



Sukupuolen huomioiminen esiopetuksen liikuntakasvatuksessa

Majamäki Jonna

Sosiaalialan koulutusohjelma
Lapsi- ja nuorisotyö
Sosionomi(AMK)

KEMI 2012

TIIVISTELMÄ

KEMI-TORNION AMMATTIKORKEAKOULU

Tekijä: Majamäki Jonna
Opinnäytetyön nimi: Sukupuolen huomioiminen esiopetuksen liikuntakasvatuksessa
Sivuja (+liitteitä): 40 (+1)
Opinnäytetyön kuvaus: Opinnäytetyöni tarkoituksena on kehittää omia ohjaustaitojani ohjaamieni liikuntatuokioiden avulla. Pyrin selvittämään mitä tietoa ja taitoa tarvitsen ohjatessani esikouluikäisiä tyttöjä ja poikia sekä millä tavoin ohjaustaitoni kehittyivät sukupuolen huomioimisessa opinnäytetyöprosessin aikana.
Teoreettinen ja käsitteellinen esittely: Opinnäytetyön teoreettisessa osiossa avaan varhaiskasvatuksen-, esiopetuksen- sekä liikuntakasvatuksen käsitteitä. Lisäksi perehdyn esikouluikäisen lapsen kehitykseen sekä vielä tarkemmin tyttöjen ja poikien kehityksen eroihin. Liikuntatuokioita suunnitellessa minun oli huomioitava peruserot tyttöjen ja poikien toimintatavoissa. Teoreettiseen osioon kuuluvat myös liikuntatuokioiden toteutusvaiheessa oleelliset lapsiryhmän ohjaus sekä ohjaajan ominaisuudet.
Metodologinen esittely: Käytän opinnäytetyössäni tutkimusmenetelmänä toimintatutkimusta, jonka toiminnallisen osuuden toteutin eräässä Porin päiväkodissa. Analyysimenetelmänä käytän sisällönanalyysimenetelmää. Toimintakertoja oli yhteensä kymmenen (10) kertaa tammikuun 2011 aikana.
Keskeiset tutkimustulokset: Ohjatessaan liikuntatuokioita tyttö- ja poikavaltaisille ryhmille ohjaaja tarvitsee tietoa sukupuolelle ominaisista toimintatavoista. Tärkeämpää on kuitenkin ottaa huomioon lapsen ikä ja kehitystaso. Suunnitellessaan liikuntatuokioita esikouluikäisille lapsille ohjaaja tarvitsee yleistä tietoa varhaiskasvatuksesta sekä esiopetuksesta. Ohjaaja tarvitsee tietoa myös lapsiryhmän ohjauksesta. Teoriatiedon lisäksi käytännökokemus on tärkeää ohjaajalle. Ohjaajan ohjaustyyli muokkautuu lapsiryhmän tarpeiden mukaiseksi. Ohjaajan on osattava arvioida ohjaamistaan ja tämän kautta kehittää sitä.
Johtopäätökset: Ohjaustaitojen kehitykseen vaikuttavat teoriatieto sekä käytännökokemus. Tyttö- ja poikavaltaisia ryhmiä ohjatessa ohjaajan on hyvä tiedostaa peruserot tyttöjen ja poikien toimintatavoissa. Tärkeämpää on kuitenkin nähdä jokainen lapsi kehittyvänä yksilönä. Ohjaaja tarvitsee laaja-alaista tietoa varhaiskasvatuksesta sekä taitoa hyödyntää sitä lasten kanssa toimiessa.
Asiasanat: Varhaiskasvatus, Liikuntakasvatus, Sukupuoli, Toimintatutkimus, Ohjaus.

ABSTRACT

KEMI-TORNIO UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Author: Majamäki Jonna
Titles: Taking into account genders in the pre-school physical education.
Pages (+appendixes): 40 (+1)
Thesis description: The goal of my bachelor`s thesis to develop my leading skills by instructing physical education lessons. I attempt to find out what kind of information and skills are required for guiding pre-school aged girls and boys and in what ways my leading skills are developed under gender consideration during the thesis process.
Theoretical summary: In the theoretical part of the final project I open the concepts of early childhood education and physical education. Moreover I dig into the development of a pre-school aged child and specifically in the development differences between boys and girls. While planning my physical education lessons I had to take into account basic deviations between boys and girls ways of action. The theoretical part also involves the guidance of a child group as well as the instructor's characteristics, which were necessary for carrying out the physical education lessons.
Methodological summary: My thesis is a qualitative study research. I used action research as the methodological context. The practical part of this research was put into action in a day-care center in Pori. As the method of analyzing I use content analyzing method. Altogether there were 10 activity occasions during January 2011.
Main results: To be able to lead groups consisting mainly of girls and boys the instructor needs knowledge about specific gender behaviors. Most important is to take into consideration the age and development phase of the child. When planning physical education lessons to pre-school aged children the instructor needs general knowledge about early childhood- and pre-primary education. The instructor needs also information about how to guide a group of children. Besides theoretical knowledge the instructor needs also practical experience. The instructors guiding method adapts to the needs of the child group. The instructor needs to know how to evaluate his/her guidance and how to improve it.
Conclusions: Theory knowledge as well as practical experiences has an effect on evolving guiding skills. While training that kind of groups it's good that the instructor is aware of the basic differences between the boys and girls characteristics. However more important is to see each child as an evolving individual. The instructor needs extensive knowledge about early childhood education as well as ability to benefit it while working with children.
Key words: Early childhood education, Physical education, Gender, Action research, Guiding

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1. JOHDANTO.....	5
2. METODOLOGINEN OSIO.....	7
2.1 Tutkimustehtävät.....	7
2.2 Laadullinen tutkimusmenetelmä.....	8
2.3 Toimintatutkimus ja sisällönanalyysi.....	9
2.4 Opinnäytetyöprosessin eteneminen.....	12
2.5 Liikuntatuokioiden kuvaus.....	13
3. VARHAISKASVATUKSEN MÄÄRITTELYÄ JA ESIOPETUKSEN LIIKUNTASUOSITUKSIA.....	16
3.1 Varhaiskasvatus ja esiopetus.....	16
3.2 Esiopetuksen liikuntakasvatus.....	18
4. PROSESSIN SUUNNITTELU.....	21
4.1 Esikouluikäiset (5-6- vuotiaat).....	21
4.2 Tyttöjen ja poikien erot.....	22
5. PROSESSIN TOTEUTUS.....	26
5.1 Lapsiryhmän ohjaus.....	26
5.2 Ohjaajan ominaisuudet.....	28
5.3 Sukupuolisensitiivinen ohjaus.....	29
6. OMIEN OHJAUSTAITOJENI KEHITTYMINEN.....	31
7. POHDINTA.....	36
LÄHTEET.....	39
LIITELUETTELO.....	41

1. JOHDANTO

Ikivanha tarina todistaa, että tytöt ja pojat ovat erilaisia, ainakin vähän. Aikanaan annettiin samanlaiset puolimetriset puukalikat tytölle ja pojalle (joilla ei ollut muita leikkikaluja). Tyttö otti kalikan kotileikkiinsä, alkoi pukea ja hoivata sitä. Poika taas käytti samaa puunpätkää metsästysleikissään aseena. (Suomen 4H- liitto).

Hyvän ohjaajan ominaisuuksiin kuuluu huomioida jokainen lapsi yksilönä. Tyttö- ja poikavaltaista ryhmää ohjattaessa on kuitenkin hyvä tiedostaa peruserot tyttöjen ja poikien toimintatavoissa. Tämä tieto helpottaa ohjaajaa toiminnan suunnittelussa ja ryhmään tutustumisessa. Tyttöjen ja poikien eroista puhuttaessa on aina muistettava, että kyseessä ovat keskimääräiset erot. Mutta entäpä ohjaus, pystyykö ohjaaja ohjaamaan samalla ohjaustyyllillä sekä tyttöjä että poikia? Lähdin selvittämään tätä toteuttamalla kymmenen (10) liikuntatuokiota eräässä Porin päiväkodissa. Liikuntatuokioiden kohderyhmänä olivat esikouluikäiset tytöt ja pojat. Liikuntatuokioiden avulla halusin kehittää omia ohjaustaitojani sekä havainnoida miten ohjaustyylini eroaa ohjattessani tyttöjä ja poikia. Havainnoinnin avulla pyrin kehittämään ohjaustaitojani tukemaan paremmin tyttöjen ja poikien tarpeita liikuntatuokioissa. (Suomen 4H- liitto).

Idea sukupuolen huomioimisesta liikuntatuokioissa sai alkuunsa lukiessani erästä opinnäytetyötä, missä sukupuoli oli otettu huomioon varhaisiän musiikkikasvatuksessa. Valitsemalla toteutustavaksi toiminnallisen opinnäytetyön tiesin liikuntatuokioiden suunnittelun ja toteutuksen avulla pystyväni kehittämään parhaiten omia ohjaustaitojani. Lapsiryhmien ohjauksen kautta saisin myös kokemusta tulevaa työtäni varten. Opinnäytetyöprosessin avulla pystyn nykyään huomioimaan ja tukemaan jokaista ohjaamaani lasta paremmin yksilönä. Esille tulleita havaintoja ja omia kokemuksiani voin jakaa kasvattajien kesken, jolloin opinnäytetyöni on merkityksellinen niin yhteiskunnan kuin yhteisönkin kannalta.

Opinnäytetyössäni on kolme tutkimuskysymystä: Mitä tietoa tarvitsen ohjattessani liikuntatuokioita esikouluikäisille tytöille ja pojille? Mitä taitoa tarvitsen ohjattessani esikouluikäisiä tyttöjä tai poikia? Miten sukupuolen huomioiminen vaikutti ohjaustaitojeni kehittymiseen opinnäytetyöprosessin aikana? Toteutin työni kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus on tieteellisen

tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa pyritään ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Laadullisessa tutkimuksessa voidaan edetä vuorottelemalla teoriaa ja käytäntöä. Tämän vuoksi tutkimukseni tulokset ovat luettavissa teorian yhteydessä. Tarkentaakseni tutkimukseni tuloksia katsoin parhaaksi pohtia niitä lisää luvussa Omien ohjaustaitojeni kehittyminen. (Eskola & Suoranta 2005, 13.)

Teoreettisen osion ensimmäisessä luvussa eli metodologisessa osiossa kerron tutkimustehtävästä, laadullisesta tutkimusmenetelmästä sekä toimintatutkimuksesta ja sisällönanalyysistä. Tässä luvussa tulee esille myös opinnäytetyöprosessin eteneminen sekä liikuntatuokioiden kuvaus. Toisessa luvussa kerron varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen merkityksestä lapsen elämässä sekä esiopetuksen liikuntasuosituksista. Tämä teoriatieto osoittautui tärkeäksi opinnäytetyöprosessin käynnistymisvaiheessa. Kolmannessa luvussa eli suunnitteluvaiheessa nostan esille esikouluikäisen lapsen kehityksen sekä tyttöjen ja poikien erot. Tyttöjen ja poikien eroista kerron fyysisen, kielellisen ja sosiaalisen kehityksen alueilla sekä liikuntatuokioissa esille tulleista eroista. Suunnitteluvaiheen jälkeen seurasi liikuntatuokioiden toteutus. Neljännen luvun painopiste on ohjauksessa. Tässä luvussa kerron lapsiryhmäohjauksesta sekä ohjaajan ominaisuuksista. Ennen loppupohdintaa, kerron miten minun ohjaustaitoni kehittyivät sukupuolen huomioimisen avulla opinnäytetyöprosessin aikana.

2. METODOLOGINEN OSIO

2.1 Tutkimustehtävät

Opinnäytetyöni tutkimustehtävänä on selvittää liikuntatuokioiden avulla mitä tietoa ja taitoa tarvitsen ohjatessani esikouluikäisiä tyttöjä ja poikia. Ennen kaikkea haluan opinnäytetyöprosessin avulla kehittää omia ohjaustaitojani. Liikuntatuokioiden avulla haluan selvittää tarvitsevatko tytöt ja pojat omanlaisensa ohjaustyylin vai pystynkö ohjaamaan molempia sukupuolia samalla tyyllillä. Tutkimuskysymykset muotoutuivat opinnäytetyöprosessin edetessä. Vasta tieteellisen teorian sekä aineiston kokoamisen jälkeen kysymykset alkoivat olla nykyistä muotoa.

Ensimmäinen tutkimuskysymykseni on " Mitä tietoa tarvitsen esikouluikäisten tyttöjen ja poikien liikunnan ohjauksessa?". Ennen liikuntatuokioiden suunnittelun aloittamista minun oli selvitettävä, mitä tietoa tarvitsen ohjatessani liikuntatuokioita esikouluikäisille lapsille. Ohjaajan tulee huomioida kyseisen lapsiryhmän ikätason vaatimat tarpeet sekä ryhmän piirteet. Aikaisempi tutustuminen lapsiryhmään helpottaa tuokioiden suunnittelua.

Toinen kysymykseni on " Mitä taitoja tarvitsen ohjatessani esikouluikäisiä tyttöjä tai poikia?". Ohjatessani liikuntatuokiot erikseen tytöille ja pojille halusin selvittää, mitä taitoja ja ominaisuuksia minulla ohjaajana tulisi olla, jotta tytöt ja pojat hyötyisivät mahdollisimman paljon ohjaamistani liikuntatuokioista.

