

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma / kasvatus- ja perhetyö

Elina Heino

3 – 4-VUOTIAIDEN LASTEN SOSIOEMOTIONAALISTEN TAITOJEN KEHIT-  
TYMINEN TENAVAJUMPASSA

Opinnäytetyö 2012

## TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaaliala

HEINO ELINA	3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemotionaalisten taitojen kehittyminen tenavajumpassa
Opinnäytetyö	45 sivua + 13 liitesivua
Työn ohjaaja	Lehtori Heli Paaso
Toimeksiantaja	Sysmän Voimistelijat ry
Marraskuu 2012	
Avainsanat	sosioemotionaaliset taidot, liikuntaharrastus, toimintatutkimus, interventio

Tutkimuksen tarkoitus oli selvittää, kehittyvätkö 3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemotionaaliset taidot tenavajumpassa. Lisäksi haluttiin selvittää osaako 3 – 4-vuotias lapsi itse arvioida sosioemotionaalisia taitojaan. Tutkimuksen tuottamalla tiedolla halutaan korostaa liikunnan yhteyttä lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Opinnäytetyön aihe nousi omasta kiinnostuksesta lasten sosioemotionaaliseen kehitykseen.

Opinnäytetyön ensimmäinen osa eli teoreettinen viitekehys käsittelee 3 – 4-vuotiaan lapsen sosioemotionaalista kehitystä ja liikunnan yhteyttä siihen. Opinnäytetyö on toimintatutkimus, jossa yhdistellään sekä laadullista että määrällistä tutkimusta toiminnallisen osuuden, eli intervention lisäksi. Interventio oli 3 – 4-vuotiaille lapsille suunniteltu yhdeksänkertainen liikuntaohjelma. Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin strukturoitua havainnointia. Tutkimushenkilöinä oli kuusi 3 – 4-vuotiasta tenavajumpparyhmään osallistunutta lasta. Tutkimusaineistoa käsiteltiin sisällönanalyysia soveltaen.

Tutkimus osoitti, että tämän intervention aikana lasten sosioemotionaalisten taitojen ei voida sanoa kehittyneen. Tutkimuksesta voidaan päätellä, että tähän tulokseen johti intervention lyhytkestoisuus. Lapset eivät mahdollisesti olleet tarpeeksi yhtäjaksoisesti paikalla, jotta liikunta olisi päässyt kehittämään heidän sosioemotionaalisia taitojaan. Opinnäytetyö antoi tärkeää tietoa siitä, että 3 – 4-vuotias lapsi ei ollut kykenevä arvioimaan sosioemotionaalisia taitojaan suhteessa aikuisen näkemyksiin lapsen taidoista.

## ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Social Care

HEINO, ELINA

Development of Social-Emotional Skills in Three and  
Four-Year-Old Children's Gymnastics

Bachelor's Thesis

46 pages + 14 pages of appendices

Supervisor

Paaso Heli, Senior Lecturer

Commissioned by

Sysmän Voimistelijat ry

November 2012

Keywords

social-emotional skills, exercise, activity analysis,  
intervention

The purpose of this study was to find out how the social-emotional skills of three and four-year-old children develop in gymnastics. Secondly the study aimed to find out how 3-and 4-year-old children can estimate their own social-emotional skills. The aim was to emphasize that there is a connection between exercise and a child's social and emotional learning. The topic of the study arose from an interest in children's social and emotional learning.

The theory of this study is based on social and emotional learning of 3 and four-year-old children. The theory is based on the impact of exercise on social and emotional learning. The study is an activity analysis and the research method was structured observation. Examinees were six children who were joining in children's gymnastics programme. Content analysis was applied in this study.

The result of this study showed that children's social-emotional skills were not developing during this intervention. According to the results, intervention period was too short. It might be that the children didn't attend enough. It could be the reason why exercise didn't develop the children's social-emotional skills. The study showed that three and four-year-old children couldn't were not able to estimate their own social-emotional skills.

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

1	JOHDANTO	6
2	LASTEN SOSIOEMOTIONAALISET TAIDOT	7
	2.1 Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen	7
	2.2 Tunteiden ilmaisu	9
	2.3 Tunteiden säätely	10
	2.4 Sosiaaliset taidot	11
	2.5 Liikunnan yhteys 3 – 4-vuotiaan lapsen sosioemotionaalisiin taitoihin	14
	2.6 Aiempia tutkimuksia liikunnan yhteydestä sosioemotionaalisiin taitoihin	16
3	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	20
	3.1 Opinnäytetyön tavoite ja tutkimuskysymykset	20
	3.2 Tutkimushenkilöt	20
	3.3 Tenavajumpan kuvaus	20
	3.4 Tutkimusmenetelmät	21
	3.5 Havainnointilomakkeen suunnittelu ja kuvaus	22
	3.6 Havainnoinnin toteutus	24
	3.7 Tutkimusaineiston kuvaus	25
	3.8 Tutkimusaineiston käsittely	28
4	TUTKIMUSTULOKSET	29
	4.1 Kehittyvätkö 3 – 4-vuotiaan lapsen sosioemotionaaliset taidot tenavajumpassa?	29
	4.2 Miten lapset arvioivat sosioemotionaalisia taitojaan?	36
5	POHDINTA	37
	5.1 Tulosten analysointia	37
	5.2 Tutkimuksen luotettavuus, yleistettävyyys ja ammatillisuus	39
	5.3 Prosessin arviointia	40
	5.4 Jatkotutkimusaiheita	41
	LÄHTEET	43

## LIITTEET

Liite 1. Sosioemotionaalisten taitojen havainnointilomake

Liite 2. Liikuntaohjelma

Liite 3. Tutkimuslupa

## 1 JOHDANTO

Tutkimuksen lähtökohtana on opintojen aikana herännyt suuri kiinnostus lasten sosioemotionaaliseen kehitykseen. 3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemotionaalinen kehitys valikoitui tarkemman tarkastelun kohteeksi, koska heidän parissaan tulen pääosin työskentelemään lastentarhanopettajana. Lisäksi liikunta on pienestä asti liittynyt suuresti elämäni. Olen harrastanut aktiivisesti eri liikuntamuotoja sekä vanhemmiten ohjannut muun muassa voimisteluryhmiä. Opinnäytetyön tultua ajankohtaiseksi tutustuin tutkimuksiin, joissa todettiin liikunnalla olevan myönteistä vaikutusta lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Huomioni herätti se havainto, että lasten liikuntaa suunnitellaan edelleen liian vähän lapsen sosioemotionaalinen kehitys huomioiden. Alkoi olla selvää, että haluan tehdä opinnäytetyön juuri tästä aiheesta. Opinnäytetyö oli luontevaa tehdä voimisteluseuran tenavajumpparyhmässä, jota olen itsekin aikoinaan ohjannut.

*Sosioemotionaalisten taitojen suotuisa kehitys riippuu siitä, kuinka hyvin liikunnallinen leikki on suunniteltu eli kuinka paljon esimerkiksi kilpailua lasten tuokioissa korostetaan. Hyvin suunniteltu ja järjestetty tunnetaitoja kehittävä liikunta edistää empatiisuutta, toisten huomioonottamista ja auttamishalukkuutta. Tunnetaitojen kehittymiselle harjoitteiden sisällöllä ei ole niin suurta merkitystä kuin toteuttamistavalla. Aikuisen ja lapsen keskinäinen vuorovaikutus, lasten keskinäiset suhteet sekä yhteistyö ovat merkityksellisiä toimintaa toteuttaessa. (Hietala & Tolonen 2006, 22.)* Haluaisin, että tutkimus vaikuttaisi toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen tenavajumpparyhmässä, johon tein intervention. Toivoisin, että tutkimus lisää myös laajemmin tietämystä siitä, että lasten liikunta tulisi suunnitella ja toteuttaa lapsen sosioemotionaalisen kehityksen huomioiden.

Tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, kehittyvätkö 3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemotionaaliset taidot tenavajumppassa. Tämän lisäksi tutkimus pyrkii selvittämään, osaako 3 – 4-vuotias lapsi itse arvioida sosioemotionaalisia taitojaan. Opinnäytetyön teoreettinen tausta käsittelee lapsen sosioemotionaalista kehitystä sekä liikunnan yhteyttä siihen.

## 2 LASTEN SOSIOEMOTIONAALISET TAIDOT

Tunteiden kehitys sisältää tunteiden tunnistamisen, nimeämisen, ilmaisemisen ja tunteiden säätelyn. Monet tutkijat liittävät lapsen tunteiden kehitykseen tunteiden ilmaisun, tunnetiedon ja tunteiden säätelyn. Tunnetiedolla tarkoitetaan tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja tunnetilanteiden ymmärtämistä. (Paaso 2008, 147.) Tunteet muodostuvat joko aivosolujen verkostoissa kokemusten ja niiden merkitysten ohjaamien viestien yhdistyessä, tai eri aistitoimintojen herättäminä aistimuksina, mielikuvinä. Tunteiden muodostuminen tapahtuu hermosolujen synapsivälityksen järjestymisen myötä. (Numminen 2005, 172.) Tunteet ovat monitasoisia, ja ne ilmenevät eri järjestelmissä, kuten autonomisessa hermojärjestelmässä, motorisessa järjestelmässä ja subjektiivisissa kokemuksissa. Tunteen viriäminen voidaan todeta esimerkiksi sydämen lyöntitiheydessä, kasvojen ilmeissä sekä ihmisen muistoissa. Ihmisen perustunteita ovat onnellisuus, surullisuus, hämmästyminen, pelko, suuttumus ja inho. (Pulkkinen 2002, 69.)

Tunteiden tunnistaminen, nimeäminen, ilmaiseminen ja niiden säätely ovat keskeinen osa sosioemotionaalista taitavuutta. Tunnetaidot kehittyvät ensimmäisten ikävuosien aikana ja tämä varhainen kehitys luo perustan ihmisen myöhemmälle tunteiden kokemiselle (Numminen 2005, 172). Emootioin lisäksi sosioemotionaalisuuteen liittyvät läheisesti sosiaaliset taidot. Leikki-ikässä lapsi oppii paljon niin tunteista kuin sosiaalisesta kanssakäymisestä. Kolmen ja neljän vuoden iässä sosioemotionaalinen kehitys on hyvin vilkasta.

### 2.1 Tunteiden tunnistaminen ja nimeäminen

Kolmevuotias alkaa kyetä tunnistamaan ja nimeämään omia sekä toisten tunteita. Tunteiden tunnistaminen toimii perustana empatian kehittymiselle eli sille, että tunnistaa ja eläytyy toisten tunteisiin sekä osoittaa myötätuntoa (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2009, 55). Kolmevuotias kykenee tunnistamaan onnellisuuden ja vihaisuuden tunteet ja viimeistään neljävuotiaana lapsi tunnistaa myös surullisuuden ja pelon. Useimmiten 3 – 4-vuotiaalle on haastavinta erottaa pelko ja hämmästyminen toisistaan. (Paaso 2008, 148.)

Lapsen tunteiden tunnistamista ja nimeämistä on tutkittu tarkastelemalla yhteyttä sosiometrisen aseman ja tunneilmaisujen tunnistamistarkkuuden välillä. Esimerkiksi

Manstead ja Edwards ovat vuonna 1992 tutkineet aihetta jakamalla lapsia miellyttävyys- ja näkyvyyspistemäärien mukaan erilaisiin sosiometrisiin luokkiin. Luokkia olivat suositut (keskimääräistä korkeampi miellyttävyys ja näkyvyys), ystävälliset (keskimääräistä korkeampi miellyttävyys ja matalampi näkyvyys), huomiotta jäävät (keskimääräistä matalampi miellyttävyys ja näkyvyys) sekä hyljeksityt (keskimääräistä matalampi miellyttävyys ja keskimääräistä korkeampi näkyvyys). Nämä sosiometriset ryhmät erosivat tutkimuksessa merkitsevästi toisistaan kasvoniilmeiden tunnistamispiistemäärissä. Heikoiten kasvoniilmeitä tunnistivat hyljeksityt lapset. Suositut ja ystävälliset lapset tunnistivat kasvoniilmeitä merkittävästi paremmin kuin hyljeksityt. Huomiotta jääneet lapset tunnistivat kasvoniilmeitä hieman paremmin kuin hyljeksityt ja huonommin kuin ystävälliset. Merkitsevästi huonommin kuin suositut kasvoniilmeitä tunnistivat huomiotta jääneet lapset. Tutkimustulos viittaa siihen, että hyljeksittyjen lasten käytöksen taustalla on puutteet tunneilmaisujen tunnistamisessa. (Leppänen 2001, 432.)

Tutkimukset osoittavat, että tunneilmaisujen tunnistaminen on yhteydessä sosiaaliseen sopeutumiseen lapsuudessa (Leppänen 2001, 432; Saarni 2006, 254). Suositut ja ystävälliset lapset tunnistavat tunteita paremmin kuin hyljeksityt ja huomiotta jäävät lapset. (Leppänen 2001, 432). Lapset, jotka tunnistavat omat tunteensa, ovat kyvykkäämpiä neuvottelemaan toisten lasten kanssa ristiriitatilanteissa (Saarni 2006, 251). Emotionaalisesti tasapainottomilla lapsilla on puutteita tunnistaa kasvoniilmeen ja tunteen yhteyttä, ilmaista tunteitaan kasvoniilmeillä sekä erotella tunneilmaisuja (Saarni 2006, 257).

Ajattelun, kielen ja muistin kehitys on tärkeä edellytys sosioemotionaalisten taitojen kehittymiselle. Mitä edistyneempää, esimerkiksi kielellinen ilmaisu on, sitä paremmin lapsi kykenee ilmaisemaan itseään myös sosioemotionaalisesti. 3 – 4-vuotiaan kielellinen kehitys on vilkasta ja esimerkiksi sanavarasto laajenee. Lapsi kykenee täten nimeämään myös tunteita enemmän. Kolmevuotias kykenee päättelemään ja kuvailemaan, millaisia tapahtumia erilaiset tunteet aiheuttavat toisissa ihmisissä. Lapsi siis ymmärtää, millainen tapahtuma aiheuttaa tunteita, mutta hän ei vielä ymmärrä, että samanlainen tapahtuma ei aiheuta kaikissa ihmisissä samanlaista reaktiota. Tämän tyyppinen empatiakyky kehittyy myöhemmin. Lapsen ymmärtäessä, millaisia tunteita erilaiset tapahtumat ihmisissä aiheuttavat, hän voi oppia vaikuttamaan muiden tunteisiin oman käyttäytymisensä avulla. (Nummenmaa 2012, 174.)



Varhainen, tiivis ja läheinen vuorovaikutus edistää lapsen ymmärrystä toisen tunteista (Keltikangas-Järvinen 2010, 135). Lukuisissa tutkimuksissa on havaittu yhteys kiintymyssuhteen laadun, persoonallisuuden, sosiaalisen kehityksen ja hyvinvoinnin välillä. Turvallisesti kiintyneet lapset ovat toisella tavalla kiintyneitä ikätovereitaan innostuneempia ja yhteistyökykyisempiä. Turvallisesti kiintyneet lapset toimivat vertaisryhmissä paremmin, ja heillä on enemmän oppimismotivaatiota sekä kykyä toimia aikuisten ja lasten kanssa. Ikätoverit pitävät enemmän turvallisesti kiintyneistä lapsista. Turvallinen kiintymys on suojaava tekijä sosiaalisia ja tunne-elämän häiriöitä vastaan. (Eisenberg 2006, 19; Nummenmaa 2010, 185.)

## 2.2 Tunteiden ilmaisu

Perustunteita, kuten iloa, surua ja pelkoa lapsi osaa tuntea jo hyvin varhaisessa vaiheessa, mutta sosiaaliset tunteet, kuten häpeä tai nolostuminen kehittyvät voimakkaammin toisesta ikävuodesta eteenpäin. Sosiaalisten tunteiden kehittyminen, eli esimerkiksi häpeän, edellyttää minäkäsityksen syntymistä. Lapsen tulee ymmärtää olevansa ajatteleva ja tunteva yksilö muiden joukossa, ja samalla käsittää, että toiset ihmiset ovat samanlaisia, mutta ajattelultaan ja tunteiltaan monella tapaa erilaisia. Esimerkiksi häpeää tai nolostumista ei voi tuntea ilman käsitystä itsestä sosiaalisen ympäristön osana. (Nummenmaa 2010, 172 - 173.)

