



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

”Unelmien Hakuhyppely” - Lapset osaksi liikuntarastien suunnittelua Anttilantalon päiväkodissa

Kivinen, Henna-Riikka
Valander, Jenna

2014 Hyvinkää

Laurea-ammattikorkeakoulu
Hyvinkää

”Unelmien Hakuhyppely”- Lapset osaksi liikuntarastien suunnittelua Anttilantalon päiväkodissa

Henna-Riikka Kivinen
Jenna Valander
Sosiaalialan koulutusohjelma
Opinnäytetyö
Joulukuu, 2014

Henna-Riikka Kivinen ja Jenna Valander

”Unelmien Hakuhyppely” - Lapset osaksi liikuntarastien suunnittelua Anttilantalon päiväkodissa

Vuosi 2014 Sivumäärä 135

Opinnäytetyön lähtökohtana oli lasten ohjatun ulkoliikunnan lisääminen Anttilantalon päiväkodissa Hyvinkäällä. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää yhdessä yhteistyökumppanin Anttilantalon päiväkodin kanssa Hakuhyppely-liikuntarastikansio, jonka suunnitteluun päiväkodin lapset pääsivät mukaan. Päiväkodin kehittämiskohteena on ollut keväästä 2014 lähtien vanhempien mukaan ottaminen pihaliikuntaan kasvatuskumppaneina. Tämän kehittämishankkeen myötä päiväkotiki on ottanut käyttöön Hakuhyppely-menetelmän. Hakuhyppelyä toteutetaan tällä hetkellä Anttilantalon päiväkodin pihalla kerran kuukaudessa klo 15-16.45 lasten hakutilanteessa. Hakuhyppelyssä lapsi ja hänen vanhempansa kiertävät yhdessä kolme liikuntarastia ennen kotiinlähtöä. Opinnäytetyön teoriaosuudessa syvennytään lasten osallisuuden tukemiseen, lasten liikuntakasvatukseen, kasvatusyhteistyöhön sekä yhteisöllisyyden tukemiseen.

Opinnäytetyön tutkimus oli tyypiltään lapsinäkökulmainen tutkimus. Sen päämääränä oli Hakuhyppely-menetelmän kehittäminen lasten osallisuus huomioiden. Lasten äänen kuuleminen ja esiintuominen oli opinnäytetyössä keskeistä. Tutkimuksessa käytettiin erilaisia lapsen osallisuutta tukevia menetelmiä kuten sadutusta, maalaamista ja kertomista, rakentamista sekä lapsen toiminnan havainnointia. Lapsinäkökulmaista tutkimusta käyttämällä saatiin realistinen kuva lapsen tavasta käsittää Hakuhyppely-toimintaa ja siitä, miten sitä kannattaisi kehittää. Kehittämistyön tutkimukseen osallistuivat Anttilantalon päiväkodin kahden ryhmän 4-6-vuotiaat lapset. Osallistujamäärä oli 17 lasta, joista suurin osa osallistui kahteen eri menetelmään. Tutkimus toteutettiin 2-4 hengen pienryhmälle kerrallaan.

Valmis Hakuhyppely-liikuntarastikansio sisältää 36 kaksipuolista päällystettyä liikuntarastia. Liikuntarastikansioon suunniteltiin päiväkodin olemassa olevia liikuntamateriaaleja hyödyntäen 24 Hakuhyppelyyn soveltuvaa liikuntarastia. Lasten ideoiden ja ajatusten pohjalta kansioon suunniteltiin vielä 12 liikuntarastia. Lasten ideoiden pohjalta laaditut rastit sijoitettiin siten, että joka Hakuhyppely-kerralla yksi rasteista on ”lasten valinta”, jolloin lasten osallisuus toteutuu jokaisessa Hakuhyppelyssä.

Asiasanat: Varhaiskasvatus, liikuntakasvatus, lasten osallisuuden tukeminen, kasvatusyhteistyö, yhteisöllisyyden tukeminen, kehittämistyö, lapsinäkökulmainen tutkimus

Henna-Riikka Kivinen and Jenna Valander

“Pickup hopping of dreams” - The children as part of planning the exercise point guides in Anttilantalo kindergarten

Year	2014	Pages	135
------	------	-------	-----

The starting point for the thesis was to increase children’s guided outdoor activities in Hyvinkää Anttilantalo kindergarten. The purpose was to develop in cooperation with Anttilantalo kindergarten a Pickup hopping folder which includes a guide for the exercise points. The children of Anttilantalo kindergarten took part in the planning of these exercise points. Parents’ involvement with the outdoor activities as an educational partner has been a development target in kindergarten since the spring 2014. As a result of this development project, the kindergarten has taken the Pickup hopping method into use. The Kindergarten organizes the Pickup hopping in the playground of the kindergarten once a month, during 15.00 and 16.45 hours when the parents pickup their children from daycare. The idea of the Pickup hopping is that before going home, the child carries out tree exercise points with the parent. The theoretical part of the thesis concentrates on supporting the participation of children, physical education of children, educational partnerships and supporting fellowships.

The thesis was based on the child’s perspective of research. The purpose was to develop the Pickup hopping method taking into consideration the children’s participation. Listening to the children and considering their thoughts was essential in the thesis. In the research, there were methods used which support the participation of children, for example story crafting, painting and narrating, building and observing the children’s activities. A realistic view of how the children understand the Pickup hopping method and how it should be developed was received by using the child’s perspective of research. From the Anttila kindergarten’s two daycare groups, children between the ages of 4 and 6 years participated in the research. The total number of the participants was 17 children. Most of the participants took part in two different kinds of research methods. The research was executed in small groups of 2-4 people at a time.

A complete Pickup hopping folder includes 36 covered two-sided exercise points. The 24 exercise points, which are suitable for the Pickup hopping purposes, were designed to the folder using the kindergarten’s existing exercise materials. Also 12 exercise points, which were based on the ideas and thoughts of the children, were designed for the folder. The exercise points, which were based on the children’s ideas, were named in the folder as “children’s choice”. This way the participation of the children stands out in every Pickup hopping.

Keywords: Early childhood education, physical education of children, children’s participation, educational partnership, supporting fellowship, development project, child’s perspective of research

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön tausta, tarkoitus ja tavoitteet	7
	2.1 Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus	7
	2.2 Kehittämistyö ja sen tavoitteet	8
3	Liikuntakasvatus	9
	3.1 Lasten liikkumisen nykytila.....	10
	3.2 Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa.....	11
	3.3 Liikunta kognitiivisten, motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittäjänä.....	13
	3.4 Lasten liikuntasuositukset ja oppimistavoitteet	15
	3.5 Ohjattu liikunta ja liikuntakasvatuksen sisällöt varhaiskasvatuksessa	16
	3.6 Toiminnallinen oppiminen ja liikuntaympäristöt varhaiskasvatuksessa	18
4	Lasten osallisuuden tukeminen.....	19
	4.1 Lasten osallisuus käsitteenä.....	19
	4.2 Lasten osallisuuden tukemisen mallit	21
5	Kasvatusyhteistyö varhaiskasvatuksessa	23
	5.1 Kasvatuskumppanuus.....	24
	5.2 Vanhempien ja kasvattajien yhteistyö	26
	5.3 Kasvatusyhteistyön haasteet.....	27
	5.4 Yhteisöllisyyden tukeminen	28
	5.5 Perheliikunta yhteisöllisyyden tukijana	29
6	Lapsinäkökulmainen tutkimus	32
7	Rastikansion kehittämisprosessi.....	34
8	Menetelmien kuvaus ja toteutus	38
	8.1 Unelmien Hakuhyppely-liikuntarastin rakentaminen.....	38
	8.2 “Maalaa ja kerro” unelmien Hakuhyppelystä.....	42
	8.3 Sadutus	44
	8.4 Hakuhyppely-liikuntarastikansion sisältö.....	47
9	Pohdinta	50
	Lähteet	54
	Kuvat	57
	Taulukot	58
	Liitteet	59

1 Johdanto

Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden väheneminen sekä yleiskunnan ja motoristen taitojen heikentyminen on viime vuosina herättänyt valtavaa huolta asiantuntijoissa ja yhteiskunnan päätöksentekijöissä. Tämän kehityssuunnan seurauksina nähdään vakavia terveysongelmia, työkyvyn heikkenemistä ja jopa yhteiskunnasta syrjäytymistä. Liikuntatottumusten nähdään riippuvan yksilön omien päätösten lisäksi myös ympäristön tarjoamista mahdollisuuksista. Teknologisoitunut yhteiskuntamme on aiheuttanut sen, että lasten liikkuminen on rajoituneempaa kuin ennen. Ympäristössämme tapahtuneet sosiaaliset ja ekologiset muutokset ovat aikaansaaneet sen, että lapset eivät pääse aktiivisesti liikkumaan ja kokemaan elinympäristöään. Nykyään sisäleikit ovat yleistyneet ja liikunnalliset leikit ovat lähes hävinneet. Liikunnalla on hyvin merkittävä asema juuri lapsuudessa, sillä lapsi määrittää itsensä ja maailmansa liikkumisen avulla ja käsittää ympäristönsä aistien avulla. Ympäristö onkin lapselle liikkeen maailmaa. Lapsi tarvitsee mahdollisuuden liikkua niin kotona kuin päiväkodissakin. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 12; Zimmer 2001, 13, 17-18.)

Lasten liikunnan puute varhaiskasvatuksessa on herättänyt myös meissä huolta, ja tästä syystä oli luontaista valita opinnäytetyö tästä aihepiiristä. Opinnäytetyömme lähtökohtana oli lasten ohjatun ulkoliikunnan lisääminen, jonka koemme erittäin tarpeelliseksi tämän päivän varhaiskasvatustyössä. Opinnäytetyömme aiheena oli kehittää yhdessä yhteistyökumppanimme Anttilantalonsä päiväkodin kanssa Hakuhyppely-liikuntarastikansio, jonka suunnitteluun päiväkodin lapset saivat osallistua. Olemme molemmat olleet koko elämämme ajan kiinnostuneita liikunnasta ja opintojemme myötä olemme ymmärtäneet liikunnan suuren merkityksen lapsuudessa. Opinnäytetyössämme esillä oleva Hakuhyppely-menetelmä herätti mielenkiintomme, sillä se käsittelee keskeisiä varhaiskasvatuksen teemoja ja pyrkii vastaamaan varhaiskasvatuksen tämän päivän haasteisiin. Anttilantalonsä päiväkoti on Valon ”Tutkimusmatkalla varhaiskasvatuksen uusiin liikkumiskäytäntöihin” -hankkeen innoittamana ryhtynyt lisäämään ohjattua ulkoliikuntaa päiväkodin arjessa. Anttilantalonsä päiväkodin kehittämiskohteena on ollut kevästä 2014 lähtien vanhempien mukaan ottaminen pihaliikuntaan kasvatuskumppaneina. Tämän kehittämishankkeen myötä päiväkodin käytäntöön on poikinut Hakuhyppely-menetelmä, jonka juurruttaminen päiväkodin toimintaan on seuraava kehittämisaskel. Opinnäytetyömme palvelee yhteistyökumppanimme tarpeita Hakuhyppely-menetelmän juurruttamisesta ja jatkokehittämisestä. (Kuljetaan ja rakennetaan yhdessä esite 2013.)

Koimme, että opinnäytetyömme tulee tukemaan ammatillista kasvuamme ja pystymme hyödyntämään Hakuhyppely-menetelmää tulevaisuuden työelämässä. Aiheemme syvensi tietojamme ja osaamistamme lasten osallisuuden tukemisesta, lasten liikuntakasvatuksesta, kasvatuskumppanuudesta sekä yhteisöllisyyden tukemisesta. Määrittelimme tutkimuskysymyksen, joka auttoi meitä etsimään vastauksia tutkimuksen kannalta olennaisiin kysymyksiin ja rajasi

tutkimustamme. Tutkimuskysymykseksemme muotoutui: Minkälainen on Hakuhyppely-liikuntarastikansion sisältö, kun lapset ovat saaneet osallistua sen kehittämiseen?

Tutkimuksemme tuki lasten osallisuutta siten, että päiväkodin 4-6-vuotiaat lapset pääsivät konkreettisesti mukaan Hakuhyppely-liikuntarastien suunnitteluun ja näin myös osaksi koko päiväkodin liikuntakasvatusta. Tutkimuksessamme käytimme erilaisia lapsen osallisuutta tukevia menetelmiä kuten sadutusta, maalaamista ja kertomista, rakentamista sekä lapsen toiminnan havainnointia. Päädyimme kokeilemaan useampia eri menetelmiä, jotta voisimme tukea jokaisen lapsen ominaisinta tapaa osallistua. Tutkimuksessamme käytetyt menetelmät olivat myös lähellä päiväkodin arkea ja lapsille tuttuja. Uskoimme, että lasten oli helpompi heittäytyä toimintaan, joka oli heille jo ennestään tuttua. Oletimme, että saisimme monia erilaisia lasten maailmasta nousevia ideoita, välineitä, hahmoja ja tekemisen tapoja, joita voisimme hyödyntää Hakuhyppely-liikuntarastikansiossa. Tutkimuksen tuotoksena saimme lasten maalaamia töitä, kertomuksia, suunnittelema rasteja sekä havainnoinnin avulla esiin tulleita tietoja. Tuotoksia arvioidessamme tarvitsimme kykyä löytää lasten aikaansaannoksista ne ideat, jotka on mahdollista viedä käytäntöön resurssit ja turvallisuus huomioon ottaen.

2 Opinnäytetyön tausta, tarkoitus ja tavoitteet

2.1 Opinnäytetyön tausta ja tarkoitus

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kehittää Hakuhyppely-liikuntarastikansio yhteistyössä Anttilantalon päiväkodin kanssa. Liikuntarastikansion toteuttamisessa tarkoituksenamme oli tukea ja mahdollistaa lasten osallisuutta päiväkodin liikuntakasvatuksessa. Toteutimme opinnäytetyömme kehittämistyönä, jossa otimme lapset mukaan suunnittelemaan liikuntarasteja osallisuuden eri menetelmin. Lapsilta saadut ajatukset ja ideat ovat tärkeänä osana lopullista Hakuhyppely-liikuntarastikansiota. Pyrkimyksemme oli luoda käytännönläheinen Hakuhyppely-liikuntarastikansio, joka sisältää 36 erilaista liikuntarastia. Liikuntarastikansion suunnittelussa käytimme apunamme päiväkodin liikunnan vuosisuunnitelmaa, omaa liikuntaosaamistamme sekä tutkimukseemme osallistuvien lasten näkemyksiä mieleisistä Hakuhyppelystä.

Yhteistyökumppanimme toimiva Anttilantalon päiväkotiki on ollut vuodesta 2013 asti mukana Valon ”Tutkimusmatkalla varhaiskasvatuksen uusiin liikkumiskäytäntöihin” -hankkeessa yhtenä pilottiryhmänä. Hankkeen tarkoituksena on uudistaa varhaiskasvatuksen rutiineja sekä lisätä lasten liikunnan määrää. Syksyllä 2013 pilotointivaiheeseen osallistui 11 kuntatasoista ja 53 päiväkotikohtaista toimijaa sekä 8 muuta lasten parissa toimijaa. Anttilantalon päiväkodissa on ollut teemana ohjatun ulkoliikunnan lisääminen ja kehittämiskohteena vanhempien mukaan ottaminen pihaliikuntaan kasvatuskumppaneina. Tästä kehittämishankkeesta päiväkodin toimintaan on poikinut käytäntöön Hakuhyppely-menetelmä, jota on toteutettu helmikuusta

2014 lähtien. Anttilantalon päiväkodin tavoitteena on juurruttaa hyväksi todettu Hakuhyppely osaksi päiväkodin liikuntakasvatusta. Hakuhyppelyä toteutetaan tällä hetkellä Anttilantalon päiväkodin pihalla kerran kuukaudessa klo 15-16.45 lasten hakutilanteessa. Hakuhyppelyssä lapsi ja hänen vanhempansa kiertävät yhdessä kolme liikuntarastia ja lapsi arvioi tarrapalautteella mieluisimman rastin ennen kotiinlähtöä. Hakuhyppelyn järjestämisvastuu on kullakin ryhmällä vuorotellen. Järjestäjäryhmä on vastuussa vanhempien tiedottamisesta ja kannustamisesta sekä liikuntarastien kokoamisesta ja ”Hakuhyppely-tunnelman” luomisesta esimerkiksi musiikin avulla. (Kuljetaan ja rakennetaan yhdessä esite 2013.)

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli vastata yhteistyökumppanimme tarpeeseen ja kehittää selkeä ja helppokäyttöinen Hakuhyppely-liikuntarastikansio varhaiskasvattajien käyttöön. Hakuhyppely on ollut osana päiväkodin toimintaa puolen vuoden verran, ja varhaiskasvattajien kokemukset siitä ovat myönteisiä. Liikuntarastien suunnittelu oli kuitenkin osoittautunut työlääksi päiväkodin arjessa ja tarve selkeälle Hakuhyppely-liikuntarastikansiolle nousi esiin. Osana Hakuhyppely-toimintaa varhaiskasvattajat olivat keränneet kuluneen puolen vuoden aikana palautetta vanhemmilta kyselylomakkeilla. Palautetta saatiin neljäلتatoista vanhemmalta ja palautteet olivat sävyltään myönteisiä. Palautteissa nousi esiin yhteinen aika lasten kanssa, toisten vanhempien näkeminen ja kiva vaihtelu arkeen. Vanhemmat toivoivat Hakuhyppelyltä jatkuvuutta, parempaa säätä, haastavuutta, useampia rasteja, perinneleikkejä ja sitä, että sitä järjestettäisiin useammin.

Hakuhyppelyssä lapsia innostamaan on käytetty tarrapalautte-menettelmiä, jossa lapset saavat arvioida jokaisen Hakuhyppelyn jälkeen mieluisimman rastin merkitsemällä sen tarralla. Jokaiselle ryhmällä on erilaiset tarrat, joiden avulla varhaiskasvattajat voivat seurata esimerkiksi eri-ikäisten lasten mieltymyksiä eri rasteja kohtaan. Mielestämme tarrapalautte arviointimenetelmänä herkkä arvioijan oletuksille ja lapsen todellinen näkemys jää arvailun varaan. Varhaiskasvattajat ovat koonneet lasten tarrapalautteista pylvädiagrammeja, mutta koemme, että niistä saatava tieto ei juurikaan hyödytä meitä liikuntarastikansion kehittämisessä. Tarrapalautte toimii kuitenkin hyvänä motivoijana ja tukee lasten osallistumishalukkuutta. Tarkoituksenamme oli lasten osallisuutta tukemalla saada konkreettisemmin lapset mukaan vaikuttamaan Hakuhyppely-toimintaan ja päiväkodin liikuntakasvatukseen.

2.2 Kehittämistyö ja sen tavoitteet

Opinnäytetyömme tavoitteena oli kehittää yhteistyökumppanimme tarpeita noudatteleva, helppokäyttöinen liikuntarastikansio, jonka suunnittelussa tuetaan lasten osallisuutta. Pyrkimyksenämme oli myös, että liikuntarastikansio tukisi päiväkodin liikuntakasvatusta, kasvatuskumppanuutta sekä yhteisöllisyyden tukemista mahdollisimman hyvin sekä tukisi omalta osaltaan ohjatun ulkoliikunnan jatkuvuutta Anttilantalon päiväkodissa. Kehittämistyömme tavoit-

teena oli saada erilaisin lasten osallisuutta tukevin menetelmin arvokasta materiaalia Hakuhyppely-liikuntarastikansioon. Lasten äänen kuuleminen ja esiintuominen oli opinnäytetyömme lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessa keskeistä.

Päästäksemme opinnäytetyössämme tavoitteisiimme tutustuimme lasten osallisuuden tuemista käsittelevään kirjallisuuteen sekä sen menetelmiin. Lasten osallisuutta tarkastelevan tasomallin pohjalta asetimme kehittämistyömme tavoitteeksi päästä tasolle kuusi (Taulukko 1, 23). Tavoitteenamme oli, että lapset pääsevät mukaan suunnitteluun ja he tulevat kuulluksi. Tehtävänanto ja menetelmäideat ovat kuitenkin lähtöisin meiltä. Keskeisiä teoriasisältöjä opinnäytetyössämme olivat lasten liikuntakasvatus, kasvatuskumppanuus sekä yhteisöllisyyden tukeminen. Opinnäytetyömme jälkeen oma osaamisemme syveni näiden teemojen osalta katavasti. Kehittämistyömme tutkimuksen rajaamista helpottamaan määrittelimme tutkimuskysymyksen. Se auttoi meitä etsimään vastauksia tutkimuksen kannalta olennaisiin kysymyksiin. Tutkimuskysymykseksemme muotoutui:

- Minkälainen on Hakuhyppely-liikuntarastikansion sisältö, kun lapset ovat saaneet osallistua sen kehittämiseen?

3 Liikuntakasvatus

Nykypäivänä lasten liikuntatottumukset ovat muuttuneet ja liikunnan määrä vähentynyt huomattavasti. Sisäleikkien yleistyminen on vaikuttanut siihen, että lapset eivät enää tutki aktiivisesti elinympäristöään. Pieni lapsi tarvitsee kuitenkin kehittyäkseen ja kasvaakseen liikuntaa päivittäin. Liikuntakasvatuksella onkin suuri merkitys siinä, miten lapset saadaan liikkumaan ja millaiset liikuntatottumukset omaksutaan. Hyvän liikuntakasvatuksen avulla lapsi ymmärtää paremmin itseään ja muita ihmisiä sekä hahmottaa ympäröivän tilan ja materiaalit. Liikunta toimii myös lapsen kognitiivisten, motoristen sekä sosiaalisten taitojen kehittäjänä. Varhaiskasvatuksen liikuntasuositukset ohjaavat kasvattajien toimintaa ja edistävät liikunnan merkitystä päivähoidossa. (Zimmer 2001, 13, 17, 168-169.)

Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma antaa lähtökohdat ja perusteet päiväkotien liikuntakasvatuksen suunnittelulle ja toteuttamiselle. Lasten liikkussa ympäristöllä on suuri merkitys. Ympäristön on tarjottava lapselle monia erilaisia virikkeitä ja liikkumiseen tulee olla riittävästi tilaa. Myös päiväkodissa ulkona leikkimiselle täytyy olla hyvät mahdollisuudet. Ulkoliikunta mahdollistaa aistien ja kehon käyttämisen sisäleikkejä paremmin. Hakuhyppelymenetelmä, jonka esittelemme tässä opinnäytetyössä, tukee merkittävästi päiväkodin liikuntakasvatusta. Hakuhyppely yhdistää päiväkodin ja vanhemmat edistämään yhdessä lasten ja perheiden liikkumista ja terveellisten elämäntapojen omaksumista. Seuraavissa luvuissa käsit-

telemme näitä liikuntakasvatuksen teemoja syvällisemmin. (Telama 2013, 10; Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464-466, 474-475.)

3.1 Lasten liikkumisen nykytila

Lapsien liikunnan tarve on kasvanut selvästi nykypäivänä. Liikkumisen tarve on suurin pienimmillä lapsilla ja he tuovat esille kasvaneen tarpeensa parhaiten. Liikunnalla on merkittävin asema juuri lapsuudessa, sillä ympäristö on lapsille liikkeen maailma. 2-6-vuotiailla lapsilla on suuri toiminnan ja liikkumisen tarve, ja lapset haluavat kokeilla, tutkia ja löytää. Lapsi määrittää itsensä ja ympäristönsä liikkumisen ja aistien avulla. Vähitellen lapsi ottaa ympäristön haltuunsa. Lapselle jokainen päivä tarjoaa uusia haasteita, tehtäviä ja kiinnostavia asioita. Lapsi tarvitsee mahdollisuuksia liikkua niin kotona kuin päiväkodissa. Yhteiskuntamme on teknologisoitunut nopeasti, ja tämän vuoksi lasten liikkuminen on rajoittuneempaa ja liikumatilaa on vähemmän kuin ennen. Median kasvava kulutus ja lapsen kokemusmaailman köyhtyminen vähentävät myös lapsen tarvetta olla itse tekemässä ja vaikuttamassa. (Zimmer 2001, 13.)

Ympäristössä tapahtuneet sosiaaliset ja ekologiset muutokset ovat aiheuttaneet sen, että lapset eivät enää aktiivisesti tutki elinympäristöään. Nykyään sisäleikit ovat yleistyneet ja liikunnalliset leikit ovat hävinneet. Lelut sopivat vain tiettyihin tarkoituksiin ja lapsen elinympäristö on jakautunut pieniksi palasiksi, jotka eivät kuulu selkeästi yhteen. Lapset löytävät maailman epäsuorasti sen sijaan, että tutkisivat sitä itse. Lapset ovat jähmettyneet median ja pelien maailmaan, jotka tulivat tänne massaviestinnän seurauksena. Pelit eivät juurikaan mahdollista liikuntaa, eikä pelimaailmassa lapsi voi koskettaa, maistaa tai haistaa. Havaintomotoristen taitojen väheneminen rajoittaa lapsen kehitystä ja ympäristön oikeaa tuntemusta. Psykosomaattiset sairaudet kuten päänsärky, stressi ja motoriset häiriöt lisääntyvät sen vuoksi, että lapset eivät pysty käsittelemään suurta virikemäärää ja niistä tehtyjä havaintoja. (Zimmer 2001, 17-18.)

Terveydellä on yhteiskunnassamme suuri merkitys eri-ikäisille ihmisille. Urheilusta ja liikunnasta puhuttaessa tärkeimmäksi tekijäksi nousevat sen vaikutukset terveyden ylläpitoon. Lapset eivät kuitenkaan liiku kuntoillakseen, vaan siksi, koska se on mukavaa. Terveyskasvatuksen pitäisi alkaa jo päiväkodissa. Se sisältää terveellisen ravinnon, levon, raittiin ilman ja monipuolisen liikunnan. Kehittyäkseen lapsi tarvitsee päivittäin liikuntaa. Elimistö vaatii uusia ärsykeitä, jotta suorituskyky lisääntyy. Suurimmat rasitusta vaativat elinjärjestelmät ovat tuki- ja liikuntaelimistö, sydän, hengitys- ja verenkiertoelimet, aineenvaihdunta sekä hermosto. Lapsella täytyy olla päivittäin mahdollisuus käyttää voimansa loppuun. Päiväkoti-ikäisillä lapsilla on luonnollinen tarve liikkua ja sen vuoksi lasten liikkumiselle on annettava tilaa. Kun liikuntamahdollisuudet ovat kaventuneet, lasten sairaudet kuten pelkotilat ja keskittymishäi-

riöt yleistyvät. Lisäksi nykyään huolestuttavan monilla lapsilla on ryhtivikoja ja liikuntavam-
moja, joita liikunnan lisääminen päiväkodin arjessa ehkäisisi. Liikunta kehittää lapsen koko-
naispersoonallisuutta (Karvonen 2002, 13). Liike kehittää ja vaikuttaa kaikkiin kehityksen te-
kijöihin eli motoriseen, tiedolliseen, taidolliseen ja tunne-elämän kehitykseen. Liikkuessaan
lapsi pystyy kokemaan kehonsa täysin uudella tavalla ja kokee lukuisia onnistumisen hetkiä.
Lapselle omilla käsillä tekeminen ja liike ovat parhaita oppimisvälineitä. Lapsi oppii liikkumal-
la ja vastavuoroisesti liikkuu oppiakseen uutta. (Zimmer 2001, 43-45; Autio & Kaski 2005, 54-
55.)

