

Salla Hyytiäinen

**3–5-VUOTIAIDEN LASTEN
OSALLISUUS KOUVOLALAISTEN
PÄIVÄKOTIEN
LIIKUNTAKASVATUKSESSA**

Opinnäytetyö
Sosionomi

2019



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tekijä	Tutkinto	Aika
Salla Hyytiäinen	Sosionomi (AMK)	Toukokuu 2019
Opinnäytetyön nimi		60 sivua
3–5-vuotiaiden lasten osallisuus kouvolaisten päiväkotien liikuntakasvatuksessa		6 liitesivua
Toimeksiantaja		
Kouvolan kaupunki		
Ohjaaja		
Lehtori Johanna Jussila		
Tiivistelmä		
<p>Opinnäytetyön lähtökohtina toimivat sekä lasten osallisuuden että lasten liikkumisen merkityksen korostuminen tämän päivän varhaiskasvatuksessa. Vuoden 2016 varhaiskasvatussuunnitelman perusteet nosti lasten osallisuuden merkitystä varhaiskasvatuksessa. Siksi tutkimusaiheeksi valikoitui 3–5-vuotiaiden lasten osallisuus varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa. Tavoitteena oli tuottaa tietoa lasten osallisuudesta varhaiskasvatuksen eri liikumistilanteissa sekä selvittää mahdollisuuksia osallisuuden lisäämiseksi liikumistilanteissa.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Tutkimusaineisto kerättiin kahdessa Kouvolan kaupungin varhaiskasvatusyksikössä, yhdessä ryhmässä per yksikkö. Aineistonkeruumenetelminä käytettiin arjen havainnointia sekä ryhmän lasten ja aikuisten teemahaastatteluja. Keskeiset teemat aineistonkeruussa olivat osallisuus sisällä liikkumisessa, osallisuus ulkona liikkumisessa ja osallisuus liikunnan suunnittelussa ja arvioinnissa. Haastatteluaineisto litteroitiin ja aineiston analyysissä käytettiin teemoittelua.</p> <p>Tutkimustuloksista keskeisimpinä esiin nousivat aikuisen merkitys lasten osallisuudelle niin mahdollistavasta kuin rajoittavastakin näkökulmasta, liikuntavälineistön saatavuus yksiköissä ja sen vaikutus osallisuuteen, sekä lasten vähäinen tietoisuus omista mahdollisuuksistaan vaikuttaa. Aikuiset olivat tietoisia lasten osallisuuden merkityksestä ja kohtasivat lapsia arvostavasti ja kuunnellen, mutta toimintatavat vaihtelivat aikuisen ja tilanteen mukaan. Kehityskohtia osallisuuden lisäämiseksi todettiin olevan useita, mm. välineistön sijoittelu, aikuisten yhtenevään toimintamalliin pyrkiminen sekä erityisesti lasten tietoisuuden lisääminen omasta osallisuudestaan. Tutkimus tuotti uutta tietoa osallisuudesta erityisesti liikkumiseen liittyen ja korosti sitä, että lasten osallisuuden kanssa tehtävä työ ei ole vielä valmista.</p>		
Asiasanat		
varhaiskasvatus, osallisuus, liikuntakasvatus, lapsi		

Author	Degree	Time
Salla Hyytiäinen	Bachelor of Social Services	May 2019
Thesis title Participation of 3–5-year old children in physical education in kindergartens of Kouvola		60 pages 6 pages of appendices
Commissioned by City of Kouvola		
Supervisor Johanna Jussila, full-time teacher		
<p data-bbox="164 797 300 831">Abstract</p> <p data-bbox="164 869 1469 1122">The starting point for the thesis was the increasing relevance of both children’s participation and physical activity in early childhood education. The Basics of Early Childhood Education Plan of 2016 highlight the importance of children’s participation. The subject of research was the participation of 3–5-year old children in physical education in early childhood education. The objective of research was to produce information about children’s participation in different situations that include physical activity and explore ways to increase participation.</p> <p data-bbox="164 1167 1461 1267">The thesis was carried out as a qualitative research. The research data was collected in two different early childhood education units, in one group per unit by observing and theme interviews of both adults and children.</p> <p data-bbox="164 1312 1461 1413">The primary themes of data collection were participation in the indoor activities, participation in the outdoor activities and participation in planning and assessment of physical activities. The interview data were transcribed, and theming was used as an analysis method.</p> <p data-bbox="164 1458 1453 1742">The results of the research highlighted the relevance of actions of adults, the availability of physical education equipment and children’s limited knowledge about their possibilities to influence. Adults were aware of the importance of participation, and they confronted children with respect and listened to them, but procedures varied widely. Ways of for development were found, including the position of equipment, consistent course of action of adults and especially increasing children’s knowledge about their own participation. The research produced new information about children’s participation and highlighted the idea that work with children’s participation is not complete yet.</p>		
<p data-bbox="164 1821 320 1854">Keywords</p> <p data-bbox="164 1899 1086 1930">early childhood education, participation, physical education, child</p>		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	7
2	AIEMPAA TUTKIMUSTIETOA	8
3	OSALLISUUS VARHAISKASVATUKSESSA	10
3.1	Osallisuus lainsäädännössä ja virallisissa asiakirjoissa.....	10
3.2	Teoreettisia näkökulmia osallisuuteen	11
3.3	Lapsen osallisuuden tukeminen.....	14
3.4	Osallisuuden mahdollisuudet ja haasteet	15
4	LIIKUNTAKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA.....	16
4.1	Lapsen oikeudet ja liikunta	17
4.2	Liikuntakasvatuksen kokonaisuus ja fyysisen aktiivisuuden suositukset	18
4.3	Liikkuva lapsuus ja sen hyödyt	19
4.4	3–5-vuotiaiden lasten liikkuminen ja kehitys	21
4.5	Liikkumisen mahdollistaminen varhaiskasvatuksessa	23
4.6	Osallisuuden merkitys lasten liikkumisessa	25
5	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	26
5.1	Tarkoitus ja tutkimuskysymykset	26
5.2	Tutkimusmenetelmät	27
5.2.1	Aineiston keruu	28
5.2.2	Aineiston analyysi	31
5.3	Luotettavuus ja tutkimuksen eettiset kysymykset	32
5.3.1	Tutkimuksen luotettavuus	32
5.3.2	Eettiset kysymykset tutkimuksessa.....	34
6	TUTKIMUSTULOKSET	35
6.1	Lasten liikkuminen eri tilanteissa ja mahdollisuus vaikuttaa siihen	36
6.1.1	Omaehtoinen toiminta.....	36
6.1.2	Ohjattu toiminta.....	38
6.1.3	Siirtymä- ja odottelutilanteet.....	40

6.2	Lasten mahdollisuudet liikkumistoiminnan suunnittelussa ja arvioinnissa	41
6.3	Fyysinen toimintaympäristö ja välineistö.....	43
6.4	Aikuisen toiminta ja merkitys	47
7	JOHTOPÄÄTÖKSET	50
7.1	Lasten osallisuuden näkyminen liikuntakasvatuksessa päiväkodin arjessa.....	50
7.2	Lasten osallisuutta tukevat tekijät varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa	52
7.3	Lasten osallisuutta rajoittavat tekijät varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa	52
7.4	Lasten osallisuuden lisääminen varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa	54
7.5	Tutkijan omat kehitysehdotukset.....	56
8	POHDINTA	56
	LÄHTEET	59
	LIITTEET	

Liite 1. Lupalomake vanhemmille

Liite 2. Havainnointipohja

Liite 3. Aikuisten teemahaastattelurunko

Liite 4. Lasten teemahaastattelurunko

1 JOHDANTO

Varhaiskasvatus on ollut tarkastelun alla viime vuosina, niin lainsäädännön kuin arvomaailman ja käytännön toteutuksenkin osalta. Lasten ja vanhempien osallisuuteen on kiinnitetty viime vuosina runsaasti huomiota varhaiskasvatuksessa. Vuoden 2016 varhaiskasvatussuunnitelman perusteet huomioi osallisuuden mm. varhaiskasvatuksen arvoperustassa osana lapsen oikeuksia. Lapsella on oikeus ilmaista itseään, mielipiteitään ja ajatuksiaan sekä tulla ymmärretyksi niillä ilmaisun keinoilla, joita hänellä on (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 19). Osallisuus määritetään lasten oikeudeksi jo YK:n lapsen oikeuksien sopimuksessa (1989). Osallisuus eri tasoilla on ollut tutkimustyön kohteena jo pitkään, mutta paljon on vielä tekemättä ja tutkimatta.

Syy, miksi opinnäytetyön aiheeksi päätyi osallisuus nimenomaan liikuntakasvatuksessa, oli tekijän henkilökohtainen kiinnostus molempiin osa-alueisiin, mutta myös se, että lasten liikkuminen ja liikunta on ollut ajankohtainen aihe jo pidemmän aikaa. Suomalaisten lasten ja perheiden elinympäristö on muuttunut suuresti viimeisen vuosikymmenen aikana. Tämä on johtanut muutoksiin perheiden ajankäytössä ja elintavoissa, erityisesti päivittäisen fyysisen aktiivisuuden määrässä ja laadussa (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 5). Finnen (2017, 9) mukaan lasten eriarvoistuminen liikkujiin ja liikkumattomiin on nähtävissä kasvavana ilmiönä. Yhteiskunnan muuttuminen vaikuttaa myös lasten liikkumiseen. Yhteiskunnan muutoksen ja teknologistumisen myötä on syntynyt yhteiskunta, jossa ei ole enää pakko olla fyysisesti aktiivinen (Finne 2017, mts. 10). Finne (2017, 10) toteaa myös, että lasten tulevaisuuden kannalta onkin mietittävä, millä tavalla liikunnan ja terveempien elämäntapojen opastuksella pystytään vahvistamaan lasten tulevaa parempaa elämää.

Koska osallisuutta ja liikunnan näkökulmaa yhdistävää tutkimustietoa ei juuri-kaan ole, vaikka molempia onkin tutkittu erikseen, opinnäytetyön aihe on ajankohtainen ja tuottaa uudenlaista tietoa. Tutkimuksen tavoitteena onkin tuottaa uutta tietoa lasten osallisuudesta varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa. Tarkoituksena on tutkia lasten osallisuuden laatua liikkumisessa Kouvolan

varhaiskasvatuksen yksiköissä ja selvittää, miten sitä voitaisiin yksiköissä lisätä. Lähtökohtana on ajatus siitä, että lapsi liikkuu mielellään, kun liikuntatavat ja -muodot ovat hänelle itselleen mielekkäitä.

Tutkimuksen taustaksi on selvitetty viime vuosien aiempia aiheeseen liittyviä tutkimuksia, sekä avattu ja käsitelty tutkimuksen kannalta keskeisimmät käsitteet. Nämä ovat *osallisuus* ja *liikuntakasvatus*, jotka molemmat käsitellään nimenomaan lasten ja varhaiskasvatuksen näkökulmasta. Liikuntakasvatus nähdään tässä tutkimuksessa monimuotoisena liikkumisena eri tilanteissa. Samalla avataan myös keskeisimmät teoreettiset mallit osallisuuden toteutumisen kannalta.

Teorian ja keskeisten käsitteiden käsittelyn jälkeen kuvataan tutkimus- ja aineistonkeruumenetelmät sekä niiden toteutuminen tutkimuksessa. Tutkimus toteutettiin kevään 2019 aikana laadullisena tutkimuksena ja aineisto kerättiin haastattelujen ja havainnoinnin keinoin. Tutkimus tehtiin Kouvolan kaupungin varhaiskasvatukselle, sillä kaupunki koki tutkimuksen aiheen ajankohtaiseksi ja itselleen tärkeäksi toiminnan kehittämisen ja uuden tiedon saamisen kannalta. Tutkimusaineisto kerättiin kahdessa Kouvolan kunnallisessa päiväkodissa, ja kohdeikäryhmä oli 3–5-vuotiaat. Ikäryhmään päädyttiin, koska aiemmissä tutkimuksissa kohteena on ollut selvästi vanhempia (5–6-vuotiaita) lapsia, joten hieman nuorempien tutkiminen voi tuottaa uudenlaista tietoa.

2 AIEMPAA TUTKIMUSTIETOA

Osallisuuden toteutumisesta nimenomaan varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa ei juurikaan ole vielä tutkimustietoa. Tämän voi ajatella johtuvan siitä, että osallisuuden merkitys on vasta viime vuosina kunnolla tiedostettu. Kuitenkin osallisuudesta varhaiskasvatuksessa on olemassa jo jonkin verran tutkittua tietoa. Alle kouluikäisten lasten osallisuutta on tutkittu kansainvälisesti esimerkiksi oppimisen, leikin ja aikuisen ja lapsen vuorovaikutuksen näkökulmasta (Venninen, Leinonen & Ojala 2010).

Venninen, Leinonen ja Ojala (2010) ovat toteuttaneet pääkaupunkiseudun päiväkodeissa tutkimuksen työntekijöiden kokemuksista, jotka liittyivät lasten

osallisuuteen ja sen mahdollistamiseen. Tutkimus toteutettiin kyselynä päiväkotien henkilöstölle. Lasten osallisuuden ilmeneminen voitiin tiivistää kahdeksaan vastaajien esille nostamaan kohtaan: oikeuteen iloita itsestään, saada tarpeet tyydytetyksi, oppimiseen aikuisen turvassa, vaikuttamiskokemuksiin, omatoimisuuden harjoitteluun, vastuuseen kasvamiseen, maailman yhteiseen tulkitsemiseen ja oikeuteen olla sellaisten aikuisten kasvatettavana, jotka kunnioittavat ja kuuntelevat häntä ja kiinnostuvat lapsen maailmasta yhä uudelleen (Venninen ym. 2010, 64).

Hyvin samaa aihealuetta tutki Salla Ahlholm (2014) pro gradussaan. Laadullisen tutkimuksen keskiössä oli tarkastella lasten osallisuutta kasvattajien puheen kautta ja selvittää, miten kasvattajan voivat omalla toiminnallaan mahdollistaa lapsen osallisuuden toteutumista. Tutkimustulosten mukaan lasten osallisuuden toteutumisen lähtökohtana on toimiva työyhteisö, jossa kasvattajat ovat samansuuntaisesti ajattelevia ja omaavat yhtenevän arvomaailman (Ahlholm 2014, mts. 68). Ahlholmin mukaan tulosten perusteella voidaan todeta, että työyhteisö ja kasvattajien toiminta muodostavat peruspilarit lapsen osallisuuden mahdollistamiselle. Ahlholm esittää myös jatkotutkimusideaksi osallisuuden tutkimista havainnoinnin keinoin päiväkodeissa.

Toinen aihetta tutkiva pro gradu on Kettusen ja Ouninkorven vuoden 2017 laadullinen tutkimus osallisuuden toteutumisesta esiopetuksessa. Tutkimuksen keskiössä oli lasten näkökulman tavoittaminen aiheesta. Kettusen ja Ouninkorven mukaan päätuloksina esille tuli se, että esiopetuksen aikuiset kuulevat ja auttavat lapsia, ja se, että lasten mielipiteillä ja ehdotuksilla on vaikutusta toimintaan silloin, kun niitä kysytään. Keskeinen huomio oli, että vaikka lapset pystyvät mielipiteillään vaikuttamaan toimintaan, he eivät itse ole tietoisia mahdollisuuksistaan vaikuttaa. Lapset tulisi tehdä tietoisemmiksi omasta vaikuttamisestaan ja vaikutusmahdollisuuksistaan siihen toimintaan, johon osallistuvat (Kettunen & Ouninkorpi 2017, 72). Myös Kettunen ja Ouninkorpi näkivät osallisuuden merkittävänä tutkimus- ja kehittämistyön kohteena tulevaisuudessa.

3 OSALLISUUS VARHAISKASVATUKSESSA

Osallisuus nähdään käsitteenä hyvin moniulotteisena, ja sitä onkin pyritty määrittelemään konkreettisesti useissa virallisissa dokumenteissa. Uudistunut varhaiskasvatuksen lainsäädäntö ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteet korostavat osallisuutta. Yli neljä vuosikymmentä voimassa olleen päivähoitolain muuttuminen lainmuutoksella (laki 580/2015) varhaiskasvatuslaiksi toi myös mukanaan merkittäviä lisäyksiä, jotka koskevat lapsen toimijuutta ja osallisuutta (Turja 2017, 41).

3.1 Osallisuus lainsäädännössä ja virallisissa asiakirjoissa

Varhaiskasvatuslaissa (540/2018 20§) osallisuutta kuvataan niin, että lapsen mielipide ja toivomukset on selvitettävä ja otettava huomioon varhaiskasvatuksen suunnittelussa, toteutuksessa sekä arvioinnissa, lapsen ikätaso ja kehitys huomioiden. Varhaiskasvatuslain (540/2018 20§) mukaan lapselle ja vanhemmille on järjestettävä säännöllisesti mahdollisuus vaikuttaa ja osallistua varhaiskasvatuksen suunnitteluun ja arviointiin.

Osallisuus on otettu huomioon myös YK:n lapsen oikeuksien sopimuksessa. YK:n Lapsen oikeuksien yleissopimuksessa vuodelta 1989 määritellään osallisuus yhdeksi kolmesta oikeuksien ryhmästä, johon lapsella on oikeus ja jota aikuisella on siis velvollisuus suojella. Nämä ryhmät ovat oikeus suojaan ja turvaan (protection), oikeus saada tasa-arvoinen osa yhteiskunnan voimavaroista (provision) sekä oikeus ilmaista itseään ja olla osallinen itseä koskevassa päätöksenteossa (participation). Osallisuus mainitaan kaikkiaan kuudessa eri artiklassa yleissopimuksessa. Oikeudet osallisuuteen käsittelevät lapsen identiteetin kehittymistä, autonomiaa, valinnan vapautta ja osallistumista itseään koskevaan päätöksentekoon. (Venninen ym. 2010, 5.) YK:n lapsen oikeuksien sopimus toimii pohjana mm. lainsäädännössä ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa.

Aktiivinen ja vastuullinen osallistuminen sekä vaikuttaminen luovat perustan demokraattiselle ja kestäväälle tulevaisuudelle. Tämä edellyttää yksilöltä taitoa ja halua osallistua yhteisön toimintaan sekä luottamusta omiin vaikutusmahdollisuuksiinsa. Lasten oikeuksiin kuuluvat kuulluksi tuleminen ja osallisuus omaan elämään vaikuttavissa asioissa. Varhaiskasvatuksen tehtävä on tukea

lasten kehittyviä osallistumisen ja vaikuttamisen taitoja sekä kannustaa oma-aloitteisuuteen. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 24.)

3.2 Teoreettisia näkökulmia osallisuuteen

Osallisuus varhaiskasvatuksen kentällä on ollut viime vuosina enemmän pinnalla kuin luultavasti koskaan aiemmin. Sen syvintä olemusta onkin tutkittu ja tarkasteltu runsaasti. Syvimmässä merkityksessään osallisuudella tarkoitetaan sitä, että ihmiset voivat tulla kuulluiksi ja vaikuttaa heitä koskeviin asioihin osallistumalla yhteisöissään asioiden suunnitteluun ja päätöksentekoon sekä ottamalla vastuuta asioiden toteutuksesta (Turja 2017, 45).

Osallisuus on käsitteenä moniulotteinen ja myös käsite, joka voidaan tilanteen mukaan käsittää eri tavoin. Leena Turjan (2017, 44) mukaan osallisuuden (participation) käsite voikin saada eri merkityksiä sen käyttöyhteyden mukaan. Keskeistä osallisuuden määrittelylle on erottaa se osallistamisesta, sillä osallisuus perustuu vapaaehtoisuuteen ja aitoon dialogiseen, tasavertaiseen suhteeseen ihmisten kesken, kun taas sana ”osallistaminen” kuulostaa lähtökohteisesti melko autoritaariselta: siinä lapsi asemoituu ensisijaisesti kasvattajan toiminnalle alistetuksi kohteeksi eikä vapaasta tahdostaan toimivaksi subjektiksi (Turja 2017, 44).

Englantilainen lapsen osallisuuden asiantuntija Carlyne Willow on määritellyt lapsen osallisuuden koostuvan kolmesta R:stä: kunnioittamisesta (respect), rutiinista (routine) ja raportoinnista (report). Ensimmäinen R tarkoittaa Willow’n mukaan sitä, että lasta tulee kunnioittaa, oli hän minkä ikäinen tahansa. Rutiiinilla tarkoitetaan, että lapsen osallisuuden pitäisi olla osa normaalikäytäntöjä eikä kertatapahtuma tai jotakin erityistä, mitä tehdään vain tekemisen vuoksi. Raportoinnilla puolestaan tarkoitetaan, että lapselle tulisi jälkikäteen tehdä tietäväksi, miten hänen äänensä on kuultu ja mielipiteensä otettu huomioon eli miten lapsi on asiaan vaikuttanut. (Heinonen & Kuikka 2013, 219.)