Viimeiseksi tutkimuskysymykseksi asetin " Miten sukupuolen huomioiminen vaikutti ohjaustaitojeni kehittymiseen opinnäytetyöprosessin aikana"? Opinnäytetyöni kannalta tämä tutkimuskysymys osoittautui tärkeimmäksi kysymykseksi, koska opinnäytetyön näkökulmana on oman ohjaustaidon kehittäminen. Pyrin selvittämään miten sukupuolen huomioiminen ohjaamissani liikuntatuokioissa on kehittänyt ohjaustaitojani sekä omaa oppimisprosessia.

2.2 Laadullinen tutkimusmenetelmä

Toteutin opinnäytetyöni kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimusmenetelmä on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa pyritään ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Valitsin laadullisen tutkimusmenetelmän työhöni, koska laadullisessa tutkimuksessa tutkimussuunnitelma parhaimmillaan elää tutkimushankkeen mukana. Laadullisessa tutkimusmenetelmässä tutkimuskysymykset eivät välttämättä ole täsmällisiä alussa, vaan ne voivat muuttua tai vaihtua kokonaan tutkimusprosessin aikana. Laadullisen tutkimuksen tavoite on teorian kehittäminen ja ymmärryksen lisääminen tutkittavasta ilmiöstä. (Eskola & Suoranta 2005, 13, 15.) Tavoitteeni opinnäytetyöprosessissa oli selvittää mitä tietoa ja taitoa tarvitsen ohjatessani esikouluikäisiä tyttöjä ja poikia. Pyrin lisäämään omaa ymmärrystäni tutkittavasta asiasta tutustumalla teoriassa tyttöjen ja poikien eroihin sekä pitämällä käytännössä erillisiä liikuntatuokioita esikouluikäisille tytöille ja pojille.

Laadulliselle tutkimukselle yleisiä aineistonkeruumenetelmiä ovat esimerkiksi havainnointi, haastattelu, kysely ja erilaisiin dokumentteihin perustuva tieto. Opinnäytetyössäni olen käyttänyt havainnointia sekä visuaalista menetelmää, mihin kuuluu videointi ja teorian tieto, minkä avulla pystyn saamaan mahdollisimman kattavan kuvan tutkittavasta aiheesta. Havainnointi soveltuu käytettäväksi silloin, kun tutkittavasti ilmiöstä tiedetään hyvin vähän tai ei lainkaan. Havainnointi tuottaa kirjallista tai nauhoitettua materiaalia. Havainnointi auttaa monipuolistamaan tutkittavasti ilmiöstä saatua tietoa. Videoinnin avulla pystyin havainnoimaan sellaisiakin asioita, joihin en tuokioiden aikana ollut kiinnittänyt mitään huomiota. Havainnointi saattaa paljastaa ristiriidan normin ja käyttäytymisen välillä (toimivatko ihmiset niin kuin sanovat toimivansa). Tuokioissa luulin olevani mahdollisimman tasa-arvoinen tyttöjä ja poikia kohtaan, mutta videolta pystyin löytämään muutamia ristiriita tilanteita. Annoin esimerkiksi tyttöjen poiketa asettamistani säännöistä paljon useammin kuin poikien. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 71, 81, 84.)

Havainnoinnin muodot tutkimuksessa aineistonkeruumenetelmänä ovat eroteltavissa piilohavainnointiin, havainnointiin ilman osallistumista, osallistuvaan havainnointiin ja osallistavaan havainnointiin. Opinnäytetyössäni käytän osallistuvaa havainnointia.

Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija toimii aktiivisesti tutkimuksensa tiedonantajien kanssa. Tuokioiden aikana olin itse toteuttamassa liikuntatuokioita lapsille, mikä teki havainnoinnista osallistuvan havainnoinnin. Lasten havainnoimiseen sain tutkimusluvut heidän vanhemmiltaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 81–82.)

Osallistuva havainnointi on luonnollisestikin subjektiivista toimintaa. Se voi olla hyvinkin valikoivaa: ennakko-odotukset suuntaavat havainnointia muiden asioiden jäädessä huomaamatta. Havainnoita tehdään tunnetuista, käsitteellisistä asioista. Liikuntatuokioiden alussa huomasin havainnoivani erityisesti tyttöjen ja poikien välisiä käyttäytymisen eroja. Uskon tämän johtuvan siitä, että luin artikkelin, jossa päiväkodin työntekijät näkevät pojat aggressiivisempina, rauhattomampina, levottomampina ja riehakkaampina kuin tytöt. Pian kuitenkin huomasin, että minun pitää unohtaa nämä stereotyyppiset oletukset pojista ja havainnoida poikia yksilönä eikä "riehakkaana" poikajoukkona. Havainnoitsija vaikuttaa itse havainnoitavaan ilmiöön ja sen toimintaan havainnoinnin aikana. Havainnoitsija havainnoi valikoivasti ja kaikkea ei ehkä huomaa. Havainnoitsija myös liittyy aikaisemman elämäkokemuksensa perusteella ihmisiin erilaisia odotuksia ja piirteitä. Havainnoinnin tulokseen voivat vaikuttaa myös esimerkiksi havainnoijan mieliala ja aktivaatitaso. (Eskola & Suoranta 2005, 102.)

2.3 Toimintatutkimus ja sisällönanalyysi

Opinnäytetyössäni käytän toimintatutkimuksellista viitekehystä. Toimintatutkimus on yleisnimitys sellaisille lähestymistavoille, joissa tutkimuskohteeseen pyritään tavalla tai toisella vaikuttamaan (Eskola & Suoranta 2005, 126). Toimintatutkimuksen lähtökohdaksi on tuottaa tietoa käytännön kehittämiseksi. Pyrin saamaan uutta tietoa siitä, miten minun tulisi kehittää omia ohjaustaitojani, jotta se tukisi paremmin tyttöjen ja poikien ohjaamista. Opinnäytetyölläni haluan antaa kasvattajille sekä lapsiryhmän ohjaajille apukeinoja, miten omalla ohjaamisella voidaan tukea kumpaakin sukupuolta samanaikaisesti. Toimintatutkimuksessa kehitetään käytäntöjä entistä paremmaksi järjellä käyttämällä. Toimintatutkimus kohdistuu erityisesti sosiaaliseen toimintaan, joka pohjautuu vuorovaikutukseen. Liikuntatuokioiden aikana olin vuorovaikutuksessa esikouluikäisten lasten kanssa. Toimintatutkimus on yleensä ajallisesti rajattu tutkimus- ja kehittämisprojekti, jossa suunnitellaan ja kokeillaan uusia toimintatapoja.

Pienimuotoisimmillaan toimintatutkimus on oman työn kehittämistä. Pyrin saamaan muutosta aikaan omassa ohjaustaidossani sekä pyrin liikuntatuokioiden edetessä yhä enemmän sukupuolisensitiiviseen ohjaamiseen. Sukupuolisensitiivisestä ohjauksesta kerron tarkemmin luvussa viisi. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 16–17.)

Toimintatutkimuksessa pyritään toiminnan kehittämiseen reflektiivisen ajattelun avulla. Reflektiivisyydellä tarkoitetaan perinteisesti sitä, että ihminen kohdistaa ajattelunsa itseensä ajattelevana subjektina. Hän tarkastelee omia ajatussisältöjään, kokemuksiaan ja itseään tajuavana ja kokevana olentona. Näin hän etäännyy itsestään ja näkee oman toimintansa ja ajattelunsa uudesta näkökulmasta. Eli reflektointi on yksinkertaisimmillaan totuttujen toiminta- ja ajattelutapojen perusteiden pohdintaa. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 33–34.)

Toimintatutkimusta voidaan tarkastella itsereflektiivisenä kehänä, jossa toiminta, sen havainnointi, reflektointi ja uudelleensuunnittelu seuraavat toisiaan. Ajatus on peräisin Kurt Lewisiltä, ja monet tutkijat ovat kehitelleet sitä. Toimintatutkimuksen sykli alkaa, kun tutkija suunnittelee ja toteuttaa uuden toimintatavan. Toteutusta havainnoidaan ja reflektoidaan käytännön aikana ja sen päätyttyä, ja kokemusten pohjalta suunnitellaan entistä parempi uusi toimintatapa. Toteutin opinnäytetyöni sykleittäin. Aluksi suunnittelin ja valmistelin toteutettavat tuokit huolella etukäteen. Tämän jälkeen seurasi itse toiminta ja toiminnan jälkeen havainnoin ja reflektoin prosessin. Liikuntatuokit kuvasin videonauhalle ja jokaisen tuokion jälkeen kirjoitin päällimmäiset havainnot tuokioista. Havaintojen ja kokemusten pohjalta pystyin suunnittelemaan seuraavaksi kerraksi entistä toimivammat liikuntatuokit sekä tytöille että pojille. (Heikkinen & Rovio & Syrjälä 2006, 35.)

Opinnäytetyöni analyysimenetelmäksi valitsin sisältöanalyysiin, koska siinä pyritään saamaan tutkittavasti ilmiöistä yleinen ja tiivistetty kuva. Laadullisen aineiston analysoinnissa pyritään lisäämään informaatioarvoa sekä yhtenäistämään hajanaista aineistoa. Analyysin tarkoituksena on luoda selkeää, mielekästä ja yhtenäistä informaatiota. Tämän avulla voidaan tehdä selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä tutkittavasta ilmiöstä. Sisällönanalyysissä aineisto hajotetaan osiin, käsitteellistetään ja kootaan uudestaan loogiseksi kokonaisuudeksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 105, 110.)

Sisällönanalyysi voidaan tehdä aineistolähtöisesti, teoriaohjaavasti tai teorialähtöisesti.

Päädyin työssäni aineistolähtöiseen sisällönanalyysiin, koska sen avulla pystyin arvioimaan parhaiten ohjaustaitojeni kehittymistä, sillä kehittämiskohdat nousevat esiin aineiston eli toiminnan kautta. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi on prosessi, joka voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen: 1) aineiston redusointi eli pelkistäminen, 2) aineiston klusterointi eli ryhmittely ja 3) abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. Ensimmäisessä vaiheessa katselin videoaineistoani ja kirjoitin mitä niissä tapahtui. Tavoitteeni opinnäytetyössäni on sukupuolen huomioimisen avulla kehittää ohjaustaitojani, joten kirjasin ylös miten ohjaamiseni erosi tytöillä ja pojilla. Tällä pyrin saamaan tietoa, mitä taitoja tarvitsen ohjatessani tyttöjä ja poikia. Kirjasin ylös myös miten tytöt ja pojat suoriutuivat erilaisista liikuntatuokioista. Erilainen suoriutumisen tarve antoi minulle tietoa tyttöjen ja poikien tarpeista liikuntatuokioissa. Jokaisen liikuntatuokion jälkeen olin jo valmiiksi kirjoittanut sen hetkisiä tunteita tuokioista, joten tässä vaiheessa kaivoin myös tämän aineiston esiin. Pyrin jättämään videoaineistosta opinnäytetyöni tutkimuskysymysten kannalta epäoleelliset havainnot pois. Aineiston ryhmittely vaiheessa etsin aineistosta samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia. Samaa merkitsevät ilmaisut yhdistin samaksi luokaksi. Alaluokkia yhdistelemällä muodostin yläluokkia, joista syntyi kolme yläkäsitettä. Nämä kolme yläkäsitettä muodostavat vastaukset tutkimuskysymyksiini. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 105-106.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkija joutuu jatkuvasti pohtimaan tekemiään ratkaisuja ja näin ottamaan yhtä aikaa kantaa sekä analyysiin kattavuuteen että tekemänsä työn luotettavuuteen. Kvalitatiivisessa analyysissä tutkijan apuna eivät ole muuta kuin omat ennakko-oletukset, arkielämän peukalosäännöt ja enemmän tai vähemmän vahva teoreettinen oppineisuus. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pääasiallinen luotettavuuden kriteeri onkin tutkija itse ja näin ollen luotettavuuden arviointi koskee koko tutkimusprosessia. Tämän takia kvalitatiiviset tutkimusraportit ovat yleensä melko henkilökohtaisia sekä tutkijan omaa pohdintaa sisältäviä. (Eskola & Suoranta 2005, 208, 210–211.)

2.4 Opinnäytetyöprosessin eteneminen

Opinnäytetyön aiheen valinta ei ollut minulle helppoa. Mietin melkein vuoden verran eri aiheita päässäni ja muutaman niistä esittelin ohjaaville opettajilleni. Kaikissa opinnäytetyöaiheissani oli sama pääajatus, tehdä toiminnallinen liikuntatuokio lapsille. Toiminnallisen opinnäytetyön tekeminen kuulosti minusta kiinnostavalta toteuttaa, sillä liikunta kuuluu jokapäiväiseen elämäni. Olen myös huomannut oppivani parhaiten tekemisen kautta, joten se myös vahvisti päätöstäni tehdä toiminnallinen opinnäytetyö. Opinnäytetyöni päätin tehdä yksin, sillä asuin Länsi-Suomessa ja yhteinen aika parityöskentelyyn olisi hankala järjestää.

Löysin sattumalta keväällä 2011 opinnäytetyön Internetistä, minkä aiheena oli "Sukupuolen huomioiminen musiikkikasvatuksessa". Sain tästä opinnäytetyön nimestä idean ottaa sukupuolen huomioimisen mukaan myös minun tulevaan opinnäytetyöhöni. Sukupuolen huomioiminen yhdistettynä liikuntatuokioihin ja ohjaamiseen oli mielestäni erittäin kiinnostava aihe opinnäytetyöksi. Kerroin ideastani ohjaaville opettajilleni ja he antoivat suostumuksensa aiheeseen.

