

KEMI-TORNION AMMATTIKORKEAKOULU

”Monipuolisesti leikin kautta liikkuen”

Päiväkoti Tenavatalon työntekijöiden ja vanhempien kokemuksia
liikuntakasvatuksesta

Rahkola Satu

Sosiaalialan koulutusohjelman opinnäytetyö

Lapsi- ja nuorisotyö

Sosionomi (AMK)

KEMI 2012

TIIVISTELMÄ

Tekijä: Satu Rahkola

Opinnäytetyön nimi: ”Monipuolisesti leikin kautta liikkuen”

Päiväkotien Tenavatalon työntekijöiden ja vanhempien kokemuksia liikuntakasvatuksesta

Sivuja (+liitteitä): 55(+5)

Opinnäytetyön kuvaus: Opinnäytetyössäni perehdyn päiväkotien Tenavatalon liikuntakasvatukseen henkilökunnan ja lasten vanhempien näkökulmasta. Tarkoituksena on selvittää, mitä liikuntakasvatus on, mitä siltä odotetaan sekä miten sitä voitaisiin Tenavatalolla kehittää.

Teoreettinen ja käsitteellinen esittely:

Opinnäytetyön teoreettisena taustana toimivat liikuntakasvatuksen ja lapsen kehityksen teoriat sekä Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset.

Metodologinen esittely:

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusotteella. Tiedot on kerätty ryhmähaastattelulla sekä kyselylomakkeella. Analyysimenetelminä käytin keskustelun ja kyselyn sisältöanalyysiä.

Keskeiset tutkimustulokset ja johtopäätökset:

Liikuntakasvatusta pidetään tärkeänä osana Tenavatalon toimintaa. Vanhemmat määrittivät liikuntakasvatuksen etupäässä kiinnostuksen herättämiseksi ja tekemisen iloksi. Vanhemmat kokivat, että liikkumisen tulisi tapahtua leikin kautta, sen tulee olla monipuolista ja jokapäiväistä. Liikunnan sosiaalista puolta tulee korostaa mutta lasten liikkumisessa tulee huomioida myös yksilöllisyys ja vapaaehtoisuus.

Päiväkodien liikuntakasvatusta määriteltäessä henkilökunta koki, että päiväkodissa liikutaan paljon. Liikunta on monipuolista, suunniteltua ja tukee lapsen omaehtoista liikkumista. Lasten yksilöllisyys huomioidaan ja lapsille tarjotaan onnistumisen kokemuksia. Liikuntaa yhdistetään myös muihin kasvatuksen osa-alueisiin.

Päiväkotien Tenavatalon vanhemmilla ja työntekijöillä on varsin samansuuntaiset näkemykset liikuntakasvatuksesta. Kyselyn ja haastattelun kautta ei tullut ilmi ristiriitaisuuksia päiväkodien ja lasten vanhempien käsityksissä liikuntakasvatuksesta. Johtopäätöksenä voin todeta, että kasvatuskumppanuudella on suuri rooli Tenavatalolla ja vanhemmat ja henkilökunta vetävät yhtä köyttä liikuntakasvatuksen suhteen.

Asiasanat: laadullinen opinnäytetyö, varhaiskasvatus, liikuntakasvatus

ABSTRACT

Author: Satu Rahkola

Title: “Physical activity through play”

Experiences of the staffs and parents in physical education in day care centre Tenavatalo

Pages (+appendixes): 55 (+5)

Thesis description:

In my thesis I will look into the physical education in day care centre Tenavatalo from the staff's and the parents' point of view. The aim is to find out what physical education is, what is expected of it and how it could be developed in Tenavatalo.

Theoretical summary:

The theoretical background of my thesis consists of theories on physical education and child development and physical activity recommendations.

Methodological summary:

My bachelor' thesis is a qualitative study. I collected the material from the children's parents using questionnaires and with the group interview with the staff. I used content and discussion analysis to find answers to my research questions.

Main results and conclusions:

Physical education is considered an important part of the Tenavatalo activity. Parents define the physical education primarily as a factor stimulating an interest in physical education and as the joy of physical exercise. Parents feel that the exercise should take place through play, it should be varied and daily. as a factor stimulating an interest in physical education and as the joy of physical exercise but also individuality and voluntariness should be taken into account .

When defining physical education, the staff think that there is a lot of exercise in the day care centre. Physical education is comprehensive, well planned and supports the child's spontaneous exercise. The children's individuality is taken into account, and successful experiences are provided for them. Physical education is also associated with other aspects of early childhood education.

Day care centre Tenavatalos' parents and employees have quite parallel views of physical education. The questionnaire and the interview did not show contradictions in the perception of the day care centre staff and the parents of children's physical education. The conclusion is that the educational partnership in Tenavatalo has a great role in and the parents and staff are pulling together of physical education.

Key words: qualitative thesis, early childhood education, physical education

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	3
2 METODOLOGINEN ESITTELY	5
2.1 Kvalitatiivinen tutkimus	5
2.2 Tapaustutkimus	7
2.3 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset	8
2.4 Kohderyhmä ja kohteen ympäristö kuvaus	8
2.5 Tutkimusmenetelmät ja prosessin kuvaus	9
2.6 Aineiston hankinta ja analyysimenetelmä	14
2.7 Eettisyys ja luotettavuus	15
3 VARHAISKASVATUKSEN MÄÄRITTELYÄ.....	18
3.1 Varhaiskasvatus Suomessa	18
3.2 Lapsilähtöisyys	19
3.3 Lapsen osallisuus	20
3.4 Kasvatuskumppanuus – yhteistyötä vanhempien kanssa	22
4 LIIKUNTAKASVATUS PÄIVÄKODISSA.....	24
4.1 Liikuntakasvatuksesta asiakirjojen valossa	24
4.2 Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksat	29
4.2.1 Liikunnan määrä ja laatu.....	30
4.2.2 Liikunnan suunnittelu ja toteutus.....	32
4.2.3 Liikuntaympäristö, välineet ja yhteistyö.....	33
4.3 Liikuntasuunnittelun ja tavoitteiden merkitys	34
4.4 Ohjaajan roolin merkitys päiväkodin liikunnassa	36
4.5 Päiväkotien liikuntaolosuhteet Suomessa	37
5 LIIKUNNAN MERKITYS ALLE KOULUIKÄISEN LAPSEN KEHITYKSEEN JA KASVUUN	39
6 YHTEENVETO	44
7 POHDINTA	50
LIITTEET 1-5	

1 JOHDANTO

Suurin osa suomalaislapsista voi hyvin, mutta keskiarvojen taakse kätkeytyy vakavia ongelmia. Jo 10–20 % lapsista on ylipainoisia (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 10) ja terveyserot ovat viimeisten vuosikymmenten aikana kasvaneet huomattavasti ja lasten terveystottumuksissa sekä elämäntavainnassa riittää haasteita. Jotta lapsi voisi kasvaa ja kehittyä hyvin, on liikunnan edistäminen välttämätöntä. Liian pieni määrä liikuntaa heikentää jo alle kouluikäisten lasten tervettä kasvua ja kehitystä. Myös motoriset perustaidot voivat jäädä vajaiksi ja lapselle voi kehittyä ylipainoa ja lihavuutta, riskiä sairastua 2 tyypin diabetekseen, sydän- ja verisuonitauteihin sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksiin. (Karvinen, Rautio, Rätty 2010. s.4. 8.) Lasten liikunta on valtakunnallisesti ajankohtainen aihe ja lasten ylipainosta ja vähäisestä liikunnasta ollaan Suomessa yleisesti huolissaan.

Nuoren Suomen internet sivuilla kerrotaan taustaa lasten liikkumattomuudesta. Sen mukaan terveytensä kannalta vähän liikkuvia lapsia on vuosittain yhä enemmän ja täysin liikunnasta ulkopuolelle jäävien määrä on kasvanut huolestuttavasti. Lapsena aloitetulla liikunnalla on selkeä yhteys elinikäiseen terveyteen ja liikunnallisen elämäntavan omaksumiseen. ”*Liikkumaton lapsi ei valitettavasti liiku aikuisenakaan.*” Nuori Suomen tutkimuksessa painotetaan, että on aikuisten velvollisuutena sallia lapsen liike ja luoda liikkumisen mahdollisuuksia. Tutkimuksessa korostetaan myös, että vanhempien merkitys liikunnalliseen elämäntapaan tutustuttamisessa on huomattava. ”*Ilman aikuisen kannustusta ja hyväksyntää, lapsen on vaikea omaksua liikunnallista elämäntapaa.*” (Internetlähde:Nuori Suomi).

Mielenkiintoni aiheeseen nousi oman 5-vuotiaan tyttäreni päiväkodin vanhempainillasta syksyiltä 2010, jolloin illan aiheena oli alle kouluikäisten lasten liikunnan tärkeys. Illan aikana meitä aikuisia peloteltiin hurjilla tulevaisuuden ennusteilla, mikäli lapsemme eivät liiku tarpeeksi. Päiväkodin henkilökunta on kouluttautunut päivähoidon liikuntaan ja oli motivoitunut lisätäkseen liikuntaa hoitopäivän aikana ja me vanhemmat lupasimme hoitaa oman osuutemme lasten päivittäisestä liikunnasta. Ovatko lupaukset vain puheita vai siirrytäänkö jossain vaiheessa tekoihin? Kuinka pakkaset, sadeilmat ja Suomen muutenkin välillä haasteellinen ilmasto estää, hidastaa tai monipuolistaa lasten

päiväkotiliikkumista. Omien lasteni ohjaaminen liikunnan pariin ja heidän liikuntaliekin sytyttäminen on hyvällä alulla.

Työssäni on kaksi tutkimuskysymystä: Mitä liikuntakasvatus on vanhempien ja henkilökunnan mielestä? Mitä päiväkodin liikuntakasvatukselta odotetaan ja miten sitä voitaisiin kehittää? Opinnäytetyöni on laadullinen ja laadullisessa tutkimuksessa voidaan edetä spiraalimaisesti, jolloin analyysi kietoutuu tutkimuksen sisään. Tutkimukseni tulokset ovat luettavissa heti teorian yhteydessä. Työni keskeisenä tehtävänä on selvittää kyselylomakkeella vanhempien, ja haastattelulla päiväkodin työntekijöiden ajatuksia ja käsityksiä liikuntakasvatuksesta, sen sisällöistä ja mahdollisista kehittämistarpeista. Työni keskeisenä teoria-alueena ovat varhaiskasvatuksen- ja liikuntakasvatuksen teorat sekä varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Peilaan vanhemmilta ja päiväkodin henkilökunnalta saamiani vastauksia teoriaan keskustelun ja kyselyn sisältöanalyysin avulla.

Mielestäni vanhemmilla on merkittävä rooli lasten liikkumisessa. Me vanhemmat näytämme omalla käytöksellämme mallia lapsillemme liikunnallisesta elämäntavasta. Meistä on myös kiinni lapsen päivittäisen ulkoilun ja liikkumisen määrä. Liikunnallisen elämäntavan omaksuminen jo lapsuudessa on tärkeä asia myös yksilön tulevaisuuden kannalta, sillä liikkuvasta lapsesta tulee todennäköisemmin myös liikkuva aikuinen. Myös tulevassa ammatissani lastentarhanopettajana minulla on suuri mahdollisuus olla tukemassa lasten liikunnallista kasvua.

2 METODOLOGINEN ESITTELY

2.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ja kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus ovat tutkimusmenetelmiä, joita on vaikea täysin erottaa toisistaan. Usein ajatellaan niiden täydentävän toisiaan ja niitä voidaankin käyttää myös rinnakkain. On sanottu, että laadullinen tutkimus pyrkii ymmärtämään merkityksiä ja määrällinen käsittelee lukuja, mutta silti näitä kahta suuntausta ei pidä asettaa vastakkain. Lähes aina numerot ja merkitykset vaikuttavat toisiinsa. (Hirsjärvi ym. 2009, 136–137.) Laadullisen tutkimuksen lähtökohta on todellisen elämän kuvaamisessa, jolloin kohdetta pyritään tutkimaan kokonaisvaltaisesti. Työssäni käytän laadullista tutkimusotetta ja määrällistä tutkimusta esiintyy vain analysoidessani kyselyn taustatietoja.

Laadullisessa tutkimuksessa on olennaista tunnistaa eroja todellisuuden ja sen välillä, miten asiat voisivat olla. Yleensä myös tutkijan omat arvolähtökohdat muokkaavat osaltaan tutkimuksen kohteen ymmärtämistä. Laadullinen tutkimus pyrkii löytämään ja paljastamaan tosiasioita, joita ei välttämättä vielä tunneta. (Hirsjärvi ym. 2009, 160–161.)

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2009, 162–164) toteavat, että laadullisella tutkimuksella on monia lajisuuntia. Yhteisiä tekijöitä niille ovat sosiaalisten ilmiöiden merkityksellisuuden korostaminen ja tarve ottaa tämä huomioon tutkimusta tehtäessä. Laadullisen tutkimuksen yksi ominaispiirteistä on kokonaisvaltaisen tiedon hankkiminen keräämällä aineistoa todellisissa ja luonnollisissa tilanteissa, kuten esimerkiksi haastatteleamalla ihmisiä heidän omassa työympäristössään.

Opinnäytetyöni tarkoitus on tutkia päiväkotia Tenavatalon liikuntakasvatusta kokonaisvaltaisesti ja mahdollisimman todenmukaisesti. Laadullisella tutkimusotteella tutkitaan liikuntakasvatuksen sisältöjä ja kehittämiseen liittyviä näkökulmia. Määrällistä tutkimusotetta käytetään taustatietojen analysoinnissa. Aineistot on kerätty tutkittaville luonnollisissa tilanteissa, kotona kyselyyn vastaamalla ja haastatteleamalla työntekijät

työpaikallaan ja esikoululaiset tutussa tilassaan, jolloin vastaaminen on helpompaa ja avointa.

Laadullinen tutkimus ymmärtää tutkimuksen kohdetta menemällä syvemmälle ihmisen mieleen ja sosiaalisiin tilanteisiin. Menetelmän valinnassa tulee ensisijaisesti miettiä, mihin tutkimuksellaan haluaa pyrkiä. Jos tutkija haluaa selvittää, mitä tutkittavat ajattelevat, kokevat, tuntevat tai uskovat, kannattaa metodiksi valita kyselylomakkeet, haastattelut tai asenneskaalat. (Hirsjärvi ym. 2009, 179, 182, 185.) Laadullisessa tutkimuksessa tutkija pyrkii tuomaan esille yllättäviäkin seikkoja, ja se vaatii aineiston yksityiskohtaista tarkastelua. Aineiston hankinnassa pyritään käyttämään laadullisia metodeja, jolloin tutkittavien ääni pääsee mahdollisimman hyvin kuuluviin. Laadullisessa tutkimuksessa kohdejoukko on valittu yleensä tarkoituksenmukaisesti. Lainaukset alkuperäisestä aineistosta antavat esimerkkejä ja elävöittävät tekstiä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 22.)

Tuomi ja Sarajärvi (2009, 18–19) muistuttavat, että laadullinen tutkimus tarvitsee aina tuekseen teoriaa. Tuomen ja Sarajärven mukaan, ilman teoriaa mikään tutkimus ei ole pätevä. Teorialla pyritään usein tuomaan esiin teoreettinen viitekehys eli tutkimuksen kokonaisuus, mutta teorialla voidaan käsitellä myös menetelmiä ja luotettavuutta.

Laadullisella tutkimuksella ei ole tarkoitus pyrkiä yleistämään aihetta vaan tarkoituksena on kuvata jotain ilmiötä tai tapahtumaa, sekä ymmärtää toimintaa ja muodostaa sille teoreettisesti mielekäs tulkinta. Tutkimuksen kannalta suotuisaa on, että tutkittavat tietävät tutkimuksen aiheesta ja voivat toimia tutkittavina henkilöinä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85–86.) Minulla oli mahdollisuus vierailla päiväkodin vanhempainillassa kertomassa tutkimuksen tarkoituksesta ja aiheesta etukäteen, ennen kyselyiden toimittamista vanhemmille. Tutkimuksen aineisto on hankittu metodeilla, joilla tutkittavien ääni saadaan vahvasti kuuluviin. Aineistonkeruumenetelmät on pyritty valitsemaan niin, että ne tuovat esiin tutkittavien ajatuksia ja kokemuksia. Työssäni teoria tukee tutkimusta ja sen kulkua.

2.2 Tapaustutkimus

Eriksson ja Koistinen (2005, 4) määrittävät tapaustutkimuksen tutkimukseksi, jossa tutkitaan yhtä tai useampaa tapausta. Tapaustutkimuksessa on keskeinen tavoite määrittellä, analysoida ja ratkaista tapaus. Tutkittavaa ilmiötä voidaan rajata eri asioiden mukaan kuten ajan, paikan, toiminnon, yksilön tai ryhmän mukaan. Näin ollen voidaankin sanoa, että tapaustutkimus ohjaa strategiana koko tutkimusprosessia. Tutkittava tapaus voi olla yksilö, perhe, organisaatio, prosessi tai tilanne. (Saarela-Kinnunen & Eskola 2001, 162.)

Tapaustutkimuksen käyttö on perusteltua, mikäli halutaan saada vastauksia kysymyksiin: mitä, miten ja miksi. Tapaustutkimusta suositellaan, jos tutkijalla on vähän kontrollia tapahtumiin ja jos aiheesta on tehty vain vähän tutkimusta. Tutkimuskohteen tulee olla todellinen ilmiö ja tapaus tulee rajata tarkoituksenmukaisesti. (Eriksson & Koistinen 2005, 4–5.)

Intensiivinen tapaustutkimus tulkitsee ja ymmärtää yhtä tai muutamaa tapausta syvällisesti. Tällöin on kiinnostuttu juuri tapauksen ainutlaatuisuudesta. Ominaista on tutkijan perehtyminen tapaukseen tutkimukseen osallistuvien näkökulmasta ja usein myös heidän kielellään ja käsitteillään. Tavoitteena on luoda tiheä kuvaus, tulkinta ja ymmärrys. Koska mielenkiinto kohdistuu vain yhteen tai muutamaan tapaukseen, tarkoituksena ei ole tehdä yleistyksiä. (Eriksson & Koistinen 2005, 15.) Tässä työssä kohteena on vain yksi päiväkotia, sen liikuntakasvatus, työntekijät ja perheet, joten intensiivinen tapaustutkimus on tutkimukselle sopiva tyyli eikä tarkoituksena ole yleistää tuloksia.

Aineiston keruu voi koostua monista erilaisista menetelmistä. Mikäli menetelmiä on useita, on käsiteltävän aineiston kuitenkin muodostettava kokonaisuus (Saarela-Kinnunen & Eskola 2001, 159). Useiden eri aineistonkeruumenetelmien käyttöä samassa tutkimuksessa kutsutaan triangulaatioksi. Käyttämällä useampia menetelmiä, tutkija syventää tietämystään tapauksesta ja pääsee mahdollisimman hyvään lopputulokseen. (Eriksson & Koistinen 2005, 27). Työni koostuu useasta eri lähteestä kerätystä teoretisesta, vanhemmille suunnatusta kyselystä, työntekijöiden haastattelusta ja kahden esikoululaisen haastattelusta joten työssäni toteutuu triangulaatio. Useampaa menetelmää käyttämällä saadaan asia paremmin ymmärretyksi.

Tapaustutkimus ei kykene tuottamaan tilastollisia yleistyksiä, mikä ei olekaan menetelmän tarkoitus. Esimerkiksi kuvailevassa tapaustutkimuksessa korostuu tietyn tapauksen erityisyys ja mielenkiintoisuus. (Eriksson & Koistinen 2005, 34.)

2.3 Tutkimusongelma ja tutkimuskysymykset

Päivähoidossa tulee korostaa liikunnan merkitystä, sillä liikkumisella on tärkeä rooli lapsen tulevaisuudessa. Opinnäytetyöni tutkimusongelma on selvittää, miten liikuntakasvatus ymmärretään, mitä Tenavatalon liikuntakasvatukselta odotetaan ja miten sitä kehitettäisiin. Lähtökohtana ovat lasten vanhempien ja henkilökunnan näkökulmat.

Tutkimuskysymykset:

1. Mitä liikuntakasvatus on vanhempien ja henkilökunnan mielestä?
2. Mitä päiväkodin liikuntakasvatukselta odotetaan ja miten sitä voitaisiin kehittää?