Leinosen (2014, 19) mukaan osallisuuden määrittely ei ole ongelmaton, sillä se liittyy kaikkeen lasten toimintaan. Osallisuus ei ole yhtä kuin osallistuminen. Osallisuutta voi ajatella olevan myös se, että päättää olla osallistumatta. Osal-

lisuus pitää sisällään myös mahdollisuuden vetäytyä tilanteista, mihin lapsi tarvitsee kykyä, mutta myös lupaa ja sallimista (Leinonen 2014, 19). Lapsen osallisuuden voidaan ajatella olevan viime kädessä lapsen oma kokemus merkityksellisestä tilanteesta tai kohtaamisesta arjessa; niinpä sitä ei voida asettaa ylhäältä tai ajatella, että pelkkä osallistuminen toimintaan loisi osallisuuden kokemuksen (Leinonen 2014, 18). Osallisuus on yhdessä elämiseen liittyvä kokemus, jonka perusta on, että lapsi tulee kohdatuksi, hän kokee olevansa turvassa ja hänen tarpeensa tyydytetään. Tämän lisäksi lapsella tulisi olla mahdollisuuksia vaikuttaa ja osallistua yhteisönsä elämään. (Eskel & Marttila 2013, 78.)

Osallisuutta määritellään usein sitä mahdollistavien tai vahvistavien tekijöiden kautta. Venninen, Leinonen & Ojala (2010, 64) tuottivat tutkimuksessaan seitsemän osatekijän listan, jotka nousivat tutkimuksessa tärkeimmiksi osallisuuden liittyviksi seikoiksi: 1. oikeus iloita itsestä 2. tarpeiden täytyminen 3. oppiminen aikuisen turvassa 4. vaikuttamiskokemukset 5. omatoimisuuden harjoittelu 6. vastuuseen kasvaminen ja 7. maailman yhteinen tulkitseminen. Myös Turja (2017, 49-50) on nimennyt osallisuuden perusedellytyksiä, joita ovat luottamus, kieli ja keinot kommunikoida, tiedonsaanti sekä materiaaliset resurssit. Turjan (2017, 50) mukaan parhaimmat osallisuuden lähtökohdat ovat lapsilla, jotka luottavat itseensä, tuntevat päiväkotinsa ja ryhmänsä tavat, tilat ja mahdollisuudet ja osaavat kommunikoida niin, että muut ymmärtävät heitä.

Eräs tapa hahmottaa lasten osallisuuden toteutumista on arvottaa osallisuuden toteutumista (Leinonen 2014, 21). Osallisuuden rakentumisesta on erilaisia malleja, joissa kuvataan osallisuuden elementtejä ja osallisuuden rakentumista jatkuvana prosessina (Eskel & Marttila 2013, 79). Osallisuutta ovat omilla malleillaan konkretisoineet mm. Roger Hart tikapuumallilla ja Harry Shier osallisuuden polku -mallillaan. Myös mm. Leena Turja on kehittänyt edellisiin nojaten oman mallinsa, joka keskittyy erityisesti varhaiskasvatukseen.

Roger Hart: Osallisuuden tikkaat

Roger Hart loi vuonna 1992 metaforan *osallisuuden tikapuut* kuvaamaan, miten kasvattajat mahdollistavat lasten osallisuuden rakentumisen ja lasten sijoittumisen osallisuuden eri portaille (Eskel & Marttila 2013, 79). Hart (1992, 5) korostaa osallisuutta jokaisen kansalaisen perusoikeutena. Hartin tikapuumalli koostuu 8-portaisista tikkaista, joista viisi ylintä kuvaavat tiettyjä lasten osallisuuden tasoja. Mallin kolmea alinta askelta ei pidetä varsinaisesti osallisuuden kuuluvina, vaan ne kuvaavat lasten ajattelun manipulointia aikuisten haluamaan suuntaan, lasten seremoniallista mukana oloa aikuisten toiminnassa kuten juhlien esiintyjinä sekä heidän muodollista kuulemistaan vailla seurausvaikutuksia. (Turja 2011, 27.)

Eskel ja Marttila ovat laatineet Hartin tikapuumallia mukaillen varhaiskasvatukseen istuvan mallin. Portaat ovat Eskelin ja Marttilan (2013, 80) mukaan alhaalta ylös seuraavat: 1. lapsia ohjataan; 2. lapset ovat toiminnassa kuin koristeena; 3. lapset ovat mukana vain muodon vuoksi; 4. lasten mielipiteitä kuullaan, mutta aikuiset tekevät päätökset; 5. lapsilta kysytään toiminnasta ja heitä kuullaan; 6. lasten kanssa tehdään päätökset, mutta aloitteet tulevat aikuisilta; 7. lapset aloittavat ja ohjaavat toiminnan; 8. lapset ja aikuiset päättävät yhdessä, toiminta on lapsilähtöistä.

Harry Shier: Osallisuuden polku

Harry Shier on lisännyt tikapuumalliin ulottuvuuden, jossa tarkastellaan, miten kasvattajien valmiudet, mahdollisuudet ja velvollisuudet suhteutuvat lasten osallisuuteen (Eskel & Marttila 2013, 81). Shierin malli (2001) koostuu viidestä osallisuuden askelmasta, joista jokaista määrittää kolme aikuisen sitoutumisen astetta (Leinonen 2014, 21). Shier (2001) on nimennyt sitoutumisen asteet näin: openings (avautuminen), opportunities (mahdollistaminen) ja obligations (sitoutuminen). Leinosen (2014, 21) mukaan avautuminen tarkoittaa kasvattajan kykyä vastaanottaa uusi ajatus ja ravistella auki vanhoja toimintakulttuurin rakenteita, mahdollistaminen tarkoittaa, että annetaan mahdollisuus uudelle toimintakulttuurille, ja sitoutuminen tarkoittaa kasvattajan ja koko kasvatusyhteisön sitoutumista muutokseen, jolloin lasten osallisuudesta tulee pedagoginen arvo aikuisille.

Lasten osallisuuden tasot Shierin mukaan ovat seuraavanlaiset: 1. lapsia kuunnellaan; 2. lapsia tuetaan mielipiteiden ilmaisemisessa; 3. lasten näkemykset otetaan huomioon; 4. lapset otetaan mukaan päätöksentekoprosessiin; 5. lasten kanssa jaetaan valtaa ja vastuuta päätöksenteossa. (Eskel & Marttila 2013, 81). Shierin (2001) mukaan malli voi olla hyödyllinen työkalu lasten osallisuutta lisäävän toimintamallin kehittämisessä.

3.3 Lapsen osallisuuden tukeminen

Lasten kanssa työskentelevät aikuiset ovat viimeisiä osallisuuden portinvartioita, joilla on valta päättää, otetaanko lasten näkemykset käytännössä huomioon ja missä laajuudessa (Roos 2016, 15). Ahlholm (2014, 69) toteaa pro graduunsa, että kasvattajien toiminta ja työyhteisö ovat ns. peruspilareita lasten osallisuuden toteutumisessa. Roosin (2017, 24) mukaan lapsen osallisuuden kokemukset ovat keskeisintä osallisuuden toteutumisessa ja ratkaisevaa on, miten aikuinen toimii päivittäisissä kohtaamisissa lapsen kanssa.

Eriyisen tärkeänä aikuisen rooli nähdään silloin, kun lapsi ei itse ole aktiivinen ilmaisemaan mielipiteitään tai kykene siihen kehityksensä tai ikätasonsa takia. Kasvattajien tehtävänä on ottaa huomioon lasten erilaiset lähtökohdat ja pyrkiä sekä tasoittamaan eroja että lisäämään kaikkien lasten perusedellytyksiä osallisuuteen (Turja 2017, 50). Roos (2017, 24) mainitsee myös aikuisen roolin tärkeyden lapsen vertaissuhteissa kokeman osallisuuden tukemisessa, kun lapsi opettelee omien näkemysten esille tuomista ja neuvottelutaitoja.

Kasvattajien vastuulla on ottaa lapset mukaan toiminnan suunnitteluun. Mietittäessä konkreettisesti sitä, mitä lasten kanssa tehdään, suunnittelun ei tarvitse tapahtua irrallaan lapsiryhmästä, sillä osallisuus toteutuu nimenomaan lasten ja aikuisten yhteisenä toiminnan suunnitteluna. Lapsia kuuntelemalla saamme arvokasta tietoa lapsista itsestään ja samalla saamme tietoa, jota voimme hyödyntää osana varhaiskasvatuksen suunnittelua, toteuttamista ja arviointia. (Roos 2016, 91.)

Leena Turja (2017, 55) korostaa kasvattajien vastuuta uuden toimintakulttuurin luomisessa. Käytäntöjen muuttaminen edellyttää aina muutoksia kasvatta-

jien pedagogisen toiminnan syvärakenteissa: kasvattajien tulee pyrkiä ymmärtämään oman toimintansa taustalla vaikuttavia uskomuksia ja perusteita sekä arvioida niitä uuden teoreettisen kasvatustiedon valossa.

Kasvattajat toimivat mahdollistajina ja näkökulmien tuojina. Ihanteita ovat lapsikeskeisyys ja aikuisjohtoisuus, mikä tarkoittaa sitä, että aikuinen kantaa vastuun ja antaa turvalliset puitteet toiminnalle – rakkautta ja rajoja. (Leinonen 2014, 72.) Olemme tottuneita kysymään lasten toiveita ja tarpeita, mutta pelkkä kysyminen ei vie riittävän pitkälle. Aikuisen on oltava aidosti kiinnostunut lapsen ajatuksista, mielipiteistä ja sanomisista. Samoin aikuisen on oltava tietoinen lapsen kerronnan moninaisuudesta ja siitä, että usein lapsen kuuleminen on havainnointia. (Roos ym. 2018, 82.)

3.4 Osallisuuden mahdollisuudet ja haasteet

Osallisuutta painottava varhaiskasvatus mahdollistaa lapselle monien tärkeiden taitojen oppimisen. Yksi osallisuuteen läheisesti liittyvä ominaisuus on aktiivisuus. Aktiivisuus tarkoittaa tässä kykyä ajatella itse, ilmaista mielipiteitä ja olla aloitteellinen. (Roos 2017, 24.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2016, 24) korostetaan osallisuuden merkitystä lapsen oppimisessa. Lasten arvostava kohtaaminen, heidän ajatustensa kuunteleminen ja aloitteisiin vastaaminen vahvistavat lasten osallistumisen ja vaikuttamisen taitoja. Lapset suunnittelevat, toteuttavat ja arvioivat toimintaa yhdessä henkilöstön kanssa. Samalla lapset oppivat vuorovaikutustaitoja sekä yhteisten sääntöjen, sopimusten ja luottamuksen merkitystä. Osallistumisen ja vaikuttamisen kautta lasten käsitys itsestään kehittyy, itseluottamus kasvaa ja yhteisössä tarvittavat sosiaaliset taidot muovautuvat. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 24.) Kun lapset voivat muiden kanssa pohtia kokemuksiaan, näkemyksiään ja arvostuksiaan, ideoida asioita, arvioida niitä neuvotellen sekä osallistua toiminnan toteutukseen, heidän metakognitiiviset taitonsa eli kykynsä ajatella omaa ajatteluaan lisääntyvät, käsitys itsestä selkiytyy, itseluottamus kasvaa ja yhteiselossa tarvittavat taidot kehittyvät (Turja 2017, 53).

Yhdeksi haasteellisimmaksi teemaksi osallisuudessa voidaan nähdä sen ymmärtäminen. Leinonen (2014, 37) mainitsee, että mikäli osallisuus nähdään liian laajasti valtaistumiseksi ja aktiivisen kansalaisen toimimiseksi, ei toimintatapoja voida sellaisinaan siirtää varhaiskasvatukseen. Roos (2017) taas korostaa, ettei osallisuudessa esimerkiksi ole kyse yksittäisten lasten toiveiden perässä juoksemisesta tai paluusta vapaaseen kasvatukseen. Lasten osallisuuden lisääminen edellyttää yhteistä ymmärrystä siitä, mitä osallisuudella tarkoitetaan (Roos 2017, 23). Myös Leinosen (2014, 37) mukaan osallisuuden toteutumisen suurin este on pedagogiikassa osallisuuden liian kapea rajaaminen.

Leinosen (2014, 37) mukaan lasten osallisuuden tukemiselle varhaiskasvatuksen arjessa haasteita asettavat suuret ryhmäkoot ja lasten erilaiset tarpeet ja toiveet ja mainitsee ratkaisuksi tähän haasteeseen pienryhmätoiminnan. Leinonen (2014, 37) nimeää muiksi osallisuuden haasteiksi osallisuuden pitämisen itsestäänselvyytenä tai sen ajattelemisen pelkkänä valinnanvapautena. Jos osallisuudeksi ymmärretään vain lasten vapaus valita vapaan leikin aikainen toimintansa (rajoitetuista) vaihtoehtoista tai oman asian kertominen vuorollaan piirissä, unohtuvat lasten mahdollisuudet luoda ja kehittää uusia ryhmän kulttuuriin liittyviä toimintatapoja eli uusintaa ja luoda sitä kautta oppimisen mahdollisuuksia (Leinonen 2014, 37).

Erilaiset osallistumishankkeet saattavat tarjota enemmän symbolista kuin todellista vaikutusvaltaa. Aikuiset osallistavat lapsia omien tarkoitustensa pohjalta, jolloin aikuisten ja lasten väliset yhteistyösuhteet jäävät perinteisiksi. (Eskel & Marttila 2013, 225.) Tähän voidaan linkittää Willow'n kolmen R:n teoria, eli osallisuutta ei pitäisi "toteuttaa" vain sopivina ajankohtina. Osallisuuden on luonnollisesti lähdettävä lapsen tarpeista (Eskel & Marttila 2013, 225).

4 LIIKUNTAKASVATUS VARHAISKASVATUKSESSA

Liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan syntyminen varhaislapsuudessa on erittäin tärkeää: tutkimusten mukaan jo 3-vuotiaana omaksutulla elämäntavalla on taipumus säilyä (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016). Lapsuusaika onkin kriittistä aikaa liikuntasuhteen syntymisen kannalta. Lapselle joko syntyy myönteinen, neutraali tai kielteinen suhde liikuntaan. (Finne

2017, 10.) Päivittäinen liikunta on lapsen normaalin fyysisen kasvun ja kokonaisvaltaisen kehityksen edellytys (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 32). Lapsen oikeus liikuntakasvatukseen on kirjattu varhaiskasvatukseenlakiin, ja se pohjautuu myös YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen. Varhaiskasvatuksen fyysisen aktiivisuuden suosituksissa (2016, 6) todetaan, että on tutkittua tietoa siitä, että alle kahdeksanvuotiaiden lasten kanssa toimivat aikuiset voivat mahdollistaa lasten oikeuksien toteutumisen tukemalla lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia liikunnan avulla.

4.1 Lapsen oikeudet ja liikunta

Varhaiskasvatukseenlain (580/2018) ja Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2016) mukaan jokaisella lapsella on varhaiskasvatuksessa oikeus suunniteltuun, tavoitteelliseen ja monipuoliseen liikuntakasvatukseen (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 140). Yhdistyneiden kansakuntien (YK) Lapsen oikeuksien yleissopimuksessa on useita sopimuskohtia, jotka muistuttavat meitä aikuisia lasten oikeuksista (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016). Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa kootaan keskeisimmät kohdat Lapsen oikeuksien yleissopimuksen pohjalta, jotka liittyvät lasten oikeuksiin. Keskeisintä Lapsen oikeuksien sopimuksen (1989) mukaan on lapsen etu, joka on ensisijaisesti otettava huomioon kaikissa lapsia koskevissa toiminnoissa. Seuraavassa mainitaan muutamia olennaisia kohtia etenkin suhteessa liikuntaan.

Lapsella on omat yksilölliset tarpeensa, mahdollisuutensa ja toiveensa – aikuisen velvollisuus on tukea lapsen mahdollisuuksia kasvaa ja kehittyä rauhassa ja omaan tahtiinsa lapsen terveys ja hyvinvointi huomioiden. Lapsella on oikeus tulla nähdyksi ja kuulluksi – oikeus koskee sekä yksittäistä lasta että lapsiryhmää. Lasten näkemykset tulee ottaa huomioon mm. leikki- ja harrastusmahdollisuuksien, puistojen ja leikkipaikkojen suunnittelussa. Lapsella on oikeus kaikessa toiminnassa kehittää taitojaan, itsetuntoaan ja itseluottamustaan – aikuisten tulee toimia lapsikeskeisellä ja lasta kunnioittavalla tavalla. Vammaisen lapsen erityistarpeet tulee huomioida ja poistaa oikeuksien toteutumisen tiellä olevat esteet – mm. lapsen yhtäläiset mahdollisuudet harrastaa

liikuntaa tulee turvata ja liikuntamahdollisuudet suunnitella niin, että ne mahdollistavat lapsen osallistumisen ja osallisuuden. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 12.)

4.2 Liikuntakasvatuksen kokonaisuus ja fyysisen aktiivisuuden suositukset

Varhaiskasvattajien tulee suunnitella ja järjestää tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta päivittäin (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 142). Finne (2017, 26) korostaa, että varhaiskasvatusympäristö on keskeisin vaihe juurruttaa lapsille sekä innostus että positiivinen asennoituminen liikuntaan. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on innostaa lapsia liikkumaan monipuolisesti sekä kokemaan liikunnan iloa. Lapsia kannustetaan ulkoiluun ja liikunnallisiin leikkeihin kaikkina vuodenaikoina. Ohjatun liikkumisen lisäksi huolehditaan siitä, että lapsilla on riittävästi mahdollisuuksia päivittäiseen omaehtoiseen liikuntaan sekä sisällä että ulkona. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, 46.)

Varhaisvuosien liikuntakasvatuksen päätavoitteena voidaan pitää sitä, että varhaisvuosien aikana lasta autetaan muodostamaan myönteinen suhde omaan kehoonsa ja samalla tuetaan myönteisen käsityksen muodostumista itsestä liikkujana. Varhaiskasvatuksen liikunnan lähtökohtana on motoristen perustaitojen monipuolinen harjaannuttaminen. Sisällä voimistellaan ja voimaillaan, ja liikkumiseen yhdistetään välineitä, telineitä ja musiikkia. Ulkona pihaleikit sekä liikkuminen pihatelineillä ja monimuotoisessa luonnossa eri vuodenaikoina, kuten lumileikit, hiihto ja luistelu, harjaannuttavat motorisia perustaitoja monipuolisesti. (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 140.) Liikunta varhaiskasvatuksessa jaotellaan ohjattuun ja omaehtoiseen liikkumiseen.

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (2016, 8) kiteyttää lasten liikkumisen suositukset yhdeksään kohtaan: 1. Vauhti virkistää – vähintään kolme tuntia liikkumista joka päivä; 2. Kohti liikkuvaa elämäntapaa – perhe tärkeä roolimalli; 3. Kuuntele – anna lapselle mahdollisuus vaikuttaa; 4. Tekeillä taitoja – monipuolisuus kunniaan; 5. Ympäristö haastaa ja hauskuuttaa – ulkona unelmat todeksi; 6. Välineet ja lelut – innosta kokeilemaan; 7. Ohjattu liikunta – onnistumisen elämyksiä; 8. Liikunta varhaiskasvatuksessa – jokaisen lapsen oikeus; 9. Koko kylä liikuttaa – kaikki yhteistyössä.

Uusien lasten liikuntasuosittelujen mukaan lasten päivään tulisi sisältyä kaiken kaikkiaan vähintään kolme tuntia kevyestä liikunnasta, reippaasta ulkoilusta ja erittäin vauhdikkaasta fyysisestä aktiivisuudesta koostuvaa liikuntaa. Tästä päivittäisestä liikunnasta osa toteutuisi varhaiskasvatuksessa ja osa kotona vapaa-ajalla. Toisaalta suosituksiin sisältyy myös kehoitus välttää yli tunnin mittaisia istumajaksoja. (Finne 2017, 38.) Lapsi näkee kaiken ympärillään olevan tilan ja ympäristön kiinnostavana paikkana liikkumiseen, niin sisällä kuin ulkona (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 23). Lapsella on mielipiteitä, toiveita ja halu osallistua itseään koskeviin päätöksiin ja suunnitelmiin. Lapsen osallisuutta leikkimisessä, liikkumisessa ja arjen toiminnoissa voidaan lisätä kuuntelemalla ja ottamalla hänen mielipiteensä huomioon. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 9.)