Aloin heti kerätä kirjallisuutta liikuntatuokioiden suunnittelusta, ohjaamisesta ja sukupuolten välisistä eroista. Kesällä paneuduin vain etsimään lisää tietoa sekä aloitin tutustumisen kirjallisuuteen syvemmin. Syksyn tullessa aloin valmistella tutkimussuunnitelmaani ja hioin ohjattavien opettajieni kanssa aihetta astetta lähemmäs nykyistä muotoa. Opinnäytetyön eteneminen kuitenkin keskeytyi viimeisen harjoittelujakson ajaksi ja päätin jatkaa opinnäytetyön tekemistä harjoittelun jälkeen.

Harjoittelun aikana sain ajatuksen toteuttaa liikuntatuokiot tässä kyseisessä Porin päiväkodissa. Katsoin parhaaksi toteuttaa tuokiot valmiiksi tutussa ympäristössä sekä tuttujen lasten parissa. Harjoitteluni loppui marraskuun lopussa ja tämän jälkeen aloin suunnitella liikuntatuokioita. Liikuntatuokiot pidin tammikuun 2011 aikana. Tammikuun alussa jaoin tutkimusluvut vanhemmille ja loppukuusta toteutin tuokiot.

Tapasin ohjaavat opettajani helmikuussa 2011. Olin saanut aineistoni kerättyä ja minulla oli melko selkeä kuva, miten rakentaisin teoria osuuden. Teoriaa en siis ollut kirjoittanut valmiiksi ennen tuokioiden toteutusta. Olin vain tutustunut kirjallisuuteen aikaisemmin

ja tuokioiden jälkeen minun oli helppo valita opinnäytetyöhöni ne teoretiedot, mitkä mielestäni tarvitsen eheän kokonaisuuden saavuttamiseksi. Ohjauskerralla ohjaavat opettajani toivat uuden näkökulman opinnäytetyöhöni ja päätin vaihtaa näkökulman sukupuolesta omaan oppimisprosessiin ja ohjaustaitojen kehittymisen arvioimiseen.

Teoriaosuuden kirjoitin valmiiksi keväällä 2011. Syksyllä aloin lisäämään teorian rinnalle tuokioissa esille tulleet havainnot. Työelämään pääseminen keskeytti jälleen opinnäytetyöprosessin etenemisen ja tammikuussa 2012 otin itseäni niskasta kiinni ja aloin kirjoittamaan opinnäytetyöni loppuun.

2.5 Liikuntatuokioiden kuvaus

Päiväkodissa oli kaksi esikouluryhmää. Molemmissa ryhmissä oli sekä poikia että tyttöjä. Päätin yhdistää ryhmien tytöt ja pojat omiksi ryhmiksi ja toteuttaa tuokiot heille erikseen. Tuokioita pidin yhteensä 10. Neljä niistä toteutin tyttöryhmälle ja neljä poikaryhmälle. Viimeisellä kerralla pidin lopetustuokiot sekaryhmille, mitkä koostuivat siis näistä kahdesta esikouluryhmästä, jotka aluksi jaoin tyttö- ja poikaryhmiin. Suunnittelin viisi erilaista liikuntatuokiota, mitkä jälkeenpäin toteutin ensin tytöille ja sitten pojille tai päinvastoin.

Toteuttamiini liikuntatuokioihin (Taulukko 1.) sisältyi joka kerta aloitus, alkulämmittely, harjoitusosio sekä rentoutus ja lopetus. Aloitus sisälsi informaatio-osuuden. Kerroin lapsille, mitä tulemme tekemään tuokion aikana ja kävimme läpi tuokioon kuuluvia sääntöjä. Usein myös kysyin lapsien kuulumisia ja muita yleisiä asioita. Tämän jälkeen leikimme aina saman piirileikin, jotta lapsille muodostuisi selkeä kuva tuokion aloituksesta. Vasta piirileikin jälkeen siirryimme varsinaiseen alkulämmittelyyn. Alkulämmittelyssä käytin erilaisia juoksuleikkejä, jotta lapset lämpenevät ja hengästyvät hyvin. Harjoitusosio koostui uuden asian esittelystä ja sen harjoittelemisesta. Loppuun leikimme lasten valitseman leikin sekä rentouduimme. Keskustelimme rentoutuksen jälkeen päivän liikuntatuokiosta. Yleensä kysyin lapsilta mitkä olivat kivoimmat ja mitkä ikävimmät harjoitukset.

Halusin rakentaa liikuntatuokiot siten, että myös lapset hyötyisivät niistä mahdollisimman paljon. (Liite 1.) En halunnut tehdä liikuntatuokioista erillistä

toimintaa päiväkodin arkeen, joten yhdistin liikunnan osaksi esiopetusta. Valitsin jokaiselle liikuntatuokiokerralle motorisia perustaitoja kehittävän harjoituksen. Motorisia perustaitoja kehittäviä harjoituksia ovat muun muassa havaintomotorinen harjoitus, liikkumisharjoitus, käsittelytaitoharjoitus ja tasapainoharjoitus. Motoriset perustaidot ovat tärkeässä asemassa esiopetuksen liikuntatuokioissa. Perustaitoja ovat esimerkiksi kävelyt, juoksut, hypyt, loikat, istumiset, kääntymiset, kierimiset, potkut, lyönnit, heitot, kiinniotot, pyörytykset, pompotukset ja kuljetukset muunnelmiseen. Motoriset perustaidot ovat kaiken liikkumisen, niin arjen toimintojen kuin liikunnan lajitaitojenkin pohjana. Motoristen perustaitojen monipuolinen harjaannuttaminen leikeissä sekä erilaisissa ympäristöissä liikkumalla on olennainen osa esiopetuksen liikuntaa. (Högström & Saloranta 2001, 154.)

Perustaitojen lisäksi sisällytin tuokioihin myös fyysis- motorisia harjoituksia. Fyysis-motoriseen kehitykseen kuuluvat kunto ja liikehallinta. Kunnolla tarkoitetaan elimistön sopeutumiskykyä fyysisessä rasituksessa. Liikehallinnalla tarkoitetaan liiketehtävissä ilmeneviä yksilöllisiä tekijöitä, joissa hermoston, aistien ja lihasten yhteistoiminta on keskeistä. Kuntoa ja liikehallintaa kehitetään erilaisin juoksu-, kiipeily-, riippumis-, ja hyppelyleikein ja -tehtävin. Lisäksi esimerkiksi pienet pienpelit, temppuilu telineillä ja välineillä sekä liikkuminen eri tavoin musiikin mukana kehittävät kuntoa ja liikehallintaa. Liikkuvuuden ylläpitäminen venyttelemällä on tarkoituksenmukaista jo esiopetuksessa. (Högström & Saloranta 2001, 154.)

Kirjoitin jokaisen tuokion jälkeen havaintoja sekä tyttö- että poikaryhmästä. Kirjoitin muun muassa tuokioiden sujuvuudesta, eroista ryhmien välillä sekä omista sen hetkisistä tunteistani. Havainnoimista helpotin kuvaamalla kuusi liikuntatuokiota. Jälkeenpäin pystyin muistelemaan videokuvan avulla tuokioita sekä tarkkailemaan omaa ohjaamistani. Videokuvan avulla pystyin ulkopuolisena havainnoimaan, miten ohjaamiseni eroaa ohjatessani tyttö- ja poikaryhmää. Havaintojeni pohjalta pystyin muokkaamaan seuraavaa liikuntatuokiota vielä sopivammaksi tytöille ja pojille.

Taulukko 1. Liikuntatuokioiden kuvaus.

Liikuntatuokio	Tavoitteet	Toteutus
1. Liikuntatuokio	Havaintomotoristaitojen harjoittelu	<ul style="list-style-type: none"> • Piirileikki • Häntähippa • Liikuntakorttirata • Huiskarentoutus
2. Liikuntatuokio	Erilaisiin liikkumistapoihin tutustuminen	<ul style="list-style-type: none"> • Piirileikki • Kuningaspallo • Liikkumistavat • Rentoutus
3. Liikuntatuokio	Käsittelytaitojen harjoittelu pallon avulla	<ul style="list-style-type: none"> • Piirileikki • Polttopallo • Pallon käsittelyä erilaisten heittojen avulla • Pallorentoutus
4. Liikuntatuokio	Havaintomotoristaitojen harjoittelu	<ul style="list-style-type: none"> • Piirileikki • Haarahippa • Havaintoleikki ”linnunpesä” • Rentoutus
5. Liikuntatuokio	Tasapainon harjoittelu	<ul style="list-style-type: none"> • Lämmittelyjumppa • tasapaino-/tempurata • Loppurentoutus

3. VARHAISKASVATUKSEN MÄÄRITTELYÄ JA ESIOPETUKSEN LIIKUNTASUOSITUKSIA

3.1 Varhaiskasvatus ja esiopetus

Varhaiskasvatus on pienten lasten eri elämänpiireissä tapahtuvaa kasvatuksellista vuorovaikutusta, jonka ensisijaisena tavoitteena on edistää lasten tasapainoista kasvua, kehitystä ja oppimista. Otin liikuntatuokioissa huomioon varhaiskasvatuksen yleiset tavoitteet. Suunnittelin liikuntatuokiot lasten iän ja kehityksen mukaan, jotta edistäisin lasten kehitystä ja oppimista. Varhaiskasvatus on suunnitelmallista ja tavoitteellista vuorovaikutusta, jossa lapsen omaehtoisella leikillä on keskeinen merkitys. Suunnittelin huolella liikuntatuokiot ja asetin jokaiseen tuokioon tavoitteet. Tuokioiden aikana lapset olivat vuorovaikutuksessa sekä minun että muiden lasten kanssa. Tuokiot rakensin siten, että lapset kokevat vuorovaikutusta sekä pari- että ryhmätilanteissa. Leikin osuus tuokioissa oli tärkeää. Pyrin rakentamaan jokaisen toiminnan leikiksi, jotta lapsi voisi sen kautta oivaltaa toiminnan merkityksen paremmin. Rinnastin esimerkiksi hypyt kengurun loikaksi ja laukka-askeleet hevosen laukaksi. Varhaiskasvatusta järjestetään varhaiskasvatuspalveluissa, joista keskeisimpiä ovat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito sekä erilainen avoin toiminta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 2005, 11.)

Varhaiskasvatuksen arvopohja perustuu lapsen oikeuksia koskevaan yleissopimukseen, jossa tuodaan esiin lasten tasa-arvoisen kohtelun vaatimus, lapsen etu ja oikeus elämään ja täysipainoiseen kehitykseen. Tuokioiden suunnittelussa ja toteutuksessa minun piti huomioida erityisesti lasten tasa-arvoinen kohtelu. Tuokioissa tasa-arvoinen kohtelu näkyi muun muassa siinä, että tuokiot olivat sekä tytöille että pojille samanlaiset. Yleissopimuksessa nostetaan myös esiin se, että lapsen mielipide tulee ottaa huomioon. Vaikka olin suunnitellut tuokioiden sisällön itse, lapset saivat valita vapaasti yhden yhteisen leikin. Tällä halusin varmistaa, että tuokioissa otan huomioon myös lasten mielipiteet. Lisäksi Suomen perusoikeussäännöksistä ja muista asiakirjoista voidaan johtaa varhaiskasvatuksen keskeiset periaatteet. Näitä periaatteita ovat lapsen oikeus turvallisiin ihmissuhteisiin, turvattuun kasvuun, kehitykseen ja oppimiseen sekä turvattuun että terveelliseen ympäristöön, jossa toimia ja leikkiä monipuolisesti. Pyrin luomaan jokaisen tuokion lapsille turvalliseksi oppimiskokemukseksi. Liikuntatuokioilla halusin lisätä lasten luottamusta itseensä sekä toisia lapsia kohtaan.

Siksi pyrinkin tuokioissa siihen, ettei kukaan lapsi joutuisi kokemaan epämiellyttävää tai nolatuksi tulemisen tunnetta. Lapsella on oikeus tulla ymmärretyksi ja kuulluksi ikänsä ja kehitystasonsa mukaisesti, saaden tarvitsemaansa erityistä tukea. Kunnioitin jokaisen lapsen sen hetkistä kehitystasoa, sillä jokainen lapsi kehittyy ja oppii omaan tahtiinsa. Tuokioihin osallistuminen oli lapsille vapaaehtoista, mutta onnekseni jokainen lapsi oli innokas pääsemään mukaan liikkumaan. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 2005, 13.)

Liikuntatuokioiden suunnittelussa minun täytyi ottaa varhaiskasvatussuunnitelman lisäksi myös esiopetuksen opetussuunnitelma huomioon, koska kohderyhmänäni olivat esikouluikäiset lapset. Esiopetus on osa varhaiskasvatusta ja sen tavoitteena on taata kaikille lapsille tasavertaiset edellytykset oppimisvalmiuksiensa kehittämiseen ennen oppivelvollisuutta (Högström & Saloranta 2001, 14). Aluksi mietin, että toteuttaisin liikuntatuokiot vain pojille ja tarkastelin mitä tietoa ja taitoa tarvitsen poikaryhmän ohjaamiseen. Työharjoittelun aikana esikouluryhmät tulivat kuitenkin läheisiksi minulle, joten halusin tarjota jokaiselle esikoululaiselle samat oppimismahdollisuudet. Päätökseeni vaikutti myös se, että tarvitsin molempia sukupuolia verratakseni miten sukupuoli voi vaikuttaa ohjaustaitojeni kehittymiseen. Esiopetuksessa tuetaan ja seurataan fyysistä, psyykkistä, sosiaalista, kognitiivista ja emotionaalista kehitystä sekä ennaltaehkäistään mahdollisesti ilmeneviä vaikeuksia. Tuokioiden jälkeen keskustelin muutaman työntekijän kanssa mahdollisista vaikeuksista, joita olin havainnut lapsissa tuokioita pitäessäni. Vaikka tämä ei kuulunut opinnäytetyöhöni mitenkään, katsoin että minulla oli velvollisuus tehdä yhteistyötä työntekijöiden kanssa ja kertoa mahdollinen huoli. Tällä tavalla pystyin auttamaan työntekijöitä ennaltaehkäisemään mahdollisia vaikeuksia lapsissa. Tärkeää on vahvistaa lapsen tervettä itsetuntoa myönteisten oppimiskokemusten avulla sekä tarjota mahdollisuuksia monipuoliseen vuorovaikutukseen muiden ihmisten kanssa. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 6.)

