



Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen yksikön motoristen taitojen havainnoinnin työkalun käyttöohje

Salla Kollanen

Haaga-Helia ammattikorkeakoulu

Liikunnanohjaajan tutkinto

Opinnäytetyö

2024

Tiivistelmä

Tekijä(t) Salla Kollanen
Tutkinto Liikunnanohjaajan tutkinto
Raportin/Opinnäytetyön nimi Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen yksikön motoristen taitojen havainnoinnin työkalun käyttöohje
Sivu- ja liitesivumäärä 25 + 25
<p>Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää motoristen taitojen havainnoinnin työkalun käyttöohje, jonka tarkoitus on tukea varhaiskasvattajia lasten motoristen taitojen havainnoimisessa ja niiden dokumentoimisessa. Työkalu toteutettiin aikaisemmalla opintojaksolla. Sen tarkoitus oli auttaa varhaiskasvattajia systemaattisesti arvioimaan ja tukemaan lasten motoristen taitojen kehittymistä. Työkalun rakentamisessa käytettiin Piilo-tutkimuksen materiaaleja.</p> <p>Työn teoriapohjassa käsitellään lasten liikkumista varhaiskasvatuksessa, motorisia taitoja ja niiden havainnointia sekä miksi ne ovat tärkeitä lapsen kehityksen kannalta. Piilo-tutkimusta käsittelevässä teoria osuudessa on kerrottu Piilo-tutkimuksen tarkoitus ja tutkimuksessa käytettävät materiaalit, jotka ovat oleellisia opinnäytetyön kannalta. Lisäksi osiossa on kerrottuna, miten materiaaleja hyödynnettiin työkalun rakentamisessa. Palvelumuotoilun teoriassa käsitellään, mitä on palvelumuotoilu, minkälainen prosessi se on, mitä käyttäjäkeskeinen suunnittelu on ja mitä prototyyppi on. Käyttöohjeen teoriassa käydään läpi, millainen on hyvä käyttöohje. Teoriassa käsitellään käyttöohjeen käytettävyyttä, kirjoitustyyliä, kieliasua ja sen visuaalisuutta.</p> <p>Opinnäytetyön menetelmänä käytettiin palvelumuotoilua, jotta saavutetaan käyttäjälähtöinen ja asiakkaan tarpeiden huomioiva käyttöohje. Toiminnallisessa osuudessa kuvataan työn eteneminen ja siinä käytetyt materiaalit sekä työkalut. Työssä käytettiin sähköistä kyselyä asiakasymmärryksen kartoittamiseksi. Kysely sisälsi viisi avointa kysymystä. Kyselyllä kartoitettiin varhaiskasvattajien näkemyksiä käyttöohjeen tarpeista ja sen käytettävyydestä. Lisäksi hyödynnettiin varhaiskasvatuksen työntekijöitä prototyypin arvioimisessa. Arvioinnilla testattiin ohjeen käytettävyyttä ja selkeyttä.</p> <p>Työn lopputuloksena luotiin konkreettinen käyttöohje, joka on saavutettavissa varhaiskasvatuksen arjessa ja on heille hyödyksi. käyttöohje on käyttäjäystävällinen ja asiakkaan tarpeiden mukainen. Käyttöohjeen sisällössä otettiin huomioon tekstin kieliasu ja ulkomuoto. Visuaalisuutta lisättiin kuvilla, symboleilla ja yhtenäisenä värimaailmana.</p>
Asiasanat Motoriset taidot, varhaiskasvatus, käyttöohje, palvelumuotoilu, havainnointi ja dokumentointi.

Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	Varhaiskasvatus ja liikkuminen	2
2.1	Motoriset taidot	2
2.2	Motoristen taitojen havainnointi	4
3	Piilo-tutkimus.....	6
3.1	Piilo tutkimuksen Little DCDQ-FI	6
3.2	Piilo-tutkimuksen kuvallinen haastattelu	8
3.3	Piilo- tutkimuksen motoriset taidot testi.....	9
4	Palvelumuotoilu	11
4.1	Käyttäjäkeskeinen suunnittelu	11
4.2	Prototyypointi	12
5	Hyvän käyttöohjeen määritelmä.....	13
5.1	Kirjallinen kieli- kieliasu	14
5.2	Visuaalisuus.....	14
6	Opinnäytetyön tavoite ja toimeksiantaja.....	15
7	Kehitysprojekti.....	16
7.1	Toiminnan eteneminen ja kuvaus	16
7.2	Asiakasymmärrys.....	17
7.3	Käyttöohje	18
7.4	Arviointi	19
7.5	Lopullinen käyttöohje	20
8	Pohdinta	21
	Lähteet.....	23
	Liitteet	26
	Liite 1. Motoristen taitojen havainnoinnin työkalu.....	26
	Liite 2. Motoristen taitojen havainnoinnin käyttöohje.....	30

1 Johdanto

Lasten motoristen taitojen havainnointi ja liikkuminen on ajankohtainen aihe. Sitä pyritään edistämään valtakunnallisella tasolla. Edellisessä hallitusohjelmassakin oltiin huolissaan lasten liikkumattomuudesta. Liikkumattomuuteen halutaan vaikuttaa yhä enemmän ja saada lapsia liikkumaan aiempaa paremmin. (Ahva 12.1.2023.) Liikkumisen lisäämistä edistää opetus- ja kulttuuriministeriön ja muiden tahojen projektit ja hankkeet. Esimerkiksi Jyväskylän ammattikorkeakoulun Likesin ja yhteistyökumppaneiden Piilo-tutkimus ja kehityshanke sekä liikkuvavarhaiskasvatus. Varhaiskasvatuksessa tehtävät motoriset havainnot ja dokumentoinnit, ovat tärkeitä lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle. Kokonaisvaltainen kehitys käsittää fyysisen, psyykkisen, sosiaalisen ja kognitiivisen kehityksen (Suunnittelenliikuntaa s.a.)

Varhaiskasvatuksessa liikkumisen tärkeys on merkittävä. Liikkuminen edistää lapsen hyvinvointia ja on tärkeässä roolissa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Lapsi pääsee oppimaan uusia taitoja ja luomaan liikunnan avulla pystyvyyttä sekä itsetuntoa. (Liikkuva varhaiskasvatus s.a.) Lapsen tulisi saavuttaa motoriset perustaidot jo ennen kouluikää, jotta he voisivat selvitä koulun arkisista haasteista. Kuten liikkumisesta paikasta toiseen sekä muiden lasten kanssa leikkimisestä. Lasten motoristen taitojen havainnoinnista ja sen dokumentoimisesta on jonkin verran tutkimuksia ja artikkeleita. (Rintala, Sääkslahti & Iivonen 2016, 49.)

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii aikaisemmassa opintojakson projektissa toiminut Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen yksikkö. Yksikkö korostaa liikunnallisuutta ja positiivista pedagogiikkaa. Yksikön ajatusmaailma on, että aikuiset väistävät liikkuvia lapsia ja liikuntaa on arjessa joka päivä eri muodoissa.

Opinnäytetyön aihe on motoristen taitojen havainnoinnin työkalun käyttöohje. Aihe nousi esille liikunta-, hyvinvointi- ja urheilutoiminnan kehittämisen opintojakson kehitysprojektia tehdessä. Kehitysprojektissa kehitettiin erääseen Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen yksikköön työkalu, jonka avulla voidaan havainnoida ja dokumentoida lasten motorisia taitoja. Tämän tarkoitus on helpottaa varhaiskasvattajien arkea havainnoinnissa ja sen dokumentoinnissa. Kehitysprojektia tehtiin kyseisen päiväkodin varhaiskasvattajien kanssa ja konsultoitiin myös Tampereen kaupungin sivistyspalveluiden koordinaattoreita. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on luoda työkalulle kirjallinen käyttöohje, jotta yhä useampi varhaiskasvattaja pystyisi tekemään motoristen taitojen havainnointia sekä dokumentointia. Työkalu on luotu fyysisen kehityksen eli motorististen perustaitojen havainnointiin ja dokumentoimiseen.

2 Varhaiskasvatus ja liikkuminen

Varhaiskasvatuksessa yhtenä tavoitteena on innostaa lapsia monipuoliseen liikkumiseen ja luoda kokemuksia liikunnan ilosta. Liikkumisen merkitys varhaiskasvatuksessa on kirjattu lakiin sekä valtakunnalliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan. Varhaiskasvatussuunnitelmassa on kuvattu liikuntakasvatuksen tavoitteellisuutta sekä fyysisen aktiivisuuden eri osa-alueita. Varhaiskasvatussuunnitelmaan on kirjattu, että varhaiskasvatuksen tavoitteena on innostaa lapsia liikkumaan monipuolisesti, kehittää lasten kehontuntemusta ja sen hallintaa sekä motorisia perustaitoja. Näitä ovat: tasapaino, - liikkumis- ja välineenkäsittelytaitoja. Lasten motoristen taitojen suunnitelmallinen havainnointi on tärkeää, jotta motoristen taitojen kokonaisvaltainen kehitys toteutuu. Henkilöstön tulisi suunnitella päivän rakenne niin, että lapset pystyvät nauttimaan monipuolisesta liikkumisesta eri tilanteissa ja erilaisilla välineillä. (Opetushallitus 2022, 52.) Varhaiskasvatuksensuunnitelmassa on myös kuvattu liikunnan tärkeyttä kokonaisvaltaiselle kehitykselle sekä motorisille taidoille ja niiden havainnoinnille. Varhaiskasvatuksen yksi tavoitteista on toteuttaa monipuolista pedagogista toimintaa, jonka keskiössä on liikkuminen ja myönteiset oppimiskokemukset (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540, 1:3.3). Liikuntakasvatuksessa tärkeä osa on liikkeen havainnointi ja sen dokumentointi, jotta voidaan kehittää varhaiskasvatustoimintaa lapsen tarpeiden tukemiseksi (Opetushallitus 2022, 52).

2.1 Motoriset taidot

Motoriset taidot ja motoriset perustaidot ovat yhteydessä lapsen kasvuun ja kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Motoriset taidot luovat pohjaa kaikenlaisen taidon oppimiseen ja mahdollistaa liikkumisen koko elämänkaaren aikana jo varhaislapsuudesta asti. Motoriset perustaidot luovat pohjan liikunta- ja lajitaidoille. Nämä alkavat kehittyä varhaislapsuudessa noin 2 vuoden ikäisenä. (Jaakkola 2014, 13–15.)

Motorisilla taidoilla tarkoitetaan taitoa, jossa keho tai raajat liikkuvat tahdonalaisesti tavoitteen saavuttamiseksi (Jaakkola 2014, 13). Motorisia taitoja opitaan varhaisessa vaiheessa. Niiden oppimiseen vaikuttaa ympäristö, yksilön ominaisuudet ja annetut tehtävät. (Jaakkola 2016, 25–27.) Motoriset taidot voidaan luokitella useaan osa-alueeseen, kuten karkea- ja hienomotorisiin taitoihin sekä havaintomotorisiin taitoihin. Karkeamotoriset taidot ovat isoilla lihasryhmillä tehtyjä liikkeitä, kuten juokseminen ja hyppääminen. Siinä yksilö hallitsee kehon ison lihasryhmien lisäksi liikkumisessa tarvittavia lihastoimintojen koordinaatiota. Hienomotoriset taidot ovat pienillä lihaksilla aikaansaatuja liikkeitä, joissa tarvitaan tarkkuutta. Niihin tarvitaan erityisesti silmä-käsikoordinaatiota, sormien ja ranteen näppäryyttä. Hienomotorisia taitoja ovat muun muassa kirjoittaminen ja kengän nauhojen solmiminen. Karkea- ja hienomotoriset taidot voidaan ajatella toistensa jatkumoksi. Osa

liikkeistä vaativat enemmän karkeamotorisia taitoja, joissa hienomotoriset taidot viimeistelevät liikkeen. (Jaakkola 2010, 45.) Havaintomotoriset taidot tarkoittavat taitoja, joilla yksilö hahmottaa omaa kehoaan ja sen eri osia suhteessa ympäröivään tilaan, käytettävään aikaan ja voimaan. Havaintomotoriikan osa-alueita ovat: kehon tuntemus, avaruudellinen hahmottaminen sekä suunnan ja ajan hahmottaminen. Havaintomotorisia taitoja tarvitaan arjen eri liikkeissä ja tilanteissa. Esimerkiksi sen avulla hahmottaa, kumpi on oikea ja kumpi vasen puoli sekä mihin suuntaan liikutaan. (Jaakkola 2010, 55–57.)

Motoriset taidot voidaan vielä jakaa: avoimiin ja suljettuihin motorisiin taitoihin sekä yksittäisiin, sarjallisiin ja jatkuviin liikkeisiin. Avoimen ja suljetun taitojen toteutukseen vaikuttaa ympäristö, jossa taitoja harjoitellaan. Esimerkiksi käveleminen yleisurheiluradalla on suljettu taito, koska ympäristö ei muutu. Käveleminen hiekkatiellä on avoin, sillä ympäristö muuttuu koko ajan ja kävelijä voi kohdata ylä- ja alamäkiä sekä kuoppia. Nämä muuttavat juoksijan tarkkaavaisuuden kohdetta sekä askellusta. Yksittäisiä taitoja ovat liikkeet, joissa on selkeä alku ja loppu, kuten hyppy ylöspäin. Sarjallisissa liikkeissä on yhdistettynä useampi taito, kuten tanssissa erilaiset askelsarjat. Jatkuvia liikkeitä ovat esimerkiksi juokseminen ja kävely. Niissä toistetaan samaa tekniikkaa pitkiä aikoja. (Jaakkola 2010, 55–57.)

Motorisiin taitoihin kuuluu myös motoriset perustaidot. Motoriset perustaidot ovat opittuja taitoja ja niiden yhdistelmiä sekä niiden hallitseminen mahdollistaa itsenäisen liikkumisen lapsella. (Innostun liikkumaan s.a.) Motoriset perustaidot luokitellaan: tasapainotaitoihin, välineenkäsittelytaitoihin ja liikkumistaitoihin. Tasapainotaidot jaetaan staattisiin ja dynaamisiin. Staattisessa tasapainossa keho pysyy paikallaan samassa asennossa, kuten istuminen tuolilla tai seisominen paikallaan. Dynaamisessa tasapainossa pyritään pitämään kehon asento samana liikkuessa, kuten tasahyppely viivan yli. Välineen käsittelytaidot ovat taitoja, joissa käytetään karkea- ja hienomotoriikkaa. Tavoitteena on tuottaa kehosta voimaa välineen liikuttamiseksi tai pysäyttämiseksi. Välineenkäsittelytaidoista ovat esimerkiksi keihäänheitto, pallon potkaiseminen ja kiinniottaminen. Liikkumistaidot ovat taitoja, joilla pystytään liikkumaan paikasta toiseen, kuten juokseminen ja laukkaaminen. (Jaakkola 2014, 13.) Motoriset perustaidot ovat listattuna taulukkoon 1

Taulukko 1 Motoriset perustaidot (Mukaiillen Jaakkola 2013).

<i>Motoriset perustaidot</i>		
Tasapainotaidot	Liikkumistaidot	Välineenkäsittelytaidot
Kääntyminen	Käveleminen	Heittäminen
Venyttäminen	Juokseminen	Kiinniottaminen
Taivuttaminen	Ponnistaminen	Potkaiseminen
Pyörähtäminen	Loikkaaminen	Kauhaiseminen
Heiluminen	Hyppääminen esteen yli	Iskeminen
Kieriminen	Laukkaaminen	Lyöminen ilmasta
Pysähtyminen	Liukuminen	Pomputteleminen
Väistyminen	Harppaaminen	Kierittäminen
Tasapainoilu	Kiipeäminen	Potkaiseminen ilmasta

Lapsi alkaa omaksumaan motorisia perustaitoja noin 2–7 vuoden ikäisenä. Lasten motoriset perustaidot kehittyvät kolmessa eri vaiheessa: alkeisvaihe, perusvaihe ja kehittynyt vaihe. Alkeisvaiheessa lapsi alkaa kokeilemaan perustaitoja. Tässä vaiheessa liikkeet ovat usein hallitsemattomia ja liikkeestä puuttuu koordinaatio. Alkeisvaiheen jälkeen tulee perusvaihe, jossa perustaitojen suoritukset ovat kontrolloidumpia ja suorituksen rytmi on parempi. Osa suorituksista ei kuitenkaan ole täysin sujuvia. Viimeisessä motoristen perustaitojen vaiheessa eli kehittyneessä vaiheessa lapsen suoritukset ovat kokonaisuuksia. Liikkeet ovat sujuvia, koordinoituja ja rytmi oikea. Liikkeeseen on tullut myös tarkkuutta ja tehoa lisää. (Jaakkola 2016, 25–29.) Motorisia perustaitoja kehitetään koko eliniän, mutta ennen kouluikää edeltävät vuodet ovat niiden oppimiselle parhaimmat (Jaakkola 2013, 175). Ne luovat pohjan myöhemmälle lajitaitojen oppimiselle ja ovat jokapäiväisissä askeleissa läsnä. Lapsena opitut hyvät motoriset taidot ovat olleet yhteydessä aktiivisempaan elämään nuorena ja aikuisiässä. (Jaakkola 2014, 14.)