3 – 4-vuotias lapsi opettelee ymmärtämään omia tunteitaan sekä ilmaisemaan niitä tilanteeseen sopivalla tavalla. 3 – 4-vuotiaan täytyy opetella ilmaisemaan tunteitaan toiset huomioiden, jotta pääsee mukaan esimerkiksi leikkiin. 3 – 4-vuotiaalle mielihyvän hallinta on vielä melko haastavaa, eli hän tekee useasti asioita mielihyväperiaatteella ennen kuin ajattelee käyttäytymisensä seurauksia. Kolmevuotias ei kykene omaksu- maan toisen näkökulmaa ja asettumaan hänen asemaansa. Lapsi on vielä hyvin egosentrinen, eli hänen asenteensa on hyvin minäkeskeinen ja hän pitää itseään maailman napana. Neljävuotias alkaa jo havaita, että on muitakin näkökulmia ja ihmiset ajattelevat eri tavoin eri tilanteissa. (Zimmer 2001, 28 - 29.) Hän alkaa ymmärtää käyttöksensä seuraamuksia esimerkiksi leikitilanteissa. Vanhempien asettamat rajat johtavat yliminän eli superegon kehittymiseen. Yliminä on se persoonallisuuden osa, joka viimeistään ohjaa lapsen irti itsekkyydestä ja mielihyväperiaatteesta ja tekee hänestä sosioemotionaalisesti taitavan olennon. (Keltikangas-Järvinen 2010, 150.)

### 2.3 Tunteiden säätely

Tietoisuus omista tunteista ja kyky tarkkailla niitä ovat edellytyksenä tunteiden säätelyn kehitykselle (Nurmiranta ym. 2009, 55). Tunteiden säätely tarkoittaa tunnetilan käsittelyä siten, että toimintakyky säilyisi. Heikko itsehallinta viittaa siihen, että tunteiden säätely on vähäistä. Lapsen tunnetilat saavat vallan ja häiritsevät toiminnan harkintaa ja itse toimintaa. (Pulkkinen 2002, 69.) Tunteiden säätely on omien liian voimakkaiden myönteisten tai kielteisten tunteiden rauhoittamista ajattelemalla, suuntaamalla huomion muualle, turvautumalla toiseen ihmiseen tai tekemällä jotakin muuta (Eisenberg 2006, 10; Paaso 2008, 147). Tunteiden säätelyä tarvitaan sosiaalistumiseen eli pystyäkseen toimimaan yhteisön jäsenenä (Nurmiranta ym. 2009, 55).

3 – 4-vuotiaana tunteiden säätelyn tarve nousee lapsen kehittyvästä ajattelusta ja mielikuvista sekä vanhempi- ja toverisuhteista. Toverisuhteet tarjoavat hyviä mahdollisuuksia lapselle kehittää ja käyttää tunteiden säätelyn taitojaan. (Eisenberg 2006, 9.) Tunteiden säätelyyn liittyy kiinteästi tarkkaavaisuus. Tarkkaavainen lapsi kykenee suuntaamaan tarkkaavaisuuttaan niin, että sillä on vaikutusta koettuun tunnetilaan. Tällainen tarkkaavaisuus on perusta ponnistelevalle kontrollille. Ponnisteleva kontrolli on tahdonalaista isojen aivojen ohjaamaa toimintaa, joka sisältää tarkkaavuuden siirtämiseen ja kohdistamiseen liittyvän toiminnan käynnistämisen ja ehkäisemisen. Ponnistelevalla kontrollilla on tärkeä tehtävä tunneilmajujen ja tunnekokemusten säätelyssä. Tahdonalainen ponnisteleva kontrolli on hyvin kehittynyttä neljän vuoden iässä. Tunteiden säätely on hyvin kehittynyttä, kun lapsi ei kontrolloi tunteitaan liikaa eikä liian vähän. Hyvin tunteitaan säätelevä lapsi osaa ilmaista myönteisiä ja kielteisiä tunteitaan rakentavasti. Kun lapsi osaa tunnistaa toisten lasten tunteet oikein, hän toimii mallikkaasti vuorovaikutustilanteessa. (Paaso 2008, 148 - 151.)

Carolyn Saarni on tutkimuksessaan havainnut, että vasta kuusivuotiaat kykenevät muuttamaan tunneilmajuaan jossain määrin. Vasta kuusivuotias kykeni hymyilemään pettymyksen ilmaisemisen sijaan saadessaan epämieluisan lelun palkkioksi suorituksestaan. Nämä kuusivuotiaat säätelivät tunneilmajuaan, joka helpottaa yhteistyötä sosiaalisessa tilanteessa. Kun lapsi oppii peittämään omat tunteensa tai muokkaamaan tunneilmajuaan erilaisissa tilanteissa, hän oppii, että muutkin tekevät niin. Tällainen tunnetaito on elintärkeää, jotta pystymme ennustamaan toisten toimintaa tarkasti. (Nummenmaa 2010, 174 - 175.)

Alle kouluikäisen tunteiden säätely kehittyy sellaisissa perheen vuorovaikutustilanteissa, joissa nimetään, tulkitaan ja ilmaistaan tunteita. Keskustelut perheissä lasten kanssa lasten omista ja muiden kielteisistä ja myönteisistä tunteista ennustavat tutkimuksissa lasten tunteiden säätelyn ja tunteiden ymmärtämisen kehitystä. Tunteiden itsesäätelyä kehittävät keskustelut menneistä, nykyisistä ja tulevista tapahtumista ja tunteista. Tunnetieto ja tunteiden säätely yhdistyvät. (Saarni 2006, 251; Paaso 2008, 150.) Myös leikillä on tärkeä merkitys lapsen tunne-elämän kehitykselle. Leikissä lapsi käsittelee aidosti tunteitaan eli hän leikkii sitä mitä on kokenut. Lapsi purkaa leikissä monia eri tunteita, kuten pelkoa, ahdistusta, jännitystä, aggressiota, iloa, mielihyvää sekä toiveitaan. Tunteiden käsittely leikissä parantaa lapsen kykyä hallita tunteitaan. (Nurmiranta ym. 2009, 59.)

## 2.4 Sosiaaliset taidot

Sosiaalisilla taidoilla tarkoitetaan niitä valmiuksia, joilla lapsi pystyy arkipäivän tilanteissa ratkaisemaan ongelmia ja saavuttamaan päämääriään sellaisilla tavoilla, jotka johtavat positiivisiin seuraamuksiin sosiaalisissa tilanteissa. Esimerkiksi johtaa siihen, että lapsi pääsee mukaan leikkiin. Tämä vaatii lapselta empatiakykyä eli taitoa tehdä havaintoja toisten tunteista, ajatuksista ja aikomuksista sekä ennakoida ja arvioida oman toimintansa seuraamuksia. Tärkeä taito on myös lapsen kyky ymmärtää omia tunteitaan ja ilmaista niitä tilanteeseen sopivalla tavalla. Se, miten hyvin lapsi tässä onnistuu, on yhteydessä kognitiivisiin taitoihin, minäkuvaan ja asemaan ryhmässä. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2006, 54.)

Sosiaalisten taitojen heikkous on monien tutkimusten mukaan yhteydessä kielteiseen emotionaalisuuteen ja käyttäytymisen säätelyn vähäisyyteen (Pulkkinen 2002, 70). Lapsilla, jotka osoittavat pääosin kielteisiä tunteita, kuten loukkaantumista, surullisuutta ja vihaisuutta, on vajavaisesti sosiaalisten tilanteiden tietoa ja heikot auttamistaidot. Lapsi, joka tuntee usein vihaa, jättää muita lapsia useammin toisten lasten tunneilmaisut huomioimatta. Lapset, jotka osoittavat enemmän myönteisiä tunteita, auttavat toista herkemmin ja ymmärtävät omia ja toisten tunteita paremmin. (Paaso 2008, 151.)

Lapsen sosiaaliset suhteet muuttuvat ja laajenevat iän myötä. Lapsen varhaiset vuorovaikutustilanteet ja kiintymyssuhteet ovat perusta lapsen tuleville ihmissuhteille. Sosiaalinen kehitys on tiiviissä yhteydessä lapsen kielen, ajattelun ja motoristen taitojen kehittymiseen (Nurmiranta ym. 2009, 57). Lapsen sosiaalistuminen vaatii pitkäjäntei-

syyttä, toisten huomioon ottamista ja rajojen oppimista. Pitkäjänteisyys ilmenee esimerkiksi niin, että lapsi kykenee lykkäämään sellaista asiaa, mikä tuottaisi välittömän tyydytyksen, kuten makeisten syöntiä tai lelun saamista. Pitkäjänteisyys voi ilmetä myös omien aggressioiden hallintana. Toisten huomioon ottaminen on 3 – 4-vuotiaalle usein vielä haasteellista egosentrisyyden vuoksi. Esimerkiksi vuoron odottaminen liikuntatuokiolla voi olla mahdottomuus. Empatian, eli myötäelämisen kyvyn kehittyminen, auttaa lasta ymmärtämään toisten tunteita ja luopumaan egosentrisyydestään. (Nurmiranta ym. 2009, 45.) Tällainen tunnetaito on tärkeä edellytys lapsen kykyyn muodostaa toimivia ihmissuhteita.

3 – 4-vuotiaan tärkeä kehitystehtävä on ymmärtää ja hyväksyä ne rajat, jotka ympäröivä yhteisö asettaa hänelle. Lapsen itsehillinnän ja empatian kehittyminen auttavat lasta ymmärtämään, että yhteisön asettamiin rajoihin sopeutuminen on lapselle hyödyksi. 3 – 4-vuotiaana lapselle alkaa olla tärkeää, että hän saa itse valita omat kaverinsa ja että nämä kaverit olisivat suhteellisen pysyviä. Vuorovaikutuksen painopiste on siirtynyt aikuisesta toisten lasten hyväksynnän ja huomion etsimiseen. 3 – 4-vuotiaana lapsi oppii monia sosiaalisia taitoja, kuten kuuntelemaan toista, puhumaan vuorotellen ja ilmaisemaan itseään paremmin. 3 – 4-vuotias tarvitsee kuitenkin vielä paljon aikuisen tukea vuorovaikutustilanteissa. 3 – 4-vuotias lapsi tarvitsee runsaasti positiivisia kokemuksia vuorovaikutuksesta aikuisen kanssa. Se auttaa lapsen minäkuvan ja itseluottamuksen kehityksessä. (Kauppila 2005, 134.) Vanhemmilla ja perheen vuorovaikutusmalleilla on keskeinen merkitys sosioemotionaalisten taitojen omaksumisessa.

3 – 4-vuotias harjoittelee sosiaalisen toiminnan perusvalmiuksia, jotka vakiintuvat vasta lähempänä kouluikää ja koulussa. Lapsi harjoittelee sosiaalista herkkyyttä eli toisten tunteiden huomioonottamista, toisen asemaan asettumista, toisen tarpeiden ja toiveiden näkemistä ja huomioonottamista. Hän alkaa ymmärtää sääntöjä esimerkiksi peleissä ja leikeissä. Lapsi saattaa osata luoda itse joitakin sääntöjä. Lapsi opettelee luomaan kontakteja ja olemaan yhteistyössä. Tämä voi ilmetä yhteyksien solmimisena toisiin leikissä, leikkitovereiden hyväksymisenä, pyytämisenä ja vastaanottamisena, leikkinä ja ongelmanratkaisuna yhdessä, muiden auttamisena sekä tunteiden ilmaisuna ja kertomisena niistä muille. (Zimmer 2001, 28 - 29.)

Lapsi on verbaalisemmassa kanssakäymisessä muiden kanssa kuin aiemmin. Lapsi opettelee sietämään turhautumista ja tämä onnistuu egosentrisyyden hälventyessä.

Lapsi esimerkiksi kestää tappion toisille erilaisissa leikeissä ja peleissä. Lapsi alkaa ymmärtää erilaisuutta ja suvaitsevaisuus kehittyy. Hän saattaa osata integroida heikompia leikkiin. (Zimmer 2001, 28 - 29.) Voidaan puhua prososiaalisesta lapsesta, jos hän käyttäytyy sulavasti sosiaalisissa tilanteissa sekä suoriutuu riittävästi sosiaalisissa ongelmatilanteissa. Prososiaalinen lapsi on auttavainen ja empaattinen. (Leppänen 2001, 431.)

Moni neljävuotias tietää, miten normaaleissa arkielämän tilanteissa tulee käyttäytyä. Hän tietää, miten ruokapöydässä, kylässä ja esimerkiksi erilaisissa kerhoissa on soveliasta käyttäytyä. Neljävuotiaallakin on edelleen opettelemista tunteidensa hallitsemisessa, joten hän ei välttämättä jaksa säädellä tunteitaan riittävästi koko kyläreissun ajan. Neljävuotias osaa jo melko hyvin toimia ristiriitatilanteissa, mutta aikuisen apu on edelleen tärkeä. (Nurmiranta ym. 2009, 57.) Neljävuotiaasta sanotaan usein, että hän osaa toimia ryhmässä ja noudattaa sen sääntöjä sekä kuunnella muita. Kolmevuotiaalle tämä saattaa olla haasteellisempaa, koska oma tunne ja kokemus ovat muita tärkeämpiä. Kolmevuotias riitaantuu tästä syystä toisten lasten kanssa neljävuotiasta helpommin. (Alijoki 1998, 65 - 67.)

3 – 4-vuotiaalle on tärkeää, että hän luo toverisuhteita. Vertaisryhmä pääsee kehittämään hänen sosiaalisia taitojaan ja persoonallisuuttaan. 3 – 4-vuotiaat ajautuvat usein riitatilanteisiin ja erityisesti ongelmanratkaisutaidot kehittyvät näissä tilanteissa. Lapsen suotuisan kehityksen edellytyksenä voidaan pitää vuorovaikutussuhteita samanikäisiin lapsiin. (Leppänen 2001, 429.) Neljävuotias osaa jo käyttää ystävä-sanaa. Ystävyyden laatu on monesti vielä toveriluontoista, koska leikkikaverit saattavat vaihtua useinkin. Leikkitoiminta on lapsen toverisuhteille olennaista. Tässä iässä leikkitoverin sukupuolella ei ole vielä suurta merkitystä. Kolme- ja neljävuotiailla on myös taito kehittää itselleen mielikuvitusystävä, jos oikeita ystäväkontakteja on vähän. (Nurmiranta ym. 2009, 58 - 59.)

Kolmevuotiaana lapsi alkaa siirtyä rinnakkaisleikistä yhteisleikkiin. Erilaisissa leikeissä alkaa syntyä sosiaaliselle kehitykselle merkityksellistä yhteistoimintaa. Neljävuotiaana mukaan tulee rooli- ja mielikuvitusleikkejä. (Alijoki 1998, 65 - 66.) Neljävuotiaana lapsi pystyy pidempään vuorovaikutussuhteeseen ja yhteistyömuotoinen leikki onnistuu. Neljävuotias osaa jakaa rooleja ja toteuttaa leikin, jossa on todellista vuorovaikutusta lasten kesken. Roolileikissä lapsen on helppo harjoitella roolissaan erilaisia

sosiaalisia suhtautumistapoja toisiin ihmisiin ja ympäröivään todellisuuteen. (Nurmiranta ym. 2009, 61.) Neljävuotiaat saattavat olla kolmevuotiaita vastavuoroisempia ja he ottavat paremmin toiset huomioon. Neljävuotias alkaa osata kehua toisia, jakaa tavaroita, suostua toisen pyyntöihin ja osoittaa myötätuntoa. Lapsi alkaa osata ottaa yhteisvastuuta. (Nurmiranta ym. 2009, 57.)

Kuudenteen ikävuoteen mennessä lapsi alkaa olla saavuttanut melko hyvän tason sosioemotionaalisisissa taidoissa. Silloin hän kykenee peilaamaan omaa toimintaansa toisten näkökulmasta ja ennakoimaan toisten reaktion omaan toimintaansa. Kuuden vuoden iässä lapsi pystyy aavistamaan toisten reaktiot ja tunteet sekä sopeuttamaan oman käyttäytymisensä niihin. (Zimmer 2001, 29.) Esikouluikä lähestyttäessä lapsi pystyy vastavuoroiseen kanssakäymiseen, kuten ottamaan huomioon toisten ehdotuksia ja mielipiteitä, vastaamaan niihin, muuttamaan käyttäytymistään pyydetyllä tavalla, jakamaan tavaroita toisten kanssa sekä odottamaan vuoroaan (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2006, 55). 3 – 4-vuotias lapsi ei vielä kykene näin taitavaan sosioemotionaaliseen käytökseen.