Tarkoituksena on selvittää, millaisia eroja vanhempien ja päiväkotihenkilökunnan vastauksista löytyy. On tärkeä tietää, mitkä ovat vanhempien odotukset päiväkodilta liikuntakasvatuksen suhteen, jotta vanhemmat ja päiväkotitoiminta voivat tukea toisiaan parhaalla mahdollisella tavalla lapsen liikkumisen mahdollistamisessa. Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma määrittelee päiväkodin toiminnan, mutta vanhemmat voivat esittää toiveitaan ja ajatuksiaan. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 2007)

2.4 Kohderyhmä ja kohteen ympäristö kuvaus

Päiväkotitoiminta Tenavatalo on 36 paikkainen päiväkotitoiminta Temmeksen kylällä, Tyrnävän kunnassa. Päiväkodissa on kaksi lapsiryhmää, Pirpanat ja Muksut. Pirpanoiden

ryhmässä on 0-3 -vuotiaita lapsia ja Muksut ovat 3-6-vuotiaita ja myös esiopetusikäiset kuuluvat Muksujen ryhmään. Henkilökunta koostuu kolmesta lastentarhanopettajasta, joista yksi toimii myös päiväkodinjohtajana. Heidän lisäksi on kolme päivähoitajaa ja ryhmäavustaja.

Päiväkoti toimii vanhassa Temmeksen kunnantalossa ja osaltaan tilat ovat sokkeloiset ja ahtaat, mutta liikunnan näkökulmasta vanhan valtuustosalin muuttuminen liikuntasaliksi on hyvä ratkaisu. Piha-alue on iso ja siellä on monipuolisesti leikkipaikkoja. Pallopelejä voi pelata omalla alueella, keinut ja kiipeilytelineet ovat hyvässä kunnossa, ja asfalttialue mahdollistaa myös pyöräilyn. Hiihtolatu ja luistelukenttä ovat koulun alueella ja sinne on päiväkodilta matkaa yli kilometri. Isompien lasten kanssa se on suhteellisen helppo kulkea, mutta pienille matka on liian pitkä. Päiväkodin läheisyyteen on useampana talvena tehty oma pieni hiihtolatu, jota myös pienet ovat voineet käyttää. Metsäretket ovat suosittuja, mutta myös sinne on lapsilla matkaa kuljettavana. Mutta retket ovat kuitenkin niin mieluisia, että matkaa taitetaan silti useita kertoja kuukaudessa. Usein matka saattaa pysähtyä reitin varrella olevalle kiinnostavalle risukolle, jossa lapsilla on vain mielikuvitus rajana rakentaessaan ”nuotiopaikkoja ja saunoja”.

Liikuntamahdollisuuksia luodaan ja hyödynnetään sekä sisällä että ulkona lasten turvallisuus sekä liikunnan monipuolisuus huomioiden. Talon periaatteena on ulkoilla säällä kuin säällä. Tenavatalon toiminta-ajatuksena on tukea lapsen kasvua, oppimista ja kehitystä. Tehtävää toteutetaan yhdessä perheiden kanssa kasvatuskumppanuuden hengessä. Vanhempien kanssa yhdessä huolehditaan myös lasten päivittäisen liikunnan määrän täyttymisestä. (Tyrnävän kunta 2011.)

2.5 Tutkimusmenetelmät ja prosessin kuvaus

Tutkimuksen tarkoitus määrittelee käytettävän tutkimusstrategian. Tutkimuksen tarkoitus voi olla kartoittava, selittävä, kuvaileva tai ennustava. Tutkimukseni on kuvaileva, sillä Hirsjärven & kumppaneiden (2009, 138–139) mukaan kuvaileva tutkimus tuo esiin yksityiskohtaisesti kuvauksia henkilöistä, tapahtumista tai tilanteista.

Tarkoituksenani on tuoda esiin päiväkotitenaavatalon liikuntakasvatuksen sisältöjä ja kehittämistarpeita vanhempien ja henkilökunnan näkökulmasta.

Tutkimus on laadullinen tapaustutkimus päiväkotitenaavatalon liikuntakasvatuksesta. Tutkimuksen kohderyhmänä ovat päiväkotitenaavatalon lasten vanhemmat, osa esikoululaisista ja päiväkodin henkilökunta. Tutkimus toteutettiin kahdessa osassa syksyllä 2011. Vanhemmille jaettiin kyselylomakkeet marraskuun lopulla ja työntekijöiden ja lasten haastattelu suoritettiin joulukuussa 2011.

Yleisimmät laadullisessa tutkimuksessa käytetyt aineistonhankintamenetelmät ovat haastattelu, kysely, havainnointi ja erilaisiin dokumentteihin perustuva aineisto (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71). Opinnäytetyöni aineistonkeruu koostuu tiedonkeruulomakkeesta, jossa on suljettuja ja avoimia kysymyksiä sekä ryhmäkeskustelusta/-haastattelusta. Miettiessäni miten kerään tietoa vanhemmilta, lähes heti järkevimmäksi menetelmäksi valikoitui kysely, koska sillä tavoitetaan suhteellisen helposti laaja joukko ihmisiä. Kyselytutkimuksen etuna on mahdollisuus saada laaja ja kattava aineisto. Menetelmän heikkouksina pidetään aineiston pinnallisuutta ja vaikeutta kontrolloida väärinkäsityksiä. Mietintää herättää myös se, ettei etukäteen voi tietää, kuinka paljon tutkittavat tietävät aiheesta, josta kysytään. (Hirsjärvi ym. 2009, 193–195). Tätä riskiä minimoin käymällä päiväkodin vanhempainillassa esittelemässä tutkimuksen aiheita.

Lomakkeen laadinta ja kysymysten asettelu vaikuttavat olennaisesti kyselyn onnistumiseen. Käytetyimmät kysymystyypit ovat avoimet kysymykset, monivalintakysymykset sekä asteikkoihin perustuvat kysymykset. (Hirsjärvi ym. 2009, 197–200.) Avoimissa kysymyksissä esitetään kysymys, ja vastaukselle on jätetty tyhjä tila. Monivalintakysymyksissä tutkija muodostaa valmiit vastausvaihtoehdot, joista vastaaja valitsee itsellensä sopivan. Skaaloihin perustuvissa kysymyksissä esitetään väittämiä, joihin vastaaja ottaa kantaa ilmaisemalla, kuinka voimakkaasti hän on samaa tai eri mieltä. Käytössä voi olla esimerkiksi järjestystä mittaava Likertin asteikko. Likertin asteikko on mielipideväittämissä käytetty, tavallisesti 4- tai 5-portainen järjestysasteikon tasoinen asteikko, jossa toisena ääripäänä on useimmiten ”täysin samaa mieltä” ja toisena ääripäänä ”täysin eri mieltä” (Hirsjärvi ym. 2009, 198–200.)

Avointen kysymysten etuna nähdään se, että ne antavat vastaajan vastata omin sanoin. Näin saadaan esiin vastaajien tietämys tutkittavasta aiheesta. Tällöin ilmenee myös se,

mikä on vastaajien ajattelussa olennaista sekä miten vastaajien aiheeseen liittyvät tunteet vaikuttavat. (Hirsjärvi ym. 2009, 201.)

Valli (2001, 111) näkee avoimissa vastauksissa mahdollisuuden hyvien ideoiden esiin tuloon. Avointen kysymysten analysointi on työlästä, koska se vie huomattavasti enemmän aikaa kuin valmiiden vaihtoehtojen analysointi. Kysymysten tulisi olla selkeitä ja yksinkertaisesti ymmärrettäviä. Rajatut kysymykset ovat helpommin vastattavissa kuin yleiset kysymykset. Vaihtoehtokysymyksissä kannattaa olla mahdollisuus vastata 'ei mielipidettä', jolloin vastaaja ei ole pakotettu valitsemaan vaihtoehtoa. (Hirsjärvi ym. 2009, 202–203.)

Henkilökunnan osalta aineistonkeruun menetelmäksi valitsin ryhmäkeskustelun, koska näin työntekijöiden välille syntyy todellista keskustelua aiheen tiimoilta. Lapsen osallisuuden ja lapsilähtöisyyden huomioin haastatteleamalla kahta esikoululaista ja kyselemällä heiltä liikunnasta. Keskustelun kautta voimme laajentaa ja tarkentaa kysymyksiä paremmin kuin pelkkään lomakkeeseen vastaamalla. Tiedonhankintamuotona haastattelu läpäisee koko yhteiskunnan. Sitä käyttävät monet eri ammattiryhmät jokapäiväisessä työssään saadakseen tietoa. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 9.) Kysely ja haastattelu erotetaan toisistaan tiedonantajan toiminnalla. Kyselyssä tutkittava täyttää itse tietoja, kun taas haastattelussa tutkittava kertoo suullisesti tietoja. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.)

Haastattelijan ensimmäinen tärkeä tehtävä on luoda miellyttävä suhde haastateltavaan. Keinoja päästä hyvään suhteeseen ovat esimerkiksi haastattelijan empaattinen asenne ja yhteisen pohjan luominen. (Ruusuvuori & Tiittula 2005, 41.) Omat vierailuni päiväkodilla helpottivat mielestäni haastattelun aloittamista, sillä olin työntekijöille tuttu ja lapsillekin tuttu kasvo. Haastattelut jaetaan strukturoituihin ja strukturoimattomiin kysymysten valmiuden ja sitovuuden mukaan. Tunnetuimpia puolistrukturoituja haastatteluja ovat teemahaastattelut, joissa teemat eli aihepiirit on ennalta päätetty, mutta kysymysten muoto ja järjestys vaihtelevat. Teemahaastattelua käytetään paljon, koska se vastaa hyvin laadullisen tutkimuksen lähtökohtiin. (Hirsjärvi ym. 2009, 208–209; Tiittula & Ruusuvuori 2005, 11–12.) Työssäni käytän puolistrukturoitua haastattelua. Haastattelurunko on valmiiksi mietitty, mutta jätin itselleni liikkumavaraa ja voin tehdä tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä.

Useimmiten tutkimushaastattelut nauhoitetaan ja niin myös tässä tapauksessa. Tällöin haastattelun kulkuun voidaan palata myöhemmin, jolloin voidaan tarkentaa tulkintoja haastattelusta ja löytää uusia oleellisia seikkoja joko aiheeseen tai haastatteluun liittyen. Nauhoittaminen mahdollistaa vuorovaikutuksen tarkastelun, analysoinnin sekä tarkemman raportoinnin. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 14–15.) Analysointia varten haastattelut litteroidaan eli muutetaan kirjoitettuun muotoon, jolloin aineistosta löydetään tärkeät yksityiskohdat helpommin. Litterointi toimii hyvänä muistamisen apuna analysointivaiheessa. Mitä tärkeämmässä roolissa vuorovaikutus on, sitä olennaisempaa on litteroida tarkasti. (Tiittula & Ruusuvuori 2005, 16.)

On todettu, että useampien ihmisten läsnäolo vaikuttaa vapauttavasti keskusteluun. Haastattelumuodon valinta riippuu tutkimuksen aiheesta ja siitä, keitä haastateltavat ovat. Ryhmähaastattelua pidetään tehokkaana aineistonkeruun muotona, koska sen avulla saadaan monelta henkilöltä tietoa samaan aikaan. (Hirsjärvi ym. 2009, 210). Ryhmähaastattelu ja ryhmäkeskustelu eroavat toisistaan siinä mielessä, että ryhmähaastattelussa haastatteli kysyy kaikilta ryhmän jäseniltä samoja kysymyksiä järjestyksessä. Ryhmäkeskustelussa vetäjän tulee saada osallistujien välille luontevaa vuorovaikutusta tietystä aiheesta. Keskustelun aloitus voi tapahtua kysymyksin, mutta aloitukseen voi käyttää myös havainnollisia materiaaleja, kuten kuvia tai artikkeleita. (Valtonen 2005, 223–224.) Ryhmäkeskustelutilanteessa ryhmän vetäjällä on hyvin keskeinen rooli. Tehtävänsä on luoda keskustelulle otollinen ilmapiiri ja ohjata keskustelun kulkua päämäärän mukaisesti sekä kannustaa osallistujia keskustelemaan. Keskusteluvastuu siirretään mahdollisimman pian osallistujille. Vetäjä ei vaikuta mielipiteisiin, vaan pyrkii saamaan ne esiin. Eräs yleinen ryhmäkeskustelun käytötapa on pyrkiä selvittämään vastaajien ajatuksia ja mielipiteitä keskustelun aiheena olevasta ilmiöstä. (Valtonen 2005, 223, 226.) Työssäni haastattelen työntekijät ja esikoululaiset heille tutuissa ympäristöissään, jotta tilanne olisi mahdollisimman luonteva. Kysymykset ovat suunnattuja kaikille, mutta puheenvuoron voi ottaa kuka tahansa ja mikäli johonkin kysymykseen ei osaa tai halua vastata niin sekin mahdollisuus on olemassa. Haastatteluni on tämän johdosta enemmän ryhmäkeskustelun muotoinen. Lasten haastattelun kohdalla esitin molemmille lapsille samat kysymykset ja haastattelin heidät vuorotellen.

Opinnäytetyöprosessi käynnistyi omasta kiinnostuksestani selvittää vanhempien käsityksiä varhaiskasvatuksen liikunnasta ja valitsin kohteekseni neutraalin päiväkodin

joka oli minulle täysin vieras. Esitin aiheeni päiväkodinjohtajalle ja hän piti aihetta mielenkiintoisena ja heille tärkeänä. Vierailin päiväkodilla ja keskustelimme talon liikuntamahdollisuuksista sekä tutkimuksen aikataulutuksesta. Esittäydyin myös talon vanhempainillassa ja kerroin taustoja tutkimukselle.

Kyselylomakkeet jaettiin päiväkodilla lasten lokeroihin 22.11.2011 ja vanhemmilla oli vastausaikaa 29.11.2011 asti.

Henkilökunnan haastattelu suoritettiin 7.12.2011 ja kaksi esikoululaista haastattelin 16.12.2011.

Aineistonkeruu sujui hyvin. Aluksi hieman jännitin millaisen vastausprosentin saan, mutta olen tyytyväinen 60 % vastausprosenttiin. Toki vastauksia olisi voinut tulla enemmänkin, jotta aineisto olisi kattanut suuremman joukon kohderyhmästä. Kyselylomake vaatii aina perehtymistä ja avoimet kysymykset voivat olla raskaita vastata. Moni vastaajista oli vastannut hyvin lyhyesti (”ok tai hyvä”) avoimiin kysymyksiin, vaikka pyysin perustelemaan vastauksia. Onneksi silti moni vanhemmista oli jaksanut perehtyä kyselyyn hienosti ja sain kuitenkin paljon analysoitavia vastauksia.

Ryhmäkeskustelu henkilökunnan kanssa sujui hyvin. Keskustelua syntyi paljon ja sain hyvin aineistoa henkilökunnan käsityksistä. Tarvittaessa johdattelin keskustelua seuraavaan aiheeseen.

Lasten haastattelu meni odotusten mukaan. Molemmat esikoululaiset olivat hyvin reippaita ja rohkeita eivätkä juuri ujostelleet minua. Aloitin haastattelun esittelemällä itseni ja jutustelemalla niitä näitä. Lähestyvä joulukuun oli oivallinen jään rikkoja. Olin miettinyt vain muutaman kysymyksen lapsille, ja koska he olivat sanavalmiita, sain hyvää materiaalia lasten osallisuudesta ja lapsilähtöisyydestä. Esikoulun opettaja valitsi haastateltavat lapset ja tämä oli oikea ratkaisu, sillä heillä on hyvä tuntemus lapsista ja he tiesivät kuka lapsista olisi sellainen haastateltava, jolta saisin vastauksia kysymyksiini.

Tutkimukseni ajoittui ajankohdallisesti hyvin. Olin syksyn 2011 opintovapaalla ja päättäessäni suuntaavan harjoittelun lokakuun puolella välissä, siirryin suoraan opinnäytetyön äärelle. Ajatus aiheesta oli kypsytynyt mielessäni jo vuoden, joten oli helppo siirtyä toteuttamaan ajatusta. Opinnäytetyö on edennyt luontevasti muiden opiskeluiden ja perheen touhujen lomassa. Kyselylomakkeet jaettiin vanhemmille

marraskuun 2011 lopussa. Työntekijät haastattelin joulukuun alussa ja lapset ennen joulua. Tätä ennen olin kirjoittanut teoriaosuuden lähes valmiiksi.

Tulosten analysointiin minulla oli hyvin aikaa, kunnes lupauduin sijaistamaan harjoittelupäiväkodillani. Myös kotona omien lasten kanssa touhuaminen siirsi kirjoitusurakkaa, kunnes päätin ottaa materiaalit ja koneen mukaani ja vietin viikonlopun omassa lapsuuskodissani rauhassa kirjoitellen. Tulosta syntyi, kun sain keskittyä pelkästään kirjoittamiseen. Tästä suuri kiitos ihanalle miehelleni ja vanhemmilleni.

Tutkimusluvan (liite 2) työhöni myönsi päiväkodinjohtaja Helena Ojanperä. Saatekirjeessä (liite 3) vanhemmille, kerron miksi teen tutkimuksen, ja mikä on tutkimustehtävä. Lisäksi kirjeessä esitellään kuvion muodossa varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Lomakkeen lähetekirjelmässä tulee kertoa tutkimuksen tarkoituksesta ja käytännön asioista liittyen lomakkeeseen ja sen täyttämiseen. (Hirsjärvi ym. 2009, 202–204.)

2.6 Aineiston hankinta ja analyysimenetelmä

Jotta tutkimus olisi ehyt, tulee aineiston analyysin muodostaa aineistonkeruun kanssa yhtenevä kokonaisuus. Analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko ovat tutkimuksen ydinasioita. Ensimmäiseksi tarkistetaan tiedot, jotta niitä voidaan käyttää tutkimuksessa. Tämän jälkeen aineisto järjestetään tallennusta ja analyysia varten. Riippuu paljon tutkimuksen menetelmistä, kuinka suuritöinen tämä vaihe on. Laadullinen aineisto yleensä litteroidaan eli kirjoitetaan puhtaaksi sana sanalta. Aineistosta voidaan litteroida vain osa tai se voidaan kokonaisuudessaan litteroida tutkimustehtävän tarpeen mukaisesti. (Hirsjärvi ym. 2009, 221–222). Tutkimuksen luonne määrittelee analyysin ajankohdan ja muodon. Yleisesti analyysi on hyvä aloittaa mahdollisimman pian aineiston keruuvaiheen jälkeen. Määrällinen tutkimus etenee lineaarisesti, jolloin edellinen ehdotus on pätevä. Laadullisessa tutkimuksessa edetään spiraalin omaisesti, jolloin analyysi kietoutuu tutkimuksen sisään. (Hirsjärvi ym. 2009, 223–224). Tässä opinnäytetyössä käytän laadullista tutkimusmenetelmää, aineisto on kerätty

kyselylomakkeella ja haastatteluilla. Kyselylomakkeella saan vanhemmilta paljon tietoa ja haastatteleamalla työntekijät ja kaksi esikoululaista, saan kattavasti tietoa samaan aikaan useammalta ihmiseltä. Työntekijöiden haastattelun litteroin osittain, sillä nauhoituksen aikana keskustelu laajeni välillä eri urille, joten litteroin vain oleellisen osan keskustelusta, joka liittyi suoranaisesti keskustelun aiheeseen. Lasten haastattelut litteroin kokonaisuudessaan. Tulokset esitän spiraalinomaisesti teorian yhteydessä, jotta lukijalle tulee helpommin ymmärretyksi teorian ja käytännön yhteys.

