

Opinnäytetyö (AMK)
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Lapsi-, nuoriso- ja perhetyö
2015

Pinja Hakanen & Saara Närhi

SIIRTYMÄTILANTEIDEN LIIKUNNALLISTAMINEN REHTORINPELLONKADUN PÄIVÄKODISSA

– Siirtymätilannepussi



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma | Lapsi-, nuoriso- ja perhetyö

2015 | 58 + 22

Johanna Gadd

Pinja Hakanen & Saara Närhi

SIIRTYMÄTILANTEIDEN LIIKUNNALLISTAMINEN REHTORINPELLONKADUN PÄIVÄKODISSA – SIIRTYMÄTILANNEPUSSI

Toiminnallinen opinnäytetyö toteutettiin kehittämishankkeena Rehtorinpellonkadun päiväkodissa, joka on Turun kaupungin päiväkotit. Kehittämishankkeen tavoitteena oli luoda pysyvä työväline toimintakulttuurin liikunnallistamiseen varhaiskasvatuksessa (ToLiVa). Tavoitteena oli myös lisätä liikuntaa päiväkodin arkisiin tilanteisiin ja siirtymätilanteisiin sekä strukturoida niitä. Kehittämistyön taustalla oli ToLiVa-hanke, jossa Rehtorinpellonkadun päiväkotit oli mukana toimikaudella 2014–2015. Kehittämishanke alkoi syyskuussa 2014 ja päättyi huhtikuussa 2015.

Kehittämishankkeessa syntyi kolme tuotosta, jotka olivat siirtymätilannepussi, ohjaajan opas sekä kehittämishankeraportti. Siirtymätilannepussi toimi työvälineenä siirtymätilanteiden liikunnallistamisessa sekä strukturoinnissa. Sen tarkoituksena oli olla helppokäyttöinen ja nopeasti hyödynnettävissä erilaisiin tilanteisiin. Ohjaajan opas antoi kasvattajalle ohjeita työvälineen monipuoliseen käyttöön. Kehittämishankeraportissa kerrottiin kehittämishankkeen etenemisestä. Kehittämismenetelmiä olivat dialogisuus, kokeileva toiminta, havainnointi ja kyselyt.

Kehittämishanke tehtiin yhteistyössä päiväkodin työntekijöiden ja lasten kanssa. Henkilökunnan kanssa keskusteltiin heidän toiveistaan ja tarpeistaan, joiden pohjalta tuotokset muotoutuivat. Siirtymätilannepussi otettiin käyttöön yhdessä päiväkodin lasten kanssa. Lapset saivat myös tuoda esiin omat näkemyksensä pussin korteista piirtämällä kuvat niissä esiintyvistä eläimistä.

Kehittämishankkeen tietoperusta sisälsi yleistä teoriaa varhaiskasvatuksesta sekä lasten liikunnasta. Varhaiskasvatusosio sisälsi tietoa varhaiskasvatussuunnitelmasta, päiväkodin arjesta sekä siirtymätilanteista. Liikuntaosio löytyi tietoa lasten liikunnan suosituksista, hyödyistä ja motoristen taitojen kehityksestä sekä yleisesti että ikävaiheittain.

Saadun palautteen perusteella siirtymätilannepussi oli onnistunut sekä työntekijöiden että lasten mielestä. Lapsista 78 % piti siirtymätilannepussista paljon. Työntekijöiden palautteen mukaan siirtymätilannepussi oli melko hyödyllinen ja helppokäyttöinen. Henkilökunnan mielestä pussi innosti lapsia liikkumaan ja toimi motorisen kehityksen tukena. Siirtymätilannepussia voi hyödyntää monenlaisissa tilanteissa monin eri tavoin oman mielikuvituksen mukaan.

ASIASANAT:

Lapsi, liikunta, päivähoito, siirtymätilanne, varhaiskasvatus

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Social services | Child-, youth- and familywork

2015 | 58 + 22

Johanna Gadd

Pinja Hakanen & Saara Närhi

ADDING EXERCISE TO TRANSITIONS AT REHTORINPELLONKATU KINDERGARTEN – Exercise-cards used during the transitions from one place to another

Functional thesis was made as a development project at Rehtorinpellonkatu kindergarten. The goal was to create a permanent tool to add exercise in early childhood education. The goal was also to increase the amount of exercise in everyday situations and transitions from one place to another at the day care center. The aim was to add structure to transitions as well. ToLiVa-project (adding exercise to early childhood education) was at the background of the development project. The kindergarten took apart to the ToLiVa-project in season 2014–2015. The development project started in September 2014 and ended in April 2015.

Three products were made in the development project: exercise-cards used during the transitions from one place to another, a guide for educator which included information of how to use the cards, and the report. The cards could have been used as a tool to add exercise and structure to transitions. The cards were ment to be easy to use in different kind of situations. The report of the development project included information about the execution. The development methods were dialogy, experimental action, observation and inquiry.

The development project was done in co-operation with the personnel and children at the kindergarten. There were discussions with the staff about their wishes and needs. That was how the development project was formed. The exercise-cards were used with the children. The children also got to draw pictures of the animals on the cards the way they wanted.

Information basis of the development project included basic information about early childhood education and childrens exercise. The chapter about early childhood education included information about early childhood education plan, everyday life in kindergarten and transitions. The chapter about exercise told more about recommendations of childrens exercise, benefits and motoric development.

The exercise-cards were successful according to the feedback from both personnel and children. 78 % of the children liked the exercise-cards very much. According to the feedback from the staff the cards were pretty useful and easy to use. Personnel thought that the cards inspired children to move and they supported motoric development. It was possible to use the exercise-cards in several situations in many different ways, just by using imagination.

KEYWORDS:

Early childhood education, kindergarten, child, exercise, transitions

SISÄLTÖ

KÄYTETYT LYHENTEET	6
1 JOHDANTO	7
2 KEHITTÄMISHANKKEEN LÄHTÖKOHDAT	9
2.1 Kehittämishankkeen tausta, kehittämistehtävä ja tavoitteet	9
2.2 ToLiVa – hanke kehittämistyön taustalla	11
3 VARHAISKASVATUS PÄIVÄHOIDOSSA	13
3.1 Varhaiskasvatuksen perusteet	13
3.2 Varhaiskasvatussuunnitelma päivähoidon taustalla	14
3.3 Päiväkotitoiminta ja liikunnan vuosisuunnitelma osana päivähoitoa	15
3.4 Siirtymätilanteet päiväkodissa	19
4 LASTEN LIIKUNTA	21
4.1 Liikunnan tavoitteet ja suositukset	21
4.2 Liikunnan hyödyt	23
4.3 Motoristen taitojen kehittyminen	24
4.4 Alle kouluikäisen lapsen motorisia taitoja ikävaiheittain	27
5 KEHITTÄMISHANKKEEN ETENEMINEN	29
5.1 Kehittämishankkeen vaiheet ja aikataulu	29
5.2 Tutkimus- ja kehittämismenetelmät	32
6 KEHITTÄMISHANKKEEN TUOTOKSET	37
6.1 Siirtymätilannepussi	37
6.2 Siirtymätilannepussin alustus	40
6.3 Ohjaajan opas	40
7 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIOINTI	43
7.1 Lasten palaute siirtymätilannepussista	43
7.2 Työntekijöiden palaute siirtymätilannepussista ja ohjaajan oppaasta	44
7.3 Siirtymätilannepussin vaikutusten arviointi	47
8 KEHITTÄMISHANKKEEN POHDINTAA	51
8.1 Eettisyys kehittämishankkeessa	51

8.2 Reflektiivisyys kehittämishankkeessa	52
8.3 Kehittämishankkeen jatkotyöskentelymahdollisuudet	54
LÄHTEET	55

LIITTEET

- Liite 1. Valokuvalupa
- Liite 2. Ohjaajan opas
- Liite 3. Työntekijöiden palautekysely

KUVIOT

Kuvio 1. Kaikkien lasten palaute siirtymätilannepussista.	43
Kuvio 2. Työntekijöiden palaute siirtymätilannepussista ja ohjaajan oppaasta.	45

TAULUKOT

Taulukko 1. Kehittämishankkeen aikataulu.	31
---	----

KÄYTETYT LYHENTEET

ToLiVa-hanke	Toimintakulttuurin liikunnallistaminen varhaiskasvatuksessa -hanke
LiikU	Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
VALO	Valtakunnallinen liikunta- ja urheiluorganisaatio ry
EVIVA	Ennaltaehkäisevä ja virikkeellinen vapaa-aika

1 JOHDANTO

Teimme kehittämishankkeena siirtymätilannepussin, jonka tarkoituksena on strukturoida siirtymätilanteita sekä lisätä liikuntaa siirtymätilanteisiin ja yleisesti päivähoitoon. Siirtymätilannepussi sisältää liikuntakortteja, jotka kehitimme alle kouluikäisten lasten motoristen taitojen pohjalta. Kehittämishankkeemme tuotokset ovat siirtymätilannepussi, ohjaajan opas sekä kehittämishankeraportti. Ohjaajan opas sisältää erilaisia leikkejä, joissa siirtymätilannekortteja voi hyödyntää.

Päädyimme tekemään kehittämishankkeemme lasten liikuntaan liittyen, koska liikunta on hyvin ajankohtainen aihe ja kiinnostaa meitä molempia. Kehittämiss tehtäväksemme muodostui liikunnan siirtäminen ja lisääminen arkisiin tilanteisiin sekä siirtymävaiheisiin. Tavoitteiksi asetimme lasten liikunnan määrän lisäämisen päiväkotipäivän aikana sekä pysyvän välineen luomisen siirtymätilanteiden liikunnallistamiseksi ja strukturoimiseksi.

Toteutimme kehittämishankkeen Rehtorinpellonkadun päiväkodissa, joka on Turun kaupungin päivähoitoyksikkö. Päiväkoti sijaitsee Turun keskustassa olevan kerrostalon alakerrassa. Teimme kehittämishankkeen päiväkodin kahdessa eri ryhmässä, joissa oli 2–5-vuotiaita lapsia. Rehtorinpellonkadun päiväkotia oli mukana ToLiVa-hankkeen toisessa osassa, jonka nimi on Turun liikkuva varhaiskasvatus. Teimme kehittämishankkeemme osana ToLiVa-hanketta, jonka tavoitteena on toimintakulttuurin liikunnallistaminen varhaiskasvatuksessa.

Aloitimme kehittämishankkeemme ideoinnin kesäkuussa 2014. Teimme siirtymätilannekortteja marras-joulukuun aikana. Aloitimme ohjaajan oppaan kokoomisen joulukuun puolessa välissä ja teimme sitä helmikuulle asti. Otimme siirtymätilannepussin käyttöön tammikuun 2015 alkupuolella. Kysyimme lasten mielipiteitä siirtymätilannepussista helmikuussa. Työntekijöiltä keräsimme palautetta sekä siirtymätilannepussista että ohjaajan oppaasta maaliskuussa. Kirjoitimme kehittämishankeraporttia koko prosessin ajan. Raportti valmistui huhtikuussa 2015.

Teimme kehittämishankkeemme yhteistyössä Rehtorinpellonkadun päiväkodin työntekijöiden ja lasten kanssa. Kävimme prosessin aikana keskusteluja henkilökunnan kanssa liittyen kehittämishankkeeseemme ja saimme muun muassa lisää ideoita raporttimme sisältöön. Toteutimme myös osan toimintatuokioista yhteistyössä työntekijöiden kanssa. Lapset toivat esiin omat näkemyksensä siirtymätilannekorttien eläimistä piirtämällä kuvan itselleen mieluisimmasta eläimestä. Lapset osallistuivat omien taitojensa ja kiinnostuksensa mukaan siirtymätilannekorttien käyttöön päiväkodissa.

Raportissa kerromme ensin kehittämishankkeemme lähtökohdista, kehittämis-tehtävästä sekä asettamistamme tavoitteista. Kerromme myös ToLiVa-hankkeesta, jotta siitä vielä tietämättömät lukijat ymmärtäisivät kehittämishan-kettamme paremmin. Tämän jälkeen raportissamme on teorian tietoa yleisesti varhaiskasvatuksesta, päivähoidosta ja siirtymätilanteista. Varhaiskasvatukses-ta raportti etenee lasten liikuntaan ja alle kouluikäisten lasten motorisiin taitoi-hin.

Teoriaosuuden jälkeen kerromme kehittämishankkeemme etenemisestä, aika- taulusta ja tutkimus- sekä kehittämismenetelmistä. Kehittämishankkeessa käyt-tämiämme menetelmiä ovat dialogisuus, kokeileva toiminta, havainnointi ja ky-selyt. Selitämme myös yleisesti dokumentoinnista ja opinnäytetyöpäiväkirjan kirjoittamisesta yhtenä osana dokumentointia. Tämän jälkeen esittelemme ke-hittämishankkeen aikana syntyneet tuotokset. Lopuksi arviomme kehittämis-hankkeen onnistumista sekä pohdimme tekemäämme työtä eettisesti ja sen jatkotyöskentelymahdollisuuksia.

2 KEHITTÄMISHANKKEEN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Kehittämishankkeen tausta, kehittämistehtävä ja tavoitteet

Meillä molemmilla oli selkeä toive tehdä toiminnallinen opinnäytetyö heti alusta alkaen. Päädyimme yhteisen pohdinnan kautta toteuttamaan kehittämistoimintaa. Kehittämistoiminnassa määritetään tavoite, jota lähdetään tavoittelemaan konkreettisen toiminnan avulla. Kehittämisellä pyritään esimerkiksi toimintarakenteen tai toimintatavan muuttamiseen. Kehittämistoiminta on usein myös hankeperustaista. Hankkeella on tietty aikataulu, tavoitteet, toimintatavat ja arviointiperusta. Hankeperusteisen kehittämistoiminnan lisäksi kehittämisellä voidaan tarkoittaa myös organisaation jatkuvaa toimintaa, esimerkiksi laatutyötä. (Toikko & Rantanen 2009, 14–15.)

Koimme kehittämistoiminnan meille mielekkäämmäksi kuin perinteisen tutkimuksen tekemisen. Uskoimme, että motivaatiomme pysyy korkeampana toiminnallista opinnäytetyötä tehdessä. Toiveenamme oli myös luoda jotakin pysyvää, jota voimme hyödyntää tulevaisuuden työssämme. Lähdimme innovoimaan, eli keksimään ja kehittämään, uutta välinettä päiväkodin käyttöön (Toikko & Rantanen 2009, 15).

Yhteisen keskustelun kautta huomasimme, että molempia kiinnostaa lasten liikunta. Se on mielestämme myös tärkeä ja ajankohtainen aihe. Kuulimme koulussa ToLiVa– Toimintakulttuurin liikunnallistaminen varhaiskasvatuksessa -hankkeesta. Ajattelimme, että se sopisi hyvin kiinnostuksemme kohteeseen. Tämän takia päädyimme tekemään kehittämishankkeemme Rehtorinpellonkadun päiväkotiin, joka oli mukana ToLiVa – hankkeen toisessa osassa.

Päiväkodin osoite on Rehtorinpellonkatu 4-6 ja se sijaitsee kerrostalon alakerrassa. Siellä toimii kolme ryhmää ja harjoittelumme aikana päiväkodissa oli 48 lasta. Ryhmissä, joissa pääasiallisesti suoritimme harjoittelumme, oli 2–5-vuotiaita lapsia. Ryhmien nimet olivat Sankarit ja Konkarit. Päiväkodissa oli yksi englantiryhmä, Sankarit, jossa osa lapsista puhui vain englantia, osa vain

suomea ja osa molempia kieliä. (Turku 2010.) Päiväkoti oli lähtenyt mukaan ToLiVa-hankkeeseen syksyllä 2014 ja heidän ensimmäinen koulutuksensa aiheesta oli 14.10.2014. Osallistuimme ToLiVa-koulutukseen saadaksemme itsekin enemmän tietoa hankkeesta ja tätä kautta mahdollisesti uusia ideoita opinnäytetyömme sisältöön.

Kävimme Rehtorinpellonkadun päiväkodissa keskustelemassa päiväkodin johtajan sekä yhden lastentarhanopettajan kanssa päiväkodin tarpeista opinnäytetyöhömme liittyen. Pidimme yhteisiä keskusteluja merkittävänä, koska mielestämme oli tärkeää tehdä opinnäytetyö, joka aidosti hyödyttää päiväkotia. Heillä ei ollut tarkkaa toivetta opinnäytetyömme aiheesta, mutta sen toivottiin olevan jotakin pysyvää yksittäisen tapahtuman sijaan. Esiin kuitenkin nousi ajatuksia sallivista säännöistä sekä liikunnan ja siirtymätilanteiden yhdistämisestä. Hankkeeseen on aikaisemmin jo tehty opinnäytetyö sallivista pihasäännöistä, joten koimme uuden opinnäytetyön tekemisen samasta aiheesta epäkäytännölliseksi. Itse kiinnostuimme liikunnan ja siirtymätilanteiden yhdistämisestä.

Lähdimme ideoimaan opinnäytetyötämme siirtymätilanteiden pohjalta. Siirtymätilanteilla tarkoitamme lasten siirtymistä paikasta toiseen, esimerkiksi aamupöydästä vessaan. Teimme kehittämishankkeenamme siirtymätilanteisiin liikuntakortteja, jotka teimme alle kouluikäisten lasten motoristen taitojen pohjalta. Tuotoksemme nimeksi muodostui siirtymätilannepussi. Siirtymätilannepussin tarkoituksena on lisätä lasten liikunnan määrää päiväkodissa ja strukturoida siirtymätilanteita.

Kehittämishankkeemme tavoitteena oli luoda pysyvä väline siirtymätilanteiden liikunnallistamiseen ja tätä kautta tehdä siirtymätilanteet sujuvimiksi. Tavoitteenamme oli myös lisätä lasten liikunnan määrää päiväkodissa. Kehittämistehävämme oli liikunnan siirtäminen ja lisääminen arkisiin tilanteisiin sekä siirtymävaiheisiin. Ajattelemme, että siirtymätilanteet itsessään, ja niiden sujuvuus, ovat tärkeä aihe.

2.2 ToLiVa-hanke kehittämistyön taustalla

ToLiVa 1

ToLiVa on lyhenne toimintakulttuurin liikunnallistamisesta varhaiskasvatuksessa. Sen tarkoituksena on lisätä lasten liikuntaa päiväkodeissa, perhepäivähoidossa, puistotoiminnassa ja yleisesti varhaiskasvatuksessa. ToLiVa-hanke syntyi, kun huomattiin, että lasten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt niin paljon, että se muodostaa terveysriskejä. (Arvola 2014, 6.)

Hankkeen ensimmäisen osan tarkoituksena oli selvittää lasten liikunnan määrää ja liikunnan mahdollisuuksia hoitopäivän aikana. Tavoitteena oli myös uusien keinojen ja menetelmien kehittäminen liikunnan lisäämiseksi. ToLiVa-hankkeen suunnittelu alkoi tammikuussa 2013. Turun varhaiskasvatus ja Turun ammattikorkeakoulun oppilaitoskoordinaattorit olivat kehittämässä hanketta. Hankkeen toteutus aloitettiin lokakuussa vuonna 2013 ja se päättyi kesällä 2014. (Arvola 2014, 7.)

Yksi hankkeen kriteereistä oli moniammatillinen osaaminen. Moniammatillisuus hankkeessa näkyi esimerkiksi yhteistyönä hankkeessa olevien päiväkotien, LiikU ry:n, VALO:n, Turun ammattikorkeakoulun, Helsingin yliopiston orientaatioprojektin, EVIVA:n, Liikuntapalvelukeskuksen, Sirkus-Unionin ja Läntisen tanssin aluekeskuksen välillä. Moniammatillisuus oli osaamista liikunta- ja kulttuurialoilta sekä kasvatus-, sosiaali- ja terveysalalta. Siinä olivat mukana sekä julkinen että kolmas sektori. (Arvola 2014, 6–7.) Hankkeen rahoittajina olivat Euroopan Sosiaalirahasto (ESR), Turun ammattikorkeakoulu ja LiikU ry (Arvola 2014, 7). Hankkeen ensimmäisen osan arviointi valmistuu keväällä 2015.