## 2.5 Liikunnan yhteys 3 – 4-vuotiaan lapsen sosioemotionaalisiin taitoihin

3 – 4-vuotias lapsi on hyvin aktiivinen liikkuja. Hänen ikäiselleen sopivat hyvin liikuntalajeiksi esimerkiksi jumppa, uinti, pyöräily, pallopelit, tanssi, luistelun harjoittelu, lumileikit, hiihto, mailapelit tai paini. 3 – 4-vuotias tykkää käyttää erilaisia välineitä, kuten palloja tai hernepusseja. Lapsi nauttii ja oppii erilaisista seikkailuleikeistä ja temppuradoista. 3 – 4-vuotias osaa useimmiten hyvin perusliikkeet, kuten vuorotahtiin kävelyn portaissa, pallon heittämisen ja kiinniottamisen, sekä hän voi oppia pyöräilemään ilman apupyöriä. Tässä ikävaiheessa liikuntatuokioiden olisi hyvä painottaa perusliikkeitä, jotta ne vahvistuvat entisestään. Tuokioilla olisi suotavaa lasten taitotason mukaan harjoitella jo joitain erityistaitoja. (Autio & Kaski 2005, 24 - 25.)

3 – 4-vuotiaat harrastavat usein erilaisia liikunnallisia leikkejä. Esimerkiksi tenavajumppa rakentuu juuri liikunnallisten leikkien ympärille. Liikunnallisiin leikkeihin sisältyy tilanteita, joissa lapsilta vaaditaan kanssakäymistä leikkitovereiden kanssa, konfliktien selvittämistä, roolien omaksumista, pelisäännöistä sopimista ja niiden hyväksymistä. Nämä leikeissä esiintyvät konkreettiset ongelmat ovat usein lähtökohtana sosiaalisen käyttäytymisen perussääntöjen harjoittelukselle. (Zimmer 2001, 28 - 29.)

Liikunnallisissa leikeissä lapsi oppii myös kuuntelemisen taitoja, pettymysten sietoa ja yhteistyötaitoja. Kaikki nämä ovat tärkeitä sosioemotionaaliseen kehitykselle.

Lapsen sosioemotionaaliseen kehitykselle on merkityksellistä, että hän oppii ratkaisemaan ristiriitoja. Liikuntatuokioilla syntyy aitoja tilanteita, joissa tarvitaan ongelmanratkaisutaitoja. Tunnetaidot kehittyvät liikuntatilanteissa, joissa lapsi joutuu ottamaan huomioon toiminnassaan muut lapset. Tällaisia tilanteita ovat ne, joissa lapsi joutuu odottamaan vuoroa, käyttämään yhteisiä välineitä, auttamaan toisia sekä noudattamaan sääntöjä. Sääntöjen noudattaminen riippuu usein kuitenkin siitä onko tilanne valvottu. (Autio & Kaski 2005, 24.) Liikuntaleikit opettavat lasta oppimaan tunteiden ilmaisua ilmein, elein ja liikkein. Lapsi oppii tiedostamaan, miten ja millaisissa tilanteissa tunteita on soveliaista tuoda esille. (Hietala & Tolonen 2006, 21.)

Liikunta edistää tunnetaitoja, jos se tuo mukanaan onnistumisia ja pettymyksiä. Pettymysten tunteiden läpikäyminen hyväksyvässä ja turvallisessa ilmapiirissä edistää tunnetaitojen kehittymistä. Liikuntatuokiolla tulisi olla tilanteita, jotka mahdollistavat toisen auttamista. Liikunnanohjaajan tulee auttaa lasta tunnistamaan ja käsittelemään tunteita. Tunnetaitoja kehittäville liikuntatuokioilla olisi hyvä käydä keskustelua auttamisesta ja sen merkityksestä. Lapselta olisi hedelmällistä kysyä, mitä hän kokee ja mitä tunteita hänessä herää, kun hän saa auttaa toista tai kun häntä autetaan. Lasta tulee kannustaa ottamaan vastuuta toisten huolehtimisesta. Lasta voidaan esimerkiksi kehottaa katsomaan onko toverilla palloa. (Autio & Kaski 2005, 38.)

Liikunnalliset leikit toisten lasten kanssa ovat hyvä ympäristö sosioemotionaalisten taitojen oppimiselle. On havaittu, että lapset tarvitsevat lapsia kasvaakseen sosiaaliseen yhteisöön. Varsinkin eri-ikäisistä muodostuvat ryhmät tarjoavat mahdollisuuden auttaa toinen toistaan, oppia toinen toiseltaan ja sopeutua nuorempien ja vanhempien kykyihin. (Zimmer 2001, 28.) Lasten sanotaan oppivan sosiaalista kanssakäymistä toisiaan matkimalla eli mallioppimalla. Tutkimukset osoittavat, että liikunnan harrastaminen on yhteydessä ystävyysuhteiden ylläpitämiseen ja parantamiseen. Liikuntaa harrastavilla on enemmän ystäviä, ja he ovat auttavaisempia kuin harrastamattomat. (Hietala & Tolonen 2006, 24.)

On tiedostettava, että liikunnalliset leikit käynnistävät aina sosiaalisia oppimisprosesseja. Ne eivät kuitenkaan aina johda lapsen suotuisaan sosioemotionaaliseen kehitykseen, kuten toisten huomioonottamiseen ja suvaitsevaisuuteen. (Zimmer 2001, 31.)

Joskus liikunnallinen tilanne on esimerkiksi liian kilpailuhenkinen ja tällöin lapsi ei välttämättä kykene käyttäytymään muut huomioiden. Sosioemotionaalisten taitojen suotuisa kehitys riippuu siitä, kuinka hyvin liikunnallinen leikki on suunniteltu eli kuinka paljon esimerkiksi kilpailua lasten tuokioissa korostetaan. Hyvin suunniteltu ja järjestetty tunnetaitoja kehittävä liikunta edistää empaattisuutta, toisten huomioonotamista ja auttamishalukkuutta. Tunnetaitojen kehittymiselle harjoitteiden sisällöllä ei ole niin suurta merkitystä kuin toteuttamistavalla. Aikuisen ja lapsen keskinäinen vuorovaikutus, lasten keskinäiset suhteet sekä yhteistyö ovat merkityksellisiä toimintaa toteuttaessa. (Hietala & Tolonen 2006, 22.) Sosioemotionaaliset taidot kehittyvät toki myös strukturoimattomissa liikuntaleikeissä, jotka voivat olla lasten itse kehittelemiä.

Monet liikuntaa ohjaavat kasvattajat pitävät liikunnan sosiaalista kehitystä tukevia vaikutuksia itsestään selvinä. Niitä ei välttämättä korosteta, koska ajatellaan, että sosiaalisen kehityksen tukeminen ja emotionaalisen alueen kehittyminen ovat sisäänrakennettuina liikunnan toteutuksessa. (Pulli 2001, 24.) Liikunnan positiiviset vaikutukset lapsen sosiaaliselle kehitykselle riippuvat siitä, kuinka vuorovaikutustilanne on järjestetty ja kuinka lapsi kokee tilanteen. Liikunta on aktiivista toimintaa, joka mahdollistaa tiiviiden ja aitojen vuorovaikutussuhteiden syntyä ja todellisia yhteistyötilanteita. Sosioemotionaalinen kehitys mahdollistuu, jos lapsi kokee toiminnan mielisiksi ja tuntee olonsa fyysisesti ja psyykkisesti turvalliseksi. Liikunta tarjoaa hyvin usein positiivisia elämyksiä. Nämä elämykset voivat olla onnistumisen, jännityksen sekä yhdessä olemisen tunteita. (Hietala & Tolonen 2006, 20 - 21.)

3-4-vuotiaalle lapselle olisi suotavaa osallistua johonkin liikunnalliseen toimintaan, koska ikävaihe on hyvin otollinen sosioemotionaalisten taitojen kehittymisessä. Liikunnallinen toiminta edistää ja vauhdittaa lapsen sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen kehittymistä. (Autio & Kaski 2005, 38; Hietala & Tolonen 2006; Jukka & Moilanen 2010; Niskanen & Pesonen 2010; Piirainen & Suutari 2009; Takala, Kokkonen & Liukkonen 2009.)

## 2.6 Aiempia tutkimuksia liikunnan yhteydestä sosioemotionaalisiin taitoihin

Leikki-ikäisten lasten sosioemotionaalisia taitoja on tutkittu jonkin verran eri ympäristöissä ja eri näkökulmista. Myös liikunnan yhteyksistä lasten sosioemotionaalisiin taitoihin on tehty tutkimuksia.



Takala, Kokkonen ja Liukkonen (2009) tutkivat 3 – 4-vuotiaiden päiväkotilasten liikuntatuokioiden aikana ilmeneviä sosioemotionaalisia taitoja ja niissä kahdeksan kuukauden intervention aikana tapahtuneita muutoksia siihen tarkoitukseen kehitetyn havainnointilomakkeen avulla. Tutkimuksen kohteena olleet sosioemotionaaliset taidot olivat kuuntelu, kontaktin ottaminen toiseen, yhteistyö pari- ja ryhmätehtävissä, auttaminen ja vuoron odottaminen. Tutkimuksessa käytettiin koe- ja kontrolliryhmää.

Päiväkodin lastentarhanopettajat arvioivat koeryhmän lapsia havainnointilomakkeen avulla tutkimuksen alussa sekä kuusi kuukautta myöhemmin. Kontrolliryhmässä loppumittaus oli kahdeksan kuukauden jälkeen. Sosioemotionaaliset taidot paranivat molemmilla ryhmillä tilastollisesti merkitsevästi. Koe- ja kontrolliryhmä sekä tytöt ja pojat eivät eronneet toisistaan merkittävästi. Tutkimuksen tuloksena syntyi lasten sosioemotionaalisten taitojen arviointiin käytettävä havainnointilomake. Tutkimus osoittaa sen, että liikuntatuokioihin tulisi kiinnittää huomiota yhä enemmän myös sosioemotionaalisten taitojen oppimisympäristönä eikä vaan motoristen taitojen.

Sanna Hietala ja Susanna Tolonen ovat vuonna 2006 julkaisseet kasvatustieteen pro gradu -tutkielman nimeltä ”Tunnetaitojen kehittäminen esiopetuksessa liikunnan avulla”. Tutkielmassa tutkittiin esikouluikäisten lasten tunnetaitojen hallitsemista ja sitä voidaanko liikunnan avulla kehittää tunnetaitoja. Tutkimuksessa selvitettiin myös lastentarhanopettajien ja tutkijoiden kokemuksia sekä arvioita tutkimuksessa käytetyn liikuntakasvatusohjelman toteutuksesta. Tutkimuksessa tunnetaidoilla tarkoitetaan lapsen itsetuntemusta, emotionaalisia taitoja, vuorovaikutustaitoja sekä itsehallintaa.

Hietala ja Tolonen toteavat, että liikunta tarjoaa monipuolisia ja aitoja tilanteita tunnetaitojen kehittämiseen. Liikunnan käyttö tunnetaitokasvatuksessa on perusteltua. Tutkimus on laadullinen, jossa yhdistellään toiminta- ja tapaustutkimuksen ominaisuuksia. Empiirinen osa oli kahdeksan viikon mittainen liikuntakasvatusohjelma. Tutkimuksessa käytettiin koe- ja kontrolliryhmiä kajaanilaisista päiväkodeista. Koeryhmässä toteutettiin liikuntakasvatusohjelma ja kontrolliryhmässä vain alku- ja loppumittaukset. Koeryhmässä oli lapsia 14 ja kontrolliryhmässä 18. Havainnoinnin kohteeksi valittiin satunnaisotannalla neljä lasta. Tutkimus osoittaa, että koeryhmän lapsilla tapahtui enemmän kehitystä tunnetaidoissa kuin kontrolliryhmän lapsilla. Vuorovaikutustaidot kehittivät runsaimmin. Tutkimustulosten perusteella voi todeta, että oikein

toteutetulla liikuntakasvatusohjelmalla voidaan kehittää esikouluikäisten lasten tunnetaitoja.

Silja Mäkelä on tehnyt vuonna 2010 pro gradu -tutkielman, nimeltä ”Iltapäiväkerholaisten sosioemotionaalisten taitojen ilmeneminen liikuntatuokioilla”. Tutkimuksen tarkoituksena oli analysoida seitsemänvuotiaiden lasten sosioemotionaalisia taitoja ja niiden ilmenemistä liikuntatuokioilla. Taidoista tutkittiin tyttöjen ja poikien välisiä eroja, iän yhteyttä sosioemotionaalisiin taitoihin sekä vanhempien ja ohjaajan havaintojen välisiä eroja.

Mäkelä testasi Takalan, Kokkosen ja Liukkosen tutkimuksessa mainitun havainnointilomakkeen toimivuutta. Tutkittavana oli 42 helsinkiläistä iltapäiväkerholaista. Tutkimuksessa käytettiin tilastollisia menetelmiä aineiston käsittelyyn. Esimerkiksi iän yhteyttä sosioemotionaalisiin taitoihin tutkittiin korrelaatiokertoimen ja varianssianalyysin avulla. Tutkimuksessa selvisi, että tyttöjen ja poikien sosioemotionaaliset taidot eroavat toisistaan enemmän yleisessä tilanteessa kuin liikuntatuokiolla. Liikuntatilanteissa jotkut sosioemotionaaliset taidot arvioitiin huonommiksi kuin yleisessä tilanteessa. Iän yhteyttä sosioemotionaalisiin taitoihin ei ilmennyt. Tähän voi olla syynä pieni aineisto ja ikäerojen pienuus. Lapsen sosioemotionaalisten taitojen havainnointilomake todettiin luotettavaksi.

Anu Piirainen ja Jenni Suutari ovat tehneet vuonna 2009 opinnäytetyön nimeltä ”Sosioemotionaalisten taitojen kehittäminen liikunnan avulla päiväkodin 4 – 6-vuotiaiden lasten integroidussa erityisryhmässä”. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää lasten sosioemotionaalisten taitojen kehittymistä liikuntainterventioiden aikana. Tutkimuksessa keskityttiin tutkimaan vuoron odottamista, tappion kestämistä, kuuntelua, auttamista, yhteistyön tekemistä ja kontaktin ottoa aikuisiin ja lapsiin. Lisäksi tutkittiin liikuntatuokioiden ilmapiiriä. Interventio kesti kymmenen viikkoa. Tulokset osoittavat, että lasten sosioemotionaaliset taidot paranivat kuuntelun, yhteistyön tekemisen ja auttamisen osalta, mutta heikkenivät vuoron odottamisessa ja tappion sietämisessä. Kontaktin ottaminen pysyi samana koko tutkimuksen ajan. Huomioitavaa on, että 91,7 %:lla lapsista sosioemotionaaliset taidot paranivat vähintään yhdellä osa-alueella. Tulokset osoittavat, että liikunnalla voidaan kehittää lasten sosioemotionaalisia taitoja. Tuloksia ei voida kuitenkaan yleistää pienen otannan vuoksi. Tutkimus osoittaa, että

ilmapiirin tulee olla innostava, mielenkiintoinen ja tuokioiden monipuolisia ja turvallisia.

Maiju Jukka ja Mikko Moilanen ovat vuonna 2010 julkaisseet opinnäytetyön nimeltä ”Me kaikki voitetaan yhdessä” – Mitalijahti-peli varhaiskasvatuksen liikunnan apuvälineenä. Opinnäytetyön aiheena on 3 – 5-vuotiaan lapsen kehityksen tukeminen Mitalijahti liikuntapelin avulla. Mitalijahti soveltuu pieniin tiloihin ja sillä voidaan tukea lapsen kokonaisvaltaista kehitystä. Peli on suunniteltu yhdessä kasvatusalan ammattilaisten kanssa. Pelissä tehdään erilaisia liikuntatehtäviä ja pohditaan liikunnan merkitystä. Pelin tavoitteenaan tukevan lasten yhteisöllisyyttä ja motivaatiota liikkua. Opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, ja siinä käytettiin havainnointia sekä teemahaastattelua selvittämään, miten lapsen motorista, kognitiivista ja sosioemotionaalista kehitystä voidaan tukea pelin avulla. Lisäksi opinnäytetyöllä haluttiin selvittää, miten peliä voidaan kehittää paremmaksi vastaamaan varhaiskasvatuksen tarpeisiin. Tutkimuksen tuloksena selvisi, että peli tukee lapsen motorista, kognitiivista ja sosioemotionaalista kehitystä. Tutkimusaineistosta nousi esille, että yhteisöllisiä pelejä tarvitaan. Mitalijahti-pelin huomattiin tukevan yhteisöllisyyden kasvua.