Laps Suomen -tutkimuksella on selvitetty 3-12-vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuutta ensim-
mäistä kertaa ja siihen osallistui yli 5000 lasta. Tutkimuksella saadaan perustietoa siitä, kuin-
ka paljon ja miten lapset liikkuvat arjessa ja miten liikkuminen vaihtelee vuodenajoin ja
alueittain. Liikunta on perusedellytys lapsen normaalille kasvulle ja kehitykselle. Pienimmillä
lapsilla ei voida puhua harrastamisesta vaan liikuntaan osallistumisesta ja siihen kuuluu leikki,
lyhyt kesto ja tilannesidonnaisuus. Tutkimuksen tulosten perusteella 3-6-vuotiaat päiväkot-
ikäiset lapset liikkuvat keskimäärin 1 tunnin 39 minuuttia päivässä, mutta kotona aika oli 10
minuuttia lyhyempi ja viikonloppuna 2 tuntia 7 minuuttia päivässä. Arjen liikunta oli tehok-
kaampaa kuin viikonloppu. Ulkoiluun 3-6-vuotiaat käyttivät arkisin yli 3 tuntia ja viikonloppui-
sin yli 4 tuntia ja neljäsosa heistä ulkoili vanhempiensa kanssa päivittäin. Lapset liikkuvat
eniten keväällä ja kesällä ja vähiten syksyllä ja talvella, ja vuodenaikojen väliset erot ovat
huomattavia. Päiväkoti-ikäiset lapset kokivat tärkeimmiksi toiminnoiksi sisäleikit ja sen jäl-
keen päiväkodissa tapahtuvat ulkoleikit. Kotona lapset kokivat tärkeimmäksi tv:n ja videoiden
katselemisen. (Nupponen, Halme, Parkkisenniemi, Pehkonen & Tammelin 2010, 5, 9, 15, 154-
160.)

3.2 Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa

Liikuntapedagogiikka pyrkii vastaamaan siihen, miten lapset ja nuoret saadaan liikkumaan.
Sen keskeisenä tehtävänä on liikuntamotivaation edistäminen, suotuisien asenteiden lisäämi-
nen liikuntaa kohtaan sekä liikunnan merkityksen ymmärtäminen omalle hyvinvoinnille. Lii-
kuntapedagogiikka tarjoaa uusia keinoja, joilla kehittää motorisia taitoja sekä yleiskuntoa. Se
ei ole vain lapsiin ja nuoriin kohdistuva tieteenala vaan se kattaa koko ihmisen elinkaaren.
Liikuntapedagogiikan yhtenä haastavimpana tehtävänä nähdään kuitenkin lasten liikuntakas-
vatustyö, sillä liikunnallisuuteen kasvamisen kannalta lapsuus on otollisin aika elämäntapojen
omaksumiseen. Tieteenalana liikuntapedagogiikka tutkii liikunnanopetusta ja sen oppimista.
Sen avulla voidaan selvittää, miten liikuntaa opetetaan ja miten liikunta on mukana kasvatuk-
sessa ja opetuksessa. (Telama 2013, 10; Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 12, 19.)

Liikuntapedagogiikalla tarkoitetaan kaikkea toimintaa, jossa tarkastellaan liikuntaan liittyviä ilmiöitä kasvatuksellisesta näkökulmasta. Se on yhteiskunnan organisoimaa toimintaa, jota toteutetaan päiväkodeissa, kouluissa, liikuntajärjestöissä sekä erilaisissa harrastusryhmissä. Koti ja vanhemmat ovat kuitenkin lapsen kasvun kannalta ensiarvoisin liikuntapedagogista työtä tekevä ”organisaatio”. Vanhemmilta ja sisaruksilta tietoisesti tai tiedostamatta välittyvät asenteet, arvostukset ja odotukset liikuntaa kohtaan muovaavat pohjan lapsen tulevalle aktiiviselle tai inaktiiviselle elämäntavalle. (Jaakkola ym. 2013, 18.)

Liikuntapedagogiikan kaksi tärkeintä tehtävää ovat kasvattaminen liikuntaan sekä kasvattaminen liikunnan avulla. Liikuntaan kasvattamisella tarkoitetaan kaikkea tietojen, taitojen ja asenteiden opettamista, jotka liittyvät terveellisiin elämäntapoihin, omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen sekä liikunnan harrastamiseen. Tällä pyritään myös liikuntamotivaation edistämiseen luomalla liikuntatilanteita, joissa syntyy myönteisiä liikuntakokemuksia. Liikunnan avulla kasvattaminen tarkoittaa liikunnan käyttämistä apuna erilaisessa kasvatuksessa ja opetuksessa. Liikuntaa apuna käyttäen voidaan opetella esimerkiksi tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä kehollista itseilmaisua. Suunnitelmallisella liikuntapedagogiikalla, kuten esimerkiksi varhaiskasvatuksen liikuntapedagogiikalla on monia tärkeitä tehtäviä kuten liikuntataitojen kehittäminen, terveyden ja toimintakyvyn kehittäminen, myönteisen minäkäsityksen tukeminen, sosioemotionaalisen kasvun edistäminen, kognitiivisten oppimisvalmiuksien luominen, fyysisen aktiivisuuden juurruttaminen elämäntavaksi sekä hyvien kokemusten tarjoaminen. (Jaakkola ym. 2013, 20.)

Leikki ja liikkuminen ovat lapsen perustoimintoja. Niiden avulla lapsi saa uusia kokemuksia ja ilmaisu kehittyy. Lapset kokevat yleensä paikoillaanolon tai istumisen rasitteena. Liikkumalla lapsi voi esimerkiksi saavuttaa, kokea, esittää tai muuttaa. Liikkuminen on siis työväline asioiden saavuttamiseksi. Liikkuminen on kokemuksen hankintaa omasta kehosta, asioista ja ympäristöstä. Lapsi toimii liikkeessään ja leikkiessään toisten lasten kanssa, ilmaisee itseään ja oppii noudattamaan sääntöjä. Lapsi kokee itsensä liikkumisen kautta ja huomaa, että liikkumisen avulla voi toteuttaa ja kehittää itseään. Kehityksen keskeinen edellytys on omatoimisuus, joten kasvattajien vastuulle jää mahdollisuuksia tarjoavan ympäristön luominen. (Zimmer 2001, 14-16.)

Pienten lasten fyysisen kasvun ja kehityksen kannalta liikkuminen on välttämätöntä. Lasten lihasten, jänteiden ja luiden vahvistuminen vaatii suotuisat kasvuolosuhteet, jossa elinympäristö mahdollistaa riittävän ravinnon, unen, hygienian sekä liikunnan. Liikunta tukee myös lapsen hermoverkostojen kehittymistä ja näin ollen kaikkea toimintaa ja oppimista. Kun lapsen fyysiset edellytykset, hermostollinen kehitys ja havaintotoiminnot ovat kehittyneet riittävän pitkälle ja lapsi saa harjoitella liikkumista, alkaa motoristen perustaitojen kehittyminen. Motorisia perustaitoja ovat kävely, juoksu, hyppääminen, potkaiseminen, lyöminen, heittäminen

ja kiinniottaminen. Motoristen perustaitojen hyvä hallinta on edellytyksenä hienomotoristen taitojen kehittymiselle. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464.)

Liikuntataitojen oppimisella tarkoitetaan Jaakkolan mukaan: ”harjoittelun aikaansaamaa kehon sisäistä tapahtumasarjaa, joka johtaa pysyviin muutoksiin potentiaalisissa tuottaa liikettä”. Taidon oppimisen tuloksena joko taito tai suoritus tehostuu, peräkkäiset suoritukset yhdenmukaistuvat, taidon tuottamisen pysyvyys kasvaa tai taitoa voidaan soveltaa eli sitä voidaan käyttää myös oppimisympäristön ulkopuolella. Liikkumisen ja leikin myötä saadut taidot eivät rajoitu fyysismotoriselle tasolle. Kun motoriset taidot kehittyvät, lapsi kokee paljon onnistumisia ja itseluottamus kasvaa. Kehonsa avulla lapsi oppii tuntemaan persoonansa ja sen myötä identiteetti alkaa kehittyä. Ihminen on kokonaisuus, joten lapsi aistii, kokee, ajattelee, tuntee, toimii ja liikkuu koko kehonsa avulla. Sen vuoksi huonot sekä hyvät liikuntakokemukset näkyvät lapsessa selkeästi. (Jaakkola 2014, 11; Zimmer 2001, 20-21.)

Lapsen itsenäisyyden ja sosiaalisuuden parantaminen ovat päiväkodin pedagogisen työn merkittävimpiä tavoitteita. Liikuntakasvatuksella pyritään opettamaan lapselle itsensä ja toisten ihmisten parempaa ymmärtämistä sekä ymmärrystä ympäröivästä tilasta ja materiaaleista. Nämä tavoitteet nousevat kolmesta kompetenssista eli minäkompetenssista, sosiaalisesta kompetenssista ja asiakompetenssista. Pedagogisena toimintana liikuntakasvatuksen tulisi olla lapsilähtöistä, avointa, vapaaehtoista, elämyksellistä, omatoimista ja osallistavaa. Liikunnan pitää tarjota mahdollisuuksia oman kehon kokemiseen, aistikokemuksiin, sosiaaliseen kokemiseen, materiaaliseen kokemiseen ja sisältää koordinaation harjoittamista. Päiväkoti-ikäisten perusliikkeet ovat esimerkiksi juokseminen, hyppääminen, kieriminen ja heittäminen. Nämä taidot ovat yleismotoriikan ja urheilumotoriikan perusta ja ne paranevat ensimmäisten elinvuosien aikana, jos lapsilla on tilaisuus harjoitella niitä. (Zimmer 2001, 121-122, 125.)

3.3 Liikunta kognitiivisten, motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittäjänä

Ensimmäisten vuosien aikana lapsen henkinen kehitys pohjautuu liikkumiseen ja havainnoimiseen. Lapsi ei vielä ajattele tai kuvittele vaan aistii ja kokee. Tutkimalla ja kokeilemalla lapsi oppii ymmärtämään ympäristöään ja teon kohteen ominaisuuksia. Lapsen fyysiset kokemukset ovat aina yhteydessä asioihin, joiden parissa lapsi liikkuu. Lapsi havaitsee tietoisesti tai tiedostamattaan esineiden ominaisuudet. Sen vuoksi ympäristön olisi hyvä olla monipuolinen ja muunneltava, jotta lapsi voi kerätä tietoa ja kokemuksia. Piagetin mukaan älykkyys kehittyy, kun lapsi kokeilee ympäristön esineitä. Ajatteleminen on alussa aktiivista toimintaa ja lopulta käytännöntason tilanteiden hallinnan myötä myös teoreettista. Lapset kokeilevat fyysikaalisia ilmiöitä, kuten vauhtia, tasapainoa, kiihdytystä ja painovoimaa. Muuntelemalla liikuntatilanteita lapset löytävät syy-seuraussuhteita. (Zimmer 2001, 33-34.)

Lapsen aktiivisella liikkumisella ja hyvillä liikuntataidoilla on vaikutuksia kognitiivisten taitojen oppimiseen ja näin ollen puutteelliset liikuntataidot saattavat näkyä erilaisina oppimisen ongelmina ja vaikeuksina. Tällaisia havaittuja oppimisen ongelmia ovat mm. heikko tasapaino, puutteellinen kehonhahmotus, kehon keskilinjan ylittämisen vaikeudet sekä tilan hahmottamisen ongelmat. Näitä yleisiä oppimisen edellytyksiä ja aistitoimintojen yhteistyötä voidaan parantaa varhaisvuosien monipuolisella liikunnalla. Erilaiset liikuntatilanteet, esimerkiksi pelit, kisailut ja leikit herättävät suuria tunteita. Pienten lasten kyky tunnistaa, ilmaista tai säädellä tunteitaan ei ole kuitenkaan vielä varhaisvuosina kovin kehittynyttä. Yhdessä ryhmän tai joukkueen kanssa liikkuminen lisää tärkeitä yhteenkuuluvuuden tunteita sekä opettaa omien tunteiden ilmaisua sekä säätelyä. Pelit ja leikit kasvattavat myös lapsen eettis-moraalisia taitoja, sillä yhteisten pelien ja leikkien sujuvuuden edellytyksenä on yhteisten sääntöjen noudattaminen. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464-465.)

Jaakkolan mukaan motorinen taito vaatii kehon tai raajojen vapaaehtoista liikettä, jonka avulla saavutetaan tietty tavoite. Keskeisin osa motorisen taidon määritelmää on se, että taito on harjoittelun tuloksena opittavissa. Motorisilla perustaidoilla tarkoitetaan yleisiä lajitaitojen taustalla olevia taitoja, jotka voidaan jakaa tasapainotaitoihin, välineenkäsittelytaitoihin ja liikkumistaitoihin. Karkeamotorisilla taidoilla tarkoitetaan suurempien lihasten tai useiden lihasryhmien säätelemiä taitoja, joiden tavoitteena on joko voiman tuotto erilaisiin välineisiin tai välineen liikkeen pysäyttäminen. Hienomotorisilla taidoilla taas tarkoitetaan pienempien lihasten ja lihasryhmien taitoja, joiden tavoitteena on tarkat ja kontrolloidut liikkeet. Motoristen perustaitojen harjoittelu liitetään usein lapsuuteen ja nuoruuteen, mutta tosiasiasa kyseisiä taitoja voidaan kehittää myös koko eliniän ajan. Motorisella kehityksellä tarkoitetaan jatkuvaa prosessia, jonka aikana ihmiset voivat oppia liikuntataitoja. Motorinen kehitys ilmentää myös vuorovaikutusta yksilön ja elinympäristön välillä, mikä tarkoittaa sitä, että kehitys tapahtuu geenien ja elinympäristön vuorovaikutuksessa. Lapsuudessa motoristen taitojen harjoittelussa geenien merkitys on suuri, mutta iän karttuessa harjoittelulla eli ympäristöärsykkeillä on yhä suurempi vaikutus taitojen kehittymiseen. (Jaakkola 2014, 13-14.)

Lapsen motorinen kehitys etenee sekä päästä jalkoihin eli kefalokaudaalisesti että keskeltä raajiin eli proksimodistaalisesti. Liikkeet kehittyvät kokonaisvaltaisista eriytyneisiin ja karkeamotoriikasta edetään hienomotoriikkaa kohti, mikä vastaa kefalokaudaalista ja proksimodistaalista kehitystä. Kefalokaudaalisen ja proksimodistaalisen kehityksen yksi tärkeä vaihe on käden ja jalan hallinta. Se antaa edellytykset oppia uusia taitoja ja lisää lapsen itseluottamusta. Jokainen lapsi kasvaa ja kehittyy omaa tahtiaan, mutta kuitenkin saman kaavan mukaan. Jokaisella ihmisellä on oma ja ainutlaatuinen aikataulu omaksua liikuntakyvyt ja -taidot. Oppiminen vaatii ympäristön virikkeitä ja näin ollen huomattava vaikutus lapsen motoristen taitojen kehittymiseen on sillä, millaiset mahdollisuudet liikuntaan hänellä on ollut.

Varhaiskasvatuksessa pitäisi harjoitella liikkeitä, joissa keho liikkuu paikasta toiseen, on paikallaan tai jossa käytetään apuna välineitä. (Autio & Kaski 2005, 13; Pulli 2013, 22-23; Maude 2001, 11-12; Gallahue & Ozmun & Goodway 2012, 5.)

Kehon avulla lapsi muodostaa kuvan omista taidoistaan eli hän saa käsityksen minästään. Lapsen itsenäisyys näkyy siinä, että lapsi haluaa tehdä itse, esimerkiksi pukea, syödä ja kiivetä. Minän rakentumisen kannalta ensimmäisien elinvuosien fyysiset kokemukset ovat merkittävimpiä. Saaduista kokemuksista muodostuu pohja identiteetille. Sosiaaliseen oppimiseen vaikuttavat arjen vuorovaikutuksessa saadut kokemukset. Lapsi joutuu arjessa esimerkiksi antamaan välillä periksi, sopimaan ja jakamaan. 3-6 vuoden ikä on merkittävintä aikaa sosiaaliselle kehitykselle. Silloin opitut käyttäytymismallit vaikuttavat läpi elämän. Lapset varttuvat nykyään usein pienissä perheissä ja heillä on vähän mahdollisuuksia harjoitella sosiaalista käyttäytymistä. Lasten täytyy olla lasten kanssa kasvaakseen sosiaaliseen yhteisöön. Eri-ikäisistä koostuvat lapsiryhmät antavat mahdollisuuden tutustua eri-ikäisiin ja oppiminen toisilta mahdollistuu. Liikunnalliset leikit ovat hyvä keino lisätä sosiaalisia taitoja, sillä esimerkiksi leikkien säännöt ovat sosiaalisen käyttäytymisen perussääntöjen harjoittelua. (Zimmer 2001, 21, 26, 28.)

3.4 Lasten liikuntasuosituksiset ja oppimistavoitteet

Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksilla pyritään ohjaamaan kasvattajien toimintaa, edistämään liikunnan merkitystä päivähoitossa sekä uudistamaan toimintamalleja. Suosituksen mukaan lapsi tarvitsee tehokasta liikuntaa kaksi tuntia päivässä ja hänelle pitää antaa edellytykset harjoitella motorisia perustaitoja. Kasvattajien tehtävänä on suunnitella ja toteuttaa jokapäiväistä arjessa tapahtuvaa liikuntakasvatusta. Lisäksi kasvattajien tulee luoda hyvä liikunta- ja leikkiympäristö, poistaa esteet ja opettaa turvallisuutta liikkua. Päiväkodissa tulee olla liikuntaan tarvittavat välineet, jotka ovat lasten saatavilla. Yhteistyössä vanhempien kanssa on hyvä ottaa liikunta arkipäivän puheenaiheeksi ja osaksi kasvatuskumppanuutta. (Pulli 2013, 17-21.)

Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma antaa lähtökohdat ja perusteet liikuntakasvatuksen suunnittelulle ja toteuttamiselle, mutta suuri vastuu jää myös kasvatusta ja opetusta toteuttaville henkilöille. Vuosisuunnitelma tulisi laatia ennen toimintakauden alkua ja sen jälkeen ajankohtaiset kausi- ja tuokiosuunnitelmat. Huolellinen ja tavoitteellinen suunnittelu kasvattajien kesken mahdollistaa lapsen tarpeita vastaavan liikuntakasvatuksen. Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen päätavoitteina voidaan pitää sitä, että lasta autetaan luomaan myönteinen suhde omaan kehoonsa ja samalla tuetaan karkeamotoriikan, motoristen perustaitojen sekä yleisten oppimisvalmiuksien kehittymistä. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 465-466.)

Lapsen liikunnalliset oppimistavoitteet jaetaan neljään pääryhmään, joita ovat motoriset, tiedolliset, tunne-elämään ja vuorovaikutukseen liittyvät ja muut tavoitteet. Motorisiin kuuluvat muun muassa perusliikkeiden oppiminen, kehonhahmotus ja toimintakyvyn parantaminen. Tiedollisia ovat esimerkiksi päättelykyky, ongelmanratkaisutaidot, oppimisvalmiudet ja hahmottaminen. Tunne-elämään ja vuorovaikutukseen kuuluvat esimerkiksi myönteinen minäkäsitys, tunteiden säätely, vuorovaikutustaidot ja itsetuntemus. Muita tavoitteita ovat mielekkään liikuntaharrastuksen löytäminen, liikunnallinen elämäntapa ja uusien elämyksien hankkiminen. Liikuntakasvatus toimii myös kielen kehityksen mahdollistajana ja se tarjoaa ainakin yhdeksän eri luokkaa sanastoja, jotka auttavat lasten kielellisessä kehityksessä. Näitä ovat sanastot, jotka liittyvät muun muassa kehon osiin, liikuntapaikkoihin, laitteisiin, ajan ja paikan ilmauksiin, motorisiin taitoihin ja liikkeen laatuun. Liikunnalla on myös merkittävä yhteys luovuuteen. Opetuksessa on varmistettava se, että lapsi oppii liikkumaan luovasti ja hän voi rohkeasti ilmaista itseään liikunnan avulla. (Autio & Kaski 2005, 55-56; Maude 2011, 54, 59-60, 62, 64.)

Liikuntakasvatuksessa tarkoituksena on tarjota liikuntaa kaikenlaisille lapsille. Sen avulla täytyy pystyä tukemaan lapsia, joilla on vaikeuksia esimerkiksi hahmottamisessa, keskittymisessä tai liikkumisessa. Kasvattajan täytyy olla tietoinen lasten liikunnallisista eroista. Niitä ei tarvitse kokoajan huomioida, mutta ne täytyy tiedostaa. Tämän avulla taataan tasavertaiset edellytykset oppimiselle. Liikuntakasvatuksen merkitys on otettu yhä enemmän huomioon varhaiskasvatuksessa, mutta lapsia ei ohjata vielääkään tarpeeksi yksilöinä. (Karvonen 2002, 5-6, 25.)

3.5 Ohjattu liikunta ja liikuntakasvatuksen sisällöt varhaiskasvatuksessa

Suurin osa päivähoitossa olevista lapsista viettää hoitopaikassa pitkän päivän, noin 8-9 tuntia. Päivän aikana lapsen pitäisi olla fyysisesti aktiivinen vähintään kaksi tuntia. Tämän vuoksi varhaiskasvattajien tulee suunnitella tavoitteellista sekä monipuolista liikuntaa päivittäin. Kehittyäkseen lapsi tarvitsee ohjattua liikuntaa (Zimmer 2001, 41). Liikunnan tulee olla säännöllistä, monipuolista ja vaihtelevaa. Lasten suositeltaisiin liikkuvan 15-20 tuntia viikossa. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten (2005) mukaan lapsille on järjestettävä ohjattua liikuntaa kaksi kertaa viikossa, joista toinen tuokio on sisällä ja toinen ulkona. Ohjatussa liikunnassa voidaan paneutua vapaata liikuntaa paremmin monimutkaisempiinkin sisältöihin (Zimmer 2001, 41). Lapsen iästä ja toiminnan sisällöstä riippuen tuokio voi kestää 10 minuutista 60 minuuttiin. Liikuntatuokioiden pitää kuulua arjentoimintaan ja olla osa päivärytmiä (Pulli 2013, 39). Toiminta tulee suunnitella siten, että se on tavoitteellista ja toteutetaan jaetussa lapsiryhmässä niin, että lasten yksilölliset tarpeet on huomioitu. Oppimisprosessin tulee edetä vaiheittain tarjoten lapselle onnistumisen kokemuksia. Liikuntatuokioiden pitää sisältää leikkimistä, kokeilemistä sekä keksimistä. Tunnilla pitää ottaa huomioon lasten spon-

taanit ideat. Oppimistilanteita voidaan tehostaa tuomalla liikunta mukaan eri yhteyksiin muun muassa matematiikkaan tai kielen oppimiseen. Lapsen täytyy kokea liikunnassakin tulevansa hyväksytyksi ja kokea se myönteisenä. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 470-472; Karvonen 2002, 24-26; Zimmer 2001, 41, 136.)

Ulkona leikkimiselle on etsittävä paljon tilaisuuksia. Päiväkodin tavoitteena on saada takaisin luonnolliset liikuntapaikat. Ulkona leikkiminen mahdollistaa aistien ja kehon käyttämisen paremmin kuin sisäleikit. Toimintakyky kasvaa haastavassa maastossa liikkeessä. Ulkona tunnus- telu, koskettaminen, haistaminen, kuuleminen ja näkeminen ovat tietenkin mahdollisia, joten kasvattajan on hyvä esittää niistä kysymyksiä. Lasten pitää leikkiä ulkona säällä kuin säällä ja jokaisena vuodenaikana. Tällöin tutkiminen ja kokeileminen tulevat täydellisiksi. (Zimmer 2001, 168-169.)

Alle neljävuotiaiden lasten liikunnassa tärkeintä on havaintomotoristen sekä motoristen perustaitojen kehittäminen. Pienimmillä lapsilla tavalliset arjen hoitotilanteet ja toiminnot kuten ruokailu, pukeutuminen ja peseytyminen ovat tärkeitä oppimisen tilanteita. Lapsi opettelee tuntemaan omaa kehoaan ja tutustuu sen liikemahdollisuuksiin. Liikkumisikään tulleille pienille lapsille aikuisten tulee taata turvallinen ja virikkeellinen ympäristö, jossa lapsi voi rauhassa harjoitella ja oppia uusia taitoja. 3-4-vuotiaita lapsia tuetaan kehon hahmotuksessa esimerkiksi ohjaamalla nimeämään, paikantamaan tai liikuttamaan kehonosia. Kehon tuntemus luo edellytykset itsenäiselle pukeutumiselle ja peseytymiselle sekä mahdollistaa motoristen perustaitojen harjoittelun. Tähän kehitysvaiheeseen sopivia liikuntavälineitä ovat erilaiset lelut, pallot, hernepussit, narut, huivit, rakennelmat ja tunnelit. Lapsen halukkuus toistaa liikuntasuoristusta yhä uudelleen on osoitus siitä, että se on ajankohtainen. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 466-467.)

Yli neljävuotiaiden lasten kehon hahmottamisen kehitys on nopeaa. Lapsi alkaa oppia tunnistamaan myös kehon eri puolia kuten oikean, vasemman, etu- ja takapuolen. Yli neljävuotiailla motoriset perustaidot alkavat vakiintua vähitellen ja tämä mahdollistaa eri liikuntamuotojen perustaitojen opettelun. Ikäkaudelle ajankohtaisia harjoiteltavia liikuntamuotoja ovat pyöräily, luistelu, hiihto ja uinti. Yli neljävuotiaiden olisi myös tärkeää vahvistaa käden karkeamotorisia taitoja esimerkiksi pallonkäsittelytehtävien avulla, jotta lapsi saa valmiudet hienomotoristen taitojen oppimiseen. Lasten liikunta on ennakkoluulotonta, monipuolista ja kokeilevaa liikkumista välineiden kanssa tai ilman ja yksin tai yhdessä. Vain aikuisen mielikuvitus on rajana sille, kuinka moninaisesti lasten liikuntaa voidaan toteuttaa. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 468.)

3.6 Toiminnallinen oppiminen ja liikuntaympäristöt varhaiskasvatuksessa

Tänä päivänä oppimiseen ja opettamiseen kytkeytyy yhä useammin toiminnan käsite. Toiminnallisessa opettamisen menetelmässä oppimisprosessit yhdistyvät osallistuvaan toimintaan ja työskentelyyn. Toiminnalliset oppimismenetelmät hyödyttävät varsinkin pieniä alle kouluikäisiä lapsia, joille liikkuminen on luontainen tapa tutkia ja oppia. Liikunnan avulla voidaan opettaa helposti esimerkiksi kielen ja matematiikan osa-alueita. Tärkeää on, että lapsi käyttää koko kehoaan juosten, hyppien, pyörien tai kiipeillen samalla, kun hän opettelee uusia asioita. Liikunnan avulla oppimisella tarkoitetaan tässä yhteydessä sellaista opetusta, joka tapahtuu liikunnan avulla liikuntatuntien tai tuokioiden ulkopuolella. Toiminnallisella oppimisella tarkoitetaan sitä, että lapsi opettelee kielen ja matematiikan osa-alueita hyödyntäen erilaisia välineitä ja esineitä sekä opetustilaa vapaasti liikkuen. Toiminnallisen oppimisen aikana lapsi on siis aktiivinen toimija. (Pulli 2001, 17-18.)

