

Sanna Satoniitty

PÄIVÄKODIN LIIKUNTAKASVATUS LAPSEN
MINÄKÄSITYKSEN JA ITSETUNNON TUKEMISESSA

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagogiikan suuntautumisvaihtoehto

2009

PÄIVÄKODIN LIIKUNTAKASVATUS LAPSEN MINÄKÄSITYKSEN JA ITSETUNNON TUKEMISESSA

Satoniitty, Sanna
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Sosiaali-alan koulutusohjelma
Joulukuu 2009
Frigren, Kirsi-Leena
YKL: 37.41 ja 79.1
Sivumäärä: 82

Asiasanat: minäkuva, itsetunto, varhaiskasvatus, päiväkodit, liikuntakasvatus

Tämän opinnäytetyön aiheena oli tutkia päiväkodin liikuntakasvatusta sosiaali-alan ja sosiaalipedagogiikan näkökulmasta. Tutkimustehtävänä oli selvittää, pyritäänkö päiväkodin liikuntakasvatuksella tukemaan lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa, sekä millainen liikuntakasvatus tukee lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa parhaiten. Tutkimus oli luonteeltaan kvalitatiivinen ja se toteutettiin lomakekyselyllä Porin kaupungin päiväkodeille lokakuussa 2009.

Tutkimuksen teoreettisessa osuudessa käsiteltiin minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymistä ja tukemista sekä määriteltiin minäkäsitys ja itsetunto käsitteinä. Siinä tarkasteltiin lapsen minuuden tukemista sosiaalipedagogiikan, liikuntakasvatuksen ja liikuntakasvattajan toiminnan näkökulmista. Tämä osuus nojautui kehityspsykologiseen sekä sosiaali-alan ammattikirjallisuuteen. Lisäksi teoreettisessa osuudessa tarkasteltiin päiväkodin varhaiskasvatusta ja liikuntakasvatusta lapsen minuuden, tarkemmin minäkäsityksen ja itsetunnon, tukijoina. Tämä osuus pohjautui varhaiskasvatuksen toteuttamista määrittäviin lakeihin ja asiakirjoihin sekä valtakunnallisella että Porin kaupungin tasolla.

Tutkimuksen empiirisessä osiossa tarkasteltiin lomakekyselyllä kerättyä aineistoa teorian tiedon valossa. Lomakekyselyllä kerättiin tietoa Porin kaupungin päiväkotien liikuntakasvatuksen tavoitteista ja arvoista sekä Porin kaupungin päiväkotien liikuntakasvatuksesta lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisessa.

Tutkimustuloksissa päiväkodin liikuntakasvatuksessa painotettiin eniten myönteisen kasvatusilmapiirin luomista, sosiaalisten taitojen vahvistamista ja yhdessä liikkumista, lapsen yksilöllisyyden ja kiinnostuksen kohteiden huomioimista sekä onnistumisen kokemusten mahdollistamista.

Tutkimustulokset erosivat joiltakin osin teoriataustassa esitetystä. Tuloksissa päiväkodin liikuntakasvatuksessa painotettiin vähän lapsen itsetuntemuksen ja itsearviointin lisäämistä sekä lapsen aktiivisuuden, osallistumisen ja itsenäisyyden tukemista. Luottamuksellisen vuorovaikutussuhteen ja turvallisen ilmapiirin luomista painotettiin tuloksissa vain jonkin verran. Kuitenkin kaikki nämä nähtiin varhaiskasvatuksen laeissa ja asiakirjoissa erittäin tärkeinä asioina, kun pyritään tukemaan lapsen positiivisen minäkäsityksen ja terveen itsetunnon kehittymistä.

PHYSICAL EDUCATION OF THE DAY-CARE CENTRES IN SUPPORTING CHILD'S SELF-IMAGE AND SELF-ESTEEM

Satoniitty, Sanna

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services Studies

December 2009

Frigren, Kirsi-Leena

PLC: 37.41 and 79.1

Number of pages: 82

Key words: self-image, self-esteem, early childhood education, day-care centres, physical education

The purpose of this thesis was to explore the physical education of the day-care centres from social services point of view. The thesis had two partial challenges. The first partial challenge of this thesis was to study do the day-care centres implement their physical education by trying to support child's self-image and self-esteem. The second partial challenge was to study what kind of physical education is best in trying to support child's self-image and self-esteem. The study was a qualitative research and was conducted through a survey form to the day-care centres of the city of Pori in October 2009.

The topics discussed in the theoretical part of the thesis include the issues of the definition and development of self-image and self-esteem, and the ways to support child's self-image and self-esteem through physical education. The theoretical part also deals with the early childhood education and physical education of the day-care centres and whether or not they aim to support child's self-image and self-esteem. This part of the thesis relies heavily on professional literature on human development and laws and documents applied in the early childhood education.

In the empirical part of the thesis, the results from the survey conducted were looked at through the topics discussed in the theoretical part. In the results of the survey was especially emphasized creating a positive atmosphere, developing social skills and making sure that the child experiences success in what he/she does when trying to support child's self-image and self-esteem. In the results was also emphasized the consideration of the individuality and interests of the child when implementing physical education.

There were some differences between the results of the survey and the conclusions made in the theoretical part of the thesis. In the results was emphasized only a little the importance of enhancing child's self-knowledge, self-evaluation, active role and independence when trying to support child's self-image and self-esteem. Building a confidential relationship and creating a safe atmosphere was emphasized in the results only to some extent. However, in the laws and documents that determine early childhood education, all of these were considered to be very important ways to support child's positive self-image and healthy self-esteem.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	MINÄKÄSITYKSEN JA ITSETUNNON KEHITTYMINEN	7
2.1	Minäkäsitys ja itsetunto	8
2.2	Minäkäsityksen ja itsetunnon rakentuminen.....	11
3	MINÄKÄSITYKSEN JA ITSETUNNON TUKEMINEN.....	13
3.1	Sosiaalipedagoginen näkökulma minuuden tukemiseen	14
3.2	Liikunta ja liikuntakasvatus lapsen minuuden tukemisessä	16
3.3	Liikuntakasvattajan toiminnan merkitys lapsen minuuden tukemisessä	19
3.4	Itsetunnon malli sovellettuna lapsen minuuden tukemiseen liikuntakasvatuksessa.....	23
4	PÄIVÄKODIN VARHAISKASVATUS LAPSEN KASVUN TUKIJANA	29
4.1	Varhaiskasvatuksen tavoitteet ja päämäärät	30
4.2	Kasvattaja varhaiskasvatuksessa.....	34
4.3	Varhaiskasvatusympäristö	35
4.4	Pohdintaa varhaiskasvatuksesta lapsen minuuden tukijana.....	36
5	PÄIVÄKODIN LIIKUNTAKASVATUS OSANA VARHAISKASVATUSTA	37
5.1	Päiväkodin liikuntakasvatuksen tavoitteet ja päämäärät	37
5.2	Liikuntakasvattaja varhaiskasvatuksessa	41
5.3	Esiopetuksen ja esiopetusikäisen lapsen liikuntakasvatus.....	43
5.4	Pohdintaa liikuntakasvatuksesta lapsen minuuden tukijana	44
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	45
6.1	Tutkimuksen taustaa	45
6.2	Tutkimusaiheen valinta.....	48
6.3	Tutkimuksen tavoite ja tutkimustehtävät.....	49
6.4	Tutkimuksen kohdejoukko ja tutkimusmenetelmä.....	50
6.5	Tutkimusaineiston keruu.....	53
6.6	Tutkimusaineiston käsittely ja analysointi.....	54
7	TUTKIMUSTULOKSET.....	55
7.1	Päiväkotien taustatiedot	55
7.2	Päiväkotien liikuntakasvatus.....	58
7.3	Päiväkodin liikuntakasvatus lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisen näkökulmasta	60
8	TUTKIMUSTULOSTEN TARKASTELUA JA POHDINTAA	65
8.1	Tulosten tarkastelua	65
8.2	Ajatuksia opinnäytetyön tekemisestä ja tutkimuksen luotettavuudesta.....	71

8.3 Jatkotutkimusehdotuksia.....	73
LÄHTEET.....	74
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Tämän tutkimuksellisen opinnäytetyön aiheena oli tutkia päiväkodissa toteutettavaa lasten liikuntakasvatusta. Koska opinnäytetyö tehtiin Satakunnan ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelmassa, liikuntakasvatusta tarkasteltiin sosiaalialan ja tarkemmin sosiaalipedagogiikan näkökulmasta. Sosiaalipedagogiikka on syrjäytymisen ja sosiaalisten ongelmien ehkäisyä kasvatuksellisin keinoin. Syrjäytymistä ehkäisevää työtä on kasvattajan antama tuki lapsen persoonallisuuden ja minuuden tasapainoiselle ja terveelle kehitykselle.

Tämä tutkimus perustuu huomioon siitä, että nyky-yhteiskunnassa lasten liikkumattomuus on lisääntynyt ja tätä kautta lasten kokonaisvaltainen kasvu, kehitys ja hyvinvointi ovat vaarantuneet. Vaarantunut on myös lasten persoonallisuuden ja minuuden tasapainoinen kehittyminen, jossa liikunnalla on suuri rooli. Liikuntakasvatuksen asema lasten kehityksen edistämässä ja tukemisessä korostuu entisestään. Liikkumattoman elämäntavan yleistyminen myös lapsilla asettaa lasten laadukkaalle ja ammattitaitoiselle liikuntakasvatukselle uusia haasteita.

Liikkumattomuus ja sen seuraukset saattavat osaltaan olla vaikuttamassa lasten ja nuorten syrjäytymisen kasvamiseen. Syrjäytymisessä olennaista on ennaltaehkäisy ja varhainen puuttuminen esimerkiksi lapsella havaittaviin vaikeuksiin persoonallisuuden kehityksessä. Lapsen hyvinvointia ja tasapainoista kehitystä on mahdollisuus tukea kiinnittämällä toiminnassa huomiota positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon vahvistamiseen.

Tutkimuksen taustalla on lisäksi oma kokemukseni ala-asteen liikuntakasvatuksesta, joka ei ollut lapsuudessani ainakaan itsetuntoa tukevaa. Olen huomannut harjoittelujen myötä, että lasten liikuntakasvatuksen laatu saattaa olla hyvin vaihtelevaa. Liikuntakasvatusta on monesti riippuvaista kasvattajan omasta motivoituneisuudesta toteuttaa aktiivista toimintaa ja liikuttaa lapsia. Ehkä ei vielä nykyäänkään riittävästi ymmärretä, kuinka tärkeää liikunta oikeasti lapsen kehitykselle, hyvinvoinnille ja oppimiselle on, mukaan lukien minuuden kehittymiselle.

Päiväkodissa moni lapsi viettää suuren osan päivästä, joten se on olennainen lasten liikuntakasvatuksen toteuttaja. Päivähoidon henkilökunta on pääosin ammattitaitoista ja osaavaa. Päivähoidossa pystytään koulua paremmin vaikuttamaan lapsen minäkäsitykseen ja itsetuntoon positiivisesti, sillä päivähoitossa on paremmat edellytykset esimerkiksi lapsen yksilöllisyyden huomiointiin. Sosiaalipedagogiikan näkökulmasta päiväkodissa tehtävä kasvatustyö ehkäisee välillisesti syrjäytymistä tukemalla muun muassa lapsen persoonallisuuden kehitystä, osallisuutta ja sosiaalisuutta.

Liikunnan fyysisestä luonteesta johtuen siinä helposti keskitytään fyysisiin ja motorisiin tavoitteisiin, vaikka liikunnan psyykkiset, emotionaaliset ja sosiaaliset tavoitteet ovat aivan yhtä tärkeitä. Näiden tavoitteiden huomioiminen liikuntakasvatuksen toteuttamisessa vaatii kasvattajalta erityistä tiedostamista ja oman toiminnan reflektointia.

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, pyritäänkö päiväkotien liikuntakasvatuksella tukemaan lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa. Lisäksi tavoitteena oli selvittää, millainen liikuntakasvatus tukee lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa parhaiten. Tutkimus toteutettiin syksyllä 2009 lomakekyselyllä kahdellekymmenelle Porin kaupungin omalle päiväkodille.

Päiväkotien varhaiskasvatusta ja liikuntakasvatusta tarkastellaan siinä valossa, mitä valtakunnallisissa laeissa ja asiakirjoissa niiden toteuttamisesta on sanottu. Varhaiskasvatusta peilataan myös tietoon lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymisestä ja niiden tukemisesta. Mitä on säädetty tai määrätty? Miten suositellaan toimittavan? Mihin varhaiskasvatuksella pyritään, ja millaista pienten lasten liikuntakasvatuksen tulisi olla?

2 MINÄKÄSITYKSEN JA ITSETUNNON KEHITTYMINEN

Tässä luvussa kerrotaan, miten minäkäsitys ja itsetunto määritellään eli mitä ne ovat. Lisäksi käsitellään sitä, miten ja missä ikävaiheessa minäkäsitys ja itsetunto kehitty-

vät. Jotta kasvattaja voisi toimia lapsen minuutta ja kokonaisvaltaista hyvinvointia tukevalla tavalla hänen on tiedostettava, mitä minäkäsitys ja itsetunto tarkoittavat. Jotta kasvattajan olisi mahdollista tukea lapsen minäkäsitystä ja itsetuntoa, hänen on tiedettävä ihmisen minuuden kehittymisen peruseräahteista ja ikävaiheista, jotka ovat minuuden kehittymisen herkintä aikaa.

2.1 Minäkäsitys ja itsetunto

Minäkäsityksellä eli minäkuvalla tarkoitetaan yksilön kokonaisnäkemystä omasta itsestään. Toisin sanoen, millaisena hän näkee taustansa, asenteensa, ulkonäkönsä, arvonsa, ominaisuutensa ja tunteensa. Minäkäsitys merkitsee yksilön asennoitumista itseensä. Minäkäsitys voi olla vahva tai heikko. Vahvan minäkäsityksen omaava kuvaa itseään positiivisesti ja suuntautuu tulevaisuuteen. Heikon minäkäsityksen omaava taas kuvaa itseään negatiivisesti, eikä ole avoin uudelle. Heikosta minäkäsityksestä voi kertoa myös rehvästelevä ja itseään esille tuova käyttäytyminen, jolla todellisuudessa yritetään peittää minäkäsityksen heikkouksia, tämä näkyy usein esimerkiksi kiusaajien kohdalla. (Aho 1996, 9)

Itsetunto liittyy läheisesti minäkäsitykseen. Sen katsotaan sisältävän kolme osaluuetta, joita ovat itsetietoisuus, itsetuntemus ja itsearvostus. Itsetietoisuus on itsensä havaitsemista, itsetuntemus kuvastaa yksilön tietoisuutta vahvuuksistaan ja heikkouksistaan, ja itsearvostus merkitsee sitä, miten arvokkaana yksilö pitää itseään. (Aho 1996, 10) Näistä selvästi tärkeimpinä ja merkityksellisimpinä pidetään itsetuntemusta ja itsearvostusta, eli ihminen tuntee sekä vahvuutensa että heikkoutensa samalla hyväksyen ne. Tästä huolimatta hän arvostaa itseään ja on tyytyväinen itseensä. Sekä Ahon että Laineen mukaan vahvan itsetunnon ja realistisen positiivisen minäkäsityksen voidaankin ajatella tarkoittavan lähes samaa asiaa. Itsetuntoa tosin määrittää enemmän itsearvostus ja minäkäsityksessä taas korostuu itsetuntemus. (Aho 1996, 10; Laine 2005, 24)

Itsetunto vaihtelee eri ihmisillä. Vahvan itsetunnon omaava on positiivisesti itseensä suhtautuva ja hyvin itsensä tunteva. Hän tiedostaa heikkoutensa ja hyväksyy ne. Hän on suuntautunut eteenpäin, eikä pelkää uusia haasteita. Heikosta itsetunnosta kertovat

esimerkiksi arkuus ja pelokkuus tai toisaalta rehentelevä ja häiritsevä käyttäytyminen. Tällaiselle yksilölle päätösten tekeminen ja omien mielipiteiden sekä tunteiden ilmaisu on vaikeaa. Hän odottaa epäonnistuvansa ja on riippuvainen ympäristön palautteesta. Heikosta itsetunnosta kertoo myös joustamattomuus, vaikeus luottaa toisiin ja vaikeus kuvata itseään. Heikon itsetunnon omaava pelkää kilpailutilanteita, kun taas hyvän itsetunnon omaava nauttii niistä. (Aho 1996, 10, 21-25)

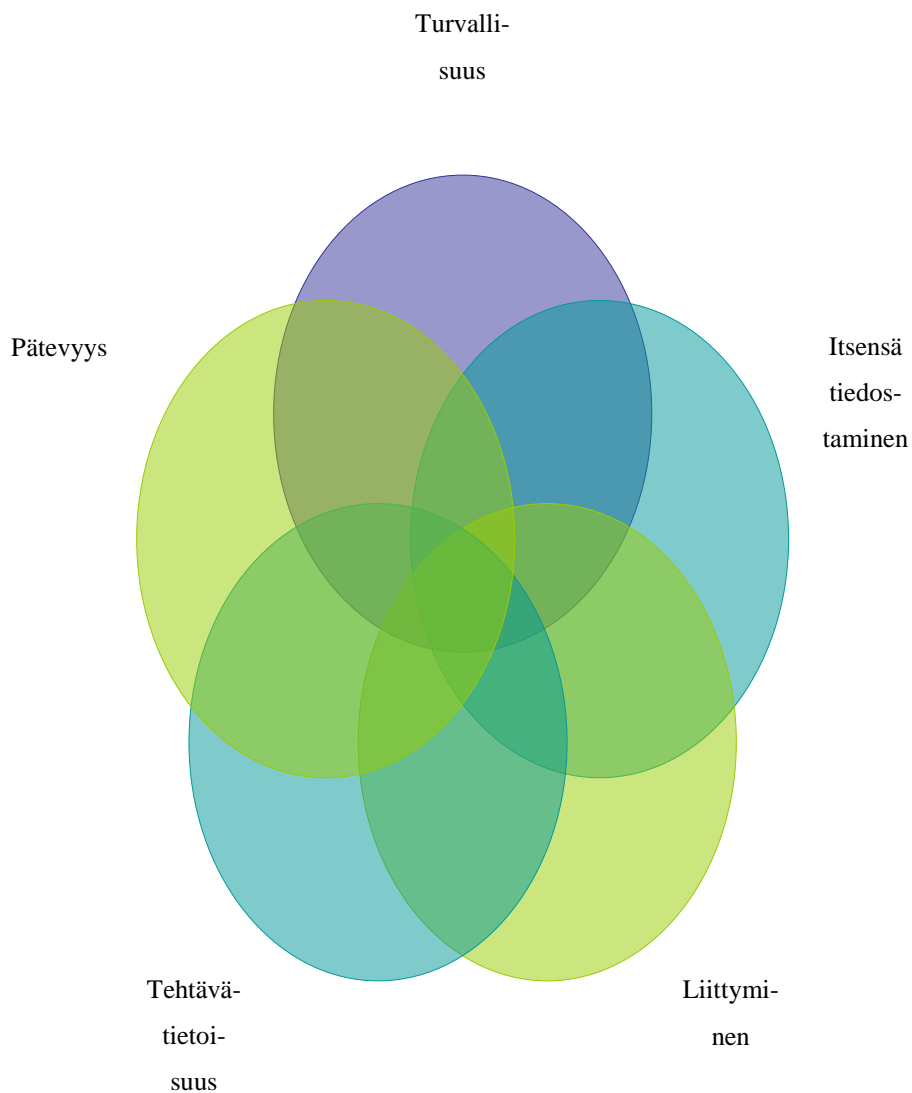
Ihmisen minäkäsitystä pidetään hänen tärkeimpänä ominaisuutenaan useasta syystä. Se määrää ihmisen käyttäytymistä, eli ihminen toimii sen mukaan millainen käsitys hänellä on omasta itsestään. Hän ei siis toimi todellisten kykyjensä ja ominaisuuksiensa mukaan. Minäkäsityksen avulla ihminen pysyy psyykkisesti tasapainoisena. Se pitää yllä sisäistä johdonmukaisuutta ajatusten ja havaintojen välillä, sillä perimmäisenä pyrkimyksenä on puolustaa ja vahvistaa sitä käsitystä, joka ihmisellä on itsestään. Minäkäsityksen avulla tulkitaan maailmaa eli annetaan kokemuksille merkityksiä. Se määrää pitkälti myös sitä, mitä odotuksia asetetaan tulevaisuudelle. (Aho 1996, 11-12)

Yksilön minäkäsitys koostuu useista erilaisista minäkäsityksen muodoista. Yleisminäkuvasta voidaan erottaa todellinen minäkäsitys, ihanneminäkäsitys sekä normatiivinen minäkäsitys. Todellinen minäkäsitys kuvaa sitä, millaisena ihminen näkee itsensä ja mitä ominaisuuksia hänellä omasta mielestään on. Ihanneminäkäsitys kuvaa sitä, millaiseksi ihminen haluaisi tulla. Tämä on sisäistä painetta, joka auttaa muuttumaan ja kehittymään. Normatiivinen minäkäsitys puolestaan tarkoittaa sitä, millaisena henkilö ajattelee muiden hänet näkevän ja mitä häneltä odottavan. Tämä taas on ulkopuolelta koettua painetta muuttua. Tasapainoisen ihmisen minäkäsitysten eri ulottuvuudet ovat samansuuntaisia, eikä suuria eroja niiden välillä ole havaittavissa. Toisaalta todellinen ja ihanneminäkäsitys eivät saa olla täysin samanlaisia, koska tällöin ihminen ei ole tasapainoinen vaan narsistinen. Nämä kaksi osa-aluetta kuitenkin eriytyvät asteittain vasta kehityksen myötä aina aikuisuuteen asti. (Aho 1996, 15-16)

Itsetunnosta ja sen osista voidaan muodostaa monia malleja, mutta mielestäni malli itsetunnosta viitenä alueena (Kuvio1), joita ovat turvallisuus, itsensä tiedostaminen, liittyminen, tehtävätietoisuus sekä pätevyys, sopii hyvin liikuntakasvatuksen toteut-

tamiseen ja sen ominaisuuksiin. Itsetunnon ulottuvuudet ovat osittain päällekkäisiä ja yhdessä ne muodostavat itsetunnon. Jos yksilöllä on ongelmia jollain näistä itsetunnon alueista, hänen itsetuntonsa ei voi olla vahva. (Laine 2005, 27)

Turvallisuus merkitsee sitä, että lapsen on hyvä olla ja hän tuntee sekä psyykkistä että fyysistä turvallisuuden tunnetta. Turvallisuus on luottamusta muihin ihmisiin. Itsensä tiedostaminen on lapsen tietoisuutta ja ylpeyttä omasta itsestään. Se kuvaa, kuinka hyvin lapsi tuntee ominaisuutensa ja yksilöllisyytensä. Liittyminen merkitsee yhteenkuuluvuuden tunnetta eli samaistumista johonkin ryhmään tai yhteisöön. Laajemmin liittyminen kuvaa lapsen sosiaalisia taitoja. Tehtävätietoisuus tai tavoitetietoisuus on vastuunottoa, kykyä ratkaista ongelmia ja tehdä aloitteita. Pätevyys tarkoittaa kokemuksia onnistumisesta, joiden seurauksena lapsi kokee osaavansa ja taitavansa asioita. Tällöin lapsi uskaltaa ottaa riskejä ja pystyy käsittelemään kokemiinsa pettymyksiä. (Laine 2005, 26-27)



Kuvio1. Itsetunnon malli (Aho & Heino 2000, 4, mukailtu Borban mallista)

2.2 Minäkäsityksen ja itsetunnon rakentuminen

Minäkäsitys kehittyy pitkäaikaisen oppimisen lopputuloksena eli se siis opitaan. Kun yksilö oppii lisää taitoja tai asioita, hän oppii samalla jotain uutta itsestään. Minäkäsitys syntyy vuorovaikutuksessa muiden kanssa, ja erityisesti toisilta saatu palaute on olennaista sen muodostumiselle. Minäkäsitykseen vaikuttavat lisäksi yksilön peritty temperamentti, kyky havainnoida toisten käyttäytymistä ja oma reaktio toisten käy-

tökseen. Kehitykseen vaikuttavat ennen kaikkea ihmiselle tärkeät toiset ihmiset, kuten vanhemmat, opettajat ja ystävät. (Aho 1996, 26-28)

Itsetietoisuus eli itsetunnon yksi osa-alue alkaa kehittyä jo hyvin varhaisessa vaiheessa, noin 1-2 vuoden iässä. Noin 3-vuotias lapsi puhuu itsestään minämuodossa. 3-4-vuotiaalla lapsella on jo itseluottamusta. Minäkäsityksen ajatellaan muodostuvan 5-7 vuoden iässä. Alemmuudentunteet ja itsearvostus tulevat kehitykseen vasta 7-11-vuotiaana. Kokoavasti voidaan sanoa minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymisen herkinä aikaa olevan ikävuodet 5-12 eli esikoulussa ja alakoulussa vietetty aika. (Aho 1996, 26-29)

Syitä on monia, miksi juuri tämän ikäisenä kehitys on nopeaa. Ensimmäkin tässä ikävaiheessa oleva lapsi pystyy jo arvioimaan itseään. Toiseksi lapsen elämänpiiri laajenee päiväkotiin ja kouluun mentäessä, ja näin hänelle tulee enemmän vertailukohteita. Kolmanneksi etenkin kouluaikana lapsi saa runsaasti järjestelmällistä palautetta käytöksestään ja toiminnastaan. Lisäksi tässä iässä lapsen suhteet päiväkodin ja koulun aikuisiin sekä kavereihin ovat tärkeitä. (Aho 1996, 26-29)

Zimmerin mukaan varhaislapsuudessa saatuja fyysisiä kokemuksia voidaan pitää lapsen identiteetin kehittymisen perustana. Lapsen itsetunto on lähes poikkeuksetta riippuvainen hänen fyysis-motorisista taidoistaan. Kehollisten kokemusten kautta lapsi rakentaa kuvaa ja käsitystä omasta itsestään. Lapsen muodostama käsitys itsestään pohjautuu hänen tekemilleen erilaisille havainnoille. Lapsi tekee havaintoja aistiensa ja kehonsa kautta, hän havainnoi oman käyttäytymisensä vaikutusta ympäristöön ja vertailee itseään toisiin. Lisäksi lapsi havainnoi muiden ihmisten käsitystä ja arviointia hänestä ja hänen ominaisuuksistaan. Esikouluikäisellä lapsella kehon koko ja voimakkuus määrittävät hyvin usein vertaisryhmän suhtautumista häneen, ja siten vaikuttavat myös lapsen minäkäsitykseen. Lapsen rakentama käsitys itsestään taas määrittää hänen itsetuntoaan positiiviseen tai negatiiviseen suuntaan. (Zimmer 2001, 20-25)

On tutkittu, että monilla liikuntaa harrastavilla lapsilla on jossain määrin muita positiivisempi itsetunto. Heillä on muita vahvempi sosiaalinen ja fyysinen minäkäsitys. Tämän ajatellaan johtuvan liikunnan luonteesta, jossa joutuu omalla kehollaan ilmai-

semaan itseään ja asettamaan itsensä alttiiksi mahdollisille epäonnistumisen kokemuksille. Tämä voi joillekin aiheuttaa turvattomuuden tunnetta, ja tällöin vaikutus minäkäsitykseen voi olla negatiivinen. Liikuntaharrastuksen vaikutus itsetuntoon on pojilla selvästi voimakkaampi kuin tytöillä. Pojilla fyysiset ominaisuudet näyttävät vaikuttavan tyttöjä enemmän suosioon ja yleensä kaverisuhteisiin. Liikuntaa harrastavilla pojilla on havaittu toisinaan jopa itsetunnon liiallista vahvistumista, joka johtaa ylimielisyyteen ja välinpitämättömyyteen muita kohtaan. Tytöillä sitä vastoin tällaista ei ole havaittu. (Aho 1996, 39-41)

Minäkäsityksen muodostumiselle olennaisia ovat siis varhaislapsuuden lähimpien vuorovaikutussuhteiden laatu ja näissä vuorovaikutussuhteissa saatu palaute omasta itsestä. Muodostunut minäkäsitys määrää pitkälti sitä, millainen itsetunto ihmisellä on. Päiväkoti-ikäisistä lapsista 5-6-vuotiaat ovat minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymisen kannalta herkimmissä vaiheessa. Esikoulun varhaiskasvatuksessa tulisi täten erityisen hyvin ottaa huomioon lapsen minuuden tukeminen sekä kiinnittää erityistä huomiota kasvattajan ja lapsen väliseen vuorovaikutukseen.