2.2 Motoristen taitojen havainnointi

Säännöllisellä ja ohjatulla liikunnalla on iso merkitys lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja motoriselle oppimiselle, jonka takia on tärkeää myös havainnoida motorisia taitoja (Opetushallitus 2022, 31). Motoristen taitojen havainnoinnissa arvioidaan, miten lapsi on oppinut motorisia taitoja ja mihin taitojen osioon hän tarvitsee tukea/ harjoittelua. Havainnointia voidaan suorittaa kyselyillä, haastatteluilla ja testeillä. (Kauranen 2011, 329.) Havainnointia voidaan tehdä leikki tilanteista, sisällä sekä ulkona arjen tilanteissa pärjäämisellä. Apuna voidaan käyttää esimerkiksi tarkistuslistoja ja kyselylomakkeita. (Asunta 2018, 48.)

Lapsen motoristen taitojen ja kehityksen havainnoinnin tavoitteena on positiivista oppimista sekä kehitystä tukeva käsitys lapsen yksittäisistä taidoista, kokonaisvaltaisesta kehityksestä ja oppimiseen vaikuttavista tekijöistä. Havainnoinnin tarkoituksena on kiinnittää huomiota lapsen kehityksessä puutteelliset ja viiveelliset asiat. Tämän avulla pystytään lapselle tarjoamaan lapselle hänen tarvitsema tuki ja kehittää motorisia taitoja oikeaan suuntaan. Näin pystymme luomaan lapselle positiivisen liikunta kokemuksen ja onnistumisen tunteita liikunnassa. (Innostun liikkumaan s.a.) Lapsen motoristen taitojen havainnointia tekee vanhempien lisäksi lääkärit, opettajat, terapeutit ja varhaiskasvattajat (Laasonen, 2005, 199-197).

Heikot motoriset taidot ovat yhteydessä oppimiseen, lapsen fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Tämän lisäksi ne vaikuttavat toiminnanohjaukseen ja tarkkaavuuden häiriöihin. Motorisilla oppimisen vaikeudella tarkoitetaan vaikeutta oppia uusia motorisia taitoja ja soveltaa niitä eri ympäristöissä ja tilanteissa. Ne voivat heijastua myös ongelmoina tarkkaavaisuudessa, kielenkehityksessä, lukemisessa ja matemaattisissa taidoissa sekä arkisissa tehtävissä kuten pukemisessa. Motorisia oppimisvaikeuksia esiintyy noin 5–6 prosentilla lapsista. Oppimisvaikeuksia voi olla esimerkiksi havaintomotoriikassa, karkea- ja hienomotoriikassa tai monessa osa-alueessa yhtä aikaa. Lapsen motoristen taitojen oppimisen vaikeudet ilmenevät yleensä liikkumisen aikana. Liikkuminen ei yleensä ole sujuvaa vaan näyttää kömpelöltä ja jäykältä. Liikkuminen voi olla epätarkkaa ja siitä puuttuu rytmi. (Asunta 17.04.2019.)

3 Piilo-tutkimus

Piilo-tutkimuksessa selvitetään Suomessa 4–6-vuotiaiden lasten liikkumisen määrää ja laatua. Tutkimus- ja kehittämishanke on toteutettu yhteistyössä Likesin, Jyväskylän yliopiston ja liikkuvan varhaiskasvatuksen kanssa. Tutkimushanke on Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittama. Piilo-tutkimuksen hanke alkoi vuonna 2019 pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen seurannan kehittämiseksi. Siitä syntyi tulosraportti vuonna 2021. Tulosraportissa on kuvattuna koko tutkimus- ja kehityshanke ja niiden tulokset. Vuonna 2023 toteutettiin uusi Piilo-tutkimus. (Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021.)

Hankkeessa kehitettiin pedagogisia työkaluja motoristen taitojen havainnointiin ja niiden oppimisen vaikeuksien tunnistamiseen, kuten Little DCDQ-FI-lomake, motoristen taitojen testi. Hankkeessa kehitettiin myös kuvallinen haastattelu, jolla voidaan havainnoida lapsen omaa käsitystä itsestään liikkujana ja liikunnan suhdetta. (Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021, 4–16.) Tutkimuksen tavoitteena on valmistella ja kokeilla erilaisia ratkaisuja pienten lasten liikkumisen ja motoristen taitojen mittaamiseksi osana väestötason seurantaa. Tavoitteena on myös verrata fyysisen aktiivisuuden eri mittausmenetelmiä keskenään sekä arvioida ja kuvata niiden vahvuudet ja rajoitukset. Mittausmenetelmien toimivuutta tarkastellaan erityisesti väestötason seurannan näkökulmasta. Samalla pohditaan mittausten ja seurannan toteutusta osana varhaiskasvatusta ja neuvolatoimintaa. Pilottimittausten perusteella pyritään tuottamaan uutta tietoa pienten lasten liikkumisesta ja motorisista taidoista. (Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021, 15.)

Hankkeen ensimmäisiin tutkimuksiin vuonna 2019–2021 osallistui noin 800 lasta, jotka olivat 4–6-vuotiaita, heidän huoltajansa ja varhaiskasvatuksen henkilöstöä. Osallistujat olivat pääkaupunkiseudulta, Keski-Suomesta ja Pohjois-Suomesta. Piilo-tutkimuksessa oli mukana monia asiantuntijoita ja tutkijoita, joilla on monialaista osaamista varhaiskasvatusikäisten lasten fyysisestä aktiivisuudesta, motorisista taidoista ja hyvinvoinnista. Tutkimuksessa kerättiin mittaustietoja erilaisilla menetelmillä, kuten kyselyillä, havainnointi haastatteluilla, päiväkirjoilla sekä aktiivisuuden ja motoristen taitojen testeillä. Mittauksiin osallistui lapset, heidän huoltajansa sekä varhaiskasvattajat. (Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021, 16–17.)

3.1 Piilo tutkimuksen Little DCDQ-FI

LITTLE DCDQ (Little Developmental Coordination Disorder Questionnaire- mittari) lomake on luotu tunnistamaan motorisia vaikeuksia 3–4-vuotiailla lapsilla. Lomake on alun perin kanadalaisesta vanhempien lasten 5–15-vuotiaiden DCDQ-lomakkeesta, jota on myöhemmin kehitetty varhaiskasvatukseen. Sen tarkoituksena on pyrkiä tunnistamaan varhaiskasvatuksesta lapset, joilla on motorisia haasteita. Piilo-tutkimuksessa lomakkeesta tehtiin suomenkielinen versio. Versiossa tehtiin

pieniä sanallisia muutoksia, jotta se sopii paremmin Suomessa olevaan kohderyhmään sekä kulttuuriin. (Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021, 99–100.)

Lomake koostuu 15 eri väittämästä, jotka mittaavat motorista säätelyä, kehonhallintaa, hienomotoriikkaa sekä yleistä koordinaatiota. Väittämässä vertaillaan lapsen motorisia taitoja muihin samanikäisiin lapsiin. Väittämät pisteytetään 1–5 asteikolla. Näin testistä voi saada 15–75 pistettä. Mitä suuremmat pisteet, sitä parempi motorinen pätevyys Lapsella on. (Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021, 100.) Pisteytyksen avulla hahmotetaan mahdollinen huoli.

Piilo-tutkimuksen tulokortin mukaan Little DCDQ-FI lomake ei ole välttämättä vielä täysin validi, koska siitä ei ole tarpeeksi tutkimusta. Kuitenkin sitä voidaan hyödyntää motoristen oppimisen vaikeuden tunnistamisessa, koska sen avulla saadaan yleiskuvaa, miten lapsi toimii arjessa sekä voidaan verrata muihin samanikäisiin. (Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021, 110.)

Aikaisemmassa kehitysprojektissa hyödynnettiin Little DCDQ-FI-lomaketta alle 3-vuotiaiden havainnoimiseen. Lomake sisältää arjen asioita, joita alle 3-vuotiaat harjoittelevat. Kehitystyön lomakkeen väittämät säilytettiin samoina, mutta sanamuotoa muutettiin siten, että "lapseni" korvattiin sanalla "lapsi". Lisäksi väittämien arviointiasteikkoa muokattiin: "ei lainkaan" korvattiin "ei vielä" ja "vain vähän" muutettiin muotoon "vähän". Näillä muutoksilla asteikosta tehtiin sävyiltään positiivisempi, mikä tukee positiivista pedagogiikkaa. Työkalun lomake kuvassa 1.

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	päivämäärä	Kuvaa lasta	eivielä	vähän	jonkin verran	hyvin	erittäin hyvin	Huomiot
2		Lapsi osaa heittää ison pallon (halkaisija noin 25cm) toiselle lapselle tai aikuiselle.						
3		Lapsi osaa ottaa kahdella käetl kiinni ison pallon, joka heitetään hänen keskivartaloon kohti 1,5 metrin etäisyydeltä.						
4		Lapsi osaa potkaista häntä kohti vieritettyä palloa samalla tavalla kuin muut samanikäiset.						
5		Lapsi osaa liikuntaleikeissä matkia toisen lapsen, aikuisen tai kuvan asentoja (esim. Kapteeni käskkee, seuraa johtajaa).						
6		Lapsi osaa juosta nopeasti ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset lapset						
7		Lapsi osaa liikkua paikasta toiseen ja vaihtaa asentoa kuin muut samanikäiset lapset (esim. kävellä portaita ylös ja alas, kiivetä sankyn ja pois sängystä).						
8		Lapsi osaa käyttää leikkipuiston välineitä kuten muut samanikäiset lapset (esim. kiipeää tikkaalta, laskee liukumäkeä).						
9		Lapsen liikkuminen näyttää sujuvalta. Hän ei kaatuile tai törmäile usein.						
10		Lapsi suoriutuu rakenteluteikeistä kuten muut samanikäiset (esim. palapelit, legot, palikkatomin kokoaminen, palikkarakennelmien tekeminen mallin mukaan).						
11		Kun lapsi joutuu istumaan jonkin aikaa, hän istuu suorassa (ei väsy helposti tai näytä valuvan ikään kuin putoasi tuoilta).						
12		Lapsi osaa juoda mukista läikyttämättä ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset lapset						
13		Lapsi osaa käyttää ruokailuvälineitä (lusikka, haanukka, teelusikka) syödessään ja käyttää niitä kuten muut samanikäiset lapset (osaa tuoda ruuan kohti suutaan).						
14		Lapsi osaa pitää kynää kädessään kuten muut samanikäiset lapset ja onnistuu piirtämään vapaasti.						
15		Lapsi osaa pujottaa isoja helmiä esimerkiksi lankaan tai rautalankaan.						
16		Lapsi osaa irrottaa tarroja tarrarkista ja tiimata niitä tiettyyn kohtaan paperilla						

Kuva 1 Työkalun Little DCDQ-FI lomake (Mukaiillen Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021).

3.2 Piilo-tutkimuksen kuvallinen haastattelu













Piilo-tutkimuksen kuvallisen haastattelun tarkoitus on kartoittaa lapsen kokemusta liikkumisesta. Sillä halutaan selvittää, miten he ymmärtävät liikunnan, minkä verran lapset pitävät liikunnasta ja kuinka hyväksi he kokevat itsensä liikunnassa. Lisäksi halutaan selvittää kokevatko lapset liikunnan iloa ja kuinka paljon sekä pelkäävätkö he liikuntaa. Tämän avulla voidaan selvittää, onko liikuminen lapsilähtöistä ja heidän kehitysikäänsä sopivaa. Tätä varten kehitettiin uusi kuvallinen haastattelu menetelmä, joka pohjautuu aikaisempiin tutkimuksiin ja kokemuksiin toimivista mittareista. (Sääkslahti, Mehtälä & Tammelin 2021, 123.)

Kuvallisen haastattelun pilotointiin kehitettiin kuusi kysymystä. Ensimmäinen kysymys on avoin kysymys, johon lapsi vastaa suullisesti, miten hän liikkuu. Viidessä seuraavassa kysymyksessä käytetään kuvaparia apuna. Kuvaparien kysymykset ovat:

- Liikutko sinä paljon?
- Pidätkö sinä liikunnasta?
- Oletko hyvä liikunnassa?
- Oletko sinä iloinen, kun liikut?
- Pelottaako liikunta sinua?

(Sääkslahti, Mehtälä & Tammelin 2021, 129.)

Pilotoinnista tehtiin johtopäätelmät, jossa todettiin haastattelu menetelmän toimivan (Sääkslahti, Mehtälä & Tammelin 2021, 130), jonka takia se otettiin kehitysprojektin työkaluun mukaan. Haastattelun kysymykset ja kuvaparit pidettiin työkalussa samana. Haastattelusta tehtiin työkaluun Excel taulukko, johon otettiin mukaan kysymykset ja kuvat. Työkalun kuvallinen haastattelu kuvattuna kuvassa 2.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	Päivämäärä	Lapsen kuvallinen haastattelu	Lapsi kertoo tekevänsä:						
2		1. Kun sinä liikut mitä sinä siibit tee? Kerro minulle. Lapsi kertoo tekevänsä:							
3									
4		Minkälaiseen ohjattuun liikuntatoimintaan lapsi kertoo osallituvansa							
5		2. Liikutko sinä paljon?							
6		Kyllä							
7		Ei							
8		Kumpinistä lapista on kuin sinä?							
9		Liikutko sinä aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tosi paljon (isompaa palloa)?							
10		Liikutko sinä jonkin verran (osoita pienempää palloa) vai ei niin paljon (suurempaa palloa)?							
11		3. Pötkö sinä liikunnasta?							
12		Kyllä							
13		Ei							
14		Kumpinistä lapista on kuin sinä?							
15		pidätkö sinä liikunnasta jonkin verran (osoita pienempää palloa) vai et yhtään (isompaa palloa)?							
16		Pidätkö sinä liikunnasta aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tosi paljon (suurempaa palloa)?							
17		4. Oletko sinä hyvä liikunnassa?							
18		Kyllä							
19		Ei							
20		Kumpinistä lapista on kuin sinä?							
21		Oletko sinä aika hyvä (osoita pienempää palloa) vai tosi hyvä (isompaa palloa)?							
22		Oletko sinä jonkin verran hyvä (osoita pienempää palloa) vai ei niin hyvä (suurempaa palloa)?							
23									
24									

Kuva 2 Työkalun taulukko kuvallisesta haastattelusta (Mukaillen Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021).





3.3 Piilo- tutkimuksen motoriset taidot testi

Piilo-tutkimuksessa haluttiin löytää motorisen kehityksen kannalta keskeiset ja mahdollisimman luotettavasti mitattavat taidot ja menetelmät niiden mittaamiseksi. Tutkimuksessa haluttiin saada monipuolista kuvaa 4–6-vuotiaiden motorisista taidoista. Tutkimukseen valittiin tasapainotaidot, liikumistaidot, välineenkäsittelytaidot sekä kehon hahmotusta mittaava keskilinjan ylittäminen. Mittausosioiden valinnoille kriteereinä olivat: lapsille mieluinen, selkeä ja yksinkertainen toteutustapa, jottei tarvitse monimutkaisia valmisteluja tai monia mittausvälineitä. Piilo-tutkimuksen mittaukseen valitut motoristen taitojen osa-alueet:

- Tasapainotaitojen mittaamiseen staattinen ja dynaaminen tasapaino.
- Liikuntataitojen mittaamiseen vuorohyppely, yhdellä jalalla hyppely, tasaponnistushyppy eteenpäin.
- Välineenkäsittelytaitojen mittaamiseen yliolanheitto, heitto-kiinniottoyhdistelmä ja potku.
- Havaintomotoristen taitojen mittaamiseen kehon keskilinjan ylittäminen.

(Sääkslahti, Mehtälä & Tammelin 2021, 75–76.)

Aikaisemmassa työkalun kehitysprojektissa hyödynnettiin motoristen taitojen testiä 3–6-vuotiailla. Testin liikkeisiin ei tehty muutoksia. Liikkeet lisättiin sellaisenaan Excel taulukkoon. Taulukkoon liitettiin kuva testattavasta taidosta, selitys mitä testataan, arviointikriteerit ja pisteytyksen merkkäminen. Osa taulukkoa on kuvattu kuvassa 3.

