

LASTEN FYYSINEN AKTIIVISUUS JA OSALLISUUS SEN SUUNNITTELUUN

Toimintamalli varhaiskasvatukseen



Ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyö
Sosionomi (YAMK) sosiaali- ja terveysalan johtaminen ja kehittäminen,

Visamäki

Syksy 2020

Saija Remes

Tekijä	Saija Remes	Vuosi 2020
Työn nimi	LASTEN FYYSSINEN AKTIIVISUUS JA OSALLISUUS SEN SUUNNITTELUUN Toimintamalli varhaiskasvatukseen	
Ohjaaja	Outi Välimaa	

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön aihe on lasten fyysisen aktiivisuuden lisääminen varhaiskasvatuksen arjessa osallisuuden avulla. Tutkimukset osoittavat lasten fyysisen aktiivisuuden vähentyneen, joka voi johtaa terveydellisiin ongelmiin, mutta myös kognitiivisen oppimisen vaikeuksiin. Varhaiskasvatusta ohjaavassa lainsäädännössä lasten osallisuus nostetaan esille vahvasti. Osallisuus nähdään jokaisen lapsen oikeutena tulla kuulluksi sekä vaikutusmahdollisuuksina.

Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymys on: Millaisen liikunnallisen suunnitelman lapset laativat päiväkodin arkeen? Kuinka suunnitelma toimii? Tutkimuskysymykseen vastatakseni keräsin tutkimusaineistoa päiväkodista. Aineistoni muodostuu neljästä lasten osallisuudessa suunnittelema tuokiosta, niiden toteutuksista kirjatusta materiaaleista sekä lasten arvioista toiminnasta. Tämän lisäksi tuokioihin osallistuneet kasvattajat kirjoittavat kokemuksistaan kirjoitelmat.

Tutkimuksen tuloksena esitän, että lapset liittyvät leikkimisen luontaisesti liikkumiseen. Osallisuuden tuominen osaksi fyysisen aktiivisuuden lisäämistä, johti minut käyttämään toiminnan pohjana osallistavan vuorovaikutuksen mallia, jossa suunnittelu, toteutus ja arviointi seuraavat toisiaan.

Avainsanat varhaiskasvatus, fyysinen aktiivisuus, osallisuus

Sivut 44 sivua ja liitteitä 3 sivua

Degree Programme

in Social and Health Care Development and Management

Abstract

Visamäki

Author Saija Remes

Year 2020

Subject CHILDREN PHYSICAL ACTIVITY AND PARTICIPATION OF PLANING IT
Operating model to early childhood education

Supervisor Outi Välimaa

ABSTRACT

Subject of this thesis is physical activity of the children in early childhood education. Children's participation has been used to help increase physical activity. Earlier research prove that children physical activity has decreased which can lead to health problems. It can also affect to cognitive learning. In the Finnish law about early childhood education children's participation has been highlighted. Children's participation is seen as an possibility to be heard and have an potential for influence.

Research question of this thesis is: What kind of exercise plan children will make for day care centre? How will it work? To answer these questions, I collected research material from day care centre. Material consists of four children participation plans and implementations for the activity moments. Children also made evaluations from those activities. In addition, those educators of children who participated to those moments wrote essays about their experiences.

As on result of this thesis I present that children will include playing as part of natural movement. Bringing participation, a part of physical activity leads me to use a model of participatory interaction. On this model planning, implementation and evaluation will repeat each other.

Keywords early childhood education, physical activity, participation

Pages 44 pages and appendices 3 pages

Sisällys

1	JOHDANTO.....	1
2	KÄSITTEET JA TEORIATAUSTA.....	2
2.1	Suomalainen varhaiskasvatus.....	2
2.2	Varhaiskasvatus liikuntapedagogiikan silmin	4
2.3	Fyysinen aktiivisuus.....	5
2.4	Osallisuus	7
2.5	Kuvio käsitteiden ja kehittämistyön suhteesta.....	11
3	AIKAISEMPIÄ TUTKIMUKSIA	12
3.1	Tutkimustuloksia liittyen lasten fyysiseen aktiivisuuteen	12
3.2	Tutkimustuloksia lasten osallisuudesta varhaiskasvatuksessa.....	15
4	TUTKIMUKSEN METODOLOGIA	19
4.1	Laadullinen tutkimus.....	19
4.2	Toiminnallinen tutkimusote.....	20
4.3	Tutkimuksen eettisyys.....	20
4.4	Tutkimustehtävä	21
4.5	Aineisto	22
4.6	Aineiston analyysi	24
5	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	25
5.1	Fyysisesti aktiivinen kuvaamataito - tehokkaan nopeasti	25
5.1.1	Suunnittelu.....	26
5.1.2	Toteutus	26
5.1.3	Arviointi	27
5.2	Fyysisesti aktiivinen liikunta - energiaa ja vauhtia.....	28
5.2.1	Suunnittelu	28
5.2.2	Toteutus	29
5.2.3	Arviointi	29
5.3	Fyysisesti aktiivinen muskari – tanssien, laulaen sekä soittaen	30
5.3.1	Suunnittelu	30
5.3.2	Toteutus	31
5.3.3	Arviointi	31
5.4	Fyysisesti aktiivinen leikki - kehittyi ja eli.....	33
5.4.1	Suunnittelu	33
5.4.2	Arviointi	34

5.5	Yhdistävä tekijä	35
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	37
7	POHDINTA.....	40
	Lähteet.....	42

Kuvat, taulukot ja kaavat

Kuva 1	Kuvio opinnäytetyön ja käsitteiden suhteesta	11
Kuva 2	Osallisuuden tasot	15
Kuva 3	Tuokioiden rakenne	25
Kuva 4	Tuokioiden liikunnallisten suunnitelmien yhteinen nimittäjä.....	35
Taulukko 1	Kysymykset lapsille toiminnan arviontiin	23

Liitteet

Liite 1	Havainnointi taulukko
Liite 2	Kuvaus lapsen fyysisestä aktiivisuudesta
Liite 3	Tutkimuslupa osallistuville lapsille

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön aihevalinnan taustalla on vuosina 2017–2019 käymäni liikunnanohjaaja koulutus. Koulutus oli suunnattu varhaiskasvattajille ja sisältö käsitteli paljon lasten fyysistä aktiivisuutta, liikkumista sekä oppimista. Koulutuksen paras anti itselleni oli, lukuisten toiminnallisten leikkien sekä vinkkien ja ohjaajana kehittymisen lisäksi ymmärrys siitä, ettei lasten fyysinen aktiivisuus ole yhteydessä vain terveydellisiin asioihin, kuten ylipainon tuomiin haasteisiin. Lasten fyysisellä aktiivisuudella, toiminnallisuudella ja liikkumisella on yhteys lapsen hermoratojen kehittymiseen, joka puolestaan yhdistyy oppimiseen.

Pohdin myös nyky-yhteiskuntaa ja sen hektisyyttä sekä toisaalta paikalleen jämähtänyttä ruutujen tuijottamista. Lasten maailmassa tämä tarkoittaa mielestäni kiireisiä vanhempia, jolloin lasten hoitopäivät varhaiskasvatuksessa venyvät, jopa kymmenen tuntiseksi, sekä kasvavaa pysähtyneisyyttä erilaisten näyttöjen ja ruutujen äärelle.

Kuinka minä, varhaiskasvatuksen ammattilainen voisin parantaa tilannetta? On jo olemassa alle kouluikäisten lasten fyysisen aktiivisuuden suositukset, joiden pohjalta on hyvä lähteä miettimään, miten meidän varhaiskasvatukssamme tulisi vastata tähän haasteeseen. Ensimmäistä kertaa varhaiskasvatuksen perusteet velvoittaa kasvattajia tarjoamaan suunniteltua ja lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia kehittävää varhaiskasvatusta.

Opinnäytetyöni taustalla on halu hyödyntää lasten läsnäoloa varhaiskasvatuksessa tarjoamalla heille mahdollisimman fyysisesti aktiivista toimintaa. Pohdittuani, kuinka lapset saadaan innostumaan sekä toimimaan toisin päädyin ratkaisuun, jossa lapset saavat osallistua toiminnallisen suunnitelman tekemiseen. Tämä haastaa minua pohtimaan myös lasten toimintaa osallisuuden näkökulmasta, joka on selkeästi näkyvillä jo YK:n lasten oikeuksien sopimuksessa, mutta myös varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa. Päädyinkin asettamaan tutkimuskysymykseksi: Millaisen liikunnallisen suunnitelman lapset laativat päiväkodin arkeen? Kuinka suunnitelma toimii? Tarkoituksena lasten fyysisen aktiivisuuden lisääminen varhaiskasvatuksen arjessa.

Kiinnostukseni ja innostukseni lasten liikuntaan ja liikkumiseen, sekä sen tuomiseksi osaksi kaikkea tekemistä varhaiskasvatuksessa on tutkimustyöni motivaation lähde. Liikkumisen ja toiminnallisuuden ymmärtäminen paljon laajemmin, kuin vain ohjattuina liikuntahetkinä kiehtoo minua. Samalla se yhdistää tutkimukseni taustat myös oppimisteorioihin sekä ajatukseen oppimisen tavoista. Näen selkeästi, että oppiminen linkittyy toimintaan ja uskon lapsien oppivan ei vain näkemällä ja kuulemalla mutta myös tekemällä eli tuntemalla liikkeen kehossaan.

2 KÄSITTEET JA TEORIATAUSTA

Tässä luvussa määrittelen kehityshankkeeseeni liittyvät keskeiset käsitteet; Suomalainen varhaiskasvatus, liikuntapedagogiikka, fyysinen aktiivisuus sekä osallisuus.

Varhaiskasvatuksen määritelmän taustalla on varhaiskasvatuksen voimassa oleva lainsäädäntö. Liikuntapedagogiikan sekä fyysisen aktiivisuuden määrittelyssä olen tukeutunut alan tutkijoihin sekä suosituksiin. Osallisuutta käsittelen varhaiskasvatuksen näkökulmasta, aikaisempien tutkijoiden tutkimustulosten kautta.

2.1 Suomalainen varhaiskasvatus

Varhaiskasvatuslaissa kuvataan varhaiskasvatuksen kymmenen tavoitetta. Nämä kymmenen tavoitetta määrittelevät perustehtävän, jota varhaiskasvatuksessa pyritään toteuttamaan. (Varhaiskasvatuslaki, 540/2018)

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää kaikkien lasten iän ja kehityksen mukaista kasvua, terveyttä ja hyvinvointia. Löytää keinoja tukea lapsien oppimisen edellytyksiä sekä elinikäisen oppimisen ja koulutuksellisen tasa-arvon toteutumista. Sen tarkoituksena on mahdollistaa positiiviset oppimiskokemukset niin leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin sekä kulttuuriperintöön perustuvassa pedagogisessa toiminnassa. Lisäksi tulee ottaa huomioon, että oppimisympäristö on kehittävä, oppimista edistävä, terveellinen sekä turvallinen. Varhaiskasvatuksen tulee myös turvata lasta kunnioittava toimintatapa sekä luoda mahdollisimman pysyviä vuorovaikutussuhteita lasten ja henkilökunnan välille sekä taata kaikille lapsille tasavertaiset mahdollisuudet varhaiskasvatukseen. (Varhaiskasvatuslaki, 540/2018)

Varhaiskasvatuksen tulee olla sukupuolten tasa-arvoa edistävää sekä yleistä kulttuuriperinnettä kunnioittavaa. Lisäksi varhaiskasvatuksessa otetaan huomioon kaikkien kulttuurinen, uskonnollinen ja katsomuksellinen tausta. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on myös tunnistaa mahdolliset tuen tarpeet ja järjestää monialaista yhteistyötä niiden huomioimiseksi. Varhaiskasvatus kehittää lapsien yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja sekä ohjaa toimimaan vertaisryhmässä eettisesti, kestävän kehityksen toimintamallin mukaan sekä kunnioittamaan muita ihmisiä, jolla pyritään siihen, että lapset kasvavat yhteiskunnan jäsenyyteen. Lisäksi varhaiskasvatuksessa tulee varmistaa se, että lapsilla on mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. (Varhaiskasvatuslaki, 540/2018)

Varhaiskasvatuslaissa säädetään, että lapsille ja heidän huoltajilleen on järjestettävä mahdollisuus osallistua toiminnan suunnitteluun ja arviointiin. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat koko maan varhaiskasvatuksen toteutumista yhdenvertaisesti. (Varhaiskasvatuslaki, 540/2018)

Palveluntuottajan on huolehdittava, että yksiköissä on riittävä määrä varhaiskasvatuksen henkilöstöä ja että pätevyys kriteerit täyttyvät. Yksikössä vähintään kahdella kolmasosalla tulee olla varhaiskasvatuksen opettajan tai sosionomin pätevyys ja näistä vähintään puolella varhaiskasvatuksen opettajan pätevyys. Muilla kasvatusvastuullisilla tulee olla vähintään varhaiskasvatuksen lastenhoitajan pätevyys. Pätevyyden lisäksi palveluntuottajalla on velvollisuus huolehtia siitä, että henkilöstö osallistuu ammattitaitoa kehittävään täydennyskoulutukseen. Täydennyskoulutuksen toteutumista sekä vaikuttavuutta on seurattava. (Varhaiskasvatuslaki, 540/2018; Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta, 753/2018) Tällä henkilöstön riittävyyden ja koulutuksen varmistamisella pyritään saavuttamaan pedagogisesti laadukkaan varhaiskasvatuksen tavoitteet.

