

Eveliina Ekberg

HEI ME LIIKUTAAN YHDESSÄ!

Aurinkoinen liikunta- ja toimintapäivä Peipohjan alueen varhais-
kasvatuksen asiakasperheille

Sosiaalialan koulutusohjelma

2014

HEI ME LIIKUTAAN YHDESSÄ! – AURINKOINEN LIIKUNTA- JA TOIMINTAPÄIVÄ PEIPOHJAN ALUEEN VARHAISKASVATUKSEN ASIAKASPERHEILLE

Ekberg, Eveliina
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma
Marraskuu 2014
Ohjaaja: Pamppunen, Seppo
Sivumäärä: 34
Liitteitä: 5

Asiasanat: yhteisöllisyys, kasvatuskumppanuus, vuorovaikutus, lasten liikunta, perheliikunta

Toiminnallisen opinnäytetyöni eli projektin tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa Kokemäellä sijaitsevan, kunnallisen, Peipohjan päiväkodin sekä Peipohjan alueen perhepäivähoidon lapsille perheineen liikunta- ja toimintapäivä. Koko perheen Hei me liikutaan yhdessä! – tapahtumapäivän pääteema oli liikunnassa ja sen lisäämisessä niin päiväkodin kuin perheiden arkeen. Tapahtuman pääteema tuli päiväkodin kauden 2013–2014 vuosisuunnitelmasta, jossa liikunnan lisääminen on päätavoite. Tapahtumassa erilaisia liikuntamahdollisuuksia esittelivät paikalliset urheiluseurat. Urheiluseurat valikoituivat kohderyhmän mukaisesti, eli varhaiskasvatusikäisille sopiviin liikunta- ja harrastemuotoihin. Lisäksi tapahtuma-alueelle rakennettiin motorisat rata, jossa huomioitiin eri-ikäisten ja kehitystasoltaan olevien lasten motorisia taitoja.

Tämänkaltaisen koko perheen tapahtuman tarkoituksena oli tiivistää yhteistyötä vanhempien kanssa. Erilaiset esillä olleet yhteistyötahot toivat esille omaa toimintaansa ja/tai tuotteitansa. Päivän sisältö oli tarkoituksen mukaisesti suunniteltu resurssien puitteissa monipuoliseksi, messutyyliseksi, josta jokainen kävijä löytäisi jotakin mieleistä itselleen. Tapahtuma oli kevään ainoa yhteistyö vanhempien kanssa. Kasvatuskumppanuus sai tapahtuman myötä uuden vaihtoehdoisen mallin perinteiselle vanhempainillalle. Aktiviteettipäivällä haettiin myös sitä, että perheet osallistuvat yhdessä tekemiseen, jolloin lapsen kehitys saa parhaan mahdollisen tuen. Tapahtuman tarkoitus oli aktivoida alueen perheitä ja saada heidät osallistumaan yhdessä järjestettäviiin tapahtumiin ja tukea perheiden hyvinvointia. Tapahtuma mahdollisti perheille myös mahdollisuuden saada tukea vertaisryhmiltä eli toisilta perheiltä.

MOVING TOGETHER! – A SUNNY AFTERNOON WITH PHYSICAL EXERCISE AND ACTIVITY FOR CLIENT FAMILIES OF EARLY CHILDHOOD EDUCATION IN PEIPOHJA AREA

Ekberg, Eveliina

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

November 2014

Supervisor: Pamppunen, Seppo

Number of pages: 34

Appendices: 5

Keywords: communality, fostering partnership, social interaction, children`s physical activity, family exercise

The aim of this functional thesis was to plan and carry out a day of physical exercise and activity for children of municipal family day care center in Peipohja, Kokemäki. The main theme of the project Moving Together! - was adding physical exercise into day-to-day routines of both day care center and families. The theme of the event was taken from the 2013–14 plan of day care center, where adding physical exercise is the main aim. In the event local sports clubs introduced different possibilities for physical exercise. The target group was paid attention to when sports clubs were being selected, so that physical exercises and hobbies were suitable for children in early education. In addition, a motoric course was built in the event area, where skills of children in different ages and developmental phases were taken into consideration.

The aim of this kind of event for the whole family was to tighten the cooperation with parents. Co-operational partners presented their activities and/or products. Within the resources the content of the day was planned to be diverse, so as in an exhibition, where every visitor could find something to his/her liking. The event was the only one of cooperation with parents in the spring. The event provided a new, alternative way of educational cooperation, to replace the traditional parental evenings. Also, one aim of the event was that families would participate together, so that the development of a child is supported ideally. The aim was to activate families, make them participate together in events, and support the welfare of families. The event made it possible to receive peer group support, i.e. support by other families.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	PROJEKTIA JÄSENTÄVÄT KESKEISET KÄSITTEET	6
2.1	Yhteisöllisyys.....	6
2.2	Vuorovaikutus.....	7
2.3	Kasvatuskumppanuus	8
2.4	Lasten liikunta.....	9
2.5	Perheliikunta	11
3	PROJEKTI JA SEN TOIMIJAT, TARKOITUS JA TAVOITTEET	13
3.1	Projekti.....	13
3.2	Tarkoitus ja tavoitteet	14
3.3	Toimeksiantaja.....	15
3.4	Yhteistyötahot.....	16
4	PROJEKTIN SUUNNITTELU	20
4.1	Projektin aloitus ja eteneminen	20
4.2	Projektin rajaus ja kohderyhmä	21
4.2.1	Asiakasperheiden toiveiden kartoitus ja huomioiminen.....	22
4.3	Aikataulu.....	23
4.4	Kustannukset.....	25
5	PROJEKTIN TOTEUTUS JA PALAUTE	25
5.1	Palaute.....	28
6	YHTEENVETO JA POHDINTA	30
	LÄHTEET.....	33
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

”Lasten tasapainoinen elämä edellyttää mahdollisuuksia toteuttaa suurta leikin ja liikkumisen tarvetta. Jokaiseen päivään olisi sisällytettävä paljon monipuolista leikkiä ja liikkumista.” (Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. 15) Zimmer kuvailee lapsuutta ”liikuttavaksi” ajaksi. Missään muussa elämän vaiheessa liikkuminen ei näyttele yhtä suurta roolia kuin lapsuudessa. Varsinkin 2-6 vuoden ikää voidaan sanoa suunnattoman toiminta- ja liikkumistarpeen, jatkuvan löytämisen, tutkimisen ja kokeilun ajaksi, jolloin lapsi löytää itsensä ja ympärillä olevan maailman liikkumisen kautta. Kaiken aikaa hän omaksuu ympäristöään kehollaan ja aisteillaan ja askel askeleelta ottaa ympärillään olevaa ympäristöään haltuunsa. Jokainen päivä lapsuudessa on täynnä uusia haasteita, erilaisia tehtäviä ja löytämisen arvoisia asioita. Lapsi löytää maailman oman tekemisensä kautta. (Zimmer 2001, 13)

Lasten liikunnan tärkeä merkitys on korostunut minulle jo omasta lapsuudestani saakka. Liikunnallisen elämäntavan oppimisesta ja omaksumisesta saan kiittää omia vanhempiani. Tänä päivänä liikunta on henkireikä omalle jaksamiselle ja hyvinvoinnille. Oman kilpaurheilu-uran aikana ja erityisesti sen jälkeen lasten liikuttaminen on ollut luonteva jatkumo urheilulliselle elämälle. Jo 14-vuotiaana aloin ohjaamaan lapsiryhmille tarkoitettua urheilukoulua, jossa leikin varjolla opeteltiin liikunnan perustaitoja. Myös lasten sosiaaliset taidot saivat harjoitusta, kun lapsiryhmässä toimittiin. Reilun viiden vuoden ohjauskokemuksella oli varmasti myös osuutensa siihen, että päädyin opiskelemaan sosionomiksi ja erityisesti suuntautumismuutoksena sosiaalipedagogista lapsi- ja nuorisotyötä. Kiinnostus tehdä töitä lasten ja nuorten parissa kumpuaa jo siis varhaisnuoruudestani.

Päätös toiminnallisen opinnäytetyön tekemisestä oli helppo. Liikunnallinen taustani ohjasi minua valitsemaan juuri tämän toiminnallisen tavan, koska siinä pääsin toteuttamaan itselleni tärkeää asiaa ja omaksumaani liikunnan merkitystä lapsille kuin myös heidän perheilleen. Koin tärkeäksi, että pääsin työskentelemään opinnäytetyötäni juuri oman kotikaupunkini varhaiskasvatukselle. Kokemäen kaupunki mahdollisti toiminnallisen opinnäytetyön tekemisen, josta he myös itse hyötyivät. Hei me liikutaan yhdessä! – tapahtuma toimi vaihtoehtona perinteiselle vanhempainillalle. Aurin-

koinen liikunta- ja toimintapäivä sai mukavan vastaanoton asiakasperheiden toimesta. Tapahtuma saavutti paljon kävijöitä, ja kävi myös ilmi, että tällaisille tapahtumille olisi enemmänkin tilausta kuin mitä tällä hetkellä on tarjontaa.

Liikunta- ja toimintapäivän suunnittelu ja toteutus oli itselleni merkittävä projekti. Projektin alussa pääsimme nopeasti lähimpien yhteistyökumppaneideni kanssa yhteisymmärrykseen siitä mitä, miten, miksi ja kenelle toteutetaan. Opinnäytetyöprojekti eteni suunnitelmallisesti ja aikataulutettuna kohti tapahtumapäivää. Projekti eli Hei me liikutaan yhdessä! – tapahtuma onnistui kaiken kaikkiaan hyvin. Tapahtuman järjestäminen oli antoisa tapa osoittaa ammatillista kasvua, mutta samalla myös vielä oppia lisää ja arvioida omaa osaamista.