Liikuntakasvatus on päiväkodin varhaiskasvatuksen toimintamuodoista tämän tutkimusaiheen kannalta kaikkein tärkein, koska fyysiset kokemukset vaikuttavat perustavanlaatuisesti lapsen persoonallisuuden kehittymiseen ja hänen käsitykseen omasta itsestään.

3 MINÄKÄSITYKSEN JA ITSETUNNON TUKEMINEN

Tässä luvussa käsitellään lapsen minuuden, tarkemmin minäkäsityksen ja itsetunnon, tukemiseen liittyviä asioita. Koska kyseessä on sosiaalialan näkökulmasta lähevä tutkimus, tarkastellaan minuuden tukemista ensin sosiaalipedagogiikan kautta. Seuraavaksi käsitellään sitä, miten liikunta ja liikuntakasvattajan tietynlainen toiminta tukevat lapsen minuuden kehittymistä. Luvussa esitellään yleisesti käytetty itsetunnon viittä ulottuvuutta kuvaava malli.

Jotta kasvattaja voisi toimia lapsen minäkäsitystä ja itsetuntoa tukevalla tavalla, hänen on ymmärrettävä, mikä vaikuttaa ihmisen itsetuntoon ja hänen käsitykseen omasta itsestään. Hänen on lisäksi ymmärrettävä, miten hän aikuisena pystyy parhaiten tukemaan lapsen tervettä henkistä kehitystä.

3.1 Sosiaalipedagoginen näkökulma minuuden tukemiseen

Sosiaalipedagogiikka on sosiaalisen ja pedagogisen ulottuvuuden yhdistävä orientatio, joka pyrkii sosiaalisten ongelmien lievittämiseen ja ehkäisyyn kasvatuksellisin keinoin (Hämäläinen 1999, 66). Sosiaalipedagogiikka perustuu Hämäläisen mukaan sellaiseen ajattelutapaan, että asiat voisivat olla toisin - paremminkin. Siinä yhteiskunnallista todellisuutta arvotetaan tarkastellen muun muassa sitä, miten se mahdollistaa

- persoonallisuuden monipuolisen kehittymisen
- ihmisenä kasvamisen
- sosiaalisen identiteetin ja sosiaalisen toimintakyvyn rakentumisen
- osallisuuden ja osallistumisen
- elämänhallinnan ja subjektiivisuuden (toimijuuden) saavuttamisen

Eli yhteiskuntaa ja sen ilmiöitä tarkastellaan ennen kaikkea yksilön kasvumahdollisuuksien näkökulmasta. (Hämäläinen 1999, 60-61)

Tässä tutkimuksessa tarkastelen päiväkodin liikuntakasvatusta sosiaalipedagogiikan näkökulmasta. Toisin sanoen tarkastelen liikuntakasvatuksessa sitä, miten se mahdollistaa minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisen kautta lapsen persoonallisuuden tasapainoisen kehittymisen ja ihmisenä kasvamisen, sosiaalisen identiteetin kehittymisen, toimintaan ja päätöksiin osallistumisen sekä itsenäisyyden lisääntymisen. Tarkastelen päiväkodin liikuntakasvatusta lapsen henkisten kasvumahdollisuuksien näkökulmasta.

Hämäläisen mukaan sosiaalipedagogiikkaan sisältyy useita eri toimintaperiaatteita. Näitä periaatteita ovat esimerkiksi dialogisuus eli tasa-arvoisuus ja tasapuolisuus vuorovaikutussuhteissa, ihmisen kasvun kokonaisvaltainen tukeminen, toiminnallisuus ja osallistaminen. Korostetaan myös yhteisöön kuulumisen tärkeyttä ja yhteisön

kasvatuksellisia mahdollisuuksia. Yhteisöön kuulumisella katsotaan olevan olennainen merkitys ihmisen identiteetin ja persoonallisuuden kehittymiselle. (Hämäläinen 1999, 62-63)

Päiväkodissa lapsi on osa päiväkodin aikuisten ja toisten lasten muodostamaa yhteisöä. Lapsen vertaisryhmässä saamiin kokemuksiin ja hänen rooliinsa ryhmän jäsenenä sisältyy merkittäviä kasvatuksellisia mahdollisuuksia. Toisaalta sosiaalisessa kanssakäymisessä saadut huonot kokemukset ja vaikeudet ryhmään kuulumisessa vaikuttavat negatiivisesti minäkäsitykseen ja itsetuntoon.

Kun sosiaalipedagogisia periaatteita sovelletaan käytäntöön, syntyvät niistä sosiaalipedagogiset työmuodot. Työmuodoissa painottuu yhteisöllisyys, toiminnallisuus ja elämyksellisyys. Työn on tarkoitus olla vuorovaikutuksellisesti avointa ja joustavaa niin, että kaikilla osallistujilla on mahdollisuus vaikuttaa siihen. Lisäksi sosiaalipedagogisessa työssä painottuu luovuus ja luova toiminta. Luova toiminta auttaa ihmistä vahvistamaan itsetuntemustaan ja itsetuntoaan sekä kehittämään itseään. Luovan toiminnan käyttö pohjaa ajatukseen, että ihminen on luonnostaan luova ja elämyksiä etsivä olento. (Hämäläinen 1999, 62,67)

Kun sosiaalipedagogista työtä tarkastellaan laajasti, se ulottuu myös sinne, missä sosiaalisia ongelmia ja syrjäytymistä ei vielä ole tai niitä on vasta muodostumassa. Jotta syrjäytymistä ei edes pääsisi syntymään, perusteltua ja taloudellista on ennalta ehkäisyyn panostaminen. Suomalaisessa palvelujärjestelmässä, joka korostaa palvelujen tasa-arvoisuutta ja normalisuutta, sosiaalipedagoginen työ laajenee tarkoittamaan suuntautumista hyvinvoinnin ylläpitämiseen. Kun painotetaan ennalta ehkäisyä, se tarkoittaa sosiaalipedagogisen näkökulman sisällyttämistä kaikkeen kasvatustoimintaan. Lisäksi tällöin pitäisi syrjäytymisen ehkäisyn ja lievittämisen olla keskeinen tavoite lapsipolitiikassa. (Hämäläinen 1999, 74-75,78)

Päiväkodin varhaiskasvatuksen voidaan siis ajatella olevan lapsen ongelmia ennaltehkäisevää ja hyvinvointia ylläpitävää sosiaalipedagogista työtä. Täten päivähoidossa pyritään välillisesti ehkäisemään lasten mahdollista syrjäytymistä.

3.2 Liikunta ja liikuntakasvatus lapsen minuuden tukemisessa

Liikkumisella ja liikunnalla on merkittävä asema lapsen persoonallisuuden kokonaisvaltaisessa kehittämisessä. Lapsen persoonallisuus kehittyy vuorovaikutuksessa ympäristön ja lapsen synnynnäisen temperamentin välillä. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 14)

Yhtenä liikuntakasvatuksen tavoitteena on antaa lapselle valmiuksia oppia tuntemaan ja käsittelemään omaa itseään. Tarkemmin kuvailtuna tavoitteena on mahdollistaa lapsen tutustuminen omaan kehoonsa ja persoonaansa, edistää lapsen luottamusta omiin motorisiin kykyihinsä, edistää lapsen realistista itsearviointia sekä auttaa lasta säilyttämään ilo ja kiinnostus liikkumiseen. Näiden tavoitteiden täyttymisen edellytyksenä on, että liikuntakasvatus noudattaa tiettyjä suuntaviivoja, joita ovat:

1. Lapsilähtöisyys
 - lähtökohtana lapsen taidot ja kiinnostuksen kohteet
2. Avoimuus
 - toiminnan joustavuus muutoksille, tilannekohtaisten tapahtumien huomioon ottaminen
3. Vapaaehtoisuus
 - lapsi päättää itse osallistumisestaan, ohjaaja rohkaisee
4. Elämyksellisyys
 - tilaa lapsen mielikuvitukselle ja leikille
5. Päättämämahdollisuus
 - lapsi saa tehdä valintoja ohjaajan asettamien rajojen puitteissa
6. Omatoimisuus
 - lapsi tekee aloitteita ja oppii vastuunottoa tekemisistään. (Zimmer 2001, 120-124)

Edellä mainittujen suuntaviivojen toteuttamisen kautta lapselle tulisi antaa runsaasti mahdollisuuksia luoda käsitystä omasta kehostaan sekä sen osista ja asennoista, antaa mahdollisuuksia fyysisten tilojen, kuten väsymyksen, jännityksen ja rentoutuksen kokemiseen sekä omien fyysisten rajojensa kokemiseen. Lisäksi tulisi mahdollistaa lapsen luottamus omiin kykyihinsä sekä vahvistaa hänen käsitystään omista motori-

sista kyvyistään. Lapsen pitäisi saada tuntea, että liikkumalla ja kokeilemalla omat taidot paranevat. (Zimmer 2001, 124-125)

Aution (2005, 56-57) mukaan yhtenä lapsen oppimistavoitteena liikunnassa voidaan erottaa vuorovaikutukselliset ja tunne-elämän tavoitteet. Tämä merkitsee positiivisen minäkäsityksen ja itsetuntemuksen vahvistumista, omien vahvuuksien löytämistä, tunnetaitojen oppimista ja vuorovaikutustaitojen vahvistumista. Liikuntatuokion yhtenä pyrkimyksenä on antaa lapselle elämyksiä ja onnistumisen kokemuksia.

Varhaislapsuuden liikunnan tärkeimpiä tavoitteita on esimerkiksi mahdollistaa lapsen tutustuminen omaan kehoonsa ja sen hallintaan sekä antaa onnistumisen elämyksiä ja näin tukea positiivisen minäkuvan kehittymistä. Tärkeänä tavoitteena on myös kannustaa lasta luottamaan taitoihinsa, ilmaisemaan itseään ja kokeilemaan omia rajojaan. (Karvonen, Siren-Tiusanen & Vuorinen 2003, 96)

Varhaislapsuudessa liikunta on hyvin vahvasti yhteydessä leikkiin. Liikuntaleikit merkitsevät lapsille kehontuntemuksen ja itsetunnon vahvistumista. Liikuntaleikkien kautta lapsi voi ilmaista luovuuttaan ja hänen luonteenpiirteensä kehittyvät. (Karvonen ym. 2003, 137-139)

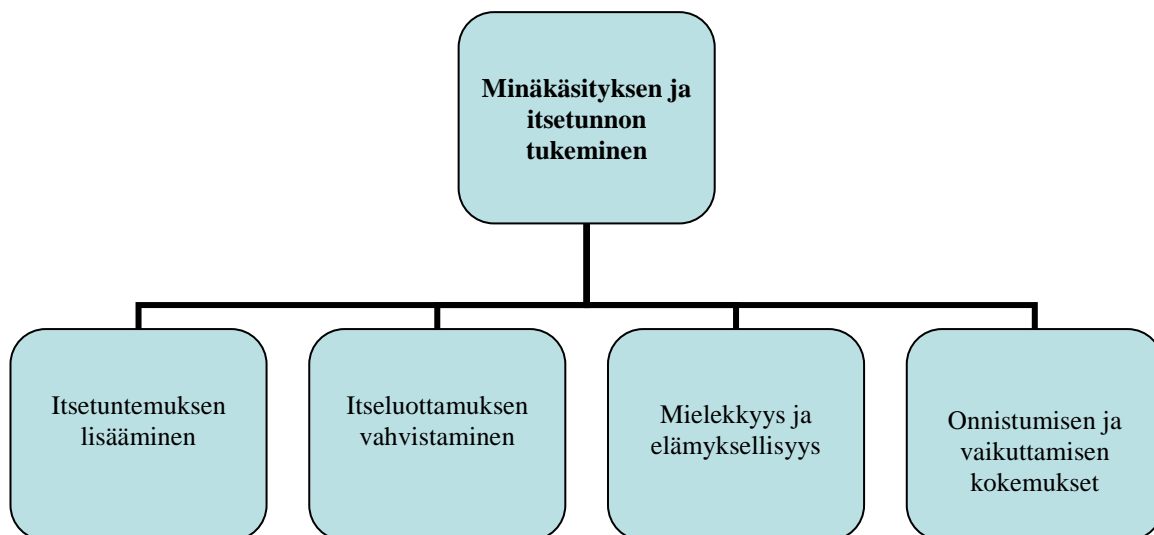
Liikuntakasvatuksessa lasten valmiudet oppia ja kehittyä näkyvät muun muassa persoonallisuuden kehityksenä, jossa keskeistä on käsitys omasta itsestä ja suhtautuminen itseen: millainen minä olen liikkujana, ja toisaalta millainen liikkuja haluaisin olla. Karvosen mukaan päiväkotikasvatus on liian suorituskeskeistä ja sivuun jäävät helposti muut tärkeät asiat, kuten toiminnan mielekkyys, elämyksellisyys, tunteiden kokeminen ja lapsen persoonallisuuden kehitys. (Karvonen ym. 2003, 33-34)

Psykomotoriikka on menetelmä, jota voidaan käyttää apuna liikuntakasvatuksessa, kun pyritään tukemaan lapsen minäkäsitystä ja itsetuntoa. Psykomotoriikan perimmäinen ajatus on, että monipuoliset liikunta- ja havaintokokemukset ovat perusta tasapainoiselle persoonan kehitykselle. Psykomotoriikka käsittää ihmisen kokonaisuudeksi. Se korostaa yhtä toiminnan aluetta eli liikkumista, mutta pyrkii tämän toiminnan avulla vaikuttamaan ihmisen koko persoonaan kehitysprosesseja käynnistäen ja tukien. Psykomotorisuus tarkoittaaakin psyykkisten ja motoristen tapahtumien koko-

naisuutta. Psykomotorisesti painottunut liikuntakasvatus antaa lapselle mahdollisuuden mielekkäisiin ja elämyksellisiin liikuntakokemuksiin. Lapsi nähdään yhtä tärkeänä kuin ohjaajakin, ja hän saa osallistua toiminnan ideointiin ja toteutukseen. (Zimmer 2001, 148-151)

Koljonen on tutkinut psykomotoriikan käyttöä lapsen itsetunnon tukemisessa. Hänen tutkimuksensa mukaan psykomotorinen harjaannuttaminen tukee liikunnanopetuksen tavoitetta lapsen myönteisen itsetunnon kehittämiseksi. Psykomotoriikan avulla kaikki, myös liikunnallisesti heikommät, saavat onnistumisen kokemuksia. Ensisijainen tavoite ei ole yksittäisten motoristen taitojen edistäminen. Psykomotorisessa harjaannuttamisessa korostuvat yhtä paljon ja tasapuolisesti niin perinteiset fyysismotoriset, kuin psyykkiset ja sosiaalisetkin tavoitteet. Hän suosittelee, että muun muassa päiväkotien liikunnan tulisi olla psykomotoriikkaan painottuvaa liikuntakasvatusta. (Koljonen 2000, 6,97) Zimmerin (2001, 149) mukaan psykomotoriikka voi toimia päiväkodissa lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen edistämisen perustana.

Olen tässä tarkastelemani teorian pohjalta laatinut kuvion (Kuvio 2), jossa esitetään tärkeimmät tavoitteet pienten lasten liikuntakasvatuksessa. Yhdeksi lasten liikuntakasvatuksen tärkeimmäksi tavoitteeksi nousee mielestäni positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukeminen. Lapsen persoonallisuuden kehitystä tuetaan kehontunte muksen ja laajemmin itsetuntemuksen vahvistamisella. Lisäksi kiinnitetään huomiota liikunnan mielekkyyteen, elämyksellisyyteen ja onnistumisen kokemuksiin. Tärkeänä pidetään myös lapsen itseluottamuksen lisäämistä ja lapsen kokemusta siitä, että hän voi vaikuttaa toisaalta omaan toimintaansa ja toisaalta toiminnan suunnitteluun.



Kuvio 2. Lasten liikuntakasvatuksen tärkeimmät tavoitteet.

Sosiaalipedagogisessa työssä painottuvat samankaltaiset tavoitteet kuin lasten liikuntakasvatuksessa. Sosiaalipedagogiikka painottaa persoonallisuuden kokonaisvaltaista tukemista, elämyksellisyyttä ja osallisuutta. Lisäksi yhtenä työmuotona on toiminnallisuus, johon liikunta pitkälti perustuu. Liikuntakasvatukseen voidaan siis katsoa sisältävän useita sosiaalipedagogisia elementtejä.

3.3 Liikuntakasvattajan toiminnan merkitys lapsen minuuden tukemisessa

Kysymykseen, minkälainen on ihanteellinen lastentarhanopettaja, ei ole yleispätevää vastausta. Mutta on olemassa lastentarhanopettajien asenteita, asennoitumisia ja menettelytapoja, jotka voivat vaikuttaa positiivisesti lapsen persoonallisuuden kehittymiseen. (Zimmer 2001, 141)

Koiviston (2007, 148) tekemän tutkimuksen mukaan, lapsen itsetunnon tukeminen alkaa kasvattajan tutkimusmatkasta omaan itseen. Tällä hän tarkoittaa sitä, että kasvattajan on ensin tutkittava omia ajatuksiaan ja toimintatapojaan suhteessa lapsen itsetunnon tukemisesta olemassa olevaan teoria- ja tutkimustietoon.

Tutkimusten mukaan lapsen itsetuntoon vaikuttaa paljon se tapa, jolla häntä kasvatetaan. Itsetunnoltaan vahvat lapset ovat saaneet osakseen aikuisen kannustusta ja rohkaisua. Heitä ei ole kasvatettu holhoten, mutta ei myöskään vapaan kasvatuksen mal-

lilla. Itsetunnon kannalta parhain tapa on kasvattaa lasta ohjaamalla häntä ja asettamalla rajat, mutta samalla myös antaa hänelle vastuuta ja lämpöä. (Aho 1996, 38-39)

Aikuisen rooli lapsen itsetunnon rakentumisessa vaikuttaa olevan erittäin tärkeä. Lähtökohtana on se, että aikuinen on aidosti kiinnostunut lapsesta. Hänen pitäisi tuntea ja tiedostaa itsetunnon merkitys ihmisen elämän kannalta. Aikuisen pitäisi myös olla valmis uhraamaan lapseen aikaa, pystyä reflektoimaan omaa toimintaansa sekä tarvittaessa muuttamaan omaa käytöstään. (Aho 1996, 48)

Joitakin yleisiä periaatteita voidaan nimetä, jotka auttavat aikuista toimimaan lapsen itsetuntoa tukevalla tavalla. Edellytyksenä itsetunnon tukemisessa, kuten kaikessa kasvatuksessa, on, että aikuinen tuntee lapsen, hänen kehitysvaiheensa ja lapselle sopivimman vuorovaikutuksen tavan. Ohjaamisen tulisi siis lähteä lapsen yksilöllisten piirteiden huomioimisesta. Aikuisen tulee luoda psykologisesti turvallista ilmapiiriä. Tämä merkitsee sitä, ettei lapsen tarvitse pelätä vähättelyä, hylkäämistä tai nöyryytystä, vaan hän voi olla oma itsensä ja kokea tulevansa hyväksytyksi sellaisena kuin on. Turvallinen ilmapiiri myös helpottaa ohjaamista, koska vain se saa ihmisen luopumaan puolustusmekanismeistaan. Kasvatustilanteessa aikuisen tulee olla enemmänkin lapsen apu, tuki ja auttaja, kuin kaikkitietävä vallankäyttäjä. Rankaisutilanteessa ja palautteen antamisessa pitäisi tehdä lapselle selväksi, että toimenpide kohdistuu lapsen käytökseen, eikä todellakaan hänen persoonaansa. Aikuinen hyväksyy lapsen, mutta ei hänen käyttäytymistään. (Aho 1996, 48-49)

Lisäksi kasvatuksen olisi hyvä olla toimintapainotteista, jolloin lapsi on aktiivisessa roolissa oppimisessaan ja hän saa enemmän onnistumisen kokemuksia. Lapsen arvo ei määräydy tällöin pelkän suorituksen pohjalta. Aikuisen toiminnassa olennaista on kiinnittää huomiota siihen, miten hän reagoi suoritusilanteisiin ja kuinka paljon odotuksia asettaa lapselle. Ohjaamisessa käytetään hyväksi lapsen kiinnostuksenkohteita. Lapsen aktiivista roolia voidaan lisätä esimerkiksi niin, että opetetaan lapselle itsearviointia. Tämä auttaa lasta ymmärtämään, että jokaisessa on jotain hyvää ja hän itse voi kontrolloida omaa toimintaansa ja elämäänsä, eikä ole aina riippuvainen aikuisen palautteesta. (Aho 1996, 49-50)

Jos aikuisella on itsellään vahva itsetunto, se heijastuu lapsen positiivisesti. Lapsi oppii aikuisen antamasta elämisen mallista, joka on empaattinen ja itseensä luottava. Tällainen tapa elää voidaan oppia vain roolimallin kautta. (Aho 1996, 50)

Lapsen riippumattomuutta ja itsenäisyyttä tulisi kasvatuksessa edistää. Aikuinen asettaa lapselle rajat, mutta samalla antaa hänelle vastuuta. Lapsi oppii tekemään päätöksiä itse ja kokee olevansa osaava ja hyvä, eli hänen pätevyudentunteensa vahvistuu. Vastuun kantaminen kasvattaa lasta riippumattomuuteen, joka on vahvan itsetunnon kulmakivi. Osana itsenäisyyden vahvistamista tulisi tukea lapsen kielellisiä taitoja ja vuorovaikutustaitoja. Aikuisella on myös mahdollisuus vaikuttaa lapsiryhmän keskinäisiin sosiaalisiin suhteisiin hyvinkin paljon. Vaikuttaminen on helpointa silloin, kun ryhmä on vasta muotoutumassa. (Aho 1996, 50-51)

Kuten aikaisemminkin on todettu, palautteella on suuri merkitys minäkäsityksen ja itsetunnon rakentumisessa. Oli minäkäsitys vahva tai heikko, palautetta ihminen tarvitsee aina psyykkisen hyvinvoinnin ylläpitämiseksi. Tehokas lapselle annettu palaute on konkreettista ja yksityiskohtaista, vain muutamasta asiasta kerrallaan. Palautetta on kahdenlaista: korjaavaa eli ei-toivottua käyttäytymistä karsivaa, sekä motivoivaa eli toivottua käytöstä vahvistavaa. Jos halutaan vahvistaa lapsen itsetuntoa, tulisi pääpainon olla motivoivassa palautteessa. Motivoiva palaute annetaan aina ennen korjaavaa palautetta, ja korjaavan palautteen jälkeen annetaan vielä motivoivaa palautetta uudestaan. Vakuuttava palaute on sellaista, joka annetaan seisten, katsekontaktilla ja niin, että ollaan lähellä lasta. Palautteen tulee olla oikeasti ansaittua ja säännöllistä, jotta se vaikuttaisi itsetuntoon. Tavoitteena palautteenannossa tulisi olla lapsen itsetuntemuksen lisääminen, jolloin hänelle kehittyy realistisen positiivinen minäkäsitys. (Aho 1996, 51-55)

Zimmerin (2001, 25,144) mukaan ohjaaja voi tukea lapsen itsetuntoa liikuntakasvatuksessa niin, että hän:

- antaa lapsen toimia aktiivisessa roolissa ja osittain itsenäisesti
- asettaa järkevät rajat joiden varassa lapsi toimii
- välittää lapselle tunteen siitä että uskoo lapsen kykyihin
- välttää vertailua toisiin lapsiin
- välttää tilanteita jossa lapsi on haluamattaan keskipisteenä

- porrastaa liikuntatehtävät niin että jokainen lapsi voi onnistua
- ei pakota tai edes painosta lasta tekemään, jos tämä on pelokas tai arka -> vaan antaa arkojenkin lasten kokea että he tekevät omia päätöksiä ja ovat aktiivisia (esim. lapsi voi valita eri vaikeusasteista haluamansa)
- ei nolaa lasta vaikka tämä käyttäytyisikin huonosti
- ottaa suojelukseensa lapsen, joka on ulkopuolinen tai muiden pilkkana

Myös Autio (2005, 92-93) on listannut tapoja, joilla ohjaaja voi auttaa lapsen itsetunnon myönteistä kehittymistä, ns. ohjaajan muistitaulun:

- auta lasta ryhmään kuulumisessa ja siihen sopeutumisessa
- suhtaudu lapseen hyväksyvästi ja auta lasta hyväksymään itsensä
- usko lapseen ja auta häntä uskomaan itseensä
- arvosta lasta ja auta häntä arvostamaan itseään
- anna lapselle mahdollisuus kokeilla omia kykyjä ja kokea osaavansa
- ole ”aktiivinen kuuntelija”
- anna jakamaton huomio, katso silmiin ja hymyile
- varmista kysymyksillä ohjeidesi ymmärtäminen ja että lapsi tietää mitä häneltä odotetaan
- opeta vertaamaan suoritusta vain omaan kehitykseen
- kiitä menestyksestä ja muistuta aikaisemmista onnistumisista
- huomioi yksilöllisyys ja anna lapsen ilmentää persoonallisuuttaan
- opeta ilmaisemaan ja käsittelemään tunteita
- ohjaa kohti omatoimisuutta ja itsenäisyyttä

Listassa mainittu ”aktiivinen kuuntelu” tarkoittaa sitä, että aikuinen ei ohjaa keskustelun kulkua, laita sanoja lapsen suuhun tai arvioi ja arvota kuulemaansa. Sitä vastoin aikuinen kuuntelee hiljaa, kommentoi kuulemaansa neutraalilla tai kannustavalla tavalla tai kommentoinnin sijaan tekee yhteenvetoja lapsen kertomasta. Lisäksi aikuinen varmistaa kysymyksillä, että on ymmärtänyt ja tulkinnut lapsen kertoman oikein. Keskustelu on aina vastavuoroista ja vaatii kuuntelutaitoa myös aikuiselta. (Vehkalahti 2007, 16-17)

Vehkalahti (2007, 5-7) on kirjassaan luetellut erilaisia vinkkejä ja toimintatapoja lasten itsetunnon vahvistamiseen esimerkiksi päivähoitossa. Tässä joitakin tapoja, joita ei ole vielä tullut esiin edellä:

- tue lapsia yhteisönä

- arvosta myös itseäsi ja ansaitse lapsen arvostus
- anna lapselle aikaa ja tilaa
- ole luotettava
- salli epätäydellisyys itsellesi ja lapselle
- tee yhteistyötä lapsen kanssa
- pidä hauskaa lapsen kanssa
- tutustu lapseen

Parhaiten lapsi hyötyy sellaisesta ohjaajasta, joka haluaa oppia yhdessä lasten kanssa ja joka saa lapset tuntemaan, että heidän kanssaan kannattaa olla (Zimmer 2001, 146). Keltikangas-Järvisen mukaan (1994, 242) lapsen itsetunnon kehittymistä voidaan loppujen lopuksi tukea aika yksinkertaisin keinoin. Lapsen itsetunto kasvaa jo siitä, että hänen kanssaan ollaan, häntä huomioidaan ja kuunnellaan, ja muistetaan ilmaista aina välillä kuinka hyvä ja kiva lapsi oikeastaan onkaan.