2.7 Eettisyys ja luotettavuus

Tuomi ja Sarajärvi (2009, 127, 129, 130) korostavat tutkimusta arvioitaessa eettisen kestävyuden tärkeyttä. Jotta tutkimusta voidaan pitää onnistuneena, tutkijan tulee sitoutua siihen eettisesti. Tutkijan on tarkkaan mietittävä, mikä on tutkimuksen tarkoitus ja kenen ehdoilla se tehdään, sillä tutkija on vastuussa tutkimuksensa tulosten sovellutuksista. On pohdittava etukäteen, voiko joku ulkopuolinen käyttää tuloksia vahingoittamistarkoitukseen tutkimuksen jälkeen. Tutkimukseen osallistuvilla on aina ihmisoikeuksien takaamat eettiset oikeudet. Tutkijan on selitettävä tutkittaville tutkimuksen tavoitteet, menetelmät sekä osallistumiseen sisältyvät mahdolliset riskit. Ketään ei voi pakottaa osallistumaan tutkimukseen, vaan jokaisella on mahdollisuus kieltäytyä siitä halutessaan. Tutkijan on varmistettava, että tutkittava tietää, mihin on ryhtymässä antaessaan suostumusta tutkimukseen. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131).

Tutkimuksessa saadut tiedot ovat luottamuksellisia, jolloin niitä ei luovuteta ulkopuolisille eikä niitä käytetä muuhun tarkoitukseen kuin tutkittaville on kerrottu. Tutkittavat ovat tutkimuksessa aina nimettömiä. Tutkijan on oltava tutkimuksessaan rehellinen ja noudatettava sopimuksia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 131). Saamani tiedot ovat olleet vain minun hallussani, ja hävitän palautetut tiedonkeruulomakkeet sekä haastatteluiden nauhoitukset työni valmistuttua.

Tutkimuksen luotettavuutta voidaan tarkastella kahden käsitteen kautta. Tutkimuksen reliaabeliudella eli mittausvirheettömyydellä tarkoitetaan mittaustulosten toistettavuutta eli tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia. Tätä mittausvirheettömyyttä

voidaan varmistaa monin tavoin. Kahden tutkijan samanlaiset tulokset varmistavat reliaabeliutta. Saman henkilön tutkiminen kahdesti ja samansuuntaisten tulosten saaminen kertovat myös reliaabeliudesta. (Hirsjärvi ym. 2009, 231.) Toinen luotettavuutta mittaava käsite on validius eli pätevyys. Se kertoo, että tutkimuksessa käytetyt menetelmät mittaavat juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata. Saattaa olla, että kyselylomakkeessa olevat kysymykset on ymmärretty väärin, eivätkä vastaukset tällöin ole päteviä. (Hirsjärvi ym. 2009, 231–232.)

Laadullisessa tutkimuksessa nämä luotettavuuden ja pätevyyden käsitteet joutuvat kovaan testiin. Laadullisen tutkimuksen yksi lähtökohdista on ainutlaatuisuus, jolloin samanlainen tilanne ei toistu uudelleen. Silti luotettavuutta ja pätevyyttä on arvioitava myös laadullisessa tutkimuksessa. Laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää kuvata henkilöt, paikat ja tapahtumat. Näin voidaan arvioida kuvauksia ja niihin liitettyjen tulkintojen yhteneväisyyttä. Tutkijan yksityiskohtainen kuvaus tutkimuksen kulusta parantaa luotettavuutta. (Hirsjärvi ym. 2009, 232). Työstäni ilmenee selvästi mikä ja millainen tutkimuksen kohde on. Päiväkoti Tenavatalo on hyvin tunnistettavissa ja todennettavissa, mutta haastateltavien ja kyselyyni vastanneiden henkilöllisyydet eivät käy ilmi.

Tutkimusta tehdessä kaikki valinnat pitää tarkastella eettisyyden kautta. Valinnat tulee olla eettisesti kestäviä, koska eettisyys on läsnä jokaisessa valinnassa ja läpäisee kaiken tutkimuksessa. Saatua tietoa ei tule käyttää väärin. Tutkijan tulee ottaa kantaa tekemiensä valintojen kautta työn luotettavuuteen. Työtä tehdessä ei saa suosia tietyn tutkijan tai yliopiston tuottamia julkaisuja. Se voi antaa väärän kuvan lukijoille siitä, ketkä asiaa ovat tutkineet. Tutkija ei saa suhtautua mihinkään vaiheeseen tutkimuksessaan piittaamattomasti. (Pohjola 2007, 11–16.)

Olen käyttänyt lähteinä laajasti kirjallisuutta ja olen pyrkinyt löytämään samasta aiheesta useita eri kirjoittajien tekemiä julkaisuja. Haastatteluista nostin esille suoria lainauksia elävöittämään tekstiä, mutta lukija ei pysty tunnistamaan niiden lausujaa. Pohjola (2007, 15.) kirjoittaa, että suorat lainaukset ovat perusteltuja vain tutkimuksen kannalta erityisen osuvien ilmaisujen, määritelmien tai käsitteiden kohdalla. Samalla nousee esiin myös plagioinnin vääräys. Tämän vältin sillä, että reflektoin lukemaani tekstiä ja merkitsin suorat lainaukset asianmukaisesti. Merkitessäni lähdeviitteitä ja

laatiessani lähdeluetteloja pyrin noudattamaan erityistä huolellisuutta ja tarkkuutta työni luotettavuuden takaamiseksi.

3 VARHAISKASVATUKSEN MÄÄRITTELYÄ

3.1 Varhaiskasvatus Suomessa

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2007, 11) määritellään varhaiskasvatukseksi pienten lasten elämänpiireissä tapahtuva kasvatuksellinen vuorovaikutus, jonka tavoitteena on edistää lasten tasapainoista kasvua, kehitystä ja oppimista. Lisäksi tarvitaan vanhempien ja kasvatuksen ammattilaisten kiinteää yhteistyötä, kasvatuskumppanuutta, jotta perheiden ja kasvattajien yhteinen kasvatustehtävä muodostaa lapsen kannalta mielekkään kokonaisuuden.

Suomessa varhaiskasvatus koostuu yhteiskunnan järjestämästä, valvomasta ja tukemasta hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuudesta. Se on suunnitelmallista ja tavoitteellista vuorovaikutusta ja yhteistoimintaa, jota toteutetaan päiväkodissa, avoimessa varhaiskasvatuspalvelussa, kuten leikki- ja kerhotoiminnassa sekä perhepäivähoidossa. Varhaiskasvatuspalveluja tuottavat kunnat, järjestöt, yksityiset palveluntuottajat ja seurakunnat.

Varhaiskasvatuksen lähtökohtana on kasvatustieteelliseen, erityisesti varhaiskasvatukselliseen, mutta myös laaja-alaiseen, monitieteiseen tietoon ja tutkimukseen sekä pedagogisten menetelmien hallintaan perustuva kokonaisvaltainen näkemys lapsen kasvusta, kehityksestä ja oppimisesta. Esiopetus on vuotta ennen oppivelvollisuuden alkamista tarjottavaa suunnitelmallista opetusta ja kasvatusta. Varhaiskasvatus, esiopetus ja perusopetus muodostavat lapsen kehityksen kannalta johdonmukaisesti etenevän jatkumon. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 2007, 11.)

Varhaiskasvatus on lapsuuden eri kasvu- ja oppimisympäristöissä tapahtuvaa kasvatuksellista ja pedagogista toimintaa, joka perustuu aikuisten ja lasten sekä lasten keskinäiseen vuorovaikutukseen sekä aikuisen keskinäiseen toimintaan ja yhteistyöhön. Aikuisen ja lapsen välisessä vuorovaikutuksessa lapsen oikeanlainen tulkinta on onnistuneen vuorovaikutuksen edellytys. (Nummenmaa 2001, 26.)

3.2 Lapsilähtöisyys

Lapsilähtöisyys on yksi pedagoginen valinta ja rajausta monen muun pedagogisen painotuksen rinnalla. Lapsilähtöinen varhaiskasvatus tarkastelee varhaiskasvatusta lapsen kautta lapsen kasvuprosessina. Siinä painotetaan enemmän lapsesta lähteviä ideoita ja lapsesta kumpuavaa innostusta ja oppimista ja oivaltamista sekä sen kaiken tukemista oikeilla menetelmillä ja valinnoilla. Lapsilähtöisyyttä luonnehtii voimakas usko lasten kykyihin ja potentiaaliin. Tämä tarkoittaa esimerkiksi luottamusta siihen, että lapsilähtöisissä projekteissa tulee esille kaikki ne oleelliset asiat ja ilmiöt, jotka ovat ihmisen elämän kannalta välttämättömiä. Lapsilähtöisyyteen sisältyy keskeisenä määrittelevänä elementtinä lasten omaehtoinen ja suunnitteleva toiminta, joka säätelee niin tavoitteita, sisältöjä kuin itse toteutustakin. (Kinos 2001, 30,38.)

Lapsilähtöisen kasvatusajattelun taustalla on lapsen yksilöllisyyden kunnioittaminen ja tasa-arvo: jokainen lapsi hyväksytään sellaisena kuin hän on, ja jokainen lapsi on yhtä arvokas ja tärkeä. Lapsen tarpeet ja kiinnostuksen kohteet ovat kasvattajalle aina yhtä tärkeitä ja ennen kaikkea samanarvoisia. (Hytönen 2002, 14.)

Tenavatalon toimintaympäristö on kalustettu pääasiassa lasten kokoisilla kalusteilla. Pelit, lelut ja perusmateriaalit on valittu huomioiden lasten ikä- ja kehitystaso sekä lasten kiinnostuksen kohteet. Materiaalit ovat helposti lasten saatavilla ja leluja ja pelejä vaihdellaan aika ajoin. (Tyrnävän Kunta 2011, 6.)

Tenavatalon työntekijöiden haastattelusta selvisi, että lapsilähtöinen ajattelu on hyvin sisäsyntyistä. Työntekijöiden puheesta ilmeni paljon lapsilähtöisyyttä, esimerkiksi liikuntasalin käyttöä energian purkuun käytetään lähes päivittäin. Lasten ideoita kuunnellaan ja toteutetaan mahdollisuuksien mukaan. Yhtenä esimerkkinä haluan nostaa esille metsäretken joka venyi liian pitkäksi sen vuoksi, että lapsilla oli mieluista leikkiä metsässä vaikka ruoka-aika kolkutteli jo ovella. Työntekijät kertoivat, että aika lensi kuin siivillä heidän seurattessaan lasten touhuja ja he eivät halunneet keskeyttää leikkejä vain aikataulun vuoksi. Ruokailemaan ehdittiin myöhemminkin.

Päiväkodissa halutaan tarjota lapsille mahdollisimman viihtyisä ja turvallinen toimintaympäristö, niin fyysisesti kuin psyykkisestikin. Päiväkodin kiireetön ja

turvallinen ilmapiiri mahdollistaa hyvät edellytykset lapsen tasapainoiselle kasvulle, kehitymiselle ja oppimiselle. (Tyrnävän Kunta 2011, 6.)

Ajatellessamme lapsilähtöisyyttä on mielestäni tärkeää huomata se, että varhaiskasvatuksessa toiminta ja kasvatuspäämäärät voivat olla hyvinkin lapsilähtöistä ja kasvattajien ajatusmaailma myös hyvin lapsilähtöistä ajattelua. Saattaa kuitenkin olla, etteivät kasvattajat itse osaa mieltää omaa toimintaa ja kasvatustyyliään lapsilähtöiseksi. Usein ajatellaan, että lapsilähtöinen varhaiskasvatus on hyvin teoreettista, ”kasvatusgurujen” näkemyksiin ja tutkimuksiin perustuvaa systemaattista toimintaa. Kuitenkin se on juuri arjessa tapahtuvaa tavallista kasvatustyötä; lapsen tarpeisiin vastaamista, kuuntelemista, lapsen kunnioittamista ja lapsen kotona opittujen asioiden, tapojen tai käytäntöjen arvostamista, lapsen yksilöllistä huomioimista, tukemista jne. Se voi olla mielestäni vaikka lapsen päiväuniajoissa joustamista tai lapsen päivävilkkauksen purkamismahdollisuuden antamista poikkeuksellisesti liikunnan muodossa. Väsynyt lapsi voisi saada mahdollisuuden mennä aiemmin päiväunille ja jos vilkas lapsi ei jaksaa keskittyä askarteluun, hänelle voisi suoda mahdollisuuden purkaa vauhtiaan vaikka sählyä pelaamalla. Mielestäni kasvattajien on tärkeää tietää se, että heidän ajatuksena, kasvatuskäytännönä ja toimintansa voivat olla hyvin lapsilähtöistä, ilman että he ajattelevat asiaa mitenkään erityisesti eri teorioiden kautta.

Lapsilähtöisyys toteutuu varhaiskasvatuksessa mielestäni silloin, lasten omat ideat ja ajatukset ovat kasvattajalle tärkeitä ja ne toimivat lapsen oppimisen, kasvun ja kehityksen ohjaajina. Vastauksien perusteella ja teorian tietoon peilaten lapsilähtöinen lähestymistapa on hyvin tavanomainen tapa toimia. Kasvatusalan ammattilaiset ovat mielestäni sisäistäneet lapsilähtöisen ajattelun eikä sitä tarvitse erikseen enää työtä tehdessä miettiä.

3.3 Lapsen osallisuus

Ihmisen identiteetin kehittymisen kannalta on merkityksellistä ja ratkaisevaa, että lapsella on mahdollisuus olla osallisena ja mukana käsittelemässä asioita niissä yhteisöissä, jotka ovat hänelle itselle merkityksellisiä. Jotta kasvava lapsi voi rakentaa

ymmärrystä siitä, kuka hän on, mihin hän kuuluu ja miten hän elää, on perheen, suvun, oman asuinalueen ja muiden elämänpiiriin kuuluvien yhteisöjen elämään ja toimintaan osallistuminen lapselle tärkeää. (Bardy, Salmi & Heino 2001, 125). Kyse onkin yhdestä kasvun ja kehityksen perusedellytyksestä. Opimme olemaan ja elämään yhdessä muiden kanssa juuri osallistumisen kautta. (Oranen 2008, 7.)

Lasten osallisuutta tarkasteltaessa se tulee nähdä osana lapsia ja lapsuutta koskevia käsityksiä. Lapsen osallisuus pitää sisällään käsityksen siitä, että lapsi nähdään yksilönä, yhteiskunnan ja inhimillisen yhteisön jäsenenä ja toimijana. Osallisuus vastaavasti ei ole teknistä, menetelmällistä tai hallinnollista. Osallisuudessa kiinnitetään erityistä huomiota siihen, miten lapset ja lapsuus nähdään. (Forsberg, Ritala-Koskinen & Törrönen 2006, 5–18; Thomas 2002; ref. Hotari ym. 2009, 130.) Perustana lapsen osallisuudelle on turvallisuuden kokemus sekä kohdatuksi tuleminen, mutta tärkeintä osallisuutta lapselle on vaikutusmahdollisuudet siinä elinpiirissä, jossa he kasvavat, leikkivät, oppivat, nauttivat ja keksivät. (Karlsson 2005, 8; Lapsiasiavaltuutettu 2009.)

Työntekijöiden kanssa käydyssä keskustelussa kävi ilmi, että lasten osallisuus näkyy Tenavatalolla esimerkiksi ottamalla huomioon lasten leikkitoiveet toimintaa suunniteltaessa ja pienten puolella annetaan liikuntataitojen mukaisia haasteita. Jos huomataan, että lapsella on selkeää edistymistä esimerkiksi kiipeilyssä, niin annetaan lapsen harjoittaa taitoaan enemmän. Osa työntekijöistä halusi pitää tuokiosuunnitelmastaan tiukasti kiinni ja osa oli valmis ottamaan huomioon myös spontaanit leikkiehdotukset tuokion aikana. Osa lapsista tarvitsee kuitenkin selkeää raamia tuokioiden etenemiselle ja siksi suunnitelmista halutaan pitää kiinni. Talon lapset ovat pääasiassa liikkuvia ja asioista innostuvia eikä heitä tarvitse työntää eteenpäin, vaan he itse liikkuvat ja kertovat ideoitaan.

Haastatellessani esikoululaisia, he kertoivat suosikkileikkien olevan toteutettavissa päivittäin ainakin vapaan leikin aikana ja ulkona. Toinen haastateltavista kertoi, että heiltä kysytään usein, mitä he haluaisivat tehdä, mutta on myös paljon asioita, joita heidän on pakko tehdä vaikka he eivät haluaisikaan.

Haastateltavat lapset saivat kuvailla minulle millainen päiväkodin päivä olisi, jos he saisivat olla yhden päivän talon johtajina. Pojan suunnitelman mukaan päivä olisi pelkkää juoksemista. Pihalle tehtäisiin rata, missä olisi esteitä ja kuoppia. Sama poika kertoi päiväkodin kivoimmiksi hommiksi värityksen, joten juoksua sisältävä

unelmapäivä oli minulle yllätys. Hänen kotiharrastuksiaan oli monenlainen liikkuminen sählystä metsäretkiin.

Tytön unelmapäivään kuuluisi herkullisen ruuan syöminen ja sitä pitäisi olla paljon. Herkullinen ruoka ei tässä tapauksessa ole pelkkiä herkkuja, vaan kanaa, riisiä, salaattia ja mustaherukkahilloa. Sisällä saisi leikki hippaa eikä päiväunia nukuttaisi lainkaan. Ulkona lennätettäisiin leijaa. Tytön mielileikkejä päiväkodissa on keijuleikki ja omia harrastuksia baletti, taitoluistelu ja perheen kanssa hiihtäminen. Oli mielenkiintoista huomata, etteivät kummankaan unelmapäivään kuulu omat kotiharrastukset eivätkä normaalisti päiväkotipäivän kuuluvat leikit. Kysymyksilläni halusin selvittää kuinka suuressa roolissa lasten unelmapäivässä olisi liikuntaan liittyvät asiat. Ruuan lisäksi molemmat lapset nostivat esille liikunnallista toimintaa mielestäni runsaasti.

Vanhempien vastauksista ilmeni, että alle kouluikäisillä lapsilla on vielä vähän harrastuksia ja lasten osallisuus näkyy pääasiassa perheen yhteisinä hetkinä arkiaskareiden ja liikkumisen muodossa.

Työni tulokset tukevat vahvasti teoriaa, sillä sekä vanhempien, että työntekijöiden vastauksissa korostuu lapsen mahdollisuus olla yksilö ja osallisena ympäröivään ympäristöön. Iän mukainen osallistuminen perheen arkipuuhiin ja mahdollisuus vaikuttaa päiväkodin toimintaan on päiväkotitena talo lapsille tavanomaista. Lapsi saa näin mahdollisuuden olla osallistuva yksilö.

3.4 Kasvatuskumppanuus – yhteistyötä vanhempien kanssa

Aktiivinen ja vastavuoroinen yhteistyö lasten vanhempien kanssa kuuluu merkittävänä osana päivähoidon kasvattajat toteuttavat varhaiskasvatusta yhteistyön hengessä vanhempien kanssa. Yhteistyössä on siirrytty vanhempien ja henkilöstön väliseen vuorovaikutukseen ja kasvatukselliseen kumppanuuteen (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 2007, 31.) Kasvattajat antavat tietoa liikunnan merkityksestä lapsen kokonaiskehitykselle ja kasvattajien tulee rohkaista ja kannustaa vanhempia liikkumaan yhdessä lapsensa kanssa. Liikkuakseen päivittäisen

liikunnan minimimäärän lapsen tulee liikkua päivähoitopäivän jälkeenkin. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 31–32.)

Vanhempia ei määritellä ammatillisen tuen kohteina, vaan tasavertaisina kumppaneina, oman lapsensa asiantuntijoina (Puroila 2004, 19). Kasvatuskumppanuuteen perustuva yhteistyö ei ole yksipuolista asiantuntijuutta, vaan samanarvoisuutta ja arkista vuoropuhelua. Kumppanuus on vanhempien ja ammatti-ihmisten tietojen yhdistämistä. Kumppanuuden lähtökohtana on vanhempia osallistava tapa tarkastella yhdessä päivähoiton henkilöstön ja vanhempien havaintoja lapsesta eri ympäristöissä ja erilaisissa kasvatuksellisissa tilanteissa. (Heinämäki 2004, 253.) Suomen lainsäädäntö painottaa perhettä lapsen tärkeimpänä kasvu-ympäristönä ja vanhempien ensisijaista vastuuta lapsen kasvattamisessa (Laki lasten päivähoitosta 1973).