Kuten kaikessa muussakin oppimisessa, liikuntataidot opitaan parhaiten silloin, kun halu liikkumiseen tulee lapselta itsestään ja lapselle annetaan mahdollisuus oppia itse oivaltaen positiivisessa ilmapiirissä. Lasten liikkumisen motivaattorina ei tarvita kilpailuasetelmaa vaan lapsen pitäisi saada toteuttaa liikuntaa uteliaisuudesta, leikkien ja iloiten. Suomalaisessa lasten liikunnassa nojataan paljon käsitykseen, että lasten on hyvä oppia sietämään pettymyksiä ja häviöitä. Pieni lapsi ei kuitenkaan tarvitse näitä omaan kehoonsa liittyviä pettymyksiä, kun hän vasta luo kuvaa omasta itsestään, kehostaan ja taidoistaan. Pettymysten sijaan pienet lapset tarvitsevat onnistumisen kokemuksia yksin ja ryhmässä sekä haasteita omien taitojensa arviointiin. Lapsia liikuttaessa on tärkeää huomioida, että liiallinen kilpailun korostaminen pienillä lapsilla saattaa viedä liikunnasta ilon, jolloin keskitytään epäolennaisuuksiin kuten vertailuun ja suorittamiseen. Kilpailuttamisella saattaa olla myös erittäin vakavia seurauksia kuten lapsen itsetunnon mureneminen ja liikunnan vältteleminen. (Pulli 2001, 77, 79.) Liikunta ei ole erillinen toiminto, vaan se toimii yhdessä lapsen muun oppimisen kanssa, kuten opittaessa leikkiä, kieltä ja luovuutta. (Maude 2001, 2).

Pienten lasten liikuessa myös ympäristöllä on suuri merkitys. Kun leikki- ja liikuntaympäristöt ovat hyviä, ne vastaavat lapsen fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin kehitystarpeisiin. Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelma määrittelee, että toimintaympäristön tulee olla innostava ja kannustaa lasta liikkumaan, kokeilemaan ja ilmaisemaan itseään. Toimintaympäristö ei saa estää lasta liikkumasta ja kehittämästä omia taitojaan. Turvallisuus ja ympäristön hallittavuus on myös huomioitava ympäristöissä, jossa lapset liikkuvat. On todettu, että lasten fyysinen aktiivisuus lisääntyy, jos heillä on runsaasti vapaata leikkiä, runsaasti ulkoiluaikaa ja metsäretkiä. Liikuntavälineiden saatavuus ja esimerkiksi pihan houkuttelevuus lisäävät huomattavasti lapsien liikkumista. Valtakunnallisten kyselyiden mukaan vain alle 20 prosentilla Suomen päiväkodeista liikuntaolosuhteet luokitellaan lapsen liikuntatarpeita kannattelevik-

si. Suurimpina ongelmina pidetään sisätilojen ahtautta, tarkoituksenmukaisten liikuntavälineiden puutetta sekä välineiden säilyttämistä lasten ulottuvilla. Tiloja ja liikuntavälineitäkin tärkeämpää on kuitenkin se, että aikuiset kannustavat lapsia liikkeelle omalla esimerkillään ja osallistumisellaan heittäytymällä myös itse mukaan peleihin ja leikkeihin. Kun lapset oppivat pelin tai leikin säännöt voi kasvattaja siirtyä seuraamaan sivusta. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 474-475.)

Päiväkoti aika rakentaa lapselle valmiutta siirtyä asteittain itsekeskeisestä ja lapsikeskeisestä leikin maailmasta ryhmäpainotteiseen maailmaan, jossa on käytössä aikuisten käsitteet ja logiikka (Gallahue ym. 2012, 177). Päiväkoti muokkaa lapsen asennoitumista omaan kehoon ja liikkumiseen. Päivähoidossa ei aina anneta tarpeeksi tilaa lapsen liikkumiselle huonojen tilojen ja puitteiden vuoksi. Pienet ja puutteelliset liikuntatilat eivät saa olla esteenä liikunnan mahdollistamiselle päivähoitossa (Karvonen 2002, 16). Liikuntakasvatukseen on alettu panostaa, mutta liikuntaa on ollut vaikeaa integroida päiväkotien arkeen. Pyrkimyksenä on jumppatuntien lisäksi lisätä liikuntaa enemmän tilannekohtaiseksi. (Zimmer 2001, 103-104.)

4 Lasten osallisuuden tukeminen

Lasten osallisuus on noussut nykypäivänä tärkeäksi varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatussuunnitelmassa määritellään arvot lasten osallisuudelle ja osallisuutta voidaankin pitää yhtenä laadukkaan varhaiskasvatuksen tekijänä. Osallisuus antaa lapselle mahdollisuuden ja oikeuden kertoa omista mielipiteistään ja vaikuttaa näin hänen elämäänsä liittyviin päätöksiin. Olemme lähestyneet lasten osallisuuden tukemista tutustumalla osallisuuden käsitteeseen sekä Hartin (1992) ja Shierin (2001) kehittämiin lasten osallisuuden tukemisen malleihin. Näitä teemoja käsittelemme seuraavissa luvuissa. (Heikka, Hujala & Turja 2009, 81-84; Lasten osallisuus 2014.)

4.1 Lasten osallisuus käsitteenä

Lasten osallisuus arvioinnissa ja suunnittelussa on nykyisin tärkeässä roolissa varhaiskasvatuksessa. Lasten mukana olemiseen kytkeytyy koko varhaiskasvatuksen merkitys. Jotta lapsi voi hyvin, on hänen näkemyksiään ja tarpeita kunnioitettava ja ne ovat otetta huomioon kasvatuksen suunnittelussa. Lapsen osallisuudella tarkoitetaan sitä, miten lapsi saa vaikuttaa elämässä häntä koskeviin asioihin. Vaikuttaminen sisältää sekä suunnittelun, toteuttamisen että arvioinnin. Se, että lapselle annetaan mahdollisuus olla osallisena ja mukana asioiden käsittelyssä niissä yhteisöissä, jotka ovat hänen elämässään keskeisiä, on äärimmäisen tärkeää identiteetin kehittymisessä. Osallisuus on yksi perusta lapsen kasvulle ja kehitykselle. Se, että saa osallistua, antaa välttämättömiä taitoja yhdessä olemiseen ja elämiseen. Lapsen oikeutta osallisuuteen tukee vahvasti lainsäädäntö. Perustana on YK:n Lapsen oikeuksien yleissopimus,

jonka mukaan osallisuus on perusoikeus. Suomen perustuslaissa (11.6.1999/731) korostetaan lasten tasa-arvoa ja mahdollisuutta vaikuttaa asioihin, jotka koskevat häntä itseään. Palvelujen tarjoamisessa ja niiden kehittämisessä on otettava huomioon lasten todelliset tarpeet ja toiveet. (Heikka ym. 2009, 81; Lasten osallisuus 2014.)

Osallisuuden lisääntyessä lapsi tuntee yhä enemmän olevansa oman toimintansa ja elämänsä aktiivinen ohjaaja ja oppija. Lasten osallisuuden arvot määritellään varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa. Lasten kuulemista ja osallisuutta voidaan pitää yhtenä keskeisenä laadukkaan varhaiskasvatuksen tekijänä. Kuitenkin uusien toimintamallien juurtuminen käytännön kasvatustyöhön vie aikaa ja edellyttää kasvattajilta tietoisia ammatillisia kehityspyrkimyksiä. Keskeistä lasten osallisuuden tukemisessa on, että aikuiset suhtautuvat lasten esittämiin näkökulmiin vakavasti. Aikuisten täytyisi pystyä asettamaan tarvittaessa omat suunnitelmansa taka-alalle antaakseen tilaa lasten tavoille tehdä ja nähdä asioita. Kun lapsen osallisuutta tuetaan pyytämällä häntä tuomaan esiin omia mielipiteitään, kokemuksiaan, toiveitaan ja mieltymyksiään, ohjataan häntä samalla harjoittamaan oppimisen kannalta tärkeää oman ajattelun ja toiminnan pohtimista ja tiedostamista. Tämä myös kehittää lapsen itsearviointia. (Heikka ym. 2009, 81-84.)

Lapsen tulee saada tietoa niistä suunnitelmista, ratkaisuista, toimenpiteistä ja päätöksiin vaikuttavista tekijöistä, jotka liittyvät häneen. Se antaa myös oikeuden kertoa oma mielipiteensä ja pystyä sillä tavalla vaikuttamaan ratkaisuihin. Osallisuudessa on kuitenkin keskeistä se, miten lapsi kokee oman osallisuutensa. Syntyykö hänelle tunne, että hänen mielipiteillään on merkitystä ja että niitä arvostetaan aidosti? Voivatko lapsen esille tuomat tarpeet ja toiveet toteutua hänen arjessaan? Osallisuus on ilmiönä vaikea hahmottaa. Lapsen osallisuuden kokemus on henkilökohtainen ja vaikea ennustaa. Lapsen antama palaute esimerkiksi hymiöillä ei vastaa kysymykseen, millaista oli tai miten se on edistänyt lapsen osallisuutta. Aikuisen vastuulle jää monipuolisen toimintaympäristön rakentaminen, uudistaminen ja lapsen osallistumisen mahdollisuuksien takaaminen. Hyvin toimiva työyhteisö on edellytys lapsen osallisuuden toteutumiselle. (Lasten osallisuus 2014; Vilpas & Tast 2011, 146.)

Kasvatustyötä tekevät kokevat, että lasten kuulemiseen ja mukaan ottamiseen ei ole riittävästi aikaa ja resursseja. Tämä kertoo sinänsä siitä, että tänä päivänä osallisuudella ei ole vielä merkittävää roolia lasten oppimisen ja hyvinvoinnin kannalta. Osallisuuden pitää kuitenkin olla päiväkodeissa tavoiteltavaa. Lapsi oppii pitämään huolta tavaroistaan, arjen rutiineista ja sopimaan omista leikeistään kavereiden kanssa. Perhe ja päiväkotiryhmä ovat lapsen lähimmät yhteisöt, joten yhteistyö lapsen, perheen ja päiväkodin välillä nousee erittäin tärkeäksi. Esimerkiksi säännöistä, tarpeista, kiinnostuksenkohteista, hyviksi koetuista asioista, ympäristöstä, yhteisistä projekteista ja tavaroiden hankkimisesta on hyvä keskustella myös lasten kanssa. Lapsille pitää tarjota eritasoisia mahdollisuuksia osallistua. Aikuisten pitää osa-

ta tulkita lapsen ilmaisutapoja ja hyödyntää lapsille ominaisia kommunikaatiokeinoja. (Turja 2011, 24-30.)

Osallisuus on myös yhteisöllistä toimintaa. Tällä tarkoitetaan sitä, että lasten kuuleminen ei ole vain yksittäisen lapsen kuulemista vaan sen sijaan pitää huomioida koko ryhmä ja sieltä nousevat ajatukset ja näkökulmat. Lisäksi ryhmän kesken on neuvoteltava toimintatavoista, jotta yhteisö pääsee kaikkia tyydyttävään ratkaisuun. Päiväkoti-ikäisten lasten on mahdollista osallistua toiminnan suunnitteluun, päätöksentekoon, toteuttamiseen ja arvioitiin. Tällainen toiminta ei kuitenkaan ole kovinkaan yleistä tai itsestään selvää päiväkodin arjessa. Kaikille lapsille pitää tarjota tasavertaiset mahdollisuudet osallistua, sillä kaikki lapset osaavat ilmaista itseään ainakin elein, ilmein ja ääntelyin. Kuvat sekä muut visuaaliset kommunikaatiokeinot helpottavat lasten ilmaisua entisestään. Aikuisen tehtäväksi jää lasten viestien tulkinta ja oikeanlainen reagointi niihin. Lapsen oma tunne osallisuudesta on keskeisintä osallisuuden kokonaisuudessa. Jos lapsi kokee, että häneen luotetaan ja hän on merkityksellinen yhteisönsään, on osallisuuden kokemus täyttynyt. (Turja 2011, 30-32.)

Hyvin merkittävää olisi kehittää sellaisia osallisuuden keinoja, joilla lapset pääsevät paremmin osallisiksi toimintaan. Tällaisia keinoja ovat muun muassa lasten kokoukset, lapsille suunnitellut toiminnanarviointilomakkeet, lapsen portfoliokeskustelut ja aikuisilta ja lapsilta saadut aloitelaatikot. On pyrittävä etenemään irrallisista osallisuuden kokemuksista kohti pysyvästi läsnä olevaa osallisuuden kulttuuria. Ajatus lasten osallisuudesta pitää juurruttaa osaksi päiväkodin arkea ja vasta silloin se näkyy muutoksena koko organisaation toiminnassa. (Turja 2011, 32.)

4.2 Lasten osallisuuden tukemisen mallit

Lasten osallisuuden malleja ovat kehittäneet Hart (1992) ja Shier (2001). Hartin 8-portainen tikapuumalli kuvaa aikuisen ja lapsen osallisuudentasoja vuorovaikutuksen kannalta. Mallin alhaisimmilla tasoilla (1-3) lapsella on vain vähän tai ei lainkaan osallistumismahdollisuuksia. Mitä korkeammalle tikapuilla edetään, sitä enemmän lapsi saa tilaisuuksia osallistua. Shierin mallissa puhutaan 5-portaisesta osallisuuden tasoista tai poluista. Kaikilla tasoilla kasvattajien ja työyhteisön on pohdittava, onko heillä aitoa halua ja avaramielisyyttä toteuttaa lasten osallisuutta, mahdollistaa sen toteutuminen arjessa ja sitoutua ottamaan lasten osallisuuden tukeminen osaksi omaa ammattitaitoa. (Hart 1992, 8, Shier 2001, ks. Venninen, Leinonen & Ojala 2010, 9-10.)

Shierin (2001) osallisuudentasoja on viisi. Ensimmäisellä tasolla lapsia kuunnellaan aidosti, mikä merkitsee, että kasvattajien on oltava valmiita muuttamaan asenteitaan ja toimintakulttuuria sekä antamaan lapselle huomiota. Toisella tasolla lapsia tuetaan ilmaisemaan mie-

lipiteitään ja kiinnitetään huomiota siihen, että jokainen lapsi saa äänensä ilmaistuksi. Kolmannella tasolla lapsen mielipiteet huomioidaan ja lapselle perustellaan, miksi jotakin ajatusta ei voida toteuttaa. Neljännellä tasolla lapsi pääsee mukaan osallistumaan päätöksentekoon, mutta aikuinen kantaa vastuun. Lapsi kuitenkin oppii tämän avulla vastuuntuntoa ja empatiaa. Ylimmällä viidennellä tasolla lapsi jakaa vallan ja vastuun aikuisen kanssa. Aikuisen täytyy oppia luopumaan vallastaan ja tukea lapsen vastuunottoa. (Venninen ym. 2010, 11-12.)

Osallisuuden porras- ja tikapuumallit suuntaavat ajattelua myös helposti haitalliseen suuntaan, mikäli ainoana tavoitteena on päästä tikkaiden tai portaiden huipulle. Usein se ei ole mahdollista eikä järkevääkään, sillä oleellista on löytää oman toiminnan ja lasten kannalta sille parhaiten sopivia osallisuuden muotoja. Shierin mukaan on tarpeellista etenemisen lisäksi myös joskus tulla tasoja alaspäin. Kasvattajan on osattava tulkita lapsen kykyä ja kehitystasoa, jotta lapsi voi toimia hänelle sopivalla tasolla. Osallisuuden tasot ovat suunnannäyttäjiä ja työkaluja, ja arjessa niitä sovelletaan vaihtuvissa tilanteissa. (Lasten osallisuus 2014; Venninen ym. 2010, 12.)

Lapsen osallisuutta määrittää voimakkaasti kasvattajan sekä tiedostettu että tiedostamaton vallankäyttö. Kasvattaja pystyy joko mahdollistamaan tai estämään lapsen osallisuuden kokemuksen päiväkodissa. Kasvattajan valta näyttäytyy hämmästyttävän pienissä asioissa päiväkodin arjessa. Lapsen osallisuus pystytään tulkitsemaan lapselle tarjottuna vallankäyttönä. Vallan sekä vastuun käsitteet ovat keskeisiä osallisuutta pohdittaessa, mutta lapsen vahva osallisuus ja vallan siirtämien täysin lapselle ovat miltei vastakohtia. Lapsen osallisuuden toteutumisen kannalta on tärkeää, että aikuinen tiedostaa oman vallankäyttönsä ja selittää toimintaansa myös lapselle. Tätä kautta lapsi oppii ja kasvaa käsittämään vallankäyttöä ja vastuuta. (Vilpas & Tast 2011, 150-151.)

Vilpas ja Tast (2011) ovat pohtineet lapsen osallisuutta, sen tukemista ja siihen liittyviä valtasuhteita Hartin 8-portaisen mallin pohjalta. Valtasuhteet kasvattajan ja lapsen välillä ilmentävät osallisuutta päiväkodin arjessa. Olemme kehittäneet mallista oman pelkistetyn versiomme, jota hyödynnämme lasten osallisuuden tukemista koskevassa lapsinäkökulmaisessa tutkimukseessamme. Laatimamme taulukko on esitetty seuraavalla sivulla. Taulukon alimmalla tasolla lapsella ei ole ollenkaan valtaa ja kasvattaja ei edes tiedosta omaa valtaansa ja manipuloi lapsia. Asteittain lapsien päätöksenteko ja osallisuus kasvavat, ja kasvattaja pyrkii luomaan edellytyksiä lasten paremmalle osallisuudelle luopumalla omasta vallastaan. Ylin taso perustuu täydelliseen luottamukseen, jossa lapset ovat päässeet toiminnan ideoijiksi ja päätökset tehdään hyvässä yhteistyössä. Valta ja vastuu on jaettu ja lasta kasvatetaan hallitusti vastuunottoon. (Tast & Vilpas 2011, 152.)

Lapsen osallisuus toiminnassa	Lapsen osallisuuden tasot 1-8 (Hartin malli)	Kasvattajan ja lapsen valtasuhteet
Lapset toiminnan ideoijina, aikuiset yhteistyössä päätöksenteossa.	<u>8. Lasten aloite toimintaan, yhteiset päätökset lasten kanssa.</u>	Lasten ja kasvattajan välillä <u>aito luottamussuhde</u> , jossa lasta tuetaan vastuunottoon.
Lapset ideoijina ja päätöksentekijöinä, aikuinen saatavilla.	<u>7. Lapsen aloite ja lapsen ohjaama toiminta.</u>	Kasvattaja <u>luopuu vallastaan</u> toiminnan suunnittelussa ja luo edellytykset lasten ideoille.
Kasvattajien idea, mutta lapset mukana suunnittelussa ja toteutuksessa.	<u>6. Kasvattajan aloite toimintaan ja yhteiset päätökset lasten kanssa.</u>	Valta jaetaan lapsien kanssa, heitä kuunnellen ja kunnioittaen.
Kasvattajat suunnittelevat ja ohjaavat ja ottavat lasten ideat huomioon vakavasti.	<u>5. Lapsia toiminnan suunnittelussa konsultoiva ja informoiva.</u>	Kasvattaja luovuttaa <u>osan vallasta</u> lapsille toiminnan suunnittelussa.
Kasvattajien suunnittelemaa toimintaa, johon lapset osallistuvat vapaaehtoisesti ja ymmärtävät sen tarkoituksen.	<u>4. Kasvattajan määrittelemä toiminta, mutta lapsia informoidaan.</u>	Kasvattaja <u>ei ole vielä valmis luopumaan vallastaan</u> , mutta hän pyrkii motivoimaan lapsia mukaan.
Lapsilta kysytään mielipiteitä asioista, mutta heillä ei ole vaikutusmahdollisuuksia.	<u>3. Lasten osallisuus toiminnassa näennäinen.</u>	Kasvattaja <u>ei hyödynnä lapselta saattua tietoa.</u>
Lapset osallistuvat toimintaan käsittämättä, mistä on kysymys.	<u>2. Lapset koristeina toiminnassa.</u>	Kasvattaja luo itsestään mielikuvaa hyvänä kasvattajana.
Lapset puhuvat ja toimivat aikuisten ehdotusten ohjauksena.	<u>1. Lapsia selkeästi manipuloiva toiminta.</u>	Kasvattaja <u>ei ole edes tietoinen käyttävänsä valtaa</u> toimintaa suunnitellessaan.

Taulukko 1: Lapsen osallisuuden tasot (Hart 1992, 8 ks. Tast & Vilpas 2011, 152.)

5 Kasvatusyhteistyö varhaiskasvatuksessa

Varhaiskasvatustilaisissa päivähoiton tehtäväksi on asetettu perheiden tukeminen kasvatustyössä. Kasvatuskumppanuuden on oltava tasavertaista vuoropuhelua ja yhteistyötä. Kaikilla vanhemmilla tulee olla mahdollisuus osallistua omaa lastaan koskeviin keskusteluihin sekä suunnit-

telmien ja päätösten tekoon. Lasten kasvatusta on jakautunut nykypäivänä kahdelle eri taholle, kotiin ja päiväkotiin. Kasvatustalot Suomessa on Suomessa hyvää osaamista, mutta osaamisesta ei ole hyötyä, mikäli se ei siirry kasvattajilta vanhempien arkipäiväiseen käyttöön. Tämän osaamisen jakaminen vaatii molemminpuolista luottamusta sekä aikaa tasavertaisille kohtaamisille. Yhteisöllisemmällä toimintatavalla voidaan taata lapselle turvallinen ja hyvinvoiva lapsuus. Yksi motivoiva ja positiivinen yhteistyömuoto päiväkodin ja kodin välillä ovat yhteiset liikuntatapahtumat. Säännölliset liikuntatapahtumat yhteistyössä perheiden kanssa lisäävät päiväkodin ja kodin vuorovaikutusta, tukevat kasvatustyötä sekä lähentävät perhettä. Opinnäytetyössämme esiintyvä Hakuhyppelytoiminta tukee päiväkodin ja perheiden kasvatusyhteistyötä yhdessä liikkumisen ja vietetyn ajan avulla. Hakuhyppely toimii lähentävänä toimintana varhaiskasvattajien ja vanhempien sekä lasten välillä. Seuraavissa luvuissa paneudumme tarkemmin kasvatusyhteistyön ja yhteisöllisyyden tukemisen teemoihin. (Koivunen 2009, 152-153; Kaskela & Kekkonen 2006, 17, 20-21; Strömmer 2005, 48; Kaipio 2000, 94-95; Pönkkö & Sääkslahti 2013, 4-6.)

5.1 Kasvatuskumppanuus

Kasvatuskumppanuuden käsite on otettu käyttöön varhaiskasvatussuunnitelmassa 2000-luvulla (Rimpelä 2013, 31). Kasvatuskumppanuuteen kuuluvat keskeisesti kuuleminen, kunnioitus, luottamus ja dialogi. Kasvatuskumppanuudella tarkoitetaan vanhempien ja kasvattajien tarkoituksellista sitoutumista toimimaan lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukena. Se on siis työskentelytapa, joka vaatii luottamusta, kunnioitusta ja tasavertaisuutta. Sen yhtenä tärkeänä päämääränä on, että vanhempien käsitykset, mielipiteet ja toiveet otetaan alusta lähtien mukaan kasvatuksen lähtökohdiksi. Jo ensitapaamisessa luodaan pohjaa tulevalle kasvatussuhteelle. Lapsen tarpeet, etu ja oikeuksien toteuttaminen määrittävät kasvatuskumppanuuden perustaa. (Koivunen 2009, 152-153; Kaskela & Kekkonen 2006, 5, 13.)

Lain mukaan päivähoiton tehtäväksi on asetettu perheiden kasvatustyön tukeminen. Tukeminen kasvatuskumppanuudessa ei ole suoranaista vanhemman tukemista, vaan enemmänkin vuoropuhelua ja yhteistyötä. Varhaiskasvattaja asettuu vanhemman rinnalle, jotta vanhempi voi kokea olevansa tasavertainen omaa lastaan koskevissa asioissa. Kasvatuskumppanuudessa vanhemmat sekä antavat että saavat monipuolista ja realistista tietoa lapsen arjesta (Kekkonen 2012, 43). Päivähoitossa kasvatuskumppanuus muodostetaan jokaisen asiakasperheen kanssa. Varhaiskasvatukseen muodostuu varhaiskasvatusyhteisö, joka jakaa tietoja, taitoja, näkemyksiä, osaamista ja ymmärrystä yhteisesti keskustellen ja sopien. Avoin vuoropuhelu on avainasemassa lasta lähellä olevien aikuisten kesken. Kasvattajan tehtävänä on kuvailla lapsen tunteita, elämyksiä ja tarinoita päivähoitossa, jotta vanhempi pystyy eläytymään siihen osaan lapsen elämästä, jossa hän ei ole pystynyt olemaan läsnä. Lapsi rakentaa eri kasvuympä-

ristöjensä perusteella oman persoonansa ja elämänsä kokonaisuuden, joten toimiva yhteistyö on erittäin tärkeää. (Kaskela & Kekkonen 2006, 20-21.)

Kasvatuskumppanuudessa on kyse ammatillisen asiantuntemuksen yhdistämisestä vanhemman oman lapsensa tuntemukseen ja kummankin osapuolen sitoutumista kumppanuuteen. Täydellä sitoutumisella on helpompaa kehittää lapsen kasvua ja oppimista. Kasvatuskumppanuudessa kasvattajan tehtävänä on keskustella vanhempien kanssa kasvatustavoitteista, joihin lapsen kanssa tähdätään. Tämän vuoksi alan ammattilaisilta vaaditaan vanhempien kasvatuskäsitysten arkitasoa laajempaa ymmärtämistä. Kasvatuskumppanuus on suhdetyötä. Siinä syntyy uusia suhteita, ja sen jälkeen jo luotua suhdetta ylläpidetään. Perhe on luonnollisesti lapsen merkittävin kehitysyhteisö. Se ei kuitenkaan yksin pysty ohjaamaan lapsen kasvua ja kehitystä. Tärkeää on, millainen kehitysyhteisöiden kokonaisuus lapselle rakentuu. (Kekkonen 2012, 43, 51, 189; Rimpelä 2013, 31.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa esitetään, että vanhemmalle tulee antaa mahdollisuus osallistua omaa lastaan koskeviin varhaiskasvatustaluteluihin ja varhaiskasvatussuunnitelman tekemiseen. Vanhemmilla on myös oikeus vaikuttaa koko kunnan varhaiskasvatuksen kehittämiseen. Kasvatuskumppanuudessa pyritään vähitellen syventämään kasvattajien ja vanhempien tapaamisia. Kun kasvattajien asiantuntemus ja vanhempien oman lapsen tuntemus yhdistyvät, päästään aitoon dialogisuuteen. Kasvatuskumppanuuden tavoitteena on, että lapsi toimijana tulee aidosti nähdyksi ja ymmärretyksi. Tärkeää on havainnoida lasta monipuolisesti ja huomioida se, mitä ja miten lapselle puhutaan. (Kaskela & Kekkonen 2006, 17.)