4.3 Liikkuva lapsuus ja sen hyödyt

Fyysinen aktiivisuus on edellytys lasten normaalille kasvulle ja kehitykselle. Se tukee lasten yleisiä oppimisen edellytyksiä vaikuttamalla myönteisesti kognitiivisiin prosesseihin, kuten vireystilaan, tarkkaavaisuuteen, keskittymiskykyyn, havaitsemisen ja muistamiseen. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 13.) Kansainväliset huippuasiantuntijat julkaisivat vuonna 2016 lausuntonsa lasten ja nuorten fyysisestä aktiivisuudesta koulussa sekä vapaa-ajalla. Lausunnon mukaan liikunta ja hyvä kunto ovat tärkeä osa lasten ja nuorten aivotoiminnan sekä älykkyyden kehitystä. Lausunnon mukaan ilmenee myös, että liikunta ei vaikuta vain lapsen fyysiseen terveyteen vaan se auttaa myös kehittämään muita elämässä tarvittavia taitoja sekä itsetuntoa, motivaatiota, itsevarmuutta ja hyvinvointia. Liikunnalla on välittömiä positiivisia vaikutuksia aivotoimintaan, älyyn ja näin ollen myös koulumenestykseen. (Finne 2017, 37.)

Huotilainen (2019, 83) viittaa teoksessaan liikuntaan aivojen dopamiinintuotannon lisääjänä. Joissain oppimistutkimuksissa on yhdistetty erittäin intensiivistä mutta lyhytkestoista liikuntaa oppimiseen esimerkiksi siten, että kesken oppitunnin opetus keskeytetään ja oppilaat heittelevät toisilleen painavia kuntopalloja tai tekevät syväkyykkyjä tai kyykkyy-n-ylös-hyppyjä parin minuutin ajan. Sen jälkeen opiskelua jatketaan normaalisti. Oppimisen on huomattu

olevan tehokkaampaa verrattuna tunteihin, joiden aikana liikuntapyrähdyksiä ei tehdä. (Huutilainen 2019, 83.)

Tutkimusnäytön perusteella fyysisellä aktiivisuudella on suotuisa vaikutus kehon koostumukseen, kardio-metabolisiin riskitekijöihin, luuston terveyteen, fyysiseen kuntoon ja motorisiin taitoihin lapsilla (Haapala ym. 2016, 17). Motoriset perustaidot ovat niitä taitoja, joita ihmiset tarvitsevat läpi elämät selviytyäkseen. Tällaisia perustaitoja ovat kävely, juoksu, hyppääminen, heittäminen, kiinni ottaminen sekä potku- ja lyöntiliikkeet. (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 137.) Sääkslahden (2015, 141) mukaan liikunnalla on samat myönteiset vaikutukset kuin fyysisellä aktiivisuudellakin, mutta niiden lisäksi liikunta tukee myös lapsen sosioemotionaalista kehitystä.

Lasten liikunnassa on muistettava, että alle kouluikäisillä lapsilla fyysinen aktiivisuus tarkoittaa usein fyysisesti aktiivista leikkiä (Haapala ym. 2016, 18).

YK:n lapsen oikeuksien (1989) mukaan lapsella on oikeus lepoon, leikkiin ja vapaa-aikaan. Leikkiminen on tärkeää lasten kokonaisvaltaiselle kehitykselle: leikin kautta lapset ovat vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa sekä oppivat työskentelemään ryhmissä, harjoittelemaan päätöksentekoa ja ongelmanratkaisua sekä rakentamaan kestäviä ihmissuhteita (Haapala ym. 2016, 18).

Liikunnan ja ulkoilun hyödyt näkyvät lapsen päivittäisessä hyvinvoinnissa, mutta niillä on myös pitkäaikaisia, kasautuvia vaikutuksia. Säännöllinen päivärhythmi edesauttaa terveyttä edistävän liikunnallisesti aktiivisen elämäntavan syntyä. (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 138.) Myös monipuolinen liikkuminen sekä onnistumisen kokemukset tukevat liikunnallisen elämäntavan muodostumista. Lapsen liikunnallinen elämäntapa on itsenäistä tekemistä, omin lihasvoimin kulkemista sekä yhtäjaksoisten ja pitkien paikoillaanolojaksojen välttämistä. (Sääkslahti 2015, 142.)

Liikunnallinen lapsuus edistää kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia sekä myönteistä elämäntapaa. Riittävä fyysinen aktiivisuus sekä liikunnallinen elämäntapa ehkäisevät, vähentävät tai siirtävät erilaisten sairauksien riskitekijöiden sekä itse sairauksien ilmaantumista. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 6.) Finnen (2017, 38) korostamassa lausunnossa tode-

taan myös lapsuudessa ja nuoruudessa tapahtuvan kovan fyysisen harjoittelun auttavan lasten sydäntautien ja kakkostyyppin diabeteksen riskin hallinnassa.

4.4 3–5-vuotiaiden lasten liikkuminen ja kehitys

3–5-vuotias on ”touhukas kokeilija” (Motoriikan haasteet varhaiskasvatuksessa 2018, 9). Touhukas kokeilija leikkii mielikuvitusrikkaita leikkejä yhdessä kavereiden kanssa. Hän hallitsee jo kehoaan, osaa liikkua monipuolisesti erilaisissa ympäristöissä ja harjoittelee helppoja sääntöleikkejä sekä käsittelytaitoja. Aikuiset auttavat Touhukasta kokeilijaa kehittymään antaen selkeitä ohjeita sekä kannustaen itse kokeilemaan ja oivaltamaan. (Motoriikan haasteet varhaiskasvatuksessa 2018, 9.) Kolmevuotiaana lapsen fyysisen aktiivisuuden määrä alkaa löytää oman ”uransa”. Kolmen vuoden ikä näyttää siis olevan ajankohta, jolloin yksilölle tyypillinen tapa olla, toimia ja elää alkaa asettua. Kolmevuotiaiden tyypillinen fyysistä aktiivisuutta kuvaava toiminto on ulkoleikit. Paras tuki kolmevuotiaiden ja sitä vanhempien lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi on huolehtia joka päivä runsaan ulkoilun määrästä. (Sääkslahti 2015, 128.)

Motoriset taidot ja niiden kehityksen tukeminen

Ikävuodet kolmesta viiteen (ja kuuteen) ovat motoristen perustaitojen opetteluun aikaa. Motoriset taidot jaetaan karkeasti kolmeen eri luokkaan: tasapainotaitoihin, liikkumistaitoihin ja käsittelytaitoihin (Sääkslahti 2015, 53). Motoriset perustaidot kehittyvät fyysisesti aktiivisten leikkien ja arkiliikkumisen kautta. Niitä ovat mm. käveleminen, juokseminen, hyppääminen ja heittäminen. Heikot perustaidot altistavat tapaturmille sekä johtavat itsenäisen liikkumisen eli fyysisen aktiivisuuden välttämiseen. Sen sijaan hyvät motoriset perustaidot ennustavat fyysisen aktiivisuuden määrää ja fyysisesti aktiivista elämäntapaa nuorena. (Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma-asiakirja 2015, 20.)

Noin 3–4-vuotiaiden motoristen taitojen kehitys on melko suorassa yhteydessä ulkona vietettyyn aikaan (Finne 2017, 22). Taitojen kehittymiseksi kasvattajan tulee luoda lapselle monipuolisia mahdollisuuksia kokeilla erilaisia tapoja liikkua ja tutustua oman kehonsa erilaisiin liikuttamismahdollisuuksiin.

(Sääkslahti 2015, 158.) Tässä ikävaiheessa tutustuminen mm. pyörään, sukisiin ja luistimiin on tärkeää, samoin kuin vesiliikuntaan tutustuminen eri vesileikkien keinoin. Käden motoriikan kehittymiselle ikävuodet kolmesta viiteen ovat merkityksellisiä. Käden karkeamotoriikkaa vahvistetaan esimerkiksi monipuolisilla pallo-, maila-, voimistelu- ja kamppailuleikeillä. (Sääkslahti 2015, 159.)

Kognitiivisen kehityksen tukeminen liikunnassa

Havaintotoimintojen ja erityisesti niiden yhdentymisen kehitys mahdollistaa havaintomotoristen taitojen oppimisen. Kognitiivisten taitojen kehittymistä voidaan edistää mm. toisen kehon asentojen, kuvien tai liikesarjojen jäljittelyllä. Tilatietoisuutta kehittävät tasojen ja voimankäytön vaihtelu: alhaalla, keskellä ja ylhäällä, voimakkaasti, kevyesti ja täysin rentona. (Sääkslahti 2015, 159.) Lapsen puheen kehitys on edelleen hyvin konkreettista. Siksi tämä ikävaihe on erinomaista aikaa opetella tunnistamaan, nimeämään ja tahdonalaisesti liikkutamaan kehon eri osia. (Sääkslahti 2015, 159-160.) Lapsi oppii sanojen merkityksiä toiminnan ja kehollisten kokemusten yhteydessä. Siksi liikunnalla on suuri merkitys abstraktien käsitteiden konkretisoinnissa. (Pönnkö & Sääkslahti 2017, 137.)

Psyykkisen ja sosioemotionaalisen kehityksen tukeminen liikunnassa

Myönteisen psyykkisen kehityksen kannalta on tärkeää, että lapsen liikkumista ja motoriikkaa edellyttävät tehtävät ovat sellaisia, että hän saa niistä enemmän myönteisiä onnistumisen kokemuksia kuin epäonnistumisia. Onnistumisen kokemukset luovat lapselle luottamusta omiin taitoihin, antavat rohkeutta tehdä aloitteita ja tuoda omia toiveita ja tahtoa julki sekä ottaa tilaa omalle toimijuudelle. Toiminnan tulee olla fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti turvallista. Liikunnalliset leikki-tilanteet ovat erinomaisia tilaisuuksia tukea lapsen sosiaalisen minäkuvan kehittymistä. (Sääkslahti 2015, 160-161.) Sääkslahden (2015, 162) mukaan 3–5-vuoden ikävaiheessa muistin kehitys mahdollistaa aikaisempaa runsaampien ja hieman monimutkaisempien sääntöleikkien opetteluun, ja lapsen eettis- moraalinen ajattelu saa aineksia pelien ja leikkien aikana mahdollisesti syntyneistä erimielisyyksistä.

4.5 Liikkumisen mahdollistaminen varhaiskasvatuksessa

Vain aikuisen mielikuvitus on rajana lasten liikunnan moninaisuudelle (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 142). Aikuiset luovat liikuntaan houkuttelevia ympäristöjä ja poistavat liikkumiseen liittyviä esteitä (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 23). Aikuinen toimii siis sekä mahdollistajana että rajoittajana. Monipuolisen ja tavoitteisen liikuntakasvatuksen ja lasten riittävän fyysisen aktiivisuuden toteutuminen varhaiskasvatuksessa vaatii yksikössä varhaiskasvattajien tiivistä yhteistyötä, yhdessä sovittuja tavoitteita ja sitoutumista niiden toteuttamiseen (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 148). Kaikkien lasten kanssa toimivien on tärkeää ponnistella voimakkaasti sen eteen, että lapsi omaksuisi myönteisen suhtautumisen liikuntaan (Finne 2017, 10).

Lasten liikuntaa ohjaavat aikuiset suunnittelevat toiminnan lapsia kuunnellen (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 27). Säännöllisellä ja ohjatulla liikunnalla on tärkeä merkitys lasten kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja motoriselle oppimiselle. Tämän vuoksi lasten motoristen taitojen suunnitelmallinen havainnointi on tärkeää. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016.) Varhaiskasvattajan näkökulmasta on tärkeää oppia tunnistamaan, mikä saa lapsen liikkumaan (Reunamo & Kyhälä 2016, 56). Kasvattajien tulee suunnitella lasten päivärytmi, sisä- ja ulkoympäristö sekä toiminnan sisällöt siten, että lapset voivat monipuolisesti nauttia liikkumisesta erilaisissa tilanteissa ja toisten lasten kanssa. Liikkumisessa tukea tarvitsevien lasten myönteiset ja jaetut liikkumiskokemukset ovat erityisen tärkeitä. (Reunamo & Kyhälä 2016, 56.)

Fyysisellä ympäristöllä on myös vaikutusta lasten fyysisen aktiivisuuden määrään. Toistaiseksi on olemassa tutkimusnäyttöä siitä, että metsämaastossa liikkuminen ja leikkiminen nostavat lasten fyysisen aktiivisuuden tasoa. (Sääkslahti 2015, 134.) Lapsen ja ympäristön välinen vuorovaikutussuhde on luonteeltaan aktiivinen. Leikkiessään ja liikkuessaan lapsi tutkii maailmaa kaikilla aisteillaan ja koko kehollaan sekä muokkaa ympäristöä tarpeiden mukaan. Hyvä ympäristö haastaa uteliaisuuteen ja oppimiseen, leikkiin ja fyysiseen aktiivisuuteen. (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 147.) Päiväkodin pihan alusta, leikkikentän merkinnät, avoin kenttä ja leikkivälineiden saatavuus voi-

vat lisätä fyysisen aktiivisuuden määrää (Soini ym. 2016, 46). Liiallinen turvallisuuden tavoittelu ei saa estää lasta leikkimästä ja kokeilemasta omia fyysisiä rajojaan (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 23). Lapset, jotka leikkivät paljon ulkona ja joka päivä, ovat myös fyysisesti aktiivisempia kuin lapset, jotka viettävät vastaavan ajan sisätiloissa (Sääkslahti 2015, 133).

Lasten liikkuminen ei ole välineistä kiinni, mutta niiden on osoitettu vaikuttavan lasten fyysisen aktiivisuuden määrään. Parhaimmillaan erilaiset välineet ja lelut voivat innostaa liikkumaan monipuolisesti. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 25.) Sopivan liikuntavälineistön avulla lasten parissa toimiva aikuinen voi suunnitella tehokkaammin ja monipuolisemmin lasten liikuntaa (Finne 2017, 59). Liikuntavälineitä tulee olla riittävästi ja niiden tulee olla lasten vapaasti saatavilla myös omaehtoisen toiminnan aikana (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 147-148). Silloin, kun liikuntavälineet ovat jatkuvasti esillä ja käyttöön otettavissa, lapset niihin myös tarttuvat liikuntaa harrastaakseen (Finne 2017, 59).

Lasten fyysinen aktiivisuus on runsainta ohjattujen, liikuntaa sisältävien sääntöleikkien aikana sekä omaehtoisten ja vapaiden leikkien aikana (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 29). Sääkslahden (2015, 133) mukaan eri tutkimukset ovat osoittaneet, että lapset ovat fyysisesti aktiivisempia silloin, kun heillä on mahdollisuus vapaaseen, omaehtoiseen leikkiin. Lapsen innostusta tai motivoitumista liikuntaan voidaan vahvistaa leikkien ja erilaisten pelien avulla (Finne 2017, 56). Kehittyäkseen liikkujana lapsen tulee saada liikkua ohjattujen tuokioiden aikana mahdollisimman paljon (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 143). Fyysinen aktiivisuus virkistää, herkistää kaikki aistit opeteltavaan asiaan, parantaa keskittymiskykyä ja lisää myös lasten sitoutuneisuutta. Liikkuminen on siis hyvä tapa helpottaa lasten oppimista. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 29.) Edelliseen nojaten voi todeta, että liikkumista tulisi yhdistää myös muihin kuin liikuntatuokioihin, mikä taas lisäisi lasten fyysistä aktiivisuutta päivän aikana.

Erilaisten kansallisten liikuntakampanjoiden on osoitettu lisäävän ainakin hetkellisesti lasten fyysistä aktiivisuutta (Sääkslahti 2015, 218). Vuonna 2012 Valo ry kokosi Tutkimusmatkalla varhaiskasvatuksen uusiin liikkumisen käy-

täntöihin -asiantuntijaverkoston, jossa oli edustajia ministeriöistä, Opetushallituksesta, yliopistoista, kaupunkiorganisaatioista ja järjestöistä. Verkoston tavoitteena oli rakentaa yksikertainen ja helposti toteutettava varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointisuunnitelma. (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 149.) Ilo kasvaa liikkuen -liikkumis- ja hyvinvointiohjelma julkistettiin vuonna 2015 (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 149). Ohjelman tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle lapselle liikkumisen ilo sekä riittävä päivittäinen fyysinen aktiivisuus (Ilo kasvaa liikkuen s.a.). Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma on osa Liikkuva koulu -ohjelmakokonaisuutta. Ohjelman strategisesta johtamisesta vastaavat opetus- ja kulttuuriministeriö ja Opetushallitus. (Ilo kasvaa liikkuen s.a.) Ohjelman päämääränä on, että liikuntamyönteinen toimintakulttuuri toteutuu jokaisessa varhaiskasvatusyksikössä yhdessä suunnitellen ja pienin askelin edeten osana arjen pedagogiikkaa. (Pönkkö & Sääkslahti 2017, 149.)

4.6 Osallisuuden merkitys lasten liikkumisessa

Jyrki Reunamo (2016, 27) on nostanut artikkelissaan esille Orientaatio-projektin tutkimustuloksia osallisuuden ja fyysisen aktiivisuuden yhteydestä. Orientaatio-projekti oli mittava Etelä- ja Länsi-Suomessa toteutettu tutkimushanke, jolla on kerätty tietoa lasten toiminnan eri ulottuvuuksista varhaiskasvatuksen, lähinnä päiväkotipäivän aikana. Tuloksissa fyysinen aktiivisuus ja vauhdikas liikkuminen kytkeytyivät vahvasti lasten osallisuuteen.

Leinonen (2014, 74) käsittelee artikkelissaan lasten osallisuuden toteutumista toimintaympäristössä ja sen muokkaamisessa. Vasu painottaa monipuolisen ja houkuttelevan toimintaympäristön merkitystä lasten mielenkiinnon, kokeilunhalun ja uteliaisuuden herättäjänä. Innostava toimintaympäristö kannustaa lasta toimimaan monipuolisesti ja ilmaisemaan itseään, ja tuo lasten ja kasvatäjien yhteiseen toimintaan erilaisia tiedollisia, taidollisia ja kokemuksellisia aineksia. Tämä näkökulma pätee siis myös liikuntakasvatuksen näkökulmasta; se, että lapsi saa vaikuttaa välineisiin ja liikuntaympäristöön, voi lisätä lapsen intoa osallistua liikuntatoimintoihin.

Lapsella on mielipiteitä ja ehdotuksia, joita kuuntelemalla ja huomioimalla lisääntään hänen osallisuuttaan häntä itseään koskevilla asioilla (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 18). Jotta oppimisessa voi hyödyntää

lapsen omaehtoisuutta ja osallisuutta, aikuisen tärkeimpänä tehtävänä on suunnitella ja toteuttaa sellainen oppimisympäristö, jossa lapsella on mahdollisuus uusiin oivalluksiin (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 32).

Kun lasta kuunnellaan, hän kokee itsensä tärkeäksi. Osallisuuden myötä hän oppii vähitellen kantamaan vastuuta itsestään ja muista. Hän oppii myös vuorovaikutustaitoja, empatiaa sekä yhdessä sopimisen merkityksen. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 18.) Lapsen osallisuus ei vähennä aikuisen vastuuta. Aikuinen vastaa pedagogiikan laadusta. Hänen tehtävänä on järjestää innostava ja aktivoiva toiminta- ja oppimisympäristö, jossa lapsilla on mahdollisuus olla aloitteellisia ja valita käyttöönsä esimerkiksi liikkumaan innostavia välineitä ja tiloja. (Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma-asiakirja 2015, 18.)

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Tutkimuksen tarkoituksena oli ottaa selvää lasten osallisuuden toteutumisesta varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa. Liikuntakasvatuksen käsitteen alle luettiin kuuluvaksi niin ohjattu kuin omaehtoinenkin liikunta sekä arjen tilanteissa tapahtuva liikkuminen ja liikunta. Tarkoituksena oli selvittää, toteutuuko lasten osallisuus tutkimuksen kohteena olevissa yksiköissä päiväkodin liikuntaan liittyvissä tilanteissa, ja jos toteutuu, niin miten ja missä määrin. Tavoitteena oli tuottaa mahdollisimman kattavaa tietoa lasten osallisuudesta varhaiskasvatuksen liikkumisestilanteissa kyseisissä yksiköissä. Tavoitteena oli myös kartoittaa erityisesti lasten kokemuksia ja näkemyksiä osallisuudesta liikkumistilanteissa. Keskeinen tavoite oli myös selvittää keinoja, joilla osallisuutta voitaisiin liikuntakasvatuksessa lisätä.

Tutkimuskysymykset tässä tutkimuksessa olivat seuraavat:

1. Millä tavoin päiväkodin arjessa näkyy lasten osallisuus varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa?
2. Mitkä tekijät vaikuttavat lasten osallisuuden toteutumiseen päiväkodin liikuntakasvatuksessa?

3. Millä keinoin lasten osallisuutta voitaisiin päiväkodin liikuntakasvatuksessa lisätä?

5.2 Tutkimusmenetelmät

Tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus pyrkii ymmärtämään ilmiötä, selittämään ilmiön koostumusta, tekijöitä ja niiden välisiä suhteita (Kananen 2014, 25). Pääsääntöisesti laadullinen tutkimus tulee kysymykseen silloin, kun ilmiötä ei tunneta eli ei ole teorioita, jotka selittäisivät tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä (Kananen 2014, 16). Pääsääntö on, että mitä vähemmän ilmiöstä tiedetään, sitä todennäköisemmin ainoastaan kvalitatiivinen tutkimus tulee kysymykseen (Vilkkä 2005, 17). Kuten jo aiemmin on todettu, osallisuudesta nimenomaan liikuntakasvatuksessa on melko vähän tutkittua tietoa, joten laadullisen tutkimusotteen valinta oli siinä mielessä perusteltu.