Varhaiskasvatuksen maanlaajuinen suunnittelu, ohjaus ja seuranta vastuu on opetus- ja kulttuuriministeriöllä. Paikallisella tasolla suunnittelua, ohjausta ja valvontaa suorittaa aluehallintovirasto (AVI). Aluehallintoviraston toimintaa ohjaa Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto (Valvira), liittyen toimintaperiaatteisiin, menettelytapoihin sekä ratkaisujen yhdenmukaistamisen näkökulmaan. Lisäksi Valviran valvonnan piiriin kuuluvia asioita ovat: periaatteelliset ja laaja-alaisesti merkittävät asiat, useaa aluehallintovirastoa tai koko maata koskevat asiat tai asiat, joita aluehallinto-virasto on estynyt hoitamasta. Asiantuntija tehtäviä

liittyen varhaiskasvatukseen hoitaa Opetushallitus. Näiden lisäksi yksityistä palveluntuottajaa valvoo kunnan toimielin tai sen määräämä viranhaltija. (Varhaiskasvatuslaki, 540/2018)

2.2 Varhaiskasvatus liikuntapedagogiikan silmin

Varhaiskasvatuslaissa (1.9.2018/540) määrätään, että jokaisella varhaiskasvatukseen osallistuvalla lapsella on oikeus suunniteltuun, tavoitteelliseen ja monipuoliseen liikuntakasvatukseen. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet (2018) puolestaan velvoittavat varhaiskasvattajia suunnittelemaan ja toteuttamaan varhaiskasvatusta, joka tukee lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on luoda pohja lasten fyysisesti aktiiviselle elämäntavalle yhdessä huoltajien kanssa.

Varhaiskasvattajien tulee suunnitella toiminta siten, että fyysisen aktiivisuuden sekä liikunnan merkitys lapsen oppimisen, terveyden ja hyvinvoinnin edistämässä toteutuu. Varhaiskasvatuksessa pyritään innostamaan lapsia liikkumaan ja kokemaan liikkumisen iloa. Suunnitellun ohjatun liikunnan lisäksi, varhaiskasvatus sisältää myös mahdollisuuksia omaehtoiseen liikkumiseen niin sisällä kuin ulkona. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21 s.10; Opetusministeriön määräykset ja ohjeet 2018:3a, s. 43)

Useissa tutkimuksissa on todettu lasten liikkuvan liian vähän. Suotuisat kasvuolosuhteet, riittävä ravinto, uni sekä hygienia, turvaavat lasten lihasten, luuston ja jänteiden vahvistumisen. On tärkeää, että lapset liikkuvat. Erityisesti tahdon alainen liikkuminen, jossa aivoista annettu käsky ohjaa kehon liikkeitä, kehittää hermostoa. Mitä tiheämpi hermoverkosto lapselle muodostuu, sitä paremmat edellytykset hänellä on toimia ja oppia. (Pönkkö & Sääkslahti, 2017, ss. 138—139)

Lapsen aktiivinen ja vastavuoroinen toiminta muokkaa myös kognitiivisia taitoja eli tiedon käsittely prosesseja. Havaitsemiseen liittyvät prosessit ovat keskeisiä tiettyjen taitojen ja motoriikan oppimisessa. Aistitoimintojen yhteistyötä ja yleisiä oppimisen edellytyksiä voidaan parantaa liikunnalla. Itsenäisesti liikkussa lapsi rakentaa mielikuvia. Samalla hän testaa, tutkii, vertailee ja miettii syy-seuraussuhteita sekä tekee johtopäätöksiä. Lisäksi liikunta ehkäisee esimerkiksi ylipainosta aiheutuvia sairauksia. (Pönkkö & Sääkslahti, 2017, ss. 139—140)

Liikunnan ohjauksen tavoitteena on luoda myönteinen suhde kehoon sekä itseensä liikkujana. Alle kaksivuotiaat lapset tutustuvat kehoon etsimällä silmät, korvat yms. ja ikäkauden lopulla he oppivat itsenäisen liikkumisen ja syömisen taidot. 3–4-vuotias lapsi osaa paikantaa ja liikuttaa omaa päätään, käsiään, sormiaan, jalkojaan, varpaitaan, vatsaansa sekä peppuaan. Ikäkauden lopulla saavutetaan itsenäinen pukeminen ja peseytyminen sekä motoriset perustaidot. Tänä ikäkautena on tärkeää tutustua liikkumiseen mahdollisimman monipuolisesti, vaihdellen ympäristöjä sekä välineitä. 5–6-vuotias osaa liikuttaa ja tunnistaa kehostaan kaulan, olkapäät, lantion, reidet, polvet, kantapään ja jalkapohjat. Tämän ikäiset lapset harjoittelevat jo liikuntamuotojen perustaitoja kuten pyöräily, hiihto ja uinti sekä käden karkeamotoriikkaa. 6–8-vuotiaana lapset tunnistavat sekä osaavat liikuttaa tahdonalaisesti kyynärpäitä, ranteita, kylkiä, takareisiä, pohkeita, sekä osaavat tunnistaa vasemman ja oikean puolen. Lisäksi lapsen kätsiys on vakiintunut. (Pönkkö & Sääkslahti, 2017, ss. 141–142)

Liikuntataidon oppiminen on sisäinen tapahtumasarja, joka johtaa pysyviin muutoksiin mahdollisuuksissa tuottaa liikkeitä. Lapset oppivat liikkumaan kokeilemalla, yrityksen ja erehdyksen tuottaessa oivalluksen toiminnallisesta ratkaisusta, joka johtaa mielekkääseen toimintatapaan. Lapsen liikuntataitojen oppimista tukevat toiminnallisuus, lapsilähtöisyys, mahdollisuus kokeilemiseen sekä pienten liikunnallisten ongelmien ratkaisemiseen. Lapsen liikuntataidon oppimista voi seurata tarkkailemalla paraneeko suoritus, yhdenmukaistuuko suoritus, tuleeko taidosta pysyvä ja osaako lapsi soveltaa taitoa eri ympäristöissä. (Pönkkö & Sääkslahti, 2017, s.145; Jaakkola, 2016 ss. 23–24)

2.3 Fyysinen aktiivisuus

Tässä tutkimuksessa lasten fyysinen aktiivisuus nähdään samoin kuin varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa on määritelty. Näin ollen fyysiseen aktiivisuuteen lapsilla katsotaan kuuluvan lapsen elämään liittyvää kuormittavuudeltaan eritasoista liikuntaa, joka voi olla leikkimistä, touhuamista sisällä ja ulkona, kotiaskareita, ulkoilua sekä ohjattuja liikuntahetkiä. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21 s.6)

Ollessaan fyysisesti aktiivinen lapsi harjoittelee ja kehittää motorisia taitojaan. Tämä johtaa lapsen terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn kehittymiseen. Lisäksi motoristen taitojen

opettelu sekä oppiminen parantavat lasten edellytyksiä oppia uusia asioita, antavat onnistumisen elämyksiä, edistävät elämänlaatua sekä suojaavat lasta sosiaaliselta syrjäytymiseltä. Lasten keskinäiset suhteet ovat oleellisia fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä, yhdessä liikkuesssa lapset kehittävät kykyään toimia sosiaalisesti mielekkään tekemisen aikaan saamiseksi. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2016:21 s.6)

Varhaisvuosien aktiivisuuden suosituksissa lapsen päivittäiseksi fyysisen aktiivisuuden määräksi linjataan kolme tuntia, jonka kuormittavuus rakentuu monipuolisesta liikkumisesta sisältäen kevyttä liikuntaa ja reipasta ulkoilua sekä erittäin vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta. Näiden lisäksi lapsen päivä sisältää mahdollisuuden rentoutumiseen ja rauhoittumiseen. Jokapäiväinen fyysinen aktiivisuus voidaan nähdä lapselle yhtä tärkeänä kuin riittävä uni ja terveellinen ravinto. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2016:21 s.9)

Tutkimuksissa on käynyt ilmi, että lasten perusliikuntataitojen — juokseminen, hyppääminen, heittäminen ja kiinniottaminen — suorittamisen taso on laskenut viimeisten vuosikymmenien aikana. Tähän ovat osaltaan vaikuttaneet fyysisen aktiivisuuden väheneminen ja perusliikuntataitojen opettamisen väheneminen. Perusliikuntataitojen hallinta edistää liikunnallisesti aktiivista suhtautumista elämään. Niiden oppimisella voi olla merkittävä vaikutus passiivisen elämäntavan välttämiseksi tulevaisuudessa. (Jaakkola, 2016, ss. 11, 19)

Lapsilla on luonnostaan halu ja tarve liikkua. Pienet lapset liikkuvat, mikäli heillä on siihen mahdollisuus. Lapsilla on itsellään sisäinen motivaatio oppia liikkumisen taitoja. Asteittain vaikenivat harjoitukset houkuttelevat heitä oppimaan uusia motorisia taitoja, jotka toistojen myötä tulevat automaattisiksi. (Sääkslahti, 2007, ss. 37—38) Toisaalta Finne (2017, s. 9) kuvaa lasten eriarvoistumista liikkujina ja pohtii kasvattajan roolia lasten kannustajina kohti fyysisesti aktiivisempaa arkea. Lasten innostus liikkumiseen muodostuu jo lapsena, toisin sanoen, jollemme lapsina koe myönteisiä kokemuksia liikkumisesta emme luultavasti ole aikuisinakaan fyysisesti aktiivisia. Kasvattajilla onkin nyky-yhteiskunnassa mahdollisuus jo aikaisessa vaiheessa luoda arkielämän ympäristöistä fyysiseen aktiivisuuteen houkuttelevia sekä kannustaa liikunta-aktiivisuuteen luoden lapsille onnistumisien kokemusten kautta mielihyvää liikkumisesta. (Finne, 2017 s. 15)

2.4 Osallisuus

Turja (2016, s.42) kuvaa kasvatuksessa olevan aina kyse kasvattajan ja kasvatettavan välisestä valtasuhteesta. Tämän valtasuhteen määrittelee kasvattajan näkemykset tämän hetkisestä kulttuurista sekä valloillaan olevista näkemyksistä lapsuudesta, oppimisesta sekä kehittymisen luonteesta. Arkielämässä nämä näkemykset vaikuttavat kasvattajan näkemykseen siitä, kuinka itseohjautuva lapsi missäkin iässä on ja kuinka ulkopuolisen tulisi ohjata tämän kehitystä. Kun kasvattaja keskittyy pohtimaan lapsen keskeneräisyyttä, hän kytkee kasvatukseen ajatukseen, jonka mukaan lapsen kasvattamisen tehtävä on kasvattaa lapsia tulevaisuuden yhteiskunnan osaaviksi aikuisiksi. Tällainen perinteinen sosialisatioajattelu on kohdannut kritiikkiä, jonka mukaan lapsuutta tulisi arvostaa itseisarvona Turja (2016, s.42) toteaa.