Esiopetuksessa käsitellään sellaisia asioita, joista useat lapset ovat kiinnostuneita, mutta samalla pyritään herättämään niiden lasten kiinnostusta ja motivaatiota, joilta ne näyttävät puuttuvat (Högström & Saloranta 2001, 7-8). Osa lapsista oli liikkunut enemmän kuin toiset ja tämä näkyi tuokioissa. Vähemmän liikkuvia lapsia jouduin motivoimaan enemmän toimintaan. Tuokiot pyrin järjestämään mahdollisimman

kiinnostaviksi jokaiselle lapselle. Toisaalta tämä oli tuokioissa mahdotonta, koska lapsia oli niin paljon, etten voinut tyydyttää kaikkien mieltä samaan aikaan. Esiopetuksessa on huomioitava myös sukupuolten erityistarpeet. Esiopetuksen opetussuunnitelmassa ei kuitenkaan tuotu esille, mitkä olivat näitä sukupuolten erityistarpeita, joitain täytyy ottaa huomioon. Tuon kuitenkin myöhemmin esille miten minä huomioin sukupuolten tarpeet tuokioissa. Esiopetuksessa lapsi oppii ymmärtämään vertaisryhmän merkityksen, hallitsemaan itseään paremmin, ymmärtämään tasavertaisuutta ja hyväksymään ihmisten erilaisuuden. Erilaisten pelien kautta pyrin osoittamaan lapsille, että he tarvitsevan myös muita pelin voittamiseen. Yksin pelaamalla pelin voitto ei onnistu. Tuokioissa osalla lapsella oli vaikeaa ymmärtää, ettei jokainen lapsi ollut yhtä taidokas kuin muut. Yritin parhaani mukaan kertoa lapsille, että toiset ovat harjoitelleet enemmän ja harjoittelun avulla kaikki voivat oppia paremmiksi liikkujiksi. Aluksi annoin lasten valita itse parinsa. Kun sain selville, ketkä lapset ovat yleensä kenenkin lapsen seurassa, sekoitin parit. Näin lapset oppisivat olemaan muidenkin lasten kanssa ja ymmärrys erilaisuutta kohtaan kehittyisi. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 6-7.)

3.2 Esiopetuksen liikuntakasvatus

Liikuntakasvatuksen tehtävänä on tukea lapsen kokonaisvaltaista kehitystä ja hyvinvointia. Liikuntakasvatuksen päätavoitteet ovat: oppia liikkumaan ja oppia liikunnan avulla. Liikuntakasvatuksella tuetaan lapsen synnynnäistä tapaa oppia itsestään ja ympäristöstään fyysisen toiminnan kautta. (Luukkonen & Sääkslahti 2004, 6.) Esiopetuksen liikuntakasvatuksessa edistetään lapsen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä sekä kasvua ja kehitystä. Päivittäinen monipuolinen liikunta on välttämätöntä lapsen tasapainoiselle kasvulle, kehitykselle ja terveydelle. Liikkumisen ja leikin avulla harjaannutetaan lapsen fyysistä ja motorista kuntoa, liikehallintaa ja motorisia perustaitoja. Lapsen hienomotoriikka, kädentaidot sekä käden ja silmän yhteistyö kehittyvät arkipäivän toiminnoissa. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 16.)

Ohjatun liikunnan lisäksi lapselle annetaan mahdollisuuksia omaehtoiseen liikunnalliseen toimintaan ja leikkiin. Lasta tuetaan toimimaan omaehtoisesti, aloitteellisesti ja yhteistoiminnallisesti ryhmässä sekä rohkeasti kaikissa

liikuntatilanteissa. (Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010, 16.) Liikuntatuokioiden pitäminen esikoululaisille oli minulle aineiston keruumenetelmä, mutta halusin samalla tarjota lapsille monipuolisen liikkumisen mahdollisuuden. En lähtenyt toteuttamaan yhtäkään tuokiota puolivaloilla, vaan jokaisella kerralla suunnittelin ja valmistelin tuokiot etukäteen. Haluni panostaa liikuntatuokioihin johtui siitä, että liikunta merkitsee minulle itselleni todella paljon. Liikuntatuokioista pyrin saamaan mielenkiintoisia ja hauskoja kokemuksia lapsille, jotta heille jäisi hyvä mieli liikunnasta ja he jatkaisivat liikunnan harrastamista myös vapaa-ajallaan.

Liikuntatuokioiden avulla halusin tarjota lapsille mahdollisuuden osallistua omaehtoisen liikunnan lisäksi ohjattuun liikuntaan. Näin pystyin pitämieni liikuntatuokioiden avulla tukemaan ja edistämään lapsien fyysistä ja motorista kehitystä. Esiopetuksen liikuntatilanteet ovat monipuolisia oppimistilanteita, joihin sisältyy onnistumisia, pieniä kolhuja, yrittämistä, harjoittelua, iloa, ristiriitoja, jännitystä, sovittelua, eläytymistä ja oivalluksia. Esiopetuksen liikunnallisen toiminnan avulla voidaan tukea ja vahvistaa myös esiopetuksen muita osa-alueita ja eteenkin ihmissuhdetaitojen kehittymistä. Liikuntatuokioihin sisällytin esimerkiksi värejä, numeroita, kehonosia sekä erilaisia kuvioita. Hauskan liikuntaleikin aikana lapset oppivat erilaisia asioita, vaikka eivät tiedostakaan sitä, että leikki on tarkoitettu myös oppimistilanteeksi. (Högström & Saloranta 2001, 153.)

Lapselle tulee antaa mahdollisuus osallistua ohjattuihin liikuntatuokioihin useita kertoja viikossa. Kansainvälisiin suosituksiin pohjautuvien päivittäisen liikunnan kokonaismäärä tulee olla vähintään kaksi tuntia. Liikunnan tulee olla reipasta ja riittävän kuormittavaa (eli hengästyttävää). Koska lapsen hengästyminen on yksilöllinen, suositus huomioi lasten yksilölliset erot. Liikuntatuokioissa alkulämmittelyn olin suunnitellut melko reippaaksi ja kuormittavaksi. Alkulämmittelyn tarkoitus on nimensäkin mukaisesti tuottaa ensilämpö vartaloon. Alkulämmittelyleikkeinä käytin paljon erilaisia juoksuleikkejä, jotta lapset hengästyisivät kunnolla. Lapsen kokonaismääräisestä liikunnasta suurin osa muodostuu lapsen omaehtoisesta liikunnasta. Toteuttamani liikuntatuokiot lisäsivät esikouluikäisille lapsille tunnin ohjattua liikuntaa viikossa. Liikuntatuokioita tulisi järjestää sekä sisälle että pihalle 1krt/vko. Niiden lisäksi lyhyitä liikuntatuokioita voi sisällyttää myös muiden toimintojen osaksi. Ohjatun liikuntatuokion pituus vaihtelee lasten iästä ja liikunnan

intensiteetistä riippuen 10 minuutista noin 60 minuuttiin. Toteuttamani liikuntatuokiot olivat kestoaltaan 30 minuuttia/ kerta. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 10, 11, 24.)

Varhaiskasvatushenkilöstön ja vanhempien tulee yhdessä huolehtia riittävän päivittäisen liikunnan määrän täyttymisestä. Siksi liikuntakasvatuksessa tulee hyödyntää kasvatuskumppanuutta. Kasvatuskumppanuudella tarkoitetaan vanhempien ja henkilöstön tietoista sitoutumista toimimaan yhdessä lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen prosessien tukemisessa. Tämä edellyttää keskinäistä luottamusta, tasavertaisuutta ja toisten kunnioittamista. Vanhemmilla on lastensa ensisijainen kasvatusoikeus ja -vastuu ja oman lapsensa tuntemus. Henkilöstöllä on koulutuksensa antama ammatillinen tieto ja osaaminen sekä vastuu kasvatuskumppanuuden ja tasavertaisen yhteistyön edellytysten luomisessa. Liikuntatuokioiden aikana tein yhteistyötä sekä vanhempien että työntekijöiden kanssa. Vanhemmilta pyysin tutkimusluvut lasten osallistumisesta liikuntatuokioihin. Työntekijöiden kanssa yhteistyötä oli enemmän. Keskustelimme paljon lasten liikunnallisista taidoista sekä esittelin toteuttamani liikuntatuokiot heille. Yhdellä liikuntatuokio kerralla eräs työntekijä oli apunani videokuvaamassa tuntia sekä samalla seuraamassa lasten toimintaa. Samalla kerralla pyysin myös itse henkilökohtaista palautetta ohjaamisestani. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 24, 31.)

4. PROSESSIN SUUNNITTELU

4.1 Esikouluikäiset (5-6- vuotiaat)

Lasten yksilölliset erot näkyvät esikouluikässä selkeimmin. Lapset, jotka ovat liikkuneet, erottuvat liikuntaharrastuksissa. Kaikkien lasten motivaation ylläpitäminen edellyttää ohjaajalta kykyä rakentaa tunnista jokaiselle riittävän haastava ja toisaalta myös sellainen, että onnistumisen kokemukset ovat kaikille mahdollisia. (Autio & Kaski 2005, 26.) Kysyin ensimmäisellä liikuntatuokio kerralla lasten harrastuksista. Muutama lapsi kävi musiikkileikkikoulussa, mutta vain yksi lapsista kävi kerran viikossa telinevoimistelussa. Tuokioiden edetessä telinevoimistelua harrastava lapsi erottui joukosta selkeästi. Sekä tyttöjen- että poikienkin ryhmässä oli kuitenkin lapsia, jotka erottuivat joukosta, ilman että harrastivat mitään.

Esikouluikäinen alkaa samaistua yhä enemmän kaveripiiriin. Sosiaaliset suhteet saavat aiempaa merkittävemmän aseman lapsen elämässä. Tuokioiden aikana halusin lasten toimivat kaikkien lasten kanssa, mutta halusin myös tukea lasten pysyvämpiä kaverisuhteita. Suunnittelin tuokiot siten, että ne sisältävät sekä pari- että ryhmätyöskentelyä. Joskus annoin lasten valita parinsa, mutta toisinaan valitsin lasten parit itse. Esimerkiksi poikien kohdalla valitsin useammin parit itse, koska huomasin poikien keskittyvän toimintaan paremmin vieraamman lapsen kanssa. Esikouluikässä tyttöjen ja poikien leikit alkavat näyttää erilaisilta. Tämä tuli esille myös tuokioissa. Sama tuokio näytti aivan eriltä tyttöjen suorittamana kuin poikien suorittaman. Poikien heitellessä palloja, pallot lensivät ympäri salia kun taas tytöt heittelivät palloja rauhassa, välillä pallo karaten. (Autio & Kaski 2005, 26, 28.)

Lapsi kykenee viiden- kuuden vuoden ikäisenä keskittymään jo pitkäksi aika tarkkaavaisuutta vaativiin tehtäviin, mikäli tehtävät ovat sisällöllisesti mielenkiintoisia. Lapsi osaa keskittää huomion olennaisiin asioihin ja jättää vähemmän tärkeät ärsykkeet huomiotta. Tämänikäisillä lapsilla on suuri tarve miellyttää ohjaajaa. Esikouluikäinen on kiinnostunut monista asioista. Ohjaajan tulee ottaa todesta lapsen innostus ja tukea hänen aloitteellisuutta sekä halua oppia ja kokeilla. Näin lapsi saa kokemuksen siitä, että hänen toimintansa on merkityksellistä ja tärkeää. Kun lapsi on viiden- kuuden vuoden iässä, hänen persoonallisuutensa kehittyy voimakkaasti. Lapsella on käsitys

itsestään. Tämä käsitys on suhteellisen pysyvä, se ei riipu onnistumisesta tai epäonnistumisesta ja se muuttuu vain hitaasti. (Autio & Kaski 2005, 26, 27, 28.)

Lapset olivat hyvin erilaisia keskenään, osa lapsista oli innoissaan jokaisesta toiminnasta ja osaa lapsista jouduin kokoajan motivoimaan liikkumaan. Parhaaksi motivointi keinoksi osoittautui amerikkalaisen Premackin esille tuoma motivointikeino. Lapselle jokin harjoitus on mieluisampi kuin toinen. Ohjaaja taas tietää, että taidon opettamisessa ei ole oikotietä, joten kaikki harjoitteet tulee läpikäydä saavuttaakseen oppimistuloksen. Mieluisaa harjoitusta voi käyttää "porkkanana" jolloin saadaan lapsi tekemään vähemmän mieluinen harjoitus. ”Saat heitellä koreja (mieluinen harjoitus) kunhan olet kuljettanut pallon salin päästä päähän (vähemmän mieluinen harjoitus).” "Kunhan kaikki ovat hiljaa ja kuuntelevat (vähemmän mieluinen), aloitamme pelin (mieluinen).” (Autio 1997, 22.)