Kasvatuskumppanuus on epävirallista, arvoja ja asenteita kunnioittavaa ammattilaistoimintaa. Toiminnassa painottuu laaja osallistuminen ja osallisuus. Kasvatuskumppanuutta ja mahdollisia ongelmia pyritään ratkaisemaan siellä, missä lapset muutenkin ovat. Kasvatuskumppanuuden yhtenä tavoitteena on huomata lapsen erityisen tuen tarpeet ja etsiä niihin ratkaisuja yhteistyössä vanhempien kanssa. Myönteisen ilmapiirin ylläpitäminen kasvatuskumppanuudessa korostuu etenkin ongelmatilanteita kohdattaessa. Luottamuksellisessa suhteessa haasteellisten asioiden puheeksi ottaminen on helpompaa. Kumppanuudessa huomio tarkentuu siihen, kuinka kasvattaja tuo oman osaamisensa vanhemman sekä lapsen käyttöön ja siihen, kuinka lapsen vanhempi tulee kuulluksi oman lapsensa asioissa. Kasvatuskumppanuudessa vanhemman ja kasvattajan välistä dialogia kuvataan ratkaisukeskeiseksi ongelmalähtöisyyden sijasta. (Lämsä 2013, 50-52; Kaskela & Kekkonen 2006, 18-19, 46.)

Kasvatuskumppanuus saa suuremman vastuun ja roolin silloin, kun vanhemmat eivät pysty tai osaa antaa riittävää tukea lapselle (Rimpelä 2013, 32). Kasvatuskumppanuus on ennalta ehkäisevää toimintaa. Kasvattajat ja vanhemmat eivät kuitenkaan aina pärjää yksin. Heitä auttavat muiden alojen ammattilaiset, jotka pyrkivät tukemaan arjen kasvatustyötä. Kasvatus-

kumppanuuden päätavoitteina on tukea lasten ja nuorten tasapainoista kasvua ja kehitystä, lasten koteja heidän kasvatustehtävässään ja kasvattajia kasvatustyössä. Lisäksi tavoitteena on lisätä yhteistyötä eri tahojen välille. (Lämsä 2013, 60, 63.) Kasvatuskumppanuus kuvaa ihmisten lisäksi instituutioiden välistä vuoropuhelua ja yhteistä toimintaa lapsen kehityksen tueksi (Rimpelä 2013, 32).

5.2 Vanhempien ja kasvattajien yhteistyö

Päivähoidon ammattilaisten tehtävänä on saada aikaan edellytykset kasvatuskumppanuuden ja yhteistyön toteutumiselle. Kasvatuskumppanuudella pyritään painottamaan asiantuntijuutta, tasavertaisuutta, kunnioittamista sekä yhteisiä tavoitteita lapsen kasvatuksessa. Kumppanuudella on haluttu myös poistaa vanhaa ajatusmallia. Ennen varhaiskasvatuksen työntekijät päättivät, kuinka lasta päivähoidossa kasvatetaan ja kuuntelivat vanhempia todella vähän. Kasvatuskumppanuus kuvaa myös ammatin kehittämistä ja ammatillisuutta. Kumppanuus ohjaa näkemystä enemmän asiakaskeskeiseen suuntaan. Kumppanuuden toteuttaminen saattaa synnyttää myös haasteita. Kasvatuskumppanuus-käsite otettiin käyttöön varhaiskasvatuksessa, joten vapaaehtoinen kumppanuus saattaa aiheuttaa kyseenalaistamista. Vanhemmilla on vapaaehtoisuuden vuoksi oikeus päättää yhteistyön rajat ja syvyys. Kumppanuuden ongelmiksi on nimetty myös eri osapuolten epäselvät vastuut ja se, kuinka kasvatusta koskevat keskustelut ja tieto muutetaan kasvatukselliseksi käytännöiksi ja toiminnoiksi. (Koivunen 2009, 153-154; Kekkonen 2012, 43, 57.)

Vanhempien ja kasvatuksen ammattilaisten välinen vuorovaikutus on nykypäivän päivähoidossa keskeisessä osassa. Vuorovaikutustilanteissa kohtaavat kummankin osapuolen ammatilliset, kulttuuriset ja yksilöhistorialliset kasvatuskäsitykset, ajattelutavat ja käytännöt. Kasvatuskumppanuutta toteutettaessa on hyödyllistä tunnistaa kodin ja päiväkodin eroavaisuus. Koti ja päiväkotiki ovat lapselle kaksi hyvin erilaista kokemusmaailmaa, joiden tunneilmastot ovat hyvin poikkeavat toisistaan. Päiväkotiki on virallisempi yhdessäolon paikka, jossa toimintaan sisältyy kotioloja enemmän kontrollia ja tunteiden hillitsemistä. Vanhemmat sen sijaan toimivat lastensa ensisijaisena tunneilmaisun kohteena. Tästä syystä näiden kahden erilaisen maailman kohtaaminen aiheuttaa usein lapsen itkun ja kiukuttelun vanhempien hakiessa lasta päiväkodista. (Karila, Alasuutari, Hännikäinen, Nummenmaa & Rasku-Puttonen 2006, 49; Korhonen 2006, 67.)

Lapsen kehityksen kannalta on erittäin tärkeää, että vanhempien ja päivähoidon ammattilaisten vuorovaikutussuhde on hyvä ja toimiva. Vuorovaikutus eri kasvuympäristöjen välillä yhdistää ja edesauttaa eheän kasvu ympäristön muodostumisessa. Toimiva vuorovaikutus tukee kaikkia osapuolia lapsen hoidossa ja kasvatuksessa. Kumppanuus merkitsee sitä, että vanhemmat ja ammatti-kasvattajat ovat vuorovaikutussuhteessa tasavertaisia. Niin ammatti-

kasvattajilla kuin vanhemmillakin on paljon olennaisia tietoja lapsesta ja näin ollen kumppanuus perustuu molemmin puoliseen kunnioitukseen sekä yhteisiin kasvatustavoitteisiin. (Karila 2006, 91-93.)

5.3 Kasvatusyhteistyön haasteet

Suomessa on paljon lapsia ja nuoria, jotka elävät ongelmien keskellä, eikä yhteiskunnaltamme tunnu edelleenkaan löytyvän muutosta näiden ongelmien ehkäisemiseksi ja korjaamiseksi. Yhteiskunnassamme on yritetty viime vuosina tehdä monia konkreettisia yhteistyöyrityksiä vanhempien ja viranhaltijoiden välillä, jotta lapset, nuoret ja perheet voisivat paremmin. Yrityksistä huolimatta vanhempien ja viranhaltijoiden yhteistyö on usein haastavaa ja monet lapsen kannalta tärkeät asiat jäävät huomaamatta tai käsittelemättä. Suomessa kasvatusaloilla on korkeatasoinen osaaminen, mutta ongelmat liittyvät siihen, että korkeatasoisestakaan osaamisesta ei ole hyötyä, mikäli osaaminen ei siirry viranhaltijalta perheisiin ja vanhempien arkipäiväiseen käyttöön. Jotta yhteistyö vanhempien ja viranhaltijoiden välillä toimisi lasten ja perheiden tarpeita palvellen, tarvitaan ennen kaikkea molemminpuolista luottamusta sekä aikaa kohdata toisensa ihmisinä. (Eskelinen 2005, 40-41.)

Nykypäivänä lasten kasvatusta on jakautunut kahdelle eri tielle, kotiin ja päiväkotiin tai kouluun. Lapsen elämän ammattilaiset sekä ammattikasvattajat ovat erillään toisistaan omilla alueillaan. Yhteisöllisemmät toimintatavat olisivat välttämättömiä, jotta voidaan taata lapselle turvallinen ja hyvinvoiva lapsuus. Yhteisöllisten toimintatapojen käyttöönotto ei tapahdu itsestään, vaan siihen tarvitaan sitoutumista ja pitkiä arvopohjaisia keskusteluja. Lasten ja nuorten kasvatuksessa ja hyvinvoinnin tukemisessa tarvitaan kaikkia aikuisia. Aikuisten tulisi ottaa yhteinen vastuu lapsista ja nuorista ja pitää toisiaan mahdollisuutena eikä uhkana. (Strömmer 2005, 48; Eskelinen 2005, 44.)

Tänä päivänä varhaiskasvatuksen työntekijät haluaisivat perheiltä enemmän vuorovaikutusta ja aktiivisuutta. Perheen arki ja työntekeko rajaavat hyvin pitkälle sen, kuinka aktiivista yhteistyö voi olla. Kasvattajan on hyvä tunnistaa ja havaita vanhempien työn vaikutuksia perheen elämään. Haasteita perheille aiheuttavat esimerkiksi vuorotyö, pitkät työmatkat, työn kuormittavuus, perhetilanne ja lähiomaisten sairaudet. Vanhempien yhteistyötä ei saa arvostella ainoastaan halukkuuden näkökulmasta. On tarpeen ottaa huomioon myös jaksamisen ja mahdollisuuksien näkökulmat. Kasvatuskumppanuus käsitteenä siis määrittää vanhempien ja kasvattajien rooleja. Jaetun kasvatusvastuun kannalta niiden yhteinen läpikäyminen on tärkeää. (Koivunen 2009, 154-155.)

5.4 Yhteisöllisyyden tukeminen

Lapsi- ja perhelähtöinen palvelujen suunnittelu edellyttää toimivia yhteistoiminnan käytäntöjä sekä rakenteita. Näitä voidaan toteuttaa ja ohjata valtakunnallisesti, alueellisesti, paikallisesti, yksikkökohtaisesti tai perhekohtaisesti. Lainsäädännöllä, asetuksilla ja suosituksilla ohjataan yhteisten toimintakäytäntöjen suunnittelua. Päivähoitolaki (36/1973) on yksi palvelujen suunnittelua ohjaavista laeista. Kuntien ja palvelujen järjestäjien yhteistoimintavelvoitteita ovat muun muassa palvelujen järjestäminen, palveluiden suunnittelu, työryhmien asettaminen sekä palvelujen arviointi ja seuranta. Työntekijöiden sekä lapsen ja perheen yhteistoimintaa ohjataan yksilöllisten suunnitelmien sekä kuulemisen avulla. (Halme, Vuorisalmi & Perälä 2014, 23.)

Yhteisöllisyyden kehittäminen on noussut viime vuosina yhdeksi keskeisimmäksi kehittämisen osa-alueeksi varhaiskasvatuspalveluissa. Yhteisöllisyyden toivotaan lisäävän lasten osallisuuden ja ryhmään kuulumisen kokemuksia sekä ehkäisevän kiusaamista ja syrjäytymistä. Yhteisöllisyyttä on tutkittu vielä hyvin vähän ja sen termin sekä ilmiön määrittely ja kuvaaminen on koettu haastavaksi. Yhteisöllisyys voidaan kuitenkin ymmärtää neljän peruselementin perusteella, jotka muodostavat yhdessä yhteisöllisyyden kriteerit. Näitä kriteerejä ovat jäsenyys, vaikuttaminen, integraatio ja tarpeiden tyydyttäminen sekä jaettu emotionaalinen yhteys eli yhteinen jaettu historia ja kokemukset. Yhteisöllisyys muodostuu jokaisen jäsenen yksilöllisestä identiteetistä. Kun yksilön identiteetti yhdistyy yhteisön identiteettiin, ”minästä” tulee ”me”. Yhteisö poikkeaa muista ryhmistä siten, että sen jäsenten välisestä yhteisestä toiminnasta kehittyä positiivinen tunneside. (Koivula 2013, 19-21.)

Asiantuntijoiden mukaan yhteisöllisyys on muun muassa toisten kuulemista, luottamusta yhteisön jäseniä kohtaan, vuorovaikutusta, osallisuutta, yhteenkuuluvuutta ja vaikuttamisen mahdollisuuksia. Lapsille yhteisöllisyyden kokemukset antavat mahdollisuuden muodostaa sosiaalista pääomaa, joka osaltaan lisää hyvinvointia. Kasvatustyössä yhteisöllisyyttä päiväkodin ja perheiden välillä voidaan lisätä esimerkiksi taidelähtöisin tai liikunnallisen toiminnan menetelmin. Nämä lisäävät yhteisöllisyyttä luontevasti ja antavat aidon tavan osallistua. Yhteisöllinen toiminta voi toimia myös ennaltaehkäisevänä lastensuojelutyönä. Yhteistoiminnallisuus ja yhteisöllisyys nähdään päivähoitossa myönteisinä ja tavoittelemisen arvoisina asioina. Yhteisöllisyys auttaa parantamaan työyhteisön sosiaalista hyvinvointia ja tekee kasvatustehtävästä tuloksellisempaa. Myönteinen yhteisöllisyys vaatii onnistuakseen sen merkityksen ymmärtämistä ja yhteisöllisyyden jatkuvaa rakentamista arjen toiminnassa esimerkiksi päivähoidon arkipäivän suunnittelua, yhteistä tekemistä tai johtopäätösten tekemistä. (Mitä yhteisöllisyys on? 2014; Haapamäki, Kaipio, Keskinen, Uusitalo & Kuoksa 2000, 9-10; Haapamäki 2000, 21.)

Päivähoidossa näkyy kolme yhteisöä: kasvatusyhteisö eli koko päiväkotiki, kasvattajien yhteisö ja lasten yhteisö. Yhteisöä voidaan ajatella kahdessa eri merkityksessä. Yhteisö on sinänsä arvokas ja väline, joka auttaa käytännön tilanteiden hoidossa ja tekee työstä sujuvampaa, mutta ennen kaikkea sillä voidaan tukea lapsen kasvuedellytyksiä antamalla hänelle mahdollisuus osallistumiseen. Koko kasvatusyhteisön potentiaali pystytään hyödyntämään ja yhteisö toimii päämäärätietoisesti kohti tavoitteita. Yhteisö voidaan myös nähdä tapana elää ja toimia eli päivähoiton toimintatapana, joka syntyy käytännössä. Sen avulla on helpompi löytää keskeiset asiat, joita tulee kehittää ja myös tehdä oikeita ratkaisuja. Yhteisöllinen toimintatapa elää yhteisön prosesseissa, joissa korostuvat tasavertaisuus ja erilaisuuden hyväksyminen. (Haapamäki 2000, 23, 26-27, 30-32.)

Yhteisöllinen toiminta luo hyvän pohjan oppimiselle ja onnistumisen ja jaetun ilon kokemuksille. Onnistumiset puolestaan lisäävät itsearvostusta, yhteisöön sitoutumista ja johtavat parempiin suorituksiin. Oppivassa yhteisössä kehitetään sekä omaa että yhteisön työtä avoimessa vuorovaikutuksessa. Päivähoidossakin on paikallaan miettiä, miten oppimista toisilta voisi tehostaa ja mitä osaamista omasta yhteisöstä jo löytyy, kunhan niitä etsitään. Yhteisöllinen toiminta on avain kasvatuksen yksilöllisyyteen. Jotta kasvatusta huomioi yksilön, tulee yhteisöllinen toimintatapa ja kulttuuri saada vahvemmin mukaan päivähoitoon. Hyvä päivähoito toteutuva kasvatusta syntyy vain hyvän yhteisöllisyyden avulla, ja näiden tulee sitoutua toisiinsa nykyistä tiiviimmin. (Uusitalo 2000, 51, 61, 75, 81; Kaipio 2000, 94-95).

5.5 Perheliikunta yhteisöllisyyden tukijana

Hyvän liikuntakasvatuksen toteutumisen edellytyksenä varhaiskasvatuksessa on kaikkien kasvattajien tiivis yhteistyö. Koko työyhteisöä koskevasta liikunnan koulutus- ja kehittämistapahattumista, joissa yhteisen suunnittelun avulla kehitetään lasten liikuntakasvatusta päiväkodissa, on saatu hyviä kokemuksia. Myös lasten vanhemmat ovat luonnollisesti kiinnostuneita oman lapsen hyvinvoinnista ja liikkumisesta. Suuriosa vanhemmista toivoo päiväkodin tarjoavan lapsilleen monipuolisia liikkumismahdollisuuksia ja kokemuksia. Päivähoidon ja kodin kasvatuskumppanuus tukee lapsen kasvuprosessia ja sen kehittyminen vaatii tutustumista, yhteisiä keskusteluja sekä mahdollisuuksia toimia yhdessä. Päiväkotiki toimii monessa perheessä tärkeänä kasvatustyötä tukevana yhteistyökumppanina. Suomalaislapsista ylipuolet ovat päiväkodissa ennen koulun alkua ja esiopetukseen osallistuvat melkein kaikki suomalaislapset. Päiväkotikiikäiset lapset ovat tärkeässä iässä kasvun, oppimisen ja terveellisten elämäntapojen omaksumisen kannalta. Varhaiskasvatuksessa seurataan ja tuetaan lapsen fyysistä, psyykkistä, sosiaalista, kognitiivista ja emotionaalista kehitystä. Varhaiskasvattajat ovat merkittäviä henkilöitä lasten liikuntainnostuksen heräämisen kannalta. Parhaiten lasten innostaminen liikuntaan toteutuu yhteistyössä perheiden kanssa. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 4-6; Pönkkö 2004, 138-140.)

Varhaiskasvattajat voivat tukea vanhempia esimerkiksi antamalla malleja lapsen ohjaamisen ja kannustamiseen sekä erilaiseen liikkumiseen lasten kanssa. Perheliikunta on osoittautunut motivoivaksi ja positiiviseksi yhteistyömuodoksi päiväkodin ja kodin välillä. Se on koettu päiväkodeissa positiiviseksi ja motivoivaksi yhteistyömuodoksi. Perheliikunnan avulla vanhemmille tarjotaan malleja yhdessäoloon ja kannustetaan liikkumaan lasten kanssa. Säännöllisten perheliikuntatapahtumien on todettu lisäävän päiväkodin ja kodin vuorovaikutusta sekä tuovan vaihtelua perheen vapaa-aikaan. On tärkeää, että perheliikunta tapahtumat suunnitellaan siten, että kaikilla on mahdollisuus osallistua tapahtumiin mahdollisimman usein. Lapselle kodin asenteet liikuntaa kohtaan ovat merkittävät. Usein vanhemmat eivät osaa kuvitella, mihin kaikkeen lapset voisi ottaa mukaan arjessa. Nykyään ajatellaan helposti, että liikunta tapahtuu kerhoissa tai harrastuksissa eivätkä lapsi ja vanhempi liiku yhdessä. On tärkeää, että lapsi saisi liikkua yhdessä perheensä kanssa ja kokea yhteisen tekemisen merkityksen. Kasvattajien tehtävänä on vanhempien ohjaaminen ja esimerkkien antaminen siitä, mitä voi tehdä yhdessä oman lapsen kanssa ja tuoda esiin ulkoliikunnan tärkeyttä. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 4-6; Pönkkö 2004, 138-140; Karvonen 2002, 29-31.)

Perhe vaikuttaa vahvasti lasten liikunta-aktiivisuuteen ja sen pysyvyyteen. Perheen merkittävyudessa voidaan erottaa liikuntaharrastusta tukeva kulttuurinen pääoma sekä liikuntaharrastusten mahdollistava taloudellinen tilanne. Vanhempien tai muiden perheenjäsenten liikunnallisilla elämäntavoilla on todettu olevan myös myönteisiä vaikutuksia lapsien liikunnan harrastamiseen ja terveellisten elämäntapojen omaksumiseen. Vaikutusta voidaan perustella opituilla käyttäytymismalleilla, perheen hyväksyvänä asenteena, saatuna rohkaisuna sekä sosiaalisena tukena. Perheen lisäksi myös vertaisryhmillä, kuten kaveripiirillä on tärkeä vaikutus lapsen liikunta-aktiivisuuden edistäjänä. Tutkimusten mukaan myös perheen sosioekonominen asema on vaikuttava tekijä lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuuteen. Lapset, joiden vanhemmilla on parempi sosioekonominen asema, harrastavat enemmän liikuntaa kuin heikommassa sosioekonomisessa asemassa olevien perheiden lapset. Syynä tähän on se, että ylempien sosiaaliryhmien vanhemmat harrastavat tutkitusti enemmän liikuntaa sekä se, että nuorisourheilun kustannukset nousevat nykyään usein niin korkealle, että siitä syntyy perheelle taloudellinen rasite. (Laakso, Nupponen & Telama 2007, 58-59.)

Ihmisyksilö pyrkii aina etsimään kiintymyksen, läheisyyden, yhteenkuuluvuuden sekä turvallisuuden tunnetta kanssaihmisistä. Ihmisellä on luontainen tarve kuulua johonkin ryhmään ja olla hyväksytty. Näitä asioita kutsutaan sosiaalisiksi yhteenkuuluvuudeksi. Se sosiaalinen ympäristö, jossa yksilö toimii voi luoda joko liikuntamotivaatiota edistävän tai vaihtoehtoisesti heikentävän ilmapiirin. Kun ympäristö toimii yksilön psykologisia perustarpeita tukien, se edistää ihmisen liikuntamotivaatiota. Liikuntamotivaatiota voi myös vahvasti edistää liikunnan opettaja ja ohjaaja, jonka yksilö kokee välittäväksi ja turvallisuudentunnetta lisääväksi. (Liukkonen, Jaakkola & Soini 2007, 160.)

Nykyajan kiireisellä elämäntyyllillä on ollut vaikutuksensa perheen yhteiseen ajanviettoon ja puuhasteluun. Länsimaiset ihmiset eivät saa tänä päivänä arkielämässä terveyden kannalta riittävää määrää liikuntaa, vaan säännöllisen terveystiikunnan lisääminen on monella tarpeen. Koko perheen arjen kannalta läheltä löytyvä ratkaisu liikunnan lisäämiseksi on perheliikunta, sillä perheiden aikataulut ovat tänä päivänä tiukempia kuin ennen. Perheen kanssa tehdään harvemmin asioita yhdessä, mutta yhteiselle ajalle asetetaan suuret odotukset ja lasten kanssa halutaan tehdä jotakin erityistä ja arjesta poikkeavaa. Vanhemmat toivovat myös yhä enemmän aikaa omille harrastuksilleen. Lapset ja nuoret ovat tänä päivänä vailla rentoa ja vapaata yhdessäoloa sekä sellaista aikaa, jolloin vanhempien huomio kohdistuu jakamattomasti heihin. Perheliikunnalla tarkoitetaan perheen aktiivista yhdessäoloa, jossa koko perhe liikkuu yhdessä kotona tai kodin ulkopuolella. Perheliikuntaa ovat esimerkiksi koti- ja pihatyöt, yhdessä ulkoilu ja retkeily, perinneleikit, yhteiset jumppatuokiot tai osallistuminen perheliikuntaryhmiin. Perheliikunnan käsite on laaja ja sitä voidaankin kutsua myös pieniyhteisöliikunnaksi. Perheliikuntaan lasketaan kuuluvan myös kaikki perheen sidosryhmät kuten ystävät ja sukulaiset. Perheliikunta toimii vuorovaikutuksen ja yhteistoiminnan kehittäjänä. Perheliikuntaa on käytetty myös yhteistyötä lisäävänä toimintana perheiden ja heitä tukevien ja liikkuvien tahojen välillä. (Arvonen 2004, 5, 11, 28-29.)

Ohjattu perheliikunta on parhaimmillaan sellaista, että se tukee perheen kasvatustyötä ja yhteistoimintaa. Perheliikunnalla voidaan innostaa liikkumattomiakin perheitä tai perheenjäseniä helpon arkipäiväisen liikunnan pariin. Tietokoneet ja rajaton mediatarjonta ovat nykyään syrjäyttäneet pihaleikkiperinteet ja lapset kokoontuvat enää harvemmin suurella joukolla leikkimään ja pelaamaan pihalle. Jotta vanhat pihaleikkiperinteet siirtyisivät uusille sukupolville, tarvitaan järjestettyä yhteistoimintaa sekä uusia toimintamalleja. Viimeksi mainituille on oivat mahdollisuudet juuri esimerkiksi päiväkodeissa ja kouluissa, joissa opettajien tulisi tehdä aktiivista työtä perinteiden säilyttämiseksi. Perheliikunnan toteuttamisessa ohjaajalta vaaditaan taitoa suunnitella toiminta kaikille sopivaksi huomioiden aikuisten fyysiset rajoitukset ja lasten ikätason. Ohjaajan tulisi myös kannustaa vanhempia toiminnan omaehtoiseen jatkamiseen ja antaa vinkkejä toiminnan siirtämisestä kotiin ja arkeen. (Arvonen 2004, 11-13.)

Perheliikunnan yhtenä tärkeimpänä tavoitteena liikunta-aktiivisuuden nostattamisen lisäksi on perheen vuorovaikutuksen tukeminen. Perheliikunta toimii hyvänä välineenä kasvatuksen ja vanhemmuuden tukemisessa. Yhdessä tekeminen antaa vanhemmille mahdollisuuden huomioida lapsen tarpeita ja antaa positiivista palautetta. Perheliikunnan avulla voidaan etsiä ja löytää uusia vuorovaikutustapoja vanhemman ja lapsen välillä. Yhdessä jaetut onnistumisen kokemukset lujittavat vuorovaikutussuhdetta ja luottamusta myös muilla elämän osa-alueilla, ja tällä voi olla kauaskantoiset vaikutukset. Vuorovaikutusta ja luottamusta lujittavaa toimintaa suunniteltaessa on myös tärkeää tiedostaa toimijoiden ikä. Pienet lapset lukevat paljon

sanattomia tunneviestejä ja tästä syystä kosketus, katsekontakti ja ilmeet ovat pienten lasten kanssa toimittaessa erittäin tärkeässä roolissa. (Arvonen 2004, 36-39.)

6 Lapsinäkökulmainen tutkimus

Opinnäytetyömme tutkimus on tyypiltään lapsinäkökulmainen tutkimus. Lapsinäkökulmaista tutkimusta ei pystytä määrittelemään selkeästi sen vuoksi, että ala kehittyy ja käsite hahmotuu jatkuvasti. Lapsuudentutkimus on lapsinäkökulmaisen tutkimuksen keskeinen elementti. Lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessa lapsi toimii tiedon tuottajana, siis subjektina eikä objektina. Lapsilla on näkökulmia, joita he pystyvät tuomaan esiin tutkimuksessa. Tutkimuksen tarkoituksena on siis tavoitella näitä lasten näkökulmia ja tuottamaa tietoa. Lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessa lapset osallistuvat tiedon tuottamiseen ja lasten viestejä kuunnellaan ja nostetaan esiin. Lasten kokemuksia, painotuksia, toimintatapoja ja asioiden ilmaisua analysoidaan. Sen tarkoituksena ei ole kuitenkaan romantisoida lasta eikä erottaa lapsia muista ikäryhmistä. Lapsinäkökulma heijastuu koko tutkimusprosessissa, tutkimuskysymyksen muotoilussa, aineiston tuottamisessa, tutkimusmenetelmän valinnassa sekä pohdinnassa ja johtopäätöksissä. Kuten kaikessa tutkimuksessa, ei lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessakaan voida kokea tutkittavan elämää tai päästä tämän ajatuksiin. Tutkimus keskittyykin kaikkeen lasten esiintuomaan. Lapsinäkökulmaisen toiminnan perustana on lapsilta saatava tieto. Toiminta-orientaatio on kokeileva, tutkiva ja ihmettelevä. Lasten näkökulmien huomioonottaminen ei kuitenkaan tarkoita aikuisen osaamisen ja toiminnan hylkäämistä. Sen sijaan koko yhteisön tarkastelua ja kaikkien näkökulmia tarvitaan. (Karlsson 2012, 22-24.)