Laadullinen tutkimus mahdollistaa ilmiön ymmärtämisen eli sen ymmärtämisen, mistä ilmiössä on kyse (Kananen 2015, 71). Laadullinen tutkimus tarjoaa mahdollisuuden saada ilmiöstä syvälinen näkemys, sekä mahdollisuuden hyvälle kuvaukselle ilmiöstä. Hyvä kuvaus tarkoittaa tässä yhteydessä ymmärrettävää, kokonaisvaltaista ja ehkä myös tarkkaa kuvausta. (Kananen 2014, 17.)

Tutkimuksen toteutus pohjasi vahvasti ihmisten mielipiteiden ja käsityksien selvittämiseen, ja tässä tapauksessa laadullinen tutkimusote oli sopiva. Tiettyjen asioiden kuvailu on mahdollista vain tekstin avulla ja esimerkiksi ihmisten suhtautumista ja asenteita on lähes mahdotonta kuvata muutoin kuin laadullisin keinoin eli tekstinä (Kananen 2015, 71).

Tässä tutkimuksessa tutkittavana oli kaksi ryhmää kahdesta eri varhaiskasvatuksen yksiköstä. Koska jokaisen yksikön toiminta on yksilöllistä, laadullinen tutkimusote sopi tutkimukseen. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään saamaan yhdestä havaintoyksiköstä irti mahdollisimman paljon eli tapausta käsitellään perusteellisesti syvyyssuunnassa (Kananen 2014, 19). Laadullisen tut-

kimusmenetelmän ja sen aineiston keräämisen tavoite on siis aineiston sisällöllinen laajuus pikemminkin kuin aineiston määrä kappaleina (Vilkka 2005, 109).

5.2.1 Aineiston keruu

Kanasen (2015, 131) mukaan laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelminä voidaan käyttää haastatteluja, havainnoiteja, erilaisia dokumentteja sekä kyselyjä. Aineistonkeruu toteutettiin tutkimuksessa päiväkotien arjen havainnoiteina sekä ryhmien aikuisten ja lasten teemahaastatteluilla. Tutkimuksen luotettavuuden ja kerätyn tiedon riittävyyden varmistamiseksi haluttiin käyttää useampaa aineistonkeruumenetelmää. Kananen (2015, 132) toteaa, että haastatteluilla tutkija pyrkii vahvistamaan näkemänsä (havainnoinnin) luotettavuuden.

Ennen aineistonkeruun aloittamista kaikille tutkimukseen osallistuvien ryhmien lasten vanhemmille toimitettiin lupalomake (liite 1) havainnointiin ja haastatteluun. Mikäli joltain perheeltä ei lupalomaketta saatu takaisin, ei lasta haastateltu eikä hänen toimintaansa huomioitu yksilöllisesti havainnoinneissa. Yksiköissä myös vierailtiin ennen aineistonkeruuta ja sovittiin ryhmän aikuisten kanssa ajankohdat havainnoinneille sekä haastatteluille. Aineistonkeruu sijoitui kokonaisuudessaan ajallisesti yhden kuukauden sisälle.

Havainnointi on tieteellisen tutkimuksen perusmetodi, jota käytetään havaintojen keräämiseen tutkimuksessa (Vilkka 2007, 37). Havainnointia voidaan käyttää laadullisen ja määrällisen tutkimuksen tiedonkeruumenetelmänä. Havainnoinnin kohteita ovat yleensä yksilön käyttäytyminen/toiminta tai toiminta ryhmässä. Havainnoinnin etuna ovat tilanteen ja ilmiön autenttisuus, sillä ilmiö tapahtuu luonnollisessa ympäristössään ja kontekstissaan. (Kananen 2014, 65-66.) Tässä kyseisessä tutkimuksessa havainnoinnista saatavia havaintoja käytettiin vertailukohtana haastatteluista saatuihin aineistoihin. Havainnoinnilla saadaan tietoa muun muassa siitä, toimivatko ihmiset siten kuin he sanovat toimivansa (Vilkka 2007, 37).

Aineistonkeruussa toteutettu havainnointi voitiin luokitella osallistuvaksi havainnoinniksi. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija on mukana yhteisön toiminnassa aktorina (toimija) (Kananen 2014, 66). Koivunen & Lehtinen (2016, 57-58) toteavat, että osallistuva havainnointi voidaan luokitella kolmeen tyyppiin: havainnoija etäisenä jäsenenä, havainnoija aktiivisena jäsenenä ja havainnoija täysjäsenenä. Edelliset erotetaan toisistaan tutkijan ns. vaikuttavuuden perusteella. Tiedon autenttisuuden kannalta pitää varmistua siitä, ettei tutkija vaikuta tutkimustuloksiin (Kananen 2014, 66).

Tutkimuksen havainnoinnit toteutettiin kahdessa varhaiskasvatuksen toimintayksikössä, 3–5-vuotiaiden ryhmissä. Havainnointikerrat sovittiin etukäteen ryhmän henkilöstön kanssa. Havainnoinnit painotettiin aamu- ja aamupäiväajalle, yksi havainnointikerta oli noin kolme tuntia. Toiseen yksikköön tehtiin kolme havainnointia ja toiseen neljä. Havainnointikerrat päädyttiin pitämään samoina kellonaikoina, jotta päivien eroavaisuuksia saman aikaikkunan sisällä olisi helpompi tarkastella.

Havainnoinnit koskivat yleisesti koko ryhmän toimintaa, eikä siinä havainnoitu yksittäisiä lapsia yksityiskohtaisesti. Havainnot kirjattiin manuaalisesti sekä toiminnan aikana että heti sen jälkeen. Havainnointien pohjana ja tutkijan apuna oli käytössä etukäteen tehty havainnointilomake (liite 2). Ryhmällä oli etukäteen tieto havainnointien ajankohdista. Havainnoinnit pyrittiin toteuttamaan niin, että tutkija vaikuttaisi mahdollisimman vähän itse toimintaan, mutta vuorovaikutusta oli sekä lasten että aikuisten suunnalta. Lapset kyselivät useaan otteeseen, miksi ja mitä tutkija kirjasi ylös. Kuitenkin niin sanotun alkuihmetyksen jälkeen lapset eivät enää huomioineet tutkijaa erityisemmin, satunnaisia jutusteluja lukuun ottamatta.

Haastattelut ovat havainnoinnin ohella laadullisen tutkimuksen yksi yleisimmistä aineistonkeräämismenetelmistä (Kananen 2014, 71). Teemahaastattelun avulla tutkija pyrkii ymmärtämään ja saamaan käsityksen tutkimuksen kohteena olevasta ilmiöstä, jossa on aina mukana ihminen ja hänen toimintansa, jota tutkija pyrkii avaamaan teemojen avulla (Kananen 2014, 73). Teemahaastattelussa haastattelun aihepiirit, teema-alueet, on ennalta määrätty. Menetelmästä puuttuvat kuitenkin strukturoidulle haastattelulle tyypillinen kysymysten

tarkka muotoilu ja järjestys, jotka takaavat kaikille vastaajille samat kysymykset ja vastausvaihtoehdot. Haastattelun aikana varmistetaan, että ennalta päätetyt teema-alueet käydään haastateltavan kanssa läpi, mutta näiden järjestys ja laajuus voivat vaihdella haastattelusta toiseen. (Eskola, Lätti & Vastamäki 2018, 29-30.)

Haastatteluja tutkimusta varten toteutettiin molempien ryhmien lapsille ja aikuisille. Haastattelujen tueksi tehtiin kysymyslomake sekä aikuisille (liite 3) että lapsille (liite 4) Molemmista ryhmistä haastateltiin kahta aikuista ja kolmea lasta, eli yhteensä aineistoa kertyi kuuden lapsen ja neljän aikuisen haastattelujen verran. Teemahaastattelu valikoitui haastattelumenetelmäksi etenkin siitä syystä, että haastattelun kohteena oli myös lapsia. Teemahaastattelu antoi haastateltavalle jonkin verran avoimen kerronnan varaa, mutta myös auttoi haastattelijaa seuraamaan haastattelun etenemistä ja sitä, että kaikki aiheet tulivat käsitellyiksi. Haastattelun teemoiksi valittiin seuraavat teemat:

1. Lasten osallisuus sisäliikunnassa
2. Lasten osallisuus ulkoliikunnassa
3. Lasten osallisuus liikunnan suunnittelussa ja arvioinnissa

Teemojen sisältämät haastattelukysymykset olivat melko samoja sekä aikuisille että lapsille, mutta kysymyksiä oli lasten haastatteluja varten muokattu lapsentasoisiksi. Kuitenkin kysymykset olivat ns. tutkijan tukena, eikä jokaista kysymystä esitetty jokaiselle haastateltavalle, vaan kyse oli teemojen sisällä pysymisestä. Raittilan, Vuorisalon ja Rutasen (2017, 314) mukaan saadaksesen lapsen tuottamaan omaa kerrontaa tutkijan pitää onnistua tekemään taroituksenmukaisia ja lapsille ymmärrettäviä kysymyksiä ja kerrontapyyntöjä.

Aikuisten haastattelut toteutettiin päiväkodin lepohetken aikana. Lasten haastattelut suunniteltiin niin, että kaikki kolme lasta haastateltiin samana päivänä. Lapsia haastateltiin heille itselleen sopivana ajankohtana päiväkotipäivän aikana. Haastatteluja varten oli käytössä erillinen tila, johon oli järjestetty lattialle tyynyjä ja vilttejä, jotta tilanne olisi mahdollisimman rento ja mukava. Lasten haastattelujen alussa käytettiin liikuntakuvakortteja alkulämmittelynä, eli lapsi sai valita korteista muutaman mieluisan ja korttien liikkeet tehtiin yhdessä. Lapsi sai myös tutkia kortteja haastattelun aikana.

Lapset toimivat haastattelutilanteissa hyvin vaihtelevasti, ja lasten persoonat näkyivätkin alusta asti. Osaa lapsista jännitti alkuun hiukan, mutta kaikki innostuivat liikuntakorteista, joka rentouttikin tilannetta heti. Lasten vastaukset vaihtelivat yksisanaisista pidempiinkin tarinoihin. Myös omia, asiaan kuulumattomia asioita kerrottiin satunnaisesti. Yhtä lukuun ottamatta kaikki jaksoivat olla haastattelun loppuun asti suuremmitta haasteita, mutta oli havaittavissa, että 5-10 minuuttia oli juuri sopiva aika, jonka lapset jaksoivat keskittyä keskusteluun. Yksi lapsista ilmaisi kyllästymistään levottomuudella, ja haastattelua nopeutettiin tämän takia.

5.2.2 Aineiston analyysi

Aineistonkeruun jälkeen nauhoitetut haastattelut litteroitiin huolellisesti. Ruusuvuoren ja Nikanderin (2017, 437) mukaan haastattelujen litterointi on tärkeä vaihe myös aineiston analyysin kannalta. Litteroinnin aikana aineisto anonymisoidaan eli siitä muutetaan kaikki tiedot, joiden perusteella haastateltavat on mahdollista tunnistaa (Ruusuvuori & Nikander 2017, 438). Näin toimittiin myös tässä tutkimuksessa. Ryhmien aikuiset koodattiin tunnuksilla O1, O2, O3 ja O4 ja ryhmien lapset tunnuksilla L1, L2, L3, L4, L5 ja L6. Kaikki yksiköiden nimiin, ryhmien nimiin tai henkilökunnan ja lapsien nimiin liittyvät tiedot muokattiin tunnistamattomiksi.

Ruusuvuoren ja Nikanderin (2017, 427) mukaan keskeinen litteroinnin tarkkuustasoa määrittävä seikka on tutkimuskysymys. Myös analyysitapa määrittää litteroinnin tarkkuustasoa (Ruusuvuori & Nikander 2017, 429). Näihin perustuen todettiin, että puheen pääsisällön purkava yleislitteraatio riittää tässä tutkimuksessa, sillä keskeistä haastatteluissa oli enemmän se, mitä sanottiin, kuin se miten sanottiin.

Analyysimenetelmäksi aineiston käsittelyyn valikoitui teemoittelu. Tematisoinnissa tai teemoittelussa aineisto pyritään ryhmittelemään teemoittain ja nostamaan esiin mielenkiintoisia sitaatteja tulkittavaksi (Eskola 2010, 193). Teemoittelu on suositeltava aineiston analysointitapa jonkin käytännöllisen ongelman ratkaisemisessa. Tällöin tarinoista voi kätevästi poimia käytännöllisen tutkimusongelman kannalta olennaista tietoa. (Eskola & Suoranta 2008, 178.)

Koska kyseessä oli ns. käytännöllinen tutkimusaihe, teemoittelu nähtiin päteväksi analyysimenetelmäksi.

Aineistoa siis luettiin useaan kertaan, kunnes muodostui yleiskuva ns. toistuvista aiheista, jotka olivat hallitsevia teemoja kokonaisaineistossa. Nämä aiheet otettiin tutkimustulosten käsittelyyn pääteemoiksi, ja ne olivat lasten liikkuminen sekä vaikuttaminen ja mielipiteiden ilmaiseminen eri tilanteissa, aikuisen toiminta ja merkitys liikkumistilanteissa, tilat ja toimintaympäristö sekä välineet ja niiden käyttö. Myös tutkimuskysymyksillä oli vaikutus pääteemojen syntyyn, sillä tutkija havaitsi lukevansa aineistoa tutkimuskysymyksiensä ”läpi”, ja jo ensimmäisillä lukukerroilla aineistosta oli havaittavissa asioita, jotka selkeästi vastasivat kysymyksiin. Huomionarvoista aineistossa olivat myös osallisuutta vähentävät tai sitä rajoittavat tilanteet ja tekijät.

5.3 Luotettavuus ja tutkimuksen eettiset kysymykset

5.3.1 Tutkimuksen luotettavuus

Kanasen (2015, 353-354) mukaan laadullisen tutkimuksen luotettavuuskriteerejä ovat mm. luotettavuus tai totuudellisuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. Kananen (2015, 355) mainitsee myös saturaation eli kylläätymispisteen ja kriteerivaliditeetin tutkimuksen luotettavuuden mittauksessa. Saturaatio tarkoittaa sitä, että eri lähteiden tarjoamat tutkimustulokset alkavat toistua (Kananen 2014, 153). Työn luotettavuutta tarkasteltiin tässä saturaation ja siirrettävyyden kautta kriittisesti sekä käsiteltiin muutamia keskeisiä tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavia tekijöitä.

Tässä tutkimuksessa aineistonkeruu toteutettiin kahdessa eri toimintayksikössä, haastattelut tehtiin sekä usealle lapselle että usealle aikuiselle. Myös havainnoiteja suoritettiin useana päivänä molemmissa yksiköissä. Kerätyissä aineistoissa oli selkeästi havaittavissa tiettyjen vastauksien ja asioiden toistuminen, kuten tutkimustuloksien luvussa käy ilmi. Myös haastattelujen ja havainnointien aineistoissa havaittiin samoja, toistuvia tutkimusaiheeseen liittyviä tuloksia. Tähän perustuen voidaan nähdä, että saturaatiopiste saavutettiin aineistonkeruussa eikä aineistoa ollut tarpeellista kerätä lisää. On kuitenkin huomioitava, että ihmisiä tutkittaessa jokainen päivä on erilainen ja eri ihmiseltä kysyttäessä voidaan samasta asiasta voi saada erilaisia vastauksia.

Siirrettävyys tarkoittaa Kanasen (2015, 353) mukaan mm. sitä, että laadullinen tutkimus ei pyri yleistämään. Tässä tutkimuksessa on tärkeää huomata, että tutkimusaineisto kerättiin kahdesta yksiköstä, joissa työskentelevät tietyt ihmiset, joissa ovat varhaiskasvatuksessa tietyt lapset ja jotka toimivat tietyllä periaatteella. Myös jokainen päivä varhaiskasvatuksessa on erilainen, sillä siihen vaikuttavat niin monet tekijät. Mikäli tutkimus tehtäisiin uudelleen muissa yksiköissä, tai jopa samoissa yksiköissä eri ryhmissä tai eri päivinä, on mahdollista, että saataisiin erilaisia tuloksia.

Aineistonkeruussa oli kohtia, joissa on voinut tapahtua tuloksien luotettavuuteen vaikuttavia asioita. Kanasen (2015, 339) mukaan tutkimustilanteella ja tutkijalla on aina vaikutus tutkittaviin – milloin enemmän, milloin vähemmän. Tutkijan vaikutusta on mahdotonta poistaa, mutta se pitää tiedostaa (Kananen 2015, 339). Havainnointitilanteissa tutkija pyrki olemaan mahdollisimman paljon sivussa tilanteesta. Kuitenkin, kuten edellä todettiin, on aina mahdollista, että tutkijan läsnäolo tai tutkittavien tieto tutkijan osallistumisesta ovat vaikuttaneet tilanteisiin. Esimerkiksi vaikka havainnointipäivinä ohjattua liikkumista ja liikuntavälineiden käyttöä oli runsaasti, ei voida varmasti sanoa, onko tämä ns. arkipäivää vai vaikuttiko tutkijan osallistuminen päivien suunnitteluun.

Haastattelut liittyvät aina menneeseen aikaan toisin kuin havainnointi, joka kohdistuu aina nykyhetkeen. Menneeseen liittyy aina muistin rajallisuus ja asioiden kaunistelu. Muistetaan, mitä halutaan. On vaikea sanoa, onko muistinvaraisesti tuotettu tieto luotettavaa. (Kananen 2015, 340.) Tutkimuksessa haastateltiin aikuisten lisäksi myös lapsia, joiden vastaukset voidaan aina nähdä olevan lapsen ikätason ja kehityksen mukaisia. Raittila, Vuorisalo ja Rutanen (2017, 315) mainitsevat, että lasten kerronnassa omat kokemukset ja tiedot voivat nivoutua muiden kokemuksiin ja kuviteltuihin tilanteisiin. Aineistonkeruun tarkoitus haastatteluissa oli kuitenkin tavoittaa yksilöiden kokemuksia ja näkemyksiä tutkimusaiheesta, eikä tavoitteena ollut löytää absoluuttista totuutta, joten siinä mielessä aineisto voidaan nähdä luotettavana.

5.3.2 Eettiset kysymykset tutkimuksessa

Tutkimuksen eettisiin kysymyksiin kiinnitettiin huomiota tutkimuksen alusta lähtien. Etenkin, koska tutkimus kohdistui alle 18-vuotiaisiin, oli huomioitava lukuisia asioita eettiseltä kannalta. Tutkimus toteutettiin hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti eli rehellisyyteen, huolellisuuteen ja tarkkuuteen perustuen. Tutkimuslupa anottiin virallisia teitä pitkin Kouvolan kaupungilta, ja aineistonkeruu aloitettiin vasta, kun lupa saatiin. Aineistonkeruuta varten lapsiryhmien lasten huoltajille toimitettiin kirjallinen lupalomake, jolla huoltajat ilmaisivat suostumuksensa aineiston keruuseen. Henkilöstöä tiedotettiin hyvissä ajoin tutkimuksesta ja heiltä varmistettiin heidän suostumuksensa tutkimukseen osallistumisesta. Strandellin (2010, 95) mukaan ihmisoikeuslähtöisen tutkimusetiikan keskeinen periaate on tutkimukseen osallistuvien henkilöiden vapaaehtoinen ja riittävään tietoon perustuva suostumus osallistua tutkimukseen. Tutkimuksen eettisessä toteutuksessa nojattiin mm. Strandellin (2010) käsitykseen eettisestä symmetriasta.

Eettisen symmetrian periaate korostaa lasten ja aikuisten lähestymistä tutkimuksessa samalla tavalla. Eettisen symmetrian periaatteen mukaan mitään eroa lasten ja aikuisten välille ei pidä ottaa lähtökohtaisesti annettuna. Lapsitutkimuksessa tulisi lähteä liikkeelle samoista eettisistä periaatteista, jotka ohjaavat muutakin tutkimusta. (Strandell 2010, 103.) Lapsille oltiin avoimia tutkimuksesta, tutkija tiedotti lapsia läsnäolonsa syystä ja vastasi yksittäisiin ihmetelyihin, jotka liittyivät havainnointien kirjaamiseen. Haastateltavilta lapsilta kysyttiin vielä erikseen etukäteen, haluavatko he osallistua haastatteluun. Lapsia haastateltaessa on keskeistä pohtia, miten varmistetaan lasten oma suostumus tutkimukseen osallistumisesta (Raittila, Vuorisalo & Rutanen 2017, 316). Haastattelut tehtiin lapsia kunnioittaen, ja mm. haastattelun pituutta säädeltiin lapsen toimintaa havainnoimalla. Raittilan, Vuorisalon ja Rutasen (2017, 316) mukaan tutkijan on arvioitava lapsen jaksamista ja osallistumisinnostusta ja keskeytettävä haastattelu, mikäli lapsi viestii, että tilanne on epämukava. Lasten kanssa käytiin myös läpi, että haastattelu nauhoitetaan, ja tutkittiin jälkikäteen yhdessä, miltä oma ääni nauhoituksella kuulosti.

