

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalian koulutusohjelma / kasvatus- ja perhetyö

Maria Hyppänen

3 – 6-VUOTIAIDEN LIIKUNNALLISEN KEHITYKSEN TUKEMINEN VUORO-
HOIDOSSA

Opinnäytetyö 2012

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

HYPPÄNEN, MARIA

3 – 6-vuotiaiden liikunnallisen kehityksen tukeminen vuorohoidossa

Opinnäytetyö

46 sivua + 5 liitesivua

Työn ohjaaja

Lehtori Miia Heikkinen

Toimeksiantaja

Kouvolan kaupunki, varhaiskasvatus

Huhtikuu 2012

Avainsanat

leikki-ikäiset, liikuntakasvatus, liikuntataidot, suositukset, varhaiskasvatus, vuorohoito

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää miten kahdessa Kouvolan kaupungin 24/7-vuoropäiväkodissa tuetaan 3 – 6-vuotiaiden lasten liikunnallista kehitystä varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksiin perustuen. Alatavoitteena oli tutkia systemaattisesti havainnoimalla päiväkodin ympäristön toiminnallisuutta 3 – 6-vuotiaiden lasten liikunnallisen kehityksen tukemisen näkökulmasta.

Opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ja aineisto on kerätty strukturoituna haastatteluna, jossa kaikille haastateltaville esitettiin ennalta suunnitellut kysymykset. Aineisto koostuu kahden 24/7-päiväkodin henkilöstön haastattelusta. Haastattelut kirjattiin ja vastaukset luettiin haastattelutilanteessa haastateltaville, jolloin haastateltavilla oli mahdollista tehdä korjauksia vastauksiinsa. Opinnäytetyössä tarkastellaan varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksia, 3 – 6-vuotiaiden lasten liikunnallisen kehityksen tukemisen peruspilareita osana lapsen kokonaisvaltaista kehitystä ja varhaiskasvatuksen 24/7-vuorohoidon ominaispiirteitä.

Lasten liikunnallisen kehityksen tukeminen on positiivisella tavalla mukana tutkittavien vuoropäiväkotien arjessa. Tutkittujen päiväkotien ympäristö on monipuoliselle liikunnallisen kehityksen tukemiselle suotuisa, ja henkilöstö on innostunut yhdessä vanhempien kanssa lasten liikunnallisen kehityksen tukemisesta kasvatuskumppaneina.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social Care

HYPPÄNEN, MARIA

Supporting the Physical Development of 3 to 6-Year-Old Children at 24-Hour Kindergarten

Bachelor's Thesis

46 pages + 5 pages of appendices

Supervisor

Miia Heikkinen, Senior Lecturer

Commissioned by

Kouvola City, Early Childhood Education

April 2012

Keywords

3 to 6-year-old children, physical education, motoric skills, recommendations, early childhood education, 24-hour kindergarten

The purpose of this study was to find out how physical development of 3 to 6-year-old children is supported by two 24-hour kindergartens in the city of Kouvola based on recommendations for physical activity in early childhood education. The secondary purpose was to observe systematically the functionality of the kindergarten environment from the viewpoint of supporting the physical development of 3 to 6-year-old children.

This study is qualitative and the material was gathered by using a ready-made frame for a structured interview. The material consists of interviews with the staff of two 24-hour kindergartens. The interviews were transcribed and read back to the interviewees giving them a chance to revise their answers. Additionally, this study examined the recommendations for physical activity in early childhood education, the daily basis of supporting the physical development of 3 to 6-year-old children as a part of their holistic growth and the characteristics of early childhood education in 24-hour kindergartens.

The importance of supporting physical development has been positively present in the daily schedules of the kindergartens in the study. The environment of the kindergartens benefits the physical development in versatile ways, and the staff and the parents together are highly motivated to pursue the same goal as well.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	VARHAISKASVATUKSEN LIKUNNAN SUOSITUKSET	7
3	3 – 6-VUOTIAAN LAPSEN LIKUNNALLISEN KEHITYKSEN TUKEMISEN PERUSPILARIT	8
3.1	Liikunnallinen kehitys 3 – 6-vuoden iässä	9
3.2	Liikunnallisen kehityksen tukemisen merkitys lapsuudessa	11
3.3	Lapsen kokonaisvaltainen kehitys	12
3.3.1	Kognitiivinen oppiminen ja esioperationaalinen kausi	14
3.3.2	Sosiaalis-kognitiivinen ja sosiokulttuurinen teoria	15
3.3.3	Tunneilmapiiri ja psykososiaalisen kehityksen kriisi	15
3.3.4	Leikki	16
3.3.5	Psikomotoriikka	19
4	VARHAISKASVATUSYMPÄRISTÖNÄ 24/7-PÄIVÄKOTI	19
4.1	Lapsi päiväkodin toimintaympäristössä	20
4.2	Vuorohoito päiväkodissa	21
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	22
5.1	Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset	23
5.2	Tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmät	24
5.3	Tutkimuksen päiväkodit ympäristössään	25
6	TUTKIMUSTULOKSET	26
6.1	Päiväkotien haastattelut	29
6.2	Ympäristön toiminnallisuuden havainnointi	34
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	36
8	TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS	38
9	POHDINTA	40

LIITTEET

Liite 1. Henkilökunnan haastattelu

Liite 2. Päiväkodin toiminnallinen havainnointi

Liite 3. Päiväkodin sijainti ja ympäristö

1 JOHDANTO

Kouvolan seudulla tapahtui v. 2009 suuri organisaatiomuutos kuuden kunnan, Anjalankosken, Elimäen, Jaalan, Kouvolan, Kuusankosken ja Jaalan, yhdistyttyä yhdeksi kunnaksi. Uuden Kouvolan kaupungin päivähoitossa noudatetaan toistaiseksi yksikkökohtaisia varhaiskasvatussuunnitelmia. Yksikkökohtaiset suunnitelmat ovat valtakunnallisten varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaiset. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset eli Valisu (STM 2005) tukevat Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden eli Vasu:n toteutumista (Stakes 2003).

Kouvolan kaupungin varhaiskasvatuksessa käynnistyi vuoden 2011 alusta Liikutaan yhdessä -projekti. Toinen tutkimuskohteena olleista päiväkodeista henkilöstöineen oli viikkoa ennen haastattelua osallistunut Liikutaan yhdessä -projektin koulutukseen. Projekti käynnistyi Valkealan päiväkodeissa ja perhepäivähoitossa pilottikoulutuksilla ja tavoitteena on toteuttaa projekti alueittain kaikissa kaupungin varhaiskasvatuksen yksiköissä. Projektin aikana koulutetaan henkilökuntaa ja arvioidaan olemassa olevat liikuntaympäristöt. Henkilöstö saa Nuoren Suomen liikuntakoulutuksen, minkä toteuttaa Kymenlaakson Liikunta ry. Projektin tavoitteena on varhaiskasvatuksen henkilöstön osaamisen kehittäminen ja lapsen arjessa liikunnan lisääminen. (Kouvolan kaupunki 2011.)

Liikunnalliset eli motoriset perustaidot ovat välttämättömiä taitoja, jotta ihminen voi selviytyä elämänsä arkipäivän tilanteista itsenäisesti Liikunnallisten taitojen katsotaan olevan seurausta harjoittelusta. Lapsi oppii harjoittelun avulla hallitsemaan kehoaan suorittaakseen yhä monimutkaisempia tarkoituksenmukaisia toimintoja. Leikki-iässä 3 – 6-vuotias lapsi oppii käyttämään aiemmassa, sensomotorisessa kehitysvaiheessa, kehittyneitä aistejaan ja motoriikkaansa monimutkaisissa motorisissa toiminnoissaan. Tätä leikki-ian kehitysvaihetta kutsutaan psykomotoriseksi kehitysvaiheeksi. Lapsen liikunnallisen kehityksen voidaan sanoa olevan aina psykomotorista kehitystä, sillä liikunnallista toimintaa ja suoritusta ei ole olemassa ilman psyykkisiä ja emotionaalisia prosesseja. (Ayres 1992, 27; Sääkslahti 2005, 23; Laurinsalo 2010, 39 – 40; Zimmer 2011, 19.)

Ympäristön toiminnallisuus vaikuttaa lapsen liikunnalliseen kehitykseen. Tähän kuuluu mm. lapsen fyysinen elinympäristö, sisätilat sekä asuin-, päivähoito- tai leikki-paikkojen pihat ja lähimaastot. Fyysisen ympäristön lisäksi lapsen sosiaalisilla vuoro-

vaikutussuhteilla on merkittävä rooli liikunnallisten taitojen oppimisessa ja liikunnallisen kehityksen tukemisessa. Sosiomotorisen kehitysvaiheen aikana lapsi oppii käyttämään kehonsa motorisia ja vuorovaikutuksellisia taitoja ryhmätilanteissa. Nämä sosiaaliset ja ryhmässä toimimisen taidot luovat lapselle edellytyksiä aikanaan vaikkapa koulussa menestymiselle. (Sääkslahti 2005, 27; Laurinsalo 2010, 39 – 40.)

Tutkimuksessa haastateltiin 24/7-vuorohoitoa antavien kahden Kouvolan kaupungin päiväkodin henkilöstöä ja havainnoitiin ympäristön toiminnallisuutta 3 – 6-vuotiaan lapsen liikunnallisten perustaitojen kehittymisen tukemiseksi. Näissä päiväkodeissa varhaiskasvatustoiminta on ollut vakiintunutta pitkällä aikavälillä. Toinen päiväkotitoiminta on rakennettu v. 1989 ja sijaitsee Kouvolan keskustassa ja toinen on rakennettu v. 1993 ja sijaitsee Kouvolan Anjalankoskella, Myllykosken taajamassa.

2 VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNNAN SUOSITUKSET

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa, Vasussa, todetaan: ”*Päivittäinen liikkuminen on lapsen hyvinvoinnin ja terveen kasvun perusta. Liikkuessaan lapsi ajattelee, kokee iloa, ilmaisee tunteitaan ja oppii uutta. Liikkuminen on myös vauhtia ja elämyksiä, hiekä ja hengästyistä. Liikunnallisen elämäntavan kehittyminen alkaa jo varhaislapsuudessa. Liikkuminen on lapselle luonnollinen tapa tutustua itseensä, toisiin ihmisiin ja ympäristöönsä. Lapsen tietoisuus omasta kehostaan ja sen hallinnasta luo pohjaa terveelle itsetunnolle.*” (Stakes 2005, 22).

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset (STM 2005) tukevat osaltaan Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden toteutumista. **Taulukossa 1** on tiivistetty Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset, jotka kuvaavat yksityiskohtaisemmin, kuinka lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, oppimista sekä hyvinvointia tuetaan liikunnan eli fyysisien toiminnan ja leikin avulla. Suositukset antavat ohjeita liikkumisen kokonaisuudesta, laadusta, ympäristöstä sekä sopivasta välineistöstä. Liikunnan suosituksissa ohjeistetaan myös liikuntakasvatuksen suunnittelua ja toteutusta. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset on tarkoitettu ohjaamaan kaikkea alle kouluikäisten lasten elämänpiireissä tapahtuvaa kasvatuksellista vuorovaikutusta.

Taulukko 1. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset eli Valisu tiivistelmänä (STM 2005, 3)

Määrä	Lapsi tarvitsee joka päivä vähintään 2 tuntia reipasta liikuntaa.
Laatu	Lapsen tulee saada päivittäin harjoitella motorisia perustaitoja monipuolisesti eri ympäristöissä.
Suunnittelu ja toteutus	Varhaiskasvattajien tulee suunnitella ja järjestää tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta päivittäin.
Ympäristö	Varhaiskasvattajien tehtävänä on luoda lapsille liikuntaan houkutteleva ympäristö, poistaa liikuntaan liittyviä esteitä ja opettaa turvallista liikkumista eri ympäristöissä.
Välineet	Päivähoidon toimipisteissä tulee olla lasten liikunnan perusvälineistö. Välineitä tulee olla riittävästi ja niiden tulee olla helposti lasten saatavilla myös omaehtoisen toiminnan aikana.
Yhteistyö	Varhaiskasvatushenkilöstön tulee olla aktiivisessa ja vastavuoroisessa yhteistyössä lasten vanhempien kanssa.

3 3 – 6-VUOTIAAN LAPSEN LIKUNNALLISEN KEHITYKSEN TUKEMISEN PERUSPILARIT

Leikki-ikäisen, 3 – 6-vuotiaan lapsen, päivittäisestä liikunnan kokonaismäärästä suurin osa koostuu lapsen omaehtoisesta liikunnasta, jonka toteutumisen mahdollisuuksista aikuisten kasvattajina tulee yhdessä huolehtia. (STM 2005, 11.) **Kuvassa 1** todetaan havainnollistaen, että ”Liikkuminen on lapselle ominainen tapa toimia”.

3 – 6-vuotiaan lapsen liikunnallisen kehityksen tukemisen peruspilarit kietoutuvat ihmisen toimintakyvyn perustan eli perusliikkumisen hallintaan, jonka sanotaan olevan päivittäisten asentojen, liikkeiden ja siirtymisten kokonaisuus, joka saavutetaan lapsuuden motorisen kehityksen myötä. Perusliikkeet ovat perusta ja edellytys ihmisen kaikelle motoriselle käyttäytymiselle, sekä liikunnan ja motoristen taitojen oppimiselle. (Kukkonen & Piirainen 1990, 15.)



Kuva 1. Liikkuminen on lapselle ominainen tapa toimia (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005)

Ympäristön toiminnallisuus edistää lapselle ominaista tapaa liikkua omaehtoisesti, välittää lapselle merkityksiä ja muistoja sekä edesauttaa lapsen hyvinvoinnin tunnetta ja parantaa lapsen elämänlaatua. Merkityksellisessä toiminnallisessa ympäristössä voidaan toimia turvallisesti, se synnyttää mielekkäitä havaintoja ja mieleenpainuvia viestejä, se luo tilaa mielikuvitukselle ja on luovuudelle toiminnallinen ja tarkoitustaan vastaava. Toiminnallinen ympäristö on esteetön, turvallinen ja toimiva suhteutettuna 3 – 6-vuotiaan lapsen toimintakykyyn ja liikunnallisen kehityksen tukemisen tarpeisiin. (Friberg 2012.)

3.1 Liikunnallinen kehitys 3 – 6-vuoden iässä

Mary D. Sheridanin (2008, 2011) ja Mannerheimin Lastensuojeluliiton (2012) mukaan 3 – 6-vuotiaana lapsi kehittyy kiihtyvällä vauhdilla liikunnallisesti yhä taitavammiksi ja haluaa koetella taitojaan ja kykyjään erityisesti motorisissa aktiviteeteissa. Perusliikkuminen on tässä iässä jo yleensä varmaa, sillä lapsi on oppinut tähän ikään mennessä erilaisia liikunnan perustaitoja, esimerkiksi ryömimään, konttaamaan, kävelemään, juoksemaan ja käsittelemään erilaisia esineitä. Lapsi on yleensä innokas ja reipas liikkuja, joka mielellään haluaa tehdä erilaisia ennätyksiä ja stuntitemppuja

oman kehonsa ja ikätovereittensa kanssa. Lapsi haastaa itseään yhä enemmän erilaisilla liikuntaleikkipaikoilla ja -välineiden kanssa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012; Nurmiraanta, Leppämäki & Horppu 2009, 20; Sheridan 2008, 39 – 47; Sheridan 2011, 35 – 47.)

3 – 6-vuotiaana lapsi haluaa usein mitellä voimiaan ja saattaa olla suorastaan uhkarohkea. Tämän ikäinen tuntuu harjoittelevan alituisesti juoksemista, hyppäämistä, kiipeilemistä, liukumista ja tunneleiden ryömimistä. Tämän ikäinen kiipeilisi loputtoman tuntuisesti erilaisissa telineissä, puissa ja kivillä liikunnallisia taitojaan ja kykyjään testaamassa. Lapsi riippuu ja roikkuu tässä iässä mielellään käsillään tangosta. Lapsi toistaa yhä uudestaan keinumista, heilumista, kierimistä ja pyörimistä, yksittäistenkin kehon osien osalta. Lapsi saattaa myös pitää painimisesta. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012; Nurmiraanta ym. 2009, 20; Sheridan 2008, 39 – 47; Sheridan 2011, 35 – 47.)

Kävely takaperin ja sivuittain alkaa onnistua ja lapsi oppii kävelemään viivaa tai kaapea puomia pitkin sekä seisomaan, kävelemään että juoksemaan varpaillaan. Lapsi oppii kävelemään portaita aikuisten tavoin vuoroaskelin ylös- ja alaspäin, kunnes portaiden kävely vaihtuu portaiden juoksemiseksi tai hyppelyksi. Hän myös oppii vähitellen hyppäämään narua ja eteenpäin hyppäämisen lisäksi lapsi oppii hyppäämään myös taaksepäin. Keinussa tämän ikäinen oppii ottamaan itse vauhtia. Myös puolisuus vahvistuu niin tämän ikäisen jaloissa kuin käsissäkin. Yhdellä jalalla seisominen, myös kädet puuskassa, ja yhdellä jalalla hyppiminen alkaa sujua. Istuessaan tämän ikäinen lapsi oppii laittamaan polvensa ristiin. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012; Nurmiraanta ym. 2009, 20; Sheridan 2008, 39 – 47; Sheridan 2011, 35 – 47.)