Tässä esitetyn teorian pohjalta lapsen positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisen kannalta tärkeimpiä kasvattajan toimintaan liittyviä seikkoja ovat kehityspsykologinen tietämys, lapsen yksilöllisten piirteiden tunteminen ja niiden huomioon ottaminen. Tärkeäksi koetaan ohjaava kasvatustyyli, jossa asetetaan rajat, mutta samalla tuetaan lapsen osallistumista ja itsenäisyyttä. Olennaista on myös turvallinen kasvatusilmapiiri ja lapsen käyttäytymiseen kohdistuva palaute.

3.4 Itsetunnon malli sovellettuna lapsen minuuden tukemiseen liikuntakasvatuksessa

Edellä esitettyä itsetunnon mallia (ks. kuvio1) voi mielestäni hyvin soveltaa lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa tukevan liikuntakasvatuksen toteuttamiseen. Mallissa itsetunnon alueita ovat turvallisuus, itsensä tiedostaminen, liittyminen, tehtävätietoisuus ja pätevyys. Jos varhaiskasvatustoiminnassa halutaan tukea lapsen itsetuntoa, on otettava huomioon jokainen itsetunnon alue ja pyrittävä tietoisesti tukemaan niitä kaikkia. Itsetunto voi olla vahva ainoastaan, jos kaikki itsetunnon alueet ovat vahvoja.

Turvallisuus on tärkein itsetunnon ulottuvuus. Se on edellytys muille itsetunnon alueille. Perusturvallisuus merkitsee hyvää oloa, toisiin luottamista ja toisten kunnioittamista ilman pelkoa vähättelystä tai pilkkaamisesta. (Laine 2005, 49)

Ajattelen, että turvallisuuden tukeminen voisi olla liikuntakasvatuksessa sekä fyysisen, psyykkisen että sosiaalisen turvallisuuden huomiointia. Fyysinen turvallisuus on lapsen kokemusta siitä, että hän voi liikkua turvallisesti ilman pelkoa loukkaantumisesta tai itsensä satuttamisesta. Psyykinen turvallisuus merkitsee, että lapsi kokee voivansa liikkua ja leikkiä positiivisessa ilmapiirissä. Lapsi saa sekä onnistua että epäonnistua. Hänen suorituksiaan ei vertailla toisten suorituksiin. Turvallisuus on myös sosiaalista turvallisuutta, jolloin lapsi kokee ryhmässä ja yhdessä liikkumisen turvallisiksi. Hänen ei tarvitse pelätä muiden pilkkaa tai nauramista.

Kasvattaja voi tukea lapsen turvallisuuden tunnetta:

- luomalla lapsen luottamuksellisen suhteen;
- olemalla aito, oikeudenmukainen ja rehellinen
- kohdistamalla lapsen realistisia odotuksia, ja kertomalla lapselle näistä odotuksista
- antamalla kielellistä ja ei-kielellistä palautetta, joka on tarkoituksenmukaista ja joka auttaa lasta ymmärtämään omaa käyttäytymistään
- kohdistamalla palautteen lapsen käyttäytymiseen, ei koskaan persoonaan
- asettamalla selvät rajat ja säännöt, jotka voivat kuitenkin olla joustavia ja jotka on sovittu yhdessä lasten kanssa
- luomalla myönteisen, hyväksyvän ja lämpimän ilmapiirin (Laine 2005, 50-51)

Itsensä tiedostaminen on toiseksi tärkein itsetunnon alue. Kun lapsi kokee turvallisuuden tunnetta ja luottamusta, hänen tietoisuus omasta itsestään voi kehittyä. Minän ja itsensä tiedostaminen merkitsee tietoisuutta omasta roolistaan ja omista ominaisuuksistaan, kuten esimerkiksi vahvuuksistaan. Itsensä tiedostaminen auttaa lasta hyödyntämään omia vahvuuksiaan ja luottamaan omiin kykyihinsä. (Laine 2005, 52)

Itsensä tiedostamisen tukeminen voisi olla liikuntakasvatuksessa lasten kehontuntemuksen lisäämistä ja kehonkuvan vahvistamista, joka sisältää kehon eri osien opettelua ja tunnistamista, kehon asentojen ja fyysisten tilojen havainnoimista. Se voisi olla

omien motoristen taitojen monipuolista kokeilua, jolloin lapsi oppii tuntemaan omia kykyjään. Lapsi tiedostaa, missä on hyvä, ja mikä vaatii harjoittelua.

Kasvattaja voi tukea lapsen tietoisuutta omasta itsestään:

- opettamalla lasta arvioimaan fyysisiä ja psyykkisiä ominaisuuksiaan sekä kiinnostuksenkohteitaan
- opettamalla lasta arvioimaan toisten ominaisuuksia (neutraalisti)
- auttamalla lasta havaitsemaan persoonallisuutensa ja yksilöllisyytensä, ja olemaan ylpeä itsestään
- opettamalla lapselle tunnetaitoja (Laine 2005, 52-53)

Liittyminen on itsetunnon kolmas ulottuvuus, ja tärkein sosiaalisessa kanssakäymisessä. Liittyminen merkitsee yhteenkuuluvuuden tunnetta ja samaistumista johonkin yhteisöön tai ryhmään. Liittyminen vaikuttaa myös siihen, miten lapsi suhtautuu muihin ihmisiin. (Laine 2005, 53)

Liittymisen tukeminen voisi ilmetä liikuntakasvatuksessa yhdessä liikkumisena ja toimimisena, niin että jokaista ryhmän jäsentä tarvitaan. Yhdessä liikkumisen avulla lapsi voi kokea muiden hyväksyntää ja yhteenkuuluvuutta. Liittymisen tukeminen voisi olla toisten lasten ominaisuuksien arviointia ja vertailua omiin ominaisuuksiin hyvässä hengessä, jonka avulla lapset oppivat tuntemaan toisiaan. Lisäksi voidaan verrata liikuntaharrastuksia, liikuntakokemuksia tai itselle mielekkäintä tapaa liikkua.

Kasvattaja voi tukea lapsen liittymistä:

- tukemalla lapsiryhmän yhteisöllisyyttä ja kiinteyttä
- varmistamalla, että jokainen lapsi kokee itsensä tarpeelliseksi ja hyväksytyksi ryhmän jäseneksi
- auttamalla lapsia tutustumaan toisiinsa ja tuntemaan toistensa ominaisuuksia
- opettamalla lapselle vuorovaikutustaitoja (Laine 2005, 53-54)

Tehtävätietoisuus eli tavoitetietoisuus on neljäs itsetunnon alue. Tehtävätietoisuus merkitsee itseohjautuvaa käyttäytymistä. Tällöin lapsi asettaa itselleen realistisia tavoitteita, tekee aloitteita ja ottaa vastuuta omasta toiminnastaan. Itseohjautuvasti toimiva lapsi on tekemisessään utelias, sitkeä ja yritteliäs. (Laine 2005, 54)

Tehtävätietoisuuden tukeminen liikuntakasvatuksessa voisi tarkoittaa lapsen rohkaisemista itsenäisyyteen ja omatoimisuuteen niin, että aikuinen on tarvittaessa auttamassa. Lasta kannustetaan uskomaan itseensä ja luottamaan omiin motorisiin kykyihinsä, jolloin hän jaksaa yrittää, vaikka välillä epäonnistuisikin. Mielestäni tehtävätietoisuuden tukemisessa on tärkeää, että kasvattaja ilmaisee selkeästi, mitä hän lapselta kulloinkin odottaa. Näin autetaan lasta asettamaan itselleen tavoitteita, joista hänen on mahdollista suoriutua heti tai pienen harjoittelun jälkeen.

Kasvattaja voi tukea lapsen tehtävätietoisuutta:

- opettamalla lapselle ongelmanratkaisutaitoja: päätöksentekoa, vaihtoehtojen havaitsemista ja ratkaisun seurausten ennakointia
- opettamalla lapselle itsearviointia: omien suoritusten ja käyttäytymisen arviointia sekä realistista suhtautumista itseän
- auttamalla lasta asettamaan itselleen realistisia tavoitteita (Laine 2005, 54-55)

Pätevyys on viides itsetunnon ulottuvuus. Pätevyyden tunne syntyy onnistumisen kokemuksista. Niiden kautta lapsi kokee itsensä arvokkaaksi ja taitavaksi. Päteväksi itsensä kokeva näkee epäonnistumiset haasteina ja tilaisuutena oppia. Pätevyyden tunteiden edellytyksenä on, että lapsi tuntee omat vahvuutensa ja heikkoutensa. (Laine 2005, 56)

Pätevyyden tukemiseen pyrkivä liikuntakasvatus huomioi mielestäni lasten yksilöllisyyden toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa, jolloin jokaiselle mahdollistetaan onnistumisen kokemukset. Suunnittelussa käytetään mahdollisesti apuna valmiita materiaaleja, jolloin varmistetaan, että liikuntakasvatus on lasten ikä- ja kehitystason mukaista sekä tarpeeksi monipuolista. Aikaa jää suunnitelman muokkaamiseen vastaamaan kyseisen lapsiryhmän taitotasoa. Autetaan lasta tunnistamaan omia taitojaan, esimerkiksi missä juuri hän on paras. Lapsen pätevyyden tunnetta voidaan mielestäni vahvistaa entisestään, kun kasvattaja antaa lapselle oikein ajoitettua ja ansaittua positiivista palautetta suorituksesta, ja osoittaa näin olevansa ylpeä lapsesta.

Kasvattaja voi tukea lapsen pätevyyden tunnetta:

- pohtimalla yhdessä lapsen kanssa hänen vahvuuksiaan ja heikkouksiaan eri alueilla
- pohtimalla lapsen kanssa, mihin heikkouksiin hän pystyy itse vaikuttamaan
- auttamalla lasta arvioimaan omia saavutuksiaan
- opettamalla lapselle itsensä kehumista ja kannustamista: ns. sisäistä itsensä vahvistamista (Laine 2005, 56-57)

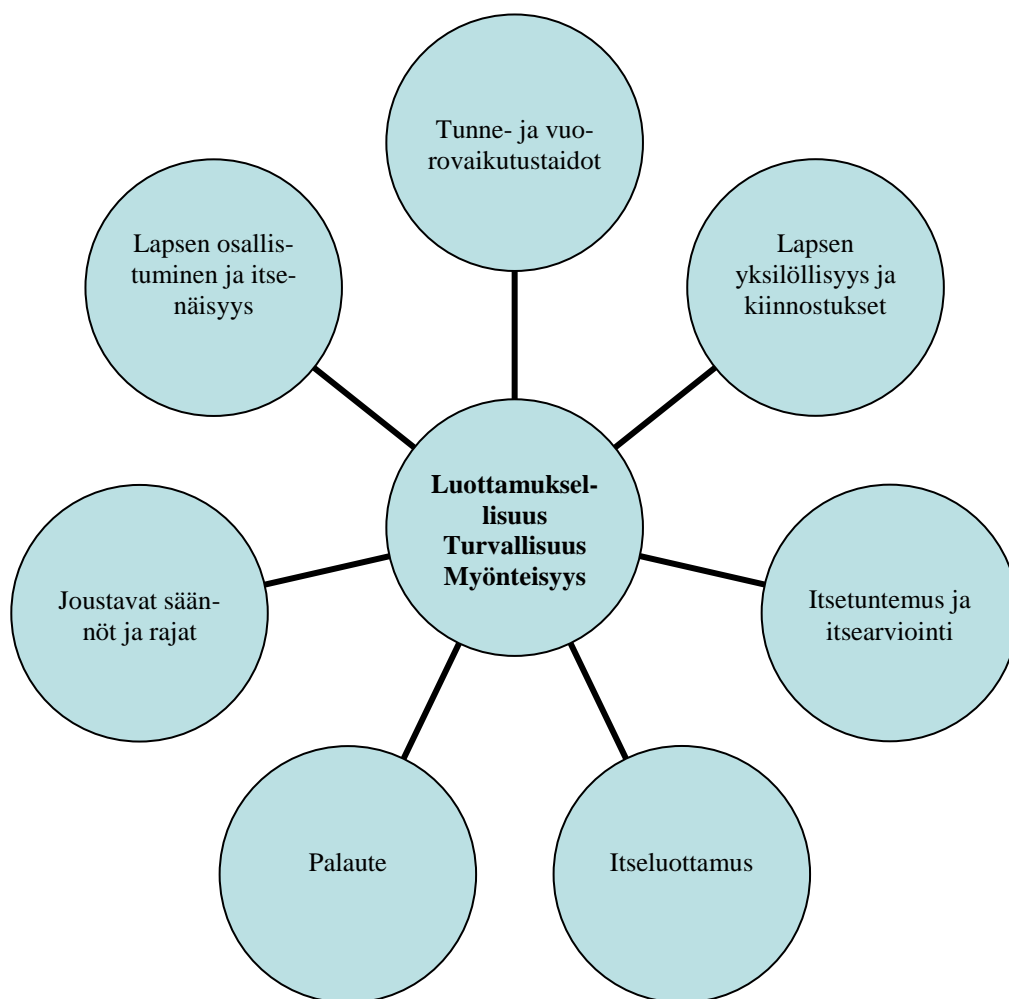
Kun itsetunnon mallia tarkastellaan kokonaisuutena, siinä korostetaan mielestäni erityisesti lapsen itsetuntemusta ja itsearviointia. Itsetuntemuksella tarkoitetaan sekä kehontuntemusta ja -hallintaa, motoristen kykyjen tuntemusta sekä psyykkisten ominaisuuksien tiedostamista. Painotetaan omien vahvuuksien ja heikkouksien tuntemisen tärkeyttä. Kasvattajan tehtävänä on pitkälti lapsen itsetuntemuksen ja itsensä tiedostamisen lisääminen. Kasvattajan tulee opettaa lapselle itsearviointia ja myös muiden ihmisten ominaisuuksien arviointia.

Vaikka itsetuntemus ja -arviointi korostuvat itsetunnon mallissa, sanotaan kuitenkin turvallisuuden olevan kaikkein merkittävin itsetunnon ulottuvuus, jolle kaikki muut ulottuvuudet perustuvat. Tällöin kasvattajan tärkein tehtävä itsetunnon ja minäkäsityksen kehittymisen kannalta olisi lapsen turvallisuuden tunteen tukeminen. Turvallisuuden tunteelle olennaisin asia on kasvattajan ja lapsen välinen luottamuksellinen suhde, jossa vallitsee hyväksyvä ja myönteinen ilmapiiri. Myös palautteen antaminen lapselle sekä joustavien rajojen ja sääntöjen asettaminen koetaan tärkeäksi.

Itsetunnon mallissa on mielestäni paljon yhteneväisyyksiä aiemmin esittämäni teoriatietoon. Itsetunnon mallin ja muun esitetyn teorian perusteella olen laatinut tärkeimpiä minäkäsityksen ja itsetunnon tukitoimia kuvaavan mallin. Tärkeimmät lapsen positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemiseen tähtäävät toimet ovat (Kuvio 3):

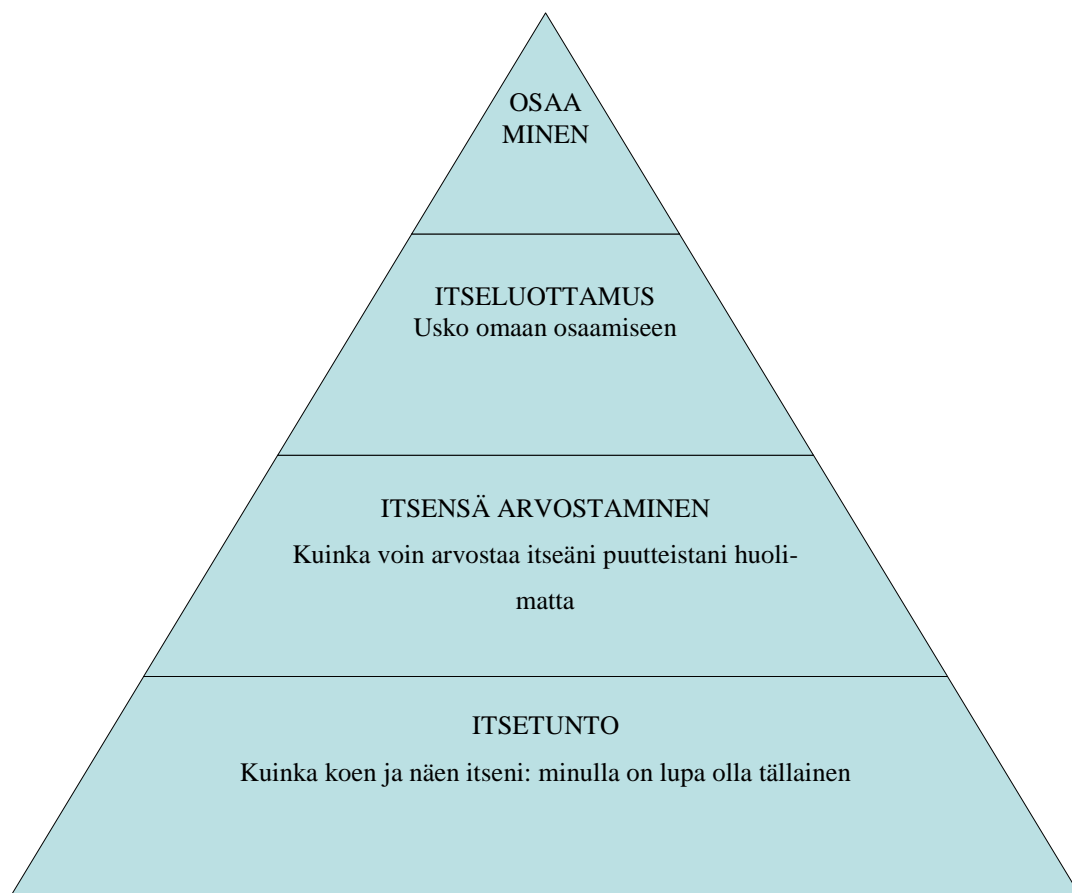
- luottamuksellisen suhteen ja myönteisen ja turvallisen ilmapiirin luominen
- lapsen yksilöllisyyden ja kiinnostuksenkohteiden huomioiminen
- lapsen itsetuntemuksen lisääminen ja itsearvioinnin opettaminen
- lapsen itseluottamuksen vahvistaminen
- palautteen antaminen
- joustavien rajojen ja sääntöjen asettaminen

- omatoimisuuteen, osallistumiseen ja itsenäisyyteen tukeminen sekä
- tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen



Kuvio 3. Tärkeimmät huomioitavat asiat kasvattajan pyrkiessä tukemaan lapsen myönteistä minäkäsitystä ja itsetuntoa.

Kun liikuntakasvatuksen suunnittelussa ja toteutuksessa otetaan huomioon lapsen positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukeminen, ja kun kasvattaja tietoisesti toimii lapsen persoonallisuuden tasapainoista kehitystä tukevalla tavalla, lapsi saa paremmat edellytykset terveeseen itsetuntoon, itsensä arvostamiseen ja itseensä luottamiseen. Kun lapsi arvostaa itseään ja luottaa itseensä, hän saa todennäköisimmin osaamisen ja onnistumisen kokemuksia (Kuvio 4). (Autio 2005, 94)



Kuvio 4. Itsetunnosta osaamiseen (mukailtu Autio 2005, 94).

4 PÄIVÄKODIN VARHAISKASVATUS LAPSEN KASVUN TUKIJANA

Tässä luvussa tarkastellaan päiväkodin toteuttamaa varhaiskasvatusta lapsen kokonaisvaltaisen kasvun ja kehityksen tukijana. Varhaiskasvatusta tarkastellaan sekä kasvatustoimintaa yleisellä tasolla määrittävien asiakirjojen valossa, että Porin kaupungin tasolla kaupungin omia päivähoiton asiakirjoja apuna käyttäen. Luvussa käsitellään myös varhaiskasvattajana toimimista ja olemista sekä varhaiskasvatuksen ympäristöä. Nämä kaikki asiakirjat ovat määrääviä tekijöitä siinä, mihin päivähoiton toiminnalla pyritään ja mitä sillä tavoitellaan. Ne ovat perusta kasvattajan työskentely- ja toimintatavoille.

4.1 Varhaiskasvatuksen tavoitteet ja päämäärät

Porin kaupungin päivähoiton suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin vaikuttavat merkittävästi kaikki päivähoiton järjestämistä koskevat lait ja asiakirjat. Niistä käy ilmi se, mitä ja miten tulisi tehdä. Toisaalta niistä voi tulkita sen, mitä ja miten ei saisi tehdä.

Tällaisia lakeja ja asiakirjoja ovat muun muassa YK:n Lapsen oikeuksien sopimus (1989), laki lasten päivähoitosta (36/1973), lastensuojelulaki (417/2007), Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton varhaiskasvatussuunnitelma 2006, Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton laatukäsikirja 2006, Pori 2012 –strategia sekä Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005. Koska lomakekyselyni koski 5-6-vuotiaiden liikuntakasvatusta päiväkodissa, kyseeseen tulevat myös Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2000 ja Porin kaupungin esiopetussuunnitelma 2009. Näitä kaikkia olen tarkastellut siinä valossa, miten niissä kiinnitetään huomiota lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen, lapsen hyvinvoinnin tai lapsen minäkäsityksen tai itsetunnon tukemiseen.