2 PROJEKTIA JÄSENTÄVÄT KESKEISET KÄSITTEET

2.1 Yhteisöllisyys

Yhteisöllisyys on ihmisten yhteenkuulumisen tarpeen tunnustamista ja arvostamista. Se on toisten kuulemista, tulevan uuden voimavaran esiin nostamista. Yhteisöllisyys korostaa sitä, että kannattaa nähdä vaivaa porukan pitämiseksi yhdessä, koska jokaisella on jotakin annettavaa. Yhteisöllisyyteen kuuluu luottamus siinä olevia ihmisiä kohtaan. Yhteisöllisyys määritellään luomaan osallisuutta ja yhteenkuuluvuutta. Se rakentuu jonkin yhteisön jäsenten välisistä suhteista ja vuorovaikutuksesta. Se on ihmisen liittymistä ja identifioitumista johonkin sellaiseen, jonka hän kokee arvokkaana. Yhteisöllisyys on kokemuksellinen asia: yhteisöllisyyttä on se, että kokee olevansa osallinen ja kokee voivansa vaikuttaa. Kun kokee, että sinusta välitetään ja siinä välität. Yhteisöllisyys on ennen kaikkea mahdollisuus ja voimavara. (Terveysten - ja hyvinvointilaitoksen www-sivut 2014)

Tapahtumaan kutsutut perheet edustivat yhtä isoa yhteisöä, päiväkotijäsen- ja perhepäivähoitoyhteisöä. Ison yhteisön sisällä on vielä pienempiä yhteisöjä: päiväkodin jokainen ryhmä on oma pieni yhteisönsä kuin myös jokaisen perhepäivähoitajan ryhmä. Tapahtuman avulla nämä ryhmät pyrittiin yhteisöllistämään niin, että jokainen kut-

suttu tunki kuuluvansa juuri tähän yhteisöön ja olevansa tärkeä. Pyrkimyksenäni oli, että jokainen tapahtumaan kutsuttu tunki olevansa tervetullut tapahtumaan, joka järjestettiin juuri heitä varten. Myös heidän mielipiteitään ja toiveitaan kuunneltiin tapahtuman suunnitteluvaiheessa. Kuuluessaan isoon yhteisöön, on siellä mahdollisuus vuorovaikutukseen toisten perheiden ja yhteistyötahojen kanssa, unohtamatta siitä saatua vertaistukea toisilta perheiltä.

2.2 Vuorovaikutus

Vuorovaikutusta on sekä kielellistä että ei-kielellistä. Vuorovaikutus on luonteeltaan vastavuoroista ja edellyttää suuntautumista toisen toimintoihin. Vuorovaikutus vaatii osapuolilta aloitteiden tekemistä ja niihin vastaamista. Katsekontaktit, ilmeet, eleet, liikkeet ja kieli ovat vuorovaikutuksen keinoja. Osan vuorovaikutuksesta tiedostamme, mutta suurin osa on tiedostamatonta. (Alijoki 1998, 9) Pupita-Mattilan mukaan luottamus ja luotettavuus on kaiken inhimillisen vuorovaikutuksen tärkeä osa. (Pupita-Mattila 2007, 23)

Dialogisuutta eli tasavertaista vuorovaikutusta tarvitaan kasvatuskumppanuudessa. Dialogisuus on kahden tai useamman henkilön välistä aktiivista, sitoutunutta, vastavuoroista, kunnioittavaa, avointa ja vilpittöntä kommunikaatiota kielen ja puheen avulla tai vaihtoehtoisesti ilmein tai elein. Parhaimmillaan dialogisuus on sitä, että molemmat osapuolet oppivat ja voivat muuttaa asenteitaan ja mielipiteitään. Tasavertainen vuorovaikutus vaatii luottamuksen ja pyrkimystä yhteisymmärrykseen. Se mahdollistaa erimielisyyksien kohtaamisen ilman vastakkainasettelua. Dialogisuus sisältää edellä mainittujen tapojen lisäksi myös äänensävyyn, kosketuksen sekä ympäristön viestit. Se on oikeudenmukaista, avointa, rehellistä, luotettavaa ja vilpittöntä. (Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2009, 119)

Pyrin hyvään ja arvostavaan vuorovaikutukseen jo ennen tapahtumaa kuin myös tapahtuman aikana. Aloitin vuorovaikutuksen perheiden kanssa jo alkuvuodesta, jolloin mainostin tulevaa tapahtumaa ja kartoitin perheiden toiveita. Tapahtumapäivänä toivotin vieraat henkilökohtaisesti tervetulleiksi ulko-ovien läheisyydessä ja jaoin palautelomakkeita, joita toivoin saavani runsaasti. Kiertely tapahtuma-alueella ja

keskustelu vieraiden kanssa olivat keinojani, joilla huomioin tapahtuman kävijät niin lapset kuin aikuiset. Jo tapahtuman aikana että jälkeen jäin pohtimaan, että jotakin tapahtumasta jäi uupumaan. Uupunut asia oli kuuluttaminen. Esimerkiksi megafonin tai mikrofونin avulla olisi helposti pystynyt mainostamaan tapahtuma-alueen pisteitä. Kuuluttamisen avulla vieraille olisi tullut vielä selvemmin tapahtuman sisältö selville.

2.3 Kasvatuskumppanuus

”Varhaiskasvatuksessa kasvatuskumppanuus on henkilöstön ja huoltajien tietoista sitoutumista lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukemiseen. Kasvatuskumppanuus perustuu keskinäiseen luottamukseen, tasavertaisuuteen ja toisen kunnioittamiseen.” (Kokemäen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma, 2011) Vanhemmat ovat ensisijaisesti vastuussa oman lapsensa kasvatuksesta, heillä on kasvatukseen oikeus ja vastuu. Päivähoidon varhaiskasvatushenkilöstöllä on ammatillinen tieto ja osaaminen, joka kumpuaa koulutuksesta. Varhaiskasvatushenkilöstöllä on vastuu kasvatuskumppanuudesta ja tasavertaisesta yhteistyön edellytysten luomisesta. (Stakes 2003, 31).

Järvisen ym. mukaan kasvatuskumppanuus tulee nähdä keinona tehdä laadukasta varhaiskasvatustyötä. Kasvatuskumppanuus yhdistyy kontekstuaalisuuden käsitteeseen eli näkökulmaan, jossa korostetaan erityisesti ympäristöjen välistä yhteistyötä. Kasvatuskumppanuusajattelu vaatii vanhemmilta ja varhaiskasvatushenkilöstöltä yhteisymmärrystä kasvatuksesta ja sen tavoitteista. Kasvatuskumppanuus käsite voidaan rinnastaa tarkoittamaan samaa kuin yhteistyö. Kasvatuskumppanuus on kuitenkin laajempi käsite. Se pitää sisällään myös ajatukset vanhempien osallisuuden vahvistamisesta, kasvatuskumppanuuteen liittyvän osaamisen kehittamisestä ja toimintayksiköiden kumppanuuskulttuurin rakentamisesta uudelta pohjalta. (Järvinen ym. 2009, 118)

Kasvatuskumppanuus oli tärkeää myös minulle, vaikka yhteistyöni perheiden kanssa kesti vain noin neljä kuukautta. Osan perheistä tunsin entuudestaan, osa oli tuntemattomia. Koen, että kasvatuskumppanuuden luominen alkoi, kun lähestyin perheitä

tammikuun alussa saatekirjeellä ja tiedustelulla siitä, mitä he toivovat tapahtumalta. Minulle oli tärkeää, että perheet pääsivät tuomaan mielipiteitään esiin. Tärkeäksi koin myös sen, että perheet saavat mahdollisimman varhaisessa vaiheessa tiedon, että jotakin on tapahtumassa 26.4. Hyvissä ajoin lähtenyt tapahtuman kutsu huomioi perheet yksilöllisesti.

Järjestetty tapahtuma oli kevään ainoa yhteistyö vanhempien kanssa. Kasvatuskumppanuus sai tapahtuman myötä uuden vaihtoehdoisen mallin perinteiselle vanhempainillalle. Päiväkodin henkilökuntaa ja perhepäivähoitajia osallistui myös tapahtumaan, joten he pääsivät näkemään mitä kaikkea esimerkiksi tämän kaltainen tapahtuma voi sisältää. Mahdollisesti myös tulevaisuudessa itse järjestää perinteisen vanhempainilan tilalle. Perheille oli varmasti myös tärkeää nähdä tuttuja hoitajia paikan päällä ja näin ollen tiivistää kasvatuskumppanuutta myös hoitopaikan ulkopuolella.

2.4 Lasten liikunta

”Lapsella on sisäsyntyinen tarve liikkua. Lapsi tarvitsee liikkumista eli liikuntaa, koska se on edellytys hänen normaalille fyysiselle kasvulle ja kehitykselle. Lasten normaali motorinen kehittyminen vaatii päivittäisiä mahdollisuuksia harjoitella liikkumista. Motoriset taidot kehittyvät, kun lapsi saa riittävästi kokeilla ja opetella uusia taitoja sekä toistaa aikaisemmin oppimiaan taitoja useissa erilaisissa ympäristöissä erilaisten välineiden kanssa. Lapsen liikkuminen ja leikkiminen on fyysistä aktiivisuutta, jota hän tarvitsee päivittäisen hyvinvointinsa ja terveytensä tueksi. Siksi erityisesti vähän liikkuvaa lasta tulisi rohkaista liikkumaan enemmän.” (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö & Nuori Suomi ry. 2005, 10)

Alle kolmevuotiaiden lasten liikkuminen tulisi olla pääsääntöisesti omaehtoista liikkumista. Sillä tarkoitetaan liikkumista, jota lapsi tekee omasta halusta joko yksin tai yhdessä toisten kanssa. Kolmesta kuuteen – vuotiaiden lasten liikunnasta vielä suurin osa muodostuu omaehtoisesta liikunnasta. On aikuisen vastuulla, että lapsella on päivittäin useita mahdollisuuksia liikkua monipuolisesti vaihtelevassa ja ympäristöltään innostavissa paikoissa. Varhaiskasvatushenkilöstön ja vanhempien tehtävänä on yh-

dessä huolehtia, että lapsi liikkuu riittävästä päivittäin. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö & Nuori Suomi ry. 2005, 10–11)

”Lapsen kokonaisvaltainen kehittyminen koostuu fyysisestä kasvusta ja kehityksestä sekä motoristen perustaitojen, kognitiivisten ja sosio-emotionaalisten taitojen kehittymisestä ja oppimisesta. Valmiudet uusien taitojen ja asioiden oppimiseen vaikuttaa lapsen sen hetkinen kehitystaso. Motoriset perustaidot ovat tärkeitä taitoja lapsen päivittäiseen elämiseen tarvittavissa toiminnoissa. Motoriset perustaidot voidaan jakaa ominaisuuksien mukaan kolmeen ryhmään: liikkumistaitoihin, tasapainotaitoihin ja käsittelytaitoihin. Käveleminen, juokseminen, hyppääminen, heittäminen, potkaiseminen ja lyöminen ovat motorisia perustaitoja. Kognitiivisilla eli tiedollisilla taidoilla tarkoitetaan ajatteluun, havaitsemiseen ja muistamiseen liittyviä tekijöitä. Kognitiivisia tavoitteita ovat lapsen kielen, aistihavaintojen ja ajattelun rikastuttaminen sekä kehonkuvaan, liikkeisiin, liikkumiseen ja liiketekijöihin liittyvien peruskäsitteiden ja sääntöjen ymmärtäminen oman toiminnan yhteydessä. Sosio-emotionaalisisella kehitymisellä tarkoitetaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja. Näitä ovat tunteiden nimeäminen, ilmaiseminen, tunnistaminen ja tunteiden hallinta sekä toisten kuunteleminen ja auttaminen.” (Kullström & Ruotsalainen 2014, 65–66)