3 – 6-vuotiaana lapsi muuttuu yhä tietoisemmaksi oman kehonsa koosta ja muodosta suhteessa ympäristöön, jossa hän liikkuu. Tämän ikäinen lapsi tarvitsee tilaa ja välineitä leikkeihinsä sekä sisällä että ulkona. Lapsi oppii taidokkaasti väistämään, myös liikuntavälineen kanssa, ja hän mielellään työntää ja vetää isoja esineitä. Tämän ikäinen lapsi kantaa mielellään isoja esineitä paikasta toiseen vaikkapa majoja rakentaakseen. Hän haluaisi nostella mielellään myös toisia tai itseään pienempiä lapsia. Vasta 3 – 6-vuotias oppii aikuisten epäergonomisen tyylin nostaa esineitä lattialta jalat suorina ainoastaan selkää kumartaen, sillä tässä iässä lapsi ylettää koskettamaan sormilla var-

paisiinsa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012; Nurmiraanta ym. 2009, 20; Sheridan 2008, 39 – 47; Sheridan 2011, 35 – 47.)

Vähitellen 3 – 6-vuotias lapsi kiinnostuu eri urheilulajien lajitaidoista ja hänen kehonsa kehitys mahdollistaa myös esimerkiksi uimisen, hiihdon ja luistelun perustaitojen oppimisen. Lapsi harjoittelee myös polkupyörällä ajamista – ensin kolmipyöräisellä ja sitten apupyörien kautta hän siirtyy pyöräilemään aivan tavallisella lasten polkupyörällä. Lasta kiinnostaa yhä enemmän erilaisten liikuntaleikkien sääntöjen oppiminen ja hän harjoittelee myös pallon potkimista, heittämistä, lyömistä ja kiinniotta. Erilaisten pallopielen variaatioiden, vaikkapa pallon pomottelemisen tai mailalla pallon lyömistä oppiminen tulee tässä iässä mahdolliseksi. 3 – 6-vuotias nauttii erityisen paljon musiikin rytmisissä liikkumisesta ja liikunnallisista laululeikeistä. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012; Nurmiraanta ym. 2009, 20; Sheridan 2008, 39 – 47; Sheridan 2011, 35 – 47.)

3.2 Liikunnallisen kehityksen tukemisen merkitys lapsuudessa

Ihmisinä meidän kehityksemme perustuu alusta alkaen ruumiilliseen olemassaoloon ja leikkiin. Oman ruumiillisuutensa kautta lapsi tutustuu maailmaan. Ruumiillinen maailmasuhde avaa perustan lapsen kokemusmaailmaan kehittymiselle. Ruumis on suhteessaan havaintomaailmaan ymmärryksemme väline. Se on maailmasuhteemme ankkuri: merkitysten synnyn ehto, hankittujen merkitysten säilyttäjä ja uusien merkitysten mahdollistaja. Motorinen kehitys vaatii hermoston riittävää kypsyyttä ja aktiivista ympäristöön suuntautumista. Lapsella täytyy olla kiinnostusta ympäristöä kohtaan, jotta hän motivoituu tutkimaan ja harjoittelemaan liikkumista. Liikkuminen vaatii myös kehon kontrollia ja lihasvoiman kehittymistä. Sääkslahden (2005) mukaan motoriset taidot myös vähentävät lasten tapaturmia merkittävästi. Varhaisten vuosien liikuntakasvatuksen tulisi sisältää runsaasti motoristen perustaitojen harjaannuttamista – koska lapsen myöhempi kehitys pohjautuu varhaislapsuudessa opituille taidoille. (Nurmiraanta ym. 2009, 19; Puhakainen 2001, 24; Sääkslahti 2005, 27.)

Liikunnallisen kehityksen tukeminen on olennainen osa länsimaisen lapsuuden historiaa ja se on nähty lasten terveyden ja hyvinvoinnin kautta investoimisena tulevaisuuteen. Liikunnallisen kehityksen tukemisen on katsottu edistävän ihmisen toimintakykyisyyttä. Liikunnallisten taitojen hallintaa kontrolloidaan esimerkiksi lastenneuvoloitten määräraikaisseurannoissa ja liikunnallisten taitojen hyvä hallinta on nähty osana

normaalisti kasvavaa ja kehittyvää ruumista. Normaali kasvu ja kehitys nähdään taas parhaana takeena vakaasta edistymisestä kohti aikuisuutta. Lapsen ulkoista ruumista ja käyttäytymistä tarkkaillaan, mikä toimii aikuisille väylänä ymmärtää ja käsitteellistää sekä arvioida lasta yhtä lailla kuin tämän perheen sosiaalista asemaa, moraalialia ja saavutuksia. (Alanen & Karila 2009, 118 – 120.)

Liikuntakokemukset välittävät lapsille mielekkään toiminnan kokemuksia ilman erityistä tarkoitus- ja tuloshakuisuutta. Liikunta ja leikki ovat toimintoja, joita voidaan toteuttaa itsetarkoituksesta ja ne palkitsevat itse itsensä. Liikkuminen on psykomotorisesta näkökulmasta aina yhteydessä emotionaalisiin, kognitiivisiin ja sosiaalisiin elementteihin. Liikunnassa ilmenee lapsen kokonaisolemus ja juuri siksi sitä ei voi tarkastella yksinomaan biomekaanisesta näkökulmasta. Ihminen osallistuu jokaiseen liikuntatoimintaan koko persoonana. Lapselle pitää antaa mahdollisuus olla luova ja kasvaa omatoimisuuteen pyrkimisen kautta. (Zimmer 2011, 24 – 25.)

Lasten liikunnassa tulisi harjoittelun ja oppimisen olla etusijalla. Liikunta tarjoaa parhaimmillaan lapsille paljon mahdollisuuksia ja tukee monipuolisesti heidän kehittymistään ihmisinä. Ensisijaisia tekijöitä alle kouluikäisten lasten liikunnallisessa toiminnassa ovat henkilökohtaiset sisäiset tekijät kuten synnynnäinen tarve liikkumiseen ja ympäristön havainnointiin. Liikunta on lapsen oikeus. (Autio 1995, 25; Karvinen, Hiltunen, Jääskeläinen & Pekkala 1991, 32; Puhakainen 2001, 23.)

Laurinsalon mukaan, jos lapsen aistimusjärjestelmä ei saa riittävää ja oikea-aikaista harjoitusta tai aistien kehitys jostain syystä häiriintyy, näkyvät vaikutukset yleensä myöhemmin eriasteisina ongelmina oppimisessa ja keskittymisessä. Tunnettu sensorimotorisen kehityksen tutkija ja teoreetikko on sveitsiläinen Piaget, joka on eräs lapsen kehityksellisen psykologian teorioiden uranuurtajia. (Laurinsalo 2010, 43 – 44.)

3.3 Lapsen kokonaisvaltainen kehitys

Liikunnallisen kehityksen tukeminen tukee lasten kokonaisvaltaista kehitystä myös kehityspsykologisesta näkökulmasta. Se tukee lapsien omaa käsitystä ja tietoisuutta siitä, mitä he ovat eli heidän minuutensa kehittymistä. Samalla se tukee lasten hyvän itsetunnon kehitystä eli lapset oppivat terveellä tavalla arvostamaan ja kunnioittamaan itseään samoin kuin toisia ihmisiä. Liikunnallisen kehityksen tukeminen opettaa lapsille myös arvoja eli tärkeiksi ja tavoittelemisen arvoisiksi koettuja asioita. Lisäksi lii-

kunnallisen kehityksen tukeminen vaikuttaa lapsen, kasvavan ja kehittyvän ihmisen, asenteisiin eli suhtautumistapaan johonkin kohteeseen, kuten toiseen ihmiseen tai johonkin tilanteeseen. (Nurmiranta ym. 2009, 22.)

Liikkuminen tukee oppimista. Lapsen kehityksessä jotkin asiat on opittava tietyn ikäkauden aikana. Näitä kausia kutsutaan kriittisiksi kausiksi. Motoristen taitojen kehityksessä kriittinen kausi sijoittuu sikiöajan ja viidennen ikävuoden välille. Jos lapsi ei pääse liikkumaan varhaisina vuosinaan, nämä kyvyt eivät kehity: lapsi ei opi kävelemään, juoksemaan ja hyppimään kuten muut ikäisensä. Liikunnallisten perustaitojen oppiminen kuuluu ihmisen normaaliin kehitykseen kuuluviin tavoitteisiin eli kehitystehtäviin. (Mäki 2009, 8; Nurmiranta ym. 2009, 12, 14.)

3 – 6-vuotiaiden lasten liikunnallista kehitystä kuvaa parhaiten perusliikuntataitojen oppiminen ja monipuolisuus. Liikkumisesta tulee tarkoituksenmukaisempaa, kun lapset harjaantuvat kognitiivisen kehityksen myötä eri aistimusten integroimisessa. Fyysisen kasvun, neuraalisen kypsymisen ja kognitiivisen kehittymisen myötä ympäristön kanssa vuorovaikutuksessa lapsi oppii liikkumaan tahdonalaisesti ja hänelle kehittyy erilaisia havaintomotorisia ja motorisia taitoja. Havaintomotorisilla taidoilla tarkoitetaan taitoja, joilla lapset hahmottavat omaa kehoaan ja sen eri osia suhteessa tilaan, aikaan ja voimaan. Niiden kehittyminen on välttämätöntä, jotta lapset oppivat tarttumaan esineisiin tarkasti ja liikkumaan törmäilemättä. Nämä taidot kehittyvät, kun aistihavainnot ohjaavat lasta ennakoimaan tulevia tapahtumia. Myös sisäinen motivaatio vaikuttaa lapsen liikkeisiin. Havaintomotoristen toimintojen harjaannuttaminen kehittää aistihavaintojen tekemistä, saadun tiedon prosessointia sekä havaintojen hyödyntämistä erilaisissa toiminnoissa, mikä on erittäin tärkeä tavoite varhaislapsuuden liikuntakasvatukselle. (Sääkslahti 2005, 23 – 24.)

Motoriset taidot luokitellaan kolmeen eri luokkaan taitojen käyttötarkoituksen mukaan: tasapaino-, liikkumis- ja käsittelytaitoihin. Motoriset perustaidot ovat ihmisten itsenäiselle motoriselle selviytymiselle välttämättömiä taitoja ja taitojen yhdistelmiä. Motorinen kehittyminen liittyy kiinteästi myös kognitiiviseen kehittymiseen. (Sääkslahti 2005, 24 – 25.)

3.3.1 Kognitiivinen oppiminen ja esioperationaalinen kausi

Kognitiivisen kehityksen monitasoisuuden ymmärtäminen vaatii sitä, että kehitystä tarkastellaan monista teoreettisista näkökulmista. Fyysisen todellisuuden mahdollisuudet ja rajoitukset sekä sosiaalisen ympäristön toimintaa suuntaavat tekijät ovat vuorovaikutuksessa yksilöiden tietorakenteiden ja toiminnan kanssa. Kun ihminen kohdistaa toimintansa esineympäristöönsä, hän oppii tuntemaan fyysisen ympäristön lainalaisuuksia ja samalla myös sopeuttaa toimintaansa näihin lainalaisuuksiin. Yksilön toiminta liittyy hänet myös osaksi sosiaalista yhteisöä ja kulttuuria. Omassa toiminnassamme käytämme runsaasti tietoa, jota emme kykene kielen avulla ilmaisemaan tai kuvailemaan. Liikunnallisessakin kehityksessä ihmisen ohjatessa aktiivisesti omaa oppimistaan, hän saa itse oppimista koskevia kokemuksia ja kehittää edelleen oppimiskäsityksiään ja -taitojaan, joita hän voi käyttää hyväkseen tulevissa oppimislanteissa. (Lehtinen, Kuusinen & Vauras 2007, 79 – 80, 140.)

Liikunnallisen kehityksen tukeminen tukee lapsen kognitiivista kehitystä – tämän ajattelun, muistin ja kielen kehitystä. Lapsi pääsee harjoittamaan erilaisia tiedon hankkimiseen ja tiedon käsittelyyn liittyviä toimintoja: lapsen ajattelu kehittyy vaiheittain ja vuorovaikutuksessa toisten kanssa saadut virikkeet ja kokemukset vaikuttavat kognitiiviseen kehitykseen. Konstruktivistiset näkökulmat todistavat keskeisiksi kognitiivisessa oppimisessa sen, miten oppijat toimivat vuorovaikutuksessa fyysisen ja sosiaalisen maailman kanssa ja organisoivat uudelleen aikaisempia tietorakenteitaan siten, että ne vastaavat kohtaamiaan uusia haasteita ja mahdollisuuksia. (Lehtinen ym. 2007, 139 – 142.)

Piagetin teorian mukaan 2 – 6 tai 7-vuotias lapsi elää esioperationaalista kautta, jolloin ajattelutoiminnot (operaatiot) eivät vielä ole johdonmukaisia ja jolloin lapsi oppii ymmärtämään ja käyttämään symboleja. Tämän kauden esikäsitteellisessä vaiheessa noin 2 – 4-vuotiaana lapsen yleiskäsitteet ovat vielä vaillinaisia tai virheellisiä ja lapsen kuvitteellisuus kehittyy esimerkiksi piirtämisen, kertomisen ja esittämisen kautta. Tällöin lapsella on myös vielä virheellisiä analogioita eli yhdenmukaistuksia. Lapselle on tyypillistä egosentrinen ajattelu eli kykenemättömyys asettua toisen asemaan. Tiedot sanonnat ymmärretään tuolloin kirjaimellisesti ja lapsen ajattelu on maagista – tekojen ja ajatusten erottaminen toisistaan on vaikeaa. 3-vuotias on siirtymässä ensimmäiseen

mäisestä ”mikä” -kyselykaudesta toiseen ”miksi” -kyselykauteen, jonka myötä kielen ja puheen lauserakenteet sekä peruskielioppi kehittyvät. (Nurmiranta ym. 2009, 34.)

Esioperationaalisen kauden intuitiivisessa vaiheessa noin 4 – 7-vuotiaana Piagetin mukaan lapsi jo ajattelee, mutta ei tiedosta ajattelutoimenpiteitään. Esioperationaalisella kaudella lapsen tarpeet ja toiveet ohjaavat lapsen ajattelua. Tässä vaiheessa lapsen välittömät havainnot ohjaavat hänen ajatteluaan. Moraalisessa ajattelussa tämän ikäinen lapsi harkitsee asioita vain seurausten näkökulmasta. Harjoitus kuitenkin vaikuttaa näiden osa-alueiden kehitykseen. (Nurmiranta ym. 2009, 34.)

Liikunnallisen kehityksen tukemisella on suotuisa vaikutus Piagetin mukaan edellä kuvatun esioperationaalisen kauden aikana lapsen kokonaisvaltaiseen kasvuun ja kehitykseen. (Nurmiranta ym. 2009, 34.)

3.3.2 Sosiaalis-kognitiivinen ja sosiokulttuurinen teoria

Sosiaalis-kognitiivinen teoria on mielekäs teoreettinen lähtökohta myös lapsen liikunnallisen kehityksen tukemiselle 3 – 6-vuoden iässä. Jos lapsen toimintaan halutaan muutosta, tulee kasvattajan tiedostaa, millä oppimiseen liittyvien prosessien osa-alueilla hän milloinkin toimii ja miten se heijastuu lapsen havaitsemiseen, kognitiivisiin taitoihin, fyysisiin ominaisuuksiin tai motivaatioon liittyviin tekijöihin. (Lehtinen ym. 2007, 141; Sääkslahti 2005, 40 – 42.)

Sosiokulttuuriset teoriat puolestaan analysoivat laajempia kulttuuri- ja sosiaalisia käytäntöjä. Muistettava kuitenkin on edelleen, että lapsi voi myös oppia itseksensä, jäljittelemällä tai kokeilemalla – yrityksen ja erehdyksen kautta. Oppiminen näkyy myös opitun taidon muuntamisena tarkoituksenmukaisiksi uusiin tilanteisiin. (Lehtinen ym. 2007, 141; Sääkslahti 2005, 40 – 42.)

3.3.3 Tunneilmapiiri ja psykososiaalisen kehityksen kriisi

Yhdessä toimiminen kehittää tunneälykkyyttä. Tunnetasolla muistamalla aikuinen voi ymmärtää lapsen liikunnallisen kehityksen peruslähtökohdat. Lapset eivät pohdi käsitteellisesti liikunnallisen kehityksen päämääriä. Lapset nauttivat liikkumisesta ja toisten ihmisten, yleensä toisten lasten, kanssa yhdessäolosta. Ihminen on olemassa ihmisenä, ennen mitään teorioita ja selityksiä. Tärkeintä on kokemuksellinen, välittävä ja

rakastava suhde lapseen, hänen ihmisarvonsa tunnistaminen. (Autio 1995, 16; Mäki 2009, 12; Puhakainen 2001, 20 – 23.)