Viisi- kuusi- vuotiaat lapset ovat valmiita harjoittelemaan erityistaitoja vaativia liikkeitä: luistelua, pyöräilyä ilman apurenkaita ja hyppynarulla hyppelyä. Saatuaan harjoitusta lapsi kykenee selviytymään erilaisessa maastossa. Hän säätelee nopeutta, hallitsee suunnan muutoksia ja tekee useita toimintoja samanaikaisesti. Erilaiset pihaleikit esimerkiksi jalkapallo, naruhyppely, ruutuhyppely ja polttopallo ovat hyviä motorisia harjoitteita tämänikäisille. Liikuntaharrastuksessa leikinomainen ja mielikuvia hyödyntävä erityistaitojen harjoittelu on mahdollista. (Autio & Kaski 2005, 28.)

4.2 Tyttöjen ja poikien erot

Tyttöjen ja poikien kehityksellisiä eroja on havaittu sekä fyysisen, kielellisen että sosiaalisen kehityksen alueella. Kyse on monimutkaisesta biologisten ja kasvatuksellisten tekijöiden vuorovaikutuksesta. Huomion kiinnittäminen sukupuolten välisiin kehityksellisiin eroihin on tärkeää sen vuoksi, että voidaan arvioida, onko tytöllä ja pojalla yhtä hyvät kehittymisen, kasvamisen ja toimeliaisuuden mahdollisuudet. (Huttunen 1992, 44.) Esittelen seuraavaksi yleisiä kehityksen eroja tyttöjen ja poikien välillä sekä liikuntatuokioissa esille tulleita eroja. On syytä muistaa, että tyttöjen ja poikien välillä on kuitenkin havaittavissa enemmän yksilöllisiä eroja kuin sukupuolten välisiä eroja. Monet tytöt ja pojat oppivat tietyt asiat suunnilleen

samanikäisinä. Aina on lapsia, jotka saavuttavat jonkun virstanpylvään joko ennen keskimääräistä ikää tai vasta sen jälkeen. (Macmillan 2006, 99.)

Pojat ovat usein aktiivisempia, uteliaampia, kilpailevampia, hallitsevampia ja aggressiivisempia kuin tytöt. Pienestä pitäen he harrastavat rajumpia leikkejä ja nauttivat melskaamisesta. Fyysinen nahistelu ei ole ominaista vain pojille, mutta pojilla se on tavallisempaa ja rajumpaa kuin tytöillä. Sukupuolieroja koskevat tutkimukset osoittavat, että pojat harrastavat huomattavasti enemmän kilpailuhenkisiä asioita, esimerkiksi jalkapalloa tai koripalloa, kun tytöt. Ilmeistä on myös, että poikien leikeissä ryhmät ovat usein suurempia ja hierarkkisesti järjestyneempiä kuin tyttöjen leikeissä. (Macmillan 2006, 18, 68.)

Pojat ovat jo vauvana fyysisesti vahvempia kuin tytöt. Makuullaan he nostavat päänsä korkeammalle ja liikuttavat aktiivisesti koko vartaloaan. Pojat menestyvät usein voimaa vaativissa tehtävissä. Jo 5- vuotiaana pojat hyppäävät pidemmälle, juoksevat nopeammin ja heittävät pallon kauemmaksi kuin samanikäiset tytöt. Poikien lihaskoordinaatio on palloa ylä- ja sivukautta heittäessä parempi ja tavallisesti pojat myös oppivat tyttöjä aikaisemmin ajamaan kaksipyöräisellä polkupyörällä. Tytöt sen sijaan ovat tavallisesti poikia parempia joissakin tasapainoa ja koordinaatiota vaativissa tehtävissä, esimerkiksi erilaisissa hypyissä kuten naruhyppelyssä. Jotkin hienomotoriikkaa vaativat tehtävät, kuten napittaminen, sujuvat myös usein tytöillä paremmin. Nämä johtuvat osittain siitä, että hienomotoriikassa tarvitaan keskittymistä ja tarkkuutta. Lisäksi tytöt oppivat usein poikia aikaisemmin syömään itse, käyttämään saksia ja sitomaan kengännauhansa. Vanhemmat kiinnittävät näihin asioihin suurta huomiota ja tytöt ovat poikia innokkaampia miellyttämään vanhempiaan. (Macmillan 2006, 98.)

Kielellisen kehityksen alueella on havaittu myös selkeitä eroja sukupuolten välillä. Tyttöjen on todettu kehittyvän kielellisesti nopeammin kuin poikien. Tytöt oppivat aiemmin puhumaan, heidän sanasujuvuutensa ja sanavarastonsa on todettu olevan suurempi kuin poikien. Pojilla on todettu enemmän erilaisia äännevirheitä ja puhehäiriöitä kuin tytöillä. Voimakkaasti kielelliseen vuorovaikutukseen perustuva päiväkotikasvatus on tytöille helpompaa kuin pojille: ohjeet, kehotukset ja toiveet verbaalisina ilmauksina ovat helpommin ja herkemmin tyttöjen omaksuttavissa. (

Huttunen 1992, 46.) Pitämissäni liikuntatuokioissa tuli hyvin esille se, että tytöt todella omaksuivat verbaaliset ilmaukset paremmin kuin pojat. Usein poikien kohdalla minun oli näytettävä esimerkkiä tulevasta harjoituksesta, että he ymmärsivät mitä tulemme seuraavaksi tekemään. Poikien kohdalla huomasin käyttäväni lyhyitä ja ytimekkäitä ohjeita ja kehotuksia enemmän kuin tyttöjen kohdalla.

Tyttöjen ja poikien leikkien erilaisuudet osoittavat hyvin sosiaalisen kehityksen eroja. Tytöt muodostavat pieniä intiimejä tyttöpareja tai kolmikoita, sen sijaan poikien on todettu jo esikouluikäisinä muodostavan mielellään isompia poikaryhmiä. Poikien ryhmissä kilpailullisuus on selkeästi esillä. Pojat mielellään hakeutuvat leikkitalanteisiin, joissa he voivat koetella voimiaan ääri rajoille asti, voivat ottaa mittaa toisistaan. (Huttunen 1992, 46-47). Tyttöjen ystävyysuhteita voisi kuvata kasvotusten olemisena, kun vastaavasti poikien ystävyys on vieretysten olemista. Tyttöjen käyttäytymistä kaverisuhteissaan voisi kuvata "toisiaan kannustavalla" tyylillä, mikä tarkoittaa sitä, että tytöt tukevat ja rohkaisevat toisiaan, ilmaisevat samanmielisyytensä ja tekevät ehdotuksia. Tällainen käyttäytyminen lujittaa ystävyysuhteita, lisää intiimiyttä ystävyysuhteissa ja säilyttää vuorovaikutuksen toimivana. Kulttuuriset normimme ja odotuksemme suuntaavat poikia mieluummin kilpailemaan keskenään kuin kannustamaan toinen toistaan hyviin suorituksiin. (Keskinen & Hopearuoho- Saajala 1994, 36–37, 42.)

Liikuntatuokioissa kiinnitin erityisesti huomiota siihen, että tietyt tytöt halusivat olla toistuvasti parhaan kaverinsa parina. Työistä oli helppo huomata, ketkä leikkivät yhdessä ja ketkä tytöt jäivät usein kaveripiiriin ulkopuolelle. Pojissa tämä ei näkynyt niin selvästi, osaksi tähän voi vaikuttaa se, että tytöt saivat poikia useammin valita itse parinsa liikuntatuokioissa. Huomasin melko pian, että jos annoin poikien valita itse parinsa, toiminta muuttui rauhattomaksi ja ryhmän hallinta oli vaikeampaa. Vain yksi poika pari hakeutui tietoisesti toistensa seuraan ja esimerkiksi ulkoilussa huomasin, että nämä pojat leikkivätkin melko usein kahdestaan. Parien valinnassa syntyi myös mustasukkaisuutta varsinkin tytöillä. Jos minä määräsin parit, moni tyttö osoitti tyytymättömyyttään hankalalla käyttäytymisellä. Pojille tärkeämpää oli saada pariksi taitava kaveri, joka esimerkiksi kilpailu tilanteissa olisi hyödyksi.

Kilpailuhenkisyys oli toinen asia, mihin kiinnitin liikuntatuokioissa huomiota. Suunnittelin muutaman tuokion juuri sitä varten, että saisin käsityksen siitä, miten tytöt ja pojat suhtautuvat voittamiseen ja häviämiseen. Yhdessä tuokiossa kaksi eri joukkuetta yritti saada hernepusseja heittäen jumppapallon toisen joukkueen puolelle. Se joukkue kenen puolelle pallo tuli nopeinten viisi kertaa hävisi. Voittajatytöt lällättelivät pienen aikaa hävinneille ja juhlivat voittoaan kiljuen. Häviäjät ottivat asian melko hyvin vastaan ja pystyimme jatkamaan normaalisti tuntia eteenpäin. Pojille häviäminen oli kovempi paikka. Ensin häviäjät syyttivät toisiaan ja sen jälkeen alkoivat syyttää vastustajajoukkueen huijanneen. Häviäjät eivät sulattaneet tappiota helpolla, vaan kilpailullisuus näkyi loppu tuokion ajan.

Liikunta auttaa lapsia käsittelemään tunteitaan. Joskus voitto ja häviäminen ovat henkilökohtaisia ja toisinaan ne ovat yhteisiä. Mutta olivatpa myötä- tai vastoinkäymiset henkilökohtaisia tai joukkueen yhteisiä, niihin sisältyy moninaisia tunteita: iloa, epätoivoa, ylpeyttä, häpeää, vihaa, voitonriemua, vaatimattomuutta. (Pollack 1999, 297.) Halusin liikuntatuokioiden olevan opettavainen kokemus lapsille, ja siksi pyrin herättämään lapsissa mahdollisimman paljon erilaisia tunteita. Tytöt vastustivat usein kilpailuhenkisiä liikuntatuokioita, koska pelkäsivät kohdata epäonnistumisen tunteen. Tytöt ottivat enemmän henkilökohtaista vastuuta epäonnistumisestaan, kun taas pojat mieluummin syyttivät muita epäonnistumisesta. Epäonnistumisen jälkeen pojat yleensä paransivat suoritustaan ja selittivät epäonnistumistaan huonolla onnella.

Tyttöjen ja poikien luonnollisiin kehityseroihin on hyvä kiinnittää tietoisesti huomiota, jotta heidän kehitykselle saadaan parhaat mahdolliset olosuhteet. Jakaessani tytöt ja pojat eri ryhmiin halusin tietoisesti nähdä, miten sama liikuntatuokio eroaa tytöillä ja pojilla. Liikuntatuokioiden aikana tuli esille paljon tytöille ja pojille ominaisia tapoja toimia. Erilaisuus tuli selkeinten esille ystävyysuhteissa sekä tunteiden kohtaamisessa voitto- ja häviämistilanteissa. Sukupuolet käyttäytyvät erillä tavalla siksi, että heidän tarpeensa ovat erilaiset. Sen vuoksi kumpikin sukupuoli tarvitsee erilaisten metodien käyttöä. Miten ihmeessä selviämme molempien sukupuolten kanssa yhtä aikaa samassa tilassa ja varmistamme, että kaikki saavat tarvitsemansa? (Arnesen 1998, 52.)

5. PROSESSIN TOTEUTUS

5.1 Lapsiryhmän ohjaus

Hyvä hallinta on kyky saada lapset sopeutumaan toisiinsa, ohjaajaan, erilaisiin toimintatilanteisiin sekä yhteisiin sääntöihin. Sille on ominaista vaivattomuus ja joustavuus. Kuitenkin se on vain apukeino, josta ei pidä tehdä päämäärää. (Heikkinen- Peitsoma & Rautakivi 1987, 46.)

Lapsiryhmän ohjaaminen on haastavaa ja onnistuneen ohjauksen edellytyksenä on hyvä ennakkovalmistelu ja huolellinen suunnittelu. Pitkäjänteisillä suunnitelmilla varmistetaan että työskentely on monipuolista, kehitettävää ja lapsikeskeistä (Heikkinen- Peitsoma & Rautakivi 1987, 47). Ohjaajan kannattaa tutustua ryhmään ennalta ja varata takataskuun monta varasuunnitelmaa. Tuokion aikana ei saa olla liikaa tyhjiä hetkiä, eikä liian paljon jonottamista tai odottamista. Nämä odotukset saattavat jo aiheuttaa vaikeuksia ryhmän ohjaamiseen ja hallintaan. Ohjaaja voi tehdä virhearvioiteja, jolloin tuntisuunnitelma ei toimikaan. Tällöin on hyvä muistaa, että lasten liikunnan ohjaus on usein prosessi ja seuraavalla kerralla voi palata edellisen kerran tapahtumiin. Sanonta "hyvin suunniteltu on jo puoliksi tehty" pitää paikkansa varsinkin lapsiryhmien ohjauksessa. (Autio & Kaski 2005, 63.) Tutustuin lapsiryhmään harjoittelujakson aikana, joten minun oli helppo suunnitella lasten kehitystasoa ja vireystilaa vastaavat liikuntatuokiot. Ryhmässä ei ollut kovin vilkkaita lapsia, joten liikuntatuokioita suunnitellessani uskalsin ottaa tuokioihin hieman vauhdikkaampiakin leikkejä. Varmuuden vuoksi minulla oli aina muutama varaleikki suunniteltuna, joita voisin hyödyntää tarpeen vaatiessa.