Keskeinen eettisen toiminnan huomio liittyi aineiston säilyttämiseen, käsitteilyyn ja hävittämiseen. Kuulan ja Tiitisen (2011, 450) mukaan hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu muun muassa eettisesti kestävien tiedonhankintamenetelmien käyttö ja se, että tutkimusryhmän jäsenten asema, oikeudet ja velvollisuudet sekä tutkimustulosten omistajuutta ja aineistojen säilyttämistä koskevat kysymykset määritellään ja kirjataan kaikkien osapuolten hyväksymällä tavalla jo tutkimusprojektin alussa.

Henkilöstöä ja lasten huoltajia tiedotettiin aineiston käsittelystä ennen aineistonkeruun aloittamista. Aineiston litterointivaiheessa kaikki henkilötietoja tai muita tunnistetietoja sisältävät ilmaisut anonymisoitiin. Käytännössä anonymisointi tarkoittaa sitä, että tunnistetiedot poistetaan tai karkeistetaan haastattelulitteraatiosta (Kuula & Tiitinen 2011, 452). Kaikki kerätty aineisto säilytettiin huolellisesti ja luottamuksellisesti. Kerättyä aineistoa hyödynnettiin ainoastaan tässä tutkimuksessa, ja aineisto tuhottiin tutkimuksen julkaisemisen jälkeen.

6 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustulokset avataan aineistosta nousseita pääteemoja mukaillen. Havainnoinneissa tehtyjä havaintoja sekä lasten ja aikuisten haastatteluvastauksia käsitellään rinnakkain. Tulosten käsittelyssä käytetään myös suoria lainauksia haastatteluista havainnollistamaan huomioita ja tuloksia.

Aikuiset kokivat haastattelujen perusteella, että valtaosa lapsista ilmaisee aktiivisesti mielipiteitään liikkumisesta ja lapsilla on myös monipuoliset mahdollisuudet vaikuttaa siihen. Aikuiset totesivat haastatteluissa myös, että lapsilla on hyvät mahdollisuudet vaikuttaa liikkumistoimintaan. Osallisuus käsitteenä selitettiin auki eri tavoin. Osallisuutta kuvattiin lasten mahdollisuuksina vaikuttaa omaan päiväänsä ja siten, että lasten mielipiteet otetaan huomioon kaikessa toiminnassa ja heitä kuunnellaan. Osallisuudeksi määriteltiin myös lasten ottaminen mukaan toiminnan suunnitteluun. Osallisuutta käsiteltiin myös lasten mukaan ottamisen ja mukaan saamisen kautta; myös vähemmän innokkaat on tärkeä saada mukaan tekemään.

6.1 Lasten liikkuminen eri tilanteissa ja mahdollisuus vaikuttaa siihen

Tässä alaluvussa käsitellään lasten liikkumista päivän aikana eri tilanteissa, kuten sisällä ja ulkona omaehtoisesti liikkuen, ohjatuissa tilanteissa, sekä siirtymä- ja odottelutilanteissa. Myös lasten pääsemistä mukaan arviointiin ja suunnitteluun tarkastellaan. Samalla käsitellään tilanteita, joissa lapset pyrkivät vaikuttamaan, sekä avataan lasten vaikuttamismahdollisuuksia eri tilanteissa.

6.1.1 Omaehtoinen toiminta

Sisällä

Ryhmiä liikkuminen sisällä oli havainnointien perusteella monipuolista. Lapset saivat melko vapaasti liikkua omalla tavallaan sisätiloissa, ja juoksemiin, kiipeilyyn tai hyppimiseen reagoitiin havainnointitilanteiden aikana rajoitettavasti harvoin. Lasten fyysinen aktiivisuus ja liikunnallisiin toimiin hakeutuminen vaihtelivat. Osa hakeutui selkeästi enemmän paikoillaan tehtävään puuhaan, kuten palapeleihin, pikkuleluilla leikkimiseen tai piirtämään, kun taas osa teki enemmän aloitteita esimerkiksi lepohuoneessa leikkimiseen, jossa oli enemmän tilaa. Havainnoinnissa huomattiin, että aikuinen rajoitti fyysisesti aktiivista leikkiä ja puuttui siihen herkemmin kuin paikoillaan tapahtuvaan.

Erään havainnointikerran aamuna toisen ryhmän lapset ilmaisivat halunsa mennä lepohuoneeseen leikkimään, mutta aikuinen ilmoitti, ettei sinne voinut nyt mennä. Sama toistui hetken päästä uudestaan. Lapsi kysyi vielä kolmannen kerran: ”Miksei me saada mennä nukkarisiin?” Aikuinen vastasi: ”Koska me istutaan nyt tässä.” Toisena päivänä samaan aikaan, kun toinen aikuinen oli läsnä, lepohuoneeseen meno sallittiin. Tilanteissa havainnointien aikana, jos lasten leikki alkoi äityä vauhdikkaaksi, aikuisen reaktiot vaihtelivat tilanteen ja valvovan aikuisen mukaan. Yhdessä tilanteessa hippaleikkiin ei reagoitu. Toisessa taas, kun pari lasta innostui potkimaan palloa, vaikka heillä oli toinen leikki meneillään, aikuinen katkaisi toiminnan ilmaisemalla: ”Menee riehumiseksi.” Hyvin vastaavanlaisessa tilanteessa valvova aikuinen ei reagoinut toimintaan mitenkään, ei rajoittanut muttei myöskään kannustanut.

Havainnointien perusteella lapset saivat sisällä ollessaan valita toimintansa vapaasti, ellei aikuinen ollut suunnitellut jotakin yhteistä toimintaa. Usein aikuinen määritteli tilan, mutta lapset valitsivat toiminnan. Toisen ryhmän salipäivänä lapsilta kysyttiin, mitä välineitä he haluavat ottaa käyttöön, ja niitä käytettiin vapaasti. Kuitenkin, kun välineet oli otettu ja yksi lapsista suuntasi hakemaan palloa varastosta, aikuinen rajoitti sanomalla, että pallolla on jo leikitty tänään ja on jo muita välineitä.

Yhdellä havainnointikerralla lapset saivat lähteä aikuisen kanssa hakemaan liikuntavälineitä salista ja käyttää niitä oman mielensä mukaan ryhmän tiloissa. Aikuiset seurasivat vierestä ja neuvoivat tarvittaessa. Aikuinen kysyi, haluaisivatko lapset musiikkia, ja musiikkia soitettiin. Kun lapsille tuttu laululeikki alkoi soida, he alkoivat omaehtoisesti leikkiä sen tahtiin. Tämä jatkui seuraavien laulujenkin aikana. Aikuinen totesi: ”Me saatiinkin disko, vaikkei edes ollut tarkoitus.”

Kun lapsilta kysyttiin, milloin he saavat päättää sisällä liikkumisestaan, vastauksissa oli jonkin verran hajontaa, mutta yleisimpiä toteamuksia olivat ”joo” ja joskus. Yksi lapsista totesi, että leikkimisestä saa päättää itse. Mieleisiä liikumistoimintoja sisällä olivat jumppaaminen, juokseminen, konttaus, supersankarileikki ja rappusissa mönkeminen.

Aikuisten haastatteluvastauksien mukaan lapset saavat sisällä vaikuttaa liikkumiseen hyvin laajasti ja heidän mielipiteitään kuunnellaan ja toiveisiinsa reagoidaan. Keskeinen huomio kaikilta aikuisilta oli myös, että lapset saavat päättää liikkumisestaan sisällä lähes aina. Poikkeuksena yksi aikuisista mainitsi ohjatut tilanteet. Toisen yksikön aikuiset mainitsivat, että liikkumista tulee myös sisällä leikin ulkopuolella: lapsia otetaan mukaan hakemaan ruokakärryä, lapset vievät astiansa itse pois, ja lapsia otetaan mukaan mm. hakemaan askartelutarvikkeita, eikä aikuinen vain tuo kaikkea valmiiksi.

Ulkona

Liikkuminen ulkona oli havainnoitavien ryhmien lasten osalta pääosin hyvin aktiivista. Lapset juoksivat, laskivat pulkkamäkeä pulkalla ja kelkalla, kiipeilivät kiipeilytelineessä ja vetivät kavereita pulkassa. Lapset saivat päättää pihan

puitteissa täysin, mitä tekivät ja miten liikkuvat. Pihan ulkopuolelle lähtemiseen ei toisessa ryhmässä tullut lapsilta havainnointien aikana aloitteita, toisessa ryhmässä yhdellä kerralla lapsi ehdotti ensin kävelyretkeä, joka ei aikuisen vastauksen mukaan olosuhteiden takia onnistunut, mutta sitten puistoon menoa, johon aikuinen tarttui. Aikuiset puuttuivat toimintaan ainoastaan turvallisuussyistä, esimerkiksi tilanteessa, jossa lapsi aikoi laskea pulkalla, kun kaveri oli vielä edessä.

Sekä aikuisten että lasten haastatteluista kävi ilmi, että ulkona liikkuminen on hyvin sallivaa ja lasten omien mieltymyksien sanelemaa. Juokseminen ja kiipeily oli sallittua, ainoana poikkeuksena pihaa ympäröivä aita, jolle yksi aikuisista mainitsi kiipeämisen olevan kielletty. Havainnoinnin perusteella ulkona liikkuminen oli hyvin lasten omaehtoisuuteen perustuvaa. Myös aikuiset mainitsivat, että vaikka ryhmien lapsista pääosa on aktiivisia ja liikkuvaisia, on muutamia, jotka eivät liiku niin luontaisesti ja kaipaavat aikuisen tukea ja kannustusta liikkumiseen. Toisessa yksikössä käytössä oli liikuttajaviikot, eli tietyn ryhmän aikuiset kehittivät yhteistä liikuntatoimintaa, mutta mikäli lapset eivät siihen halunneet osallistua, he saivat päättää täysin, mitä ulkona tekivät.

Lapsilta kysyttäessä mieluisia tekemisiä ulkona mainittiin juokseminen, hippaleikit, sähly, kiipeilytelineessä kiipeily ja leikkiminen yleisesti. Lasten haastatteluvastausten perusteella kaikki lapset kokivat ulkona liikkumisen vapaammaksi kuin sisällä liikkumisen esimerkiksi juoksemisen kannalta. Lapset saivat mielestään ulkona päättää leikeistä ja liikkumisestaan lähes aina.

H: Joo, tota, millon sä saat päättää mitä ulkona tehdään?

L2: Öö, no, silloin kun mä haluan ja joku aikuinen sanoo.

6.1.2 Ohjattu toiminta

Ohjattua liikuntaa tai ohjattua toimintaa, johon oli sisällytetty liikkumista, oli sisällä jokaisella havainnointikerralla. Ohjattuja liikuntatoimintoja havainnointien aikana olivat temppu- ja jumpparadat, musiikkiliikunta, yhteinen tanssiminen, kirjainjumppa, liikuntakorttijumppa sekä erilaiset liikuntaleikit, kuten polttopallo, tuolileikki ja tulva. Ohjatut toiminnot tehtiin pienissä ryhmissä eli ei koko ryhmän kanssa kerrallaan.

Lapset otettiin havainnointipäivinä mukaan vaikuttamaan ohjattuun toimintaan eri tavoin. Polttopallossa lapset saivat päättää, miten poltettavat liikkuvat, tulevassa yksi lapsi ehdotti, että leikissä huudettavan tulvan sijaan huudettaisiinkin "Hai!", ja leikkiä muutettiin, tempuradassa lapset saivat ideoida uusia tapoja liikkua radalla ja muokata rataa, yhteistanssissa lapset saivat valita suosikkikappaleitaan musiikiksi, ja niiden pohjalta keksittiin myös tanssiliikkeitä.

Lapsilla oli havainnointien perusteella myös mahdollisuus valita, osallistuuko vai ei. Yksi lapsi ei halunnut tehdä liikuntakorttien liikkeitä, vaan katseli sivusta. Aikuinen kannusti lasta mukaan, muttei pakottanut. Aikuisten haastatteluista tuli kuitenkin tähän liittyvä huomio, että vaikkei osallistuisi, niin mukana pitää olla.

Muiden yhteistukioiden, kuten askartelun tai aamupiirin yhteyteen otettiin usein liikuntaa jossain muodossa. Yhdellä piirillä lapset innostuivat kädenväännöstä, joten sitä kokeiltiin yhdessä. Leikkausharjoitusten jälkeen, kun lapsi oli valmis, hän pääsi hyppimään trampoliinilla. Yksi ryhmän aikuisista mainitsi liikuttamisen muiden yhteistekemisten yhteydessä.

O2: -- ja sitten aamupiireissä on yleensä aina joku liikkuminen mukana, että huolehditaan siitä, että lapset ei istu kovin kauaa, että siinä on istumista mutta myös sitten, ku ollaan istuttu niin sitten tulee niinku sopivin väliajoin sitä liikkumista.

Aikuisten haastatteluissa mainittiin ohjatuissa tilanteissa lasten osallisuutta huomioitavan myös siten, että muokataan toimintaa lasten innostumisen ja mielentilan mukaan. Tämä näkyi eräässä havainnointitilanteessa, jossa saliliikunnan jälkeen palattiin ryhmän tiloihin ja aikuinen totesi, että alun perin tarkoitus oli tehdä leikaten ja liimaten Unelmien päiväkotia, mutta että lapset eivät selvästi nyt jaksaisi sitä, joten ryhmä ottikin vapaavalintaiset leikit. Toisessa tilanteessa aikuinen aloitti laululeikin, mutta lapset eivät innostuneet tästä lainkaan, joten aikuinen vaihtoikin liikuntakuvakortteihin, joiden liikkeitä tehtiin musiikin soidessa.

Havainnointien aikana oli myös tilanne, jossa ryhmätoimintaa ohjannut aikuinen ei reagoinut lasten sitoutumattomuuteen. Toiminta sisälsi paljon istumista ja paikallaan oloa, ja osalle lapsista se oli silmin nähden vaikeaa; he pyöivät ja kiemurtelivat paljon. Aikuinen ei kuitenkaan muuttanut toimintaa. Yhteen toiminnan vaiheeseen oli otettu valmiiksi pallot, ja kun lapset tavoittelivat niitä, aikuinen ilmoitti, että ”ei voida ottaa niitä vielä, kun lepohuone ei ole vapaana”.

Ulkona ohjattua liikuntaa oli kummassakin yksikössä havainnointipäivinä vähemmän kuin sisällä; toisen yksikön liikuttajaviikon aikuinen piti ohjattua liikuntaa, mutta ryhmän lapset eivät tähän toimintaan liittyneet. Yhdellä kerralla aikuinen otti ryhmän kanssa hetken sählyä, mutta pian osa lapsista siirtyi muihin touhuihin. Yhden ulkoilun päätteeksi aikuinen otti hippaleikin ennen sisälle menoa. Lasten aloitteita yhteisleikkeihin aikuisen kanssa ei tullut.

Aikuiset kertoivat haastatteluissa, että ohjatuissa liikuntatilanteissa leikitään erilaisia hippoja, piilosta ja muita perinneleikkejä. Myös pallopelejä, kuten jalkapalloa ja sählyä, on. Myös pulkkamäki yhdessä, hankijuoksu, hankikävely sekä luistelu ja hiihto mainittiin. Haastatteluaineiston mukaan lapset pääsevät vaikuttamaan valitsemalla, mitä hippaa leikitään tai että leikitään lasten itse keksimää hippaa. Myös lasten haastatteluissa hippaleikit mainittiin mieluisina tekemisinä. Yhteisinä liikuntatekemisinä mainittiin jumppaaminen, laulut ja leikit, piilosleikki ja ulkopelit. Lasten haastatteluissa mainittiin myös, että aikuiset kysyvät joskus, mitä liikuntaleikkejä lapset haluaisivat.

6.1.3 Siirtymä- ja odottelutilanteet

Aikuiset tiedostivat haastattelujen perusteella liikunnan hyödynnettävyyden siirtymä- ja odottelutilanteissa, mutta liikkumista oli kyseisissä tilanteissa melko vähän. Toisessa yksikössä aikuiset kertoivat, että koska heillä toiminta on niin porrastettua, niin odotteluja ei juuri tule. Toisessa syyksi sanottiin se, ettei pitkiä siirtymiä juuri ole, ja myös lasten ikä. Yksi aikuisista totesi, että ah- taassa eteisessä on haastavaa järjestää odottelujumppaa. Aikuiset osasivat kuitenkin kertoa, minkälaista liikkumista tilanteisiin voitaisiin ottaa; mainittiin erilaiset liikkeet kuten hyppimiset ja odotteluleikit, sekä toisen yksikön eteisessä olevien hernepussien ja hyppyrudukon hyödyntäminen. Siirtymätilan-

teista yksi aikuisista mainitsi, että hän ottaa joskus lasten kanssa erilaisia liik-
kumistapoja paikasta toiseen, kuten pupuhyppelyä. Aikuinen mainitsi myös,
että joskus hän kehottaa ennen johonkin menoa jokaisen lapsen juoksemaan
esimerkiksi kolme kertaa pöydän ympäri.

Havainnointien perusteella odottelutilanteissa ei liikkumista ollut. Eteistilat oli-
vat molemmissa yksiköissä melko pienet, joten tilaa liikkumiselle oli vähän.
Siirtymät ulos olivat molemmissa yksiköissä porrastetut. Toisessa ryhmässä
valmiit, pukeneet lapset ohjattiin odottamaan aikuista ulos, jossa lapset joko
istuivat penkillä tai seisoivat aidan vierellä. Toisessa valmiit lapset odottivat
penkillä kirjoja katsellen. Toisessa yksikössä koko ryhmä otettiin sisälle muu-
tama lapsi kerrallaan, muiden jäädessä vielä leikkimään. Toisessa pienryhmä
(n. 6 - 7 lasta) meni kokonaisuudessaan sisälle kerralla.

Lasten omaehtoista liikkumista siirtymä- ja odottelutilanteissa kontrolloitiin
melko vähän. Juoksemiseen tai penkeiltä alas hyppimiseen ei puututtu. Kun
tultiin yläkerrasta alakertaan, lapset saivat laskea peppumäkeä halutessaan.
Muutama lapsi odotteli yhden siirtymän aikana eteisessä ja alkoivat oma-aloit-
teisesti hyppiä penkiltä lattialle. Toisessa tilanteessa lapsi alkoi luistella sukil-
laan pöytää ympäri odotellessaan ruokailuun menoa, ja pari muuta lasta meni
liikkumiseen mukaan.

6.2 Lasten mahdollisuudet liikkumistoiminnan suunnittelussa ja arvi- oinnissa

Liikkumistoiminnan suunnitteluun lapset pääsivät aikuisten haastattelujen mu-
kaan vaikuttamaan, mutta vaikuttamista kuvattiin eri tavoin. Yksi aikuisista ker-
toi, että viikon alussa kokoonnutaan yhdessä miettimään, mitä liikkumista ja
liikuntaa ryhmässä on jo tehty ja mitä voitaisiin kyseisellä viikolla tehdä. Jos
lapset eivät itse keksi, aikuinen antaa vaihtoehtoja, joista lapset voivat valita.
Yksi aikuisista mainitsi lasten vaikuttamismahdollisuuden retkikohteiden valin-
nassa, joka tehdään äänestämällä. Aikuiset mainitsivat myös, että lasten ikä
vaikuttaa jonkin verran siihen, ehdottavatko he itse ideoita vai valitsevatko ai-
kuisen antamista vaihtoehtoista. Vanhemmat lapset osaavat jo itse kertoa
ideoitaan, pienempien kohdalla käytetään usein vaihtoehtoja. Esille tuli myös,

että usein aikuinen on laatinut ns. pohjan, joka lapsille esitellään, ja lapset lisäävät siihen oman ”mausteensa”, esimerkiksi aikuinen luo liikuntaradan, mutta sitä voidaan toiminnan aikana muokata lasten ideoiden ja toiveiden mukaan.

Myös lasten mielenkiinnonkohteet vaikuttivat usean aikuisen mielestä toiminnan suunnitteluun. Jos esimerkiksi lapset ovat ulkona innostuneita painimaan, toimintaan voi sisällyttää nassikkapainia. Arjen havainnoinnin merkitystä korostettiin; kaikki aikuiset mainitsivat haastatteluissa, että pelkästään lapsia havainnoimalla toiminnan aikana pystyy hyvin selvittämään heidän mielipiteitään toiminnasta.