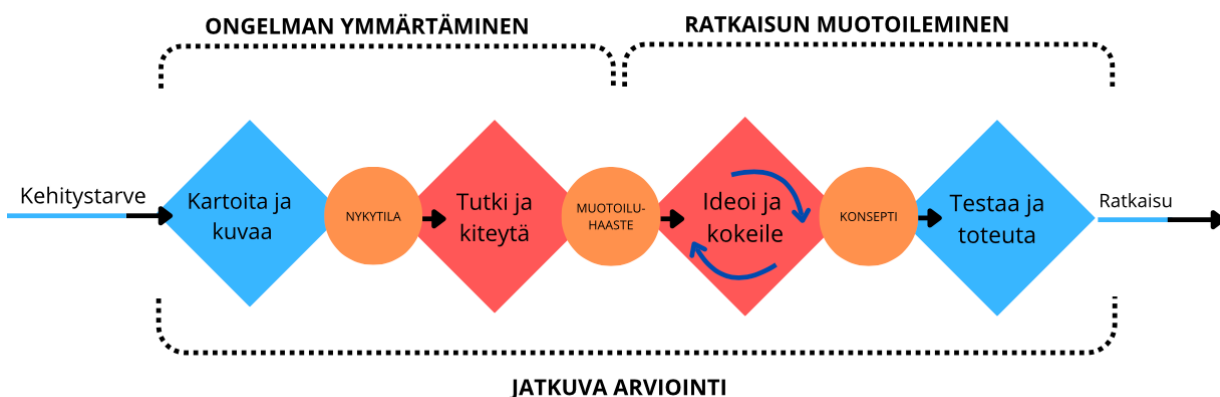
Päivämäärä	Motoriset taidot	Kriteerit	Tulos	Huomiot
	Tasapainotaidot Staattinen tasapaino. 1. Oikealla jalalla: a) aika b) laatu 2. Vasen jalka: a) aika b) laatu 	Staattinen tasapaino Jalat: 1) Tukijalkapaikallaan, paino koko jalkapohjalla Vapaa jalka taakse koukistettuna irti tukijalasta. Pää ja vartalo: 3) Pää vakaana, kaste suunnattuna eteenpäin 4) Vartalo vakaana ja pystyasennossa Kädet: 5) Kädet irti keskivartalosta, ei laajoja käsiliikkeitä	Oikea jalka: a) sekuntia (max 30s) b) /5 pistettä 2) Vasen jalka: a) sekuntia (max 30s) b) /5 pistettä	
	Dynaaminen tasapaino Sivuttain hyppeltäen 15 sekunnin aikana. 3-4-vuotiaille yksi suoritus kerta vuotiaalle kaksi suorituskertaa 	Dynaaminen tasapaino määrällinen arviointi	1. Suoritus: kerta. 2. Suoritus: kerta.	
	Liikkumistäidot Tasapainonnistushyppy eteenpäin hyppyn pituus a) laatu 	Tasapainonnistushyppy Valmistautumisvaihe: Polvet koukistuvat ja kädet ottavat vauhtia vartalon takaa. Ponnistusvaihe: 2) Ponnistus tasajalkaa. 3) Ponnistaessa nilkat, polvet ja lantio ojentuvat. Ilmälento vaihe: 4) Ponnistaessa kädet heilähtävät eteen ja ilmalennon aikana molemmat kädet käyvät vähintään olkapään tasolla. Alastulo vaihe: 5) Alastulo tasajalkaa polvistajoustaen.	a) cm 1) b) /5 pistettä	
	Vuorohyppely Suoritetaan 4-5 metrin pituisella merkityllä matkalla 	Jalat: 1) Suoritus rytmisen askel-hyppy 2) Laskautuminen päkiälle 3) Ponnistavan jalan polvi koukistuu valmistautuessa hyppyyn. Pää ja vartalo: 4) Pää ja vartalo vakaana, katse eteenpäin Kädet: 5) vastakkaisen käsen käyttö	/5 pistettä	

Kuva 3 Työkalun motoristen taitojen testi (Mukaan Sääkslahti, Mehtälä, & Tammelin 2021).

4 Palvelumuotoilu

Palvelumuotoilu keskittyy suunnittelemaan ja kehittämään palveluita. Sen tavoitteena on luoda palveluita, jotka ovat käyttäjäystävällisiä ja vastaavat asiakkaiden odotuksiin sekä tarpeisiin. (Jaakkola 21.2.2019, 0.20–0.50.) Palvelumuotoilun tarkoituksena on kehittää palveluita tai liiketoimintaa käyttäjän näkökulmasta niin, että asiakas on palvelun prosessissa aktiivisesti mukana. Palvelumuotoilua voidaan käyttää toimialasta riippumatta. (Palvelumuotoilu Palo 2020.) Palvelumuotoilu vastaa kysymyksiin: miten organisaatiot voisivat ymmärtää paremmin asiakkaita, mitä heidän asiakkaansa arvostavat ja kuinka käyttää asiakasymmärrystä parantaakseen asiakkaan palvelukokemusta. (Stickdorn ym. 2018. 14–15.)

Palvelumuotoilussa ei ole vain yhtä tiettyä polkua, vaan sitä voidaan muokata oman kehitysprosessin mukaisesti. Voidaan myös valita omat menetelmät, jotka ovat luonteeltaan parhaimmat omaan kehitystyöhön. Palvelumuotoilun prosessin keskeisimmät vaiheet voidaan jakaa neljään osaan. (Palvelumuotoilu Palo 2020.) Palvelumuotoilun vaiheet kuvattuna kuvassa 4.



Kuva 4. Palvelumuotoilun vaiheet (mukaillen Palvelumuotoilu Palo 2020).

4.1 Käyttäjäkeskeinen suunnittelu

Käyttäjäkeskeinen suunnittelu mittaa palvelun/ tuotteen käytettävyyttä. Se on yksi palvelumuotoilun menetelmä. Siinä pyritään tekemään tuotteesta/ palvelusta mahdollisimman miellyttävä ja helppo käyttöinen sen käyttäjälle. Käyttäjäkeskeisen suunnittelun tärkeä osa on ymmärtää ketkä ovat käyttäjiä ja millaisessa ympäristössä he toimivat. Tämä auttaa määrittelemään suunniteltavaa tuotetta/palvelua. Käyttäjäkeskeisessä suunnittelussa käyttäjät ovat tuotteen/palvelun kehitysprosessissa koko ajan mukana. Käyttäjät arvioivat tuotteen/palvelun välivaiheita ja prototyyppiä. (Niemelä 31.5.2021.) Tällöin saadaan parhaimmat tulokset käyttäjälähtöisestä tuotteesta/palvelusta.

4.2 Prototypointi

Prototypointi on yksi palvelumuotoilun menetelmä, jossa tehdään ideoidusta palvelusta konkreettinen visuaalinen näyte. Näytettä testataan palveluiden tai tuotteen käyttäjillä. Sen avulla pystytään testaamaan, onko tuote tarpeeksi asiakaslähtöinen ja sopiiko se kyseiselle asiakkaalle. Sen tarkoituksena on kerätä asiakaskokemuksia, joiden avulla pystytään löytämään prototyypille parannus ehdotuksia ja kehittämisideoita. (Koskimäki 16.2.2022, 0.36–1.20.) Prototypoioinnissa on erilaisia menetelmiä, kuten kuvakäsikirjoitus, tarinallistaminen, palvelunkuvaus ja karkean tason prototypointi. Prototyypin rakentamiseen vaikuttaa idea, kehitysprosessin vaihe ja tilanne. Tärkeää on muistaa, että ideaa päästään testaamaan asiakkaiden kanssa, jotta saadaan palautetta ja jatkokehittämisideoita. (Alhonen 16.12.2022, 0.27–0.50 & 3.11–3.45.)

5 Hyvän käyttöohjeen määritelmä

Käyttöohje on dokumentti, joka on ohjeistus tuotteen tai palvelun asennukseen, käyttöön tai vianmääritykseen. Sen tarkoituksena on auttaa käyttäjää ymmärtämään, miten tuote tai palvelu toimii. (Nykänen 2002.) Tämä antaa tietoa käyttäjälle käsiteltävästä asiasta. Käyttöohjeita on erilaisia ja yleensä ne koostuvat: teksteistä, kaavioista ja kuvista. Käyttöohjeet auttavat yksilöä perehtymään paremmin laitteeseen/ palveluun. (Kauppinen, Nummi & Savola 2005.) Käyttöohjeet voivat olla virtuaalisessa muodossa, kuten video tai PDF-tiedosto tai manuaalisia esimerkiksi kirjan muodossa. Opinnäytetyössä tehtävä käyttöohje tulee olemaan virtuaalisessa, sekä fyysisessä muodossa. Näin kohderyhmä pääsee helpommin ja nopeammin käsiksi fyysiseen käyttöohjeeseen varhaiskasvatuksen arjessa. (Nykänen 2002.)

Hyvä käyttöohje motivoi lukijaa lukemaan ja käyttämään käyttöohjetta. Motivointiin hyviä keinoja on runsas kuvitus sekä selkeän kielen käyttäminen. Kaaviot ja kuvat auttavat lukijaa havainnollistamaan luettua tekstiä. Hyvä ohje on laadittu käyttäjän näkökulmasta huomioiden asiakasryhmän tarpeet. Käyttöohjeen tulisi olla tyyliiltään ja rakenteeltaan selkeä. Siinä tulisi näkyä asiantuntemus käsiteltävästä asiasta. (Nykänen 2002.) Käyttöohjeen alussa kerrotaan, mitä ohje koskee ja kenelle se on tarkoitettu. Hyvä käyttöohje on myös johdonmukainen. Eli kerrotaan järjestyksessä, mitä tehdään, mitä seuraavaksi ja milloin tehtävä on hoidettu. (Sarkkinen 1.6.2021.)

Hyvä käyttöohje voidaan määritellä myös sen käytettävyydellä ja hyödyllisyydellä. Käytettävyyteen vaikuttaa ensivaikutelma, ohjeen fyysinen koko, kielivalinnat ja kuvitteellisuus. Käyttöohjeen ensivaikutelmasta tulee saada positiivinen. Siihen voidaan vaikuttaa tekstin sopivalla fontilla, koolla, käyttöohjeen paksuudella ja kuvituksella. (Hodgson 2007.) Käytettävyyttä on tärkeä mitata jo ohjetta tehdessä. Mittaamiseen voidaan käyttää Nilsenin (2012) viiden laadun osatekijällä: Opittavuudella, tehokkuudella, muistettavuudella, virheillä ja mukavuudella. Opittavuus mittaa, kuinka helposti käyttäjä voi suorittaa yleisiä tehtäviä ensimmäisellä lukukerralla. Tehokkuus mittaa, kuinka nopeasti käyttäjä voi suorittaa tehtäviä ohjeen tutustumisen jälkeen. Muistettavuus mittaa, kuinka nopeasti lukija/käyttäjät osaa lukea ohjetta pitkän ajan jälkeen. Virheet mittaavat, kuinka monta virhettä käyttäjä tekee, kuinka vakavia ne ovat ja kuinka he palautuvat virheistään. Mukavuus mittaa, kuinka mukava ohjetta on käyttää. Hyödyllisyydellä tarkoitetaan, kuinka hyvin käyttöohje vastaa käyttäjän tarpeita. Ohje voi olla helppo ymmärtää, mutta jos sen sisältö ei ole hyödyllistä, se ei palvele käyttäjää. Käytettävyyden ja hyödyllisyyden mittaavat yhdessä käyttöohjeen tarpeellisuuden ja onnistumisen. Käytettävyyden ja hyödyllisyyden onnistumista voidaan testata kohde ryhmällä. (Nilsen 2012.)

5.1 Kirjallinen kieli- kieliasu

Käyttöohjeessa kielen tulisi olla helposti ymmärrettävä ja selkeä. Olisi hyvä välttää turhia täytesanoja ja teknisiä termejä. Teknisiä termejä tulisi käyttää vain tarvittaessa ja niiden tulisi olla helposti selitettynä lukijalle. (Sarkkinen 1.6.2021.)

Käyttöohjetta laatiessa tulisi pohtia kohderyhmälle sopivaa kieli valintaa. Tämä auttaa rakentamaan kohderyhmälle helposti ymmärrettävän ohjeistuksen. Esimerkiksi teknisille asiantuntijoille voidaan sisällyttää enemmän teknisiä yksityiskohtia. Kun taas kuluttaja tuotteiden ohje tulisi olla riittävän yksinkertainen, jotta kaikki ymmärtäisivät. On myös tärkeää huomioida, kuinka lukijaa puhutellaan. Yleensä käyttöohjeet ja oppaat ovat kirjoitettuna käskymuodossa, kuten täytä, kirjaa ja tee. (Kankaanpää, Piehl 2011, 299.) Käyttöohjeen tekstissä tulisi olla vain oleellinen tieto, jotta teksti saadaan pidettyä ytimekkäänä. Kielen tulisi olla myös yhtenäistä. Kirjoittamisessa kannattaa välttää kirjoitusmuodon muuttamista. Kuten passiivin ja aktiivin kielenmuodon vaihtelua tekstien välissä. Tämä selkeyttää lukijalle, mitä pitää tehdä eikä jätä lukijaa arvailun varaan. (Hodgson 2007.)

5.2 Visuaalisuus

Visuaalisuus luo käyttöohjeelle hyvän ensivaikutelman, jonka takia se tulee ottaa huomioon. Käyttöohjeen visuaalisuus luo lukemisesta mielekkäämpää ja kiinnostavampaa. Esimerkiksi kaaviot ja kuvat auttavat lukijaa ymmärtämään tekstiä paremmin ja havainnollistamaan tekstissä esiintyvät eri vaiheet. Käyttöohjeissa on hyvä käyttää myös esimerkkejä, jotta se olisi lukijalle selkeämpi. (Nykänen 2002, 119–121.) Käyttöohjeen visuaalisuuteen vaikuttaa sen rakenne. Siihen kuuluu luvut ja niiden sisällä olevat teksti kappaleet sekä otsikot ja alaotsikot. Ne auttavat selkeyttämään lukijaa tekstin kokonaisuutta. (Sommerville 2001, 7–8.) Tekstin fontti tulisi olla vähintään 12 kooltaan, jotta sitä on helppo lukea. Myös fontin tyyli tulisi olla yhtenäinen ja välttää käyttämästä useampaa tyyliä. Käyttöohjeen värimaailman tulisi mukautua yhteen, jotta se olisi selkeämpää ja mielekkäämpää lukemista. (Hodgson 2007.)

6 Opinnäytetyön tavoite ja toimeksiantaja

Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda palveluprosessia hyödyntäen käyttöohje aiemmalla opintojaksoilla kehitetyille motoristen taitojen havainnoinnin työkalulle. Työkalu kehitettiin Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen yksikölle, jonka pääpaino oli liikunnassa. Työkalun kehittämisessä hyödynnettiin Piilo-tutkimuksen materiaaleja ja motorisia testejä sekä yksikön varhaiskasvattajia. Näiden pohjalta luotiin yksi yhtenäinen havainnointityökalu, jotta motoristen taitojen havainnointi olisi yhdenmukaisempaa.

Aikaisemmassa työkalun kehitysprojektissa nousi esille, että havainnointi ja sen dokumentointi oli hajanaista. Osa varhaiskasvattajista suoritti havainnointia ja dokumentointia päivittäin, kun taas osa teki sitä harvemmin. Suurin ongelma oli dokumentointi. Siihen ei ollut yhtenäistä kaavaa eikä jatkumoa. Tämän vuoksi kehitettiin työkalu, jonka avulla motoristen taitojen havainnointi ja dokumentointi voitiin toteuttaa samanaikaisesti. Työkalussa käytettiin 0–2-vuotiaille Little DCDQ-FI-lomaketta motoristen taitojen havainnointiin. 3–6-vuotiaille Piilo-tutkimuksen motoristen perustaitojen testejä sekä kuvallista haastattelua, joka toi esiin lapsen oman näkemyksen itsestään liikkujana.

Kohderyhmänä ja toimintaympäristönä toimi Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen yksikkö ja sen kasvattajat. Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksessa tärkeänä osana on positiivinen pedagogiikka, jonka avulla yritetään löytää lapsen vahvuudet ja korostaa niitä. Tämä tukee lapsen minäpystyvyyttä, kun hän kokee pystyvänsä ja oppivansa. Myös tärkeänä on fyysinen aktiivisuus. Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksessa yritetään kannustaa lapsia aktiiviseen elämään ja motoristen taitojen kehittämiseen esimerkiksi leikkien, liikkumisen ja retkeilyn avulla (Tampereen kaupunki 23.9.2022). Päiväkodin tavoitteena on toteuttaa varhaiskasvatus suunnitelman mukaista liikuntakasvatusta. Liikunnallinen varhaiskasvatus on koko henkilöstölle ja esihenkilölle tärkeä asia. Talossa on liikunnan alan ammattilaisia ja vahvaa osaamista liikunnallisesta pedagogiikasta.

Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen toimintakulttuurin ytimenä toimii oppiva yhteisö eli lapset ja henkilöstö oppivat yhdessä toisiltaan. Kaupungin strategia pohjautuu visioon, jossa kaupungin tulevaisuuden kestävä ja vetovoimaista kaupunkia tehdään yhdessä. Varhaiskasvatuksessa visiota kuvastaa tunnuslause ”Varhaiskasvatus ja esiopetus – yhdessä tekemällä parasta lapselle”. Siihen kuuluu neljä painopistettä: yhdenvertaiset yksilöt, tekevät yhteisöt, hiilineutraaleja tekoja sekä tulevaisuuden edelläkävijyys. Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen henkilökunta rakentaa kaupunkia, jossa jokaisella on mahdollisuus toteuttaa itseään, olla aktiivinen osa yhteisöä ja kasvaa ihmiseksi, joka rakentaa parempaa maailmaa (Tampereen kaupunki 28.6.2024, 3).

7 Kehitysprojekti

Tämän opinnäytetyön kehitysprojekti oli palvelumuotoilua mukaileva. Siinä otettiin huomioon asiakkaan tarpeet ja toiveet. Asiakkaana ja toimeksiantajana toimi Tampereen kaupungin varhaiskasvatuksen yksikkö. Toimintaympäristö ja heidän tapansa oli jo tuttu aikaisemman kehitysprojektin kautta sekä työkokemuksesta kyseisessä yksikössä. Tämän vuoksi palvelumuotoilu prosessi valittiin projektin muodoksi. Palvelumuotoilun näkökulmasta tarkoituksena oli luoda käyttäjälähtöinen tuote/palvelu.

Käyttöohjeen tavoitteena oli madaltaa työkalun käyttöönottoa ja motivoida dokumentoimaan havaintoja arjessa useammin. Käyttöohje helpottaa ymmärtämään, kuinka työkalua käytetään ja miten sen avulla havainnoidaan ja dokumentoidaan. Tarkoituksena oli luoda varhaiskasvattajille apuväline, joka helpottaa hetkistä arkea. Tällöin yhä useampi varhaiskasvattaja pystyisi toteuttamaan motoristen taitojen havainnointia ja dokumentointia, vaikka se ei olisi tuttua. Tämä lisää liikkeen havainnoinnin ja dokumentoimisen määrää.

7.1 Toiminnan eteneminen ja kuvaus

Toiminnallinen opinnäytetyö koostuu kahdesta osasta: kirjallisesta raportista, joka sisältää tietoperustan teoriaan pohjautuen, projektin kuvauksen ja sen arvioinnin. Sekä käyttöohjeen konkreettisen tuotoksen, joka on suunniteltu ohjeistamaan varhaiskasvattajia motoristen taitojen havainnoinnin työkalun käyttöön.

Tässä työssä keskityttiin työkalun käyttöohjeen laatimiseen. Käyttöohjeen kokoaminen alkoi teoriaan tutustumisella ajankohtaisista ja luotettavista lähteistä. Samalla lähdettiin hahmottamaan opinnäytetyön sisältöä ajatuskarttaa käyttäen. Opinnäytetyön teoria pohjaan valittiin liikkuminen varhaiskasvatuksessa, motoriset taidot ja niiden havainnointi sekä Piilo-tutkimus, jotta lukijalle muodostuisi selkä käsitys lasten liikkumisesta sekä mistä osista motoristen taitojen havainnoinnin työkalu muodostui. Lisäksi työssä käsiteltiin palvelumuotoilun teoriaa käyttäjäkeskeisen ja prototyopin näkökulmasta sekä millainen on hyvä käyttöohje. Teoriassa käytettiin vieraskielisiä ja suomenkielisiä lähteitä.

Teorian perehtymisen jälkeen luotiin haastattelu käyttöohjeesta varhaiskasvattajille. Haastattelun aikatauluissa ilmeni ongelmia, jonka takia päädyttiin luomaan sähköinen Forms- kysely. Kyselyllä kartoitettiin varhaiskasvattajien näkemystä, millainen on hyvä opas heidän arkeensa. Toiminnallinen opinnäytetyö oli palvelumuotoilu prosessia, joten asiakkaan ymmärtäminen ja heidän tarpeensa oli helppo ottaa huomioon. Kyselyn vastausten analysoinnin jälkeen hahmotettiin ensimmäinen prototyyppi käyttöohjeesta.

Prototyyppi luotiin Word asiakirjaan, koska sen myöhempi muokkaaminen tarvittaessa on helppoa. Lisäksi Word asiakirjan saavutettavuus oli parempi. Prototyypin rakentamisessa käytettiin apuna Piilo-tutkimuksen teoriaa ja ohjeita sekä kuvia työkalusta. Prototyypin rakentamisessa hyödynnettiin Word asiakirjan teemoja ja kokeiltiin eri vaihtoehtoja. Lopulta päädyttiin teemaan, joka mukaili myös motoristen taitojen työkalun värejä.

Prototyyppi testattiin varhaiskasvattajilla sekä ei varhaiskasvatuksessa olevilla. Palautteiden avulla varmistettiin käyttöohjeen selkeys ja käytettävyys, jotta työkalua voisi käyttää myös henkilöt, joille motoristen taitojen havainnointi ei ole tuttua. Palautteessa arvioitiin käyttöohjeen ulkoasua ja sisältöä. Arvioinnin jälkeen käyttöohjeen prototyyppiin tehtiin muutoksia ja täydennyksiä, tämän jälkeen saatiin lopullinen tuote. Opinnäytetyön raporttia kirjoitettiin ja täydennettiin käyttöohjeen etenemisen mukaan.

7.2 Asiakasymmärrys

Haastattelun tarkoituksena oli toteuttaa puolistrukturoituna teema haastatteluna. Puolistrukturoitu teema haastattelussa laaditut teemat ovat jokaiselle haastateltavalle samat, mutta kysymykset voivat vaihdella. Haastattelu on kyselymuotoa avoimempi ja se yleensä tehdään kasvotusten parhaimman tuloksen saavuttamiseksi. (Kallinen ja Kinnunen 2021.) Haastattelun kysymykset oli pohdittu valmiiksi sekä teemoja niiden ympärille. Tarkoituksena oli haastatella kehitysprojektin varhaiskasvatuksen yksikön kolmea työntekijää. Työntekijät olivat eri ryhmistä ja heillä on erilaiset roolit työssään. Kuitenkin itsestäni riippumattomista syistä teemahaastattelu ei onnistunut. Aikataulutuksista syistä vaihdoin teemahaastattelun strukturoituun kyselyyn, jossa oli avoimet vastausvaihtoehdot. Strukturoitu kysely on lomakehaastattelu, jossa täytetään kysymykset ohjeen mukaisesti. Kyselyssä voi olla avoimia kysymyksiä tai kysymyksiin on valmiiksi merkattu vastausvaihtoehdot. (Kallinen ja Kinnunen 2021.) Kysely luotiin Microsoft Forms-kyselyn pohjaan, jossa oli 5 avointa kysymystä. Jokaiseen kysymykseen sai vastata omin sanoin ja kysely oli täysin anonyymi.

Forms-kyselyn kysymykset:

- Mitä mielestäsi hyvä käyttöohje sisältää?
- Millaisia ominaisuuksia pidät tärkeimpänä? Esimerkiksi, millainen kieli on selkeää ja ymmärrettävää, visuaalinen ilme (kuvat, kaaviot yms.).
- Käytettävyys varhaiskasvatuksessa. Missä muodossa käyttöoppaalla olisi helpoin saavutettavuus teidän arjessanne?
- Millaisia haasteita käyttöoppaan käytettävyydessä voi olla varhaiskasvatuksen arjessa?
- Millaisia toiveita käyttöoppaaseen on? Esimerkiksi visuaalisia tai rakenteellisia

Kysymysten avulla kartoitettiin varhaiskasvattajilta heidän mielipiteitään hyvästä käyttöohjeesta sekä sen saavutettavuudesta. Käytettävyys arjessa oli käyttöohjeen isoin ongelma, jonka takia ha-
luttiin kartoittaa myös siihen liittyviä asioita. Tällöin pystyttiin ehkäistä käytettävydessä ilmeneviä ongelmia.

Kyselyyn vastasi kolme varhaiskasvattajaa. Vastauksissa nousi esille käyttöohjeen yksinkertai-
suus. Se ei saisi olla liian pitkä ja tekstin tulisi olla ytimekäs. Liian pitkä opas voi vaikuttaa sen käy-
tettävyteen varhaiskasvatuksen arjessa. Lisäksi olisi hyvä havainnollistaa kuvilla, jotta sen lukemi-
nen pysyisi mielekkäänä. Esimerkkejä ja kuvia pidettiin tärkeänä käyttöohjeessa. Vastuksissa mai-
nittiin myös teorian tärkeys, jotta lukija tiedostaa, miksi motorisia taitoja havainnoidaan ja testataan.

7.3 Käyttöohje

Työkalussa on kolme eri testiä: alle 3-vuotiaiden Little DCDQ-FI, 3–6-vuotiaille kuvallinen haastat-
telu ja motoristen perustaitojen testit. Työkalu löytyy liitteestä 1. Käyttöohjeessa on ensiksi kohta
lukijalle, jolloin lukijalle/käyttäjälle tulee selväksi, minkä aiheen käyttöohje se on sekä mitä se käsit-
telee. Toisena kohtana on sisällysluettelo, jotta lukija/käyttäjä voi helposti löytää etsimänsä tiedon.
Sisällysluettelosta löytyy otsikoina kaikki työkalun käyttöön liittyvät asiat. Käyttöohje löytyy liitteestä
2.

Ensimmäinen otsikko on Motoristen taitojen havainnointi. Tässä luvussa kerrotaan lukijalle, millai-
sia motorisia perustaitoja työkalusta löytyy ja miksi. Esimerkiksi mihin luokitteluun 3–6-vuotiaiden
motoristen testien liikkeet kuuluvat. Tällöin lukijan on helpompi ymmärtää, mitä taitoluokkaa ha-
vainnoidaan. Lisäksi tässä luvussa puhutaan, miksi motoristen taitojen havainnointi on merkityksel-
listä.

Toinen luku on yleinen info työkalusta. Siinä kerrotaan selkeästi kuvien avulla, mistä lukija löytää
testit ja mihin kohtiin laitetaan lapsen tiedot. Yleisessä infossa on myös kerrottu, milloin testit olisi
hyvä suorittaa, jotta se hyödyttäisi varhaiskasvattajia.

Kolmannessa luvussa käydään läpi alle 3-vuotiaiden testi Little- DCDQ-FI. Luvussa kerrotaan,
kuinka lomaketta kuuluu käyttää ja miten havainnointia tehdään sen avulla. Siihen on myös kirjat-
tuna, mitä motoristen taitojen eri osa-alueita lomakkeesta löytyy.

Neljännessä luvussa käydään kuvallinen haastattelu läpi. Luvussa on ensiksi kerrottu, mikä on ku-
vallinen haastattelu ja mitä sen avulla havainnoidaan. Tämän jälkeen kerrotaan, kuinka kuvallinen
haastattelu toteutetaan. Kuvallisen haastattelun etenemisen havainnollistamisessa on käytetty ku-
via ja esimerkkejä sekä jokainen vaihe kirjattuna, jotta se olisi mahdollisimman selkeä lukijalle/käyt-
täjälle.

Viidennessä luvussa kerrotaan motoristen taitojen testistä. Siinä käydään läpi mitä motorisia perustaitoja testissä on ja mitä taidot edellyttävät lapselta. Lisäksi luvussa on kerrottu, mitä välineitä testien tekeminen vaatii ja kuinka niitä havainnoidaan.

Jokaisen testien luvuissa on lopussa vinkit kohta. Vinkeissä on annettu esimerkkejä, miten testejä voi toteuttaa ja mitä otetaan huomioon.

Käyttöohjeen visuaalisuudessa otettiin huomioon työkalun ulkoasu. Käyttöohjeen värit menee yhteen työkaluun. Työkalussa itsessään on paljon sinistä väriä, jonka takia käyttöohjeen värit on siniseen menevä. Fontissa ja tekstin koossa huomioitiin, että se on lukijalle selkeä ja sitä on helppo lukea.

7.4 Arviointi

Kehitystyön onnistumisen arviointia mitattiin prototyypin testaamisella. Prototyyppi lähetettiin kahdelle varhaiskasvattajalle sähköpostitse. Varhaiskasvattajat lähettivät palautteen takaisin sähköpostitse. Lisäksi käyttöohje lähetettiin kahdelle ei varhaiskasvatuksessa toimiville, jotta voitaisiin todeta sen helppo käyttöisyys ja ymmärrettävyys. Arvioijille annettiin ohjeeksi arvioida käyttöohjeen ulkoasua sekä sisältöä.

Varhaiskasvattajien palautteiden mukaan käyttöohje oli heille selkeä ja helppokäyttöinen. Ohjeet olivat hyvät ja konkreettiset. Lisäksi esimerkit auttoivat luomaan testeistä luonnollisen ja lapselle mukava sekä tekemään testit lapsen huomaamatta. Käyttöohje auttaa havainnollistamaan varhaiskasvattajia, mitä lapsen olisi hyvä osata. Huomautuksena annettiin, että käyttöohjeessa ei mainita motoristen taitojen jatkumosta, jos lapsi pysyy samassa talossa kaudesta toiseen. Lisäksi ehdotettiin pieniä muutoksia itse työkaluun Little DCDQ-FI lomakkeen kohdalla, jotta sen pisteytyksen merkkäminen olisi helpompaa. Arvioinnin perusteella lomakkeeseen olisi helpompi laittaa havainnointi tilanteessa vain rasti ruutuun ja katsoa pisteytys sen jälkeen lasta kuvaavien asteikoiden kohdalta.

Varhaiskasvatuksen ulkopuolisten palautteessa tuli ilmi, että teksti on selkeää ja he ymmärtävät käyttöohjeen tarkoituksen. Heille tuli selväksi, että motorisia taitoja pyritään kehittämään jo pienestä asti ja kuinka ne kulkevat läpi elämän. Ohjeistukset testeissä olivat selkeät. He ymmärsivät, mitä lapsen tulisi testeissä tehdä. Tärkeänä he pitivät myös esimerkkejä testaukseen, joka loi heille mielikuvan ja selkeytti testien suorittamista. Havainnollistavat kuvat ja visuaalisuus oli heidän mielestään hyvät. Värimaailma oli yhtenäinen. Huomiona nousi motoristen testien pisteytys. Heille oli epäselvää, mistä tietää saako lapsi 1 pisteen vai 5 pistettä liikkeistä. Toinen huomio kohta oli otsikko ”Yleinen info”. Palautteessa huomautettiin, että sisällysluettelon ensi vilkaisulla ei tullut selväksi, mitä yleisessä infossa on.

7.5 Lopullinen käyttöohje

Lopullinen käyttöohje löytyy liitteestä 2. Arvioinnin perusteella käyttöohjeeseen muutettiin Little DCDQ-FI lomakkeen pisteytyksen ohjeistusta. Työkaluun merkattiin lasta kuvaavan kohtaan osio ”pisteet yhteensä”, jolloin havainnoitsija voi merkata tilanteessa vain rastin ruutuun ja laskea pisteytyksen myöhemmin. Käyttöohjeeseen kirjattiin myös viittaus jatkumosta, jotta se tuodaan käyttäjälle selkeästi tietoon. Motoristen taitojen testin suorittamisen kohtaan kirjattiin kriteerien pisteytys selkeämmin, jotta lukija ymmärtää, mistä pisteytys koostuu. Myös otsikkoon ”yleinen info” tehtiin muutoksia. Se vaihdettiin ”Työkalun yleinen info”, jotta se toisi lukijalle selkeyttä, mitä yleinen info koskee. Visuaalinen puoli pidettiin samana, kuin prototyypissä. Ainoa muutos oli, että etusivulle lisättiin kuvioita, jotka kuvaavat erilaisia taitoja ja luovat mielikuvaa otsikon kanssa käyttöohjeen sisällöstä. Käyttöohjeen fontti on yhtenäinen ja koko on 12. Rivivälit tehtiin 1,5, jotta lukeminen on helpompaa ja pystytään välttämään riveiltä pomppiminen lukiessa.