YK:n Lapsen oikeuksien sopimuksessa sanotaan, että esimerkiksi sosiaalihuollon toteuttamissa lapsia koskevissa toimissa on ensisijaisesti otettava huomioon lapsen etu. Lapselle on taattava hänen hyvinvointinsa kannalta välttämätön suojelu ja huolenpito. (YK:n Lapsen oikeuksien sopimus 1989, 7)

Varhaiskasvatus merkitsee kasvatuksellista vuorovaikutusta pienten lasten eri elämänpiireissä. Vuorovaikutuksen tulee olla suunnitelmallista ja tavoitteellista. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan varhaiskasvatuksessa tähdätään lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseen. Sen pohjimmaisena tavoitteena on pienten lasten tasapainoisen kasvun, kehityksen ja oppimisen edistäminen. Hyvinvoivan lapsen on mahdollista suunnata energiansa ja huomionsa ympäristöön, kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen. Käytännössä hyvinvointia edistetään niin, että lapsen terveyttä ja toimintakykyä vaalitaan ja hänen perustarpeistaan huolehditaan. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 11,15-16)

Laissa lasten päivähoidosta todetaan, että päivähoidon tavoitteena on edistää lapsen persoonan tasapainoista kehitystä. Päivähoidon tulee tarjota lämpimät ja turvalliset ihmissuhteet sekä lapsen kehitystä tukevaa toimintaa. Päivähoidossa tulee huomioida lapsen kehitystaso ja yksilölliset tarpeet. (L 19.1.1973/36, 2a§)

Päivähoitolaissa määritellään varhaiskasvatuksen kasvatustavoitteet, jotka kertovat mihin kasvatuksella pyritään. Kaikista seitsemästä kasvatustavoitteesta tärkeimpänä nähdään sosiaalinen kasvatustavoite, ja toiseksi tärkeimpänä nähdään lapsen tunne-elämän ja turvallisuuden tukeminen. Lapsen hyväksytyksi tuleminen tunne koetaan tärkeäksi. Yhtenä sosiaalisen kasvatuksen osatavoitteena on lapsen sosiaalisten taitojen tukeminen sekä yksin että lapsiryhmässä. Emotionaalisen kasvatuksen avulla pyritään kehittämään lapsen itsetuntoa sekä minäkäsitystä niin, että lapselle syntyisi myönteinen kuva itsestään. Lisäksi pyritään tukemaan tunteiden ilmaisemista ja hallintaa. (Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2009, 128-129)

Lastensuojelulaissa sanotaan, että kunnan viranomaisten on yhdessä edistettävä lasten hyvinvointia sekä ehkäistävä kasvuolojen epäkohtien syntymistä. Päivähoitoa järjestettäessä ja kehitettäessä on kiinnitettävä erityistä huomiota lasten tarpeisiin ja toiveisiin. Päivähoitossa voidaan lain mukaan toteuttaa ehkäisevää lastensuojelua silloin, kun lapsi ei ole lastensuojelun asiakkaana. Ehkäisevä lastensuojelu päivähoitossa merkitsee erityistä tukea, jolla turvataan ja edistetään lapsen kasvua, kehitystä ja hyvinvointia. (L 13.4.2007/417, 3§, 7§, 8§)

Ajattelen, että itsetunnon ja minäkäsityksen tukemiseen kiinnitettävä erityinen huomio varhaiskasvatustilanteissa, kuten liikuntakasvatuksessa, voisi olla tällaista erityistä tukea, jolla voitaisiin lisätä lapsen hyvinvointia.

Varhaiskasvatustoiminnassa toteutuvat arvot pohjautuvat kansainvälisiin lapsen oikeuksia määritteleviin asiakirjoihin ja säädöksiin. Suomalaisista asiakirjoista ja säädöksistä voidaan johtaa keskeiset varhaiskasvatuksen periaatteet. Näitä ovat muun muassa lapsen oikeus turvallisiin ihmissuhteisiin, turvattuun kasvuun ja kehitykseen sekä turvattuun ympäristöön, jossa hän voi toimia monipuolisesti. Lisäksi lapsella on oikeus tulla ymmärretyksi ja kuulluksi ikä- ja kehitystasonsa mukaisesti sekä oikeus saada tarvittaessa erityistä tukea. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 12)

Näiden periaatteiden lisäksi tärkeitä varhaiskasvatustoiminnan pilareita ovat ihmisenä kasvamisen kolme kasvatuspäämäärää. Ihmisenä kasvamisen kannalta olennaista on henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen ja siten lapsen yksilöllisyyden kunnioittaminen. Olennaista on myös vuorovaikutustaitojen vahvistaminen eli lapsen tulisi oppia ottamaan toiset huomioon ja välittämään toisista. Kolmanneksi itsenäisyyttä pyritään asteittain lisäämään eli lapsen tulisi oppia omatoimisuutta luottaen itseensä ja iloiten osaamisestaan. Kasvatuspäämäärien pitäisi olla toiminnassa tasapuolisia ja samalla tarpeeksi syvällisiä. Tästä huolehtivat kasvattajat. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 13)

Toiminnan järjestämisessä pyritään lapsen yksilöllisyyden huomioon ottamiseen vanhempien kanssa yhteistyössä laadittavan lapsen henkilökohtaisen varhaiskasvatussuunnitelman avulla. Se laaditaan myös jokaiselle Porin kaupungin päiväkodissa olevalle lapselle (Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton varhaiskasvatussuunnitelma 2006, 19; Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton laatukäsikirja 2006, 13). Suunnitelman toteutumista arvioidaan säännöllisin väliajoin. Suunnitelmassa huomioidaan lapsen kokemukset ja tarpeet, hänen mielenkiinnon kohteensa sekä vahvuutensa. Erityistä huomiota kiinnitetään lapsen kehitystä vahvistaviin positiivisiin asioihin. Suunnitelmaan kirjataan myös mahdolliset lapsen hyvinvointiin liittyvät huolet tai ongelmat. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 32-33)

Jos lapsi on erityisen tuen tarpeessa, suunnitelmaan liitetään lapsen yksilöllinen toiminta- ja kuntoutussuunnitelma, jossa määritellään tuen tarve ja sen järjestäminen. Tällaisen lapsen ympäristöä, fyysisen ohella psyykkistä ja kognitiivista, mukautetaan hänelle sopivaksi sekä kiinnitetään päivittäisessä kasvatustoiminnassa erityistä huomiota itsetunnon vahvistamiseen. Myös hyvää vuorovaikutusta ja ryhmätoimintaa käytetään kuntouttavana elementtinä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 36)

Erityisen tuen tarpeessa oleva lapsi saattaa esimerkiksi tarvita kasvulleen psyykkistä tai sosiaalista tukea. Esiopetuksen opetussuunnitelmassa mainitaan työskentelyn perustana erityisen tuen antamisessa olevan lapsen henkilökohtaiset tavoitteet, joilla tuetaan muun muassa hänen sosioemotionaalista kasvuaan. Yleisesti erityistä tukea

tarvitsevan lapsen varhaiskasvatuksessa on tuettava lapsen positiivisen minäkuvan ja terveen itsetunnon kehittymistä. On myös huolehdittava, että lapsi saa toimia ryhmässä tasavertaisena jäsenenä. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2000, 16-17)

Pori 2012 -strategiassa yhtenä arvona yksiköiden toiminnassa mainitaan asiakaslähtöisyys, jolla tarkoitetaan asiakkaiden ottamista huomioon yksilöinä. Yhdeksi kaupungin toiminnan strategiseksi painopisteeksi on asetettu lasten hyvinvointi ja oppiminen, jota tavoitellaan takaamalla lapsille terveellinen ja turvallinen ympäristö sekä ehkäisemällä syrjäytymistä. (Pori 2012 –strategia 2005, 3,11)

Porin kaupungin omassa varhaiskasvatussuunnitelmassa todetaan päivähoiton toiminta-ajatuksena olevan, että päivähoito huomioi lasten yksilölliset varhaiskasvatuksen, esiopetuksen sekä erityisen tuen tarpeet. Porin päivähoiton arvoja ovat asiakaslähtöisyys, avoimena ja rehellisenä vuorovaikutuksena ilmenevä luottamus, erilaisuuden hyväksyminen huomioimalla lapsen yksilölliset tarpeet sekä myönteisyys, jota toteutetaan luomalla kiireetön ja turvallinen ilmapiiri. Porin päivähoiton kasvatuspäämääriä ovat lapsen henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen, turvallinen ympäristö, jossa lapsi saa onnistua ja epäonnistua, itsenäisyyteen kannustaminen sekä yhdessä toimiminen. Omatoimisuus vahvistaa lapsen itsetuntoa ja yhdessä toimiminen kehittää lapsen sosiaalisia taitoja. (Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton varhaiskasvatussuunnitelma 2006, 9-11)

Esiopetuksen valtakunnallisen opetussuunnitelman mukaan esiopetuksen tavoitteena on edistää lapsen suotuisaa kasvua ja kehitystä. Esiopetuksessa tuetaan muun muassa lapsen psyykkistä, sosiaalista ja emotionaalista kehitystä sekä ehkäistään ongelmien ilmenemistä. Lasta ohjataan toiminnan avulla tunne-elämän terveyteen. Esiopetuksen yhtenä tavoitteena on, että lapsen positiivinen minäkäsitys vahvistuu. Myönteisten oppimiskokemusten ja osallistumisen mahdollisuuksien kautta vahvistetaan lapsen tervettä itsetuntoa. Näin lapselle luodaan edellytyksiä säilyttää oppimisen ilo ja innostus sekä kohdata uudet oppimishaasteet rohkeasti. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2000, 7-8,14)

Porin kaupungin omassa esiopetussuunnitelmassa todetaan lisäksi, että esiopetuksen lähtökohtana toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa on lapsen yksilöllisyys. Tämä toteutuu esimerkiksi niin, että lapselle laaditaan henkilökohtainen esiopetuksen suunnitelma. Esiopetuksen tehtävä on edistää lapsen itsenäistä, kriittistä ajattelua sekä vuorovaikutustaitoja. (Porin kaupungin esiopetussuunnitelma 2009, 1)

4.2 Kasvattaja varhaiskasvatuksessa

Tärkeänä voimavarana varhaiskasvatuksen toteuttamisessa on ammattitaitoinen henkilökunta. Laadukkaan varhaiskasvatuksen kannalta merkittävää on, että jokaisella ammattikasvattajalla on vankka ammatillinen osaaminen ja tietoisuus. Porin kaupungin strategiassa painotetaan myös ammattitaitoisen henkilöstön tärkeyttä pyrittäessä saavuttamaan toiminnalle asetetut tavoitteet (Pori 2012 –strategia 2005, 11). Lisäksi Porin päivähoiton laatukäsikirjassa korostetaan, että päivähoitossa tulee olla koulutettu ja aktiivisesti lasta huomioiva henkilökunta, joka pystyy luomaan lapselle psyykkisesti turvallisen kasvuympäristön (Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton laatukäsikirja 2006, 11).

Kasvattajan työssä tärkeäksi muodostuu oman ammatillisuuden tiedostaminen ja taustalla vaikuttavat arvot ja periaatteet. Eettinen tietoisuus ja ammatillisesti kestävät toimintaperiaatteet edellyttävät oman työn pohtimista ja arviointia. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 11,16) Kasvattajien tulee säännöllisesti arvioida ja pohdita omia työ- ja toimintatapojaan suhteessa lapsen kasvun tukemiseen (Porin kaupungin esiopetussuunnitelma 2009, 21). Kunkin yksittäisen työntekijän tulee sitoutua toimimaan yhteisesti sovittujen arvojen ja tavoitteiden mukaisesti (Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton laatukäsikirja 2006, 12).

Kasvattajan työssä tärkeä ominaisuus on sitoutuneisuuden ohella kyky reagoida ja vastata lapsen tunteisiin ja tarpeisiin. Tämä näkyy herkkyytenä lapsen emotionaalille hyvinvoinnille, eli kasvattaja kuuntelee lasta ja antaa lapselle mahdollisuuden tehdä aloitteita ja valintoja sekä ilmaista ajatuksiaan. Kasvattajat luovat päiväkotiyhteisössä hyvän ilmapiirin, joka edesauttaa lasten kokemusta osallisuudesta ja yhteenkuuluvuudesta. Kasvattajan tehtävänä on rohkaista lasta omatoimisuuteen ja sitä

kautta saamaan onnistumisen kokemuksia, mutta auttaa lasta tarvittaessa. Kasvattaja kunnioittaa lapsen kokemuksia ja mielipiteitä. Kaikissa varhaiskasvatustilanteissa tulee käyttää mahdollisimman hyvää ja selvää kieltä, sekä avata uusia käsitteitä lapsille. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 16-18,27)

Esiopetuksessa kasvattajan on lapsilähtöisyyden kannalta tärkeää toteuttaa ohjaavaa kasvatusta. Siinä aikuinen asettaa lapselle rajat. Lisäksi lapseen kohdistetaan vaatimuksia ja odotuksia. Esiopettaja tukee lapsen itsetietoisuutta oppimisensa suhteen ja auttaa lasta havaitsemaan, että hän pystyy itse vaikuttamaan omaan oppimiseensa ja onnistumiseensa. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2000, 9) Kasvattajan tulee edistää lapsen edellytyksiä itsearviointiin. Tämä tukee erityisesti lapsen minäkuvan kehittymistä. On tärkeää, että lapsi saa kuvailla omaa osaamistaan ja kehitystään sekä kokemuksiaan ja tunteitaan. (Porin kaupungin esiopetussuunnitelma 2009, 20)

4.3 Varhaiskasvatusympäristö

Varhaiskasvatusympäristö rakentuu psyykkisistä, sosiaalisista ja fyysisistä tekijöistä. Hyvä ympäristö on innostava, monipuolinen ja joustava, sekä turvallinen ottaen huomioon lasten hyvinvointiin liittyvät tekijät. Se kannustaa lasta toimimaan ja itsensä ilmaisemiseen monin eri tavoin. Hyvän varhaiskasvatusympäristön ilmapiiri on myönteinen. Oikeanlaisella suunnittelulla voidaan vaikuttaa kasvattajien ja lasten keskinäiseen vuorovaikutukseen luomalla tiloja, jotka kannustavat toimimaan pienryhmissä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 17-18)

Esiopetuksen kannalta oppimisympäristön ilmapiirin tulee olla iloinen, avoin, rohkeaseva ja kiireetön. Hyvä oppimisympäristö tukee monin tavoin lapsen turvallisuutta. Esimerkiksi oppimisympäristöön kuuluva lapsen ja kasvattajan välinen turvallinen vuorovaikutus edistää osaltaan lapsen kasvua. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2000, 9; Porin kaupungin esiopetussuunnitelma 2009, 18) Liikuntakasvatuksen näkökulmasta hyvä varhaiskasvatusympäristö on sellainen, joka vahvistaa lapsen halua liikkua, herättää lapsessa halun oppia ja innostaa lasta kehittämään itse-

ään. Ympäristön tulisi myös olla sopivasti haasteellinen ja muunneltava. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 23)

4.4 Pohdintaa varhaiskasvatuksesta lapsen minuuden tukijana

Kun tarkastelen päivähoidon varhaiskasvatusta, löytyy päivähoitoa määrittävistä laeista ja asiakirjoista runsaasti yhtäläisyyksiä minäkäsityksen ja itsetunnon tukemista koskevaan teoretietoon. On selvästi sanottu, että päivähoidon varhaiskasvatuksen yhtenä tavoitteena tai pyrkimyksenä on tukea lapsen myönteistä minäkäsitystä ja itsetuntoa. Joissakin asiakirjoissa tämä asia on ilmaistu laajemmin niin, että pyritään tukemaan lapsen tasapainoista tai kokonaisvaltaista kehitystä ja hyvinvointia, tai vastaavasti lapsen psyykkistä ja suotuisaa kasvua.

Asiakirjoissa mainitaan useita sellaisia tapoja tai toimia, jotka edellä esitetyn teorian mukaan parhaiten tukevat lapsen minäkäsitystä ja itsetuntoa. Erittäin runsaasti kiinnitetään huomiota turvalliseen ja myönteiseen kasvuympäristöön. Hyvän varhaiskasvatusympäristön kriteeri on lisäksi kannustavuus. Luottamuksellisuus koetaan tärkeäksi. Erittäin paljon huomioidaan lapsen yksilöllisyyttä, tarpeita, toiveita ja kiinnostuksenkohteita kasvatuksen lähtökohtana. Tärkeää tuntuu olevan myös lapsen osallistuminen sekä omatoimisuuden ja itsenäisyyden lisääminen. Huomiota kiinnitetään lapsen sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen kehittämiseen. Sosiaalinen kasvatus nähdään tärkeimpänä päivähoidon kasvatuksen tavoitteena.

Vähemmälle huomiolle asiakirjoissa jää mielestäni lapsen itsetuntemuksen, itsearviointin ja itseluottamuksen lisääminen. Kylläkin esiopetuksen yhtenä pyrkimyksenä sanotaan olevan lapsen itsetuntemuksen lisääminen ja itsearviointin opettaminen. Tämä on mielestäni yllättävää, sillä itsetunnon mallissa lapsen itsetuntemusta ja itsearviointia korostetaan paljon.

Kasvattajan ominaisuuksista koetaan tärkeäksi koulutuksen avulla saavutettu ammattitaitoisuus ja sitoutuminen työhön. Korostetaan kasvattajan tietoisuutta tekemistään valinnoista ja oman toimintatavan tarkastelua. Kasvattajan tehtävänä on pohjimmiltaan lapsen tarpeisiin vastaaminen ja hänen kehityksensä tukeminen eli myös lapsen

minäkäsityksen ja itsetunnon tukeminen. Kasvattajan tehtävä on luoda turvallinen ja myönteinen ilmapiiri, sekä huomioida lapsi ja antaa hänelle vaikuttamisen kokemuksia.

5 PÄIVÄKODIN LIIKUNTAKASVATUS OSANA VARHAISKASVATUSTA

Päiväkodin liikuntakasvatusta määrittävät kaikki yleisesti varhaiskasvatuksen toteuttamiseen liittyvät asiakirjat sekä erityisesti liikuntakasvatusta koskevat asiakirjat, kuten Sosiaali- ja terveysministeriön Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005. Tässä luvussa tarkastellaan päiväkodin liikuntakasvatuksen tavoitteita ja päämääriä ja varhaiskasvattajaa liikuntakasvatuksen toteuttajana. Lisäksi käsitellään esiopetuksen ja esiopetusikäisen lapsen liikuntakasvatuksen erityispiirteitä, koska kyselytutkimus koski nimenomaan 5-6-vuotiaiden liikuntakasvatusta. Tässä luvussa korostuu lapsen persoonallisuuden kehityksen, ja tarkemmin minuuden tukemisen näkökulma.

5.1 Päiväkodin liikuntakasvatuksen tavoitteet ja päämäärät

Zimmerin (2001, 103) mukaan päiväkodin kasvatuksella on voimakas vaikutus lapsen liikunnalliseen käyttäytymiseen ja siihen, miten hän asennoituu omaa kehoaan kohtaan. Tästä syystä on kiinnitettävä erityistä huomiota päiväkodin liikuntakasvatuksen sisältöön.

Päivähoitolaissa yhtenä varhaiskasvatuksen tavoitteena on fyysinen kasvatus, johon liikuntakasvatuksen toteuttaminen perustuu. Sen osatavoitteena on lapsen fyysisen ja motorisen kasvun ja kehityksen tukeminen. Muut varhaiskasvatuksen tavoitteet, kuten sosiaalinen ja emotionaalinen kasvatus, kuuluvat läpäisyperiaatteella kaikkeen varhaiskasvatustoimintaan, ja ovat myös osa liikuntakasvatuksen toteuttamista. (Järvinen ym. 2009, 128)

Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksissa (2005, 3, 14) kuvataan, kuinka lapsen kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja hyvinvointia pyritään tukemaan liikunnan avulla. Liikunta koostuu fyysisestä toiminnasta ja leikistä. Liikunnallisen toiminnan avulla lapsi oppii hahmottamaan omaa kehoaan, joka on perustana kehonkuvan syntymiselle. Hyvän kehonkuvan muodostuminen taas vaikuttaa keskeisesti positiivisen minäkuvan kehittymiseen. Vain myönteisen minäkuvan kautta lapselle voi kehittyä terve itsetunto.

Liikuntakasvatuksen tavoitteena on Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten mukaan toisaalta liikuntaan kasvattaminen ja toisaalta liikunnan avulla kasvattaminen. Lasta kasvatetaan liikuntaan, koska päivittäinen liikunta on lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen välttämätön edellytys. Liikunnan avulla voidaan tukea fyysisen kehityksen ohella lapsen psyykkistä, emotionaalista ja sosiaalista kehitystä. Päiväkodin liikuntakasvatuksen tulee olla luonteeltaan lapsilähtöistä, tavoitteellista ja monipuolista. Tavoitteellisessa liikuntakasvatuksessa oleellista on lasten liikkumisen havainnointi esimerkiksi lapsen suhtautumisessa itseensä. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 17, 24)

Suosituksissa todetaan myös, kuinka kasvattajan tulee luoda edellytyksiä lapsen minuuden kehittymiselle fyysisten kokemusten kautta. Lapselle tulisi antaa mahdollisimman paljon tilaisuuksia liikkua. Kasvattajan tulee antaa päivittäisissä hoitotilanteissa lapselle mahdollisuus harjoitella oman kehon hahmotusta ja hallintaa. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 15)

Jotta varhaiskasvatus tukisi hyvin lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä, tulee toiminnan lapsilähtöisyys varmistaa hyvällä suunnittelulla. Suunnitteluvaiheessa kiinnitetään huomiota siihen, miten varmistetaan myönteinen ja turvallinen toimintailmapiiiri. Liikuntakasvatuksen suunnittelussa huomioidaan myös lapsen mahdolliset viivästymät tai heikkoudet kehityksessä. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 16-21)

Kasvattaja käyttää vaihdellen erilaisia lasten ohjaamiseen soveltuvia tyynejä, kuten komentotyyliä, ongelmanratkaisutyyliä tai ohjattua oivaltamista. Kasvattajan ratkaisut vaikuttavat oleellisesti toiminnan ilmapiiriin. Kasvattajan ohjaustyylin tulee olla

sellaista, joka jättää tilaa lapsen omalle aktiivisuudelle, kuten havainnoinnille, tutkimiselle ja kokeilulle. Lapselle tulee varmistaa onnistumisen kokemukset tarvittaessa tehtäviä eriyttämällä. Lapsen itsehallinnan tunnetta tulee tukea antamalla lapsen osallistua toiminnan suunnitteluun ja säännöistä sopimiseen, sekä antamalla lapsen valita eri tehtävien väliltä. Kasvattajan tulee toiminnallaan rohkaista, kannustaa sekä ohjata lapsia yksilöllisesti. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 20–21, 24)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa ja Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteissa todetaan päivittäisen monipuolisen liikkumisen olevan lapsen hyvinvoinnin sekä tasapainoisen ja terveen kasvun perusta, ja liikunnallisen elämäntavan kehittymisen alkavan varhaisessa lapsuudessa. Liikkuminen on lapselle ilon kokemista ja tunteiden ilmaisua. Liikkumisen kautta lapsi tutustuu itseensä ja ympäristöönsä. Eriyisesti oman kehontuntemuksen ja sen hallinnan lisääntyminen ovat pohja terveelle itsetunnolle. Liikkuminen on lapselle yksi ominainen tapa toimia. Muita tapoja ovat leikkiminen, tutkiminen ja taiteellinen ilmaiseminen. Kun lapsi toimii hänelle luontaisella tavalla, se vahvistaa hänen hyvinvointiaan ja minäkäsitystään. Nämä toiminnan tavat otetaan huomioon varhaiskasvatuksen suunnittelussa ja toteutuksessa. Ne ohjaavat tapaa toimia lasten kanssa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 20, 22; Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2000, 14)

Lapselle ominaisten toiminnan tapojen voisi ajatella sisältyvän kaikki toisiinsa. Liikkuminen on pienten lasten kohdalla usein leikkimistä sekä oman itsen ja ympäristön tutkimista. Liikkuminen voi olla myös taiteellista kokemista ja ilmaisemista.