Lasten osallisuus arvioinnissa puolestaan toteutui aikuisten mukaan useimpien mielipiteitä kyselemällä arjen keskusteluissa. Aikuisten mukaan mitään virallisia galluppeja tai kyselyitä ei arvioinnin keinona ole käytetty, mutta arjessa ja toiminnan yhteydessä kysytään lasten mielipiteitä toiminnasta, mikä oli mieluisinta ja mikä vähiten mieluisaa. Yksi aikuisista kertoi käyttävänsä toiminnan arvioinnissa hymynaamoja, joita näyttämällä lapset voivat ilmaista, oliko tekeminen mukavaa vai ei. Toinen aikuinen kertoi pitävänsä toiminnan jälkeen palautekeskustelun, jossa listataan tehdyt asiat, tässä tapauksessa liikuntatoiminnat, ja lapset saavat itse kertoa, mikä oli hauskinta, mikä vaikeita ja niin edelleen. Aikuisten haastatteluissa kävi ilmi, että lapsista myös näkee päällepäin, mitä mieltä he toiminnasta ovat.

O1: No lähinnä se tulee se välitön palaute, että et sillä tavalla saattaa kysellä tai sitten voi kysyä et oliko tää kivaa tai sitten näkee jo sitten ilmeistä ja eleistä ja liikekielestä ja haluttomuudesta osallistuu jos ei oo ihan ollu mieleistä tai sitten jos on ollu innostunut niin kyl sen näkee heistä - -

Lapsilta haastattelussa kysyttäessä osa koki, että aikuiset kysyvät joskus, mitä liikkumista lapset päiväkodissa haluaisivat, osa koki, etteivät aikuiset kysy. Kukaan lapsista ei osannut kertoa, miten tai missä tilanteissa aikuiset kysyvät. Havainnoinneissa ei myöskään tullut ilmi tilanteita, joissa lapsilta olisi kysytty mielipiteitä toiminnan suunnitteluun tai arviointia toiminnasta. Joissakin ohjatuissa liikkumistuosioissa oli aikuisten kertoman mukaan taustalla lapsilta nousseita mielenkiinnonkohteita; esimerkiksi lapset olivat olleet kiinnostuneita

eri kirjaimista, joten jumppahetkellä oli kirjainjumppaa, jossa tehtiin omista kehoista kirjaimia.

Yhtenä havainnointipäivänä aikuinen vei oman ryhmänsä kävelylle päiväkodin tiloihin. Lapsilla oli erivärisiä tarroja, joilla he saivat merkitä tilan, joka on suosikkiliikkumispaikka, tilan, joka on ”vähiten lemppari” liikkumiseen, ja tilan, joka on kiva, mutta jossa ei saa kovin usein liikkua. Aineiston keruun aikana ei selvinyt, miten merkinnät vaikuttivat toimintaan. Yksi tilanne, jossa lapsen mielipide olisi voitu ottaa huomioon suunnittelussa, tapahtui aamupalalla. Lapset ja aikuinen juttelivat viikonlopun diskotapahtumasta, ja lapset kertoivat hyvin innoissaan siitä. Aikuinen kommentoi, että voitaisiin pitää oma disko, ja lapset vaikuttivat olevan innoissaan. Hetken keskustelun jälkeen aikuinen kuitenkin peruutti asiassa, perustellen että täytyy ensin katsoa, mitä toinen ryhmän aikuinen on suunnitellut päivälle.

6.3 Fyysinen toimintaympäristö ja välineistö

Tässä osiossa käsitellään tutkimuksen kohteena olevien varhaiskasvatusryhmien fyysistä toimintaympäristöä eli ryhmien toimintatiloja yksikössä ja yksiköiden sijaintia. Samassa osiossa tarkastelun tasona ovat myös yksiköiden liikuntavälineet, välineiden saatavuus ja sijoittelu.

Tutkimuksen kohteena olevien ryhmien toimintatilat olivat havainnoijan silmissä hyvin samankaltaiset. Ryhmien tiloihin sisältyi kaksi toimintahuonetta, eteinen, kuraeteinen ja wc-tilat. Kahdessa viimeisessä varsinaista toimintaa ei järjestetty, vaan ne oli varattu siirtymille ja perushoidon toimiin. Toinen toimintahuoneista toimi molemmissa yksiköissä myös lepohuoneena. Tilat olivat suhteellisen suuria, mutta huonekalut, kuten ruokapöydät ja toisessa yksikössä sängyt, veivät jonkin verran tilaa. Aikuisten haastattelujen mukaan huonekaluja kuitenkin hyödynnettiin liikkumisessa, esimerkiksi tempuratojen rakennuksessa. Kerrossängyissä oli myös lupa kiipeillä. Tämä todentui kyseisen yksikön havainnoinneissa. Molemmat yksiköt koostuivat useasta kerroksesta, ja mm. rappusten käyttö liikkumisessa mainittiin, mm. niiden käyttö liukumäkenä, sekä kaiteella liukuminen.

Liikuntasali nousi haastatteluissa keskeiseksi aiheeksi, kun puhuttiin yksiköiden tiloista. Jokainen aikuinen mainitsi, että yksikössä on sali, mutta puhe kääntyi myös sen käytön rajallisuuteen. Toisessa yksikössä salin käyttö on jaettu eri ryhmien kesken, eli ko. ryhmällä on sali käytössä vähintään kerran viikossa. Toisessa yksikössä salin tiloissa toimi yksi päiväkodin ryhmä, joten käyttö oli siksi jäänyt vähälle.

Kun lapsilta kysyttiin mieluisinta liikkumispaikkaa, kolme vastasi, että se on sali ja kaksi vastasi, että kivointa on ulkona. Yksi lapsista ei osannut kertoa. Vähiten mieluisaksi paikaksi usea lapsi nimesi lepohuoneen. Monet liikkumistoiminnat, kuten juokseminen ja kiipeily, yhdistettiin saliin ja ulos. Myös aikuisten haastatteluissa korostui ison tilan merkitys suhteessa lasten liikkumisiin.

H: Okei, saatteks te juosta sisällä täällä?

L2: Joo jumppasalissa.

H: Jumppasalissa saa juosta. Saaks juosta missään muualla?

L2: No, ei, mut ulkoon saa.

H: Ulkona saa juosta. Mites, saatteks te kiivetä sisällä missään?

L2: No saadaa.

H: Missä?

L2: No ainakin jumppasalissa.

Ulkotilat erosivat jonkin verran toisistaan; toisen yksikön piha-alue oli melko pieni. Lähellä olevat leikkipuistot kuitenkin olivat aikuisten mukaan paljon käytössä, ja tämä todentui myös havainnoinnissa. Toisessa yksikössä piha oli todella suuri ja sen maasto vaihteleva. Toinen yksikkö sijaitsi myös hyvin lähellä metsää, ja aikuiset kertoivatkin, että sitä hyödynnetään paljon liikkumiseen. Molempien ryhmien aikuiset kertoivat, että ympäröiviä alueita, kuten leikkipuistoja, metsää ja urheilukenttää hyödynnetään toiminnassa. Myös kävelyretkiä tehdään lähiympäristöön - tämä on toisessa yksikössä nostettu lasten toiveista.

O4: - - ja tota sit ollaan tehty muutaman kerran lapset halus ihan vaan kävelyille, eli ne ei halunnukaan mihinkään, vaan ne halus vaan lähtee kävelyille niin ollaan sit tehty sellasia extempore kävelyretkiä.

Havainnoinneissa kävi ilmi, että tiloja hyödynnettiin liikkumisessa. Käyttö tapahtui melko aikuisjohtoisesti, eli aikuinen päätti, minne mennään ja missä ollaan. Esimerkiksi tilanteessa, jossa kahdessa eri tilassa oli erilaista liikkumistoimintaa, aikuinen jakoi lapset ryhmiin ja kertoi, kumpaan tilaan kumpikin meni. Eräässä ulkoilussa lapsi kysyi aikuiselta, voidaanko lähteä kävelylle, aikuinen perusteli, että olosuhteiden takia ei voida nyt mennä. Hetken päästä kysyttiin, voidaanko lähteä viereiseen puistoon. Tähän aikuinen suostui, ja lähdettiin. Tiloja hyödynnettiin usein lasten tarpeiden mukaan; esimerkiksi tilanteessa, jossa lapsi alkoi potkia pyöreää pehmolelua kuin palloa, aikuinen kehotti lasta siirtymään lepohuoneeseen, jossa tilaa potkia on enemmän. Toisen yksikön pihalle oli tehty pulkkamäki lapsia varten, sillä piha oli muuten tasainen, ja toisessa yksikössä yksi varaston seinä oli varattu lumipallojen heittoon.

Molempien yksiköiden seinillä oli kuvia, jotka liittyivät liikkumiseen. Toisessa yksikössä oli kuvakollaasi lasten pihaleikistä, ja lisäksi hyvin näkyvillä olivat varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset ja päiväkodin pihasäännöt, jotka painottuivat sallivuuteen. Toisen yksikön seinälle oli koottu kuvia ryhmässä tehdyistä eri liikkumisista, kuten metsäretkeilystä, tanssista ja leikkimopoilla ajelusta.

Tilojen rajallisuus koettiin jossain määrin haasteeksi; toisessa yksikössä korostettiin pihan pientä kokoa ja sen tuomia rajoitteita. Mainittiin, että esimerkiksi pyöräily ja potkulautailu on jouduttu toteuttamaan muissa ulkotiloissa, sillä pihalla ne ovat haastavia toteuttaa. Haastatteluissa tuli esille, että tilat vaikuttavat liikuntatoiminnan laajentamiseen, eli jos on yhdessä tehty esimerkiksi hieno jumpparata, niin sitä ei voi jättää paikoilleen, sillä tiloja tarvitaan muuhunkin käyttöön. Yksi toisen yksikön aikuisista nosti pienen eteisen lasten osallisuuden rajoittajana.

Molemmissa yksiköissä oli aikuisten haastattelun mukaan liikuntavälineitä runsaasti ja monipuolisesti. Havainnointien perusteella ryhmien tiloissa välineitä oli näkyvillä melko vähän, suhteessa kokonaismäärään. Välineet, jotka olivat näkyvillä tiloissa, olivat muutama pallo, hernepussit, isot pehmopalat, jumppamatto ja trampoliini. Aikuisten haastattelujen mukaan suurinta osaa välineistä säilytetään liikuntasalissa ja niitä haetaan ryhmien tiloihin tarvittaessa. Yhtenä

havainnointipäivänä aikuinen otti lapsia mukaan saliin hakemaan lapsille mieleisiä liikuntavälineitä. Kun välineet olivat tiloissa, lapset tarttuivat niihin aktiivisesti ja olivat innokkaita käyttämään niitä liikkumiseen. Kun yhtenä havainnointipäivänä lapsiryhmä meni jumppasaliin aikuisen kanssa, aikuinen kysyi, mitä välineitä lapset haluaisivat. Lapset olivat hyvin innoissaan hyödyntämässä välineitä, ja into liikkumiseen oli selvästi havaittavissa. Yksi haastateltavista aikuisista nostikin sisäliikuntavälineiden saatavuuden esiin kehityskohdaksi.

H: Just, tota miten sun mielest ne välineet on lasten saatavilla?

O3: Huonosti. Että, salissahan ne on mutta esimerkiks nois meidän ryhmässä siel on yks trampoliini ja yks pallo, ehkä välil muutama hernepussi. Joo, mut sitte ku meil on salipäivä ni sillon, mut ryhmän tilois näis niinku ryhmätilois sä ymmärrät. Nii on huonosti.

Ulkoliikuntavälineitä varten molemmilla yksiköillä oli varasto, joka on ulkoilun ajan auki. Toisen yksikön varasto oli pihan keskellä, kun toisen taas sijaitsi yläpihalla, hiukan kauempana. Yksikössä, jossa varasto oli keskellä pihaa, lelut ja muut välineet olivat havainnointien perusteella runsaammassa käytössä. Toisessa yksikössä on yksi päivä viikossa, jolloin varasto on kiinni. Haastattelujen ja havainnoinnin perusteella lapset saavat vapaasti hakea ulkona välineitä, ja ne ovat lasten saatavilla.

Siinä missä aikuiset osasivat luetella kysyttäessä paljon erilaisia välineitä, joita yksiköistä löytyy, lasten vastaukset olivat suppeampia. Sisällä olevista välineistä mainittiin pallo, pehmonoppa, pomppupallo, renkaat ja narut. Ulkoliikuntavälineistä mainittiin sählytarvikkeet, pallot ja hulavanteet. Lapset osasivat kertoa mistä liikuntavälineitä löytyy. Mikäli välineet olivat ryhmän tiloissa, niitä sai ottaa vapaasti, mutta jos ne piti hakea jostakin, tuli kysyä aikuiselta, ja aikuinen haki tai kertoi, mistä välineen voi hakea. Lapset kokivat myös, että liikuntavälineitä saa käyttää vapaasti leikeissä.

Aikuiset kokivat, että lapsille tarjotaan melko hyvin välineitä käyttöön, ja mainittiin, että ryhmässä pyritään pitämään tietyt välineet aina saatavilla. Aikuisista osa pohti, kysytäänkö lapsilta riittävän usein, haluavatko he joitakin välineitä.

Ajatuksia syntyi myös siitä, osaavatko lapset pyytää välineitä käyttöön, muistavatko he, mitä kaikkea salista on mahdollista saada. Havainnoinneissa ei tullut ilmi tilanteita, joissa lapsi olisi itse pyytänyt jotakin välinettä, mutta tuli tilanteita, joissa aikuinen kysyi tai ehdotti välineiden käyttöä. Havaittavissa oli, että kun välineitä oli näkyvillä, lapset tarttuivat niihin. Lapset käyttivät välineitä monipuolisesti ja keksivät uusia tapoja toimia niiden kanssa.

6.4 Aikuisen toiminta ja merkitys

Molemmissa ryhmissä aikuiset ilmaisivat haastatteluissaan, että aikuiset kannustavat lapsia liikkumaan päiväkodissa. Aikuisen vastuuksi koettiin liikunta-toiminnan rikastaminen ja uusien toimintojen keksiminen. Keskeiseksi keinoksi lasten kannustamiseen nimettiin aikuisen osallistuminen liikkumiseen. Tärkeänä pidettiin myös sallivuutta suhteessa liikkumiseen.

O4: Ja sitte myös se aikuinen nostaa sen pyllynsä sieltä sohvalta ja on mukana siinä, ei tarvi olla kummostakaan mut se että sä et ohjaille sieltä sohvan nurkasta käsin tai niinkun tuolista käsin ni se kannustaa jo liikkumaan.

Havainnoinneissa kävi selväksi, että aikuisen läsnäolo, osallistuminen ja kannustus vaikuttivat innostavasti lasten toimimiseen. Kun ulkoillessa aikuinen liittyi lasten mukaan laskemaan pulkalla, lapset olivat silminnähden mielissään tästä. Kun sisällä tanssiessa lapset alkoivat väsähtää ja aikuinen kannusti ja osallistui itse aktiivisemmin, lapsetkin saivat uutta virtaa. Aikuisten haastatteluissa mainittiin, että aikuisten oma aktiivisuus ja osallistuminen on henkilökohtaista.

O2: Tääkin on vähän sellanen aikuiskohtainen asia et jotkut on myönteisempiä ja tota tavallaan heittäytyy enemmän ja jotku on enemmän siinä roolissa, että he enemmän niinku valvoo - -

Säännöistä haastateltujen aikuisten yhteinen näkemys oli, että turhia kieltoja vältetään ja pyritään muokkaamaan sääntöjä enemmän siihen suuntaan, mitä saa tehdä. Aikuiset mainitsivat myös, että säännöissä pyritään katsomaan asiaa tilannekohtaisesti.

O3: - - et se koko se ilmapiiri on liikkumisille salliva ja sit siellä ei oo niitä kieltoja, päinvastoin että saa tehdä et kyllä me ollaa panostettu siihen nyt viime vuosina et se on muuttunutkin tässä tää kulttuuri.

Havainnointien perusteella kieltoja tai liikkumisen rajoittamista sanallisesti oli vähän. Toisen yksikön seinällä oli aikuisten pihasäännöt ja lasten pihasäännöt, ja ne pohjasivat siihen, mitä saa tehdä ja mitä aikuisen tulee tehdä tehdäkseen lasten ulkoilusta hyvän. Kun lapsilta kysyttiin, saako sisällä juosta, lähes jokainen vastasi, että ei, ja loput ilmoittivat tietyn paikan, jossa saa juosta; yksi lapsista oli tietoinen, että sisällä saa juosta. Kiipeilyssä ilmoitettiin myös tietty sallittu paikka, esimerkiksi puolapuut, jumppasali tai kerrossängyt. Osa lapsista oli myös sitä mieltä, ettei sisällä saa kiipeillä. Hyppiä sisällä sai kaikkien mielestä. Ulkona taas sai kaikkien lasten mielestä juosta, hyppiä ja kiivetä.

Aikuiset kokivat tärkeäksi, että aikuinen tuo lapsille vaihtoehtoja sekä esittelee uusia liikkumistapoja ja lajeja. Usea aikuinen korosti, että lapsi ei osaa pyytää jotakin leikkiä tai tekemistä, jos sitä ei ole koskaan aiemmin kokeiltu. Haastattelvat kokivat myös, että aikuinen havainnoi usein lapsia eri toimintojen aikana ja sitä kautta kehittää toimintaa ja keksii uusia asioita, jotka heitä saattaisivat kiinnostaa. Keinoina lasten mielipiteiden selvittämiseksi nähtiin havainnointi, suorat kysymykset ja lasten kuunteleminen.

Kysyttäessä keinoja lasten osallisuuden lisäämiseksi aikuiset mainitsivat lasten itsenäisen tekemisen lisäämisen eri tilanteissa, liikuntavälineiden saatavuuden parantamisen ja syrjäänvetäytyvien lasten mukaan innostamisen. Haasteiksi ryhmän arjessa lasten osallisuuden kannalta aikuiset mainitsivat aikataulutuksen, suuret ryhmäkoot ja vaihtuvat sijaiset.

Sisällä toimittaessa aikuiset olivat hyvin vahvasti läsnä, kuuntelivat lasten asioita ja olivat jonkin verran mukana toiminnassa. Tempuratatoiminnan aikana aikuinen kysyi, haluaisivatko lapset musiikkia, ja monissa yhteyksissä soitettiin lasten toivemusiikkia. Aikuinen myös ehdotti, kun lapset innostuivat tasapainoilemaan rullalaudoilla, että käännettäisiin penkki tueksi, jotta rullaukseen saisi enemmän vauhtia. Aikuiset itse eivät esimerkiksi tempuratatoiminnassa

olleet konkreettisesti mukana, vaan valvoivat vieressä. Yhteisleikeissä aikuinen oli usein musiikin käyttäjänä tai muuna sivutoimijana, mutta esimerkiksi tanssimisessa tai muussa jumpassa leikki ja teki mukana. Sanallista kannustusta aikuiselta tuli ohjatun toiminnan aikana, muun liikkumisen yhteydessä ei havaittavasti.

Ulkoilussa aikuiset sitoutuivat toimintaan hyvin vaihtelevasti. Toisessa yksikössä toiminta tapahtui pienryhmissä, joten aikuinen valvoi omaa pienryhmäänsä ja toimi sen kanssa. Havainnoiduissa ulkoiluissa aikuinen lähinnä valvoi toimintaa ja tarvittaessa tuki mm. kiipeilyn harjoittelua. Aikuiset eivät kovinkaan usein osallistuneet itse liikkumiseen, lukuun ottamatta kertaa, jolloin koko pienryhmä pelasi yhdessä sählyä. Toisessa ryhmässä taas aikuiset olivat runsaan ajan ulkoilusta muiden aikuisten kanssa. Valvonta tapahtui etäältä, vaikka huomio olikin lapsissa. Lapset toimivat ja liikkuvat ulkona hyvin omaehtoisesti. Kun lapsi tuli erikseen pyytämään aikuista vetämään pulkassa tai muuta, aikuinen reagoi, mutta lasten aloitteita tuli hyvin vähän. Yksi haastattelusta aikuisista totesi tähän huomioon liittyvän asian haastattelussa.

O2: -- että kyllähän se on niinku se toisen aikuisen vetovoima aika vahva tuol ulkona, ja tota täytyy sanoo ihan itestäkin että pitää niinku oikeesti muistaa se aina et mä oon täällä lapsia varten --

Kun lapsilta kysyttiin, miten aikuiset liikkuvat heidän kanssaan, valtaosan vastaus oli, että kävellen. Kysyttäessä että juoksevatko aikuiset, vastaus oli, että ulkona ja joskus. Osa myös koki, etteivät aikuiset juokse ollenkaan. Yksi toteamus oli, että aikuinen soittaa, eikä liiku. Useampi lapsi totesi myös, että aikuiset päättävät, mitä päiväkodissa tehdään tai miten siellä liikutaan.