Vanhempien esimerkillä ja omalla asenteella liikkumista kohtaan on suuri merkitys lapsen liikuntamyönteisyyden ja liikunnallisen elämäntavan kannalta. Kun vanhempi/vanhemmat tekevät ja varaavat päivittäin aikaa yhteiselle liikkumiselle, osoittavat he lapsen olevan yksilöllinen ja tärkeä juuri heille. Kun vanhempi ja lapsi liikkuvat yhdessä heidän vuorovaikutussuhteensa paranee ja he oppivat tuntemaan toisensa vielä paremmin. (Kullström & Ruotsalainen 2014, 65)

Hei me liikutaan yhdessä!- tapahtumassa lapset ja vanhemmat saivat yhdessä liikkua, toimia ja tehdä. Perheen liikkeessä yhdessä lapsen kehitys sai parhaan mahdollisen tuen. Aktiviteettipäivässä perheet saivat yhdessä kokeilla esimerkiksi jalkapalloa, taekwondoa, satujumppaa, yleisurheilua ja musiikkiliikuntaa. Leikin ohessa lapset perheineen saivat liikkua myös leikkivarjon ja motoriikkaradan avulla. Lapset oli tapahtumassa huomioitu myös pomppulinnalla.

2.5 Perheliikunta

Perheliikunta käsite otettiin käyttöön vasta vuosituhannen vaihteessa. Perheliikunta tuli ajankohtaiseksi ja sen tarve nousi, kun havaittiin kuinka vanhempien ja lasten liikunnan sekä keskinäisen yhdessäolon määrä oli vähentynyt. Vuoden 2000 lopussa sosiaali- ja terveysministeriö kiinni asiaan huomion ja asetti terveyttä edistävän liikunnan kehittämistoimikunnan. Kehittämistoimikunnan tehtävänä oli laatia ohjelma terveyttä edistävän liikunnan lisäämiseksi vuosina 2001–2005. Työryhmä työskenteli vuosina 2003–2005. Perheliikuntatyöryhmän tavoitteena oli valtakunnallisen perheliikunnan verkoston luominen. Tänä päivänä työryhmä jatkaa toimintaansa perheliikunnan verkostona. Sen tavoitteena on edistää perheliikunnan edunvalvontaa, olosuhteiden ja resurssien kehitystoimenpiteitä, koulutusta ja viestintää. Nykyään perheliikunnan verkosto tiedottaa perheliikunnasta, tuottaa materiaalia ja suunnittelee sekä järjestää perheliikuntakoulutusta. (Suomen Latu www-sivut)

”Perheliikunta on terveyttä edistävää liikuntaa, jota koko perhe ja lähipiiri – lapset, nuoret, vanhemmat, isovanhemmat ja ystävät – voivat harrastaa yhdessä.” (Arvonen 2007, 7) Perheliikunta mahdollistaa perheille aktiivista yhdessäoloa erilaisissa ympäristöissä, eri vuodenaikoina ja eri lajien parissa. Perheliikunnan parissa niin aikuinen kuin lapsi liikkuu oman kuntonsa mukaisesti. Terveysliikuntaa tulee huomaamatta. Perheliikunnan puitteissa perheenjäsenet saavat toisiltaan jakamatonta huomiota, mikä voi kohentaa perheen vuorovaikutustaitoja ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Perheliikunta mahdollistaa lukuisia positiivisia asioita perheenjäsenille. Yhdessä liikuttu hetki kehittää lapsen liikunnallisia taitoja sekä parantaa perheen elämäntapoja että arvoja. (Kullström & Ruotsalainen, 2014, 65)

Kartoitin alkuvuodesta 2014 asiakasperheiden toiveita tulevaan tapahtumaan liittyen sekä heidän liikunta ja perheliikunta tottumuksia. (Liite 2) Kyselyyn vastasi yhdeksän perhettä. Heidän perheliikuntatottumuksista nousi esille muun muassa seuraavia: uinti, hiihto, luistelu, pulkkamäki, lenkkeily, pyöräily, tanssi, jumppa, yleisurheilu, kalastus, frisbeegolf, salijumppa, golf ja erilaiset ulkoleikit. Kysyttäessä kuinka monta kertaa viikossa liikutte yhdessä, viisi vastanneista perheistä kertoi, että liikkuvat yhdessä 2-3 kertaa viikossa. Kaksi perhettä liikkuu 4 kertaa tai enemmän viikon aikana. Yksi vastanneista perheistä kertoi liikkuvansa kerran tai harvemmin viikossa.

Lisäsivät, ettei heillä ole mahdollisuutta liikkua yhdessä, koska eivät ole koko perhe yhdessä viikolla. Yksi perhe vastasi liikkuvansa vaihtelevasti 1-4 kertaa viikossa.



Kuvio 1. Perheliikunnan tärkeys vastaajien mielestä.

Poimin kyselyn vastauksista muutaman ajatuksen liikunnasta ja perheliikunnasta:

”Itse olemme pyrkineet kisailusta huolimatta opettaa lapsille sitä, että pelaaminen tai liikkuminen itsessään on palkinto ja tärkeintä. Ei liikunnasta aina kuulu palkita ja aina ei kuulu voittoa.

Yhteistä osallistumista joka tapauksessa.

Perheliikunta on tärkeää, mukavaa yhdessäoloa ja samalla tulee hoidettua omaakin kuntoa, käytyä lenkkeillen kaupassa ilman autoa, ulkoiltua, lapset saa liikennekasvatusta jne.

Pidämme tärkeänä opettaa lapsille liikunnan iloa koko elämän varrelle ja tarjota mahdollisuuksia löytää itselle sopivimmat lajit.”

3 PROJEKTI JA SEN TOIMIJAT, TARKOITUS JA TAVOITTEET

3.1 Projekti

Projekti sana on peräisin latinasta ja se tarkoittaa ehdotusta tai suunnitelmaa. Ruuska on määritellyt projektin joukoksi ihmisiä ja muita resursseja, jotka on tilapäisesti koottu yhteen suorittamaan tiettyä tehtävää. (Ruuska 2007, 18–19) Projektin luonteeseen kuuluu, että se on tavoitteellinen ja se kestää tietyn ajan. Projekti voi kuulua osaksi isompaa hanketta tai tähdätä vain johonkin tiettyyn tulokseen. Se ei voi onnistua ilman tarkkaa suunnittelua, organisointia, toteutusta, valvontaa, seuraamista ja arviointia. (Vilkka & Airaksinen 2003, 48)

Projektin määrittelyyn liitetään seuraavia piirteitä: tavoite, elinkaari, itsenäinen kokonaisuus, ryhmätyöskentely, vaiheistus, ainutkertaisuus, muutos, seurannaisperiaatte, tilaustyö, riski ja epävarmuus. Projektille tulee aina luoda jokin tavoite tai tavoitteita. Kun luodut tavoitteet on saavutettu, projektin elinkaari päättyy. Projektit eivät näin ollen ole jatkuvaa toimintaa vaan ainutkertaisia kokonaisuuksia. Itsenäinen kokonaisuus tarkoittaa sitä, että projekti on loogisesti rajattu kokonaisuus, johon voi kuulua monia eri osapuolia, mutta vastuu on keskitetty yhteen pisteeseen. Jotta projektin tavoitteet voidaan saavuttaa, edellyttää se ryhmätyöskentelyä. Projekti kokee elinkaarensa aikana useita erilaisia vaiheita kuin myös muutoksia. Projektin aikana tulee olla valmius muutostilanteisiin. Seurannaisperiaatteella projektissa tarkoitetaan sitä, että meneillään olevassa vaiheessa ei varmuudella tiedetä mitä projektin seuraavassa vaiheessa tapahtuu ja seuraavaan vaiheeseen vaikuttavat aina edellisen vaiheen tulokset. Projekti on aina tekijälleen ainutkertainen oppimisprosessi ja kahta samantyyppistä projektia ei voi olla. Projektit ovat aina tilaustöitä, joihin vaikuttavat asiakkaan asettamat reunaehdot. Projektityön luonteeseen kuuluvat aina riskit ja epävarmuus. Siksi projektit tulee suunnitella aina hyvin, jolloin voidaan välttää/vähentää riskien määrää ja toteutumistodennäköisyyttä. (Ruuska 2007, 19–20)

”Toiminnallinen opinnäytetyö on vaihtoehto ammattikorkeakoulun tutkimukselliselle opinnäytetyölle. Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järkeys-

tämistä.” (Vilka & Airaksinen 2003, 9) Vilkan ja Airaksisen mukaan on suositeltavaa, että toiminnallisessa opinnäytetyössä opiskelija löytää opinnäytetyölleen toimeksiantajan. Toimeksi annetun opinnäytetyön ja – prosessin avulla opiskelija pystyy näyttämään osaamistaan laajemmin ja kykenee herättämään työelämän kiinnostusta niin itsessään kuin mahdollisesti myös työllistyä opinnäytetyön jälkeen. Toimeksi annetun opinnäytetyön avulla opiskelijan on mahdollisuus luoda suhteita sekä päästä kokeilemaan ja kehittämään omia taitojaan työelämän kehittämisessä sekä harjoittamaan omaa innovatiivisuuttaan. Näiden lisäksi työelämästä peräisin oleva opinnäytetyöaihe tukee opiskelijan ammatillista kasvua. Siinä opiskelija pääsee peilaamaan tietojaan ja taitojaan sen hetkiseen työelämään ja sen tarpeisiin. (Vilka & Airaksinen 2003, 16–17)

Työelämästä lähtöisin oleva opinnäytetyö voi olla myös projektityyppinen. Silloin se voi olla joko yhden tai useamman opiskelijan projekti. Toiminnallisen opinnäytetyön lopputuloksena syntyy aina jokin konkreettinen tuote, esimerkiksi kirja, ohjeistus tai tapahtuma. Toiminnallisilla opinnäytetöillä on yksi yhteinen piirre, oli kyse sitten kirjasta, ohjeistuksesta tai tapahtumasta. Piirteenä on, että viestinnällisin ja visuaalisin keinoin pyritään luomaan kokonaisilme, josta pystyy tunnistamaan tavoitellut päämäärät. (Vilka & Airaksinen 2003, 47, 51)