Lapsiryhmän ohjaamiseen vaikuttavat ohjaajan lisäksi ryhmän koko ja toimintatilat. Esikouluikäiset lapset tarvitsevat suuren liikkuvuutensa vuoksi paljon liikkumistilaa. Jos lapset joutuvat toimimaan ahtaissa tiloissa lähekkäin, vaatii työskentely sujuakseen paljon sekä ohjaajalta että lapsilta. Lapsiryhmän koko vaikuttaa ratkaisevasti itse ohjattavuuteen. Käytännön kokemukset osoittavat, että kun lapset saavat pienessä ryhmässä tarpeeksi aikuisen huomiota, he alkavat aivan toisella tavalla suhtautua tovereihinsa ja yhteistyöhön heidän kanssaan. Suurissa ryhmissä lapset joutuvat kilpailemaan aikuisen huomiosta ja tulevat helposti väsyneiksi ja levottomiksi. Myös

riittävät välineet ja materiaalit helpottavat ryhmän ohjaamista. (Heikkinen- Peitsoma & Rautakivi 1987, 46–49.) Toimitilat päiväkodissa olivat melko hyvät. Tilat eivät silti olleet niin suuret, että olisin voinut toteuttaa liikuntatuokiot yhtä aikaa kaikille lapsille. Jako tyttöihin ja poikiin oli mielestäni myös tilaa ajatellen hyvä ratkaisu. Lasten keskittymisen kannalta oli hyvä, että tilan sai eristettyä liukusermin avulla. Käytävällä kulkeva henkilökunta olisi voinut viedä lasten keskittymisen tuokioista. Päiväkodissa oli myös tarjolla paljon välineitä, joita pyrin hyödyntämään jokaisessa tuokiossa. Välineet olivat myös lasten mieleen, sillä joka päivä lapsilla ei ole mahdollista hyppiä esimerkiksi trampoliinilla tai heitellä kaverin kanssa palloa.

Hyvän hallinnan kannalta tärkeäksi tekijäksi nousivat yhteiset säännöt, jotka kirjjasimme lasten kanssa yhdessä ylös ensimmäisellä tuokio kerralla. Yhteistyön sujumisen vuoksi lapsille joudutaan antamaan sääntöjä ja määräyksiä. Yhdessä sääntöjen laatiminen mahdollisti lapsille hyvän ymmärryksen rajojen tarkoituksesta ja näin myös lapset muistivat säännöt paremmin. Jokaisen tuokion alussa kertasimme säännöt ja välillä jouduin palauttamaan niitä lasten mieleen tuokioiden aikana. Parhaaksi rauhoittumistavaksi meidän ryhmässä osoittautui penkillä istuminen, jolloin minun oli helppoin tapa saada kaikkien lasten huomio. Varsinkin poikien kohdalla huomasin penkillä istumisen parhaaksi tavaksi siirtyä toiseen harjoitukseen. Lapset ymmärsivät penkille siirtymisen merkitsevän edellisen harjoituksen loppumista ja uuden alkamista. Vaikka välillä tuokiot olivatkin melko touhukkaita ja meluisia, täytyy muistaa että alle kouluikäisten hyvä hallinta ei ole sama kuin hiljaisuus ja paikalla istuminen. (Heikkinen- Peitsoma & Rautakivi 1987, 46, 51–52.)

Poika- ja tyttövaltaisuus vaikuttaa toiminnan sujuvuuteen ja siksi ohjaajan on otettava tämä huomioon työn sujumisen vuoksi. Lasten tulesaan päiväkotiin, heillä on useimmiten kasvatuksen ja muiden ympäristötekijöiden tuloksena jo selvät käsitykset siitä, mikä sopii tytöille ja mikä taas pojille. Erityisesti tämä piirre ilmenee voimakkaasti pojilla 4:n ja 7:n ikävuoden välissä. Pojat tuovat esimerkiksi korostetusti seuraavat samaistumismallit esiin (poikien väri - tyttöjen väri, mies ei itke, tyttöjen työt - poikien työt). Päiväkotien ei tule edistää sukupuolten välisiä eroja. Asenteita on pyrittävä muokkaamaan ja vähitellen opetuksen edistyessä tulisi päästä siihen, että lapset ennakkoluulottomasti ja mielellään ovat mukana erilaisissa työskentelyissä. Kuitenkaan ei pidä lähteä asenteiden muuttamiseen liian rajusti, sillä seurauksena

saattaa syntyä levottomuutta ja hämmennystä, jota on vaikea hetkessä poistaa. (Heikkinen- Peitsoma & Rautakivi 1987, 51.)

5.2 Ohjaajan ominaisuudet

Ohjaaja on tärkein tekijä lasten liikunnan ohjauksessa ja oppimisprosessissa. Ohjaajan laaja-alaisella ja jäsentyneellä otteella opetustapahtumaan on suurempi merkitys kuin sillä, mitä menetelmää käytetään. Hyvä ohjaaja ohjaa lapsen oppimaan, ymmärtämään oppimisen merkityksen ja näkemään sen positiivisena asiana. Ohjaaja luo olosuhteet parhaalle mahdolliselle oppimiselle. (Autio 1997, 19.) Ohjaajana minun päällimmäisenä tehtävänäni oli tarjota lapsille mukava ilmapiiri ja suunnitella harjoitukset niin, että ne sopivat kyseisen lapsiryhmän fyysisiin, sosiaalisiin, taidollisiin ja tiedollisiin taitoihin ja tarpeisiin. Omasta kokemuksesta muistan hyvin kuinka tärkeä rooli ohjaajalla on liikuntatuokioissa.

Tuokioiden alussa selvitin lapsille heti miten toimitaan, jotta kaikilla olisi hauskaa. Pyrin ottamaan lapset haltuun ja voittamaan heidän luottamuksensa. Ohjaajan on tärkeä olla tasapuolinen ja huomioida jokainen lapsi yksilöllisesti jossakin tuokion vaiheessa. (Autio 1997, 19.) Tasapuolisuus näkyi pitämässäni liikuntatuokioissa siten, että toteutin tytöille ja pojille samat tuokiot. Lisäksi pyrin antamaan heille samat mahdollisuudet vaikuttaa asioihin. Lyhyestä ajasta johtuen, en ehtinyt huomioida lapsia yksilöllisesti niin paljon kuin olisin toivonut. Huomioimiseni painottui suurelta osin yksilölliseen kannustukseen ja siitä pyrin pitämään huolen, että jokainen lapsi kuulisi oman nimensä ja kehuvan kannustuksen joka tuokion aikana. Kannustamalla ohjaaja voi vaikuttaa lapsen innostukseen liikuntaa kohtaan. (Autio & Kaski 2005, 65.)

Lapsista välittäminen on ohjaajalle tärkeä ominaisuus, sillä vuorovaikutuksessa ja ohjaustilanteissa lapset tuntevat, että he ovat tärkeitä ja pidettyjä. Samalla välittyy myös lapsille tieto, että heistä välitetään heidän mahdollisista epäonnistumisistaan huolimatta. Lapsista välittämisen ohella ohjaajan aitous on myös tärkeä ominaisuus. Ohjaajan on oltava oma itsensä kokevana ja tuntevana aikuisena. Jokaisella ohjaajalla on oma persoonallinen ja ainutlaatuinen tapa olla vuorovaikutuksessa lasten kanssa ja ohjata ryhmää. Lapset vaistoavan epäaitouden, vaikka sen kuinka yrittäisi piilottaa. (Autio &

Kaski 2005, 64, 66.) Aluksi toteutin hyvin tarkasti suunnittelemani liikuntatuokiota alusta loppuun. Yhdellä kerralla unohdin tuntisuunnitelmani kotia ja toteutin tunnin ulkomuistista. Huomasin tämän kerran olevan paras siihen asti toteuttavistani liikuntatuokioistani, sillä tässä tuokiossa oma persoonallisuuteni tuli enemmän esille kuin aikaisemmin. Persoonallisuuteni esiin tuleminen lisäsi myös aitouttani ja sen jälkeen päätinkin olla kulkematta tuntisuunnitelmaa niin pilkun tarkasti eteenpäin. Annoin tapahtumien kulkea luonnollisesti eteenpäin.

Ohjaajan on oltava luotettava ja turvallinen. Lasten on voitava luottaa ohjaajaan ja ohjaajan on luotettava lasten kykyihin tehdä ja toimia. Ajan myötä tämä alkaa tuottaa tulosta ja lapset alkavat yhä enemmän luottaa itseensä, mikä näkyy oma-aloitteisuutena ja vaativampien taitojen oppimisena. Samalla lapsen myönteinen minäkäsitys liikkujana vahvistuu ja itseluottamus kasvaa. Liikuntatuokioiden vähäisyyden vuoksi en huomannut muutoksia lasten oma-aloitteisuudessa tai itseluottamuksen kasvussa. Toivon silti, että liikuntatuokiota toivat lapsille itseluottamusta ja tämä tulisi esille viimeistään koulujen liikuntatunneilla. Turvallinen ympäristö ja turvallinen ilmapiiri takasivat lapsille mieluisan liikuntatuokion. Turvallisuutta lisäsivät yhteiset rajat, joiden puitteissa toimimme sekä minun vastuuni tunteista ja niiden kulusta. (Autio & Kaski 2005, 65–66.)

5.3 Sukupuolisensitiivinen ohjaus

Liikuntatuokioiden aikana pyrin toteuttamaan sukupuolisensitiivistä ohjausta. Sukupuolisensitiivisen ohjauksen tavoitteena on vahvistaa tyttöjen ja poikien identiteettiä, sosiaalisia valmiuksia ja elämänhallintataitoja. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että lapsen kasvun tukemisessa otetaan entistä enemmän huomioon ne asiat joihin sukupuoli vaikuttaa. Toisaalta taas sukupuolisensitiivisellä ohjauksella pyritään siihen, että lapsilla olisi mahdollisimman laajat mahdollisuudet tehdä juuri sitä, mistä he pitävät riippumatta sukupuolesta. (Suomen Setlementtiliitto ry.) Liikuntatuokioissani sukupuolisensitiivinen ohjaus tuli esille viimeiseksi mainitulla tavalla. Lapset saivat valita oman leikkinsä jokaisessa tuokiossa ja ohjaajana minun täytyi toteuttaa nämä leikit lapsille. Kannustin tyttöjä valitsemaan heidän mieleisensä leikin oli se sitten rajumpi juoksuleikki tai rauhallisempi tanssi hetki. Pojille annoin saman

mahdollisuuden valita rajusta leikistä rauhalliseen keskittymisleikkiin.

Sukupuolisensitiivisyys on myös herkkyyttä tunnistaa omassa toiminnassaan tiedostamattomia tekijöitä, jotka vaikuttavat suhtautumisessa tyttöihin ja poikiin. Ohjaajana oli tärkeä tiedostaa omassa toiminnassani tavat miten kohtelin tyttöjä ja poikia. Huomattuani antavan tytöille enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa itse asioihin, pyrin korjaamaan tilanteen. Halusin olla tasapuolinen kumpaakin sukupuolta kohtaan. Liikuntatuokioissa huomasin silti, etten pysty ohjaamaan ryhmiä samalla tavalla. Minun oli oltava jäykkä ohjatessani poikia, jotta sain ryhmän hyvin hallintaan. Tyttöjen kohdalla riitti osittain vain pieni äänen korottaminen, jos huomasin tilanteen karkaavan käsistäni. Mielestäni tärkeintä kuitenkin on se, että tytöt ja pojat saivat toteuttaa samat liikuntatuokiot ja ohjaajani minun täytyi löytää paras mahdollinen ohjaustapa näiden tuokioiden ohjaamiseen.

Mielestäni sukupuolen huomioimisen kannalta sukupuolisensitiivinen ohjaus on liian haastava melko kokemattomalle ohjaajalle. Toteuttaakseen täydellistä sukupuolisensitiivistä ohjausta täytyisi sukupuolinäkökulma ottaa huomioon kaikessa toiminnassa. Sukupuolisensitiivisellä ohjaajalla tulee olla teoreettista tietoa sukupuolisosialisaatiosta, sukupuolijärjestelmästä ja tasa-arvolainsäädännöistä. (Helsingin yliopisto.) Halusin tuoda sukupuolisensitiivisyys- käsitteen opinnäytetyöhöni, koska osaksi se vaikutti ohjaamiseen. Sukupuolen huomioiminen, teoreettinen tieto tyttöjen ja poikien kehityksen eroista sekä herkkyyden tunnista oma suhtautumiseni tyttöihin ja poikiin kuuluvat sukupuolisensitiiviseen ohjaukseen ja ne tulevat esille opinnäytetyössäni. Todellisen sukupuolen välisen tasa-arvon toteutumiseen minulla on ohjaajana vielä pitkä matka, mutta opinnäytetyön avulla olen saanut hyvän ensikosketuksen asiaan ja tiedän mitkä asiat on hallittava todellisessa sukupuolisensitiivisessä ohjauksessa.

6. OMIEN OHJAUSTAITOJENI KEHITTYMINEN

Lähden pohtimaan omien ohjaustaitojeni kehittymistä tutkimuskysymysten avulla. Olen asettanut tutkimuskysymyksiksi; mitä tietoa tarvitsen ohjatessani esikouluikäisiä tyttöjä ja poikia, mitä taitoja tarvitsen ohjatessani esikouluikäisiä tyttöjä ja poikia sekä miten sukupuolen huomioiminen vaikutti ohjaustaitojeni kehittymiseen.

