päivä kävin kertomassa Kuusamon Seurakunnan lastenohjaajille tulevasta tutkimuksestani. Kerroin ensin opinnäytetyöni kokonaisuudesta ja samalla kysyin, että kiinnostaisiko heitä yhteistyö? Yhteistyö tarkoitti sitä, että heidän kauttaan saisin toimitettua kyselylomakkeet lasten vanhemmille ja kyselyn kautta he saisivat työnsä kehittämiseen tietoa. Perhepäivähoitajille oli samanlainen tiedotustilaisuus ja yhteistyöstä sovittiin 31.1.2011.

Työstin kyselyn valmiiksi ja testautin sen sopivalla kohdejoukolla. Siinä vaiheessa, kun opinnäytetyösuunnitelmani hyväksyttiin, niin aineistonkeruu pystyi alkamaan. Toimitin Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyön johtajalle sekä Kuusamon kirkkoherralle tutkimuslupahakemukset. Perhepäivähoidon ohjaaja ja seurakunnan lapsityön ohjaaja toimivat lupahakemukseni välittäjinä. Tutkimuslupahakemuksen hyväksymisen jälkeen toimitin valmiit kyselyt ja tiedotteet Tarja Vuorelalle ja Satu Koskelle viikolla 11. Näin tutkimukseni lähti alkuun.

Maaliskuun 21.päivänä kyselylomakkeet lähtivät perhepäivähoitajien ja seurakunnan lastenohjaajien välityksellä vanhemmille. Vanhemmilla oli 9 päivää aikaa vastata kyselyyn. Kysely tuli palauttaa huhtikuun 1. päivään mennessä perhepäivähoitajille ja seurakunnan lastenoh-

jaajille. Viikolla 14 hain kyselylomakkeet perhepäivähoidon ohjaajalta ja seurakunnan lapsityön ohjaajalta.

6.4 Aineiston analysointi

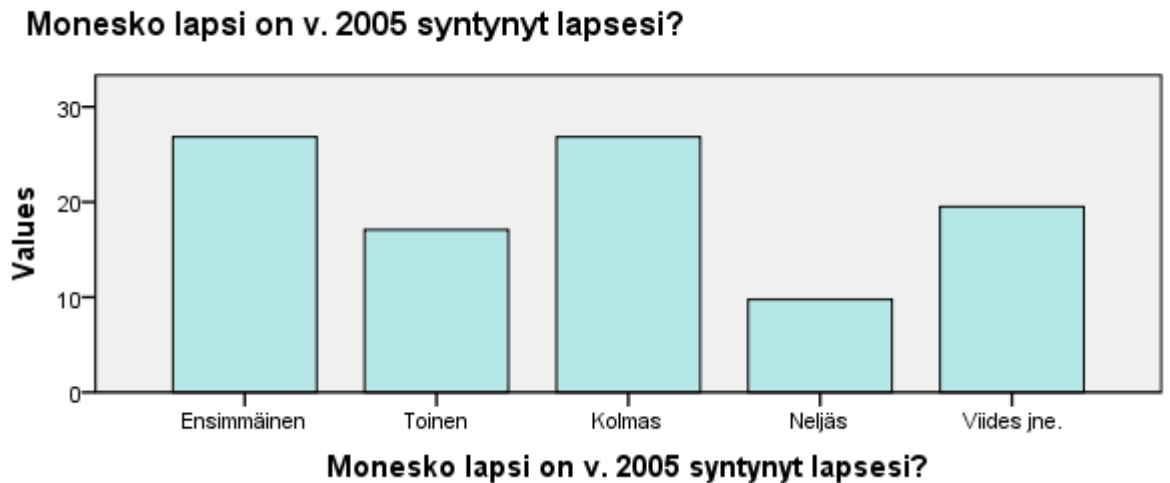
Tutkijan valinnoista tutkimusprosessin alkuvaiheessa riippuu osittain se, miten aineistoa käsitellään ja tulkitaan. Aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on tutkimuksen ydin asia. Se on tutkimuksen tärkein vaihe. Analyysivaiheessa selviää, millaisia vastauksia tutkija saa tutkimusongelmiin. Kvantitatiivisessa tutkimuksessa aineistosta muodostetaan muuttujia eli aineisto koodataan. Koodaaminen on sitä, että jokaiselle havaintoyksikölle annetaan jokin arvo. Tämän vaiheen jälkeen aineisto analysoidaan ja saadut tulokset tulkitaan. Tulkinta on sitä, että tutkija pohtii analyysin tuloksia ja tekee omia johtopäätöksiä. (Hirsijärvi 2009, 221-222, 229.)

Tutkimukseni on kvantitatiivinen tutkimus, joten aineiston analysointi tapahtui pääasiallisesti määrällisen tutkimuksen keinoin. Kyselylomakkeista saadun aineiston syötin manuaalisesti SPSS 19-ohjelmaan. Aineiston syötön jälkeen ajoin saadut tulokset taulukon tai kuvion muotoon tai kirjasin lisäksi prosentuaalisessa muodossa tekstiin. Tein myös ristiintaulukoinnin asumismuodon ja lapsen liikkumismäärän yhteydestä. Kyselylomakkeessa olleet yhdistelmävaihtoehdot sekä kyselyn lopussa olleen avoimen kysymyksen analysoin kvalitatiivisella menetelmällä.

7 TULOKSET

Tulokset esitellään kyselylomakkeessa olleiden kysymyksien kysymysjärjestyksessä. Vastaukset ovat kuvioina, taulukoina sekä prosentuaalisina lukuina. Ensimmäisenä kysymyksenä oli, että oliko vastaaja äiti vai isä? Kyselyyn vastasi 42 vanhempaa. Vastaaajista oli äitejä 87,8 % ja isiä oli 9,8 %.

Toinen kysymys koski vuonna 2005 syntyneen lapsen syntymäjärjestystä perheessä. Kysymykseen vastanneista vanhemmista 26,8 % sai ensimmäisen lapsensa vuonna 2005. Myös kolmannen lapsensa tuona vuonna saaneita vanhempia oli 26,8 % vastaajista. Seuraavana olivat syntymäjärjestykseltään viidennen tai useamman lapsen vanhemmat, heitä oli 19,5 % vastaajien määrästä. Syntymäjärjestykseltään toisen lapsen vanhempia vastauksien määrästä oli 17,1 % ja syntymäjärjestykseltään neljäntenä syntyneiden lasten vanhempien osuus vastaajista oli 9,8 %. Alla olevassa kuviossa (kuvio 2) näkyy määrällisesti kyselyyn vastanneiden vanhempien lasten syntymäjärjestys jakauma.



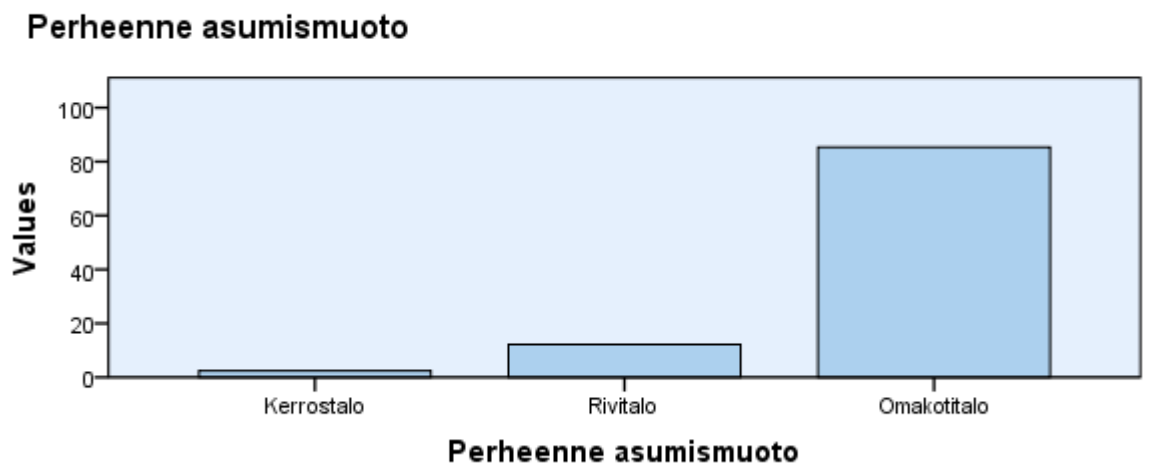
KUVIO 2. Kyselyyn vastanneiden vanhempien lasten syntymäjärjestys

Lapsen osallistuminen: perhepäivähoito / seurakunnan kerho

Saatujen vastausten perusteella 61 % vastaajien lapsista osallistui seurakunnan kerhoon ja perhepäivähoitoon 39 %. Vastaajien lukumäärissä on otettava huomioon, että perhepäivähoidon puolelle lähti 25 kpl kyselyä ja seurakunnan kerhon puolelle 53 kpl kyselyä.

Perheen asuinmuoto:

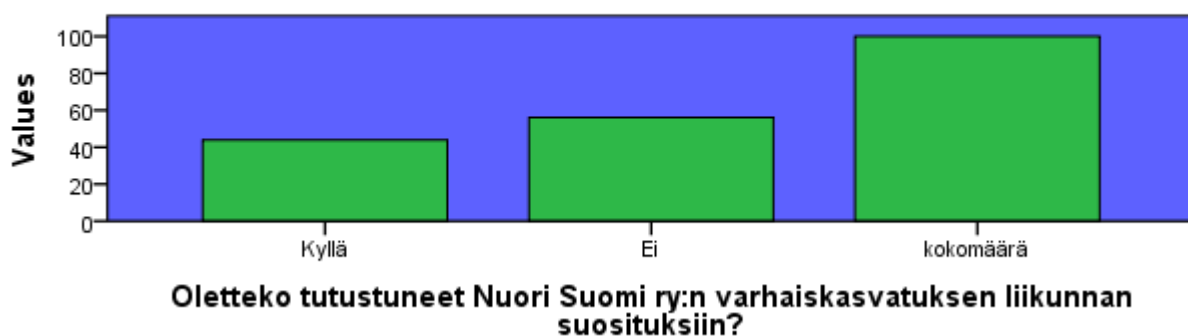
Vastaajista 85,4 % asui omakotitalossa, rivitalossa 12,2 % ja kerrostalossa 2,4 %. Olen havainnollistanut vastanneiden vanhempien asumismuotoja pylväskuviolla (kuvio 3).



KUVIO 3. Perheen asuinmuoto

Vanhempien tietoisuus Nuori Suomi ry:n Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksista

Kyselyyn vastanneista vanhemmista 43,9 % oli tutustunut varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksiin ja 56,1 % ei ollut tutustunut suosituksiin. Seuraavalla sivulla olevasta kuviosta (kuvio 3) on nähtävissä vastausten määrät sekä prosentuaaliset osuudet vastauksien suhteesta toisiinsa.



KUVIO 3. Vanhempien tietoisuus Nuori Suomi ry:n Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksista

Vanhempien tiedonsaanti taho

Vanhemmat, jotka olivat tietoisia suosituksista, olivat saaneet tietonsa internetistä 19,5 %, televisiosta 9,8 %, sanomalehdestä 7,3 % ja jostakin muualta 7,3 %. Taulukossa 5 on tiivistetty (taulukko 5) tiedonsaannin tahot.

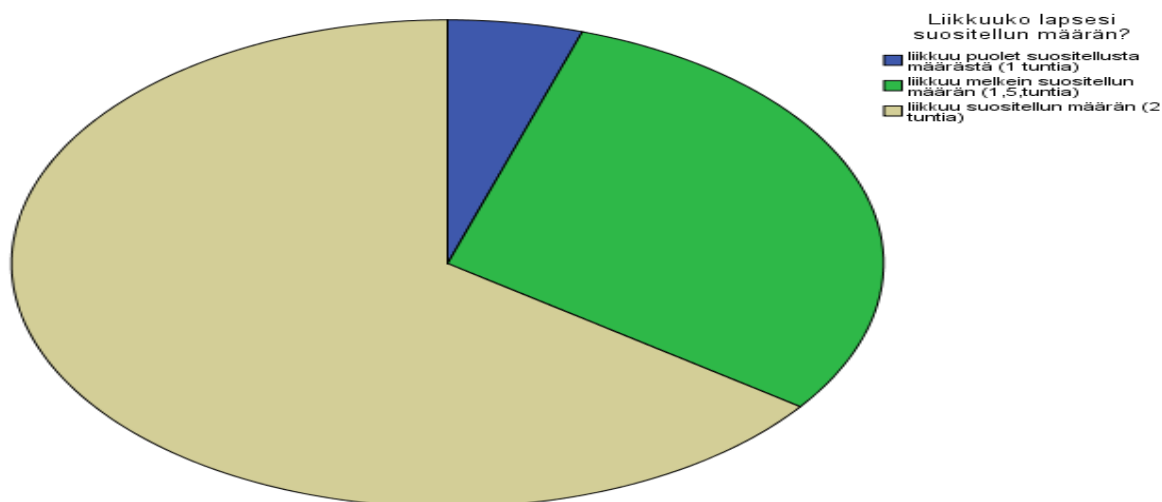
TAULUKKO 5. Tiedonsaanti tahot

Jos vastasit kyllä, niin mistä sait tiedon?					
	Vastauksien jakauma	Prosenttimäärät	Vastausmäärä ilman puuttuvia vastaukset	Prosenttimäärä	
Sanomalehti	3	7.3	16.7	16.7	
Televisio	4	9.8	22.2	38.9	
Internet	8	19.5	44.4	83.3	
Joku muu	3	7.3	16.7	100.0	
Total	18	43.9	100.0		
Puuttuvat vastaukset	23	56.1			
Total	41	100.0			

Lisäksi vastaajat, jotka vastasivat vaihtoehtoon - joku muu, kertoivat saaneen tietonsa koulun, opiskelujen kautta sekä työn kautta tutustuminen.

Lasten liikkuminen

Tässä kysymyksessä tiedusteltiin lapsien liikkumista. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset suosittelevat päivittäiseksi liikkumisen määräksi 2 tuntia päivässä. Lapsista 63,4 % liikkui suositellun määrän päivässä, 29,3 % liikkui lähes suositellun määrän ja 4,9 % liikkui puolet suositellusta määrästä. Vastauksista puuttui 2,4 %. Alla olevasta kuviosta (kuvio 4) on nähtävissä lasten liikkumisen määrän päivässä.