2000-luvun alussa julkaistut ensimmäiset varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ovat sysänneet varhaiskasvatuksen toimintatavat uudelleen arvioinnin eteen. Perinteisesti varhaiskasvatus on nähty aikuisjohtoisena, kun uudet suositukset korostivat lapsilähtöistä lähestymistä kasvatuksen toimintatapana. Tällä toimintatavalla tarkoitetaan painopisteen siirtämistä lasten kanssa tehtävässä työssä vuorovaikutuksen sisältöön sekä aitoon, läsnäolevaan kohtaamiseen. Varhaiskasvatusta on pyritty kehittämään pois aikuisjohtoisuudesta sekä koulumaisesta opetus- ja toimintatuokio keskeisestä toiminnasta sekä kasvatusmallista, josta puuttuu pedagoginen keskustelu. (Kanninen & Sigfrids, 2012, ss. 17–18; Turja, 2016, 43)

Nyky-yhteiskunnan vallitsevat käsitykset lapsista, lapsuudesta ja kasvatuksen luonteesta näkyvät koulujen ja päiväkotien toimintakulttuurissa sekä kasvattajien määrittelemissä valtasuhteissa. Tavoitteena on nähdä tämä valtasuhde kaksisuuntaisena, jolloin lapsella on myös valtaa ja omaa tilaa vaikuttaa. (Turja, 2016, s. 42)

Perusteet lapsen näkemiselle aktiivisena ja pätevänä toimijana yhteisössään on kirjattu jo YK:n lapsen oikeuksien sopimukseen (asetus 60/1991), jossa kerrotaan, että lapsella on oikeus tulla kuulluksi itseään koskevissa asioissa sekä oikeus tiedon saamiseen ja ilmaisunvapaus. Tätä lapsen oikeuksien sopimuksen artiklaa 12 on lasten oikeuksien komitea selventänyt yleiskommentilla 2009. Tämän yleiskommentin mukaan lasten kuulemisen käytettyjen menettelyjen tulee olla avoimia sekä informatiivisia, vapaaehtoisia,

kunnioittavia, merkityksellisiä, lapselle sopivia, kaikille avoimia, koulutukseen perustuvia, turvallisia sekä riskit huomioivia sekä vastuullisia. (Turja, 2016 ss. 43—45; Heinonen & Kuikka, 2013 ss. 220—222)

Valtakunnallisesti varhaiskasvatusta ja esiopetusta ohjaavissa asiakirjoissa lapsi kuvataan aktiivisena tiedon ja maailmankaikkeuden rakentajana sekä vuorovaikutuksen osapuolena yhteisössä. Varhaiskasvatuslaissa (1.9.2018/540) lapsen osallisuudesta mainitaan, että kasvattajan tulee varmistaa lapsen mahdollisuus osallistua ja saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Lisäksi kasvattajan tulee toimia yhdessä lapsen sekä vanhempien tai muun huoltajan kanssa lapsen tasapainoisen kehityksen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin hyväksi. (Turja, 2016 ss. 43—45)

Varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteissa yhtenä tavoitteista mainitaan osallisuuden tavoite. Osallisuuden voidaan nähdä olevan yhteydessä kasvatuksen ydinkysymykseen siitä millaisia lapsia haluamme kasvattaa. Kyetäkseen pärjäämään mahdollisimman hyvin ympäröivässä maailmassa lapset tarvitsevat laaja-alaisen oppimisen taitoja, joiden avulla lapsista kehittyä innovatiivisia, sosiaalisesti taitavia, ajattelevia, aktiivisia ja vaikuttavia kansalaisia. Näiden tavoitteiden saavuttamiseksi on kasvattajien luovuttava valmiiksi ajattelusta arjesta ja otettava lapset mukaan osallisiksi omaan arkeensa. (Opetusministeriön määräykset ja ohjeet 2018:3a; Kataja, 2018)

Osallisuus näkyy arjessa lapsien mahdollisuuksina ajatella, oivaltaa, saada oma äänensä kuuluviin sekä omiin asioihin vaikuttamisena. Osallisuuteen liitetään toisaalta kommentteja siitä, että lapset saavat tehdä mitä haluavat, kasvatus on rajatonta sekä minäkeskeistä ja kasvattajat seuraavat passiivisina tilannetta. Tämä ei kuitenkaan ole osallisuutta.

Osallisuudessa varhaiskasvattajan roolina on aktiivisesti tarttua lasten aloitteisiin ja kiinnostuksen kohteisiin toiminnan lähtökohtana. Varhaiskasvattaja luo osallisuutta myös kuuntelemalla monipuolisesti lapsia sekä tuomalla esiin toiminnan mahdollisuuksia monipuolisesti sekä rikkaan toimintaympäristön kautta. (Kataja, 2018)

Osallisuus muodostuu yhteisössä, jossa vallitsee aikuisten ja lasten demokratia. Tällöin kaikki ovat osa yhteisöä, jossa on yhteiset pelisäännöt. Tämä tarkoittaa sitä, ettei osallisuuden ole tarkoitus nostaa esiin jo ennestään aktiivisia lapsia vaan tukea kaikkia lapsia osallisuuteen

kullekin sopivin tavoin. Kasvattajalta vaaditaan herkkyyttä havainnoida lapsia ja heille merkityksellisiä asioita sekä luoda lapsille mahdollisuuksia osallistua omalla tavallaan ja omista lähtökohdistaan. Tämän tulisi näkyä arjessa siten, että kasvattajat tarjoavat monia eri mahdollisuuksia lapsille tuoda esiin omia ajatuksiaan. (Kataja, 2018)

Osallisuus ei ole vain ideoita ja aloitteiden tekemistä. Osallisuus on kohtaamista, kunnioittamista, vuorovaikutusta, äänen antamista, mielipiteiden kuuntelemista sekä yhteistä tekemistä. Osallisuuteen liittyy aina vapaaehtoisuus ja se tulisikin erottaa osallistumisesta. Osallisuuteen liittyy vahvasti tunne yhteisöön kuulumisesta, kohdatuksi tulemisesta sekä oman osallisuuden määrittämisestä. Osallisuuteen kuuluu tilaa ja aikaa ajatella, omien valintojen tekeminen sekä niiden seurausten pohtiminen sekä ongelmien ja ristiriitojen ratkominen. Osallisuus muodostuu kaikkien mielipiteiden kuulemisesta sekä yhteisen ajatuksen löytämisestä. Voidaankin todeta osallistavan kasvattajan eheyttävän lasten toiveet osaksi laajempia toimintakokonaisuuksia. Lapsen oppimiseen osallisuudella on positiivinen vaikutus, koska lapsien on todettu oppivan parhaiten, kun asia kiinnostaa oppijaa. (Kataja, 2018)

Kasvattajan pedagoginen osaaminen ja tavoitteet muodostavat kasvatukselle päämääriä vastaten kysymykseen miksi. Lasten maailmasta, kiinnostuksen kohteista ja innostuksen aiheista voidaan löytää heitä inspiroivia asioita. Näiden kahden alueen yhdistävänä tekijänä voidaan nähdä osallisuus, joka vastaa kysymykseen, miten lähdemme toteuttamaan näitä ideoita, jotta kaikkien näkemykset tulisivat kuulluiksi. (Kataja, 2018)

Uuden osallisuutta korostavan pedagogiikan haasteina voidaan nähdä kasvattajien tulevaisuuteen suuntaavat ja lasten nykyhetkessä elävien intressien yhteensovittaminen. Varhaiskasvatuksen arjessa toiminta on usein kaksijakoista, jossa vapaa leikki on lapsien ominta toimintaa ja muu toiminta edelleen aikuisjohtoista. Lasten vaikuttamisen mahdollisuudet ovat edelleen melko rajallisia. Parhaiten he pääsevät vaikuttamaan omiin henkilökohtaisiin asioihinsa ja leikkeihinsä. Lisäksi lapset pääsevät osallisiksi tilanteissa, joissa aikuisilla ei ole niin tarkkaa ennakkosuunnitelmaa, kuten metsäretkillä. (Turja, 2016, s. 45)

Osallisuus varhaiskasvatuksessa pitäisi nähdä yhteisöllisyytenä. Siihen kuuluvat kasvatuskeskustelut, ryhmän jäsenyys, yhteinen toiminta, johon ovat osallisina niin lapset

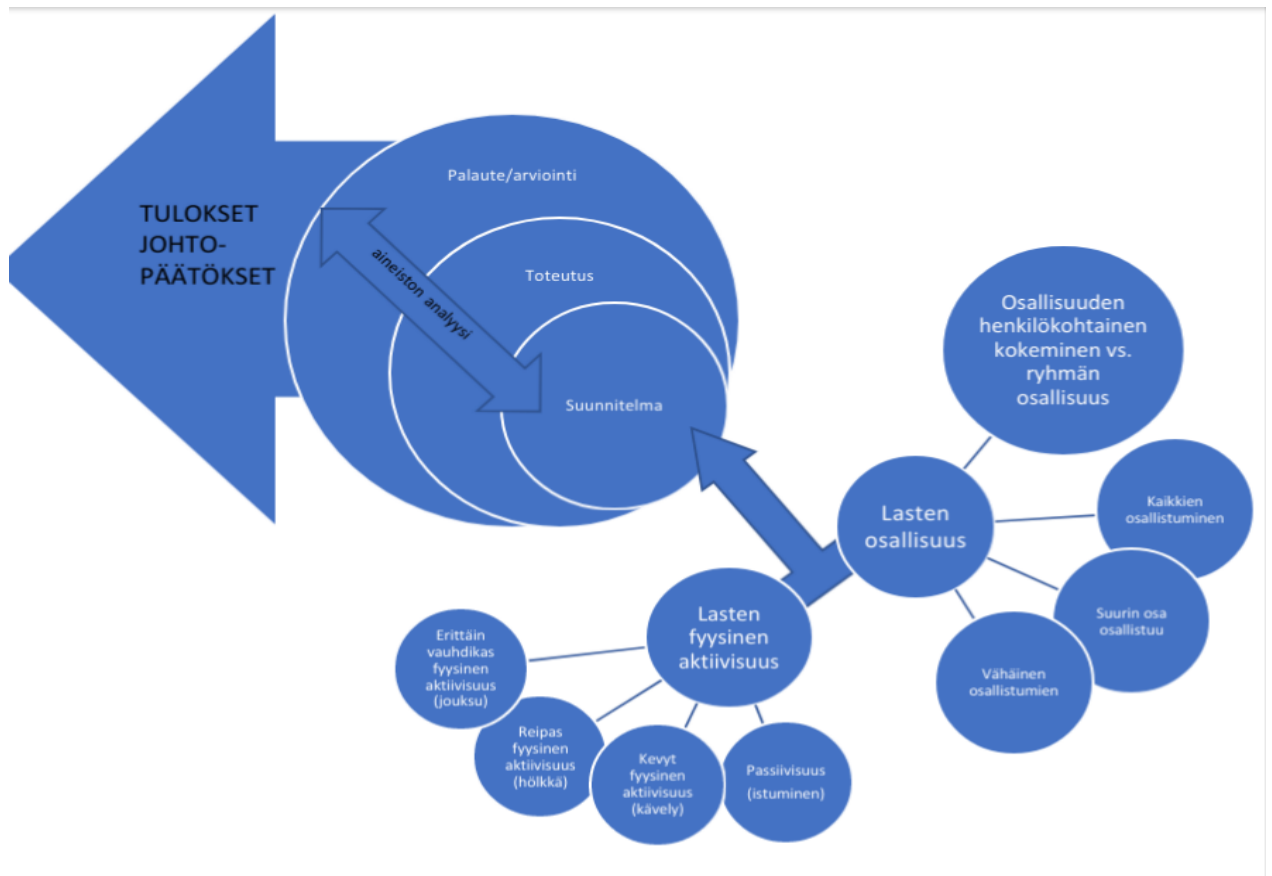
kuin aikuiset. Usein osallisuus mielletään pelkkänä lasten osallistumisena ja aktiivisuutena ilman yhteisöllisyyttä, johon sisältyy lasten ja aikuisten tasavertainen toiminta sekä neuvottelu. Syvimmillään osallisuus on mahdollisuus tulla kuulluksi sekä vaikuttaa asioihinsa osallistumalla yhteisön asioiden suunnitteluun ja päätöksentekoon sekä vastuun ottamista asioiden toteuttamisesta. (Turja, 2016, s. 47)