ToLiVa 2

Olimme mukana ToLiVa 2 -hankkeen ensimmäisessä koulutuspäivässä 14.10.2014. Olimme mukana myös muina koulutuspäivinä sekä mentoritapaamisissa, joka pidettiin Rehtorinpellonkadun päiväkodissa. Koulutukset järjestettiin Turun ammattikorkeakoulun Ruiskadun yksikössä ja sieltä saimme tietoa hankkeen toisesta osasta. Hankkeen toinen osa toteutuu ajalla 1.9.2014–

31.5.2015. Hankkeessa on mukana päiväkoteja, perhepäivähoitoyksiköitä, leikkikouluja sekä leikkipuistoja Turun läntiseltä alueelta. ToLiVa-hankkeen toisen osan nimi on Turun liikkuva varhaiskasvatus.

Rahoittajina hankkeessa ovat Opetus- ja Kulttuuriministeriö (OKM) ja Lounais-Suomen aluehallintovirasto. Hankkeen toinen osa toteutetaan ensimmäistä osaa suppeammin. Koulutus koostuu neljästä koulutuspäivästä, mentoritoiminnasta ja kehittämistehtävästä omassa yksikössä. Lisäksi joissakin yksiköissä järjestetään opiskelijatoteutuksia. (Reunamo 14.10.2014.)

Koulutuspäivien aikana saimme tietää, että tavoitteena hankkeessa on varhaiskasvatuksen parissa työskentelevien henkilöiden osaamisen kehittäminen täydennyskoulutuksilla sekä kehittämistyöskentelyn avulla. Hankkeessa kehitetään liikunnan mahdollisuuksia paremmiksi varhaiskasvatuksessa. Työskentelytapoina hyödynnetään tarkastelua ja havainnointia liikunnan nykytilanteesta, josta saatavan tiedon kautta pystytään arvioimaan ja kehittämään liikuntamuotoja paremmin. Jokainen hankkeessa mukana oleva yksikkö valitsee kehittämistehtävän, joka tukee lasten liikkumista. Varhaiskasvatushenkilöstö vierailee toisessa päivähoitoyksikössä havainnoimassa hyviä liikuntatottumuksia, jolloin hyvien käytäntöjen leviäminen mahdollistuu. Varhaiskasvatushenkilöstö saa myös uusia ideoita lasten toiminnan liikunnallistamiseen koulutuspäivillä järjestettävistä työpajoista. (Reunamo 14.10.2014.)

3 VARHAISKASVATUS PÄIVÄHOIDOSSA

3.1 Varhaiskasvatuksen perusteet

Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan kasvatusta, joka kohdistuu lapsiin, jotka eivät ole vielä koulussa. Se on lasten kasvatuksellista vuorovaikutusta, jonka tarkoituksena on edistää lasten tasapainoista kasvua, kehitystä ja oppimista. Varhaiskasvatus koostuu lapsen hoidosta, kasvatuksesta ja opetuksesta. Se on suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa: jokaisella päivähoidossa tapahtuvalla asialla on taustallaan jokin tavoite. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2005, 11–12.)

Laadukas kasvatus vaatii kasvatuskumppanuutta eli lapsen vanhempien ja kaikkien lapsen kasvatukseen osallistuvien henkilöiden välistä yhteistyötä. Bronfenbrennerin ekologisen kasvatusteorian mukaan ympäristö vaikuttaa ihmisen kehitykseen. Kaikki lapsen elämään kuuluvat tahot osallistuvat lapsen kasvattamiseen. Näitä ovat vanhempien lisäksi esimerkiksi muut sukulaiset, päiväkotikieli sekä harrastustoiminta. Lapsen terveen kehityksen kannalta on tärkeää, että kasvatus tapahtuu yhteistyössä eri tahojen välillä. (Bronfenbrenner 1979, 3.)

Varhaiskasvatuspalvelut eli päiväkotikieli, perhepäivähoito ja avoin toiminta järjestävät varhaiskasvatusta. Niitä tuottavat julkinen sektori eli kunnat, yksityisen sektorin palveluntuottajat sekä kolmas sektori, jossa toimijoina ovat järjestöt ja seurakunnat. Kaikilla alle oppivelvollisuusikäisillä lapsilla on oikeus päivähoitoon. Päivähoitoa on järjestettävä myös vanhemmille lapsille, mikäli olosuhteet niin vaativat. Tarpeen mukaan lapsille pyritään järjestämään vuorohoitoa, joka tarkoittaa hoitoa myös iltaisin ja viikonloppuisin. Kunnan tehtävänä on huolehtia, että lapsi saa hoitoa omalla äidinkielellään: suomeksi, ruotsiksi tai saamenkielellä. (Laki lasten päivähoitosta 19.1.1973/36; Varhaiskasvatussuunnitelma 2005, 11–12.)

Ammattitaitoinen henkilökunta takaa laadukkaan varhaiskasvatuksen (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 11). Vähintään joka kolmannella päiväkodin työntekijällä pitäisi olla lastentarhanopettajan koulutus. Muulta henkilöstöltä vaaditaan vähintään kouluasteen tutkinto, esimerkiksi lastenhoitajan pätevyys. (Reunamo 2007, 103.)

3.2 Varhaiskasvatussuunnitelma päivähoidon taustalla

Vuonna 2003 valmistui valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma, joka päivitettiin vuonna 2005. Päivitetty versio on edelleen voimassa, ja se ohjaa kaikkea toimintaa päivähoidossa. Varhaiskasvatussuunnitelman tavoitteena on taata yhdenmukainen ja laadukas varhaiskasvatus kaikille päivähoitopaikasta riippumatta. Valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman lisäksi jokaisella kunnalla, päivähoitoyksiköllä ja lapsella on myös oma varhaiskasvatussuunnitelmansa, jota seurataan ja päivitetään vähintään vuosittain. Varhaiskasvatussuunnitelman yhtenä tavoitteena on myös lisätä vanhempien kiinnostuneisuutta ja osallisuutta varhaiskasvatuspalveluissa. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2005, 3–9; Kaskela & Kronqvist 2007, 10.)

Varhaiskasvatus pitää sisällään erilaisia orientaatioalueita, joita ovat sisällölliset ja toiminnalliset orientaatioalueet. Orientaatioalueet ovat varhaiskasvatuksen keskeisiä sisältöjä. Sisällöllisiä orientaatioita ovat matemaattinen, luonnontieteellinen, historiallis-yhteiskunnallinen, eettinen, esteettinen ja uskonnollis-katsomuksellinen orientaatioalue. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2005, 26.)

Varhaiskasvatuksen toiminnalliset orientaatiot kuvaavat lapselle ominaisia tapoja toimia. Lapselle ominaisia tapoja toimia ovat leikkiminen, liikkuminen, taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen sekä tutkiminen. Nämä on tärkeä ottaa huomioon toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa, muun muassa siksi, että lapselle luonteva tapa toimia vahvistaa lapsen hyvinvointia sekä lisää hänen mahdollisuuksiaan osallistua. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 20.)

3.3 Päiväkotitoiminta ja liikunnan vuosisuunnitelma osana päivähoitoa

Päiväkotipäivä muodostuu perushoidosta, ruokailuista, ohjaustilanteista, vapaasta leikistä ja ulkoleikeistä (Reunamo 2007, 30). Näiden välillä tapahtuu siirtymistä tilanteesta toiseen, toisin sanoen päiväkotipäivä pitää sisällään useita siirtymätilanteita (Koivunen 2009, 58–59). Päiväkotitoiminta on strukturoitua eli päiväkodissa on säännöllinen ja samankaltaisesti toistuva päiväjärjestys. Esimerkiksi aamupalan jälkeen on aamupiiri ja lounaan jälkeen mennään päivälevolle. Säännöllisyys ja rutiinit päiväkodissa tuovat lapselle turvallisuuden tunnetta, ja niiden avulla lapsi pystyy esimerkiksi ennakoimaan tulevia tapahtumia sekä hahmottamaan ajan kulkua paremmin. Rutiinin syntymisessä on tärkeää, että asiat toistetaan aina samassa järjestyksessä. Lasten kanssa, joilla ei ole erityisen tuen tarvetta, voidaan tarvittaessa poiketa rutiineista ilman suuria ongelmia. (Matilainen 2008, 23–27, 31.)

Kaikissa päiväkodeissa toiminnan taustalla on erikseen suunniteltu päivärytmi. Päiväohjelma saattaa vaihdella eri päiväkodeissa ja päivähoitopaikoissa, mutta siinä on kuitenkin löydettävissä yhtäläisyyksiä. Päivähoitopäivä alkaa saapumisella päivähoitoon, jonka jälkeen on leikkiä tai muuta tekemistä. Leikkiä seuraa aamupala, josta lapset siirtyvät yhteiseen aamupiiriin. Seuraavaksi on joko ohjattua toimintaa tai ulkoilua, jonka jälkeen on lounas. Ruokailutilannetta seuraa satuhetki ja lapset asettuvat päivälevolle. Herättyään lapset nauttivat välipalan, jonka jälkeen leikit jatkuvat sisällä tai ulkona kotiinlähtöön asti. (Järvinen ym. 2011, 166.)

Pedagogisen toiminnan tulee olla osa jokaista päivähoitopäivää. Pedagogisuus näkyy varhaiskasvatuksessa lasten perushoidossa, kasvatuksessa, opetuksessa sekä suotuisan kehityksen tukemisessa. Pedagogiikassa kaikella toiminnalla on aina jokin tavoite, joka pyritään saavuttamaan. (Raittila 2013, 70–79.) Pedagogiikka sisältää myös opettajan ja oppijan eli kasvattajan ja lapsen välisen vuorovaikutussuhteen. Pedagoginen toiminta tapahtuu siis vuorovaikutuksessa. (Dalli ym. 2011, 4.) Pedagogisia menetelmiä ovat esimerkiksi kasvattajien toi-

minnan ja siirtymätilanteiden suunnittelu sujuvuuden lisäämiseksi (Niikko 2008, 70).

Pedagoginen työote on tärkeä toimintatuokioiden lisäksi myös päiväkodin arkisissa tilanteissa. Tätä sanotaan arkitoimintapedagogiikaksi. Arkitoimintapedagogiikan mukaan kaikki päivähoidon arjen tilanteet ovat oppimistilanteita. Perushoitotilanteissa kasvattaja voi tietoisesti kehittää esimerkiksi lapsen sosiaalisia taitoja puhumalla lapselle vaipanvaihdon yhteydessä. Arkitoimintapedagogiikassa kasvattaja asettaa lapsille heidän kehityksensä kannalta tärkeitä oppimisen tavoitteita. Lapset harjoittelevat näitä taitoja kasvattajan ohjaamana ja innostamana toistuvissa arjen tilanteissa, kuten ruokailuissa ja siirtymätilanteissa. (Pihlaja & Viitala 2004, 145–146 & 287.)

Ruokailun yhteydessä kasvattaja voi toteuttaa arkitoimintapedagogiikkaa esimerkiksi tutustuttamalla lapset erilaisiin matemaattisiin käsitteisiin, kuten tyhjä, täynnä, enemmän, yhtä paljon ja vähemmän. Myös hyvien pöytätapojen opettelu on osa arkitoimintapedagogiikkaa. Kasvattaja voi hyödyntää ruokailutilanteen ohjaamalla lapsia ruokailuvälineiden oikeanlaiseen käyttöön. (Raision kaupunki 2008, 14–15.)

Pukeutumistilanteissa kasvattaja toimii pedagogisesti silloin, kun hän nimeää pukeutumisen yhteydessä vaatteita, kehonosia tai värejä yhdessä lasten kanssa. Pukemistilanteissa lapsen on hyvä antaa harjoitella kasvattajan tukemana esimerkiksi kenkien ja lahkeiden laittamista itse sen sijaan, että kasvattaja tekee asiat aina lapsen puolesta. Kasvattaja voi myös kannustaa lapsia toistensa auttamisessa esimerkiksi tuomalla kaverin kengät hyllystä. (Raision kaupunki 2008, 15–16.)

Siirtymätilanteet tarjoavat hyvän mahdollisuuden lasten liikunnan lisäämiseen ja erilaisten liikunnallisten taitojen harjoitteluun hoitopäivän aikana. Lapset voivat harjoitella erilaisia motorisia taitoja siirtymätilanteissa esimerkiksi hyppimällä yhdellä jalalla leikkihuoneesta vessaan. Odotustilanteissa kasvattaja voi toteuttaa arkitoimintapedagogiikkaa esimerkiksi kirjoja lukemalla ja loruttelemal-

la. Tämä edesauttaa lasten kielellistä kehittymistä. (Raision kaupunki 2008, 20–21.)

Pienryhmätoiminnan taustalla on pedagoginen ajatus. Ennen päiväkotitoiminta tapahtui suuremmissa ryhmissä. Nykyään varhaiskasvatuksen ryhmätoiminta on pääasiassa järjestetty tavoitteellisesti uudessa muodossa pienryhmissä. Esimerkiksi lapsiryhmässä, jossa on 21 yli kolmevuotiasta lasta, pienryhmätoiminta voidaan toteuttaa kolmessa pienryhmässä, joissa on seitsemän lasta yhtä aikuista kohden. Varhaiskasvattajat näkevät pienryhmätoiminnan hyvinä puolina sen, että yhtä aikuista kohti on vähemmän lapsia. Tämä mahdollistaa kasvattajan antamaan lapsille enemmän yksilöllistä huomiota ja pedagogiikan lisäämisen esimerkiksi pukemistilanteisiin. Pienryhmätoiminta mahdollistaa myös tilojen monipuolisen ja aktiivisen käytön, sillä useampi pienryhmä toimii samaan aikaan eri tiloissa. (Raittila 2013, 78–80.)

Johdonmukaisen kasvatuksen ja opetuksen taustalla on aina jokin oppimiskäsitys. Oppimiskäsitykset näkyvät varhaiskasvatuksen pedagogiikassa, sillä ne vaikuttavat kasvattajan tapaan tehdä työtä. (Lehtinen ym. 1990, 7.) Oppimiskäsitykset pitävät sisällään ihmisen tavat oppia, oppimisen aikana tapahtuvat asiat ja toiminnot sekä oppijan ja opettajan välisen suhteen sekä heidän roolinsa. Oppimiskäsityksiä ovat behavioristinen, konstruktivistinen, kognitiivinen ja humanistinen oppimiskäsitys. (OK-opintokeskus 2015.)

Oppimiskäsitykset muovautuvat yksilöllisesti esimerkiksi aikaisempien kokemusten ja ammatillisten opintojen kautta. Yksilön omaksumaa oppimiskäsitystä on hankala muuttaa, sillä hän ottaa vastaan tietoa, joka on lähellä hänen aikaisempia ajatuksiaan ja kokemuksiaan. Oppimiskäsitysten muokkaaminen on kuitenkin mahdollista käytännön toiminnan ja vuorovaikutuksen kautta. Tieto ei ole suoraan siirrettävissä henkilöltä toiselle, vaan se tulee omaksua ja muokata yksilöllisten ajatusprosessien kautta. (Hujala ym. 2007, 32–33.)

Behavioristinen oppimiskäsitys on vaikuttanut kasvatukseen ja opettamiseen 1950-luvulle saakka. Oppimista tutkimalla tultiin siihen tulokseen, että konstruktivistinen oppimiskäsitys on behavioristista oppimiskäsitystä parempi, sillä be-

havioristinen oppimiskäsitys ei anna tarpeeksi edellytyksiä jatkuvalla ja tehokkaalle oppimiselle. Konstruktivistisen käsityksen mukaan henkilö oppii paremmin olemalla itse aktiivinen toimija omissa oppimiskokemuksissaan. (Nevgi & Lindblom-Ylänne 2003, 83; Hujala ym. 2007, 34–50.)

Behavioristisen oppimiskäsityksen mukaan ihminen on passiivinen. Tämä tarkoittaa, että henkilön käyttäytymistä ja oppimista voidaan säädellä erilaisilla palkinnoilla tai rangaistuksilla. Toiminnan muokkaantuminen on lähtöisin ulkoapäin, ei henkilön sisäisestä maailmasta. Esimerkkinä behavioristisesta oppimisesta on lasten toiminta aamupiirissä. Kun lastentarhanopettaja kysyy aamupiirissä asioita aina rauhallisesti istuvilta lapsilta, alkavat muutkin lapset istua rauhallisesti saadakseen vastausvuoron. (Tynjälä 1999, 21; Harré 2006, 7–8.)

Konstruktivistinen oppimiskäsitys jaetaan yksilölliseen konstruktivismiin ja sosiaaliseen konstruktivismiin (Kronqvist 2012, 19). Yksilöllisen konstruktivismin mukaan ihminen ottaa uutta tietoa vastaan ja muokkaa sitä yksilöllisesti itselleen sopivaksi aiemmin oppimansa päälle. Tällä tavoin hän myös muokkaa aikaisemmin oppimiaan asioita. (Tynjälä 1999, 37–39; Tynjälä ym. 2005, 25.) Sosiaalisen konstruktivismin mukaan henkilö oppii vuorovaikutuksessa muiden kanssa eli yhdessä tekemällä. Esimerkiksi lapsi oppii erityisesti kokeneelta henkilöltä, kuten päiväkodin työntekijältä. Tämä on tärkeää, koska päiväkodissa toteutettavissa tehtävissä on paljon yhdessä muiden lasten ja aikuisten kanssa tekemistä, jolloin lapsi voi oppia toisilta. (Kronqvist 2012, 19.)

Konstruktivistisen oppimiskäsityksen pohjalta toimiessa ohjaaminen ja eri asioiden opettaminen sidotaan tilanteeseen, joka on lähellä oppijaa ja hänen maailmaansa sekä arkeaan. Oppimiskäsityksen mukaan henkilö on itse aktiivinen toimija oppimisprosessissa. (Kronqvist 2012, 19.)

Kognitiivisen oppimiskäsityksen mukaan oppija on itse aktiivinen toimija oppimisprosessissa. Henkilö ei opi uusia asioita suoraan sellaisenaan kuin ne hänelle kerrotaan, vaan hän tulkitsee ja valitsee tietoa aikaisempien asenteidensa, ajatustensa ja kokemustensa perusteella. Henkilö muokkaa toimintaansa sisäi-

sen maailmansa, eli ajatuksiensa ja kokemuksiensa, mukaan. (Piaget 1988, 15.)

Humanistisessa oppimiskäsityksessä yksilö toteuttaa itseään ja on itse aktiivinen sekä kokeilee uusia opittavia asioita. Oppiminen syntyy vuorovaikutustilanteissa toisten ihmisten kanssa. Henkilö asettaa itselleen tavoitteita, joita lähtee itse aktiivisesti tavoittelemaan omalla toiminnallaan. Tällöin oppija on myös itse vastuussa toiminnastaan. Ohjaajan rooli on humanistisen oppimiskäsityksen mukaan toimia oppijan ohjaajana ja kannustajana oppimistilanteissa. (Sahlberg & Leppilampi 1994, 31.)

3.4 Siirtymätilanteet päiväkodissa

Siirtymätilanteet tarkoittavat lasten siirtymistä paikasta toiseen, esimerkiksi aamupiiristä vessaan. Siirtymätilanteet ovat usein levottomia. Tämä voi johtua siitä, etteivät kasvattajat ole suunnitelleet niitä tarpeeksi. Hoitopäivän aikana on useita siirtymätilanteita. (Koivunen 2009, 58–59.)

Siirtymätilanteet on mahdollista saada sujuvammiksi erilaisin tavoin. Siirtymätilanteissa on olennaista, että yksi kasvattajista on aina lapsia vastassa paikassa, jonne lapset siirtyvät. Juuri ennen päiväunia lapset on hyvä rauhoittaa, jotta nukkumistilanne ei olisi levoton. Kaikille lapsille tulee antaa yksilöllistä huomiota päiväunille mentäessä, esimerkiksi peittelemällä ja halaamalla lasta. (Koivunen 2009, 58–59.) Ulos tulisi lähteä tarpeeksi ajoissa, jotta pukeutumistilanne olisi kiireetön. Kiireettömyys antaa paremman mahdollisuuden oppimiseen, omatoimiseen harjoitteluun sekä opitun asian harjoitteluun. Uloslähtö on hyvä porrastaa, jotta voidaan välttää eteistilan ruuhkautuminen. Porrastaessa lapsiryhmä jaetaan pienryhmiin, jotka siirtyvät pukemaan eri aikaan. (Kanninen & Sigfrids 2012, 178; Piironen-Malmi & Strömberg 2008, 34.)