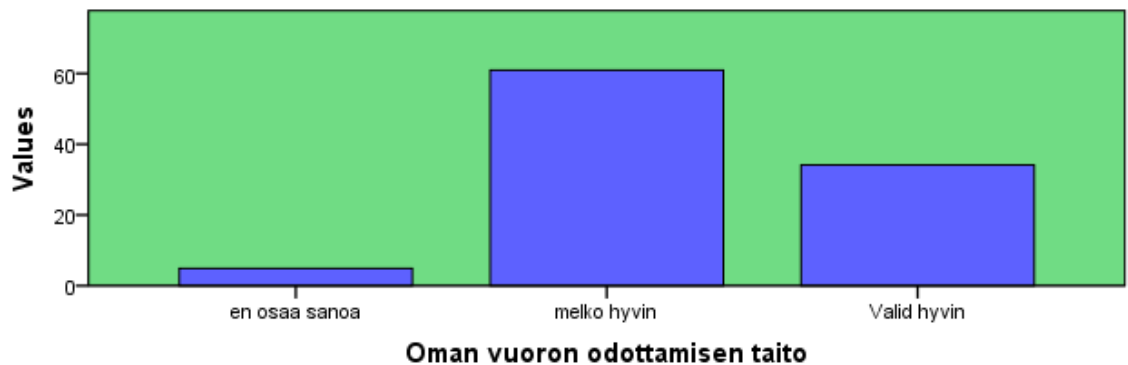
KUVIO 4. Lasten liikkumisen määrä päivässä

Vuorovaikutustaitojen parantuminen liikuntaleikkien kautta

Lasten yhteisten leikkien aikana lapsi harjoittelee toisten lasten kanssa erilaisia vuorovaikutustaitoja esimerkiksi vuoron odottamista, kuuntelutaitoa, tappion kestämissietokykyä ja yhteistyötaitoja. Liikuntaleikkienä voidaan nähdä lapsen omatoimiset leikit sekä ohjattu liikunta

sisällä ja ulkona. Kysyin vanhemmilta näiden kysymysten kautta, miten he kokevat lapsensa vuorovaikutustaitojen kehittyvän liikuntaleikkien avulla? Vastaukset esitän taulukkoina sekä prosentuaalisesti tai sanallisesti selitettynä. Osassa taulukoista näkyy vain ne pylväät, mitä vaihtoehtoja oli valittu.

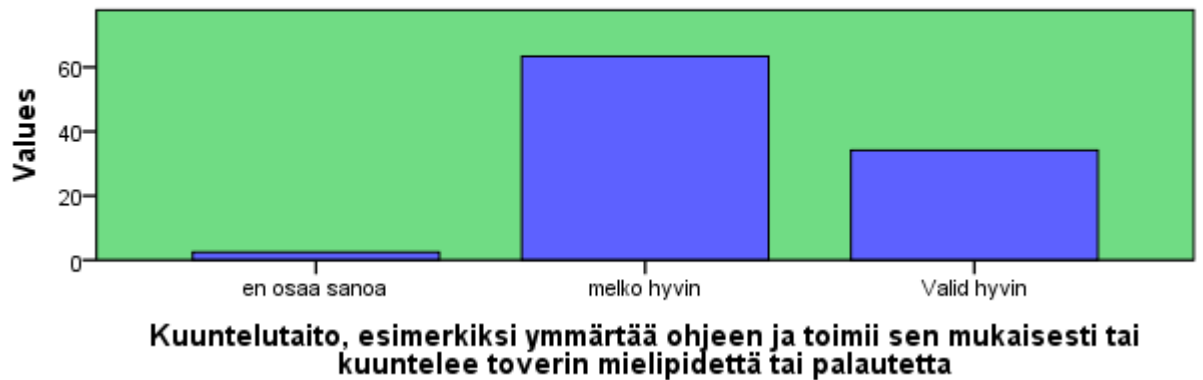
Kysymyslomakkeen ensimmäinen kysymys koski käsitystä lapsen oman vuoron odottamisen taidon kehittymisestä. Vanhemmista valitsi 61 % vaihtoehdon - kehittyvät melko hyvin, 34,1 % valitsi vaihtoehdon - kehittyvät hyvin ja 4,9 % valitsi en osaa sanoa - vaihtoehdon. Alla olevassa kuviossa (kuvio 5) on tarkemmin havainnollistettu vaihtoehtojen välinen jakauma.



KUVIO 5. Oman vuoron odottamisen taito

Toisessa kysymyksessä aiheena oli kuuntelutaidon kehittyminen liikuntaleikkien kautta. Kuuntelutaitoina nähtiin esimerkiksi ohjeiden ymmärtäminen sekä toimiminen niiden mukaisesti sekä toverin mielipiteen tai palautteen kuunteleminen.

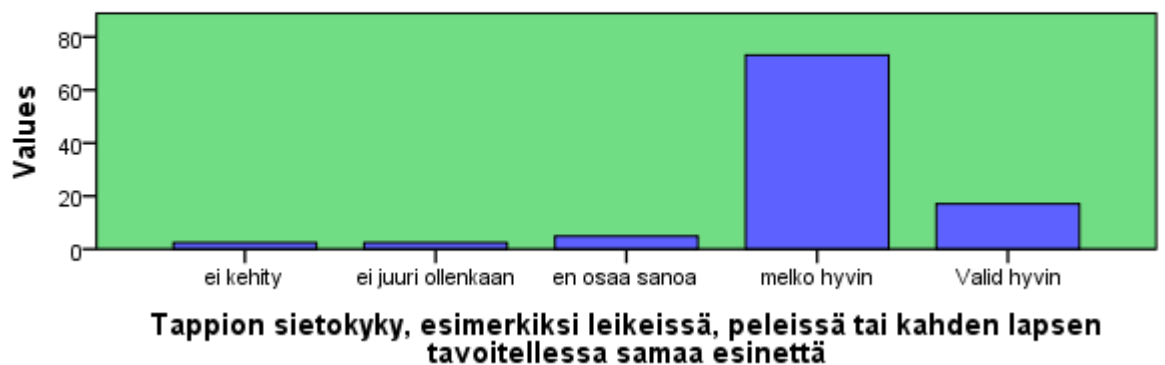
Vanhemmista 63,4 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin kehitty kuuntelutaito ja 34,1 % valitsi vaihtoehdon - hyvin kehitty kuuntelutaito. Vanhemmista 2,4 % valitsi vaihtoehdon - en osaa sanoa parantuuko kuuntelutaito. Vanhemmista valitsi vaihtoehdon - melko hyvin kehitty kuuntelutaito ja valitsi 34,1 % vaihtoehdon - hyvin kehitty kuuntelutaito. Seuraavalla sivulla olevassa kuviossa (kuvio 6) näkyvät vastaajien välinen jakauma.



KUVIO 6. Kuuntelutaito

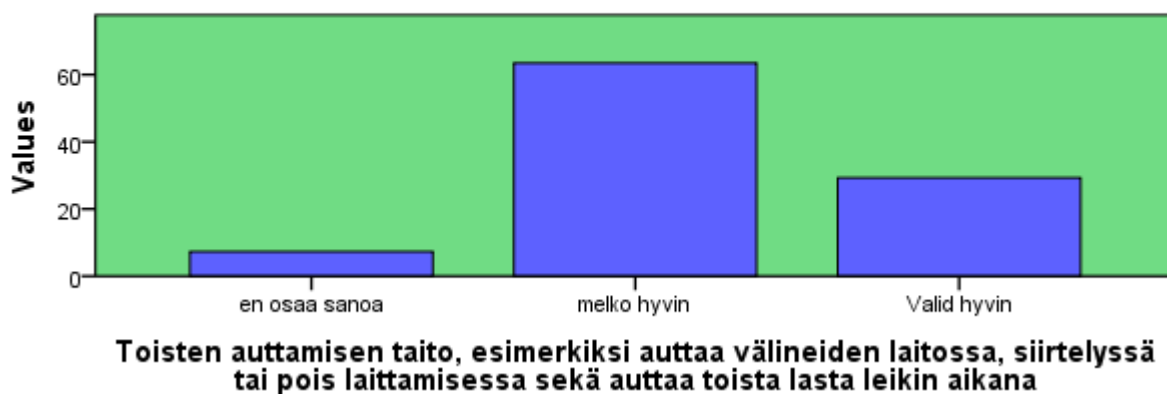
Kolmas kysymys käsitteli tappion sietokyvyn parantumista liikuntaleikkien kautta. Tappion sietokykyä koetellaan monesti leikeissä, peleissä tai silloin, kun kaksi lasta tavoittelee samaa välinettä.

Vanhemmista 73,2 % vastasi, että tappion sietokyvyn kehittyneen melko hyvin liikuntaleikkien aikana. Vanhemmista 17,1 % valitsi vastausvaihtoehdon - hyvin kehittyi tappion sietokyky liikuntaleikkien aikana. Vaihtoehdon - en osaa sanoa valitsi 4,9 % vanhemmista. Vaihtoehdot - ei juuri ollenkaan ja - ei kehity saivat molemmat 2,4 % osuudet vanhempien vastauksista. Alla oleva kuvio (kuvio 7) kuvaa vaihtoehtojen jakautumista.



KUVIO 7. Tappion sietokyvyn kehittyminen

Neljännessä kysymyksessä kysyttiin toisten auttamisen taidon kehittymistä liikuntaleikkien kautta. Vastaajista 63,4 %:n mielestä toisen auttamisen taito kehittyi melko hyvin liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 29,3 % valitsi vaihtoehdon - liikuntaleikkien kautta toisten auttamisen taito kehittyi hyvin. Vanhemmista 7,3 % valitsi vaihtoehdon - en osaa sanoa. Jakama vanhempien vastauksista on esitetty kuviossa 8.



KUVIO 8. Toisten auttamisen taito

Viidentenä kysymyksenä kysyttiin yhteistyökyvyn kehittymistä liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 53,7 % valitsi vaihtoehdon - yhteistyökyky kehittyi melko hyvin, 34,1 % valitsi vaihtoehdon - hyvin sekä 9,8 % valitsi vaihtoehdon - en osaa sanoa. Tämän kysymyksen vastauksista 2,4 % puuttui. Alla oleva kuvio (kuvio 9) kuvaa vanhempien vastauksien jakautumista.



KUVIO 9. Yhteistyökyky

Kuudes kysymys koski kontaktinottotaidon kehittymistä liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 56,1 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin kehittyi kontaktinottotaito liikuntaleikkien kautta. Vaihtoehdon - hyvin, valitsi 36,6 % vanhemmista. En osaa sanoa -vaihtoehdon valitsi 7,3 % vanhemmista. Alla olevassa kuviossa (kuvio 10) näkyy vanhempien vastauksien jakauma.



KUVIO 10. Kontaktinottotaito

Seitsemäs kysymys koski samaistumista toisten tunteisiin ja myötätunnon kehittymistä liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 56,1 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin kehittyi, vaihtoehdon - en osaa sanoa valitsi 22 % ja vaihtoehdon - hyvin, valitsi 17,1 %. Vaihtoehdon - ei juuri ollenkaan - valitsi 2,4 % ja ei kehity - valitsi myös 2,4 % vastaajista. Alla olevasta kuviossa (kuvio 11) näkee vanhempien vastauksien jakauman.



KUVIO 11. Samaistuminen toisten tunteisiin

Kahdeksas kysymys koski oma-aloitteisen anteeksipyyntötaidon kehittymistä liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 48,8 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin kehitty, vaihtoehdon - en osaa sanoa, valitsi 24,4 % ja hyvin - vaihtoehdon valitsi 17,1 % vanhemmista. Ei juuri ollenkaan - vaihtoehdon valitsi 7,3 % vanhemmista ja ei kehity - vaihtoehdon valitsi 2 %. Alla olevasta kuviosta (kuvio 12) on nähtävissä vanhempien vastauksien jakauman.



KUVIO 12. Oma-aloitteinen anteeksipyyntötaito

Oppimisen parantuminen liikuntaleikkien kautta

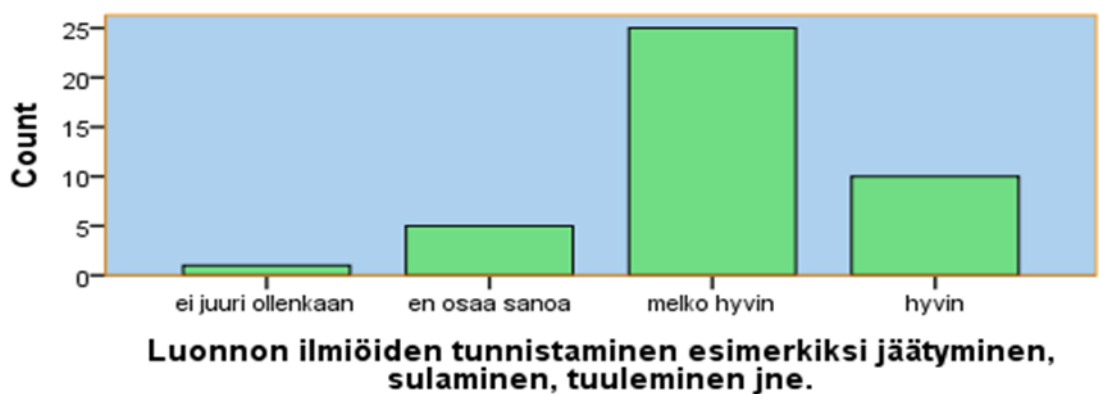
Liikuntaleikkien ja erilaisten välineiden avulla lapsi oppii uusia asioita itsestään ja maailmastaan. Liikuntaleikkeinä voidaan nähdä lapsen omatoimiset leikit ja ohjattu liikunta sisällä ja ulkona. Kysyin vanhemmilta seuraavien kysymysten kautta, että miten he kokivat lapsensa oppimisen kehittyvän liikuntaleikkien avulla?

Ensimmäisenä kysymyksenä oli, että miten lasten syvällisten asioiden pohtiminen ja ymmärtäminen kehittyi liikuntaleikkien kautta? Vanhemmista 48,8 % valitsi vastausvaihtoehdon - en osaa sanoa, melko hyvin - vaihtoehdon valitsi 31,7 % ja ei juuri ollenkaan - vaihtoehdon valitsi 9,8 %. Hyvin - vaihtoehto ja ei kehity - vaihtoehto saivat saman verran vastauksia eli 4,9 % kumpikin. Seuraavalla sivulla olevasta kuviosta 13 näkyy vanhempien vastauksien jakauma.