Toiminnallisen opinnäytetyön raportista selviää, mitä, miksi ja miten opiskelija on tehnyt. Raportissa opiskelija kuvaa millainen työprosessi on ollut sekä millaisiin tuloksiin on päätytty. Opinnäytetyön raportista ilmenee myös opiskelijan arviointi omaa prosessia, tuotosta ja oppimista kohtaan. (Vilka & Airaksinen 2003, 65)

3.2 Tarkoitus ja tavoitteet

Toiminnallisen opinnäytetyöni tavoitteena oli suunnitella ja järjestää Kokemäellä sijaitsevan, kunnallisen, Peipohjan vuorohoitopäiväkodin sekä Peipohjan alueen perhepäivähoidon lapsille ja heidän perheilleen tapahtumapäivä. Tapahtuman pääpainopiste oli liikunnassa ja sen lisäämisessä niin päivähoidon kuin perheiden arkeen. Tapahtuman tarkoituksena oli osallistaa perheitä toimimaan yhdessä, vahvistaa sekä luoda uusia vuorovaikutussuhteita, luoda yhteisöllisyyttä päiväkodin lasten ja heidän

perheidensä välillä. Edellä mainittujen lisäksi tapahtuman tarkoituksena oli tiivistää yhteistyötä vanhempien kanssa. Tapahtumalla haettiin myös sitä, että perheet osallistuisivat yhdessä tekemiseen. Tapahtumalla pyrittiin liikuntapainotteiseen päivään. Peipohjan päiväkodin johtaja mainitsi myös yhdeksi tärkeimmistä tavoitteista alueen perheiden hyvinvoinnin tukemisen. Sekä aktivoitumisen ja osallistamisen erilaisiin tapahtumiin. Unohtamatta sitä, että tällaisilla tapahtumilla saadaan tukea vertaisryhmiltä eli toisilta perheiltä.

3.3 Toimeksiantaja

Toiminnallinen opinnäytetyöni on tilaustyö. Esitin syyskuussa 2013 oman kotikaupunkini Kokemäen varhaiskasvatuspäällikölle halukkuuteni tehdä yhteistyötä työelämän organisaation kanssa opinnäytetyön tiimoilta. Varhaiskasvatuspäällikkö esitti asiani seuraavassa palaverissa, jossa selvisi, että toiminnallisen opinnäytetyön toteutuspaikka tulee olemaan Peipohjan päiväkotia, yksi kaupungin kolmesta kunnallisesta päiväkodista. Lähimmät yhteistyökumppanini olivat Peipohjan päiväkodin johtaja sekä Tenavatuvan, Peipohjan päiväkodin filiaaliryhmän, vastaava lastentarhanopettaja. Ensimmäisessä palaverissamme esitin omat mielenkiinnonkohteeni ja ajatukseni ja he toivat esille omia toiveitaan. He olivat miettineet etukäteen jonkinlaista tapahtumaa. Innostuin asiasta välittömästi, ja pikimmiten alkoi tapahtuman tarkempi miettiminen ja suunnittelu realiteetit sekä laaditut tavoitteet huomioiden. Tapahtuman ajankohta lyötiin lukkoon heti ensimmäisessä palaverissa lokakuussa 2013.

Peipohjan päiväkotia on kunnallinen vuorohoitopäiväkotia, jossa hoitopaikkoja on 69. Päiväkodissa toimii kolme lapsiryhmää; naperot, muksut ja tenavat. Lisäksi Peipohjan päiväkotia kuuluu sen filiaaliryhmä Tenavatupa, joka toimii omana erillisenä yksikkönään. Tenavatuvassa hoitopaikkoja on 21. Peipohjan päiväkotia toimii hoitopaikkana alkaen 9 kuukautisesta vauvasta aina viiteen ikävuoteen asti. Peipohjan päiväkodin toiminta-ajatuksena on luoda lapselle turvallinen ja lämmin arkipäivä, jossa annetaan mahdollisuus lapsen monipuoliselle leikkitoiminnalle. Työn onnistumisen perustana on avoin ja luottamuksellinen suhde lapsen vanhempiin sekä muihin yhteistyötähoihin, jotka toimivat lapsen hyvinvointia tukien. (Kokemäen kaupunki [www-sivut](#).) Peipohjan alueen perhepäivähoidon tiimiin kuuluu seitsemän hoitajaa.

3.4 Yhteistyötahot

Tapahtumapäivää suunnitellessa ja toteuttaessa olin aktiivisesti yhteydessä erilaisiin yhteistyökumppaneihin, jotka osaltaan mahdollistivat tapahtumapäivän. Suunnittelu- vaiheessa puhelinsoittoja ja sähköpostiviestejä soitettiin ja lähetettiin lukuisia. Halusin luoda tapahtumasta kattavan, josta jokainen kävijä löytää itselleen jotakin mieluista. Tapahtumaa suunnitellessani punnitsin monia eri vaihtoehtoja mahdollisista yhteistyökumppaneista. Lopulliseen valintaan vaikutti kuitenkin tapahtuman kohde-ryhmä sekä se, etteivät kaikki ajattelemani yhteistyötahot lähteneet mukaan syystä tai toisesta. Koska tapahtuman tavoitteisiin lukeutui osallistaminen, halusin osallistaa nimenomaan paikallisia toimijoita osallistumaan päivään. Suurin osa yhteistyötahoista oli paikallisia, mutta myös naapuripaikkakuntalaisia saatiin osallistumaan tapahtumaan yhteistyön puitteissa.

Lähin yhteistyökumppani oli Kokemäen kaupunki. Kaupungin varhaiskasvatus mahdollisti minulle toiminnallisen opinnäytetyön tekemisen. Jotta minun ja Peipohjan päiväkodin tekemä yhteistyö välittyi myös tapahtuman kävijöille, oli päiväkodilla tapahtumassa oma toimintapiste, jossa päiväkodin henkilökuntaa oli paikalla. Paikallisen ala-asteen, Tulkkilan koulun liikuntavälinevarastosta sain lainaksi tarvikkeita motoriikkaradan toteuttamiseen. Tapahtumassa oli mukana myös Kokemäen Kolli. Kokemäen Kolli on paikkakunnan oma maskotti, jonka tavoitteena on rakentaa vahvaa kokemäkeläistä paikallisidentiteettiä, lisätä lasten tietoisuutta omista juuristaan, rohkaista kotiseutuyllpeyteen, pyrkiä erottumaan muista paikkakunnista sekä lisätä kokemäkeläisistä lapsiperheistä itsestään lähtevää ruohonjuuritason toimintaa eli siis luoda Kokemäelle positiivista tekemisen meininkiä ja aktiivista "pörinää". (Kokemäen kaupungin [www-sivut](#).) Kokemäen kaupunki myös lahjoitti tapahtumassa järjestettyihin arpajaisiin arpapalkintoja.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön puitteissa ylitettiin myös koulutusrajoja. Esitin kiinnostukseni tehdä yhteistyötä Satakunnan koulutuskuntayhtymän Sataedun Harjavallan toimipisteen lähihoitajaopiskelijoiden kanssa. Lähestyin ensiksi sähköpostitse lehtoria, jossa esitin asiani, opinnäytetyöaiheeni sekä mielenkiintoni tehdä yhteistyötä toisen asteen opiskelijoiden kanssa. Lehtori kartoitti keväällä valmistuvista opiskelijoistaan kiinnostuneita, jotka olisivat valmiita tekemään yhteistyötä. Tarjoukseni

mielenkiintoisesta yhteistyöstä hyväksyttiin mielellään. Kolme valmistuvaa lähihoitajaopiskelijaa toteuttivat oman toiminnallisen opinnäytetyönsä, Hei me liikutaan yhdessä! -tapahtuman sisällä. Meidän suunnittelupalaverissamme esitin opiskelijoille toiveen liittyen heidän toimintapisteeseen. Esitin opiskelijoille toiveeni, joka liittyi musiikkiliikuntaan, koska sellainen tapahtuman sisällöstä vielä uupui. Opiskelijat pitivät ajatustani hyvänä ideana, sillä heitä kiinnosti liikunnan ja musiikin yhdistäminen. Tehty yhteistyö antoi molemmille osapuolille suuresti hyötyä ja iloa. Lähihoitajaopiskelijat saivat omasta opinnäytetyöstään kiitettävän arvosanan. Yhteydenpito ja yhteistyö tulevien lähihoitajien kanssa onnistui helposti ja vaivattomasti, jossa molemmat osapuolet toimivat hyvin ammattimaisesti ja moniammatillinen osaaminen sai vahvistusta. Vuokrasin Sataedulta tilat tapahtuman järjestämiseen. Sataedu lahjoitti myös ilmapalloja jaettavaksi lapsille.

Kokemällä seuratoiminta on aktiivista. Kartoitin seuroja ja pyysin mukaan sellaisia järjestöjä, jotka vastasivat juuri kohderyhmän toiveita ja tarpeita sekä toivat tietoutteen mahdollisesti jotakin uutta. Muutama tapahtumaan kutsuttu järjestö kieltäytyi yhteistyöstä, mutta niiden joiden kanssa yhteistyötä tehtiin, sujui se mutkattomasti.

Kokemäen Pallo on paikallinen jalkapalloseura, joka esitteli tapahtumassa toimintaansa, erityisesti jalkapallokoulua, joka järjestetään kesäkuussa 2014 juuri tapahtuman kohderyhmän ikäisille lapsille. KoPan aktiivit järjestivät tapahtumassa tutustumista jalkapalloiluun ja aktivoi perheitä yhdessä pallottelemaan.

Kokemäen Kova-Väki Yleisurheilu ry tutustutti tapahtuman kävijöitä yleisurheilun monipuoliseen maailmaan ja esitteli vireää seuratoimintaansa. Yleisurheilun toimintapisteessä koko perhe sai tutustua ja osallistua valvotusti heittolajeihin. Kotiin vie misiksi yleisurheilun pisteeltä sai Suomen urheiluliiton virallisen nuorisoyleisurheilun maskotin Voitto Onnisen ominaisuusratoja, joiden avulla voidaan harjoittaa perusmotorisia taitoja, juoksemista, hyppäämistä ja heittämistä. Ratoja on helppo toteuttaa ja soveltaa kotioloissa koko perheen voimin.