Lasten osallisuuden toteutuminen vaatii osallisilta yhteistä kieltä. Varhaiskasvatuksessa tämä vaatii kasvattajalta herkkää lasten havainnointia. Tasavertainen osallisuus vaatii myös tieto-osallisuutta, jolloin lapsilla on riittävät tiedot yhteisön toiminnan tavoista, elämää säätelevistä asioista ja omasta roolista. Yhteinen käsitys tulisi olla myös hankituista välineistä ja materiaaleista sekä muista toimintamahdollisuuksista. Osallisuuteen liittyy olennaisesti luottamus, joka on molemmin puoleista. Lapsien tietäessä, että heitä kuunnellaan ja että he ovat vaikuttamassa asioihinsa heidän itsetuntonsa ja voimaantumisen tunteensa kasvaa. Näiden osallisuuden piirteiden myötä syntyy dialoginen vuorovaikutus muiden kanssa, joka on vastavuoroista, aitoa, myönteistä toisen kuuntelemista ja viesteihin rakentavasti ja sensitiivisesti vastaamista. Lasten osallisuutta voidaan tarkastella myös valtaistumisen eli lasten ja aikuisten välisen valtasuhteen, osallisuuden eli sen keitä kaikkia tilanne koskee sekä ajallisen ulottuvuuden eli tilanteen keston kautta. (Turja, 2016, ss. 51—52)

Carolyne Willow on englantilainen lapsen osallisuuden asiantuntija, jonka mukaan lapsen osallisuus perustuu kunnioitukseen, rutiineihin sekä raportointiin. Näistä lapsen kunnioitus tulee olla osallisuuden perusteena lapsen ikään katsomatta. Erityisesti lasten omaa ääntä tulisi kunnioittaa. Osallisuuden tulisi olla normaali käytäntö lapsien kanssa toimittaessa eli rutiini. Raportoinnilla tarkoitetaan sitä, että lapsille tehdään jälkikäteen näkyväksi se, kuinka heitä on kuultu. (Koivunen & Lehtinen 2015, ss. 219—220)

2.5 Kuvio käsitteiden ja kehittämistyön suhteesta

Kuva 1 Kuvio opinnäytetyön ja käsitteiden suhteesta



Opinnäytetyöni oleellimmat käsitteet olen koontanut kuvioon (Kuva 1.) selkeyttääkseni niiden yhteyttä opinnäytetyöni kulussa. Keskeiset käsitteet lasten fyysinen aktiivisuus ja lasten osallisuus jakautuvat alakäsitteisiin. Fyysinen aktiivisuus jaetaan aktiivisuuden tasoihin: erittäin vauhdikas, reipas, kevyt ja passiivinen toiminta. Nämä tasot ohjaavat toiminnan toteuttamisen havainnointia. Lapsiryhmän osallisuuden tasoiksi olen määritellyt lasten toimintaan osallisuudessa: kaikkien osallisuuden, suurimman osan osallisuuden sekä vähäisen osallisuuden. Lisäksi huomioin ajatuksen yksilön ja ryhmän osallisuuden erillisyydestä.

Näiden käsitteiden muodostaman teoretiedon luomalla viitekehysellä toteutan osallisuudessa lasten kanssa tutkimukseni kolme vaihetta suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin. Kerään kaikista vaiheista aineistoa, jota analysoimalla pyrin vastaamaan tutkimuskysymykseeni.

3 AIKAISEMPIA TUTKIMUKSIA

Tässä luvussa kuvaan aikaisempia tutkimuksia liittyen lasten fyysiseen aktiivisuuteen sekä lasten osallisuuteen. Näkökulmana tutkimuksia etsiessäni on koko ajan ollut suomalainen varhaiskasvatus ja suomalaisten lasten fyysinen aktiivisuus. Perusteena tähän on suomalaisen varhaiskasvatuksen poikkeaminen muiden maiden kasvatus- ja koulukulttuureista sekä kiinnostukseni juuri suomalaisten lasten liikkumisesta.

3.1 Tutkimustuloksia liittyen lasten fyysiseen aktiivisuuteen

Useamman tutkimuksen mukaan lasten fyysisellä aktiivisuudella on suotuisa vaikutus kehon koostumukseen, sydän- ja verisuonisairauksien sekä 2. tyyppin diabetekseen altistavien riskitekijöiden vähenemiseen, luuston terveyteen, fyysiseen kuntoon sekä motorisiin taitoihin. Fyysinen aktiivisuus saattaa parantaa myös lasten kognitiivisia taitoja. Kun tarkastellaan alle kouluikäisten lasten fyysistä aktiivisuutta, on hyvä huomioida sen tarkoittavan usein fyysisesti aktiivista leikkiä, sekä huomioida leikin merkitys lasten kokonaisvaltaiselle kehitymiselle. (Haapala, Pulakka, Haapala & Lakka, 2016, ss. 17–18)

Tutkimusten mukaan fyysisen aktiivisuuden lisääminen ja erityisesti ruutuajan vähentäminen, näyttää parantavan kehon koostumusta, kuntoa sekä kognitiota ja oppimista. On todettava, että alle kouluikäisten fyysisen aktiivisuuden tutkimusta on tehty verrattain vähän. Aikaisemmissa tutkimuksissa on huomattu vähintään tunnin päivittäisen reippaan liikunnan olevan yhteydessä lapsille edullisiin hyvinvoinnin ja terveyden kuvaajiin. Lisäksi tutkimuksissa on saatu näyttöä myös kevyemmän fyysisen aktiivisuuden terveysvaikutuksista. (Haapala ym., 2016, ss. 17–18)

Orientaatio -projektin aikana kerätystä materiaalista Reunamo (2016) on tutkinut erityisesti lasten korkean fyysisen aktiivisuuden ja lapsilähtöisyyden yhteyttä. Orientaatio -projekti on laaja Etelä- ja Länsi-Suomessa toteutuva tutkimushanke, jolla kerätään tietoa lasten toiminnan ulottuvuuksista varhaiskasvatuksessa. Artikkelissaan Reunamo (2016 s.27) kuvaa lapsilähtöisyyden tilanteiksi, joissa lapsi on osallisena tilanteen ja toiminnan kehitymisessä, tällöin lapsi omalla vuorovaikutuksellaan muokkaa toimintaa muuttaen sen sisältöä.

Merkittävin aineistosta esiin noussut ilmiö oli, että osallistuva lapsilähtöisyys näytti painottuvan korkean fyysisen aktiivisuuden toimintaan ollen 60,9 % ajasta, kun osallistuvan orientaation osuus kaikesta toiminnasta oli 33,8 %. Voidaankin sanoa vauhdikkaan fyysisen aktiivisuuden lisäävän lasten osallisuutta. Aineiston mukaan mukautuvan toimintatavan määrä väheni reippaassa liikunnassa 13,4 % verrattuna koko toimintaan. Reippaan fyysisen aktiivisuuden voitiin havaita vähentävän myös lasten toiminnasta vetäytymistä, joka väheni 5,6 %:in kun sen osuus kaikesta toiminnasta oli 15,8 %. Lasten sitoutuminen reippaan fyysisen aktiivisuuden toimintaan oli korkeaa, vain 3,6 % kaikesta runsaasta liikkumisesta oli passiivista. (Reunamo, 2016 s.28)

Reunamon (2016, s.29) tutkimuksen mukaan runsas fyysinen aktiivisuus voidaan liittää kestävään intensiiviseen, keskittyvään, luovaan, energiseen sekä sinnikkääseen toimintaan. Lasten mielekkääksi kokema liikunta sai heidät heittäytymään toimintaan tai innostuminen toimimaan sai heidät liikkeelle Reunamo (2016, s.29) tarkentaa. Sitoutuminen toimintaan voidaan nähdä myös oppimiselle otollisena indikaattorina, täten liikkuminen voidaan yhdistää myös tehokkaampaan oppimiseen. Liikkumiseen yhdistyvät tunnetilat puolestaan olivat hänen mukaansa pääosin positiivisia ja vahvoja, lukuun ottamatta aggression tunnetta.

Reunamo ja Kyhälä (2016, s.54) tutkivat liikkumista varhaiskasvatuspäivän osana. Heidän aineistonaan oli lasten fyysisen aktiivisuuden havainnointi tammi-toukokuussa 2015 Etelä- ja Länsi-Suomen alueilla. Havainnointi kattoi runsaat 30 prosenttia 1–7-vuotiaista suomalaisista päiväkotilapsista. Havainnointitilanteet perustuivat systemaattiseen satunnaisotantaan, koskien päiväkotipäivän kaikkia tilanteita, kuten opetusta, vapaata leikkiä, tuettua leikkiä, ulkoilua, perushoitoa, ruokailua ja siirtymätilanteita. Fyysisen aktiivisuuden arviointiasteikko jakaantui kolmeen: matalaan kuormitukseen, kohtuulliseen kuormitukseen ja korkeaan kuormitukseen. (Reunamo & Kyhälä, 2016, s. 54)

Havainnoinnin mukaan korkeaa fyysistä aktiivisuutta (ainakin jonkin verran juoksua, ripeää liikuntaa ja fyysistä ponnistelua) sisältyi päiväkotipäivään klo 8:00-16:00 keskimäärin 47,5 minuuttia. Kohtuullisesti kuormittavaa liikuntaa (sisältää kävelyä ja kokovartaloliikkeitä) oli päiväkodeissa keskimäärin 132 minuuttia. Matalaa fyysistä aktiivisuutta (istumista, kynän käyttöä ja esimerkiksi ruokailutilanteet) oli kaikkiaan 293 minuuttia, eli lähes viisi tuntia kahdeksan tunnin havainnointi jaksosta. Reipas fyysinen aktiivisuus yhdistyi ulkoiluun. Suurin

osa lasten ajasta kului erilaisissa perus-hoidon tilanteissa, josta vain 1,7 % oli ripeää liikkumista. (Reunamo & Kyhälä, 2016, s.55)

Vapaata sisäleikkiä lapsien päivään sisältyi noin 21,8 %, mutta vain 15,1 % lasten kokonaisliikkumis määrästä kertyi vapaassa leikissä. Suoraa opetustoimintaa lapsien päivään sisältyi 12,2 % mutta vain 8 % liikkumisesta tapahtui kasvattajien ohjaamassa toiminnassa. Ruokailut veivät keskimäärin 15,1 % päivästä ja siirtymät 5,7 % sisältäen vain pienen osan reipasta liikuntaa. Tuloksia tutkiessa on otettava huomioon niiden olevan keskiarvoja, lasten, ryhmien ja eri-ikäisten välillä on suuriakin eroja. (Reunamo & Kyhälä, 2016, s.55)

Tuloksista tarkasteltiin myös lapsen huomion kohdetta verrattuna liikkumisen tehokkuuteen. Tutkijat havaitsivat suurimman osan (36,4 %) lasten reippaasta liikkumisesta liittyvän tilanteisiin, joissa lasten huomio kiinnittyi ryhmään lapsia, vaikka tällaisia tilanteita lasten päivässä oli vain 18,3 %. Lasten huomion kohdistuessa toiseen lapseen reipasta fyysistä aktiivisuutta havaittiin 31,1 % ajasta, koko päivästä nämä tilanteet kattoivat 19,1 %. (Reunamo & Kyhälä, 2016, s.56)

Reunamo ja Hausalo (2014) ovat tutkineet lasten fyysistä aktiivisuutta. Vihdin orientaatiossa he kuvaavat hanketta, jonka tarkoituksena on lisätä liikuntamyönteistä liikuntakulttuuria ja liikuntaa Vihdin varhaiskasvatuksessa. Hankkeen tavoitteena on juurruttaa varhaiskasvatukseen liikunnallinen toimintakulttuuri itseään korjaavaan palautteeseen perustuvan työtavan avulla. Tarkoituksena on työstää toimintamalli, jonka avulla liikunnasta tulisi luonteva osa varhaiskasvatusta sekä parantaa henkilökunnan osaamista ja haastaa perheitä mukaa kiinnittämään huomiota lasten liikkumiseen. (Reunamo & Hausalo, 2014, s. 157)