Emmi Niskanen ja Hanne Pesonen ovat vuonna 2010 tehneet toiminnallisen kehittämistyön nimeltä ”Tunteet liikkuvissa koloissa -kansio. Liikuntaleikkejä Puistolan päiväkodin esikoululaisten tunnetaitojen tukemiseksi.” Työn tarkoituksena on vastata Puistolan päiväkodin kasvatushenkilökunnan tarpeeseen tukea esikoululaisten tunnetaitojen kehittymistä. Päiväkotitoivoi myös pieneen tilaan sopivia uusia liikunnallisia leikkejä kehitettäväksi. Työn tavoitteena oli luoda liikunnallisten leikkien kansio, jonka avulla päiväkodin henkilökunta kykenee paremmin tukemaan esikoululaisten sosioemotionaalista ja motorista kehitystä. Kehittämistyöntekijät olivat havainneet, että aiemmissa tutkimuksissa oli havaittu liikunnalla olevan myönteistä vaikutusta lapsen tunnetaitojen kehitykseen. Eri tunteet näkyvät kehon asennoissa sekä fyysisessä olemuksessa. Kehittämistyö noudattaa toimintatutkimuksen syklistä rakennetta. Kansio sisältää yhdeksän tuokiota ja niitä kaikkia kokeiltiin Puistolan päiväkodissa arvotussa 15 lapsen ryhmässä. Päiväkodin henkilökunta testasi kansiota kaksi viikkoa ja heidän palautteensa kautta kansiota kehitettiin entisestään. Kansiossa on kolme teemaa, joita ovat luottamus, tunteiden ilmaisu ja tunteiden tulkinta. Tuokiot sisältävät teemojen mukaisia liikuntaleikkejä.

### 3 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

#### 3.1 Opinnäytetyön tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tavoitteena on selvittää 3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemotionaalisten taitojen kehittymistä tenavajumpassa.

1. Kehittyvätkö 3 – 4-vuotiaan lapsen sosioemotionaaliset taidot tenavajumpassa?

- Tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen kehitys
- Tunteiden ilmaisun kehitys
- Tunteiden säätelyn kehitys
- Sosiaalisten taitojen kehitys

2. Miten lapset arvioivat sosioemotionaalisia taitojaan?

#### 3.2 Tutkimushenkilöt

Tutkimuksessa havainnoitiin kuutta 3 – 4-vuotiasta tenavajumpparyhmään osallistunutta lasta. Tenavajumpparyhmässä kävi tutkimukseni aikana keskimäärin seitsemän lasta. Lähes joka kerta oli seitsemän lasta paikalla, mutta kokoonpanoissa oli hieman vaihtuvuutta. Tutkittavistani kaksi oli tutkimushetkellä kolmevuotiaita ja loput neljävuotiaita. Yksi havainnoitavista oli poika ja muut tyttöjä. En saanut lapsista saman verran havaintoja, koska kaikki eivät olleet joka kerta paikalla. Olen nimennyt tutkimushenkilöt Muumilaakson tarinoiden mukaan. Tutkittavat henkilöt ovat Muumipeikko, Niiskuneiti, Pikku-Myy, Muumimamma, Mymmeli ja Aliisa. Muumipeikko, Niiskuneiti ja Pikku-Myy olivat paikalla kahdeksan kertaa, Muumimamma seitsemän kertaa ja Mymmeli ja Aliisa kuusi kertaa. Niiskuneiti, Pikku-Myy ja Aliisa olivat ainoat, jotka osallistuivat viimeiselle havainnointikerralle kuukauden tauon jälkeen.

#### 3.3 Tenavajumpan kuvaus

Tenavajumppa on Sysmän voimistelijat ry:n järjestämä jumppa 3 – 4-vuotiaille lapsille. Sysmän voimistelijat ry on Suomen Voimisteluliiton alainen seura. Tenavajumppa

järjestetään joka tiistai syksystä kevääseen neljänkymmenenviiden minuutin ajan. Syys- ja kevätkausi huipentuvat näytökseen, jossa seuran jokainen jumppa- ja tanssiryhmä esittävät yleisölle taitojaan kuvastavan ohjelmanumeron. Tenavajumppa pyrkii tukemaan lapsen liikunnallista kehitystä ja tuottamaan lapselle liikunnan iloa yhdessä muiden lasten kanssa. Tenavajumpassa on erilaisia lapsen liikunnallista kehitystä tukevia sisältöjä, kuten tutustumista eri välineisiin, mielikuvaliikuntaa, temppuילua jne. Musiikki ja leikki ovat suuressa roolissa jokaisella kerralla.

Tenavajumppa alkaa aina nimenhuudolla ja alkuleikillä, sen jälkeen on jokin päätoiminta, kuten esimerkiksi palloilu tai temppurata, jonka jälkeen vielä leikitään ja lausutaan loppuloru. Jokainen lapsi saa henkilökohtaiseen jumppakorttiinsa joka kerran päätteeksi tarran merkiksi osallistumisestaan jumppaan. Loppukaudesta harjoitellaan ryhmän ohjelmanumeroa näytökseen. Tenavajumpassa on varsinaisen ohjaajan lisäksi mukana apuohjaaja. Apuohjaaja on tärkeä näin pienten lasten kanssa toimiessa. Vastuuohjaaja suunnittelee toiminnan ja ohjelmanumerot joulu- ja kevätinäytökseen. Vastuuohjaaja ohjaa kerrat ja apuohjaaja tukee vastuuohjaajaa tehtävässään. Minun interventioni ajalle olimme yhdessä vastuuohjaajan kanssa suunnitelleet liikuntaohjelman. Liikuntaohjelma on liitteenä 2.

### 3.4 Tutkimusmenetelmät

Opinnäytetyöni on empiirinen tutkimus. Tutkimukseni oli toimintatutkimus, jossa yhdistellään sekä laadullista että määrällistä tutkimusta toiminnallisen osuuden, eli intervention lisäksi. Tässä tutkimuksessa interventiona oli 3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemotionaalisia taitoja kehittävä liikuntaohjelma. Toimintatutkimus voidaan määritellä tutkimukseksi, interventioksi, parempaan pyrkimiseksi ja tutkittavien subjektuluonteen korostamiseksi (Eskola & Suoranta 1999, 129). Se on todellisessa maailmassa tehtävä pienimuotoinen interventio ja kyseisen intervention tutkimista (Metsämuuronen 2000, 28).

Tämä tutkimus käynnistyi minun aloitteestani, koska halusin toimintatutkimukseni tuloksilla korostaa liikunnan yhteyttä 3 – 4-vuotiaan sosioemotionaaliseen kehitykseen. Halusin, että tutkimuksellani on vaikutusta siihen, että kyseisessä tenavajumpparyhmässä pyritään jatkossa suunnittelemaan ja toteuttamaan toiminta myös lapsen sosioemotionaalinen kehitys huomioiden eikä vaan pelkkä motorinen kehitys. Metsämuuronen (2000) kutsuu tällaista tapaa tutkia tekniseksi toimintatutkimukseksi. Teknisessä

toimintatutkimuksessa kehittämisprojekti käynnistyy ensisijaisesti ulkopuolisen henkilön aloitteesta eikä tutkimukseen osallistuvien sisältä (Metsämuuronen 2000, 30).

Toimintatutkimuksessa on luontevaa käyttää sekä laadullisia että määrällisiä menetelmiä (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2006, 37). Kvalitatiivinen, eli laadullinen tutkimus, auttaa ymmärtämään tutkimuskohdetta ja selittämään sen päätösten ja käyttäytymisen syitä. Tyypillisimpiä laadullisia aineistonkeruunmenetelmiä ovat erilaiset haastattelut, kyselyt, havainnointi ja valmiiden aineistojen käyttö. Kvantitatiivinen, eli määrällinen tutkimus, selvittää lukumääriin ja prosenttiosuuksiin liittyviä kysymyksiä. Yleisin aineistonkeruunmenetelmä on standardoitu tutkimuslomake valmiine vastausvaihtoehtoineen. Asioita kuvataan numeeristen suureiden avulla ja tuloksia voidaan havainnollistaa taulukoin ja kuvioin. (Heikkilä 2008, 16 - 17.) Kun yhdistetään kvalitatiivista ja kvantitatiivista tutkimusotetta, on hyvä päättää, kumpi tutkimusotteista on pääasiallinen (Metsämuuronen 2000, 65).

Tässä opinnäytetyössä kvalitatiivinen tutkimusote oli pääroolissa. Keräsin aineistoni laadullisesti toteuttamalla strukturoitua havainnointia. Havainnointi oli strukturoitua, koska se pohjautui valmiiksi laadittuun havainnointilomakkeeseen. Osallistuin toimintaan vain ohjaamalla lasten arviointimenetelmän jokaisen tuokion lopussa. Arviointimenetelmä on esitelty liikuntaohjelmassa (ks. liite 2). Lasten havainnoinnissa tulee ottaa eettinen ulottuvuus huomioon. Aina kun lapsi on alle 12-vuotias, tulee hänen vanhemmiltaan pyytää suostumus lapsen oman suostumuksen lisäksi. Päätösoikeus on lapsella itsellään, joten pelkkä vanhempien lupa ei riitä. Tutkijan on aina varmistettava, että lapsi ymmärtää, mitä tutkimukseen osallistuminen ja päätösoikeus tarkoittavat. (Vilka 2001, 63.) Kerroin lapsille ensimmäisellä havainnointikerralla tarkasti, mikä on läsnäolon tarkoitus ja mitä tulen tekemään. Lapset osoittivat ymmärtävänsä nyökkäämällä, mutta haastavaa on tietää, ymmärsivätkö he aivan varmasti, mistä on kyse.

### 3.5 Havainnointilomakkeen suunnittelu ja kuvaus

Aloitin havainnointilomakkeen suunnittelun keväällä 2011. Suunnittelu lähti käyntiin aihepiiriin tutustumisella. Aluksi luin kirjallisuutta ja tutkimuksia lasten sosioemotionaalisen kehityksestä ja liikunnan yhteydestä siihen. Teoreettinen viitekehys antoi raamit sille, mitä osa-alueita oli tarkoituksenmukaista havainnoida, kun haluttiin tietoa valitsemastani tutkimuskohteesta. Kesällä 2011 löysin Internetistä tässä tutkimuksessa aikaisemmin mainitun, vuonna 2009 julkaistun, Takalan, Kokkosen ja Liukkosen tut-

kimuksen nimeltä ”Päiväkotilasten sosioemotionaalisten taitojen kehittäminen liikuntatuokioiden avulla”.

Hyödynsin Takalan ynnä muiden havainnointilomaketta tuottaessani oman tähän tutkimukseen soveltuvan havainnointilomakkeen. Tämän tutkimuksen havainnointilomake hyödynsi Takalan, Kokkosen ja Liukkosen havainnointilomakkeen joitakin arvioitavia osa-alueita ja niiden selityksiä. Lomakkeen rakenne ja systeemi olivat erilaisia. Rakenne erosi niin, että minä käytin kertakohtaista havainnointilomaketta, jossa olivat kaikkien lasten merkinnät, kun taas Takalalla ynnä muilla oli käytössään jokaiselle lapselle oma kertakohtainen havainnointilomake. Havainnointilomakkeen systeemi erosi niin, että minä merkitsin rastilla ilmenikö arvioitavaa taitoa tunnilla, kun taas Takala ynnä muut käyttivät neliportaista asteikkoa; 1= ei esiinny tuokiolla, 2= ei onnistu vielä, 3= onnistuu vaihtelevasti ja 4= onnistuu.

Havainnointilomakkeen ensimmäinen raakaversio sisälsi enemmänkin Takalan ynnä muiden havainnointilomakkeen arvioitavia osa-alueita, mutta matkan varrella ne ovat vähentyneet. Lopullisesta havainnointilomakkeestani löytyvät ainoastaan vuoron odottaminen, tappion kestäminen, kuunteleminen, auttaminen, yhteistyön tekeminen, kontaktin ottaminen sekä lapseen että aikuiseen, samaistuminen toisen tunteisiin, innokkuus ja sinnikkyys. Päädyin lisäämään uusia osa-alueita, koska halusin lisätä tunnetaitojen painoarvoa havainnointilomakkeessa. Aluksi havainnointilomakkeessa painotettiin enemmän sosiaalisia taitoja arvioivia osa-alueita.

Havainnointilomake valmistui marraskuussa 2011 (liite 1). Koin tärkeäksi, että havainnointilomaketta ja havainnointitaitojani olisi hyvä päästä kokeilemaan ennen varsinaisen intervention alkua. Tein esikokeen harjoittelupaikassani 17.11.2011. Havaitsin esikokeessa, että seitsemän lasta on määrä, jonka pystyn maksimissaan havainnoimaan. Ajatus videoinnin tärkeydestä varmistui havainnointilomakkeen esikokeessa. Totesin esikokeen jälkeen, että havainnointilomake on toimiva. Esikokeen tulosten perusteella muokattiin vain ulkoasua ja joitakin sanamuotoja ennen lopullista muotoa. Esikoe antoi tärkeää tietoa siitä, että jokainen osa-alue ei välttämättä ilmene tuokiolla.

Havainnointilomakkeeni oli kertakohtainen. Pystysarakkeessa on arvioitavat osa-alueet ja vaakasarakkeessa arvioitavat lapset nimettyinä Muumilaakson tarinoiden mukaan. Arvioitavat osa-alueet ovat odottaa vuoroa, kestää tappion, kuuntelee, auttaa, tekee yhteistyötä, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas,

lapsi on sinnikäs, ilmaisee tunteita, tunnistaa tunteita, säätelee tunteita, samaistuu toisen tunteisiin sekä lapsen arvio tunnin sujumisesta.

Havainnointilomakkeeseen merkittiin rastilla lapsen kohdalle arviotavan osa-alueen ilmeneminen tuokion aikana. Jos arvioitava osa-alue ei ilmennyt lapsella tuokiolla, kyseisen taidon osalta lapsen kohdalle ei tullut rastia. Kaikki arvioitavat osa-alueet eivät aina ilmenneet joka tuokiolla liikuntaohjelman kulun takia. Esimerkiksi joku tuokio oli sellainen, että sen ohjelma ei edellyttänyt vuoron odottamista tai tappion kestämistä lainkaan. Tämä huomioitiin havainnointia tehdessä. Lapsen oma arvio tunnin sujumisesta merkittiin kirjoittamalla lapsikohtaiseen ruutuun se väri, minkä luokse lapsi arviointimenetelmässä juoksi.

### 3.6 Havainnoinnin toteutus

Havainnoin lapsia strukturoidun havainnoinnin keinoin. Videoin jokaisen kerran, jotta kykenin tarkistamaan tuokiolla tekemiäni havaintoja jälkepäin. Aloitin havainnoinnin tiistaina 10.1.2012 ja viimeinen havainnointikerta oli tiistaina 3.4.2012. Havainnoin lapsia seitsemän peräkkäistä kertaa, jonka jälkeen oli talviloman aiheuttama kahden viikon tauko ryhmän toiminnassa. Talviloman jälkeen oli yksi havainnointikerta, jonka jälkeen oli kuukauden tauko. Kuukauden tauon jälkeen oli viimeinen havainnointikerta, jonka tarkoituksena oli selvittää, olivatko intervention jälkeen lasten sosioemotionaaliset taidot heikentyneet, pysyneet samana vai kehittyneet. Sain viimeisellä havainnointikerralla tietoa interventioni vaikutuksista.

Jokainen havainnointikerta kulki samalla kaavalla. Jokainen havainnointi kesti koko jumppakerran ajan eli neljäkymmentäviisi minuuttia. Keskityin muuten pelkkään havainnointiin, paitsi ohjaamalla jokaisen kerran lopussa suunnittelemani lasten arviointimenetelmän, joka on kuvattu liitteessä 2. Ennen lasten saapumista jumppaan viritin videokameran paikalleen ja laitoin sen päälle juuri ennen lasten saapumista. Sammutin videokameran vasta lasten poistuttua. Havainnoin aina samassa paikassa istuen ja häiritsemättä jumpan kulkua. Kiinnitin huomiota lähinnä pelkästään havainnointilomakkeessa oleviin osa-alueisiin ja niiden esiintymiseen. Kerran jälkeen kirjoitin ylös itseleni muutakin merkille pantavaa tuokiosta, jos sellaista ilmeni.



### 3.7 Tutkimusaineiston kuvaus

Tutkimusaineistoni koostuu yhdeksästä havainnointilomakkeesta, joita olen käyttänyt jokaisella liikuntatuokiolla. Seuraavaksi kuvaan taulukolla 1 ja hieman sanallisesti tutkimusaineistoani. Taulukosta löytyvät jokaisen tuokion päivämäärä ja kellonaika, tuokion teema ja paikalla olleet lapset. Jokaisen tuokion tarkempi sisältö on Liikuntaohjelmassa (ks. liite 2). Kerron taulukon jälkeen sanallisesti, mitkä arvioitavat osat alueet ilmenivät tuokiolla. Joistakin tuokioista olen kirjoittanut lisähuomioita.