Tutkimusnäkökulman valinta riippuu siitä, minkä yhteisö ja tutkija näkevät tärkeänä ja mielekkäänä. Tutkijan käsitykset lapsesta, aikuisesta, yhteisöstä sekä toiminnasta vaikuttavat lapsinäkökulmaisen tutkimuksen kaikkiin vaiheisiin. Teoreettinen perusta sekä taustaoletukset kertovat, mitkä toimenpiteet ja menetelmät ovat mahdollisia. Jos tutkija ei tiedosta omia lähtökohtiaan, voi hän toimia ristiriitaisesti tavoittamatta lasten näkökulmaa. Nykypäivänä lasten osallisuudesta käydään paljon keskustelua, mutta konkreettiset työmenetelmät, joilla osallisuus saadaan osaksi arkea, ovat vähäisiä. Varsinkin pienten lasten kanssa tehtyjä osallisuushankkeita on niukasti. Lapsen elämä on nykyisin kontrolloidumpaa kuin koskaan aikaisemmin, joten luovuudelle ja yksilöllisyydelle ei jää tilaa. Lapsinäkökulmaista tutkimusta tehtäessä on myös tiedettävä, mitkä ovat lapsille luontaisia toimintatapoja ja miten aikuiset pystyvät edistämään vastavuoroista toimintaa lasten kanssa. Lasten osallisuutta tukeessa on tärkeää huomioida, että osallisuudella on omat heikkoutensa. Kun toimitaan siten, miten aikuinen on ennalta päättänyt, on parempi sanoa suoraan lapsille, miten toimitaan, kuin pukea asia näennäisesti osallisuudeksi. (Karlsson 2012, 7, 36, 42-43.)

Lasten tiedon tuottamisen välineitä on monia, esimerkiksi piirroukset, kirjoitelmat, haastattelut, kyselyt tai kertomukset. Keskeistä on, miten näitä välineitä käytetään, sillä välineet voivat sekä mahdollistaa että estää lasten näkökulmien esiintulon. Tutkimukset osoittavat, että lapset vastaavat usein kysymyksiin lyhyesti, yhdellä tai kahdella sanalla. Haastattelutilanteet eivät ole lapselle luonteenomaisia. Tilanteissa aikuinen on aloitteentekijä ja ottaa johdattelevan kyselijän osan. Tilanne muuttuu helposti väkinäiseksi tiedon hankinnaksi. Kysymyksen asettajalla on valta-asema, vaikka hän haluaisikin aidosti kuulla vastauksia. Kun haastattelijä määrittelee aihepiirin ja tekee kysymykset, saattaa lapsen mielessä pyörivä tärkeämpi asia jäädä kysymysten ulkopuolelle. Kun halutaan tavoittaa lasten tuottamaa tietoa, tutkijan tulee olla avoin lasten viesteille. On käytettävä lapsille luontaisia tapoja ilmaista itseään ja tuoda esiin ajatuksiaan. Hyvä lähestymistapa on kuunnella ja seurata lapsia ja soveltaa heille ominaista toimintaa, leikkiä ja mielikuvitusta. Tällöin mielenkiinnonkohteeksi tarkentuu se, mikä lapsi kokee oleelliseksi ja mitä hänellä on sanottavana. Lapset ovat monessa mielessä samankaltaisia kuin aikuiset, mutta he ovat myös omalla tapaa erityisiä. Lapset ilmaisevat itseään eri tavalla kuin aikuiset ja ilmaisutapana käytetään paljon muutakin kuin puhuttua kieltä. Pienen lapsen maailma ei koostu tavoitehakuisesta tekemisestä vaan toiminnan, mielikuvituksen ja leikin maailmassa olemisesta. Jos näitä lapsille ominaisia toimintatapoja ei oteta huomioon, joutuvat lapset tutkimuksessa sivustakatsojiksi. (Karlsson 2012, 44-46.)

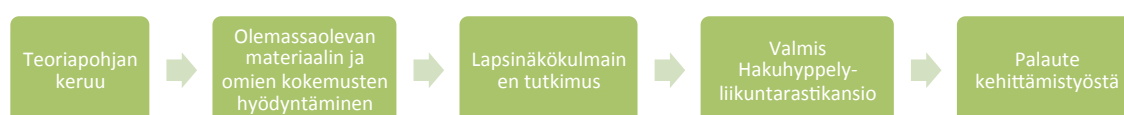
Lasten erityisyys on haaste lapsitutkijalle, sillä tämän täytyy kehittää ja soveltaa toimintatapoja ja tutkimusmenetelmiä, jotka antavat erilaisille lapsille mahdollisuuden kertoa omasta maailmastaan. Lapset kertovat maailmastaan sanoilla, rakennelmilla, kuvilla, eleillä ja leikillä. Ei ole siis kysymys siitä, osaavatko lapset kertoa vaan siitä, osaavatko aikuiset kuunnella lapsia ja käsitellä saatua tietoa. (Karlsson 2012, 44-46, 48-50.)

Opinnäytetyötä tehtäessä eettisiä kysymyksiä on pohdittava kaikissa vaiheissa tutkimusprosessia. Pohdittavia asioita lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessa ovat muun muassa se, mitä ja millä tavoin on eettistä tutkia sekä se, miltä lapsia tulee tutkimuksessa suojella. Tutkimuksen alussa on tärkeää kertoa lapselle, mikä tutkimuksen tarkoitus on. Lisäksi on hankittava suostumus tutkimukseen lapselta sekä vanhemmilta. Tutkittaessa on arvioitava, mihin tutkimustuloksiin ja tietoihin liittyy salassapitovelvollisuus. Anonymiteettiin liittyy myös se, onko videoiden, kuvien ja äänitteiden esittäminen tarpeellista. Tutkimuksessa tärkeää on luottamuksellisen suhteen syntyminen tutkijan ja tutkittavan välille. Tutkijan tärkeä piirre on, ettei hän arvioi tai arvostele tutkittavaansa, vaan ymmärtää, hyväksyy ja rohkaisee sekä toimii empaattisena kuuntelijana ja keskustelijana. Tutkijan ammattieettinen vastuu on raportoida tutkimuksensa tulokset rehellisesti. On samalla suojeltava tutkittavia ja toisaalta pystyttävä nostamaan esiin haastaviakin asioita. (Karlsson 2012, 47-48; Estola 1999, 146-147.)

Tutkimuksen yksi tärkeimmistä eettisistä periaatteista liittyy tutkimustulosten paikkansa pitävyteen, yleistettävyyteen ja julkistamiseen. Tutkimuksen mahdollisia virheitä ja niiden vaikutuksia tutkimustuloksiin ei saa peitellä. Tutkijan täytyisi myös muistaa tutkimuksensa kriittinen tarkastelu. Tutkijan väline tiedon luotettavuuden arviointiin on lähdekritiikki. Tutkija joutuu punnitsemaan käyttämänsä lähdemateriaalin luotettavuutta koko tutkimuksensa ajan. Lähdemateriaalin tarkastelussa kiinnitetään huomiota lähteen aitouteen, alkuperäisyyteen, puolueettomuuteen sekä riippumattomuuteen. Lähteen ulkoinen tarkastelu ei yksin riitä, vaan tutkijan on mentävä lähteen sisälle, tutkittava sen sisältöä ja merkitystä. Lähteen luotettavuutta lisää myös kirjoittajan tai kirjoittavan organisaation arvostettavuus, lähteiden arvovaltaisuus sekä julkaisun arvostettavuus ja ajankohtaisuus. (Mäkinen 2006, 102, 128.)

7 Rastikansion kehittämispöessi

Hakuhyppeily-liikuntarastikansion kehittämispöessi käynnistyi maaliskuussa 2014 tapaamisella Anttilantalón päiväkodinjohtajan Anne Lehtimäen sekä liikuntavastaavan Päivi Iivosen kanssa. Tapaamisessa meille esiteltiin Hakuhyppeily-menetelmä ja siihen liittyvät kehittämistarpeet. Suurimmaksi kehittämistarpeeksi nousi liikuntarastikansion kokoaminen, joka helpottaisi huomattavasti Hakuhyppeilyn toteuttamista. Tapaamisessa neuvottelimme työn aikataulusta ja keskustelimme sekä päiväkodin että meidän tarpeistamme, toiveistamme ja tavoitteistamme. Päiväkodinjohtaja sekä liikuntavastaava korostivat Hakuhyppeilyn tukevan liikuntakasvatusta, kasvatuskumppanuutta sekä yhteisöllisyyden tukemista päiväkodissa. Nämä kolme teemaa nostimme myös opinnäytetyömme keskeisiksi teoriasisällöiksi. Opinnäytetyömme teoriaosuuden kokosimme kesä-elokuun aikana.



Kuva 1: Kehittämispöessin kulku

Elo-syyskuun aikana tutustuimme Anttilantalón päiväkodin liikuntamateriaaleihin ja aikaisempiin Hakuhyppeily-liikuntarasteihin. Tutustuimme myös Anttilantalón päiväkodin liikunnanvuosisuunnitelmaan sekä kaavioon, johon oli valittu joka kuukaudelle keskeiset harjoiteltavat liikuntataidot. Pehdyimme myös laajasti Anttilantalón päiväkodissa tehtävään liikuntakasvatuksen kehittämistyöhön sekä -hankkeeseen, johon myös Hakuhyppeily-menetelmä sisältyi. Valikoimme päiväkodin olemassa olevista liikuntamateriaaleista Hakuhyppeilyyn soveltuvimmat liikuntarastit. Otimme valinnoissamme huomioon sen, että liikuntarasti mukaillee päiväkodin liikunnanvuosisuunnitelmaa ja että se on toteutettavissa vanhempilapsi parina. Liikun-

tarastien suunnittelun lähtökohtana pidimme lapsia, ja tärkein kriteerimme ideoinnissa olikin, että liikuntarastit ovat lapsille mieluisia, innostavia ja helposti ymmärrettäviä. Pyrimme myös vastaamaan päiväkodin toiveeseen, että liikuntarastit olisivat helposti toteutettavia ja olemassa olevaa liikuntavälineistöä hyödyntäviä. Halusimme valita liikuntarastit siten, että jokaisella Hakuhyppely-kerralla rastit olisivat mahdollisimman erilaisia ja motivoisivat eriikäisiä ja tasoisia liikkujia. Suunnittelussa jouduimme ottamaan huomioon myös vuodenaikojen ja sään vaikutuksen Hakuhyppelyyn ja rastien luonteeseen sekä rastien soveltuvuuden Anttilantalons päiväkodin piha-alueelle.

Käytimme suunnittelussa apunamme Valon ”Varpaat vauhtiin” -materiaaleja, joista saimme laadukkaita ja turvallisia liikuntarasti-ideoita Hakuhyppelyyn. Muokkasimme kaiken käyttämämme materiaalin Hakuhyppely tarkoitukseen sopivaksi ja Anttilantalons päiväkodin näköiseksi. Oma aikaisempi liikuntaosaamisemme toimi hyvänä pohjana liikuntarastikansion suunnittelussa. Kokemuksien kautta olemme oppineet arvioimaan erilaisten liikuntatehtävien toimivuutta ja sujuvuutta erilaisissa konteksteissa. Suunnittelussa meille oli myös luonnollista huomioida lasten ikätasoinen liikuntaosaaminen sekä motorinen kehitys. (Nurmi, Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Pulkkinen & Ruoppila 2009, 26-27).

Pitkän pohdinnan jälkeen valitsimme kehittämistyömme tutkimuksen muodoksi lapsinäkökulmaisen tutkimuksen. Päädyimme kehittämään liikuntarastikansiota lasten osallisuutta tukien ja saaden näin lapset mukaan Hakuhyppelyn kehittämiseen. Lasten osallisuuden tukeminen ja sen teemat nousivat täten yhdeksi keskeiseksi osaksi opinnäytetyömme teoriaosuutta. Luemmalla lasten osallisuutta käsittelevää kirjallisuutta saimme ideoita siihen, miten voimme tukea lasten osallisuutta Hakuhyppely-liikuntarastikansion kehittämässä. Halusimme kokeilla kolmea erilaista menetelmää, sillä arvelimme aiheen olevan lapsille hieman haastava. Erilaisia menetelmiä kokeilemalla halusimme varmistaa, että lasten ääni pääsisi vahvimmin esille. Kolme eri menetelmää antoi myös meille mahdollisuuden harjoitella ja oppia erilaisten menetelmien käyttöä. Eri menetelmät lisäsivät myös kehittämistyömme laajuutta sekä luotettavuutta. Hartin (1992) lasten osallisuuden tukemisen mallin pohjalta pohdimme tarkasti sitä, millä tasolla lasten osallisuus näyttäytyy opinnäytetyömme lapsinäkökulmaisesa tutkimuksessa. Koimme, että opinnäytetyömme tutkimuksessa on mahdollista päästä korkeimmillaan mallin kuudennelle tasolle. Jaoimme valtaamme lasten kanssa heitä kuunnellen ja kunnioittaen arvokkaina tiedonlähteinä sekä toiminnan kehittäjinä. Opinnäytetyössämme arvioimme tutkimuksemme pohjalta nousevia lasten tuotoksia, niiden hyödyllisyyttä sekä käyttöastetta Hakuhyppely-liikuntarastikansiossa. Kattavan tuloksen saamiseksi yhdistelimme eri menetelmin saatuja tuotoksia. Lapsinäkökulmaista tutkimusta käyttämällä saimme realistisen kuvan lapsen tavasta käsittää Hakuhyppely-toimintaa ja siitä, miten sitä kannattaisi kehittää.

Kehittämistyömme tutkimukseen osallistuivat Anttilantalon päiväkodin kahden ryhmän 4-6-vuotiaat lapset. Osallistujamäärä oli 17 lasta, joista suurin osa osallistui kahteen eri menetelmään. Tutkimus toteutettiin 2-4 hengen pienryhmälle kerrallaan. Huomioimme lasten ikätason pienryhmän koossa ja toiminnan haastavuudessa. Kuusivuotiaat toimivat 2-4 hengen pienryhmissä ja osallistuivat sadutukseen sekä ”maalaa ja kerro” unelmien Hakuhyppelystä-tehtävään. Pienemmät lapset osallistuivat 2-3 hengen pienryhmissä unelmien liikuntarastin rakentamiseen sekä yllä ”maalaa ja kerro” unelmien Hakuhyppelystä-tehtävään. Tutkimukses- samme lapset osallistuivat 12 rastin suunnitteluun, mikä tarkoittaa sitä, että jokaisena kuu- kautena yksi rasti on toteutettu lapsen ääntä kuullen. Jokaisella Hakuhyppely kerralla lasten osallisuus on läsnä ja konkreettisesti kaikkien koettavana. Lasten osallisuuden tukeminen täytyy silloin, kun lapsen ideat ovat konkreettisesti viety käytäntöön ja ne synnyttävät lap- sissa ja aikuisissa jaettua iloa ja positiivisuutta. (Hart 1992, 8 ks. Tast & Vilpas 2011, 152.)

Opinnäytetyömme lapsinäkökulmaisessa tutkimuksessa pyrimme siihen, että tutkimuksemme tulokset säilyisivät mahdollisimman luotettavina. Tutkimuksemme havainnot ja tulokset ku- vasimme opinnäytetyössämme rehellisesti ja avoimesti. Varmistimme tutkimuksemme luotet- tavuutta myös sillä, että kuvailimme tarkasti kehittämistyömme prosessin ja toteutuksen. Käytimme opinnäytetyössämme pääsääntöisinä lähteinä alan kirjallisuutta. Lähteitä käytettiin monipuolisesti ja ne merkittiin huolellisesti Laurea-ammattikorkeakoulun ohjeiden mukaises- ti. Pyrkimyksenämme oli saada tutkimuksessa lasten näköisiä ideoita ja ajatuksia ja tällöin oli tärkeää, ettemme tutkijoina johdatelleet lapsia tarpeettomasti. Minimoimme tutkimukses- samme tämän riskin pitämällä lapsille suunnatut tehtävänannot lyhyinä, selkeinä ja neutraa- leina. Lapsinäkökulmaisen tutkimuksemme tuotokset ja tulokset kuvailimme opinnäytetyös- sämme niitä muuttamatta. Pidimme tutkimukseen osallistuvien lasten henkilöllisyyden suojat- tuna, eikä lasten henkilöllisyyttä voi selvittää opinnäytetyömme tuloksista. Opinnäytetyö- tämme varten anoimme myös tutkimusluvan Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatuksen johta- jalta (Liite 1). Pyysimme kehittämistyömme lapsinäkökulmaista tutkimusta varten kirjalliset suostumukset kaikilta tutkimukseen osallistuvien lasten vanhemmilta (Liite 2). Toimitimme vanhemmilta saadut suostumukset Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatusosastolle.

Menetelmiksi valitsimme unelmien Hakuhyppely-liikuntarastin rakentamisen, ”maalaa ja ker- ro” unelmien Hakuhyppelystä sekä sadutuksen. Liikuntarastin rakennustehtävällä halusimme päästä lähelle oikeaa Hakuhyppely-tunnelmaa ja sen todellisuutta. Lapselle annetuista väli- neistä rakentaminen on konkreettista toimintaa ja helposti ymmärrettävää. ”Maalaa ja ker- ro”-tehtävässä luovuus ja mielikuvitus saavat vapauden ja näin pääsemme lähelle lapsen maa- ilmaa. Sadutuksella pyrimme kuulemaan lapsen äänen ja ajatuksen sellaisenaan kuin ne mie- lestä kumpuavat. Sadutus antaa lapselle kertojan roolin, johon aikuiset eivät vaikuta.

Liikuntarastikansio pohjan suunnittelulle saimme vapaat kädet. Teimme muutamia erilaisia pohjaversioita ja valitsimme niistä mieluisimman. Kysyimme myös päiväkodin henkilökunnalta mielipidettä ja korjausehdotuksia valitsemaamme rastipohjaan ja teimme korjauksia näiden pohjalta. Halusimme liikuntarastikansiossamme erotella eri kuukausien rastit erivärisin reunuksin, mikä helpottaa oikeiden rastien löytämistä. Päiväkodin toiveen mukaan lisäsimme rastipohjiin myös liikunnan vuosisuunnitelmasta nousevat kuukausittaiset teemat. Pyrimme tekemään liikuntarastien otsikoista ja tehtävänannoista selkeät, lyhyet ja helposti omaksuttavat. Halusimme liittää rasteihin kuvat, jotka elävöittävät rastikansiota. Olemme itse tuottaneet rastikansion 24 piirroskuvaa ja lapset 12 maalattua kuvaa. Kuvat helpottavat lapsia ja aikuisia rastitehtävän ymmärtämisessä. Päiväkodin henkilökunnan toiveiden mukaisesti teimme rastin kääntöpuolelle luettelon rastin tekoon tarvittavista välineistä sekä tarkan kuvauksen siitä, miten kyseinen rasti toteutetaan. Tämä helpottaa varhaiskasvattajien työtä eikä heidän tarvitse arvailla, mitä olemme rasteilla tarkoittaneet.

Valmis Hakuhyppely-liikuntarastikansio sisältää 36 kaksipuolista päällystettyä liikuntarastia, joissa toisella puolella on liikuntarasti ja toisella puolella tarvittavat välineet ja toteutusohje. Jokaiseen Hakuhyppely-kertaan on suunniteltu kolme liikuntarastia. Olemme itse valinneet ja suunnitelleet 24 rastia. Lasten ideoiden ja ajatusten pohjalta kansioon valittiin vielä 12 liikuntarastia. Sijoitimme lasten ideoiden pohjalta nousseet rastit siten, että joka Hakuhyppely-kerralla yksi rasti on ”lasten valinta”. Näin lasten osallisuus näkyy ja toteutuu jokaisella Hakuhyppely-kerralla. Valmis Hakuhyppelyliikuntarastikansio esiteltiin Anttilantalon päiväkodin johtajalle sekä kaikille kasvattajille, minkä jälkeen pyysimme avointa kirjallista palautetta kansiota kokonaisuudessaan.

Anttilantalon päiväkodin johtaja sekä liikuntavastaava keräsivät henkilökunnalta suullisia kommentteja valmiista liikuntarastikansiosta, jonka jälkeen he kokosivat kommentit palautteeksi. Palaute lähetettiin meille sähköpostitse ja se sisälsi seuraavat aihealueet: kansion ulkoasu ja sisältö, kansion odotukset sekä kansion hyödyllisyys ja käyttö. Saamamme palautteen mukaan lasten osallisuuden näkyväksi tekeminen liikuntarastikansioon oli työssämme hyvä ratkaisu. Yhteistyön sujuvuuteen oltiin päiväkodin taholta myös tyytyväisiä. Palautteen mukaan aihe oli työelämälähtöinen ja vastasi päiväkodin tarpeita. Valmista Hakuhyppelyliikuntarastikansiota tullaan käyttämään kuukausittain osana Hakuhyppelytoimintaa ja se edistää näin ollen toiminnan jatkuvuutta Anttilantalon päiväkodissa. Annetun palautteen perusteella liikuntarastikansiota voisi kehittää vielä siten, että osa teksteistä ja kuvista olisivat värikylläisempiä, jotta ne näkyisivät paremmin pimeässä. Varsinkin osassa rasteista värit jäivät tulostamisen ja kopioinnin jälkeen hieman haaleiksi. Värikylläisyyden korjaaminen jälkikäteen olisi ollut työläs prosessi, johon meillä ei valitettavasti riittänyt enää aika. Osa henkilökunnasta oli myös sitä mieltä, että liikuntarasteihin kirjoitetun kuukauden, olisi voinut jättää pois, jotta rasteja voisi käyttää muinakin ajankohtina. Tätä asiaa pohdimme myös itse pitkään

ja päädyimme lopulta ratkaisuun, jossa kuukaudet näkyvät liikuntarasteissa. Mielestämme kuukauden näkyminen selkeyttää kansion tarkastelua ja rastit pysyvät kuukausimerkinnän avulla helpommin järjestyksessä. Suunnittelemamme liikuntarastit nojaavat myös suurelta osalta päiväkodin liikunnan vuosisuunnitelmaan ja näin ollen halusimme liikuntarasteissa tuoda esiin kuukauden ja teeman.

8 Menetelmien kuvaus ja toteutus

Valitsimme opinnäytetyömme lapsinäkökulmaiseen tutkimukseen kolme erilaista lapsille mieluista osallisuuden menetelmää. Jokaisen menetelmän tarkoituksena oli kerätä lapsilähtöisesti tietoa siitä, millainen on lapsen kokema unelmien Hakuhyppely. Käyttämämme menetelmien avulla saimme lasten maailmasta kumpuavia erilaisia ideoita, suosikki välineitä ja tekemisen tapoja, joita hyödynsimme Hakuhyppely-liikuntarastikansion suunnittelussa. Lasten mielikuvitusta eivät estä samat rajoitukset kuin aikuisella. Lapset eivät ajattele toiminnan vaatimia resursseja, turvallisuusvaatimuksia eivätkä sitä, miltä toiminta ulkopuolisista näyttää. Vaikka valitsemamme menetelmät olivatkin lapsille ominaisia toimintatapoja, oli tutkimuksessa silti haastavaa poistua aloitteentekijän roolista ja olla johdattelematta lapsia. Pysyimme kuitenkin tutkimuksemme aikana avoimena ja herkinä lasten viesteille, ajatuksille ja ideoille. Menetelmien avulla kerättyjä rasti-ideoita yhdistelemällä saimme 12 liikuntarastia, joiden suunnitteluun lapset saivat näin vaikuttaa. Jokaisella Hakuhyppely-kerralla yksi kolmesta rastista on sellainen, jonka suunnittelussa lapsen ääni on päässyt esille. Monet lapsilta saamamme ideat oli mahdollista toteuttaa valmiissa rastikansiossa siten, että niissä säilyivät lasten ajatukset ja mielikuvitus. Jotta lasten aito osallisuus ja toimijuus toteutuu, tarvitaan tietoa lasten ajatuksista sekä näkökulmista. Tätä tietoa keräsimme opinnäytetyössämme erilaisten lasten osallisuutta tukevien menetelmien avulla.

8.1 Unelmien Hakuhyppely-liikuntarastin rakentaminen

Tämän menetelmän toteuttamiseen osallistui yhdeksän 4-5-vuotiasta lasta. Jaoimme lapset ryhmiin siten, että heistä muodostui kolme paria sekä yksi kolmen hengen pienryhmä. Menetelmä toteutettiin Anttilantalon päiväkodin pihassa yksi pari tai pienryhmä kerrallaan. Keräsimme päiväkodin pihaan rauhalliseen paikkaan suuren määrän päiväkodin ulkoliikuntavälineistöä. Liikuntavälineinä käytimme erilaisia merkkikartioita, täysiä mehukanistereita, erikokoisia palloja, sähkömailoja, lasten pesäpallomailaa, pehmeää keihästä, pieniä tennismailoja, naruja, hernepusseja, keiloja, metallierioita, leikkimopoa, sanomalehtitaikasauvoja, häntäpalloja, isoa ämpäriä, muovilusikoita sekä hyppypusseja. Ohjeistimme lapset rakentamaan unelmiensa liikuntarastin, jossa saa vapaasti käyttää eri välineitä. Annoimme lapsille vapauden valita, rakennetaanko rasti yksin, parin kanssa vai pienryhmässä. Pidimme tehtävänannon yksinkertaisena, jotta emme vaikuttaisi rastien sisältöön ja näin ollen kehittämis-

työmme tuloksiin. Olimme varanneet kullekin parille tai ryhmälle aikaa rastien rakentamiseen 20 minuuttia. Rastien rakentamisen jälkeen kukin lapsi tai ryhmä sai kertoa omasta rastistaan ja näyttää, kuinka se toimii. Menetelmän toteuttamisen aikana toinen opinnäytetyön tekijöistä havainnoi lasten toimintaa ja vuorovaikutusta rakennustilanteessa sekä kirjasi lasten kertomukset valmiista liikuntarastista. Havainnoija kirjasi havaintonsa A4-paperille. Toiminnan havainnoinnilla pyrimme saamaan lapsilta luotettavaa tietoa ja ideoita, häiritsemättä heidän toimintahetkeä. (Heikka ym. 2009, 75). Tehtävänanto oli seuraavanlainen.

Tehtävänanto: Rakentakaa unelmienne Hakuhyppely-liikuntarasti. Saatte käyttää rastin tekemisessä kaikkia pihalta löytyviä ulkoliikuntavälineitä sekä pihan muita leikkivälineitä.



Kuva 2: Ulkoliikuntavälineet

Unelmien Hakuhyppely-liikuntarastin rakennustehtävä sujui lapsilta hyvin, ja suurin osa lapsista syventyi tehtävään kunnolla. Tehtävänanto oli lapsille selkeä ja he tarttuivat saman tien toimeen. Suurin osa lapsista aloitti työn pareittain, ikään kuin kaverista turvaa hakien. Yhdessä työskentely päättyi kuitenkin kaikilla melko nopeasti. Pari- ja ryhmätyöskentely on vielä kehitysasteella tämän ikäryhmän lapsilla. (Nurmi ym. 2009, 54). Tehtävän aikana vuorovaikutus kohdistui pääosin aikuisiin. Osa lapsista käytti kuitenkin toisten lasten kanssa vuorovaikutuskeinona hymyilyä, naurahdelua, auttamista sekä hyväksynnän hakemista ideoilleen. Kaikki lapset toimivat tehtävässä ikään kuin yhdessä, mutta silti erikseen. Vain kolme lapsista rakensi radan, jossa oli selkeä toimintaidea. Tämä idea näkyi jo selvästi rastia rakennettaessa ja lapset kokeilivat sitä jo työvaiheessa. Loput lapsista olivat pääasiassa kiinnostuneita välineistä

ja kasasivat niitä yhteen. Lapset keksivät käyttötapoja välineille vasta, kun aikuinen kysyi: ”Mitä tällä voisi tehdä?”. Kaikkien lapsien rasteista saimme kuitenkin tietoa siitä, mitkä välineet kiinnostavat ikäryhmän lapsia. Lasten ideat olivat myös monipuolisia ja toisistaan poikkeavia. Unelmien Hakuhyppely-liikuntarastin rakennustehtävä olisi saattanut toimia vieläkin paremmin, jos parina olisi toiminut vanhempi ja nuorempi lapsi. Tällöin nuorempi lapsi olisi saattanut mallintaa vanhemmalta lapselta tehtävän idean ja tehnyt kasan sijasta liikuntaradan tai rastin.