Tunteet voivat ehdollistua tietynlaisiin tilanteisiin, ärsykkeisiin tai ihmisiin. Voimakas pystyvyyden tunne lisää lapsen yrittämishalukkuutta, eikä hän masennu ensimmäisistä vastoinkäymisistä. Jos lapsi uskoo voivansa oppia vaikkapa lumilautailemaan, hän on valmis harjoittelemaan eikä lannistu, vaikkei heti onnistuisikaan. Aikuiset ja vertaisryhmät - sosiaalinen ympäristö muovaa tätä pystyvyyden tunnetta joko luomalla kannustavan tai latistavan oppimisympäristön. Parhaiten lapsi oppii vuorovaikutustilanteissa, Vygotskyn mukaan erityisen tehokkaasti lähikehityksen vyöhykkeellä eli sellaisella toiminnan alueella, jolla lapsi ei vielä pärjää omin avuin, mutta selviää yhteistyössä osaavamman kanssa. Lapset ovat luonnostaan kiinnostuneita toiminnasta, jota he eivät vielä täysin osaa. (Ahokas, Ferchen, Hankonen, Lautso & Pyysiäinen 2008, 33, 35 – 36.)

Vuorovaikutuksen luomisessa leikeillä on keskeisin rooli. Vain luottamuksellisten suhteiden rakentamisella lapset voidaan saada vuorovaikutukseen toistensa kanssa. Toimiakseen rakentavasti ryhmä tarvitsee turvallisen ja kannustavan ilmaston. (Rintala & Ahonen 2005, 101.)

Erikssonin psykososiaalisen kehityksen kriisien mukaan 3 – 6-vuotias leikki-ikäinen lapsi on aloitteellinen eli oppimishaluinen ja kokeilee toimintansa rajoja. Tässä iässä Erikssonin teorian mukaan ankarat kiellot ja rangaistukset vaikuttavat lapsen itsekontrolliin, jolloin tiukka superego saa lapsen tuntemaan syyllisyyttä. Ikäkauteen kuuluu itsehillinnän kehittyminen ja normikäyttäytymisen oppiminen – minkä vuoksi oikea syyllisyys on hyvä – ympäristöön sopeutumisen kannalta. Liikunnallisen kehityksen tukemisen avulla voidaan vastata rakentavalla ja toiminnallisella tavalla Erikssonin kuvaileman 3 – 6-vuotiaan lapsen elämän psykososiaalisen kriisin oppimishaasteisiin. (Lehtinen ym. 2007, 22 – 25.)

3.3.4 Leikki

Leikin teoreettinen määrittely on jopa tutkijoille haastava tehtävä: miten vangita määritelmään ilmiö, joka on samanaikaisesti totta ja kuviteltua. Leikki on saanut varhaiskasvatuksen piirissä paljon painoarvoa oppimisen välineenä ja lapsen kehitystason ilmentäjänä. Näitä tukee laaja kehityspsykologinen leikkitutkimus, joista tunnetuimpia

teoretisointeja ovat tehneet Piaget ja Vygotsky sekä sosiologisen lapsuudentutkimuksen lähestymistapa. (Alanen & Karila 2009, 156, 158.)

3 – 6-vuotias leikki-ikäinen tutustuu toimintaleikkivaiheessa liikkuen ja havaintoja tehden sekä itseensä että ympäristöönsä. Roolileikkivaiheessa lapsi matkii aikuisen tai tietyn hahmon toimintaa mielikuvituksensa avulla. Roolileikkiä leikitään aluksi yksin, sitten rinnakkain noin 3-vuotiaana, yhteistä roolileikkiä noin 4-vuotiaana ja yleistynyt yhteistä roolileikkiä 4. ikävuoden lopussa kunnes yhteinen roolileikki täydellistyy 5 – 6-vuotiaana Piagetin leikkiteorian mukaan. Vähitellen roolileikit alkavat muuttua sääntöleikeiksi. (Autio 1995, 16; Mäki 2009, 12.)

Lapset rakentavat leikin toiminnallisena neuvotteluprosessina, jossa tärkeimpänä tavoitteena on saada aikaan leikkijöiden sitoutuminen yhteiseen toimintaan – mikä on avain pitkäkestoiseen leikkiin. Lapset ovat aina päiväkotiryhmässä leikkiyhteisön jäseniä ja heidän asemansa määrittyy aina, osallistuupa lapsi leikkiin tai ei. Osallistuminen voikin itsessään olla tärkeämpää, jolloin leikkiä ei voida enää pitää vapaaehtoisena toimintana. Tutkijat ovat esittäneet siksi myös kriittisen kysymyksen: onko vapaa leikki edes mahdollista varhaiskasvatuksen instituutiossa? Vapaa leikki -sanaparia käytetäänkin usein tietyille hetkille päiväkotien aikataulussa esimerkiksi aamupalan ja aamupiirin välillä tai ohjatun toiminnan ja lounaan välillä, jolloin se viittaa ennalta suunnitteleemattomaan toimintaan tarkemmin suunnitellun ohjelman ja arkisten päivärutiinien välissä. Vapaa leikki sisältää hetkellisiä annettuja tai otettuja mahdollisuuksia uudenlaisten jäsenysten ja kulttuuristen merkitysten luomiseen. (Alanen & Karila 2009, 160 – 161, 208, 226.)

Lapsen oppimista leikkiessä on yleensä vaikea ymmärtää, jos ei näe, mikä merkitys leikissä oppimisella on lapsen myöhemmän elämän kehitykselle. Leikki vaikuttaa lapsen kaikkeen kehitykseen: sosiaaliseen, kognitiiviseen, emotionaaliseen ja psykomotoriseen. Leikin merkittävä piirre on tapahtumien monitasoisuus: lapset ovat samanaikaisesti roolissa ja reaalisessa tilanteessa - kuvitteellinen leikki edeltää tosiasioiden oppimista. Varhaisvuosina on olennaista, miten leikkiä voidaan tukea, rikastuttaa ja auttaa kehittymään ja monipuolistumaan opettamalla lapsille taitoja ja sisältöjä. Leikki on tehokkaasti oppimista edistävä toimintamuoto. Aikuisten osallistuessa leikkiin leikin sosiaalisuustaso kasvaa ja leikillä on tällöin vaikutusta tiedolliseen kasvuun. Ai-

kuisella on oikeus ja velvollisuus olla tukemassa ja suuntaamassa leikin kulkua. (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 66 – 67, 70; Rintala & Ahonen 2005, 102.)

Lapsen liikunnallisen kehityksen tukemisessa leikki on avainasemassa. **Kuvassa 2** avataan miellekartan keinoin asioita, joilla leikkiminen tukee kokonaisvaltaisesti lapsen kasvua ja kehitystä.



Kuva 2. Leikki: oletteko te vain leikkineet tänään? (THL 2010)

Motorinen kehitys tapahtuu suurelta osin leikin avulla. Leikki taas motivoi lasta oppimaan. Leikki ja liikunta yhdistettyinä kulkevat lapsen toiminnoissa rinnakkain. Kaikki rajoitukset vaativat kuitenkin aikuisilta aktiivisuutta keksiä ja ohjata lapset muuhun toimintaan. Lapsi ei leiki tietoisesti tavoitteellisesti – hän leikkii siksi, että leikki tuottaa hänelle tyydytystä, iloa ja huvia. Leikissä yhdistyvät kaikki kasvun ja kehityksen tuen piirteet: liikkuminen, tunteet, ajattelu ja sosiaaliset suhteet. Musiikki, liikunta ja kuvallinen ilmaisu voidaan katsoa toimintamuodoiksi, joissa lapsi seikkaillemalla, kokemalla, tutkimalla ja omaa oivalluskykyä käyttämällä voi oppia uusia asioita. Näitä toimintatapoja yhdistämällä voidaan löytää uusia kokonaisuuksia, joissa

jokainen osa-alue vuorollaan on tutkimuksen ja tekemisen kohde tai johdattelija johonkin suurempaan kokonaisuuteen. Maailman kokeminen ja ymmärtäminen edellyttää lapselta jatkuvaa liikettä, koskettamista, tuntemista, erottelemista ja kokonaisuuden hahmottamista. (Autio 1995, 11, 13, 15 – 17.)

Leikeistä muodostuu monimutkainen merkitysten kudelman, jossa ei jaeta vain leikkimisen usein tuottamaa riemua, vaan myös työstetään ryhmäläisten suhteita toisiinsa ja luodaan ryhmän omaa vertaiskulttuuria. Yhteisestä toiminnasta muodostuu ryhmäläisille yhteinen historia, jonka vaikutukset ulottuvat kaikkeen yhteiseen toimintaan. (Alanen & Karila 2009, 157.)

3.3.5 Psykomotoriikka

Sensomotorisen kehitysvaiheen jälkeen psykomotorisessa kehitysvaiheessa (18 kk -), jota myös leikki-ikäsi kutsutaan, lapset oppivat käyttämään kehittyneitä aistejaan ja motoriiikkaansa monimutkaisissa motorisissa toiminnoissaan. Lapset oppivat monimutkaisten leikkiensä kautta monipuolisia taitoja: kiipeilemään, juoksemaan, hyppimään, pomppimaan ja käyttämään käsiään. Sosiomotorisen kehitysvaiheen aikana lapsi oppii käyttämään kehonsa motorisia ja vuorovaikutuksellisia taitoja ryhmätilanteissa. Normaali motorinen kehitys luo hyvät edellytykset liikkua, normaali puheenkehitys ja ymmärryskyky luovat sosiaalista taitavuutta. Nämä sosiaaliset ja ryhmässä toimimisen taidot luovat lapselle edellytyksiä aikanaan vaikkapa koulussa menestymiselle. (Laurinsalo 2010, 39 – 40.)

Psykomotoriikka sopii päiväkodin varhaiskasvatusmaailmaan liikunnallisen kehityksen tukemiseksi sen vuoksi, että se perustuu ryhmän auttavaan vaikutukseen, jossa otetaan huomioon jokaisen lapsen yksilölliset ratkaisut. Prosessissa kaiken perustana on luoda hyvä ryhmäkoheesio. Mitä aikaisemmin lapsi saa mielihyväsävyisiä kokemuksia omasta ruumiistaan ja liikkumisesta, sitä aikaisemmin hän myös löytää itsensä. Liike on avain lapseen. (Rintala & Ahonen 2005, 100.)

4 VARHAISKASVATUSYMPÄRISTÖNÄ 24/7-PÄIVÄKOTI

Varhaiskasvatusympäristö syntyy, kun lapset ja aikuiset toimivat fyysisissä puitteissa. Ympäristö ympäröi meitä fyysisesti ja on meidän ulkopuolellamme. Se on ihmisistä riippumaton, havaittava, aistittava ja materiaallinen ympäristö, joka on empiirisesti tar-

kasti mitattavissa ja määritettävissä. Ympäristö tuottaa ihmisille erilaisia kokemuksia tai mielikuvia. Ympäristö järjestyy ja saa merkityksiä, kun ihminen havainnoi, tulkitsee, nimeää, elää ja toimii ympäristössä. Ympäristöön liitetään inhimillisiä, yksilöllisiä ja subjektiivisia merkityksiä, tunteita, arvoja, tietoja, muistoja, toiveita ja pelkoja, jolloin ympäristöstä tulee kullekin yksilölle merkityksellinen paikka. (Alanen & Karila 2009, 228 – 230.)

Ympäristö ei ole staattinen ihmisen ulkopuolella oleva asia vaan se voidaan ymmärtää prosessiksi. Eletty paikka saa merkityksensä sen mukaan, miten siinä olevat fyysiset, kulttuuriset tai symboliset elementit ja siinä tapahtuva toiminta kietoutuvat toisiinsa ja muodostuvat kokonaisuudeksi. (Alanen & Karila 2009, 244.)

Ympäristön merkitystä korostetaan lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen kannalta. Hyvä varhaiskasvatusympäristö on aikuisten järjestämä ja se vaikuttaa suotuisasti lasten kehitykseen ja oppimiseen. Päiväkoti luo erityiset puitteet leikille – vapaa leikki voi päiväkodin arjessa olla tiukasti rajattua ajankohdan ja leikin keston suhteen. Leikkejä rajoitetaan myös erilaisilla tila- ja materiaali-järjestelyillä sekä säännöillä. (Alanen & Karila 2009, 157, 227.) Päivähoidon turvallisuunnittelu -julkaisun (STM 2008), tarkoituksena on tapaturmien, turvallisuuden ja lasten karkaamisten ennaltaehkäisy.

Lasten elämä on siirtynyt viimeisten vuosikymmenten aikana aikuisten valvontaan ja erilaisiin lapsille tarkoitettuihin instituutioihin, kuten päiväkodeihin. Puhutaan lapsuuden muuttumisesta lapsikeskeisestä aikuisen hallitsemaksi ja ylikontrolloimaksi. Aikuisten suunnittelemat lasten paikat sisältävät aikuisten valmiita näkemyksiä lapsille sopivasta ja turvallisesta toiminnasta. Lapset pitävät silti ympäristöä itselleen tärkeänä monenlaisen epävirallisen oppimisen paikkoina. Alle kouluikäisten lasten lähiympäristön rikkaus oppimispaikkana tulee oikeuksiinsa lasten omilla silmillä katsottuna. Lasten on tärkeää opiskella omaa paikkaansa ja siihen sisältyviä mahdollisuuksia ja haasteita. (Alanen & Karila 2009, 246 – 248.)

4.1 Lapsi päiväkodin toimintaympäristössä

Valtiollinen ja kunnallinen lapsipolitiikka luo ehtoja päiväkotien toiminnan muotoutumiselle ja sitä kautta lasten elämälle päiväkodeissa. Niiden lisäksi päiväkotien aikuiset ovat omalla toiminnallaan luomassa ehtoja lasten toiminnalle päiväkodeissa. Lasten toiminnalle voidaan luoda ehtoja sekä toiminnan rakenteiden ja sisällön tasolla.

Päiväkodin päiväjärjestys, käytännöt ja säännöt sekä sosiaaliset järjestykset ulottuvat sekä lasten että aikuisten toimintamahdollisuuksiin. Aikuisten määritellesä sitä, mitä lapset voivat tai eivät voi tehdä, he samalla määrittelevät, miten he itse voivat toimia. Kulloinenkin sosiaalinen järjestys määrittelee, mitä, miten, milloin ja missä kukakin voi tehdä mitään ja kenen luvalla. Lapsuus asettuu alisteiseksi suhteessa aikuisuuteen. (Alanen & Karila 2009, 123 – 124.)

Lapsuuden tutkimuksessa lapset ovat toimijoita jo nyt, ja lapsuus on osallistumista yhteiskuntaelämään. Päiväkodissa vietetty aika muodostaa päiväkodeissa oleville lapsille tärkeän osan heidän yhteiskunnallista elämäänsä. Lapset ovat mukana yhteisönsä toiminnassa ja päätöksenteossa oman päiväkotiryhmänsä toimintakulttuurisissa puitteissa. (Alanen & Karila 2009, 258 – 259.)

Päiväkodin fyysisessä ja sosiaalisessa toimintaympäristössä ruumis tulee määriteltyksi myös ruumiillisen toimijuuden kautta: miten ja millainen ruumiin tulee olla, mitä se voi tehdä tai mitä sillä tai sille voi tehdä. Niillä perustellaan ruumiin käytön ehtoja, mahdollisuuksia ja rajoituksia eri tiloissa ja eri aikoina tapahtuville toimille ja niiden perusteella määritellään myös ruumiin tarpeita. Lasten ruumiin on ajateltu pysyvä kunnossa ikään kuin luonnollisena seurauksena heidän tavastaan liikkua ja leikkiä. Toisaalta lasten on ajateltu oppivan työstämään ruumistaan osana sosialisointiin liittyvää ruumiinkasvatusta. Päiväkodeilla on kuitenkin aina mahdollisuus kehittää omia käytäntöjään. (Alanen & Karila 2009, 123 – 124, 258 – 259.)

4.2 Vuorohoito päiväkodissa

Voimassa oleva päivähoitolaki ja -asetus ei anna selkeitä vuorohoitoa koskevia ohjeita tai määräyksiä, vaan jokainen kunta itse määrittelee vuorohoidon sekä laatii sitä koskevat toimintaohjeet (Väisänen 2003, 2). Vuorohoidon katsotaan lisääntyneen erityisesti 1990-luvulta lähtien merkittävästi perhe- ja työelämän muutosten myötä. Voimassa oleva päivähoitolaki ja -asetus ei anna selkeitä vuorohoitoa koskevia ohjeita tai määräyksiä, vaan jokainen kunta itse määrittelee vuorohoidon sekä laatii sitä koskevat toimintaohjeet. Vuorohoitoa koskevaa tutkimustietoa on edelleen niukasti saatavilla. Vuorohoidon arki näyttäytyy aikuisten näkökulmasta hajanaisena ja suunnitelmallinen kasvatustoiminta on haasteellista lasten ja aikuisten vaihtuessa pitkin päivää. Varhaiskasvatus vuoropäiväkodissa on lapsiryhmässä tapahtuvaa toimintaa. Ryhmät ovat luonnostaan dynaamisia, jatkuvasti muuttuvia kokonaisuuksia. Yleinen keskustelu

vuorohoidosta on pitkään ollut negatiivissävytteistä ja syyllistävä. Väisänen (2003) näkee vuorohoidon olevan varhaiskasvatuksen muodoista aikuislähtöisimmän eli syntyneen yhteiskunnan ja lasten vanhempien tarpeista käsin. Varhaiskasvatuksen sisältöjä ja varhaiskasvatuksesta saatuja kokemuksia konkretisoidaan pääasiassa perinteisen päiväkotij- ja esiopetuskontekstin näkökulmasta. Vuorohoidolla on siis peruspäivähoidon normit jäsentämässä toimintaa. (Hannuniemi 2011, 5; Kuula, Lamberg & Patja 2001; Parrila 2002, 19; Rovio, Lintunen & Salmi 2009, 60, 65; Väisänen 2003, 3.)