Ennakoimalla voi ehkäistä siirtymätilanteissa mahdollisesti syntyviä häiriöitä. Esimerkiksi jos lapsella on hankaluuksia siirtymätilanteissa, voi toista lasta ohjata tarttumaan häntä kädestä ja kulkemaan yhdessä määrättyyn paikkaan. Päivähoitopäivän aikana voi olla paljon odotustilanteita. Odotustilanteita on hyvä

täyttää jonkinlaisella toiminnalla, esimerkiksi laululeikeillä tai loruilla. Aikuinen voi valmistaa lapsia siirtymätilanteisiin esimerkiksi kertomalla, että leikkiaikaa on vielä viisi minuuttia jäljellä, ennen kuin lapset siirtyvät pukemaan. (Kanninen & Sigfrids 2012, 177–178.)

Siirtymätilanteet on mahdollista strukturoida. Päiväkodissa strukturointi tarkoittaa hoitopäivän rakenteen suunnittelua: kuka tekee mitäkin ja milloin. Strukturoimalla siirtymätilanteista tulee toistuvia tilanteita. Struktuurin avulla lapset voivat ennakoida tulevaa, mikä luo turvallisuuden tunnetta ja vähentää levottomuutta. (Kanninen & Sigfrids 2012, 175; Koivunen 2009, 62.)

Koska päivähoitopäivä sisältää paljon siirtymätilanteita, on niiden suunnittelu myös tärkeää. Hoitajan tulisi miettiä, miten työntekijät valmistautuvat päivän siirtymätilanteisiin. Työnjako on hyvä suunnitella etukäteen. Hoitajan olisi hyvä suunnitella valmiiksi odotustilanteisiin sopivaa ohjelmaa. Toisaalta ohjelmaa ei voi olla myöskään liikaa. Liika tai liian vilkas ohjelma voi lisätä siirtymisen levottomuutta. Hoitajan tulee pitää mielessä lapset, joille siirtymätilanteet ovat vaikeita. Hoitajan on hyvä miettiä erilaisia keinoja, jotka auttavat lapsia siirtymätilanteissa. Tällaisia keinoja ovat esimerkiksi kuvien käyttö ja positiivisen palautteen antaminen. (Kanninen & Sigfrids 2012, 178.)

4 LASTEN LIIKUNTA

4.1 Liikunnan tavoitteet ja suositukset

Liikunta on merkittävä osa lasten elämää, ja sitä arvostetaan paljon. Liikunnan kautta lapsi saa ryhmään kuulumisen kokemuksia. (Hakala 1999, 102.) Liikunnan tavoitteena on luoda lapsille virikkeitä ja opettaa monipuolisia liikuntataitoja. Lisäksi tavoitteena on saada lapsi ymmärtämään liikunnan merkitys terveyden ja kehityksen kannalta sekä tuottaa hyvää oloa. (Autio 2010, 25.)

Kasvattajan näkökulmasta liikunta on tärkeiden perustaitojen harjoittelua ja oppimista. Lapsen näkökulmasta katsottuna liikunta on iloa ja riemua. Kasvattaja voi vaikuttaa liikuntahetken sisältöön, mutta on tärkeää säilyttää lasten liikunnan ilo pelkkien taitojen opettamisen sijaan. (Kokljuschkin 1999, 36.) Sosiaali- ja Terveysministeriö on julkaissut liikunnan suosituksia varhaiskasvatukseen, jotka antavat suunnan lasten liikuntakasvatukseen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005).

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten mukaan lapsen tulisi liikkua reippaasti päivittäin vähintään kaksi tuntia. Lapselle tulee luoda mahdollisuus harjoittaa motorisia perustaitoja monipuolisesti erilaisia ympäristöjä hyväksikäyttäen. Kasvattajien tulee järjestää lapsille suunniteltua, tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta joka päivä. Heidän tehtävinaan on myös luoda liikuntaan kannustava ympäristö, poistaa liikuntaa estäviä tekijöitä sekä kannustaa turvalliseen liikkumiseen. Päiväkodissa on hyvä olla perusvälineitä lasten liikuntaan, kuten palloja ja hernepusseja, ja niiden tulee olla lasten ulottuvilla. Välineitä pitää olla tarpeeksi. Yhteistyö vanhempien kanssa on tärkeää. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 3.)

Helsingin yliopiston Orientaatioprojektin tutkimustulosten mukaan suomalaisessa päivähoitossa lapset liikkuvat eniten ulkona. Päivähoitossa ulkoillaan yleensä kaksi kertaa päivässä: aamupäivällä ja iltapäivällä. Tästä syystä liikunta ei jakaudu tasaisesti päivähoitopäivälle. Myös sisätiloissa tapahtuvaan toimintaan

tulisi lisätä liikuntaa, jotta lasten jaksaminen sekä vireystaso pysyisivät parempina päivän aikana. (Reunamo & Hausalo 2014, 146–147.)

Rehtorinpellonkadun päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelmassa painotetaan myös liikunnan merkitystä osana lapsen kehitystä. Liikkuminen on päivittäinen osa päiväkodin arkea, minkä avulla sitä pyritään juurruttamaan myös pysyväksi osaksi lapsen elämää. (Rehtorinpellonkadun päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2014, 13.)

Liikunta on yksi tärkeä osa päiväkodin arkea, ja sitä tulisi toteuttaa päivittäin (Zimmer 2011, 165). Päiväkodin henkilökunnalla on päiväkotipäivän aikana suuri rooli lasten liikkumisen edistäjänä ja innostajana (Chuang ym. 2011, 13). On tärkeää, että ohjaaja on omana aitona itsenään mukana toiminnassa yhdessä lasten kanssa. Myös lapsen kannustaminen on merkittävässä osassa ohjaajan toimintaa, sillä kannustamisella on suuri vaikutus lapsen liikunnan innon syntymisessä ja säilymisessä. (Autio & Kaski 2005, 63–66.) Päiväkodeissa on usein oma liikunnan vuosisuunnitelma, jonka pohjalta liikuntakasvatusta toteutetaan. Liikuntakasvatusta on tärkeää suunnitella, jotta liikunta on monipuolista vuoden ympäri ja liikunnan perustavoitteet toteutuisivat.

Liikuntakasvatuksen yleistavoitteita ovat kognitiiviset, motoriset ja sosiaalis-emotionaaliset tavoitteet. Kognitiivisia tavoitteita ovat esimerkiksi erilaisiin liikuntamuotoihin ja -lajeihin tutustuminen, luovuuden kehittäminen sekä terveyden ylläpito. Motorisiin tavoitteisiin kuuluu esimerkiksi motoristen perustaitojen harjoittelu sekä niiden yhdistely. Sosiaalis-emotionaalisia tavoitteita ovat esimerkiksi positiivisen minäkuvan kehittyminen, mielihyvän tunteminen sekä toisen huomioonottaminen.

Turun kaupungin liikunnan vuosisuunnitelmassa erilaiset liikkumistaidot on jaoteltu kuukausittain. Esimerkiksi loka-marraskuussa olisi suunnitelman mukaan hyvä harjoittaa perusvoimistelua, luovaa liikuntaa, painia sekä musiikkiliikuntaa. Suunnitelman kuukausissa on erilaisia tavoitteita, joiden pohjalta liikuntaa suunnitellaan. (Turun kaupungin päivähoidon liikunnan vuosisuunnitelma 2014, 4–5.)

4.2 Liikunnan hyödyt

Lapset tarvitsevat liikuntaa, koska se tukee heidän normaalia kasvuaan ja kehitystään (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 17). Sääkslahti painottaa artikkelissaan liikunnan yhteyttä sydän- ja verisuonitauteihin. Jo 3 -vuotiaiden lasten sydän ja verisuonistosta on löydetty muutoksia, jotka altistavat sairastumiseen (Sääkslahti 2006, Raitakarinen 1999, 33–40 mukaan). Lapsuuden fyysisen aktiivisuuden määrä vaikuttaa merkittävästi valtimosairauksien riskeihin aikuiselämässä. Jotta sydän ja verisuonisto pysyvät mahdollisimman terveenä myös aikuisuudessa, on tärkeää, että lapsi on fyysisesti aktiivinen jo varhaisesta lapsuudestaan lähtien. (Sääkslahti 2006, 7.)

Liikunnan määrällä on yhteys lasten ylipainoon ja liikalihavuuteen. Kehon rasvan määrä lisääntyy tyypillisesti lapsen ensimmäisen elinvuoden aikana ja jälleen 5,5–6 -vuotiailla. Lapsuudessa kehittyy ruokavalioon ja liikuntaan liittyviä toimintatapoja, joilla on vaikutusta liikalihavuuden syntyyn ja riskeihin. Näiden toimintatapojen vuoksi lapsuus on hyvin kriittistä aikaa terveellisten elintapojen mallien luomiseen. Lapsuuden toimintatavat usein vakiintuvat ja vaikuttavat vielä myöhemmässä elämässä. (Chuang ym. 2011, 12.)

Lihakset kasvavat ja vahvistuvat säännöllisen käytön, liikunnan, seurauksena. Kunnollinen ja terveellinen ravinto on myös tärkeä osa lihasten kehittymistä. Liikunta vahvistaa tuki- ja liikuntaelimiä eli sidekudoksia, luukudosta, lihaksia sekä jänteitä. Liikunta kehittää myös hengityselimiä (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 10; Terveysverkko 2011.) Perinnöllisten tekijöiden lisäksi liikunta vaikuttaa nivelten liikkuvuuteen (Numminen 1996, 35). Fyysisesti hyväkuntoinen lapsi jaksaa suorittaa päivittäisiä askareita ilman suurta väsymistä. Lisäksi hän voi nauttia harrastuksista ilman merkittäviä paineita. Fyysiseen kuntoon kuuluvat kestävyys, liikkuvuus, voima, nopeus ja erilaiset taitotekijät kuten tasapaino ja reaktiokyky. (Autio 1997, 32.)

Liikunnalla on positiivisia vaikutuksia muistiin, tarkkaavaisuuteen sekä yleisiin tiedonkäsittely- ja ongelmanratkaisutaitoihin, eli lasten tiedolliseen toimintaan. Liikunta lisää aivojen aktiivista toimintaa ja kasvattaa aivojen tilavuutta. Erityi-

sesti muisti ja toiminnanohjaus hyötyvät liikunnan aiheuttamista aivojen muutoksista. Aivojen rakenteelliset muutokset parantavat myös oppimisen edellytyksiä. (Opetushallitus 2012, 5–8.) Oppiminen tehostamiseksi lapsille tulee tarjota virikkeellinen, liikuntaa mahdollistava ympäristö. Liikunnan monipuolisuus, sopivat haasteet sekä uusien asioiden kokeminen tukevat myös oppimista. (Turun kaupungin päivähoiton liikunnan vuosisuunnitelma 2014, 23.)

Liikunta voi omalta osaltaan ehkäistä lapsen syrjäytymistä. Liikunnan kautta lapsen vuorovaikutustaidot lisääntyvät ja sosiaalisten suhteiden muodostuminen helpottuu. Liikunta kehittää lapsen ryhmässä työskentelyn sekä erilaisten ihmisten kanssa toimimisen taitoja. Lapsen taidot kuunnella, noudattaa ohjeita sekä odottaa vuoroaan voivat parantua liikunnan seurauksena. Myös tunteiden käsittely ja purkaminen helpottuu liikunnan avulla. (Opetushallitus 2012, 8.)

Liikunnalla on positiivisia vaikutuksia itsetunnon kehittymiseen (Opetushallitus 2012, 8). Itsetunto tarkoittaa henkilön tekemää arviota minäkäsityksestään. Minäkäsitys tarkoittaa henkilön ajatusta siitä, minkälainen hän itse on. Itsetunto kehittyy vasta vuorovaikutuksessa, se ei siis ole synnynnäistä. Lapsen itsetunnon kehittymisen kannalta tärkeitä henkilöitä ovat vanhemmat, päiväkodin työntekijät ja kaverit. (Aho & Heino 2000, 1–3.)

4.3 Motoristen taitojen kehittyminen

Motoriset perustaidot ovat taitoja, joilla elämän eri tilanteista selvitään itsenäisesti. Perustaitoja ovat esimerkiksi käveleminen, hyppääminen ja heittäminen. Tavoitteita motoriikalle ovat muun muassa perusliikuntataitojen harjoittelu, kehontuntemuksen lisääminen sekä liikunnan laadullisten kykyjen kehittäminen. Liikunnan laadullisia kykyjä ovat tasapaino-, rytmi- ja reaktiokyky, tilassa liikkuminen sekä ketteryys. (Kullström & Ruotsalainen 2014, 65–66.)

Lapsen kokonaisvaltainen kehitys sekä motoristen taitojen kehitys etenevät pääasiassa tietyssä järjestyksessä. Motorisen kehityksen vaiheet voivat kuitenkin tulla eri järjestyksessä tai jotkut vaiheet voivat puuttua kokonaan. On myös olemassa herkkyykskausia, jolloin uuden asian oppiminen tapahtuu helpommin.

Taidon oppiminen on vaikeaa, mikäli sitä ei opi herkkyyksikauden aikana. Taitojen eroavaisuuksien vuoksi lapsen yksilöllisyys ja taidot on otettava huomioon pienten lasten ohjauksessa. Lisäksi on huomioitava, että lapset eivät opi uusia motorisia taitoja ennen kuin he ovat siihen kypsiä, eli ennen kuin heidän lihaksistonsa ja hermostonsa ovat kehittyneet tarpeeksi. (Autio 2010, 53–55.)

Motoriset perustaidot jaetaan liikkumistaitoihin, tasapainotaitoihin ja käsittelytaitoihin. Liikkumistaitoja harjoitellaan siirtymisessä paikasta toiseen. Liikkumistaitoja ovat esimerkiksi ryömiminen, hyppiminen, laukkaaminen ja konttaaminen. Tasapainotaitoja harjoitellessa ollaan pääasiassa paikoillaan. Tasapainotaidot edellyttävät sekä tasapainoa että lihasvoimaa. Tasapainoliikkeitä ovat esimerkiksi seisominen, heiluminen, pyöriminen ja ravistelu. Käsittelytaitojen harjoittamiseen tarvitaan jokin väline, esimerkiksi pallo. Tavoitteena on kehittää silmien ja raajojen välistä koordinaatiota sekä esineeseen reagointia. Käsittelytaitoja ovat esimerkiksi heittäminen, potkaiseminen, kiinniotto ja kuljetus. (Kullström & Ruotsalainen 2014, 66–67.)

Aluksi lapsen liikkuminen on kömpelöä ja suurieleistä. Tällöin liikkuminen on karkeamotorista, mutta harjoittelun kautta liikkuminen kehittyy hienomotorisemmaksi. Toisto on tärkeä osa motoristen taitojen kehittymistä ja lapset toistavat myös itsenäisesti taitojaan ja motorisia liikkeitä. Tämän jälkeen liikkeet vakiintuvat ja tulevat lapselle luonnostaan. Kun lapsi oppii hallitsemaan liikkeen, hän voi soveltaa sitä erilaisiin tilanteisiin. Lapsi oppii myös hallitsemaan lihaksistoaan. (Karvonen 2000, 34; Autio 2010, 53–54.)

Motoriselle kehitykselle on yleistä, että kehon toinen puoli kehittyy toista nopeammin. Siksi on tärkeää, että varsinkin suuria lihaksia vaativien motoristen taitojen harjoittelussa otetaan huomioon, että ne kehittävät kehon molempien puolien lihaksistoa ja hermostoa. Ensin harjoitellaan lapsen vahvempaa kehon puoliskoaa, kunnes lapsi oppii taidon, jonka jälkeen harjoitetaan heikompaa kehon puolta. Lopulta kasvattaja ohjaa lasta harjoittamaan kehon molempia puolia samanaikaisesti. Toisaalta lapsen ei tarvitse osata esimerkiksi kirjoittaa molemmilla käsillä. (Autio 2010, 54.) Jotta lapsen motoriset taidot kehittyvät normaalisti, on lapsen saatava päivittäin mahdollisuuksia liikkumisen harjoitteluun

ja liikuntaan. Taidot kehittyvät, kun lapsi saa harjoitella uusia taitoja riittävän paljon sekä toistaa jo oppimiaan taitoja erilaisissa ympäristöissä hyödyntäen välineitä monipuolisesti. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 10.)

Motoriset taidot ovat kytköksissä kielen kehitykseen. Jos lapsella on vaikeuksia motoristen taitojen kehityksessä, on hänellä usein ongelmia myös kielellisessä kehityksessä tai muissa kehityksen alueissa, kuten tarkkaavaisuudessa. (Niilo Mäki Instituutti 2015.) Olemme ottaneet opinnäytetyössämme huomioon motoristen taitojen ja kielen kehityksen yhteyden kirjoittamalla siirtymätilannekortteihin loruja.

Siirtymätilannekorttien lorut kertovat hauskalla tavalla lapselle tavan liikkua paikasta toiseen. Lorut kehittävät runojen tavoin kielellistä osaamista ja laajentavat sanavarastoa. Niiden avulla lapset oppivat myös vaikeampia sanoja, sillä hasut riimit jäävät helpommin lapsen mieleen. (Hakamo 2011, 63.)

Kieltä hyödyntämällä henkilö voi välittää toisille havaintojaan, tuntemuksiaan ja ajatuksiaan. Puhe rakentuu äänneistä, eri äänneistä muodostuu sanoja ja sanoista muodostuu lauseita. (Kuikka ym. 2001, 111.) Lapsen puhe etenee tässä järjestyksessä. Lapsi alkaa tuottaa äänneitä kolmen kuukauden ikäisenä (Hakamo 2011, 25). Lapsi kuitenkin äännelee jo syntymästään lähtien esimerkiksi itkemällä ja röyhtäisemällä. Noin vuoden ikäisenä lapsi alkaa tuottaa ensimmäisiä sanoja, jotka ovat tunnistettavissa. Kahden sanan lauseita lapsi alkaa tuottaa noin 1,5-vuotiaana, jolloin myös sanavarasto laajentuu huomattavasti. Lapsi alkaa tuottaa kaksivuotiaana kolmen tai useamman sanan lauseita. Kolmen vuoden iässä lapsen sanavarasto on jo hyvin laaja, jopa tuhansia sanoja. Lapsi osaa myös muodostaa sujuvasti kieliopillisesti oikeita lauseita. (Harley 2010, 50.)

Lapsi oppii kieltä matkimalla toisia ihmisiä ja ympäriltä kuulemansa kautta. Siksi aikuisten on tärkeää kiinnittää huomiota siihen, mitä ja miten lapsen ympärillä puhutaan. Imitaatio eli matkiminen on tärkeä osa lapsen kielen kehitystä. Yhdeksän kuukauden ikäisenä lapsi alkaa ymmärtää ensimmäisiä sanoja ja helppoja ohjeita. (Harley 2010, 50–68.)

4.4 Alle kouluikäisen lapsen motorisia taitoja ikävaiheittain

Motoriset taidot ja niiden taso vaihtelevat ikävaiheittain, ja eri-ikäisillä lapsilla on erilaisia motoristen taitojen tavoitteita. Alle kolmevuotiaiden lasten liikkuminen on pääasiassa omaehtoista. Silloin lapsi liikkuu oman halunsa ja mielenkiinton-
sa mukaan. Liikkuminen tapahtuu joko yksin tai pienessä ryhmässä. Liikkumi-
nen on osa hoitotilanteita ja arkisia toimintoja. Lapselle on tärkeää antaa tilaa
liikkua omaehtoisesti mahdollisuuksien mukaan. (Sosiaali- ja Terveysministeriö
2005, 10–11.)