Lopulliseen tuotokseen tuli 16 + 2 sivua. Työhön lisättiin lähteet, joita käytettiin käyttöohjeen tekstissä. Liitteeksi käyttöohjeelle tuli Piilo-tutkimuksen tulos taulukko 4–6-vuotiaiden tyttöjen ja poikien staattisesta ja dynaamisesta tasapainosta, eteenpäin hypystä ja pallon heittokiinniottoyhdistelmästä. Piilo-tutkimuksessa on mainittu, että ne eivät ole viitearvoja. Tätä taulukkoa voidaan hyödyntää vertaillussa lapsen taito tasoon.

8 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää selkeä ja hyvä käyttöohje varhaiskasvatukseen, joka on mahdollisimman käyttäjälähtöinen. Käyttöohjetta rakennettiin teoriapohjan kautta. Siinä on otettu huomioon tekstin kieli, joka on kirjoitettu käskymuodossa, vältetty pitkiä ja vaikeita lauseita. Käyttöohjeen termit ovat sellaisia, joita käytetään varhaiskasvatuksen arjessa. Osa termeistä kuten karkea- ja hienomotoriikka ovat avattu lukijalle, sillä ne voivat olla vähän vieraampia joillekin. Käyttöohjeen helpompaa ja mielekkäämpää lukemista varten on hyödynnetty kuvia työkalusta, jotta lukija pystyy havainnoimaan lukemaansa. Käyttöohjeen fontti on yhtenäinen ja sen koko on 12, jotta lukijan on helpompi lukea sitä. Teoria osion mukaisesti käyttöohjeen alussa on kerrottuna lukijalle, mikä käyttöohje on ja mihin se liittyy. Aiheissa siirrytään järkevässä järjestyksessä, eikä hypitä asiasta toiseen. Työssä on käytetty otsikoita ja alaotsikoita selkeyttämään aiheet ja sisällysluettelossa kerrotaan miltä sivulta lukija löytää etsimänsä tiedon.

Kehittämiprojekti eteni palvelumuotoilun mukaisesti. Työstä tuli asiakaslähtöinen ja heidän tarpeitaan mukaileva tuote. Työn alussa toimeksiantajalla oli kehittämistarve eli motoristen taitojen havainnoinnin työkalulle käyttöohje. Ongelmaa lähdettiin ymmärtämään ja kartoittamaan toimintaympäristöä ja heidän nykytilaansa sekä asiakasymmärrystä kyselyn avulla. Tämän jälkeen aiheita lähdettiin tutkimaan tarkemmin ja ideoimaan prototyyppiä. Kehitystyön aikana otettiin huomioon asiakkaan tarpeet ja millaisessa ympäristössä he toimivat. Ideoinnin ja kehittämisen tuotoksena luotiin prototyyppi, joka testattiin palautteen muodossa. Idealle saatiin palautetta ja jatkokehityksiä, jonka kautta saavutettiin lopullinen käyttöohje.

Opinnäytetyön raportin arviointi kohdan perusteella voidaan päätellä työ onnistuneeksi. Käyttöohjetta pidetään selkeänä ja se on helposti ymmärrettävä. Työssä esiintyneet epäkohdat saatiin korjattua. Työn arviointiin olisi voinut ottaa enemmän varhaiskasvattajien näkemystä lisää, jotta olisi saatu luotettavampi arviointi.

Työn aikana ongelmaksi muodostui aikataulu teemahaastattelulle asiakasymmärrys osuudessa. Ongelma ratkaistiin lähettämällä sähköinen Forms-kysely varhaiskasvattajille. Kyselyyn vastasin kolme varhaiskasvattajaa, joka kartoitti vain pienen osuuden yksikön mielipiteestä, millainen on hyvä käyttöopas. Kuitenkin kyselystä tuli laajat ja hyvät vastaukset, joidenka avulla pystyin ottamaan asiakkaan näkemyksen huomioon. Toisena ongelmana muodostui Word asiakirjan ulkomuodon muokkaaminen. Asiakirjan ulkomuotoa ei pystytty muokkaamaan niin kuin oli suunniteltu. siihen tehtiin kuitenkin pieniä visuaalisia muutoksia, jotka tukevat mielekkäämpää lukemista. Esimerkiksi muutoksia ala- ja ylätunnisteisiin sekä havainnollistettiin kuvilla ja erilaisilla muodoilla. Jälkikäteen mietittynä käyttöohje olisi ollut parempi luoda eri alustalle esimerkiksi Canvaan, jotta sen

ulkonäöllistä ilmettä olisi helpompi muokata. Kuitenkin Word asiakirjaa pystytään helpommin muokkaamaan jatko kehittämistä varten.

Kehittämis ehdotuksia ja ideoita syntyi työn matkan varrella. Käyttöohjeelle tärkeää on saavutettavuus, jota pystyisi parantamaan esimerkiksi videon muodossa. Tällöin jokaisella olisi mahdollisuus päästä käsiksi käyttöohjeeseen. Toisena kehittämisehdotuksena on vieraskielisyys. Varhaiskasvatuksessa on paljon myös vieraskielisiä työntekijöitä, jolloin saavutettavuus voisi olla suurempi, jos ohje ei olisi vain suomen kielellä. Yksi kehittämisidea on myös itse työkaluun pikaoppaan lisääminen, jolloin sen käyttäminen helpottuisi vielä enemmän.

Opinnäytetyön raportin ja itse käyttöohjeen tekemisen aikana opin, kuina käyttöohjetta rakennetaan ja mitä se vaatii. Lähde viittausten oikean oppisen tavan. Projektia tehdessä ongelmia usein kohdataan, eikä niiltä voi välttyä. Työn aikana opin ottamaan erilaisia ongelmia huomioon ja niitä kohdatessa ratkaisemaan ne. Työtä tehdessä huomasi, että palvelumuotoilu voidaan toteuttaa monella eri tapaa ja täytyy löytää niistä itselleen ja projektille sopiva.

Lähteet

Ahva, T. 12.1.2023. Liikunnan ja urheilun teemat näyttävästi esillä Urheilugaalan puheenjohtajatentissä. Suomisport. Luettavissa: <https://info.suomisport.fi/liikunnan-ja-urheilun-teemat-nayttavasti-esilla-urheilugaalan-puheenjohtajatentissa/>. Luettu: 26.11.2024.

Alhonen, M. 16.12.2022. LAB8 Haaga-Helia. Palvelumuotoilu-Prototyypoinnin menetelmät ja työkalut. Katsottavissa: <https://www.youtube.com/watch?v=y8T1kb538mQ>. Katsottu: 25.10.2024.

Asunta, P. 17.04.2019. Motorisen oppimisvaikeudet tulee tunnistaa varhain. Liikuntatieteellinen Seura. Luettavissa: <https://www.lts.fi/liikunta-tiede/artikkelit/motorisen-oppimisen-vaikeudet-tulee-tunnistaa-varhain.html>. Luettu 25.11.2024.

Asunta, P. 2018. Motorisen oppimisen vaikeuden tunnistaminen ja tukeminen koulu ympäristössä. Jyväskylän yliopisto. Luettavissa: https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/59850/Pi-ritta_Asunta_screen_korjattu.pdf?sequence=4. Luettu 24.11.2024.

Finlex.fi, Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540. Luettavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>. Luettu: 23.9.2024.

Hodgson, Philip 2007. Tips for writing user manuals. Userfocus. Luettavissa: <https://www.userfocus.co.uk/articles/usermanuals.html#Anchor-How-47857>. Luettu: 25.11.2024.

Innostunliikkumaan.fi. s.a. Motoristen taitojen arviointi ja varhainen tunnistaminen. Luettavissa: <https://innostunliikkumaan.fi/motoristen-taitojen-arviointi-ja-varhainen-tunnistaminen-2/>. Luettu: 20.11.2024.

Jaakkola, E. (2019). Mitä palvelumuotoilu on. Turun yliopisto, Katsottavissa: https://www.youtube.com/watch?v=gh_TS_oyQvM. Katsottu: 1.10.2024.

Jaakkola, T, 2016, Juokse, hyppää, heitä, ota kiinni, Perusliikuntataitojen opettaminen lapsille ja nuorille. PK-Kustannus.

Jaakkola, T. 2014. Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaideaa motoristen taitojen kehittämiseksi. PK-kustannus.

Jaakkola, T. 2010. Liikuntataitojen oppiminen ja taitoharjoittelu. PK-kustannus.

Kankaanpää, S., Piehl, A. 2011. Tekstintekijän käsikirja – Opas työssä kirjoittaville, Helsinki, Suomen yrityskirjat Oy

- Kallinen, T., Kinnunen, T. 2021. Etnografia. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Luettavissa: <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/>. Luettu 25.11.2024.
- Kauppinen, A. Nummi, J. & Savola, T. 2005. Tekniikan viestintä. 4.–5. painos. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Kauranen, K. 2011. Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen. Liikuntatieteellinen Seura ry.
- Koskimäki, T. 16.12.2022. LAB8 Haaga-Helia. Palvelumuotoilu-Prototyypointi. Katsottavissa: <https://www.youtube.com/watch?v=OmAl48E5sf4>. Katsottu 24.20.2024.
- Laasonen, K. 2005. Lasten motoristen taitojen arviointi. Teoksessa Pauli Rintala, Timo Ahonen & Marja Cantell (toim.) *Liiku ja opi. Liikunnasta apua oppimisvaikeuksiin*. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Liikkuva varhaiskasvatus. s.a. Luettavissa: <https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/liikkuva-varhaiskasvatus/>. Luettu. 25.11.2024.
- Niemelä, H. 31.5.2021. Käyttäjakeskeinen suunnittelu. SeAMK-verkkolehti. Luettavissa: <https://lehti.seamk.fi/alykkaat-ja-energiatehokkaat-jarjestelmat/kayttajakeskeinen-suunnittelu/>. Luettu 25.10.2024.
- Nielsen, J. 2012. Usability 101 – Introduction to Usability. Nielsen Norman Group. Luettavissa: <https://www.nngroup.com/articles/usability-101-introduction-to-usability/>. Luettu 25.11.2024.
- Nykänen O. 2002. Toimivaa tekstiä – Opas tekniikasta kirjoittavalle. Helsinki: Tekniikan Akateemisten Liitto TEK.
- Opetushallitus. 2022. Määräykset ja ohjeet 2022:2a. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Luettavissa: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_2.pdf. Luettu: 23.9.2024.
- Palvelumuotoilupalo. Mitä palvelumuotoilu on. Luettavissa: <https://www.palvelumuotoilupalo.fi/palvelumuotoilu/>. Luettu.25.10.2024.
- Rintala P., Sääkslahti A. & Iivonen S. 2016. 3–10-vuotiaiden lasten motoriset perustaidot. *Liikunta & Tiede* 53 (6), 49–55. Luettavissa: https://www.lts.fi/media/lts_vertaisarvioidut_tutkimusartikkelit/2016/lit_6-16_tutkimusartikkelit_rintala_lowres.pdf. Luettu: 25.11.2024

Sarkkinen, M. 1.6.2021. Millainen on hyvä ohje? Kahdeksan vinkkiä ohjeiden tekemiseen työpaikalla. Työterveyslaitos. Luettavissa: <https://www.ttl.fi/tyopiste/millainen-on-hyva-ohje-kahdeksan-vinkkia-ohjeiden-tekemiseen-tyopaikalla>. Luettu: 2.10.2024.

Sommerville, I. 2001. Software documentation. Lancaster University, UK. Luettavissa: <http://www.literateprogramming.com/documentation.pdf>. Luettu: 25.11.2024.

Stickdorn, M., Lawrence, A., Hormess, M. E. & Schneider, J. 2018. This is service design doing: Applying service design thinking in the real world: a practitioner's handbook. 8.Painos. Sebastopol, Kanada: O'Reilly Media, Inc.

Suunnittelenliikuntaa. s.a. Luettavissa: http://www.suunnittelenliikuntaa.fi/nuorisuomi/evaita_ohjaimiseen/salibandy/kokonaisvaltainen+kehittyminen/kokonaisvaltainen+kehittyminen.htm. Luettu: 25.10.2024.

Sääkslahti, A., Mehtälä, A. & Tammelin, T. (toim.) 2021. Piilo – Pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen seuranta: kehittämisvaiheen 2019–2021 tulokset. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja, (398). Luettavissa: https://static.jamk.fi/likes/Piilo_tulosraportti.pdf. Luettu: 24.9.2024.

Tampereen kaupunki. 28.6.2024. Tampereen kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma. Luettavissa: <https://eperusteet.opintopolku.fi/eperusteet-ylops-service/api/dokumentit/29262765>. Luettu: 23.9.2024.





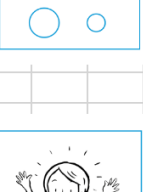
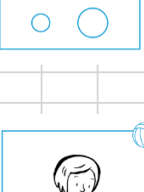


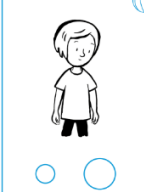







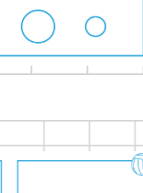

Tampereen varhaiskasvatus–yhdessä parasta lapselle. 23.9.2022. Luettavissa: <https://www.tampere.fi/varhaiskasvatus-ja-esiopetus/varhaiskasvatus/tampereen-varhaiskasvatus-yhdessa-parasta-lapselle>. Luettu: 23.9.2024.



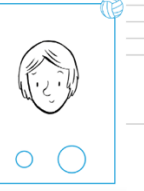





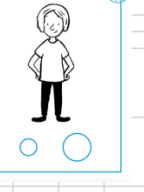

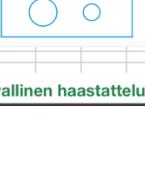
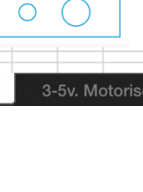
Liitteet





Liite 1. Motoristen taitojen havainnoinnin työkalu






	A	B	C	D
1	Yleiset tiedot			
2	Nimi	Mikko Mallikas		
3	Syntymäaika pvm/KK/V	1.10.2020		
4				
5				
6				
7				
8	havainnointi päivä	22.10.2024		

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	päivämäärä	Kuvaa lasta	ei vielä (1p)	vähän (2p)	Jonkin verran (3p)	hyvin (4p)	erittäin hyvin (5p)	Huomiot
2		Lapsi osaa heittää ison pallon (halkaisija noin 25cm) toiselle lapselle tai aikuiselle.						
3		Lapsi osaa ottaa kahdella kädellä kiinni ison pallon, joka heitetään hänen keskivartaloon kohti 1,5 metrin etäisyydeltä.						
4		Lapsi osaa potkaista häntä kohti viertettyä palloa samalla tavalla kuin muut samanikäiset.						
5		Lapsi osaa liikuntaleikissä matkia toisen lapsen, aikuisen tai kuvan asentoja (esim. Kapteeni käskää, seuraajajohtaja).						
6		Lapsi osaa juosta nopeasti ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset lapset						
7		Lapsi osaa liikkua paikasta toiseen ja vaihtaa asentoa kuin muut samanikäiset lapset (esim. kävelä portailla ylös ja alas, kiirettä sänkyyn ja pois sängystä).						
8		Lapsi osaa käyttää leikkipuiston välineitä kuten muut samanikäiset lapset (esim. kilpeä tikkaista, laskee lukumäkeä).						
9		Lapsen liikkuminen näyttää sujuvalta. Hän ei kaatulle tai törmäile usein.						
10		Lapsi suorittaa rakenteluleikkeitä kuten muut samanikäiset (esim. palapelit, legot, palikatomin kokoaminen, palikkarakennelmien tekeminen mallin mukaan).						
11		Kun lapsi joutuu istumaan jonkin aikaa, hän istuu suorassa (ei väsy helposti tai näytä valuvan ikään kuin putoaisi tuolilta).						
12		Lapsi osaa juoda mukista läikyttämättä ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset lapset						
13		Lapsi osaa käyttää ruokailuvälineitä (lusikka, haanukka, teelusikka) syödessään ja käyttää niitä kuten muut samanikäiset lapset (osaa tuoda ruuan kohti suutaan).						
14		Lapsi osaa pitää kynää kädessään kuten muut samanikäiset lapset ja onnistuu piirtämään vapaasti.						
15		Lapsi osaa pujottaa isoja helmiä esimerkiksi lankaan tai rautalankaan.						
16		Lapsi osaa irrottaa tamoja tarrakirjoja ja liimata niitä tiettyyn kohtaan paperilla						
17		Pisteet yhteensä:						

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	Päivämäärä	Lapsen kuvallinen haastattelu	Lapsi kertoo tekevänsä:						
3		1. Kun sinä liikut mitä sinä siihen teet? Kerro minulle. Lapsi kertoo tekevänsä:							
4		Minkälaiseen ohjattuun liikuntatoimintaan lapsi kertoo osallistuvansa							
5		2. Liikutko sinä paljon?							
6		Kyllä							
7		Ei							
8		Kumpinäistä lapista on kuin sinä?							
9		Liikutko sinä aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tosi paljon (isompaa palloa)?							
10		Liikutko sinä jonkin verran (osoita pienempää palloa) vai et niin paljon (suurempaa palloa)?							
11		3. Pätkkö sinä liikunnasta?							
12		Kyllä							
13		Ei							
14		Kumpinäistä lapista on kuin sinä?							
15		pidätkö sinä liikunnasta jonkin verran (osoita pienempää palloa) vai et yhtään (isompaa palloa)?							
16		Pidätkö sinä liikunnasta aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tosi paljon (suurempaa palloa)							
17		4. Oletko sinä hyvä liikunnassa?							
18		Kyllä							
19		Ei							
20		Kumpinäistä lapista on kuin sinä?							
21		Oletko sinä aika hyvä (osoita pienempää palloa) vai tosi hyvä (isompaa palloa)?							
22		Oletko sinä jonkin verran hyvä (osoita pienempää palloa) vai et niin hyvä (suurempaa palloa)							

25		5. Oletko sinä iloinen, kun liikut?							
26		Kyllä							
27		Ei							
28		Kumpinäistä lapista on kuin sinä?							
29		Oletko sinä jonkin verran iloinen (osoita pienempää palloa) vai et niin iloinen (osoita suurempaa palloa)?							
30		Oletko sinä aika iloinen (osoita pienempää palloa) vai tosi iloinen (osoita suurempaa palloa)?							
31		6. Peitottaako liikunta sinua?							
32		Kyllä							
33		Ei							
34		Kumpinäistä lapista on kuin sinä?							
35		Peitottaako sinua jonkin verran (osoita pienempää palloa) vai ei ollenkaan (osoita suurempaa palloa)?							
36		Peitottaako sinua aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tosi paljon (osoita suurempaa palloa)?							