H: Okei, mites tääl päiväkodissa liikkuuko aikuiset tääl teijän kaa?

L3: No... Emmä tiedä ne vaan kättelee.

H: Hei, liikkuuks aikuiset koskaan teijän kaa?

L5: Joo.

H: Miten ne liikkuu?

L5: Ne on ennen mönkiny.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa avataan tutkimustuloksien perusteella muodostuneita johtopäätöksiä. Johtopäätökset käsitellään tutkimuskysymyksiin nojaten. Johtopäätöksien tueksi nostetaan aiempien tutkimuksien tuloksia ja muuta oleellista teoriatieta.

7.1 Lasten osallisuuden näkyminen liikuntakasvatuksessa päiväkodin arjessa

Kerätyn aineiston valossa lasten mielipiteet otettiin huomioon ryhmien toiminnassa ja sen suunnittelussa. Aikuisten mukaan lasten mielipiteitä liikkumisesta myös selvitettiin. Aikuiset kokivat olevansa avoimia lasten ideoille myös jo suunnitellun toiminnan aikana, ja lapsilla oli mahdollisuus vaikuttaa omaan toimintaansa myös ohjatuissa liikuntatilanteissa, esimerkiksi valitsemalla olemaan osallistumatta liikuntatoimintaan.

Havainnointien perusteella aikuiset kuitenkin säätelivät, milloin lapsilla oli mahdollisuus vaikuttaa toimintaan ja sen sisältöön ja milloin heidän toiveensa ja mielipiteensä vaikuttivat toiminnan etenemiseen. Lasten osallisuuden määrä ja laatu vaihtelivat eri tilanteiden ja läsnäolevan aikuisen mukaan. Heinosen ja Kuikan (2013, 219) mukaan Carolyn Willow´n kolmen R:n teoriassa osallisuudesta nousee yksi r, rutiini, eli osallisuus on jatkuva osa arkea, eikä se toteudu vaan määrättyissä tilanteissa. Toinen Willow´n määrittelemä r, respect, taas näkyi vahvasti havainnoinneissa, eli lapsiin suhtauduttiin arvostavasti ja heitä kuunneltiin eri liikuntatilanteissa. Kolmas r, eli report, osallisuuden näkyväksi tekeminen lapsille, oli aineiston perusteella melko ristiriitainen, eli vaikka aikuiset selvästi pyrkivät tiedottamaan lapsia heidän mahdollisuuksistaan vaikuttaa, lapset olivat hyvin vaihtelevasti tietoisia tästä. Tutkimustuloksien mukaan aikuiset pyrkivät omien sanojensa mukaan keräämään lapsilta palautetta, mutta havainnoinneissa tämä toiminta oli vähäistä.

Lasten mahdollisuus vaikuttaa omaan liikkumiseensa oli selkeästi suurempaa ulkona liikuttaessa kuin sisällä. Ulkona ollessaan lapset saivat havainnointien ja haastattelujen perusteella vaikuttaa lähes täysin siihen, mitä ja miten liikkuvat. Ainoa rajoittava tekijä aikuisten haastattelujen perusteella oli se, jos aiku-

nen oli jo suunnitellut ryhmälle jotakin toimintaa ulos. Myös liikuntavälineet olivat ulkona lasten vapaassa käytössä ja lapset pystyivät hakemaan niitä käyttöönsä. Huomionarvoista oli, että aikuisen läsnäolo lasten liikkumistilanteissa oli sisällä liikuttaessa huomattavasti vahvempaa.

Lapset pääsivät vaikuttamaan eri liikkumistilanteissa eri tavoin. Ohjatuissa tilanteissa vaikuttaminen oli suureksi osaksi aikuisen ns. sallimaa. Lapsilla oli mahdollisuudet myös sanattomaan vaikuttamiseen, sillä aikuiset olivat useimmissa tilanteissa herkkiä lasten sanattomille viesteille.

Eskelin ja Marttilan (2013, 79) koostama malli Roger Hartin osallisuuden tikaipuista oli hyvä malli lasten osallisuuden tarkasteluun myös tässä tutkimuksessa. Kaiken kaikkiaan aikuisten haastattelujen perusteella lapset olivat jatkuvasti toiminnan eri vaiheissa mukana ja heitä kuunneltiin ja heidän mielipiteitään huomioitiin. Kuitenkin havainnoinneissa oli nähtävissä, että vaikka lapsia kuultiin ja heidän mielenkiinnonkohteitaan oli monissa tilanteissa otettu huomioon, toiminta oli loppujen lopuksi usein aikuisen suunnittelemaa. Toisaalta lapsilla oli monesti mahdollisuus muokata aikuisen alullepanemaa toimintaa.

Osallisuuden taso vaihteli tilanteiden mukaan. Esimerkiksi ulkona liikuttaessa osallisuuden tason voitiin nähdä olevan jopa tasolla 7, eli lapset aloittivat ja ohjasivat toimintansa itse. Useissa tilanteissa osallisuus toteutui myös tasoilla 6 (lasten kanssa tehdään päätökset, mutta aloitteet tulevat aikuisilta), 5 (lapsilta kysytään toiminnasta ja heitä kuullaan) ja 4 (lasten mielipiteitä kuullaan, mutta aikuiset tekevät päätökset) (ks. Eskel & Marttila 2013, 80). Positiivista oli, että kerätyn aineiston perusteella liikkumiseen liittyvässä toiminnassa lasten osallisuus ei pudonnut alimmille portaille. Oli kuitenkin havaittavissa, että esimerkiksi monissa siirtymissä paikasta toiseen aikuinen ohjasi lapsia hyvin vahvasti eikä lapsilla ollut juurikaan mahdollisuutta vaikuttaa tilanteeseen.

7.2 Lasten osallisuutta tukevat tekijät varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa

Tutkimustulosten perusteella aikuisen aktiivinen toimiminen lasten osallisuuden mahdollistamiseksi on merkittävin lasten osallisuutta tukeva tekijä. Niin aikuisten haastatteluissa kuin havainnoinneissakin kävi ilmi, että yksiköiden aikuiset suhtautuvat lasten osallisuuteen positiivisesti ja aikuiset tiedostavat osallisuuden olevan tärkeä osa varhaiskasvatusta. Aikuiset mahdollistivat osallisuuden selvittämällä lasten mielipiteitä mm. havainnoimalla ja suoraan lapsilta kysymällä. Osallisuutta liikkumisessa vahvistettiin myös tarjoamalla uusia liikkumismahdollisuuksia ja -tapoja mm. uusien liikuntaleikkien muodossa. Sallivuus on tärkeä osallisuutta tukeva tekijä, ja tämä korostui tutkimuksessa. Aikuiset kokivat, että ryhmissä vältetään turhia kieltoja ja sääntöjä ja lasten annetaan liikkua omalla tavallaan eri tilanteissa. Tämä todentui myös havainnoinneissa.

Tutkimuksessa selvisi tilojen merkitys lasten osallisuudelle liikkumisessa. Väljät ja avarat tilat tai ulkoilma kannustivat lapsia aktiiviseen liikkumiseen, ja moni lapsi mainitsikin liikkuvansa mieluiten ulkona tai jumppasalissa. Havaintojen perusteella todettiin myös, että kun tilaa on, lapsen leikki leviää, muuttuu ja kasvaa, mikä osaltaan tukee lapsen osallisuuden kokemusta.

Erilaisten mahdollisuuksien tarjoaminen liikkumiseen lisäsi selkeästi kerätyn aineiston perusteella lasten liikkumista ja myös lasten osallisuutta. Kun tarjolla oli erilaisia välineitä, musiikkia ja tilaa, lapsista valtaosa liikkui innokkaasti, ilman sen kummempaa kannustamista. Lapset myös lisäsivät toimintaan omia ideoitaan, esimerkiksi jumpparadalla alettiinkin tanssia ja leikkiä musiikin tahtiin.

7.3 Lasten osallisuutta rajoittavat tekijät varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa

Lapset käyttelivät tutkimusaineiston perusteella liikuntavälineitä mielellään ja välineet myös aktivoivat lapsia liikkumaan eri tavoin. Tutkimustuloksissa selvisi, että sisällä liikuntavälineet eivät ole kovinkaan suurissa määrissä näkyvillä tai lasten saatavilla, vaan aikuisen tulee antaa niitä tai kertoa, mistä välineen voi hakea. Lapset eivät osanneet kysyttäessä mainita kovinkaan montaa

päiväkodin liikuntavälinettä, vaikka yksiköissä oli moninkertainen määrä erilaisia välineitä. Liikuntavälineiden heikko saatavuus lasten näkökulmasta näkyi havainnoinneissa, ja myös osa lapsista ja aikuisista totesi tämän haastatte- luissa.

Tilojen rajallisuus häyttasi tietyissä tilanteissa lasten osallisuutta. Esimerkiksi ahtaassa eteisessä aikuinen joutui hoitamaan lasten vaatteiden paikoilleen viennin. Toinen keskeinen huomio oli, että vaikka lapset haluaisivat esimerkiksi jatkaa saman jumpparadan rakentamista seuraavana päivänä, se täytyy tilanpuutteen takia siivota heti käytön jälkeen pois. Aikuisista osa nimesi myös strukturoidun päivärytmin osallisuuden rajoittajana. Eskel ja Marttila (2013, 80) mainitsevat, että päiväkodin rytmissä ei ole aina tarpeeksi tilaa lasten omalle toiminnalle, vaan lasten elämää saattavat liikaakin ohjata aikuisten suunnit- lemat toiminnot. Päiväjärjestys ja arjen rutiinit voivat edistää tai olla esteenä lasten osallisuudelle, riippuen tavoista, miten niitä toteutetaan. Osallisuutta li- sätäkseen päiväjärjestyksen tulee olla säännöllinen ja ennakoitava, mutta las- ten tarpeiden ja toiveiden mukaan joustava. (Roos, Nurhonen & Viitanen 2018, 89.)

Aikuiset nimesivät osallisuutta haittaavaksi tekijäksi myös henkilöstön poissa- olot ja sitä kautta vaihtuvat sijaiset. Myös tilanteet, joissa lapsia on paljon suh- teessa aikuisiin, koettiin osallisuuden kannalta haastaviksi. Kiireinen ja hekti- nen tilanne sisällä tai tilanne, jossa yhdessä tilassa oli kerrallaan paljon lapsia, vaikutti huomattavalla tavalla siihen, etteivät aikuiset pystyneet kuulemaan lasten kaikkia asioita. Vastaavasti aineistosta kävi ilmi, että kun toiminta toteu- tettiin pienryhmissä, lasten mielipiteet voitiin huomioida paremmin ja jokainen lapsi sai yksilöllisempää kohtelua.

Siinä missä aikuinen vahvistaa lasten osallisuutta, tavallaan hän myös rajoit- taa sitä. Tämä todentui tutkimusaineistossa. Vaikka aikuiset hyvin monissa ti- lanteissa olivat sallivia ja lasta kuuntelevia, oli myös tapauksia, joissa aikuinen rajoitti lapsen toimintaa sen kummemmin asiaa selittämättä. Tutkimusaineis- tosta kävi myös ilmi, että vaikka aikuiset korostivat ”säännöttömyyttä”, lapsille asia ei ole yhtä selvä. Useampi lapsi kertoi, ettei sisällä saisi juosta tai juokse- minen tai kiipeily olisi sallittua vain tietyissä paikoissa. Kangas ja Brotherus (2017) ja Brotherus (2004) ovat osoittaneet, että lapset ovat sosiaalistuneet

päiväkotien sääntöihin – myös piilosääntöihin - ja rutiineihin, joita päiväkodin jäykät aika-tilapolut vahvistavat (Brotherus & Kangas 2018, 21).

7.4 Lasten osallisuuden lisääminen varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa

Aikuiset kertoivat haastatteluissa siitä, että lapsista osa pyrkii vaikuttamaan ja kertomaan mielipiteensä enemmän ja aktiivisemmin ja osa vähemmän. Havainnointien perusteella näitä aktiivisempia ja vähemmän aktiivisia oli pienryhmissä toimittaessa sekaisin. Aikuiset totesivat myös, että aktiivisemmat lapset vievät aikuisen huomion helposti. Kangas ym. (2018, 21) toteavat, että toisinaan osallisuutta pitää suunnitella kuten toimintaa ja miettiä, miten lapsille tarjotaan mahdollisuuksia kokea osallisuutta ryhmän toiminnassa, miten edesautetaan hiljaisia tai ujoja lapsia ilmaisemaan kiinnostuksenkohteitaan ja aloitteitaan ja miten lapsille todennetaan heidän kiinnostustensa kohteiden ja ideoiden vaikuttavuus yhteisessä toiminnassa.

Aikuiset esittivät haastatteluissa osallisuuden lisäämisen keinoina lapsen ottamisen enemmän mukaan arjen toimiin, kuten vaatteiden paikoilleen viemiseen ja askartelutarvikkeiden hakemiseen. Yksi aikuisista mainitsi myös lasten tehokkaamman aktivoinnin ja toimintaan kannustamisen. Yksi aikuisista koki, että liikuntavälineiden laajempi ja lapsille helpompi saatavuus lisäisi lasten osallisuutta.

Havainnointien perusteella liikuntavälineet eivät olleet kovinkaan hyvin lasten ulottuvilla tai näkyvillä, muutamia yksittäisiä välineitä lukuun ottamatta. Lapset kuitenkin osoittivat kiinnostusta välineisiin, kun ne tuotiin tiloihin. Lasten mahdollisuudet hakea haluamiaan välineitä vapaasti toisivat osallisuuteen uutta ulottuvuutta ja hyvin todennäköisesti lisäisivät niiden käyttöä.

Havainnoinneissa ilmeni myös, että aikuiset toimivat samankaltaisissa tilanteissa hyvin eri tavoin. Joskus tilojen käyttöä rajoitettiin, toisinaan taas ei. Tämä ilmeni myös aikuisten haastatteluissa; aikuisilla on niiden mukaan esimerkiksi hiukan eri käsitykset siitä, mikä on turvallista. Yksikön henkilöstöllä tulisi olla selkeä yhteisnäkemys siitä, miten lapsia kannustetaan liikkumaan ja

kokeilemaan liikkumiseen liittyviä uusia asioita. Kuten edellä on todettu, aikuisen rooli on kiistattoman suuri, mitä lasten osallisuuden kaikkiin tasoihin tulee. Myös Ahlholmin tutkimuksessa todettiin aikuisen merkittävä rooli lasten osallisuuden mahdollistajana ja että aikuinen vaikuttaa lasten osallisuuteen joko rajoittaen tai kannustaen.

Osallisuuden käsite ja käsitys siitä, miten sitä tulisi toteuttaa, vaihteli jonkin verran eri aikuisten haastattelujen välillä. Tarjoamalla aikuisille lisää tietoa ja varmistamalla, että koko henkilöstö ymmärtää asian merkityksen, voidaan mahdollisesti vahvistaa lasten osallisuuden toteutumista. Kysyttäessä aikuisten haastatteluissa osallisuuden lisäämisen keinoja vastaukset olivat hyvin erilaisia, mutta kokonaisuutena aikuisilla vaikutti olevan tutkijan näkökulmasta jossain määrin vaikeuksia keksiä osallisuutta lisääviä keinoja. Tätä tulisi tutkijan näkökulmasta ehdottomasti kehittää. Työntekijöille tulisi tuottaa tietoa lasten osallisuutta lisäävistä toimintamalleista ja keinoista. Venninen, Leinonen ja Ojala (2010) toteavat, että kasvattajatiimit päiväkodeissa kaipaavat enemmän suunnittelu-aikaa voidakseen pohtia sopivia toimintatapoja lasten osallisuuden lisäämiseksi (Kamppuri 2018, 138). He huomauttavat myös, että aiheesta tarvitaan lisäkoulutusta ja on tarvetta keskustella erilaisista näkemyksistä, jotka saattoivat toimia lasten osallisuuden esteenä (Kamppuri 2018, 138). Turja (2017, 55) esittää yhtenä toiminnan kehittämisen keinona lasten osallisuuteen liittyvien kokemusten jakamisen.

Huomionarvoista tutkimustuloksissa oli muun muassa se, että lapsille oli varsin vaihtelevasti tiedossa mahdollisuutensa vaikuttaa. Moni lapsi koki, että aikuiset päättävät päiväkodin liikuntatoiminnasta, vaikka kysyvätkin myös lasten mielipiteitä. Vastaavia tuloksia on tullut myös aiemmissa tutkimuksissa aiheesta. Kettunen ja Ouninkorpi (2017, 72) toteavat tutkimuksensa päätteeksi, että vaikka lapset vaikuttavat esiopetuksessa moniin siellä tapahtuviin asioihin ja toimintoihin, he eivät itse ole tietoisia omasta vaikuttamisestaan. Sama tulos oli havaittavissa myös tässä 3–5-vuotiaita käsittelevässä tutkimuksessa. Näihin lasten kokemuksiin vaikuttamisestaan liittyi havainto siitä, että vaikka jonkin verran puhuttiin siitä, että lapsilta kysytään palautetta toiminnasta, niin ainakaan näiden havainnointien aikana sitä ei nähty. Lasten arvioinnin säännöllistäminen saattaisi olla yksi potentiaalinen keino lisätä lasten ymmärrystä mahdollisuuksistaan vaikuttaa.

7.5 Tutkijan omat kehitysehdotukset

Kuten jo edellä todettiin, pienryhmissä toimiminen tukee lasten osallisuutta isoa ryhmää paremmin. Pienryhmien jako onkin sekä osallisuuden että liikku-
misen kannalta tärkeää. Ajatuksia heräsi liittyen siihen, että pienryhmät voitai-
siin jakaa esimerkiksi liikuntataitojen tai liikuntamieltymyksien mukaan. Kes-
keinen huomio oli myös, että vilkkaammat lapset saattavat viedä aikuisen huo-
mion ja rauhallisemmat jäävät syrjään, joten pienryhmät tulisi suunnitella mah-
dollisesti myös tämän huomioiden. Myös ryhmien muokkaus toiminnan aikana
tarvittaessa tulee kysymykseen.

Liikuntavälineiden saatavuuden ja siihen kytkeytyvän lasten osallisuuden tee-
maan on varmasti useita keinoja vaikuttaa. Tutkijan ehdotus on, että joka ryh-
mässä olisi viikon ajan käytössä lasten valitsema välineitä, ilman poisvientiä
välissä, ja viikon jälkeen välineitä mahdollisesti vaihdettaisiin ryhmien välillä.
Tärkeää olisikin kohdella liikuntavälineitä kuin leluja, eli niitä käytettäisiin ja
säilytettäisiin samalla tavalla.

Mitä liikkumisen arviointiin tulee, voisi ryhmiin ottaa käyttöön jonkin palauteke-
ruukäytännön. Yksinkertaisimmillaan se voisi olla vaikkapa, että jokainen lii-
kuntatoiminnasta lähtiessään näyttäisi peukkua ylös tai alas. Jos peukku on
alas, voisi lapselta kysyä, että miksi hän on tuota mieltä, mitä olisi voinut olla
toisin jne. Tärkeää olisi myös tehdä lapsille selväksi, että heidän mielipiteillään
on merkitystä tulevaisuudessa, muuten edellä mainittu toiminta on vain sitä
kuuluisaa "muodon vuoksi" tehtävää toimintaa.

8 POHDINTA

Tutkimus tuotti omasta näkökulmastani laadukasta tietoa ja vahvisti aiempaa
tietoa aiheesta, mutta paljon kysymyksiä jäi ns. roikkumaan ilmaan. Kuitenkin,
kuten johtopäätöksistä nähdään, tutkimuskysymyksiin saatiin vastauksia ja
itse aiheesta lisää tietoa. Omien ajatuksieni lähtökohta, joka liittyi lasten liikun-
nan ilon ja osallisuuden yhteyteen, sai vahvistusta tutkimuksesta. Oli kiinnos-
tavaa nähdä, miten paljon yllätyksiä aineisto tarjosi, suurimpana ehkä lasten ja
aikuisten näkökulmien erot. Aineiston käsittely ja analysointi oli myös työn

haasteellisin osio, sillä tietoa oli paljon, ja siitä olennaisen erottelu oli yllättävän aikaa vievää. Kuitenkin, jo analyysin alkuvaiheessa aineistosta oli mielestäni selkeästi erotettavissa tutkimuksen kannalta merkittäviä huomioita.

Erityisen antoisaa tutkimuksen aikana oli kuulla lapsia tästä aiheesta ja havaita, miten lasten vastaukset olivat joissakin asioissa hyvinkin erilaisia aikuisten vastauksiin verraten. Lasten haastattelujen aikana ilmeni jonkin verran haasteita, liittyen siihen, että lapset vastasivat asioihin vaihtelevalla tarkkuudella, ja joissakin tapauksissa kertoivat aivan muuta itselleen tärkeää. Lasten haastattelut olivat mielenkiintoinen kokemus, joka vaatisi allekirjoittaneelta ehdottomasti lisää harjoittelua.