Yksivuotias lapsi harjoittelee kävelyä sekä taluttaen että itsenäisesti. Liikkumi-
nen on vielä huteraa, ja lapsi voi kaatuilla paljon. Kaksivuotiaan lapsen kävely
on varmempaa, ja hän liikkuu paljon eikä pysty olemaan pitkiä aikoja paikoil-
laan. Lapsi harjoittelee juoksemista, mutta se on vielä hallitsematonta. Lapsi
opettelee kaksivuotiaana tasajalkaa hyppimisen taitoa. Hän osaa leikkiä muiden
kanssa, mutta leikkiminen sisältää paljon erimielisyyksiä. (Karvonen & Lehtinen
2009, 18; Kauranen 2011, 352–353.)

Kolmevuotias tarvitsee paljon liikuntaa ja myös haluaa liikkua. Tavoitteena on,
että lapsi osaa kolmevuotiaana hyppiä tasajalkaa, juosta, heittää palloa sekä
potkaista palloa liikkuessaan. Lapsen olisi hyvä osata myös nousta portaita vuo-
roaskelin ilman kaiteesta kiinnipitämistä. Tässä iässä lapsi oppii jäljittelemällä
aikuisen toimintoja. Siksi on tärkeää, että aikuinen näyttää lapselle mallia erilai-
sissa liikuntatavoissa. (Karvonen & Lehtinen 2009, 21–22.)

Neljävuotias lapsi osaa yleensä hallita kehoaan melko hyvin. Lapsella on jo hy-
vät kävelemisen, juoksemisen, yhdellä jalalla hyppimisen ja kiipeilyn taidot. Nel-
jävuotias osaa myös heittää, vierittää sekä potkaista palloa ennalta määrättyyn
suuntaan sekä saa otettua hänelle suunnatun pallon käsillään kiinni. Lapsi osaa
myös pompottaa palloa. (Karvonen & Lehtinen 2009, 24.)

Viisivuotiaan lapsen liikkuminen on rytmikästä ja sujuvaa. Lapsi osaa erittäin
hyvin muuttaa liikkumisensa suuntaa ja nopeutta, liikkua erilaisissa ympäristöis-
sä, tasapainotella yhdellä jalalla ja kävellä viivaa pitkin. Lapsen kiinnostuksen

alueella ovat juoksuleikit sekä erilaiset kiinniottoleikit, kuten hippa. (Karvonen & Lehtinen 2009, 27.) Viisivuotiaan on tärkeää opetella käsien karkeamotorisia taitoja esimerkiksi erilaisilla pallonkäsittelyharjoitteilla (Pönkkö & Sääkslahti 2012, 139).

Kuusivuotias lapsi vahvistaa jo opittuja taitoja. Lapsi opettelee uusia taitoja leikin avulla. Kuusivuotias opettelee kouluvalmiuksia tulevaa koulutaipaletta ajatellen. Hän harjoittelee esimerkiksi luistelua, hiihtoa, uintia, pallopelejä, erilaisia hyppyjä sekä telineliikuntaa. (Karvonen & Lehtinen 2009, 30–33.)

5 KEHITTÄMISHANKKEEN ETENEMINEN

5.1 Kehittämishankkeen vaiheet ja aikataulu

Kehittämishankkeemme eteni lineaarisen mallin mukaisesti (Salonen 2013, 15). Ensimmäinen vaihe kehittämishankkeessa oli ideointivaihe, jossaideoimme sen mahdollisia aiheita kiinnostustemme pohjalta. Kehittämistehtävän tulee olla motivoiva sekä hyödyllinen opinnäytetyön toimeksiantajalle. (Vilka & Airaksinen 2003, 23.) Ideointivaiheessa määrittelimme myös toimintaympäristön, alustavan kehittämistehtävän sekä toimijat (Salonen 2013, 17). Aloitusvaiheen jälkeen oli suunnitteluvaihe, jossa teimme kirjallisen suunnitelman kehittämistyöstä. Suunnitelma sisälsi esimerkiksi kehittämishankkeen toiminnan, ympäristön, tavoitteet, tiedonhankintatavat sekä dokumentoinnin. (Salonen 2013, 17.)

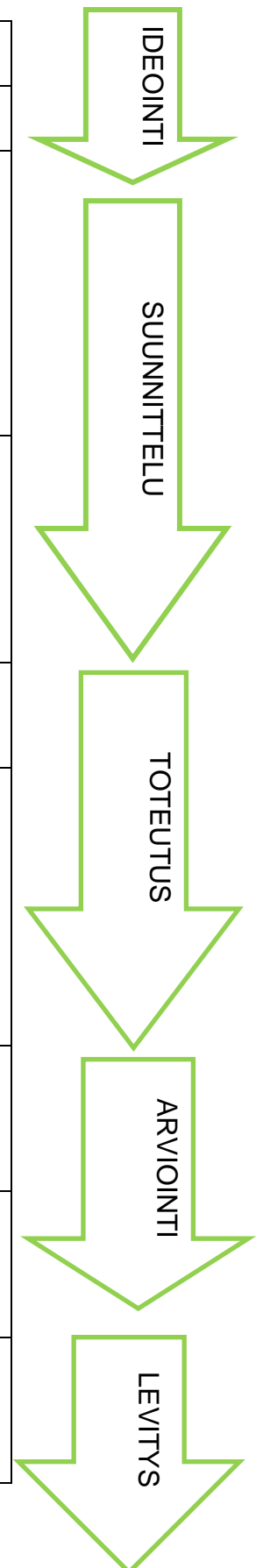
Aloitimme kehittämisraportin kirjoittamisen teoriapohjan tekemisellä. Kirjoitimme kehittämishankeraporttia koko prosessin ajan. Etsimme tietoa kehittämishankkeeseen liittyen kirjastosta, internetistä sekä Theseuksesta ja muista tietokannoista. Hyödynsimme kehittämishankkeen teoriapohjaan menetelmäkirjallisuutta sekä tutustuimme samankaltaisiin töihin. (Salonen 2013, 22–23.) Näiden lisäksi hyödynsimme kehittämishankkeessa havainnointia ja kyselyitä.

Seuraava vaihe oli kentälle siirtyminen ja kehittämishankkeen varsinainen toteutus. Tavallisesti kentälle siirtymisen vaihe on nopea suunnitelman hyväksymisen jälkeen, kuten myös kehittämishankkeessamme. Tämä vaihe näkyi meillä harjoittelun alkamisena. Harjoittelun aikana teimme kehittämistyömme käytännön toteutuksen eli siirtymätilannepussin. Toteutusvaiheessa teimme siirtymätilannekortit, testasimme niitä kokeilevalla toiminnalla ja arviomme siirtymätilannepussin toimivuutta. Sen jälkeen muokkasimme siirtymätilannepussin käyttötapoja sekä pyrimme juurruttamaan sen päiväkodin pysyväksi käytännöksi. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 46; Salonen 2013, 17–18.)

Virallinen arviointivaihe oli toteuttamisvaiheen jälkeen. Arviointia tapahtuu kuitenkin kehittämishankkeen jokaisessa vaiheessa. (Salonen 2013, 18.) Arviointi-

vaiheessa keräsimme palautetta palautekyselyllä päiväkodin henkilökunnalta sekä lapsilta hymynaama-menetelmällä. Lopuksi viimeistelimme kehittämishankeraporttimme. Esittelimme valmiin tuotoksemme eli siirtymätilannekortit ja ohjaajan oppaan ToLiVa 2 -hankkeen päätösmessuilla huhtikuussa 2015. Teimme siirtymätilannepussit myös omaan käyttöömme, jotta pystymme itse tulevana lastentarhaopettajina hyödyntämään kehittämishankettamme. (Salonen 2013, 18–19).

Aika	Menetelmät	Toimijat	Tuotos
6-8/2014	Palaverit	Saara ja Pinja	Aiheen ideointi
9-10/2014	Sähköpostien lähettäminen, tiedonhankinta, palaveri harjoittelupaikassa	Saara, Pinja, Turun läntisen- ja itäisen alueen palvelupäälliköt, pk:n johtaja ja lto, ToLiVa- hanke	Kehittämishankkeen toteuttamispaikka ja aihe, harjoittelupaikka, ToLiVa-koulutus, ideaseminaari, kehittämishankkeen suunnitelma
11/2014	Tiedonhankinta, teoriapohjan kirjoittaminen	Saara ja Pinja, pk:n henkilöstö	Kehittämishankkeen suunnitelmaseminaari, menetelmäessee, teoriapohja, harjoittelu, siirtymätilanepussi
12/2014	Raportin kirjoittaminen	Saara, Pinja	Siirtymätilanepussi
1-2/2015	Raportin kirjoittaminen, kokeileva toiminta, palautekysely hymynaamamenetelmällä	Saara, Pinja, pk:n henkilökunta, lapset	Tuotoksen testaus, kehittäminen, lopullinen tuotos ja sen käyttöönotto pk:ssa, palautteenkeruu lapsilta
3/2015	Palautekysely, itsearviointi, raportin kirjoittaminen	Saara, Pinja, harjoittelupaikan henkilöstö	Työntekijöiden palautteet, itsearviointi, raportti
4/2015	Raportin viimeistely	Saara, Pinja	Valmis kehittämishanke, tuotoksen esittely ToLiVa - päätösmessuilla
5/2015→		Saara, Pinja, Rehtorinpellonkadun päiväkot	Tuotoksen hyödyntäminen



Taulukko 1. Kehittämishankkeen aikataulu.

5.2 Tutkimus- ja kehittämismenetelmät

Käyttämiämme tutkimus- ja kehittämismenetelmiä ovat dialogisuus, kokeileva toiminta, havainnointi, opinnäytetyöpäiväkirjan kirjoittaminen ja kyselyt. Toiminnallisessa opinnäytetyössä tiedon keräämiseen käytettävät menetelmät ovat samoja kuin tutkimusta tehdessä (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57). Toiminnallisessa opinnäytetyössä laadullisia tutkimusmenetelmiä käytettäessä aineistoa ei tarvitse analysoida yhtä perusteellisesti kuin tutkimuksellisessa opinnäytetyössä (Vilkkä & Airaksinen 2004, 57–58).

Dialogisuus ja parityöskentely

Dialogisuus on tärkeä osa työyhteisössä toimimista sekä pari- ja tiimityöskentelyä. Dialogisesti keskustellessaan henkilöt antavat toisilleen aikaa ja huomioivat toisiaan. Työskentely on toista kunnioittavaa ja osapuolet kuuntelevat toisiaan aidosti. Päätökset tehdään yhdessä keskustellen ja toisen näkökulmat huomioiden. (Seinä & Helander 2007, 19; Mäkinen ym. 2009, 137–139.)

Saimme lisää varmuutta ja kokemuksia dialogisesta keskustelusta opinnäytetyötä tehdessä. Dialogisuus näkyi yhteistyössämme päiväkodin henkilökunnan kanssa esimerkiksi kokouksissa sekä parityöskentelyssämme. Otimme huomioon päiväkodin henkilökunnan toiveet ja pyrimme yhdistämään ne omien tavoitteidemme kanssa. Yhdessä keskustellen pyrimme luomaan kaikkia osapuolia tyydyttäviä tuloksia.

Dialogisen työtteen pohjalta lähdimme ideoimaan ohjaajan opasta päiväkodin henkilökunnan toiveesta. He toivoivat siirtymätilannepussille monipuolisia käytötapoja. Dialogisen keskustelun kautta saimme henkilökunnalta myös ehdotuksen liittää kielellinen kehitys osaksi kehittämishankeraporttiamme. Toimintahetkien suunnittelussa keskustelimme henkilökunnan kanssa ideoistamme. Yksi työntekijöistä oli aina mukana ensimmäisen pienryhmän toimintahetkellä. Keskustelimme yhdessä tuokiosta ja teimme tarvittaessa muutoksia saamamme palautteen ja yhteisten pohdintojemme perusteella.

Työparina koimme tärkeäksi toistemme aidon kuuntelemisen sekä erilaisten näkökulmien kunnioittamisen. Onnistuimme pitämään dialogisuuden mukana työskentelyssämme koko kehittämishankkeen tekemisen ajan. Kuuntelimme esimerkiksi toistemme erilaisia näkökulmia, joiden pohjalta teimme yhteistyössä kompromissin, joka miellytti molempia.

Parityöskentelyssä ja dialogisuudessa on mahdollista oppia toiselta uusia asioita (Seinä & Helander 2007, 24). Opimme toisiltamme paljon yhdessä työskentelymme aikana. Kummallakin oli erilaisia kokemuksia muun muassa harjoittelusta sekä työelämästä, joiden johdosta myös osaamisemme oli osittain erilaista. Jaoimme tätä osaamista sekä ideoita toisillemme parityöskentelyn aikana. Koimme, että saimme tukea ja ideoita toisiltamme tilanteissa, joissa olisi ollut vaikea edetä yksin työskennellessä.

Parityöskentelyn toimivuuden kannalta työskentelyilmapiiri on merkittävässä osassa. Ilmapiiriin vaikuttavat esimerkiksi toiselle puhumisen sävy ja työtehtävien jakaminen. Ilmapiiri pysyy positiivisena ja tätä kautta työskentely sujuu paremmin, kun työpari jakaa vastuun ja työtehtävät tasaisesti. (Seinä & Helander 2007, 27–28.) Opinnäytetyön alkuvaiheessa meillä oli työtehtäviä, joita teimme itsenäisesti. Sovimme tehtävien jaosta etukäteen, jotta ne jakautuisivat mahdollisimman tasaisesti. Teimme esimerkiksi niin, että toinen meistä oli puhelinyhteydessä toimeksiantajaan, ja toinen vastasi sähköpostien lähettämisestä. Pääasiassa teimme opinnäytetyötä tiiviisti yhdessä. Koimme tiiviin parityöskentelyn toimivan kohdallamme parhaiten esimerkiksi siksi, että saimme jatkuvasti tukea ja ideoita toisiltamme.

Kokeileva toiminta ja havainnointi

Testasimme siirtymätilannekortteja ja arvioimme niiden toimivuutta kokeilevalla toiminnalla. Huomioidemme pohjalta muokkasimme siirtymätilannepussin käytötapoja sekä pyrimme juurruttamaan siirtymätilannepussin käytön päiväkodin pysyväksi käytännöksi. (Salonen 2013, 17–22.) Toteutimme kokeilevaa toimintaa tammi- ja helmikuun aikana.

Keräsimme tietoa siirtymätilannepussin toimivuudesta myös havainnoimalla sitä kokeilevan toiminnan yhteydessä. Havainnointi ei ole vain asioiden ja ilmiöiden näkemistä vaan niiden tietoista tarkkailua. Havainnointia on kahdentyypistä: etukäteen tarkasti suunniteltua ja hyvin vapaamuotoista. Hyödynsimme kehittämishankkeessa vapaamuotoista havainnointia. Havainnoinnissa tulee ottaa huomioon konteksti eli havainnoinnin ympäristö. (Vilka 2006, 37–38.) Havainnoimme lapsia päiväkodissa, sillä se on ympäristö, jossa käytimme siirtymätilannepussia.

Havainnoimme sekä toistemme että lasten toimintaa jokaisen tuokion aikana. Ensimmäisessä pienryhmässä siirtymätilannepussin alustuksessa lapset saivat nostaa useita kortteja siirtymätilannepussista. Havaitimme, etteivät he jaksaneet enää keskittyä tuokion loppupuolella. Havaintojemme perusteella muokkasimme toimintaamme ja muissa pienryhmissä jokainen lapsi sai nostaa vain yhden kortin. Tällöin lasten keskittymiskyky tuokion aikana oli parempi.

Kyselyt

Lapsilta keräsimme palautetta hymynaama-menetelmällä. Se on palautekysely, jossa lapset voivat kertoa kokemuksensa siirtymätilannepussista iloisen, neutraalin tai surullisen hymynaaman kautta. Alle esikouluikäisten lasten haastattelu on hankalaa, koska heidän kielensä ei vielä ole tarpeeksi kehittynyt. Kuvien avulla toteutettu palautekysely on helposti lasten ymmärrettävissä. Tällöin lasten oli helppo kertoa, pitivätkö he tuottamastamme siirtymätilanteiden uudistuksesta. (Hirsjärvi & Hurme 2011, 129.)

Aloitimme palautteen keräämisen harjoittelumme viimeisellä viikolla. Palautetta keräsimme neljän päivän ajan sopivissa kohdissa päiväkotipäivää. Pyysimme lapsia yksitellen rauhalliseen tilaan, jossa he saivat kertoa mielipiteensä siirtymätilannepussista osoittamalla ajatustaan kuvaavaa hymynaamaa. Kerroimme lapsille selkeästi, mitä eri hymynaamat tarkoittavat. Kerroimme, että hymyilevä hymiö tarkoittaa, että pitää siirtymätilannepussista paljon. Neutraali hymynaama tarkoittaa sitä, että pitää pussista vähän. Surullinen hymynaama tarkoittaa taas sitä, ettei pidä pussista. Kun lapsi oli valinnut hymynaaman, otimme hänestä

kuvan valitsemansa hymynaaman kanssa. Otimme valokuvia vain sellaisista lapsista, joiden vanhemmilta olimme saaneet kirjallisen valokuvausluvan. Keräsimme palautetta niiden kahden ryhmän lapsilta, joissa siirtymätilannepussi oli ollut käytössä.

Keräsimme palautetta työntekijöiltä siirtymätilannepussista ja ohjaajan oppaasta kyselylomakkeella hyödyntäen Likert-asteikkoa. Se on strukturoitu kyselylomake. Likert-asteikolla vastausvaihtoehdot ovat valmiita ja ne muodostavat järjestyksessä etenevän skaalan. Asteikossa on useimmiten viidestä seitsemään vastausvaihtoehtoa. Skaalan alkupäässä voi olla esimerkiksi vaihtoehto täysin samaa mieltä ja loppupäässä täysin eri mieltä. Vastaaaja rastittaa ajatuksiaan parhaiten kuvaavan vaihtoehdon kerrotusta väitteestä. Likert-asteikolla kaikilla vastaajilla on samat kysymykset ja valmiit vastausvaihtoehdot, jolloin tuloksia on helpompi analysoida ja vertailla. (Hirsjärvi ym. 2010, 200–201.)

Otimme palautekyselyn otokseksi kahden päiväkotiryhmän työntekijät, eli yhteensä kuusi työntekijää. Näissä kahdessa ryhmässä suoritimme harjoittelumme ja toteutimme kehittämishankkeen. Pyrimme siihen, että katoa eli kyselyyn vastaamattomuutta tulisi mahdollisimman vähän (Hirsjärvi ym. 2010, 193–195). Tämän teimme muistuttamalla henkilökunnan jäseniä palautekyselyn täyttämisestä.

Palautekyselyt teimme paperisena versiona. Omien kokemustemme mukaan kynnys vastata paperiseen kyselyyn on pienempi kuin esimerkiksi Webropol –kyselyyn vastaaminen. Mielestämme palautelomakkeen hyvä puoli esimerkiksi haastatteluun verrattuna on, että työntekijät voivat tehdä sen itselleen sopivassa kohdassa työpäivää, ja jatkaa sen tekemistä myöhemmin mikäli täyttäminen keskeytyy.

Keräsimme palautteet nimettöminä, koska ajattelimme, että kynnys vastata rehellisesti pienenee. Harjoittelumme lopussa kerroimme lähettävämme kuukauden päästä palautekyselyn siirtymätilannekortteista ja ohjaajan oppaasta. Lähetimme palautekyselylomakkeet sähköisesti päiväkotiin noin viikkoa ennen palautteiden hakua ja pyysimme heitä tulostamaan ne. Menimme päiväkotiin ha-

kemaan palautekyselyt maaliskuussa, jolloin harjoittelumme päättymisestä oli kulunut noin kuukausi. Palautekyselyt tuottivat tietoa siirtymätilannepussin sekä ohjaajan oppaan toimivuudesta. Selvitimme, onko työmme ollut mieluisa, ja jäikö se pysyvään käyttöön harjoittelupaikassamme.

Opinnäytetyöpäiväkirja ja dokumentointi

Dokumentointi on tärkeä osa kehittämishankeprosessia. Se voidaan kokea aikaa vieväksi ja työskentelystä irralliseksi osaksi. Asiakirjat ja muistiinpanot ovat kuitenkin oleellinen ja tarpeellinen osa työskentelyprosessia, jotta asiat pysyvät paremmin mielessä. (Helsinki 2014.) Dokumentoimme materiaalia kehittämishankeprosessista erilaisin tavoin. Kirjoitimme opinnäytetyöpäiväkirjaa, otimme valokuvia kehittämishankkeen eri vaiheista sekä keräsimme palautetta siirtymätilannepussista ja ohjaajan oppaasta. Dokumentointimme avulla pystyimme seuraamaan kehittämishankkeen tavoitteiden ja kehittämistehtävän toteutumista.