Kokemäen Naisvoimistelijat ovat liikuttaneet paikkakuntalaisia jo vuodesta 1913. Naisvoimistelijat mainostivat tapahtumassa erityisesti perhejumppaa, 3-4-vuotiaiden jumppaa sekä 4-6-vuotiaiden jumppaa. Kokemäen Naisvoimistelijoiden toimintapis-

teessä oli järjestetty satujumppaa, jota lapset vanhempineen saivat kokeilla. Myös Naisvoimistelijat antoivat kotiin viemisinä satujumpan ohjeet. Heidän toimintapisteellään korostettiin vanhemmille, että jokaisesta kodista löytyy varmasti välineitä, kun käyttää mielikuvitusta. Naisvoimistelijoiden edustajat antoivat hyviä käytännön vinkkejä perheille tällaisista välineistä.

Kokemäen Taekwondo ry:n edustajat olivat paikanpäällä tutustuttamassa kävijöille taekwondon harrastusmahdollisuutta Kokemäellä. Seuran puheenjohtajana toimii toinen lähimmistä yhteistyökumppaneistani, lastentarhanopettaja Saija Vuori. Saijalta oli mukanaan kaksi iloista poikaa, jotka ovat harrastaneet taekwondoä jo useamman vuoden. Yhdessä he näyttivät esimerkillisiä potkuja, opastivat ja rohkaisivat myös kävijöitä koittamaan taekwondopotkuja. Erityisesti he mainostivat MUDO Taekwondoä, joka on lapsille suunnattua taekwondon ohjausta huomioiden lapsen kehitysvaiheet ja oppimisen taidot. Mudossa on kaksi ryhmää 4-6-vuotiaiden ryhmä sekä 7-13-vuotiaiden ryhmä.

Leikkien on vuonna 2006 perustettu suomalainen perheyritys, joka on erikoistunut opettavaisiin leluihin, peleihin ja kirjoihin. Yrityksen tuotteet on suunniteltu tukemaan lasten oppimista ja erilaisten taitojen kehittymistä hausalla ja innostavalla tavalla. Leikkienillä on Leikkien Verkkokauppa, Leikkien Lelukutsut, Leikkien Myymälät, Leikkien Yhteisömyynti ja Leikkien Tukkumyynti. (Leikkien www-sivut). Tapahtumassa näitä opettavaisia tuotteita oli esittelemässä yksi Satakunnan Leikkien Lelukutsujen oppimiskonsulteista, Riikka Kotiranta. Oppimiskonsultilla oli mukanaan tuotteita, joita parhaat mahdolliset koekäyttäjät pääsivät koittamaan ja leikkimään niillä tapahtuman aikana.

Me & I tuotteita oli esittelemässä Me & I-myyjä Tuuli Rantala. Me&I on ruotsalainen yritys, joka myy laadukkaita lasten- ja naistenvaatteita. Tämän yrityksen tuotteet ovat tulleet jo monelle perheelle tutuksi.

PartyLiten iloiset edustajat toivat tapahtumaan mukanaan ripauksen loistetta ja mahdollisuuden tutustua säihkyviin kynttilätuotteisiin. Tämä piste oli erityisesti äitien suosiossa.

Kokemäen Hiushuone on nuorten yrittäjien alkuvuodesta 2014 perustama yritys. Nuoret yrittäjänaiset edustivat tapahtumassa omaa yritystään, jakoivat tarjouksia sekä tekivät mahtavia kampanjoita niin lapsille kuin aikuisillekin. Parturi-kampanjoijien piste osoittautui mukavaksi lisäksi aktiiviseen tapahtumapäivään.

Kokemäen VPK toi mukanaan tapahtumaan ripauksen turvallisuutta ja valistusta kodin turvallisuuteen liittyen. VPK esitteli tapahtumassa kalustoa sekä aktiivista toimintaansa ja toi mukanaan pienille palotyöille ja pojille oman pienen paloauton. Kokemäen VPK vastasi myös ensiapuvalmiudesta tapahtuman aikana. Kokemäen VPK:n asematiloista sain lainaksi myös pöytiä tapahtumapaikalle. Harjavallan VPK antoi tapahtumapäivän ajaksi lainaan heidän omistamansa polkuauton, jolla pienimmän kuskit saivat ajella tapahtuman aikana.

K-Supermarket Teljänportin kautta järjestyi buffettiin lahjoitetut pillimehut. Maksuttoman ongintapisteeseen tuotteet sponsoroivat Fazer, Semper, Cloetta Fazer ja Kraf Foods, joiden myyntiedustajien kanssa henkilökohtaisesti neuvottelin sponsoroitavista tuotteista. Onginta oli ilmainen ja ongitut tuotteet sisälsivät tapahtumapäivän teeman mukaisesti terveellisiä välipaloja; välipalakeksejä ja - smoothieita sekä ksylitolituotteita.

Perheenjäsenet, ystävät ja tuttavat toimivat tapahtumassa talkoilla hoitaen buffetin, onginnan, arpajaiset, kasvomaalauksen, kehonkoostumusmittauksen sekä tapahtuman valokuvaamisen. Itse sain tapahtuman järjestäjänä pitää lankoja käsissä, huolehtia, että kaikki menee suunnitelmien mukaisesti sekä seurustella ja huomioida tapahtuman kävijöitä.

Arpapalkintoja tapahtumaan sponsoroivat: A-kenkä, Huittisten Säästöpankki, Jokisalonki Johanna, Kauneuskulma Roosa, Kokemäen hiushuone, Kokemäen kaupunki, Lehtosen Konepaja, Lähitapiola, Mikan Konemyynti, Nordea/Kokemäen konttori, Parturikampanjo Ulla Rantanen, PartyLite, Passin Kello ja Kulta, Peipohjan apteekki, Pikku-Papoose, S-Market Kokemäki, Satakunnan Osuuspankki/Kokemäen konttori, Satakunnan pelastuslaitos, Sportia Kokemäki, Suutarinliike J. Ahti, Tekni-set/Kokemäki. Kipa Kirjakauppa/Kirsi Hallenberg, Tokmanni Kokemäki ja Tukka-putiikki Kristiina Nurmela.

4 PROJEKTIN SUUNNITTELU

4.1 Projektin aloitus ja eteneminen

Projekti sai alkunsa syksyllä 2013 yhteydenotolla Kokemäen kaupungin varhaiskasvatuspäällikköön. Esitin hänelle halukkuuteni tehdä yhteistyötä kaupungin varhaiskasvatuksen kanssa. Varhaiskasvatuspäällikkö otti asian pikimmiten käsittelyyn ja heti seuraavassa palaverissa vei ehdotukseni päivähoiton esimiesten työryhmään. Työryhmästä Peipohjan päiväkodin johtaja oli valmis alkamaan yhteistyön kanssani. Ensimmäinen palaveri opinnäytetyöhön liittyen pidettiin 9.10.2013.

Projekti alkoi sopivan aiheen ideoimisella sekä tarpeen kartoittamisella. Alun alkaen oli itselleni selvää, että pyrin tekemään opinnäytetyöni yhteistyössä työelämän kanssa, jos vain on tarvetta ja mahdollisuus siihen. Kaupunki oli myötämielinen ehdotukselleni. Selvää oli myös se, että haluan toteuttaa juuri toiminnallisen opinnäytetyön. Koen, että se on itselleni mielekkäämpi vaihtoehto työstää päättötyötä, sillä siinä osaamiseni ja mielenkiintoni pääsevät enemmän oikeuksiinsa ja pystyn haastamaan itseäni enemmän.

Ensimmäinen yhteinen palaverimme sisälsi ideointia siitä, mikä/mitä opinnäytetyön toiminnallinen osuus voisi olla. Pääsimme nopeasti yhteiseen ajatukseen jonkinlaisesta tapahtumasta. Sitä seurasi tavoitteiden pohtiminen. Sain vapaat kädet suunnitella tapahtuman sisältöä, mutta toki halusin kuulla ja kunnioittaa myös yhteistyökumpaneitteni mielipiteitä, onhan heillä pidempiaikainen kokemus yhteistyöstä kohde-ryhmän kanssa. Minulle oli myös erittäin tärkeää huomioida kaikki asiakasperheet, joita yhteistyön tulos koski.

Matkan varrella ideoita ja suunnitelmia oli paljon. Toiset ideat kävivät vain ajatukse-
na mielessä, toisia ideoita työstettiin enemmän, toiset toteutui ja osa jäi toteutumatta joko esimerkiksi resurssien puutteesta tai vaihtoehtoisesti aikataulujen yhteensopimattomuuden vuoksi. Esimerkiksi ajatus lastenmusiikkiorkesterista jäi toteutumatta, sillä kyseinen orkesteri oli vasta palaamassa tauolta, eikä aikataulu sopinut heille.

Tapahtuman sisältö oli valmiina maaliskuun loppuun mennessä, jonka jälkeen tapahtuman kutsu lähti jakoon. Julisteesta jäi puuttumaan ainoastaan maininta Kokemäen Hiushuoneen parturi-kampaajista sekä PartyLiten edustajista. Heidän kanssaan yhteistyöstä sopiminen tapahtui noin viikko sen jälkeen, kun tapahtumasta lähti valmis kutsu perheille. Kun tapahtuman lopullinen suunnitelma oli valmis, jäi enää jäljelle vain tapahtumapäivän odottaminen.

4.2 Projektin rajausta ja kohderyhmä

Projektin aiheen rajausta tehtiin yhteistyössä lähimpien yhteistyökumppaneideni kanssa. Esitin omat mielenkiinnonkohteeni, lähinnä mieltymykseni tehdä jotakin liikuntaan liittyvää, koska se aihealue on ollut lähellä sydäntäni koko elämäni omien liikuntaharrastusten myötä. Yhteistyökumppanini esittivät toiveenaan esimerkiksi jonkinlaisen tapahtuman järjestämisen. Loppu tulemana päädyimme hyvässä hengessä siihen, että tuleva yhteistyö tapahtuu jonkinlaisen liikunnallisen tapahtuman suunnittelun ja toteutuksen muodossa. Ideoimme aluksi yhteistuumin mitä tapahtuma mahdollisesti voisi pitää sisällään, mutta lopulliset päätökset tein minä tapahtuman järjestäjänä. Ensimmäiset ajatukset erosivat lopullisesta suunnitelmasta jonkin verran, mutta lopulliseen suunnitelmaan molemmat osapuolet olivat tyytyväisiä.