Yhteiskunnan muuttumisen myötä lasten liikkumattomuus on lisääntynyt ja sitä kautta liikuntakasvatuksen merkitys pienen lapsen kehitykselle ja kasvulle korostuu entisestään. Lasten liikunnan pitäisi olla monipuolista, osittain rasittavaa ja lapsen kehitystasolle sopivaa. Lamponen mukaan tärkein tavoite päiväkotikäisen lapsen liikunnassa on luoda mahdollisimman laadukkaat liikemallit lapsen keskushermostoon mahdollisimman monesta perusliikkeestä ja niiden yhdistelmästä. Tässä oleellisinta on liikkumisen määrä. (Lamponen 2005, 4)

Päivähoidon liikuntakasvatuksen opetussuunnitelmissa asetetaan monenlaisia tavoitteita, mutta itse liikkumisen tärkeyttä ei saisi unohtaa. Liikkumisen taitoja ei voi op-

pia liikkumatta. (Lamponen 2005, 11) Liikkumisen perustaitojen oppimisen kannalta herkkyysaikaa on juuri 0-6 vuoden ikä. (Lamponen 2005, 15) Lapsi oppii parhaiten ollessaan aktiivinen ja kiinnostunut, ja toimiessaan mielekkäällä tavalla hän saa todennäköisimmin onnistumisen kokemuksia. Esimerkiksi motorisen aktiivisuuden yhdistäminen opetukseen lisää lasten oppimismahdollisuuksia. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 18,23)

Päivähoidon liikuntakasvatusta tukee Nuori Suomi ry:n ja Suomen Voimisteluliitto SVoLi ry:n monen vuoden yhteistyössä syntynyt ohjelma. Liikuntaleikkikoulu on 3-6-vuotiaille lapsille kehitetty liikuntaohjelma, jonka päämääränä on pienten lasten liikuntamahdollisuuksien edistäminen. Liikuntaleikkikoulu-ohjelmaan kuuluu ohjaajakoulutus, valmis materiaali ja tuntimallit sekä tietynlainen toimintatapa. (Liikuntaleikkikoulu 2005)

Liikuntaleikkikoulu-ohjelmassa lähdetään liikkeelle lapsilähtöisestä ajattelutavasta: liikunta on lasta varten. Tärkeää on tukea jokaisen lapsen yksilöllistä kehittymistä hänen omista lähtökohdistaan. Ei huolehdi pelkästään lapsen fyysisestä ja motorisesta kehityksestä, myös yhteistyötaidot ja tunne-elämä koetaan tärkeiksi asioiksi. Lapsilähtöisyys tarkoittaa myös, että käännetään katse pois vanhempien lasten, nuorten ja aikuisten maailmaan kuuluvasta kilpailusta ja urheilulajien opettelusta. Lapsikeskeisellä lähestymistavalla pyritään takaamaan onnistumisen elämykset kaikille lapsille ja synnyttämään näin kipinä koko eliniän kestäväälle liikkumisen ilolle. (Liikuntaleikkikoulu 2005)

Liikuntaleikkikoulun oppimistavoitteet on jaettu liikunnallisiin, tiedollisiin sekä sosiaalis-affektiivisiin tavoitteisiin. Lapsen itsetunnon ja positiivisen minäkäsityksen tukemiseen liittyvillä sosiaalis-affektiivisilla tavoitteilla tarkoitetaan, että lapsi oppii luottamaan omaan kehoonsa ja uskaltaa kokeilla uutta. Lapsi uskaltaa koskea toista, toimia toisten kanssa yhteistyössä ja pyrkii noudattamaan sovittuja sääntöjä. Lapsi uskaltaa ilmaista tunteitaan ja oppii niiden hallintaa. Lapsi oppii kannustamaan toisia. Lapsi osaa ottaa vastuuta sekä oman että yhteisen tehtävän suorittamisessa. (Liikuntaleikkikoulu 2005)

Porin kaupungin päivähoidon liikuntakasvatusta tukee osaltaan vuonna 2004 käynnistynyt lasten ja nuorten liikuntaohjelma Porilainen liikuntatakuu. Siinä on korostettu päivähoitoikäisten liikunnan merkitystä lapsen kokonaisvaltaiselle kasvulle ja kehitykselle. (Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoidon varhaiskasvatussuunnitelma 2006, 17)

5.2 Liikuntakasvattaja varhaiskasvatuksessa

Kasvattajayhteisön tehtävänä on mahdollistaa lasten päivittäinen liikkuminen. Tämä tapahtuu luomalla liikkumaan innostava ympäristö, poistamalla liikkumiseen liittyviä esteitä, opastamalla turvalliseen liikkumiseen sekä kannustamalla lapsia liikkumaan. Lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen kannalta tärkeää on säännöllinen ohjattu liikunta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 22-23) Ohjatun liikunnan merkitys on antaa lapsille virikkeitä omaehtoiseen liikkumiseen, jolla tarkoitetaan toimintaa, johon lapsi ryhtyy ilman kehotusta ja ohjausta. (Lamponen 2005, 19)

Liikunnalla on merkitystä lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle, ja niin myös lapsen tunne- ja sosiaaliselle elämälle. Se, miten liikunta vaikuttaa tähän kehitysalueeseen, on riippuvaista ohjaajan luomista tavoitteista, työtavasta ja työskentelyn ilmapiiiristä. Lapsen tunne- ja sosiaalista kehitystä tukeva työtapa on lapsikeskeinen. Tämä merkitsee sitä, että lapsille annetaan tehtäviä ratkaistavaksi ja sen jälkeen myös palautetta. Itse oivaltaminen, osaaminen ja onnistuminen vaikuttavat positiivisesti lapsen itsetuntoon. Ohjaaja motivoi ja kannustaa lapsia yrittämään haastavampia juttuja, kuin mitä lapsi ennestään on osannut. Ei siis vertailla itseä toisiin, vaan omaa suoritusta aikaisempiin omiin suorituksiin. Jokainen saa olla oma itsensä, oli sitten hidas tai nopea. (Kataja 2005, 13-14)

Noin 3-6-vuotias lapsi alkaa erottaa jo oikeaa ja väärää, ja siksi aikuisen rehellisyys lapsen suhteen on tärkeää. Aikuisen ei pitäisi vaatia lapselta tiettyä käytöstä, jos hän ei ole kiinnostunut siitä, että lapsi myös käyttäytyy toivotulla tavalla. (Kataja 2005, 6-7)

Lasten sosiaaliset taidot ovat vasta kehittymässä. Näin ollen yhdessä toimittaessa on ohjaajan tehtävänä varmistaa, että kaikki saavat osallistua ja ovat täysivaltaisia ryhmän jäseniä. Ketään ei siis kiusata tai syrjitä. Kannustetaan olemaan hyvä vastustaja, johtaja ja ryhmän jäsen. Lisäksi lapsikeskeisesti toimiva ohjaaja antaa lapsille mahdollisuuden toimia kaverin kanssa, vaikka se ei aina sujuisikaan. Sosiaalisten taitojen harjoitteluun sisältyvät myös ristiriidat ja niiden selvittely luonnollisena ja elävään elämään kuuluvana osana. (Kataja 2005, 6-7,14)

Kasvattajayhteisön tulisi yhdessä pohtia liikunnan merkitystä lapselle. Tämä luo perustaa liikuntakasvatuksen toteuttamiselle ja liikuntamyönteiselle ilmapiirille (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 23). Lamponen mukaan tutkimuksissa on todettu lasten saavan päiväkodissa liian vähän ja liian yksipuolista liikuntaa. Tutkimustulosten pohjalta suositellaan, että päiväkodin henkilökunnan pitäisi rehellisesti ja avoimesti arvioida omaa työn tekemistään. Oman ohjauksen suhteen tulisi olla kriittinen, koska se on edellytyksenä muutokselle ja edistykselle. (Lamponen 2005, 6-7)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2005, 23) mukaan kasvattajien on tärkeää osata hyödyntää erilaisia opetustyyplejä. Liikuntaleikkikoulussa ohjaustavaksi suositellaan ohjattua oivaltamista, joka tukee lapsen oppimista ja antaa lapsen ajattelulle aikaa keksiä erilaisia liikkumisen tapoja. Keksimiseen ei silti saisi käyttää aikaa niin paljon, että lasten liikkumisaika oleellisesti vähenee. Ohjaajan tehtävänä on pitää huolta siitä, että jokainen lapsi saa tuokiossa liikkua koko ajan. Vain mielikuvitus on rajana pienten lasten liikunnan toteuttamisessa. (Lamponen 2005, 11)

Lasten liikunnallisen kehityksen edistämiseksi välttämättömin asia ei ole hienot tilat ja välineet, vaan liikuntamyönteinen ilmapiiri, joka kannustaa toimintaan ja kokeiluun. (Lamponen 2005, 16) Myönteinen ilmapiiri ei kuitenkaan tarkoita kaiken sallimista, vaan yhteisesti sovitut säännöt on silti hyvä olla. Sääntöjen tulee olla perusteltuja ja mietittyjä, jotta lasten liikkumista ei turhilla kielloilla rajoiteta. (Lamponen 2005, 20-21)

5.3 Esiopetuksen ja esiopetusikäisen lapsen liikuntakasvatus

Esiopetusikäinen lapsi toimii esiopetusryhmässä ja ryhmän jäsenyys tukee lapsen käsitystä omasta itsestään. Lapsi opettelee vastuun ottamista tekemällä valintoja ja pystyy jo tämän ikäisenä arvioimaan omaa toimintaansa. Esiopetuksessa lasta kannustetaan ilmaisemaan itseään monipuolisesti ja tuetaan lapsen aktiivisuutta. Esiopetuksen työskentelytavassa korostuu leikinomaisuus, jonka kautta lapsi tutustuu itseensä ja oppii sosiaalisia taitoja. Toiminnan suunnitteluun osallistetaan myös lapset. Kaikkeen esiopetuksen toimintaan sisältyvän eettisessä kasvatuksessa painotetaan itsetunnon kehittymistä sekä käsitellään rohkeutta ja omaa identiteettiä. (Porin kaupungin esiopetussuunnitelma 2009, 4-7,10)

Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteissa ja Porin kaupungin esiopetussuunnitelmassa todetaan toiminnan yksinä teemoina olevan terveys sekä fyysinen ja motorinen kehitys. Terveys merkitsee esimerkiksi lapsen psyykkisen ja sosiaalisen terveyden edistämistä. Fyysisen ja motorisen kehityksen sisältöalueella on tarkoitus vahvistaa osaltaan lapsen itsetuntoa, antaa myönteisiä kokemuksia ja tuottaa liikkumisen iloa. Liikuntatilanteissa lasta tuetaan toimimaan omatoimisesti, aloitteellisesti ja yhteistyössä muiden kanssa. Liikuntakasvatuksessa lähtökohtana on oman kehon hahmottaminen ja hallinta sekä sen osien tunnistaminen ja nimeäminen. Myös päiväkodin liikuntakasvatukselle tyypillinen leikinomaisuus ja leikin käyttö toiminnassa antaa lapselle mahdollisuuden tutustua itseensä. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2000, 14; Porin kaupungin esiopetussuunnitelman perusteet 2009, 12-14)

Ryhmässä toimimisen lisääntymisen kautta lapsi oppii yhteistyötä muiden kanssa. Yhteistyötaitojen oppiminen on tässä iässä tärkeää, joten liikunnassa pyritään ryhmäleikkeihin ja -tehtäviin. 5-6 -vuotias lapsi arvostaa kavereiden antamaa mallia ja mielipiteitä. Lapsi alkaa vertailla itseään toisiin, ja usein lasten välille syntyy tässä vaiheessa kilpailua esimerkiksi nopeudesta tai voimakkuudesta. Kaikki lapset eivät osaa vielä hävitä. Liikunnassa yritetään välttää kilpailua ja painottaa myös tämän vuoksi yhteistoiminnallisuutta. (Kataja 2005, 6-7)

Tässä ikävaiheessa tulisi käydä lasten kanssa läpi koko kehon näkyvät osat, niiden käsitteet ja liikkeet. Painopiste on perusliikkeiden harjoittelussa, joita voidaan ja tu-

lisikin muunnella ja monipuolistaa lapsen taitojen ja kehityksen mukaan. Opetellaan hallitsemaan omaa kehoa. Tästä edetään liikeyhdistelmiin ja -sarjoihin. Lasten annetaan käyttää mielikuvitustaan oman kehon liikuttamisessa ja yleisesti ottaen aktivoimaan lapsen omaa ajattelua. (Kataja 2005, 8-9)

Oman kehon hahmottamisen kautta lapsi oppii hahmottamaan myös sen, mitkä ovat juuri hänen omia havaintojaan, tunteitaan ja ajatuksiaan. Lapsi pystyy liikuttamaan kehoaan oman tahtonsa mukaan ja vaikuttamaan ympäristöönsä, jolloin hänen minäkäsityksensä kehittyy. Oman kehon tuntemus on arvokasta jo sinällään lapsen kehitykselle. (Kataja 2005, 14-15)

5.4 Pohdintaa liikuntakasvatuksesta lapsen minuuden tukijana

Tarkastelemieni varhaiskasvatuksen lakien ja asiakirjojen perusteella päiväkodin liikuntakasvatuksen yhtenä pyrkimyksenä on selvästi lapsen kokonaisvaltaisen kasvun, kehityksen ja hyvinvoinnin tukeminen. Liikuntakasvatukselle asetetaan fyysisten tavoitteiden ohella psyykkisiä, emotionaalisia ja sosiaalisia tavoitteita. Tavoitteena on tukea lapsen minuuden kehittymistä. Liikuntakasvatuksessa korostuu erityisesti lapsen itsetuntemuksen vahvistaminen kehontuntemusta ja –hallintaa lisäämällä. Lisäksi esiopetuksessa kiinnitetään huomiota itsetuntemukseen lapsen itsearviointilla ja omien ominaisuuksien tarkastelulla.

Päiväkodin liikuntakasvatuksen tulee päivähoitoa määrittävien asiakirjojen mukaan ensisijaisesti olla lapsilähtöistä. Lapsilähtöisyys merkitsee yksilöllisyyden ja erityiset tarpeet huomioivaa toimintaa, joka tarjoaa onnistumisen kokemuksia. Ilmapiirin tulee olla myönteinen, turvallinen ja kannustava. Lapsilähtöisyys tarkoittaa lapsen oman aktiivisuuden ja osallistumisen tukemista. Sosiaalisten taitojen opettelu ja ryhmään kuulumisen nähdään tärkeäksi osaksi päiväkodin liikuntakasvatusta. Toiminta on leikinomaista. Ajattelenkin, että leikinomaisuus on sitä, mikä tekee liikuntakasvatuksesta pienelle lapselle mielekästä ja elämyksellistä.

Kasvattajan tärkeäksi tehtäväksi nähdään lapsen liikkumisen mahdollistaminen. Kasvattaja raivaa esteitä pois lapsen liikkumisen tieltä ja eriyttää tarvittaessa toimintaa lapsen tarpeiden mukaisesti.

Aiemmin tässä tutkimuksessa mainitsin, että lasten liikuntakasvatuksen tärkeimpiä tavoitteita on lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukeminen. Keinoja, joilla tähän tavoitteeseen päästään, ovat lapsen itsetuntemuksen lisääminen, itseluottamuksen vahvistaminen, toiminnan mielekkyys ja elämyksellisyys sekä onnistumisen ja vaikuttamisen kokemukset. Näistä keinoista ainoastaan lapsen itseluottamuksen vahvistamiseen kiinnitetään niukasti huomiota osana päiväkodin liikuntakasvatusta. Kaikkia muita keinoja korostettiin toiminnassa runsaasti.

Mainitsin myös aiemmin tutkimuksen teoriaosuudessa niitä tapoja, joilla kasvattaja voi parhaiten tukea lapsen myönteistä minäkäsitystä ja itsetuntoa (ks. Kuvio 3). Päiväkodin liikuntakasvatuksessa korostetaan yksilöllisyyden huomiointia, itsetuntemusta ja itsearviointia, lapsen aktiivisuutta, vuorovaikutustaitoja sekä turvallista ja myönteistä ilmapiiriä. Lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisen tavoista sen sijaan itseluottamuksen vahvistamista ja palautteen antamisen tärkeyttä ei ole paljoakaan huomioitu varhaiskasvatuksen asiakirjoissa. Toisaalta kannustavan ilmapiirin painottamisen voisi tulkita sisältävän sen, että lasta pyritään kannustamaan antamalla positiivista palautetta hänen toiminnastaan. Palaute voi kuitenkin olla myös korjaavaa eli ei-toivottua käyttäytymistä karsivaa.

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

6.1 Tutkimuksen taustaa

Lapsen itsetunnon ja minäkäsityksen perusta rakennetaan jo varhaislapsuudessa. Päiväkodissa lapset viettävät ison osan päivästänsä, joten kasvattajan toiminnalla ja käytöksellä on merkitystä. Lapset peilaavat itseään aikuisten käytöksestä ja suhtautumisesta heihin, ja muodostavat tätä kautta käsitystä omasta itsestään. Lapset tarkastele-

vat myös muiden lasten ja ympäröivän yhteisön suhtautumista heihin, omaa paikkaansa päiväkodin lapsiryhmässä.

Ymmärrän hyvän itsetunnon ja positiivisen minäkäsityksen tarkoittavan sitä, että suhtautuu itseensä ja toisiin ihmisiin suopeasti ja myönteisesti, armollisestikin, luottaa omiin kykyihinsä ja uskaltaa olla oma itsensä. Lapsi kunnioittaa siis itseään ja toisia. Itsetunto ja minäkäsitys rakentuvat ja muodostuvat koko elämän ajan, ne voivat myös ajan tai tapahtumien myötä muuttua. Kuitenkin lapsuudessa ja nuoruudessa saadut kokemukset ja tehdyt havainnot ovat erityisen herkkiä viemään omaa käsitystä ja kuvaa itsestä positiiviseen tai negatiiviseen suuntaan.

Kasvattajan eli päiväkodissa työskentelevän aikuisen toiminnalla ja käytöksellä on lapsen hyvinvoinnin ja kasvun kannalta iso merkitys. Kasvattajalla on pienen lapsen suhteen suuri valta ja vastuu. Siksi jokaisen päiväkodissa työskentelevän kasvattajan tulisi olla tietoinen siitä, millainen toiminta on omiaan tukemaan lapsen itsetuntoa ja minäkäsityksen kehittymistä positiiviseen suuntaan. Tämän ymmärtäminen tarkoittaa myös tietoisuutta siitä, millainen aikuisen toiminta on lapselle pahasta.

Tulevana sosiaalialan ammattilaisena koen tämän olevan tärkeä aihe tutkittavaksi ja tiedostettavaksi. Minua kiinnostaa ensinnäkin se, pyritäänkö päiväkodin liikuntakasvatuksella ylipäätään tukemaan lapsen henkistä kasvua ja hyvinvointia, eli tarkemmin ilmaistuna hyvää itsetuntoa ja positiivisen minäkäsityksen kehittymistä. Toiseksi minua kiinnostaa, miten tämä tukeminen tapahtuu käytännössä, eli millaisella liikuntakasvatuksella voidaan tukea näitä lapsen kehityksen osa-alueita.

Lähtökohtana on se, että Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa 2005 ilmaistaan, kuinka päivähoidon varhaiskasvatuksen yhtenä tavoitteena ja myös liikuntakasvatuksen tavoitteena on lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen. Tähän voidaan tietenkin olettaa kuuluvaksi osana henkisen hyvinvoinnin edistäminen, johon taas itsetunnon ja minäkäsityksen kehittymisen tukeminen kuuluvat. Näin lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukeminen olisi yksi varhaiskasvatuksen ja varhaiskasvatukseen sisältyvän liikuntakasvatuksen tavoitteista. Itsetunnon ja minäkäsityksen tukemisen kannalta kasvattajan on olennaista tiedostaa, miksi tukeminen on tärkeää ja miten hän voi toimia parhaalla tavalla.

Nyky-yhteiskunnassa käydään jatkuvaa keskustelua ja pohdintaa lasten lisääntyvästä henkisestä pahoinvoinnista ja, erityisesti liikuntakasvatuksen ollessa kyseessä, liikkumattomuudesta ja liikunnasta syrjäytymisestä. Käytetäänkö siis niinkin kokonaisvaltaisesti lapseen vaikuttavan asian kuin liikunnan ja liikkumisen kaikki mahdollisuudet hyödyksi tukea lapsen hyvinvointia?

Liikunta on lapselle vahvasti elämyksellistä toimintaa. Lapsi käyttää ilolla koko kehoaan monipuolisesti, jos siihen annetaan mahdollisuus ja kannustetaan. Lapsi oppii valtavasti liikkumalla, sekä ympäröivästä maailmasta että omasta itsestään. Se on lapselle yksi perustavimmista ja luontevimmista kokemisen tavoista. Muita ovat leikkiminen, taiteellinen kokeminen ja ihmettely. Nämä kokemisen tavat nivoutuvat toisiinsa, eikä niitä voi erottaa. Liikkuminenkin voi olla leikkimistä, taiteen kokemista sekä ihmettelyä ja löytämistä.

Koska liikkuminen eli oman kehon käyttäminen on lapselle niin kokonaisvaltaista, siihen liittyvillä kokemuksilla on voima muokata lapsen minäkäsitystä ja itsetuntoa tavalla, joka on suhteellisen olennaista sille, millaiseksi lapsi myös myöhemmin itsensä kokee. Siispä liikuntakasvattaja voi oikeanlaisella toiminnalla auttaa lasta positiivisen itsetunnon ja minäkäsityksen saavuttamisessa, josta on perustavanlaatuisia hyötyä lapselle koko hänen elämänsä ajan. Oikein toimiminen edellyttää kasvattajalta motivaatiota, aitoa välittämistä lapsesta ja oman vastuunsa tiedostamista.

Jotta liikuntakasvatus tukisi myös lapsen henkistä kasvua, kasvattajan ei tarvitse edes nähdä hirveän paljon ylimääräistä vaivaa suunnittelun eteen. Valmiita materiaaleja ja suunnitelmia on liikuntakasvatukseen toteutukseen olemassa valtavat määrät. Nämä ovat lisäksi usein luotettavien asiantuntijoiden laatimia, käyttökelpoisia ja sovellettavia.

Valmiita suunnitelmia käyttämällä voidaan vapauttaa kasvattajan aikaa ja energiaa siihen, mikä on loppujen lopuksi liikuntakasvatuksessa sitä oleellisinta: jokaisen lapsen yksilöllinen huomioiminen niin, että jokainen saa taitojensa ja tasonsa mukaista ohjausta, ja jokaiselle lapselle varmistetaan näin onnistumisen kokemukset liikunnassa. (P. Pihlavisto, henkilökohtainen tiedonanto 26.8.2009)

Psykomotoriikan käyttöä liikuntakasvatuksessa, haluttaessa tukea lapsen itsetuntoa, on tutkittu jonkin verran (Koljonen 2000) ja saatu rohkaisevia ja positiivisia tuloksia. Psykomotoriikka tarjoaa mahdollisuuden onnistua lapselle, jolla on heikompi itseluottamus, vähemmän uskallusta ja ehkä vähemmän taitavuuttakin kuin muilla lapsiryhmän jäsenillä. Lapsen aktiivista roolia korostetaan ja häntä rohkaistaan kokeilemaan itse.

6.2 Tutkimusaiheen valinta

Oma opinnäytetyöprosessini alkoi tutkimusmenetelmäopintojen aikana, kun mahdollisia omia aiheita tai aihepiirejä alettiin ensimmäistä kertaa pohtia. Halusin tehdä opinnäytetyön nimenomaan itse kehittelemästäni aiheesta. Tuolloin nousi esiin monia kiinnostuksenkohteita: liikunnallisen lastentapahtuman järjestäminen, tutkimus tai selvitys Suomen sisäleikkipuistoista tai tutkimus lasten liikunnasta. Aihepiirinä esiin nousi selkeästi lapset ja liikunta. Tätä aihepiiriä halusin kehitellä eteenpäin.

Aihepiirin valinnan jälkeen piti pohtia kohderyhmää ja näkökulmaa tarkemmin, ottaen huomioon, että aihetta pitäisi lähestyä sosiaalialan ja mielellään myös sosiaalipedagogiikan näkökulmasta. Koska syrjäytymisen ehkäisy on aika olennaista sosiaalialalle ja sosiaalipedagogiikalle, aiheekseni muodostui pian *liikunta lasten syrjäytymisen ehkäisyssä*. Aihetta eteenpäin kehitellessäni huomasin kuitenkin pian, että se ei sellaisenaan ollut vielä tarpeeksi rajattu opinnäytetyön aihe. Myös ohjaaja oli samoilla linjoilla. Aihe tuntui tässä vaiheessa vaikealta ja monimutkaiselta.

Halusin ehdottomasti tutkia lasten liikuntaa päiväkodissa, koska kaikista sosionomin (AMK) mahdollisista työkentistä tämä kiinnostaa minua eniten. Havaitsin teoriaan tutustumisen kautta erityisen tärkeäksi ohjaajan ja kasvattajan roolin syrjäytymisen ehkäisyssä, eli kuinka merkityksellistä kasvattajan tietynlainen toiminta on lapsen terveille kehitykselle ja hyvinvoinnille. Seuraavaksi aiheekseni muotoutui *ohjaajan roolit päiväkodin liikuntakasvatuksessa*. Tämäkin aihe osoittautui liian laajaksi, koska en pystynyt tekemään siitä kyselylomaketta. En osannut määritellä tutkimustehtä-

viä, enkä osannut sanoa, mitä olisin kyselytutkimuksella pyrkinyt varsinaisesti selvittämään.

Tarvittiin siis lisää rajaamista. Valitsin yhden kasvattajan tärkeimmistä rooleista, jolla voidaan erittäin hyvin ehkäistä lasten mahdollista syrjäytymistä nuoruudessa ja aikuisuudessa: kasvattajan roolin lapsen itsetunnon ja minäkäsityksen tukemisessa. Lopullinen aiheeni oli *päiväkodin liikuntakasvatus lapsen positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisessa*.

Tutkimusaiheen päättämisen jälkeen laadin siitä tutkimussuunnitelman. Tutkimussuunnitelmassa kuvasin opinnäytetyön aiheen ja tutkimustehtävät, luetteloin keskeiset käsitteet, perustelin tutkimuksen tavoitteen ja tarpeellisuuden. Lisäksi kuvasin käytettävää aineistonhankintamenetelmää ja tutkimuksen aikataulua.

Halusin tehdä tutkimuksellisen opinnäytetyön, koska se tuntui ”omalta”. Tutkimuksellisessa työssä kiinnosti sen aikaan ja paikkaan sitomattomuus, ja myös itsenäisyys sekä vapaus tehdä työ niin kuin itse haluan. Halusin itsenäisen työskentelyn vuoksi tehdä työn yksin. Lisäksi minua innosti ajatus siitä, että saisin mahdollisuuden tutustua syvällisemmin johonkin itseäni kiinnostavaan ja ammatillisuuttani kehittävään aiheeseen tutkimuksen teon kautta.

6.3 Tutkimuksen tavoite ja tutkimustehtävät

Tutkimuksen päämääränä on tarkastella päiväkodin liikuntakasvatusta sosiaalialan ja sosiaalipedagogiikan näkökulmasta. Sosiaalialalle ja sosiaalipedagogiikalle ominaista on syrjäytymisen ehkäisy kasvatuksellisin keinoin. Syrjäytymisen ehkäisyssä tärkeää on varhainen puuttuminen ongelmiin ja ongelmien ennaltaehkäisy. Päiväkodin toiminnassa lapsen itsetunnon ja minäkäsityksen tukemiseen kiinnitettävän erityisen huomion voidaan ajatella olevan ennaltaehkäisyä parhaimmillaan. Minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisella voidaan tehokkaasti vaikuttaa lapsen kasvuun, kehitykseen sekä hyvinvointiin ja sitä kautta ehkäistä ongelmien syntymistä.

Se, millainen minäkäsitys ja itsetunto ihmisellä on, vaikuttaa hänen elämäänsä kaikissa ikävaiheissa ja kaikilla sen osa-alueilla. Kasvattajan oikeanlaisella toiminnalla on lapsen terveen minäkäsityksen ja itsetunnon rakentumiseen suuri vaikutus. Liikunta ja liikkuminen vaikuttavat lapsen kehitykseen kokonaisvaltaisesti, ja se on miinuuden tukemisen näkökulmasta yksi tärkeimmistä päiväkodin toimintatavoista.

Tutkimuksellani yritän selvittää seuraavaa eli tutkimustehtäväni ovat:

1. Pyritäänkö päiväkodin liikuntakasvatuksella tukemaan lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa?
2. Millainen liikuntakasvatus tukee lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa parhaiten?

Päätin tässä tutkimuksessa käyttää käsitteitä minäkäsitys ja itsetunto. Minäkäsityksestä puhutaan usein myös minäkuvana, joka on synonyymi minäkäsitykselle. Vaikka ne tarkoittavat samaa, minäkuva toi itselleni mieleen kehonkuvan, kun taas minäkäsitys toi mieleen laajemman näkemyksen ihmisen itsetuntemuksesta. Halusin tässä tutkimuksessa nimenomaan korostaa liikunnan vaikutusta lapsen psyykkiseen ja emotionaaliseen eli henkiseen kehitykseen, joten valitsin paremmin tätä tarkoitusta palvelevan käsitteen.