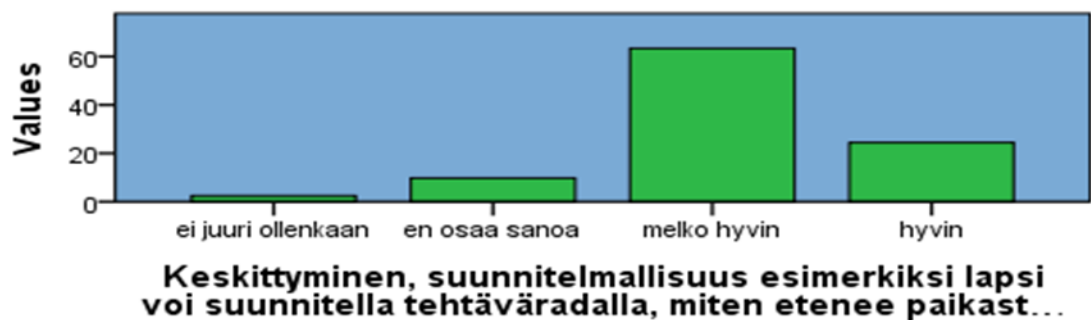
KUVIO 13. Syvällisten asioiden pohtiminen ja ymmärtäminen

Toinen oppimiseen liittyvä kysymys oli: miten liikuntaleikkien kautta kehittyi luonnon ilmiöiden tunnistaminen? Vanhemmista 61 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin, vaihtoehdon - hyvin valitsi 24,4 %, en osaa sanoa - vaihtoehdon valitsi 12,2 % ja ei juuri ollenkaan - vaihtoehdon 2,4 %. Alla oleva kuvio (kuvio 14) näyttää vanhempien vastauksien jakauman.



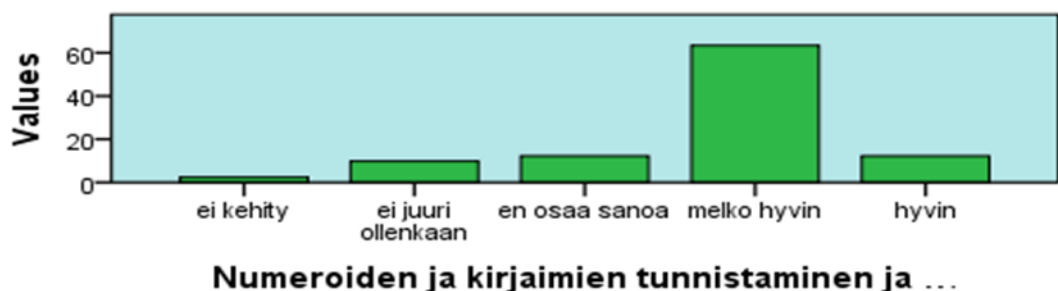
KUVIO 14. Luonnon ilmiöiden tunnistaminen

Kolmannessa oppimiseen liittyvässä kysymyksessä tiedusteltiin vanhempien käsityksiä keskittymisen ja suunnitelmallisuuden kehittymisestä liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 63,4 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin, vaihtoehdon hyvin valitsi 24,4 %, en osaa sanoa - vaihtoehdon valitsi 9,8 % vanhemmista ja ei juuri ollenkaan - vaihtoehdon 2,4 % vanhemmista. Jakauma vanhempien vastauksista havainnollistetaan kuviossa 15.



KUVIO 15. Keskittyminen, suunnitelmallisuus

Seuraavaksi vanhemmilta kysyttiin mielipidettä miten lasten numeroiden ja kirjainten tunnistaminen kehitty liikuntaleikkien kautta? Vanhemmista 63,4 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin. Vaihtoehdon - hyvin ja samansuuruisen prosenttiosuuden 12,2 valitsi vaihtoehdon - en osaa sanoa. Ei juuri ollenkaan - vaihtoehdon valitsi 9,8 % ja ei kehity - vaihtoehdon 2,4 % vanhemmista. Kuvion 16 pylväsdiaagrammista havainnollistetaan vastausten painottuminen.



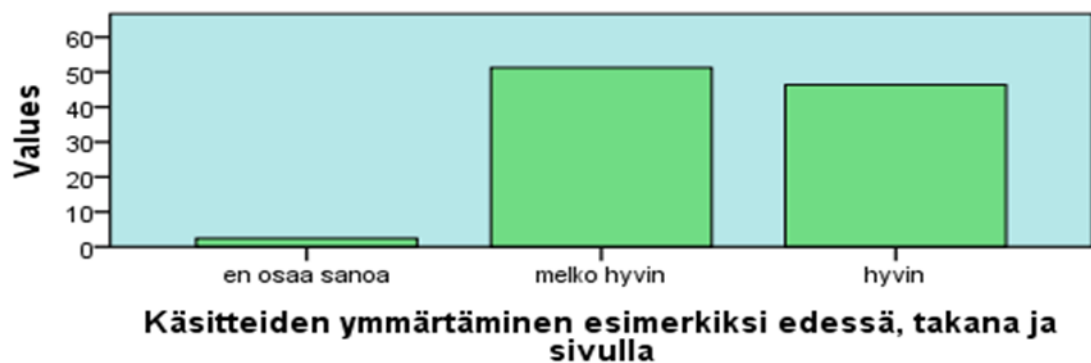
KUVIO 16. Numeroiden ja kirjaimien tunnistamisen ja kirjoittamisen oppiminen

Viidentenä kysyttiin: miten esineiden vertailun ja järjestämisen taidot kehittyvät liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 68,3 % valitsi vaihtoehdon - melko hyvin, hyvin - vaihtoehdon valitsi 22 % ja ei juuri ollenkaan - vaihtoehdon 9,8 %. Alla oleva kuvio (kuvio 17) kuvaa vanhempien vastausten jakaumaa.



KUVIO 17. Esineiden vertailu ja järjestämisen taito

Kuudenteen kysymykseen, eli miten liikuntaleikkien kautta kehitty käsitteiden ymmärtäminen oppiminen, vanhemmista 51,2 % valitsi vastausvaihtoehdon – melko hyvin. Hyvin - vaihtoehdon valitsi 46,3 % ja en osaa sanoa - vaihtoehdon 2,4 % vastaajista. Alla kuvio (kuvio 18) kuvaa vanhempien vastausten jakaumaa tämän kysymyksen osalta.



KUVIO 18. Käsitteiden ymmärtäminen

Seitsemäs kysymys oli, miten liikuntaleikkien kautta kehittyä älyllinen oppiminen. Vanhemmista 53,7 % valitsi hyvin – vaihtoehdon, melko hyvin - vaihtoehdon valitsi 34,1 % en osaa sanoa - vaihtoehdon valitsi 7,3 % ja ei juuri ollenkaan - vaihtoehdon 4,9 %. Alla oleva kuvio (kuvio 19) kuvaa kysymykseen seitsemän annettujen vastauksien jakaumaa.



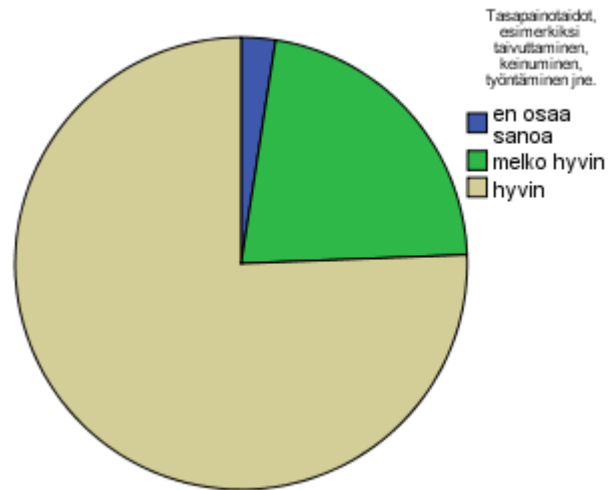
KUVIO 19. Älyllinen oppiminen

Vanhemmista 82,9 % valitsi vaihtoehdon – hyvin kysyttäessä liikkumistaitojen oppimista liikuntaleikkien kautta kysymyksessä kahdeksan. Lopun 17,1 % vastaajista valitsi vastausvaihtoehdon – melko hyvin. Alla olevassa kuviossa (kuvio20) on nähtävissä vanhempien vastauksen jakauma.



KUVIO 20. Liikkumistaidot

Yhdeksäntenä kysymyksenä oli, miten liikuntaleikkien kautta kehittyvät tasapainotaitojen oppiminen. Vanhemmista 75,6 % valitsi hyvin – vaihtoehdon, melko hyvin - vaihtoehdon valitsi 22 % ja en osaa sanoa - vaihtoehdon valitsi 2,4 %. Alla oleva kuvio (kuvio 21) kuvaa vanhempien vastausten jakaumaa.



KUVIO 21. Tasapainotaidot

Kymmenes kysymys käsitteli käsittelytaitojen kehittymistä liikuntaleikkien kautta. Vanhemmista 75,6 % valitsi hyvin – vaihtoehdon, melko hyvin - vaihtoehdon valitsi 22 % ja en osaa sanoa 2,4 %. Alla oleva kuvio (kuvio 22) kuvaa vanhempien vastausten jakaumaa.

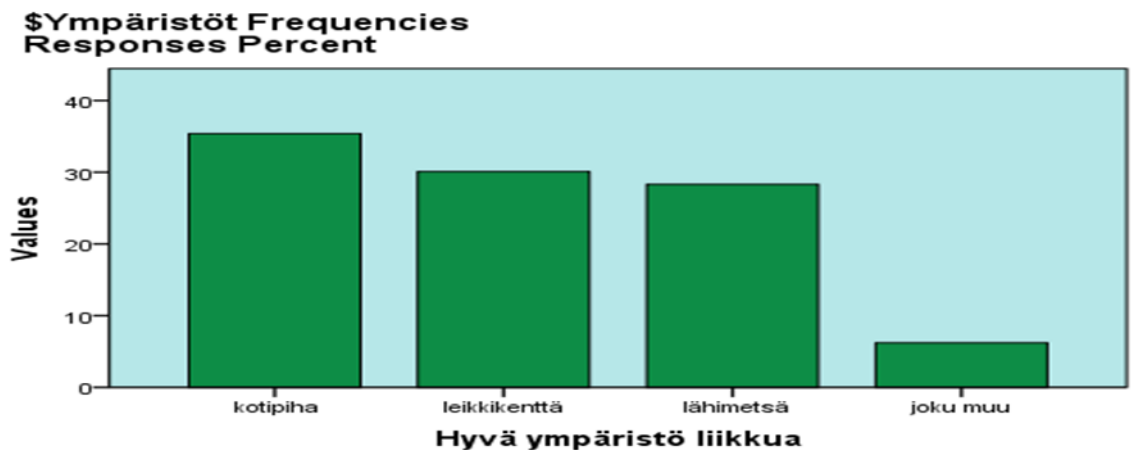


KUVIO 22. Käsittelytaidot

Millaisessa ympäristössä lapsesi on hyvä liikkua?

Tässä kysymyksessä kysyttiin vanhemmilta, millaisessa ympäristössä heidän lapsillaan on hyvä liikkua? Vanhemmilla oli mahdollisuus valita useampi vaihtoehto ja heillä oli mahdollisuus perustella vastausvalintansa.

Vanhemmista 35,4 % valitsi vaihtoehdon - kotipiha. Vaihtoehdon - leikkikentällä valitsi 30,1 % vanhemmista. Lähimetsässä – vaihtoehdon valitsi 28,3 % vanhemmista ja jossain muualla - vaihtoehdon 6,2 % vanhemmista. Alla oleva kuvio (kuvio 23) kuvaa vanhempien vastauksien jakautumista.



KUVIO 23. Hyvä ympäristö liikkua

Vanhemmat perustelivat kotipiha valintaansa näillä termeillä:

Tuttu, turvallinen ja valvottu

Virikkeellinen ja inspiroiva, tilava

Lähellä ja aina läsnä

Lapsien mielenkiinnonkohteet on voitu huomioida

Vanhemmat perustelivat leikkikenttä valintaansa näillä termeillä:

Turvallinen ja valvottu

Erilaisia virikkeitä

Monipuolista liikkumista

Vanhemmat perustelivat lähimetsä valintaansa näillä termeillä:

Turvallinen ja valvottu

Erilaisia virikkeitä

Aktivoi liikkumaan ja mielikuvitusleikkeihin

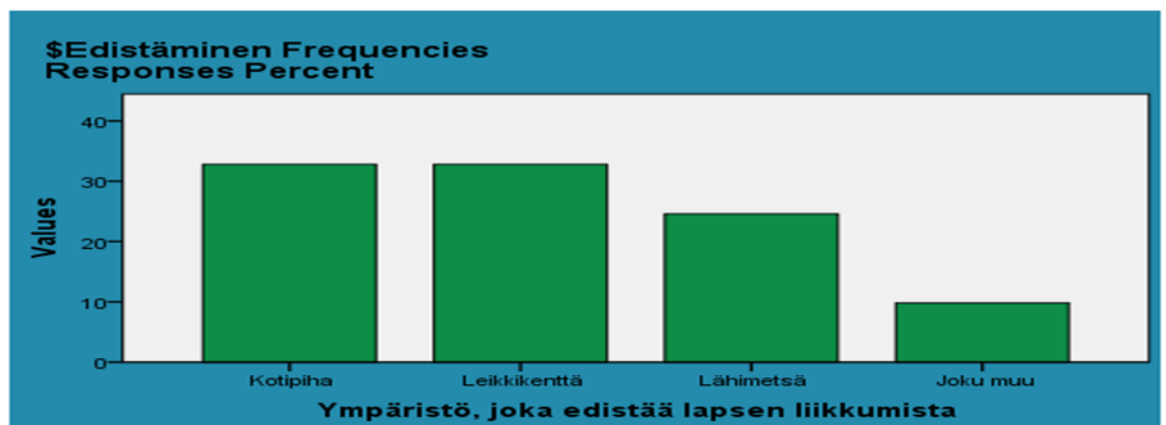
Ihmeteltävää

Monipuolista liikkumista

Vanhemmat, jotka valitsivat joku muu - vaihtoehdon, perustelivat valintaansa näin: Liikuntasalit ja ohjattu toiminta, harrastuspaikat, esimerkiksi hiihtoreitit, laskettelurinne, hyppymäki ja pyöräilyreitit.

Mikä näistä paikoista edistää eniten lapsesi liikkumista?

Vanhemmilla oli mahdollisuus valita useampi vaihtoehto, sen lisäksi heillä oli mahdollisuus perustella vastausvalintansa. Vanhemmista valitsi 32,8 % vaihtoehdon – kotipiha. Vaihtoehdon - leikkikenttä valitsi 32,8 %, lähimetsä - vaihtoehdon valitsi 24,6 %. Vanhemmista 9,8 % valitsi vaihtoehdon - joku muu. Oheisena olevassa kuviossa (kuvio 24) on tämän kysymyksen vastausprosentit esitetty diagrammimuodossa.



KUVIO 24. Edistävä ympäristö

Vanhemmat perustelivat kotipiha valintaansa näin:

Monipuolisesti liikkumis- ja leikkivälineitä

Monipuolinen maasto

Siellä vietetään eniten aikaa

Turvallinen ja valvottu

Tilaa

Edistää mielikuvitusta ja luovuutta

Vanhemmat perustelivat leikkikenttä valintaansa:

Monipuolisesti liikkumista ja tekemistä

Erlaisia ja inspiroivia välineitä

Kehittää perusliikkumismuotoja

Vanhemmat perustelivat lähimetsä valintaansa:

Monipuolista liikkumista ja tekemistä

Kehittää perusliikkumismuotoja

Vanhemmat, jotka valitsivat joku muu - vaihtoehdon, perustelivat valintaansa näin:

”Ohjaajat liikuntaharrastuksissa”

”Liikuntahalli, monet harrastukset harrastetaan liikuntahallilla”

”Kehittää tasapainoa, ketteryyttä”

”Hoidossa ja mökillä”

”Laskettelurinne (huima kehitys talven aikana)”

Mistä saatte tällä hetkellä tietoa lasten liikunnasta?