Keräsimme aineistoa kehittämishankkeeseen tekemällä muistiinpanoja kokouksista päiväkodin johtajan ja henkilökunnan jäsenien kanssa osaksi opinnäytetyöpäiväkirjaa. Opinnäytetyöpäiväkirjan avulla kirjasimme ylös tietoa siitä, mitä teimme missäkin vaiheessa kehittämishankettamme. Opinnäytetyöpäiväkirja on henkilökohtainen dokumentti, josta pystyimme palauttamaan mieleemme tarvitsemiamme asioita koko prosessin ajalta kehittämishankeraporttia varten. (Ainarsinen & Vilkkä 2003, 19.)

6 KEHITTÄMISHANKKEEN TUOTOKSET

6.1 Siirtymätilannepussi

Teimme kehittämishankkeena siirtymätilannepussin, jonka sisällä on kortteja kuvien ja lorujen kera. Kirjoitimme lorut suomeksi, mutta eläinten nimet ja liikkumistavat kirjoitimme myös englanniksi, sillä toinen ryhmistä oli osittain englanninkielinen. Kortit ohjeistivat lasten tavan siirtyä paikasta toiseen erilaisia motorisia taitoja harjoittaen, esimerkiksi tasajalkaa hyppien. Tällöin lasten oli tarkoitus siirtyä esimerkiksi leikin jälkeen eteiseen pukeutumaan hyppien tasajalkaa. Kortit sisälsivät alle kouluikäisille suunnattuja motorisia harjoitteita, joita voi tehdä ilman erillisiä välineitä. Halusimme, että kortteja voi käyttää mahdollisimman helposti ja nopeasti ilman suuria järjestelyitä ja välineiden etsimistä.

Reunamon ja Hausalon (2014, 146–147) mukaan sisätiloissa tapahtuvaan toimintaan tulisi lisätä liikuntaa, jotta lasten jaksaminen sekä vireystaso pysyisivät parempana päivän aikana. Siirtymätilannepussin avulla lisäsimme liikuntaa päiväkodin sisätiloissa. Teimme kortteja yhteensä neljä sarjaa: yhden molempiin päiväkotiryhmiin sekä itsellemme omat kortit. Kortteja oli yhdessä sarjassa yhteensä 20.

Korttien pohjavärit vaihtelivat liikkeen energiatason mukaan. Jaottelimme kortit kolmeen kategoriaan: punaisiin, sinisiin ja vihreisiin kortteihin. Punaisten korttien liikkumistavat ovat nopeatempoisia ja mahdollisesti äänekkäitä. Sinisten korttien liikkumistavat ovat rauhallisempia ja hiljaisempia. Vihreiden korttien liikkumistavat ovat punaisten ja sinisten välimuotoja. Ne voivat olla hitaita, hiljaisia, nopeita tai äänekkäitä. Toki äänen voimakkuus riippuu myös leikkijöistä ja ryhmästä.

Esimerkiksi aamupiirien jälkeen lapset voivat yksitellen ottaa pussista kortin ja siirtyä vessaan tai pukemaan kortin neuvomalla tavalla. Näin voidaan myös ehkäistä vessojen ruuhkautumista ja rauhoittaa itse paikasta toiseen siirtyminen. Osallistimme lapsia kehittämishankeprosessiin pyytämällä heitä piirtämään kor-

teissa esiintyvien eläinten kuvia, jotka ripustimme seinälle lasten näkyville. Lasten osallistamisella lapsi saa kuulluksi tulemisen sekä tasa-arvoisuuden kokemuksia. Lapsi myös kokee, että hän voi vaikuttaa toimintaan, jolloin siihen sitoutuminen jatkossakin voi olla voimakkaampaa. (Turja 2012, 49–50.) Pohdimme myös, että olisimme ottaneet lapset mukaan piirtämään eläinten kuvat kortteihin. Lyhyellä aikavälillä katsottuna lasten tekemät kortit olisivat paremmat varsinkin osallisuuden kannalta. Pitkällä aikavälillä taas selkeät kuvat ovat parempi vaihtoehto päiväkodin tulevia lapsia ajatellen. Tästä syystä päädyimme siihen tulokseen, että lapset saivat piirtää haluamansa eläimen kuvan koristamaan päiväkodin seinää.

Aloitimme lorujen tekemisen marraskuussa ennen harjoittelumme alkamista. Loput loruista kirjoitimme harjoittelun alkupuolella. Halusimme, että liikkumistavat tulevat ilmi liikuntaohjeistuksen lisäksi myös loruissa. Lapsella on tällöin mahdollisuus myös itse pohtia, millä tavalla on tarkoitus liikkua. Päädyimme käyttämään Papunetin kuvia korteissa niiden selkeyden ja samankaltaisuuden vuoksi (Papunet 2014). Ainoastaan flamingon kuvan etsimme Word-ohjelman ClipArtistista, sillä emme löytäneet sopivaa kuvaa Papunetistä. Korttien konkreettisen kokoamisen aloitimme joulukuun puolivälissä, ja ensimmäisen pussin kortit valmistuivat jo ennen joulua. Askartelimme kortit pääosin päiväkodissa lasten päivälevon aikana. Teimme kortteja yhteistyössä päiväkodin henkilökunnan kanssa ja saimme heiltä apua etenkin englanninkielisten tekstien kanssa.

Siirtymätilannekortit kuvineen ja loruineen käsittelevät varhaiskasvatussuunnitelman luonnontieteellistä orientaatioaluetta. Lorujen kautta lapset oppivat uusia asioita eläimistä ja niiden asuinympäristöistä. Siirtymätilannepussin käyttöön on mahdollista sisällyttää myös muita orientaatioalueita. Eettinen orientaatioalue näkyy esimerkiksi oman vuoron odottamisessa. Esteettinen orientaatio on osana esimerkiksi korttien alustuksessa, kun lapset saivat itse piirtää eläimen haluamallaan tavalla. Matemaattista orientaatioaluetta harjoitettiin esimerkiksi laskemalla pussista nostettujen eläinten määriä. Siirtymätilannekortit mahdollistavat myös toiminnallisten orientaatioiden toteutumisen. Lapset saivat siis toimia

heille ominaisella tavalla, kuten liikkuen ja leikkien. (Varhaiskasvatussuunnitelma 2005, 20–26.)

Aloitimme siirtymätilannekorttien käytön siirtymätilanteissa tammikuun puolessa välissä. Siirtymätilannekortit toimivat apuna lasten siirtyessä paikasta toiseen. Jokainen lapsi sai nostaa oman kortin ja liikkua sen ohjeen mukaan siirtymätilanteissa. Toisinaan nostimme yhden kortin pienelle lapsiryhmälle, jolloin he kaikki siirtyivät samalla tavalla liikkuen.

Käytimme siirtymätilannepussia oman pohdintamme mukaan sopivissa kohdissa hoitopäivää. Koimme, että siirtymätilannekortit toimivat hyvin siirryttäessä aamuleikeistä vessaan ja pukemaan sekä iltapäiväleikeistä ulos lähdetessä. Käytimme kortteja myös vessasta lepohuoneeseen siirryttäessä. Huomasimme, että kyseisessä tilanteessa haasteena oli resurssien puute, sillä työntekijöillä oli kädet täynnä töitä lasten auttamisessa. Laitoimme siirtymätilannepussin kuitenkin lasten ulottuville, jolloin he pääsivät itsenäisesti nostamaan kortin ja liikkumaan sieltä tulleen eläimen tavoin. Tässä vaiheessa oli tärkeää, että kortit olivat jo tuttuja lapsille. Välillä pyysimme lapsia itse miettimään, minkä eläimen tavoin he haluaisivat liikkua. Aluksi kokeilimme korttien käyttöä siirtymätilanteissa ja ohjaajan oppaan leikeissä itse, jonka jälkeen ohjeistimme ja kannustimme päiväkodin henkilökuntaa niiden käyttöön.

Toteutimme arkitoimintapedagogiikkaa siirtymätilannepussin käytön yhteydessä. Lapset saivat harjoitella siirtymätilanteiden aikana monipuolisesti erilaisia motorisia taitoja. Siirtymätilannepussin aktiivinen käyttö siirtymätilanteissa aiheutti paljon toistoja motorisiin taitoihin liittyen. Motoriset taidot kehittyvät parhaiten useiden toistojen avulla. Toistot antoivat hyvät edellytykset lasten motoristen taitojen oppimiselle ja kehittymiselle. (Karvonen 2000, 34; Autio 2010, 53–54.) Luimme lapsille toisinaan korttien takana olevia loruja. Loruja lukeminen tukee lasten kielellistä kehitystä (Hakamo 2011, 63). Kaikissa tilanteissa ei ollut mahdollisuutta lukea loruja esimerkiksi ajan puutteen vuoksi.

6.2 Siirtymätilanepussin alustus

Ennen siirtymätilannekorttien käyttöönottoa on hyvä tehdä ne lapsille tutuiksi. Me alustimme siirtymätilannekorttien käyttöönottoa kahden erilaisen tuokion avulla. Toteutimme tuokiot noin 4–7 lapsen pienryhmissä. Olimme molemmat mukana tuokioissa. Toinen oli tuokion aikana päävastuussa ohjaamisesta ja toinen toimi valokuvaajana niiden lasten kohdalla, joilta olimme saaneet valokuvausluvan. Alustukset teimme tammikuun alkupuolella.

Ensimmäisen tuokion tarkoituksena oli tutustua korteissa esiintyviin eläimiin keskustelemalla niistä lasten kanssa. Kysyimme esimerkiksi, ovatko lapset joskus nähneet korttien eläimiä ja asuuko niitä Suomessa. Korteista keskustelemisen jälkeen kävimme vielä yhdessä läpi nostetuissa korteissa olleet eläimet. Jokainen lapsi sai valita yhden eläimen, jonka tavoin halusi liikkua viereiseen huoneeseen piirtämään kyseisen eläimen kuvan. Tässä vaiheessa emme vielä tarkemmin ohjeistaneet kortin mukaista liikkumistapaa, vaan lapset saivat liikkua siten, kuin ajattelivat eläimen liikkuvan.

Toisen tuokion tarkoituksena oli lukea lapsille korttien lorut ja opastaa heitä liikkumaan korttien ohjeiden mukaan. Myös tällöin jokainen lapsi sai nostaa yhden kortin pussista, jotta keskittymiskyky pysyisi mahdollisimman hyvänä. Korteja voi nostaa myös useampia, mikäli lapset ovat hyvin mukana tuokiossa ja jaksavat keskittyä. Meillä oli yhden pienryhmän kanssa enemmän aikaa korttien käyttöön, ja lapset vaikuttivat innostuneilta, joten käytimme toimintatuokion aikana enemmän kortteja. Kyseisessä tilanteessa useampien korttien käyttö toimi hyvin.

6.3 Ohjaajan opas

Kehittämishankkeen suunnitteluvaiheessa päiväkodista nousi toive siirtymätilanepussin monipuolisemmasta hyödyntämisestä. Toiveen pohjalta lähdimme ideoimaan erilaisia tapoja käyttää siirtymätilannekortteja. Kokosimme korttien erilaisia käyttötapoja ohjaajan oppaaseen (liite 2). Tulostimme päiväkotiin yhden

ohjaajan oppaan. Lähetimme heille oppaan myös sähköisessä pdf-muodossa, jotta he saavat tulostaa sitä päiväkodin käyttöön tarpeen mukaan.

Aloitimme ohjaajan oppaan kirjoittamisen joulukuun puolivälissä. Keräsimme oppaaseen erilaisia liikuntaleikkejä ja muita käyttötapoja, joita voi leikkiä erilaisissa ympäristöissä. Opas sisältää mahdollisuuksia sisä-, ulko- tai liikuntasali-leikkeihin. Valitsimme ohjaajan oppaaseen seuraavat leikit: kurki ja sammakko, kapteeni käskee, hippa, pantomiimi, peilissi, maa-meri-laiva, kim-leikki, lorupussi, liiku eläimen tavoin ja merimies. Kasvattaja pystyy sisällyttämään erilaisia välineitä ohjaajan oppaan leikkeihin. Välineiden avulla lapset pääsevät harjoittelemaan erilaisia motorisia taitoja vielä laajemmin. Välineitä sisältävät leikit vaativat kasvattajalta enemmän etukäteisvalmisteluja (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 3).

Testasimme suurinta osaa leikeistä lasten kanssa päiväkodin tiloissa sekä liikuntasalissa. Havaintojemme pohjalta totesimme, että leikit kannattaa opetella ensin tavallisilla säännöillä ja lisätä vasta sitten korttien liikkumistavat leikkeihin. Osa leikeistä oli vieraita lapsille, ja pelkästään perussääntöjen mukaan leikkiminen tuotti vaikeuksia. Myös konstruktivistisen oppimiskäsityksen mukaan uutta tietoa on helpompi sisäistää, kun sen rakentaa aiemmin opittujen asioiden päälle (Tynjälä 1999, 37–39). Tämän vuoksi opetimme ensin leikit sellaisenaan ilman siirtymätilannepussin kortteja. Kirjoitimme oppaaseen erilaisia kokemuspohjaisia vinkkejä omien havaintojemme perusteella.

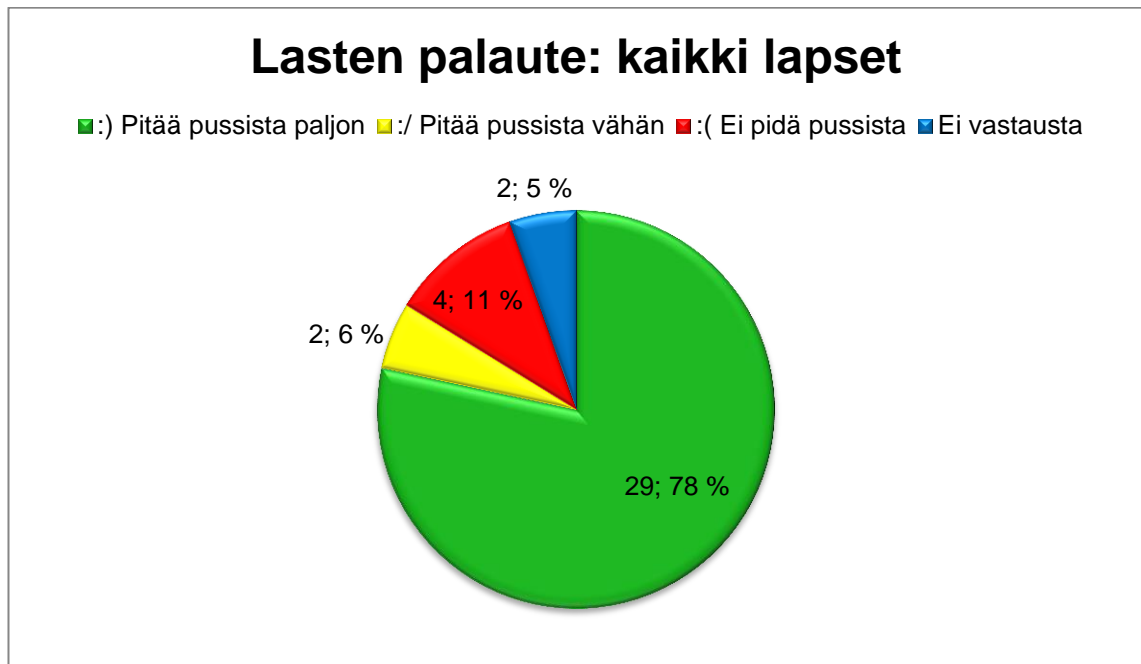
Kokeilimme ohjaajan oppaassa olevia leikkejä lasten kanssa osittain yksin ja osittain yhdessä päiväkodin työntekijöiden kanssa. Esimerkiksi maa-meri-laiva-leikissä ohjeistimme lapsille leikin idean, ja päiväkodin työntekijät pitelivät leikkiin liittyviä kuvakortteja merkkeinä maasta, merestä ja laivasta. He myös ohjeistivat ja kannustivat lapsia erilaisten leikkien aikana. Pyysimme päiväkodin työntekijöitä ohjeistamaan ohjaajan oppaan leikkejä pienryhmille samalla, kun itse ohjasimme toisia pienryhmiä.

Olemme liittäneet ohjaajan oppaaseen leikkien aikana otettuja kuvia lapsista. Kokeilimme leikkejä liikuntasalissa, päiväkodin tiloissa ja ulkona. Kuvia otimme

liikuntasalissa ja päiväkodin tiloissa. Halusimme tehdä oppaasta mielenkiintoisen, helposti luettavan sekä uusia ideoita herättävän. Oppaan loppuun lisäsimme kaksi tyhjää sivua omille muistiinpanoille.

7 KEHITTÄMISHANKKEEN ARVIOINTI

7.1 Lasten palaute siirtymätilannepussista



Kuvio 1. Kaikkien lasten palaute siirtymätilannepussista.

Piirakkakuviossa on neljä sektoria. Sektorit kuvaavat lasten mielipidettä siirtymätilannepussista. Ensimmäisenä oleva luku kertoo lasten lukumäärän ja toisena oleva luku ilmaisee mielipiteen prosentuaalisesti. Vihreä sektori kuvaa sitä, että lapset pitivät pussista paljon. Keltainen sektori kuvaa sitä, että lapset pitivät pussista vähän. Sen sijaan punainen sektori kuvaa lapsia, jotka eivät pitäneet pussista. Sinisellä sektorilla näkyy kyselymme kato eli niiden lasten määrä, joilta emme saaneet vastausta.

Sankarit-ryhmässä ja Konkarit-ryhmässä oli yhteensä 37 lasta. Heistä suurin osa (78 %) piti siirtymätilannepussista paljon. Kaksi lapsista (6 %) piti pussista vähän ja neljä lasta (11 %) ei pitänyt pussista. Emme saaneet vastausta kahdel-

ta lapselta (5 %). Kyseiset lapset olivat paljon pois päiväkodista, eivätkä kortit ehtineet tulla heille kunnolla tutuiksi.

Lasten palautteiden kokonaiskuvan lisäksi tarkastelimme palautteita myös ryhmäkohtaisesti. Konkari-ryhmässä oli opinnäytetyömme toteuttamisen aikana 16 lasta. Heistä yli puolet piti siirtymätilannepussista paljon. Yksi lapsista (6 %) piti pussista vähän ja kolme lasta (19 %) ei pitänyt pussista. Myös yllä olevasta sektoridiagrammista näkee lasten mielipiteiden jakautumisen prosentuaalisesti. 75 % Konkareiden lapsista piti siirtymätilannepussista paljon.

Sankareiden ryhmässä oli opinnäytetyömme toteuttamisen aikana 21 lasta. Heistä suurin osa piti siirtymätilannepussista paljon. Yksi lapsista (5 %) piti pussista vähän ja yksi (5 %) ei pitänyt pussista. Kahdelta lapselta (9 %) emme saaneet vastausta ollenkaan, koska he olivat poissa päiväkodista palautekyselyjen ajan. Sankarit-ryhmän lapsista jopa 81 % pitivät siirtymätilannepussista paljon.