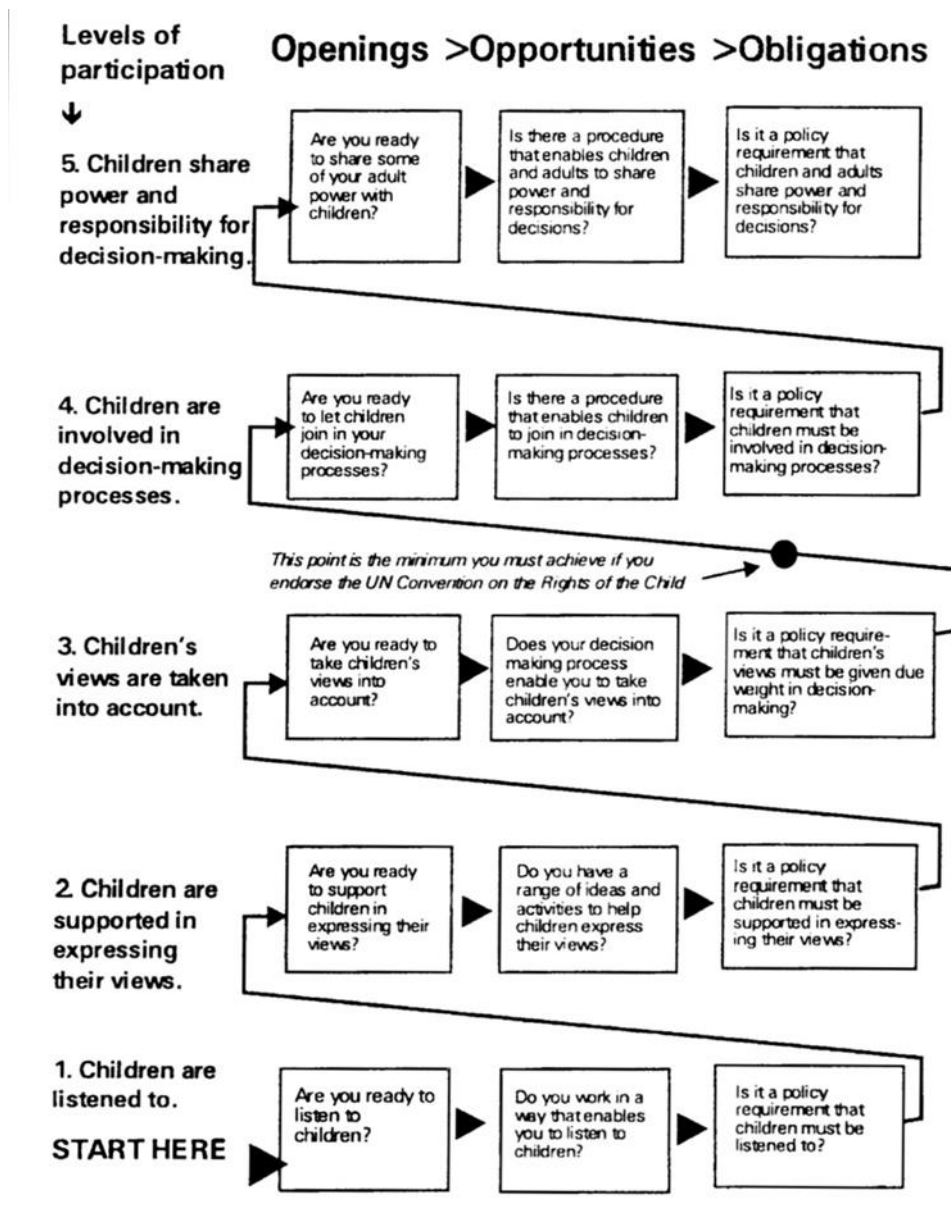
Keinoja liikunnan lisäämiseksi varhaiskasvatuksen arjessa olivat jo olemassa olevien toimintojen muokkaaminen liikunnallisemmiksi esimerkiksi ulkoilussa pihapelit tai sisällä erilaisten sisäliikunta välineiden hankinta sekä luontoliikunta. Kunnassa kehityskohteeksi valittiin pihapelit. Alkuun ongelmaksi muodostui lasten houkuttelevuus mukaan liikunnallisiin sääntöleikkeihin. Asiaa pohdittiin kasvattajista muodostetussa kehitysryhmässä. Päädyttiin kokeilemaan leikkikortteja, joita lapset ja aikuiset voivat käyttää. Huomattiin lasten omatoimisuuden kasvavan ja lasten osallistuvan hyvin toimintaan, lisäksi

yhteistyö lisääntyi lasten sekä kasvattajien välillä sekä ei toivottu käyttäytyminen ulkoiluissa väheni. (Reunamo & Hausalo, 2014, ss. 158—159)

3.2 Tutkimustuloksia lasten osallisuudesta varhaiskasvatuksessa

Shierin (2001 s. 111) osallisuuden tasojen kuvauksessa (Kuva 2.) osallisuuden kriteereiksi määritellään viisi tasoa, joiden toteutuminen jaetaan kasvattajan avautumiseen, mahdollistamiseen ja velvoittamiseen kulloisellekin tasolle.

Kuva 2 Osallisuuden tasot



Osallisuuden tasojen mukaan tie lapsen osallisuuteen lähtee liikkeelle aikuisen pohdinnasta; onko hän valmis kuuntelemaan lasta, edeten pohdintaan työskenteleekö kasvattaja niin, että voisi kuulla lasta päätyen pohdintaan kuuluuko lasten kuunteleminen työyhteisön periaatteisiin. (Shier, 2001, s.112)

Toisella osallisuuden tasolla keskitytään lasten näkemysten ilmaisemiseen. Kasvattajan tulee pohtia, onko hän valmis tukemaan lasta ilmaisemaan näkemyksiään, työskenteleekö hän niin että lapsen tukeminen ilmaisemaan näkemyksiään on mahdollista. Lopuksi tarkastellaan koko työyhteisön toimintatapaa tukea lapsia ilmaisemaan näkemyksiään. (Shier, 2001, s.112)

Osallisuuden tasoista kolmas on lasten mielipiteiden huomioon ottamisen taso. Tällä tasolla kasvattaja pohtii aluksi, onko valmis huomioimaan lasten mielipiteet, toiseksi mahdollistaako kasvattajan päätöksentekoprosessi lasten mielipiteiden huomioimisen. Viimeisenä keskitytään pohtimaan koko työyhteisön päätöksentekoprosessia ja sitä annetaanko siinä lasten mielipiteille niille kuuluva arvo. Saavutettuaan kaikki nämä kolme tasoa kasvatusyhteisö toteuttaa YK:n lasten oikeuksien sopimuksen edellyttämää lasten osallisuutta. (Shier, 2001, s.113)

Neljännellä osallisuuden tasolla lapset otetaan mukaan päätöksenteon prosessiin. Aluksi kasvattaja miettii, onko hän valmis ottamaan lapset mukaan päätöksentekemiseen. Seuraavaksi kasvattajan huomio kiinnittyy siihen, onko hänellä toimintatapoja, joilla ottaa lapsia mukaan päätöksentekoprosessiin. Lopuksi tutkitaan koko työyhteisön tasolla, tuleeko lapset ottaa mukaan työyhteisön toiminnan päätöksentekoprosesseihin. (Shier, 2001, s.114)

Viidennellä ja korkeimmalla osallisuuden tasolla lapset jakavat vallan ja vastuun päätöksentekoprosessissa. Aikuisen pohdittavaksi tulee, onko hän valmis jakamaan hänelle kuuluvaa valtaa lasten kanssa. Huomiota kiinnitetään myös siihen, onko työyhteisössä toimintatapoja, joilla aikuiset ja lapset jakaisivat valtaa ja vastuuta päätöksenteossa. Lopulta pohditaan voivatko aikuiset ja lapset jakavat valtaa sekä vastuuta työyhteisön päätöksenteossa. (Shier, 2001, s.115)

Venninen, Leinonen ja Ojala (2010) tutkivat lasten osallisuutta pääkaupunkiseudun varhaiskasvatuksen arjessa. Lopulliseen osallisuuskyselyyn vastasi 56,04 % päiväkotii-

tiimeistä. Vastanneita päiväkotitiimejä oli 1114 ja ne sijoittuivat 329 eri päiväkotiin. Lisäksi vastauksia saatiin 38 perhepäivähoitotiimiltä. (Venninen ym., 2010, s. 14)

Vennisen ym., (2010) mukaan lasten osallisuus ilmenee vahvimmin lasten leikeissä.

Leikkitilanteet edustivat myös merkittävää osuutta lasten tekemistä aloitteista ja päätöksentekomahdollisuuksista. Vastauksissa leikki oli kuvattu niin yleisellä tasolla, ettei mikään leikki erityisesti noussut esille osallisuutta mahdollistavana. Vastauksissa mainittiin maja-, hiekka- ja muut rakenteluleikit, roolileikit, esineleikit ja vapaa leikki.

Varhaiskasvatuksen arjessa lapsen leikkivalinnat ovat osa lapsen päätöksentekomahdollisuuksia. (Venninen ym., 2010, s. 19)

Tutkimustuloksista voitiin havaita, että yli kolme vuotiaat saivat vapaammin käyttää leikkikaluja ja taidevälineitä, kuin alle kolme vuotiaat, joiden päätöksenteko taidevälineiden käytössä oli rajatumpaa kuin leikkikalujen valinnassa. Liikuntavälineiden kohdalla kaikkien lasten päätöksentekomahdollisuudet olivat rajatumpia kuin lelujen ja taidevälineiden. Iän myötä lisääntyvät myös mahdollisuudet käyttää vapaasti eri välineitä. (Venninen ym., 2010, s. 19)

Kyselyssä kartoitettiin lasten mahdollisuutta osallistua toiminnan suunnitteluun. Ainoastaan esikouluikäisten tiimien vastauksessa kerrottiin lasten osallistuvan suunnitteluun aina. Seitsemässä tiimissä kymmenestä lasten suunnitteluun osallistuminen ei ollut mahdollista tai toteutui harvoin. Lapset saivat osallistua toiminnan arviontiin saman suuntaisesti, kuin sen suunnitteluun. Toiminnasta pois jättäytyminen oli alle 3-vuotiaille sallitumpaa kuin vanhempien lasten tiimeissä. (Venninen ym., 2010, s. 21)

Lasten tekemistä aloitteista suurin osa liittyi taiteisiin ja sitä sivuaviin aloitteisiin, sekä samansuuruisena näyttäytyivät leikkialoitteet. Neljätoista prosenttia lasten aloitteista koski liikuntaa. Taidetyöskentelyssä ja liikunnassa vastaajat kuvasivat lasten mahdollisuutta osallistua päätöksentekoon. Kirjan lukemista ja retkiä koskevia aloitteita kuvasi lähes joka kymmenes vastaaja, kun taas ulkoiluun liittyviä aloitteita oli vähän alle neljä sadasta vastauksesta. Tätäkin vähemmän mainintoja oli perushoitoon liittyvistä aloitteista. (Venninen ym., 2010, ss. 22—23)

Vastausten perusteella päätöksenteko, johon lapsilla on mahdollista osallistua, voidaan jakaa lasten itseään ja omaa toimintaansa koskevaan päätöksentekoon sekä koko ryhmän toimintaan vaikuttavaan päätöksentekoon. Neljännes vastaaja tiimeistä kuvasi lasten ja aikuisten yhteisiä keskusteluja päätöksentekoon johtavana toimintana. Lähes yhtä usein käytettiin äänestystä päätöksenteossa. Aikuisen roolia kuvattiin lasten mielipiteiden kysyjänä ja lasten toiveiden selvittäjänä kuuntelemalla lasten keskusteluja. Kaikista yli 1000 vastanneesta tiimistä 36:n lapset eivät osallistuneet lainkaan nuoren iän, päätöksentekotaitojen puutteen tai arjen rutiinien estäessä päätöksentekoa. (Venninen ym., 2010, ss. 24–25)

Korppi ja Latvala (2010) tutkivat lasten osallisuuden toteutumista osallistavan vuorovaikutuksen mallin avulla. He tarkastelivat lasten oman osallisuuden kokemuksia osallistavan vuorovaikutusmallin toteutuksen aikana havainnoimalla sekä haastattelemalla lapsia. Koko prosessi toistettiin kahteen kertaan samassa lapsiryhmässä. Mallissa lasten osallisuutta pyritään lisäämään suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin muodostaman jatkumon kautta. (Korppi & Latvala, 2010, s. 61)