Myös tähän kysymykseen vanhemmilla oli mahdollisuus valita useampi vaihtoehto. Halutessa heillä oli myös mahdollisuus perustella vastausvalintansa.

Vanhemmista sai tällä hetkellä tietoa lasten liikunnasta sanomalehdestä (27,7 %), internetistä (22,8 %), televisiosta (16,8 %), neuvolasta (8,9 %), perhepäivähoidosta (5,9 %), radiosta (5,0 %) ja seurakunnan kerhosta (4 %). Alla oleva taulukko (taulukko 6) kertoo vanhempien tiedonsaanti kanavien jakauman.

TAULUKKO 6. Tiedonsaantitahot tällä hetkellä

Tiedonsaanti		
	Vastauk- sien määrät	Prosentti
Seurakunnan kerho	4	4.0%
Perhepäivähoito	6	5.9%
Internet	23	22.8%
Radio	5	5.0%
Sanomalehti	28	27.7%
Televisio	17	16.8%
Neuvola	9	8.9%
Mistä muualta?	9	8.9%
Total	101	100.0%

Vanhemmista 8,9 % valitsi vaihtoehdon - mistä muualta. Vastaajat kirjoittivat saavansa tietoa tuttavilta, ystäviltä, sukulaisilta, sanomalehdistä ja perheille suunnatuista aikakauslehdistä.

Mistä toivoisitte saavan tietoa lasten liikunnasta?

Vanhemmilla oli jälleen mahdollisuus valita useampi vaihtoehto ja heillä oli myös mahdollisuus perustella vastausvalintansa.

Tietoa lasten liikunnasta vanhemmat toivoivat saavansa neuvolasta (29,6 %), sanomalehdistä (18,5 %), televisiosta (13 %), perhepäivähoidolta (11,1 %), internetistä (11,1 %), seurakunnan kerhosta (7,4 %) ja radiosta (5,6 %). Seuraavalla sivulla esitetään tiedonsaantikanavatoiveiden jakauma taulukossa 7.

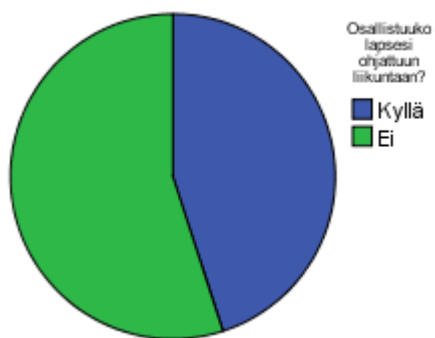
TAULUKKO 7. Tiedonsaanti taho toivomus

		Vastauk- sien mää- rät	Prosentit
Toivomus	Perhepäivähoito	6	11.1%
	Seurakunnan kerho	4	7.4%
	Sanomalehti	10	18.5%
	Internet	6	11.1%
	Radio	3	5.6%
	Televisio	7	13.0%
	Neuvola	16	29.6%
	Mistä muualta?	2	3.7%
Total		54	100.0%

Vanhemmat, jotka valitsivat vaihtoehdon - mistä muualta, kirjoittivat toivovansa saavan tietoa sukulaiselta, joka opiskelee liikunnanohjaajaksi.

Osallistuuko lapsenne ohjattuun liikuntaan?

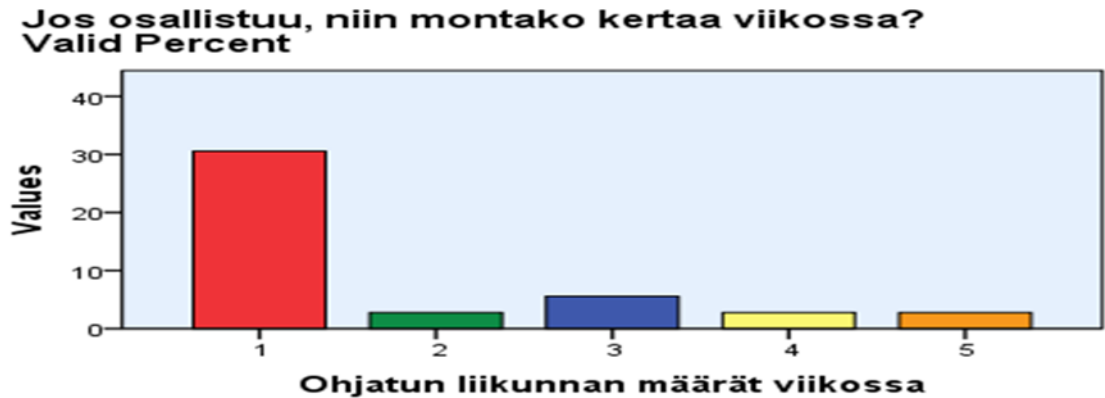
Vanhemmista 53,7 % valitsi, ei - vaihtoehdon ja kyllä - vaihtoehdon, valitsi 43,9 % vanhemmista. Vastajista 2,4 % jätti vastaamatta tähän kysymykseen. Alla oleva kuvio (kuvio 25) kuvaa vanhempien vastauksien jakaumaa. Kuviossa ei näy vastaamattomien osuutta.



KUVIO 25. Ohjattu liikunta

Jos osallistuu, niin montako kertaa viikossa?

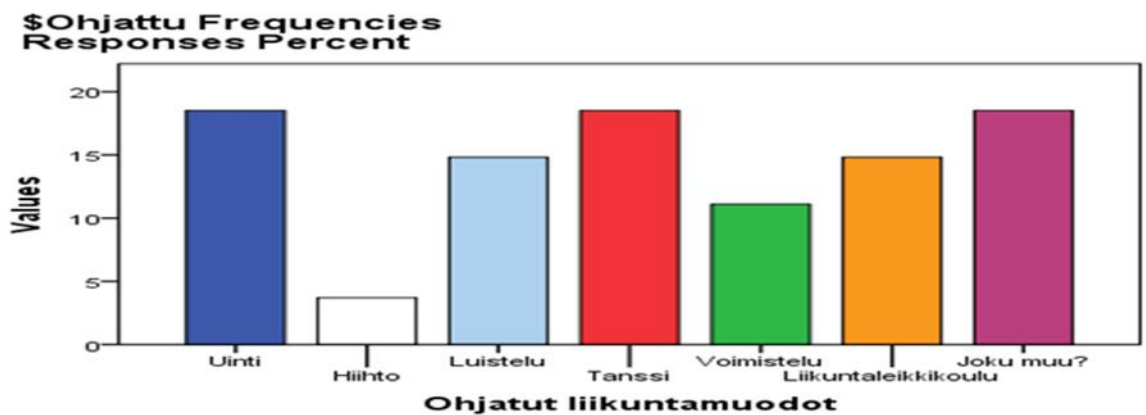
Tässä kysymyksessä pyydettiin vanhempia kertomaan ohjatun liikunnan määrä tunneissa yhden viikon aikana. Alla oleva kuvio (kuvio 26) kertoo ohjatun liikunnan määrän kerrat.



KUVIO 26. Ohjatun liikunnan määrät viikossa

Mihin ohjattuun liikuntaan lapsesi osallistuu?

Lapsista osallistui uintiin 18,6 %, tanssiin 18,6 %, johonkin muuhun 18,6 %, luisteluun 14,8 %, liikuntaleikkikouluun 14,8 %, voimisteluun 11,1 % ja hiihtoon 3,7 %. Vanhemmat, jotka valitsivat joku muu - vaihtoehdon, niin tarkensivat ohjatuksi liikunnan muodoiksi seurakunnan kerhon, lasten karaten, oma salivuoron, pallokerhon, lentopallon, sählyn, jalkapallon, äidin kanssa, kiekkokoulun ja mäkihypyn. Alla oleva kuviossa (kuvio 27) on nähtävissä ohjatun liikunnan muotojen jakauman.



KUVIO 27. Ohjatut liikuntamuodot

Minkälaista liikuntaa odotat perhepäivähoidon tai seurakunnan kerhon järjestävän lapsille?

Seuraavassa kysymyksessä vanhemmat saivat kirjoittaa avoimesti siitä millaista liikuntaa he odottavat perhepäivähoidon tai seurakunnan kerhon järjestävän lapsille. Vanhemmat toivoivat perhepäivähoidolta päivittäistä ulkoilua, ulkoleikkejä, perusliikkumista sisällä ja ulkona sekä erilaisissa ympäristöissä ja liikuntatapahtumia liikuntahallilla tai ulkona. Lisäksi vanhemmat toivoivat pihaleikkejä kuten hippaa, polttopalloa, piilosta ja ohjattuja erilaisia perusliikuntalajeja esimerkiksi mäenlaskua, hiihtoa, luistelua sekä uintia. Tällä hetkellä toteutuvia asioita oli ulkoilu ja leikinomainen liikunta sekä sisäliikunta yhdessä toisten perhepäivähoidossa olevien lasten kanssa.

Vanhemmat toivoivat seurakunnan kerholta ulkoilua, perusliikkumista vuodenaikojen mukaan, lasten sosiaalista yhdessä oloa ja liikuntatapahtumia. Vastaajat ilmaisivat ymmärryksen liikunnan järjestämisen haasteellisuudesta eri-ikäisten lasten kanssa, johtuen käytännön työn vaativuudesta. Tällä hetkellä toteutuvia asioita oli ulkoilu kerhon aikana ja koko perheen liikuntatapahtumat, joihin lapset ja vanhemmat olivat tyytyväisiä. Osalta perhepäivähoidossa ja seurakunnan kerhossa käyvien lasten vanhemmista löytyi vastauksista myös sellainen näkökulma, että varhaislapsuudessa lasten liikuntakasvatus kuuluu näiden lasten vanhemmille.

Asumismuodon ja liikkumisen määrän yhteys toisiinsa

Yksi tutkimusongelmista oli, miten asuin ympäristön vaikuttaa lasten liikkumiseen. Ristiintaulukoin perheen asumismuodon ja lasten liikkumisen määrän. Ristiintaulukointi ei antanut korrelaatiokerrointa ollenkaan johtuen siitä, että suurin osa vastaajista asui omakotitalossa. Seuraavalla sivulla oleva taulukko (taulukko 8) kuvaa lapsen liikkumista suhteessa asumismuotoon.

TAULUKKO 8. Lapsen liikkuminen suhteessa asuinmuotoon

Correlations			Perheenne asumismuoto	Liikkuuko lapsesi suositellun määrän?
Spearman's rho	Perheenne asumismuoto	Correlation Coefficient	1.000	-.071
		Sig. (2-tailed)	.	.665
		Korrelaatio kerroin	41	40
	Liikkuuko lapsesi suositellun määrän?	Correlation Coefficient	-.071	1.000
		Sig. (2-tailed)	.665	.
		Liikkumisen määrä	40	40

8 TULOSTEN POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Lähden tarkastelemaan ja pohtimaan analysoinnin kautta tulleita tuloksia tutkimusongelmitain. Ensimmäisenä tutkimusongelmana oli, mitä vanhemmat tietävät varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksista. Melkein puolet vanhemmista oli tietoisia varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksista. Suositukset on suunnattu heille, jotka työskentelevät varhaislapsuusikäisten lasten kanssa. Silti vanhempien olisi hyvä tietää suosituksista, koska mielestäni liikkumisella ja motoristen taitojen oppimisella on hyvin suuri merkitys lapsen kasvulle ja kehitykselle. Varsinkin, kun on osoitettu, kuinka kovasti liikkumisella vaikutetaan hermokudosten kasvuun. Hermostokudoksen kasvu taas vaikuttaa kognitiivisiin ja sosio-emotionaalisiin taitoihin vahvistavasti. Suositusten yksi osa-alue on yhteistyö vanhempien kanssa. Siihen voisi liittää osaksi tiedottamisen lasten liikunnasta sekä suosituksista. Varmasti tiedottamista tapahtuu koko ajan. Tämän kohderyhmän vanhemmista melkein puolet tiesi olemassa olevista suosituksista, mihin voi myös vaikuttaa Nuori Suomi ry:n tiedottaminen.

Tutkimukseni mukaan, vanhemmista suurin osa sai tällä hetkellä tietoa lasten liikunnasta sanomalehdestä, televisiosta ja internetistä. Tällä hetkellä lehdissä ja televisiossa puhutaan paljon varsinkin liikkumattomuudesta sekä sen vaikutuksesta lapsiin. Uskon, että asiaan koko ajan enemmän kiinnitetään huomiota. Varsin paljon kirjoitetaan liikkumisen liittyvistä positiivista puolista. Vanhemmilla oli kysymyksessä 28. mahdollisuus valita vastausvaihtoehto - joku muu. Siinä ilmeni, että ystäviltä, sukulaisilta ja tuttavilta saadaan tietoa lasten liikunnasta. Siitä voi päätellä, että lasten liikunnasta keskustellaan, mikä on hyvä asia.

Vanhemmat saivat ilmaista tiedonsaantitahon, josta toivoisivat saavansa tietoa lasten liikunnasta. Melkein kolmannes vanhemmista ilmaisi toivovansa saavan tietoa lasten liikunnasta neuvolasta. Mielestäni tähän asiaan kannattaa tarttua, koska neuvola on sellainen paikka, jossa vanhemmat ja lapset käyvät säännöllisesti kouluikänsä asti. Toisaalta toiveeksi tiedonsaantitahosta kerrottiin myös sanomalehti ja internet. Perhepäivähoito ja seurakunnan kerho ovat varmasti sellaisia tahoja, josta vanhemmilla on hyvä saada tietoa lasten liikunnasta. Arja Sääsklahden (2005) väitöskirjassa on pystytty osoittamaan, että vanhempiin suunnatuilla interventioilla on saatu positiivisia muutoksia lasten liikkumisen suhteen.

Toisena tutkimusongelmana oli, millä tavalla varhaiskasvatuksen suositukset toteutuvat? Vanhempien vastauksien perusteella voidaan nähdä, että tämän kohdejoukon lapsista reilusti

yli puolet liikkui suositellut kaksi tuntia päivittäin. Melkein suositellun määrän päivässä liikkuvien osuus oli noin kolmannes kohdejoukon lapsista ja pienellä osuudella liikkumisen määrä jäi puoleen suositellusta määrästä. Kohdejoukon lapset liikkuvat hyvin. Toisaalta luulin, että suurin osa lapsista liikkuu suositellun määrän tai reilusti yli. Koska vanhemmasta voi olla kauhean vaikea määrittellä, kuinka paljon lapsi liikkuu, sillä liikkumista on niin monenlaista. On sekä ohjattua, että omatoimista liikuntaa. Yleensä tämän ikäisen lapsen liikkumista ei tarvitse motivoida vaan liikkuminen on osa lapsen elämää ja kasvua. Tämä näkökanta yhdistyy Zimmerin (2011, 19) näkemykseen, että aikuinen ja lapsi on kokonaisvaltainen kokonaisuus, jonka liikunnallinen suoritus tai toiminta ei ole olemassa ilman psyykkisiä ja emotionaalisia prosesseja.