Tenavatalon lasten vanhemmat ovat työntekijöiden haastattelun mukaan aktiivisia ja osallistuvat hyvin vanhempainiltoihin sekä päiväkodissa keväisin ja syksyisin järjestettäviin liikuntailtoihin. Vanhemmat ovat myös kiinnostuneita lasten päivästä ja kuuntelevat mielellään päivän kuulumiset. Vanhemmat voivat lukea päiväkodin tiedotteet ilmoitustaululta, mutta työntekijät miettivät silti, tuleeko kaikki aina luetuiksi. Varhaiskasvatuskeskustelut ovat hyvä hetki pysähtyä pohtimaan yhdessä lapsen kasvua ja kehitystä ja silloin vanhempien on helpoin puhua lapsestaan ja mahdollisista huolistaan tai toiveistaan. Jokaiselle päivähoitossa olevalle lapselle tehdään henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma, johon kirjataan yhdessä sovitut kasvatustavoitteet sekä lapseen liittyvät käytännön sopimukset. Toimintavuoden aikana tavoitteiden toetutumista tarkastellaan ja arvioidaan. Näillä yhteisillä keskusteluilla ja yhteisesti sovituilla käytännöillä turvataan lapsen hyvinvointia.

Vanhemmat ovat kyselyn mukaan tyytyväisiä päiväkodin toimintaan ja toivovat toiminnan jatkuvan samanlaisena myös tulevaisuudessa. He pitävät arvossaan päiväkodin kannustavaa ja myönteistä ilmapiiriä ja hyvää keskusteluyhteyttä talon työntekijöihin. Vanhemmilla ei ollut mitään lisättävää kasvatuskumppanuuteen, joten voisi olettaa, että he ovat tyytyväisiä myös sen tämänhetkiseen tilaan.

Kasvatuskumppanuus toteutuu Tenavatalolla monipuolisesti. Varhaiskasvatuskeskustelut, vanhempainillat, liikuntaillat ja vapaat keskustelut lapsen kasvusta ja kehityksestä kuuluvat talon arkeen. Kunnioitus vaikuttaa olevan molemminpuolista ja suhteet puolin ja toisin hyvät ja avoimet.

4 LIIKUNTAKASVATUS PÄIVÄKODISSA

4.1 Liikuntakasvatuksesta asiakirjojen valossa

Jokapäiväinen liikkuminen on lapsen terveen kasvun ja hyvinvoinnin pohja. Stakesin julkaisemassa Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -oppaassa (2007, 22–23) todetaan, että lapsi kokee liikkeessaan iloa, ajattelee, ilmaisee tunteitaan ja oppii uusia asioita. Monipuolinen kasvatusympäristö lujittaa lapsen luonnollista liikkumishalua ja innostaa lasta kehittämään omia taitojaan ja oppimaan uusia asioita. Päiväkotitनावतालon varhaiskasvatussuunnitelmasta (2011, 8) ilmenee, että varhaiskasvatuksen ammattilaiset luovat ja hyödyntävät liikuntamahdollisuuksia sekä sisällä että ulkona, liikunnan monipuolisuuden ja vaihtelevuuden huomioon ottaen. Talon periaatteena on ulkoilla säällä kuin säällä ja päiväkodin ja lasten vanhempien tulee huolehtia yhdessä lasten päivittäisen liikunnan määrän täyttymisestä.

Liikkuminen on edellytys lapsen normaalille kehitykselle ja fyysiselle kasvulle. Lapset oppivat liikkumalla ja Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisussa Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset (2005, 9,10) määrittävät alle kouluikäisten lasten jokapäiväiseksi liikunnan määräksi kahta tuntia.

Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2010, 16) myös liikunnan merkitys tuodaan esille ja leikin ja liikunnan avulla harjaannutetaan lapsen fyysistä ja motorista kuntoa, sekä liikehallintaa ja motorisia taitoja. Ohjatun liikunnan lisäksi esiopetukseen sisältyy lapsen omaehtoisen liikunnan toteuttaminen. Esikouluikäistä ohjataan ymmärtämään liikunnan merkitys hyvinvointiin ja terveyteen.

Ensisijaisena liikuntakasvatuksen tavoitteena on edistää lasten motorista ja fyysistä kehitystä ja näiden lisäksi liikuntakasvatus tukee lapsen muuta oppimista ja kehitystä. Liikunta voi vaikuttaa lapsen minäkuvan ja itsetunnon vahvistumiseen ja näin ollen liikunnalla voidaan tukea lapsen kokonaispersoonallisuuden kehittymistä. (Karvonen, 2000, 13.)

Liikuntakasvatuksella tarkoitetaan Zimmerin (2001, 111) mukaan ohjattua, säännöllistä ja ennakkoon suunniteltua liikunta-aikaa, ns. jumppa- ja voimistelutunteja, joiden

aikana annetaan mahdollisuuksia ja aikaa myös lasten ideoille ja kiinnostuksen kohteille. Päivähoidossa liikuntakasvatuksella ei ole tarkoitus valmentaa lapsia urheiluharrastuksia varten vaan liikuntakasvatus on perusosa varhaiskasvatusta ja sen tavoitteena on lapsen persoonallisuuden terve ja tasapainoinen kehitys. Liikuntakasvatus ei tähtää tukemaan vain motorista kehitystä vaan se käsittää lapsen kokonaisuutena johon kuuluu niin emotionaalinen, sosiaalinen, henkinen kuin fyysinenkin puoli. (Zimmer 2001, 117.)

Nuoren Suomen internet julkaisussa (internet-lähde: Nuori Suomi ry, 90) kerrotaan liikuntakasvatuksen tarkoittavan suunnitelmallista toimintaa, jolla pyritään tukemaan lapsen normaalia fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista kehitystä sekä hyvinvointia. Liikuntakasvatuksen tavoitteena on synnyttää liikunnallinen elämäntapa. Nuoren Suomen julkaisun mukaan liikuntakasvatus tarkoittaa myös liikunnan avulla opettamista ja kasvattamista. Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksissa (2005, 17) liikuntakasvatuksen tavoitteita ovat kasvattaminen liikuntaan sekä kasvattaminen liikunnan avulla. Kasvattaminen liikuntaan tapahtuu jo varhaislapsuuden aikana, jolloin liikunnallisesti aktiivinen elämäntapa syntyy ja se on yleensä suhteellisen pysyvää. Kasvattaminen liikunnan avulla tapahtuu varhaiskasvatuksessa ja sen tulee olla lapsilähtöistä, monipuolista sekä tavoitteellista. Sen avulla tuetaan lapsen fyysistä, psyykkistä, emotionaalista sekä sosiaalista kehittymistä.

Zimmer (2001, 121–122) määrittelee liikuntakasvatuksen tavoitteeksi tarjota lapselle valmiudet oppia liikkumalla tuntemaan ja käsittelemään omaa itseään, kanssaihmissiään sekä oman ympäristön tilaa ja materiaa. Jotta liikuntakasvatuksen tavoitteet täyttyisivät, tulee lapsille tarjota sopivia leikki- ja liikkumistilaisuuksia sekä mahdollistaa vahvempien ja heikompien lasten yhteiset leikit. Zimmer kirjoittaa, että lasta tulee auttaa säilyttämään liikkumisen ilo, uteliaisuus ja toiminnanhalu. Tärkeää on myös tukea lasta säilyttämään luottamus omiin motorisiin kykyihin sekä auttaa lasta arvioimaan omaa itseään realistisesti.

Zimmer (2001,122–124) toteaa, että liikuntakasvatuksessa tulee huomioida kuusi erilaista kasvatuksellista periaatetta, joita ovat lapsilähtöisyys, avoimuus, vapaaehtoisuus, elämyksellisyys, päätäntämahdollisuus ja omatoimisuus. Liikuntakasvatuksen tulisi lähteä lapsen tarpeiden, kiinnostuksen kohteiden ja kykyjen pohjalta. Tilannekohtaisten tapahtumien huomioonottaminen ja varautuminen lasten

omille ideoille tuo avoimuutta toimintaan. Lapsia ei saa ”pakottaa” liikuntatoimintaan. Lasta tulee rohkaista osallistumaan ja antaa lapsen päättää miten ja milloin hän haluaa tulla mukaan toimintaan. Vapaaehtoisella toiminnalla on mahdollisuus vaikuttaa suotuisasti lapsen itsenäistymiskehitykseen. Lapsen mielikuvitukselle tulee antaa tilaa liikuntatilanteissa sillä elämyksien kokeminen liikunnan avulla tukee lapsen kykyä samaistua eri rooleihin, eläimiin ja ihmisiin. Lapselle pitää antaa myös mahdollisuus valita eri vaihtoehtojen välillä. Aikuinen antaa vaihtoehtot ja lapsi saa mahdollisuuden päättää ja näin harjoittaa päätöksentekokykyään. Minän kehityksen edellytyksenä on omasta tahdosta toimiminen. Lapsen tulee oppia olemaan aloitteellinen ja ottamaan vastuu omista teoistaan.

Lapsen oppimistavoitteet liikunnassa voidaan jakaa Aution ja Kasken (2005, 55–56.) tekstin perusteella neljään ryhmään:

- motoriset tavoitteet, joita ovat perusliikkeiden ja erityistaitoa vaativien liikkeiden oppiminen, motoristen perusvalmiuksien oppiminen, kehonhahmotuksen ja liiketajun kehittyminen, kuntotekijöiden kehittyminen sekä toimintakyvyn kehittyminen
- tiedolliset tavoitteet, joita ovat toiminnan kautta oppiminen, kehontunnon ja sen merkityksen tiedostaminen, oppimisvalmiuksien vahvistuminen, päättelykyvyn ja ongelmanratkaisutaitojen vahvistuminen, käsitteiden ja asioiden merkitysten oppiminen, sääntöjen ja normien oppiminen, hahmottamisen kehittyminen, huomion olennaiseen suuntaamisen oppiminen ja keskittymiskyvyn vahvistuminen.
- tunne-elämä ja vuorovaikutukselliset tavoitteet, joita ovat myönteisen minäkäsityksen vahvistuminen, tunteiden kokeminen ja niiden säateleminen, vuorovaikutustaitojen vahvistuminen, omien persoonallisten vahvuuksien löytäminen ja hyödyntäminen sekä itsetuntemuksen lisääntyminen, sekä
- muut tavoitteet, kuten mielekkään liikuntaharjoituksen sekä liikunnallisen elämäntavan löytäminen.

Tenavatalon työntekijät määrittivät alle kouluikäisten liikuntakasvatuksen kaikkien yhteiseksi tehtäväksi. Työntekijät arvioivat, että vanhemmat tekevät tätä tiedostamattaan mutta kasvatusalan ammattilaisten tulee ymmärtää ja tiedostaa liikunnan merkitys

lapsen kehityksessä ja kasvussa. Liikuntakasvatuksen tarkoituksena on saada lapsi innostumaan ja nauttimaan liikunnasta sekä ohjata lapsi kohti terveellisiä elämäntapoja.

Tenavatalon liikuntakasvatuksen tavoitteena on työntekijöiden mukaan saada kaikille onnistumisen kokemuksia, liikunnan iloa, monipuolisuutta ja jokaiselle jotakin omantasoista toimintaa. Pienillä on tärkeää karkeamotoriikan oppiminen ja erilaisissa ympäristöissä liikkuminen (piha, metsä, tiet). Liikunta on lapselle ominainen tapa toimia ja oppia asioita ja siksi päiväkodissa halutaan käyttää liikuntaa mahdollisimman monipuolisesti. Kevään ja syksyn perheliikuntatapahtumien tarkoituksena on innostaa vanhempia touhuamaan yhdessä lastensa kanssa myös kotona. Päiväkodin tekemät geokätköt ja tutut retkeilykohteet ovat suosittuja myös perheiden kesken, joten tältä osin tavoitteet ovat hyvin saavutettuina.

Kysyttäessä vanhemmilta mitä alle kouluikäisten lasten liikuntakasvatus on, korostui alle 4-vuotiden lasten vanhempien vastauksissa liikuntamuotoihin tutustuminen leikin kautta. Yli puolet (54 %) kaikista vastaajista oli jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa, että lapsen tulee oppia päiväkodissa eri liikuntalajeja. Suuri prosentti pistää miettimään, ajattelivatko vanhemmat tässä kuitenkin liikuntamuotoja enemmän kuin liikuntalajeja. Väittämän tarkoituksena oli kuitenkin nähdä vierittävätkö vanhemmat vastuun lasten liikuntalajien opettamisesta päiväkodille ja vastauksien perusteella näin suurimmalta osin on.

4-6 -vuotiaiden vanhemmat ymmärsivät liikuntakasvatuksen omaehtoisena liikkumisena ja ulkoiluna sekä sosiaalisten taitojen opetteluna. Molempien ryhmien vastauksissa tuotiin esille myös liikkumaan oppimista (motoriset taidot), arki- ja hyötyliikuntaa sekä yhdessä tekemistä ja omaan kehoon ja motoriikkaan tutustumista. Alle kouluikäisten liikuntakasvatuksessa ei saisi vanhempien mukaan olla liikaa haasteita, siinä iässä ei ole tarpeellista vielä harrastaa liikuntaa, vaan leikkiä ja liikkua vapaasti ja luoda luontainen suhtautuminen liikuntaan.

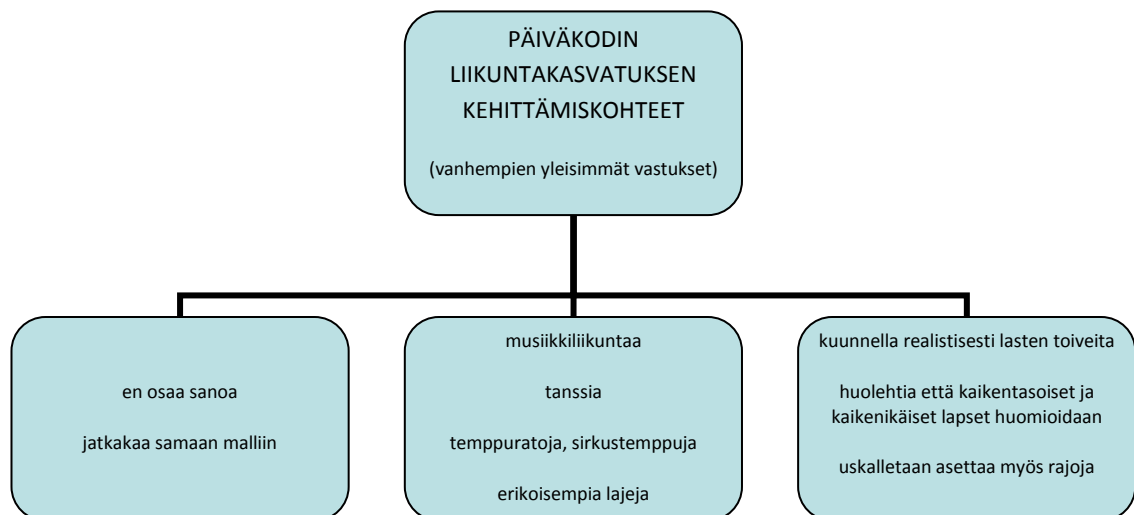
Päiväkotien Tenavatalon liikuntakasvatukseen vanhemmat olivat tyytyväisiä. Perusteluina tyytyväisyyteen kaikilta vanhemmilta oli toiminnan monipuolisuus, riittävyys sekä ulkoliikunnan runsaus.

Kysyessäni odotuksia päiväkodin liikuntakasvatuksen suhteen muksujen ja eskareiden vanhemmista suurin osa ei vastannut mitään mutta, esille nousi toive siitä, että liikuntaa

ei saa ainakaan vähentää nykyisestä. Pienten lasten vanhemmat olivat tyytyväisiä ja kannustivat jatkamaan samaan malliin. Heille on tärkeää myös se, että lapsille tarjotaan rentoa puuhastelua, monipuolisia kokeiluja, perusulkoilua ja poistettaisiin ”pakkoliikunta”. Vanhemmat eivät kuitenkaan määritelleet mitä pakkoliikunta heidän mielestään on.

Monessa vastauslomakkeessa nousi esille myös lasten liikkumisen mahdollistaminen omaan tahtiin, jolloin lapsia voisi ohjata vain tarvittaessa. Kannustava ja myönteinen ilmapiiri nousi myös positiivisena asiana esille vanhempien vastauksissa ja vanhempien mukaan lapset ovat saaneet hyviä kokemuksia liikunnasta.

Päiväkodin liikuntakasvatuksen kehittämistä mietitään päiväkodissa vuosittain. Tällä hetkellä kehittämisen tarvetta on liikuntakasvatuksen sisällön tiedottamisessa koteihin. Liikuntaympäristöön liittyviä kehittämisideoita henkilökunnalla on pihan suhteen runsaasti. Piha on tällä hetkellä hyvä, mutta valoja olisi saatava lisää, toimivampi varasto sekä uusi turvahiekka. Myös luonnollinen mäenlaskupaikka ja lisäkeinut ovat toivelistalla. Tenavatalon liikuntakasvatuksen sisältöön työntekijät olivat tyytyväisiä eivätkä osanneet sanoa mitä muutoksia olisi tarve tehdä. He haluavat kuulla, löytyisikö vanhempien vastauksista kehittämiskohteita.



Kuvio 1. Tiedonkeruulomake vanhemmille. Kysymys 14. Miten päiväkodin liikuntakasvatusta voisi kehittää

Päiväkodin liikuntakasvatuksen kehittämiseen (kuvio 1) yli puolet vanhemmista ei osannut vastata mitään, mutta osa ehdotti uskaltamaan kokeilemaan ”ei niin perinteisiä”- liikkumisia, esimerkiksi sirkustemppuja. Vanhempien mielestä on myös

tärkeää huolehtia, että kaikki lapset, ikään ja taitotasoon katsomatta saavat tulla huomioiduksi liikunnan kautta. Vanhemmat myös muistuttavat, että päävastuu lapsen liikunnallisesta kehityksestä on vanhemmilla. Osa vanhemmista esitti kehittämisideoiksi musiikkiliikunnan, tanssin, temppuratojen ja uusien, erilaisten juttujen mukaan ottamista. Musiikkiliikuntaa toivottiin sekä isojen että pienten puolelle. Lasten toivottiin saavan liikkua omien kykyjensä mukaan, ja että kaikentasoiset ja kaiken ikäiset lapset tulisivat huomioiduksi. Suurin osa vastaajista jätti vastaamatta tähän ja siitä päätellen myös vanhemmat ovat tyytyväisiä tämänhetkiseen tilanteeseen eivätkä toivo isoja muutoksia.

Vastauksien perusteella vanhemmat ovat Zimmerin, Karvosen ja varhaiskasvatus suunnitelman perusteiden kanssa samoilla linjoilla. Vanhemmat pitävät liikuntakasvatuksessa tärkeinä asioita, joita myös teoriassa toin esille. Päiväkodin vanhemmat ovat vastauksien perusteella kiinnostuneita lastensa hyvinvoinnista ja liikuntakasvatus on osa lasten hyvinvointia.

4.2 Varhaiskasvatuksen liikuntasuositukset

Varhaiskasvatuksen liikunnansuositukset (kuvio 2) antavat ohjeita ohjattuun toimintaan. Niissä määritellään varhaiskasvattajien tehtäväksi suunnitella ja järjestää tavoitteellista liikuntakasvatusta päivittäin. Ohjaajien tulisi opettaa lapset liikkumaan turvallisesti, luoda liikuntaan motivoiva ympäristö ja poistaa liikuntaan mahdollisesti liittyviä esteitä. On myös tärkeää huomioida, että lapsilla on mahdollisuus käyttää liikunnan perusvälineistöä omaehtoisen leikin ja toiminnan aikana. (Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007, 39.) Varhaiskasvatuksen liikunnansuositukset painottuvat päivähoitoon, mutta ne on tarkoitettu ohjaamaan kaikkia alle kouluikäisten lasten eri elämänpiireissä tapahtuvaa kasvatuksellista vuorovaikutusta. Suositusten mukaan lapsi tarvitsee joka päivä vähintään kaksi tuntia reipasta liikuntaa, jonka tulee olla tarpeeksi kuormittavaa eli hengästyttävää. Koska lapsen hengästymisen raja on yksilöllinen, suositus huomioi lapsen yksilölliset rajat. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 3, 10.)



kuvio 2 Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset (2005:17)

4.2.1 Liikunnan määrä ja laatu

Riittävä ja monipuolinen liikkuminen toimii perustana lapsen hyvinvoinnille ja terveelle kasvuille. Keskusteltaessa 3–6-vuotiaiden lasten liikunnasta, aikuisen tulee järjestää lapselle päivittäinen mahdollisuus monipuoliseen liikkumiseen turvallisessa ja innostavassa ympäristössä. Lapsen liikunnan kokonaismäärästä suurimman osan tulee olla omaehtoista. Suosituksen mukaan lapsen tulee liikkua joka päivä vähintään kaksi tuntia. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 9–11.)

