

Tiivistelmä

Johanna Stam

Liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa

**Alle 3-vuotiaiden lasten liikuntakasvatuksen ja toiminnan pedagogisuuden lisääminen
ulkoliikunnassa**

Physical education in early childhood education

**Increasing physical education and pedagogical activity in outdoor activities of children under the
age of three.**

Opinnäytetyö käsittelee liikuntakasvatusta varhaiskasvatuksessa, tarkentavana rajauksena on alle 3-vuotiaiden lasten liikuntakasvatuksen ja toiminnan pedagogisuuden lisääminen ulkoliikunnassa. Opinnäytetyö käsittää teoriaosuuden, joka on luotu Bulb-alustalle portfolio -tyylisesti sekä kehittämistyönä toteutetut toiminnalliset liikuntakortit.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli luoda toiminnallisia liikuntakortteja kasvattajien käyttöön päiväkotiin, jonne opinnäytetyö on yhteistyössä toteutettu. Kehittämistyön tarkoituksena oli lisätä alle 3-vuotiaiden lasten liikuntakasvatusta ja toiminnan pedagogisuutta ulkoliikunnassa. Kehittämistyö tarjoaa kasvattajille valmiita toiminnallisia menetelmiä liikuntakasvatuksen toteuttamiseen ulkona. Liikuntakorttien tarkoituksena on tehdä liikunnasta pedagogisesti monipuolista ja helposti toteutettavaa.

Opinnäytetyön myötä tavoite ammatilliselle kehitykselleni oli lisätä tietoutta liikuntakasvatuksesta ja liikuntatoiminnan suunnittelusta. Tavoitteenani oli oppia integroimaan eri oppimisen alueita keskenään ja samalla luoda toimiva työväline työhön käyttöön. Alle 3-vuotiaiden lasten liikuntakasvatukseen perehtyminen on syventänyt omaa ammatillisuuttani ja antanut uudenlaisia näkökulmia pedagogisesti tavoitteellisen liikuntakasvatuksen toteuttamiseen.

Bulb-alustalta löytyy teoretiedon lisäksi kahdeksan valmista toiminnallista liikuntakorttia, joiden toiminta on suunniteltua ja pedagogisesti tavoitteellista. Valmiiden liikuntakorttien tarkoituksena on luoda matalampi kynnyksen toiminnan toteuttamiseen ja saada kasvattajat tarttumaan herkemmin aloitteisiin lasten liikuttamiseen ulkona. Kehittämistyön tavoite oli liikuntakorttien avulla ohjeistaa kasvattajille yksittäisiä liikuntatoimintoja ja sitä kautta lisätä päiväkodin liikuntakasvatustoimintaa.

Liikuntakasvatus kuuluu osaksi varhaiskasvatusta. Liikuntakasvatuksen tulisi olla monipuolista, tavoitteellista ja lapsilähtöistä toimintaa. Liikunta ja liikkuminen vaikuttavat kokonaisvaltaisesti lapseen ja liikunta on välttämätöntä lapsen fyysisen kehityksen ja kasvun kannalta. Toimintaa suunniteltaessa tulee muistaa, että lasten kehittyminen on yksilöllistä ja toteutettava toiminta tulee suunnata ikätasoisesti.

Asiasanat: alle 3-vuotiaan liikunnallinen kehitys, liikuntakasvatus, ulkoliikunta, varhaiskasvatus

Kuvat Bulb-alustan portfoliosta