Tästä pääsemme tarkastelemaan kohdejoukkomme lasten ohjattuun liikuntaan osallistumisen määrää. Vähän yli puolet lapsista ei osallistunut, mihinkään ohjattuun toimintaan. Ero ei ollut mikään valtava suhteessa niihin lapsiin, jotka osallistuivat ohjattuun toimintaan. Tästä voidaan nähdä, että melko moni tämän kohdejoukon lapsista käy ohjatussa liikunnallisessa harrastuksessa, suurin osa kerran viikossa. Tulevana liikunnanohjaajana voisin tästä ammatillisesti päätellä, että lasten liikunnan ohjaukseen tarvitaan työnsä osaavia ihmisiä. Usein lasten ohjattu liikunta tapahtuu urheiluseurassa, jossa voi olla taitotasoltaan erilaisia ohjaajia, koska urheiluseuratoiminta perustuu suurelta osin vapaaehtoistyöhön. Suurin osa urheiluseuroista on valvotuneita ja kouluttavat ohjaajansa. Kyselyyn vastanneiden vanhempien lapset osallistuivat monenlaiseen liikunnalliseen toimintaan ja muutamassa vastauksessa tuli esiin, että ohjatussa harrastuksessa oltiin vanhemman kanssa.

Kolmas tutkimusongelma oli, että millä tavalla liikunta kehittää lapsen sosio-emotionaalisia, kognitiivisia ja motorisia taitoja vanhempien käsitysten mukaan? Vanhempien käsitysten mukaan liikuntaleikit kehittävät pääasiallisesti lasten sosio-emotionaalisia taitoja melko hyvin tai hyvin. Liikuntaleikkien kehittävä vaikutus toisten tunteisiin samaistumiseen ja omaaloitteisen anteeksipyyntötaidon kehittymiseen nähtiin melko hyvin. Olen yllättänyt siitä, että en osaa sanoa - vaihtoehdon valitsi viides vanhemmista. Se oli toiseksi suosituin vastausvaihtoehto. Vilka (2007, 109) antaa 4 erilaista vaihtoehtoa en osaa sanoa - vaihtoehdolle määrällisen tutkimuksen perusteet -kirjassa. ”En osaa sanoa” voi merkitä monenlaisia asioita. Vastaja saattaa vastata ”en osaa sanoa” esimerkiksi seuraavista syistä: Hänellä ei ole asiaa koskevaa tietoa, hänellä on tieto, mutta ei osaa tai halua muodostaa asiasta omaa mielipidettä, hän ei viitsi vaivautua miettimään vastaustilanteessa vastausvaihtoehtoa, koska kysymys on vaikea tai hän ei ymmärrä kysymystä.

Lasten kognitiivisten taitojen kehittyminen liikuntaleikkien kautta on vanhempien käsityksien mukaan pääasiallisesti hyvää tai melko hyvää. Syvällisen asioiden pohtimisen taidon kehittyminen -kysymyksen kohdalla, vanhemmista valitsi hieman alle puolet en osaa sanoa - vaihtoehdon. Tämän asian suhteen voidaan miettiä Vilkan esittämiä vaihtoehtoja valinnalle. Voiko olla, että vanhemmat eivät näe eri asioiden yhteyksiä toisiinsa? Lapsen kehityksessä kaikki vaikuttaa kaikkeen, niin kehittyminen motorisissa taidoissa, sosio-emotionaalisissa taidoissa sekä kognitiivisissa taidoissakin. Jokaisen osa-alueen kehittyminen vaikuttaa toiseen osa-alueeseen. Tätä asiaa tukee myös Nummisen (2000) sekä Zimmerin (2011, 19) näkemykset asiasta. Mietin, että olisiko kyselylomakkeessa pitänyt tarkemmin selittää mitä liikuntaleikit ovat, toisaalta se olisi voinut olla johdattelevaa. Lapset leikkivät pihaleikeissä esimerkiksi polliisia ja rosvoa. Eikö siinä ole kysymys liikuntaleikeistä, jossa mietitään hyvän ja pahan olemassa oloa roolileikkinä ja välillä vaihdetaan vielä rooleja.

Motoristen taitojen kehittyminen liikuntaleikkien kautta nähtiin pääasiallisesti kehittyvän hyvin ja melko hyvin. Tasapainotaitojen ja käsittelytaitojen kehittymiseen liittyvä kysymys kohdalla, sai vanhemmista muutaman prosentin valitsemaan - en osaa sanoa - vaihtoehdon. Siinä jäin miettimään, että olisiko kyselylomakkeessa pitänyt tarkemmin tulla esille, että oli kysymys motoristen taitojen oppimisesta.

Yhteenvetona tutkimusongelmaan: lasten sosio-emotionaalisten, kognitiivisten ja motoristen taitojen kehittyminen liikunnan kautta, voisin tuoda esille vielä Takalan (2009) tutkimuksen 3 – 4-vuotiaiden päiväkotilasten liikuntatuokioiden vaikutuksesta sosio-emotionaaliseen kasvuun. Tutkimuksen mukaan yhä enemmän tulisi kiinnittää huomiota liikuntatuokioihin sosioemotionaalisten taitojen oppimisympäristöinä, ei pelkästään motoristen taitojen kehittäjänä. Tässä tulemme jälleen siihen, että yhden osa-alueen kehittyminen näkyy kaikilla lapsen kasvun osa-alueilla.

Neljäs tutkimusongelma oli, miten lapsen asuinympäristö vaikuttaa lasten liikkumiseen? Tein lapsen asumismuodon ja lapsen liikkumisen yhteydestä ristiintaulukoinnin, mutta se ei ole luotettava, koska vastaajista suurin osa asui omakotitalossa. En tiedä onko niin, että Kuusamossa yleensä lapsiperheet asuvat omakotitalossa vain onko lapsien määrä perheissä sen verran suuri, että asumismukavuutta tuo omakotitalo ja oma piha.

Tämän tutkimusongelman jälkeen on hyvä tarkastella sitä, millaisessa ympäristössä on lapsen hyvä liikkua kyselyyn vastanneiden vanhempien mielestä. Yli 1/3 vanhemmista piti hyvänä

liikkumisympäristönä kotipihaa. Perusteluksi kerrottiin, että kotipiha on tuttu, turvallinen sekä aina läsnä. Lasten mielenkiinnon kohteet on voitu huomioida ja kotipiha on virikkeellinen ja inspiroiva. Varmasti kotipiha pidetään helppona ja turvallisena ympäristönä, koska siihen, mitä pihallasi on, voit itse vaikuttaa. Tämän ikäiset tarvitsevan vielä valvontaa ja vanhemman läheisyyttä, mutta silti omalla pihalla on turvallista harjoitella itsenäistä liikkumista ja olemista. Tämä tutkimuksen tulos tukee mielestäni Karvisen ja Norran (2002, 14) toimittaman lasten liikuntapaikkojen suunnittelu - oppaan sanomaa, että lapset vaativat ympäristöltä vapaata tilaa, monipuolisia leikkipaikkoja ja -välineitä sekä luonnonelementtejä. Ympäristön tulisi olla helposti hallittava ja saavutettava sekä turvallinen. Näitä asioita vanhemmat pitivät tärkeinä hyvän ympäristön ominaisuuksille.

Liikkumista edistävänä ympäristönä nähtiin kotipiha ja leikkikenttä tasapuolisesti. Lähimetsä koettiin myös liikkumista edistäväksi paikaksi, mutta kotipiha ja leikkikenttä veivät voiton. Liikkumista edistävältä ympäristöltä haettiin edelleen, tuttuutta ja turvallisuutta. Kotipiha nähtiin edistävänä, koska siellä vietettiin eniten aikaa. Esitän kysymyksen, että edistääkö se liikkumista, jos paikassa vietetään eniten aikaa? Leikkikentän edistävänä piirteenä nähtiin erilaiset ja inspiroiva välineet. Mielestäni hyvä asia on, että sekä leikkikenttä että lähimetsä nähtiin sellaisena edistävänä ympäristönä, joka edistää perusliikkumismuotoja.

Yhteisenä piirteenä vanhemmat toivat esiin hyvän ja edistävän ympäristön suhteen ohjattujen harrastusten ohjaajat ja liikuntasalit. Se kertoo vanhempien arvostavan ohjaajia edistävänä tekijänä lasten liikuttajina. Ulkona olevia liikuntapaikkoja ja ulkoilureittejä vanhemmat pitivät tärkeinä. Näiden paikkojen kunnossa pitoon kannattaa siis panostaa.

Viides tutkimusongelma oli: minkälaisia odotuksia vanhemmilla on lasten liikunnasta perhepäivähoidolta tai seurakunnan kerholta. Kummaltakin taholta odotettiin lasten perusliikkumiseen liittyviä asioita kuten esimerkiksi ulkoilua, ulko- ja pihaleikkejä, erilaisia liikuntalajeja sisällä ja ulkona sekä liikuntatapahtumia. Perhepäivähoidon liikunnalta odotettiin ohjatumpaa toimintaa. Sellainen asia tuli esille, että vastaajien mielestä varhaislapsuusikäisten lapsien liikunta tulisi olla vanhempien vastuulla.

Minun täytyy tämän tutkimuksen perusteella ja ainoastaan tämän tutkimuksen näkökulmasta todeta, että vaikka lasten liikkuminen on ehkä siirtynyt ohjatumpaan suuntaan, niin silti näkisin tutkimukseen osallistuneiden vanhempien käsitysten mukaan, että tavallinen ulkoilu, ulko- ja pihaleikit ja omatoiminen liikkuminen on täällä Kuusamossa hyvinkin tärkeässä ja

olennaisessa osassa edelleen. Vaikka lasten määrä on vähentynyt viime vuosina, niin sukupolvien liikuntaleikkiperintö kulkee eteenpäin. Näen ja kuulen sen omien ja toisten lasten leikkiessä samoja pihaleikkejä kuin itse leikin heidän ikäisenään.

9 POHDINTA

Pohdinnassa tarkastellaan miten tutkimuksessa onnistuttiin ratkaisemaan ongelmat, tutkimusmenetelmän sopivuutta ja miten teoria nivoutumista tutkimukseen. Lisäksi arvioidaan lisäksi tutkimus tietoa tutkittavalta alueelta, onko tulokset yleistettävissä, voidaanko tutkimustuloksia hyödyntää ja millaisia jatkotutkimusaiheita tutkimus tuotti. (Hirsijärvi 2009, 263-265.)

Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa perhepäivähoidossa ja seurakunnan kerhossa olevien vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien käsityksiä lasten liikunnasta. Tutkimuksen tavoitteena oli toimeksiantajan näkökulmasta saada tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkitystä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lisäksi toimeksiantaja halusi tutkimuksen kautta lisää tietoa neuvoloiden liikuntaneuvontatyöhön ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntatekniikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön sekä perhepäivähoidon ja kerhotoiminnan liikunnan kehittämisehdotuksia.

Tähän tutkimukseen osallistuneiden kohdalla, joka osallistui tähän kyselyyn, tapahtui jonkinlaista pohdintaa siitä, mikä merkitys liikunnalla on lapsen kasvulle ja kehitykselle. Sekin mahdollisuus on, että osa osallistuneista ei täyttänyt kyselylomaketta ajatuksen kanssa. Toisaltaan tämän tutkimuksen johdosta toimeksiantajalla on tietoa siitä, mitä kautta vanhemmat toivoivat saavansa ja saavat tällä hetkellä tietoa lasten liikunnasta. Tutkimus tuotti tietoa siitä, että tuttavien, ystävien ja sukulaisten kanssa keskustellaan lasten liikunnasta. Aihe on siis ilmeisesti kiinnostava. Enemmän voisi tuoda esille sitä, miten liikunta vaikuttaa lapsen kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Toive neuvolan liikuntaneuvonnan tehostaminen korostui vanhempien vastauksissa, koska se nostettiin esiin toivottuna tiedonsaantitahona. Siinä mielessä yksi opinnäytetyön tavoitteesta täyttyi. Liikunta- ja leikkipaikkojen ylläpitäjät saavat tutkimuksen kautta tietoa, että leikkikentät, liikkumis- ja harrastuspaikat ulkona ja sisällä ovat kunnossa pitämisen arvoisia paikkoja. Parantamistyöhön ei suoranaisesti tullut ehdotuksia. Perhepäivähoidon ja seurakunnan kerhon liikunnan kehittämisehdotuksia tuli hyvin ja sen lisäksi vanhemmat kertoivat nyt jo toteutuvista asioista.

9.1 Tutkimuksen reliabelius

Tutkimuksen reliabelius on tutkimuksen toistettavuutta. Reliabiliteettia arvioidaan mittaukseen liittyviä asioita ja tarkkuutta tutkimuksen toteutuksessa. (Vilka 2007, 149.) Vastauksia tuli takaisin yhteensä 42 kpl eli palautusprosentti on 54 %. Kyselyn kokonaisuus oli 78 kpl. 53 kpl kyselyistä meni perhepäivähoidon puolelle ja 25 kpl seurakunnan kerhon puolelle.

Tässä tutkimuksessa on käytetty ns. harkinnanvaraista otosta. Harkinnanvaraisessa otoksessa ei niinkään pyritä yleistettävyyteen suurempaan perusjoukkoon (Vilka 2009, 58). Kokonaisuudessa on mietitty kohdejoukon samankaltaisuutta nimenomaan lasten kautta, ei niinkään vanhempien. Tämä tarkoittaa, että lapset ovat samanikäisiä ja samantyyppisessä hoitomuodossa. Seurakunnan kerhossa olevat lapset ovat yleensä kotihoidossa ja perhepäivähoito on hyvin kodinomaista hoitoa. Lisäksi koko otoksessa mietittiin, että vuonna 2005 syntyneet lapset elävät vuottansa ennen esikouluikänsä alkamista eli murroskohdassa ennen siirtymistä lähemmäs koulujärjestelmää. Otokseen määrä ei voi olla kovin suuri Kuusamon kokoisen kaupungin lasten määrästä, koska täällä on 0-6. -vuotiaita lapsia noin 1200. Tutkimuksessa ei ole missään vaiheessa aiottu vertailla näitä kahta ryhmää.