Taulukko 1. Tuokioiden kuvaus

<b>Päivämäärä ja kellonaika</b>	<b>Tuokion teema</b>	<b>Paikalla olleet lapset</b>
<b>10.1.2012 klo 17.15-18.00</b>	Tutustuminen, leikkejä	Muumipeikko, Niiskuneiti, Pikku-Myy, Muumimamma, Mymmeli ja Aliisa=6 lasta
<b>17.1.2012 klo 17.15-18.00</b>	Hernepusit	Muumipeikko, Niiskuneiti ja Mymmeli=3 lasta
<b>24.1.2012 klo 17.15-18.00</b>	Pallot	Muumipeikko, Pikku-Myy ja Muumimamma=3 lasta
<b>31.1.2012 klo 17.15-18.00</b>	Hyppynarut	Muumipeikko, Niiskuneiti, Pikku-Myy, Muumimamma, Mymmeli ja Aliisa=6 lasta
<b>7.2.2012 klo 17.15-18.00</b>	Sanomalehti, kehon keskiviivan ylitys	Muumipeikko, Niiskuneiti, Pikku-Myy, Muumimamma, Mymmeli ja Aliisa=6 lasta
<b>14.2.2012 klo 17.15-18.00</b>	Mielikuvitusmatka	Muumipeikko, Niiskuneiti, Pikku-Myy, Muumimamma, Mymmeli ja Aliisa=6 lasta
<b>21.2.2012 klo 17.15-18.00</b>	Nalle Puhin ja ystävien taitorata	Muumipeikko, Niiskuneiti, Pikku-Myy ja Muumimamma=4 lasta
<b>6.3.2012 klo 17.15-18.00</b>	Leikkivarjo	Muumipeikko, Niiskuneiti, Pikku-Myy, Muumimamma, Mymmeli ja Aliisa=6 lasta

3.4.2012 klo 17.15-18.00	Leikkitunti	Niiskuneiti, Pikku-Myy ja Aliisa=3 lasta
-----------------------------	-------------	---

Ensimmäisellä tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: odottaa vuoroa, kestää tappion, kuuntelee, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita ja säätelee tunteita. Tuokiolla ei ilmennyt osa-alueita: auttaa, tekee yhteistyötä, lapsi on sinnikäs, samaistuu toisen tunteisiin. Tuokion loppupäähän jäi hieman aikaa ja lapset leikkivät ajan kuluksi ”Kommer venkkaa, vemmer konkkaa” -leikkiä sekä ”Kuka pelkää mustaa koira?” -leikkiä ennen arviointimenetelmää. ”Kommer venkkaa, vemmer konkkaa” -leikki on esitelty Liikuntaohjelmassa (liite 2). ”Kuka pelkää mustaa koira?” -leikki on hippaleikki, jossa lapset juoksevat salin päädyistä päätyyn mustan koiran yrittäessä saavuttaa heitä tällä matkalla. Musta koira, eli hippa, huutaa ennen lasten yritystä päästä salin toiseen päähän: ”Kuka pelkää mustaa koira?”.

Toisella tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: odottaa vuoroa, kestää tappion, kuuntelee, auttaa, tekee yhteistyötä, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, lapsi on sinnikäs, ilmaisee tunteita, säätelee tunteita. Tuokiolla ei ilmennyt osa-alueet ”tunnistaa tunteita” ja ”samaistuu toisen tunteisiin”. Tutkimushenkilöitä oli vain kolme paikalla sairauden takia. Tuokion ohjelmaan lisättiin ajan runsauden takia kokeilu, monella heitolla kukakin pääsee salin toisesta päästä toiseen päähän. Hernepusseilla leikittiin ennen arviointimenetelmää myös ”Hiiret karkaa” -leikkiä, joka on esitelty Liikuntaohjelmassa (ks. liite 2).

Kolmannella kerralla lapsia oli jälleen vain kolme paikalla sairastumisten takia. Tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: odottaa vuoroa, kuuntelee, tekee yhteistyötä, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita, säätelee tunteita. Tuokiolla ei ilmennyt osa-alueita: kestää tappion, lapsi on sinnikäs, tunnistaa tunteita, samaistuu toisen tunteisiin. Neljännellä tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: odottaa vuoroa, kuuntelee, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita ja säätelee tunteita. Tuokiolla ei ilmennyt osa-alueita: kestää tappion, auttaa, tekee yhteistyötä, lapsi on sinnikäs, tunnistaa tunteita, samaistuu toisen tunteisiin.

Viidennellä tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: odottaa vuoroa, kestää tappion, kuuntelee, auttaa, tekee yhteistyötä, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita ja säätelee tunteita. Tuokiolla ei ilmennyt sinnikkyyttä, tunteiden tunnistamista eikä samaistumista toisen tunteisiin. Kuudennella tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: odottaa vuoroa, kestää tappion, kuuntelee, auttaa, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita, säätelee tunteita ja samaistuu toisen tunteisiin. Tuokiolla ei ilmennyt yhteistyötä, sinnikkyyttä eikä tunteiden tunnistamista. Tuokion loppuun jäi aikaa ja lapset pääsivät leikkimään ennen arviointimenetelmää ”Kommer venkkaa, vemmer konkkaa”- leikkiä ja ”Popcorn-konetta”. ”Popcorn-kone” on leikki, jossa ohjaaja heittää pallot kerralla korista ympäri salia. Pallot poksuivat salissa, kuin popcornit niitä valmistettaessa. Lasten tulee kerätä popcornit takaisin koriin.

Seitsemännellä tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: kuuntelee, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita, säätelee tunteita ja samaistuu toisen tunteisiin. Tuokiolla ei esiintynyt vuoron odottamista, tappion kestämistä, auttamista, yhteistyötä, sinnikkyyttä eikä tunteiden tunnistamista. Tämän kerän jälkeen oli kahden viikon tauko, koska tenavajumpparyhmä vietti talvilomaa. Kahdeksannella tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet; odottaa vuoroa, kestää tappion, kuuntelee, auttaa, tekee yhteistyötä, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita ja säätelee tunteita. Tuokiolla ei esiintynyt sinnikkyyttä eikä toisen tunteisiin samaistumista. Tämä oli varsinaisen intervention viimeinen tuokio ja havainnointikerta. Kuukauden kuluttua, 3.4.2012, oli havainnointikerta, jonka tarkoituksena oli selvittää intervention vaikutuksia. Viimeinen havainnointikerran tarkoituksena oli antaa tietoa siitä, ovatko tutkittavien sosioemotionaaliset taidot heikentyneet, pysyneet samana vai kehittyneet intervention jälkeisenä aikana.

Yhdeksännellä tuokiolla ilmenivät arvioitavat osa-alueet: odottaa vuoroa, kestää tappion, kuuntelee, tekee yhteistyötä, ottaa kontaktia lapseen, ottaa kontaktia aikuiseen, lapsi on innokas, ilmaisee tunteita, säätelee tunteita. Tuokiolla ei esiintynyt auttamista, sinnikkyyttä, tunteiden tunnistamista eikä samaistumista toisen tunteisiin. On harmillista, että viimeiselle tuokiolle pääsi osallistumaan vain puolet havainnoitavista.

### 3.8 Tutkimusaineiston käsittely

Aloitin aineiston käsittelyn tutkimuksentekovaiheessa litteroimalla. Litterointi on aineiston puhtaaksi kirjoittamista. Jokaisen kerran jälkeen katsoin kuvaamani videon, jotta pystyin vielä tarkistamaan havaintojani. Sen jälkeen kirjoitin havainnointilomakkeen lapsikohtaisesti ja muita yleisiä havaintoja kerrasta sanalliseen muotoon. Tämä helpotti tutkimusaineiston käsittelyä ja analysointia. Jokaisesta lapsesta ja kerrasta syntyi litteroinnin seurauksena hieman tarkempaa tietoa. Kirjoitin usein osa-alueen ilmenemisestä lapsella hieman tarkemmin, koska pelkkä rasti olisi joissain tilanteissa kuvannut liian vähän.

Sovelsin tutkimusaineistoni käsittelyyn sisällönanalyysia. Sisällönanalyysia voidaan käyttää kaikessa laadullisessa tutkimuksessa, mutta myös määrällisessä tutkimuksessa (Tuomi & Sarajärvi 2002, 93). Laadullinen ja määrällinen analyysi voidaan hyvin erottaa toisistaan, mutta niitä voidaan myös soveltaa samassa tutkimuksessa ja saman tutkimusaineiston analysoinnissa (Alasuutari 2011, 32). Sisällönanalyysin vaiheita ovat aineiston rajaus, litterointi tai koodaaminen, luokittelu, teemoittelu tai tyypittely sekä yhteenvedon kirjoittaminen (Tuomi & Sarajärvi 2002, 94). Minun tutkimukseni ilmenivät aineiston rajaus tutkimuskysymysten pohjalta, litterointi ja aineiston kvantifionti luokittelun jatkona.

Luokittelu on sitä, että aineistosta määritellään luokkia ja lasketaan, montako kertaa jokainen luokka esiintyy aineistossa (Tuomi & Sarajärvi 2002, 95). Luokittelu tehtiin jo havainnointilomakkeen tekovaiheessa, koska luokat ovat valmiiksi määriteltynä. Luokkia ovat arvioitavat osa-alueet eli esimerkiksi odottaa vuoroa tai säätelee tunteita. Tutkimusaineiston käsittelyvaiheessa käytin luokittelun jatkona aineiston kvantifiointia. Sisällönanalyysia on todettu voivan jatkaa luokittelun jälkeen kvantifioimalla aineisto. Aineiston kvantifioinnilla tarkoitetaan sitä, että lasketaan, kuinka monta kertaa jokin asia eli esimerkiksi arvioitava osa-alue kullakin lapsella ilmenee. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 117.)

Aineiston kvantifioinnin tuloksena syntyi kaksi taulukkoa, taulukko 2 ja taulukko 3. Taulukko 2 kuvaa tuokiokohtaisia tuloksia ja taulukko 3 lapsikohtaisia tuloksia. Taulukot kuvaavat tuloksia selkeästi, mutta ne myös helpottivat aineiston analysointia. Kuvat 1 ja 2 on tehty havainnollistamaan taulukoita. Taulukot ovat nominaali- eli laatueroasteikollisia. Luokittelu- eli nominaaliasteikollisista muuttujista pystytään sano-

maan, mihin luokkaan ne kuuluvat, mutta luokkia ei voi asettaa mitattavan ominaisuuden mukaan järjestykseen eikä arvoilla voida suorittaa laskutoimituksia. Arvoista voidaan sanoa vain ovatko ne erilaisia vai samanlaisia (Heikkilä 2000, 81.) Toiseen tutkimuskysymykseen vastaan laadullisesti.

#### 4 TUTKIMUSTULOKSET

##### 4.1 Kehittyvätkö 3 – 4-vuotiaan lapsen sosioemotionaaliset taidot tenavajumpassa?

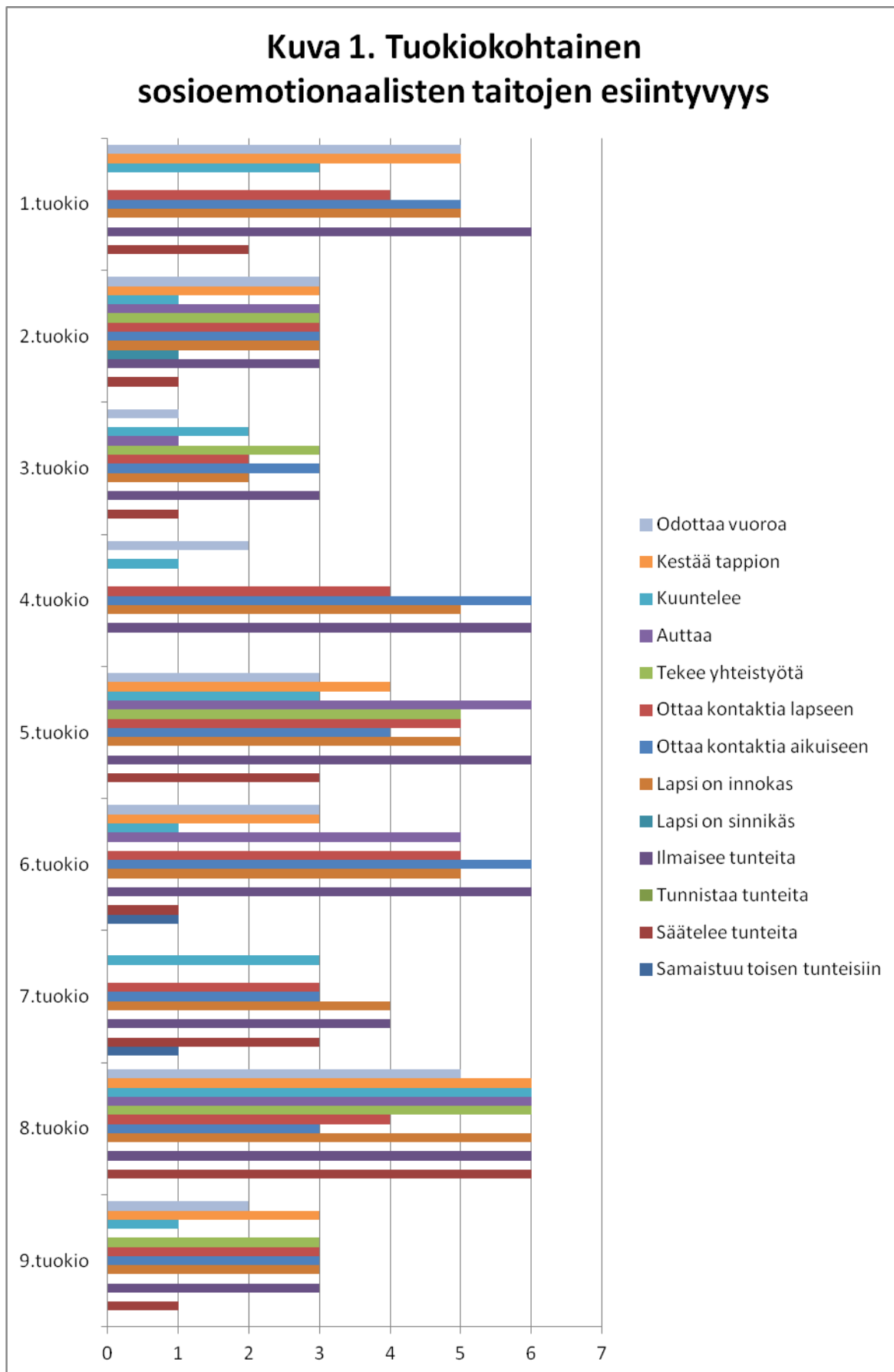
Tutkimuskysymystä vastaavat tulokset esitetään ensin taulukolla ja sen jälkeen havainnollistavammalla kuvaajalla. Taulukko 2 osoittaa tuokiokohtaisesti, mitkä osa-alueet ilmenevät milläkin tuokiolla. Kuva 1 on havainnollistava kuvaaja taulukosta 2. Taulukko 3 osoittaa lapsikohtaisesti sosioemotionaalista taitavuutta tenavajumpassa. Kuva 2 on havainnollistava kuvaaja taulukosta 3.

Taulukko 2 tekee näkyväksi, montako kertaa kullakin tuokiolla arvioitavat osa-alueet ilmenevät. Pystysarakkeessa ovat arvioitavat osa-alueet ja vaakasarakkeessa yhdeksän eri tuokiota.

Taulukko 2. Tuokiokohtainen sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyys

	1. tuokio	2. tuokio	3. tuokio	4. tuokio	5. tuokio	6.tuokio	7. tuokio	8.tuokio	9.tuokio
<b>Odottaa vuoroa</b>	5	3	1	2	3	3	0	5	2
<b>Kestää tappion</b>	5	3	0	0	4	3	0	6	3
<b>Kuuntelee</b>	3	1	2	1	3	1	3	6	1
<b>Auttaa</b>	0	3	1	0	6	5	0	6	0
<b>Tekee yhteistyötä</b>	0	3	3	0	5	0	0	6	3
<b>Ottaa kontaktia lapseen</b>	4	3	2	4	5	5	3	4	3
<b>Ottaa kontaktia aikuiseen</b>	5	3	3	6	4	6	3	3	3

<b>Lapsi on inno- kas</b>	5	3	2	5	5	5	4	6	3
<b>Lapsi on sinni- käs</b>	0	1	0	0	0	0	0	0	0
<b>Ilmaisee tuntei- ta</b>	6	3	3	6	6	6	4	6	3
<b>Tunnistaa tunteita</b>	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Säätelää tuntei- ta</b>	2	1	1	0	3	1	3	6	1
<b>Samaistuu toisen tunteisiin</b>	0	0	0	0	0	1	1	0	0



Kuva 1. Tuokiokohtainen sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyys

Kuvasta 1 voi havaita, mitkä sosioemotionaaliset taidot ilmenivät kullakin tuokiolla. Pystyakselilla kuvataan aikaa eli eri tuokiokertoja. Vaaka-akselilla kuvataan määrää eli sitä, kuinka monta kertaa esimerkiksi ”odottaa vuoroa” ilmeni tuokioilla. Väreillä kuvataan arvioitavia osa-alueita. Kuvasta näkee selkeästi, mitkä osa-alueet eivät ilmenneet tuokioilla. Tähän on monessa kohtaa syynä se, ettei liikuntaohjelma edellyttänyt tätä taitoa. Esimerkiksi ensimmäisellä tuokiolla ei edellytetty auttamista tai yhteistyötä. Jossakin kohtaa oli niin, että kukaan lapsista ei osoittanut taitoa vaikka sitä olisi edellytetty. Esimerkiksi neljännellä tuokiolla kaikki lapsista säätelivät tunteitaan puutteellisesti.