Kouvolan kaupunki on määritellyt vuorohoidoksi hoidon, jota annetaan aamulla ennen klo 6.30 ja illalla klo 17 jälkeen sekä viikonloppuisin. Kouvolan kaupungin määritelmän mukaan vuorohoito on mahdollista vain vanhempiensa kanssa yhteistaloudessa asuvien aikuisten yhtäaikaisesta työstä tai pääsääntöisestä opiskelusta johtuen. Työaikaan luetaan myös yövuoron jälkeinen lepoaika enintään 8 tuntia. (Kouvolan kaupunki 2011.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tammikuussa 2010 tiedustelin varhaiskasvatukseen liittyviä aiheita Kouvolan kaupungin varhaiskasvatuspalveluilta. Ehdotin samalla omaa tutkimusaihetta, joka saikin varhaiskasvatuspalveluilta vahvistuksen hyväksi aiheeksi. Aihe sopi myös Kymenlaakson ammattikorkeakoululle, koska 3 – 6-vuotiaiden liikunnallisen kehityksen tukemisesta ei opinnäytetyötä oltu tehty. Huhtikuussa 2011 pidin opinnäytetyötäni varten aloitusseminaarin. Kesäkuussa 2011 sain luvan opinnäytetyöni tekemiseen Kouvolan kaupungin varhaiskasvatuspäälliköltä. Tammikuussa 2012 tein tutkimukseeni liittyvät henkilöstön haastattelut ja ympäristön toiminnallisuuteen liittyvät havainnoinnit kahdessa Kouvolan kaupungin 24/7-vuoropäiväkodissa.

Alun perin olisin halunnut tehdä työstäni paljon laajemman, kaikkia kaupungin vuorohoitoyksiköitä koskevan, osallistaa vuorohoitoryhmän lapset kierrätysmateriaalein askartelemaan ”unelmiensa liikuntamaan” ja tehdä kyselyn vuorohoidossa olevien lasten vanhemmille heidän lastensa liikunnallisen kehityksen tukemisesta heidän lastensa päiväkodeissa. Lopulta tutkimuksestani toteutui henkilöstön haastattelu kahdessa Kouvolan kaupungin 24/7-vuorohoitoa antavassa päiväkodissa sekä ympäristön toiminnallisuuden havainnointi liikunnallisen kehityksen tukemisen näkökulmasta. Työn rajaaminen osoittautui lopulta tärkeäksi ja järkeväksi. Teoriaosuutta kirjoitin viime metreille saakka; tuoreimmat aiheeseen liittyvät kirjat ja tutkimukset on julkaistu vasta

vuoden 2011 aikana, mikä kertoo myös työni aiheen olevan ajan hengen mukainen. Liikunnallisen kehityksen tukemisesta varhaiskasvatuksessa ovat kiinnostuneita muutkin tahot lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen olennaisena osana.

Vuorohoidon valitsin tutkimuskohteekseni omien kokemusteni osalta, niin omien lasteni päivähoitovuosien kuin 6 kk työkokemukseni osalta vuorohoidosta sekä niiden keskustelujen pohjalta, joita esimerkiksi vuorohoidossa olevien lasten vanhempien kesken käydään epävirallisissa yhteyksissä vapaa-ajalla. Koin ristiriitaiseksi tiedon siitä, että toisaalta omien kokemusteni pohjalta vuorohoito on hoitomuotona lapsien liikunnallisen kehityksen tukemisen osalta nimenomaan erityinen mahdollisuus ja toisaalta taas epävirallisissa yhteyksissä vuorohoitoa usein arvostellaan negatiivisesti. Toivoin löytäväni tutkimuksessa innokasta ja ammattitaitoista henkilöstöä, joille lasten liikunnallisen kehityksen tukeminen olisi sydämenasia.

Tutkimuskohteekseni valitsin kaksi 24/7-vuoropäiväkotiä ensisijaisesti näiden erilaisen maantieteellisen sijainnin perusteella Kouvolan kaupungin alueella. Sijainti antoi mahdollisuuden vertailla sitä, miten vuoropäiväkodit käyttivät lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseen päiväkodin pihapiirin ulkopuolella avautuvan ympäristön mahdollisuuksia eri vuodenaikoina.

5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena ja pääkysymyksenä oli kartoittaa haastatteluaineiston ja kuvailla havainnoinnin avulla miten kahdessa Kouvolan kaupungin 24/7-vuoropäiväkodissa tuetaan 3 – 6-vuotiaiden lasten liikunnallista kehitystä varhaiskasvatuksen liikunnan suositukseen perustuen. Tutkimuksen tavoitteena oli myös täydentää kasvatusta ja perhetyöhön eli varhaiskasvatukseen suuntautuneiden opintojen sarjaa aiemmin ammattikorkeakouluissa tehtyjen alle 3-vuotiaiden ja esiopetusikäisten liikunnallisen kehityksen tukemista tutkineiden opinnäytetöiden osalta. Tutkimuksen tavoitteena oli myös nostaa esille, kuinka jokapäiväisissä yksinkertaisissa arkisissa tilanteissa henkilöstö tukee ehkä tiedostamattaankin lasten liikunnallista kehitystä sekä vuorohoidon mahdollisuudet lasten liikunnallisen kehityksen tukemisessa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 137 – 139; STM 2005.)

Tutkimuksen pääongelmaan etsittiin vastausta varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksen tiivistelmästä johdetuilla alaongelmilla kysymysmuodossa. Viimeinen lisäkysy-

mys viittasi lasten omaehtoiseen, vapaaseen leikkiin, liikunnallisen kehittymisen tukijana. (Liite 1.)

Alatavoitteena oli tutkia systemaattisesti havainnoimalla päiväkodin ympäristön toiminnallisuutta Nuoren Suomen materiaalien mukaisesti 3 – 6-vuotiaana harjoitettavien liikunnallisten perustaitojen näkökulmasta. Ympäristön toiminnallisuutta havainnoitiin kyllä – ei-vastausvaihtoehtojen kautta päiväkodin sisä- ja ulkotiloissa yhteydessä päiväkodin ympärivuotiseen 24/7-arkeen. Jokaisen kyllä – ei-vastausvaihtoehdon rinnalla haastateltavat kuvailivat havainnollisesti ympäristön toiminnallisuutta, miten ja missä sekä milloin 3 – 6-vuotiaat lapset voivat harjoitella liikunnallisia perustaitoja. Jos itse liikunnallinen perustaito terminä ei avannut ympäristön toiminnallisuutta haastateltavalle, avasin haastattelussa keskustellen termiä, jolloin sain kyllä – ei-vastausten rinnalle kuvailevat vastaukset ympäristön toiminnallisuuden mahdollisuuksista lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. Termien avaamisen tarkoitus oli tuoda tietoa henkilöstölle ja päiväkodin sisä- ja ulkotilojen havainnointi henkilöstön opastamana vahvisti saamani vastaukset ja auttoi termien avaamisessa päiväkotikohtaisesti. (Liite 2.)

5.2 Tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmät

Tutkimukseni oli pääpiirteiltään kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Aineisto kerättiin teemahaastattelumenetelmän keinoin käyttäen valmiiksi laadittua, strukturoitua, teemahaastattelurunkoa. Ympäristön toiminnallisuuden havainnointi tehtiin haastattelun osana systemaattisen havainnoinnin keinoja soveltaen, mikä sopi päiväkodin toiminnallisuuden havainnointimenetelmäksi lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. (Hirsjärvi ym. 2009, 204 – 217.)

24/7-vuorohoitoryhmiä on Kouvolan kaupungissa seitsemässä päiväkodissa: Anjalan kosken Myllykoskella, Elimäellä ja Elimäen Korialla, Jaalassa, Kuusankoskella, Kouvossa ja Valkealassa. Aineisto koostuu kahden Kouvolan kaupungin 24/7-päiväkodin henkilöstön haastattelusta. Toisessa, ydinkeskustan, päiväkodissa teemahaastatteluun oli vastaamassa kolmen hengen tiimi ja toisessa, taajamapäiväkodissa, yksi henkilö. Haastattelut kirjattiin ja luettiin haastattelutilanteessa haastateltaville, jolloin myös mahdolliset korjaukset tehtiin vastauksiin. Havainnointi tehtiin henkilöstön opastuksella päiväkodin sisätiloissa, päiväkodin ulkotilojen havainnoinnin tein itsenäisesti. Ensimmäisessä, ydinkeskustan, päiväkodissa haastatteluun osallistui kolme

henkilöstön edustajaa, joiden ryhmissä oli 3 – 6-vuotiaita lapsia. Haastattelu ja havainnointi tehtiin torstaina, 19.1.2012 klo 12 – 13.30. Haastatteluun ja havainnointiin käytettiin siten aikaa noin 1½ tuntia. Toisessa, taajamapäiväkodissa, haastatteluun osallistui yksi henkilöstön edustaja. Haastattelu ja havainnointi tehtiin lauantaina 28.1.2012. Haastatteluun ja havainnointiin käytettiin aikaa tuolloinkin noin 1½ tuntia.

Henkilökohtaisesti ja paikan päällä tehdyn haastattelun etuna on moniulotteisuus. Haastattelun etuna on myös se, että vastaajiksi suunnitellut henkilöt – tässä tutkimuksessa päiväkodit – saadaan yleensä ottaen mukaan tutkimukseen. Haastattelun käyttö oli tutkimuksessa perusteltua, koska tutkimus tutki ihmisiä, jotka saivat itse kertoa heitä koskevia asioita. (Hirsjärvi ym. 2009, 204 – 212.)

5.3 Tutkimuksen päiväkodit ympäristössään

Ensimmäiseksi haastateltiin Kouvolan kaupungin ydinkeskustassa sijaitsevan päiväkodin henkilöstöä. Päiväkoti oli alun perin vuonna 1989 rakennettu päiväkotikäyttöön. Päiväkodin henkilöstö oli hyvin tietoinen päiväkodin ympäristön tarjoamista mahdollisuuksista lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. Rautatien pohjoispuolinen lähialue oli monipuolisesti hyödynnetty eri vuodenaikoina niin sisä- kuin ulkotiloineen. Rautatien eteläpuoleisiin leikkipuistoihin, ulkoilualueisiin ja liikuntapaikkoihin sekä ydin-keskustan tarjoamiin liikuntapaikkoihin on päiväkodilta matkaa enintään alle kolme kilometriä. Vielä neljä vuotta sitten Kouvolan esikouluikäisillä oli tapana keväisin myös pyöräillä ryhmänä päiväkodista tiettyihin paikkoihin ja takaisin. Geokätköt, lukuisat kulttuurikohteet, poliisiasema ja palolaitos sekä isojen koulujen liikuntasalit, lähiliikuntapaikat (Smart Us-kenttä ja frisbeegolf-rata), tenniskentät, ikäsema ja monet muut kohteet sijaitsisivat todella lähellä erilaisiin liikunnallisiin taajamaretkiin teemoitettuna ja integroituina varhaiskasvatuksen eri osa-alueisiin. Ydinkeskustan erilaiset tapahtumat ovat myös tämän päiväkodin ulottuvilla lasten kanssa osallistuttaviksi sen sijainnin perusteella. (Liite 3.)

Toiseksi haastateltiin Kouvolan kaupungin Myllykosken taajamassa sijaitsevan päiväkodin henkilöstöä. Päiväkoti oli vuonna 1993 rakennettu päiväkotikäyttöön. Taajamapäiväkodin ympäristöä oli jo hyödynnetty monipuolisesti ja ennakkoluulottomasti jopa kolmen kilometrin säteellä. Päiväkoti hyödynsi mm. paikallisen Latu-yhdistyksen kottaa ja majaa sekä järjesti bussiretkiä jäähalliin. Tämä huomioiden päiväkodilla voisi olla mahdollisuus hyödyntää myös Saviniemen liikuntapaikkoja tai tehdä yhteistyötä

Viialan koulun lisäksi Saviniemen ja Ummeljoen koulujen kanssa sekä paikallisten urheilujärjestöjen kanssa. Koivusaaren alue ja upea raitti jokirannassa voisivat antaa vaihtelua alueen käytölle retkillä. Paikallisten kulttuurikohteiden teemaretkikäyttö on päiväkodille jo tuttua, lapsille tule oma kotitaajama palveluineen tutuksi päiväkodin arjessa. Lähin uimahalli on Inkeroisissa, mutta veteen totuttelua olisi mahdollista toteuttaa myös maauimalassa kesäisin, koska päiväkodin oma allas sisätiloissa on myös vähintään jokaviikkoisessa käytössä. (Liite 3.)

6 TUTKIMUSTULOKSET

Haastattelu tuotti myös vastauksia yhteisössä olevista merkityksistä ja säännöistä, jotka koskivat lasten liikunnallista kehitystä tukevaa ympäristöä. Niiden perusteella muodostuvat ne näkemykset ja käytännöt, joiden varassa päiväkodin ympäristö joko on tai ei ole lasten käytettävissä.

Kumpikin haastateltava päiväkotiki oli valmistautunut ennalta strukturoituun teema-haastatteluun, joka pohjautui suoraan varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksiin kysymyksiksi kohta kohdalta muokattuna. Lisäksi haastattelussa kysyttiin: *”Tukeeko päiväkotinne 24/7-ryhmän varhaiskasvatushenkilöstö mielestänne hoitopäivittäin 3 – 6-vuotiaiden lapsien omaehtoista liikunnallista kehitystä?”* (Liite 1.)

Oivaltamisesta haastattelutilanteessa kertoi se, että jokapäiväiset ja arkiset pukeutumis-, vessassa käynti-, ruokailu- ja muut tilanteet, sekä ohjatut että omaehtoiset, sisältävät liikunnallisten taitojen oppimisen kannalta tärkeitä osioita merkityksellisen arkitointojen sisällä – ilman että niitä tehdessä erikseen puhutaan liikunnallisten taitojen kehityksen tukemisesta. Samoin keskustellen haastattelun yhteydessä oivallettiin, että turvallisuustaitoja liikunnallisten taitojen kehittymisen tukemiseksi harjoitellaan jokapäiväisissä arkitoiminnoissa niin päiväkodin sisä- ja ulkotiloissa, eikä ainoastaan päiväkodin pihasta poistuttaessa.

Päiväkodin toiminnallisuuden havainnoinnin osiota en ollut ennalta antanut päiväkodeille tutustuttavaksi. Sen tarkoitus oli myös tuottaa havainnoitavan päiväkodin henkilöstölle uutta tietoa yhtäläillä kuin nostaa positiivisessa valossa päiväkodille esille se kaikki hyvä, jota heillä päiväkodin arjessa jo tehdään lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi joka päivä. (Liite 2.)

Nuoren Suomen materiaaleista koottu systemaattinen lista 3 – 6-vuotiaana harjoiteltavista liikunnallisista taidoista sisälsi yksityiskohtaista liikunnalliseen kehitykseen liittyvää termistöä ihmisen perusliikkumisesta, jota avasimme konkreettisiksi, päiväkodin arjen ympäristön toiminnallisuutta havainnoiviksi, esimerkeiksi yhdessä haastatteluun osallistuneiden henkilöstön jäsenten kanssa. Vaikein termeistä oli edelleen erottaa kehon toiminta liikkeessä: mikä on ihmiskehelle kierimistä ja mikä pyörimistä. Oivaltaminen tuotti kuitenkin haastattelu- ja havainnointitilanteessa iloa – kieriminen tarkoittaa ihmiskehon pitkittäisakselin ympäri pyörimistä ja pyöriminen vastaavasti poikittaisakselin ympäri pyörimistä. Lisäksi iloa tuotti sama oivallus, jota Liikutaan yhdessä -projektin koulutus oli avannut taajamapäiväkodille tuoreesti: kuinka jokapäiväiset, pieniltäkin vaikuttavat, arkiritiinit voivat tukea myös lapsen liikunnallista kehitystä kokonaisvaltaisesti, vaikkapa pukeutumistilanteissa.

Tutkimuksen haastatteluosio kartoitti myös päiväkotien arkeen kuuluvia usein näkyvämmiksi jääviä suunniteltuja ja ohjattuja liikunnallista kehitystä tukevia rutiineja. Näitä ovat esimerkiksi 1 – 2 kertaa päivässä toteutettavat ”piirit” ja erilaiset siirtymätilanteet.