Pareilla ja pienryhmällä meni tehtävän tekemiseen aikaa vaihtelevasti kymmenestä minuutista 25 minuuttiin. Lapset käyttivät tehtävässä monipuolisesti kaikkia välineitä, mutta selvästi kiinnostavimmiksi nousivat: merkkikartiot, metallilieriöt, narut, lusikat, mehukanisterit, erilaiset mailat, keilat, pienet pallot ja taikasauvat. Lasten keskittyminen tehtävään oli hyvä ja välineitä käytettiin vain tehtävän tarkoituksiin. Kaikkien parien ja pienryhmän työrauha säilyi hyvänä. Kirjasimme ylös lasten ideoimat ja rakentamat liikuntarastit ja ne ovat seuraavanlaiset:

- ”Maila”-rasti: Hyppimistä ja loikkimista esteiden yli. Pujottelua esteiden seassa.
- ”Pujottelu”-rasti: Pitkä mutkittileva pujottelurata merkkikartioista. Edetään kävelen, juosten, hyppien jalat sivuilla, hyppien yhdellä jalalla, hyppien puolelta toiselle, pyörien eri suuntiin ja takaperin.
- ”Estehyppy”-rata: Pujottelu narua väistellen merkkikartioiden välistä, estehyppy, pallon vieritys (kenen pallo menee pisimmälle), tasapainoilua narulla.
- Pujotellaan kartioita, pomputellaan mailalla palloa, tarkkuusheittoa keiloihin.
- Tasapainoilua pallo lusikassa narun päällä, hyppypussihyppelyä, ympyrällä juoksua sanomalehtitaikasauvan kanssa.
- ”Keilapalloheittely”-rasti: Pallolla keilataan kaikkia kasassa olevia esineitä kumoon.
- ”Pesäpallo”-rasti: Toinen syöttää ja toinen lyö ja yrittää osua pallolla seinään.



Kuva 3: Lapsen suunnittelema rata 1

Unelmien Hakuhyppely-liikuntarastin rakentamistehtävästä ja sen havainnoinnista saimme tietoa lasten suunnittelun ja ideoiden lähtökohdista. Oman liikuntarastin suunnittelu ja hahmottaminen oli suurimmalle osalle vielä haastavaa, mutta tehtävään osallistuttiin kuitenkin innokkaasti. Lasten suunnittelu ja toteutus poikkesi hieman aikuisten suunnittelusta ja sen lähtökohdista. Lapset eivät esimerkiksi huomioineet suunnittelussa rastien loogisuutta, mutta mielestämme juuri se toi rasteihin enemmän mielikuvitusta ja hauskuutta. Lasten liikuntarastii-ideat olivat turvallisia ja harkiten tehtyjä. Osalle lapsista oli selvästi tärkeää se, miltä rasti näyttää. Suurin osa lapsista keksi liikuntarastin toiminta-ajatuksen vasta sitä kysyttäessä, eikä sitä osattu ottaa huomioon rastin rakentamisvaiheessa.



Kuva 4: Lapsen suunnittelema rata 2

8.2 “Maalaa ja kerro” unelmien Hakuhyppelystä

Toiseksi menetelmäksi kehittämistyöhömmä valitsimme ”maalaa ja kerro” -menetelmän. Tehtävän periaatteena oli, että lapsi sai piirtää vapaasti hänelle mieluisia asioita Hakuhyppelystä ja kertoa maalaukseen liittyvän tarinan tai narratiivin. Tehtävällä tavoittelimme sitä, että maalaukset avaavat meille lasten kokemuksia ja käsityksiä Hakuhyppelystä. (Heikka ym. 2009, 88.) Tämän menetelmän toteuttamiseen osallistui kuusitoista 4-6-vuotiasta lasta. Menetelmä toteutettiin 2-4 hengen ryhmissä Anttilantalon päiväkodin pienryhmätilassa. Ennen tehtävänantoa muistelimme lasten kanssa, mitä Hakuhyppelyllä tarkoitetaan ja selitimme, että olemme suunnittelemassa uusia liikuntarasteja Hakuhyppelyyn. Tehtävänannossa pyysimme lapsia maalaamaan taulun unelmien Hakuhyppely-tapahtumasta. Maalaus maalattiin pensseleillä A4-kokoiselle paperille pulloväreillä. Kun maalaus oli valmis, jokainen lapsi sai kertoa vuorollaan, mitä maalauksessa tapahtuu. Lasten vastaukset kirjattiin erillisille muistilapuille ja kiinnitettiin työhön liittimillä. Aikaa työskentelyyn oli varattu 30 minuuttia. Ennen tehtävän alkua valmistelimme maalaustilan ja asetimme työssä tarvittavat välineet paikoilleen. Tehtävän aikana avustimme lapsia välineiden käytössä ja pidimme huolta työrauhasta. Lopuk-

si kirjasimme paperille lasten kertomukset omasta taulustaan. Valmiita maalauksia käytimme osana Hakuhyppely-liikuntarastikansion kuvitusta.

Tehtävänanto: Maalaa taulu unelmiesi Hakuhyppely-liikuntarastista. Maalaamisen jälkeen jokainen kertoo vuorollaan omasta taulustaan.

”Maalaa ja kerro” -menetelmä osoittautui osalle lapsista hieman haastavaksi. Tehtävästä teki haastavan Hakuhyppely-aihe, sillä monelle lapselle tuntui olevan vaikeaa kuvata Hakuhyppely paperille. Osa lapsista käsitti tehtävän siten, että heidän tulisi muistaa edellisten Hakuhyppelyiden tapahtumia ja maalata niitä paperille. Tämä aiheutti joillakin jopa hieman turhautumista, kun asiat eivät muistuneet tilanteessa mieleen. Korostimme kuitenkin tehtävässä lapsille mielikuvituksen käyttöä ja sitä, että paperille saa maalata kaikkea, mitä Hakuhyppelystä tulee itselle mieleen. Kun idean keksiminen tuntui hankalalta, kannustimme lapsia ottamaan pensselin rohkeasti käteen ja aloittamaan maalaamalla jotakin. Monelle lapselle tämä oli avuksi ja ideat alkoivatkin muotoutua paperille. Kun lapset pääsivät maalauksessa alkuun, maalaaminen sujui hyvin ja lopputuloksista tuli hyviä. Lasten ajatukset ja ideat avartuivat meille paremmin sen jälkeen, kun he saivat kertoa maalaamastaan taulusta. Tehtävän aikana kaikissa ryhmissä annettiin toisille työrauha ja lapset keskittyivät omaan maalaukseensa. ”Maalaa ja kerro” -tehtävässä lapsille nousi seuraavanlaisia ideoita.

- ”Kuvassa olen minä. Siinä on punainen pujottelurata narusta, aurinko paistaa ja mulla on värikäs tukka.” -Tyttö 6v.
- ”Säbä-juttu, joka on tulvassa ja pari mailaakin on mennyt veteen. Siin pitää pelata säbää suossa tai vedessä leikisti.” -Poika 6v.
- ”Tässä on työmies, vapaapainija. Toi nyrkkeily. Viimeiseksi auto. Paini ekaks Hakuhyppelyyn, sit nyrkkeily, sit rallii ja työmies rakentaa.” -Poika 6v.
- ”Hyppynarulla hypitään kavereiden kanssa.” -Tyttö 6v.
- ”Potkitaan jalkapalloa.” -Poika 6v.
- ”Tässä hypitään aitojen yli. Mä oon tossa hyppimäs.” -Tyttö 6v.
- ”Minä roikun siinä aidan päällä. Siel on sateenkaari.” -Tyttö 6v.
- ”Tässä on minä ja maja. Tykkään rakentaa majoja.” -Poika 6v.
- ”Minä olen uimassa. Syön uudessa banaania.” -Poika 6v.
- ”Tässä on sydän, aurinko, nurmikko, pinkki sateenkaari, sininen taivas ja punainen rasti. Hypitään yli.” -Tyttö 4v.
- ”Toi on pyramidi ja kotipesä. Ei saa mennä väärään paikkaan, muuten jää loukkuun. Täytyy päästä kotipesään. Täs yks on löytänyt kotipesän, mut yks ei.” -Poika 5v.
- ”Tää on sotatyyppe. Toi on Hakuhyppely. Tos on se juttu, mitä tein kamunkaa. Kiiveitään rappusia ylös. Mä leikin Hakuhyppelyä kotona.” -Poika 4v.

- ”Semmoinen viiva, mistä pitäis löytää ulos, mut sielt ei vaan pääse ulos. Pitää kiertää täältä ja tuolta pääsee ulos. Pyöreistä käännetään ja mennään uudestaan.” -Tyttö 4v.
- ”Heittelen kuvassa keltaista palloa hiekalla.” -Tyttö 6v.
- ”Mä tein tän rastin. Missä mennään täältä tälle. Näihin ei saa osua, pitää mennä väleistä. Tää on pujottelurata erivärisistä tötsistä.” -Tyttö 5v.
- ”Tässä on koris-rasti ja minä ja mun isovelji. Voi yrittää millä vaan tavalla heittää korin.” -Poika 6v.

Pienryhmillä kului tehtävän tekemiseen 10-20 minuuttia. Monessa eri maalauksessa aiheeksi nousivat erilaiset sokkelot, labyrintit ja pujottelu-radat. Poikia kiinnosti selvästi eri pallopelit ja kontaktilajit. Muita aiheita olivat hyppiminen, roikkuminen, majan rakennus, uiminen ja kiipeäminen. Olimme valinneet maalaukseen pienen A4-kokoisen paperin, jotta maalaukset olisi helpompi pienentää rastikansioon sopivaksi. Yksityiskohtaisen kuvan maalaaminen pensseillä pienellä paperilla tuotti kuitenkin toisille lapsille haastetta. Pohdimme tehtävän tekemisen jälkeen, että piirtäminen pienelle paperille olisi saattanut olla lapsille helpompaa ja näin ollen kannustavampaa. Saimme kuitenkin ”maalaa ja kerro” -tehtävän avulla paljon hyviä sekä arvokkaita ideoita ja ajatuksia lapsille mieleisen Hakuhyppelyn suunnitteluun.

8.3 Sadutus

Kolmanneksi menetelmäksi kehittämistyöhömme valitsimme sadutuksen. Sadutusmenetelmässä tutkija on kiinnostunut siitä, mitä kertoja haluaa kertoa. Tilanne on vuorovaikutteinen, mutta tutkija on tavallaan passiivisessa roolissa eikä pyri vaikuttamaan kerronnan kulkuun. Sadutus on menetelmänä helppo toteuttaa ja aineisto syntyy osana normaalia toimintaa. Aineistoa ei ole koottu pelkästään tutkimustarkoitukseen, eikä sillä ole ennalta määrättyjä hypoteeseja. Se tuottaa tietoa lasten ajatusmaailmasta eikä sen avulla voi tehdä kattavia tulintoja. Sadutuksessa ilmenee koettu elämä, sisältä tulevat tuntemukset sekä leikinomaiset tarinat. Ilmaisuu on joustavaa ja vapaata. Menetelmällä pyritään myös murtamaan valtasuhteita kuten lastentarhanopettajan ja lapsen tai lääkärin ja potilaan välistä valtaa. Sadutus kertoo molemmin puolisesta arvostuksesta. Menetelmä lisää kuuntelemisen, empatian ja ymmärtämisen taitoja. (Karlsson 2012, 46; Karlsson & Riihelä 2012, 169-172.)

Sadutuksessa tutkija kertoo ääneen lapselle, miten toimitaan ja miksi hänen halutaan kertoavan. Tämän jälkeen lapsi päättää, mitä hän kertoo ja aikuinen kuuntelee aktiivisesti ja kirjaa asiat ylös tai äänittää ne. Lopuksi saduttaja lukee kertomuksen lapselle, joka voi vielä muuttaa tai täydentää kertomaansa. Menetelmässä lapsi on aktiivinen, haluaa osallistua, kehittyä ja saa voimaannuttavia kokemuksia. (Karlsson & Riihelä 2012, 173-174.)

Sadutus-tehtäväämme osallistui 10 kuusivuotiaista esikoululaista pareittain. Teimme sadutus-tehtävän pareittain, jotta tilanne ei tuottaisi lapsille ylimääräistä jännitystä. Tehtävä toteutettiin Anttilantalon päiväkodin pienryhmätilassa. Aikaa oli varattu kullekin parille joustavasti noin 15 minuuttia. Ennen sadutusta kerroimme lyhyesti lapsille, että olemme tekemässä päiväkodille uusia Hakuhyppely-liikuntarasteja ja tarvitsemme lasten apua, jotta saamme rasteista entistä parempia. Selitimme lapsille, että teemme heidän kanssaan sadustehtävän, joka auttaa meitä suunnittelemaan lasten näköisiä rasteja. Korostimme tehtävässä lasten vapautta kertoa juuri sellainen tarina, joka hänelle tuli mieleen. Tämän jälkeen kerroimme lapsille tehtävänannon. Olimme laatineet kaksi erilaista tarinan alustusta, joista toisessa hahmot ovat realistisia ja toisessa fiktiivisiä. Tällä pyrimme saamaan lapsilta erilaisia tarinoita. Luimme ensimmäiseksi tarinan 1, jota toinen lapsista jatkoi, toisen kuunnellessa. Tämän jälkeen luimme toiselle lapselle tarinan 2, jolloin oli hänen vuoronsa jatkaa tarinaa. Sadutusmenetelmässä käytimme aineistonkeruussa apunamme äänittämistä kirjoittamisen lisäksi, jotta lasten tarinat säilyisivät alkuperäisinä. Saimme kuitenkin vastaukset kirjattua tehtävän aikana hyvin, joten äänittäminen ei muodostunut menetelmässämme kovin tärkeäksi. Kunkin lapsen lopetettua tarinan luimme sen uudelleen lapselle ja kysyimme, haluaako lapsi muuttaa tarinaa vielä jollakin tavalla. Sadutuksen aikana toinen meistä oli vastuussa äänittämisestä sekä tarinan lukemisesta. Toinen ohjeisti lapset tehtävään ja kirjoitti lasten tarinat muistiin. Kummallekin lapselle pyrimme takaamaan tehtävän aikana työrauhan ja mahdollisuuden osallistua tehtävän tekoon niin hyvin kuin pystyi ja halusi.

Tehtävänanto: Luen sinulle alun tarinasta. Sinun tehtäväsi on jatkaa tarinaa haluamallasi tavalla.

Tarina 1: Oli aurinkoinen iltapäivä ja Anttilantalon lapset odottivat päiväkodin pihalle pääsyä. Tänään on Hakuhyppely-päivä! Pian pihalla liikkuu paljon lapsia ja aikuisia. Musiikki soi ja pihalla on täyttynyt erinäköisistä liikuntavälineistä. Huomaat sinun hakijasi saapuvan portista ja pian menette yhdessä tutkimaan uusia Hakuhyppely-rasteja. Minkälaisilla rasteilla vieraillette yhdessä?

Tarina 2: Olipa kerran Onni-orava, joka oli jo esikoululainen. Onnin esikoulussa oli tänään yhteinen liikuntapäivä aikuisten oravien kanssa. Esikoulun ope-orava oli rakentanut monta liikuntarastia mäntypuun juurelle. Minkälaisissa liikuntarasteilla Onni-orava seikkailee yhdessä aikuisen kanssa?

Sadutus-tehtävä onnistui esikoululaisilta melko hyvin. Aiheena Hakuhyppely oli haastava, mutta tilannetta helpotti se, että Hakuhyppely-tapahtuma oli järjestetty noin kaksi viikkoa aikaisemmin. Tarina muodossa kertominen ei vielä luonnistunut kuin yhdeltä lapsista. Muut lapset kertoivat tarinan jatkoon ikään kuin vastaten kysymyksiin. Kaikki lapset tarvitsivat aikuisen

apua ja tarkentavia kysymyksiä tehtävän suorittamisessa. Pyrkimyksenämme oli kuitenkin se, että emme johdattelisi lapsia heidän vastauksissaan ja näin ollen vaikuttaisi heidän tarinoihinsa. Vaikka lasten kertomukset eivät olleetkaan tarinamuodossa, saimme silti kaikilta lapsilta erilaisia ideoita Hakuhyppely-liikuntarastikansioon. Lasten ideat olivat hyvin realistisia ja helposti toteutettavissa olevia. Joillakin lapsilla oli muistissa viime Hakuhyppelyssä suoritettut rastit ja nämä nousivat tehtävässä esiin. Toisilla lapsista toistuivat samat ideat sekä maalaus-että sadutus-tehtävässä.

Jokaisella parilla meni tehtävän suorittamiseen aikaa vaihtelevasti 5-15 minuuttia. Tilanne oli rauhallinen ja lapset pystyivät syventymään tehtävään. Lapset olivat tehtävässä reippaita, vaikka olimmekin heille melko vieraita aikuisia. Pareja ei ollut ennalta määrätty vaan lapset tulivat tekemään tehtävän sattumanvaraisina pareina. Tämä ei näyttänyt kuitenkaan vaikuttavan tehtävän kulkuun. Lasten kerronnasta nousivat esiin seuraavanlaiset liikuntarastiajatukset:

Tarina 1.

- Rekka-autolla mehukatti purkkien väistely, pyörytykset isän kanssa, gepardi liikkeitä.
- Labyrintti köysistä, jossa erilaisia vaikeustasoja.
- Rekka-autolla ajaminen, jalkapallon pelaaminen, koripallon pelaaminen.
- Hyppynarujuuttuja.
- Vaikeita kiipeilyjuuttuja naruja pitkin, trampoliinilla hyppiminen, pienten esteiden ylittäminen.

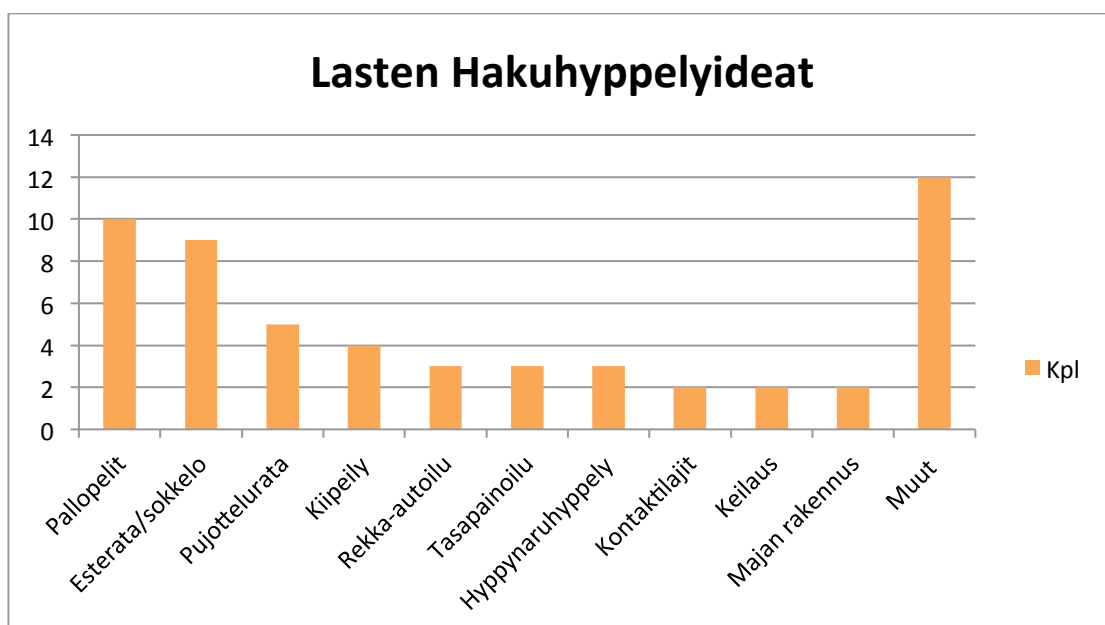
Tarina 2.

- Puihin kiipeily, kävyn syömiskisa, puun juurten päällä tasapainoilu.
- Kävyn nakertaminen, hyppynarulla hyppiminen, puuhun kiipeäminen, venytteleminen, juokseminen.
- Puuleikkejä, majan tekeminen.
- Aitojen hyppiminen hevosen selässä esteitä väistellen, pallon heittäminen seinään.
- Jalkapallon pelaaminen joukkueissa, eri tavalla kävely.

Molemmat tarinan alustukset toimivat mielestämme hyvin tehtävässä. Fiktiivisellä orava tarinalla saamamme ideat olivat mielikuvituksellisempia ja todenmukaisemmalla tarinalla saamamme ideat olivat taas helpommin päiväkodin pihassa toteutettavia. Vaikka jotkin ideat ovatkin vaikeasti toteutettavia sellaisinaan, ovat ne kuitenkin helposti sovellettavissa Hakuhyppelyn tarkoitukseen.

8.4 Hakuhyppely-liikuntarastikansion sisältö

Kuvaan 5 olemme koonneet kaikki Hakuhyppelyyn lapsilta saadut ideat ja toiveet. Olemme myös kuvanneet pääpiirteittäin jokaiselle kuukaudelle valitut rastit ja niiden valintaperusteet sekä suunnittelutyön ydinkohdat. Lasten Hakuhyppelyideoista kiipeily ja kontaktilajit jäivät suunnitelmisamme toteuttamatta sellaisessa muodossa, jollaisina lapset niitä toivoivat. Emme osanneet innovoida sellaista kiipeilyrastia, joka olisi mahdollistanut myös vanhemman osallistumisen ja joka olisi ollut täysin turvallinen. Päiväkodin pienimmille lapsille kiipeilytehtävä olisi ollut lisäksi miltei mahdotonta toteuttaa, sillä päiväkodin pihan kiipeilytelineet sekä kiipeilypuu ovat pienille liian korkeita. Rajumpien kontaktilajien koemme taas soveltuvan enemmän sisätiloihin, jossa on mahdollisuus pehmustaa tilaa. Tästä syystä emme hyödyntäneet tätä ideaa Hakuhyppely-liikuntarastien suunnittelussa.



Kuva 5: Lasten Hakuhyppelyideat

Tammikuu:

- Päiväkodin teema: Talviliikunta ja lumi

Tammikuun talviliikunta- ja lumiteemaa on hyödynnetty jokaisessa kuukauden rastissa. Lähestyimme talviliikunta-teemaa ottamalla kaikkiin rasteihin liikuntavälineeksi liukurin. Liukurista saa helposti muokattua välineen monenlaisiin käyttötarkoituksiin. Tammikuun ”Lasten valinta!”-rastissa yhdistyvät heittäminen sekä osumatarkkuus. Tarkkuusheitto sekä erilaiset pallon heitot olivat suosittuja ideoita lasten keskuudessa.

Helmikuu:

- Päiväkodin teema: Kontata, kieriä, ryömiä, kääntyä, pyöriä, työntää, vierittää, vetää

Helmikuu sisälsi monia teemoja, joista käytimme pääosin kierimistä, ryömimistä, konttaamista ja kääntymistä. Helmikuun ”Lasten valinta!” -rastiksi valikoitui Labyrintti, joka oli yksi toivotuimmista rasteista. Helmikuun rasteissa haastavaa oli joidenkin teemojen toteutus ulkona mahdollisella pakkasella. Valikoidut rastit saimme kuitenkin sekä noudattelemaan teemoja että sopimaan helmikuun sääolosuhteisiin.

Maaliskuu:

- Päiväkodin teema: Laukata, harhauttaa, törmätä, lyödä, pukata

Maaliskuussa käyttämämme teemat olivat lyödä, harhauttaa, pukata ja törmätä. Maaliskuun rasteissa pelataan palloilla, mikä oli suurella osalla lapsista toiveena. Maaliskuun teemat liit-tyvätkin monella tapaa pelimäisyyteen. Rastit ovat helposti toteutettavia säällä kuin säällä.

Huhtikuu:

- Päiväkodin teema: Juosta, pysähtyä alastulossa ja vauhdissa, potkaista, kuolettaa

Huhtikuun rastit ovat monipuolisia ja vauhdikkaita. ”Lasten valinta!” -rastin teemana on potkaisu ja valinta olikin luontainen, sillä jalkapalloa toivottiin useaan otteeseen. Olemme kuitenkin tehneet potkaisemisesta leikkimielisempää ja mielenkiintoisempaa nilkkaan kiinnitettävää kuminauhaa käyttämällä. Lisäksi yhdistimme rastiin keilauksen, joka oli kahdella lapsella toiveena.

Toukokuu:

- Päiväkodin teema: Hypätä, laskeutua, nousta, heittää, ottaa kiinni

Toukokuun rasteissa saimme hyvin toteutettua päiväkodin teemoja sekä monia lasten suosikkeja. ”Lasten valinta!” -rastiksi valikoitui esterata, joka oli toiseksi eniten toivottu liikuntamuoto lasten keskuudessa. Toukokuun muissa rasteissa toteutuvat myös tarkkuusheitot sekä pallon potkaisu, jotka kuuluivat lasten suosikkeihin.

Kesäkuu:

- Päiväkodin teema: Hypellä, heilua, pompottaa

Kesäkuussa saimme kaikki päiväkodin teemat käyttöön. ”Lasten valinta!” -rastissa yhdistyvät sekä kaikki päiväkodin teemat että lasten halukkuus koripallon pelaamiseen. Kesäkuun rastit ovat monipuolisia ja erittäin helposti toteutettavia.

Heinäkuu:

- Päiväkodin teema: Kesäiset piha- ja perinneleikit

Heinäkuun teema oli mielestämme tärkeä ja erityisen mieluinen. Perinneleikit tuntuvat nyky-päivänä osin kadonneen, vaikka ne ovat hyvin pienillä resursseilla toteutettavissa. Haastetta lisäsi se, että leikkijöitä on Hakuhyppelyssä vain kaksi. Tämä rajasi useat perinteikkäät piha-leikit pois. Heinäkuussa ”Lasten valinta!” -rastiksi toteutimme useamman lapsen toivoman hyppynarulla hyppimisen Hiirenhäntä-muodossa.

Elokuu:

- Päiväkodin teema: Kehonosat, tutustuminen

Elokuun rasteissa lapset ja vanhemmat pääsevät lähelle toisiaan ja kaikissa rasteissa ollaankin kosketuksessa toisen kanssa. Kehonosiin tutustutaan kahdessa elokuun rastissa. Elokuun ”Lasten valinta!” on keilausrasti, jossa keilaus tapahtuu yhteistyössä oman vanhemman kanssa. Rastissa yhdistyy myös lasten suuri suosikki, pallon potkaisu.