Muutama arvioitava osa-alue oli sellainen, joka ilmeni vain kerran tai kaksi tai ei lainkaan. ”Samaistuu toisen tunteisiin” ilmeni kaksi kertaa, ”lapsi on sinnikäs” kerran ja ”tunnistaa tunteita” ei yhtäkään kertaa. Tämä näkyy kuvasta selkeästi. Kuvasta on havaittavissa, että esimerkiksi kuuntelu, kontaktin ottaminen lapseen ja aikuiseen, innokkuus ja tunteiden ilmaisu ilmenivät jokaisella tuokiolla. Kuvasta pystyy näkemään myös tuokiolle osallistuvien määrän vaihtelut. Muutamilla kerroilla, kuten toisella, kolmannella ja yhdeksännellä tuokiolla, oli vaan esimerkiksi kolme lasta paikalla.

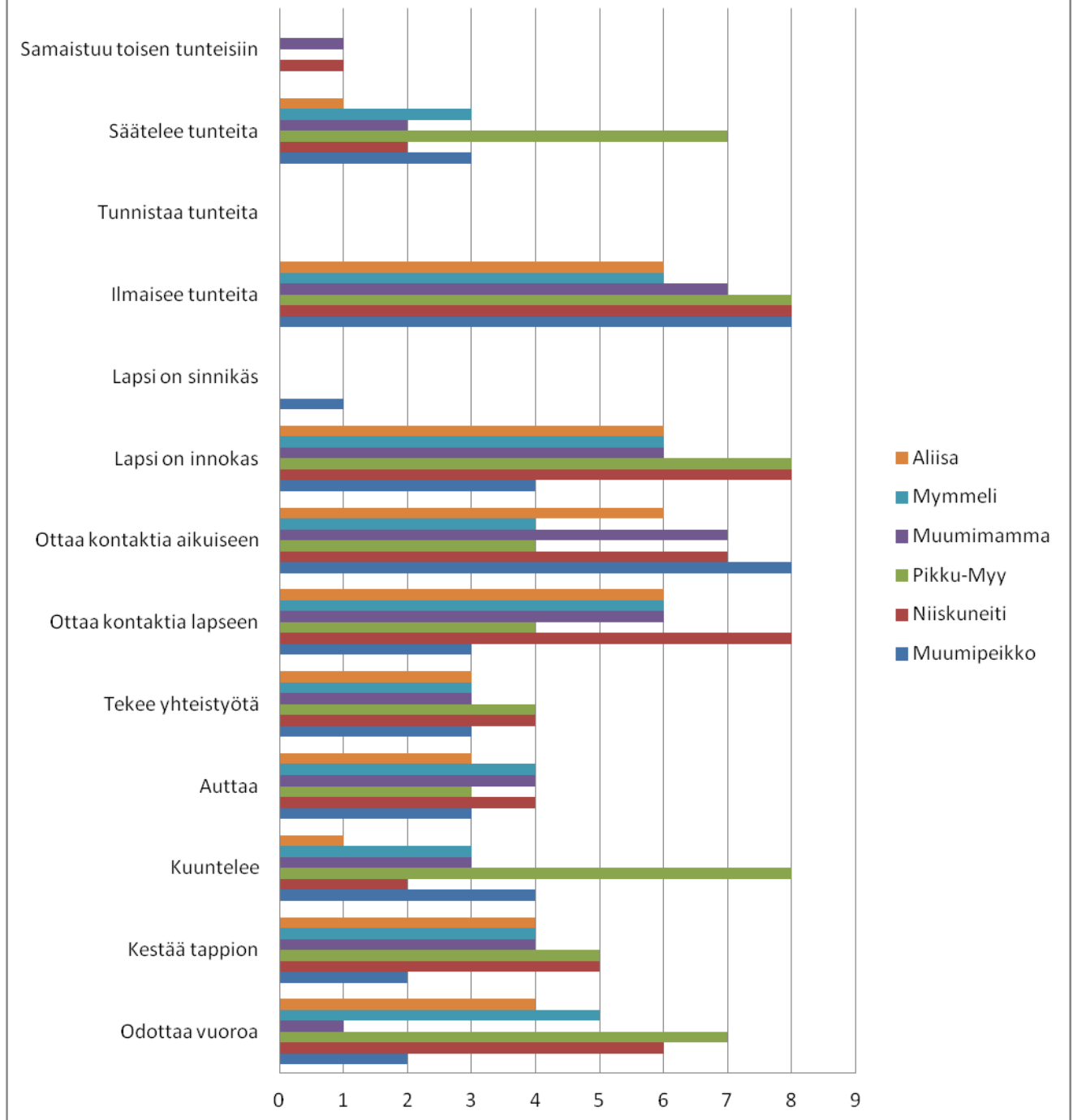
Kuvasta 1 ei ole nähtävissä, että mikään taito kehittyisi yksiselitteisesti ajassa. Monet taidot pysyvät samantasoisina, kun verrataan tapahtumia ensimmäisen ja yhdeksännen tuokion välillä. Sama tilanne on vaikka kiinnitettäisiin pelkästään huomiota kertoihin, joissa oli kaikki kuusi lasta ollut paikalla. Erityinen huomio kannattaa kuitenkin suunnata kahdeksanteen tuokioon, koska sillä kerralla moni lapsi osoitti edistystä sosioemotionaalisisissa taidoissaan. Tätä ei kuitenkaan voida katsoa sosioemotionaalisten taitojen kehittymiseksi tenavajumpassa, koska heti kuukauden päästä esimerkiksi kuuntelu ja tunteiden säätely palasivat samalle tasolle kuin ennen kahdeksatta kertaa tai intervention alussa. Yhdeksännelle tuokiolle, eli intervention vaikutuksia arvioivalle tuokiolle, ei osallistunut kuin vain kolme lasta. Yhdeksännen tuokion perusteella voidaan sanoa, että intervention jälkeen lasten sosioemotionaaliset taidot eivät ole ainaakaan parantuneet vaan pysyneet suhteellisen samantasoisena kuin ennen kuukauden taukoa.



Taulukko 3. Lapsikohtainen sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyys

	Muumi-peikko	Niiskuneiti	Pikku-Myy	Muumi-mamma	Mymmeli	Aliisa
<b>Odottaa vuoroa</b>	2/8	6/8	7/8	1/7	5/6	4/6
<b>Kestää tappion</b>	2/8	5/8	5/8	4/7	4/6	4/6
<b>Kuuntelee</b>	4/8	2/8	8/8	3/7	3/6	1/6
<b>Auttaa</b>	3/8	4/8	3/8	4/7	4/6	3/6
<b>Tekee yhteistyötä</b>	3/8	4/8	4/8	3/7	3/6	3/6
<b>Ottaa kontaktia lapseen</b>	3/8	8/8	4/8	6/7	6/6	6/6
<b>Ottaa kontaktia aikuiseen</b>	8/8	7/8	4/8	7/7	4/6	6/6
<b>Lapsi on innokas</b>	4/8	8/8	8/8	6/7	6/6	6/6
<b>Lapsi on sinnikäs</b>	1/8	0/8	0/8	0/7	0/6	0/6
<b>Ilmaisee tunteita</b>	8/8	8/8	8/8	7/7	6/6	6/6
<b>Tunnistaa tunteita</b>	0/8	0/8	0/8	0/7	0/6	0/6
<b>Säätää tunteita</b>	3/8	2/8	7/8	2/7	3/6	1/6
<b>Samaistuu toisen tunteisiin</b>	0/8	1/8	0/8	1/7	0/6	0/6

## Kuva 2. Lapsikohtainen sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyys



Kuva 2. Lapsikohtainen sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyys

Kuvasta 2 voi havaita lapsikohtaisesti, miten jokainen arvioitava osa-alue ilmeni yhdeksän tuokion aikana. Pystyakselilla on arvioitavat osa-alueet, ja vaaka-akseli kuvaa määrää eli kuinka monta kertaa yhdeksästä tuokiosta arvioitava osa-alue lapsella ilmeni. Värit kuvaavat kutakin havainnoitavaa lasta. Kuvasta näkee ensimmäisenä selkeästi, ettei esimerkiksi arvioitava osa-alue ”tunnistaa tunteita” ilmennyt kertaakaan intervention aikana. Osa-alueet ”samaistuu toisen tunteisiin” ilmeni kerran Niiskuneidillä ja Muumimammalla ja ”lapsi on sinnikäs” kerran Muumipeikolla. Muut osa-alueet ilmenivät yksilöllisesti vaihdellen. Ilmenemiseen vaikuttivat pääasiassa lapsen sosioemotionaaliset taidot, lapsen tuokioille osallistumisen määrä ja pienissä määrin tuokiokohtainen sisältö.

Ensimmäisenä kuvasta 2 kannattaa huomioida Muumipeikon sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyys. Muumipeikko oli kahdeksan kertaa paikalla yhdeksästä tuokiosta. Hän ei kuitenkaan osallistunut kuin neljälle tuokiolle aktiivisesti. Harrastus oli uusi ja lapsi seuraili tuokioita paljon sivusta. Häntä kuitenkin havainnoitiin samalla tavalla kuin muitakin lapsia. Muumipeikko otti esimerkiksi joka kerta aktiivisesti kontaktia aikuiseen, mutta lapseen heikommin. Hän ilmaisi myös tunteita joka kerta. Muumipeikko oli ainoa lapsista, joka ilmaisi sinnikkyyttä toisella tuokiolla. Tämä tapahtui tilanteessa, jossa lapsi jaksoi pitkään yrittää itselleen haastavaa tehtävää ja lopulta onnistuikin siinä.

Seuraavaksi huomio kannattaa kiinnittää Pikku-Myyin sosioemotionaalisiin taitoihin. Hänellä oli ylivoimaisesti kehittyneimmät sosioemotionaaliset taidot. Pikku-Myy oli kahdeksan kertaa paikalla yhdeksästä tuokiosta. Pikku-Myy osoitti jokaisella kerralla innokkuutta, mutta silti esimerkiksi hänen kuuntelutaitonsa ja tunteiden säätelynsä säilyivät. Neljännellä tuokiolla hänelläkin oli hieman puutteita miellyttävien tunteiden säätelyssä, joten sen takia hän ei saanut sillä kerralla rastia. Pikku-Myy erosi muista lapsista erityisesti siinä, että hän otti melko vähän kontaktia sekä aikuiseen että lapseen. Niin tapahtui vain neljällä tuokiolla kahdeksasta.

Muumimammalla ja Aliisalla oli suhteellisen samantasoiset sosioemotionaaliset taidot. Muumimamma oli paikalla seitsemän kertaa yhdeksästä ja Aliisa kuusi. Kuvasta nähtävissä olevat eroavaisuudet heidän välillään johtuvat lähinnä läsnäolojen eroista. Muumimammalla ja Aliisalla oli lapsista eniten ongelmia esimerkiksi kuuntelussa ja tunteiden säätelyssä. He olivat niin innokkaita joka kerta, että itsehallinta ei vielä oi-

kein toiminut. Muumimamma ja Aliisa ottivat erittäin aktiivisesti kontaktia aikuiseen ja muihin lapsiin. Erityisesti he ottivat kontaktia toisiinsa. Muumimamma on toinen lapsista, joka samaistui toisen tunteisiin. Tämä tapahtui tilanteessa, jossa Muumimamma huomasi toisen lapsen janon ja pyysi aikuiselta janoiselle lapselle lupaa juoda.

Kuvasta 2 voi nähdä, että myös Niiskuneidillä ja Mymmelillä oli suhteellisen samantasoiset sosioemotionaaliset taidot keskenään. Niiskuneiti oli paikalla kahdeksan kertaa yhdeksästä ja Mymmeli kuusi. Heidänkin välillään eroavaisuudet ovat muodostuneet lähinnä läsnäolojen eroista. Niiskuneidin ja Mymmelin sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyys ei suuresti poikkea Muumimamman tai Aliisan esiintyvyyksistä. Mymmeli eroaa eniten kontaktin ottamisessa aikuiseen. Hän ei sitä kovin mielellään tehnyt millään kerralla. Niiskuneiti ja Mymmeli ottivat Muumimamman ja Aliisan tapaan erityisesti kontaktia toisiinsa. Niiskuneiti on toinen lapsista, joka samaistui toisen tunteisiin. Tämä tapahtui tilanteessa, jossa yksi jumpparyhmän lapsista itki ja Niiskuneidin suupielet venyivät pitkäksi aikaa alaspäin osoitukseksi toverin tunteiden myötäelämisestä.

#### 4.2 Miten lapset arvioivat sosioemotionaalisia taitojaan?

Toiseen tutkimuskysymykseen saatiin vastaus jokaisen tuokion lopussa ollutta lasten arviointimenetelmää havainnoimalla. Lasten arviointimenetelmä pohjautui maa-meri-laiva-leikin teemaan. Jokaisen tuokion lopussa lapset asettuivat riviin jumppasalin keskikohtaan viivalle. Tämä viiva oli merkitty keltaisella paperilla ja se tarkoitti ”en osaa sanoa”. Salin kahdessa päädyssä oli myös paperilaput. Toisen päädyn viivalla oli punainen ja toisen päädyn viivalla vihreä. Punainen tarkoitti ”huonosti” ja vihreä ”hyvin”. Lapsia ohjeistettiin jokaisella arviointikerralla juoksemaan sen värin luokse, joka vastasi heidän käsitystään omasta käyttäytymisestään. Arviointimenetelmä selitettiin lapsille joka kerta samalla lailla ja se toteutettiin aina samalla tavalla. Jokaisella tuokiolla kirjoitin ”lapsen oma arvio tunnin sujumisesta”-kohtaan värin, jonka luokse lapsi juoksi.

Kaikki lapset juoksivat joka kerta vihreäksi merkitylle viivalle. Lapset arvioivat käyttäytyneensä hyvin. He siis kokivat, että esimerkiksi heidän sosiaalisissa taidoissaan tai tunteiden säätelyssä ei ole heikkoutta. Tämä ei kuitenkaan useimmiten ollut suhteessa ryhmänohjaajan tai minun havaintoihini lapsen sosioemotionaalisista taidoista. Lapset

eivät siis osanneet yhdistää esimerkiksi aikuisen komentamista tähän arviointiin, vaan he kokivat aina käyttäytyneensä hyvin. Tosin seitsemännellä tuokiolla yksi lapsi hie- man epäröi viivalla mihin suuntaan juoksisi, mutta päätyi kuitenkin juoksemaan vih- reälle viivalle. Tämä tapahtui sen jälkeen, kun olin selittänyt leikin tarkoituksen hänel- le uudelleen.

## 5 POHDINTA

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää kehittyvätkö 3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemo- tionaaliset taidot tenavajumpassa. Lisäksi tutkimus pyrki selvittämään, miten 3 – 4- vuotiaat lapset osaavat itse arvioida sosioemotionaalisia taitojaan. Molempiin tutki- muskysymyksiin saatiin vastaukset. Ensiksi esittelen päätuloksia ja sen jälkeen tar- kempia tuloksia. Lopuksi tarkastelen opinnäytetyön luotettavuutta, yleistettävyyttä ja ammatillisuutta, arvioin prosessia sekä esitän jatkotutkimusaiheen.

### 5.1 Tulosten analysointia

Tutkimuksen päätuloksena täytyy todeta, että tämän yhdeksänkertaisen intervention aikana 3 – 4-vuotiaiden lasten sosioemotionaaliset taidot eivät kehittyneet tenavajum- passa. Tähän tulokseen vaikuttaa varmasti eniten se, että näiden yhdeksän kerran ai- kana lapsista saatiin liian hajanaista tietoa. Uskon, että toisenlaisen tutkimustuloksen aikaansaamiseksi, olisi lasten pitänyt olla paikalla säännöllisemmin. Kokoonpanot eri tuokiolla vaihtelivat niin paljon, että lasten sosioemotionaalisten taitojen kehittymises- tä tenavajumpassa ei saanut tarpeeksi ehjää kuvaa.