Hei me liikutaan yhdessä! – tapahtuma järjestettiin Peipohjan päiväkodin asiakasperheille sekä Peipohjan alueen perhepäivähoidon asiakasperheille. Kohderyhmän rajausta onnistui helposti, sillä Peipohjan päiväkotia esitti ainoana halukkuutensa tehdä yhteistyötä toiminnallisen opinnäytetyön puitteissa. Päiväkodin asiakasperheitä ei alettu rajaamaan vaan oli heti alkuun selvää, että kaikki lapset perheineen kuuluvat projektin kohderyhmään. Olihan järjestettävä aktiviteettipäivä ainoa kevään aikana tehtävä yhteistyö perheiden ja päivähoidon välillä. Ja jotta tehty yhteistyö juuri Peipohjan päiväkodin ja perhepäivähoitajien kanssa konkretisoitui asiakasperheille, olivat varhaiskasvatuksen ammattilaiset, niin päiväkodin varhaiskasvattajat kuin perhepäivähoitajat, luonnollisesti kutsuttu tapahtumaan.

Maaliskuussa reilu kuukautta ennen tapahtumapäivää aloin pohtia saavuttaako tapahtuma sittenkään riittävästi kävijöitä, pystynkö aktivoimaan perheitä tapahtumaan kut-

sun avulla. Kerroin epäröinnistäni päiväkodin johtajalle, jonka kanssa mietimme mahdollisia vaihtoehtoja. Vaihtoehtoja oli, mutta oikeastaan vain yksi oli käypä, koska taustalla painoi projekti ja sille asetetut tavoitteet. Päätimme päiväkodin johtajan kanssa ehdottaa Peipohjan alueen perhepäivähoidon tiimivetäjälle, jos myös alueen perhepäivähoitajien lapset perheineen kutsutaan mukaan Hei me liikutaan yhdessä! -tapahtumaan. Peipohjan päiväkotiki sekä Peipohjan perhepäivähoitotiimi tekevät yhteistyötä, joten oli luonnollista, että juuri Peipohjan tiimin lapset perheineen kutsutaan myös. Alueen tiimivetäjä innostui asiasta välittömästi ja kävin henkilökohtaisesti toimittamassa tapahtuman kutsut hänelle, ja hän jakoi kutsut alueen perhepäivähoitajille. Myös varhaiskasvatuspäällikkö oli tyytyväinen, että alueen perhepäivähoito huomioitiin ja he pääsivät tapahtumaan osalliseksi.

Hei me liikutaan yhdessä! – tapahtuman kutsu (Liite 3) jaettiin päiväkodin jokaiselle asiakasperheelle sähköisesti sekä lisäksi juliste oli näkyvillä päiväkodin jokaisella osastolla ulko-oven läheisyydessä. Perhepäivähoitajat tiedottivat tapahtumasta samoilla julisteilla, jotka alueen tiimivetäjälle toimitin. Tapahtumaa ei markkinoitu missään julkisesti.

Oletettavasti tapahtuma sai myös kävijöitä kohderyhmän ulkopuolelta. Tapahtuma järjestettiin aurinkoisena kevätpäivänä, jolloin Peipohjan alueella oli muutakin tapahtumaa. Puskaradio viestitti ”ulkopuolisille” Sataedu Areenalla järjestettävästä lasten tapahtumasta. Tästä syystä kohderyhmän ulkopuolisia kävijöitä saattoi osallistua tapahtumaan. Tapahtumasta ei kuitenkaan ketään ajettu pois, sillä järjestäjänä minä en tuntenut kaikkia kohderyhmän asiakasperheitä.

4.2.1 Asiakasperheiden toiveiden kartoitus ja huomioiminen

Kun suunnitelmat toiminnallisesta opinnäytetyöstä selkenivät, koin tärkeäksi aloittaa yhteistyön asiakasperheiden kanssa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Lähestyin asiakasperheitä ensi kerran tammikuussa 2014, jolloin lähetin heille saatekirjeen (Liite 1), jossa kerroin kuka olen, mistä olen, mitä teen, milloin teen, missä ja miksi. Saatekirjeen mukana oli tiedustelu (Liite 2), jolla halusin antaa perheille mahdollisuuden esittää toiveitaan liittyen tulevaan aktiviteettipäivään. Pidin tärkeänä, että

perheille tulisi olo, että heitä kuunnellaan ja huomioidaan sekä heille annetaan mahdollisuus vaikuttaa. Halusin huomioida perheitä myös luomalla tapahtumasta ilmaisen. Pääsymaksuttomuus saattoi olla juuri se, miksi suurin osa perheistä saapui paikalle. Tiedustelussa halusin myös kevyesti kartoittaa perheiden liikuntatottumuksia. Yllätyksekseni perheet eivät olleet vielä tässä kohtaa kovin aktiivisia, mutta ainakin he saivat ensi tiedon siitä, että tulevana keväänä, lauantaina 26.4.2014 on jotakin tapahtumassa.

Tapahtuman markkinointi järjestyi itse suunnittelemani julisteella/tapahtuman kutsulla (Liite 3). Mielestäni tapahtuman kutsun lopullisesta versiosta tuli iloinen, houkutteleva, selkeä, jossa oli hyvin mainittuna tapahtumapäivän monipuolinen sisältö. Tapahtuman kutsu jaettiin jokaiselle asiakasperheelle sähköisesti, ja niille joilla ei sähköinen viestintä ollut aktiivisessa käytössä, heidät huomioitiin perinteisellä paperiversiolla. Lisäksi tapahtuman juliste oli esillä päiväkodeilla jokaisen osaston sisäänkäynnin välittömässä läheisyydessä.

Itse tapahtumapäivänä halusin vielä saada perinteistä kirjallista palautetta perheiltä, jota varten laadin palautelomakkeen (Liite 4). Tein palautelomakkeesta lyhyen, mutta tiiviin, sillä en halunnut, että perheet jättäisivät palautteen antamatta sen pituuden ja vaivalloisuuden takia.

4.3 Aikataulu

Aikataulutin opinnäytetyöprojektini heti projektin alkaessa. Jo opinnäytetyösuunnitelmaan asetin itselleni selkeän aikataulun, mitä milloinkin tapahtuu ja missä. Suurin aikataulutukseen liittyvä asia tapahtui, kun tapahtumapäivä sovittiin. Työskentelyni oli edettävä järjestelmällisesti ja suunnitelman mukaan, jotta kaikki olisi valmiina, kun tapahtumapäivä koitti. Projektin aikana aikataulu piti hyvin ja työskentely eteni suunnitelmallisesti.

Syyskuu 2013	Opinnäytetyön aiheen ideointi
Lokakuu 2013	Ensimmäinen palaveri lähimpien yhteistyökumppaneideni kanssa, aiheen päättäminen ja tapahtuman ajankohdan sopiminen, tapahtumapaikan varaus
Marraskuu 2013	Opinnäytetyösuunnitelman kirjoittaminen
Joulukuu 2013	Opinnäytetyösuunnitelman esittäminen ja opinnäytetyösopimusten allekirjoittaminen
Tammikuu 2014	Saatekirjeen ja tiedustelulomakkeen laatiminen ja jako asiakasperheille, tapahtuman ideointi ja suunnittelu
Helmikuu 2014	Kyselylomakkeiden läpikäynti ja analysointi, yhteistyökumppaneiden kartoitus ja kerääminen
Maalis-huhtikuu 2014	Tapahtuman kutsun laatiminen, arpapalkintojen keruu, pomppulinnan, kehonkoostumusmittarin, liikuntavälineiden varaus, ”henkilökunnan” kerääminen
Huhtikuun alku 2014	Tapahtuman kutsujen jako asiakasperheille, tapahtuman kokonaisuus valmiina
24.–25.4.2014	Pomppulinnan, liikuntavälineiden, kehonkoostumusmittarin ja Kokemäen Kolli-puvun haku. Tapahtumapaikan valmistelu.
26.4.2014	Tapahtumapäivä
Toukokuu 2014	Palautelomakkeiden analysointi ja yhteenveto
Kesäkuu 2014	Valokuvakirjan teko Peipohjan päiväkodille
Heinä-Syyskuu 2014	Opinnäytetyöraportin kirjoittamista
Marraskuu 2014	Opinnäytetyöraportin esittäminen

Opinnäytetyöraportin kirjoittaminen ei aivan mahtunut sen aikarajan puitteisiin, kuin mitä olin alun perin miettinyt. Raportti ei kuitenkaan aiheuttanut stressiä vaan valmistui omalla painollaan lokakuussa.

4.4 Kustannukset

Tapahtumapäivän suunnitteluun ja toteutukseen liittyvät kustannukset kustansin itse. Varsinaisia kustannuseriä syntyi ainoastaan tapahtumapaikan ja pomppulinnan vuok-
rasta, kasvomaalauksessa tarvittavista kasvoväreistä ja sudeista sekä buffetissa myy-
tyjen leivonnaisten, korvapuustien ja mokkapalojen, raaka-aineista, kahvitarvikkeista
sekä valokuvakirjoista, joita tein kaksi kappaletta. Toisen valokuvakirjan annoin
muistoksi Kokemäen kaupungin varhaiskasvatukselle, toisen jätin muistoksi itselleni.

Suurin osa tavaroista, kuten arpapalkinnot, onginnan palkinnot, buffetin pillimehut ja
kertakäyttöastiat ja ilmapallot tulivat lahjoituksina. Motoriikkaradalla tarvittavia lii-
kuntavälineitä sain lainaan Tulkkilan ala-asteen liikuntavälinevarastosta, Peipohjan
päiväkodilta sekä Satakunnan ammattikorkeakoulun Tiilimäen kampuksen liikunta-
välinevarastosta. Kehonkoostumusmittari oli lainassa Palvelukeskus Soteekista. Ko-
kemäen Kolli-maskotin puvun sain lainaan Kokemäen kaupungilta. Tapahtumasta
aiheutuvia kuluja sain peittoon tuotoilla, joita syntyi buffetista, arpajaisista sekä ke-
honkoostumusmittauksesta.

5 PROJEKTIN TOTEUTUS JA PALAUTE

Projektin valmis tuotos oli liikunta- ja toimintapäivä Hei me liikutaan yhdessä! Ta-
pahtuma järjestettiin huhtikuun viimeisenä lauantaina 26.4.2014. Tapahtumapaikka-
na toimi Peipohjan päiväkodin välittömässä läheisyydessä sijaitseva Sataedu Arena.
Tapahtuman ajankohta sijoittui klo 12–16 väliselle ajalle, jolloin kaikissa toiminta-
pisteissä tapahtui ns. non-stoppina. Perheet saivat osallistua tapahtumaan parhaaksi
katsomallaan aikana. Toiset perheet kävivät vain pikaisesti katsomassa millaisesta
tapahtumasta on kyse ja toiset perheet viipyivät tapahtumassa alusta loppuun. Liikun-
ta- ja toimintapäivä muodostui lukuisista eri toimintapisteistä, jotka löytyvät alueen
pohjapiirustuksesta. (Liite 5) Tapahtuma keräsi arviolta yli 150 kävijää. Talkoita ta-
pahtuman eteen teki noin 35 hengen joukko, joka koostui perheenjäsenistä, ystäväistä
ja tuttavista sekä yhteistyökumppaneista. Tapahtuma-alue rakennettiin tapahtumaa

edeltävänä iltana, jotta lauantaiamuun ei jäisi enää muuta, kuin yhteistyökumppaneiden saapuminen paikalle ja tietysti itse tapahtuman alun odottaminen. Tapahtumapäivää oli ikuistamassa valokuvaaja, jonka tuotoksista sain koottua valokuvakirjan.