Teoria osuutta aloin rakentamaan liikuntatuokioiden suunnittelun kautta. Luin paljon kirjallisuutta tuokioiden suunnittelusta sekä mitkä asiat olisi otettava suunnittelussa huomioon. Lasten ikä oli yksi näistä huomioitavista asioista. Tuokiot tuli rakentaa lapsen kehitystason mukaiseksi. Kun olin tutustunut yleisesti esikouluikäisen lapsen kehitykseen, täytyi minun hakea tietoa myös tyttöjen ja poikien kehityksen eroista. Opinnäytetyön teoria osuuden halusin alkavat varhaiskasvatus käsitteen avaamisella, koska koko opinnäytetyöni pohjautuu juuri varhaiskasvatukseen. Päätin myös liittää esiopetuksen varhaiskasvatukseen kanssa samaan lukuun, koska ne tukevat käsitteinä hyvin toisiansa. Jotta punainen lanka opinnäytetyössäni säilyisi, en tehnyt liikuntakasvatuksesta omaa lukua vaan yhdistin sen esiopetuksen liikuntakasvatukseen. Katsoin parhaaksi rajata liikuntakasvatuksen vain esikouluikäisten liikuntakasvatukseen. Mielestäni liikunta osana esiopetusta antaa kattavan selityksen käsitteelle liikuntakasvatus. Liikuntatuokioiden suunnittelu vaiheen jälkeen aloin kerätä kirjallisuutta liikuntatuokioiden toteutuksesta. Toteutusvaiheen teorian rakensin lapsiryhmän ohjauksesta sekä ryhmänohjaajan ominaisuuksista ja taidoista.

Mielestäni opinnäytetyöni kannalta tärkeimmät teorian tiedot ovat esiopetuksen vaatimukset liikunnalle, kuusivuotiaan lapset kehitys, tyttöjen ja poikien kehityksen erot sekä lapsiryhmän ohjaus. Opinnäytetyössäni kohderyhmänä ovat esikouluikäiset lapset, joten tieto esikouluikäisten lasten kehityksestä on välttämätöntä. Opinnäytetyössäni haluan nimenomaan painottaa sukupuolen huomioimista ja siksi katson tyttöjen ja poikien kehityksen erojen selittämisen olevan olennaista opinnäytetyössäni. Suunnitellessani liikuntatuokioita tärkeäksi teorian tiedoksi nousivat esiopetuksen opetussuunnitelman vaatimukset liikunnalle. Koska halusin tehdä liikuntatuokiot osaksi esiopetusta, minun tuli tukea liikuntaleikkien ja -pelien avulla esikouluikäisten lasten fyysistä ja motorista toimintaa, liikehallintaa ja motorisia taitoja. Hyvin suunniteltu liikuntatuokio ei vielä takaa hyvää menestystä liikuntatuokioissa vaan

rinnalle tarvitaan tietoa ohjauksesta. Opinnäytetyön teorian kannalta minusta on tärkeä tuoda esille ohjauksen merkityksestä tuokioissa. Myös ohjaajan ominaisuudet kuuluvat tärkeään teoria osuuteen, mutta paneudun niihin syvemmin toisessa tutkimuskysymyksessäni; mitä taitoa tarvitsen ohjatesani tyttöjä ja poikia.

Mielestäni kaikki teoretieto varhaiskasvatuksesta sukupuolisensitiiviseen ohjaukseen on ollut tärkeää eheän kokonaisuuden kannalta. Osalla teoretiedolla on silti tärkeämpi merkitys toiminnan kannalta. Tiedon löytäminen oli osittain haasteellista. Olisin kaivannut enemmän tietoa tyttöjen ja poikien ohjauksesta. Suurin osa kirjallisuudesta painottui vain lapsiryhmän ohjaamiseen. Silti esimerkiksi esiopetuksen opetussuunnitelmassa painotetaan, että esiopetuksessa on syytä ottaa huomioon sukupuolten erityistarpeet, mutta sanallakaan ei viitata näihin erityistarpeisiin. Toisaalta ajattelin, ettei tyttöjä ja poikia ohjatesa tarvita mahdollisesti erilaista ohjaustapaa, koska tietoa siitä löytyi niin vähän. Toisin sanoen ohjaustapa määräytyy lapsiryhmän mukaan. Tämän vuoksi oli mielenkiintoista lähteä toteuttamaan liikuntatuokioita ja havainnoida tyttöjen ja poikien käyttäytymistä sekä miten oma ohjaamiseni muokkautuu näiden käyttäytymisten myötä.

Toinen tutkimuskysymykseni oli; mitä taitoa tarvitsen ohjatesani tyttöjä ja poikia. Kuten edellä jo mainitsin tyttöjen ja poikien ohjaamiseen ei löytynyt kirjallisuudesta suoraa vastausta vaan jouduin etsimään vastauksen osittain omista havainnoistani ja osittain kirjallisuudesta. Vertailin teorian pohjalta esille tulleita ryhmäohjaajan taitoja omiin ohjaustaitoihini. Tyttöjen kohdalla tärkeimmäksi ohjaustaidoksi osoittautui luovuus kun taas poikien kohdalla se oli jämäkkyys. Tyttöjen kanssa pystyin neuvottelemaan ja sopimaan tilannekohtaisesti miten menetellä. Pojat tarvitsivat muutaman harvat, tärkeimmät säännöt, joita kaikki tinkimättä noudattaisivat. Pojille näytti olevan tärkeitä luoda turvallisuuden tunnetta liikuntatuokioissa.

Yleisesti lapsiryhmiä ohjatesa ohjaajalla on oltava hyvät perusviestintätaidot. Harjoittelin ennen tuokioita selkeiden ohjeiden antamista. Varsinkin poikien kohdalla lyhyet ja ytimekkään ohjeet olivat kaikista parhaimpia. Tuokioiden aikana luovuus nousi yhdeksi tärkeimmistä ominaisuuksista. Vaikka olinkin suunnitellut tuokiot huolella, lapsiryhmää ohjatesa tilanteet elävät ja mitä vaan voi tapahtua. Lasten mielenkiinto saattaa loppua ja syntyä rauhattomuutta, jolloin tarvitaan ohjaajan

luovuutta. Luova ohjaaja voi kehittää leikkiä muuttamalla sääntöjä tai valita varaleikin toisen tilalle. Nämä tilanteet vaativat yleensä ohjaajalta hyvää tilannetajua ja havainnointitaitoja. Varsinkin poikien kohdalla jonottamistilanteet aiheuttivat rauhattomuutta ryhmässä. Tiedostamalla tämän asian pystyin muuttamaan leikkiä siten, ettei jonottamistilanteita syntyisi niin paljon. Pieniä asioita muuttamalla pystyin vaikuttamaan huomattavasti ryhmänhallintaan.

Luovuus ja jäämäkkyys olivat siis tärkeimmät taidot, mitä minä hyödynsin liikuntatuokioissa. Vaikka huomasin tarvitsevani eritaitoja ohjatesani tyttöjä ja poikia, herää silti kysymys olisinko tarvinnut näitä samoja taitoja ohjatesani muita tyttö- ja poikaryhmiä. Kokemuksen lisääntyttyä olen huomannut tarvitsevani jokaisen ryhmän kanssa erilaista ohjaustyyliä. Tarvittava ohjaustaito määräytyy siis ohjattavan lapsiryhmän mukaan. Hyvän havainnointikyvyn omaava ohjaaja pystyy tunnistamaan mitkä ohjaustaidot ovat tärkeitä kunkin lapsiryhmän kohdalla.

Viimeinen ja merkittävin tutkimuskysymykseni oli; miten sukupuolen huomioiminen vaikutti ohjaustaitojeni kehittymiseen opinnäytetyöprosessin aikana. Kerron seuraavaksi miten kehityin sukupuolen huomioimisessa tuokioiden suunnitteluvaiheessa, tuokioiden toteutusvaiheessa sekä miten teoria vaikutti suhtautumiseen tyttöjä ja poikia kohtaan. Tuokioiden toteutusvaiheessa tuon esille miten tyttöjen ja poikien ohjaaminen vaikutti ohjaustaitojeni kehittymiseen.

Aloitin tuokioiden suunnittelun miettimällä, minkä tyylliset harjoitukset sopivat sekä tytöille että pojille. Halusin tarjota monipuolisia harjoituksia sekä saada hyvien kokemusten kautta lapset innostumaan entistä enemmän liikunnasta. Lopulta suunnittelemani liikuntatuokioiden osoittautuivat yllättävän hyviksi toteuttaa sekä tytöille että pojille. Onnistuin luomaan hyvät liikuntatuokioiden mitkä sopivat kummallekin sukupuolelle, ei liian rajua tytöille muttei liian rauhallista pojillekkaan. Tuokioiden suunnittelu oli kuitenkin haastavampaa kuin olin kuvitellut. Minun täytyi ottaa niin monia eri tekijöitä suunnittelussa huomioon, esimerkiksi lasten ikä ja kehitystaso, esiopetuksen vaatimukset liikunnalle, sukupuoli sekä lasten omat toiveet. Saatuaani lopulta hyvän rungon liikuntatuokioille, varsinainen tuokioiden toteutus kehitti minua eniten tuokioiden suunnittelussa. Liikuntatuokioiden havainnointi vaiheessa pystyin arvioimaan suunnitelmieni toimivuutta. Esimerkiksi ensimmäisen toteuttamani

liikuntatuokion jälkeen, olin kirjoittanut punakynällä itselleni ylös seuraavat asiat; katso, ketkä lapset ovat toistensa pareja (varsinkin poikien kohdalla), aikataulu, ohjeiden selkeys sekä sääntöjen kertaus. Seuraavalla tuokio kerralla otin nämä asiat paremmin huomioon ja tällä tavoin pystyin kehittämään jokaista toteuttamaani liikuntatuokiokertaa entistä toimivammaksi. Havaintojen pohjalta pystyin siis suunnittelemaan entistä paremmat tuokioiden lapset ja kehittymään paremmaksi tuokioiden suunnittelijaksi. Suunnitteluvaiheessa teoretieto tyttöjen ja poikien eroista kehittivät minua ohjaajana hyväksymään erin tyyliset toimintatavat lapsissa.

Toteuttamieni liikuntatuokioiden avulla pyrin kehittämään omia ohjaustaitojani. Halusin kehittää ohjaamistani sopivammaksi tytöille ja pojille ohjaamalla erikseen tyttö- ja poikaryhmiä. Pystyin arvioimaan kehitystäni havainnoimalla toimintaani videokuvan avulla sekä tekemieni muistiinpanojen pohjalta. Myöhemmin ajattelin olisiko minun pitänyt pyytää joku päiväkodin työntekijöistä osallistumaan liikuntatuokioihin, jolloin olisin saanut myös ohjaustaitojeni kehitystä koskevaa palautetta häneltä. Yhdellä liikuntatuokio kerralla minulla oli kuvausapuna eräs päiväkodin työntekijöistä ja pyysin häneltä henkilökohtaista palautetta ohjaamisestani. Sain palautetta sen hetkisistä ohjaustaidoistani, mutta sillä ei ollut merkitystä ohjaustaitojen kehityksen kannalta.

Kehitystä tapahtui useilla eri ohjaamisen osa-alueilla. Tuokioiden alkuvaiheessa olin epävarma itsestäni. Vaikka olin ohjannut lapsiryhmiä ennenkin, ohjasin ensimmäistä kertaa itseni suunnittelemaa liikuntatuokioita. Aluksi noudatin hyvin tarkkaan tuokion kulkua ja kuvittelin tilanteen karkaavan käsistäni, jos poikkean suunnitelmastani. Itsevarmuus kuitenkin kasvoi tuokioiden edetessä. Lapset tulivat minulle entistä tutuimmiksi ja alkoivat luottaa minuun enemmän. Silti ratkaisevassa asemassa oli eräs kerta, kun olin unohtanut suunnitelmani kotia. Jouduin soveltamaan tuokion ulkomuistista ja yllättäen huomasin ohjaukseni olevan äärimmäisen aitoa ja luontevaa. Tämän jälkeen uskalsin poiketa polulta ja näin myös luovuuteni pääsi kehittymään.

Liikuntatuokioiden edetessä taitoni havainnoida ryhmiä kehittyi. Kun aloin tunnistamaan ryhmissä esimerkiksi rauhattomuuden merkkejä, osasin varautua tähän ja siirtyä tuokiossa eteenpäin. Havainnoiminen ja tilanteiden ennakoiminen helpottivat ryhmän hallintaa. Kun huomasin osaavani hallita melko hyvin ryhmiä, varmuus omia ohjaustaitojani kohtaan lisääntyi. Tämä vaikutti positiivisesti luovuuden ja soveltamisen

taitoihin. Huomasin itsevarmuuden lisääntymisen vaikuttavan moneen ohjaustaitoni kehittymiseen. Kun vain rohkeasti ja ennakkoluulottomasti lähdin ohjaamaan ryhmiä, kehitys tapahtuu kuin itsestään. Huomaamatta ohjaustilanteista syntyi hauskoja vuorovaikutustilanteita, joista nauttivat sekä lapset että myös minä itse. Mielestäni ohjaustaitoja voi kehittää vain kokemusten kautta. Tieto hyvän ohjaajan ominaisuuksista auttaa arvioimaan omia vahvuuksia ja heikkouksia, mutta toiminnan kautta niitä pystyy kehittämään.

En voi sanoa tietyn ohjaajan ominaisuuden kehittyvän juuri tyttö- tai poikaryhmää ohjatessani. Yleisesti ohjaustaitoni kehittyivät kokemuksen myötä tulevan itsevarmuuden kautta. Kahta erilaista ryhmää ohjatessani, kehityin muokkaamaan ohjaustyyliäni ryhmän vaatimien tarpeiden mukaan. Poikaryhmää ohjatessani ohjaustyylini oli jäməkämpä ja suoraviivaisempi, kun taas tytöille sopi paremmin luova ja neuvotteleva ohjaustyyli. Yhtä ryhmää ohjatessani en olisi saanut ryhmän ohjaamisesta tällaista ainutlaatuista kokemusta.