Vastauksien perusteella 53,8 % päiväkodin 4-6 -vuotiaiden vanhemmista oli jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa, jossa sanottiin lapselle riittävän omaehtoinen liikkuminen. Täysin samaa mieltä väittämän kanssa oli 29,2 % kaikista vastaajista ja alle 4-vuotiden vanhemmista 45,5 %. 37,5 % kaikista vanhemmista oli sitä mieltä, että alle kouluikäinen lapsi ei tarvitse vielä säännöllistä ohjattua liikuntaa vaan omaehtoinen, arkitouhuihin liittyvä liikkuminen on riittävää. 50 % kaikista vastaajista ilmaisi olevansa jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa, jossa lapset osallistuvat perheen arkiliikuntaan olemalla mukana haravoinnissa, lumen kolaamisessa ja puiden kantamisessa.

Kahden tunnin liikkumisaika täyttyy usein jo päiväkodissa ja vanhempien asennetta ulkoliikuntaan kuvaa hyvin se, että yli 30 % kaikista vastaajista oli täysin eri mieltä väittämän ”sateella ja pakkasella ei tarvitse mennä ulos” kanssa. Moni vanhemmista kertoi sadeasukauden olevan raskas ja työläs, mutta silti jokapäiväinen ulkoilu tekee lapselle pelkästään hyvää. Useat vanhemmista ilmoittivat päiväkotiulkoilun olevan mahdollisesti lapsen ainoa ulkoilu päivän aikana, sillä useinkaan pitkän työpäivän jälkeen ei jaksakaan lähteä enää ulos, joten päiväkodissa saatu raitis ilma on lapselle todella tärkeää. Myös pakkasella on vain pukeutumiskysymys miten ulkona tarkenee. Työntekijät kertoivat, että pienillä on ehdoton pakkasraja -15 C, isommat ulkoilevat kovemmillaakin pakkasilla, mutta vähemmän aikaa kuin normaalisti. Vanhemmat toivovat pakkaspäivien ulkoiluun käytettävän tervettä järkeä, ulkoilla voi pakkasillakin, mutta tuulen lisäämä kylmyys on otettava huomioon sekä pienten lasten todellinen liikkuminen pihalla. Usein alle 4-vuotiaan liikkuminen on talviaikana hyvin vähäistä johtuen lumesta ja kankeista ulkoiluvaatteista.

Lapsen tulee harjoitella motorisia perustaitojaan päivittäin monipuolisesti ja vaihtelevissa ympäristöissä. Aikuisen tehtävä on tarjota lapselle mahdollisuuksia monipuoliseen ja omaehtoiseen liikkumiseen sekä rohkaista lasta liikkumaan ja leikkimään muiden lasten kanssa. Monipuolisella liikkumisella lapsi saavuttaa taidon automatisoituneen vaiheen eli taidon ihannemallin. Lapsen liikkuminen on luontevaa ja automaattista, joten lapsen ei tarvitse miettiä liikkumistaan. Automatisoituneen vaiheen saavutettuaan lapsi pystyy seuraamaan paremmin ympärillä tapahtuvia asioita, jolloin lapsen tapaturma-alttius pienenee. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 3, 12–15.)

Kyselyyni vastanneiden alle 4-vuotiaiden lasten vanhemmat kuvailivat lapsensa liikkumista omaehtoiseksi, energiseksi, leikin lomassa tapahtuvaksi liikunnaksi. Liikkuminen saattaa olla lyhytkestoista, mutta päivän aikana liikkumista on kotonakin paljon. 4-6 -vuotiaiden liikkumista kuvattiin luontevaksi, iloiseksi, monipuoliseksi ja vauhdikkaaksi energiaa purkavaksi keinoksi. Kaikkien vanhempien mielestä liikkuminen on ennen kaikkea hauskaa.

Vuodenajoista riippumatta 54,4 % kyselyyn vastanneista perheistä liikkuu luonnossa ja 4-6-vuotiaiden perheistä yli 60 % nauttii luonnossa liikkumisesta ja antaa lapsilleen mahdollisuuden tutustua luontoon ympäri vuoden.

Tulosten mukaan Tenavatalon lapsilla täyttyy päivittäinen kahden tunnin liikunta-aika, osalla jopa reilusti. Päiväkodin ja vanhempien yhteistyöllä lasten päivittäinen liikunta tukee lapsen kokonaisvaltaista kehitystä.

4.2.2 Liikunnan suunnittelu ja toteutus

Lapsen liikunnallisen toiminnan tulee olla huolellisesti suunniteltua, lapsilähtöistä sekä monipuolista. Toimintaa tulee järjestää lapselle joka päivä. Kasvatustyötä tekevien tulee ottaa suunnittelussa huomioon, miten he voivat tukea lapsen omaehtoista liikuntaa sekä miten he voisivat lisätä liikunnan kokonaismäärää. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 3, 16–17.)

Kyselyyni vastanneiden vanhempien mielestä päiväkotitukee lasten liikunnallista kehitystä hyvin, perusteluina tälle vanhemmat ilmoittivat hyvän panostuksen liikuntaan, luontoliikuntaan kannustamisen sekä sopivan määrän liikuntaa lasten ikään nähden. Myös ryhmissä toimiminen ja sääntöjen oppiminen olivat 4-6 -vuotiaiden vanhemmille tärkeitä. Alle 4-vuotiaiden lasten vanhempien vastauksista nousi esille taitojen ja keskittymisen parantuminen päivähoiton ansiosta.

Varhaiskasvatuksen liikunnan suunnittelu jaetaan kolmeen eri vaiheeseen; vaiheet ovat vuosisuunnitelma, kausisuunnitelma ja tuokiosuunnitelma. Vuosisuunnitelmassa huomioidaan vuodenajat, juhlat ja tapahtumat. Kausisuunnitelmalla varmistetaan muun muassa havaintomotoristen sekä motoristen perustaitojen monipuolinen harjoittaminen sekä omaehtoisen liikunnan mahdollistaminen. Tuokiosuunnitelmia tehdessä päätetään, mitä taitoja harjoitellaan, mitä opetusmenetelmiä käytetään ja pohditaan, kuinka myös vähemmän liikkuvat lapset saadaan mukaan toimintaan. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 18.)

4.2.3 Liikuntaympäristö, välineet ja yhteistyö

Kasvattajien vastuulla on luoda liikuntaan houkutteleva ympäristö, minimoida liikuntaa estäviä tekijöitä sekä huolehtia turvallisuudesta. Liikuntaympäristön tulee olla haasteellinen, virikkeellinen ja motivoiva. Muunneltavuus on erittäin tärkeä asia tilojen suunnittelussa ja käytössä. Pihan tulee olla turvallinen ja liikkumaan houkutteleva, koska se on merkittävä lasten liikuntaympäristö. Sisätiloja tulee olla mahdollisuus muuttaa myös vauhdikkaaseen liikkumiseen. Lisäksi ympäristöstä löytyvät liikkumismahdollisuudet tulisi hyödyntää. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 25.)

Päiväkodin liikuntaympäristöstä oltiin montaa eri mieltä, pääsääntöisesti vanhemmat olivat tyytyväisiä ja sekä pienten että isojen vanhemmat korostivat salin tuomia lisämahdollisuuksia liikkumiseen. Toisaalta taas osa vanhemmista piti päiväkodin tiloja liian pieninä ja olosuhteita puutteellisina. Myös piha jakoi mielipiteet, sillä osa vanhemmista piti pihaa turvallisena ja sopivan kokoisena, kun taas toiset pitivät sitä ahtaana ja välineitä aikansa eläneinä. Henkilökunnan mielestä piha on suuri ja mahdollistaa monenlaiset touhut. Koko päiväkotikäyttää samaa pihaa ja valvonnan kannalta piha on työntekijöiden mielestä sopivan kokoinen. Mikäli piha olisi vielä isompi, olisi valvonta hankalampaa. Henkilökunta arvostaa pihan monipuolisuutta, samalla pihalla on asfalttia missä voi pyöräillä, hyvä alusta peleihin, monipuolinen kiipeilyteline ja keinut. Sali on ollut käytössä nyt vuoden ja on monipuolistanut liikkumismahdollisuuksia huomattavasti. Nyt kovilla pakkasilla ja kaatosadekeleillä voi silti päästä liikkumaan isossa tilassa. Osa salista on jouduttu ottamaan päiväunikäyttöön, joten se rajoittaa salin käyttöä iltapäivän aikana. Aikaisemmin, lapsimäärän ollessa pienempi, salia käytettiin myös päivällä.

Henkilökunnan toiveena on saada pihalle toimivampi pohja. Uusi hiekka on luvattu toimittaa, mutta ajankohta oli vielä määrittelemätön. Työntekijät toivoivat myös saavansa hiihtoladun lähelle päiväkotia, sillä hiihtoladulle ja luistelukentälle on varsinkin pienille liian pitkä matka.

Liikuntavälineiden pitää olla helposti lasten saatavilla omaehtoisen liikkumisen aikana ja niitä täytyy olla riittävästi. Olennaista on mahdollisuus välineiden muunneltavuuteen. Päivähoidosta tulisi löytyä lasten liikunnan perusvälineistö. On tärkeää huomioida myös

itse tehdyt välineet, kuten pahvilaatikoista ja maitopurkeista valmistetut välineet. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 28, 30.)

Tenavatalon pihalla olevat kiipeilytelineet ovat kaikkien lasten käytössä ja kun taito riittää kivetä, on lapsi oikeutettu käyttämään kiipeilytelineitä. Välineistö on henkilökunnan mielestä monipuolinen. Kaikki perusvälineet löytyvät niin salista kuin ulkoakin. Osa vanhemmista toivoo lisää uusia monipuolisempia välineitä, mutta vastauksista ei selviä millaisia he toivovat ja mistä he pääättelevät nykyisten välineiden olevan puutteellisia. Moni vanhemmista on tyytyväinen nykyiseen välineistöön, heidän mielestään virikkeitä on tarpeeksi.

4.3 Liikuntasuunnittelun ja tavoitteiden merkitys

Liikunnan vuosisuunnitelma tehdään, kun on ensin kartoitettu lasten kehitystaso. Suunnitelmaa tehdessä varhaiskasvatushenkilöstön on hyvä miettiä eri vuodenaikojen sekä eri toimintaympäristöjen hyödyntämistä. Pitääkseen yllä lasten mielenkiintoa, kasvattajan tulee huomioida lasten toivomukset eri teemoista. Vuosisuunnitelman etuna on, että päiväkodin työntekijöille muodostuu kokonaiskuva liikunnasta. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 18; Karvonen ym. 2003, 99.)

Tuokiosuunnitelman perusosat koostuvat oppimistavoitteista sekä sisällöistä ja menetelmistä. Oppimistavoitteisiin kuuluu liikettä koskevat motoriset tavoitteet, tiedolliset eli kognitiiviset tavoitteet, tunnepitoiset ja elämykselliset eli affektiiviset tavoitteet sekä yhteiset ja yhteistyöhön suuntaavat sosiaaliset tavoitteet. Sisältöihin ja menetelmiin kuuluvat taitoharjoittelut, kuntotekijät, leikki, kilpailu sekä suoritusten tarkkailu ja havainnointi. (Soronen & Seeslahti 2001, 11.)

Tuokiosuunnitelman tarkoituksena on pitää yllä lasten henkistä ja fyysistä aktiivisuutta mahdollisimman pitkän ajan. Suunnitelma on tehtävä huolella ja siihen liittyy käytettävien tilojen ja välineiden varaus, harjaannutettavien taitojen ja sisältöjen päättäminen, pohdinta mahdollisista eriyttämisen tarpeista sekä miten saadaan vähän

liikkuvat lapset mukaan. Tuokiosuunnitelmaan liittyy myös käytettävien opetusmenetelmien suunnittelu sekä liikuntatuokion organisointi niin, että liikunnan määrä on mahdollisimman suuri. (Numminen 1996, 113, 115; Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005, 18.)

Toimivaa liikuntatuokiota suunnitellessa tulee ottaa huomioon, että liikuntatuokio on tarkoituksenmukainen sekä tehokas, jotta lapsi saa siitä mahdollisimman suuren hyödyn ja ohjaaja saa palautetta tulevia suunnitelmia varten. Antamalla mahdollisuuden monipuoliseen kokeilemiseen sekä yrittämiseen, tuetaan lapsen liikunnallista kehitystä. Suunnitellessa liikuntatuokioita yritetään tavoitella lapsen kokonaiskehitystä tukevia liikuntakokemuksia, onnistumisen iloa, kannustavaa toimintaa ja vastuun ottamista toisista. (Soronen & Seeslahti 2001, 9-11.)

Suunnitellessa liikuntatuokiota etukäteen, ohjaajan on hyvä varata mahdollisuus toteuttaa lasten spontaaneja ideoita. Suunnitelmien tulisi olla joustavia, jotta sen hetken tapahtuma voidaan tarvittaessa sisällyttää toimintaan. (Zimmer 2001, 123.) Ohjatun ja suunnitellun liikunnan tavoitteena on motivoida lasta liikkumaan omatoimisesti, antaa tilaisuus leikkiä ja nauttia liikunnasta päivittäin. Lapsella on mahdollista käsitellä ohjatussa liikunnassa monimutkaisempia teemoja ja sisältöjä pidemmällä aikavälillä. (Zimmer 2001, 1, 34.)

Haastattelussa työntekijät kertoivat, että Tenavatalossa lastentarhanopettajat tekevät yhdessä karkean vuosisuunnitelman, jota ryhmät tarkentavat. Suunnitelmassa otetaan huomioon vuodenajat ja suunnitelmaa rytmittävät Nuoren Suomen kampanjaviikot keväisin ja syksyisin. Isompien kanssa käydään usein hiihtämässä ja luistelemassa. Pienet tekevät paljon kävelyretkiä ja hiihtoa ja luistelua kokeillaan taitojen mukaan. Ulkopelit ja leikit kuuluvat molempien ryhmien toimintaan. Tuokiosuunnitelman tekee tuokion ohjaaja miettien ryhmälleen sopivan tasoisen ohjelman.

4.4 Ohjaajan roolin merkitys päiväkodin liikunnassa

Päiväkodin työntekijälle on suuri haaste kiinnittää huomiota lasten liikkumisen ydinkohtiin ja suunnitella oppimistilanteita niiden pohjalta. Ohjaajan on tärkeää kiinnittää huomiota varhaislapsuudessa siihen, että perusliikuntataitoja ja motoristisia perustaitoja opetellaan sekä koordinaatiokykyjä kehitetään. Näiden myötä lapset muuttuvat ketterimmiksi, oppivat hallitsemaan paremmin kehoaan, oppivat yhdistämään liikkeitä toisiinsa sekä mukauttamaan liikkumisensa vaihteleviin ympäristötilanteisiin. (Karvonen ym. 2003, 54.)

Päiväkodin henkilökunnalta vaaditaan paljon erilaisia ominaisuuksia. Ohjaajan tärkein ominaisuus on olla oma itsensä, sillä lapset huomaavat helposti aikuisen epäaitouden. Muita hyvän ohjaajan ominaisuuksia ovat aito innostus ohjaustyöhön, halu oppia ja itsensä kehittäminen. Häneltä vaaditaan myös kuuntelu- ja neuvottelutaitoja, myötätuntokykyä, tilannetajua sekä kykyä havainnoida ja analysoida ryhmässä tapahtuvia asioita. Aikuisen täytyy muodostaa turvallinen ympäristö lapsille sekä olla vastuullinen toimissaan suhteessa lapseen, ohjausympäristöön ja kasvatustyöhön. (Autio & Kaski 2005, 64; Rinta ym. 2008, 29; Rovio, Nikkola, Salmi 2009, 286.)

Liikuntatuokion aikana ohjaajan tulee ottaa huomioon jokaisen lapsen kehitystaso. Hänen täytyy kannustaa ja antaa myönteistä sekä rakentavaa palautetta. Ohjaaja on selkeästi aikuinen, joka vastaa liikuntatuokiosta ja sen kulusta sekä asettaa rajat, joiden puitteissa toimitaan. Ohjaajan on tärkeää luoda mielekkäiden ja asteittain vaikeutuvien haasteiden tarjoava oppimisympäristö. (Autio & Kaski 2005, 65–66; Heikinaro-Johansson & Huovinen 2007, 40.)

Työntekijöiden haastattelussa ja vanhempien vastauksista käy ilmi myönteisen ja kannustavan palautteen antamisen tärkeys ja olemassaolo. Tenavatalossa huomioidaan ohjaajan näkökulmasta hyvin lapsen kehitystaso ja kehittymisen tukeminen. Mikäli lapsen katsotaan edistyvän jossain liikkumisessaan hyvin, annetaan lapselle lisää mahdollisuuksia kehittyä. Tärkeää on lapsen yksilöllisen motoriikan kehittämisen tukeminen ja tähän käytetään apuna päivittäistä havainnointia. Isompien puolella toimii myös KILI-ryhmä, joka on kielen ja liikunnan pienryhmä.

Talon työntekijöillä on mahdollisuus kouluttautua erilaisissa liikunta aiheisissa koulutuksissa määrärahojen mukaan. Koulutuksiin pyritään osallistumaan säännöllisesti ja talon henkilökunnalla on takanaan esimerkiksi Suomen Ladun ja Nuoren Suomen järjestämiä koulutuksia hiihdosta Metsämörreihin ja pienten tilojen liikunnan kehittämiseen.

Työntekijät pitävät liikuntaa yhtenä työtapana kasvattaa lapsia. Oman esimerkin näyttäminen on tärkeää ja siksi omasta itsestään huolehtiminen ja työssä viihtyminen on henkilökunnalle hyvin merkityksellistä. Omaa motivaatiota pidetään yllä ja akkuja ladataan hurtilla huumorilla, liikunnalla, saunomisella ja hiljaisuudesta nauttimisella. Työssä pysyy mielenkiinto muutamien vuosien välein vaihtuvilla lapsiryhmillä ja lasten kehityksen tuomilla muutoksilla.

4.5 Päiväkotien liikuntaolosuhteet Suomessa

Lasten liikunnasta on tehty lukuisia tutkimuksia, jotka lähestyvät aihetta erilaisista näkökulmista. Päiväkotien nykytilaa liikunnan osalta esittelee mielestäni parhaiten Nuoren Suomen valtakunnallinen selvitys päiväkotien liikuntaolosuhteista. Selvitys on Nuori Suomi ry:n tuottama tutkimus, joka pyrkii selvittämään päiväkodeissa vallitsevia liikuntamahdollisuuksia. Päiväkodin lähiympäristön tulee olla liikuntaa tukeva, jotta alle kouluikäiset lapset liikkuisivat terveytensä kannalta riittävästi. Tämän vuoksi on merkittävää, millainen liikuntaympäristö päiväkodissa vallitsee. Nuoren Suomen selvityksessä tarkastellaan päiväkodin sisätilojen ja pihan varustetasoa sekä toimivuutta liikkumisen näkökulmasta. (Nuori Suomi ry 2009, 5–6.)

Selvitys on toteutettu sähköisellä kyselyllä, joka lähetettiin 399 kunnan päivähoidon johtajille vuoden 2008 lopulla. Päivähoidon johtajat välittivät kyselyn päiväkotien vastuuhenkilöille vastattavaksi. Kyselyyn vastasi kaikkiaan 1247 päiväkotia eli hieman yli 40 % vuonna 2008 Suomessa toimineista päiväkodeista. Vastanneista päiväkodeista yli 90 % oli kunnallisia. (Nuori Suomi ry 2009, 14.)

Liikunnan näkökulmasta katsottuna tulokset osoittavat, että suuressa osassa päiväkoteja on kehittämistarpeita. Vain alle viidesosa päiväkotien piha-alueiden liikuntamahdollisuuksista on hyvällä tasolla. Sisätilojen liikuntaolosuhteiden osalta hyväksi arvioitiin alle 40 % ja huonoksi arvioitiin lähes kolmasosa sisätiloista. Tyypillisimmät ongelmat päiväkotien liikuntaolosuhteissa ovat selvityksen mukaan tilan ahtaus sekä liikkumismahdollisuuksien vähäisyys. (Nuori Suomi ry 2009, 28.)