Ensimmäinen tutkimuskysymys ”Kehittyvätkö 3 – 4-vuotiaan lapsen sosioemotionaa- liset taidot tenavajumpassa?” on pilkottu neljään osaan. Tarkastelen tutkimustuloksia tästä näkökulmasta. Tutkimus osoittaa, että tunteiden tunnistamisen ja nimeämisen ei voida sanoa kehittyneen tenavajumpassa, koska tunteiden tunnistaminen ja nimeämi- nen eivät ilmenneet yhdelläkään tuokiolla. Liikuntaohjelma näyttäytyi tutkimuksen edetessä sellaiseksi, että se ei edellyttänyt tunteiden tunnistamista tai nimeämistä. Tunteiden ilmaisun kehityksen voidaan sanoa pysyneen samana koko intervention ajan. Jokainen lapsi ilmaisi erilaisia tunteita, niin myönteisiä kuin kielteisiäkin tunteita tuokioilla. Kielteisten tunteiden ilmaisu muut huomioiden oli pari kertaa haastavaa ai- nakin Niiskuneidille, Mymmelille ja Aliisalle. He osoittivat ilkeyttä muita lapsia koh-

taan tilanteissa, joissa eivät kestäneet tappiota. On kyse näiden lasten egosentrisyydestä, joka ei ole vielä hälventynyt.

Tunteiden säätelyn ei voida sanoa kehittyneen tämän intervention aikana. Tunteiden säätelyn taito osoittautui vielä melko kehittymättömäksi kaikilla muilla paitsi Pikku-Myyllä. Ainoastaan yhdellä tuokiolla, eli kahdeksannella tuokiolla, jossa teemana oli leikkivarjo, kaikki kuusi lasta osoittivat säätelevänsä tunteitaan hyvin. Tutkimus osoittaa, että muilla kuin Pikku-Myyllä tahdonalainen ponnisteleva kontrolli oli vielä kehittymättömämpi. Monissa tilanteissa lasten tunnetilat saivat vallan ja häiritsivät toiminnan harkintaa ja itse toimintaa.

Sosiaaliset taidot pysyivät suhteellisen samantasoisina koko intervention ajan. Kuuntelussa oli puutteita koko intervention ajan lähestulkoon kaikilla muilla lapsilla paitsi Pikku-Myyllä. Kahdeksannella tuokiolla kaikki lapset osoittivat, että kykenevät kuuntelemaan. Yhdeksäs tuokio kuitenkin näytti, että tämä taito ei ollut pysyvä. Lapset ottivat melko tasaisesti kontaktia aikuiseen ja lapseen. Muumipeikko ja Pikku-Myy erosivat siinä, että he ottivat maltillisimmin kontaktia muihin lapsiin. Lisäksi Mymmeli sekä Pikku-Myy ottivat lapsista vähiten kontaktia aikuiseen. Vuoron odottaminen ja tappion kestäminen osoittautuivat välillä haasteelliseksi ja tämä on merkki pitkäjänteisyyden ja toisten huomioon ottamisen vajavaisesta kehityksestä. Jokainen lapsi kykeni yhteistyöhön toisen lapsen kanssa ja auttoi, jos sitä edellytettiin tuokiolla.

Ajattelen, että lapset eivät osallistuneet tarpeeksi yhtäjaksoisesti tenavajumppaan, jotta liikunta olisi päässyt kehittämään heidän sosioemotionaalisia taitojaan paremmaksi. Perustan tämän ajatuksen siihen, että tässäkin tutkimuksessa esitellyt aikaisemmat tutkimukset aiheesta osoittavat, että liikunta kehittää lasten sosioemotionaalisia taitoja (ks. Autio & Kaski 2005, 38; Hietala & Tolonen 2006; Jukka & Moilanen 2010; Niskanen & Pesonen 2010; Piirainen & Suutari 2009; Takala, Kokkonen & Liukkonen 2009).

Kun katsotaan esimerkiksi Pikku-Myy'n sosioemotionaalisten taitojen esiintyvyyttä tuokioilla, voidaan todeta, että liikunnallinen toiminta ei ainakaan tässä tutkimuksessa heikentänyt lapsen sosioemotionaalisia taitoja. Tutkimus antaa merkityksellistä tietoa siitä, että halutessaan tutkia lasten sosioemotionaalisten taitojen kehittymistä liikunnallisessa toiminnassa, tarvitaan pidempi ja eheämpi interventio selvittämään asiaa. Toisena päätuloksena voidaan todeta, että 3 – 4-vuotias lapsi ei vielä kykene arvioi-

maan sosioemotionaalisia taitojaan. Perustan tuloksen siihen, että lapsi ei osannut yhdistää aikuisen viestejä lapsen huonosta käytöksestä omaan arviointiinsa.

## 5.2 Tutkimuksen luotettavuus, yleistettävyyys ja ammatillisuus

Tutkimukseni luotettavuutta on hyvä tarkastella ensimmäisenä siitä näkökulmasta, että olen itse suunnitellut havainnointilomakkeen, liikuntaohjelman ja lasten arviointimenetelmän sekä luottanut omiin havainnointitaitoihini. Olen ylpeä siitä, että jaksoin ryhtyä suunnittelemaan tämän tutkimuksen tarpeisiin vastaavan liikuntaohjelman ja havainnointilomakkeen. Liikuntaohjelman oli tarkoitus olla tavallinen motorisia taitoja kehittävä liikuntaohjelma. Sinne ei tarkoituksella lisätty mitään suoraan sosioemotionaalisia taitoja kehittävää toimintaa. Halusin, että taitoja havainnoidaan luonnollisessa liikuntatilanteessa ja mielestäni onnistuin siinä hyvin.

Havainnointilomakkeen luotettavuus voi herättää pohdintaa, koska se on minun itse suunnittelemani. Olen vasta tämän tutkimuksen tekovaiheessa perehtynyt lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen tarkemmin, joten joku voisi sanoa, että minun tietotaidolla luotu havainnointilomake ei voi olla luotettava. Pidän kuitenkin luomaani havainnointilomaketta luotettavana, koska se pohjautuu sosioemotionaalisen kehityksen teoriaan ja tässä tutkimuksessa aikaisemmin mainittuun luotettavaksi todettuun Takalan, Kokkosen ja Liukkosen rakentamaan havainnointilomakkeeseen.

Tämä tutkimus on minulle ensimmäinen ja niin myös havainnointi aineistonkeruumenetelmänä. Kokemattomuus havainnoinnissa on voinut vaikuttaa tutkimukseni luotettavuuteen, mutta olen yrittänyt eri keinoin minimoida tämän mahdollisuuden. Ensimmäisenäkin suoritin esikokeen, josta sain tiedon, että pystyn havainnoimaan maksimissaan seitsemää lasta luotettavasti. Toiseksi tein päätöksen, että videoin jokaisen kerran, jotta pystyn tarkistamaan tekemiäni havainnoita jälkikäteen. En saanut yhdestä tutkimukseen osallistumattomasta lapsesta kuvauslupaa kolmelle ensimmäiselle tuokiolle, joten en voinut kuvata kuin vasta neljännessä tuokiosta eteenpäin. Tämä voitaisiin katsoa reliabiliteetin vähenemiseksi, mutta itse koen, että pystyin havainnoimaan lapsia luotettavasti. Tälle ajanjaksolle osui esimerkiksi kaksi tuokiota, joilla oli vain kolme lasta havainnoitavana. Päätös siitä, että keskityin pelkkään havainnointiin lisää mielestäni tutkimukseni luotettavuutta. Huolehdimin aina siitä, että minulla oli rauha havainnoida.

Lasten arviointimenetelmä herättää minussa ajatuksia, että se ei välttämättä ollut luotettavimmasta päästä. Minusta on tarkoituksenmukaista huomioda, että lapset saattoivat ottaa välillä mallia muista lapsista ja he juoksivat sen takia kaikki vihreälle viivalle. Toisaalta minulla on usko siihen, että lapset kyllä ymmärsivät leikin tarkoituksen, mutta he eivät vaan osanneet esimerkiksi yhdistää aikuisen viestejä lapsen käytöksestä omiin tuntemuksiinsa. Koen, että 3 – 4-vuotias ei ole vielä tarpeeksi kypsä arvioimaan omia sosioemotionaalaisia taitojaan. Uskon, että ainakin kouluikäiset ja jopa 5 – 6-vuotiaat osaisivat arvioida sosioemotionaalaisia taitojaan kriittisemmin.

Mielestäni olen käyttänyt luotettavia lähteitä teoreettisessa viitekehyksessä. Teoreettisen viitekehysten luomiseen kului jonkin verran aikaa, koska Suomessa on vielä melko hajanaisesti käsitelty leikki-ikäisen lapsen sosioemotionaalista kehitystä tai ainakaan täysin suoraan 3 – 4-vuotiaan lapsen. Yhtäkään suomalaista teosta, jossa käsiteltäisiin pelkästään tätä aihealuetta keskitetysti, en löytänyt. Tähän toivoisin parannusta suomalaisessa ammattikirjallisuudessa. Suurin haaste oli löytää tietoa liikunnan yhteydestä leikki-ikäisen lapsen sosioemotionaalisiin taitoihin. Tästäkin selvisin ja löysin relevantteja aikaisempia tutkimuksia aiheesta. Olen myös käyttänyt vieraskielistä lähdemateriaalia ja etenkin Nancy Eisenbergin tuotantoon tutustumista pidän hyvin rikastuttavana tulevaisuutta ajatellen.

Tutkimuksen tuloksia on haasteellista yleistää, koska tutkimuksen otanta on niin pieni ja ajanjakso lyhyt. Tutkimukseni saa tapaustutkimuksen piirteitä. Haluan korostaa, että tällaista tutkimusta tehdessä kannattaa tarkastella pidempää ajanjaksoa, jotta lapsista saa eheämmän kuvan. Silloin tutkimuksen tuloksia on helpompi yleistää. Tutkimukseni on ammatillinen, koska se vastaa aihealueeltaan kasvatus- ja perhetyön osaamisalaan. Koen, että opinnäytetyöstä on minulle suurta hyötyä työelämässä. Olen perehtynyt hyvin keskeiseen aiheeseen alallani. Olen työllistymässä lastentarhanopettajana ja uskon, että voin joskus käyttää havainnointilomaketta työssäni. Olen siis luonut uuden työvälineen. Voin myös huomioda liikunnan yhtenä sosioemotionaalaisia taitoja kehittävästä menetelmästä ja jakaa tätä tietämystä työyhteisössäni. Olen iloinen, koska nostan opinnäytetyölläni vähän puhuttua aihetta lisää alamme tietoisuuteen.

### 5.3 Prosessin arviointia

Olen tyytyväinen prosessiin. Minusta on hienoa, että opinnäytetyö on omannäköiseni. Tätä edesauttaa se, että olin rohkea ja suunnittelin aiheen, havainnointilomakkeen ja



arviointimenetelmän itse. Liikuntaohjelma tehtiin hyvässä hengessä tenavajumpparyhmän ohjaajan kanssa. Tutkimus on lähtenyt minun mielenkiinnonkohteistani ja se on tehty hyvässä yhteistyössä tilaajan kanssa. Olen tyytyväinen näihin valintoihin. Välillä minulla meinasi usko loppua, kun hankin tietoa toimintatutkimuksen tekemisestä sekä aineistoa teoreettisen viitekehukseen. Nämä olivat ehkä työllistävimmät asiat opinnäytetyössä ja niissä tarvitsin eniten oman ohjaajani apua. Vaikka olen tarvinnut jonkin verran apua työni loppuunsaattamiseen, olen kuitenkin aina tarmokkaasti hoi-  
tanut asiat paremmalle tolalle avunsaannin jälkeen.

Olen hieman pettynyt siihen, että tenavajumpparyhmä tai ajanjakso interventiolle ei ollut selvästikään otollinen. Olisin toivonut, että olisin saanut paremman tutkimusaineiston, mutta tämä ei onnistunut, koska lapset eivät olleet yhtenäisesti paikalla yhdeksän tuokion aikana. Olen pohtinut, että isommalla paikkakunnalla, jossa olisi ollut mahdollisesti enemmän valinnanvaraa lapsista, olisin saanut paremman tutkimusaineiston. Sairastumiset ja muut poissaolot myös hajottivat aineistonkeruuta lapsista. Mutta tämä oli tilanne ja tyydyn siihen. Koen, että saavutin työlläni tärkeää tietoa juuri siitä, että intervention tulee kestää kauemmin, jotta lapsista saadaan tarkempaa aineistoa poissaoloista huolimatta. Minulla ei ollut resursseja jatkaa tutkimusta pidempään.

Opinnäytetyöprosessi on kestänyt kevästä 2011 syksyyn 2012. Luulen, että olisi voinut olla parempi, jos prosessi ei olisi jakaantunut näin pitkälle aikavälille. Pidän silti opinnäytetyötäni hyvin tehtynä, mutta työn tekeminen olisi voinut olla helpompaa, jos aikaväli ei olisi ollut noin pitkä. Välillä minulla oli pitkiä taukoja opinnäytetyöstä, koska matkalle osui vaiheita, jolloin opinnäytetyölle ei ollut aikaa muiden opiskelukiireiden tai töiden takia. Opinnäytetyön jatkaminen tuntui haasteelliselta pitkän tauon jälkeen. Vauhtiin päästessäni olen kuitenkin nauttinut opinnäytetyön tekemisestä, koska aihe on mielenkiinnonkohteitani lähellä.

#### 5.4 Jatkotutkimusaiheita

Ensinnäkin opinnäytetyöni olisi toistettava sellaisilla muokkauksilla, että interventio olisi pitkäkestoisempi ja lapsista olisi enemmän valinnanvaraa. Mielestäni havainnointilomake on toimiva ja sitä voisi käyttää muissakin tutkimuksissa. Toimivuutta olisi mielenkiintoista kokeilla jossain toisessa tutkimuksessa. Kokonaisen uuden tutkimuksen saisi sillä, että kokeilisi lasten arviointimenetelmää muillakin ikäryhmillä. Lasten

arviointimenetelmän havainnoinnin tuloksia voisi vertailla esimerkiksi 3 – 4-vuotiaiden, 5 – 6-vuotiaiden ja 7 – 8-vuotiaiden välillä. Silloin saataisiin tietoa siitä, missä vaiheessa lapsi on kypsä arvioimaan sosioemotionaalisia taitojaan. Lasten arviointimenetelmää voisi kehitellä erilaiseksi, mutta ajatuksena olisi hyvä säilyttää lasten arviointitaitojen tason selvittäminen. Samankaltaisen opinnäytetyön voisi tehdä myös yhteistyössä jonkun liikunta-alaa opiskelevan kanssa, joka voisi vaikuttaa esimerkiksi liikuntaohjelman sisältöön sekä tuoda tutkimukseen oman alansa näkemyksiä liikunnan yhteydestä sosioemotionaalisten taitojen kehitykseen.

## LÄHTEET

- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Riika: Inprint.
- Alijoki, E. 1998. Pesästä pieni ponnistaa. Lasten varhaisten vuorovaikutustaitojen tukeminen. Rauma: Kirjapaino Oy West Point.
- Autio, T & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito. Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Eisenberg, N. 2006. Introduction. Teoksessa Eisenberg, N. (osan toim.), and Damon, W. (yl. toim.), Handbook of child psychology: Social, emotional and personality development. 3, 1 - 24. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Eskola, J & Suoranta, J. 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Heikkilä, T. 2008. Tilastollinen tutkimus. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Heikkinen, H. Rovio, E. & Syrjälä, L. (toim.). 2006. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Vantaa: Dark Oy.
- Jukka, M. & Moilanen, M. 2010. ”Me voitetaan yhdessä” – Mitalijahti-peli varhaiskasvatuksen liikunnan apuvälineenä. Opinnäytetyö. Laurea-ammattikorkeakoulu.
- Kauppila, R. 2005. Vuorovaikutus ja sosiaaliset taidot. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Keltikangas-Järvinen, L. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. Juva: WS Bookwell Oy.
- Leppänen, J. M. 2001. Ennustaako tunneilmaisujen tunnistamistarkkuus lasten sosiaalista kyvykkyyttä. Psykologia 6, s. 429 - 438.
- Metsämuuronen, J. 2000. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Viro: Jaabes Oy
- Mäkelä, S. 2010. Iltapäiväkerholaisten sosioemotionaalisten taitojen ilmeneminen liikuntatuokioilla. Pro Gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Nieminen, E. 1998. Sosioemotionaalinen kehitys ja sen häiriöt. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

Niskanen, E. & Pesonen, H. 2010. Tunteita liikkuvissa koloissa -kansio. Liikuntaleikkejä Puistolan päiväkodin esikoululaisten tunnetaitojen tukemiseksi. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu.