Katoa on pyritty vähentämään sillä, että ensin suunniteltu internet-kysely muutettiin paperiseen kyselylomakeversioon, jonka tarkoituksena oli lisätä vastauksien määrään. Kyselyä jaettiin perhepäivähoitajien ja seurakunnan kerho-ohjaajien välityksellä. Tämä varmasti vaikutti palautuneiden vastauksien lukumäärään parantavasti.

Aineiston syöttövaiheessa huomasin kyselylomakkeessa kolme virhettä. Kuudennen kysymyksen kohdalla oli jäänyt numeroimatta vaihtoehto - joku muu, kaksi kysymystä oli numeroitua samalla numerolla eli numero 29 oli kaksi kertaa ja samoin kuin numero 31. Nämä virheet eivät vaikuttaneet aineiston syöttöön vaan näkyivät pelkästään kyselylomakkeessa. Muutin numeroinnit SPSS 19-ohjelmaan. Enemmän haitta oli lomakkeesta olleista, tutkijan epähuomiossa tehdyistä kirjoitusvirheistä. Nämä asiat eivät tulleet esiin lomakkeen esitarkastusvaiheessa.

Jäin miettimään, että olisiko liikkumistaitojen, tasapainotaitojen ja käsittelytaitojen kysymysten asettelu pitänyt olla toisistaan erillään. ehkä pitänyt laittaa erillisenä. Johtuen siitä, että oli kysymys motorisista taidoista. Kysymyksessä kysyttiin liikuntaleikkien kautta tapahtuvaa vaikutusta oppimiseen ja kaikissa kolmessa oli kysymys motoristen taitojen oppimisesta, joten ei varmaankaan ehkä ole tarpeellista lähteä korostamaan motoristen taitojen oppimista pel-

kästään vaan silloin olisi pitänyt laittaa erillisinä myös sosio-emotionaalisten ja kognitiivisten taitojen oppiminen.

Tuloksia kirjatessa mietin, että olisiko kyselylomakkeessa olevat kysymykset hyvä ollut olla tutkimusongelmien mukaisessa järjestyksessä. Lomakkeen kysymykset tehtiin suoraan teorian kirjoittamisjärjestyksessä. Jos ne olisivat olleet tutkimusongelmajärjestyksessä, niin tuloksia ja johtopäätöksiä olisi ollut helpompi kirjoittaessa laittaa asiat oikealle kohdalle. Jos tekisin uudestaan tutkimuksen, niin selkeyttäisin tältä kohdin kyselylomakkeen kysymysjärjestystä. Muuten lomake oli toimiva ja se tuotti vastauksia.

Olen pyrkinyt syöttämään aineiston huolellisesti SPSS 19 -ohjelmaan ja tarkastamaan syöttämäni aineiston. Alussa tein virheen monimuuttujavastauksien syöttämisessä. Sain virheen korjattua, kun kysyin neuvoa asiasta opettajalta sekä luin SPSS 19-ohjelman ohjeistuksesta ohjeet monimuuttujavastauksien syöttämiseen.

Olin ensimmäistä kertaa tekemässä kyselylomaketta, joten en ehkä pystynyt ihan täysin miettimään etukäteen, mitä ongelmia voi tulla aineiston syöttövaiheessa. Ongelmat on luotu siksi, että ne ratkaistaan ja niistä opitaan. Näin kävi myös tällä kertaa.

9.2 Tutkimuksen validius

Tutkimuksen validius on tutkimuksen kykyä mitata sitä, mitä tutkimuksen on tarkoituksena mitata. Validiudella arvioidaan sitä, kuinka tutkija on onnistunut operationalisoimaan teoreettiset käsitteet arkikielen tasolle. (Vilkkä 2009, 150.) Tutkimuksen validiutta lisää tutkimuksen alussa tehty laaja perehtyminen teoriaan. Teorian lähteenä oli käytetty lasten liikuntaa liittyvää kirjallisuutta sekä aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia liittyen lasten liikuntaan ja vanhempien merkitykseen lastensa liikkumiselle.

Kysymysten asettelu oli selkeää ja niissä oli käytetty arkikieltä. Ainoastaan kysymyksessä, jossa kysyttiin lasten vuorovaikutuksen kehittymistä, oli virheellisesti käytetty termiä parantua vaikka tarkoitusta oli mitata kehittymistä. Tulosten kirjoittamisessa oli kiinnitetty huomioita siihen, että koko ajan on käytetty termiä kehittyä.

Tarkkuutta mittariin oli haettu siitä, että kaikissa kysymyksissä oli käytetty samanlaista numerointia ja kirjallista asettelua vaihtoehtojen välillä. Tämä tapa tuo myös selkeyttä mittariin.

Likertin 5 -portainen asteikko oli hyvä ratkaisu, koska se oli antanut vastaajille valinnanvaihtoehtoja sekä mahdollisuuden siihen vastata en osaa sanoa. Toisaltaan se voi antaa vastaajalle mahdollisuuden, että hän ei niin perehdy ja keskity vastaamiseen vaan vastaa ajattelematta. Se on määrällisen tutkimuksen haitta. Etuna voidaan nähdä, että joihinkin kysymyksiin on ollut mahdollista kirjoittaa omin sanoin perusteluja valinnoille, jolloin määrällinen arvio on syventynyt ja kysymys on voinut tuottaa ennalta määritelmättömiä vastauksia.

9.3 Eettisyys

Hyvän tieteellisen käytännön mukaista on, että tutkimus on suunniteltu, toteutettu ja raportoitu yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetetulla tavalla (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2002). Eettisesti katsottuna, haluan tuoda esille, että olen ottanut huomioon aiheen läheisyyden itseäni kohtaan. Esitän raportoinnissa puolueettoman kannan vanhempien käsityksistä. Missään vaiheessa en ole aikonut vertailla keskenään perhepäivähoitoa ja seurakunnan kerhon aineiston tuloksia vaan tulokset on raportoitu yhtenäisenä kokonaisuutena.

Tutkimukselle täytyi hakea kirjallinen lupa kahdelta taholta Kuusamon kaupungin Lapsi- ja perhetyön johtajalta sekä Kuusamon seurakunnan Lapsi- ja perhetyön ohjaajan kautta Kuusamon seurakunnan kirkkoherralta. Tutkimuslupahakemuksien (Tutkimustoiminnan perusteet -kurssi 2010) pohjana olen käyttänyt suunnittelun apuna Tutkimustoiminnan perusteet -kurssilla suunniteltua tutkimuslupahakemusta. (liite 1 ja 2)

Mahdolliset henkilötunnisteet olen hävittänyt analysointivaiheessa ja tutkimusaineisto on muutettu sellaiseen muotoon, että tiedon kohde ei ole siitä tunnistettavissa. Minua koskee vaitiolovelvollisuus koko prosessin ajan ja sen jälkeen. Tutkimusaineiston kokonaisuudessaan (kirjallinen materiaalin) aion hävittää aineiston analysoinnin jälkeen.

9.4 Opinnäytetyöprosessi

Opinnäytetyöprosessini alkoi keväällä 2010, kun valitsin toimeksiantajien ehdottamista aiheista oman opinnäytetyön aiheeni. Kävin keväällä 2010 keskustelemassa Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyön johtajan Aini Naumasen kanssa opinnäytetyö aiheesta: vanhempien näkemyksiä lasten ja nuorten liikunnasta. Tapasimme asian tiimoilta kaksi kertaa ja tar-

kensimme aihealuetta. Päädyimme lopulta 2005 syntyneiden lasten ikäryhmään. Seuraavaksi mietinnän kohteena oli, tuleeko kohdejoukko päiväkodin, esikoulun, perhepäivähoidon, seurakunnan kerhon vai kotihoidossa olevien lasten vanhemmista. Yhdessä päädyimme perhepäivähoitoon ja seurakunnan kerhoon. Kohderyhmän valinnan jälkeen tarkentui opinnäytetyöohjaajakseni perhepäivähoidon ohjaaja Tarja Vuorela. Samana keväänä olin vielä yhteydessä alustavasti seurakuntaan tulevasta opinnäytetyöstäni.

Aihealueen rajauksessa esiintyi erilaisia asioita, joita voisi lasten vanhemmilta kysyä. Esi-merkkinä mainittakoon liikuntasuosituksien toteutuminen, asumisympäristön merkitys lasten liikkumiselle, ideat tai näkemykset siitä, millaiset ympäristöt ovat hyviä lasten liikkumiselle, liikuntaa edistävät / estävät tekijät ja miten esteitä voidaan poistaa, vanhempien asenteet liikuntaan, ohjatun ja ohjaamattoman liikunnan määrä, vanhempien omat liikkumismuistot 5-vuotiaan verrattuna oman 5-vuotiaan tämän hetkiseen liikkumiseen sekä median vaikutus.

Rajauksen perusteella keskityttiin lopulta liikuntasuositusten toteutumiseen, asumisympäristön merkitykseen lasten liikkumiselle, ohjattuun liikunnan määrään sekä vanhempien odotuksiin perhepäivähoidon ja seurakunnan kerhon lasten liikunnasta. Siinä vaiheessa ehdotin, että tutkimuksen voisi toteuttaa internetissä kvantitatiivisena kyselynä. Tähän olin päätenyt perehtymällä aikaisempiin tutkimuksiin lasten liikunnasta. Suurin osa tutkimuksista oli ollut määrällisiä tutkimuksia.

Kuulun itse kyseisen kohderyhmän vanhempiin, joten se on lisännyt omaa kiinnostustani aiheeseen sekä antanut intoa ja pontta tehdä tätä opinnäytetyötä. Itse koen lasten liikkumisen tärkeäksi osaksi lapsen kasvua ja kehitystä. Olen teorian kautta perehtynyt syvällisemmin aiheeseen ja olen voinut yhdistää käytännön kokemustani tämän tutkimuksen tekemiseen.

Sain toimeksiantajalta melko vapaat kädet opinnäytetyöni toteutukseen. Opinnäytetyönohjaajalta sain näkökulmia ja ehdotuksia siitä, millainen kysely voisi olla sekä perhepäivähoidon teoriataustaa. Olemme koko ajan käyneet vuorovaikutuksellista ja keskustelevaa yhteistyöprosessia, jonka näkökulmana on ollut alussa määritellyt tavoitteet opinnäytetyölle. Seurakunnasta sain teoriapohjaan kirjaehdotuksen, jonka kautta olen voinut perehtyä hyvin seurakunnan kerhon syntyhistoriaan.

Opinnäytetyösuunnitelmassa teoria ja tutkimuksen tekotapa tarkentuivat huomattavasti. Opinnäytetyöni tutkimus säilyi kvantitatiivisena tutkimuksena, mutta opinnäytetyöni kou-

lunohjaajan ehdotuksesta internetissä tapahtuva kysely muutettiin paperiseksi kyselylomakkeeksi.

Opinnäytetyö eteni suunnitelmassa tehdyn aikataulun mukaan loppuun asti. Mielenkiintoista ja opettavaista on ollut koko prosessin ajan. Kyselylomakkeen teko tuntui haastavalta, mutta hyvässä ohjauksessa pääsin jyvälle lomakkeen teosta. Vanhempien vastauksten näkeminen ja analysointi on ollut opettavaista työtä. Mielenkiintoista on ollut saada tietoa siitä, mitä käsityksiä vanhemmilla on lastensa liikkumisesta sekä ympäristön merkityksestä liikkumiselle. Mielestäni loppujen lopuksi vanhemmat yhtenäisesti pitävät lasten liikkumista tärkeänä asiana sekä ymmärtävät sen vaikutuksen lapsen kasvulle ja kehitykselle.

Opinnäytetyöprosessin aikana vähitellen tarkentui ja opin, mitä opinnäytetyön tekeminen on. Uskoisin, että toimeksiantaja sai myös vastauksia niihin asioihin, mitä opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa.

9.5 Opinnäytetyön ohjaajan palaute

Opinnäytetyön ohjaajalta sain toimeksiantajan näkökulmasta palautteen. Hänen mielestään opinnäytetyössä tuli esille hyvin kotipihojen ohella leikkikenttien merkitys hyvänä ja tärkeänä liikkumisympäristönä lapsille. Tämä tukee alku ajatusta, jossa haluttiin tietoa kaupungin yhdyskuntatekniikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön. Tarja Vuorelan mielestä perhepäivähoitajat varmasti tukevat asiaa, että leikkikentät ovat tärkeitä lasten liikkumispaikkoja ja niiden kuntoon on hyvä panostaa. Siinä olisi myös hyvä jatkotutkimusaihe, miten perhepäivähoitajat kokevat leikkikentät liikkumisympäristöinä.

Positiivinen asia oli, että vanhemmat tiedostavat oman vastuunsa lastensa liikunnasta. Sekä esille tullut kannanotto, että perhepäivähoidon liikunta tulisi olla ohjatumpaa, on varmasti kehitettävänä oleva asia tulevaisuudessa.

Vanhempien toivomus neuvolasta tiedonsaantitahona pitää tiedostaa ja asiaa olisi hyvä kehittää. Voisiko olla uusi hanke liikuntakasvatuksen parantamisesta neuvolan ja varhaiskasvatuksen yhteistyönä tulevaisuudessa? (Tarja Vuorela 2011.)

9.6 Oman asiantuntijuuden kehittyminen

Koulutusohjelmakohtaiseen kompetenssianalyysiin peilaten voisin sanoa, että liikuntaosaaminen kompetenssi kohdan: ymmärtää liikuntalajit mahdollisuutena ja välineenä motoristen taitojen ja fyysisten ominaisuuksien kehittämässä ja itseilmaisun edistäjänä on vahvistunut tämän prosessin aikana varsinkin tämän ikäryhmän lapsien suhteen. (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2007 – 2008, 57.) Olen saanut asiasta aikaisemmin käytännössä tulla tietoa, jonka olen voinut nyt yhdistää teoriaan ja tutkittuun tietoon. Tietoni ei ole enää mutu-tietoasteella vaan pystyn perustelevaan kantani erilaisten tutkimuksista tullessiin tietoihin sekä monen lasten liikuntaan perehtyneen ihmisten tuottamaan kirjallisiin tuotoksiin. Samalla se antaa minulle tietoa siitä, miten käytännön tilanteissa voin ohjata lasten liikkumista ja ymmärrän liikunnan vaikutuksen lapseen sekä samalla pystyn tukemaan niitä osa-alueita, mitä kukin lapsi tarvitsee.

Kompetenssianalyysin toinen kohta on ihmisen hyvinvointi- ja terveyslääkuntaosaaminen ja sen alakohta: pystyy toimimaan liikunnan terveysvaikutuksen asiantuntijana. Kolmas kohta on pedagoginen ja liikuntadidaktiivinen osaaminen ja sen alakohtana on: osaa hyödyntää liikunnan mahdollisuuksia ihmisen kasvun ja kehityksen tukemisessa ja kasvatustyössä. (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2007 – 2008, 57.)