Selvityksessä todetaan, että lasten liikkumisen tarpeet tulisi ottaa nykyistä paremmin huomioon sisä- ja ulkotiloja kunnostettaessa ja rakennettaessa. Turvallisuuden ja kustannusten huomioiminen ei saisi johtaa liikkumisen kannalta haasteettomaan ympäristöön. Erityisesti pallopelien osalta tarvitaan päiväkotien piha-alueille monipuolisempia liikuntamahdollisuuksia.

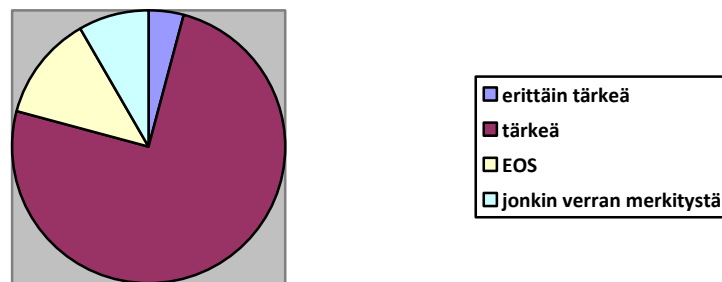
Jokaiseen rakennettavaan päiväkotiin tulisi rakentaa erillinen sisäliikuntatila, jossa voidaan liikkua sekä omaehtoisesti että ohjatusti. Selvityksen mukaan vain hieman yli puolessa päiväkodeista löytyy erillinen sisäliikuntatila. (Nuori Suomi ry 2009, 28–30.)

Päiväkotien henkilökunnan aktiivisuudella on merkittävä rooli liikuntamahdollisuuksien tuottajana. Noin neljäsosa päiväkodeista on tehnyt itse liikuntaolosuhteiden kunnostamistoimenpiteitä, kuten liikuntavälinehankintoja. Lähiympäristöstä löytyvät liikuntamahdollisuudet ovat merkittävä resurssi päiväkodille. Erityisesti luontoliikunta nousee tärkeään asemaan, koska yli 90 %:lla päiväkodeista on kävelyetäisyydellä mahdollisuus luontoretkeilyyn. (Nuori Suomi ry 2009, 31.)

Nuoren Suomen tutkimus liittyy olennaisesti opinnäytetyöhöni, sillä liikuntaympäristöllä on suuri vaikutus liikunnan määrään ja laatuun. Mitä paremmat ympäristön puitteet päiväkodissa ovat, sitä enemmän päiväkodissa yleensä liikutaan. Selvityksen keskimääräisiin tuloksiin verrattuna päiväkoti Tenavatalolla on laadukas liikuntaympäristö. Päiväkodin tilat on kunnostettu lasten tarpeisiin sopiviksi ja lähiympäristö tukee hyvin liikuntaa.

5 LIIKUNNAN MERKITYS ALLE KOULUIKÄISEN LAPSEN KEHITYKSEEN JA KASVUUN

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos listaa liikunnan merkityksestä monia tärkeitä asioita. THL:n mukaan liikunta ylläpitää fyysistä ja henkistä terveyttä samalla tapaa kuin laadukas ravitsemus. Liikunta ehkäisee useita sairauksia ja liikkuvalla ihmisellä on pienempi todennäköisyys sairastua muun muassa masennukseen, osteoporoosiin ja kaatumisesta johtuviin luunmurtumiin, metaboliseen oireyhtymään ja kakkostyyppin diabetekseen, korkeaan verenpaineeseen, veritulppaan, verenpaine-, sepelvaltimotautiin tai aivohalvaukseen sekä paksusuolisyöpään. Liikunta ehkäisee ja hoitaa samalla useita sydäntautien riskitekijöitä, kuten kohonnutta verenpainetta, kolesterolia tai verensokeriarvoja. (Internet-lähde: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2011)



Kuvio 3 Tiedonkeruulomake vanhemmille. Kysymys 5. Liikunnan merkitys perheelle

Kyselyyni vastanneista perheistä vain 4,2 % piti liikuntaa perheelle erittäin tärkeänä (kuvio 3) mutta jopa 75 prosentille vastaajista liikunnan merkitys oli tärkeä. 8,3 % ilmoitti liikunnalla olevan jonkin verran merkitystä ja 12,5 % ei osannut sanoa mitä liikunta perheelle merkitsee.

Kyselyyni vastanneista 4-6 -vuotiaiden lasten vanhemmista yli 84 % piti liikuntaa tärkeänä ja alle 4-vuotiaiden vanhemmistakin 63 %. Vastauksien perusteella kyselyyn osallistuneiden perheiden vanhemmat suhtautuvat liikutaan myönteisesti.

79,1 prosenttia kyselyyni vastanneista vanhemmista piti lastansa aktiivisena ja alle 4-vuotiaiden lasten vanhempien vastauksissa jopa 81,8 % piti lastaan aktiivisena liikkujana. Myös isompien lasten kohdalla tulos ylittää lähes keskiarvoon, ollen 76,9 %.

Motoriset perustaidot ja erityistaidot vaativat kehittyäkseen monipuolista harjoittelua ja paljon toistoja. Perustaitojen automatisoituminen on pitkä prosessi ja se vaatii lukemattoman määrän toistoja. Tämä automatisoituminen vapauttaa lapsen aistit uuden asian havainnointiin ja uusien erikoistuneempien taitojen oppimiseen. Lapsen kehittyvä elimistö tarvitsee päivittäistä, monipuolista liikuntaa tukevaa kehitystä. Liikunnallisten perustaitojen oppiminen omista lähtökohdista on jokaisen lapsen perusoikeus ja hyvät liikuntataidot ovatkin lapsen paras turvavarustus arjessa. Monipuolinen liikunta tukee hermoston kehitystä ja vahvistaa lapsen edellytyksiä uusien, myös tiedollisten asioiden oppimiseen. (Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008, 21.)

Motorisella kehityksellä tarkoitetaan vartalon eri osien liikkeiden ohjauksen ja säätelyn kehitystä. Motorisen kehityksen mahdollistaa sekä kehon ulkopuolelta että sisäpuolelta tuleva informaatio yhdessä luuston, lihaksiston ja hermolihaskäytännön kanssa. Motorisen kehityksen eteneminen on päästä jalkoihin etenevää ja kehon keskiosista ääreisosiin etenevää. Eriytyneet liikkeet syntyvät kokonaisvaltaisten liikkeiden oppimisen seurauksena. (Numminen, 1995, 12.)

Motoristen taitojen kehittymiseen vaikuttavat perimä, ympäristön virikkeet sekä lapsen persoonallisuus ja motivaatio taitojen kehittämiseen. Motorinen kehitys etenee kokonaisvaltaisista liikkeistä eli karkeamotoriikasta eriytyneisiin liikkeisiin eli hienomotoriikkaan. (Kurvinen ym. 2006, 136- 144.)

Henkilökunta kertoi haastattelussa, että Tenavatalossa pidetään tärkeänä lasten motoristen taitojen harjaannuttamista. Taitojen kehittämiseen annetaan aikaa ja mahdollisuuksia lasten tarpeiden mukaan. Salissa on hyvä mahdollisuus opetella pallon heittoa, kiipeilyä, erilaisilla tasoilla kävelyä ja ulkona liikkuesssa mahdollistetaan erilaisissa maastoissa liikkumisen harjoittelu.

Lapsi oppii enemmän jokapäiväisten kokemusten kuin varsinaisen kasvatuksen ja sanallisen opetuksen kautta. Arjen kokemukset yhdessä toisten ihmisten kanssa antavat lapselle arvokkaita uusia taitoja. Sosiaalisten käyttäytymismallien kehityksessä 3–6 vuoden ikää pidetään merkityksellisenä. Monet tässä iässä opitut käyttäytymispiirteet säilyvät läpi koko elämän. Toiset lapset ovat erittäin tärkeitä sosiaalisten taitojen oppimisessa. Varsinkin liikuntaleikkien aikana lapsilta edellytetään muiden lasten kanssa toimeen tulemistä, kykyä selvittää konflikteja ja omaksua rooleja sekä taitoja sopia pelisääntöjä ja hyväksyä ne. (Zimmer 2001, 26–28.) Sosiaaliseen toimintaan

sisältyvät tietyt perusvalmiudet. Näitä ovat sosiaalinen herkkyys, sääntöjen ymmärtäminen, kyky luoda kontakteja ja olla yhteistyössä, turhautumisen sietokyky sekä suvaitsevaisuus ja huomioonottaminen. Sosiaalinen herkkyys tarkoittaa empatian kykyä. Lapsi osaa ottaa toisten tunteet huomioon ja asettua toisten asemaan. Sääntöjen ymmärtäminen sisältää ryhmäleikkeihin osallistumisen ja niiden sääntöjen ymmärtämisen ja luomisen. Kyky luoda kontakteja ja olla yhteistyössä tarkoittaa muun muassa toisten hyväksymistä leikkikavereiksi, yhdessä leikkimistä, muiden auttamista ja omien tunteiden ilmaisemista. (Zimmer 2001, 28.)

Turhautumisen sietokykyyn sisältyy taito olla olematta aina kaiken keskipisteenä, kyky sopeutua ryhmään ja epäonnistumisten käsittelyn oppiminen. Viidentenä perusvalmiutena suvaitsevaisuus ja huomioonottaminen pitävät sisällään toisten suoritusten hyväksymistä, toisten erilaisuuden kunnioittamista ja heikompien leikkitovereiden huomioonottamista. (Zimmer 2001, 28–29.) Edellä mainitut perusvalmiudet ovat vielä hyvin haastavia alle kouluikäisille lapsille. Olisikin tärkeää oppia ymmärtämään, kuinka vaikeaa 3–4-vuotiaan lapsen on tuntea empatiaa. Hän ei vielä osaa asettua toisen asemaan. Tässä tilanteessa täytyy pitää huolta, ettei kukaan jää leikin ulkopuolelle. Lasten kesken syntyy usein konflikteja, joihin ei kuitenkaan pidä puuttua liian nopeasti. Lapset kehittävät vähitellen perusvalmiuksiaan ja tarvitsevat tässä tehtävässä empaattista aikuista. (Zimmer 2001, 29–31.)

Vanhempien vastauksissa tuli useaan kertaan esille ryhmässä toimimisen tärkeys, yhteisten sääntöjen noudattaminen ja rajojen asettaminen. Kotona lapsien kerrotaan nauttivan yhteisistä hetkistä perheen kanssa arkiaskareita tehden, retkeillen ja vain löhöillen. Myös leikit sisarusten ja kavereiden kanssa ovat tärkeitä, sillä näissä kaikissa tilanteissa opitaan sosiaalista käyttäytymistä.

Liikunta vaikuttaa oleellisesti lapsen minäkuvan rakentumiseen. Lapsi tutustuu omaan persoonaansa kehon kautta saatavien kokemusten avulla. Nämä kokemukset muodostavat identiteetin kehityksen perustan. Lapsi tuntee ja eläytyy kokonaisvaltaisesti, joten kehityksen osa-alueet kietoutuvat yhteen vaikuttaen toisiinsa. (Zimmer 2001, 20–21.)

Lapsen itsenäisyyden ensiaskeleet ilmenevät fyysismotorisessa toiminnassa. Lapsi alkaa ilmaista omaa tahtoaan liikkumisen avulla. Lapsena saadut kokemukset ovat merkityksellisiä, koska lapset yleistävät liikunnan kautta tulevat kokemukset elämän

muille osa-alueille. Siksi olisikin tärkeää turvata positiivinen ja kannustava ympäristö. Positiivista omanarvontuntoa voidaan parantaa välttämällä vertailua toisiin lapsiin, välittämällä lapselle tunne, että hänen kykyjään arvostetaan, suunnittelemalla liikuntatehtävät niin, että jokainen tuntee onnistuvansa ja antamalla lasten olla aktiivisia päätöksentekijöitä. (Zimmer 2001, 21–26.) Ensiksi lapsi muodostaa keho-minän, joka toimii perustana oman persoonallisuuden muotoutumiselle. Lapsi lisää ymmärrystään omasta persoonastaan tarkkailemalla oman käyttäytymisensä vaikutusta. Tämä pätee niin esineiden käsittelyyn kuin toisiin ihmisiin. Liikunnan avulla lapsi kokee olevansa vaikutusten alkuperä ja syy. Näin lapsen ymmärrys omasta osaamisesta kehittyy. Kolmantena persoonallisuuden tietolähteenä on lapsen sisäistämä muiden käsitys itsestään. Kehitykselle on tärkeää se, miten lapsi käsittelee muiden arvioinnit itsestään. Ryhmässä lapsi vertaa itseään toisiin nopeudessa ja taidoissa. (Zimmer 2001, 22–24.) Ensimmäisten vuosien aikana lapsi ei vielä omaksu maailmaa ajattelemalla, vaan liikkumalla ja havainnoimalla. Lapsi oppii havaintojensa kautta vähitellen esineiden ominaisuudet, kuten pallon pyöreyyden. Mitä enemmän lapsella on erilaisia välineitä ja toiminnan edellytyksiä, sitä paremmin lapsi oppii hahmottamaan ympäristöään. Ensin lapsi oppii käytännön tasolla esineiden käsittelyn, minkä jälkeen tieto siirtyy teoreettiselle tasolle. (Zimmer 2001, 33–34.)

Kognitiivisella kehityksellä tarkoitetaan havaitsemisen, ajattelun, kielen ja muistin kehitystä. Lapsen tiedollisen kehityksen perusta luodaan ensimmäisten ikävuosien aikana. Liikunnan vaikutusta lapsen kielenkehitykseen on tutkittu vähän. On olemassa tutkimuksia, joissa ilmenee, että lukemis- ja motoriset vaikeudet esiintyvät usein yhdessä. Motorisen ja kielellisen kehityksen yhteys on tutkimuksen mukaan samansuuntaista: hitaus ilmenee sekä motorisessa että kielellisessä kehityksessä. Hitaan motorisen kehityksen omaavalla lapsella on usein pienempi sanavarasto sekä heikompi suomen kielen rakenteiden hallinta. Syitä motoriikan ja kielellisen oppimisen yhteyksiin on etsitty muun muassa geneettisestä taustasta, mutta varmuutta tästä ei ole saatu. Lapsi, jonka kielen- ja motoriikan kehitys on hitaampaa, ei hakeudu kielen kehitystä tukeviin vuorovaikutustilanteisiin. Juuri he tarvitsisivat harjoitusta ja tukea monipuolisesti. Motoriikan ja liikunnan tuesta kielenkehitykselle ei kuitenkaan ole vahvaa näyttöä. (Viholainen 2006, 16, 19.) Zimmerin mukaan (2001,65) lapsella on käsitys kolmiulotteisista suhteista jo ennen kuin hän osaa ilmaista itseään. Tiedon näistä suhteista lapsi on hankkinut aisti- ja liikuntakokemuksillaan. Lapsi oppii oman kehon

avulla esimerkiksi termit ylhäällä, alhaalla, sivulla. Lapselle tulee antaa mahdollisuus käyttää omaa ääntään toimintaa kuvaavissa äänissä ja puheissa. Liikkeeseen voi yhdistää lauluja, loruja tai äännesarjoja. (Nuori Suomi 2010, 11.) Zimmer (2001, 65) kirjoittaa aisti- ja liikuntakokemusten olevan kielen oppimisen kannalta tärkeitä, sillä niiden varaan rakentuvat kaikki monimutkaisemmat oppimisprosessit.

6 YHTEENVETO

Kyselylomakkeita jaettiin päiväkodin kaikkien lasten lokeroihin. Tutkimuksen toteutushetkellä päiväkodissa oli yhteensä 40 lasta. Määräaikaan mennessä kyselyitä palautettiin 24 eli vastausprosentti on 60. Vastaajista oli pelkästään äitejä 79 % ja 21 prosentissa oli vastaamiseen osallistuneet molemmat vanhemmat. Vastaukset pienten ja isojen ryhmien kesken jakautuivat hyvin tasaisesti, Pirpanoiden eli alle 4-vuotiaiden vastauksia oli 46 % ja Muksujen, eli 4-6-vuotiaiden 54 %. Perheiden koko vaihteli yhden lapsen perheestä viisilapsiseen perheeseen. Yleisin perhekoko oli kaksilapsinen perhe, joita oli 54 % vastauksista. Kaikissa vastanneissa perheessä oli molemmat vanhemmat

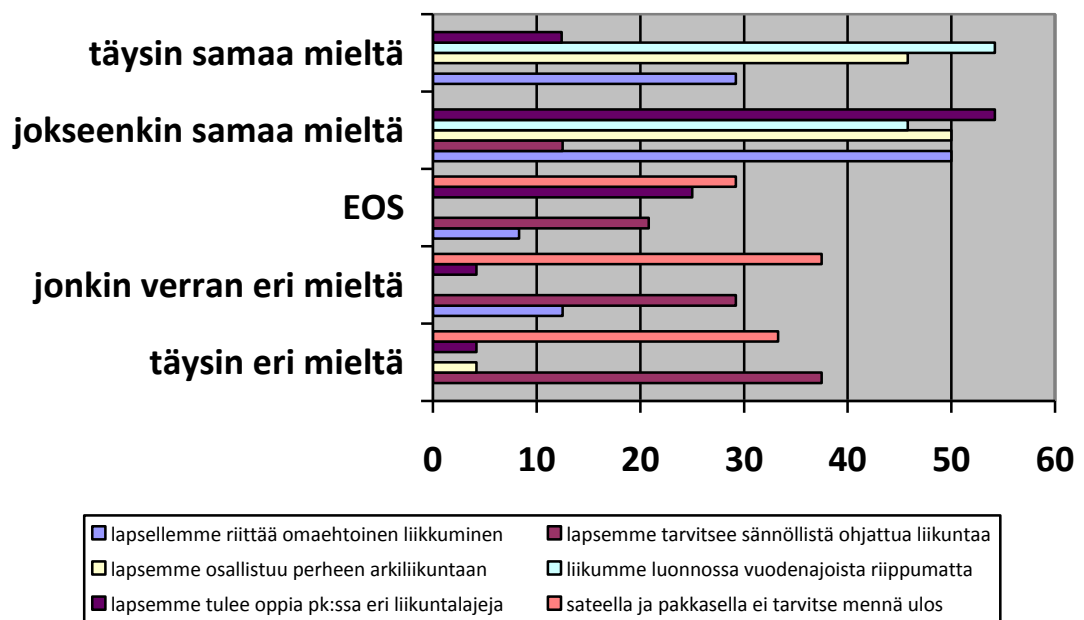
Henkilökunnan tilaisuudessa oli paikalla 7 työntekijää; kolme lastentarhanopettajaa, 3 päivähoitajaa ja yksi ryhmäavustaja. Työntekijöiden keski-ikä oli 47 vuotta ja työkokemusta vastaajilla oli yhteensä 106 vuotta. Henkilökohtaisesti työkokemus vaihteli kahdesta vuodesta kolmeenkymmeneen vuoteen.

Tulokset osoittavat, että niin lasten vanhemmat kuin henkilökuntakin osaavat kattavasti arvioida Tenavatalon liikuntakasvatusta ja tuoda esiin odotuksia liikuntakasvatuksen suhteen. Sen sijaan kehittämisideoita sekä vanhemmat, että henkilökunta esittivät hyvin vähän. Vanhemmista 60 prosenttia vastasi kyselyyn viikon aikana ja koko henkilökunta sitoutui hyvin tutkimukseen pohtiessaan näkökulmia keskustelurungon teemoihin ja päästämällä minut mukaan talon toimintaan ja osallistumaan vanhempainiltaan.

Suurin osa vanhemmista ajatteli, että liikunta on perheelle tärkeää. Päiväkodilla on merkittävä rooli olla tukemassa perheitä liikkumisen suhteen. Melkein 80 prosenttia vanhemmista arvioivat lapsensa olevan liikunnallisesti aktiivinen. Yksikään vanhempi ei kokenut, että lapsi ei pitäisi liikunnasta. Tämä tukee väitettä, että on erittäin tärkeää tarjota monipuolista liikuntakasvatusta päivähoidossa. Tulosta tukee myös Sääkslahden (2007, 39) väite, että lapsi on sisäisesti motivoitunut liikkumaan. Kun lapsella on tarpeeksi mahdollisuuksia liikkumiseen, hän yleensä tarttuu niihin.