Kuva 1. Tapahtuma-aluetta



Kuva 2. Tapahtuma-aluetta

Eri toimintapisteet suunniteltiin sijoittuvan niin, että aluetta oli helppo kiertää. Toki jokainen perhe sai liikkua alueella vapaasti. Heti sisääntulon läheisyydessä oli kaikki tapahtuman esittelijät, joita seurasivat toiminnallisemmat pisteet. Alueen keskeltä löytyi kasvomaalaus ja hiustenlaittopiste, jossa sai hetken rauhoittua touhun keskellä.

Pomppulinnan vieressä oli infonurkka, johon vanhempien oli helppo pysähtyä, kun lapset olivat pomppulinnassa. Infonurkassa tietokoneen ruudulla pyöri PowerPointesitys, joka sisälsi tietoa lasten motorisesta kehityksestä sekä perheliikunnasta. Suunnitelman mukaan esitys oli tarkoitus saada näytettyä valkokankaalta, mutta tapahtumapäivää edeltävänä iltana, oli todettava, ettei tietokone ja projektori suostunut yhteistyöhön. Pomppulinnan jälkeen oli vierekkäin pisteet, joissa sai selvittää kehonkoostumuksensa, ostaa arpoja sekä maistaa buffetin antimia pikkurahalla. Kierroksen lopuksi oli onginta, josta jokainen sai käydä hakemassa ilmaisen saaliin, halutessaan useamman kerran. Tapahtuma-alueelta löytyi kaksi palautelaatikkoa, toinen sisään/uloskäynnin yhteydestä, toinen infonurkkauksesta. Palautelaatikat oli askarreltu värikkäiksi, jotta kävijöiden mielenkiinto kohdistuu niihin helpommin.



Kuva 3. Palautelaatikat

Motoriikkarata piti sisällään yhdeksän eri kohtaa, joissa jokaisessa kohdassa lapsen oli helppo toimia ja touhuta ikään katsomatta yhdessä perheen kanssa. Motoriikkaradan vieressä oli kartta, jossa oli mainittuna mitä kaikkea rata pitää sisällään. Varsinaisia ohjeita motoriikkarata ei pitänyt sisällään mitä missäkin kohdassa pitäisi tehdä,

vaan lapsi perheineen sai käyttää mielikuvitusta mihin liikuntavälineitä voi käyttää ja mitä lapsi motoriikkansa puolesta pystyy tekemään.

Motoriikkaradalta löytyi:

- matto, jossa pystyi tekemään esimerkiksi kuperkeikkoja tai kierimään
- tunneli, jossa lapsi pääsi ryömimään
- sählymailat palloineen, joilla pystyi esimerkiksi opettelemaan mailan käsittelyä ja pallottelua
- isoista legoista tehty tunneli, jossa pystyi vierittämään palloa
- muovipalikoista tehty joki, jossa pääsi tasapainottelemaan
- kengurupallot
- ”ämpärijalat”
- tarkkuusheitto
- vatsalauta ja hernepussit
- hularengas



Kuva 4. Motoriikkarata

Hei me liikutaan yhdessä! – tapahtuma loppui klo 16, jonka jälkeen toimintapisteet purettiin ja paikka siivottiin ripeästi kuntoon.

5.1 Palaute

Laadin hyvissä ajoin ennen tapahtumaa palautelomakkeen (Liite 4), jonka avulla sain kerättyä tapahtumapäivästä kirjallista palautetta kävijöiltä. Tapahtuman alettua jaoin henkilökohtaisesti palautelomakkeita tapahtuman vieraille, toivotin tervetulleeksi ja

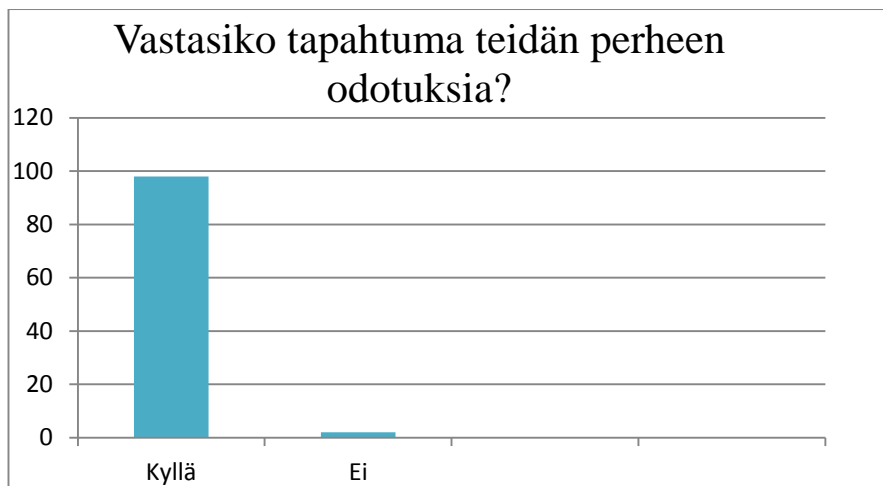
toivoin saavani mahdollisimman paljon palautetta. Palautelomakkeita oli myös palautelaatikoiden läheisyydessä, joita oli kaksi kappaletta. Kaiken kaikkiaan sain 51 kirjallista palautelomaketta. Palautettujen lomakkeiden määrään olen tyytyväinen ja saatu palaute oli pääosin erittäin positiivista ja kannustavaa. Negatiivisemmasta palautteesta pystyi rivien välistä lukemaan, ettei oltu tietoisia mistä on kyse, miksi tällainen on järjestetty. Ei niin sanotusti kuuluttu tapahtuman kohderyhmään. Mutta koska tapahtuma näkyi katukuvassa, ei sieltä ajettu ketään pois, vaan kaikki olivat tervetulleita.



Kuvio 2. Palautteen antajien tyytyväisyys tapahtumaan.

Positiivisen palautteen määrä yllätti positiivisesti. Valtaosa vastaajista (98 %) oli tyytyväisiä järjestettyyn tapahtumaan. Palautteista välittyi myös, että tämän kaltaisille tilaisuuksille olisi enemmän kysyntää, kuin mitä on tarjontaa. Palautteissa vastaajat erittelivät useita eri asioita, mikä oli juuri heidän perheen mielestä parasta tapahtumapäivässä. Tapahtuman sisällön monipuolisuus nousi useammassa palautelomakkeessa esille, mutta sen vastapainoksi oli myös palaute, jossa tapahtuman sisältöä kuvattiin minimalistiseksi. Muitakin sisällöltään ristiriitaisia palautteita löytyi, sillä esimerkiksi Kokemäen Kolli nimettiin toisissa palautteissa tapahtuman kivoihin asioihin, mutta toisissa palautteissa Kokemäen Kollin läsnäolo nousi asiaksi, johon ei tapahtuman sisällössä oltu tyytyväisiä. 86 % vastaajista oli tyytyväisiä tapahtumapäivän sisältöön ja loput 14 % jäivät kaipaamaan jotakin mitä ei ollut tai mitä eivät ta-

pahtumasta löytäneet. Osan vastaajien mielestä tapahtumasta puuttui esimerkiksi grillimakkara, myös buffetin sisältö olisi saanut olla kattavampi. Laajempaa liikuntavälinekokeilumahdollisuutta kaivattiin parissa palautteessa. Myös kehonkoostumusmittausta kysyttiin, mutta se oli kävijältä jäänyt vain huomaamatta.



Kuvio 3. Vastasiko tapahtuma teidän perheen odotuksia.

Palautelomakkeen lopussa vastaajille annettiin mahdollisuus vapaaseen sanaan. Loppuun oli kerääntynyt vain pelkkää positiivista palautetta muutamaa kommenttia lukuun ottamatta. Näissä muutamissa kommentteissa kaivattiin enemmän vanhempien herättelyä sekä eri kellonaikaa, kun nyt tapahtuma oli juuri ”päikkäriaikaan”. Kiitos nousi esille valtaosassa. Tapahtumaa keuhuttiin hyvin järjestetyksi, jossa organisointi toimi. Hei me liikutaan yhdessä! -tapahtumassa oli kivaa ja sisältö oli kiinnostava.

6 YHTEENVETO JA POHDINTA

Yhteenvetona tapahtumasta, voin helpottuneena todeta onnistuneeni siinä hyvin ensikertalaiseksi. Kokonaisuutena päivä oli onnistunut ja paketti pysyi hyvin hallinnassa. Tietoteknisiä ongelmia, jolla tarkoitan nyt tietokoneen ja projektorin epäonnista yhteistyötä, lukuun ottamatta päivä sujui ilman ongelmia. Ainoa asia, jonka jo tapahtuman aikana huomasin puutteelliseksi, oli kuulutus ja tiedottaminen eri toimintapistäistä. Kävijäystävällisempää olisi ollut tiedottaa aika ajoin mitä kaikkea tapahtumasta löytyy ja mistä. Vastaisuudessa osaa sen asian kanssa olla tarkkaavaisempi ja

huomaavaisempi. Jälkeenpäin mietin myös tapahtuman ajankohtaa ja kestoja. Ajankohtana keväinen lauantai oli hyvä, mutta kellonaika oli toisten kävijöiden mielestä hankala, juuri päiväuniaikaan. Se saattoi verottaa kävijämäärää jonkin verran. Tapahtuman kesto, 4 tuntia antoi kuitenkin kävijöille mahdollisuuden valita sopivin ajankohta juuri omalle perheelle. Suurin kävijämäärä viihtyi tapahtumassa klo 12–15 välisenä aikana. Viimeinen tunti oli hiljaisiin, vaikkei kuitenkaan ”vieraaton”.