	A	B	C	D	E
1	Päivimäärä	Motoriset taidot Tasapainotaidot Staattinen tasapaino. 1. Oikealla jalalla: a) aika b) laatu 2. Vasen jalka: a) aika b) laatu 	Kriteerit Staattinen tasapaino Jalat: 1) Tukijalka paikallaan, paino koko jalkapohjalla 2) Vapaa jalka taakse koukistettuna irti tukijalasta. Pää ja vartalo: 3) Pää vakaana, kaste suunnattuna eteenpäin 4) Vartalo vakaana ja pystyasennossa Kädet: 5) Kädet irti keskivartalosta, ei laajoja käsi liikkeitä	Tulos Oikea jalka: a) sekuntia (max 30s) b) /5 pistettä Vasen jalka: a) sekuntia (max 30s) b) /5 pistettä	Huomiot
2		Dynaaminen tasapaino Sivuttain hyppeltä krt/15 sekunnin aikana. 3-4-vuotiaille yksi suorituskertaa 5-vuotiaille kaksi suorituskertaa 	Dynaaminen tasapaino Vain määrällinen arviointi	1. Suoritus: kertaa. 2. Suoritus: kertaa	
3		Liikuntataidot Tasapainoponnistushyppy eteenpäin a) hyppyn pituus b) laatu 	Tasapainoponnistushyppy Valmistautumisvaihe: 1) Polvet koukistuvat ja kädet ottavat vauhtia vartalon takaa. Ponnistusvaihe: 2) Ponnistus tasajalkaa. 3) Ponnistaessa nilkat, polvet ja lantio ojentuvat. Ilmaintenvaihe: 4) Ponnistaessa kädet heilahtavat eteen ja ilmalennon aikana molemmat kädet käyvät vähintään olkapään tasolla. Alastulovaihe: 5) Alastulo tasajalkaa polvista joustuen.	a) cm b) /5 pistettä	
4		Vuorohyppy Suoritetaan 4-5 metrin pituisella merkityllä matalla. 	Jalat: 1) Suoritus rytmisen askel-hyppy 2) Laskeutuminen päkiälle 3) Ponnistavan jalan polvi koukistuu valmistautuessa hyppyyn. Pää ja vartalo: 4) Pää ja vartalo vakaana, katse eteenpäin Kädet: 5) vastakkaisen käsen käyttö	/5 pistettä	

3	<p>Kinkkaus Kinkkaus oikealla jalalla - laatu Kinkkaus vasemalla jalalla - laatu Suoritetaan 4-5 metrin pituisella merkityllä matkalla</p> 	<p>Jalat: 1) Tukijalka koukistuu alustulossa ja suoristuu ponnistaessa. 2) Alastulo ja ponnistus pehmeästi joustaan päkiän kautta 3) Vapaa jalka on koukussa ja vauhdittaa liikettä käyden tukijalan etu- ja takapuolella Pää ja vartalo: 4) Pää vaakana, katse eteenpäin suunnattuna. Kädet: 5) Kädet koukussa vauhdittaan liikettä.</p>	<p>Oikea jalka: /5 pistettä Vasen jalka: /5 pistettä</p>	
	<p>Väline käsittelytaidot Heitto-kiinnittöyhdistelmä -Heitetään alakautta 10 heittoa seinään 2m päästä seinästä. Otetaan pallo (hakaisija noin 21cm) kiinni yhdestä pompusta. Palloa saa tulla vastaan heittoviivan takaa. -Näjä vuotiaalla lapsilla voidaan suoritus laskea onnistuneeksi, jos saa pallon kiinni kahden pompun jälkeen</p> 	<p>Heitto-kiinnittöyhdistelmä Lasketaan saatujen kiinnittöjen määrä</p>	<p>/max 10 pistettä</p>	
	<p>Kehon keksilinjan ylittäminen Oikealla kädellä vasen korva Vasemmalla kädellä oikea korva</p> 	<p>Lapsi koskettaa vastakkaisella kädellä korvaansa sanallisen ohjeen ja samanaikaisen näytön jälkeen (kyllä). Lapsi koskettaa vastakkaisella kädellä korvaansa sen jälkeen, kun häntä on autettu kosketuksella hahmottamaan pyydytty käsi ja korva (avustettuna)</p>	<p>Oikealla vasempaan korvaan kyllä Avustettuna ei osaa Vasemmalla oikeaan korvaan Kyllä avustettuna ei osaa</p>	
	<p>Pallon käsittelytaidot Yliotianheitto </p>	<p>Yliotianheitto 1. Katse pysyy eteenpäin heittokohteeseen koko heiton ajan Valmistautumisvaihe: 2. heittokäden vastakkainen kylki edellä heittosuuntaan 3. heittävä käsi lähtee heittoon hartialinjan takaa Heittovaihe: 4. heittokäden vastakkainen jalka astuu eteenpäin ja vartalo kiertyy Saattovaihe: 5. Heittävä käsi saattaa palloa ja heilahtaa rennosti pallon perään</p>	<p>/5 pistettä Heittokäsi: oikea vasen molempikäinen</p>	
	<p>Potku (laatu) </p>	<p>Potku 1. Katse pysyy eteenpäin heittokohteeseen koko heiton ajan Valmistautumisvaihe: 2. Pidentynyt askel juuri ennen kontaktia ja potkaisevan jalan polvi koukistuu vähintään 90° taakse heilahtaessa 3. tukijalka pallon lähelle Potkuvaihe: 4. Hallittu osuma palloon sisäsyryllä tai rintapotkulla (ei kärkipotkuilla) Saattovaihe: 5. Potkaisevan jalan saatto vähintään polven korkeudelta</p>	<p>/5 pistettä</p>	
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				

Liite 2. Motoristen taitojen havainnoinnin käyttöohje

MOTORISTEN TAITOJEN HAVAINNOINNIN TYÖKALUN KÄYTTÖOHJE

Salla Kollanen



LUKIJALLE

Tämä käyttöohje on motoristen taitojen havainnoinnin työkalulle, joka on suunniteltu varhaiskasvattajille motoristen taitojen havainnoinnin dokumentoimiseen. Käyttöopas on syntynyt ammattikorkeakoulun opinnäytetyön tuotoksena. Työkalun avulla pystytään havainnoimaan motorisia perustaitoja sekä lapsen omaa suhtautumista liikuntaan ja omiin taitoihin. Käyttöohjeesta löytyy, kuinka työkalua käytetään ja miten hyödyntää havainnointiin. Työkalu löytyy Excel versiona. Työkalu sisältää Little DCDQ lomakkeen 0–2-vuotiaiden motoristen taitojen havainnoimiseen. Suullisen kuvahaastattelun ja motoriset testit 3–5-vuotiaille sekä esikouluikäisille. Työkalu on luotu piilotutkimuksen materiaaleista. Siinä hyödynnetään tutkimuksessa saatuja tuloksia.



Sisällysluettelo

MOTORISTEN TAITOJEN HAVAINNOINTI	1
TYÖKALUN YLEINEN INFO	3
ALLE 3-VUOTIAAT (LITTLE DCDQ).....	5
KUVALLINEN HAASTATELU.....	7
TYÖKALUN KUVALLINEN HAASTATELU	8
<i>Haastattelun eteneminen</i>	9
MOTORISTEN PERUSTAITOJEN TESTIT	11
<i>Testien suorittaminen</i>	12
<i>Lähteet</i>	17
<i>Liite 1.</i>	18



MOTORISTEN TAITOJEN HAVAINNOINTI

Työkalun avulla havainnoidaan lapsen motorisia perustaitoja. Motoriset perustaidot ovat: tasapainotaidot, liikkumistaidot ja välineen käsittelytaidot. Työkalussa on otettu huomioon myös havaintomotoriset taidot karkea ja hienomotoriset taidot.

Ensimmäisessä taulukossa on kirjattu perustaitoja, joita havainnoidaan alle 3-vuotiaiden lomakkeessa. Toisessa taulukossa on perustaitoja, joita havainnoidaan 3–5-vuotiaiden ja esiopetuksen motoristen taitojen testissä.

TAULUKKO 1.

Tasapainotaidot	Liikkumistaidot	Välineen käsittelytaidot
Pystyasennot	Kävely	Heittäminen
	Juokseminen	Kiinniottaminen
	Kiipeäminen	Potkaiseminen

TAULUKKO 2.

Tasapainotaidot	Liikkumistaidot	Välineen käsittelytaidot
Staattinen tasapaino (paikallaan)	Tasaponnistuhyppy	Yliolan-heittäminen
Dynaaminen tasapaino (liikkeessä)	Vuorohyppely	Kiinniottaminen
	Kinkkaus	Potkaiseminen

Motoristen taitojen havainnoimisessa on tärkeää luoda lapselle luonnollinen ympäristö kuten leikkien, pelien, ryhmätoiminnan ja liikkumisen avulla. Tämä antaa realistisemmän kuvan lapsen taidoista, kuin testi tilanne. Havainto tilanteessa tulee huomioida lapsen innostus ja motivaatio liikkumiseen. Heikompi innostus ja motivaatio voi ilmetä negatiivisella tavalla suoritettaviin motorisiin taitoihin. Varmista, että lapsi kokee ympäristön itselleen turvalliseksi. Turvaton ympäristö voi estää lasta näyttämästä omia taitojaan.

Karkeamotoriset taidot

- Kehon isoilla lihasryhmillä aikaan saatuja liikkeitä, kuten juokseminen ja hyppääminen.
- Osana tasapaino, -ja koordinaatiotaitoja

Esimerkkejä karkeamotorisista taidoista eri ikäryhmissä:

- **Alle 1-vuotiaat:** Ryökiminen, konttaaminen, seisomaan nouseminen tukea vasten.
- **1–3-vuotiaat:** Käveleminen, juokseminen, esineiden työntäminen ja vetäminen.
- **3–5-vuotiaat:** Hyppääminen, kiipeily, polkupyörällä ajaminen apupyörillä.
- **5–7-vuotiaat:** Monimutkaisemmat liikuntaleikit, kuten pallopelit, pyöräily ilman apupyöriä ja hyppynarun käyttö.

Karkeamotoristen taitojen merkitys

- Tukevat lapsen kokonaiskehitystä, kuten itsetuntoa, sosiaalisia taitoja ja oppimista.
- Auttavat päivittäisissä toiminnoissa, kuten portaiden kiipeämisessä ja leikkimiseen osallistumisessa.

Hienomotoriset taidot

- Kehon pienillä lihaksilla aikaan saatuja liikkeitä, joissa vaaditaan tarkkuutta, lihasten hallintaa ja koordinaatiota.
- Kehittyvät karkeamotorisista taidoista.

Esimerkkejä hienomotorisista taidoista eri ikäryhmissä

- **Alle 1-vuotiaat:** Tarttuminen leluihin, esineiden siirtäminen kädestä toiseen.
- **1–2-vuotiaat:** Esineiden pinoaminen, lusikan käyttö, yksinkertaisten palapeliä kokoaminen.
- **3–4-vuotiaat:** Piirtäminen, saksien käyttö, nappeja tai vetoketjuja harjoittelevat taidot.
- **5–6-vuotiaat:** Kirjainten kirjoittaminen, leikkaaminen tarkasti viivoja pitkin, itse pukeutuminen ja kengännauhojen solmiminen.

Hienomotoristen taitojen merkitys

- Parantavat lapsen kykyä selviytyä arjen askareista, kuten syömisestä, pukeutumisesta ja kirjoittamisesta.
- Kun lapsi hallitsee uusia taitoja, hänen itseluottamuksensa kasvaa ja hän kokee onnistumisen iloa.

TYÖKALUN YLEINEN INFO

Motoristen taitojen työkalun tarkoituksena on auttaa havainnoinnissa ja sen dokumentoimisessa. Työkaluun voit suoraan kirjata lapsen testien tulokset. Työkalu luo havainnoinnille jatkumoa, kun lapsi pysyy samassa talossa.

Työkalun motoriset testit tehdään 3 kertaa vuodessa. Syksyllä kun kausi alkaa, saat kuvan, minkälainen lapsi on liikkujana ja miten hän sen kokee (alkukartoitus). Toinen testikerta joului-tammikuun kohdalla. On päästy alkuun ja harjoiteltu taitoja. Nähdään mihin pitäisi liikkumisessa kiinnittää huomiota/avustaa. Viimeinen testikerta on huhti-toukokuun kohdalla. Silloin on sopiva väli edellisestä havainnoinnista ja pystytään katsomaan, kuinka lapsi on kehittynyt kauden aikana.

Kuvallinen haastattelu toteutetaan syksyllä kauden alussa, jotta voidaan selvittää lapsen käsitystä liikunnasta. Tarvittaessa haastattelu toteutetaan myös keväällä kauden lopussa. Tällöin voidaan havainnoida, onko lapsen käsitys liikuntaan muuttunut positiivisempaan suuntaan.

Työkalun etusivulla (Kuva 1) vasemmassa yläreunassa A sarakkeesta löydät yleiset tiedot kohta. Yleisessä tiedot kohdassa on nimi ja syntymäaika. Viereiseen B sarakkeeseen kirjoitat lapsen koko nimen ja alas syntymäajan (kuukausi/vuosi).

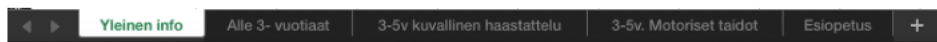
A sarakkeesta yleisten tietojen jälkeen löytyy kohta havainnointi päivä. Kirjoita havainnointi päivämäärä viereiseen sarakkeeseen, jokaisena havainnointi päivänä.

KUVA 1

	A	B	C	D
1	Yleiset tiedot			
2	Nimi	Mikko Mallikas		
3	Syntymäaika pvm/KK/V	1.10.2020		
4				
5				
6				
7				
8	havainnointi päivä	22.10.2024		

Työkalun alareunassa löydät välilehdet osion (kuva 2), joista painamalla pääset eri testeihin. Ensimmäisenä on yleinen info osio, joka aukeaa automaattisesti aukaistessasi Excel tiedoston. Toisesta välilehdestä löydät alle 3-vuotiaiden havainnointi lomakkeen. kolmannesta välilehdestä löydät kuvallisen haastattelun 3–5-vuotiaille sekä esiopetukselle. neljännestä löydät 3–5-vuotiaiden motoristen perustaitojen testit ja 5 välilehdessä on esiopetuksen motoristen taitojen testit.