Taulukossa 1 näkyy miten vanhempien vastaukset jakautuivat kysyttäessä lapsen liikkumistottumuksia kotona. Kuvio kuvaa myös vanhempien asenteita kysyttäessä sateen ja pakkasen vaikutusta ulkoiluun, sekä odottavatko vanhemmat lapsensa oppivan päiväkodissa eri liikuntalajeja. Puolet vastaajista (50 %) oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että lapselle riittää omaehtoinen liikkuminen ja 37,5 prosenttia vanhemmista koki, että lapsi ei vielä tarvitse säännöllistä ohjattua liikuntaa. Lähes puolet vanhemmista (45,8 %) vastasivat lapsensa osallistuvan perheen arkiliikuntaan ja yli puolet (54,2 %) vanhemmista vastasi perheen liikkuvan luonnossa vuodenaajoista riippumatta. Yllättävää mielestäni oli, että jopa 54,2 % vanhemmista oli jokseenkin samaa mieltä väittämän kanssa, jossa lapsen tulisi oppia päiväkodissa eri liikuntalajeja. Väittämällä halusin selvittää, olettavatko vanhemmat, että päiväkodissa lapsi oppii eri liikuntalajeja. Epäilen suuren prosentin johtuvan siitä, että mahdollisesti vanhemmat ajattelivat liikuntamuotoja, eivätkä niinkään lajeja. Tutustumisen ja oppimisen ero on huomattava, ja päiväkodin tehtäviin ei kuulu opettaa lajeja vaan tutustuttaa lapsi niihin.

Taulukko 1 tiedonkeruulomake vanhemmille, kysymys 7



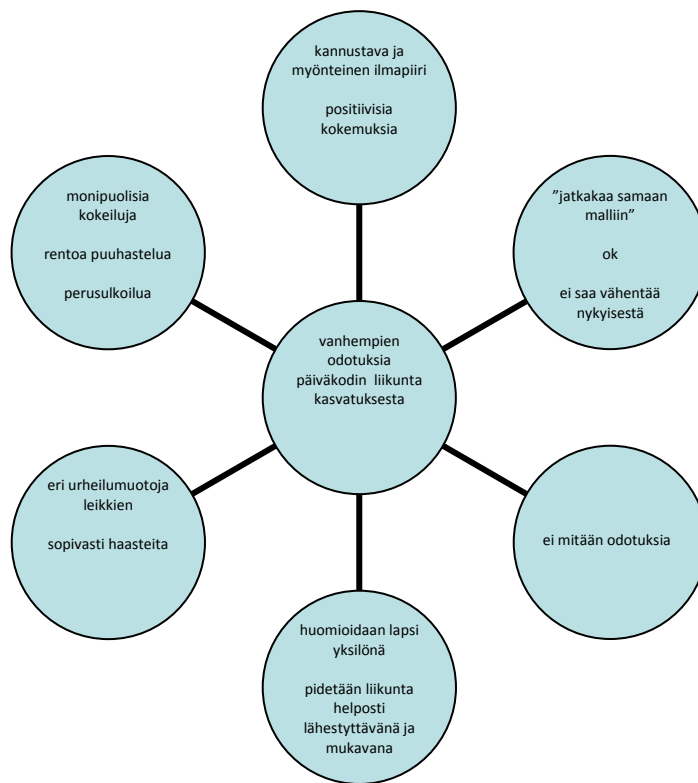
Vanhemmat määrittivät liikuntakasvatuksen etupäässä kiinnostuksen herättämiseksi ja tekemisen iloksi. Vanhemmat kokivat, että liikkumisen tulisi tapahtua leikin kautta, sen tulee olla monipuolista ja jokapäiväistä. Liikunnan sosiaalista puolta tulee korostaa

mutta lasten liikkumisessa tulee huomioida myös yksilöllisyys ja vapaaehtoisuus. Hyvin samansuuntaisesti liikuntakasvatusta on määritellyt Karvonen (2000, 25–27, 29), joka mainitsee monipuolisuuden, liikkumisen ilon, mielikuvituksen huomioimisen ja omaehtoisen liikkumisen. Pääosin vanhemmat olivat erittäin tyytyväisiä päiväkotien Tenavatalon liikuntakasvatukseen. Liikunta koettiin monipuolisena, omaehtoisena ja jokapäiväisenä. Lapsilla on tilaa liikkua ja tarpeeksi välineitä. Perheen koolla ei näyttänyt olevan merkitystä lapsen harrastuksiin, vaikutus näkyy luultavasti vasta lapsen kasvaessa isommaksi ja harrastusten muuttuessa mahdollisesti kalliimmiksi.

Tenavatalossa hyödynnetään lähiympäristöä monipuolisesti. Karvonen (2000, 14, 16–17) kiinnittää huomiota lasten liikkumisympäristöön, jonka tulisi olla riittävä iso ja monipuolinen. Suurin osa vanhemmista on kiinnittänyt samaan asiaan huomiota ja arvioineet Tenavatalon liikkumisympäristön ihanteelliseksi lapsille. Mielestäni on hyvä asia, että vanhemmat ovat huomanneet Tenavatalon tilojen ja ympäristön monipuolisuuden.

Alle 3-vuotiaiden osalta vanhemmat eivät antaneet kritiikkiä Tenavatalon liikuntakasvatuksen suhteen. Voi olla, että alle 3-vuotiaiden osalta liikuntakasvatukselta ei vielä vaadita suuria, lasten tavanomainen liikkuminen tuona ikä kautena riittää. Tästä voi tehdä myös johtopäätöksen, että alle 3-vuotiaiden osalta liikuntakasvatuksessa on onnistuttu ilmeisen hyvin.

Vanhempien odotukset liikuntakasvatuksen suhteen (kuvio 4) olivat hyvin realistisia ja toteuttamiskelpoisia. Vastauksien perusteella vanhemmat odottavat, että liikuntakasvatuksen myötä lapsi oppii pitämään liikuntaa luonnollisena ja jokapäiväisenä asiana. Sisältöjen suhteen toivottiin perusliikuntatarpeen täyttymistä ja erilaisten liikuntamuotojen opettelua. Tavoiteltavaa olisi, että lapselle muodostuisi positiivinen asenne liikuntaa kohtaan.



Kuvio 4. Tiedonkeruulomake vanhemmille. Kysymys 12. Odotukset päiväkodin liikuntakasvatuksen suhteen

Liikuntakasvatuksen kehittäminen ei herättänyt vanhemmissa paljoa mielipiteitä. Enimmäkseen kommentit koskivat sisällön kehittämistä ja liikunnan monipuolisuus haluttiin säilyttää. Vanhemmat halusivat mahdollisuuksien mukaan lisää erilaisia ja erikoisempiakin liikuntamuotoja, kuten tanssia ja sirkustemppejuja. Liikuntamuotojen lisääminen vaatii resursseja, mutta on hyvä idea. Erityistaitoja vaativien liikuntalajien kohdalla on pohdittava, kuka ryhtyisi ohjaamaan niitä. Vanhemmat toivovat, että jatkossakin tulee muistaa kuunnella lasten toiveita ja liikunnan tulee tapahtua lasten omien kykyjen mukaisella tasolla.

Henkilökunnan mielestä motoriikan kehittyminen ja liikkumisen ilo ovat tärkeimpiä asioita lasten liikunnassa. Tenavatalon liikuntakasvatuksen tavoitteena on luoda perusta lapsen terveille kasvuun ja kehitykselle sekä liikunnallisen elämäntavan oppiminen. Henkilökunnan määritelmä on hyvin lähellä lasten vanhempien edellä esitettyä liikuntakasvatuksen määritelmää. Määritelmillä on myös selkeitä yhtymäkohtia Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksiin (2005).

Päiväkodin liikuntakasvatusta määriteltäessä henkilökunta koki, että päiväkodissa liikutaan paljon. Liikunta on monipuolista, suunniteltua ja tukee lapsen omaehtoista liikkumista. Lasten yksilöllisyys huomioidaan ja lapsille tarjotaan onnistumisen kokemuksia. Liikuntaa yhdistetään myös muihin kasvatuksen osa-alueisiin. Henkilökunnan näkemykset liikuntakasvatuksesta ovat varsin samansuuntaiset vanhempien näkemysten kanssa.

Valtakunnallinen selvitys päiväkotien liikuntaolosuhteista (2009) esittelee kattavasti Suomen päiväkotien vallitsevia liikuntaolosuhteita. Selvityksen tuloksia vasten peilaten Tenavatalon liikuntaolosuhteet ovat erittäin hyvällä tasolla. Selvityksen mukaan yleisimmät ongelmat liikuntaolosuhteissa ovat tilan ahtaus ja liikkumismahdollisuuksien vähäisyys. Tenavatalon näkökulmasta nämä kaksi tekijää ovat päinvastaisia. Liikunnalle on tilaa ja erilaisia liikkumismahdollisuuksia on ympäristössä paljon. Henkilökunta koki lähiympäristön tukevan liikuntaa, erityisesti arvostettiin liikunnalle varattua sisätilaa. Vaikka ulkoliikuntapaikat ovat pidemmän matkan päässä, koetaan ne silti päiväkodille tärkeiksi.

Henkilökunnan odotukset liikuntakasvatuksen suhteen liittyivät suurilta osin pihan parannukseen sekä omaan kehittymiseen ja motivaatioon. Kouluttautuminen edistää omaa kehittymistä ja sille annetaankin kunnassa hyvät mahdollisuudet. Koulutuksesta saa vinkkejä työhön ja se tukee myös omaa kehittymistä. Tärkeää on ymmärtää, että kukaan ei ole koskaan valmis, vaan työntekijä voi aina kehittyä työssään. Henkilökunta kertoi, että liikunta on tapa kasvattaa lapsia ja voidaan sanoa, että liikuntaan sitoutuminen kuuluu ikään kuin työnkuvaan.

Tiedottamisessa henkilökunta koki kehittämisen varaa. Nykyinen ilmoitustaulu viestintä ei välttämättä tavoita kaikkia vanhempia sillä kaikilla vanhemmilla ei ole aikaa pysähtyä tutkimaan ilmoitustauluja. Yleensä liikuntavälineistä muistutetaan myös lasten haun yhteydessä, joten kaikkien pitäisi olla tietoisia milloin tarvitaan suksia tai muita välineitä.

Liikuntakasvatuksessa on tärkeää, että monipuolisuus ja virikkeellisyys säilytetään. Mahdollisuuksien mukaan erilaisten liikuntamuotojen ja -vaihtoehtojen kokeilua voisi lisätä. Hauskuus tulisi myös säilyttää, jotta liikkumisesta ei tule väkinäistä. Tärkeää on liikkua lapsen ehdoilla ja liikunnan tulisi olla tasapainossa muiden kasvatustavoitteiden

kanssa. Osa vanhemmista koki, että heidän on vaikea antaa kehittämis ehdotuksia, koska eivät ole mukana päiväkodin arjessa.

Uskon, että pysyvät liikuntatottumukset kehittyvät parhaiten niissä perheissä, joissa vanhemmat liikkuvat säännöllisesti. Tavalliset asiat, kuten luonnossa liikkuminen, pihatyöt, hiihto, luistelu, uinti, pyöräily, kävely, kotona jumppaaminen, ulkona temppuilu tai pallolla pelaaminen, ovat lapselle merkityksellisiä, kun ne tehdään yhdessä äidin, isän tai koko perheen kanssa. Arjen arvokkuus muodostuu lapsen kanssa pienistä yhteisistä askareista ja tekemisistä, jolloin asioita tehdään yhdessä ilman kilpailua ja suorituskykypaineita.

Yleisesti vanhemmat ovat liikuntakasvatukseen tyytyväisiä ja arvioivat sen nykytilaa termeillä hyvää, olemme tyytyväisiä, hyvin ohjattua, riittävää ja hienoa. Tenavatalon todettiin tukevan hyvin lapsiperheitä liikuntakasvatuksen suhteen. Vanhemmat arvostavat henkilöstön työtä ja kannustavat henkilökuntaa jatkavan samaan malliin.

Tätä kuvaa hyvin erään vanhemman palaute:

”Toivomme, että liikuntaa pidettäisiin myös jatkossa arvossaan, ja että sen kehityksessä otetaan huomioon niin liikuntasuosituksat, päiväkodin lapset, vanhemmat ja koko henkilökunta. Toivoisimme, että päiväkotit olisi eduksi koululiikuntaan valmistuessa ja että liikuntaan suhtautuminen olisi jo kehittynyt siihen mennessä.”

7 POHDINTA

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli perehtyä päiväkotitenaavatalon liikuntakasvatukseen henkilökunnan ja lasten vanhempien näkökulmasta. Tavoitteena oli selvittää, mitä liikuntakasvatus on, mitä siltä odotetaan sekä miten sitä voitaisiin kehittää. Tutkimuksen tuloksia voidaan tulevaisuudessa hyödyntää liikuntakasvatuksen kehittämistyössä ja toivon, että tutkimuksen ansiosta Tenavatalon liikuntakasvatusta kehitetään edelleen opinnäytetyössä ilmenneiden odotusten ja kehittämisideoiden pohjalta. Tuloksia voivat hyödyntää monet eri tahot perheistä varhaiskasvattajiin.

Liikunta on lapsille tärkeää kaikissa ympäristöissä ja päivähoidossa liikunnan ei tulisi toteutua aikuisten ehdoilla vakavamielisesti, vaan erään vastaajan sanoin ”*monipuolisesti leikin kautta liikkuen*”.

Työni käsittelee yhden päiväkodin liikuntakasvatusta. Tuloksista löytyi huomattavasti yhtymäkohtia aiempaan aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen ja tutkimuksiin. Tutkimus vahvistaa osaltaan käsitystä liikunnan merkityksellisyydestä alle kouluikäisille lapsille. Tutkimus on ollut moniääninen tuoden esiin vanhempien ja henkilökunnan näkemyksiä liikuntakasvatuksesta. Tutkimus on onnistunut vastaamaan tutkimuskysymyksiin hyvin, vaikka suurimmilta osin vanhemmat ja työntekijät ovat tyytyväisiä tämänhetkiseen tilanteeseen eikä vastauksissa ollut paljon eroavaisuuksia.

Koko opinnäytetyöprosessi oli minulle suuri seikkailu, kuin trapetsilla tasapainottelua perheen, työn ja opiskelun kanssa. Kun samalle trapetsille heitettiin vielä lisää tasapainoteltavaa perheen ja ohjaajien suunnasta, tunsin välillä tippuvani täysin tyhjän päälle ilman turvaverkkoa. Mutta onneksi apua aina löytyi jostain ja pääsin takaisin tasapainoon ja lopulta turvallisesti ”maaliin”. Haastetta lisäsi myös se, että halusin tehdä työn jostain oikeasti tärkeästä asiasta, asiasta, jolla olisi merkitystä myös muille kuin itselleni. Halusin valita ehdottomasti itseäni kiinnostavaan aiheeseen, josta olisi minulle hyötyä ja apua tulevana vuosina varhaiskasvatuksen maailmassa. Miettiessäni tiedonkeruulomakkeen kysymyksiä, minut valtasi runsauden pula. Halusin tietää enemmän mitä oikeasti tähän työhön tarvitsin. Vaikka karsin ja muotoilin kysymyksiä päiväkodin johtajan ja ohjaajieni neuvojen mukaan, silti muutamat kysymykset olisi voinut vielä jättää pois, sillä ne eivät antaneet suoraan vastauksia tutkimuskysymyksiini.

Myös henkilökunnan haastattelun olisi voinut tehdä toisin ja olisin saanut vielä enemmän tietoa. Keskustelun runko olisi ollut hyvä antaa henkilökunnalle etukäteen, jotta he olisivat voineet tutustua kysymyksiin ja mahdollisesti keskustella aiheesta etukäteen yhdessä. Nyt ilman tätä ennakkotutustumista joidenkin termien ja aihekokonaisuuksien avaamiseen meni paljon aikaa ennen kuin pääsimme varsinaiseen aiheeseen.

Aineiston kokoaminen, teemoittelu ja analysointi oli haastavaa suuren työmäärän vuoksi. Koen silti onnistuneeni analysoinnissa hyvin niin kyselylomakkeiden kuin ryhmäkeskustelun osalta. Aineistossa ei esiintynyt erityisen yllättäviä vastauksia. Merkittävää oli se, kuinka positiivisesti vanhemmat arvioivat Tenavatalon liikuntakasvatusta. Kriittistä arviointia oli vain muutamassa lomakkeessa.

Sain työstäni paljon tärkeää tietoa tulevaa työtäni ajatellen. Lastentarhanopettajana kasvatuskumppanuuden jakaminen yhdessä työkavereiden ja vanhempien kanssa on osa työtä, myös liikunnan avulla kasvattaminen on lähellä sydäntäni ja pyrin tuomaan omaa osaamistani esille tulevina työvuosina. Opinnäytetyön tekemisen myötä olen saanut laajempaa ja syvällisempää tietoa valitsemastani aiheesta. Aihe herätti paljon ajatuksia, ja välillä mietin, että parin kanssa tehtynä tämä työ olisi voinut olla vieläkin moniulotteisempi. Yksin tehtynä liikuntakasvatuksen aihemaailma on todella laaja ja jouduin rajaamaan mielenkiintoisiakin aiheita pois, pelkästään siksi, että en olisi ehkä selvinnyt isommasta työtaakasta. Mutta toisaalta jo pelkästään aikataulullisista syistä oli järkevä valinta tehdä työ yksin. Perheellisten on vaikeaa sovittaa aikataulujaan yhteen ja olen tottunut toimimaan itsenäisesti, joten parin kanssa näin ison työn tekeminen olisi saattanut olla liian haasteellista. Olen saanut pohtia asioita useammasta näkökulmasta, joihin ei olekaan yksiselitteistä ja ainoaa oikeaa vastausta. Työn aikana olen joutunut myös tarkastelemaan omia asenteitani ja avartamaan omaa suhtautumistani tutkittavaan aiheeseen. Kirjoitan paljon siitä, kuinka tärkeää vanhempien on touhuta yhdessä lastensa kanssa. Itse huomaan kuitenkin usein patistavani lapsiani ulos keskenään vedoten kiireeseen tai tärkeämpään tekemiseen. Haastateltaviltani sain tärkeää tietoa aiheesta, sekä tulevaisuuden työstäni. Prosessi on ollut tiivis ja monivaiheinen mutta olen selvinnyt siitä mielelläni hyvin. Perheen, työ ja opiskelun välillä tasapainottelu on aina haastavaa.

Teorian ja tutkimustulosten yhteensovittamisen tiesin jo etukäteen olevan hieman haastavaa, sillä halusin valita spiraalimallin. Spiraalimallin mukaan tehty tutkimus on mielestäni mielenkiintoisempaa luettavaa ja sellaisen juuri halusin omasta työstäni.

Jatkotutkimuksena tulevaisuudessa voisi toteuttaa tämän tutkimuksen perusteella tehtyjen kehittämistoimenpiteiden arviointia eli miten odotukset ovat täyttyneet. Tai vaihtoehtoisesti suorittaa saman kyselyn toiseen, erilaiseen, mahdollisesti samassa kunnassa olevaan päiväkotiin, jossa ei ole omaa salia käytössä. Olisi mielenkiintoista nähdä, kuinka erilaiset tulokset voisivat olla.

Opinnäytetyön edetessä olen tehnyt itsenäisiä päätöksiä ja ottanut kaikista päätöksistäni vastuun, joten opinnäytetyön tutkimuksen kulku on sujunut mielestäni hyvin. Mielestäni henkilökunnan ja vanhempien ääni kuuluu riittävästi tutkimuksen tuloksissa. Erityisen tyytyväinen olen siihen, että opinnäytetyö on työelämälähtöinen ja pyrkii todella kehittämään työelämän käytäntöjä. Aihe on myös erittäin kiinnostava ja ajankohtainen.