Tämä projekti antoi esimerkkiä Peipohjan päiväkodin henkilökunnalle, kuinka voisi järjestää toiminnallisemman vanhempainillan. Toimintaa ei tarvitse järjestää tällä mittakaavalla, vaan aktiviteettiä voisi järjestää esimerkiksi yhdelle osastolle kerrallaan. Tätä toiminnallista opinnäytetyötä voisi jatkaa myös teoreettisemmalla opinnäytetyöllä, jolla tutkittaisiin enemmän Kokemäen kaupungin varhaiskasvatushenkilöstön liikkumistottumuksia ja niiden vaikutuksia työhyvinvointiin. Myös asiakasperheiden liikkumistottumuksia voisi tutkia laajemmin.

Lokakuussa 2013 otin haasteen vastaan ja aloin yksin ruotia kasaan liikunta- ja toimintapäivää, jonka kohderyhmä koostui laajasta asiakasperhemäärästä. Kohderyhmä koostui ikäryhmistä, jotka sisälsivät eri-ikäisiä melkeinpä vauvasta vaariin. En kuitenkaan missään vaiheessa ajatellut haasteen olevan mahdoton tehtävä vaan pikeminkin kasvunpaikka itselleni sekä näytönpaikka osaamisestani ja opintojen aikana karttuneesta ammattitaidosta. Sain projektin aikana harjoittaa omia vahvuuksiani sekä kohdata tilanteita, joissa en ollut vielä sata prosenttisen varma omasta tietotaidostani ja jouduin kysymään neuvoja viisaammilta ja oppimaan heiltä. Erityisesti vuoro-vaikutustaitoja pääsin käyttämään päivittäin projektin aikana. Myös organisointitaidot saivat vahvistusta niin tapahtumaa edeltävinä päivinä kuin itse tapahtumapäivänä.

Projektin edetessä sain useampaan otteeseen kuulla kommentteja siitä, etten opinnäytetyön suhteen mennyt sieltä mistä aita on matalin. Ja olen itse siitä samaa mieltä. Oli kuitenkin erittäin palkitsevaa kuulla kommentteja, joista huomasin sen, että myös muut ovat panneet merkille sen, kuinka suurta työmäärää kannan harteillani kunnianhimoisena kohti luotuja tavoitteita. Päällimmäisenä ja kirkkaimpana ajatuksena itselläni oli, pystyä luomaan kaikin puolin onnistunut Hei me liikutaan yhdessä! –

tapahtumapäivä. Projektin aikana en pitänyt kirjaa käytetyistä työtunneista, sillä ne olisivat paukkuneet reilusti yli.

Kun itse tapahtuma oli ohi, se jota pitkään ja hartaasti suunniteltiin ja lopulta toteutettiin, tuntui olo sen jälkeen hieman tyhjältä. Ajatuksissa vellooi, että tässäkö tämä nyt oli, näin nopeasti ohi ja pitäisikö tässä olla nyt tyytyväinen – valtasivat mielen. Muutaman päivän kuluttua ja palautteet luettuani kuitenkin ymmärsin, että onnistuin luomaan monipuolisen ja onnistuneen tapahtuman, ja josta jäi hyvä mieli kaikille osapuolille, myös tapahtumaan osallistujille eli perheille. Pääsin tekemään ja työstämään sellaista, josta pidän. Projektille luodut tavoitteet täyttyivät niin omasta mielestäni kuin yhteistyökumppaneiden mielestä hyvin.

LÄHTEET

- Alijoki, E. 1998. Pesästä pieni ponnistaa – Lasten varhaisten vuorovaikutustaitojen tukeminen. Kirjayhtymä Oy.
- Arvonen, S. 2007. Meidän perhe liikkuu: vanhemman vinkit. Jyväskylä: WSOYpro
- Järvinen, M., Laine, A. & Hellman-Suominen, K. 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Helsinki: Kirjapaja.
- Karvonen, P., Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Lahti: VK-Kustannus Oy
- Kokemäen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma, 2011.
- Kokemäen kaupungin www-sivut. Viitattu 16.7.2014. <http://www.kokemaki.fi>
- Kullström, M. & Ruotsalainen, S-M., 2014. Lasten liikuntakirja. Helsinki: Readme.fi
- Leikkien www-sivut. Viitattu 16.7.2014 <http://www.leikkien.fi>
- Pupita-Mattila, K. 2007. Arvostava kohtaaminen. Jyväskylä: PS-Kustannus
- Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa: Suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. Helsinki: Talentum
- Stakes. 2003. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Oppaita 56. Saarijärvi: Gummerus.
- Suomen Latu www-sivut. Viitattu 29.7.2014 <http://www.suomenlatu.fi>
- Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita. 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suosittukset. Helsinki.
- Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivut. Viitattu 28.8.2014. http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/periaatteet/yhteisollisyys
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja: Didaktis- metodisia perusteita ja käytännön ideoita. LS-KIRJAT

LIITE 1

Kokemäki 17.1.2014

Tervehdys!

Ja hyvää alkanutta vuotta Teille kaikille! Olen Satakunnan ammattikorkeakoulun sosiaalialan, sosionomi (AMK), 3.vuoden opiskelija. Nyt on tullut opinnäytetyön aika, jonka teen Peipohjan päiväkotiin, Teidän lapsenne hoitopaikkaan. Toiminnallisen opinnäytetyöni aiheeksi valikoitui koko perheen tapahtuma: Hei me liikutaan yhdessä! – Aurinkoinen liikunta- ja toimintapäivä Peipohjan päiväkodin lapsille perheineen lauantaina 26.4.2014 Sataedu-Areenalla. Tulevan tapahtuman päätarkoituksia ovat yhteistyön lisääminen perheiden kanssa, kasvatuskumppanuuden vahvistaminen ja toteutuminen, liikunnan lisääminen arkeen niin päiväkodissa kuin kotonakin sekä perheiden yhdessä vietetyn ajan lisääminen.

Ohessa oleva pienimuotoinen tiedustelu aloittaa meidän yhteistyömme, sillä haluan kuulla juuri Teidän perheenne mielipiteitä ja toiveita tulevaan tapahtumaan liittyen. Olen kiitollinen, jos ehditte käyttämään muutaman minuutin ajastanne kyselyn täyttämiseen, se on minulle arvokas apu tapahtuman suunnittelun kannalta. Vastauksenne tulee ainoastaan minun käyttööni, joiden avulla ideoin tapahtuman sisältöä. Toivoisin, että vastaatte kyselyyn 9.helmikuuta 2014 mennessä. Kyselyyn vastanneiden kesken arvotaan tapahtumapäivänä sarjalippuja Kokemäen uimahalliin.

Vastaukset voitte lähettää sähköpostiosoitteeseeni: eveliina.ekberg@student.samk.fi. Jos Teillä tulee jotain kysyttävää opinnäytetyöhöni liittyen, vastaan mielelläni kysymyksiinne. Kiitän jo etukäteen vastauksistanne!

Yhteistyöterveisin,

Eveliina Ekberg

LIITE 2

TIEDUSTELU PEIPOHJAN PÄIVÄKODIN LASTEN PERHEILLE 26.4.2014 TOTEUTETTAVAAN HEI ME LIIKUTAAN YHDESSÄ!- TAPAHTUMAAN LIITTYEN.

Perheenjäsenten nimet? (arvontaa varten)

1. Kertokaa millaisia toiveita Teidän perheellänne on tulevaa tapahtumaa kohtaan?
2. Kertokaa lyhyesti perheenne liikuntatottumuksista:
3. Mitä liikuntaa harrastatte yhdessä, esim. vanhempi/vanhemmat & lapsi/lapset?
4. Kuinka monta kertaa viikossa liikutte yhdessä?
 Kerran
 2-3 kertaa
 4 tai enemmän
5. Kuinka tärkeäksi koette perheen yhdessä vietetyn liikuntahetken?
 Todella tärkeä
 Tärkeä
 Ei merkitystä
 En osaa sanoa

6. Harrastaako lapsenne yksin/sisaruksen/kaverin kanssa jotain? Mitä?:

7. Lopuksi sana on vapaa:

KIITOS VASTAUKSISTA!

TERVETULOA

HEI ME LIIKUTAAN YHDESSÄ!

Koko perheen aurinkoiseen
liikunta- ja toimintapäivään

Sataedu-Areenalle lauantaina
26.4.2014 klo 12-16

TEKEMISTÄ KAIKILLE

- Pomppulinna ja kasvomaalausta
- Liikuntarasteja ja motoriikkarata
- Ongintaa ja ilmapalloja
- Leikkien -opettavaiset lelut esittelijä
- Me&I lasten- ja naistenvaate esittelijä
- Paloauto-esittely, lapsille oma paloauto
- Mukana myös Kokemäen Kolli

PIKKURAHALLA

- Arvontaa
- Buffetti
- Kehonkoostumusmittausta aikuisille

VAPAA PÄÄSY!



Tapahtuman järjestää toiminnallisena opinnäytetyönään sosiaalialan opiskelija Eveliina Ekberg

YHTEISTYÖSSÄ



SATAEDU

PALAUTELOMAKE

Hei me liikutaan yhdessä! – koko perheen tapahtuma 26.4.2014

1. Oliko tapahtuma Teidän perheenne mielestä?

Erittäin hyvä

Hyvä

Kohtalainen

Huono

2. Mikä oli Teidän perheenne mielestä parasta tapahtumassa?

3. Oliko tapahtumassa jotain sellaista, johon ette olleet tyytyväisiä?

Kyllä

Ei

Jos vastasitte kyllä, mikä/mitä se oli?

4. Puuttuiko tapahtumasta jotain, mitä odotitte? Mitä?

5. Vastasiko tapahtuma teidän perheenne odotuksia?

Kyllä

Ei

6. Koetteko saaneenne riittävästi informaatiota ennen tapahtumaa?

Kyllä

Ei

7. Sana on vapaa, risuja ja ruusuja?

PALAUTTEESTANNE KIITTÄEN!

Eveliina Ekberg

SATAEDU
HARJAVALTA

KOKEMÄEN
TAEKWONDO

KK-V
YLEISURHEILU

KOKEMÄEN
NAISVOIMISTELIJA

LIITE 5
KOKEMÄEN PALLO

MOTORIIKKA-
RATA

PARTYLITE-
EDUSTAJAT

PEIPOHJAN
PÄIVÄKOTI

KOKEMÄEN
HIUSHUONE

KASVO-
MAALAUS

LEIKKIEN-
OPPIMIS-
KONSULTTI

POMPPULINNA,
”INFONURKKAUS
” PERHE-
LIKUNNASTA,
PALAUTE-
LAATIKKO

ME&I-MYYJÄ

KEHON-
KOOSTUMUS-
MITTAUS

ARVONTA

BUFFETTI

ONGINTA

SISÄÄNKÄYNTI,
NAULAKOT, WC:T,
PALAUTEAATIKKO