Syyskuu:

- Päiväkodin teema: Kiivetä, koukistaa, ojentaa, kiertää, kantaa, kuljettaa

Syyskuun rasteissa kaikki teemat toteutuivat ja rastit ovat hyvin monipuolisia. ”Lasten valinta!” -rastiksi valikoitui Kilpa-ajot, jossa lapset saavat juosta rekka-autoa työntäen. Rekka-autoilla ajaminen oli muutamalla lapsella toiveissa. Syyskuun rastit ovat melko yksinkertaisia, mutta kuitenkin hyvin sykettä nostavia.

Lokakuu:

- Päiväkodin teema: Kävellä, lähteä paikalta, pysähtyä alastulossa ja vauhdissa, pyörittää

Lokakuun rasteilla kävellään, tutkitaan ja aistitaan. ”Lasten valinta!” -rastiksi valitsimme pujotteluradan, mutta haastetta rastiin tuo se, että se toteutetaan silmät sidottuina. Toisena rastina lokakuussa on Aarrejahti, jossa on aistittavissa seikkailun tuntu. Lokakuun rastit vaativat Hakuhyppelyn toteuttajalta resursseja, sillä valmisteltavaa on melko paljon. Kuitenkin hyvin toteutettuna lokakuun Hakuhyppelypäivä saattaa olla lapsille ja vanhemmille todella antoisa ja mieleenpainuva.

Marraskuu:

- Päiväkodin teema: Talvileikit

Marraskuun rasteille emme halunneet toteuttaa mitään lunta vaativaa toimintaa, sillä marraskuun sääolosuhteet ovat usein epävakaita, eikä lunta ole joka vuosi. Rasteiksi valitsimme sellaiset toiminnot, jotka voidaan toteuttaa millaisissa olosuhteissa tahansa. ”Lasten valinta!” marraskuussa on ”Lumisähly”-sähly, jonka voi toteuttaa tietenkin myös ilman lunta. Sähly nousi esiin yhtenä pallopelitoiveena.

Joulukuu:

- Päiväkodin teema: Rentoutuminen ja joulupuuhat

Joulukuun Hakuhyppely-rastien teemana on luonnollisesti joulu ja rastit henkivätkin mukavasti jouluista tunnelmaa. Joulukuun ”Lasten valinta!” on Pikkutonttujen maja, sillä majan rakennus nousi toiveeksi kaksi kertaa. Majan rakentaminen oli luova ja erilainen idea, ja vaikka rakennusosuudesta tällä rastilla vastaakin Hakuhyppelyn toteuttaja, niin lapset ja aikuiset pääsevät kuitenkin nauttimaan majan tunnelmasta ja rentoutumaan lämpimän mehun ja pipareiden merkeissä. Joulukuun rastit vaativat myös hieman enemmän valmisteluja päiväkodilta, mutta onnistuneella valmistelulla lapsille ja vanhemmille saadaan aikaan mieleenpainuva yhteinen kokemus.

9 Pohdinta

Aloitimme opinnäytetyöprosessin keväällä 2014. Opinnäytetyön tekeminen oli luontevaa aloittaa tapaamisella yhteistyökumppanimme kanssa ja tämän jälkeen etenimme teoriapohjan

keruuseen ja kirjoittamiseen. Keräsimme molemmat tasapuolisesti teoriaosuutta kesän 2014 aikana ja laajan teoriatiedon pohjalta oli helppoa jatkaa opinnäytetyön muiden vaiheiden tekoa. Olimme alusta lähtien hyvin innostuneita opinnäytetyömme aiheesta ja tästä syystä oman osaamisen laajentaminen tästä aihepiiristä oli meille mieluisaa. Hakuhyppely-liikuntarastikansioon tulevaan materiaaliin tutustuminen alkoi elokuussa 2014. Anttilantalons päiväkodilla oli paljon liikuntamateriaalia, jota pystyimme hyödyntämään hyvin Hakuhyppely-liikuntarastikansion luomisessa. Saimme suunnitteluun vapaat kädet päiväkodilta, joten alusta lähtien meillä oli selkeä visio siitä, millaisen Hakuhyppely-liikuntarastikansion haluamme luoda ja kehittää. Syyskuun 2014 alussa ensimmäisessä tapaamisessa opinnäytetyötämme ohjavan opettajan kanssa saimme idean siitä, millainen opinnäytetyömme tutkimus tulee olemaan. Tutkimustyyppiksemme valitsimme lapsinäkökulmaisen tutkimuksen, jossa tavoitteenamme oli saada lapset osaksi Hakuhyppely-liikuntarastikansion suunnittelua. Lasten osallisuuden tukemisen teema oli mielestämme mielenkiintoinen ja tärkeä. Meillä ei ollut vielä kertynyt lasten osallisuuden tukemisesta laajaa tietoa tai kokemusta ja otimmekin tämän haasteena ja mahdollisuutena oppia uutta. Asetimme kehittämistyössämme tavoitteeksi päästä lasten osallisuuden tukemisen tasolle kuusi (Taulukko 1). Lopulliseksi osallisuuden tasoksi saavutimme tasojen viisi ja kuusi välimaaston. Emme koe täysin saavuttaneemme tasoa kuusi, sillä Hakuhyppely-aihe oli lapsille vaikea ja sen vuoksi jouduimme valitettavasti ohjaamaan tekemistä enemmän kuin olisimme halunneet. Tasolla kuusi puhutaan myös yhteisten päätösten tekemisestä lasten kanssa, mutta opinnäytetyössämme lopulliset ratkaisut teimme kuitenkin me, eivätkä lapset olleet enää siinä vaiheessa mukana päätöksenteossa.

Lokakuussa 2014 teimme päiväkodin lasten kanssa opinnäytetyömme tutkimusosuutta ottamalla 4-6-vuotiaat lapset mukaan Hakuhyppely-liikuntarastikansion suunnitteluun valitsemamme menetelmiä hyödyntämällä. Saimme valituilla menetelmillä kerättyä lapsilta tietoa, näkemyksiä ja ajatuksia siitä, millainen olisi heidän ”Unelmiensa Hakuhyppely”. Toteutimme menetelmämme kolmena päivänä Anttilantalons päiväkodissa. Koimme määrän riittäväksi, sillä huomasimme lasten ideoiden alkavan toistua eri menetelmien tuotoksissa. Tuntui, ettei lapsilla ollut aiheesta enää uutta kerrottavaa. Unelmien Hakuhyppely-liikuntarastin rakentamistehtävä toimi menetelmistä parhaiten, sillä lapsille tehtävä oli helppo omaksua ja lapsista oli mukavaa päästä tekemään päiväkodin pihalla jotakin erilaista. Tehtävä suoritettiin harkiten ja lapsen maailma tuli hyvin luovasti esiin. Tässä menetelmässä emme myöskään aikuisina joutuneet ohjaamaan lapsia muuten kuin kertomalla tehtävänannon. Tässä tehtävässä näkyi lasten aito osallisuus, mahdollisuus vaikuttaa ja lasten toiminta tasavertaisina kumppaneina suunnittelussa. ”Maalaa ja kerro” -menetelmän avulla saimme mielikuvituksellisia ideoita sekä hauskoja maalauksia rastikansion kuvitukseen. Aiheena ”Unelmien Hakuhyppely” osoittautui kuitenkin lapsille haastavaksi maalata ja tästä syystä jouduimme aikuisina johdattelemaan lapsia tehtävän kannalta oikeaan suuntaan. Osalle lapsista oli tehtävässä vaikeaa heittäytyä mielikuvitusmaailmaan ja huolta aiheutti se, onko oma ajatus oikea vai väärä. Näissä tilan-

teissa päädyimme rohkaisemaan lapsia maalaamaan omia kiinnostuksenkohteitaan. Pohdimme sitä, olisiko piirtäminen ollut lapsille helpompi tapa ilmaista omia ajatuksiaan. Huolimatta tehtävän aloittamisen vaikeuksista saimme lapsilta arvokkaita kertomuksia ja ajatuksia ”Unelmien Hakuhyppelystä”.

Halusimme kokeilla myös tutun sadutusmenetelmän toimivuutta opinnäytetyössämme. Sadutusmenetelmän aiheena oli myös ”unelmien Hakuhyppely”. Koimme aiheen alusta asti haastavaksi, joten sen vuoksi valitsimme tehtävään päiväkodin kuusivuotiaita lapsia. Suurin osa lapsista tarvitsi aikuisen tukea ja ohjausta tehtävässä, jotta ideat alkoivat muotoutua. Suurin osa lapsista vastasi tarinaan lyhyesti muutamilla sanoilla. Tämän vuoksi päädyimme antamaan lapsille lisäohjeita tehtävässä. Saimme kuitenkin lopulta lapsilta heidän näköisiään ideoita Hakuhyppely-aiheeseen. Olimme lapsille vieraita aikuisia ja se saattoi vaikuttaa heidän rohkeuteensa ilmaista omia ajatuksiaan tarinamuodossa.

Olemme tyytyväisiä menetelmien avulla saamiimme lasten Hakuhyppely-ideoihin. Ajatuksia tuli runsaasti ja suurin osa niistä oli helposti toteutettavissa sekä vietävissä käytäntöön. Saimme selkeän käsityksen siitä, mitkä liikuntavälineet ja liikuntamuodot olivat lapsille mielisimpia. Tiedämme lasten ajatusten pohjalta suunnittelemamme rastien olevan heidän näköisiään ja liikkumiseen motivoivia. Lasten ideat ”unelmien liikuntarasteista” olivat hyvin samankaltaisia kuin omatkin ajatuksemme ja niissä toistuivat samanlaiset välineet ja liikkumistavat. Lasten mielikuvituksesta nousi kuitenkin sellaisiakin ideoita, joita aikuisina emme olisi keksineet, koska suunnittelumme lähtökohdat poikkeavat hieman lasten suunnittelun perusteista. Olemme tyytyväisiä valmiiseen Hakuhyppely-liikuntarastikansioon, jossa oma osaamisemme yhdistyy lasten näkökulmiin ja ajatuksiin. Liikuntarastikansion kehittämistyössä lasten ääni pääsi esille ja kuuluviin. Mielestämme valmis liikuntarastikansio sisältää liikuntamateriaalia, joka on hauskaa, liikuntataitoja kehittävää ja lasten näköistä. Liikuntarastikansiosta tuli värikäs, selkeä, looginen ja helppokäyttöinen. Se vastaa yhteistyökumppanimme tarpeisiin ja tukee osaltaan päiväkodin liikuntakasvatusta sekä kasvatusyhteistyötä päiväkodissa. Liikuntarastikansio tukee lisäksi ohjatun ulkoliikunnan ja Hakuhyppely-toiminnan jatkuvuutta Anttilantalons päiväkodissa helpottamalla kasvattajien työtä. Anttilantalons päiväkodissa kehitetystä Hakuhyppely-menetelmästä ollaan oltu kiinnostuneita myös muissa Hyvinkään päiväkodeissa sekä kehittämishankkeen pilottipäiväkodeissa. Anttilantalons päiväkodilla onkin toiveissa, että hyväksi todettu Hakuhyppely-menetelmä otettaisiin käyttöön myös muissa päiväkodeissa. Tekemästämme opinnäytetyöstä tulee varmasti olemaan hyötyä Hakuhyppely-menetelmää ja sen hyötyjä esiteltäessä.

Yhteistyömme Anttilantalons päiväkodin kanssa sujui mutkattomasti. Saimme vapauden tehdä opinnäytetyömme parhaaksi näkemällämme tavalla. Saimme tehdä Hakuhyppely-liikuntarastikansiosta meidän näköisemme ja päiväkoti luotti osaamiseemme täysin. Tarvitta-

essa saimme päiväkodilta tukea ja vahvistusta omalle tekemisellemme. Tiedämme, että kehittämämme rastikansio tulee päiväkodilla aitoon tarpeeseen ja tästä syystä työtä oli motivoivaa tehdä. Anttilantalon päiväkotitoimi oli paras mahdollinen yhteistyökumppani vastaamaan meidän omiin opinnäytetyötä koskeviin toiveisiimme. Yhteistyömme opinnäytetyömme ohjauksen opettajan kanssa sujui hyvin. Opinnäytetyömme tarkoitus ja tavoitteet olivat meillä alusta lähtien melko selkeät, joten emme tarvinneet ohjausta kovinkaan paljon. Ohjauskerroilla saimme kuitenkin aina uusia näkökulmia ja selkeyttä opinnäytetyön tekemiselle ja pystyimme jatkamaan työtä itsenäisesti. Parityöskentelymme opinnäyteprosessissa sujui erittäin hyvin. Jaoimme tehtävät tasapuolisesti ja opinnäytetyön tekeminen ei kuormittanut kumpaakaan liikaa. Pysyimme hyvin ennalla sovitussa aikataulussa ja valmis työ vastasi kummankin odotuksia. Opinnäytetyöprosessi oli kummallekin opettavainen ja hyödyllinen. Liikunta ja kasvatusyhteistyö olivat meille jo entuudestaan tuttuja aiheita ja näistä osaamisemme karttui vielä jonkin verran. Lasten osallisuuden tukeminen oli aiheena vieraampi kuin muut teemat. Oli kuitenkin erittäin hyödyllistä oppia tästä aiheesta sekä teoria- että käytännön tasolla. Oletamme, lasten osallisuuden tukemisen olevan tärkeää tulevaisuuden varhaiskasvatuksessa, joten koemme pystyvämme hyödyntämään oppimaamme tulevaisuudessa monella eri varhaiskasvatuksen osa-alueella.

Olemme molemmat suuntautumassa varhaiskasvatuksen työkentälle valmistuttuamme. Uskomme, että opinnäytetyöprojektimme on kartuttanut osaamistamme monelta varhaiskasvatuksen eri osa-alueilta ja voimme hyödyntää tietojamme ja osaamistamme varhaiskasvatustyössä tulevaisuudessa. On ollut erittäin hyödyllistä osallistua tällaiseen kehittämistyöhön ja oppia siitä. Varhaiskasvatustyö on alati muuttuvaa ja se vaatii jatkuvaa kehittämistä. Useissa päiväkodeissa yhteisöllisyyden tukeminen on vielä melko näkymätöntä ja päiväkotitoimi nähdään lasten ja ammattikasvattajien yhteisönä. Kasvatuskumppanuuden kehittymisen seurauksena myös lasten vanhemmat halutaan nähdä tärkeinä päiväkotiyhteisöön kuuluvina jäseninä. Vanhempien saaminen yhteisön jäseniksi edellyttää päiväkodeilta uusia, luovia keinoja ja menetelmiä sekä kykyä muuttaa vanhoja toimintatapoja. Myös lasten liikuntamotivaation lisäämiseksi ja ylläpitämiseksi on tehtävä päiväkodeissa jatkuvaa kehittämistyötä. Uudet menetelmät ja toimintamuodot kuten Hakuhyppely, toimii loistavana keinona lisätä lasten ja perheiden liikunta-aktiivisuutta, yhteisöllisyyttä sekä liikunnan iloa.

Lähteet

Painetut lähteet

Arvonen, S. (toim.) 2004. Porukalla. Perheliikuntaohjaajan käsikirja. Helsinki: Edita.

Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito. Helsinki: Edita.

Eskelinen, A. 2000. Kaksi todellisuutta. Teoksessa Salminen, P. (toim.) Yhdessä kasvattamaan. Jyväskylä: PS-kustannus, 40-44.

Estola, E. 1999. Varhaiskasvatus lastentarhanopettajan silmin - narratiivis-elämäkerrallinen tutkimus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Ruoppila, I., Hujaja, E., Karila, K., Kinon, J., Niiranen, P. & Ojala, M. (toim.) Varhaiskasvatuksen tutkimusmenetelmiä. Jyväskylä: Atena, 146-147.

Gallahue, D. & Ozmun, J. & Goodway, J. 2012. Understanding motor development. Infants, children, adolescents, adults. Singapore: McGraw-Hill.

Haapamäki, J. 2000. Näkökulmia päivähoiton yhteisöllisyyteen ja yhteisön merkitys päivähoitossa. Teoksessa Haapamäki, J., Kaipio, K., Keskinen, S., Uusitalo, I. & Kuoksa, M. (toim.) Yhteisö kasvattaa. Päivähoito oppimis- ja kasvatusyhteisönä. Helsinki: Tammi, 21-32.

Haapamäki, J., Kaipio, K., Keskinen, S., Uusitalo, I. & Kuoksa, M. 2000. Lukijalle. Teoksessa Haapamäki, J., Kaipio, K., Keskinen, S., Uusitalo, I. & Kuoksa, M. (toim.) Yhteisö kasvattaa. Päivähoito oppimis- ja kasvatusyhteisönä. Helsinki: Tammi, 9-10.

Halme, N., Vuorisalmi, M. & Perälä, M-L. 2014. Tuki, osallisuus ja yhteistoiminta lasten ja perheiden palveluissa. Työntekijöiden näkökulmia. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaisuja. Raportti 4/2014. Tampere: Juvenes Print.

Heikka, J., Hujala, E. & Turja, L. 2009. Arvioinnista opiksi. Havainnointi, arviointi ja suunnittelu varhaispedagogiikassa. Helsinki: Multiprint.

Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) 2013. Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus.

Jaakkola, T. 2014. Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaideaa motoristen taitojen kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kaipio, K. 2000. Päivähoitoyhteisö kasvatusyhteisönä. Teoksessa Haapamäki, J., Kaipio, K., Keskinen, S., Uusitalo, I. & Kuoksa, M. (toim.) Yhteisö kasvattaa. Päivähoito oppimis- ja kasvatusyhteisönä. Tampere: Tammi, 94-95.

Karila, K., Alasuutari, M., Hännikäinen, M., Nummenmaa, A. & Rasku-Puttonen, H. (toim.) 2006. Kasvatusvuorovaikutus. Vanhemmat ja kasvatuksen ammattilaiset. Tampere: Vastapaino.

Karila, K. 2006. Kasvatuskumppanuus vuorovaikutussuhteena. Teoksessa Karila, K., Alasuutari, M., Hännikäinen, M., Nummenmaa, A. & Rasku-Puttonen, H. (toim.) Kasvatusvuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 91-93.

Karlsson, L. 2012. Lapsinäkökulmaisen tutkimuksen ja toiminnan poluilla. Teoksessa Sukelluksia lapsinäkökulmaiseen tutkimukseen ja toimintaan. Karlsson, L. & Karimäki, R. (toim.) Jyväskylä: Suomen kasvatustieteellinen seura, 7, 22-50.

Karlsson, L. & Riihelä, M. 2012. Sadutusmenetelmä - kohtaamista ja aineiston tuottamista. Teoksessa Sukelluksia lapsinäkökulmaiseen tutkimukseen ja toimintaan. Karlsson, L. & Karimäki, R. (toim.) Jyväskylä: Suomen kasvatustieteellinen seura, 169-174.

- Karvonen, P. 2002. Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. Helsinki: Tammi.
- Kaskela, M. & Kekkonen, M. 2006. Kasvatuskumppanuus kannattelee lasta - opas varhaiskasvatuksen kehittämiseen. Helsinki: Stakes.
- Kekkonen, M. 2012. Kasvatuskumppanuus puheena. Varhaiskasvattajat, vanhemmat ja lapset diskursiivisilla näyttämöillä. Tampere: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Koivunen, P-L. 2009. Hyvä päivähoito. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Koivula, M. 2013. Yhteisöllisyyden rakentuminen päiväkodin arjessa. Teoksessa Marjanen, M., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Korhonen, M. 2006. Sukupolven merkitys vuorovaikutussuhteissa. Teoksessa Karila, K., Alasuutari, M., Hännikäinen, M., Nummenmaa, A. & Rasku-Puttonen, H. (toim.) Kasvatusvuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 67.
- Laakso, L., Nupponen, H. & Telama, R. 2007. Kouluikäisten liikunta-aktiivisuus. Teoksessa Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.) Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Helsinki: WSOY. 58-59.
- Laki lasten päivähoitosta 19.1.1973/36
- Liukkonen, J., Jaakkola, T. & Soini, M. 2007. Motivaatioilmasto liikunnanopetuksessa. Teoksessa Heikinaro-Johansson, P. & Huovinen, T. (toim.). Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan, 160. WSOY: Helsinki.
- Lämsä, A-L. 2013. Mistä kasvatuskumppanuudessa on kyse? Teoksessa Lämsä, A-L. (toim.) Verkosto vahvaksi. Toimiva vuorovaikutus perheiden kanssa. Juva: PS-kustannus, 50-63.
- Maude, P. 2001. Physical children, active teaching. Investigating physical literacy. Buckingham: Open University Press.
- Mitä yhteisöllisyys on? 2014. Terveystieteiden ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 28.10.2014. http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/periaatteet/yhteisollisyys
- Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Tammi.
- Nupponen, H. & Halme, T. & Parkkisenniemi, S. & Pehkonen, M. & Tammelin T. 2010. Lapsuuden Suomen - tutkimus 3-12-vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuudesta. Yhteenvedo vuosien 2011-2003 menetelmistä ja tuloksista. Jyväskylä: LIKES.
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen., P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2009. Ihmisen kehityopsykologinen kehitys. Helsinki: WSOYpro.
- Pulli, E. 2013. Lupa liikkua. Liikuntaleikkejä ja -tuokioita varhaiskasvatukseen. Helsinki: Lasten Keskus.
- Pulli, E. 2001. Opi liikkuen, liiku leikkien. Liikuntaa esiopetukseen. Kustannusosakeyhtiö Helsinki: Tammi.
- Pönkkö, A. 2004. Perheliikunta päiväkotien yhteistyössä. Teoksessa Arvonen, S. (toim.) Porukalla. Perheliikuntaohjaajan käsikirja. Helsinki: Edita, 138-140.
- Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2013. Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 4-6, 464-475.

Rimpelä, M. 2013. Kasvatuskumppanuus. Teoksessa Lämsä, A-L. (toim.) Verkosto vahvaksi. Toimiva vuorovaikutus perheiden kanssa. Jyväskylä: PS-kustannus, 31-32.

Strömmer, M. 2000. Lapsen suojelua arkityön äärellä. Teoksessa Salminen, P. (toim.) Yhdessä kasvattamaan. Jyväskylä: PS-kustannus, 48.

Suomen perustuslaki 11.6.1999/731

Telama, R. 2013. Saatesanat. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 10.

Uusitalo, I. 2000. Kasvatus ja oppiminen päivähoiton kulttuuria ja yhteisöjen suhteesta tietoon, oppimiseen ja kehittämiseen. Teoksessa Haapamäki, J., Kaipio, K., Keskinen, S., Uusitalo, I. & Kuoksa, M. (toim.) Yhteisö kasvattaa. Päivähoito oppimis- ja kasvatusyhteisönä. Tampere: Tammi, 51, 61, 75, 81.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Helsinki: LK-kirjat.

Sähköiset lähteet

Kuljetaan ja rakennetaan yhdessä esite 2013. Viitattu: 2.12.2014.
<http://www.sport.fi/system/resources/W1siZilsjlwMTQvMDIvMDYvMTZfMTdfNTRfM19LdWxqZXRhYW5famFfcmlFrZW5uZXRhYW5feWhkZXNzX2VzaXRILnBkZiJdXQ/Kuljetaan%20ja%20rakennetaan%20yhdess%C3%A4%20esite.pdf>.

Lasten osallisuus. 2014. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 22.9.
<http://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/lasten-osallisuus>.

Turja, L. 2011. Lapset osallisina - kohti uutta varhaiskasvatuskulttuuria. Suomen Varhaiskasvatus ry:n verkkolehti toukokuu 2011. Viitattu: 29.10.2014. <http://ecef.org/wp-content/uploads/2014/03/2011-3-Turja.pdf>.

Venninen, T., Leinonen, J. & Ojala, M. 2010. ”Parasta on kun yhteinen kokemus siirtyy jaetuksi iloksi ”- Lapsen osallisuus pääkaupunkiseudun päiväkodeissa. Soccan työpapereita 2010. Viitattu: 24.9.2014.
http://www.socca.fi/files/627/Yhteinen_kokeminen_jaetuksi_iloksi_lapsen_osallisuus_paakaupunkiseudun_paivakodeissa_2010.pdf

Vilpas, B. & Tast, S. 2011. Osallisuutta ja näkkileipää. Teoksessa Mäkitalo, A-R., Nevanen, S., Ojala, M., Tast, S., Venninen, T. & Vilpas, B. (toim.) Löytöretkellä osallisuuteen: Kehittämistä ja tutkimusta päiväkodin arjessa II. Socca.
http://www.socca.fi/files/1373/Loytoretkella_osallisuuteen_kehittamista_ja_tutkimista_paivakodin_arjessa_II.pdf, 146, 150-152.

Kuvat

Kuva 1: Kehittämisen prosessin kulku.....	34
Kuva 2: Ulkoliikuntavälineet.....	39
Kuva 3: Lapsen suunnittelema rata 1	41
Kuva 4: Lapsen suunnittelema rata 2	42
Kuva 5: Lasten Hakuhyppelyideat	47

Taulukot

Taulukko 1: Lapsen osallisuuden tasot (Hart 1992, 8 ks. Tast & Vilpas 2011, 152.)	23
---	----

Liitteet

Liite 1 Tutkimuslupa	60
Liite 2 Lupakysely	61
Liite 3 Hakuhyppely-liikuntarastikansio	62

Liite 1 Tutkimuslupa

1 / 1

HYVINKÄÄN KAUPUNKI
Sivistystoimi

Varhaiskasvatuksen johtajan päätös § 136 25.09.2014

TUTKIMUSLUPA / JENNA VALANDER JA HENNA-RIIKKA KIVINEN

(Valmistelija: toimistos sihteeri Rautiainen Riitta, p. 019 459 4957)

Jenna Valander ja Henna-Riikka Kivinen ovat sosionomiopiskelijoita Laurea-ammattikorkeakoulusta. He hakevat opinnäytetyöhön liittyvää tutkimuslupaa aiheena "Unelmien Hakuhyppely – Lapset osaksi liikuntarastien suunnittelua Anttilantalon päiväkodissa". Opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää Hakuhyppely – liikuntarastikansio yhteistyössä Anttilantalon päiväkodin kanssa. Tutkimukseen osallistuu päiväkodin kahden ryhmän 4-6-vuotiaat lapset.

Tutkimus on tyypiltään arviointitutkimus. Arviointitutkimuksessa käytetään erilaisia lapsen osallisuutta tukevia menetelmiä kuten sadutusta, maalaamista, kertomista, rakentamista sekä lapsen toiminnan havainnointia. Opinnäytetyön arvioitu valmistumisaika on loka-joulukuu 2014.

Päätös Myönnetään Jenna Valanderille ja Henna-Riikka Kiviselle anomuksen mukaisen tutkimusluvan Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatukseen Anttilantalon päivähoidon. Ehtona on, ettei tutkimuksessa käytetä lapsiin, lasten vanhempiin tai varhaiskasvatukseen henkilökuntaan liittyviä henkilökohtaisia tietoja ja että tutkimukseen osallistuvien lasten vanhemmilta on saatu kirjallinen lupa osallistua tutkimukseen.

Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatuksesta yhteyshenkilönä on Anttilantalon päivähoidon päiväkodin johtaja Anne Lehtimäki.

Jenna Valander ja Henna-Riikka Kivinen sitoutuvat noudattamaan voimassaolevia tutkimusaineiston säilyttämiseen ja tietosuojalainsäädäntöön liittyviä ohjeita.

Valmis kirja/raportti tulee toimittaa Hyvinkään kaupungin varhaiskasvatukseen kirjallisessa muodossa nidottuna.