Suunnitteluvaiheessa lasten osallisuutta pyrittiin lisäämään kokoamalla heidän ideoitaan yhteen, muistuttamaan eri vaihtoehtoista, joita he esittivät. Lasten kanssa suunniteltaessa kerrattiin myös yhteisen päätöksen tekemiseen liittyvästä toisten mielipiteiden ja ehdotusten kuuntelemisesta. Näin ollen kaikki ehdotukset tulevat kuulluiksi. (Korppi & Latvala, 2010, s. 63)

Havainnoidessaan lasten osallisuutta päätöksentekoon suunnitteluvaiheessa, koki havainnoija kaikkien lasten osallistuvan päätöksentekoon ja päätäntävällän olevan enemmän lapsilla, kuin aikuisilla. Lasten kokemukset haastatteluiden perusteella erosivat ensimmäisen prosessin osalta merkittävästi havainnoinnin tuloksista. Vain yksi kymmenestä lapsesta koki saaneensa vaikuttaa. Kun lasten kanssa toteutettiin toinen suunnitteluvaihe havainnoinnin ja haastattelujen tulokset tukivat toisiaan. (Korppi & Latvala, 2010, s. 67)

Toteutusvaiheessa lapset kokivat saaneensa osallistua toiminnan toteuttamiseen. Heille jäi kokemus kivasta yhteisestä toiminnasta. Tämä tukee myös havainnoinnin tuloksia. Arviointivaiheessa haastattelussa lapset kokivat päätöksenteon yhteistyöksi. Arvioinnissa

lapset kokivat kuitenkin, ettei aikuinen ollut ottanut heidän ajatuksiaan vakavissaan huomioon. Ryhmän yhteisen päätöksen tekeminen jättääkin yksilötavoitteita osittain ulkopuolelle. Tämä sai tutkijat pohtimaan lapsien osallisuuden tasoja, joita olivat lapsen yksilölliset tuntemukset osallisuudesta ja ryhmän yhteinen osallisuuden kokemus. (Korppi & Latvala, 2010, ss. 71, 76—77)

4 TUTKIMUKSEN METODOLOGIA

Laadullinen tutkimus voidaan nähdä jatkuvina valintoina ja päätöksentekoketjuina. Tutkimusongelma voi olla tutkimuksen alussa väljä ja se täsmentyy koko tutkimuksen ajan. Laadullisessa tutkimuksessa on otettava huomioon tutkimusasetelmien rajaaminen, joka asettaa tutkimukselle selkeän ongelmanasettelun. (Kiviniemi 2018, ss. 74, 76)

4.1 Laadullinen tutkimus

Kvalitatiiviset menetelmät tuovat esiin ilmiöiden prosessinomaisen luonteen. Laadullinen tutkimus voidaankin nähdä prosessina. Tutkija on aineiston keruun väline, jonka ajatusten tuloksena aineistoon liittyvät näkökulmat ja tulkinnat muokkaantuvat tutkimuksen edetessä. Lisäksi laadullinen tutkimus voi edetä prosessinomaisesti, jolloin tutkimuksen eri vaiheet limittyvät toisiinsa, eikä niiden eteneminen ole ennalta selkeästi eroteltavissa. Tämä tarkoittaa myös tutkimuksen tulkitsemisen jakaantumista koko tutkimusprosessin ajalle. Laadullinen aineisto on aina tutkijan omien intressien ja tarkastelunäkökulman rajaama. Tämä tarkoittaa sitä, ettei aineisto sinällään kuvaa todellisuutta, vaan todellisuus näyttäytyy lukijoille tutkijan valitsemien rajauksien läpi. (Kiviniemi, 2018, ss. 73—76; Eskola & Suoranta, 2014, s.16)

Laadullisessa tutkimuksessa kentältä kerätystä aineistosta tulisi löytää käytännöistä nousevia ominaispiirteitä, joiden pohjalta ilmiötä voidaan tarkastella. Kenttätöön tarkoituksena on säilyttää tutkittava ilmiö sellaisenaan, jolloin tutkija tavoittaa tutkittavien näkökulman. Vaikka tämänkaltaisessa tutkimuksessa aineistopohjaisuus korostuu, on otettava huomioon tutkijan teoreettiset näkökulmat sekä vähitellen käsitteellistyvät näkemykset ilmiöstä, jotka osaltaan vaikuttavat tutkimuksen kulkuun. (Kiviniemi, 2018, s. 77; Eskola & Suoranta, 2014, s.16)

Laadullisessa tutkimuksessa aineisto ja teoria käyvät vuoropuhelua muodostaen ensimmäisiä käsitteitä, joiden avulla tutkija voi kehittää tutkimusasetelmiaan eteenpäin. Keskeisintä on löytää ydin kategorioita. Nämä pelkistävät ja selkeyttävät kehityksessä olevaa teoriaa. Näin ollen laadullinen tutkimus voidaan nähdä tutkijan oppimisprosessina kyseessä olevasta ilmiöstä. Tutkimuksen objektiivisuus syntyy siitä, että tutkija havaitsee oman subjektiivisuutensa ja teoriassa tuo esille omat näkemyksensä ilmiöstä. (Kiviniemi, 2018, ss. 78–79; Eskola & Suoranta, 2014, s. 17–18)

4.2 Toiminnallinen tutkimusote

Toimintatutkimus on lähestymistapa, jossa tutkija pyrkii yhdessä kohdeyhteisön kanssa ratkaisemaan ratkaistaviksi tarkoitettuja ongelmia sekä saavuttamalla yhdessä yhteisön jäsenten kanssa asetettuja tavoitteita ja päämäärät. Tähän pyritään tutkimalla ongelmien ilmenemistä, syntyä ja kehitystapoja ja tapoja ratkaista niitä sekä toimimalla saadun tiedon perusteella yhdessä yhteisön jäsenten kanssa ongelman ratkaisemiseksi. (Linnasaari, 2004, ss. 114–115) Oma tutkimukseni ei ole varsinaisesti toimintatutkimus vaan sen tutkimusote on toiminnallinen. Toimintatutkimuksen tapaan tutkimuksessani tutkijana pyrin yhdessä tutkittavieni kanssa löytämään vastauksia asettamiini tutkimusongelmiin.

Linnasaari (2004) kertoo toimintatutkimuksen tulleen viime aikoina varsin käytetyksi tutkimustyyppiksi kasvatustutkimuksissa, koska näissä tutkimuksissa pyritään teoretiedon ja käytännön kasvatustoiminnan väliseen vuoropuheluun. Omassa tutkimuksessani pyrin tuomaan esille tutkimuskysymyksieni taustalla olevaa jo tutkittua tietoa. Toiminnallisen omasta tutkimuksestani tekee sen työtä kehittävä näkökulma sekä aineiston keruu hankinta menetelmät.

4.3 Tutkimuksen eettisyys

Tutkimuksen eettisyyteen vaikuttavia asioita ovat tutkimuslupa sekä aineiston kerääminen eettisesti oikein. Näiden lisäksi se, ettei tutkija käytä tutkimuskohdetta omien intressien eteenpäin viemiseen, tutkijan osallistumiseen liittyvät ongelmat sekä tutkimuksen tiedottamiseen liittyvät asiat. (Eskola & Suoranta, 2014 s. 52–53)

Tutkimusluvan tähän tutkimukseen pyysin erikseen jokaisen lapsen huoltajalta erillisellä kaavakkeella (Liite 3.). Kaavake sisälsi lyhyen esittelyn opinnäytetyöni aiheesta ja tutkimusmenetelmistä sekä selkeästi merkittävän kohdan: annan lapselleni luvan osallistua kyseessä olevaan tutkimukseen tietynä ajankohtana. Huoltajilta saadun suostumuksen lisäksi on myös lapsilta itseltään kysyttävä halukkuudesta osallistua tutkimukseen. Lisäksi pyysin tutkimusluvan organisaatiolta, jossa suoritin aineiston keräämisen.

Aineiston keräämisestä kerrotaan myöhemmin tässä luvussa. Eettisen näkökulman kannalta on syytä huomioida lasten tutkimisen erityispiirteet. Lasten näkökulmaa ja lapsuutta tutkittaessa on hyvä huomioida se, että aikuinen käyttää aina valtaa suhteessa lapsiin. Kyseessä on ennen kaikkea tutkittavien kunnioittaminen, arvokas kohtelu sekä intymiteetti. Näiden lisäksi eettisyys liittyy tutkijan rehellisyyteen kerrottaessa tutkittavasta ilmiöstä, omista valinnoistaan sekä menettelystään. (Kalliala, 2008, s.70)

Tutkijan on syytä tiedostaa omia asenteitaan ja näkemyksiään liittyen lapsuuteen ja lapsen ajattelumaailmaan, koska usein aikuiset kadottavat lasten tavan ajatella ja tuntea kasvaessaan. Tutkijan suhtautumiseen lapsuuteen vaikuttavat hänen omat kokemuksensa lapsuudesta, vanhemmuudesta, hänen koulutuksensa, identiteettinsä sekä kokemuksensa sekä kulttuurinen asemansa sekä vallitsevat trendit. Hoiva-alan ammattilaiset näkevät lapset usein hoivan kohteina, tällöin riskinä on, ettei lasten oma ääni pääse kuuluviin. (Greig, Taylor & MacKay, 2007 s.89)

Tässä tutkimuksessa tutkija osallistuu toimintaan yhtenä kasvattajana ollen samalla osallisena lasten ja kasvattajien luomassa yhteisössä. Osallisuuden voidaan nähdä tuovan esille juuri lasten omaa ääntä tutkimuksen aikana, kun sillä viitataan tasavertaiseen osallisuuteen lasten ja kasvattajan välillä. Lisäksi tutkijana toimiva kasvattaja on tehnyt pitkään töitä lasten parissa sekä kouluttautunut monipuolisesti toimiakseen työssään lapsilähtöisesti.

4.4 Tutkimustehtävä

Tutkimustehtävää ohjaavat tutkimuskysymykset joihin tutkimuksen keinoin pyrin löytämään vastauksia. Kehittämishankkeeni tutkimuskysymyksinä ovat:

- Millaisen liikunnallisen suunnitelman lapset laativat päiväkodin arkeen?

- Kuinka suunnitelma toimii?

Tarkoituksena näiden tutkimuskysymysten kautta on lisätä lasten fyysistä aktiivisuutta varhaiskasvatuksen arjessa.

4.5 Aineisto

Aineisto kerättiin Etelä-Suomalaisessa päiväkodissa. Aineiston muodostavat lasten osallisuudessa tuottamat suunnitelmat neljän päivän ohjelmasta, itse suunnitelman toteuttamisessa kertyneet materiaalit sekä lasten ja työntekijöiden antama palaute. Korppi ja Latvala (2010) esittelevät ”Osallistava vuorovaikutuksen malli lasten osallisuuden mahdollistajana” pro gradussa mallin, jonka mukaan osallisuuden vaiheita ovat: suunnittelu, toteutus ja arviointi. Nämä kolme kulkevat jatkuvana kehänä tuottaen mahdollisuuksia osallistavaan vuorovaikutukseen.

Suunnitelman teko vaiheessa lasten tuottama materiaali kirjattiin havainnointitaulukkoon (liite 1.). Apuna viikon suunnitelman tekemisessä oli päiväkodissa jo käytössä olevan viikko-ohjelman hyödyntäminen sekä päiväohjelman liittäminen toiminnallisen suunnitelman laadintaan. Lisäksi ryhmän kanssa työskentelevät käyttivät apuna liitteen 2. kuvausta fyysisestä aktiivisuudesta. Tämä lyhyt kuvaus siitä, mitä kaikkea fyysinen aktiivisuus voisi olla varhaiskasvatuksen arjessa on koostettu Rautasen (2019) tuottamasta materiaalista ”Liikunnalliset lisäykset päiväkotiarkeen”.

Suunnitelmaa toteutettaessa kirjasin omia havaintojani lasten osallisuudesta sekä fyysisestä aktiivisuudesta päivän päätteeksi samanlaisen havainnointi taulukon (Liite 1.) avulla. Helpottamaan arviointia käytän jokaisessa kohdassa numeroita 1-4 kuvaamaan fyysistä aktiivisuutta, jolloin 4 tarkoittaa erittäin vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta, 3 tarkoittaa reipasta fyysisesti aktiivisuutta, 2 kevyttä liikuntaa sekä 1 passiivista hetkeä. Tämä luokittelu mukailee varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksien (2016) kuvaamaa alle kouluikäisten lasten liikkumisen jaottelua. Lasten osallisuutta toimintaan kuvaan merkitsemällä ++ jos kaikki lapset näyttävät olevan osallisia + jos suurin osa lapsista on osallisia ja – jos lasten osallisuus jää vain 1–2 lapsen toteuttamaksi.