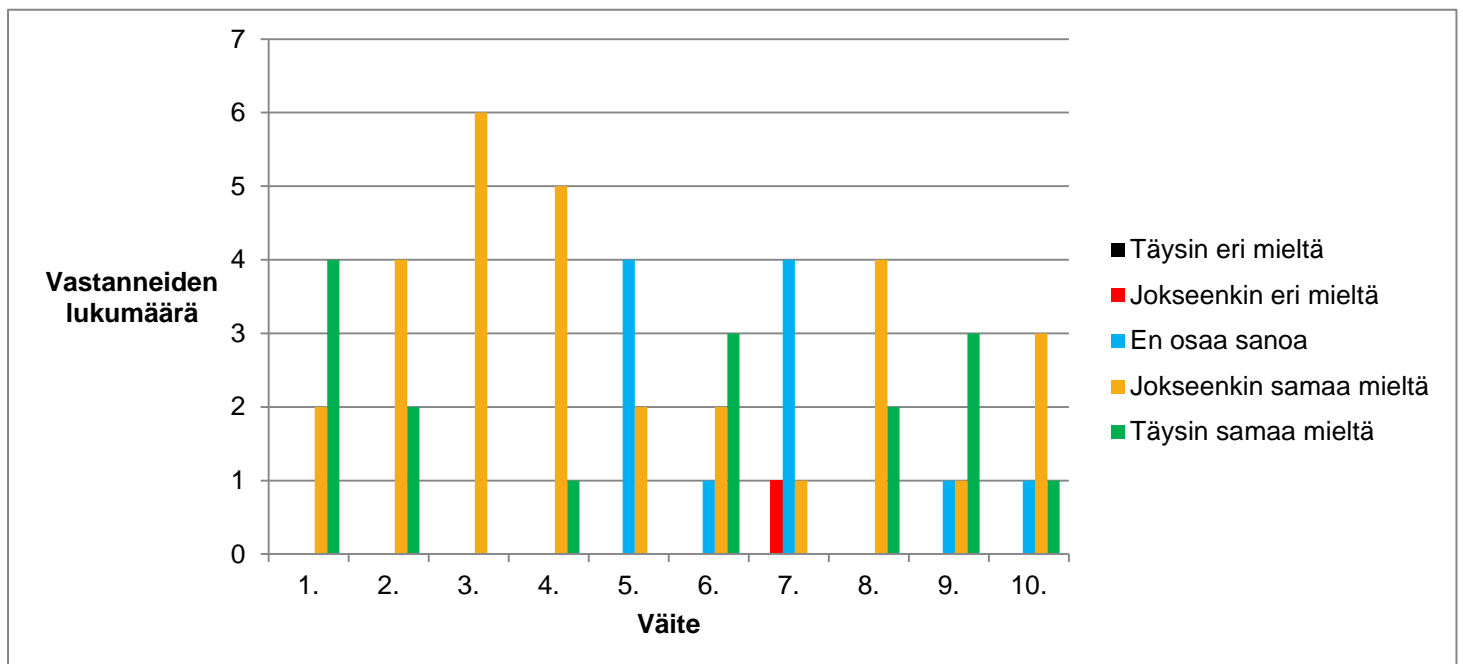
Sankareiden palautteissa oli vähemmän vaihtelua kuin Konkareilla. Kaiken kaikkiaan molemmissa ryhmissä suurin osa lapsista piti siirtymätilannepussista paljon. Konkareissa oli hieman enemmän lapsia, jotka eivät pitäneet pussista. Sekä Sankareissa että Konkareissa oli yksi lapsi, joka piti siirtymätilannepussista vähän. Tulosten vertailu on hieman hankalaa ryhmien välillä, koska niissä oli eri määrä lapsia. Lapset olivat myös hieman eri-ikäisiä. Nämä asiat voivat vaikuttaa saamiimme tuloksiin. Prosentuaalisesti kuitenkin Sankarit (81 %) pitivät pussista enemmän kuin Konkarit (75 %).

7.2 Työntekijöiden palaute siirtymätilannepussista ja ohjaajan oppaasta

Päiväkodin kahden ryhmän työntekijöiden mielipiteitä selvitimme keräämällä palautetta siirtymätilannepussista ja ohjaajan oppaasta kyselylomakkeella (liite 3). Työntekijöitä kyseisissä ryhmissä oli yhteensä kuusi. Tämän jälkeen siirsimme vastaukset seisovan pylväsdiagrammin muotoon, jotta palautetta on helpompaa tulkita ja analysoida. Pylväsdiagrammissa on kaksi akselia, joista toinen on X-akseli ja toinen Y-akseli. X-akselilla eli vaakasuoralla akselilla olevat pylväät kuvaavat työntekijöiden mielipidettä siirtymätilannepussista (kysymykset 1–

8) ja ohjaajan oppaasta (kysymykset 9–10), kun taas pystysuora Y-akseli kuvaa työntekijöiden määrää. Pylväsdiagrammi soveltuu hyvin asioiden vertailuun (Hirsjärvi ym. 2009, 334–335). Olemme keränneet kaikkien työntekijöiden vastaukset kysymyksiin yhteen taulukkoon.

Musta väri kuvaa vastausta ”täysin eri mieltä”. Saamissamme vastauksissa kukaan ei ollut täysin eri mieltä väitteeseen liittyen. Tämän takia pylväsdiagrammissa ei ole mustia pylväitä. Punainen väri kuvaa vastausta ”jokseenkin eri mieltä”. Sininen väri kuvaa vastausta ”en osaa sanoa”. Keltainen väri kuvaa vastausta ”jokseenkin samaa mieltä”. Vihreä väri kertoo, että vastaaja on ollut täysin samaa mieltä väitteestä.



Kuvio 2. Työntekijöiden palaute siirtymätilannepussista ja ohjaajan oppaasta.

X-akselin ensimmäisen kohdan väite oli seuraava: ”1. Olen tyytyväinen siirtymätilannepussiin ja sen sisältöön”. Suurin osa vastaajista oli täysin samaa mieltä väitteen kanssa. Toinen väite oli ”2. Siirtymätilannepussi on ollut hyödyllinen”. Työntekijät olivat joko jokseenkin samaa mieltä tai täysin samaa mieltä väitteen kanssa. Kolmas väite oli ”3. Siirtymätilannepussi on ollut käytössä”. Kaikki vas-

taajat olivat jokseenkin samaa mieltä väitteen kanssa. Neljäntenä väitteenä oli ”4. Siirtymätilanpussin käyttö on helppoa”. Valtaosa vastaajista oli jokseenkin samaa mieltä siitä, että pussin käyttö on helppoa.

Viides väite oli seuraava: ”5. Siirtymätilanteet ovat sujuvampia kuin ennen”. Hieman yli puolet vastaajista ei osannut sanoa, ovatko siirtymätilanteet muuttuneet sujuvammiksi siirtymätilanpussin käytön myötä. Päiväkodissa tapahtui henkilökunnan muutoksia kehittämishankkeen aikana. Tämän vuoksi osa työntekijöistä ei osannut verrata siirtymätilanteiden sujuvuutta ennen ja jälkeen pussin käytön. Kuudes väite oli ”6. Siirtymätilanpussi on innostanut lapsia liikkumaan”. Puolet vastaajista oli täysin samaa mieltä siitä, että pussi on toiminut lasten liikkumisen innoittajana.

Seitsemäs väite oli seuraava: ”7. Lasten liikunta päiväkodissa on lisääntynyt”. Suurin osa vastaajista ei osannut sanoa, onko lasten liikunta lisääntynyt päiväkodissa siirtymätilanpussin käytön seurauksena. Tähän ovat voineet vaikuttaa henkilökunnassa tapahtuneet muutokset kehittämishankkeen aikana. Yksi vastaajista oli jokseenkin eri mieltä väitteen kanssa. Kahdeksantena väitteenä oli: ”8. Siirtymätilanpussi tukee lasten motorista kehitystä”. Kaikki vastaajat olivat jokseenkin samaa mieltä tai täysin samaa mieltä väitteen kanssa.

Yhdeksäs väite oli seuraava: ”9. Ohjaajan opas on selkeä”. Yli puolet väitteeseen vastanneista oli täysin samaa mieltä, että ohjaajan opas on selkeä. Kymmenentenä väitteenä oli ”10. Koen ohjaajan oppaan hyödylliseksi”. Hieman yli puolet vastaajista oli jokseenkin samaa mieltä väitteen kanssa. Emme saaneet ohjaajan oppaaseen liittyviin väitteisiin vastausta yhdeltä päiväkodin työntekijältä.

Palautekyselyn viimeisessä kohdassa työntekijöillä oli mahdollisuus antaa vapaamuotoista palautetta kehittämishankkeeseen liittyen. Vapaamuotoista palautetta saimme neljältä työntekijältä. Palautteet ovat seuraavat:

”Lapset tykkäävät siirtymätilanpussista! ☺ Pääosin he jopa osaavat käyttää sitä omatoimisesti. On myös monipuolisesti hyödynnettävissä ohjatussa toiminnassa. Kiitos!” (Rehtorinpellonkadun päiväkodin työntekijän palaute.)

”Pussi on itsessään hauska ja monikäyttöinen työväline, olen käyttänyt sitä esim. laulupussina sekä oppaassa mainituilla sovelluksilla. Lapset eivät liiku entistä enempää, mutta pussista on saatu uusia tapoja mennä paikasta toiseen.” (Rehtorinpellonkadun päiväkodin työntekijän palaute.)

”Kiva ja toimiva kokonaisuus. Aikuisillekin tuli pussi hyvin tutuksi jo harjoittelun aikana, niin käytön jatkaminen on helppoa ja vaivatonta. Kiitos!” (Rehtorinpellonkadun päiväkodin työntekijän palaute.)

”Huippuidea ja hyvin tehty työ. Ohjaajan opas on selkeä ja innostava, erilaiset leikit pussin kanssa kivoja! Vanhoja tuttuja uudella tavalla ideoituina. Kiitos! ♥ ” (Rehtorinpellonkadun päiväkodin työntekijän palaute.)

Saamamme palautteen pohjalta voimme sanoa, että kehittämishankkeemme on ollut melko onnistunut. Päiväkodin henkilökunta koki siirtymätilannepussin melko hyödylliseksi ja helppokäyttöiseksi. Työntekijät olivat pääosin tyytyväisiä pussiin ja sen sisältöön. Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että siirtymätilannepussi on innostanut lapsia liikkumaan ja tukenut heidän motoristen taitojensa kehitystä.

7.3 Siirtymätilannepussin vaikutusten arviointi

Harjoittelumme aikana havainnoimme lasten liikunnan määrää päiväkodissa ensin viiden viikon ajan, jonka jälkeen otimme siirtymätilannepussin käyttöön. Ehdimme havainnoida korttien vaikutuksia viiden viikon ajan ennen harjoittelumme päättymistä. Mielestämme siirtymätilannepussin kortit lisäsivät lasten liikuntaa päiväkodissa. Havaitsimme, että suurin osa lapsista innostui korttien käytöstä. He liikkuvat korttien ohjeistusten mukaan täydellä teholla. Haastavimpien ja raskaampien liikkumistapojen kohdalla osa lapsista väsyi nopeasti, eivätkä he jaksaneet liikkua kyseisellä tavalla koko matkaa. Tämä vahvistaa mielestämme sitä, että lapset eivät liiku päivän aikana tarpeeksi (Arvola 2014, 6).

Siirtymätilannepussin avulla lapset pääsivät harjoittelemaan erilaisia motorisia taitoja. Valitsimme kortteihin motorisia harjoitteita, jotka eivät vaadi minkäänlais-

ta välineistöä, sillä tarkoituksena oli, että pussin voi ottaa käyttöön nopeasti ilman suurempia etukäteisvalmisteluja. Ohjaajan oppaaseen valitsimme erilaisia liikuntamuotoja, joissa lapset harjoittelevat myös muita motorisia taitoja, esimerkiksi pallon heittämistä ja tasapainoilua hernepusi pään päällä.

Korttien ollessa käytössä huomasimme kuitenkin, että osa lapsista halusi aina valita saman kortin, jossa oli hänelle mieluisin tapa liikkua. Tämän vuoksi kyseisille lapsille ei siirtymätilanteiden aikana tullut monipuolista motoristen taitojen harjoittelua. Toisaalta kaikki lapset harjoittelivat erilaisia motorisia taitoja ohjaajan oppaan leikkien kautta. Toisessa päiväkotiryhmässä oli myös lapsia, jotka halusivat nostaa kortin, mutta eivät uskaltaneet vielä liikkua sen ohjeiden mukaan. Emme pakottaneet lapsia liikkumaan tietyllä tavalla, sillä emme halunneet viedä liikunnan iloa. Osa kyseisistä lapsista alkoi kuitenkin pikku hiljaa rohkaistua liikkumaan korttien ohjeiden mukaan harjoittelumme aikana.

Yhtenä opinnäytetyömme tavoitteena oli saada siirtymätilanteet sujuvammiksi. Havainnoimme siirtymätilanteiden sujuvuutta harjoittelumme aikana ennen korttien käyttöönottoa sekä sen jälkeen. Ennen korttien käyttöä siirtymätilanteet olivat melko levottomia. Lapset esimerkiksi kiirehtivät samaan aikaan vessaan. Korttien käytön aikana saimme porrastettua vessaan menemistä, mikä lyhensi hieman vessaan jonottamisen aikaa, mutta ei poistanut sitä täysin. Mielestämme korttien käyttö rauhoitti siirtymätilanteita, kun lapset keskittyivät liikkumiseen muiden asioiden sijaan. Kokemustemme mukaan siirtymätilanteet sujuivat paremmin siirtymätilannekorttien avulla.

Kortit olivat avuksi myös siivoamistilanteissa ja riisuutumisessa. Lapset toimivat reippaammin ja nopeammin, kun tiesivät saavansa nostaa kortin pussista. Korttien käyttö rauhoitti ja porrasti lepohuoneeseen siirtymistä. Tällöin lapset keskittyivät jälleen liikkumiseen sen sijaan, että olisivat esimerkiksi juosseet kilpaa lepäämään. Koimme korttien käytön hyödylliseksi lepohuoneeseen siirtymisessä, mutta samalla pohdimme onko työntekijöiden mahdollista käyttää kortteja kyseisessä tilanteessa, sillä lapset tarvitsevat paljon apua vessassa asioinnissa sekä riisuutumisessa. Sama havainto nousi myös päiväkodin henkilökunnalta. Tämän vuoksi opetimme lapsia ottamaan itsenäisesti kortin pussista ja laitta-

maan sen takaisin. Mielestämme tämä toimi hyvin, eikä korttien käyttö hanka-
loittanut työskentelyä.

Liikunnan lisääntymisen lisäksi huomasimme myös muita positiivisia vaikutuksia
korttien käytössä. Kehittämishankkeen siirtymätilannekortit toimivat siirtymissä
hyvinä lapsen kehumisen mahdollistajina. Kun lapsi liikkui kortin ohjeistaman
liikkumistavan mukaisesti, saimme joka kerta mahdollisuuden kehua, kuinka
hienosti hän liikkuu, esimerkiksi: ”Menetpä sinä hienosti karhukävelyä”, sen si-
jaan, että olisimme kieltäneet lasta juoksemasta. Tällä tavoin lapset saivat päi-
vän aikana useasti myönteistä palautetta toiminnastaan.

Mielestämme kortit tukivat lasten kielellistä kehitystä. Korttien lorut innostivat
lapsia loruttelemaan. Sen lisäksi, että lapset halusivat kuulla loruja, halusivat he
myös itse keksiä niitä. Jotkut lapsista nostivat pussista kortin ja keksivät itse
lorun kortin kuvaan liittyen. Usein lasten keksimät lorut liittyivät kuvan lisäksi
kortin liikkumistapaan. Osa lapsista pyysi oma-aloitteisesti aikuista lukemaan
korttien loruja. Yksi lapsi harjoitteli lukemista ja luki itsenäisesti korttien loruja
muille lapsille.

Havaintojemme mukaan kortit toivat struktuuria päiväkotipäiviin ja loivat näin
myös turvallisuuden tunnetta lapsille. Korttien käytöstä tuli osa siirtymätilanteita,
ja osa lapsista vaati itse pussin käyttöä, jos aikuinen unohti ottaa pussin käyt-
töön. Välillä lapset ihmettelivät, missä pussi on, mikäli se ei ollut käytössä. Ti-
lanteissa, joissa pussi ei ollut lähettyvillä, annoimme lasten itse päättää, minkä
eläimen tavoin he haluavat liikkua.

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten mukaan lapsen tulisi liikkua reippaas-
ti päivittäin vähintään kaksi tuntia (Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 3). Tämä
ei toteudu hyödyntämällä kortteja ainoastaan siirtymätilanteissa. Sen vuoksi
ideoimme ja toteutimme ohjaajan oppaan, jonka avulla kasvattajat saavat ideoi-
ta liikunnan lisäämiseen myös muihin hetkiin päiväkodissa. Tarkoituksenamme
oli ideoida oppaaseen fyysisesti haastavampia liikuntaleikkejä, jotta lasten reip-
paan liikunnan määrä lisääntyisi. Mielestämme tämä toteutui, sillä leikkien jäl-
keen lapsilla oli punaiset posket ja hikiset hiukset. Ohjaajan oppaan ja korttien

avulla kasvattajat pystyvät lisäämään lasten liikunnan määrää päiväkotipäivän aikana. Päivittäisen liikunnan suositus ei kuitenkaan täyty vain ohjaajan opasta ja kortteja hyödyntämällä.

8 KEHITTÄMISHANKKEEN POHDINTAA

8.1 Eettisyys kehittämishankkeessa

Etiikka on oikean ja väärän pohtimista ja erottamista toisistaan. Eettisyydellä tarkoitetaan näiden pohdintojen yhdistämistä toimintaan. (Ihalainen & Kettunen 2006, 53.) Sosiaalialalla eettinen toiminta on esimerkiksi vastuun ottamista, velvollisuuksien hoitamista ja asiakkaiden oikeuksien huomioimista ja hyväksymistä. (Lindqvist 1985, 37–40.) Sosiaali- ja hoitotyön muita eettisiä periaatteita ovat myös ihmisarvon huomiointi, oikeudenmukaisuus, asiakkaan itsenäisyyden ja elämänhallinnan kunnioittaminen, syrjäytymisen poistaminen ja vastustaminen, yksityisyyden varjeleminen ja väkivallan vastustaminen (Åbo Akademin ihmisoi-keusinstituutti 1992, 57–58).

Toisaalta eettiset ohjeet eivät voi olla kovin yksityiskohtaisia, koska kysymys siitä, mikä on oikein ja mikä väärin on vaikeaa. Usein vastaan tulee ennalta arvaamattomia tilanteita, joissa työntekijän on pohdittava mahdollisesti hyvin nopeasti sopivaa toimintatapaa. Usein eettinen toiminta liitetäänkin tunteisiin, jolloin työntekijän mielestä oikealta tuntuva toiminta on hyvää toimintaa. Eri ihmiset kuitenkin omaavat erilaisia arvoja ja tulkitsevat asioita eri tavoin, jolloin yhden henkilön mielestä oikea toiminta voi toisen mielestä olla väärää. Tämän vuoksi sosiaalialalla työskentelevän työntekijän olisi kaikenlaisissa tilanteissa pyrittävä mahdollisimman neutraaliin ja asialliseen toimintaan kunnioittaen asiakkaan ihmisarvoa ja yksilöllisyyttä. Tällainen tapa toimia on ainoa mahdollinen pohja toiminnalle, joka on kestävä sekä eettisesti että moraalisesti. (Talentia 2013.)

Teimme harjoittelumme alkupuolella opinnäytetyön toimeksiantosopimuksen päiväkodin johtajan kanssa. Sopimuksen tarkoituksena oli muun muassa turvata oikeutemme kehittämishankkeeseen, ja päiväkotiki pystyi määrittämään esimerkiksi millaisia asioita kehittämishanke ei saa sisältää. Noudatimme näitä yhdessä sovittuja asioita.

Kysyimme päiväkodin johtajalta, onko meidän tarpeellista anoa kehittämislupaa kehittämistyöhömme. Päiväkotiyksikön johtaja varmisti asian vielä Turun läntisen palvelualueen päälliköltä. Hänen mukaansa emme tarvitse kehittämissuostua. Kysyimme lasten vanhemmilta luvat kuvien ottamiseen ja käyttöön kehittämishankkeeseen liittyen. Luvat kysyimme kirjallisesti. Säilytämme ne varmassa paikassa ainakin opinnäytetyömme valmistumiseen asti. Lopulta hävitämme ne asianmukaisesti. Ohjaajan oppaassa ei esiinny kuvia työntekijöistä. Ainoastaan yhdessä kuvassa näkyy yhden työntekijän keho ilman kasvoja. Kyseiseltä työntekijältä saimme suullisesti luvan kuvan käyttöön.