Mielestäni opinnäytetyöprosessi on vahvistanut tietämystäni lasten liikunnasta sekä sen terveysvaikutuksia, koska olen perehtynyt alle kouluikäisten liikunnan suosituksiin sekä muuhun lapsiin liittyviin hankemateriaaleihin. Lisäksi ymmärrän, mitä asioita lapsi tarvitsee, niin fyysiseen, kognitiiviseen ja sosio-emotionaaliseen kasvuunsa. Pystyn kertomaan ja perustelevaan miten olisi hyvä toimia tukiessa liikunnan kautta lapsen kehitystä.

Esimerkkinä voisin kertoa, että Sääkslahti (2005) on tutkinut liikuntainterventioiden vaikutusta vanhempien tietoisuuteen lisääntymisen vaikutuksesta lasten liikunta-aktiivisuuteen. Tutkimusaineisto antoi tiedon, että kohdejoukon vanhemmat toivovat saavansa tietoa lasten liikunnasta neuvolasta. Minulla tutkittua tietoa siitä, että voi olla mahdollisuutta vaikuttaa vanhempien tietoisuuteen liikuntainterventioiden kautta. Tämä tieto kannustaa suositteluun, että neuvola voisi tehostaa liikuntainterventioilla liikuntakasvatustyötänsä vanhemmille täällä Kuusamossa. Minulla on tietämystä, että tämän ikäisten lasten suositeltavasta liikkumisesta sekä miten liikkuminen voisi tapahtua. Mielestäni tämän perusteella voin toimia liikunnan terveysvaikutuksien asiantuntijana.

Liikunnan ja vapaa-ajan koulutusohjelman yleisissä tavoitteissa kirjoitetaan, että ammatillinen osaaminen perustuu monitieteelliseen tietoperustaan, käytännön osaamiseen ja vuorovaikutustaitoihin. (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2007 – 2008, 57.) Opinnäytetyöprosessiin on liittynyt yhteistyökuvion sopiminen kaupungin perhepäivähoidon ja seurakunnan välille. Tämän yhteistyökuvion sopiminen on vahvistanut lisää vuorovaikutustaitojani vaikka koen, että itselläni on ollut jo aikaisemmin hyvät vuorovaikutustaidot.

Toisaalta tämä yhteistyökuvio on vahvistanut osaamistani kompetenssialueelta liikunnan yhteiskunta-, johtamis- ja yrittäjäosaaminen. Alakohtana on, että opiskelija tuntee liikuntakulttuurin- ja palvelujen kehitysnäkymiä ja osaa edistää liikunnan asemaa yhteiskunnassa. (Kajaanin ammattikorkeakoulun opinto-opas 2007 – 2008, 57.) Olen tämän opinnäytetyön aikana toiminut yhteislinkkinä kahden erilaisen organisaation välillä. Samalla olen toiminut tiedon välittäjänä kummankin sektorin välillä ja olen saanut kyselyn avulla tietoa, jonka kautta heillä on mahdollista kehittää toimintaansa lasten liikunnan parissa.

9.7 Opinnäytetyön hyödyntäminen ja jatkotutkimusaiheet

Tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa perhepäivähoidossa ja seurakunnan kerhossa olevien vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien käsityksiä lasten liikunnasta. Tutkimuksen tavoitteena oli toimeksiantajan näkökulmasta saada tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkitystä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lisäksi toimeksiantaja halusi tutkimuksen kautta lisää tietoa neuvoloiden liikuntaneuvontatyöhön ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntatekniikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön sekä perhepäivähoidon ja seurakunnan kerhotoiminnan liikunnan kehittämisehdotuksia.

Opinnäytetyötäni voin hyödyntää siten, että voin opinnäytetyölläni perustella omaa asiantuntijuuttani lasten liikunnasta ja tällä tavoin markkinoida itseäni ammatillisena liikunnanohjaajan. Näkisin, että opinnäytetyöstäni tullutta tutkimustietoa voisi hyödyntää neuvolan liikuntaneuvontatyössä. Saatuja tuloksia voi hyödyntää yleensä lasten liikuntaan liittyvässä tiedottamisessa käyttäen niitä kanavia, mitä vanhemmat jo käyttävät sekä huomioimalla mistä lähteistä he toivovat saavansa tietoa.

Mielestäni looginen jatkotutkimusaihe olisi lasten omien käsitysten kartoittaminen liikkumisesta ja liikuntaleikeistä. Lähtökohtana olisi samaistuminen siihen maailmaan, missä lapsi

elää. Toisena jatkotutkimusaiheena heräsi mielenkiinto siihen, miten vanhemmat näkevät liikkumisen muuttuneen siitä, kun he itse olivat lapsia.

LÄHTEET

- Autio, T. 2007. Liiku ja leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. Viides painos. Gummerus Kirjapaino Oy.
- Arvonen, S. 2007. Meidän perhe liikkuu. Vanhemman vinkit. Docendo.
- Gallahue, D. 2006. Understanding motor development. Infants, children, adolescents, adults. Sixth edition. International edition 2006. McGraw – Hill international edition. Singapore.
- Haatainen, U., Kaltiainen, R. & Lehtola-Kettunen, P. & Siipola, T. & Takala, K. 2004. Kaikki linnut lentämään. Päivittäinen liikuntakasvatusohjelma alle 4-vuotiaille. Liikunta- ja terveyskasvatusprojekti. Pohjois-Suomen lasten liikunta- ja terveyskasvatuksen keskus. Kajaanin opettajankoulutusyksikkö.
- Harjuoja, J. & Harjuoja, M. 2000. 2 - 4 -vuotiaiden lasten ulkoilu vanhempien arvioimana. Jyväskylä. Pro gradu -tutkielma.
- Heinonen, L., Luodeslampi, J. & Salmensaari, L. (toim.). 2004. Lapsityön käsikirja. Kirjapaja.
- Hänninen, S-L & Valli, S. 1986. Suomen lastentarhatyön ja varhaiskasvatuksen historia. Keuruu. Otava.
- Karvinen, J., Hiltunen, P. & Jääskeläinen, L. 1991. Lapsi ja urheilu. Otava.
- Karvinen, J. & Norra, J. (toim.). 2002. Lasten liikuntapaikkojen suunnittelu. Opas suunnittelun ammattilaisille, liikuntapaikkojen rakentajille, viherrakentajille ja kaikille lasten kanssa toimiville. Opetusministeriön liikuntapaikkajulkaisu 83. Rakennustieto oy.
- Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Jyväskylä: VK -kustannus.
- Opinto-opas 2007 – 2008. 2007. Kajaani. Kajaanin ammattikorkeakoulu.
- Koski, S. 2010. Seurakunnan lapsi- ja perhetyön ohjaaja. Kuusamon seurakunta. Puhelinkeskustelu 26.5.2010.

Koski, S. 2010. Seurakunnan lapsi- ja perhetyön ohjaaja. Kuusamon seurakunta. Puhelinkeskustelu 29.11.2010.

Kyttä, M. Lapsiystävällinen ympäristö. 2003. Sassi, P. & Tarkkonen, T. (toim.) Lapsi ja kasvuympäristö- Puheenvuoroja ja kirjavinkkejä. Lastenkulttuurijulkaisu Tyyris Tyllerö 25 vsk. Cultura Oy.

Laki lasten päivähoidosta 36/1998. Helsinki. Oikeusministeriö. 4.1.2011

Liikuntalaki 1054/1998. Helsinki. Oikeusministeriö. 4.1.2011

Maikku, E. 2011. Maankäytön asiakaspalvelu. Kuusamon kaupungin tekninen toimi. Puhelin tiedonanto 3.2.2011

Numminen, P. 1995. Alle kouluikäisten lasten havaintomotorisia ja motorisia perustaitoja mittaavan APM - testistön käsikirja. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö LIKES. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 98.

Numminen, P. 2000. Millainen merkitys liikunnalla on varhaislapsuudessa? Teoksessa Mietinen, M. (toim.) Haasteena huomisen hyvinvointi - Miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II tutkimuskatsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124.

Päivähoidon liikunta –Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset käytäntöön. Koulutusmateriaali. 2006. Uudistettu painos. Nuori Suomi ry.

Nuori Suomi ry. Tiedotussivusto. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset -kuva. Viitattu 3.12.2010. http://www.nuorisuomi.fi/varhaiskasvatuksen_liikunnan_suosituks

Nuori suomi ry. Yleisinfo. Keskeisiä käsitteitä. Viitattu 3.2.2011. <http://www.nuorisuomi.fi/keskeisia-kasitteita>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. Vanhempainnetti. Lapsen kasvu ja kehitys.5 – 6 -vuotias. Viitattu 28.11.2010. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/5_6-vuotias/persoonallisuus_ja_tunne-elama/

Ojala, M. 1993. Varhaiskasvatuksen perusteita ja haasteita. Helsinki: Kirjayhtymä.

Parrila, S. (toim.) 2005. Villistä valvottuun, valvotusta ohjattuun, perhepäivähoidon - ohjauksen historia ja nykytilan haasteet. STM:n julkaisuja 2005:4. Yliopistopainatus Kustannus, Helsinki University Press. Verkkojulkaisu. Viitattu 21.12.2010. <http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/julkaisu/1064211#fi>

Physical activity guidelines for Americans. 2010. Verkkodokumentti. U. S. Department of Health & Human service. Viitattu 20.7.2010. www.health.gov/guidelines

Petäjäkankaan päiväkodin perehdyttämiskansio 2010. Kuusamo. Kuusamon kaupungin päivähoiton organisaatio.

Päiväkerhot. 2010. Palvelut lapsiperheille. Kuusamon seurakunnansivusto. viitattu 22.7.2010. www.kuusamonseurakunta.fi

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset; Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön oppaata.

Suomen liikunta ja urheilu 2010. Liikuntapolitiikka. Liikuntatutkimus. Kansallinen liikuntatutkimus 2009 – 2010. Verkkoraportti. Viitattu 20.12.2010. <http://www.slu.fi/liikuntapolitiikka/liikuntatutkimus2/>

Suomen standardisoimisliitto SFS. Tiedotussivusto. Leikkikenttävälineet turvalliseksi. viitattu 2.5.2011. <http://www.sfs.fi/ajankohtaista/tiedotteet/15042004.html>.

Sääkslahti, A. 2005. Liikuntainterventioiden vaikutus 3 – 7-vuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja motorisiin taitoihin sekä fyysisen aktiivisuuden yhteys sydän- ja verisuonitautien riskitekijöihin. Jyväskylän yliopisto. Liikunta- ja terveystietojen osasto. Väitöskirja.

Säätelä, T. 1996. Lasten liikuntaleikkikoulu 5 - 6 -vuotialle lapsille: vanhempien käsityksiä alle kouluikäisen liikunnasta ja heidän odotuksiaan ja kokemuksiaan liikuntaleikkikoulusta. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Opinnäytetyö.

Takala, K. 2009. Päiväkotilasten sosioemotionaaliset taidot. Tutkimusartikkeli. Liikunta & Tiede -lehti 1/2009, 46 vsk.

Tammelin, T. 2009. Mitä lasten ja nuorten liikkumisesta tiedetään? Liikuntatutkimuksen suuntaviivat. Verkkomateriaali. Viitattu 27.5.2009.

www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Liikunta/valtion_liikuntaneuvosto/Liikuntatieteen_seminaarimateriaalit/Tammelin.pdf

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2002. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsittely. Viitattu 21.12.2010. www.tenk.fi

Tutkimustoiminnan perusteet -kurssi. 2010. Sähköinen kyselylomake. Kajaanin ammattikorkeakoulun sivusto. Viitattu 3.1.2011. <http://www.kajak.fi/moodle>

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Lasten keskus. Helsinki.

Zimmer, R. 2011. Psykomotoriikan käsikirja – Teoriaa ja käytäntöä lasten psykomotoriseen tukemiseen. VK-Kustannus.Keuruu.

Vuorela, T. 2010. Perhepäivähoidonohjaaja. Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyö. Suullinen tiedonanto 26.5.2010

Vuorela, T. 2010. Perhepäivähoidonohjaaja. Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyö. Suullinen tiedonanto 8.9.2011

Vuorela, T.2010. Perhepäivähoidonohjaaja. Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyö. Sähköpostitiedonanto 21.12.2010

Vähän liikkuvien ja liikunnasta syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten aktivointi -raportti hanketoiminnasta 2010. Liikunnan ja kansanterveysäätiö. LIKES -tutkimuskeskus. Nuori Suomi ry. Verkkoraportti. Viitattu 20.12.2010. http://www.nuorisuomi.fi/files/ns2/erityinen%20tuki/Lisy_raportti_netti.pdf

Väyrynen, H. 2010. Jo kolme -vuotiaat treenaavat. Lajiharrastus urheiluseurassa ei takaa sitä, että lapsi liikkuu tarpeeksi. Kaleva. Oulu. Lehtiartikkeli 12.9.2010

LIITELUETTOLO

- LIITE 1 Tutkimuslupahakemus perhepäivähoidolle
- LIITE 2 Tutkimuslupahakemus seurakunnalle
- LIITE 3 Saatekirje
- LIITE 4 Kyselylomake



Vipuvoimaa
EU:lta



Elinkeino-
liikenne- ja
ympäristökeskus



Kajaanin
ammattikorkeakoulu

TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

Strukturoitu kysely

1 Tutkimuksen nimi

"Miten pieni lapseni liikkuu?", vanhempien käsityksiä vuonna 2005 syntyneiden lasten liikunnasta

2 Tutkimuksen suorittaja ja tutkimuksen suorituspaikka

Susan Virkkula

Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajaopiskelija

Kuusamo

p. 0405 293524 email. SLM8SSusanV@kajak.fi

3 Tutkimuspaikka ja osoite:

Kuusamon kaupungin perhepäivähoitoyksiköt, 93600 Kuusamo

Yhdyshenkilöt

Aini Naumanen (Lapsi- ja perhetyönjohtaja)

Tarja Vuorela (Perhepäivähoidonohjaaja)

email. etunimi.sukunimi(at)kuusamo.fi

4 Tutkimuksen luonne ja kestoaika

Tutkimus tapahtuu strukturoidulla tutkimuskaavakkeella, joka jaetaan vanhemmille ohjaajien kautta. Tutkimus toteutetaan kertaluonteisena 21.3. -1.4.2011 välisenä aikana. Vanhemmille annetaan hoitajien välityksellä haastattelulomake. Vanhemmilla on 1 viikkoa aikaa vastata kyselyyn. Tämän jälkeen lomake palautetaan hoitajien välityksellä tutkijalle. Tulokset ja johtopäätökset toimitetaan toimeksiantajalle 30.9.2011 mennessä.