Tutkimuksen haastatteluosiossa tuli ilmi, että vuorohoitoa pidettiin lähinnä mahdollisuutena, jolloin voi tehdä asioita, joita päiväryhmän kanssa ei aina pystyisi tekemään. Tämä tarkoitti konkreettisesti haastattelussa esille tullutta illan kolmatta ulkoilukertaa, viikonloppuihin sijoitettavia retkiä lähiympäristöön ja päiväkodin sisätilojen käytön sallimisen liikunnallisesti monipuolisempaan käyttöön vuorohoidossa olevien lasten lukumäärän ja ikäjakauman sekä työvuorossa olevien aikuisten lukumäärän mukaan. Haasteellisimmaksi haastattelussa nousi vuorohoidon osalta perheiden yhteisten liikunnallisten tapahtumien järjestäminen – koska vanhempien työvuorot sanelevat perheiden osallistumismahdollisuudet tapahtumiin ja yhteiseen järjestettyyn toimintaan.

Välineiden ja ympäristön käytön suhteen lasten liikunnallisen kehityksen tukemisessa oltiin kummassakin haastattelussa päiväkodissa luovia ja kekseliäitä. Perusliikuntavälineistö oli kunnossa ja välineitä käytettiin niin ryhmissä, kuin liikuntasalissa, muissa sisätiloissa ja ulkotiloissa sekä päiväkodin ulkopuolelle suuntautuvassa toiminnassa. Yhteistyö lasten perheiden kanssa oli saumaton osa päiväkodin työskentelyn arkea ja vanhemmat tuntuivat henkilöstön haastattelun perusteella iloitsevan päiväkodin tarjoamasta liikunnallisesta toiminnasta heidän lapsilleen vuodenaikojen kierron mukaan.

Liikunta tuntui haastattelun perusteella olevan kaikkien yhteinen asia, erityisesti taajamapäiväkoti mainitsi haastattelussa osallistavansa myös lapset oman liikuntansa suunnitteluun ja toteutukseen. Toisaalta – ydinkeskustan päiväkodissa tutkimuksen mukaan aktiivisen lapsihavainnoinnin perusteella, jota tehtiin erityisesti vapaan leikin aikana, nostettiin koko ryhmään harjoiteltaviksi sellaisia liikunnallisen kehityksen osa-alueita, jotka tarvitsivat kehittyäkseen tukea esimerkiksi jonkun yksilön osalta.

Haastattelussa ilmeni paikkakuntaakohtaisia painotuseroja liikuntalajeissa. Ydinkeskustassa painottuivat eri liikuntalajien lajitaitojen harjoittelu. Lajeja mainittiin useita, mm. pesäpallo, yleisurheilu, uinti, jalkapallo, luistelu ja hiihto. Taajamapäiväkodin haastattelussa painotettiin motoriikan harjoittelua ja luontoretkeä myös yhdessä perheiden kanssa. Liikuntalajina mainittiin erityisen suosituksi jalkapallo.

Päiväkotien toiminnallista ympäristöä havainnoidessa tutkimuksessa voidaan huomata, että taajamapäiväkodin piha on alun perin jätetty luonnonmukaisemmaksi, metsämaisemmäksi puineen, vaihtelevine maanmuotoineen ja kivineen mitä ydinkeskustan valmiiseen kaupunkipuistoon rajoittuvan päiväkodin pihassa on ollut edes rakennusvaiheessa aikoinaan mahdollista. Pihojen erilaisuutta tasapainottivat haastattelussa ja havainnoinnissa ilmenneet seikat, että ydinkeskustan päiväkodin pihan telineitä käytettiin vuodenajasta riippumatta liikunnallisten taitojen mukaan, kun taas taajamapäiväkodin telineet olivat käytössä pääasiassa lumettomana vuodenaikana keväästä syksyyn. Eroina tutkimuksen haastattelussa ja havainnoinnissa nousivat esille myös päiväkotien sisätilat. Ydinkeskustan päiväkotinä oli rakennettu useaan kerrokseen ja taajamapäiväkodin tilat olivat yhdessä kerroksessa. Ydinkeskustan päiväkodissa, jossa toimi myös integroitu erityisryhmä, oli rakennettuna sisätilana ”aistihuone”, kun taas taajamapäiväkodista löytyi oma terapia-allas. Kummassakin päiväkodissa tämä erityinen tila oli säännöllisessä käytössä.

Kummassakin haastattelussa päiväkodissa koettiin liikunnallisen kehityksen tukemisen suhteen haasteellisimmiksi ne lapset, jotka eivät luonnostaan tunnu liikkuvan – varhaiskasvatushenkilöstö koettaa aktiivisesti houkutella ja ”patistella” näitäkin lapsia liikkumaan niin sisä- kuin ulkotiloissa.

6.1 Päiväkotien haastattelut

Sekä ydinkeskustan että taajamapäiväkodin henkilöstö oli haastattelussa sitä mieltä, että liikuntaa saadaan kummankin päiväkodin arjessa aika hyvin – varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksen mukaisesti joka päivä vähintään 2 tuntia reipasta liikuntaa. Taajamapäiväkoti painotti, että tämä vähimmäissuositus tulee täyteen jo päivittäin ulkoillen. Taajamapäiväkoti painotti että vuorohoitoon jopa ”kymmeneksi tulevat” lapset ehtivät aamupäivisin ulkoilemaan tunnin ja ydinkeskustan päiväkotiti painotti, että vuorohoito mahdollistaa lapsille ulkoilun jopa kolme kertaa päivässä, myös iltaisin päivällisen jälkeen. Kummassakin päiväkodissa ainoastaan talvi on se vuodenaika, jolloin vuoro- hoidossakaan ei aina ulkoilla kolmea kertaa päivässä. Kummassakin päiväkodissa henkilöstö aktivoi ulkoilun aikana niitä lapsia liikkeelle, myös pieniä, jotka eivät oma- aloitteisesti liikkuisi välttämättä reippaasti niin paljon. Motorisia perustaitoja lapset voivat harjoitella monipuolisesti eri ympäristöissä päivittäin.

Kummassakin haastatellussa päiväkodissa varhaiskasvattajat katsoivat järjestävänsä lapsille suunniteltua ja tavoitteellista monipuolista liikuntakasvatusta – vähintään vii- koittain – päiväkodin omassa liikuntasalissa. Parhaimmillaan suunniteltuja liikunta- hetkiä järjestetään joka päivä. Kumpikin päiväkotiti korosti haastattelussa lasten oma- ehtoisen vapaan leikin merkitystä päivittäin lapsen liikunnallisen kehityksen tukemi- seksi, koska joinakin päivinä voi olla muuta suunniteltua toimintaa. Lisäksi ydinkes- kustan päiväkodin lapsiryhmillä on päivittäin noin 1 – 2 piiriä ja niihin on integroitu lyhyitä liikunnallisia tuokioita esimerkiksi niveltämään siirtymätilanteita ja fysiotera- peutin lapsikohtaisia ohjeita noudatetaan yksilöllisesti päivittäin. Taajamapäiväkoti oli lisännyt heti Liikutaan yhdessä -koulutuksen myötä aamupiireihinsä liikunnallisia tuokioita lisää eli nyt suunniteltuja, tavoitteellisia ja monipuolisia ohjattuja tuokioita on taajamapäiväkodissakin päivittäin.

Molemmat haastatellut päiväkodit oli alun perin rakennettu päiväkotikäyttöön. Kum- massakin päiväkodissa on oma liikuntasali, joka on taajamapäiväkodissa selkeästi suu- rempi. Taajamapäiväkodissa on lisäksi viikoittain käytössä oleva oma terapia uima- allas, kun taas ydinkeskustan päiväkodissa isot wc:t mahdollistavat kahluuallaiden käytön vesileikkeihin sisällä. Varhaiskasvattajat ovat onnistuneet luomaan lapsille lii- kuntaan houkuttelevan ympäristön ja poistamaan liikuntaan liittyviä esteitä sekä opet- tamaan turvallista liikkumista eri ympäristöissä. Ydinkeskustan päiväkodin sisätiloissa

aikuiset sallivat vauhdikkaammat leikit tilanteiden mukaan. Päiväkodin työyhteisön aikuiset ovat koko ajan vuorovaikutuksessa toistensa kanssa neuvotellakseen työpäivien ja -vuorojen aikana siitä, mitä, missä ja milloin on mahdollista soveltaa toimintaa lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. Ydinkeskustan päiväkodin sisätiloissa lapset pääsevät vauhtia ja energiaa purkamaan esimerkiksi aula- ja ryhmätiloihin yleisimmin siirrettävillä liikuntavälineillä, kuten trampoliineilla, kinkkausmatolla, solumuovisilla numeroilla ja kirjaimilla, hyrrällä sekä erilaisilla palloilla (mm. helisevä nystyräpallo). Ydinkeskustan päiväkodeissa palloja voidaan ryhmien sisätiloissa esimerkiksi vieritellä ja ottaa kiinni. Taajamapäiväkodissa omiin ryhmätiloihin sisällä on mahdollista rakentaa esimerkiksi motoriikkaratoja ja välineiden tuonti ryhmiin on herätelty Liikutaan yhdessä -projektin koulutuksessa uudelleen.

Ydinkeskustan päiväkodin oma liikuntasali 2. kerroksessa on myös tilanteen mukaan soveltaen lasten liikunnalliseen toimintaan käytettävissä etukäteen suunniteltujen ohjattujen tuokioiden lisäksi, aikuisen käyttöön antamalla liikuntavälineillä. Ydinkeskustan päiväkodin sisätiloissa lapset kulkevat kaksikerroksisen päiväkodin portaita mm. lauluhetkiin ja liikuntasaliin salivuoropäivinä ja osa lapsista kulkee päiväkodin portaita päivittäin. Taajamapäiväkodissa alettiin hyödyntää heti Liikutaan yhdessä -projektin koulutuksen myötä päiväkodin käytävätiloja. Päiväkodin käytäviä on otettu aikuisen valvonnassa käyttöön mm. keppihevosiin, pienin mopoin, palloin yms. Lapsia on osallistettu myös liikuntaleikkien valvomiseen käytävillä. Kummassakin haastattelussa päiväkodissa erityisenä haasteena nähtiin lapset, jotka eivät liiku vaikka heitä liikkumaan ”patistaisikin” yhä uudestaan ja uudestaan niin sisä- kuin ulkotiloissa toimiessa. Liikunnallista kehitystä tukevaa harjoitusta saavat kuitenkin kummassakin päiväkodissa haastateltujen henkilöstön edustajien mukaan kaikki lapset. Myös taajamapäiväkodin mukaan vuorohoito mahdollistaa sisätiloissa liikuntasalin käytön viikonloppuisin ja iltaisin myös lasten omaehtoiseen, valvottuun toimintaan. Iltaisin ja viikonloppuisin käytetään paljon jumppasalia ja allasta. Ydinkeskustan päiväkodissa toisaalta koettiin haasteena ilta- ja yövuorolapset, sillä yleinen toive on järjestää heille ennen iltapalaa ja nukkumaanmenoa hieman rauhallisempaa iltatoimintaa.

Päiväkodit hyödynsivät haastattelun perusteella päiväkotien pihaja ja ulkopuolista ympäristöä monipuolisesti. Ydinkeskustan päiväkodin henkilöstöllä oli yhtenäinen linjaus: vain taidot asettavat lapsille liikunnallisen toiminnan suhteen rajoituksia – päiväkodin pihan telineet ovat käytössä kaikkina vuodenaikoina niillä vaatteilla ja jalkineil-

la, joita lapset kulloinkin käyttävät. Päiväkoti järjestää myös liikuntatapahtumia vuodenkierron aikana: mm. liikunnallisen pihaseikkailun syksyisin ja sisätiloissa motorisen radan heti vuoden alussa tammikuussa. Taajamapäiväkodin oman pihan metsäinen maasto on loistava motoriseen harjoitteluun – lisänä liukumäet, kiipeilytelineet ja keinut. Pihasta parakin tieltä on valitettavasti kaadettu lasten suosima kiipeilypuu, mutta pihan telineissä vuorottelevat niin pienet kuin isotkin aikuisten valvonnassa keväästä syksyyn.

Ydinkeskustan päiväkodissa oli haastattelua tehdessä menossa hiihtojakso, joka oli vaihtumassa luistelujaksoon. Lähin liukurimäki talvella lapsille on liikennepuiston kupeessa. Hieman etäämmällä sijaitsevaa ns. kenkäkukkulaa käytetään myös mäenlaskuun ja kenkäkukkulan vierestä löytyvät myös haastavammat kiipeilytelineet kuin päiväkodin pihassa on tarjolla. Ydinkeskustan päiväkodin keskeinen sijainti mahdollistaa lasten liikunnallisen kehityksen tukemisen monipuolisuuden. Taajamapäiväkodin henkilöstö piti myös sijaintiaan ympäristössä virikkeellisenä: noin 400 m päässä on puisto, jossa voi talvella hiihtää ja laskea mäkeä. Puistoja on taajamapäiväkodista käsin kaiken kaikkiaan kolmessa suunnassa. Ydinkeskustan päiväkodin viereinen liikennepuisto soveltuu kesän liikennepuistokäytön lisäksi vuodenajan mukaan vaikkapa hiihtämiseen tai juoksemiseen, jolloin myös isot lelurekat ovat ajoittain mukana, esimerkiksi työnnettävinä. Jalkapallokenttä liikennepuiston takana soveltuu erilaisiin pallopeleihin keväästä syksyyn. Luistelu onnistuu pesäpallostadionin ulkojäljellä talvella, keskusurheilukentällä päästään keväästä syksyyn yleisurheilemaan: juoksemaan, hyppäämään pituutta tai korkeutta sekä kokeilemaan heittämistä. Jäähallin sisäjuoksutiloja hyödynnetään ympäri vuoden ja ydinkeskustan päiväkodin läheinen pururata tarjoaa haastavaa maastoa metsäretkillä keväästä syksyyn esimerkiksi tasapainon kehittämiseksi ja syksyisin heillä on ohjelmassa ollut myös Metsämörrikoulu.

Taajamapäiväkoti tekee säännöllisesti metsäretkiä, esimerkiksi pururadalle, jota pitkin pääsee aina paikallisen Latu-yhdistyksen kodalle ja majalle asti. Pururadalle on taajamapäiväkodilta matkaa noin 500 m. Taajamapäiväkodin lähellä sijaitsevalla koululla on talvisin luistinrata ja bussiretkiäkin on lähimpään jäähalliin järjestetty. Ydinkeskustan päiväkotia on käynyt läheisessä uimahallissa keväisin ja taajamapäiväkoti on joihinkin kesinä hyödyntänyt läheistä uimapaikkaa tilanteen mukaan. Ydinkeskustan päiväkodissa leikkivarjo otetaan myös usein mukaan liikuntaleikkejä varten päiväkodin pihan ulkopuolelle liikkumaan siirtyessä vuodenajasta riippumatta. Vuororyhmät koe-

taan taajamapäiväkodissa haastattelun mukaan viikonloppuisin voimavarana, koska tällöin on mahdollisuus sisä- ja ulkotilojen käyttöön sekä retkien tekoon. Lapset ovat tässä taajamapäiväkodissa myös itse innokkaita ehdottamaan liikunnallista toimintaa ja osallistumaan.

Turvallista liikkumista opetellaan taajamapäiväkodissa esimerkiksi pihalta retkille poistuessa: kirjastoon, pururadalle tai torille. Talvella sukset ja luistimet kulkevat pulkan kyydissä ladulle ja luistinradalle. Sisätiloissa turvallista liikkumista ja taitoja harjoitellaan päivittäin. Ydinkeskustan päiväkodissa turvallisen liikkumisen opetuksen eri ympäristöissä katsottiin alkavan heti pihasta pois lähtiessä: puistossa liikkuminen, metsässä liikkuminen ja kaupunkiliikenteessä liikkuminen. Välineitä sisällä käytettäessä erityisesti ryhmien omissa tiloissa huolehditaan myös turvallisuuskasvatuksesta, esimerkiksi trampoliinia käytettäessä katsotaan ensin riittävä tila ympärille. Avointa keskustelua käydään työyhteisössä jatkuvasti, tilanteen mukaan, myös liikkumiseen liittyvistä säännöistä. Sisällä ei voi turvallisuuden vuoksi juosta ja heitellä voi sisätiloissa vain sovitulla välineillä, aikuisen valvonnassa. Sisätiloissa kuitenkin liikuntasali mahdollistaa tilana nämäkin muuten kielletyt liikunnalliset toiminnot aikuisen valvonnassa.