Varhaiskasvatuksen johtaja Hilka Toiviainen

Liitteet tutkimuslupa-anomus
tutkimussuunnitelma
kirjalliset suostumukset

Tiedoksi Jenna Valander
Henna-Riikka Kivinen
Anne Lehtimäki
opela

Liite 2 Lupakysely

Hei lasten vanhemmat!

18.9.2014

Olemme sosionomiopiskelijat Henna-Riikka Kivinen ja Jenna Valander Hyvinkään Laureasta. Olemme olleet päiväkodissanne työharjoittelussa ajalla 4.8–19.9.2014. Teemme tällä hetkellä opinnäytetyötä koskien Hakuhyppely – menetelmän kehittämistä. Tarkoituksenamme on suunnitella päiväkodin tarpeisiin Hakuhyppely – liikuntarastikansio.

Opinnäytetyössämme käsittelemme liikuntakasvatusta, kasvatuskumppanuutta, yhteistoiminnallisuutta sekä lasten osallisuuden tukemista varhaiskasvatuksessa. Tutkimuksemme tarkoituksena on ottaa lapset mukaan Hakuhyppely -liikuntarastien suunnitteluun ja näin ollen tukea lasten osallisuutta päiväkodin liikuntakasvatuksessa. Käytämme tutkimuksessamme erilaisia lasten osallisuutta tukevia menetelmiä kuten kertomista, piirtämistä, rakentamista, sadutusta ja havainnointia. Suunnitteluun otamme mukaan päiväkodin 4-6-vuotiaita lapsia.

Tarvitsemme tutkimusta varten luvan kaikilta tutkimukseen osallistuvien lasten vanhemmilta. **Tutkimuksen tuloksia ei käytetä muissa tarkoituksissa kuin tässä opinnäytetyössä!** Tutkimus suoritetaan loka-marraskuun aikana. Palautathan täytetyn lomakkeen ryhmän kasvattajille viimeistään 29.9.2014.

Syysterveisin:

Henna-Riikka ja Jenna



Leikkaa tästä -----

Lapsi (lapsen nimi): _____

Saa osallistua Hakuhyppely – liikuntarastikansion suunnitteluun ja saatuja tuotoksia/tuloksia saa käyttää kyseessä olevassa opinnäytetyössä sekä Hakuhyppely –liikuntarastikansiossa

Lapseni puhetta saa äänittää havaintojen kirjaamisen helpottamiseksi (ääninauhat hävitetään tutkimuksen jälkeen.)

Lapseni Ei saa osallistua tähän tutkimukseen.

Huoltajan allekirjoitus: _____

Liite 3 Hakuhyppely-liikuntarastikansio

HAKUHYPPELY- LIKUNTARASTIKANSIO



Alkusanat

Tämä Hakuhyppely-liikuntarastikansio kuuluu osaksi opinnäytetyötämme "Unelmien Hakuhyppely" - Lapset osaksi liikuntarastien suunnittelua Anttilantalon päiväkodissa. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kehittää yhdessä yhteistyökumppanimme Anttilantalon päiväkodin kanssa Hakuhyppely-liikuntarastikansio, jonka suunnitteluun päiväkodin lapset pääsivät mukaan. Opinnäytetyömme oli osa Hyvinkään Laureassa suoritettavia sosionomiopin- toja ja se toteutettiin aikavälillä maaliskuu 2014 - joulukuu 2014.

Hakuhyppelyä järjestetään tällä hetkellä Anttilantalon päiväkodin pihalla joka kuukauden viimeisenä keskiviikkona klo 15-16.45 lasten hakutilanteessa. Hakuhyppelyssä lapsi ja hänen vanhempansa kiertävät yhdessä kolme liikuntarastia ennen kotiinlähtöä. Suunnittelemamme liikuntarastikansio sisältää 36 kaksipuoleista päällystettyä liikuntarastia. Liikuntarastikansion rasteista 12 on suunniteltu lasten ajatusten ja ideoiden pohjalta. Opinnäytetyömme tutkimusosuus oli tyypiltään lapsinäkökulmainen tutkimus, jonka päämääränä oli Hakuhyppely -menetelmän kehittäminen lasten osallisuus huomioiden. Tutkimuksessamme käytimme apuna erilaisia lapsen osallisuutta tukevia menetelmiä kuten sadutusta, maalaamista ja kertomista, rakentamista sekä lapsen toiminnan havainnointia. Menetelmien avulla saimme lapsilta ideoita ja ajatuksia siitä, millainen olisi heidän "Unelmiensa Hakuhyppely". Kehittämistyömme tutkimukseen osallistuivat Anttilantalon päiväkodin kahden ryhmän 4-6-vuotiaat lapset.

Hakuhyppely-liikuntarastikansio on suunniteltu Anttilantalon päiväkodin varhaiskasvattajien käyttöön ja sen tarkoituksena on helpottaa Hakuhyppelyn järjestämistä sekä näin edistää Hakuhyppelyn jatkuvuutta.

Kiitos mutkattomasta yhteistyöstä ja iloisia Hakuhyppely-hetkiä!

Ystävällisin terveisin:

Henna-Riikka Kivinen ja Jenna Valander

HAKUHYPPELY

Talviliikunta ja lumi
Tammikuu



1. Auraajan apulaiset

Kantakaa lunta liukurilla saaviin. Saatteko
saavin täyteen?

Välineet:

- Liukureita
- Iso ämpäri

Toteutus:

- Aseta ämpäri ja liukurit sopivaan paikkaan päiväkodin pihalle.

HAKUHYPPELY

Talviliikunta ja lumi
Tammikuu



2. Liukurimäki

Laskekaa liukurilla mäkeä. Kuka pääsee
pisimmälle?

Välineet:

- Liukureita

HAKUHYPPELY

Talviliikunta ja lumi
Tammikuu

Lasten
valinta!



3. Liukuripallo

Heittäkää häntäpalloilla liukureihin ja katsokaa montako osumaa saatte. Yrittäkää osua kaikkiin liukureihin.

Välineet:

- Häntäpalloja
- Liukureita x 6
- Narua

Toteutus:

- Kiinnitä liukurit roikkumaan puuhun tai muuhun sopivaan paikkaan päiväkodin pihassa. Kiinnitä liukurit roikkumaan eri korkeuksille. Aseta häntäpallot liukureiden lähetyville.

HAKUHYPPELY

Kieriä, ryömiä
Helmikuu



1. Limbo

Limbotkaa vuorotellen siten, että toinen pitää narun päästä kiinni ja toinen limboaa. Tyyli on vapaa, mutta kämmenet eivät saa osua maahan. Laskekaa narua vähitellen.

Välineet:

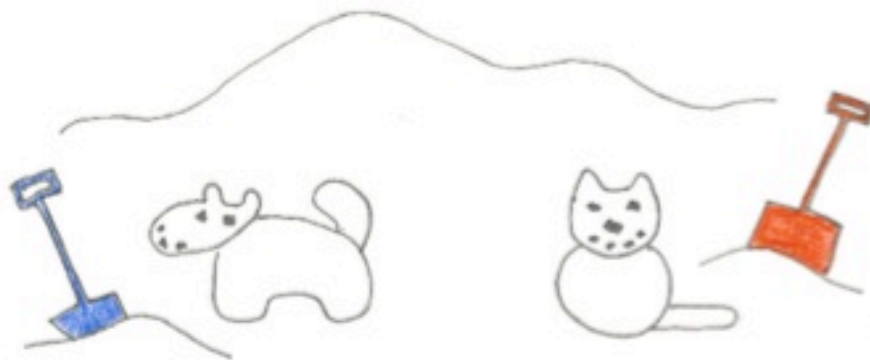
- Hyppynaru x 2

Toteutus:

- Sido molemmat hyppynarut toisesta päästä kiinni eri tolppiin, jotta saat kaksi limbopaikkaa.

HAKUHYPPELY

Kontata, kierittää
Helmikuu



2. Lumieläimet

Rakentakaa yhdessä lumiveistos, jonka aiheena on eläin! Veistos saa olla pieni tai suuri.

Välineet:

- Lumilapioita

Toteutus:

- Etsi päiväkodin pihalta sopiva alue, johon kaikki lumieläimet tehdään.

HAKUHYPPELY

Kontata, ryömiä, kääntyä
Helmikuu

Lasten
valinta!



3. Labyrintti

Ottakaa narusta kiinni toisella kädellä siten, että lapsi on edessä ja aikuinen takana. Kulkekaa labyrintti narusta kiinni pitäen. Haastetta saa asettamalla pipon silmille!

Välineet:

- Pitkä köysi tai naruja

Toteutus:

- Sido köysi kiinni tolppaan ja tee siitä pujotteleva rata. Laita köysi mutkittelemaan ylhäällä ja alhaalla. Käytä apunasi esimerkiksi kiipeilytelinettä aita ja puita. Sido lopuksi köyden toinen pää kiinni jonnekin.

HAKUHYPPELY

Lyödä, törmätä, pukata, harhauttaa
Maaliskuu



1. Maalitykit

Lähtekää vuorotellen hyökkäämään ja laukokaa mailalla palloa maaliin, toinen toimii puolustajana. Toistakaa kymmenen kertaa. Kumpi saa enemmän maaleja?

Välineet:

- Sähly- tai jääkiekkomaila
- Paljon tennis- tai sählypalloja
- Maali (tai merkkikartiot maaliksi)
- Naru lähtöviivaksi

Toteutus:

- Vie maali sopivalle paikalle asfalttialueelle. Merkitse lähtöviiva narulla noin viiden metrin päähän maalista. Aseta pallot ja mailat viivalle.

HAKUHYPPELY

Harhauttaa
Maaliskuu



2. Harhaanjohtaja

Pelatkaa harhauttajaa. Aikuinen liikkuu esimerkiksi eteen, taakse, sivuille, pyörien tai hyppien. Lapsi matkii aikuisen liikkeitä peilikuvana. Vaihtakaa rooleja!

Toteutus:

- Etsi päiväkodin pihasta sopiva paikka tämän rastin toteuttamiselle.

HAKUHYPPELY

Lyödä
Maaliskuu

Lasten
valinta!



3. Sanomalehtipesis

Lapsi lyö sanomalehtimailalla häntäpalloa.

Aikuinen pitää narunpäässä olevasta häntäpallosta kiinni ja lapsi yrittää osua siihen. Aikuinen voi myös yrittää syöttää häntäpallon ilmaan ja lapsi yrittää osua.

Välineet:

- Rullattuja sanomalehtiä mailoiksi x 3
- Häntäpallo x 3
- Narua x 3

Toteutus:

- Sido narut kiinni häntäpalloihin. Etsi päiväkodin pihasta tilava paikka tämän rastin toteuttamiselle. Aseta paikalle häntäpallot sekä sanomalehdistä tehdyt mailat.

HAKUHYPPELY

Juosta, pysähtyä vauhdista
Huhtikuu



1. Pikajuoksijat

Juoskaa lähtöviivalta maaliviivalle niin kovaa
kuin pystytte. Kumpi on ensin maalissa?
Ottakaa monta starttia!

Välineet:

- Merkkikartiot x 4

Toteutus:

- Aseta merkkikartiot lähdeksi ja maaliksi päiväkodin pihalle asfalttialueelle (noin 10 metriä)

HAKUHYPPELY

Pysähtyä alastulossa
Huhtikuu



2. Konkkaavat kengurut

Hyppikää tasajalkaa narun yli puolelta toiselle. Kokeilkaa myös yhdellä jalalla ja takaperin!

Välineet:

- Pitkä naru

Toteutus:

- Sido naru molemmista päistä kiinni tolppiin, pylväisiin tai puihin. Narun korkeus noin 20 cm maasta. Voi myös tehdä kahdesta narusta, jotta toisesta saa matalamman ja toisesta korkeamman.

HAKUHYPPELY

Potkaista
Huhtikuu

Lasten
valinta!



3. "Sinnetänne" -pallo

Sitokaa "sinnetänne" –pallot nilkkaanne.
Potkaiskaa palloa toisella jalalla ja yrittäkää
saada keilat kumoon!

Välineet:

- Pallo, johon on kiinnitetty kuminauha (toisessa päässä lenkki, josta jalan saa läpi)
- Metallilieriöitä keiloiksi x 15

Toteutus:

- Etsi hiekka-alueelta sopiva paikka tämän pisteen toteuttamiselle. Aseta metallilieriöt keiloiksi.

HAKUHYPPELY

Heittää
Toukokuu



1. Vannepetankki

Yrittäkää heittää hernepussit mahdollisimmat lähelle vannetta. Kuinka lähelle saatte?

Välineet:

- Hernepusseja x 5
- Vanne

Toteutus:

- Aseta vanne sopivalle paikalle asfalttialueelle. Sijoita hernepussit noin kolmen metrin päähän vanteesta.

HAKUHYPPELY

Hypätä, potkaista, ottaa kiinni
Toukokuu



2. Maalipotku

Aikuiset kävelevät ja hyppivät X-asennossa alueen sisällä. Lapsi yrittää saada pallon potkaistua maaliin, aikuisen jalkojen välistä.

Vaihtakaa rooleja!

Välineet:

- Isoja palloja
- Merkkikartiot

Toteutus:

- Etsi päiväkodin asfalttialueelta sopiva paikka tämän rastin toteuttamiseen. Rajaa alue merkkikartioilla.

HAKUHYPPELY

Hypätä, laskeutua
Toukokuu

Lasten
valinta!



3. Hyppivät hevoset

Lapsi laukkaa hevosena radan läpi esteitä hyppien. Aikuinen pitää ohjaksista kiinni ja mukailee hevosen liikkeitä. Vaihtakaa rooleja!

Välineet:

- Mehukanisterit x 8
- Rullattuja sanomalehtiä x 4
- Metallilieriö x 4
- Sählymaila x 2
- Hyppynaruja ohjaksi
- Merkkikartio x 2 (lähtö ja maali)

Toteutus:

- Aseta rullatut sanomalehdet kahden kanisterin kahvojen välistä. Tee samanlaisia esteitä 4 kappaletta. Aseta sählymaila kahden metallilieriön väliin ja tee näin kaksi estettä. Tee esteistä mutkitteleva rata hiekka-alueelle päiväkodin pihalle. Aseta lähtö- ja maalikartiot paikoilleen.

HAKUHYPPELY

Pompottaa, heilua, potkaista
Kesäkuu



1. Veskarit

Aikuinen potkaisee pallon lapselle ja lapsi yrittää pysäyttää pallon eri kehonosilla (kädellä, jalalla ja pepulla). Vaihtakaa rooleja!

Välineet:

- Isoja palloja

Toteutus:

- Etsi asfalttialueelta sopiva tila tämän rastin toteuttamiselle.

HAKUHYPPELY

Hypellä
Kesäkuu



2. Hyppivät heinäsirkat

Aikuinen pitää hyppynarun päästä kiinni ja lapsi hyppää vauhdista narun yli. Nostakaa narua joka kerralla hieman korkeammalle.

Jos et pääse yli, mene ali!

Välineet:

- Pitkä naru
- Merkkikartio

Toteutus:

- Etsi nurmikkoalueelta sopiva paikka tämän pisteen toteuttamiselle. Sido narun toinen pää kiinni esimerkiksi puuhun. Aseta merkkikartio muutaman metrin päähän narusta vauhdinottoaikan merkiksi.

HAKUHYPPELY

Hypellä, heilua, pompottaa
Kesäkuu

Lasten
valinta!



3. Koripalloilijat

Yrittäkää saada koreja vuorotellen.
Kokeilkaa kuljettamista pomputtaen ja
koittakaa saada pallo koriin samalla
hypäten!

Välineet:

- Koripallo x 2

Toteutus:

- Aseta koripallot koripallotelineen läheisyyteen.

HAKUHYPPELY

Piha- ja perinneleikit
Heinäkuu



1. Peili

Leikkikää peiliä. Aikuinen menee kasvot seinää vasten peiliksi. Lapsi asettuu viivalle vähän matkan päähän. Lapsi yrittää päästä koskettamaan peiliä. Älä liiku silloin, kun peili näkee sinut!

Välineet:

- Naru lähtöviivaksi

Toteutus:

- Etsi päiväkodin pihasta sopiva seinä tämän rastin toteuttamiselle.

HAKUHYPPELY

Piha- ja perinneleikit
Heinäkuu



2. Piilosilla

Menkää vuorollanne piiloon ja laskekaa kymmeneen, toinen toimii etsijänä. Löytyikö hankala piilo?

Toteutus:

- Aseta laskemiseen tarkoitettu paikka sopivalle paikalle päiväkodin pihalle.

HAKUHYPPELY

Piha- ja perinneleikit
Heinäkuu

Lasten
valinta!



3. Hiirenhäntä

Aikuinen pyörittää hyppynarua ja lapsi hyppii narun yli. Pyöritä välillä toiseen suuntaan, kovempaa, hiljempaa ja aaltoillen.

Välineet:

- Hyppynaruja

Toteutus:

- Etsi päiväkodin pihan asfalttialueelta sopiva tila rastin toteuttamiselle.

HAKUHYPPELY

Kehonosat, tutustuminen
Elokuu



1. Tasapainoilevat hernepussit

Tasapainoilkaa merkitty reitti hernepussi
kämmenienne, päidenne sekä vatsojenne
välissä.

Välineet:

- Hernepusseja (sadesäällä pakastepussit)
- Merkkikartio x 2 (lähtö ja maali)

Toteutus:

- Tee noin viiden metrin rata, jossa on lähtö- sekä maalikartiot. Aseta hernepusseja lähtöpaikalle.

HAKUHYPPELY

Kehonosat, tutustuminen
Elokuu



2. Kuvanveistäjät

Muovailkaa parinne keho kortissa näkyvään
asentoon. Vaihtakaa rooleja.

Välineet:

- Viisi kehonasentokorttia.

HAKUHYPPELY

Kehonosat, tutustuminen
Elokuu

Lasten
valinta!



3. Heiluripotkaisu

Aikuinen pitää lasta kiinni kainaloiden alta ja heilauttaa häntä jalkojensa välistä. Samalla lapsi potkaisee palloa ja yrittää saada ämpärit kumoon! Saatteko kaikki ämpärit kumottua?

Välineet:

- Ämpäreitä x 6
- Merkkikartiot osoittamaan heittopaikkaa
x2
- Pehmeä iso pallo

Toteutus:

- Etsi päiväkodin pihasta tasainen alue tämän rastin suorittamiselle. Aseta ämpärit keiloiksi ja merkkikartiot sekä pallo muutaman metrin päähän keiloista.

HAKUHYPPELY

Kantaa, kuljettaa
Syyskuu



1. Lentävät lehdet

Aikuinen lennättää lasta ilmassa eri tavoin.
Esimerkiksi lentokoneena, reppuselässä,
sylissä ja kainalossa. Voitte myös itse
keksiä uusia tapoja!

Toteutus:

- Etsi päiväkodin pihasta sopiva tila tämän pisteen toteuttamiseen.

HAKUHYPPELY

Kiivetä, koukistaa, ojentaa
Syyskuu



2. Vuorikiipeilijät

Nouskaa merkitty mäki erilaisilla tyyleillä.
Tyylejä ovat: karhun tallustus, pupun loikka,
gepardin kiihdytys, hevosen laukka sekä
peruuttava pesukarhu. Tehkää peräkanaa!

Välineet:

- Merkkikartiot x 2 (lähtö ja maali)

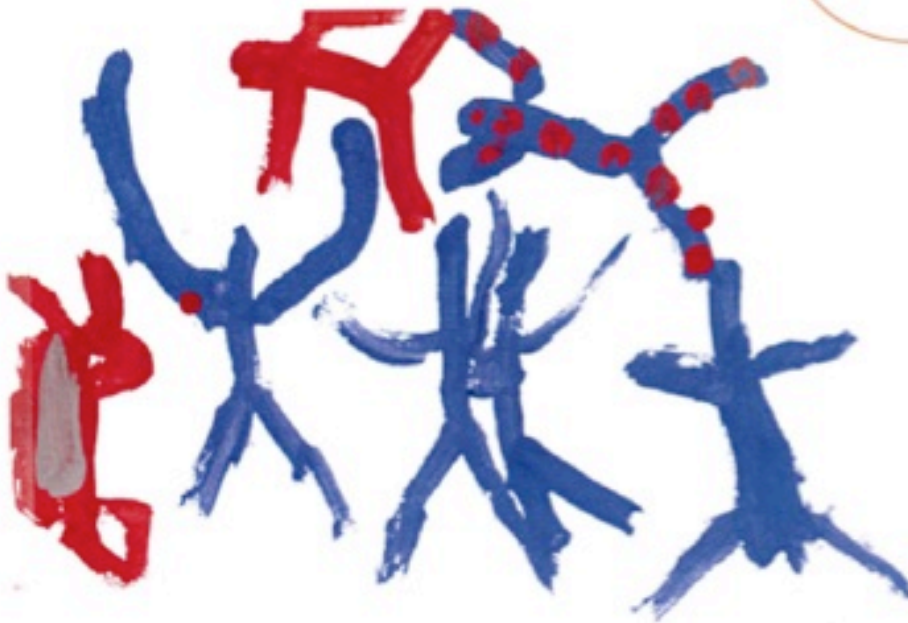
Toteutus:

- Etsi toteutusta varten päiväkodin pihasta sopiva mäki nurmikko-alueelta. Aseta mäelle lähtö- ja maalikartiot.

HAKUHYPPELY

Kuljettaa, koukistaa, ojentaa, kiertää
Syyskuu

Lasten
valinta!



3. Kilpa-ajot

Lapsi tai aikuinen juoksee rekka-autoa työntäen merkittyä rataa pitkin ja toinen yrittää saada rekkakuskin kiinni. Ottakaa monta starttia!

Välineet:

- Rekka-autoja x 5
- Merkkikartioita

Toteutus:

- Rata tehdään asfalttialueelle ja merkkikartioita ripotellaan matkalle "esteiksi". Aseta myös lähtö- ja maalikartiot.

HAKUHYPPELY

Kävellä, lähteä paikalta, pyöriä, pysähtyä vauhdissa
Lokakuu



1. Huojuvat askeleet

Pyörikää kädet sivuille ojennettuina merkityllä paikalla mahdollisimman nopeasti (vauhtia saa antaa). Lähtekää juoksemaan merkittyyn maaliin, kuinka kävi? Vaihtakaa pyörijää!

Välineet:

- Merkkikartiot x 2 (lähtö ja maali)

Toteutus:

- Toteutus aukealla nurmikko-alueella.
Aseta lähtö- ja maalikartiot noin 5 metrin päähän toisistaan.

Välineet:

- Kartta päiväkodin pihasta x 8
- Aistiaarteita x 6 (piilotettuna kannellisiin muovipurkkeihin)
 - Tuoksupurkki esim. Tee
 - Helistin tai kulkunen purkissa
 - Pehmeä kangas tai pumpuli purkissa
 - Värikäs syksyn lehti purkissa
 - Koriste/keräilykiviä purkissa
 - Hienoa hiekkaa, vesiväriä tms. purkissa

Toteutus:

- Vie aarteet paikoilleen ja merkitse ne karttoihin punakynällä. Numeroi aarteet. Ohjeista vanhempia, että aarteita saa katsoa ja koskea, mutta ei saa ottaa mukaan.

HAKUHYPPELY

Kävellä, lähteä paikalta
Lokakuu

Lasten
valinta!



3. Unissakävelijät

Kävelkää käsikkäin merkitty reitti siten, että lapsen silmät ovat sidottuina. Vaihtakaa rooleja, jos uskallatte!

Välineet:

- Merkkikartio x 20
- Huivi tai pipo silmille

Toteutus:

- Aseta merkkikartiot siten, että niistä tulee pujottelurata. Laita rata pujottelemaan erilaisissa maastoissa (hiekalla, nurmella, alamäkeä ja ylämäkeä)

HAKUHYPPELY

Talvileikit
Marraskuu



1. Keilat kallelleen

Koittakaa saada keilat kumoon mahdollisimman vähillä heitoilla. Vaihtakaa keilaajaa ja koittakaa useamman kerran.

Välineet:

- Pallo x 2 (korissa)
- Keiloja (hiekalla tms. täytetyt maitopurkit)
- Merkkikartio x 2 (heittopaikan merkiksi)

Toteutus:

- Etsi asfalttialueelta sopiva, tasainen paikka keilaamiseen. Aseta keilat paikoilleen ja pallot koriin heittopaikan viereen.

HAKUHYPPELY

Talvileikit
Marraskuu



2. Hauskat posteljoonit

Asettakaa sanomalehtiarkki vatsaa vasten ja juoskaa kehää pitkin. Kokeilkaa juosta kädet ylhäällä. Mitä lujempi vauhti, sitä paremmin arkki pysyy vatsalla!

Välineet:

- Sanomalehden sivuja
- Merkkikartioita

Toteutus:

- Aseta merkkikartiot siten, että ne muodostavat ison ympyrän/kehän. Aseta sanomalehtiarkit tehtäväpaikan läheisyyteen.

HAKUHYPPELY

Talvileikit
Marraskuu

Lasten
valinta!



3. Lumisähläys

Pelatkaa sählyä toisianne vastaan. Yrittäkää tehdä maali seinään. Kun toinen osuu seinään, on toisen vuoro hyökätä. Kolmesta maalista poikki, kumpi on lumisähly mestari?

Välineet:

- Sählymailoja
- Sählypalloja

Toteutus:

- Aseta sählymailat ja -pallot peliseinän lähetyville.

HAKUHYPPELY

Joulupuuhia
Joulukuu



1. Rekiretki

Aikuinen vetää lasta pulkassa/lakanassa.
Viettäköö mutkikas rekiretki!

Välineet:

- Pulkkia/lakanoita

Toteutus:

- Aseta pulkkia päiväkodin pihalle. Aikuiset saavat vetää lasta pulkassa koko päiväkodin pihan alueella.

HAKUHYPPELY

Joulupuhia
Joulukuu



2. Joulupallojuoksu

Kuljettakaa kaikki joulupallot ämpäriin lapion avulla. Pysykö pallo kyydissä myös juostessa?

Välineet:

- Joulupalloja x 15
- Lappioita
- Ämpäri
- Merkkikartioita x 2 (lähtö ja maali)

Toteutus:

- Aseta lähtö- ja maalikartiot noin viiden metrin päähän toisistaan. Aseta ämpäri maalipaikalle ja joulupallot sekä lappiot lähtöpaikalle.

HAKUHYPPELY

Joulupuuhia
Joulukuu

Lasten
valinta!



3. Pikkutonttujen maja

Jotta voitte vierailla pikkutonttujen majassa, teidän täytyy ensiksi suorittaa tonttujumppa.

Nostakaa yksi tonttujumppatehtävä, suorittakaa se ja pääsette katsomaan mitä tonttumajasta löytyy!

Välineet:

- Isoja pressuja/kankaita
- Pipareita ja lämmintä mehua
- Joulumusiikkia (jos mahdollista)
- Tonttujumppatehtäviä paperilapuilla
 - Hyppikää kymmenen haarahyppyä
 - Hyppikää kymmenen kyykkyhyppyä
 - Juoskaa keinujen ympäri
 - Hyppikää toisianne käsistä kiinni pitäen kymmenen hyppyä

Toteutus:

- Peittäkää kiipeilyteline pressuilla niin, että siitä tulee maja. Viekää majaan pipareita ja lämmintä mehua. Asettakaa tonttujumppaohjeet majan oviaukolle.