6 Tutkimussuunnitelman tiivistelmä

Kajaanin ammattikorkeakoulu toteuttaa yhteistyössä Kuusamon kaupungin kanssa ESR- rahoituksella liikunnanohjaajan ammattikorkeakoulututkintoon johtavan koulutuksen Kuusamossa (2008-2011). Tutkimuksen tilaaja on Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyö. Toteutus tapahtuu yhteistyössä Kuusamon seurakunnan lapsi- ja perhetyön kanssa. Tutkijana toimii liikunnanohjaajaopiskelija Kuusamosta. Tutkimuksen aihe ja kohde ovat vuonna 2005 syntyneiden Kuusamon kaupungin perhepäivähoidossa ja Kuusamon seurakunnan 5 -vuotiaiden kerhon lasten vanhempien käsitykset lasten liikunnasta. Tutkimus on kvantitatiivinen tutkimus ja tapahtuu strukturoidulla lomakkeella. Tutkimusaineisto analysoidaan ja hävitetään tutkimuksen lopuksi. Tulokset ja johtopäätökset toimitetaan toimeksiantajalle.

7 Tutkimusmenetelmän kuvaus

Tutkimus on kvantitatiivinen tutkimus. Tutkija tekee paperisen kyselylomakkeen ja lomakkeen kysymykset ovat kaikille samat. Aineisto analysoidaan ja tulokset sekä johtopäätökset kirjataan ja ne toimitetaan toimeksiantajalle.

8 Tutkimusaineiston suojaus, arkistointi ja hävittäminen

Mahdolliset henkilötunnisteet hävitetään analysointivaiheessa ja tutkimusaineisto muutetaan muotoon, jotta tiedon kohde ei ole niistä tunnistettavissa. Tutkimuksen toteuttajaa koskee vaihtolovelvollisuus. Tutkimusaineisto kokonaisuudessaan (kirjallinen materiaali) hävitetään aineiston analysoinnin jälkeen.

9 Tutkimustulosten hyödyntäminen

Tavoitteena on, että toimeksiantaja saa tietoa tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkitystä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lisäksi toimeksiantaja haluaa tutkimuksen kautta lisää tietoa neuvoloiden liikuntaneuvontatyöhön ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntateknikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön sekä perhepäivähoidon ja kerhotoiminnan liikunnan kehittämisehdotuksia.

11 Päiväys ja hakijan allekirjoitus

Päiväys Kuusamossa 28.2.2011

Allekirjoitus Susan Virkkula

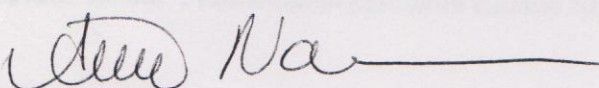
Nimen selvennys Susan Virkkula

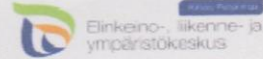
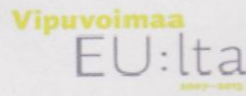
12 Tutkimusluvan myöntämistä koskeva päätös

Myönnän tutkimusluvan



En myönnä tutkimuslupaa, perustelut:

Päiväys 1.3.2011Allekirjoitus Nimen selvennys ANNI NAUMANEN



TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

Strukturoitu kysely

1 Tutkimuksen nimi

"Miten pieni lapseni liikkuu?", vanhempien käsityksiä vuonna 2005 syntyneiden lasten liikunnasta

2 Tutkimuksen suorittaja ja tutkimuksen suorituspaikka

Susan Virkkula

Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajaopiskelija

Kuusamo

p. 0405 293524 email. SLM8SSusanV@kajak.fi

3 Tutkimuspaikka ja osoite:

Kuusamon seurakunta, 93600 Kuusamo

Yhdyshenkilöt

Veli – Matti Koivuranta (Kirkkoherra)

Satu Koski (Lapsityönohjaaja)

email. etunimi.sukunimi(at)evl.fi

4 Tutkimuksenluonne ja kestoaika

Tutkimus tapahtuu strukturoidulla tutkimuskaavakkeella, joka jaetaan vanhemmille ohjaajien kautta. Tutkimus toteutetaan kertaluonteisena 21.3. -1.4.2011 välisenä aikana. Vanhemmille annetaan hoitajien välityksellä kyselylomake. Vanhemmilla on 1 viikkoa aikaa vastata kyselyyn. Tämän jälkeen lomake

palautetaan ohjaajien välityksellä tutkijalle. Tulokset ja johtopäätökset toimitetaan toimeksiantajalle 30.9.2011 mennessä.

5 Tutkimussuunnitelman tiivistelmä

Kajaanin ammattikorkeakoulu toteuttaa yhteistyössä Kuusamon kaupungin kanssa ESR- rahoituksella liikunnanohjaajan ammattikorkeakoulututkintoon johtavan koulutuksen Kuusamossa (2008-2011). Tutkimuksen tilaaja on Kuusamon kaupungin lapsi- ja perhetyö. Toteutus tapahtuu yhteistyössä Kuusamon seurakunnan lapsi- ja perhetyön kanssa. Tutkijana toimii liikunnanohjaajaopiskelija Kuusamosta. Tutkimuksen aihe ja kohde ovat vuonna 2005 syntyneiden Kuusamon kaupungin perhepäivähoidossa ja Kuusamon seurakunnan kerhossa olevien lasten vanhempien näkemykset lasten liikunnasta. Tutkimus on kvantitatiivinen tutkimus ja tapahtuu strukturoidulla lomakkeella. Tutkimusaineisto analysoidaan ja hävitetään tutkimuksen lopuksi. Tulokset ja johtopäätökset toimitetaan toimeksiantajalle.

8 Tutkimusaineiston suojaus, arkistointi ja hävittäminen

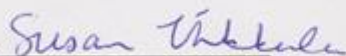
Mahdolliset henkilötunnisteet hävitetään analysointivaiheessa ja tutkimusaineisto muutetaan muotoon, jotta tiedon kohde ei ole niistä tunnistettavissa. Tutkimuksen toteuttajaa koskee vaitiolovelvollisuus. Tutkimusaineisto kokonaisuudessaan (kirjallinen materiaali) hävitetään aineiston analysoinnin jälkeen.

9 Tutkimustulosten hyödyntäminen

Tavoitteena on, että toimeksiantaja saa tietoa tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkitystä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lisäksi toimeksiantaja haluaa tutkimuksen kautta lisää tietoa neuvoloiden liikuntaneuvontatyöhön ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntatekniikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön sekä perhepäivähoidon ja kerhotoiminnan liikunnan kehittämisehdotuksia.

10 Päiväys ja hakijan allekirjoitus

Päiväys Kuusamossa 28.2.2011

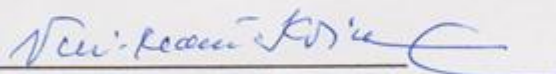
Allekirjoitus 

Nimen selvennys Susan Virkkula

12 Tutkimusluvan myöntämistä koskeva päätös

- Myönnän tutkimusluvan
- En myönnä tutkimuslupaa, perustelut:

Päiväys 28.2.2011

Allekirjoitus 

Nimen selvennys

Veli-Matti Koivuranta
kirkkoherra

Maaliskuu 2011

Hei vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhemmat!

Olen Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajaopiskelija ja teen opinnäytetyötä vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien käsityksistä lastensa liikunnasta. Opinnäytetyöni tarkoituksena on kartoittaa perhepäivähoidossa ja seurakunnan kerhossa olevien vuonna 2005 syntyneiden lasten vanhempien käsityksiä lasten liikunnasta. Opinnäytetyöni tavoitteena toimeksiantajan näkökulmasta on saada tietoutta, joka auttaa lasten vanhempia pohtimaan liikunnan merkitystä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Lisäksi toimeksiantaja haluaa tutkimuksen kautta lisää tietoutta neuvoloiden liikuntaneuvontatyöhön ja Kuusamon kaupungin yhdyskuntatekniikalle liikunta- ja leikkipaikkojen parantamistyöhön sekä perhepäivähoidon ja kerhotoiminnan liikunnan kehittämisehdotuksia.

Opinnäytetyössäni haetaan vastauksia seuraaviin kysymyksiin 1. Mitä vanhemmat tietävät varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksista? 2. Millä tavalla varhaiskasvatuksen suositukset toteutuvat? 3. Millä tavalla liikunta kehittää lapsen sosio-emotionaalisia, kognitiivisia ja motorisia taitoja vanhempien käsitysten mukaan? 4. Miten lapsen asuinympäristö vaikuttaa lasten liikkumiseen? 5. Minkälaisia odotuksia vanhemmilla on lasten liikunnasta perhepäivähoidolta tai seurakunnan kerholta?

Juuri sinä vanhempi olet tärkeässä roolissa tämän tutkimukseni toteutumisessa, koska teillä on tärkein tieto lapsesi liikunnasta. Kyselylomake jaetaan Kuusamon kaupungin perhepäivähoidossa ja Kuusamon seurakunnan 5 -vuotiaiden kerhossa käyvien lasten vanhemmille. Jos saat kirjeen molemmilta tahoilta, niin voit valita kumman kautta vastaat kyselyyn.

Tutkimus on luottamuksellinen ja tuhoan kyselylomakkeet, kun saan opinnäytetyöni valmiiksi. Olen hakenut luvan tälle tutkimukselle Kuusamon lapsi- ja perhetyön johtajalta sekä Kuusamon seurakunnalta. Tutkimus toteutuu ajalla 21.3. – 1.4.2011. Tämän tiedotteen mukana on kyselylomake. Pyydän ystävällisesti täyttämään ja palauttamaan perhepäivähoitajallenne tai kerho-ohjaajalle. Minuun voi ottaa yhteyttä, jos haluatte tietää tarkemmin asiasta. Puhelinnumeroni on 044 057 96 45 ja sähköpostiosoite SLM8SSusanV@kajak.fi.

Kiitos mielenkiinnosta ja vastauksistanne!

Ystävällisin

terveisin,

SusanVirkkula

KYSELYLOMAKE

Tässä kyselylomakkeessa on monivalintakysymyksiä. Monivalintakysymysten kohdalla ympyröi se numero, joka on vastauksenne. Avoimiin kysymyksiin, johon voit kirjoittamalla vastata omia käsityksiä lapsesi liikunnasta.

1. Äiti 1 Isä 2
2. Teillä on vuonna 2005 syntynyt lapsi, monesko lapsi hän on perheessänne? Ympyröi sopivin vaihtoehto
ensimmäinen 1 toinen 2 kolmas 3 neljäs 4
viides jne. 5
3. Lapseni osallistuu, ympyröi sopivin vaihtoehto
Perhepäivähoitoon 1 Seurakunnan kerhoon 2
4. Perheenne asumismuoto, ympyröi sopivin vaihtoehto
Kerrostalo 1 Rivitalo 2 Omakotitalo 3
muu, mikä? 4 _____
5. Oletteko tutustunut Nuori Suomi ry:n varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksiin? Ympyröi sopivin vaihtoehto
kyllä 1 ei 2
6. Jos vastasit kyllä, niin mistä olet saanut tiedon? Ympyröi sopivin vaihtoehto
sanomalehti 1 televisio 2 radio 3 internet 4
joku muu? _____

Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksista lapsen liikkumisen määräksi suositellaan 2 tuntia päivässä. Liikkumisena nähdään ohjattu liikunta, omatoiminen liikunta esimerkiksi liikuntaleikit sisällä ja ulkona sisarusten, kavereiden, vanhempien kanssa ja yksin liikkuminen. Arvioi liikkuminen lapsesi koko hereillä olon aikana. Ympyröi sopivin vaihtoehto.

7. Liikkuuko lapsesi suositellun määrän päivässä?

- 1 ei liiku suositeltua määrää (0 tuntia)
- 2 liikkuu osan suositellusta määrästä (1/2 tuntia)
- 3 liikkuu puolet suositellusta määrästä (1 tunti)
- 4 liikkuu melkein suositellun määrän (1,5 tuntia)
- 5 liikkuu suositellun määrän (2 tuntia)

Lasten yhteisten leikkien aikana lapsi harjoittelee toisten lasten kanssa erilaisia vuorovaikutustaitoja esimerkiksi vuoron odottamista, kuuntelutaitoa, tappion kestämissietokykyä, yhteistyötaitoja. Liikuntaleikkeinä voidaan nähdä lapsen omatoimiset leikit ja ohjattu liikunta sisällä ja ulkona. Miten koet lapsesi vuorovaikutustaitojen parantuvan liikuntaleikkien avulla? Alla on kysymyksiä aihepiiristä. Asteikko on 1 – 5 välillä. Arvioi mielestäsi kehittyminen numerolla oman käsityksesi kautta. Ympyröi sopivin vaihtoehto.

	ei kehity	ei juuri ollenkaan	en osaa sanoa	melko hyvin	hyvin
8. Oman vuoron odottamisen taito	1	2	3	4	5
9. Kuuntelutaito, esimerkiksi ymmärtää ohjeen ja toimii sen mukaisesti tai kuuntelee toverin mielipidettä tai palautetta	1	2	3	4	5
10. Tappion sietokyky, esimerkiksi leikeissä, peleissä tai kahden lapsen tavoitellessa samaa välinettä	1	2	3	4	5
11. Toisten auttamisen taito, esimerkiksi auttaa välineiden laitossa, siirtelyssä tai pois laittamisessa sekä auttaa toista lasta leikin aikana	1	2	3	4	5
12. Yhteistyökyky, esimerkiksi	1	2	3	4	5

lapsesi tekee yhteistyötä pari- ja ryhmätyön aikana

13. Kontaktinottotaito, esimerkiksi 1 2 3 4 5

ottaa kontaktia muihin lapsiin ja aikuisiin puhumalla tai koskettelemalla

14. Samaistuminen toisten tunteisiin, 1 2 3 4 5

esimerkiksi juttelee myötätuntoisesti tai silittää toista

15. Oma-aloitteinen anteeksipyyntö- 1 2 3 4 5

taito, esimerkiksi jos on loukannut toista lasta tai aikuista

Liikuntaleikkien ja erilaisten välineiden avulla lapsi oppii uusia asioita itsestään ja maailmastaan. Liikuntaleikkienä voidaan nähdä lapsen omatoimiset leikit ja ohjattu liikunta sisällä ja ulkona. Arvioi seuraavien kysymysten kautta, miten liikuntaleikit vaikuttavat lapsesi oppimiseen. Asteikko on 1 – 5 välillä. Arvioi mielestäsi kehittyminen numerolla oman käsityksesi kautta. Ympyröi sopivin vaihtoehto.

ei kehity ei juuri ollenkaan en osaa sanoa melko hyvin hyvin

16. Syvällinen asioiden pohtiminen ja 1 2 3 4 5

ymmärtäminen, esimerkiksi väkivaltaisuus, kuolema, syntymä, sairaudet yms.

17. Luonnon ilmiöiden tunnistaminen 1 2 3 4 5

esimerkiksi jäätyminen, sulaminen, tuuleminen jne.

18. Keskittyminen, suunnitelmallisuus 1 2 3 4 5

esimerkiksi lapsi voi suunnitella tehtäväradalla, miten etenee paikasta toiseen