Ydinkeskustan päiväkodissa suurin osa liikuntavälineistä on päiväkodin liikuntasalin nurkassa ja taajamapäiväkodissa liikuntasalin varastossa. Molemmissa päiväkodeissa liikuntavälineet antaa lasten käyttöön aina aikuinen, lapsikohtaisesti – mitä ja kuinka paljon. Aikuinen on aina valvomassa liikunnallisia tilanteita niin sisä- kuin ulkotiloissa. Ulkuvälineet ovat lasten saatavissa vuodenaikojen mukaan vaihdellen, kausittain soveltaen. Esimerkiksi ydinkeskustan päiväkodissa pulkat toimivat kesäisin lapsille kahluuultaina. Liikuntavälineitä on haastateltavien aikuisten mukaan päiväkodeissa monipuolisesti, riittävästi ja kattavasti. Lisätarvetta liikuntavälinehankinnoille on olemassa jonkin verran, mutta ainakin taajamapäiväkoti oli sitä mieltä, että päiväkodilla on tarvittaessa mahdollisuus tehdä näitä hankintoja. Ydinkeskustan päiväkodissa pesäpallolvälineitä ei vielä ole eikä sisämaaleja. Maaleja voi toki aina kehittää muista välineistä ja muita tavaroita voi tuoda kotoa töihin lainaan. Taajamapäiväkodin liikuntasalin varastosta löytyvät mm. liukumäki, tunneli, varjo, sählymailat, paikkamerkki -muodot ja vanteet. Pallot ja hernepussit ovat ryhmätiloissa. Ulkona taajamapäiväkodissa lapsilla on käytössä jalkapalloja, hyppynaruja, pikkumopoja, yksi ”taksi” -pyörä, liukureita, pulkkia, lapioita, isoja rekkoja, monimuotoinen metsämaasto, kiinteät kii-

peilytelineet sekä vieteritelineet (joista yksi siirrettävä on sisällä liikuntasalissa), kei-
nulaute ja keinut. Liikutaan yhdessä -projektin koulutus on virittänyt taajamapäiväko-
dissa monia lisäideoita, esimerkiksi hyppyruudukon tekemisen käytävälle.

Ydinkeskustan päiväkodin Vasu-keskustelujen katsottiin kattavan aktiivisen ja vasta-
vuoroisen yhteistyön lasten vanhempien kanssa myös lasten liikunnallisen kehityksen
tukemiseksi. Ydinkeskustan päiväkodissa 4-vuotisneuvola edeltää aina erityinen lap-
sihavainnointi. Vanhempien kanssa käydään päiväkodissa parhaimmillaan keskustelu-
ja päivittäin lasta päiväkotiin tuotaessa ja sieltä kotiin hakiessa sekä vuosittain kasva-
tuskeskustelujen yhteydessä. Keskusteluissa huomioidaan perheen liikuntaharrastunei-
suus ja lasten liikunnalliset taidot sekä vastaavasti vanhempien kanssa keskustellaan
myös päivähoitopäivän aikana lapsesta huomatuista havainnoista. Henkilöstö kertoi
lapsilla olevan liikuntavarusteita mukanaan toimintaa varten hyvin ja sekä lapset että
heidän vanhempansa ovat todella innoissaan kaikesta liikunnallisesta toiminnasta päi-
väkodissa. Taajamapäiväkodin henkilöstö keskustelee lasten liikunnallisesta kehityk-
sestä ja liikunnasta vanhempien kanssa. Taajamapäiväkoti jakaa perheille myös Nuor-
ren Suomen esitteitä. Taajamapäiväkodin perinteenä on pitää vuosittain liikuntailta-
päivä lapsille vanhempien. Lisäksi päiväkotitoiminta on järjestänyt lasten ja vanhempien se-
kä henkilöstön yhteisiä retkiä ja liikunnallisia tapahtumia mm. paikallisen Latu-
yhdistyksen kodalla ja majalla eri vuodenaikoina. Vuorohoito asettaa luonnollisesti
haasteita yhteisten tapahtumien järjestämiselle vanhempien työvuorojen mukaan. Ta-
pahtumien järjestäminen päiväkodin tilojen ulkopuolella on haasteellista puolestaan
kuljetusten järjestämisen vuoksi. Yleensä kuitenkin yhteisen miettimisen jälkeen asiat
tapaavat järjestyä aikuisten yhteistyöllä organisoiden.

Ydinkeskustan päiväkodin henkilöstön mielestä vapaa leikki antaa mahdollisuuden
henkilöstölle havainnoida lasten kasvua ja kehitystä kokonaisvaltaisesti. Yhdestä lap-
sesta nouseva liikunnallisen kehityksen tuen tarve nostetaan aikuisten havaintojen
pohjalta koko ryhmän toimintaan tai ensisijaisesti pienryhmän toimintaan. Taajama-
päiväkodissa vapaaseen leikkiin lapsilla katsottiin olevan mahdollisuus etenkin ulko-
na, mutta myös sisällä turvallisuuden sallimissa rajoissa aikuisen valvonnassa. Iltaisin
ja viikonloppuisin vuorohoidossa on enemmän mahdollisuuksia myös lasten osallis-
tumiselle itse vapaan leikin tai liikunnallista kehitystä tukevan toiminnan suunnitte-
luun ja toteutukseen. Taajamapäiväkodissa katsottiin ryhmän kokoonpanon vaihtelun
asettavan vuorohoidossa liikunnallisen kehityksen tukemiselle haasteita, etenkin jos

vuorossa on vain yksi aikuinen. Kun työvuorossa on kaksi aikuista, ovat mahdollisuudet toteuttaa lasten liikunnallista kehitystä tukevaa toimintaa hyvät.

Haastattelun tekohetkellä taajamapäiväkodin henkilöstöä hieman huolestutti uuden päiväkodin rakentaminen ja siihen tulevien tilojen laatu lasten liikunnallisen kehityksen tukemisen kannalta verrattuna nyt käytössä olevan päiväkodin tiloihin. Henkilöstö toivoi että uudessa päiväkodissa tulisi olemaan myös samat liikuntamahdollisuudet.

6.2 Ympäristön toiminnallisuuden havainnointi

Taajamapäiväkodin Liikutaan yhdessä -projektin koulutus oli viikkoa ennen haastattelua – henkilökunta toivoi että sellaisia koulutuksia saisi olla enemmän. Koulutus antoi vinkkejä, auttoi soveltamaan ja huomaamaan että pienikin riittää – aina ei tarvitse liikunnan olla ”niin” hienosti suunniteltua. Kaikkein pienimmille olisi henkilöstön mielestä kuitenkin kiva saada ideoita lisää liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. Liikutaan yhdessä -projektin koulutus antoi henkilöstölle uskoa arkiseen varhaiskasvatustyöhön, auttoi näkemään päiväkodin kaikki tilat sekä päivittäiset arkiset tilanteet kuten nukkumaan menon liikunnallisen kehityksen tukemisen kannalta – haastattelijan mielestä ikään kuin ”avasi silmät” ympäristön toiminnallisuuden havainnointiin.

Sekä ydinkeskustan että taajamapäiväkodin toiminnallinen ympäristö tehdyn havainnoinnin perusteella mahdollistaa lasten liikunnallisten taitojen kehittymisen tukemiseksi sekä sisä- että ulkotiloissa harjoitettavan suhdetta pariin ja ryhmään, yksilöinä, parin kanssa ja pienryhmissä, koko ryhmässä ja joukkueina. Tärkeänä etenkin taajamapäiväkodissa koettiin aikuisten määrän huomioiminen työvuorossa suhteessa lasten ikään ja määrään.

Ydinkeskustan päiväkodissa katsottiin, että kehon toiminnan liikkeessä tukeminen on mahdollista sekä sisä- että ulkotiloissa: laululeikeissä, liikuntasalia käyttäessä, pihalla toimiessa eri vuodenaikoina ja liikkeessä päiväkodin kaikissa tiloissa. Henkilöstön mukaan tuoleista voi rakentaa ryhmätiloissa esimerkiksi tunneleita. Päiväkodissa on käytössä lapsille hyrrä, pihalla pyörivät kepit ja tapit sekä puistossa pyörivä rengas. Ulkotelineet ovat monessa käytössä. Ryhmissä on omat patjat ja liikuntasalissa on renkaat, köydet ja puolapuut. Liikuntasalia käytettäessä lapset toimivat pienryhmissä. Tällöin esimerkiksi aikuisista yksi on ryhmässä ja toinen liikuntasalissa. Taajamapäiväkodissa nähtiin, että kehon toimintaa liikkeessä on mahdollista tukea sekä sisä- että

ulkotiloissa, joissa voi ryömiä ja kontata, kieriä ja pyöriä, kävellä ja juosta sekä hypellä että loikata. Tiloissa on mahdollista myös kiivetä, väistää ja pysähtyä liikkeestä. Ulkona on myös mahdollista kieriä leikeissä. Sisätiloissa juoksu on mahdollista liikuntasalissa. Kehon toimintaa liikkeessä katsottiin harjoitettavan myös monipuolisesti ulkona pihan kivillä ja kiipeilytelineillä, metsäretkillä sekä sisällä liikuntasalin puola-puilla ja köysillä.

Molemmissa päiväkodeissa kehon toimintaa paikalla on mahdollista harjoittaa päiväkodin sisä- ja ulkotiloissa, myös jokapäiväisissä arkitilanteissa monipuolisesti. Ydinkeskustan päiväkodissa todettiin, että kavereitten nostelu on turvallisuuden suomissa rajoissa myös mahdollista. Eteisen naulakoilla toimiminen, lelujen ja pelien ottaminen ja palauttaminen kaapeista sekä hyppynarujen käyttö harjoittaa kehon liikunnallista toimintaa paikalla. Köysillä ja renkailla liikuntasalissa, vanteilla, palloilla sekä tanssimalla tuetaan myös kehon liikunnallista toimintaa paikalla. Taajamapäiväkodissa tarkasteltiin myös jokapäiväisiä arkitoimintoja, joissa on mahdollista kehon koukistaminen, ojentaminen, kääntyminen, taivutus, kurotus, nosto, kierto ja pyöritys sekä heilautus. Näitä ovat vaatteiden pukeminen ja riisuminen, vessassa käyminen, lelujen ja muiden tavaroiden sekä välineiden esille ottaminen ja siivoaminen takaisin paikoilleen, lepäämään käyminen ja nouseminen ylös, ruokailutilanteet ja mitä moninaisemmat leikkitilanteet. Myös taajamapäiväkodissa lapset nostelevat mielellään myös toisinaan, isot pieniä, aikuisen valvonnassa.

Ydinkeskustan ja taajaman päiväkodissa kehon ja välineen käyttö on mahdollista sekä sisä- että ulkotiloissa. Ydinkeskustan päiväkodissa mm. sählymailat, pulkat ja kelkat on mahdollista ottaa käyttöön. Välineinä voivat toimia myös esimerkiksi ämpärit. Leijoja ei ydinkeskustan päiväkodissa ole, mutta testaamaan on päästy höyheniä, itse tehtyjä leijoja sekä paperilennokkeja. Välineen ja kehon käyttönä nähtiin kantaminen ja vierittäminen, heittäminen ja kiinniotto, potkaiseminen ja pukkaus, haltuunotto ja pompottelu, syöttö ja lyöminen, työntäminen ja vetäminen sekä kuljetus maassa ja ilmassa. Välineitä ovat esimerkiksi taajamapäiväkodissa erilaiset pallot, lelut ja lumipallot, hernepussit, huivit ja sanomalehdistä tehdyt häntäpallot, lennokit, ilmapallot ja sanomalehdistä kieritettyt mailat, työntökärret, nukenvaunut ja -rattaat, kuorma-autot, pulkat ja huovat sekä lakanat. Pallot ovat päiväkodissa mieluisia liikuntavälineitä etenkin pojille, joista monet harrastavat jalkapalloa.

Ydinkeskustan päiväkodissa eri liiketekijöillä variointi on myös mahdollista niin sisä- kuin ulkotiloissakin. Päiväkodin ”pikkuhuone” on rakennettu aistihuoneeksi ja päiväkodin piha on iso. Jonoissa kulkeminen ja hiekkalaatikolla toimiminen haastavat lapset varioimaan eri liiketekijöitä. Päiväkoti ja päiväkodin arki mahdollistavat erilaiset tavat kiertää ympäri tai ohi, ts. väistää ja ohittaa. Tilat ja toiminnot myös nimetään lapsille: kiipeilyteline, rappuset jne. Laululeikeissä on paljon rytmien vaihtelua – ja tämän ikäiset lapset pitävät laululeikeistä ja rytmien vaihteluista samoin kuin siitä, että heillä on sopivia liikunnallista kehitystä tukevia haasteita. Rytmien vaihtelua saadaan aikaan myös rummun soittamisella sekä leikkivasaralla nakuttelemalla. Ympäristö mahdollistaa paikalta lähdön harjoittelun sekä kisaamisen siinä missä retkillä kulke- misen. Jumpassa ja pukeutumistilanteissa huomioidaan kehon muoto sekä opitaan, milloin keho on ”kynä tai lanka, pyöreä tai kulmikas, leveä tai kapea, suora tai koukistunut”. Taajamapäiväkodissa kehon muoto konkretisoituu aikuisen sanoittamana joka- päiväisissä toiminnoissa ja tilanteissa kuten leikeissä, pukeutumisissa ja siirtymisissä. Taajamapäiväkodissa eri liiketekijöillä variointi huomioidaan varhaiskasvatuksen suunnittelussa ja ohjauksessa, myös arkisessa toiminnassa. Liiketekijöillä variointia voidaan harjoittaa monenlaisilla tavoilla niin sisä- kuin ulkotiloissa: liikuntasalissa ja ryhmissä ydinkeskustan päiväkodin mainitsemien laululeikkien lisäksi loruleikeissä. Liiketekijöillä variointia voidaan harjoittaa mm. musiikkiliikuntana: seis – lähtö tai liikkuminen musiikin soidessa eri tavoin sovitusti. Liiketekijöillä joutuu varioimaan väistäessä, maahan voidaan laittaa hyppynaru ja jumpan jälkeen voidaan pitää rentou- tustuokio. Liiketekijöiden variointia voidaan päiväkodissa harjoittaa myös välineillä: esimerkiksi trampoliineilla, patjoilla, koripallokoreilla ja leikkivarjolla.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimukseni perusteella voin todeta, että tutkimissani Kouvolan kaupungin 24/7- vuorohoitopäiväkodeissa toteutuvat varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 3 – 6- vuotiaiden lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. Päiväkotien arjessa lapset saavat joka päivä vähintään 2 tuntia reipasta liikuntaa, minkä lisäksi päiväkodeissa jär- jestetään suunniteltua, tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta päivittäin eri- laisina tuokioina, viikoittain ohjattuna toimintana niin sisä- kuin ulkotiloissa, myös päiväkodin pihan ulkopuolella, vuodenvaihteen mukana erilaisina retkinä ja tapahtumi- na, myös perheille järjestettyinä tapahtumina. Päiväkotien liikunnallista kehitystä tu- kevan ympäristön toiminnallisuus mahdollistaa niin sisä- kuin ulkotiloissa lapsille

mahdollisuuden saada päivittäin harjoitella motorisia perustaitoja monipuolisesti eri ympäristöissä. Vuodenaikojen vaihtelu sekä kaikkien osapuolten (henkilöstön, vanhempien ja lasten) välinen jatkuva ja aktiivinen vastavuoroinen vuorovaikutus auttaa yhteistyössä luomaan lapsille liikuntaan houkuttelevan ympäristön, poistaa liikuntaan liittyviä esteitä ja opettaa turvallista liikkumista eri ympäristöissä. Tutkimukseni päiväkodeissa on riittävä lasten liikunnan perusvälineistö, joka on lasten saatavilla omaehtoisen toiminnan aikana aikuisen harkinnalla ja luvalla.

Liikunnallisen kehityksen tukemisen peruspilarit tuntuivat tutkimukseni mukaan olevan päiväkodeissa myös kunnossa. Varhaiskasvatuksen henkilöstöllä oli haastatteluni mukaan ajantasaista tietoa lasten liikunnallisesta kehityksestä ja sen tukemisen merkityksestä. Haastatellulla henkilöstöllä oli myös tutkimukseni mukaan sisäinen, mutta ammatillinen, motivaatio lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. Sen sijaan tutkimuksen ympäristön toiminnallisuuden havainnoinnin pohjalta lapsen liikunnallista kehitystä ei vielä täysin osattu liittää päiväkodin jokapäiväisissä arkisissa lapsille tarkoituksenmukaisissa toiminnoissa tapahtuvaan liikkumiseen lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta niin lasten omaehtoisen toiminnan kuin aikuisten ohjaaman toiminnan aikana.