Olisin voinut käyttää pelkästään käsitettä minäkäsitys tai pelkästään käsitettä itsetunto. Päätin kuitenkin käyttää molempia, sillä ne tarkoittavat lähes samaa asiaa ja liittyvät kiinteästi toisiinsa. Lisäksi halusin lomakekyselyssä selvyuden vuoksi ilmaista tutkimani asian kahdella sanalla yhden sijaan.

6.4 Tutkimuksen kohdejoukko ja tutkimusmenetelmä

Tutkimukseni kohdejoukko muodostuu Porin kaupungin päiväkodeista. Tarkemmin kohdejoukko koostuu Porin kaupungin omien päiväkotien henkilökunnasta, joille kysely oli suunnattu koskien päiväkodin liikuntakasvatusta. Tutkimuksessani nähdään tärkeässä asemassa varhaiskasvattajat ja liikuntakasvattajat päiväkodin toiminnan toteuttajina ja lapsen kehityksen tukijoina. Tutkimuksen ulkopuolelle jäivät Po-

rin kaupungissa toimivat yksityiset päiväkodit, koska jo kaupungin omia päiväkoteja on niin runsaasti.

Aineistonkeruumenetelmäksi valitsin kvalitatiivisen lomakekyselyn, joka sopi mielestäni hyvin aiheeni tutkimiseen ja muutenkin oli itselleni mielekäs aineistonkeruumenetelmä sen aikaan ja paikkaan sitomattomuuden vuoksi. Kyselylomakkeessa oli päiväkotien taustatietoja koskevia kysymyksiä lukuun ottamatta ainoastaan avoimia kysymyksiä.

Avoimien kysymysten käyttö oli mielestäni tarkoituksenmukaista tässä lomakekyselyssä johtuen tutkimusaiheen luonteesta. Avointen kysymysten etuna on, että ne sallivat vastaajien ilmaista itseään omin sanoin. Koska avoimet kysymykset eivät ehdota vastauksia, ne antavat mahdollisuuden tunnistaa,

- mitä vastaajat tietävät kyseisestä aiheesta
- mikä on vastaajien ajattelussa keskeistä ja
- miten voimakkaita vastaajien aiheeseen liittyvät tunteet ovat. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 201)

Halusin niin laajan aineiston, kuin oli oman työmääräni kannalta vielä mielekästä kerätä, ja myös tästä syystä lomakekysely oli järkevin menetelmä. Päädyin lähettämään kyselylomakkeet (Liite1) kahteenkymmeneen (N=20) valitsemaani Porin kaupungin päiväkotiin. Porissa päiväkoteja on yhteensä yli kolmekymmentä.

Kvalitatiivinen lomakekysely ei ole laskennallista tietoa antava kysely. Kysymykset ovat usein avoimia. Ne antavat laajaa ja kuvailevaa tietoa tutkittavasta aiheesta. Kvalitatiivisen lomakekyselyn tuloksia ei ole yleensä mielekästä yrittää havainnollistaa graafisesti, kuten kuvaajan tai taulukon avulla. Kyselylomakkeen kysymysten laadinnassa on hyvä käyttää tarkoituksenmukaista ja täsmällistä kieltä. Lomakkeessa on tärkeää ulkoasun selkeys ja kohtuullinen vastausaika. (KvantiMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto)

Lomakekyselyn laatiminen osoittautui monimutkaisemmaksi kuin aluksi luulin. Oikeanlaisten kysymysten laatiminen ja niiden oikeanlainen muotoilu veivät aikaa. Oli varmistettava kysymysten ymmärrettävyys ja selkeys niin, että niissä oli mahdolli-

simman vähän tulkinnanvaraa. Oli tarkkaan pohdittava, saanko juuri näillä kysymyksillä vastauksen tutkimustehtäviini, vai pitäisikö kysyä vielä jotain muuta. Toisaalta kysely ei saanut olla liian pitkä. Jo kysymysten muotoiluvaiheessa oli mietittävä enakoivasti sitä, millaisia vastauksia mahdollisesti saisi, ja miten kyseisenlaiset vastaukset olisi mahdollista analysoida.

Myös kyselyn saatekirje piti laatia huolellisesti. Siihen oli sisällytettävä tutkimusaiheestani johtuen myös selvennystä siitä, mitä tarkoitan lapsen hyvällä itsetunnolla ja positiivisella minäkäsityksellä. Itsetunnosta ja minäkuvasta on erilaisia teorioita ja ne voidaan käsitteinä määritellä eri tavoin, joten arvelin, että kyseisiä sanoja voivat eri ihmiset tulkita hieman erilailla. Piti siis ottaa huomioon tulkinnan subjektiivisuus.

Teoriaan tutustuminen auttoi paljon kysymysten laatimisessa. Lomakekyselyni koski 5-6-vuotiaiden liikuntakasvatusta, koska tässä ikävaiheessa minäkäsityksen ja itsetunnon rakentumisen herkkyyskausi on aluillaan. Herkkyyskauden aikana saadut kokemukset ja tehdyt havainnot ovat merkitsevempiä kehitykselle, kuin muuna aikana tapahtuneet. Tämän ikäiset käyvät myös useimmiten esikoulua, jossa varhaiskasvatus, kuten myös liikuntakasvatus, on hieman suunnitellumpaa ja tavoitteellisempaa kuin muussa varhaiskasvatuksessa. Näiden tietojen perusteella tein oletuksen, että todennäköisimmin päiväkodin liikuntakasvatuksessa kiinnitettäisiin huomiota minäkäsityksen ja itsetunnon tukemiseen juuri 5-6-vuotiaiden kohdalla.

Tutkimuksen toteuttamista varten otin kesällä 2009 yhteyttä Porin kaupungin vapaa-aikaviraston liikunnanohjaajaan Pasi Pihlavistoon. Kävin hänen kanssaan keskustelemassa siitä, mitä asioita hän pitäisi tärkeänä tutkia päiväkotien liikuntakasvatukseen liittyen, sekä miten kysely tulisi hänen mielestään toteuttaa. Hän kannatti lomakekyselyn käyttöä tutkimusmenetelmänä. Keskustelumme johdosta päädyin suuntaamaan kyselyni esikouluikäisten liikuntakasvatukseen teorian antamien suuntaviivojen ohella myös yksinkertaisesti vastaamisen helpottamiseksi. Lisäksi päädyin kohdistamaan kyselyn päiväkodin johtajalle ja liikuntakasvatuksesta vastaavalle lastentarhanopettajalle. Tarkoituksena oli, että he täyttäisivät kyselyn yhteistyössä.

Lomakkeeni kysymykset koskivat päiväkotien taustatietoja, päiväkotien liikuntakasvatuksen tavoitteita ja arvoja sekä päiväkotien liikuntakasvatusta lapsen minäkäsi-

tyksen ja itsetunnon tukemisen näkökulmasta. Taustatietokysymyksillä selvitin päiväkotien sijaintialuetta, lapsilukumäärää, liikunnallista painotusta, henkilökunnan liikuntakoulutusta ja valmiiden liikuntamateriaalien käyttöä. Näiden kaikkien asioiden koin olevan tekijöitä, jotka vaikuttavat kunkin päiväkodin mahdollisuuksiin toteuttaa laadukasta ja lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen huomioivaa liikuntakasvatusta.

Päiväkotien liikuntakasvatusta koskevilla kysymyksillä selvitin liikuntakasvatuksen tavoitetta ja sitä, mitä liikuntakasvatuksessa ja liikuntakasvattajan toiminnassa pidetään tärkeänä. Päiväkotien omat liikuntakasvatuksen tavoitteet ja arvostuksen kohteet ovat hyvin tärkeitä liikuntakasvatusta määrittäviä seikkoja. Tavoitteiden ja arvojen pohjalta toimintaa suunnitellaan, toteutetaan ja arvioidaan.

Tutkimustehtävieni selvittämistä varten halusin myös tietää, millaisiksi mahdollisuudet vaikuttaa liikuntakasvatuksella lapsen minäkäsitykseen ja itsetuntoon koetaan, sekä pyritäänkö päiväkodissa tietoisesti liikuntakasvatuksella tukemaan näitä osa-alueita. Olin kiinnostunut siitä, millaisen liikuntakasvatuksen ajatellaan tukevan lapsen minuutta, sekä kuinka merkitykselliseksi kasvattajan toiminta koetaan lapsen positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymiselle. Lisäksi selvitin sitä, kuinka hyvin tiedostetaan mahdollisuutta liikuntakasvatuksella tukea lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymistä toisaalta oman päiväkodin liikuntakasvatuksessa, ja toisaalta lasten liikuntakasvatuksessa yleensä.

6.5 Tutkimusaineiston keruu

Ennen varsinaisen tutkimusaineiston keräämistä suoritin kyselylomakkeen esitestauksen neljälle päiväkodille. Takaisin sain ainoastaan yhden kyselylomakkeen. Tämän vastauksen perusteella en tehnyt kyselylomakkeeseen mitään muutoksia. Olin hienon yllättyneenä vain yhdestä vastauksesta ja päätinkin sen seurauksena lähettää varsinaisen kyselyn kahteenkymmeneen päiväkotiin olettaen, etteivät ne kaikki ehkä palautuisi. Lopullinen aineistoni eli takaisin saatujen vastausten määrä olikin kolmeitoista ($n=13$) ja siten vastausprosentti oli 65. Tähän olin erittäin tyytyväinen. Jos

kaikki kaksikymmentä kyselyä olisivat palautuneet, olisi se tuntunut jo liian suurelta aineistolta sen työstämistä ja käsittelyä ajatellen.

Keräsin tutkimusaineistoni syksyllä 2009. Olin jo kesällä 2009 ottanut yhteyttä Porin kaupungin päivähoiton ja varhaiskasvatuksen johtajaan Ritva Välimäkeen, jonka kanssa keskustelin ja sovin tutkimuksen toteuttamisesta. Anoin elokuussa kirjallisesti häneltä lupaa tutkimuksen toteuttamiseen, ja sain tutkimusluvan (Liite 2) elokuun lopulla. Koska tutkimuksessani oli mukana Porin kaupungin päivähoito, oli tehtävä opinnäytetyösopimus (Liite 3). Sopimus opinnäytetyön toteuttamisesta tehtiin syyskuussa itseni, Satakunnan ammattikorkeakoulun ja Porin kaupungin päivähoiton kesken. Olin liittänyt tutkimussuunnitelman sopimuksen liitteeksi.

Alkusyksyllä Ritva Välimäki tiedotti sähköpostitse kaikkia kaupungin omia päiväkotiteja tulevasta tutkimuksesta. Tämä helpotti minua päiväkotien lähestymisessä myöhemmin syksyllä. Lähetin kyselylomakkeet päiväkoteihin lokakuussa ja vastausaikaa annoin kolme viikkoa. Lähetin lomakkeet sähköpostitse päiväkotien omiin sähköpostiosoitteisiin.

Sähköinen kysely oli Ritva Välimäen ehdotus ja mielestäni se vaikutti käytännölliseltä tavalta toteuttaa kysely. Lomakkeet oli tarkoitus myös palauttaa sähköisesti omaan sähköpostiosoitteeseeni. Vaihtoehtona ilmaisain saatekirjeessä, että halutessaan täyttää kyselyn käsin kirjoittamalla, olisin valmis myös noutamaan kyselyn päiväkodista. Noin kaksi kolmasosaa vastauksista palautettiin sähköpostitse ja noin yksi kolmasosa palautettiin lopulta perinteisenä postina kotiini.

6.6 Tutkimusaineiston käsittely ja analysointi

Kyselylomakkeen kysymysten avoimesta muodosta johtuen en käyttänyt aineiston käsittelyssä mitään tilastointi-ohjelmaa, kuten Tixeliä. Luin jokaisen kyselylomakkeen heti sen palaututtua. Kun havaitsin, ettei vastauksia varmaankaan enää palaudu enempää jonkin aikaa palautuspäivämäärän umpeuduttua, keräsin Word-ohjelmaa apuna käyttäen kaikki yhden kysymyksen vastaukset kyseisen kysymyksen yhteyteen. Näin jaottelin kaikki kysymykset, jotka olivat kyselylomakkeessa.

Jaottelun jälkeen kävin nopeasti silmäilemällä läpi yhteen kootut vastaukset saadakseni niistä jonkin käsityksen. Tässä vaiheessa huomasin, että vastauksista osa oli lyhyitä ja vähäsanaisia, ja osa taas muutaman virkkeen pituisia. Näistä pidemmistä vastauksista sain tutkimustulosten analysointia ajatellen kaikkein eniten irti, vaikkakin muutama lyhyt ja ytimekkäästi esitetty vastaus onnistui myös olemaan aika selventävä, kuten ”*Sehän on kaiken A ja O*”.

Tämän silmäilyn tehtyäni rupesin tarkemmin lukemaan saamiani vastauksia. Jaottelin vastaukset niistä nousevien teemojen mukaisesti. Useimpien kysymysten vastauksissa oli selviä teemoja, eli moni vastaaja oli painottanut samankaltaisia asioita. Osassa vastauksia esiintyi enemmän hajoavuutta. Teemoja oli mielestäni yllättävän paljon ottaen huomioon, että kysymykset olivat avoimia, ja näin vastaajalla oli mahdollisuus vapaasti muotoilla vastauksensa. Tarkastelin vastausten teemoja teoriaosuudessa esiin tulleiden asioiden kautta. Etsin vastauksista yhtäläisyyksiä ja eroavuuksia teoriassa esitettyyn nähden.

7 TUTKIMUSTULOKSET

7.1 Päiväkotien taustatiedot

Kyselylomakkeen taustakysymykset koskivat päiväkodin sijaintialuetta, lapsilukumäärää, liikunnallista painotusta, henkilökunnalla olevaa koulutusta sekä valmiiden materiaalien käyttöä liikuntakasvatuksessa. Taustakysymykset ovat olennainen osa kyselylomakettani, sillä kullakin edellä mainituista asioista on vaikutusta siihen, millaista liikuntakasvatusta kyseisessä päiväkodissa toteutetaan, ja minkälaiset edellytykset sitä on toteuttaa. Tietysti siihen vaikuttavat monet muutkin asiat ja yksityiskohdat, joita tässä kyselylomakkeessa ei kysytty. Tarkoitus on saada peruskäsitys Porin kaupungin päiväkotien liikuntakasvatuksesta.

Sijaintialueen selvittämistä varten käytin yleisesti käytössä olevia Porin alueita, joita oli viisi: Pohjois-, Itä-, Keski-, Länsi- ja Meri-Pori. Valitsin kultakin alueelta tutkimukseen neljä päiväkotia, eli yhteensä kaksikymmentä, niin että tutkimusjoukossa oli tasaisesti sekä pieniä, keskisuuria että isoja päiväkoteja. Vastauksissa kaikki alueet ovat edustettuina, vaikka niissä oli jonkin verran hajontaa. Eniten vastauksia sain Meri-Porista (4) ja vähiten Keski-Porista (1). Länsi- ja Itä-Porista sain kolme (3) ja Pohjois-Porista kaksi (2) vastausta.

Lapsilukumäärän selvittämistä varten jaoin päiväkodit neljään kokoluokkaan, joiden ala- ja ylärajat perustuvat Porin kaupungin päiväkotien hoitopaikkamääriin. Niin ikään kaikki neljä kokoluokkaa ovat vastauksissa edustettuna, keskikokoiset päiväkodit parhaiten. Eniten, lähes puolet (6), vastauksista oli 35-69-paikkaisista päiväkodeista. Myös 70-104-paikkaisista päiväkodeista vastauksia oli kiitettävästi (4). Pienimmistä, eli alle 35-paikkaisista, ja suurimmista, eli 105-139-paikkaisista, vastauksia oli vähiten (1 ja 2).

Pidin myös tärkeänä selvittää, onko päiväkodin toiminnassa toimintasuunnitelmaan kirjattua liikunnallista painotusta. Vastauksissa liikuntaa painottavat päiväkodit ja sitä painottamattomat päiväkodit jakaantuivat aika tasaisesti. Liikunta oli kirjattu toimintasuunnitelmaan seitsemässä (7) vastauspäiväkodissa ja vastaavasti sitä ei ollut kirjattu toimintasuunnitelmaan kuudessa (6) päiväkodissa.

Selvitin myös henkilökunnan liikuntakoulutusta. Nuoren Suomen järjestämä liikuntaleikkikoulunohjaajan koulutus oli selvästi yleisin, ja se olikin kymmenen (10) vastauspäiväkodin henkilöstöllä. Tämän lisäksi yhden (1) päiväkodin henkilöstöllä oli joi-takin hajanaisia kursseja, kuten MLL:n, Nuoren Suomen ja vapaa-aikaviraston järjestämiä. Yhdessä (1) päiväkodissa oli yhdellä työntekijällä liikunnanohjaajan tutkinto. Kahdessa (2) vastauspäiväkodissa ei henkilökunnalla ollut mitään liikuntakoulutusta.

Halusin tietää, missä työtehtävässä liikuntaan liittyvän koulutuksen omaavat henkilöt päiväkodissa työskentelivät. Liikuntakoulutusta saaneista työskenteli lastentarhanopettajina yhteensä kolmetoista (13) henkilöä yhdeksässä (9) päiväkodissa. Lastenhoitajina työskenteli yhteensä kuusi (6) henkilöä kuudessa (6) päiväkodissa.

Päiväkodit jakaantuivat aika tasaisesti sen suhteen, oliko koulutusta vain päiväkodin lastentarhanopettajalla, vain lastenhoitajalla tai molempien ammattiryhmien edustajilla. Lastentarhanopettajilla oli enemmän liikuntakoulutusta kuin lastenhoitajilla. Yksi (1) päiväkotijätti vastaamatta kysymykseen, ja yksi (1) ilmoitti sen tarkemmin erittelemättä, että koko henkilökunta järjestää liikuntatuokioita lapsille.

Halusin tietää, käyttävätkö päiväkodit liikuntakasvatuksen suunnittelussa apuna säännöllisesti joitakin valmiita materiaaleja tai suunnitelmia, ja jos käyttävät, niin mitä. Viidessä (5) päiväkodissa ei ollut mitään valmiita materiaaleja säännöllisessä käytössä. Niin ikään viidessä (5) päiväkodissa oli säännöllisessä käytössä useampia valmiita materiaaleja, kolme tai sitä enemmän. Itse mainitsi suunnittelevansa viisi (5) päiväkotia, joista yhdessä (1) oli tehty liikunnan vuosisuunnitelma. Joissakin päiväkodeissa suunniteltiin toimintaa itse ja käytettiin myös valmiita materiaaleja.

Päiväkotien käyttämistä materiaaleista yleisin oli Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulunohjaajan kansio, jota käytettiin seitsemässä (7) päiväkodissa. Nuoren Suomen Vauhtivarpaat-materiaali tai cd oli käytössä viidessä (5) päiväkodissa, ja Nuoren Suomen nettisivuja tai muuta materiaalia käytti kolme (3) päiväkotia. Erilaisia liikuntakortteja tai -kortistoja käytti neljä (4) päiväkotia. Liikunta-aiheista kirjallisuutta käytti neljä (4) päiväkotia, joista yksi (1) Metsämörri-materiaalia. Loruja tai laulu-leikkejä käytettiin kahdessa (2) päiväkodissa.

Olin myös kiinnostunut siitä, miten valmiiden materiaalien tai suunnitelmien käyttö päiväkotien mielestä vaikuttaa liikuntakasvattajan toimintaan tai ohjaamiseen. Niiden käyttäminen auttaa paremmin huomioimaan lasten yksilöllisyyden, ja auttaa täten lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisessa.

Selvästi enemmistö eli yksitoista (11) päiväkotia oli sitä mieltä, että valmiiden materiaalien käyttö vaikuttaa toimintaan positiivisesti. Sitä vastoin kahdessa (2) vastauksessa sanottiin, että niillä voi olla negatiivinen vaikutus toimintaan. Tässä näiden vastausten perustelut:

Jos käyttää pelkästään valmiita malleja suoraan kirjasta/ korteista, tuntuu, että oma mielikuvitus alkaa köyhtyä. Useimmiten otan pohjaksi jonkin valmiin idean ja muuttelen sitä tarpeiden mukaan..

...kun ottaa valmiin suunnitelman, niin ei välttämättä perehdy siihen kunnolla tai sitten kaikki termit ym. eivät ole itsellekään selviä, jolloin valmiit suunnitelmat saattavat toimia toimintaa viivyttävinä ja katkaisevina tekijöinä ja tuokio ei ole niin onnistunutta.

Positiivinen vaikutus koettiin eri tavoin. Kahdeksassa (8) vastauksessa mainittiin, että valmiit materiaalit tukevat tai helpottavat suunnittelua tai antavat siihen uusia ideoita. Kuusi (6) päiväkotia mainitsi, että ne monipuolistavat suunnittelua. Niiden koettiin lisäksi vaikuttavan yhdessä (1) vastauksessa nopeuttavasti, yhdessä (1) innostavasti ja yhdessä (1) selkiyttävästi toiminnan suunnitteluun.

7.2 Päiväkotien liikuntakasvatus

Selvitin lomakekyselyllä päiväkotien liikuntakasvatuksen tavoitteita ja arvoja. Eniten vastauksista nousivat esiin hyvin positiiviset liikuntakasvatuksen tavoitteet. Tavoitteista yleisimmät olivat liikkumisen ilo yhteensä seitsemällä (7) päiväkodilla, sekä liikunnasta nauttiminen ja mielekkäät liikuntakokemukset yhteensä kuudella (6) päiväkodilla. Liikuntataitojen ja motoriikan harjoittaminen oli tavoitteena viidellä (5), ja liikunnan monipuolisuus myös viidellä (5) päiväkodilla. Neljä (4) päiväkotia mainitsi tavoitteekseen liikuntaan innostamisen. Vastaavasti neljällä (4) päiväkodilla oli tavoitteena yhdessä toimiminen ja sosiaalisten taitojen harjoittaminen. Kahdessa (2) vastauksessa oli mainittu itsetuntoon vaikuttaminen, esimerkiksi lapsen kehontunte-
musta lisäämällä:

Liikkuessaan lapsi oppii tuntemaan kehonsa, hänen itsetuntonsa ja sosiaaliset taitonsa kasvavat.

Lapsi saa kokea liikunnan avulla mukavaa yhdessäoloa ja liikunnan riemua. Liikunta tarjoaa lapselle tilaisuuden itsensä ilmaisemiseen ja itsetunnon vahvistamiseen.

Yhdessä (1) päiväkodissa oli tavoitteena liikunnan toiminnallisuus, yhdessä (1) sen leikinomaisuus ja yhdessä (1) haluttiin myös lasten ohella vaikuttaa vanhempiin liikuntakasvattajina.

Halusin tavoitteiden ohella myös vähän laajempaa tietoa siitä, mitä päiväkodin liikuntakasvatuksessa ylipäätään pidetään tärkeänä. Vastaukset olivat aika samankaltaisia kuin kysymyksessä liikuntakasvatuksen tavoitteistakin. Kaikkein tärkeimmiksi asioiksi nousivat liikuntaan kannustaminen, innostaminen ja osallistaminen yhteensä kuuden (6) päiväkodin vastauksessa, sekä mielekkäät tai onnistumisen kokemukset myös kuudessa (6) vastauksessa:

...löytää jokaiselle lapselle joku liikuntamuoto, mistä he nauttivat, saada iloa liikunnasta

...jokaiselle jotakin! Rohkaistaan jokaista yrittämään.

Kannustavaa ja innostavaa liikuntaa. Lapselle tulisi positiivinen mieli liikunnasta.

Toiseksi tärkeimpänä pidettiin liikuntataitojen ja motoriikan kehittämistä tai liikuntavälineiden käytön opettelua viiden (5) päiväkodin vastauksessa. Neljä (4) päiväkotia arvosti liikuntakasvatuksen monipuolisuutta, kuten liikkumista sekä sisällä että ulkona sopivassa suhteessa. Liikunnan säännöllisyyttä piti tärkeänä kolme (3) päiväkotia, ja yhdessä liikkumista kolme (3) päiväkotia. Kahdessa (2) vastauksessa nousi esiin lasten liikkuminen ylipäätään tavalla tai toisella. Yhdessä (1) vastauksessa mainittiin liikunnan leikinomaisuus, yhdessä (1) liikuntaleikkiperinteen siirtäminen. Yksi (1) päiväkotia arvosti sitä, että liikunta antaa lapsille mahdollisuuden purkaa energiansa hyväksyttävällä tavalla.

Minua kiinnosti myös se, minkälaista liikuntakasvattajan toimintaa tai ohjaustyylisiä pidetään tärkeänä. Tämä kysymys tarkensi edellistä kysymystä. Esimerkiksi liikuntaleikkikoulussa painotetaan ohjattua oivaltamista, kun taas varhaiskasvatusta määrittävissä asiakirjoissa mainitaan, että kasvattajan on hyvä hyödyntää sekä aikuislähtöistä että lapsilähtöistä ohjausta tilanteen mukaan.

Vastauksista nousi esiin kolme erilaista teemaa ylitse muiden. Selvästi eniten, eli yhdeksässä (9) vastauksessa, arvostettiin kannustavaa, innostavaa ja osallistavaa liikuntakasvatustyylisiä. Lasten yksilöllisyyden huomioimista pidettiin tärkeänä yhteensä kuudessa (6) vastauksessa. Vuorovaikutteista ja lapsilähtöistä ohjaustyylisiä, niin että

huomioidaan esimerkiksi lasten omat toiveet ja kiinnostuksenkohteet toiminnan toteutuksessa, arvosti viisi (5) päiväkotia. Tässä poimintoja vastauksista:

Iloinen ja innostava. Otetaan lapset yksilöinä mukaan, kannustetaan kaikkia. Otetaan myös huomioon lasten eri ikätasot ja kiinnostuksen kohteet.