KUVA 2



ALLE 3-VUOTIAAT (LITTLE DCDQ)

Alle 3-vuotiaille LITTLE DCDQ lomakkeessa on 15 eri arjen asioita, joilla pystytään kuvaamaan/havainnoimaan alle 3-vuotiaan motorista kehitystä. Siinä vertaillaan toisiin samanikäisiin, jolloin nähdään, kehittykö taidot samalla tasolla. Lomakkeessa on otettu huomioon motoristen taitojen eri osat: avoimet ja suljetut motoriset taidot, hieno- ja karkeamotoriikka, yksittäiset, sarjalliset ja jatkuvat liikkeet. Lomakkeen havainnointia voidaan tehdä milloin vain arjessa.

	A	B	C	D	E	F	G	H
1	päivämäärä	Kuvasi lasta	ei vielä (1p)	vähän (2p)	jonkin verran (3p)	hyvin (4p)	erittäin hyvin (5p)	Huomiot
2		Lapsi osaa heittää ison pallon (palkkas ja noin 25cm) toiselle lapselle tai aikuiselle.						
3		Lapsi osaa ottaa kahdella kädellä kiinni ison pallon, joka heitetään hänen keskivartalonsa kohdalla 1,5 metrin etäisyydeltä.						
4		Lapsi osaa poikata häntä kohti vierettyä palloa samalla tavalla kuin muut samanikäiset.						
5		Lapsi osaa liikuntaleikeissä matkia toisen lapsen, aikuisen tai kuvasasentoja (esim. Kapteeni käskää, seuraaja ohjaa).						
6		Lapsi osaa juosta nopeasti ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset lapset.						
7		Lapsi osaa liikkua paikasta toiseen ja vaihtaa asentoa kuin muut samanikäiset lapset (esim. kireällä portalla ylös ja alas, kiivetti sänkyyn ja pois sängystä).						
8		Lapsi osaa käyttää leikkisaston välineitä kuten muut samanikäiset lapset (esim. kiipeää tikkaista, laskee lukumääkää).						
9		Lapsen liikkuminen näyttää sujavalta. Hän ei kaatulle tai tömälle usein.						
10		Lapsi suorittaa rakenteellisesti kuten muut samanikäiset (esim. palapelit, legot, palikkatomin kokoaminen, palikkarakennelmien tekeminen mallin mukaan).						
11		Kun lapsi joutuu istumaan jonkin aikaa, hän istuu suorassa (ei väsy helposti tai näytä valuvan ikään kuin putosisi tuolista).						
12		Lapsi osaa juoda mukiosta käyttämättä ja samalla tavalla kuin muut samanikäiset lapset.						
13		Lapsi osaa käyttää nukkaluvuineita (jussikka, haanikka, teelusikka) syödessään ja käyttää niitä kuten muut samanikäiset lapset (esim. tuoda ruoka kohti suutaan).						
14		Lapsi osaa pitää kynsiä kädessään kuten muut samanikäiset lapset ja onnistuu pirtämään vapaasti.						
15		Lapsi osaa pujottaa irvoja helmiä esimekiksi lankaan tai rautalankaan.						
16		Lapsi osaa irrottaa tarjoja tarjo-alkista ja liimata niitä tetteyn kohtaan paperilla.						
17		Pisteet yhteensä:						

Lomakkeen vasemmalta puolelta A sarakkeesta löydät päivämäärä osion, johon kirjoitat havainnointi päivän. B sarakkeessa on kirjoitettu motorinen väittämä lapsesta, joka havainnoidaan. C-G sarakkeista löydät lasta kuvaavat asteikot, jotka pisteytetään seuraavasti: ei vielä=1, vähän=2, jonkin verran=3, hyvin=4 ja erittäin hyvin=5. Havainnoinnin jälkeen katsot asteikon, joka kuvaa lasta parhaiten. Merkitset rastin ruutuun motorisen väittämän ja asteikon kohdalle. Pisteteet lasket havainnoimisen jälkeen lomakkeen alla olevaan "pisteet yhteensä" kohtaan, jonka löydät B sarakkeesta väittämien

jälkeen. Lomakkeesta voi saada 15–75 pistettä. Mitä pienempi pistemäärä, sitä todennäköisemmin lapsi tarvitsee tukea motoristen taitojen oppimisessa.

Pisteiden avulla pystytään havainnoimaan mahdollinen huoli lapsen motorisesta kehityksestä. Lomakkeen avulla pystytään havainnollistamaan perheelle lapsen motorista kehitystä.

VINKKEJÄ LOMAKKEEN TESTEIHIN

- Käytä leikkejä apuna testin toteutuksessa.
- Luo tempuratoja.
- Havainnoi arjen asioissa:
 - o Syöminen
 - o Siirtymät
 - o Ulkona ja sisällä leikeissä
 - o Pukeminen

Esimerkki leikkejä ja pelejä:

- Kapteeni käskee
- Palapelit
- Erilaiset juoksuleikit

KUVALLINEN HAASTATTELU

Kuvallinen haastattelu eli itsearviointi. Se enteilee 5-vuotiaan pystyvyydestä ja pätevydestä liikkujana. Testi kertoo lapsen omasta ajatusmaailmasta liikkujana ja antaa varhaiskasvattajalle tiedon, kuinka lapsi kokee liikkumisen. Tällöin varhaiskasvattajat pystyvät vielä vaikuttamaan lapsen ajatusmaailmaa liikkujana. Tätä voi soveltaa myös 3-vuotiaille. Testi tukee vasua (itsearviointia ja omaa kokemusta).

Testin tarkoituksena on havaita lapsia, joilla ei ole positiivista kuvaa liikkumiseen. Tällöin pystytään varhaisella puuttumisella muuttamaan kokemuksia liikkumisesta erilaisilla pedagogisilla menetelmillä. Näin lapsi pääsee kokemaan minäpystyvyyttä, pätevyyden tunnetta ja löytää liikkumisen iloa.

Positiivisempi kuva itsestään liikkujana, kertoo lapsen myönteisistä kokemuksista liikunnasta. Tämä tukee liikunnallisen elämäntavan ja paremman minäkuvan syntymistä.

Kuvallisessa haastattelussa on 6 kysymys osa-aluetta, jotka kysyt lapselta. Haastattelun kesto on hyvä pitää maksimissaan 10 minuuttia, jotta lapsen keskittymiskyky riittää. Haastattelun voit tehdä kahdella tavalla, suoraan Excelissä tai paperisena monisteena. Paperisen versio löydät liikkuvan varhaiskasvatuksen materiaaleista. Kohdasta piilo-työkalut. (Lähteissä)

Paperisen version yhdellä puolella on varhaiskasvattajalle kysymykset ja toisella puolella lapselle kuvat, joiden avulla hän pystyy kertomaan oman näkemyksensä. Paperisessa sekä Excel versiossa kysyt kysymykset järjestyksessä.

ESIMERKKI

HAASTATTELEVAN AIKUISEN NÄKYMÄ

2. Liikutko sinä paljon?

_____ kyllä
_____ ei

Tässä on kuva kahdesta lapsesta.
Tämä lapsi liikkuu paljon.

HUOM: Tämä testiajan puoli täytyy olla peilikuva kuvalle, jotta menee oikein päin näytössä.

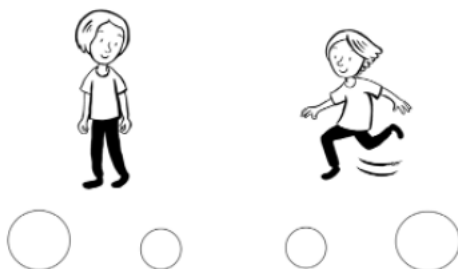
Tämä toinen lapsi ei liiku kovin paljon.

Kumpi näistä lapsista on kuin sinä?

Liikutko sinä aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tou paljon (osoita isoa palloa)?













Liikutko sinä jonkin verran (osoita pienempää palloa) vai ei niin paljon (osoita suurempaa palloa)?

LAPSELLE NÄKYVÄ SIVU HAASTATELUSSA



TYÖKALUN KUVALLINEN HAASTATELU

Työkalun A sarakkeesta löydöt päivämäärä, johon merkitset haastattelun päivän. B Sarakkeesta löydät haastattelu kysymykset. C sarakkeeseen kirjoitat haastattelun vastaukset ja huomiot. Ensimmäinen kysymys on "Kuinka sinä liikut? Kerro minulle." Kysymys on avoin, jolloin lapsi voi kertoa omin sanoin käsitystään omasta liikkumisesta. 2–6 kysymykset ovat kuvallisia. Kysymykseen liittyvä kuva löytyy aina C sarakkeen vierestä oikealta puolelta.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	Päivämäärä	Lapsen kuvaallinen haastattelu	Lapsi kertoo tekevänsä:						
2		1. Kuka sinä olet, mikä sinä osaat tehdä? Kerro minulle. Lapsi kertoo tekevänsä:							
3		Mikälaisen ohjattuun ikuntatoimintaan lapsi kertoo osallistuvansa							
4		2. Liikutko sinä paljon?							
5		Kyllä							
6		Ei							
7		Kumpin näistä lapsista on kuin sinä?							
8		Liikutko sinä aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tunti paljon (isompaa palloa)?							
9		Liikutko sinä joskin vähän (osoita pienempää palloa) vai tunti paljon (isompaa palloa)?							
10		3. Pötkö sinä liikunnasta?							
11		Kyllä							
12		Ei							
13		Kumpin näistä lapsista on kuin sinä?							
14		Pötkö sinä liikunnasta jatkuvasti (osoita pienempää palloa) vai joskus (isompaa palloa)?							
15		Pötkö sinä liikunnasta aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tunti paljon (isompaa palloa)?							
16		4. Oletko sinä hyvä liikunnassa?							
17		Kyllä							
18		Ei							
19		Kumpin näistä lapsista on kuin sinä?							
20		Oletko sinä aika hyvä osalla jännittäviä peliä) vai tunti hyvä (isompaa palloa)?							
21		Oletko sinä joskin vähän hyvä osalla jännittäviä peliä) vai tunti hyvä (isompaa palloa)?							
22									
23									
24									

HAASTATTELUN ETENEMINEN

Avoimen haastattelu kysymyksen (1 kohdan) jälkeen edetään kuvallisiin haastatteluihin. Jokaisessa kuvallisessa haastattelussa on kolme kohtaa. Ensiksi on yleinen kysymys (kysymys 1). Lapsi vastaa kysymykseen ”kyllä” tai ”Ei”. Toisessa kysymyksessä kysytään, kumpi näistä lapsista on kuin sinä? Samalla lapselle näytetään kuvaa, ja kerrotaan kumpi kuva kuvastaa mitään. Tämän jälkeen lapsi osoittaa kuvaa, joka tuntuu hänen mielestään kuvastavan itseään. Kolmannessa kysymyksessä kysytään vielä tarkentava kysymys, jossa lapsi osoittaa pienempää tai isompaa palloa.

Esimerkki (s.5 kuva):

Kysymys 1: Liikutko sinä paljon? Lapsen vastaus "kyllä" tai "ei".

Kysymys 2: "Tässä on kuva kahdesta lapsesta. Tämä lapsi liikkuu paljon."

Samalla osoitetaan sormella paljon liikkuvaa lasta. Tämän jälkeen osoitetaan viereistä kuvaa ja kerrotaan: "Tämä toinen lapsi ei liiku niin paljon."

Haastateltavalta lapselta kysytään: "kumpi näistä lapsista on kuin sinä?"

Kun lapsi on osoittanut sitä kuvaa, joka kuvastaa hänen mielestään itseään, kysytään häneltä vielä yksi tarkentava kysymys.

Kysymys 3: Jos lapsi tässä tapauksessa osoitti enemmän liikkuvaa kuvaa, kysytään: "Liikutko sinä aika paljon (osoita pienempää palloa) vai tosi paljon (isompaa palloa)?"

Jos lapsi olisi valinnut vähemmän liikkuvan kuvan häneltä kysyttäisiin: "liikutko sinä jonkin verran (osoita pienempää palloa) vai et niin paljon (suurempaa palloa)?"

Jokaisessa kysymyksessä edetään saman kaavan mukaan.

VINKKEJÄ HAASTATTELUUN

- Luo rauhallinen ja turvallinen ympäristö.
- Jos lapsi ei osaa vastata kysymykseen voidaan käyttää apukysymyksiä, esimerkiksi:
 - o Onko sinulla harrastuksia?
 - o Harrastatko jotain?
 - o Mitä teet päiväkodissa ulkoillessa?

MOTORISTEN PERUSTAITOJEN TESTIT

Motoristen perustaitojen testit ovat 3–6-vuotiaille. Alla olevasta taulukosta näkyy, mitä taitoja testeissä harjoitetaan.

Tasapainotaidot	Liikkumistaidot	Välineen käsittelytaidot	Havaintomotorinen taito
Staattinen tasapaino (paikallaan)	Tasaponnistushyppy	Yliolan-heittäminen	Kehon keskilinjan ylittäminen
Dynaaminen tasapaino (liikkeessä)	Vuorohyppely	Kiinniotto	
	Kinkkaus	Potkaiseminen	

Tasapainotaidot luovat perustan kaikelle liikkumiselle. Niissä kehon painopiste pidetään kehon tukipisteen päällä. Tasapainotaidot edellyttävät taitoa pysyä tasapainossa paikallaan sekä liikkuessa. Mittauksissa tarvitaan tasapainon lisäksi hyvää keskittymiskykyä.

Liikkumistaidot ovat taitoja, joilla lapsi pääsee liikkumaan paikasta toiseen. Liikkumistaidot edellyttävät alaraajojen voimaa, kehon koordinaatio sekä rytmistä taitoa, jotta liikkeet ovat sujuva kokonaisuus.

Välineenkäsittelytaidot ovat taitoja, joilla käsitellään erilaisia välineitä, kuten palloa tai mailaa. Välineen käsittelytaidot edellyttävät kehon raajojen hallintaa sekä näköaistin ja raajojen yhteistyötä (silma-käsikoordinaatiota).

Havaintomotorisilla taidoilla tarkoitetaan taitoa hahmottaa omaa kehoa, liikuttaa sitä tarkoituksen mukaisesti ja tarkasti suhteessa aikaan, tilaan ja voimankäyttöön. Kehon keskilinjan ylittäminen kertoo lapsen kehon hahmottamisesta. Epäonnistunut kehon keskilinjan ylittäminen kertoo yleensä oppimisen vaikeuksista.



Liitteestä 1. Löydät piilotutkimuksen tulokset 4–,5- ja 6-vuotiaiden tyttöjen sekä poikien staattiseen ja dynaamiseen tasapainoon, tasaponnistushyppy eteenpäin ja heittokiinniottoyhdistelmään. Tulokset eivät ole viitearvoja, mutta niitä voidaan käyttää vertailun kohteena.

TESTIEN SUORITTAMINEN

Näitä välineitä tarvitset: mittanauhan, ajastimen, merkklaus väline (teippi, kartio, hyppynaru) ja pallon. Motoristen perustaitojen testeihin tarvitset riittävän ison tilan, jotta lapsi mahtuu tekemään kaikki liikkeet. Motoriset testit löydät työkalun neljänneltä välilehdeltä. Työkalussa A sarakkeesta löydät päivämäärä osio, johon kirjataan testi päivä. B sarakkeesta löydät motoriset taidot, joita testataan. C sarakkeessa on kirjattu taitojen kriteerit. D sarakkeeseen kirjataan testien tulokset ja E sarakkeeseen kirjataan testin aikana nousseet huomiot. H-L sekä O-S sarakkeet.

Testattavan taidon pisteet määräytyvät kriteerien (C sarake) täyttymisestä.