Nummenmaa, L. 2010. Tunteiden psykologia. Falun: Scandbook AB.

Numminen, P. 2005. Avaa ovi lapsen maailmaan. Tampere: Pilot-Kustannus Oy.

Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2006. Ihmisen psykologinen kehitys. Porvoo: WSOY.

Nurmiranta, H. Leppämäki, P & Horppu, S. 2009. Kehityspsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Paaso, H. 2008. Tunteiden säätelyn yhteys sosiaalisiin suhteisiin ja mielenterveyteen. Teoksessa: Malvela, P. & Rainisto, S. (Toim.) Kymenlaakson ammattikorkeakoulun tutkimusjulkaisu.

Piirainen, A. & Suutari, J. 2009. Sosioemotionaalisten taitojen kehittäminen liikunnan avulla päiväkodin 4 – 6-vuotiaiden integroidussa erityisryhmässä. Opinnäytetyö. Kaajanin ammattikorkeakoulu.

Pulkkinen, L. 2002. Mukavaa yhdessä. Sosiaalinen alkupääoma ja lapsen sosiaalinen kehitys. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Pulli, E. 2001. Opi liikkuen, liiku leikkien. Liikuntaa esiopetukseen. Helsinki: Tammi.

Saarni, C. 2006. Emotional development: Action, communication, and understanding. Teoksessa: Eisenberg, N. (osan toim.), and Damon, W. (yl. toim.), Handbook of child psychology: Social, emotional and personality development. 3, 226 - 299. USA: John Wiley & Son, Inc.

Takala, K. Kokkonen, M. & Liukkonen, J. 2009. Päiväkotilasten sosioemotionaalisten taitojen kehittäminen liikuntatuokioiden avulla. *Liikunta & Tiede* 46(1), s. 22 - 29.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Hämeenlinna: Karisto Oy.

**SOSIOEMOTIONAALISTEN TAITOJEN HAVAINNOINTILOMAKE**

Päivämäärä:

Tuokion teema:

	Muumipeikko	Niiskuneiti	Pikku-Myy	Muumimamma	Mymmeli	Aliisa
Odottaa vuoroa						
Kestää tappion						
Kuuntelee						
Auttaa						
Tekee yhteistyötä						
Ottaa kontaktia lapseen						
Ottaa kontaktia aikuiseen						
Lapsi on innokas						
Lapsi on sinnikäs						
Ilmaisee tunteita						
Tunnistaa tunteita						
Säätää tunteita						
Samaistuu toisen tunteisiin						
Lapsen arvio tunnin sujumisesta						

Odottaa vuoroa: Lapsi malttaa odottaa vuoroaan esimerkiksi telineradalla

Kestää tappion: Lapsi kestää tappion peleissä ja leikeissä, esimerkiksi viesteissä sekä kahden lapsen tavoittellessa samaa välinettä

Kuuntelee: Lapsi kuuntelee ohjeet ja osoittaa olevansa tietoinen, mitä tehdään toimien ohjeiden mukaan; lapsi kuuntelee tovereidensa mielipidettä ja palautetta

Auttaa: Lapsi auttaa välineiden paikalleen laittamisessa, siirtelyssä, poiskorjaamisessa sekä auttaa toista harjoitteessa

Tekee yhteistyötä: Lapsi tekee yhteistyötä pari- ja ryhmätehtävissä

Ottaa kontaktia: Lapsi ottaa kontaktia aikuisiin ja muihin lapsiin puhumalla tai koskettamalla

Lapsi innostuu: Lapsi innostuu tuokiosta/sen sisällöstä

Lapsi on sinnikäs: Lapsi jaksaa yrittää epäonnistumisista huolimatta, ei anna periksi

Ilmaisee tunteita: Lapsi ilmaisee erilaisia tunteita

Tunnistaa tunteita: Lapsi tunnistaa omia ja toisten tunteita sekä osaa nimetä niitä

Säätää tunteita: Lapsi hallitsee sekä miellyttävät että epämiellyttävät tunteensa

Samaistuu toisen tunteisiin: Lapsi silittää toista, juttelee myötätuntoisesti

Lapsen arvio tunnin sujumisesta: Jokaisen kerran loppuksi on sama värileikki Maa-meri-laiva-  
teemalla, jonka avulla lapsi ilmaisee, kuinka hyvin hän on omasta mielestään käyttäytynyt. Punainen = Huonosti, Keltainen = En osaa sanoa, Vihreä = Hyvin

## LIIKUNTAOHJELMA Tammikuu – Huhtikuu 2012

### 10.1.2012 Tutustuminen, leikkejä

#### 1. Nimihuuto, sääntöjen kertominen

#### 2. Tutustumisleikki

Leikkijät istuvat piirissä. Ohjaaja antaa esineen, esimerkiksi ötökkälulun, joka kiertää lapselta toiselle, kunnes ohjaaja sanoo ”stop”. Se, jonka kädessä ötökä on, kertoo nimensä ja halutessaan lempilelunsa. Leikkiä jatketaan, kunnes jokainen on kertonut nimensä.

#### 3. Alkulämmittely

Kun musiikki soi, liikutaan annettujen liikkumistapojen mukaan:

- juosten
- hyppimällä
- kyykyssä
- varpaila
- kädet ja jalat maassa (rapu- tai karhukävely)
- ryömimällä, konttaamalla

#### 4. Muumi nukkuu

”Muumi nukkuu, muumi nukkuu jumppamatollansa.

Ei ole mitään vaaraa, näin sitä leikitellään.

Muumi nukkuu, muumi nukkuu.

Eipäs nukukaan.”



Yksi lapsi on piirin keskellä Muumina piirin pyöriessä ja laulun kulkiessa. Laulun loppuessa Muumi yrittää ottaa kiinni piiriläisiä. Yhdestä tai useasta lapsesta tulee uusi Muumi.

## 5. Loppuleikki

Jokaisen kerran lopuksi on sama värileikki Maa-meri-laiva-teemalla, jonka avulla lapsi ilmaisee, kuinka hyvin hän on omasta mielestään käyttäytynyt. Punainen = Huonosti, Keltainen = En osaa sanoa, Vihreä = Hyvin.

## 6. Loppuloru

Kivaa oli mulla (kädet taputtaa)

hiki taisi tulla (pyyhkii hikeä otsalta).

Kiitokseksi vilkutan (vilkuttaa)

uutta kertaa odotan (perusasento).

## 17.1.2012 Hernepussit

### 1. Nimenhuuto

### 2. Alkuleikki

Jokaisella lapsella on oma paikkamerkki (hernepussi). Juostaan salissa ja kun musiikki lakkaa mennään omalle paikkamerkille ja laitetaan ohjaajan kertoma kehonosa paikkamerkille.

- jalat
- kädet
- peppu

- vatsa
- nenä
- korva
- polvi
- kyynärpää

### 3. Väline: Hernepussit

- Heitellään hernepusseja rivissä: alakautta, yläkautta, selin pään yli.
- Heitellään parin kanssa yhtä hernepussia.
- Hernepusseista pujottelurata: Muodostetaan jono ja pujotellaan ja hypitään hernepussien yli ensin tasahypyllä ja sitten haarassa.
- Liikutaan salissa hernepussi pään päällä.

### 4. Loppuleikki

### 5. Loppuloru

## **24.1.2012 Pallot**

### 1. Nimenhuuto

### 2. Alkuleikki: Hiiret karkaa

Ohjaaja, eli hiiriemo, heittää palloja eli hiiriä yhdestä nurkasta saliin. Lapset hakevat hiiret takaisin nurkkaan.

### 3. Väline: Pallot

- Kuljetetaan palloa salissa vierittämällä viivoja pitkin.

- Vieritetään palloa parille.
- Kuljetetaan palloa parin kanssa vatsojen välissä.
- Heitellään palloa rivissä: alakautta, yläkautta, selin pään yli.
- Muodostetaan jono ja heitellään vuorotellen palloa koriin.

4. Loppuleikki

5. Loppuloru

### **31.1.2012 Hyppynarut**

1. Nimenhuuto

2. Alkuleikki

Lapsi laittaa hyppynarun hännäksi ja leikkii jotain hännällistä eläintä juosten ympäri salia musiikin soidessa taustalla.

3. Väline: Hyppynaru

- Jokainen lapsi sijoittaa hyppynarunsa jonnekin saliin.
- Tasapainoilu narun päällä kävellen eteenpäin ja taaksepäin.
- Hypitään narun yli puolelta toiselle koko ajan eteenpäin suunnaten.
- Hypitään narun yli jalat haarassa.
- Hypitään narun yli kuin sammakko.

- Kaksi narua yhdistetään ja lapset muodostavat jonon, josta he vuorotellen ylittävät narun. Naru voi liikehtiä kuin käärme, aallot tai se voi olla aita, joka tulee ylittää tai alittaa.

#### 4. Loppuleikki

#### 5. Loppuloru

### **7.2.2012 Sanomalehti, kehon keskiviivan ylitys**

#### 1. Nimenhuuto

#### 2. Alkuleikki

Jokaisella on sanomalehti paikkamerkinä salissa. Juostaan musiikin soidessa ja kun musiikki lakkaa etsitään oma paikkamerkki. Paikkamerkillä harjoitetaan kehon keskiviivan ylitystä.

- Kosketa ikkunan puoleisella kädellä puolapuiden puoleisen jalan varpaita ja päinvastoin.
- Kosketa ikkunan puoleisella kyynänpäällä puolapuiden puoleista polvea ja päinvastoin.
- Kosketa ikkunan puoleisella kädellä puolapuiden puoleista korvaa ja päinvastoin.
- Halaa itseäsi.

#### 3. Väline: Sanomalehti

- Kuljetetaan parin kanssa käsien välissä sanomalehteä.
- Muodostetaan jono ja juostaan vuorotellen sanomalehden läpi.

- Tehdään sanomalehdestä pallo ja koetetaan kuinka pitkälle se lentää.
- Rikotaan ja revitään sanomalehdet ja sen jälkeen ollaan Nuunuu-imureita, jotka siivoavat silput pois.

#### 4. Loppuleikki

#### 5. Loppuloru

### **14.2.2012 Mielikuvitusmatka**

#### 1. Nimenhuuto

#### 2. Alkuleikki

Soitetaan Vauhtivarpaat-cd:ltä kappale, jossa lapsen tulee musiikista hahmottaa liikuttaanko nopeasti vai hitaasti.

#### 3. Mielikuvitusmatka viidakkoon

- Herätään omassa kodissa, venytellään.
- Pakataan reppuun eväät, uima-asu, muita haluamiaan tavaroita.
- Katsotaan ulos ikkunasta, pihalle on laskeutunut lentokone, lennetään viidakkoon.
- Saavutaan kuumaan viidakkoon, lähdetään kävelemään eteenpäin ja käytetään viidakkoveistä, jotta päästään etenemään.
- Kuuluu eläinten ääniä, mitä eläimiä?, leikitään eläimiä.

- Kaikilla on kovin kuuma, lampi edessä, uidaan.
- Kuivataan itsemme pyyhkeeseen, laitetaan vaatteet päälle.
- Tunnemme nälkää, syödään eväät, kerätään hedelmiä kotiin.
- ”Kello on jo paljon” → lähdetään samaa reittiä takaisin ja autetaan kulkua viidakko-veitsellä.
- Saavutaan lentokoneella kotiin ja käydään raskaan päivän päätteeksi takaisin nukkumaan.

#### 4. Loppuleikki

#### 5. Loppuloru

### **21.2.2012 Nalle Puhin ja ystävien taitorata**

#### 1. Nimenhuuto

#### 2. Alkuleikki

Lattialla on tulva. Musiikki soi ja kun musiikki lakkaa etsitään salista paikka, jossa ollaan tulvalta suojassa.

#### 3. Nalle Puhin ja ystävien taitorata

- Nalle Puhin pujottelujuoksu
- Nasun liukumäki
- Tiikerin hyyt trampoliinilla
- Kanin temput: puolapuilla liikkuminen, kävely penkkiä pitkin

- Kengun loikat: hypitään vanteesta vanteeseen
- Ruun kiipeilyt ja roikkumiset köysissä ja renkaissa
- Pöllön lento hyppyarkulta alas
- Möhköfantin tunneli
- Ihaan venyttelyt: kädet kohti kattoa, kädet kohti varpaita

#### 4. Loppuleikki

#### 5. Loppuloru

### **6.3.2012 Leikkivarjo**

#### 1. Nimenhuuto

#### 2. Alkuleikki

Värinurkkaleikki, jossa lapset juoksevat ympäri salia musiikin soidessa. Salin jokaisessa nurkassa on jokin väri; keltainen, punainen, vihreä tai sininen. Kun musiikki lakkaa, ohjaaja huutaa jonkun väreistä ja lapset juoksevat sen värin nurkkaan.

#### 3. Leikkivarjo

- Kävellään ensin ympyrää myötäpäivään sitten vastapäivään.
- Juostaan ensin ympyrää myötäpäivään sitten vastapäivään.
- Tehdään pieniä aaltoja polvi-istunnassa, sitten isoja.

- Tehdään kuplia kyykystä, kuplan laskeutuessa sen alle istumaan → sirkusteltoa, jossa jokainen lapsi vuorotellen tai pareittain voi tehdä erilaisia temppuja, laulaa, kertoa vitsein tai jotain muuta luovaa.
- Tehdään kuplia kyykystä → ollessamme suorilla jaloilla ja kädet aivan ylhäällä, päästetään irti varjosta → leikkivarjo liitelee salissa.
- Kaksi lasta kerrallaan karuselliin → lapset varjon keskellä, muut liikuttavat varjoa juosten myötäpäivään.
- Varjo alhaalla, hernepussit sen alla → vuorotellen lapset hakevat toisten tehdessä aaltoja yhden hernepussin.

#### 4. Loppuleikki

#### 5. Loppuloru

### **3.4.2011 Leikkitunti**

#### 1. Nimenuuto

#### 2. Hännänryöstö

Valitaan kaksi lasta kissaksi ja muut ovat hiiriä. Hiirille laitetaan hännät ja he lähtevät juoksemaan kissoja karkuun. Kissat yrittävät napata hiirten hännät.

#### 3. Kommer venkkaa, vemmer konkkaa

Loruleikki: Kommer venkkaa vemmer konkkaa 3x

hyttynä myttynä maahan.



Lausutaan lorua ja liikutaan salissa. Kun loru on lausuttu, lapset menevät hyttynä myttynä maahan ja peittävät silmänsä. Yksi lapsi peitetään huivilla ja annetaan muiden arvata, kuka on huivin alla.

#### 4. Seuraa johtajaa

Muodostetaan lapsista jono ja etummainen lapsi on johtaja, joka päättää liikkeen, jota jokaisen lapsen tulee jonossa toteuttaa. Vaihdeltaan johtajaa.

#### 5. Muumi nukkuu

#### 6. Loppuleikki

#### 7. Loppuloru

## TUTKIMUSLUPA

1.1.2012

## HYVÄT VANHEMMAT

Opiskelen Kymenlaakson ammattikorkeakoulussa sosionomin (AMK) tutkintoa. Opintoni suuntautuvat kasvatus- ja perhetyöhön ja kelpoisuuteen lastentarhanopettajan tehtäviin. Olen tekemässä opinnäytetyötäni nimeltä ”3-4 vuotiaan lapsen sosioemotionaalisten taitojen kehittyminen tenavajumpassa” lapsenne ryhmässä. Opinnäytetyöni tarkoituksena on kartoittaa liikunnan yhteyksiä 3-4 vuotiaan lapsen sosioemotionaaliseen kehitykseen. Kerään aineistoni havainnoiden lapsia yhdeksän eri kertaa. Olemme laatineet yhdessä ryhmänohjaajan kanssa näille kerroille ohjelman. Kuvaan videokameralla jokaisen kerran, jotta saan apua havaintojeni analysoimiseen. Missään vaiheessa tutkimusta yksittäisen lapsen tietoja tai tuloksia ei julkaista eikä yksittäistä lasta pysty tunnistamaan tulosten perusteella. Videomateriaali hävitetään heti tutkimuksen jälkeen. Vastaan mielelläni kaikkiin tutkimusta koskeviin kysymyksiin. Lisätietoa saa numerosta 0400586187 ja sähköpostiosoitteesta [elina.heino@student.kyamk.fi](mailto:elina.heino@student.kyamk.fi). Palauttakaa lapun alaosa, josta ilmenee päätöksenne ensimmäisellä jumppakerralla.

Kiitos yhteistyöstä!

Ystävällisin terveisin,

Elina Heino

---

Opiskelijan allekirjoitus

Lastani saa havainnoida ja kuvata

Lastani ei saa havainnoida ja kuvata

---