Kun jälkeinpäin mietin miten suhtautumiseni tyttöjä ja poikia kohtaan on muuttunut, opinnäytetyön teoriaosuudella on ollut huomattava vaikutus siihen. Aluksi oletin poikaryhmän ohjaamisen olevan haastavampaa kuin tyttöryhmän ohjaamisen. Tutustuessani kuitenkin kirjallisuuteen huomasin lähes jokaisen teoksen painottavan, että lasten yksilölliset erot ovat huomattavasti suuremmat kuin tyttöjen ja poikien keskinäiset erot. Jokainen lapsi on oma yksilönä kehittyvä yksilö. Tyttöjen ja poikien välillä on silti paljon eroja toimintatavoissa, ja katsoin tarpeelliseksi perehtyä niihin. Ilman perehtymistäni tyttöjen ja poikien eroihin en ymmärtäisi läheskään niin hyvin heidän käyttäytymistapaansa. Esimerkiksi voin ottaa tilanteen, missä vaaditaan hiljaista paikalla oloa. Jos en ohjaajana tietäisi, että erityisesti monille pojille ominaisempi voimakas liikkumisen tarve voi ilmetä rauhattomuutena ja levottomuutena, voisin ohjaajana ajatella poikien vain olevan rauhattomampia ilman mitään tiettyä syytä. Opinnäytetyön teoriatiedon avulla pystyin ohjaajana välttämään monta tämänkaltaisen ajatuksen syntymistä. Teoriatieto sukupuolelle ominaisista toimintatavoista ja kokemukset kautta ymmärrys siitä, että jokainen ryhmä vaatii omanlaisensa ohjaustyylin, kehittivät minut luomaan onnistuneet liikuntakokemukset sekä tyttö- että poikaryhmälle.

7. POHDINTA

Näin jälkepäin ymmärrän vasta kuinka paljon opinnäytetyöprosessi on kasvattanut minua ohjaajana ja kuinka paljon hyötyä toiminnallisesta opinnäytetyön tekemisestä minulle on ollut. Olen saanut tuokioissa tekemistäni havainnoista hyviä vinkkejä ohjata lapsiryhmiä. Vaikka nykyiset ohjaamani ryhmät ovat olleen sekaryhmiä, sukupuolen huomioiminen opinnäytetyössäni helpottaa ohjaamistani tällä hetkellä. Ohjaamisessa on aina hyvä lähteä liikkeelle jämäkästä ohjaustyylistä, mitä käytin paljon poikien kanssa ja muokata siitä ohjaustyyli sopivaksi kullekin lapsiryhmälle. Opinnäytetyötä tehdessäni vastaan nousi monesti kysymys teenkö turhaan työtä havainnoidessani kahta eri ryhmää. Toisaalta huomasin ohjaustyylini eroavan näitä kahta ryhmää ohjatessani ja se herätti minussa mielenkiinnon. Ymmärsin jälkepäin, ettei ole oikeaa tapaa ohjata tyttöjä tai poikia on vain löydettävä ohjaustyyli, mikä vastaa ryhmän asettamiin vaatimuksiin. Opinnäytetyöprosessin aikana mielessäni kävi jättää sukupuolen huomioiminen liikuntatuokioissa pois ja keskittyä pelkästään ohjaustaitojeni kehittymiseen. Olen tyytyväinen, etten jättänyt opinnäytetyöstäni sukupuolen huomioimista pois. Sukupuolen huomioiminen on asia, jota jokaisen sekaryhmää ohjaavan ohjaajan tulisi miettiä. Mielestäni ohjaajan on tiedostettava tytöille ja pojille ominaiset tavat toimia, mutta kuitenkin jokainen lapsi on nähtävä yksilönä.

Opinnäytetyöprosessini eteni hiljaa eteenpäin. Välillä tein kovasti töitä ja toisaalta välillä tuli monenkin kuukauden taukoja. Tämä aiheutti sen, että kun pitkän tauon jälkeen pääsin taas kirjoituksen huumaan, jouduin aloittamaan työt alusta. Minun oli muisteltava, mitä olin aikaisemmin tehnyt ja palautettava mieleeni monia asioita. Jos olisin osannut arvata kuinka työläästi opinnäytetyöni etenee, olisin patistanut itseäni sen kimppuun ahkerammin jo alku vaiheessa. Opinnäytetyöstäni ei aiheutunut mitään ylimääräisiä paineita, joten en osannut ajatellakaan kirjoittavani sitä silloin, kun mieleni teki tehdä jotain muuta. Opinnäytetyöni eteneminen on silti minun prosessini ja se on hyvä esimerkki niille opiskelijoille, jotka aikovat yhdistää työn ja opiskelun. On hyvä pohtia mielessään, mitkä asiat todella ovat tärkeitä elämässäsi juuri sinä hetkenä. Minä en valinnut opinnäytetyötäni. En kadu sitä jälkepäinkään, sillä en uskoisi olevani näin hyvässä asemassa, jos olisin jättänyt työtarjouksen ottamatta ja olisin keskittynyt opinnäytetyön tekemiseen. Työtarjouksen hyväksymisessä näen myös toisen hyvän puolen. Melkein vuoden työkokemuksen ansiosta pystyn näkemään opinnäytetyöni

paljon laajemmin kuin aikaisemmin olisin pystynyt. Kaikki käsitteet mitä opinnäytetyössäni käsittelen, ovat auenneet minulle paremmin kokemuksen kautta ja osaan liittää teorian tietoa muutenkin paremmin käytäntöön.

Haluan opinnäytetyöni herättävän lukijoissa mielipiteitä. Se, kuinka minun mielipiteeni päätyivät siihen, että tytöt ja pojat eivät tarvitse omanlaistaan ohjaustyyliä ei ollut minullekaan aluksi selvää. Liikuntatuokioiden sekä tämän hetkisen työkokemuksen myötä, tulin siihen tulokseen, että jokainen ryhmä tarvitsee tarpeittensa mukaisen ohjaustyylin. Tähän lopputulokseen en olisi saanut vastausta, jos olisin jättänyt sukupuolen huomioimisen pois opinnäytetyöstäni. Opinnäytetyöprosessin eläminen näin pitkän ajan mahdollisti tutkimustulosten muotoutumisen tähän pisteeseen.

Mielestäni tutkimukseni on osittain toistettavissa. Osittain sen vuoksi, että ohjaajan on mahdoton löytää samanlaisia lapsiryhmiä kuin minun ohjaamani ryhmät olivat. Kuitenkin ohjaamalla samantyyllisiä liikuntatuokioita tyttö- ja poikavaltaisille ryhmille tulokset voivat olla hyvin samantapaisia kuin minun tulokseni olivat. Tähän rinnalle tarvitaan kuitenkin kokemusta myös sekaryhmän ohjaamisesta, jolloin nähdään että ryhmän ohjaustyyli määräytyy sen mukaan mitkä tarpeet lapsilla on. Täysin samanlaisia tuloksia ei voida saada myöskään sen takia, että jokainen ohjaaja suhtautuu tyttöihin ja poikiin omalla tavalla. Omakohtaisuuden vuoksi opinnäytetyötäni ei voida suoraan jatkaa, mutta työstä voi saada ideoita samantyyppisille tutkimuksille. Mielestäni olen pystynyt rajaamaan opinnäytetyöni hyvin ja pystyn sen avulla vastaamaan tutkimuskysymyksiin kattavasti. Osittain mieltäni kummittelee aiempi näkökulma opinnäytetyössäni, mutta olen yrittänyt parhaani mukaan häivyttää sen. Tutkimustulosten luotettavuus on melko hyvä opinnäytetyössäni. Liikuntatuokioihin osallistui lähes joka kerta kaikki esikoululaiset tytöt ja pojat. Luotettavuutta lisää myös videoinnin yhdistäminen työhöni. Luotettavuutta toisaalta heikentää se, etten saanut kuvatuksia kaikkia tuokioita. Jälkeenpäin ajatellen olisin voinut lisätä tuloksieni luotettavuutta ottamalla tuokioihin mukaan ulkopuolisen havainnoijan tai tekemällä opinnäytetyön parityönä.

Opinnäytetyöprosessini oli pitkä ja melko haastava. Olisin voinut tehdä monet asiat eritavoin tehdessäni opinnäytetyötäni. Toisaalta jos opinnäytetyöprosessini olisi erilainen, en olisi saanut kootuksi näin ainutlaatuista työtä kun nyt sain. Olen erityisen

tyytyväinen saamaani kokemukseen opinnäytetyöprosessin aikana. Ammattitaitoni sen myötä on kehittynyt valtavasti. Suosittelen toiminnallisen opinnäytetyön tekemistä muillekin. Löysin materiaalia kerätessäni osuvan lauseen, mikä mielestäni sopii hyvin kuvaamaan sitä, mitä minä ohjaajana koin opinnäytetyöprosessin aikana:

”Ohjaajan tulee yrittää sovittaa ohjaamisensa olemalla ikäänkuin yhteisellä tutkimusmatkalla lapsen kanssa”. (Numminen & Sääkslahti, 32.)

LÄHTEET

Kirjalähteet

Arnesen, A-L 1998. Eroja ja yhtäläisyyksiä, sukupuoli pedagogisessa ajattelussa ja käytännössä. Helsinki: Yliopistopaino.

Autio, Tuire 1997. Liiku ja leiki, motorisia perusharjoitteita lapsille. Lahti: Valmennuskolmio.

Autio, Tuire & Kaski, Satu 2005. Ohjaamisen taito. Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita.

Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2010. Tampere: Yliopistopaino.

Eskola, Jari & Suoranta, Juha 2005. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Heikkinen, Hannu & Rovio, Esa & Syrjälä, Leena 2006. Toiminnasta tietoon, Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Heikkinen-Peitsoma, Airi & Rautakivi, Sinikka 1987. Esikouluikäisen ohjaus. Kustannuskiila Oy.

Huttunen, Jouko 1992 (toim.). POIKA, POIKA! Näkökulmia pojan kasvuun ja kehitykseen. Joutsa: Yleisradio Ab.

Högström Barbro & Saloranta, Outi 2001. Esiopetus tavoitteellisen oppimispolun alkuna. Jyväskylä: Gummerus.

Keskinen, Soili & Hopearuoho- Saajala, Kristiina 1994. Pojat päivähoidossa, Varhaiskasvatus. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Luukkonen, Eeva & Sääkslahti, Arja 2004. Liikunnan salaisuudet, Esiopetus. Porvoo: Sanoma Pro Oy.

Macmillan, Bonnie 2006. Miksi pojat ovat poikia ja miten kehittää heidän parhaita puoliaan. Helsinki: WSOY.

Numminen, Pirkko & Sääkslahti Arja. 3-4- vuotiaiden lasten motorinen kehitys ja ohjaaminen. Liikuntaleikkikoulu materiaali. Nuori Suomi.

Pollack, William 1999. Tosi poikia. Helsinki: Otava.

Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö, Nuori Suomi ry 2005.

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005. Saarijärvi: Gummerus.

Internet-lähteet

Helsingin yliopisto. Sukupuolisensitiiviset menetöt ohjaukset tukena SUMO 2006-2007.

Sukupuolisensitiivinen ohjaus. Hakupäivä 18.1.2012.

<<http://www.hyvan.helsinki.fi/sumo/ohjaus.php>>

Suomen 4H-liitto. Tytöt ja pojat 4H- kerhossa. Hakupäivä 5.3.2010.

<http://www.4h.fi/kerhot/kerhonohjaajille/ohjaajan_avuksi/tytot_ja_pojat_4h-kerhossa/>

Suomen Setlementtiliitto ry. Sukupuolisensitiivisyys. Hakupäivä 18.1.2012.

<<http://www.tyttotyö.fi/sukupuolisensitiivisyys>>

LIITELUETTELO

LIITE 1

4. Liikuntatuokion kuvaus

- Piirileikki
- Haarahippa
- Havaintoleikki ”linnunpesä”
- Rentoutus

Piirileikki: Lapset pyörivät musiikin tahdissa ympäri salia. Kun musiikki loppuu, lapset valitsevat parin ja jatkavat parin kanssa pyörimistä. Lopuksi jäljellä on yksi yhteinen iso piiri.

Haarahippa: Yksi lapsista valitaan hipaksi. Hipan tehtävänä on ottaa muita lapsia kiinni. Kun hipa on saanut lapsen kiinni, lapsi jää seisomaan paikoilleen haarat leveänä. Toinen lapsi voi pelastaa paikoillaan olevan lapsen, konttaamalla/ryömimällä tämän jalkojen välistä. Peli loppuu, kun hipa on saanut kaikki lapset kiinni tai kun niin päätetään.

Havaintoleikki ”linnunpesä”: Levitetään ympäri salia erin värisiä ja muotoisia huopapaloja. Lapset kulkevat musiikin tahdissa ympäri salia. Kun musiikki loppuu, ohjaaja antaa ohjeen miten toimitaan, esimerkiksi ”laita oikea jalka punaiseen ympyrään”. Ohjeita voidaan muokata lapsiryhmän kehitystason mukaisesti.

Lopuksi kaikki valitsevat yhden pesän itselleen. Lapset juoksevat ympäri salia ja kun musiikki loppuu, juostaan vapaana olevaan pesään. Joka kerta yksi pesistä poistetaan ja yksi lapsi joutuu pelistä pois. Pelin voittaa se, joka pääsee ensimmäisenä viimeiseen jäljellä olevaan pesään.

Rentoutus: Istutaan huopapalojen päällä ja kuunnellaan rauhallista musiikkia. Venytellään ohjaajan antamien ohjeiden mukaisesti.

Tuokion tavoite esiopetuksessa: Lapset oppivat hahmottamaan erilaisia geometrisiä kuvioita ja käyttämään eri ruumiinosia. Opetellaan käsitteet oikea ja vasen sekä kerrataan värejä.