Palautteen antamiseen varattiin aikaa jokaisen tuokion päätteeksi. Palautteen antamisen keskiössä ovat kysymykset liittyen lasten kokemukseen osallisuudesta sekä fyysisen aktiivisuuden toteutumisen kokemuksista. Palautteen kirjaamiseen käytin aineisto havainnointi taulukkoa (Liite 1.) johon kirjasin lasten pienryhmissä antamaa palautetta kunkin toiminnan kohdalle.

Taulukko 1 Kysymykset lapsille toiminnan arviontiin

Kysymyksen tarkoitus:	Tapa kysyä lapsilta:
Koitteko saavanne vaikuttaa toiminnan suunnitteluun?	Olitteko mukana suunnittelemassa tekemistä? (mahdollisesti kerrataan mistä tekemisestä olikaan kyse)
Koitteko saavanne vaikuttaa toiminnan toteutukseen?	Otettiinko teidän mielipiteitänne huomioon, kun toimittiin yhdessä?
Mitä pidit toiminnasta?	Selkeytetään mistä toiminnasta/tekemisestä on kyse.
Millaisena koit liikkumisen?	Selkeytetään mistä toiminnasta/tekemisestä on kyse.

Toiminnan jälkeen henkilökunnalle varattiin noin 30 minuuttia aikaa kirjoittaa palaute kirjoitelman muodossa. Kirjoitelman otsikkona oli: Kirjoita kokonaisin lausein siitä, kuinka osallisuudessa tuotettu fyysistä aktiivisuutta lisäävä suunnitelma toteutui. Jokaisen neljän toimintapäivän kirjoitelman kirjoitti eri kollega.

Tutkimukseni aineistoksi muodostuivat lasten kanssa osallisuudessa tuotetut suunnitelmat tuokioiden kulusta, kirjaamani havainnot toteutetuista tuokioista ja lasten arviot

toteutetuista tuokioista. Näiden lisäksi tutkimusaineistoani ovat henkilökunnan kirjoittamat kirjoitelmat.

4.6 Aineiston analyysi

Laadullisen aineiston analyysin tavoitteena on tiivistää aineisto ja luoda siihen selkeyttä. Tätä kautta tuodaan esille uutta tietoa tutkittavasta asiasta. Ensimmäinen vaihe aineiston analyysissä on lukea läpi aineistoa useaan kertaan. Kun aineisto alkaa jäsentyä muodostuu ensimmäinen tulkinta, joka elää läpi koko aineiston analysoinnin kulun. Seuraavaksi aineisto koodataan, jonka apuna voidaan käyttää teoriaa tai näkökulmaa. On hyvä huomioida jo tässä vaiheessa, että aineiston tulkinta on aina tutkijan näkökulmasta tehtyä. Onkin syytä nostaa esiin aineistoa omien valintojen perusteluna. Laadullista aineistoa voidaan tulkita myös määrällisesti esimerkiksi laskemalla asian toistoa. (Eskola & Suoranta, 2014, s. 138, 151—153, 165)

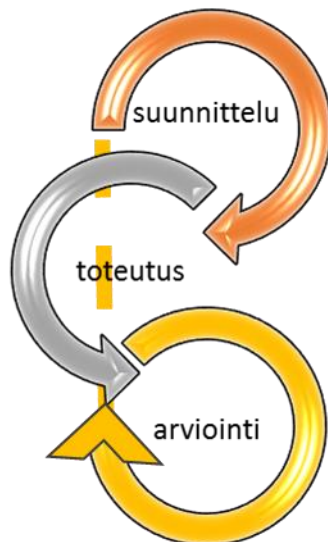
Omassa tutkimuksessani aineiston muodostavat lasten osallisuudessa tuottama suunnitelma fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi, suunnitelman toteutuksen yhteydessä tuotetut havainnot lasten osallisuudesta ja fyysisestä aktiivisuudesta, lasten kertomat arvioinnit omasta osallisuudestaan sekä fyysisestä aktiivisuudesta sekä kasvattajien kirjoitelmat suunnitelman toteuttamisen kokemuksesta. Näiden aineistojen lukeminen ja luokittelu on analyysin lähtökohtana.

Aineiston käsitteleminen alkoi kirjoittamalla aineisto puhtaaksi kaavioihin. Puhtaaksi kirjoitetun aineiston analysointi alkoi lukemalla aineistoa läpi useampaan kertaan. Seuraavaksi pyrin erottamaan aineistosta osallisuuteen ja fyysiseen aktiivisuuteen liittyviä asioita. Käsittelin yhdessä suunnittelun ja toiminnan kokonaisuuden sekä lasten arvioinnit ja tuokioihin osallistuneiden kollegojen kirjoitelmat. Analysoidessani tuokioiden suunnittelua pyrin tuomaan esiin, millaisia liikunnallisia suunnitelmia lapset tekivät, kyetäkseni vastaamaan tutkimuskysymykseeni.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

Tässä luvussa kuvaan, millaisia suunnitelmia lapset tuottivat osallisuudessa sekä sitä, kuinka suunnitelmat toteutuivat ja kuinka lapset sekä tuokioihin osallistuneet kollegat arvioivat niitä. Esitän omien havainnointipäiväkirjojeni poimintoja selkeyttämään saamiani tuloksia. Tekstissä sisennetyt virkkeet ovat suoria lainauksia poimintoja havainnointipäiväkirjastani. Arviointi osuudessa sisennetyt lainaukset ovat mukana olleen kollegan kirjoitelmasta tai lainauksia havainnointipäiväkirjastani.

Kuva 3 Tuokioiden rakenne



Kaikki tuokiot rakentuivat samaa (kuva 3.) esitettyä kaavaa noudattaen, joka mukailee Korpín ja Latvalan (2010) esittelemää osallistavan vuorovaikutuksen mallia. Alkuun lapset suunnittelivat yhteisen tuokion kulun osallisuudessa kasvattajien kanssa. Siitä siirryttiin toteuttamaan suunniteltua toimintaa. Toiminnan jälkeen lapsille varattiin aikaa arvioida toteutunutta toimintaa.

5.1 Fyysisesti aktiivinen kuvaamataito - tehokkaan nopeasti

Ensimmäiseen tuokioon osallistui viisi lasta. Iältään lapset olivat iältään 3–7-vuotiaita. Aiheenamme oli kuvaamataito, johon oli tarkoitus yhdistää fyysistä aktiivisuutta. Mukana

tuokion toteutuksessa oli kuvaamataidonopettaja, joka kirjoitti kirjoitelman kokemuksestaan.

5.1.1 Suunnittelu

Aloitimme suunnittelun pohtimalla, mitä on fyysinen aktiivisuus, jotta voisimme yhdistää sen kuvaamataidon työskentelyyn. Kertasimme myös lasten ajatuksia siitä, millaisia asioita kuvaamataidossa tehdään. Kaikilla on mahdollisuus kertoa omia mielipiteitään.

Suunnitelman aluksi eräs lapsista kertoo haluavansa tehdä jäätelön. Muut lapset jatkavat ideointia tekemällä erilaisia ehdotuksia. Suunnitelmaksi muodostuu jäätelökioski -leikki ulkona, jonka tarvikkeiden (jäätelötötteröiden) valmistus olisi kuvaamataidon työ.

Kasvattajat antoivat vinkkejä siihen, kuinka toteuttaa jäätelöt kuvaamataidon keinoin.

Lopuksi kasvattaja kertoo suunnitelman kulun, joka on jäätelötötteröiden askartelu liikkuen, jonka jälkeen siirrytään leikkimään jäätelökioskia ulos.

Eräs lapsista kertoo haluavansa tehdä jäätelön, sellaisen missä on pahvista tötterö, vanusta jäätelö ja hiekasta strösseliä. Toinen jatkaa, että haluaa puistossa jäätelöä. Pohdimme, kuinka tekeminen onnistuu liikkuen, toteamme että ei ainakaan pöydän ääressä istuen.

Suunniteltaessa toimintaa aikuinen tuo esiin fyysisen aktiivisuuden, jolloin suunnitelmaan sisältyy valmiiksi fyysisen aktiivisuuden näkökulma. Lapset saavat osallisuudessa itse määrittää millaista fyysinen aktiivisuus on, kun kyseessä on kuvaamataidon tuokio.

5.1.2 Toteutus

Siirryttiin toteuttamaan suunnitelmaa kasvattajien avustuksella. Toiminta päädyttiin tekemään lattialla, pöydän ääressä istumisen sijaan, jossa jäätelötötteröt valmistuivat kartongista rullaamalla sekä silkkipaperista rypistellen. Fyysistä aktiivisuutta toteutukseen toi tavaroiden hakeminen ja palauttaminen. Jäätelöiden valmistuttua, siirryimme ulos leikkimään jäätelökioski leikkiä. Kaikki osallistuivat toimintaan. Arvioni mukaan toiminta

täytti kevyen fyysisen aktiivisuuden määritelmän, jäätelöiden teko vaiheessa ja leikki ulkona oli reipasta tai erittäin vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta.

--- aloimme työstää tötteröitä pahvista lattialla. Ensin rullattiin kartiot ja sen jälkeen kukin pohti, haluaako leikata reunaa suoraksi, jos halusi sai hakea sakset, lopuksi tötterö avattiin väritystä varten. Noustiin ylös hakemaan liitu ja väritettiin sekä koottiin teipin avulla tötteröt.

Toimittaessa aikuisen ohjaus tukee ja kannustaa lasten liikkumista. Lapset liikkuvat luonnostaan, kun heillä on siihen mahdollisuus, tilaa ja vapaus. Kaikkien osallistuminen lisää liikkumista toiminnan aikana.

5.1.3 Arviointi

Sisälle tultuamme pyysin lapsia vielä kertomaan, millaisena he olivat kokeneet aamupäivän toiminnan. Kaikki lapset kokivat saaneensa osallistua suunnitelman tekemiseen, he luettelivat mieluisimpia asioita, kuten tötterön ja pallojen tekeminen. Fyysisestä aktiivisuudesta kysyttäessä lapset kuvasivat työskentelyn aikana tavaroiden noutamisen sekä ulkoilun tuottaneen liikettä.

--- piti koko ajan vaihtaa pistettä (liidut, sakset ja paperit).

Kirjoitelmassa toimintaan osallistunut kuvaamataidon opettaja piti liikunnan ja kuvaamataidon yhdistämistä hauskana kokeiluna, muttei kaivannut kuvaamataidon opetukseen lisää liikkumista. Hän mainitsi liikunnan olevan hyvä keino purkaa energiaa ennen varsinaisen kuvaamataito tuokion alkua.

Hauska kokeilu, mutta en kaipaa kuvikseen lisää liikuntaa.

--- Rauhoittumisliikunta ennen kuvista on hyvä juttu.

Arvioinnin tarkoituksena on kuulla lasten ajatuksia ja kehittää toimintaa edelleen. Lapset ovat itse oman toimintansa parhaita asiantuntijoita, jolloin heidän kokemuksensa liikunnasta on merkittävä.

5.2 Fyysisesti aktiivinen liikunta - energiaa ja vauhtia

Tuokiolla paikalla oli sama lapsiryhmä, kuin edelliselläkin kerralla, johon kuului viisi lasta. Lasten ikä vaihteli 3–7-vuotiaaseen. Aiheenamme oli sisäliikunta. Mukana havainnoimassa toimintaa oli varhaiskasvatuksen lastenhoitaja, joka kirjoitti kirjoitelman kokemuksestaan.

5.2.1 Suunnittelu

Saadakseni lapset kertomaan omia toiveitaan pyysin heitä kertomaan, millainen on sinun unelmiesi liikuntahetki. Lapset alkoivat luetella erilaisia tuttuja leikkejä. Eräs tyttö kertoi haluavansa leikkiä Silja Line -leikkiä. Yhdessä keskustelimme siitä, millainen leikki Silja Line on ja lapset kuvasivat siihen kuuluvan pallomeren ja Hoplopin. Lisäksi eräs toinen tyttö ehdotti loppurentoutusta. Lopuksi koostin kaikkien ehdotuksista suunnitelman liikuntahetkemme rungoksi kertaamalla yhteenvedon omaisesti suunnitelmamme kulun, joka sisälsi alkulämmittelynä toiveleikit, häntähippa, banaanihippa ja toffee. Seuraavaksi leikkisimme Silja Line -leikkiä, joka muodostui eräänlaiseksi tempuradaksi sekä lopuksi toteuttaisimme rentoutuksen.