Lasten haastattelut vaativat toteutuksena enemmän vaivannäköä kuin aikuisten vastaavat, mutta tulokset olivat sen arvoisia. Lapsia tulisikin myös tulevaisuudessa ottaa osaksi tutkimuksia, sillä lasten näkökulma voi tuoda paljonkin uutta ja erilaista sisältöä, kuten tässäkin tutkimuksessa voitiin todeta. Itse sain tutkimuksen aikana paljon uutta näkökulmaa, ja tein etenkin aikuisten toiminnasta huomioita, joita aion ehdottomasti hyödyntää omassa työssäni varhaiskasvatuksessa.

Liikuntakasvatus on itselleni ammatillisesta näkökulmasta alue, johon haluan ehdottomasti paneutua tulevaisuudessa lisää, joten työ oli siinäkin mielessä antoisa. Sain paljon uusia näkökulmia tapoihin liikuntakasvatuksen toteuttamiseen päiväkodissa, sekä myös jonkin verran niin sanottuja herätyksiä asioihin, joihin täytyy kiinnittää enemmän huomiota. Osallisuus on haastava asia, etenkin kun se liitetään varhaiskasvatuksen kiireisen arjen raameihin. Olikin valaisevaa huomata, että lasten osallisuutta voidaan lisätä hyvinkin pienillä asioilla, kunhan vain osaa tarttua niihin.

Tutkimustuloksien perusteella lasten osallisuus toteutuu monimuotoisesti ja eri tilanteissa, mitä liikkumiseen tulee. Oli kuitenkin havaittavissa, että lasten osallisuus on edelleen aikuisen säätelystä ja useissa tilanteissa aikuinen määrittää, missä tilanteissa lapsi voi ja saa vaikuttaa. Osallisuuden läsnäolo kaikessa varhaiskasvatuksen arjessa läpi päivän on se, mihin pyritään, mutta matkaa on vielä. Tämä on aihe, johon olisi tulevaisuudessa hyvä kohdistaa kehittävää tutkimusta.

Myös lasten käsitys ja tieto osallisuudestaan ja mahdollisuuksistaan vaikuttaa ovat vielä melkoinen kysymysmerkki. Lasten haastatteluissa ilmeni hyvin vähän viitteitä lasten ymmärrykseen omista vaikuttamismahdollisuuksistaan. Olikin hyödyllistä tutkia ja tuottaa tietoa siitä, miten lasten tietoa omasta osallisuudestaan voitaisiin parantaa. Omat ehdotelmani ovat vain pintaraapaisu tähän aiheeseen, josta tarvittaisiin ehdottomasti lisää tietoa. Yhtenä osallisuuden ulottuvuutena voidaan nähdä myös lapsen ymmärrys osallisuudestaan, joten tämänkin näkökulman kannalta aihe on tärkeä.

Osallisuus on tämän tutkimuksen ja aiempien tutkimuksien perusteella alue, joka ei varhaiskasvatuksen kentällä tule aivan heti valmiiksi. Tärkeintä on mielestäni vahvistaa ammattilaisten tietoa ja osaamista lasten osallisuudesta, sillä aikuiset ovat keskeisimpiä toimijoita, mitä lasten osallisuuden laajaan maailmaan tulee. Tutkimuksen perusteella oli myös kiistämätöntä, että lasten saadessa itse päättää liikkumisestaan ja sen sisällöistä myös liikkuminen oli sitä parasta itseään, aktiivista ja täynnä iloa.

LÄHTEET

- Ahlholm, S. 2014. "Että jokainen lapsi saisi osallistua niillä taidoilla, mitä hällä on" - Kasvattajien toiminta lasten osallisuudessa. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden yksikkö. Pro gradu. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://tam-pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/96158/GRADU-1412668685.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [viitattu 2.2.2019].
- Brotherus A. & Kangas J. 2018. Leikkiympäristön haasteet ja rajoitukset lasten osallisuudelle. Teoksessa: Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka, J. (toim.) 2018. Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2 – suunnittelu, toteuttaminen ja kehittäminen. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus ry.
- Eskel, P. & Marttila, M. 2013. Osallisuuden kokemus osana yhteisöllisyyttä. Teoksessa: Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) Pienten piirissä – Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Eskola, J. 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat – laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Eskola, J., Lätti, J. & Vastamäki, J. 2018. Teemahaastattelu: lyhyt selviytymisopas. Teoksessa Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Finne, J. 2017. Liikkuva lapsi, terveempi aikuinen. Lahti: Fitra.
- Hart, R. 1992. Children's participation: from tokenism to citizenship. Innocenti Essays, nr. 4. Florence: Unicef. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.unicef-irc.org/publications/pdf/childrens_participation.pdf [viitattu 2.2.2019].
- Haapala, E., Pulakka, A., Haapala, H. & Lakka, T. 2016. Fyysisen aktiivisuuden ja fyysisen passiivisuuden yhteydet terveyteen ja hyvinvointiin lapsilla. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisussa 2016:22. Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddysites.fi/sites/www.ilokasvaaliikkuen.fi/files/tiedostot/tieteelliset-perusteet-varhaisvuosien-fyysisen-aktiivisuuden-suosituksille-okm-2016.pdf> [viitattu 12.2.2019].
- Heinonen, H. & Kuikka, M. 2013. Lapsen oikeuksien toteutuminen nyky-yhteiskunnassa. Teoksessa Marjanen, P., Marttila, M. & Varsa, M. (toim.) Pienten piirissä – Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Huotilainen, M. 2019. Näin aivot oppivat. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ilo kasvaa liikkuen. s.a. Ilo kasvaa liikkuen-ohjelman verkkosivut. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddysites.fi/ilokasvaaliikkuen> [viitattu 17.3.2019].

Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma-asiakirja. 2015. Varhaiskasvatuksen uusi liikku- mis- ja hyvinvointiohjelma. Valon julkaisusarja nro 1/2015. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddysites.fi/sites/www.ilokasvaaliik- kuen.fi/files/tiedostot/ilokasvaaliikkuen-ohjelma-asiakirja.pdf> [viitattu 17.3.2019].

Kamppuri, E. 2018. Pedagoginen tiimi -toimintamallin hyödyntäminen osalli- suuden kehittämisessä päiväkodissa. Teoksessa: Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka, J. (toim.) 2018. Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskas- vatuksessa 2 – suunnittelu, toteuttaminen ja kehittäminen. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus ry.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – Miten kirjoitan kvali- tatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikor- keakoulu.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Jyväskylä: Jyväskylän am- mattikorkeakoulu.

Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka, J. (toim.) 2018. Osallisuuden pe- dagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2 – suunnittelu, toteuttaminen ja kehittämi- nen. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus ry.

Kettunen, A. & Ouninkorpi, H. 2017. Saa näkyä – ja kuulua! Lasten osallisu- den toteutuminen esiopetuksessa. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteiden tie- dekurta. Pro gradu. PDF-dokumentti. Saatavissa: <http://tam- pub.uta.fi/bitstream/handle/10024/101686/GRADU-1498646435.pdf?se- quence=1&isAllowed=y> [viitattu 2.2.2019].

Koivunen, P.-L. & Lehtinen, T. 2016. Kasvu kiikarissa – Havainnoinnin käsi- kirja varhaiskasvattajille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kuula, A. & Tiitinen, S. 2011. Eettiset kysymykset ja haastattelujen jatko- käyttö. Teoksessa Ruusuvuori, J., Nikander, P. & Hyvärinen, M. (toim.) Haas- tattelun analyysi. Tampere: Vastapaino.

Leinonen, J. 2014. Osallisuuden määritelmiä. Teoksessa Heikka, J., Fonsén, E., Elo, J. & Leinonen, J. (toim.) Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuk- sessa. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus ry.

Motoriikan haasteet varhaiskasvatuksessa. 2018. Innostun liikkumaan-hank- keen julkaisuja. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.innostunliikku- maan.fi/file/download/inline/fd9c647d-63a2-487c-a7a8-700c0000ac5a/Moto- riikan_haasteet_netti.pdf [viitattu 17.3.2019].

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2017. Liikkuva lapsi. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Raittila, R., Vuorisalo, M. & Rutanen, N. 2017. Lasten haastattelu. Teoksessa Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. (toim.) Tutkimushaastattelun kä- sikirja. Tampere: Vastapaino.

Reunamo, J. 2016. Lapsilähtöinen toimintakulttuuri edellyttää lapsen kuunte-
lua. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisussa 2016:22. Tieteelliset perusteet
varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. PDF-dokumentti. Saata-
vissa: [http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddsites.fi/sites/www.ilokasvaaliikkuen.fi/files/
tiedostot/tieteelliset-perusteet-varhaisvuosien-fyysisen-aktiivisuuden-suosi-
tuksille-okm-2016.pdf](http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddsites.fi/sites/www.ilokasvaaliikkuen.fi/files/tiedostot/tieteelliset-perusteet-varhaisvuosien-fyysisen-aktiivisuuden-suosi-
tuksille-okm-2016.pdf) [viitattu 12.2.2019].

Reunamo, J. & Kyhälä, A.-L. 2016. Liikkuminen varhaiskasvatuspäivän osana.
Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisussa 2016:22. Tieteelliset perusteet var-
haisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. PDF-dokumentti. Saatavissa:
[http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddsites.fi/sites/www.ilokasvaaliikkuen.fi/files/tie-
dostot/tieteelliset-perusteet-varhaisvuosien-fyysisen-aktiivisuuden-suosituk-
sille-okm-2016.pdf](http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddsites.fi/sites/www.ilokasvaaliikkuen.fi/files/tie-
dostot/tieteelliset-perusteet-varhaisvuosien-fyysisen-aktiivisuuden-suosituk-
sille-okm-2016.pdf) [viitattu 12.2.2019].

Roos, P. 2016. Mitä kuuluu? Lapsen kertomukset ja osallisuus päiväkotiar-
jessa. 2. painos. Nokia: Piia Roos Oy.

Roos, P. 2017. Osallisuuden polulla. Lastentarhanopettajien liiton julkaisussa
Nyt on pedagogiikan aika! 11/2017. 23 – 24.

Roos, P., Nurhonen, L. & Viitanen, E. 2018. Lasten ja aikuisten yhteisellä
osallisuuden polulla. Teoksessa: Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka,
J. (toim.) 2018. Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2 – suun-
nittelu, toteuttaminen ja kehittäminen. Tampere: Suomen Varhaiskasvatus ry.

Ruusuvuori J. & Nikander, P. 2017. Haastatteluaineiston litterointi. Teoksessa
Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvuori, J. (toim.) Tutkimushaastattelun kä-
sikirja. Tampere: Vastapaino.

Shier, H. 2001. Pathways to participation. Openings, opportunities and obliga-
tions. Children and Society 15, 107-117. PDF-dokumentti. Saatavissa:
https://ipkl.gu.se/digitalAssets/1429/1429848_shier2001.pdf [viitattu 2.2.2019].

Soini, A., Laukkanen, A., Mäki, P. & Reunamo, J. 2016. Fyysistä aktiivisuutta
edistävä ympäristö. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisussa 2016:22. Tie-
teelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. PDF-
dokumentti. Saatavissa: [http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddsites.fi/sites/www.ilo-
kasvaaliikkuen.fi/files/tiedostot/tieteelliset-perusteet-varhaisvuosien-fyysisen-
aktiivisuuden-suosituksille-okm-2016.pdf](http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddsites.fi/sites/www.ilo-
kasvaaliikkuen.fi/files/tiedostot/tieteelliset-perusteet-varhaisvuosien-fyysisen-
aktiivisuuden-suosituksille-okm-2016.pdf) [viitattu 12.2.2019].

Strandell, H. 2010. Etnografinen kenttätyö: lasten kohtaamisen eettisiä ulottu-
vuuksia. Teoksessa Lagström, H., Pösö, T., Rutanen, N. & Vehkalahti, K.
(toim.) Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Helsinki: Nuorisotutkimusseura
ry.

Sääkslahti, A. 2015. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Turja, L. 2011. Lapset osallisina – kohti uutta varhaiskasvatuskulttuuria. Suo-
men Varhaiskasvatus ry:n verkkolehti: Varhaiskasvatus tänään. Toukokuu
2011 (s. 24–35). PDF-dokumentti. Saatavissa: [https://ecef.org/wp-con-
tent/uploads/2014/03/2011-3-Turja.pdf](https://ecef.org/wp-con-
tent/uploads/2014/03/2011-3-Turja.pdf) [viitattu 2.2.2019].

Turja, L. 2017. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Varhaiskasvatustilasto 540/2018.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2016. Opetushallitus: Määräykset ja ohjeet 2016:17. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf [viitattu 12.2.2019].

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. 2016. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016:21.

Venninen, T., Leinonen, J. & Ojala, M. 2010. "Parasta on, kun yhteinen kokemus siirtyy jaetuksi iloksi" – Lapsen osallisuus pääkaupunkiseudun päiväkodeissa. Tutkimusraportti. Socca- Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus. Työpapereita 2010:3. PDF-dokumentti. Saatavissa: http://www.socca.fi/files/627/Yhteinen_kokeminen_jaetuksi_iloksi_lapsen_osallisuus_paakaupunkiseudun_paivakodeissa_2010.pdf [viitattu 2.2.2019].

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Vilka, H. 2007. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Tammi.

YK:n Lapsen oikeuksien sopimus. 1989. Saatavissa: <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/> [viitattu 2.2.2019].

Hei,

Olen Salla Hyytiäinen, kolmannen vuoden sosionomi -opiskelija Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulusta. Teen kevään 2019 aikana opinnäytetyötäni ja siihen liittyvää aineistonkeruuta X päiväkodissa. Opinnäytetyöni aihe on lasten osallisuus varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa.

Aineistonkeruu koostuu ryhmässä tapahtuvista havainnoinneista, sekä lasten haastatteluista. Aineistonkeruu ja sen raportointi tehdään anonyymisti ja käsitellään luottamuksellisesti. Opinnäytetyön julkaisun jälkeen kaikki aineistomateriaali tuhoetaan.

Mikäli teillä on mitään kysyttävää asiaan tai tutkimukseen liittyen, älkää epäröikö olla yhteydessä:

Salla Hyytiäinen

s-posti: osahyo20@edu.xamk.fi

Annan luvan havainnoida lastani aineistonkeruuta varten (ympyröi):

kyllä ei

Annan luvan haastatella lastani aineistonkeruuta varten (ympyröi):

kyllä ei

Allekirjoitus:

Kiitos yhteistyöstä

Havainnointi

Päivämäärä + klo:

Kohdeyksikkö A B

Millaiset tilat ryhmällä käytössä (sisätilat, piha, lähialue)

-miten lapsilla pääsy/mahdollisuus hyödyntää tiloja

Millainen välineistö (liikuntavälineet sisällä/ulkona)

-miten lapset saavat hyödyntää, omaehtoisuus

Millaista ryhmän liikkuminen on (sisällä, ulkona, odottelut/siirtymät, ohjattu, omaehtoinen)

Milloin lapset valitsevat tekemisensä itse/pääsevät vaikuttamaan

- vapaa leikki sisällä

- vapaa leikki ulkona

- siirtymissä/odotteluissa

- oppimistilanteissa

- ohjattu liikkuminen

Miten aikuinen reagoi lapsen valintoihin (kannustaa, rajoittaa, muokkaa)

Aikuisten käyttäytyminen (läsnäolo, vuorovaikutus)

Kuinka aktiivisesti lapset tekevät omia ehdotuksia toimintaan liittyen (liikkumiset)?

Tarttuuko aikuinen aktiivisesti lapsen ideoihin?

Missä tilanteissa aikuinen määrää tahdin?

Missä tilanteissa lapsen toiveita/mielipiteitä kuullaan/kuunnellaan?

Onko mahdollisuus olla osallistumatta (milloin)

Miten lapsia kannustetaan liikkumaan

Näkyykö lasten osallisuus muualla kuin toiminnassa (kuvat ym).

Aikuisten teemahaastattelurunko

Käydään läpi liikkumisen ja liikunnan ero kysymyksissä.

Aloituskysymykset: Mikä on koulutus pohjasi? Kuinka kauan olet ollut ko. ryhmässä? Miten määrittelet osallisuuden liikuntakasvatuksessa?

Teema 1 (osallisuus sisäliikunnassa)

- Kuvaile sisällä liikkumista teidän ryhmässänne? (Miten liikutaan, tarkentavat)
- Millaista ohjattua liikuntaa teillä on sisällä?
- Millaisia sääntöjä sisällä liikkumiselle on?
 - milloin/missä mahdollista juosta, hyppiä jne.
- Kerro liikuntavälineistä sisällä?
 - miten liikuntavälineet ovat sisällä lasten saatavilla (saako itse hakea)
 - onko välineet vapaan leikin aikana saatavilla?
- Miten lapsia kannustetaan liikkumaan sisällä?
- Milloin lapset saavat itse päättää mitä liikkumista sisällä on?
- Miten aikuiset osallistuvat liikkumiseen sisällä?

Teema 2 (osallisuus ulkoliikunnassa)

- Kuvaile ulkona liikkumista teidän ryhmässänne?
- Millaista ohjattua liikuntaa teillä on ulkona?
- Millaisia sääntöjä ulkona on? (onko kieltoja)
- Millaisia välineitä ulkoliikuntaan on?
 - miten ne ovat saatavilla (voiko hakea itse/antaako aikuinen)
 - saako käyttää leikeissä
- Miten lapsia kannustetaan liikkumaan ulkona?
- Milloin lapset päättävät itse liikunnasta ulkona?
- Miten aikuiset osallistuvat liikuntaan ulkona?

Teema 3 (osallisuus liikunnan suunnittelussa ja toteutuksessa)

- Miten lasten mielipiteitä liikkumisesta/liikkumiseen selvitetään
- Miten lapsilla on mahdollisuus vaikuttaa liikuntatoimintaan?
- Miten lapsilla on mahdollisuus vaikuttaa ohjatuissa liikuntatilanteissa?
- Otetaanko lapset mukaan liikkumisen suunnitteluun?
- Miten lasten mielipiteet on huomioitu sääntöjä laadittaessa

- Miten lasten ideoihin tartutaan päivän aikana liikkumiseen liittyvissä tilanteissa?
- Miten lapsilta kerätään palautetta liikkumiseen liittyen?

Lopuksi:

- Miten osallisuutta voitaisiin mielestäsi lisätä ryhmässä?
- Mitkä asiat ovat lasten osallisuuden esteenä?

Lasten teemahaastattelurunko

Alussa ja lopussa liikuntakorteilla pari liikuntatehtävää (lapsi saa valita).

Aloituskysymykset:

(Käydään ennen aloitusta yhdessä läpi liikunnan ja liikkumisen ero)

- Minkä ikäinen olet?
- Mitä tykkäät tehdä eniten päiväkodissa?

Teema 1 (osallisuus sisäliikunnassa)

- Miten teillä liikutaan päiväkodissa sisällä?
(tarkentavat kysymykset)
- Mikä on kivointa liikkumista sisällä?
- Milloin sinä saat päättää, mitä sisällä tehdään?
- Saako sisällä juosta/kiipeillä/hyppiä?
- Missä sisällä saa juosta/kiipeillä/hyppiä?

-jos joku tietty paikka, saako sinne mennä, kun haluaa?

- Millaisia liikuntavälineitä sisällä on (jos ei tiedä, esimerkkinä pallot, mailat, potkulaudat, trampoliini)

-saatko käyttää liikuntavälineitä leikeissä, kun haluat?

-saatko hakea niitä itse, jos tarvitset, vai antaako aikuinen?

- Milloin/Miten aikuiset liikkuu sinun/teidän kanssa sisällä?

Teema 2 (osallisuus ulkoliikunnassa)

- Miten teillä liikutaan päiväkodissa ulkona? Millaista liikkumista?
- Mikä on kivointa ulkona liikkumista?
- Milloin sinä saat päättää, mitä ulkona tehdään?
- Saako ulkona juosta/kiipeillä/hyppiä?
- Missä ulkona saa juosta/kiipeillä/hyppiä?
- Millaisia liikuntavälineitä ulkona on?

-saako niitä käyttää ulkoleikeissä?

-saatko hakea niitä itse vai antaako aikuinen?

- Milloin/Miten aikuiset liikkuu teidän/sinun kanssa ulkona?

Teema 3 (osallisuus liikunnan suunnittelussa ja toteutuksessa)

- Kysyykö aikuiset sinulta mitä liikuntaa haluaisit, että päiväkodissa olisi?

-milloin kysytään

- Saatkohan sinä päättää siitä, mitä liikuntaa päiväkodissa on?
-missä tilanteissa?
- Saatkohan päättää, millaisia liikuntaleikkejä päiväkodissa leikitään?
- Mistä liikkumisesta tykkäät vähiten?
- Mistä liikkumisesta tykkäät eniten?