Olen tutkijana ollut ulkopuolinen suhteessani Tenavataloon, koska päiväkotia ei ollut ennen opinnäytetyön tekoa minulle millään tavalla tuttu. Koen, että en ole vaikuttanut tutkimuksen tuloksiin omalla läsnäolollani. Uskon myös, että olen lisännyt ammatillisia valmiuksiani kattavasti tämän prosessin aikana. Liikunta on aina tärkeä aihe lasten kanssa työskenneltäessä ja koen, että olen saanut tärkeitä ammatillisia valmiuksia tulevaisuuden työtä varten.

Opinnäytetyön yksi kappale jää Tenavatalon käyttöön, josta sitä voivat halutessaan lainata myös vanhemmat. Päiväkodinjohtajan kanssa on myös sovittu, että käyn esittelemässä työn tulokset vanhempainillassa, mikäli sellainen kevään 2012 aikana voidaan järjestää.

Mielestäni liikunnan tärkeyttä tulisi korostaa entisestään varhaiskasvatuksessa, sillä sen avulla lapset saavat lisää mahdollisuuksia kasvaa ja kehittyä tasapainoisesti.

LÄHTEET

- Autio, Tuire & Kaski, Satu 2005. Ohjaamisen taito. Edita Prima Oy. Helsinki.
- Bardy, Marjatta, Salmi Minna & Heino Tarja 2001. Mikä lapsiamme uhkaa? Suuntaviivoja 2000-luvun lapsipoliittiseen keskusteluun. Raportteja 162. Stakes. Helsinki.
- Eriksson Päivi & Koistinen Katri 2005. Monenlainen tapaustutkimus. Julkaisuja 4:2005. Kuluttajatutkimuskeskus. Helsinki.
- Forsberg, Hannele, Ritala-Koskinen, Aino & Törrönen, Maritta 2006. Kohti lapsisensitiivistä sosiaalityötä. Teoksessa: Forsberg, Hannele, Ritala-Koskinen, Aino & Törrönen, Maritta. (toim.) Lapset ja sosiaalityö. PS-Kustannus 5–18. Jyväskylä.
- Heikinaro-Johansson, Pilvikki. & Huovinen, Terhi 2007. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. 2.painos. WSOY. Helsinki
- Heinämäki Liisa 2004. Erityisesti päivähoidossa. Kunnallisten toimijoiden ja päättäjien näkemykset erityispäivähoidon funktiosta palvelujärjestelmässä. Stakes tutkimuksia 136.
- Hirsjärvi Sirkka, Remes Pirkko & Sajavaara Paula 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Tammi. Helsinki.
- Hytönen, Juhani 2002. Lapsikeskeinen kasvatus. WSOY. Helsinki.
- Karlsson, Liisa 2005. Tie osallisuuteen – Osallisuus yhdessä lasten kanssa. Teoksessa: Stenius, Tuula, MLL:n osallisuusverkostolaiset & Karlsson, Liisa. 2005. Yhdessä lasten kanssa – seikkailu osallisuuteen. Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 8–9. [Verkkojulkaisu]. [Viitattu: 5.8.2011].
Saatavana: http://www.edu.helsinki.fi/lapsetkertovat/Julkaisut/Stenius_Karlsson_Yhdessälastenkanssa.pdf
- Karvinen Jukka, Rautio Sari, Rätty Kirsi 2010. Haasteena liikkumattomat lapset. Opetus ja kulttuuriministeriö, Sosiaali- ja terveysministeriö, Nuori Suomi julkaisu. Lauttasaaren Reprotalo Oy. Helsinki.
- Karvonen Pirkko 2000. Hyppää pois! Lapsen motoriiikan arviointi ja kehittäminen. Tammi. Tampere.
- Karvonen Pirkko, Siren-Tiusanen Helena, Vuorinen Riitta 2003. Varhaisvuosien liikunta. Vk-kustannus Oy. Jyväskylä.
- Kinos, Jarmo 2001. Lapsilähtöinen varhaiskasvatus. Teoksessa: Hujala, Eeva (toim.) Puheenvuoroja lapsista ja varhaiskasvatuksesta: Varhaiskasvatus 90 Oy. Gummerus Kirjapaino Oy, 30–38. Jyväskylä.
- Kurvinen Auli, Neuvonen Sohvi, Sivén Tuula, Vartiainen Jari, Vihunen Riitta, Vilén Marika 2006. Lapsuus: erityinen elämän vaihe. WSOY. Helsinki.

- Lapsiasiavaltuutettu. 6.3.2009. Lasten osallisuus ei ole pelkkää mielipiteiden selvittämistä. [Verkkotiedote]. Tiedote 9/2009. [Viitattu: 5.8.2011]. Saatavana: <http://www.lapsiasia.fi/nyt/tiedotteet/tiedote/view/1398514>
- Lasten ja nuorten liikunnan asiantuntijaryhmä 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18 -vuotiaille. Reptalo Lauttasaari Oy. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry.
- Nummenmaa, Anna Raija 2001. Tulkinnallinen lähestymistapa varhaiskasvatuksen tutkimisessa ja teorianmuodostuksessa. Teoksessa Karila, Kirsti, Kinos, Jarmo & Virtanen, Jorma (toim.), Varhaiskasvatuksen teoriasuuntauksia. PS-kustannus. Jyväskylä.
- Numminen Pirkko 1995. Alle kouluikäisten lasten havaintomotorisia ja motorisia perustaitoja mittaavan APM-testistön käsikirja. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 98. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö (LIKES). Kopi-Jyvä Oy. Jyväskylä.
- Numminen, Pirkko 1996. Kuperkeikka. 3. p. Lasten Keskus Oy. Helsinki.
- Nuori Suomi, 2010. Liikutaleikkikoulu, ohjaaja opas.
- Nuori Suomi ry. Valtakunnallinen selvitys päiväkotien liikuntaolosuhteista. 2009
- Opetushallitus 2010. Esiopetuksen suunnitelman perusteet 2010. Määräykset ja ohjeet 2010:27. Tampereen yliopistopaino oy. Tampere. Luettavissa http://www.oph.fi/download/131115_Esiopetuksen_opetus suunnitelman_perusteet_2010.pdf
- Oranen Mikko 2008. Mitä Mieltä? Mitä mieltä? Lasten osallisuus lastensuojelun kehittämisessä. Ensi ja turvakotien liitto. Helsinki.
- Pohjola, Anneli. 2007. Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa Viinamäki, Leena & Saari, Erkki (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Tammi. Helsinki. 11-31.
- Puroila Anna-Maija 2004. (toim.). Kehittyvä perhetyö. Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus. Oulu. Saatavissa http://www.sosiaalikallega.fi/julkaisut/julkaisusarja/Julkaisu_12.pdf
- Rinta, Tuire, Lind, Pasi, Lipponen, Henry & Tamminen, Kaisa 2008. Viikarit vauhdissa. Spurtti Oy. Kerava.
- Rovio, Esa, Nikkola, Tiina & Salmi, Olli 2009. Ohjaaminen ja ryhmäilmiö. Teoksessa Rovio, Esa, Lintunen, Taru & Salmi, Olli (toim.), Ryhmäilmiöt liikunnassa. Liikuntatieteellinen Seura ry. Tampere.
- Saarela-Kinnunen Maria & Eskola Jari 2001. Tapaus ja tutkimus = Tapaustutkimus? Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle 158–169. PS-Kustannus. Jyväskylä.
- Soronen, Sirkka & Seeslahti, Pirkko 2001. Kieputellen. 1. – 3. painos. Tammi. Rauma.

- Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus 2007. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2. tark. p. Helsinki: Stakes oppaita 56.
- Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita. Helsinki
- Tiittula, Liisa. & Ruusuvuori, Johanna 2005. Johdanto. Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.), Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Vastapaino, 9–21. Tampere.
- Tuomi Jouni & Sarajärvi Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. 5. uudistettu laitos. Tammi. Helsinki.
- Tyrnävän kunta 2011. Päiväkoti Tenavatalon varhaiskasvatussuunnitelma
- Valli Raine 2001. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa Aaltola, Juhani. & Valli, Raine. (toim.) Ikkunoita tutkimusmustodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. 100–112. PS-Kustannus. Jyväskylä.
- Valtonen, Anu 2005. Ryhmäkeskustelut – millainen metodi? Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. 223–241. Vastapaino. Tampere.
- Viholainen, H. 2006. Tallaako lapsi kielensä päälle? Liikunta ja tiede 43. 3/06, 16-21.
- Zimmer Renate 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja, didaktismetodisia perusteita ja käytännön ideoita. LK-kirjat. Helsinki

INTERNET-LÄHTEET

- Laki lasten päivähoidosta. 1973. [Viitattu 5.4.2006]
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>
www.nuorisuomi.fi/files/ns2/Koulu_PDF/kasitteita.pdf
www.thl.fi
<http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/julkaisut/kasvatus/varkasv.htm>

HAASTATTELUT

- Päiväkoti Tenavatalon henkilökunta 7.12.2011
 Esikoululaiset 16.12.2011

HANKESOPIMUS

LIITE 1

KEMI-TORNION AMMATTIKORKEAKOULU

SOPIMUS

Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun sosiaalialan toimiala ja alla mainittu toimeksiantaja sopivat tällä sopimuksella opiskelijatyönä tehtävän opinnäytetyön tekemisestä alla mainituin ehdoin.

TOIMEKSIANTAJATIEDOT

Toimeksiantajan nimi ja osoite: Päiväkotiki Tenavatalo/ Tyrnävän Kunta

Yhdyshenkilö: Helena Ojanperä

Yhdyshenkilön yhteystiedot: sähköposti ja puh xxx

OPPILAITOSTIEDOT

Oppilaitos: Kemi-Tornio AMK, Sosiaaliala, Valtakatu 22, 94100 Kemi

Opinnäytetyön tekijä: Satu Rahkola satu.rahkola@edu.tokem.fi 040-xxxx

Opinnäytetyön ohjaavat opettajat:

Sari Leppälä sari.leppala@tokem.fi ja Seppo Kilpiäinen seppo.kilpiainen@tokem.fi

OPISKELIJATYÖNÄ TEHTÄVÄN OPINNÄYTETYÖN TIEDOT

Opinnäytetyön aihe: Liikunta varhaiskasvatuksessa

Työn aikataulu: kysely marras-joulukuu, työntekijöiden haastattelu 7.12.2011, opinnäytetyöseminaari 10.2.2012

Opinnäytetyöstä aiheutuvista kustannuksista vastaa: opiskelija, Tenavatalon kopiointikone on luvattu opiskelijan käyttöön

Tulosten salassapidosta sovitaan seuraavaa: Sitoudun noudattamaan voimassaolevia tutkimusaineiston säilyttämiseen ja tietosuojalainsäädäntöön (mm. salassapitosäännökset) liittyviä ohjeita.

Työn ohjaajina toimivat: Sari Leppälä ja Seppo Kilpiäinen sekä Helena Ojanperä

Jos tähän sopimukseen tulee muutoksia, on se jokaisen osapuolen uudelleen hyväksyttävä ja allekirjoitettava.

Tämä sopimus on tehty 3 kappaleena, yksi jokaiselle sopijaosapuolelle.

Kemissä 15.11.2011

AMK:n edustaja

Toimeksiantajan edustaja

Opiskelija

TUTKIMUSLUPA

LIITE 2

TUTKIMUSLUPA

Tyrnävän kunta/ Päiväkotitoiminta

Olen Satu Rahkola ja opiskelen sosionomi (AMK) tutkintoa Kemi- Tornion ammattikorkeakoulussa, sosiaalialan koulutusohjelmassa. Haen tutkimuslupaa opintoihini kuuluvan opinnäytetyön tekemiseksi.

Opinnäytetyön aiheena on liikunnan merkitys varhaiskasvatuksessa. Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää mitä liikuntakasvatus on vanhempien ja henkilökunnan mielestä ja mitä päiväkodin liikuntakasvatukselta odotetaan ja miten sitä voitaisiin kehittää.

Teen kyselyn päiväkodin lasten vanhemmille ja haastattelen talon henkilökunnan (vakituiset ja sijaisina toimivat työntekijät.) Teoreettinen viitekehys rakentuu liikunta- ja varhaiskasvatuksen teorioiden avaamisesta.

Opinnäytetyö valmistuu alkuvuodesta 2012 ja se löytyy valmistuttuaan Theseus-tietokannasta.

Opiskelijana sitoudun noudattamaan voimassaolevia tutkimusaineiston säilyttämiseen ja tietosuojalainsäädäntöön (mm. salassapitosäännökset) liittyviä ohjeita.

Annan mielelläni opinnäytetyöstäni lisätietoja.

Tupos 16.11.2011

Satu Rahkola
sosionomi-opiskelija
p. 040-xxxx
xxx@edu.tokem.fi

Opinnäytetyön ohjaajina toimivat Sari Leppälä ja Seppo Kilpiäinen

Seppo Kilpiäinen
xxx@tokem.fi

Tutkimuslupa myönnetään

paikka ja aika	Helena Ojanperä Päiväkodin johtaja/Tyrnävän kunta
----------------	--

KYSELYLOMAKE VANHEMMILLE

LIITE 3

Hei vanhemmat!



Olen sosionomi (AMK)-opiskelija Kemi-Tornio ammattikorkeakoulusta ja teen opinnäytetyöni aiheesta Liikunta varhaiskasvatuksessa.

Tutkimustehtäväni on selvittää, mitä liikuntakasvatus on vanhempien ja henkilökunnan mielestä ja mitä Tenavatalon liikuntakasvatukselta odotetaan ja miten sitä voitaisiin kehittää.

Työtäni varten kerään tietoa kyselylomakkeella Teiltä vanhemmilta ja haastattelen päiväkodin henkilökunnan.

Pyydän Teitä ystävällisesti vastaamaan oheiseen kyselyyn. Käsittelen vastauksenne ehdottoman luottamuksellisesti ja käytän niitä ainoastaan opinnäytetyöhön. Jokaista lasta kohden on oma lomake tutkimuksen tulosten selkiyttämiseksi.

Lupa tutkimukseen on saatu päiväkodinjohtaja Helena Ojanperältä.

Lomakkeen viimeinen palautuspäivä on ti 29.11.2011. Palautuslaatikot löytyvät päiväkodin eteistiloista.

Seuraavalla sivulla on esitelty lyhyesti Nuori Suomi ry:n, Sosiaali- ja terveysministeriön, Opetusministeriön ja asiantuntijatyöryhmän yhdessä suunnittelemaat Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset, jotka ohjaavat liikuntakasvatusta valtakunnallisesti.

Ystävällisin terveisin,

Satu Rahkola

p.040-8xxxxx

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset (Nuori Suomi)





Merkitkää vastauksenne seuraaviin kysymyksiin valitsemalla yksi mielipidettänne vastaava vaihtoehto tai kirjoittamalla vastaus sille varattuun tilaan.

Toivon Teidän myös perustelevan vastauksenne, mikäli kysymyksessä on siihen varattu tilaa. Vastaamiseen voi osallistua useampi kuin yksi perheen aikuisista.

Perheen jokaista Tenavatalossa olevaa lasta kohden täytetään oma lomake.

1. Vastaaaja	2. Perheen koko	3. Lapsen ikä
() molemmat	___lasta ___aikuista	___vuotta
() isä () äiti		

4. Lapsen ryhmä päiväkodissa	() Pirpanat	() Muksut ja eskarit
-------------------------------------	--------------	-----------------------

Ympyröikää seuraavissa kysymyksissä vastauksenne

5. Liikunnan merkitys perheelle

ei merkitystä jonkin verran merkitystä en osaa sanoa tärkeää erittäin tärkeää

6. Lapsemme

ei pidä liikkumisesta pitää jonkin verran en osaa sanoa on aktiivinen on erittäin aktiivinen

7. Mielestämme

1= täysin eri mieltä 2=jonkin verran eri mieltä 3= en osaa sanoa 4= jokseenkin samaa mieltä

5= täysin samaa mieltä

* lapsellemme riittää omaehtoinen liikkuminen 1 - 2 - 3 - 4 - 5

* lapsemme tarvitsee säännöllistä

ohjattua liikuntaa (esim. urheiluseurassa) 1 - 2 - 3 - 4 - 5

* lapsemme osallistuu perheen arkiliikuntaan

(kolaus, haravointi, puiden kantaminen jne.) 1 - 2 - 3 - 4 - 5

* liikumme luonnossa vuodenaajoista riippumatta 1 - 2 - 3 - 4 - 5

* lapsemme tulee oppia päiväkodissa eri liikuntalajeja 1 - 2 - 3 - 4 - 5

* sateella ja pakkasella ei tarvitse mennä ulos 1 - 2 - 3 - 4 - 5

Seuraavissa kysymyksissä voitte vastata vapaasti omin sanoin ja jatkaa tarvittaessa kääntöpuolelle

8. Jatkakaa lauseita

lapsemme liikkuminen on_____

lapsemme harrastaa_____

lapsemme nauttii kun_____

perheemme mukavaa yhdessä oloa on_____

9. Mitä alle kouluikäisten liikuntakasvatus mielestänne on?

10. Mitä mieltä olette Tenavatalon tämän hetkisestä liikuntakasvatuksesta?

11. Mitä mieltä olette Tenavatalon liikuntaympäristöstä? (tilat, piha, välineet)

12. Millaisia odotuksia teillä on päiväkodin liikuntakasvatuksen suhteen?

13. Miten päiväkotiki mielestänne tukee lapsenne liikunnallista kehitystä?

14. Miten päiväkodin liikuntakasvatusta voisi kehittää?

15. Mitä ajatuksia talven pakkaset ja syksyn vesisateet herättävät teissä miettiessänne lapsenne liikkumista päiväkodissa?

16. Vapaa sana. Ajatuksia, toiveita, ruusuja, risuja liittyen päiväkodin liikuntaan.

Kiitos vastauksistanne!!

TUTKIMUSLUPA LAPSEN HAASTATTELUUN

LIITE 4

TUTKIMUSLUPA

Pyydän lupaa saada haastatella lastanne opinnäytetyöhöni, jonka aiheena on Liikunta varhaiskasvatuksessa. Haastattelu suoritetaan Tenavatalolla ja haastattelussa on läsnä myös lapselle tuttu työntekijä. Haastattelu tallennetaan nauhurille.

Kysymykset liittyvät lapsen ajatuksiin päiväkodin liikunnasta ja sen mielekkyydestä.

Ystävällisesti

Satu Rahkola

040-xxxx

Palauta tutkimuslupalappu päiväkodille viimeistään tiistaina 29.11.2011

TUTKIMUSLUPA

Lapseni _____

saa osallistua opinnäytetyöhön liittyvään haastatteluun ja annan luvan Satu Rahkolalle käyttää lapseni antamia tietoja opinnäytetyössä ja sen raportoinnissa.

paikka ja aika

huoltajan allekirjoitus

KESKUSTELURUNKO

LIITE 5

HENKILÖKUNNAN RYHMÄKESKUSTELUN RUNKO 7.12.2011

Osallistujien koulutustaustat ja iät, työkokemus vuosina

Liikuntakasvatuksen määritelmä ja tavoitteet yleisesti

Liikuntakasvatus Tenavatalolla

- millaiset tavoitteet ja miten suunnitellaan
- millainen sisältö talon liikuntakasvatussuunnitelmassa on
- voiko työssä käyttää omia vahvuuksiaan
- saavatko /voivatko lapset osallistua suunnitteluun, jos voi niin miten
- miten lasten yksilöllisyys huomioidaan
- millaisia ajatuksia herää päiväkodin liikuntaympäristöstä
- oma liikunta-alan koulutus, mitä käyty ja millainen mahdollisuus kouluttautua

Odotukset liikuntakasvatukselle

- työntekijän oma kehittyminen
- omat ideat, onko niitä, miten tuodaan esille
- miten pitää omaa motivaatiota ja jaksamista yllä vuodesta toiseen

Liikuntakasvatuksen kehittäminen Tenavatalolla

- onko mahdollista saada asiantuntijavieraita
- miten koteihin tiedotetaan
- millaista on yhteistyö vanhempien kanssa
- mikä estää tai hidastaa liikuntaa, lasten puutteellinen vaatetus tms.

ESIKOULULAISTEN HAASTATTELUN RUNKO 16.12.2011

Kerro mitä tykkäät tehdä päiväkodissa, mikä on kivointa

Millaisesta liikunnasta pidät, onko sinulla harrastuksia

Jos saisit olla päiväkodinjohtajana yhden päivän, millainen se päivä olisi