Haastattelussa nousivat molemmissa päiväkodeissa esille haasteena kohdata ne lapset, jotka eivät tunnu aikuisten mielestä luonnostaan liikkuvan. Tätä ei tutkimuksen haastattelu pysty kartoittamaan tai havainnointi kuvaamaan tällä kertaa, ainoastaan tuomaan ilmiön tutkimuksessa esille. On muistettava, ettei liikkumista tai liikkumattomuutta voi lapsen kokonaisolemuksen vuoksi tarkastella yksinomaan biomekaanisesta näkökulmasta. Liikkuminen on aina yhteydessä emotionaalisiin, kognitiivisiin ja sosiaalisiin elementteihin psykomotorisesta näkökulmasta. Liikkumaton lapsi hämmentää syystäkin aikuisia, koska motorinen kehitys liitetään suoraan kognitiivisten kehitykseen. Muistettava kuitenkin on edelleen, että lapsi voi myös oppia itseksensä, jäljittelemällä tai kokeilemalla – yrityksen ja erehdyksen kautta. Oppiminen näkyy myös opitun taidon muuntamisena tarkoituksenmukaisiksi uusiin tilanteisiin. Itse hakisin vastauksia ennemminkin teoriaosiossa sivuttujen psykomotoriikan, sosiaaliskognitiivisen ja sosiokulttuurisen teorian ja tunneilmapiirin alueilta, joista erityisesti psykomotoriikka tarjoaa käytännönläheisiä ohjeita lähestyä myös liikkumattomalta vaikuttavaa lasta varhaiskasvatustyössä. Liikunnallisen kehityksen tukemisen kokonaisvaltaisuus sosiaalisten taitojen harjoittelun mahdollistajana vaatii vastavuoroista

merkityksellistä vuorovaikutusta niin yksilöiden välillä kuin ryhmän tai yhteisön sisällä. Lapset ovat luonnostaan innostuneita liikkumisesta ja liikkeestä. Aikuinen on kuitenkin avainasemassa myös liikkumattoman lapsen innostamisessa, rohkaisemisessa ja kannustamisessa liikkumaan.

Tutkimuksen mukaan tiedottaminen on kulkenut päiväkodin ja vanhempien välillä hyvin ja päivähoitossa olevien lasten vanhemmat ovat olleet aktiivisia tekemään yhteistyötä lastensa liikunnallisen kehityksen tukemisen mahdollistamiseksi päiväkodin arjessa. Tämä näkyy henkilöstölle esimerkiksi niin, että lapsilla on riittävät ja sopivat liikuntavarusteet käytössään hoitopäivien aikana ja aikuisten välinen keskusteluyhteys – kasvatuskumppanuus – on Vasu- ja kasvatuskustelujen lisäksi päivittäistä lasta päiväkotiin tuotaessa ja sieltä kotiin haettaessa.

Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksissa lapsen liikunnalliseen kehitykseen yhdistetään sosiaalisten ja kognitiivisten taitojen kehittyminen yksilönä ryhmän ja yhteisön jäsenenä toimiessa. Liikunnallisen kehityksen tukemiseen voidaan yhdistää eri varhaiskasvatuksen orientaatioalueet hyvällä suunnittelulla. Lapsen kasvu ja kehitys on kokonaisvaltaista. Liikunnallisen kehityksen tukemisen ei aina tarvitse olla suurieleistä vaan huomaamattomiltakin tuntuvat arjen rutiinit tukevat lapsen liikunnallista kehitystä.

8 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa haastattelu on ollut päämenetelmänä. Haastattelun etuna on se, että vastaajiksi suunnitellut henkilöt, tässä tutkimuksessa päiväkodit, saadaan yleensä mukaan tutkimukseen. Haastatteluun sisältyviä virhelähteitä pyrittiin välttämään strukturoimalla teemahaastattelun kysymykset olemassa olevien kriteereiden eli varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten pohjalta. Samoin ympäristön toiminnallisuuden havainnointiin käytettiin luotettavan tahon, Nuoren Suomen, strukturoitua listaa 3 – 6-vuotiaana harjoitettavista liikuntataidoista systemaattisen havainnoinnin apukeinona. Havainnoinnissa tutkimuksen objektiivisuus nousee haasteeksi. Havainnoinnin avulla päästiin kuitenkin tutkimuskohteiden luonnollisiin ympäristöihin ja se sopi erinomaisesti kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmäksi. Sen sijaan on muistettava, että haastattelun luotettavuutta voi heikentää se, että haastattelussa on taipumus antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia. Sen vuoksi tutkimuksen tulosten tulkinnassa ei pitäisi liioitella yleistämisessä. (Hirsjärvi ym. 2009, 205 – 208, 213 – 216.)

Edellä mainituilla menetelmillä pyrin välttämään virheiden syntymistä tässä tutkimuksessa. Mittaustulokset ovat pääsääntöisesti toistettavissa, mutta havainnointilista on pohjakoulutuksesta riippuen eri tavoin ymmärrettävissä. Tämä tarkoittaa sitä, että samaa listaa havainnoinnissa käyttävä tutkija voi käsittää listan käsitteet eri tavalla, aivan kuten havainnointilistaan vastaava haastateltava. Mittari voi siis aiheuttaa tuloksiin virhettä. Tämän kompensoimiseksi haastatteleamalla paikan päällä tehty havainnointi lisää havainnoinnin luotettavuutta, jolloin tutkija pystyy tarkentamaan termistöä ja sitä, mitä termeillä tarkoittaa. Nyt tutkimuksen tekijänä minulla on mm. fysioterapeutin ja Nuoren Suomen lasten liikuntaleikkikoulunohjaajan koulutus liikunnallisen kehityksen termistöä tulkitakseni listan alkuperäisessä merkityksessä ja mahdollisuus selittää konkreettisesti päiväkodin arkitoimintoja tuntien haastateltaville samalla omia havaintoja objektiivisesti ympäristöstä tehden. (Hirsjärvi ym. 2009, 231 – 233.)

Koska tutkimuksen otanta oli seitsemästä Kouvolan kaupungin 24/7-vuoropäiväkodista vain kaksi päiväkotia, ei tutkimuksen tulokset ole yleispäteviä. Vuorohoitoryhmän lisäksi haastattelussa saatiin tietoa koko päiväkodin toiminnasta lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi. Se ei vaikuta tutkimuksen luotettavuuteen nykytiedon valossa, sillä peruspäiväkotitoiminta normittaa myös vuoropäivähoidon arkea. Kumpikin päiväkoti oli saanut etukäteen haastattelun kysymykset tutustuttaviksi, joka ilmeni selkeinä vastauksina haastattelun aikana ja haastattelun etenemisenä joutuisasti. Havainnointilomake oli jo termeiltään hieman vieraampi, mikä oli tutkimuksen perusolettamus, vaikka kyseessä olikin Nuoren Suomen jo 1990-luvun puolella lanseeraama materiaali. Termistön avaus toi uutta tietoa ja auttoi henkilöstöä jo havaintokyselyn aikana ymmärtämään lapsen liikunnallisen kehityksen tukemisen kokonaisvaltaisen roolin myös päiväkodin jokapäiväisissä arkirutiineissa. Tutkimuksen tavoite oli myös antaa haastattelun ja havainnoinnin strukturoitujen lomakkeiden avulla tietoa varhaiskasvatuksen henkilöstölle.

Tutkimus toi esille alkuolettamusten mukaisesti erityisiä vuorohoidon mahdollisuuksia tukea lasten liikunnallista kehitystä verrattuna päiväryhmiin ja positiivisessa valossa varhaiskasvatuksen henkilöstön ammatillisen asiantuntemuksen heidän työssään vuorohoidossa olevien lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi lasten kokonaisvaltaisessa kehityksessä. Paikkakuntakohtaisia eroja nousi tutkimuksessa alkuolettamusten mukaisesti esille niin päiväkodin sijainnin kuin tiettyjen liikuntalajien näkymisenä. Koska lajitaitojen oppiminen keskittyy yleensä kuitenkin enemmän kouluikäis-

ten liikunnallisen kehityksen tukemiseen, tutkimuksessa näkyy 3 – 6-vuotiailla näissä kahdessa vuoropäiväkodissa se, että Kouvolan varhaiskasvatuksessa mahdollistuu liikunnallisten perustaitojen monipuolinen harjoittaminen jo paljon varhaisemmassa vaiheessa – tulos jota en tutkimusta tehdessäni tietoisesti edes hakenut.

9 POHDINTA

Opinnäytetyön tekeminen omien opintojen loppupuolella eri tahdissa samaan aikaan opiskelunsa aloittaneiden kanssa on ollut haastavaa, sillä luento-opetuksen päätyttyä opiskelijaryhmältä saatua intensiivistä vertaistukea ei ole ollut enää mahdollista saada. Monimuotoisesti opiskeleminen työn ohessa ja mm. fyysisen terveyden reistaileminen ja perhe-elämän tapahtumien nopeat tilannevaihtelut eivät myöskään ole helpottaneet opintojen ja opinnäytetyön päätökseen viemistä. Toisaalta, jos olisin työstänyt opinnäytetyöni valmiiksi jo keväällä 2011, minulla ei olisi ollut käytössä niitä tutkimuksia ja sitä kirjallisuutta, joka on ilmestynyt vuoden 2011 aikana opinnäytetyöni aiheeseen liittyen. Sen vuoksi minulla on säilynyt vahvana usko siihen, että kaikella on tarkoituksensa, vaikkei tarkoitusta aina näe kuin jälkikäteen.

Opinnäytetyön tekeminen ja erityisesti kvalitatiivisen opinnäytetyön tekeminen on ollut minulle myös haasteellinen oppimisprosessi, koska opinnäytetyötä on täytynyt pääsääntöisesti tehdä yksin – vaikka asiantuntevaa ohjausta on ollut opinnäytetyötä ohjaavilta opettajilta saatavissa. En ajattele vielä hallitsevani täysin tutkimuksen tekemistä, mutta koen ymmärtäväni jo siitä jonkin verran.

Aluksi minun oli haasteellista täsmentää työni ydinkysymystä. Opinnäytetyöni prosessi lähti liikkeelle kärkevästä kysymyksestä ”Miten 3 – 6-vuotiaiden lasten liikunnallista kehitystä *edistetään tai estetään* 24/7-vuoropäivähoidossa?” Lopulta päädyin käyttämään sanaa ”tukeminen” ja näkökulmaksi otin varhaiskasvatuksen olemassa olevat ja määritellyt liikunnan suositukset henkilöstön haastattelua varten sekä ympäristön toiminnallisuuden havainnointia varten jo vuosia omassa työssäni runkona käyttämäni Nuoren Suomen laatiman listan 3 -6-vuotiaana harjoitettavista liikunnallisista taidoista, koska minut oli koulutettu fysioterapeuttina siihen tietopääomaan, että 5-vuotiaana normaalin lapsen tulisi hallita ihmisen perusliikkumistaidot. Ympäristön toiminnallisuuden havainnoimiseksi käyttämälläni lomakkeella on kuitenkin havainnoijalla oltava riittävä pohjakoulutus ymmärtääkseen ihmisen perusliikkumiseen liittyvät käsitteet johdonmukaisesti, mikä asettaa haasteen sille, joka samaa lomaketta aikoo joskus

myöhemmin myös käyttää. Ohjaava opettaja pyysi minua pyrkimään työssäni valottamaan liikunnallisen kehityksen tukemista kehityspsykologian näkökulmasta. Aikani lähteisiin perehdyttyäni ja tutkimustulokset analysoituani koin asioiden kietoutuvan lopulta toisiinsa saumattomasti ja näkökulman olevan oikean suuntainen varhaiskasvatustyötä ajatellen. Liikunnallisten taitojen tukeminen ei ole ainoastaan karkeamotoristen temppujen harjoittelemista, vaan kysymys on lapsen kokonaisvaltaisesta kehityksestä kontekstissaan, jossa eri osia ei voi irrottaa kokonaisuudesta erikseen, koska kaikki vaikuttaa kaikkeen lapsen kasvussa ja kehityksessä. Pohdintaa herätti myös esitarkastuksen jälkeen ympäristön toiminnallisuuden havainnointi terminä – voisiko toiminnallisuuden tilalla käyttää sanaa toimivuus? Päädyin edelleen käyttämään fysiologia ja toimintaterapeuttien sekä toiminnallisten menetelmien asiantuntijoiden käyttämää sanaa ”toiminnallisuus”, koska se kuvastaa enemmän lapsen toiminnan näkökulmasta ympäristöä, kun taas sanana ”toimivuus” kuvastaa enemmän steriiliä rakennettua ympäristöä sellaisenaan, ilman ympäristössä toimivia lapsia.

Olen iloinen tutkimukseni positiivisista tuloksista. Vuodenaikojen kierto mahdollistaa tutkimuksen päiväkodeissa luonnollisen vaihtelun eri liikuntalajien taitojen suunnittelun ja ohjatun harjoittelun välillä ympärivuotisen suunnitellun ja ohjatun sisäliikuntatoiminnan tukiessa jatkuvasti perusliikkumistaitojen kehittymistä. Päiväkotien sijainti oli erilainen, mutta päiväkodin lähialueen ympäristön mahdollisuudet liikunnallisen kehityksen tukemiseksi huomioitiin. Yhteistyö vanhempien kanssa koettiin vastavuoroisena, henkilöstön mielestä vanhemmat puhalsivat yhteen hiileen heidän kanssaan, välineet lapsille löytyivät liikuntaa varten ja perheet antoivat positiivista palautetta lasten liikuttamisesta päivähoidon aikana. Tämän vuoksi vanhempien näkökulman valottaminen siinä missä lastenkin kokemuksen jakaminen liikunnallisen kehityksen tukemisesta voisi olla jatkotutkimuksen aihe – erityisesti vuorohoidossa, mutta miksei peruspäivähoidossakin.

Toivon tämän opinnäytetyön teoriaosion ja lähteiden tuovan lisätietoa siihen, miten myös haasteellisiksi tässäkin tutkimuksessa koettuja liikkumattomia lapsia voisi saada iloitsemaan, nauttimaan ja kokemaan onnistumisen elämyksiä juuri heille sopivan haasteellisesta ja tarkoituksenmukaisesta toiminnasta ja liikunnan riemusta.

Kummassakin tutkimuksen päiväkodissa oli riittävä liikunnan perusvälineistö. Ongelmakohtaksi tutkimuksessa myönnettiin edelleen se, etteivät liikuntavälineet ole

suoraan lasten ulottuvilla omaehtoisen leikin aikana. Liikuntavälineistö on pääasiassa aikuisten takana, mutta pyydettyäessä lapset saavat välineitä käyttöönsä Tätä perusteltiin turvallisuudella. Vuorohoidon mahdollisuuksia loivat kellonajat ja viikonpäivät, joita peruspäivähoidossa ei ole käytössä ja ryhmän kokoonpanon vaihtelu. Vuorohoitotilapsilla oli jopa enemmän mahdollisuuksia saada tukea liikunnalliseen kehitykseen- sä niin sisä- kuin ulkotiloissakin kuin peruspäivähoitoon verrattuna ja lisäksi usein jopa pienemmissä ryhmissä. Pienempien, alle 3-vuotiaiden, läsnäolo vuorohoidossa ei ollut este 3 – 6-vuotiaiden liikunnallisen kehityksen tukemiselle. Eri-ikäisten lasten muodostama ryhmä mahdollisti liikunnallisuuden avulla sosiaalisen ja kognitiivisen kasvun ja kehityksen tukemisen kokonaisvaltaisesti eli eri tavoin kuin puhtaassa vertaisikäryhmässä toimiessa.

Opinnäytetyön tekemisessä olisin voinut hyödyntää enemmänkin ohjaavien opettajien asiantuntemusta ja rakentaa itselleni projektikalenterin, jota olisin noudattanut työn valmistumiseksi. Lähdemateriaalin lainaaminen keskellä lukuvuotta kirjastosta oli myös haastavaa, koska siinä vaiheessa kun kirjan sai lainaan, se oli palautettava siitä tehtyjen varausten vuoksi määräajan puitteissa, jonka jälkeen ei ollut varmaa, koska itse saisi saman teoksen lainaan uudelleen varauksesta huolimatta. Opinnäytetyöprosessin aloittaminen jo heti opintojen alkuvaiheessa olisi tärkeää, samoin pareittain työskentely sopisi useille aikuisopiskelijoillekin yksintyöskentelyn sijasta. Kirjoittamiseen ohjausta tai kirjallisten tuotosten teknistä palautetta saisi olla myös opintojen aikana enemmän, jotta tekniikka automatisoituisi opinnäytetyön kirjoittamiseen mennessä.

Toivon, että opinnäytetyöni läpäisisi tiukan arvioinnin ja täydentäisi opinnäytetöiden sarjan alle kouluikäisten lasten liikunnallisen kehityksen tukemisesta päivähoidossa ja että opinnäytetyöstäni olisi positiivista käytännön hyötyä Kouvolan kaupungin varhaiskasvatuspalveluille ja lto -pätevyyttä opiskeleville sosionomi-opiskelijoille ammattikorkeakouluissa.