Auktoriteetti pitää olla, mutta yksilöllisyys täytyy osata ottaa huomioon. ”Toinen haluaa voittoa, toinen haluaa vain juosta” -> Minun tehtäväni on tarjota molemmille ns. onnistumisia.

onnistumisen elämyksiä ja iloa tuottavaa ehdottomasti emme mittaa emmekä kellota, vaan liikumme myönteisessä ja hyväksyvässä hengessä

Liikuntakasvattajan iloisuutta ja myönteisyyttä painotettiin kolmessa (3) vastauksessa, ja ohjauksen monipuolisuutta niin ikään kolmessa (3) vastauksessa. Kaksi (2) päiväkotia arvosti selkeää ohjaustyyliä, kaksi (2) arvosti onnistumisia tuottavaa ohjausta. Kahdessa (2) vastauksessa mainittiin liikuntakasvattajan lempeys ja hyväksyvyys tärkeäksi. Yksi (1) päiväkoti arvosti aidosti läsnä olevaa ja yksi (1) oikeudenmukaista ohjaajaa. Lisäksi mainittiin yhdessä (1) vastauksessa, että kasvattajan toiminnassa arvostettavaa on kiireettömyys, sekä yhdessä (1) vastauksessa, että hyvä ohjaus on hyvin valmisteltua.

7.3 Päiväkodin liikuntakasvatus lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisen näkökulmasta

Yleisesti ottaen liikunta ja fyysiset kokemukset ovat lapsen minuuden kehittymisen perusta. Halusin selvittää sitä, millaisiksi mahdollisuudet vaikuttaa liikuntakasvatuksella lapsen minäkäsitykseen ja itsetuntoon koetaan, sekä pyritäänkö päiväkodissa tietoisesti liikuntakasvatuksella tukemaan näitä osa-alueita. Lisäksi olin kiinnostunut siitä, millaisen liikuntakasvatuksen ajatellaan tukevan lapsen minuutta.

Mahdollisuudet tukea liikuntakasvatuksen avulla lapsen minäkäsitystä ja itsetuntoa koki erinomaisiksi tai erittäin hyväiksi seitsemän (7) päiväkotia. Hyviksi mahdollisuudet koki kolme (3) päiväkotia. Loput kolme (3) päiväkotia eivät ilmaisseet tarkasti minkälaisiksi he mahdollisuudet arvioivat, mutta näistäkin vastauksista kävi ilmi, että mahdollisuuksia koettiin kyllä olevan.

Yhdeksässä (9) vastauksessa ilmaistiin selkeästi, että päiväkodin liikuntakasvatuksella pyritään tukemaan lapsen itsetuntoa ja positiivista minäkäsitystä. Lopuissa neljässä (4) vastauksessa ei ilmaistu selkeästi, pyritäänkö kyseisen päiväkodin liikuntakasvatuksella tukemaan lapsen minuutta vai ei. Niissä oli enemmänkin kuvailtu liikuntakasvatuksen ominaisuuksia, eli vastattu siis vain seuraavaan kysymykseen siitä, mikälainen liikuntakasvatus on sellaista, joka tukee lapsen itsetuntoa ja positiivista minäkäsitystä.

Lapsen minuutta tukevan liikuntakasvatuksen ominaisuuksista kysyttäessä vastauksista nousi esille selvimmin neljä erilaista teemaa: ensimmäisenä hyvä ilmapiiri, toisena onnistumisen kokemukset ja toisaalta pettymysten sietäminen, kolmantena yksilöllisyyden huomiointi ja neljäntenä yhdessä liikkuminen.

Ensimmäisenä teemana vastauksista erottui hyvä ilmapiiri lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukijana. Tämän mainitsi yhteensä yhdeksän (9) päiväkotia. Hyvä ilmapiiri merkitsi tarkemmin kannustavaa, innostavaa, rohkaisevaa ja turvallista ilmapiiriä:

Liikunnan avulla luodaan kannustava ja rohkaiseva ilmapiiri, porukan mukana arkakin lapsi innostuu mukaan. Pientäkin osaamista ja osallistumista kehuaan ja lasta innostetaan eteenpäin.

...kaikki osaavat, kaikkien suoritukset ovat hyviä, kaikkia kannustetaan ja kehuaan ! sellainen pois mitä muistamme vanhoilta koulun liikuntatunneilta eli porukoiden valitseminen nöyryyttävästi, hyvien suosiminen yms.

Liikunnassa helppo antaa palautetta onnistuneesta suorituksesta tai pelkästään hyvästä yrityksestä!...Vaatii vain ohjaajalta "hereilläoloa" kaikissa tilanteissa.

...Tosin siinä on myös hyvät mahdollisuudet tehdä hallaa lapsen kehityville itsetunnolle ja minäkäsitykselle, jos ei mieti miten ohjaa ja mitä sanoo.

...tukea ja kannustusta, rohkaisua sitä tarvitseville... Saa kokeilla omia taitoja turvallisessa ympäristössä.

Onnistumisen kokemusten koettiin olevan tärkeitä kahdeksassa (8) vastauksessa. Kun lapsi kokee osaavansa, hänen itseluottamuksensa lisääntyy. Tässä esimerkkejä vastauksista:

jokainen tuntee olevansa jossakin hyvä/paras, mutta oppii myös huomaamaan ettei... olekaan kaikessa huono

Positiivinen minäkäsitys vahvistuu, kun löytyy joku ”oma” laji, josta pitää, jossa onnistuu.

Liikunta tarjoaa lapselle tilaisuuden itsensä ilmaisemiseen ja samalla itsetunnon vahvistamiseen.

On monta eri osa-aluetta missä liikunnassa voit onnistua ja kokea itsesi hyväksi. Jotkut ovat nopeita, toiset voimakkaita, joiltakin löytyy hyvä tasapaino jne. Ja kun liikkua voi niin monella eri tavalla eikä kaiken tarvitse mennä juuri oikein. Pienet voivat vielä esim. heittää palloakin monella tavalla. Pääasia, että tulee liikettä ja useita toistoja.

Toisaalta kolmessa (3) vastauksessa tuli esille pettymysten sietäminen, joiden kautta lapsen itsetuntemus lisääntyy:

oppii myös huomaamaan ettei olekaan kaikissa se maailman napa

Joukkuepeleissä voittaminen / häviäminen ...häviöstä huolimatta on mukavaa, ollaan ”hyviä”!

Pettymysten sietoa ja käsittelyä rakentavasti.

Yksilöllisyyden huomiointi liikuntakasvatuksessa koettiin myös yhdeksi lapsen kehitystä tukevaksi ominaisuudeksi. Kun suunnittelussa ja toteutuksessa otetaan huomioon lasten erilainen kehitystaso, eriävyydet liikuntataidoissa sekä erilaiset kiinnostuksenkohteet, pystytään parhaiten takaamaan se, että jokainen lapsi saa onnistumisen kokemuksia ja hänen itsetuntonsa vahvistuu. Yksilöllisyyden huomiointi monipuolisella liikuntakasvatuksella oli mainittu kuudessa (6) vastauksessa:

...tarpeeksi haastava, mutta saavutettavissa olevin tavoittein

Liikuntatuokion tulee mielestäni olla sellainen, että siihen mahtuu sekä helppoja että vähän vaikeampia osioita. Lapsen ikätaso tulee ottaa huomioon.

...monipuolinen...ja vaihteleva liikuntakasvatus, liikunnan piiriin saa mahtumaan montaa erilaista taitoa ja toimintaa

Neljäntenä lapsen minäkäsitystä ja itsetuntoa tukevaksi liikuntakasvatuksen ominaisuudeksi koettiin yhdessä liikkuminen, esimerkiksi pelien ja liikuntaleikkien avulla. Tämä kävi ilmi kahden (2) päiväkodin vastauksesta:

...Yhteiset perheille suunnatut liikuntatapahtumat koemme tärkeinä ja perheet ovat aina olleet niistä innostuneita. Näissä lapsi kokee olevansa tärkeä ja saa osakseen posit. palautetta toiminnastaan omilta vanhemmiltaan...Joukkuepeleissä helppo kokea onnistumista, kannustus kuuluu näihin myös lapsilla automaattisesti. Me-henki luo tunnetta johonkin kuulumisesta ja vahvistaa myös itsetuntoa.

Näiden neljän teeman lisäksi yksi (1) päiväkotikiitos mainitsi liikuntakasvatuksen vuorovaikutuksellisuuden ja yksi (1) johdonmukaisuuden tukevan lapsen kehitystä.

Olin kiinnostunut siitä, kuinka merkitykselliseksi kasvattajan toiminta koetaan lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon kannalta. Suurin osa, eli yksitoista (11) päiväkotikiitosta, vastasi sen olevan erittäin tärkeää tai erittäin merkityksellistä lapsen kehitykselle:

Sehän on ihan A ja O

Kasvattajan toiminta voi vaikuttaa ratkaisevasti suuntaan tai toiseen! Eli on erittäin merkityksellistä. Arkoja lapsia tulee rohkaista ja kannustaa. Pelkästä yrittämisestä tulee antaa posit. palautetta. Koko ”joukkueen” huomiointi tärkeää (me-henki ylläpitää positiivista itsetuntoa... kaikkia joukkueen jäseniä tarvitaan). Kasvattajan on myös osattava asettaa toiminnan tavoitteet oikein lasten ikä- ja kehitystason mukaan. Näin saadaan aikaan varmemmin onnistumisen kokemuksia!

Kasvattajan oma toiminta ja asenne työhön välittyy lapsille. Se on kaiken toiminnan lähtökohta. Aikuisen suhtautuminen lapsiin tasapuolisesti on erittäin tärkeää, kannustavuus on tärkeää myös.

Erittäin tärkeä, vaikkakin nykyään tuntuu, että vanhemmilta se on unohtunut.

Tähän kysymykseen oli yksi (1) päiväkotikiitos jättänyt vastaamatta, ja yksi (1) kiitos vastasi, että kasvattaja toimii lapsille esimerkkinä ja mallina.

Selvitin sitä, kuinka hyvin päiväkotien mielestä tiedostetaan liikuntakasvatuksen mahdollisuutta tukea lapsen myönteistä minäkäsitystä ja itsetuntoa. Kasvattajan tietoisuus omasta toiminnastaan ja sen mahdollisuuksista on tärkeää. Kymmenen (10) päiväkodin vastauksesta kävi ilmi, että liikuntakasvatuksen tärkeys tiedostetaan hyvin, kun taas kolmen (3) päiväkodin vastauksessa mainittiin se tiedostettavan melko hyvin:

Tämän päivän päivähoitohenkilöstölle on mielestäni selvää kuinka tärkeää liikuntakasvatus on itsetunnon kehittymiselle.

Olemme käsitelleet asiaa vasu-keskusteluissa vanhempien kanssa ja se on meidän päiväkodin vasussa kirjattu.

Tiedostetaan varmaan ihan hyvin, mutta kun kaikkea ei ehditä eikä voida tehdä. Toiset arvostavat liikuntaa, toiset maalaamista, jotkut lukemista jne...

Lasten liikuntakasvatusta tarkasteltaessa yleisellä tasolla mielipiteet jakaantuivat, mutta aika tasaisesti. Kolme (3) päiväkotia arveli tiedostettavan erittäin hyvin, vaikka tärkeää liikuntakasvatus on minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymiselle, kun taas viisi (5) päiväkotia arveli tiedostamisen melko hyväksi. Neljässä (4) vastauksessa mainittiin, että ei tiedosteta tarpeeksi, eli jotkut tiedostavat ja toiset taas eivät. Tässä poimintoja vastauksista:

Uskoisin että aika hyvin tiedostetaan ammattikasvattajien keskuudessa. (= Koulutuksen antama tieto asioista + tänä päivänä liikunta on esillä näkyvästi monissa eri yhteyksissä, myös tutkimuksissa, onneksi...)

Ehkä liikuntakasvatus on joskus liian aikuislähtöistä ja aikuisen johdolla tapahtuvaa toimintaa.

Yleensä kilpailuhenkisyys on liikaa korostunut; toiset lapset saavat runsaasti onnistumisen kokemuksia, joillekin onnistumisia ja positiivisia kokemuksia tulee tuskin lainkaan.

Toisille vanhemmille asia on itsestäänselvyys, toiset tarvitsevat tukea ja tietoa, asennemuutosta.

Lopuksi jätin vielä lomakkeeseen mahdollisuuden vapaasti kommentoida, ja muutama olikin tämän mahdollisuuden käyttänyt:

Yhteenveto: Liikunta on niin tärkeää lapsen kokonaiskehityksen kannalta etten osaa sanoa edes mihin sitä vertaisi... ehkä lähes yhtä tärkeää kuin ravinto.

Liikuntakerhot, ulkopuolisten vetäjien liikunnalliset hetket rikastuttavat päiväkodin arkea ja antavat uutta sykettä. Vanhemmat voisivat liikkua enemmän omien lasten kanssa, ei aina ohjattua harrastustoimintaa varsinkaan alle kouluikäisille. Vanhemmat mukaan liikkumaan, vanhempi-lapsi liikuntaa.

Olet ottanut tutkittavaksi hyvin ajankohtaisen ja tärkeän asian!!

8 TUTKIMUSTULOSTEN TARKASTELUA JA POHDINTAA

8.1 Tulosten tarkastelua

Ensimmäinen tutkimustehtäväni oli selvittää, pyritäänkö päiväkodin liikuntakasvatuksella tukemaan lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa. Tarkastelen tutkimuksen tuloksia pääasiassa itsetunnon mallin (ks. kuvio 1), mutta myös muun teoriataustan kautta.

Ensimmäisenä itsetunnon ulottuvuutena on **turvallisuus**, jota voidaan tukea luottamuksellisen suhteen, myönteisen ja turvallisen ilmapiirin luomisella. Turvallisuuden tukeminen on palautteen antamista ja selvien rajojen ja sääntöjen asettamista:

Tästä tukielementistä tutkimusaineistossa korostuu erityisen paljon myönteisyys. Myönteisyyteen pyrkiminen ilmenee sellaisina ilmauksina, kuten *liikkumisen ilo, liikunnasta nauttiminen, mielekkäät liikuntakokemukset, liikuntaan innostaminen, liikuntaan kannustaminen, rohkaiseminen, myönteinen ilmapiiri, kasvattajan iloisuus, kasvattajan myönteisyys*. Turvallisuutta ja luottamuksellisuutta kuvaavat sellaiset ilmaukset, kuten *kasvattajan lempeys, kasvattajan hyväksyvyys, kasvattajan oikeudenmukaisuus, aidosti läsnä oleva ohjaaja, toiminnan kiireettömyys, saa kokeilla omia taitojaan turvallisessa ympäristössä, kaikkia kannustetaan ja kehuaan, ehdottomasti emme mittaa emmekä kellota, liikumme hyväksyvässä hengessä*.

Luottamuksellinen vuorovaikutussuhde on perusta turvallisuuden tunteelle. Vastaajat korostavat siis erityisesti myönteistä ilmapiiriä, joka kyllä on yksi tekijä lapsen turvallisuuden tunteen muodostumisessa. Kuitenkin aika vähän vastauksissa oli suoraan turvallisuutta tai luottamuksellisuutta merkitseviä ilmauksia. Näihin läheisesti liittyviä ilmauksia oli käytetty paljon.

Tämä oli mielestäni yllättävää, sillä lapsen sekä fyysinen, psyykkinen että sosiaalinen turvallisuus on liikunnassa tärkeä asia otettavaksi huomioon. Päiväkodin liikuntakasvatusta määrittävissä asiakirjoissa korostetaan paljon sekä turvallisuutta että myönteisyyttä, ja varhaiskasvatusta yleisellä tasolla määrittävissä asiakirjoissa korostetaan edellisten lisäksi luottamuksellisuutta.

Vastaajat eivät maininneet kovinkaan paljon rajojen tai sääntöjen asettamista vastauksissaan. Palautteen antamista korostettiin monessa vastauksessa. Myös kannustavan, rohkaisevan ja myönteisen ilmapiirin, joita korostettiin paljon, voisi ajatella tarkoittavan positiivisen palautteen antamista lapselle.

Toisena itsetunnon ulottuvuutena on **itsensä tiedostaminen**, jota voidaan tukea lapsen itsetuntemusta vahvistamalla ja kehittämällä sekä itsearviointia ja tunnetaitoja opettamalla:

Joissakin vastauksissa tuli esille lapsen itsetuntemuksen vahvistaminen tai tunnetaidot sellaisilla ilmauksilla, kuten *liikuntataitojen harjoittaminen, motoriset taidot, liikkueessaan lapsi oppii tuntemaan kehoaan, liikunta tarjoaa lapselle tilaisuuden itsensä ilmaiseeseen*. Vastauksissa tarkoitetaan pitkälti sitä, että liikkumisen kautta lapsi oppii tuntemaan omia liikuntataitojaan ja -kykyjään. Ominaisuuksien tuntemuksen ohella lapsen kehontuntemus on olennaisen tärkeää itsensä tiedostamiselle. Lapsen itsetuntemus, kehontuntemus ja itsearviointi korostuivat mielestäni vastauksissa aika vähän. Myös tunnetaitojen opettamista ilmaistiin vähän.

Teoriataustan perusteella itsetuntemuksen ja itsearvioinnin lisääminen ovat yksi olennainen tavoite varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa, lasten liikuntakasvatuksessa yleensä ja esiopetuksessa. Emotionaalista kasvatusta eli esimerkiksi tunnetaitojen opettamista pidetään toiseksi tärkeimpänä päiväkodin kasvatustavoitteena.

Kolmantena itsetunnon ulottuvuutena erotetaan **liittyminen** eli yhteenkuuluvuus. Liittymistä voidaan tukea opettamalla vuorovaikutustaitoja, osallistamalla ja tuke-
malla lapsen kuulumista ryhmään sekä tukemalla lapsia yhteisönä:

Liittymiseen lukeutuvia asioita oli mainittu osassa vastauksia. Oli käytetty sellaisia ilmauksia, kuten *yhdessä liikkuminen, yhdessä toimiminen, osallistava liikuntakasvatus, lapsen sosiaaliset taidot kasvavat, lapsi saa kokea liikunnan avulla mukavaa yhdessäoloa, porukan mukana arkakin innostuu mukaan*. Liittymisen aluetta oli mielestäni korostettu vastauksissa hyvin.

Vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisten taitojen opettaminen koetaan erittäin tärkeäksi varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Sosiaalinen kasvatus on päivähoidon tärkein kasvatustavoite. Yhteisöön kuulumisen nähdään sosiaalipedagogiikassa olennaiseksi tekijäksi ihmisen persoonallisuuden kehityksessä, ja sosiaalipedagogiikassa painottuu osallistaminen.

Neljäs itsetunnon alue on **tehtävätietoisuus** eli tavoitetietoisuus. Tätä aluetta voidaan tukea opettamalla lapselle ongelmanratkaisutaitoja, itsearviointia sekä realististen tavoitteiden asettamista. Tehtävätietoinen ihminen on itseohjautuva. Itseohjautuvuutta voidaan mielestäni tukea myös kannustamalla omatoimisuuteen, osallistumiseen ja itsenäisyyteen:

Tuloksissa oli mainittu erittäin vähän tähän alueeseen liittyviä asioita. Lapsen aktiivista roolia tai omatoimisuuteen ja itsenäisyyteen rohkaisemista ei mainittu lähes ollenkaan. Myöskään ongelmanratkaisutaitojen, itsearvioinnin tai tavoitteiden asettamisen opettamista ei mainittu.

Kuitenkin teoriataustan perusteella lapsen aktiivisuus, osallistuminen, vaikuttaminen ja itsenäisyyteen kasvattaminen ovat erittäin paljon huomioituja asioita varhaiskasvatuksessa, esiopetuksessa ja liikuntakasvatuksessa, ja niihin tulisi pyrkiä.

Viides ja viimeinen itsetunnon ulottuvuus on **pätevyys**, jota voidaan tukea mahdollistamalla onnistumisen kokemukset. Onnistumisen kokemukset mahdollistuvat lap-

sen taito- ja kehitystason huomioivalla kasvatuksella. Otetaan siis huomioon lapsen yksilöllisyys ja kiinnostuksenkohteet:

Vastauksissa oli hyvin paljon tuotu esille lapsen yksilöllisyyden ja kiinnostusten huomioimista. Tämä ilmenee sellaisina ilmauksina, kuten *otetaan lapset yksilöinä mukaan, lapsen toiveiden huomiointi, lapsen kiinnostuksenkohteiden huomiointi, vuorovaikutteinen ohjaus, lapsilähtöinen ohjaus, ikätason huomiointi, monipuolinen ja vaihteleva liikuntakasvatus, helppoja ja vaikeampia osioita, haastava mutta saavutettavissa olevin tavoittein, löytää jokaiselle lapselle joku liikuntamuoto mistä nauttivat, jokaiselle jotakin.*

Vastauksissa korostettiin runsaasti lapselle mahdollistettavia onnistumisen kokemuksia sellaisilla ilmaisuilla, kuten *mielekkäät liikuntakokemukset, onnistumisen elämyksiä tuottavaa, minun tehtäväni on tarjota onnistumisia, tuntee olevansa jossakin hyvä/paras, löytyy joku oma laji josta pitää ja jossa onnistuu, oppii huomaamaan ettei olekaan kaikessa huono, on monta eri osa-aluetta missä liikunnassa voit tuntea itsesi hyväksi.* Parissa vastauksessa mainittiin onnistumisen kokemusten vastapainona pettymysten kokemuksia ja niiden sietämistä, joka lisää lapsen tuntemusta omista kyvyistään.

Lapsen yksilöllisten ominaisuuksien huomioon ottaminen koetaan erittäin tärkeäksi sekä varhaiskasvatuksen, esiopetuksen että liikuntakasvatuksen asiakirjoissa. Tärkeäksi koetaan myös lapsen omat kiinnostukset ja toiveet. Onnistumisen kokemusten mahdollistaminen mainittiin useasti asiakirjoissa, ja tämä on kasvattajan tehtävä. Niiden avulla kasvattaja voi tukea lapsen myönteisen minäkuvan kehittymistä.

Olen tarkastellut tässä tutkimuksessa päiväkodin varhaiskasvatuksesta, esiopetuksesta ja päiväkodin liikuntakasvatuksesta annettuja lakeja ja asiakirjoja sen suhteen, huomioidaanko niissä lapsen positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukeminen. Onko siis yhtenä kasvatus toiminnan pyrkimyksenä tukea lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa?

Tässä tutkimuksessa esittämäni ja tarkastelemani teorian pohjalta voin mielestäni todeta, että lapsen minuuden tukemiseen on tavoitteena pyrkiä sekä päiväkodin var-

haiskasvatuksessa, esiopetuksessa että päiväkodin liikuntakasvatuksessa. Minäkäsityksen ja itsetunnon tukemiseen kiinnitetään erittäin paljon huomiota osana lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen ja hyvinvoinnin tukemista.

Teoria-aineistossa esitetyistä tärkeimmistä lapsen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemistavoista ainoastaan lapsen itsetuntemuksen lisääminen, itsearvioinnin opettaminen ja itseluottamuksen vahvistaminen osana varhaiskasvatusta jäivät laeissa ja asiakirjoissa yllättävän vähälle huomiolle. Itsetuntemus kylläkin korostui liikuntakasvatuksen puolella pääasiassa kehontuntemuksen ja –hallinnan vahvistamisella. Lisäksi itsetuntemusta ja itsearviointia painotettiin osana esiopetusta.

Kun vertaan ja peilaan tätä teoria-aineistoa tutkimuksessa saamiini tuloksiin, huomaan niissä jonkin verran eroavuuksia. Tutkimustuloksissa painottui ennen kaikkea varhaiskasvatuksen myönteinen ilmapiiri, lasten sosiaalisten taitojen tukeminen, yhdessä toimiminen, yksilöllisyyden ja kiinnostuksenkohteiden huomiointi sekä onnistumisen kokemusten tarjoaminen.

Tärkeitä asioita, jotka jäivät tutkimustuloksissa aika vähälle huomiolle, olivat

- toiminnan turvallisuus ja luottamuksellisen suhteen luominen
- lapsen itsetuntemuksen ja itsearvioinnin tukeminen sekä
- lapsen aktiivisuuden, osallistumisen ja itsenäisyyden tukeminen.

Näitä kaikkia asioita osana lapsen myönteisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukemisesta on kuitenkin painotettu erittäin paljon useissa varhaiskasvatuksen asiakirjoissa. Jos nämä tuloksissa niukasti esiintyneet lapsen tukemisen tavat jäävät liikuntakasvatuksessa vähälle huomiolle, ei se silloin parhaalla mahdollisella tavalla voi tukea lapsen myönteisen minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymistä.

Toinen tutkimustehtäväni oli selvittää, millainen liikuntakasvatus tukee lapsen positiivista minäkäsitystä ja tervettä itsetuntoa parhaimmalla tavalla. Tähän tutkimustehtävään sain pitkälti vastauksen teoriataustan pohjalta. Laadin mallin, jossa teorian tarkastelun perusteella kuvattiin tärkeimmät huomioon otettavat asiat, kun pyritään tukemaan lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa. Tässä mallissa tärkeimmät tukemisen tavat olivat:

- luottamuksellisen suhteen ja myönteisen ja turvallisen ilmapiirin luominen
- lapsen yksilöllisyyden ja kiinnostuksenkohteiden huomioiminen
- lapsen itsetuntemuksen lisääminen ja itsearviointin opettaminen
- lapsen itseluottamuksen vahvistaminen
- palautteen antaminen
- joustavien rajojen ja sääntöjen asettaminen
- omatoimisuuteen, osallistumiseen ja itsenäisyyteen tukeminen sekä
- tunne- ja vuorovaikutustaitojen opettaminen

Tämän mallin laatimisessa käytin esimerkiksi itsetunnon mallia, joka koostuu viidestä ulottuvuudesta. Mallin mukaan lapsen itsetuntoa, ja siten myös minäkäsitystä, voidaan tukea parhaiten, kun:

- varmistetaan lapsen perusturvallisuuden tunne
- tuetaan lapsen itsensä tiedostamista
- tuetaan lapsen liittymistä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta
- tuetaan lapsen tehtävätietoisuutta ja itseohjautuvuutta sekä
- tuetaan lapsen pätevyyden tunnetta mahdollistamalla onnistumisen kokemukset

Tutkimustuloksissa korostuivat samankaltaiset asiat kuin teoriataustassa. Tutkimustuloksissa parhaiten lapsen myönteistä minäkäsitystä ja itsetuntoa tukevan liikuntakasvatuksen koettiin olevan ensisijaisesti hyvän ilmapiirin omaavaa. Hyvä ilmapiiri merkitsi tarkemmin rohkaisevaa, kannustavaa, innostavaa ja turvallista ilmapiiriä. Myös onnistumisen kokemusten mahdollistaminen koettiin todella tärkeäksi. Kolmantena esille nousi lapsen yksilöllisyyden ja kiinnostuksenkohteiden huomioiminen. Neljäntenä painotettiin yhdessä liikkumista ja päiväkodin aikuisten ja lasten muodostamaan yhteisöön kuulumista.