Olimme tarkkoja lupien hankkimisessa ja kysyimme luvat kehittämistyöhön, palautteen keräämiseen sekä kuvien ottamiseen ja levittämiseen. Varmistimme, että kuvissa esiintyvät vain ne lapset, joiden vanhemmilta olemme saaneet luvan kuvien käyttöön (liite 1). Näin varmistimme, etteivät sellaiset lapset näy kuvissa, joiden vanhemmilta emme ole lupaa saaneet. Pyysimme yhtä päiväkodin työntekijää ottamaan valokuvia liikuntasalissa pidettävästä liikuntatuokiosta, jossa kokeilimme ohjaajan oppaassa olevia leikkejä. Näissä kuvissa näkyi myös sellaisia lapsia, joilta emme saaneet valokuvauslupaa. Olimme hyvin tarkkoja siitä, ettei tällaisia kuvia julkaistu.

Siirtymätilannepussin käyttötilanteissa kohtelimme lapsia tasa-arvoisesti. Tämä tarkoittaa, että jokainen pääsi vuorollaan nostamaan pussista kortin. Ketään ei kuitenkaan väkisin pakotettu, sillä jokaisella tulee olla oikeus päättää omasta osallistumisensa tasosta. Rohkaisimme jokaista lasta osallistumaan toimintaan oman toimintamme kautta. Olimme innostuneita ja yritimme luoda lapsille positiivisia kokemuksia siirtymätilannepussin käytöstä.

8.2 Reflektiivisyys kehittämishankkeessa

Ammattietiikka pohtii ammattimaisuutta ja työtä. Eettiset ohjeet vahvistavat ammatti-identiteettiä ja antavat ammattilaiselle ohjeita siitä, kuinka tulisi toimia. Ammattietiikka ohjaa erilaisia valintoja sosiaalialan työssä. Ihmisarvon ja yksilöl-

lisyyden kunnioittaminen on eettisyyden perusta. (Pehkonen & Väänänen-Fomin 2011, 117–122; Talentia 2013.)

Reflektiivisyys on yksi osa sosiaalialalla työskentelevän henkilön ammatillisuutta. Reflektiivisen ajattelun avulla työntekijä pystyy ottamaan välimatkaa omasta arkiajattelustaan niin, että hän pystyy näkemään asioita myös muista näkökulmista. Tällä tavoin työntekijä voi muokata toimintatapojaan paremmin toimiviksi. (Mäkinen ym. 2009, 47; Henriksen & Vetlesen 2013, 15.) Reflektiivisessä toiminnassa tilanteita tarkastellaan tiedon ja tunteiden kautta (Yrjönsuuri & Yrjönsuuri 2003, 66). Reflektoimme omaa toimintaamme joka kerta siirtymätilanepussia käyttäessämme. Huomattuamme, että jokin asia omassa työskentelysämme siirtymätilanepussin kanssa ei toiminut, muokkasimme omaa toimintaamme joko heti tilanteen aikana tai seuraavassa toimintatuokiassa.

Esimerkkinä reflektiostamme sekä työskentelyn muokkaamisesta toiminnan aikana, on ohjaajan oppaassa oleva leikki kurki ja sammakko. Leikissä lasten on tarkoitus liikkua musiikin soidessa siirtymätilanekorttien eläinten tavoin. Musiikin lakatessa lasten tulisi pysähtyä. Kun huomasimme, että lasten innostus liikkumiseen väheni, menimme itse mukaan liikkumaan lasten kanssa. Tämän jälkeen pyrimme liikkumaan yhdessä lasten kanssa toimintahetkien aikana toimien heille samalla esimerkkinä.

Esimerkki reflektiivisyydestä sekä oman työskentelytapamme muokkaamisesta toiminnan jälkeen liittyy siirtymätilanekorttien alustukseen. Ensimmäiseen alustukseen olimme suunnitelleet, että kävisimme yhdessä lasten kanssa läpi suurimman osan pussin korteista. Ensimmäisen pienryhmähetken jälkeen totesimme, että tämä ei toiminut. Lasten keskittymiskyky ei riittänyt niin pitkäksi aikaa, vaan he olivat levottomia. Seuraavalla pienryhmähetkellä annoimme jokaisen lapsen nostaa pussista vain yhden kortin. Tällöin lasten keskittymiskyky säilyi koko toimintahetken ajan hyvänä.

8.3 Kehittämishankkeen jatkotyöskentelymahdollisuudet

Esittelimme kehittämishankkeemme tuotokset ToLiVa-hankkeen toisen osan päätösmessuilla huhtikuussa 2015. Messuille oli vapaa pääsy, joten kaikki aiheesta kiinnostuneet saivat osallistua tapahtumaan. Messujen kautta ihmiset saivat uusia ideoita toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Messuvieraat pysyivät halutessaan käyttämään kehittämishankkeemme tuotoksia mallina siirtymätilanteiden suunnitteluun ja motoristen taitojen harjoittamiseen.

Pystymme halutessamme tekemään uusia siirtymätilannepussia ja sitä kautta levittämään tuotoksiamme laajempaan käyttöön. Voimme myös luoda uusia kortteja ja lisätä motoristen taitojen monipuolisuutta. Ohjaajan opas on helposti laajennettavissa uusilla leikeillä, ja tulemme varmasti jakamaan hyviä ideoita toisillemme jatkossakin.

Tulemme molemmat hyödyntämään siirtymätilannepussia ja ohjaajan opasta tulevissa töissämme. Omien ryhmien lisäksi siirtymätilannepussia olisi mahdollista hyödyntää myös muissa päiväkodin ryhmissä, esimerkiksi vuorottelemalla. Lasten ei tarvitse joka kerta nostaa korttia pussista, vaan heidän voi antaa itse päättää, minkä eläimen tavoin he haluavat liikkua.

LÄHTEET

- Aho, S. & Heino, S. 2000. Itsetunnon vahventaminen päiväkodissa. Turku: Turun yliopiston opettajankoulutuslaitos.
- Arvola, O. 2014. Paikoillanne, valmiit, hep! Teoksessa: Arvola, O. & Kuukasjärvi, A. (toim.) 2014. Lähtötelineissä; Kohti liikunnallisempaa varhaiskasvatusta. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 198. Turun ammattikorkeakoulu.
- Autio, T. 2010. Liiku ja leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. 6. painos. Lahti: VK – kustannus Oy.
- Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito. Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita.
- Bronfenbrenner, U. 1979. The Ecology of Human Development. Experiments by nature and design. Harvard university press.
- Chuang, R-J.; Hedberg, AM. & Sharma, S. 2011. Pilot-testing catch early childhood: a pre-school-based Healthy nutrition and physical activity program. American Journal of Health Education 42(1), 12-23.
- Dalli, C.; White, E.; Rockel, J.; Duhn, I.; Buchanan, E.; Davidson, S.; Ganly, S.; Kus, L. & Wang, B. 2011. Quality early childhood education for under-two-year-olds: What should it look like? A literature review. Report to the Ministry of Education. New Zealand: Ministry of Education. Viitattu 8.4.2015. https://www.educationcounts.govt.nz/publications/ECE/Quality_ECE_for_under-two-year-olds/965_QualityECE_Web-22032011.pdf.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. 5., uudistettu laitos. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Hakala, L. 1999. Liikunta ja oppiminen. Mitä merkitystä on kuperkeikalla? Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hakamo, M-L. 2011. Puhekuplia. Lapsen puheen ja kielellisen tietoisuuden kehittyminen. Helsinki: Lasten keskus.
- Hannikainen, L. 1992. Eettiset säännöt. Turku: Åbo Akademin ihmisoikeusinstituutti.
- Harley, T. 2010. Talking the talk. Language Psychology and Science. Hove: Psychology Press.
- Harré, R. 2006. Key Thinkers in Psychology. London: SAGE Publications.
- Helsinki 2014. Sosiaalityön työmenetelmät. Dokumentointi. Viitattu 21.11.2014 <http://www.helsinki.fi/sosiaalityo/tietoa/sosweb/sivut/dokumentointi.htm#>.
- Henriksen, J-O. & Vetlesen, A-J. 2013. Etik i arbete med människor. Lund: Studentlitteratur.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2011. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita. 15.-16. painos. Helsinki: Tammi.
- Hujala, E.; Puroila, A-M.; Parrila, S. & Nivala, V. 2007. Päivähoidosta varhaiskasvatukseen. Vantaa: Edufin.

Ihalainen, J.; Kettunen, T. 2006. Turvaverkko vai trampoliini. Sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.

Järvinen, M.; Laine, A. & Hellman-Suominen, K. 2011. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Helsinki: Kirjapaja.

Kanninen, K. & Sigfrids, A. 2012. Tunne minut! Turva ja tunteet lapsen silmin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Helsinki: Tammi.

Karvonen, P. & Lehtinen, T. 2009. Yhdessä: leiki, liiku ja lue lapsesi kanssa. Helsinki: Erilaisten oppijoiden liitto; Helsingin seudun erilaiset oppijat.

Kaskela, M. & Kronqvist, E-L. 2007. Niin ainutlaatuinen. Näkökulmia lapsen yksilölliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan. Helsinki: Stakes.

Kauranen, K. 2011. Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen. Helsinki: Liikuntatieteellinen seura.

Koivunen, P-L. 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kokljuschkin, M. 1999. Seikkailuun! Varhaiskasvatuksen seikkailukirja. Helsinki: Kirjayhtymä.

Kronqvist, E-L. 2012. Varhaispedagogiikan kehityspsykologinen perusta. Teoksessa: Hujala, E. & Turja, T. (toim.) 2012. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kuikka, P.; Pulliainen, V. & Hänninen, R. 2001. Kliininen neuropsykologia. Helsinki: WSOY.

Kullström, M. & Ruotsalainen, S-M. 2014. Lasten liikuntakirja. Helsinki: readme.fi.

Laki lasten päivähoitosta 19.1.1973/36.

Lehtinen, E.; Kinnunen, R.; Vauras, M.; Salonen, P.; Olkinuora, E. & Poskiparta, E. 1990. Oppimiskäsitys. Oppimiskäsitys koulun kehittämisessä. 1.-3. painos. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

Lindqvist, M. 1985. Ammattina ihminen. Helsinki: Otava.

Matilainen, T. 2008. Lapsi elää rutiineista. Helppo ja hyvä arki. Jyväskylä: Gummerus.

Mäkinen, P.; Raatikainen, E.; Rahikka, A. & Saarnio, T. 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOYpro Oy.

Nevgi, A. & Lindblom-Ylänne, S. 2003. Oppimisenäkemykset antavat perustan opetukselle. Teoksessa: Lindblom-Ylänne, S. & Nevgi, A. (toim.) 2003. Yliopisto- ja korkeakouluopettajan käsikirja. Porvoo: WSOY.

Niikko, A. 2008. Perustoimintojen pedagogiikka. Teoksessa: Helenius, A. (toim.) & Korhonen, R. (toim.) 2008. Pedagogiikan palikat. Johdatus varhaiskasvatukseen ja kehitykseen. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

Niilo Mäki Instituutti 2015. Motoriikka. Viitattu 28.1.2015. <http://www.nmi.fi/fi/oppimisvaikeudet/motoriikka>.

Numminen, P. 1996. Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Helsinki: Lasten Keskus.

OK-opintokeskus 2015. Oppimiskäsitys. Viitattu 5.4.2015. <http://kouluttaja.ok-opintokeskus.fi/kouluttaja/oppimisk%C3%A4sitys>.

- Opetushallitus 2012. Liikunta ja oppiminen. Tiivistelmä. Viitattu 29.12.2014. http://www.oph.fi/download/144263_Liikunta_ja_oppiminen_tiiivistelma_2.pdf.
- Papunet 2014. Kuvapankki. Viitattu 27.11.2014. <http://papunet.net/materiaalia/kuvapankki>.
- Pehkonen, A. & Väänänen-Fomin, M. 2011. Sosiaalityön arvot ja etiikka. Jyväskylä: PS-KUSTANNUS.
- Piaget, J. 1988. Lapsi maailmansa rakentajana. Helsinki: WSOY.
- Pihlaja, P. & Viitala, R. 2004. Erityiskasvatus varhaislapsuudessa. Helsinki: WSOY.
- Piironen-Malmi, U. & Strömberg, S. 2008. Välittämisen pedagogiikka. Helsinki: Tammi.
- Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2012. Liikkuva lapsi. Teoksessa: Hujala, E.; Turja, T. (toim.) 2012. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Raisio kaupunki 2008. Arki. Raisio kaupungin päivähoiton arkitoimintapedagogiikka. Raisio: Raisio kaupunki.
- Raittila, R. 2013. Pienryhmätoiminta ja leikkialueet. Varhaiskasvatuksen pedagoginen toimintaympäristö rakentuu arkisissa käytännöissä. Teoksessa: Karila, K. & Lipponen, L. (toim.) 2013. Varhaiskasvatuksen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino.
- Rehtorinpellonkadun päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2014.
- Reunamo, J. & Hausalo, H. 2014. Lasten fyysinen aktiivisuus päivähoitossa. Teoksessa: Reunamo, J. (toim.) 2014. Varhaiskasvatuksen kehittäminen. Kehitystehtäviä ja ratkaisumalleja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Reunamo, J. 2007. Tasapainoinen varhaiskasvatus. Erilaisia tapoja suhtautua muutokseen. Helsinki: WSOY.
- Sahlberg, P. & Leppilampi, A. 1994. Yksinään vai yhteisvoimin? Yhdessäoppimisen mahdollisuuksia etsimässä. Vantaa: Helsingin yliopisto.
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.
- Seinä, S. & Helander, J. 2007. Tiimeistä työpareiksi. Tiimeistä työpareiksi. Toiselta oppiminen ja ammatillinen kehittyminen. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Sosiaali- ja Terveysministeriö 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Viitattu 22.10.2014. http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3739.pdf&title=Varhaiskasvatuksen_liikunnan_suositukses_fi.pdf.
- Sääkslahti, A. 2006. Reipas liikunta lapsena on sydämen asialla. Liikunta & Tiede 5/2006, 4-7.
- Talentia 2013. Arki, elämä, arvot, etiikka. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Viitattu 20.2.2015. http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf.
- Terveysverkko 2011. Liikunnan vaikutukset elinjärjestelmittain. Viitattu 8.4.2015. http://www.terveysverkko.fi/tietopankki/tyoikaisille/liikunnan_vaikutukset_elinjarjestelmiin.
- Toikko, T.; Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 3. korjattu painos. Tampere: Tampere University Press.
- Turja, L. 2012. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: Hujala, E.; Turja, T. (toim.) 2012. Varhaiskasvatuksen käsikirja. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Turku 2010. Viitattu 22.10.2014. <http://www.turku.fi/Public/default.aspx?contentid=42721>.

Turun kaupungin päivähoiton liikunnan vuosisuunnitelma 2014.

Tynjälä, P. 1999. Oppiminen tiedon rakentamisena. Konstruktivistisen oppimiskäsityksen perusteita. Helsinki: Kirjayhtymä.

Tynjälä, P.; Heikkinen, H. & Huttunen, R. 2005. Konstruktivistinen oppimiskäsitys oppimisen ohjaamisen perustana. Teoksessa: Kalli, P. & Malinen, A. (toim.) 2005. Konstruktivismi ja realismi. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005. Oppaita 56. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. 1.-2. painos. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallisen opinnäytetyön ohjaajan käsikirja. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

Yrjönsuuri, R. & Yrjönsuuri, Y. 2003. Opiskelu Oppiminen Osaaminen. Helsinki: Oppilo.

Zimmer, R. 2011. Psykomotoriikan käsikirja. Teoriaa ja käytäntöä lasten psykomotoriseen tukemiseen. Lahti: VK – kustannus Oy.

Liite 1: Valokuvauslupa

Hei!

Olemme Pinja Hakanen ja Saara Närhi ja opiskelemme Turun ammattikorkeakoulussa sosiaaliaalaa. Olemme harjoittelussa täällä Rehtorinpellonkadun päivähoitoyksikössä 24.11.–19.12.2014 ja 7.1.–13.2.2015. Valmistumme keväällä 2015 ja teemme parhaillaan opinnäytetyötämme.

Teemme opinnäytetyötämme osana ToLiVa – hanketta. ToLiVa on lyhenne toimintakulttuurin liikunnallistamisesta varhaiskasvatuksessa. Sen tarkoituksena on lisätä lasten liikuntaa päiväkodeissa, perhepäivähoidossa, puistotoiminnassa ja yleisesti varhaiskasvatuksessa. ToLiVa – hanke syntyi kun huomattiin, että lasten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt niin paljon, että se muodostaa terveysriskejä.

Teemme opinnäytetyötä siirtymätilanteiden liikunnallistamisesta. Tavoitteenamme on lisätä liikuntaa päiväkodin siirtymätilanteisiin sekä kehittää lasten motorisia taitoja. Teemme siirtymätilanteisiin liikuntapussin eli siirtymätilannepussin, joka sisältää eläinten kuvilla varustettuja kortteja sekä ohjeita liikkumiseen lorumuodossa. Opinnäytetyömme koostuu siirtymätilannepussista, ohjaajan oppaasta sekä opinnäytetyöraportista.

Haluaisimme ottaa valokuvia siirtymätilannepussin käytöstä opinnäytetyöhömmä. Käytämme valokuvia ohjaajille tarkoitetussa oppaassa sekä opinnäytetyön esityksessä koulullamme. Valmis opinnäytetyömme julkaistaan internetissä, Theseus – tietokannassa, jonne tallennetaan kaikki valmiit opinnäytetyöt. Täytähän alla olevan lupakyselyn valokuvien ottamiseen ja käyttämiseen lapsestasi. Palautathan lupalapun päiväkotiin **mahdollisimman pian!**

Kerromme mielellämme lisää opinnäytetyöstämme!

Terveisin,

Pinja Hakanen ja Saara Närhi

Lupakysely valokuvien ottoon ja käyttöön

Lapsestani **saa** ottaa valokuvia ja käyttää niitä opinnäytetyössä sekä ohjaajan oppaassa. Opinnäytetyö tullaan julkaisemaan internetissä.

Lapsestani **ei saa** ottaa valokuvia.

Lapsen nimi: _____

Vanhemman allekirjoitus: _____

Nimenselvennys: _____

Liite 2: Ohjaajan opas

SIIRTYMÄTILANTEIDEN LIIKUNNALLISTAMINEN PÄIVÄKODISSA



Ohjaajan opas siirtymätilannepussin käyttöön

Sisällys

Johdanto	62
Siirtymätilanepussin alustus	63
Ensimmäinen tuokio	63
Toinen tuokio	64
Siirtymätilanteet	65
Erlaisia leikkejä siirtymätilanepussin kanssa	66
Kurki ja sammakko	67
Kapteeni käskee	68
Pantomiimi	69
Hernepusseleikki	70
Peilissi	70
Hippa	70
Liiku eläimen tavoin	71
Maa, meri, laiva	72
Polttopallo	73
Kuka pelkää merimiestä?	74
Kim-leikki	75
Lorupussi	76
Muistiinpanoja	77
Muistiinpanoja	78
Lähteet	79

Johdanto

Moikka!

Olemme Pinja Hakanen ja Saara Närhi. Teimme opinnäytetyömme osana ToLiVa-hanketta. ToLiVa on lyhenne toimintakulttuurin liikunnallistamisesta varhaiskasvatuksessa. Sen tarkoituksena on lisätä lasten liikuntaa päiväkodeissa, perhepäivähoidossa, puistotoiminnassa ja yleisesti varhaiskasvatuksessa. ToLiVa-hanke syntyi, kun huomattiin, että lasten fyysinen aktiivisuus on vähentynyt niin paljon, että se muodostaa terveysriskejä.

Teimme opinnäytetyömme siirtymätilanteiden liikunnallistamisesta. Tavoitteenamme oli lisätä liikuntaa päiväkodin siirtymätilanteisiin sekä kehittää lasten motorisia taitoja. Teimme siirtymätilanteisiin liikuntapussin eli siirtymätilannepussin, joka sisältää eläinten kuvilla varustettuja kortteja, loruja eläimiin ja liikkumistapoihin liittyen sekä ohjeita liikkumiseen suomeksi ja englanniksi.