LÄHTEET

- Ahokas, M., Ferchen, M., Hankonen, N., Lautso, A. & Pyysiäinen, J. 2008. Sosiaali-psykologia. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Alanen, L. & Karila, K. (toim.). 2009. Lapsuus, lapsuuden instituutiot ja lasten toiminta. Tampere: Vastapaino.
- Autio, T. 1995. Liiku ja leiki: motorisia perusharjoitteita lapsille. Jyväskylä: Gummerus.
- Ayres, A. J. 1992. Kun lapsi ei opi leikkimään: aistitoimintojen yhdentymishäiriöt ja sensorisen integraation terapia. 5. painos. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Friberg, K. 2012. KATioni: toimintaterapian menetelmät. Helsinki. Saatavissa: <http://www.toimintaterapiaa.fi/toimintaterapian-menetelmat.php> [Viitattu 4.2.2012].
- Hannuniemi, T. 2011. Kurkistus lapsen arkeen vuorohoidossa. Pro Gradu –tutkielma. Helsingin yliopisto. Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/28606/kurkistu.pdf?sequence=1> [Viitattu 22.1.2012].
- Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.). 2007. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. 2. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. painos. Hämeenlinna: Tammi.
- Karvinen, J., Hiltunen, P., Jääskeläinen, L. & Pekkala, P. 1991. Lapsi ja urheilu: perustietoa liikunnasta ja urheilusta ohjaajille, opettajille ja lasten vanhemmille. Helsinki: Otava.
- Karvonen, P. 2000. Hyppää pois!: lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Helsinki: Tammi.

Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Jyväskylä: Gummerus.

Kokljuschkin, M. 2001. Unelmien päiväkotit: kohti parempaa oppimisympäristöä. Helsinki: Tammi.

Korhonen, R., Rönkkö, M-L., Aerila, J-A. & Rauman opettajankoulutuslaitos. 2010. Pienet oppimassa: kasvatuksellisia näkökulmia varhaiskasvatukseen ja esiopetukseen. Turku: Uniprint.

Kouvola kaupunki. 2011. Ajankohtaista: varhaiskasvatuksen Liikutaan yhdessä -projekti on käynnistynyt. Saatavissa:
<http://www.kouvola.fi/Ajankohtaista/2011/04/varhaiskasvatuksenliikutaanyhdessa-projektionkaynnistynyt.html> [Viitattu 12.4.2011].

Kukkonen, S. & Piirainen, A. 1990. Ihmisen perusliikkuminen ja sen edistäminen. Helsinki: Kirjayhtymä.

Kuula, P., Lamberg, K. & Patja, N. 2001. ”Yökylässä päiväkodissa”: lasten kokemuksia vuorohoidon laadusta. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Laurinsalo, V. 2010. Lapsen sensomotorinen kehitys ja oppimisvalmiudet. Helsinki: V. Laurinsalo T:mi.

Lehtinen, E., Kuusinen, J. & Vauras, M. 2007. Kasvatuspsykologia. 2. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

Mäki, M. 2009. Kadonnut avain: aistielämyksiä tarjoava musiikkiliikuntaseikkailu. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Nuori Suomi ry. 1999. Liikuntaleikkikoulu – ohjaajan kansio.

Nurmiranta, H., Leppämäki, P. & Horppu, S. 2009. Kehitypsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Helsinki: Kirjapaja.

Palviainen, T. 2007. ”Karuselli pyörii, lapset siinä hyörii”: tutkimus vuorohoidon arjesta henkilöstön näkökulmasta tarkasteltuna. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa:

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/18211/URN_NBN_fi_jyu-2007587.pdf?sequence=1 [Viitattu 12.3.2011].

Parrila, S. 2002. Perhepäivähoito osana suomalaista päivähoitojärjestelmää: näkökulmia perhepäivähoidon laatuun ja sen kehittämiseen. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Saatavissa: <http://herkules.oulu.fi/isbn9514268741/isbn9514268741.pdf> [Viitattu 19.3.2011].

Puhakainen, J. 2001. Lapsen aika: puheenvuoro lasten liikunnasta ja urheilusta. Helsinki: Like.

Rintala, P. & Ahonen, T. 2005. Liiku ja opi: liikunnasta apua oppimisvaikeuksiin. Keuruu: Otava.

Rovio, E., Lintunen, T. & Salmi, O. 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 163. Helsinki: Liikuntatieteellinen Seura.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2005. varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Oppaita; 56. Helsinki: Stakes.

Sherborne, V. 1993. Lasten kokonaiskehitystä tukeva liikunta: yleisopetus, erityisopetus ja esiopetus. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Sheridan, M. D. 2008. From Birth to Five Years – Children’s Developmental Progress. 3. painos. UK: Routledge.

Sheridan, M. D. 2011. Play in Early Childhood – From Birth to Six Years. 3. painos. UK: Routledge.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Oppaita; 17. Helsinki: Yliopistopaino.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. 2008. Päivähoidon turvallisuussuunnittelu. Oppaita; 71. Helsinki: Stakes.

Sääkslahti, A. 2005. Liikuntaintervention vaikutus 3 – 7-vuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja motorisiin taitoihin sekä fyysisen aktiivisuuden yhteys sydän- ja verisuonitautien riskitekijöihin. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13496/9513921050.pdf?sequence=1> [Viitattu 16.4.2011].

Väisänen, T. 2003. Aamusta iltaan ja yötä myöten – lapsen arki vuorohoidossa. Pro Gradu -tutkielma. Oulun yliopisto. Saatavissa: www.verve.fi/Link.aspx?id=1020396 [Viitattu 14.5.2011].

Zimmer, R. 2011. Psykomotoriikan käsikirja: teoriaa ja käytäntöä lasten psykomotoriseen tukemiseen. Keuruu: Otava.

HAASTETTELUKYSYMYKSET KOUVOLAN KAUPUNGIN 24/7 VUOROHOITOA TARJOAVAN PÄIVÄHOITOYKSIKÖN 3–6 –VUOTIAISTA KASVATUSVASTUUSSA OLEVALLE HENKILÖSTÖLLE

1) MÄÄRÄ

Lapsi tarvitsee joka päivä vähintään 2 tuntia reipasta liikuntaa.

Kysymys: *Saavatko päiväkotinne 24/7 vuorohoidossa olevat 3–6 –vuotiaat lapset teidän mielestänne joka päivä vähintään 2 tuntia reipasta liikuntaa? Perustelettehan vastauksenne.*

2) LAATU

Lapsen tulee saada päivittäin harjoitella motorisia perustaitoja monipuolisesti eri ympäristöissä.

Kysymys: *Saavatko päiväkotinne 24/7 vuorohoidossa olevat 3–6 –vuotiaat lapset teidän mielestänne harjoitella motorisia perustaitoja monipuolisesti eri ympäristöissä? Perustelettehan vastauksenne.*

3) SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

Varhaiskasvattajien tulee suunnitella ja järjestää tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta päivittäin.

Kysymys: *Suunnittelevatko ja järjestävätkö päiväkotinne 24/7 vuorohoidon varhaiskasvattajat 3–6 –vuotiaille lapsille teidän mielestänne tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta päivittäin? Perustelettehan vastauksenne.*

4) YMPÄRISTO

Varhaiskasvattajien tehtävänä on luoda lapsille liikuntaan houkutteleva ympäristö, poistaa liikuntaan liittyviä esteitä ja opettaa turvallista liikkumista eri ympäristöissä.

Kysymys: *Luovatko päiväkotinne 24/7 vuorohoidon varhaiskasvattajat 3–6 –vuotiaille lapsille teidän mielestänne liikuntaan houkuttelevan ympäristön, poistavatko he liikuntaan liittyviä esteitä ja opettavatko he lapsille turvallista liikkumista eri ympäristöissä? Perustelettehan vastauksenne.*

5) VALINEET

Päivähoidon toimipisteissä tulee olla lasten liikunnan perusvälineistö. Välineitä tulee olla riittävästi ja niiden tulee olla helposti lasten saatavilla myös omaehtoisen toiminnan aikana.

Kysymys: *Onko päiväkotinne 24/7 vuorohoidon toimipisteessä teidän mielestänne lasten liikunnan perusvälineistö? Onko siellä teidän mielestänne välineitä riittävästi ja ovatko ne helposti saatavilla ryhmän 3–6 –vuotiaille lapsille myös omaehtoisen toiminnan aikana? Perustelettehan vastauksenne.*

6) YHTEISTYÖ

Varhaiskasvatushenkilöstön tulee olla aktiivisessa ja vastavuoroisessa yhteistyössä lasten vanhempien kanssa.

Kysymys: *Onko päiväkotinne 24/7 vuorohoidon varhaiskasvatushenkilöstö teidän mielestänne aktiivisessa ja vastavuoroisessa yhteistyössä 3–6 –vuotiaiden lasten vanhempien kanssa lasten liikunnallisen kehityksen tukemiseksi? Perustelettehan vastauksenne.*

7) VAPAA LEIKKI SISÄLLÄ JA ULKONA

Vapaa ja omaehtoinen leikki sisä- ja ulkotiloissa eri vuodenaikoina tukee kokonaisvaltaisesti 3–6 –vuotiaan lapsen kehitystä, myös liikunnallista kehitystä.

Kysymys: *Tukeeko päiväkotinne 24/7 ryhmän varhaiskasvatushenkilöstö mielestänne hoitopäivittäin 3–6 –vuotiaiden lapsien omaehtoista liikunnallista kehitystä? Perustelettehan vastauksenne.*

**YMPÄRISTÖN TOIMINNALLISUUDEN HAVAINNOINTI 3-4 ja 5-6 -vuotiaat
LIKUNNALLISTEN TAITOJEN OPETTAMINEN JA OPPIMINEN
LEIKIN KEHITTELY / KEHITELTÄVÄ LEIKKI tai OPETUSTUOKIO**

HARJOITETTAVA TAITO JA VARIOINTI: SISÄTILAT - ULKOTILAT

1) Suhde pariin ja ryhmään

- yksi
- parin kanssa, pelastaminen...
- pienryhmissä, koko ryhmä ja joukkueet

2) Kehon toiminta liikkeessä

- ryömiminen, konttaaminen
- kieriminen, pyöriminen
- käveleminen, juokseminen
- hyppeleminen, loikkaaminen
- kiipeäminen
- väistäminen
- pysähtyminen

3) Kehon toiminta paikalla

- koukistus, ojennus
- kääntyminen
- taivutus, kurotus
- nosto
- kierto, pyöritys
- heilautus

4) Keho ja väline

- kantaminen, vierittäminen
- heittäminen, kiinniotto
- potkaiseminen, pukkaus
- haltuunotto, pompottelu, syöttö, lyöminen
- työntäminen, vetäminen
- kuljetus maassa tai ilmassa

5) Liiketekijöillä variointi

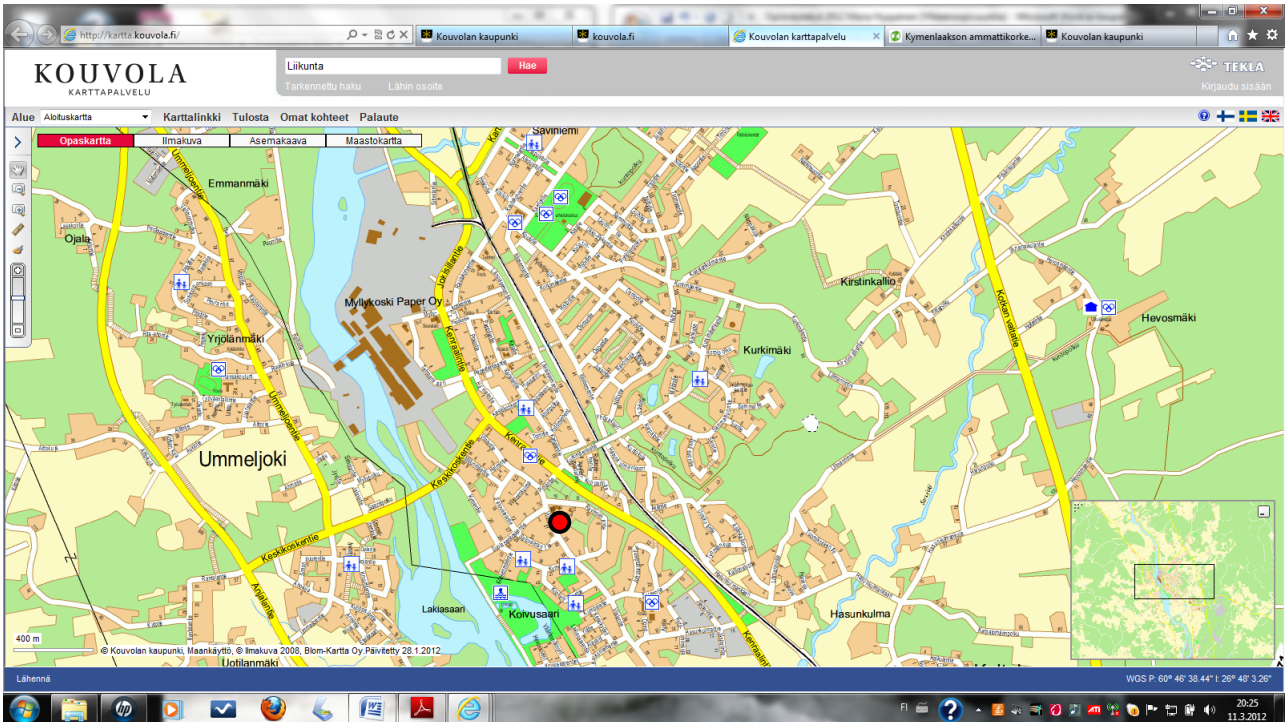
- **SUUNNAT:** eteenpäin, taaksepäin ja sivulle, oikea-vasen
- **TILA:** iso-pieni, isompi-pienempi
 - o **Tilan dynaaminen käyttö:**
 - o epäsuorat kaarevat liikkeet – suorat liikkeet
 - o liikeradat tilassa
- **AIKA:** hidas-nopea, hitaammin-nopeammin, hidastaen-nopeuttaen, äkillinen-tasainen liike
- **VOIMA:** vähän-paljon, vähentäen-lisäten, jännitys-rentous
- **TASO:** ylä-, ala- ja keskitaso
 - o ylöspäin-alaspäin, korkea-matala

→ **Liiketekijöiden yhdistelmät!!!**

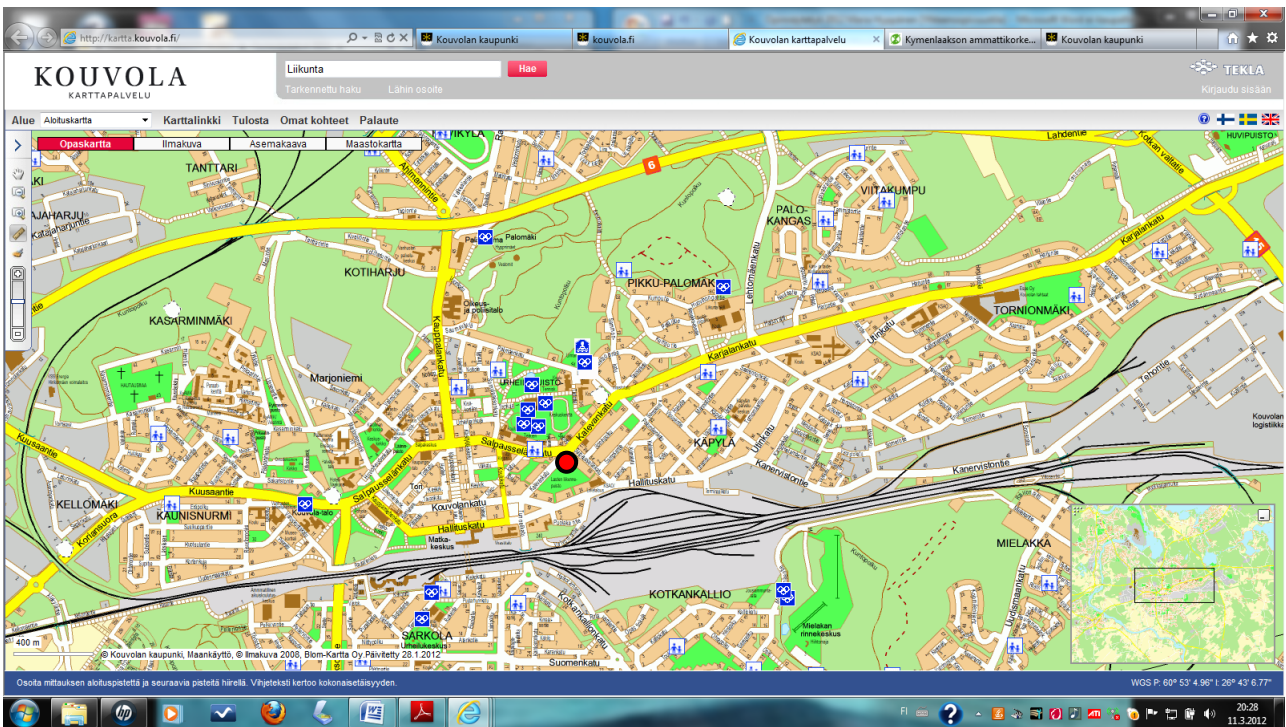
6) Kehon muoto

- pyöreä-kulmikas, leveä-kapea, suora-koukistunut

VAPAA SANA:



Kuva 3. 24/7 vuoropäiväkodin ja kaupungin liikuntapaikkojen sijainti ympäristössä Kouvolan Anjalankoskella, Myllykosken taajamassa.



Kuva 4. 24/7 vuoropäiväkodin ja kaupungin liikuntapaikkojen sijainti ympäristössä Kouvolan ydinkeskustassa.