Tasapainotaidot




A	B	C	D	E
Päivämäärä	Motoriset taidot	Kriteerit	Tulos	Huomiot
1	Tasapainotaidot Staattinen tasapaino. 1. Oikealla jalalla: a) aika b) laatu 2. Vasen jalka: a) aika b) laatu 	Staattinen tasapaino Jalat: 1) Tukijalka paikallaan, paino koko jalkapohjalla 2) Vapaa jalka taakse koukistettuna irti tukijalasta. Pää ja vartalo: 3) Pää vakaana, kaste suunnattuna eteenpäin 4) Vartalo vakaana ja pystyasennossa Kädet: 5) Kädet irti keskivartalosta, ei laajoja käsiikkettä	Oikea jalka: a) sekuntia (max 30s) b) /5 pistettä Vasen jalka: a) sekuntia (max 30s) b) /5 pistettä	
2	Dynaaminen tasapaino Sivuttain hyppeltä krr/15 sekunnin aikana. 3-4-vuotiaille yksi suorituskertaa 5-vuotiaille kaksi suorituskertaa 	Dynaaminen tasapaino Vain määrällinen arviointi	1. Suoritus: kertaa. 2. Suoritus: kertaa	

Staattisen tasapaino testiin tarvitset sekunti kellon. Testissä yritetään seistä 30 sekuntia yhdellä jalalla, oikealla sekä vasemmalla jalalla. Testissä testattavan tulee seistä yhdellä jalalla, ilmassa oleva jalka maassa olevan vieressä, katse eteen päin ja kädet irti keskivartalosta. *Ohjeistus testattavalle: "seisotaan yhdellä jalalla paikallaan. Näytän sinulle ensin ja sitten on sinun vuorosi, pysy paikallaan niin kauan kuin pystyt"*. Testaajan tulee havainnoida määrällisen arvioinnin lisäksi suorituksen laatu kriteereitä. Havainnointi tapahtuu testattavan edestä. Kriteerit löytyvät työkalun C

sarakkeesta. Testin jälkeen kirjataan D sarakkeeseen: a kohtaan, kauanko testattava pysyi yhdellä jalalla (Max 30 s). b kohtaan kirjataan pisteet 0–5. Pisteet muodostuvat kriteerien täyttämisestä.

Dynaamiseen tasapaino Tässä testissä voit hyödyntää lattiassa olevia viivoja tai teipata lattiaan viivan. Testattavalla on 15 sekuntia aikaa hyppiä viivan yli 15 sekunnin ajan. *Ohjeistus testattavalle: ”hypitään tasajalkaa viivan yli niin monta kertaa, kuin ehdit. Näytän sinulle ensin ja sitten on sinun vuorosi.”* Testaaja laskee hyppyjen määrän viivan yli ja merkkää pisteet D sarakkeeseen. Havainnointi tapahtuu testattavan edestä.

Liikkumistaidot

	A	B	C	D	E
4		Liikkumistaidot Tasaponnistushyppy eteenpäin a) hyppyn pituus b) laatu 	Tasaponnistushyppy Valmistautumisvaihe: 1) Polvet koukistuvat ja kädet ottavat vauhtia vartalon taakse. Ponnistusvaihe: 2) Ponnistus tasajalkaa. 3) Ponnistuksessa riiikat, polvet ja lantio ojentuvat. Hmalentovaihe: 4) Ponnistuksessa kädet heilahtavat eteen ja lmalennon aikana molemmat kädet käyvät vähintään olkapään tasolla. Akastusvaihe: 5) Astutulo tasajalkaa polvista joutaan.	a) cm b) /5 pistettä	
5		Vuorohyppy Suoritetaan 4-5 metrin pituisella merkityllä matkalla 	Jalat: 1) Suoritus rytmisen askel-tyyppö 2) Laseutuminen polkialle 3) Ponnistavan jalan polvi koukistuu valmistautuessa hyppyyn. Pää ja vartalo: 4) Pää ja vartalo vakaana, katse eteenpäin Kädet: 5) vastakkaisien käsien käyttö	/5 pistettä	
6		Kirikkous Kirikkous oikealla jalalla - laatu Kirikkous vasemmassa jalalla - laatu Suoritetaan 4-5 metrin pituisella merkityllä matkalla 	Jalat: 1) Tunkijalka koukistuu astelutuksessa ja suoritus ponnistuksessa. 2) Astutulo ja ponnistus pehmeästi joutaan päiksen kautta 3) Vapaa jalka on koukussa ja vauhdittaa liikettä käyden tukijalan etu- ja takapuolella Pää ja vartalo: 4) Pää vakaana, katse eteenpäin suuntautuna. Kädet: 5) Kädet koukussa vauhdittaan liikettä.	Oikea jalka: /5 pistettä Vasen jalka: /5 pistettä	

Tasaponnistushyppy eteenpäin testiin tarvitset mittanauhan. Testattavan tulee hypätä paikaltaan. *Ohjeistus testattavalle: ”Seuraavaksi hypätään mahdollisimman pitkälle. Näytän sinulle ensin, miten hypätään. Sitten on sinun vuorosi. Hyppää niin pitkälle kuin pääset”.* Testissä testaaja mittaa hypyn pituuden senttimetreinä ja hypyn laadun. Havainnointi tapahtuu testattavan sivusta. Laadun mittaamiseen kriteerit löytyvät C sarakkeesta. Laadun toteutuminen pisteytetään 0–5 asteikolla. Testaaja kirjaa D sarakkeeseen tulokset. a kohtaan kirjataan senttimetri ja b kohtaan laadun toteutuminen.

Vuorohyppely testissä tarvitset 4–5 metrin pituisen matkan. Matkan voit merkitä esimerkiksi teipillä, kartioilla tai hyppynaruilla. Ohjeistus testattavalle: *”Seuraavaksi tehdään vuorohyppelyä. Näytän sinulle ensin, minkälaista se on. Sitten on sinun vuorosi. Hyppele tältä merkiltä tuon toisen merkin ohi”*. Suoritus arvioidaan sen laadun mukaan. Havainnointi tehdään sivusta, hypeltävän matkan puolivälissä. Kriteerit löytyvät työkalun C sarakkeesta. Laadun toteutuminen pisteytetään 0–5 asteikolla. Testaaja kirjaa D sarakkeeseen tulokset.



Kinkkaus testissä käytät samaa 4–5 metrin pituista matkaa. Ohjeistus testattavalle: *”Seuraavaksi kinkataan. Näytän sinulle ensin, miten kinkataan. Sitten on sinun vuorosi. Kinkkaa tältä merkiltä tuon toisen merkin ohi”*. Testi suoritetaan oikealla sekä vasemmalla jalalla. Kinkkaus testi arvioidaan laadun mukaan. Havainnointi tehdään sivusta tukijalan puolelta, kinkattavan matkan puolivälissä. Kriteerit löytyvät työkalun C sarakkeesta. Laadun toteutuminen pisteytetään 0–5 asteikolla. Testaaja kirjaa D sarakkeeseen tulokset.

Välineen käsittelytaidot

A	B	C	D	E
	<p>Välineen käsittelytaidot Heitto-kiinniottoyhdistelmä -Heitetään alakautta 10 heittoa seinään 2m päästä seinästä. Otetaan pallo (halkaisija noin 21cm) kiinni yhdestä pompusta. Palloa saa tulla vastaan heittävän taakse. - Neijä vuotiailla lapsilla voidaan suoritus laskea onnistuneeksi, jos saa pallon kiinni kahden pompun jälkeen</p> 	<p>Heitto-kiinniottoyhdistelmä Lasketaan saatujen kiinniottojen määrä</p>	<p>J max 50 pistettä</p>	

Heitto-kiinniottoyhdistelmässä tarvitset pallon, jonka halkaisija on noin 21 cm ja seinä. Testattavan tulee olla 2 metrin päästä seinästä. Testissä testattava heittää pallon kohti seinää ja ottaa pallon kiinni yhdestä pompusta lattian kautta. *Ohjeistus testattavalle: Seuraavaksi heitetään pallo seinään tästä kohtaa ja otetaan pompun kautta kiinni. Näytän sinulle ensin, miten heitetään ja sitten on sinun vuorosi”*. Alle 5-vuotiailla lapsilla suoritus on onnistunut, jos pallon saa kiinni kahden pompun jälkeen. Havainnointi tapahtuu testattavan sivusta. Suoritusta arvioidaan määrällisellä tuloksella.

Onnistuneiden heitto- ja kiinnittosuoritusten kokonaismäärä. Yrityksiä on 10, jolloin maximi pistemäärä on 10.

A	B	C	D	E
	<p>Pallon käsittelytaidot Yliäänheitto (aastu)</p> 	<p>Yliäänheitto 1. Katse zyyty eteenpäin heittokohteeseen koko heiton ajan Valmistautumivaihe: 2. heittokäden vastakkainen kyki edellä heittosuuntaan 3. heittävä käsi lähtee heittoon hartaisijan taakse Heittovaihe: 4. heittokäden vastakkainen jalka astuu eteenpäin ja vartalo kiertyy Saattovaihe: 5. Heittävä käsi saattaa palloa ja heilahtaa rennosti pallon perään</p>	<p>/5 pistettä</p> <p>Heittokäsi: oikea vasen molempikäinen</p>	
	<p>Potku (aastu)</p> 	<p>Potku 1. Katse zyyty eteenpäin heittokohteeseen koko heiton ajan Valmistautumivaihe: 2. Pidentynyt askel (suuri ennen kontaktia ja potkaisevan jalan potki koukistuu vähintään 90° taakse heilahtaessa 3. tukijalka pallon lähelle Potkuvaihe: 4. Heittäjä osuu pallon sisäryijälle tai rintapotkulla (ei kärkepotkulla) Saattovaihe: 5. Potkaisevan jalan saatto vähintään polven korkeudelta</p>	<p>/5 pistettä</p>	

Yliäänheitto testissä tarvittavat välineeksi pallon. *Ohjeistus*

testattavalle: "Seuraavaksi heitetään palloa. Näytän sinulle ensin, miten palloa heitetään kovaa. Sitten on sinun vuorosi. Heitä tuota merkkiä kohti niin kovaa kuin pystyt". Testaaja havainnoi heiton laatua ja sen toteutumista.

Havainnointi tapahtuu testattavan sivusta, heitettävän käden puolelta.


Suorituksen pisteytys merkataan D sarakkeeseen 0–5 asteikolla. Laatu kriteerit löytyvät työkalun C sarakkeesta. Testissä on viisi laatua kuvaavaa kriteeriä. Testi toteutetaan oikealla tai vasemmalla kädellä. Testattava saa itse päättää kummalla kädellä heittää. Jos testattava ei tiedä kummalla kädellä heittää, testataan molemmat kädet. Jos heitto sujuu paremmin oikealla kädellä silloin, merkataan D sarakkeeseen heittokädeksi oikea. Jos heitto sujuu molemmilla käsillä yhtä hyvin, merkataan D sarakkeeseen molempikäinen.

Potku testissä tarvittavat välineeksi pallon ja maalin. *Ohjeistus*

testattavalle: "Seuraavaksi potkaistaan palloa. Näytän sinulle ensin, miten potkaistaan palloa kovaa. Sitten on sinun vuorosi. Ota vauhtia ja potkaise palloa kovaa kohti maalia". Testaaja havainnoi potkun laatua ja sen toteutumista. Havainnointi tapahtuu testattavan sivusta, potkaisevan jalan puolelta. Suorituksen pisteytys merkataan D sarakkeeseen 0–5 asteikolla.

Laatu kriteerit löytyvät työkalun C sarakkeesta. Testissä on viisi laatua kuvaavaa kriteeriä.

Havaintomotorinen taito

A	B	C	D	E
	<p>Kehon keskilinjaa ylittämiseen Oikealla kädellä vasen korva Vasemmalla kädellä oikea korva</p> 	<p>Lapsi koskettaa vastakkaisella kädellä korvaansa samallisen ohjeen ja samanaikaisen näytön jälkeen (kyllä). Lapsi koskettaa vastakkaisella kädellä korvaansa sen jälkeen, kun häntä on autettu kosketuksella hahmottamaan pyydetty käsi ja korva (avustettuna)</p>	<p>Oikealla vasempaan korvaan kyllä Avustettuna ei osaa Vasemmalla oikeaan korvaan Kyllä avustettuna ei osaa</p>	

kehon keskilinjaa ylittämisen testissä havainnoidaan suorituksen laatua. Testissä testaja kertoo ja näyttää samanaikaisesti testattavalle mitä tehdään. Testi suoritetaan oikealla ja vasemmalla kädellä. Onnistuneessa suorituksessa liikesuoritus onnistuu ohjeiden mukaisesti ilman apua. Onnistunut suoritus merkataan D sarakkeeseen kohtaan ”kyllä”. Testaja voi avustaa testattavaa, jolloin suoritus merkataan onnistuneeksi ”avustettuna” kohtaan. Jos testattavalla suoritus jää vajaaksi avustettuna, silloin merkataan kohtaan ”ei osaa”.

VINKKEJÄ MOTORISTEN TAITOJEN TESTEIHIN

- Luo testien liikkeistä tempurata, jolloin lapsi voi kiertää kaikki testaus pisteet.
- Havainnoi leikkien ja pelien aikana.
- Selkeät näytöt liikkeistä
- Turvallinen ympäristö.
- Jos lapsi ei halua tehdä, voidaan yrittää kannustaa tekemään, mutta ei pakottaa.
- **Tärkeää** pitää testit mielekkäänä ja leikkimielisenä.

Esimerkki leikkejä ja pelejä:

- Patsashippa (staattinen tasapaino)
- Kapteeni käskee, (liikkumistaidot)
- Pidä omapuoli puhtaana, polttopallo (yliolanheitto)

Lähteet:

Innostunliikkumaan.fi. Motoriset taidot arjessa ja niiden oppimiseen vaikuttavat tekijät. Luettavissa: <https://innostunliikkumaan.fi/motoriset-aidot-arjessa-ja-niiden-oppimiseen-vaikuttavat-tekijat/motoristen-taitojen-oppimiseen-vaikuttavat-tekijat/>.

Innostunliikkumaan.fi. Motoristen taitojen arviointi. Luettavissa: <https://innostunliikkumaan.fi/motoristen-taitojen-arviointi-ja-varhainen-tunnistaminen-2/>.

Jaakkola, T, 2016, Juokse, hyppää, heitä, ota kiinni, Perusliikuntataitojen opettaminen lapsille ja nuorille. PK-Kustannus.

Liikkuva varhaiskasvatus: <https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/piilo-tutkimuksen-tyokalut/>

Piilo tutkimus:

Piilo – Pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen seuranta : kehittämisvaiheen 2019– 2021 tulosraportti. Sääkslahti, A., Mehtälä, A. & Tammelin, T. (toim.) 2021. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja, (398). Luettavissa: https://static.jamk.fi/likes/Piilo_tulosraportti.pdf.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165465/OKM_2024_10.pdf?sequence=1&isAllowed=y

https://static.jamk.fi/likes/Piilo_tulosraportti.pdf

Liite 1.

			Staattinen tasapaino (enintään 30 s)			Dynaaminen ta- sapaino (15 s)	Heitto-kiin- niotto (enin- tään 10 krt)	Tasaponnistus- hyppy eteen- päin (cm)	
			Oikea jalka	Vasen jalka	Parempi tulos				
Pojat	4 v	Ka	11,0	9,9	12,6	12,0	2,4	82,1	
		Kh	8,7	7,7	8,5	4,1	2,6	19,1	
		n	86	86	86	86	86	86	
	5 v	Ka	15,5	15,1	17,7	15,8	5,6	98,1	
		Kh	9,3	9,6	9,0	3,7	2,6	18,0	
		n	86	86	86	86	86	86	
	6 v	Ka	21,6	20,7	24,6	19,9	7,9	110,0	
		Kh	8,6	8,9	7,2	5,1	2,3	17,7	
		n	115	115	115	115	115	115	
	Kaikki	Ka	16,6	15,8	18,9	16,3	5,6	98,2	
		Kh	9,9	9,8	9,6	5,5	3,4	21,5	
		n	287	287	287	287	287	286	
Tytöt	4 v	Ka	15,0	14,5	17,8	11,7	1,7	80,9	
		Kh	9,4	9,2	9,5	3,6	2,4	19,5	
		n	100	99	100	99	99	99	
	5 v	Ka	20,3	18,6	22,7	16,0	4,6	93,3	
		Kh	9,2	9,6	8,0	4,9	3,1	17,2	
		n	110	110	110	110	110	110	
	6 v	Ka	24,6	24,3	26,9	18,8	7,1	103,2	
		Kh	7,9	8,1	6,1	4,7	2,1	15,0	
		n	136	136	136	135	136	136	
	Kaikki	Ka	20,4	19,6	22,9	15,8	4,7	93,6	
		Kh	9,6	9,8	8,6	5,3	3,3	19,3	
		n	346	345	346	344	345	345	
	Kaikki	4 v	Ka	13,1	12,4	15,4	11,9	2,0	81,4
			Kh	9,3	8,8	9,4	3,8	2,5	19,3
			n	186	185	186	185	185	184
5 v		Ka	18,2	17,1	20,5	15,9	5,0	95,4	
		Kh	9,5	9,8	8,8	4,4	2,9	17,7	
		n	196	196	196	196	196	196	
6 v		Ka	23,2	22,6	25,8	19,3	7,5	106,3	
		Kh	8,4	8,7	6,7	4,9	2,2	16,6	
		n	251	251	251	250	251	251	
Kaikki		Ka	18,7	17,9	21,1	16,1	5,1	95,7	
		Kh	9,9	10,0	9,3	5,4	3,4	20,4	
		n	633	632	633	631	632	631	