Olemme jaotelleet kortit kolmeen kategoriaan: punaisiin, sinisiin ja vihreisiin kortteihin. Punaisten korttien liikkumistavat ovat nopeampoisia ja mahdollisesti äänekkäitä. Sinisten korttien liikkumistavat ovat rauhallisempia ja hiljaisempia. Vihreiden korttien liikkumistavat ovat punaisten ja sinisten välimuotoja. Ne voivat olla hitaita, hiljaisia, nopeita tai äänekkäitä. Toki äänen voimakkuus riippuu myös leikkijöistä ja ryhmästä. Voit valita käytettäviä kortteja tilanteen mukaan. Esimerkiksi mittarimato voi olla liian raskas pitkän matkan liikkumiseen.

Opinnäytetyömme koostuu siirtymätilannepussista, ohjaajan oppaasta sekä opinnäytetyöraportista. Sinulla on nyt käsissäsi ohjaajan opas, jossa kerromme siirtymätilannepussin erilaisista käyttömahdollisuuksista. Olemme kirjoittaneet oppaaseen myös erilaisia kokemuspohjaisia vinkkejä omien havaintojemme perusteella.

Liikunnan on tarkoitus olla hauskaa ja mieluisaa lapsille. Ei haittaa, vaikka lapsi ei liikkuisikaan täysin kortin ohjeen mukaan. Tärkeintä on, että lapsi viihtyy ja saa positiivisia kokemuksia.

Toivomme teille antoisia hetkiä siirtymätilannepussin parissa! 😊



Siirtymätilannepussin alustus

Ennen siirtymätilannekorttien käyttöönottoa on hyvä tehdä ne lapsille tutuiksi. Me alustimme siirtymätilannekorttien käyttöönottoa kahden erilaisen tuokion avulla.

Ensimmäinen tuokio

Jaa ryhmä pienryhmiin. Valitse rauhallinen alue, jossa tuokio toteutetaan. Voitte istua lasten kanssa esimerkiksi lattialla piirissä. Esittele pussi lapsille, esimerkiksi: ”Minulla on täällä tällainen pussi. Osaatteko arvata mitä täällä voisi olla sisällä?”

Lapset saavat vuorotellen nostaa pussista kortin. Voit kysyä lapsilta erilaisia kysymyksiä, kuten mikä eläin kortissa on, asuuko eläin Suomessa, onko joku joskus nähnyt kortin eläintä jne. Voit kiinnittää kortit sinitarralla seinään lasten näkyville. Kun jokainen on saanut nostaa pussista kortin, käydään vielä uudestaan läpi pussista nostetut eläimet.

Tämän jälkeen lapset saavat vuorotellen valita yhden eläimen, jonka he haluavat piirtää. Lapset voivat halutessaan valita saman eläimen. Lapset siirtyvät pöytien ääreen piirtämään liikkuen siten kuin luulevat eläimen liikkuvan. Lopuksi piirustukset ripustetaan seinälle, jotta niitä voi ihastella vielä myöhemmin.

Vinkkejä:

- Jokainen lapsi nostaa yhden kortin pussista. Jos kortteja on liikaa, lasten keskittymisen herpaantuu ja tilanteesta tulee levoton. Tilanteesta riippuen kortteja voi käydä läpi myös enemmän.
- Kortteihin tutustuminen ja kuvien piirtäminen on hyvä toteuttaa eri huoneissa. Lapset pääsevät heti harjoittelemaan korttien käyttöä. Lasten keskittymiskyky säilyy paremmin, kun he pääsevät välillä siirtymään toiseen ympäristöön.
- Lapset voivat käyttää kortteja mallina piirtämisessä.



Toinen tuokio

Jaa ryhmä pienryhmiin, esimerkiksi kolmeen osaan. Lapset nostavat kortin pussista vuorotellen. Lapsille voi esitellä kortin toisen puolen, esimerkiksi: ”Katsokaas mitä täällä kortin toisella puolella on. Täällä on loru. Kuunnelkaapas mitä siinä sanotaan.”

Lorun jälkeen käy lasten kanssa läpi kortissa oleva liikkumistapa. Lapset voivat myös yrittää arvata sen lorun perusteella. Harjoitelkaa liikkumistapoja yhdessä. Voit kiinnittää kortit sinitarralla seinään tai levittää ne lattialle lasten näkyville.

Kun jokainen lapsi on nostanut kortin, käydään läpi eläimet ja niiden liikkumistavat vielä uudestaan. Tämän jälkeen lapset saavat vuorotellen valita yhden eläimen, jonka mukaan he liikkuvat seuraavaan tilanteeseen, esimerkiksi pukemaan.

Vinkki:

– On hyvä rajata alue, jossa kortteja käydään läpi, esimerkiksi maton avulla. Lasten on helpompi palata takaisin kuuntelemaan uusia ohjeita matolle. Matolla on muutenkin mukavampi istua kuin kylmällä lattialla. Voit ohjata lapset takaisin matolle esimerkiksi hevuskortin kohdalla: ”Nyt kaikki hevoset laukkaavat takaisin matolle istumaan.” Itse liikkumiseen on kuitenkin hyvä varata enemmän tilaa.



Siirtymätilanteet

Siirtymätilanteet tarkoittavat lasten siirtymistä paikasta toiseen, esimerkiksi aamupiiristä vessaan. Siirtymätilanteet voivat olla levottomia. Tämä voi johtua siitä, ettei niitä ole suunniteltu tarpeeksi. Hoitopäivän aikana on useita siirtymätilanteita.

Siirtymätilannekortit toimivat apuna lasten siirtyessä paikasta toiseen. Jokainen lapsi voi nostaa oman kortin ja liikkua sen ohjeen mukaan siirtymätilanteissa. Kortti voidaan nostaa myös pienelle ryhmälle lapsia, jolloin he kaikki siirtyvät samalla tavalla liikkuen.

Siirtymätilannepussia voi käyttää oman pohdinnan mukaan sopivissa kohdissa päivää. Koimme, että siirtymätilannekortit toimivat hyvin siirryttäessä aamuleikeistä vessaan ja pukemaan sekä iltapäiväleikeistä ulos lähdeittäessä. Käytimme kortteja myös vessasta lepohuoneeseen siirryttäessä. Huomasimme, että tässä tilanteessa haasteena on resurssien puute, sillä työntekijöillä on kädet täynnä töitä lasten auttamisessa. Pussin voi kuitenkin laittaa lasten ulottuville, jolloin he pääsevät itsenäisesti nostamaan kortin ja liikkumaan sieltä tulleen eläimen tavoin. Tässä vaiheessa korttien tulisi olla jo tuttuja lapsille. Lapsia voi myös pyytää itse miettimään, minkä eläimen tavoin he haluavat liikkua.

Vinkkejä:

- Korteissa olevia loruja voi lukea mahdollisuuksien mukaan. Niitä ei siis tarvitse lukea joka kerta!
- Korttien ollessa lapsille tuttuja, voi pussin jättää lasten ulottuville niin, että he saavat itsenäisesti käyttää sitä.
- Lapset saattavat kiintyä tiettyyn korttiin ja haluaisivat valita aina saman kortin pussista. Voit kannustaa lapsia kokeilemaan myös muita liikkumistapoja, jotta taitojen kehittyminen olisi mahdollisimman monipuolista. Älä kuitenkaan pakota lasta liikkumaan hänelle epämieluisalla tavalla. Pääasia on, että lapsi liikkuu.



Erilaisia leikkejä siirtymätilanepussin kanssa

Siirtymätilanteiden lisäksi kortteja voi käyttää myös erilaisissa leikeissä. Olemme keränneet oppaaseen esimerkkileikkejä, joissa kortteja voi hyödyntää. Mahdollisuuksia on lukemattomia, ja korttien avulla leikeistä saa muokattua hieman erilaisia sekä liikunnallisesti monipuolisempia. Oppaan lopussa on tyhjää tilaa, jotta voitte halutessanne kirjata ylös omia muistiinpanojanne ja uusia käyttöideoita korttien kanssa.

Vinkki:

– Kortit liikkumistapoineen ja leikit kannattaa tehdä lapsille tutuiksi, ennen kuin ne yhdistetään. Esimerkiksi polttopalloa kannattaa ensin harjoitella sellaisenaan, jotta säännöt ja pelin idea tulevat tutuksi. Liikkumistavat on hyvä yhdistää peliin vasta pelin tultua tutuksi.



Kurki ja sammakko

Aluksi leikkijöistä valitaan yksi kurki, ja kaikki muut leikkijät ovat sammakoita. Leikissä kurki soittaa esimerkiksi rumpua tai muuta soitinta.

Ensin kurki nostaa pussista kortin. Kurki soittaa soitinta, jonka aikana sammakot liikkuvat kortin neuvomalla tavalla. Musiikin loputtua kaikki sammakot pysähtyvät paikoilleen. Jos joku sammakoista liikkuu musiikin päättyttyä, putoaa tämä pelistä pois. Pudonneesta sammakosta tulee uusi kurki.

Leikkiä voi jatkaa niin kauan kuin hyvältä tuntuu. Pois pudonneet sammakot voidaan myös ohjata esimerkiksi pukemaan, jolloin leikki päättyy kun kaikki sammakot ovat pois pelistä.



Kapteeni käskee

Yksi leikkijä on kapteeni. Ensin kapteeni nostaa pussista kortin. Jos pussista nousee esimerkiksi karhu, hän sanoo: ”Kapteeni käskee, kävele kuin karhu”. Tällöin kaikki muut leikkijät tottelevat kapteenia ja kävelevät kuin karhut. Aikuinen avustaa leikkijöitä tarvittaessa. Kapteeni voi myös sanoa: ”Kävele kuin karhu”. Tällöin leikkijöiden pitää pysyä paikoillaan, koska kapteeni ei sanonut ”Kapteeni käskee”.

Leikkiä jatketaan nostamalla uusi kortti pussista ja antamalla liikkumiskäske kortin ohjeen mukaan. Leikkiä voi jatkaa niin kauan kuin tuntuu hyvältä. Lapsia voi pudottaa pelistä pois, jos he liikkuvat ilman kapteenin käskyä tai eivät liiku kapteenin käskiessä. Aikuinen voi päättää, koska kapteenia vaihdetaan.



Pantomiimi

Yksi leikkijöistä valitaan pantomiimikoksi. Hän nostaa yhden kortin pussista eikä näytä sitä muille. Pantomiimikko alkaa esittää kortissa olevaa eläintä. Pantomiimikko ei saa käyttää sanoja eikä ääntä, vaan hänen on ilmein, elein ja liikkein esitettävä kyseistä eläintä. Muut leikkijät yrittävät arvata mistä eläimestä on kyse. Kun leikkijä arvaa eläimen oikein, saa hän olla seuraava pantomiimikko. Hän nostaa uuden kortin pussista ja esittää siinä olevaa eläintä.

Leikkiä voi jatkaa niin kauan kuin tuntuu hyvältä.



Hernepussileikki

Joku leikkijöistä valitsee pussista kortin, joka määrittelee liikkumistavan. Kaikkien leikkijöiden tulee liikkua kortin ohjeistamalla tavalla hernepussi päänsä päällä. Tarkoituksena on yrittää pitää hernepussia pään päällä mahdollisimman kauan ilman, että se putoaa. Jos hernepussi putoaa, voi sen nostaa takaisin pään päälle ja yrittää uudelleen.

Aikuinen voi päättää, milloin liikkumistapaa vaihdetaan. Liikkumistapa vaihtuu uuden kortin nostamisella.

Peilissi

Yksi leikkijöistä valitaan peiliksi. Peili nostaa pussista yhden kortin, jonka ohjeen mukaan muiden leikkijöiden tulee liikkua. Peili asettautuu, leikkipaikasta riippuen, esimerkiksi seinän viereen tai maahan merkitylle paikalle. Muut leikkijät asettautuvat ensin riviin viivalla merkityn alueen taakse. Viiva voi olla esimerkiksi 10 metrin päässä peilistä. Kun peili on selin muihin leikkijöihin, liikkuvat he varovasti peiliä kohti kortin ohjeistamalla tavalla. Peilin kääntyessä leikkijöiden tulee jähmettyä paikoilleen. Jos peili näkee jonkun liikkuvan, täytyy leikkijän mennä takaisin lähtöviivan taakse. Kun peili kääntyy uudelleen selin, jatkavat muut leikkijät etenemistä siitä mihin jäivät. Leikkijöiden tarkoituksena on koskettaa peiliä selkään. Siitä leikkijästä, joka pääsee ensimmäisenä peilin, luo tulee uusi peili. Hän nostaa uuden kortin pussista.

Hippa

Yksi tai useampi leikkijöistä valitaan hipaksi. Ensin hippa nostaa pussista kortin, jonka ohjeen mukaan kaikki leikkijät liikkuvat. Hipan tehtävä on ottaa muut leikkijät kiinni. Kun hippa saa leikkijän kiinni, tulee kiinniotetusta leikkijästä uusi hippa. Hipan vaihtuessa nostetaan taas uusi kortti pussista.

Hipalle on mahdollista antaa myös esimerkiksi huivi tai liivi, jotta leikkijät tunnistavat kuka on hippa.

Liiku eläimen tavoin

Tee kaksi viivaa esimerkiksi noin 10 metrin päähän toisistaan. Leikkijät aloittavat leikin toiselta viivalta. Aikuinen nostaa pussista yhden kortin ja ohjeistaa leikkijöitä liikkumaan kortin mukaisella tavalla viivalta toiselle.

Pussiin voi valita sellaisia kortteja, joita leikin ohjaaja haluaa käyttää. Pussi voi esimerkiksi sisältää vain nopeatempoisia liikkumistapoja.



Maa-meri-laiva

Merkitse maahan tai lattiaan kolme viivaa, noin 5–10 metrin välein. Oikealla puolella oleva viiva on maa, keskellä sijaitseva viiva on meri ja vasemmalla puolella oleva viiva on laiva. Ohjaaja nostaa pussista kortin ja ohjeistaa lapsille kortin mukaisen liikkumistavan. Tämän jälkeen ohjaaja huutaa sattumanvaraisesti joko maa, meri tai laiva. Lasten tehtävänä on liikkua kortin ohjeistamalla tavalla kyseiselle viivalle. Ohjaaja voi vaihdella liikkumistapoja tilanteen mukaan, esimerkiksi yhden, kahden tai useamman viivalta toiselle siirtymisen jälkeen.



Polttopallo

Merkitse maahan tai lattiaan esimerkiksi ympyrä, jossa kaikki leikkijät mahtuvat liikkumaan. Yksi leikkijöistä valitaan polttajaksi. Polttaja jää alueen ulkopuolelle, ja muut leikkijät asettuvat alueen sisälle. Ohjaaja nostaa pussista kortin ja opastaa alueen sisällä olevat leikkijät liikkumaan kortin ohjeiden mukaisesti. Ohjaaja määrittää, koska liikkumistapaa vaihdetaan. Polttajalle annetaan pehmeä pallo, jolla hän yrittää osua alueen sisällä olevien leikkijöiden jalkoihin. Se leikkijä, johon pallo osuu ensimmäisenä, on uusi polttaja. Ensimmäinen polttaja pääsee alueen sisälle. Seuraavaksi palanut leikkijä siirtyy polttajan apulaiseksi. Mikäli joku leikkijöistä astuu alueen ulkopuolelle, joutuu hän polttajaksi. Leikkiä jatketaan niin kauan, kunnes alueella on enää yksi leikkijä jäljellä.



Kuka pelkää merimiestä?

Merkitse maahan tai lattiaan kaksi viivaa noin 15–20 metrin päähän toisistaan. Yksi leikkijöistä valitaan merimieheksi. Merimies liikkuu viivojen välisellä alueella. Muut leikkijät seisovat aluksi toisen viivan takana alueen ulkopuolella. Ohjaaja nostaa pussista kortin ja ohjeistaa leikkijöitä liikkumaan kortin mukaisella tavalla. Ohjaaja määrittää koska liikkumistapaa vaihdetaan. Merimies asettuu alueen keskelle. Merimies kysyy muilta leikkijöiltä: ”Kuka pelkää merimiestä?” Muut vastaavat: ”En minä ainakaan!” Tämän jälkeen leikkijät siirtyvät kortin ohjeistamalla tavalla toisen viivan taakse. Merimies yrittää ottaa leikkijöitä kiinni. Kun merimies saa leikkijän kiinni, tulee kiinniotetusta leikkijästä uusi merimies. Ensimmäinen merimies saa siirtyä viivan ulkopuolelle muiden leikkijöiden kanssa. Tämän jälkeen kiinniotetut leikkijät tulevat merimiehen apureiksi. Leikkiä jatketaan samalla tavalla, kunnes kaikki leikkijät on saatu kiinni.



Kim-leikki

Ohjaaja valitsee haluamansa määrän kortteja leikkijöiden iän huomioon ottaen. Kortit asetetaan pöydälle tai lattialle leikkijöiden näkyville. Leikkijät saavat hetken aikaa tarkastella kortteja ja painaa niissä olevat kuvat mieleen. Leikkijät kääntyvät selin, jolloin ohjaaja ottaa yhden tai useamman kortin pois. Leikkijöiden tehtävä on muistella, mikä kortti puuttuu. Myös leikkijät voivat vuorotellen ottaa kortteja pois, jolloin muut leikkijät arvaavat, mikä kortti puuttuu. Leikkiä voi jatkaa niin kauan kuin tuntuu hyvältä.



Lorupussi

Leikkijät asettuvat esimerkiksi lattialle puolikaareen. Ohjaaja pitää pussia, josta leikkijät saavat vuorotellen nostaa kortin. Ohjaaja valitsee leikkijän esimerkiksi kyseisen lorun avulla:

*"Kuka saa, kuka saa
lorupussiin kurkistaa
tillin tallin tömpsis.*

*Maija saa, Maija saa
lorupussiin kurkistaa
tillin tallin tömpsis!"*

Leikkijöiltä voi samalla kysellä esimerkiksi:

- Mikä kuva kortissa on?
- Minkä värinen kortissa oleva eläin on?
- Mitä kortin eläin sanoo?
- Jos kortteja laittaa lattialle, voidaan laskea esimerkiksi kuinka monta ruskeaa eläintä lattialla on
- Jne.



Muistiinpanoja

Muistiinpanoja

Lähteet

Arvola, O. 2014. Paikoillanne, valmiit, hep! Teoksessa: Arvola, O. & Kuukasjärvi, A. (toim.) 2014. Lähtötelineissä; Kohti liikunnallisempaa varhaiskasvatusta. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 198. Turun ammattikorkeakoulu.

Koivunen, P-L. 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Lahtinen, M. 2005. Kymmenen tikkua laudalla. Leikkejä koko vuodeksi. Helsinki: Tammi.

MLL. 2015. Lorupussi. Viitattu 11.2.2015.

<http://uudenmaanpiiri.mll.fi/toiminta/perhekahvilat/perhekahvilatoimijoille/lorupussi/>.

Mäkinen, P. 2006. Hippasilla. Leikkejä ja pelejä pienille. Helsinki: Otava.

Sastamalan kaupunki. 2013. Liikuntakasvatus. Opas Sastamalan kaupungin varhaiskasvatuksen kasvatushenkilöstölle. Viitattu 5.2.2015.

http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/63362/Liite3_Kotilahti_Sanni.pdf?sequence=2.



Liite 3: Työntekijöiden palautekysely**PALAUTEKYSELY**

Rastita mielestäsi sopivin vaihtoehto.

	Täysin eri mieltä	Jokseenkin eri mieltä	En osaa sanoa	Jokseenkin samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
1. Olen tyytyväinen siirtymätilannepussiin ja sen sisältöön.					
2. Siirtymätilannepussi on ollut hyödyllinen.					
3. Siirtymätilannepussi on ollut käytössä.					
4. Siirtymätilannepussin käyttö on helppoa.					
5. Siirtymätilanteet ovat sujuvampia kuin ennen.					
6. Siirtymätilannepussi on innostanut lapsia liikkumaan.					
7. Lasten liikunta päiväkodissa on lisääntynyt.					
8. Siirtymätilannepussi tukee lasten motorista kehitystä.					
9. Ohjaajan opas on selkeä.					
10. Koen ohjaajan oppaan hyödylliseksi.					
Vapaa sana:					
Kiitos vastauksistasi! 😊					