Tutkimustuloksissa ei mainittu lapsen itsetuntemukseen, itsearviointiin tai itseluottamukseen vaikuttamista osana minäkäsityksen ja itsetunnon tukemista. Vastauksissa ei korostettu myöskään lapsen tukemista omatoimisuuteen tai itseohjautuvuuteen. Psykomotoriikkaa ei vastauksissa ilmaistu käytettävän lainkaan. Toisaalta psykomotoriikkaan kuuluu osana muun muassa rohkaisu, kannustus, turvallisuus ja onnistumisen kokemusten tarjoaminen. Täten tutkimustuloksissa päiväkotien liikuntakasva-

tus näyttäisi painottuvan psykomotoriikkaan tai ainakin sisältävän psykomotoriikalle ominaisia toimintatapoja ja elementtejä.

Saamieni tutkimustulosten pohjalta ajattelen, että jos päiväkodin liikuntakasvatuksessa, ja laajemmin kaikkialla varhaiskasvatuksessa, pyritään tukemaan lapsen positiivista minäkäsitystä ja itsetuntoa, sekä pyritään tukemaan niitä parhaalla mahdollisella tavalla, tulisi toiminnassa huomioida paremmin lapsen

- ❖ ja aikuisen välinen luottamuksellinen suhde
- ❖ kokonaisvaltainen turvallisuuden tunne
- ❖ itsetuntemus
 - myös muualla kuin esiopetuksessa
 - myös muualla kuin liikuntakasvatuksessa
 - liikuntakasvatuksessa pelkkää kehontuntemusta ja –hallintaa laajemmin
- ❖ itsearviointi
 - myös muualla kuin esiopetuksessa
- ❖ itseluottamus
- ❖ omatoimisuus, aktiivisuus, osallistuminen, itsenäisyys, ja itseohjautuvuus

8.2 Ajatuksia opinnäytetyön tekemisestä ja tutkimuksen luotettavuudesta

Opinnäytetyön tekeminen oli mielestäni pitkä prosessi. Työskentely aihepiirin ja aiheen valinnasta työn valmistumiseen saakka kesti noin vuoden. Alkuperäisestä suunnitelmasta työn valmistuminen venyi kuukaudella. Motivaatiota tutkimuksen tekemiseen riitti koko prosessin ajan, vaikka välillä oli pitkiäkin jaksoja, jolloin edistin työtä vain vähän.

Opinnäytetyön teko oli myös mielenkiintoinen ja antoisa prosessi. Tutkimuksellinen opinnäytetyö antoi mahdollisuuden syventyä varhaiskasvatuksen toteuttamiseen päivähoitossa, lasten liikuntakasvatukseen sekä lapsen minuuden kehittymiseen ja sen tukemiseen. Kvalitatiivinen tutkimus antoi mahdollisuuden tarkastella näitä ilmiöitä monipuolisesti. Ammatillisen oppimisen ja kehittymisen kannalta hyödyllisintä oli varhaiskasvatuksen toteuttamista määrittäviin lakeihin ja asiakirjoihin tutustuminen.

Koin opinnäytetyön tekemisen haasteelliseksi. Haastavimmalta tuntui tieteellisen tutkimusprosessin läpi vieminen siksi, etten ollut ennen tehnyt tieteellistä tutkimusta. Tieteellistä kirjoittamista oli harjoiteltu säännöllisesti koko koulutuksen ajan kirjallisten tehtävien muodossa ja tässä mielessä esimerkiksi lähdeviitteiden merkitseminen tai lähdeluettelon laatiminen ei tuottanut suurempia ongelmia. Vaikeaa oli saada kaikki tutkimusraportin osat sopimaan niin, että niistä tulisi loogisesti etenevä ja johdonmukainen esitys.

Jos nyt tekisin toisen tieteellisen tutkimuksen, olisin tämän kokemuksen jälkeen muutamassa asiassa viisaampi. Ensinnäkin olisin järjestelmällisempi kaikissa työkentelyvaiheissa aina tutkimusmenetelmän valinnasta ja tutkimussuunnitelman laatimisesta tutkimusraportin kirjoittamiseen asti. Ennen lomakekyselyn toteuttamista tutustuisin huolellisesti tärkeimpään aiheeseen liittyvään teoriaan. Teoriaan tutustuminen auttaa kysymään juuri ne oikeat kysymykset tutkimustehtäviin vastaamisen kannalta.

Olen tyytyväinen valitsemaani tutkimusmenetelmään, mutta ehkä laatimani kyselylomake ei ollut paras mahdollinen asettamiini tutkimustehtäviin vastaamista ajatellen. Näin jälkeempäin ajatellen olisin kyselylomakkeessa voinut paremmin hyödyntää esimerkiksi teoriaa itsetunnon viidestä ulottuvuudesta. Olisin voinut selvittää ulottuvuus kerrallaan, onko kyseinen itsetunnon alue, esimerkiksi turvallisuus, huomioitu päiväkodin liikuntakasvatuksessa, ja jos alue on huomioitu, niin miten.

Kyselylomakkeeni positiivinen puoli oli se, että kysymykset oli niin yleisluontoisesti muotoiltu, että ne ohjasivat vastaajan ajattelua mahdollisimman vähän. Näin tutkimuksen tuloksen voi ajatella olevan luotettavampi, kuin jos olisin ohjannut vastaajan ajattelua kysymällä varta vasten turvallisuuden tunteen tai esimerkiksi liittymisen tukemisesta liikuntakasvatuksessa.

Totesin kyselylomakkeen saatekirjeessä, että kyselyssä tarkoitan itsetunnolla ja positiivisella minäkäsityksellä lapsen myönteistä suhtautumista itseensä ja toisiin sekä luottamusta omiin kykyihinsä ja uskallusta olla oma itsensä. Tämä määritelmä tietenkin ohjasi vastaajan ajattelua, ja sen oli tarkoituskin ohjata sitä väärintulkintojen

tai tulkintojen erilaisuuden välttämiseksi. Yritin näin parantaa tutkimuksen luotettavuutta.

8.3 Jatkotutkimusehdotuksia

Koen lasten liikuntakasvatuksen olevan erittäin tärkeä ja ajankohtainen tutkimuksen aihe. Oma näkökulmani lasten liikuntakasvatukseen oli lähestyä sitä sosiaalialan ja sosiaalipedagogiikan kautta, joka kiinnittää huomion syrjäytymisen ja sosiaalisten ongelmien ennaltaehkäisyyn kasvatuksellisin keinoin. Ennaltaehkäisyä on lapsen liikuntakasvatuksen avulla saama tuki tasapainoiselle ja terveelle persoonallisuuden kehitykselleen. Tämän näkökulman esiin nostaminen lasten liikunnassa olisi mielestäni toivottavaa myös tulevaisuudessa.

Yksi jatkotutkimuksen aihe voisi olla päiväkodin liikuntakasvatuksen tutkiminen havainnoimalla. Tutkimuksella voisi havainnoida, miten lapsen positiivisen minäkäsityksen ja itsetunnon tukeminen käytännössä näkyy ja toteutuu liikuntakasvatuksen toteuttamisessa. Miten tämä ilmenee kasvattajan toiminnassa ja vuorovaikutussuhteessa lapsen kanssa? Tutkimuksen voisi toteuttaa päiväkodeissa tai vastaavasti perhepäivähoidon puolella ryhmäperhepäiväkodeissa.

Toisena jatkotutkimuksen aiheena näkisin lapsen oman näkökulman esiin tuomisen. Miten lapsi kokee liikunnan ja aikuisen toiminnan? Tunteeko lapsi olonsa turvallisiksi ja onko ilmapiiri hänestä positiivinen? Kokeeko lapsi, että aikuinen kannustaa ja rohkaisee? Saako lapsi liikunnasta onnistumisen kokemuksia? Osaako lapsi arvioida itseään, omia vahvuuksiaan ja heikkouksiaan? Luottaako hän aikuiseen? Saako lapsi vaikuttaa jollain tavalla siihen mitä tehdään? Lapsen omaa kokemusta olisi taroituksenmukaisinta tutkia haastatteleamalla lapsia esimerkiksi päiväkodissa.

LÄHTEET

Aho, S. 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki. Oy Edita Ab.

Aho, S. & Heino, S. 2000. Itsetunnon vahventaminen päiväkodissa. Turun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunta. Julkaisusarja A: 191. Turun yliopiston opettajankoulutuslaitos. TURKU 2000.

Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet [verkkodokumentti]. 2000. Opetushallitus 2000. Helsinki. Yliopistopaino. [Viitattu 4.12.2009]. Saatavissa: <http://www02.oph.fi/ops/esiopetus/esiops.pdf>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki. Tammi.

Hämäläinen, J. 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Opetusjulkaisuja 1/1999. Koulutus- ja kehittämiskeskus. Kuopion yliopisto.

Järvinen, M., Laine, A. & Hellman-Suominen, K. 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Helsinki. Kirjapaja.

Kataja, A. 2005. 5-6-vuotiaiden Liikuntaleikkikoulun teoriaosuus. Liikuntaleikkikoulu. Ohjaajan kansio. Nuori Suomi ry. SVoLi ry.

Karvonen, P, Siren-Tiusanen, H. & Vuorinen, R. 2003. Varhaisvuosien liikunta. Lahti. VK-Kustannus Oy.

Keltikangas-Järvinen, L. 1994. Hyvä itsetunto. Porvoo. WSOY.

Koivisto, P. 2007. ”Yksilöllistä huomiota arkisissa tilanteissa”. Päiväkodin toimintakulttuurin kehittäminen lasten itsetuntoa vahvistavaksi [verkkodokumentti]. Jyväskylän yliopisto. Jyväskylä. Jyväskylä University Printing House. Väitöskirja. [Viitattu 6.12.2009]. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/13312/9789513929053.pdf?sequence=1>

Koljonen, M. 2000. ”Uskallan ja osaankin” – Psykomotorinen harjaannuttaminen itsetunnon ja motoriikan tukemisessa, kun lapsilla on oppimisvaikeuksia. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 129. Jyväskylä. Liikunnan ja kansanterveyden edistämisyhdistys LIKES.

KvantiMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. 2004. Kyselylomakkeen laatiminen. [verkkopublication]. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. [Viitattu 5.12.2009]. Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kyselylomake/laatiminen.html>

Laine, K. 2005. Minä, me ja muut sosiaalisissa verkostoissa. Helsinki. Otava.

L 19.1.1973/36. Laki lasten päivähoitosta. FINLEX. [Viitattu 26.11.2009]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>

Lamponen, P. 2005. Liikuntaleikkikoulun soveltaminen päivähoitoon. Liikuntaleikkikoulu. Ohjaajan kansio. Nuori Suomi ry. SVoLi ry.

L 13.4.2007/417. Lastensuojelulaki. FINLEX. [Viitattu 25.11.2009]. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>

Liikuntaleikkikoulu. 2005. Ohjaajan kansio. Nuori Suomi ry. SVoLi ry.

Pihlavisto, P. 2009. Liikunnanohjaaja, Porin kaupungin vapaa-aikavirasto. Henkilökohtainen tiedonanto 26.8.2009.

Pori 2012 –strategia [verkkodokumentti]. 2005. Porin kaupunki. [Viitattu 28.11.2009]. Saatavissa: <http://www.pori.fi/strategia.pdf>

Porin kaupungin esiopetussuunnitelma [verkkodokumentti]. 2009. Perusturvalautakunta 1.7.2009. Porin kaupunki. [Viitattu 27.11.2009]. Saatavissa: <http://www.pori.fi/perusturva/lapsiperheet/paivahoito/index.html>

Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton laatukäsikirja [verkkodokumentti]. 2006. Porin kaupunki. [Viitattu 24.11.2009]. Saatavissa: http://www.pori.fi/sosiaalikeskus/ph_laatu.pdf

Porin kaupungin sosiaalitoimen päivähoiton varhaiskasvatussuunnitelma [verkkodokumentti]. 2006. Sosiaalilautakunta 13.12.2006. Porin kaupunki. [Viitattu 24.11.2009]. Saatavissa: <http://www.pori.fi/sosiaalikeskus/vasu.pdf>

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset [verkkodokumentti]. 2005. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön oppaita 2005:17. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö. Helsinki. Yliopistopaino Oy. [Viitattu 24.11.2009]. Saatavissa: <http://pre20090115.stm.fi/pr1129182557550/passthru.pdf>

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet [verkkodokumentti]. 2005. Stakes. Oppaita 56. Saarijärvi. Gummerus Kirjapaino Oy. [Viitattu 24.11.2009]. Saatavissa: <http://varttua.stakes.fi/NR/rdonlyres/DD04983E-D154-4FE4-90A1-E2690175BE26/0/vasu.pdf>

Vehkalahti, R. 2007. Kehu lapsi päivässä. Vinkkejä ja toimintatapoja lapsen itsetunnon tukemiseen. Helsinki. LK-KIRJAT.

YK:n Lapsen oikeuksien sopimus. 1989. [Viitattu 1.12.2009.] Saatavissa http://www.unicef.fi/files/unicef/pdf/LOS_A5fi.pdf

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki. LK-KIRJAT.

Syksyinen tervehdys!



Olen Satakunnan ammattikorkeakoulun sosionomi (AMK) - opiskelija ja olen suuntautunut sosiaalipedagogiikkaan. Tämä on opinnäytetyöhöni liittyvä lomakekysely Porin kaupungin päiväkodeille liikuntakasvatuksesta. Opinnäytetyössäni tutkin päiväkodin liikuntakasvatusta lapsen itsetunnon ja positiivisen minäkäsityksen tukemisessa.

Itsetunnosta ja minäkäsityksestä on paljon teorioita ja niistä puhutaan lukuisilla eri käsitteillä. Kuitenkin tässä kyselyssä tarkoitan itsetunnolla ja positiivisella minäkäsityksellä yksinkertaisesti lapsen myönteistä suhtautumista itseensä ja toisiin sekä luotamusta omiin kykyihinsä ja uskallusta olla oma itsensä.

Vastaamisen helpottamiseksi olen rajannut kysymykset koskemaan nimenomaan 5-6-vuotiaiden liikuntakasvatusta.

Osoitan tämän kyselyn päiväkodin johtajalle sekä lastentarhanopettajalle, jolla olisi liikuntaleikkikoulunohjaajan koulutus tai vastaava. Toivomuksena on, että johtaja sekä lastentarhanopettaja täyttäisivät kyselyn yhteistyössä.

Kyselyn viimeinen palautuspäivämäärä on perjantai **23.10.2009**.

Toivon, että Teillä olisi aikaa vastata tähän kyselyyn. Ritva Välimäen kanssa on sovittu, että täytetyt kyselyt voisi palauttaa minulle sähköpostilla. Jos tämä aiheuttaa hankaluuksia, toivon, että ilmoitatte minulle, niin tulen hakemaan kyselylomakkeen päiväkodista. Jos sähköpostipalautus sopii, niin

MUISTATHAN ENNEN TÄYTTÄMISTÄ TALLENTAA LOMAKE OMALLE KONEELLESI.

Toimitan opinnäytetyön valmistuttua tutkimukseen osallistuneille päiväkodeille tiivistelmän tutkimuksen tuloksista. Päiväkotien anonyymiteetti säilyy julkaisutavassa tutkimusraportissa.

Ystävällisin terveisin

Sanna Satoniitty

[REDACTED]
[REDACTED]
[REDACTED]

KYSELY

PORIN KAUPUNGIN PÄIVÄKOTIEN LIIKUNTAKASVATUKSESTA

(5-6-vuotiaat)

Lihavoikaa tai ympyröikää oikea vaihtoehto.

1. Päiväkotinne sijaintialue

- a. Pohjois-Pori b. Itä-Pori c. Keskusta d. Länsi-Pori
e. Meri-Pori

2. Päiväkotinne lapsilukumäärä

- a. alle 35 b. 35-69 c. 70-104 d. 105-139

3. Onko päiväkotinne toiminnassa toimintasuunnitelmaan kirjattua liikunnallista painotusta?

- kyllä ei

4.a. Onko päiväkotinne henkilökunnasta jollakin liikuntaleikkikoulunohjaajan koulutus tai vastaavaa liikunta-alan koulutusta? Millaista?

b. Missä työtehtävissä hän/he toimivat?

Vastatkaa mieluiten avoimiin kysymyksiin omin sanoin kuvailen.

5.a. Käytättekö liikuntakasvatukseenne apuna säännöllisesti joitakin valmiita materiaaleja ja suunnitelmia? Mitä?

b. Miten näiden käyttö vaikuttaa mielestänne liikuntakasvattajan toimintaan/ohjaamiseen?

6. Mikä on liikuntakasvatuksen tavoite päiväkodissanne?

7. Mitä pidätte päiväkodin liikuntakasvatuksessa tärkeänä?

8. Millaista liikuntakasvattajan toimintaa/ohjaustyyliä pidätte tärkeänä?

9. Minkälaiset mahdollisuudet on liikuntakasvatuksen avulla tukea lapsen itsetuntoa ja positiivista minäkäsitystä?

10. Pyrittekö liikuntakasvatuksella tukemaan lapsen itsetuntoa ja positiivista minäkäsitystä? Millainen liikuntakasvatus tukee ed. mainittuja asioita lapsen kehityksessä?

11. Kuinka merkitykselliseksi koette kasvattajan toiminnan lapsen itsetunnon ja positiivisen minäkäsityksen kehittymiselle?

12. Kuinka paljon mielestänne tiedostetaan liikuntakasvatuksen mahdollisuutta lapsen itsetunnon ja positiivisen minäkäsityksen tukemisessa

a. oman päiväkotinne liikuntakasvatuksessa?

b. lasten liikuntakasvatuksessa yleensä?

13. Tähän voitte kirjoittaa mahdolliset kommentit tai terveiset.

Kiitos, kun vastasitte!

Sanna Satoniitty

13.8.2009

Ritva Välimäki
osastopäällikkö
Päivähoitotoimisto

TUTKIMUSLUPA-ANOMUS

Olen Satakunnan ammattikorkeakoulun Porin yksikön sosionomi-opiskelija. Teen opinnäytetyötäni aiheesta Liikuntakasvatuksen ohjaaminen Porin kaupungin päiväkodeissa. Aikaisempaan sähköpostiini ja puhelinkeskustelumme viitaten pyydän vielä näin kirjallisesti tutkimuslupaa.

Tutkisin siis sitä, mitä liikuntakasvatuksen ohjaaminen on päiväkodeissa ja mitä kaikkea liikuntakasvatuksen ohjaamisessa pitää ottaa huomioon. Pyrin tutkimaan liikuntakasvatuksen ohjaamista erityisesti sosiaalialan näkökulmasta.

Tarkoitukseni on toteuttaa tutkimus lomakekyselyllä Porin päiväkodeissa. Päiväkoteja ottaisin mielelläni mukaan tutkimukseen noin 20. Otan itse yhteyttä päiväkoteihin tulevana syksynä, kyselyjä tulisi siis yksi jokaista mukana olevaa päiväkotia kohden. Tavoitteenani on, että opinnäytetyö olisi valmis vuoden 2010 alussa.

Yhteistyöterveisin
Sanna Satoniitty

*Myönnän tutkimuslupan 20.8.2009
Ritva Välimäki
Päivähoidon ja Varhaiskasvatuksen johtaja*



SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU
Tiedepuisto 3
28600 PORI

OP07
SOPIMUS
OPINNÄYTETYÖN
TEKEMISESTÄ

SAMK / Sopimus opinnäytetyön tekemisestä

Opinnäytetyön tekijä: *Sanna Satorniitty* Opiskelijanumero: [REDACTED] Aloitusrhythmi: [REDACTED]

Koulutusohjelma: *Sosiaalialan k*

Opinnäytetyötä ohjaavan opettajan nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: *Kirsi-Leena Fäger*

Toimeksiantaja, yhteys henkilön nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: *Porin päivähoidon toimisto, Ritva Välimäki, Antinkatu 16 B 4, krs 28100 Pori*

Opinnäytetyön nimi:

Päivähoiton liikutuskasvatus lapsen ihstunnon ja minäkasityksen

Työn etenemisaikataulu:

Valuua viimistään tammikuussa 2010 tekemisessä

Tarkempi selvitys on sopimuksen liitteenä olevassa hyväksytyssä tutkimus-/projekti suunnitelmassa.

Vakuutukset. Jos opinnäytetyö tehdään kokonaan tai osittain työsuhteessa palkkaa vastaan, niin toimeksiantajan on laadittava asianmukainen kirjallinen työsopimus. Työnantaja huolehtii lainmukaisista vakuutuksista, sillä ammattikorkeakoulun vakuutukset eivät kata työsuhteessa tehtävän opinnäytetyön tekijää.

Opinnäytetyön kustannukset ja niiden korvaaminen. Opinnäytetyöstä mahdollisesti aiheutuvien kustannusten (ml. Aineiston hankinta, raaka-aineet, matkat, työkorvaus jne.) korvaamisesta sopivat toimeksiantaja ja opiskelija keskenään. Pääsääntöisesti Satakunnan ammattikorkeakoulu ei vastaa yksittäisen opinnäytetyön kustannusten korvaamisesta.

Oikeudet opinnäytetyön tuloksiin. Toimeksiantaja saa käyttöoikeuden opinnäytetyön tuloksiin ja niiden kaupalliseen hyödyntämiseen. Opinnäytetyön tekijä on velvollinen raportoimaan opinnäytetyön tulokset toimeksiantajalle.

Immateriaalioikeudet. Tekijänoikeus ja muut immateriaalioikeudet opinnäytetyöhön kuuluvat opinnäytetyön tekijälle. Opinnäytetyön tekijä ja toimeksiantaja sopivat erikseen, missä laajuudessa tekijänoikeus tai muut immateriaalioikeudet siirtyvät toimeksiantajalle.

Opinnäytetyön ohjaus ja vastuu. Vastuu opinnäytetyön tekemisestä ja tuloksista on opiskelijalla. Ammattikorkeakoulu vastaa työn ohjauksesta, seurannasta ja työn riittävästä laatuasteesta. Ammattikorkeakoulu ei ole taloudellisesti vastuussa työn tuloksista tai aikataulusta. Opinnäytetyön tekijä ei vastaa toimeksiantajalle vahingosta, joka toimeksiantajalle syntyy opinnäytetyön viivästymisestä, ellei erikseen toisin sovita. Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön kaikki opinnäytetyön tekemisessä tarvittavat tiedot ja aineistot sekä ohjaamaan opinnäytetyötä toimeksiantajaorganisaation näkökulmasta. Opiskelija sitoutuu palauttamaan toimeksiantajalle työn aikana saamansa luottamuksellisen aineiston, kun opinnäytetyö on valmistunut, tai kun osapuolet yhdessä toteavat, että yhteistyödellytyksiä opinnäytetyön loppuun saattamiseksi ei ole.

Tulosten julkistaminen ja luottamuksellisuus. Opinnäytetyö on kokonaisuudessaan julkainen. Mikäli opinnäytetyö sisältää liikesalaisuuksia tai muuta julkisuuslaisissa salassa pidettäväksi määrättyjä tietoja, on opinnäytetyön raportti laadittava niin, että tietojen luottamuksellisuus säilyy. Tarvittaessa salassa pidettävät tiedot on jätettävä työn tausta-aineistoon. Opinnäytetyö tai sen osia voidaan julkaista myös internetissä sopimalla niistä erikseen. Opinnäytetyön osapuolet (opiskelija, toimeksiantaja ja opettaja) sitoutuvat pitämään salassa kaikki opinnäytetyön tekemisessä ja sitä edeltävissä tai sen jälkeisissä neuvotteluissa esiin tulevat luottamukselliset tiedot ja asiakirjat sekä pidättäytymään käyttämästä hyväksyen toisen osapuolen ilmaisia luottamuksellisia tietoja ilman erillistä lupaa.

Tätä sopimusta koskevat erimielisyydet pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti neuvottelemalla osapuolten kesken. Mikäli asiasta ei päästä sopimukseen, erimielisyydet ratkaistaan Porin käräjäoikeudessa.

Tätä sopimusta on laadittu *3* kappaletta, yksi kullekin osapuolelle.

Satakunnan ammattikorkeakoululla on oikeus käyttää yhteistyöhanketta referenssinä ammattikorkeakoulun työelämäyhteyksistä, mukaan lukien SAMKin yhteistyötietokanta, johon voi tehdä hakuja internetissä. Opinnäytetyöstä näkyvät otsikko, organisaatio ja organisaation yhteyshenkilö. Hanketta voidaan lisäksi hyödyntää ammatillisen korkeakoulutuksen tavoitteita edistävasti esim. opetusmateriaalina tai -metodina edellyttäen, ettei hankkeeseen sisältyneiden tietojen luottamuksellisuutta vaaranneta.

Päiväys: *7.9.2009*

Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus, nime ja nimen selvitys:

*Ritva Välimäki
Porin päivähoidon johtaja*

Koulutusjohtajan/Toimialajohtajan allekirjoitus ja nimen selvitys:

Anni Penttiläinen - Uola

Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus:

Sanna Satorniitty

Sisältövastaava: Anne Sankari

Tarkistettu viimeksi: 1.10.2008