Kysyin mitä he haluaisivat tehdä omassa unelmien liikuntahetkessä. Lapset ehdottivat: häntähippa, hippa, banaanihippa, toffee, Hoplop ja silja line -leikki. Lisäksi ehdotettiin loppurentoutusta, jossa aikuiset sivelevät lapsia pensseleillä.

Lapsien toivomien leikkein ympärille muodostui osallisuudessa suunnitelma siitä, millainen heidän mielestään olisi fyysisesti aktiivinen sisäliikuntahetki. Suunnitellessa aikuinen koosti lasten ajatuksista yhteisen suunnitelman.

5.2.2 Toteutus

Seuraavaksi siirryimme toteuttamaan suunnitelmaa. Aluksi muokkasimme tilan turvalliseksi. Leikimme liikuntaleikkejä, joissa jokainen lapsi sai olla esillä vuorollaan esimerkiksi hippana. Seuraavaksi rakensimme Silja Line -tempuradan yhdessä niin, että aikuinen osallistui myös tekemiseen. Tilan muokkaaminen ja tavaroiden siirtäminen oli osa liikkumista. Lopussa toteutimme rentoutuksen ja siivosimme leikkien jäljet. Kokonaisuudessaan fyysinen aktiivisuus liikuntaleikeissä ja tempuradalla oli vauhdikasta tai reipasta fyysistä aktiivisuutta ja kaikki lapset osallistuivat toimintaan.

--- rakensimme yhdessä Silja Line seikkailun, pallomeren nurkkaan, jossa olivat kaikki löytämämme pikku pallot, liukumäki penkistä ja tuolista, lasten rakentama esterata palikoista, hernepussien tarkkuusheitto, tasapainoilu mattorullalla sekä penkillä, kädenjälkien kosketus penkki, tunnelit sekä sählypiste, jossa voi kokeilla tehdä maalin.

Toteutettaessa suunnitelmaa aikuisen ohjaus ja osallisuus kannustaa lapsia mukaan liikkumaan. Kaikkien osallistuessa tekemiseen yhdessä liikkumisesta tulee luonteva osa toimintaa.

5.2.3 Arviointi

Liikuntahetken jälkeen kyselin lapsilta arviota siitä, saivatko he osallistua toiminnan suunnitteluun, otettiin heidän mielipiteensä huomioon sekä mitä he pitivät toiminnasta ja millaisena he kokivat liikunnan. Kaikki paitsi yksi lapsista kokivat saaneensa osallistua suunnitteluun. Yksi lapsista sanoi, ettei ehdottanut mitään leikkiä. Keskustelimme siitä, oliko lapsi ehdottanut hippaa, jolloin hän kertoi ehdottaneensa tavallista hippaa, jota ei ollut leikitty. Lapset pitivät toiminnasta ja kuvasivat liikuntaa sellaiseksi, että siinä tuli jano.

--- yksi lapsi sanoi, ettei ehdottanut mitään. Kysyin, ehdotitko hippaa? juu mutta en muuta. Ei me leikitty hippaa, eiks me leikitty häntähippaa ja banaanihippaa? mut ihan tavallista hippaa ei.

Tuokiota seurannut varhaiskasvatuksen lasten hoitaja toi kirjoitelmaansa esiin, että lasten osallisuus otettiin huomioon. Toimintaa hän kuvasi mukavaksi, jonka toteutukseen lapset olivat tyytyväisiä. Kirjoitelmaansa lastenhoitaja kuvaa vielä, kuinka lapset saivat kertoa kokemuksistaan toiminnasta ja siitä mistä he pitivät.

Lasten osallisuus otettiin hyvin huomioon.

Energiaa ja vauhtia kuitenkin riitti. Mukavaa toimintaa, joka vei lasten ajatukset pois korona huolista.

Lasten toiveet olivat ihanan realistisia, he vaikuttivat tyytyväisiltä yhdessä luomaansa tempurataan.

Lopussa lapset saivat kertoa oman mielipiteensä toiminnasta, kokivatko he osallistuneensa toimintaan, mikä oli mukavaa.

Lapsille jäi positiivinen olo.

Arvioinnin tarkoituksena on antaa lapsille kokemus kuulluksi tulemisesta ja kehittää toimintaa eteenpäin. On merkityksellistä huomioida lasten kokemukset ja käyttää niitä liikuntaa lisäävänä voimavarana.

5.3 Fyysisesti aktiivinen muskari – tanssien, laulaen sekä soittaen

Kolmannella tuokiolla mukana oli sama lapsiryhmä, kuin aikaisemmillä kerroilla. Aiheenamme oli musiikki yhdistettynä fyysiseen aktiivisuuteen. Mukana tuokiota seuraamassa oli varhaiskasvatuksenopettaja, joka kirjoitti kirjoitelman kokemuksestaan.

5.3.1 Suunnittelu

Tuokion alussa pohdimme lasten kanssa, millaisia asioita muskarissa tehdään ja kuinka niistä saisi fyysisesti aktiivisia. Lapset luettelivat erilaisia muskarin toimintoja, kuten laulu, soittaminen ja tanssi. Koitin kysellä lapsilta jotain lempilaulua. Sainkin muutamia ehdotuksia, mutten yhtään sellaista, jota olisimme voinut yhdessä laulaa ja soittaa. Annoin lapsille

kapulat, koittaen innostaa heitä laulun valinnassa. Lopulta yksi lapsista ehdotti Leipuri hiiva - laulua.

Seuraavaksi koitin saada lapset valitsemaan jonkin tutun laulun, jota voisimme laulaa ja soittaa. Kukaan ei ehdottanut mitään. Päätin ottaa avuksi kapulat, jotta päästään käsiksi aiheeseen. Eräs lapsi ehdotti Leipuri Hiivaa ja sen valitsin lauluksi.

Lapset saivat itse kertoa ja miettiä millainen olisi fyysisesti aktiivinen musiikkihetki. Musiikin ja liikkeen yhdistäminen toi lapsille mieleen tanssimisen. Musiikiksi lapset saivat ehdottaa omia lempimusiikkejaan.

5.3.2 Toteutus

Itse tuokiolla lapset lauloivat ja soittivat Leipuri hiiva -laulua monin tavoin liikkuen ja eri soittimia soittaen. Toiminnan aikana lapset tekivät ehdotuksia toiminnan sisällöstä, jotka toteutimme yhdessä. Lapset liikkuivat luonnostaan soittaessaan, kunhan nousimme ylös soitinten kanssa. Lopuksi kuuntelimme lasten lempi musiikkeja ja tanssimme niitä. Fyysinen aktiivisuus toiminnan aikana oli reippaan ja kevyen fyysisen aktiivisuuden tasolla. Suurin osa lapsista oli osallisena toimintaan.

Laulettiin ja soitettiin Leipuri Hiivaa monin eri tavoin. Laululeikin kanssa, kapuloilla säestäen, kyykyssä ja lasten ehdotusten mukaan ilman ääntä vain leikkien, istuen, kovaa yms.

Toimittaessa aikuisen osallisuus ja ohjaaminen liikkumiseen on tärkeää. Se innostaa lapsia mukaan toimintaan. On hyvä huomioida, että myös tavaroiden hakeminen ja palauttaminen paikoilleen on osa liikkumista.

5.3.3 Arviointi

Toiminnan päätyttyä, kyselin lapsilta mielipiteitä, siitä saivatko he olla mukana suunnittelemassa ja millaisena he kokivat toiminnan ja liikkumisen toiminnan aikana. Pääosa lapsista sanoi saaneensa vaikuttaa toimintaan. Eräs lapsista ilmaisi toiminnan olleen tylsää.

Pohdimme yhdessä, olisiko toiminta ollut mukavampaa, jos olisi osallistunut toiminnan suunnitteluun. Hauskinta lapsista oli lopputanssi.

Oli tylsää, eräs sanoi, keskustelimme siitä olisiko hyvä toivoa jotain, kun on mahdollista vaikuttaa toimintaan, jottei olisi tylsää? Havainnollistin vielä kertomalla, että kaveri piti lopun oman musiikkiin tanssimisesta, koska lempi musiikki oli mukana.

Musiikkituokiota seuraamassa ollut varhaiskasvatuksen opettaja tuo esiin omassa kirjoitelmassaan, että lapsien ideoita kuultiin ja kysyttiin, lisäksi toiminnan aikana tulleet ideat otettiin huomioon. Hän kiinnitti kirjoitelmassaan myös huomiota siihen, ettei lapsilla aina ole ideoita toiminnan eteenpäin viemiseksi. Fyysisen aktiivisuuden hän näki tuokiolla ilmenneen tanssina, eri asentojen käyttönä sekä liiallisen istumisen katkenneen tavaroiden hakemisella tai muulla toiminnalla.

Lapset olivat osallisina tuokion suunnittelussa ja toteuttamisessa. Lasten ideoita kysyttiin ja kuultiin sanallisesti. Toiminnan aikana tulleet ideat kuultiin ja toteutettiin. Tuokion kulku mukaili hyvin ideoita, joita lapset esittivät.

Joissakin hetkissä lapsille oli haastavaa osallistua ideointiin tai heillä ei ollut toiveita yhteiseen toimintaan. Yksi lapsi ideoi paljon ja "johti" suunnitelmaa kun muut eivät esittäneet ehdotuksia.

Lopussa osa lapsista ei kokenut olleensa osallisena suunnittelussa. Lasten syy-seuraus -suhteen ymmärtämistä vahvistettiin lopussa sanoittamalla tilannetta: kerrottiin, että alussa oli mahdollisuus vaikuttaa ja suunnitella tuokiota. Mikäli osallistuu tuokion suunnitteluun, usein tuokiollakin on silloin hauskeempaa, koska omia ideoita toteutetaan.

Fyysisyyttä ja liikettä lisättiin toimintaan mm. tanssien, laulamalla eri asennoissa, soittamalla liikkuen jne. Istumisen hetket

tauottivat, kun välillä noustiin hakemaan soittimia tai tehtiin muuta vastaavaa

Lapsien syy - seuraus suhteen herättelemisen siinä, että toimintaa suunnittelemalla voi vaikuttaa tekemisen sisältöön on aikuisen tehtävä. Kuulemalla lasten arvioita yhteisistä hetkistä löytää heille mielekkäitä tapoja toteuttaa aihetta fyysisesti aktiivisella tavalla.

5.4 **Fyysisesti aktiivinen leikki - kehittyi ja eli**

Leikkituokioon osallistui kolme lasta. lältään lapset olivat neljä, viisi ja kuusi -vuotiaat. Aiheenamme oli leikki, jonka sisällön sekä tilan, jossa toiminta toteutettiin, lapset saivat itse valita. Mukana tuokiota seuraamassa oli varhaiskasvatuksen lastenhoitaja, joka kirjoitti kirjoitelman kokemuksestaan.

5.4.1 Suunnittelu

Leikin suunnitteleminen alkoi lasten pohdinnalla mitä leikitään ja mikä tila olisi paras leikille. Yhteisen leikin löydyttyä, valitsimme itsellemme roolit, jotka liittyivät valittuun kotileikkiin. Sen paremmin leikin kulkua emme ennakoon suunnitelleet.

Tytöt halusivat sittenkin olla mukana kotileikissä. Sitten pohdimme missä tilassa päiväkodissa voisimme leikkiä. Ehdotettiin salia ja majan -rakennusnurkkaa, johon rakennettaisi iso maja kodiksi. Pohdittiin vielä rooleja.

Itse leikki oli mielikuvituksellinen kotileikki, jossa toistui kotona tehtäviä toimintoja. Leikki eli ja muuntui edetessään. Kaikki osallistujat muokkasivat sitä omista lähtökohdistaan. Alussa kukin rakensi itselleen kodin tai kaupan. Leikkijät käyvät kaupassa, syövät sekä käyvät nukkumaan. Leikki tuntuu jumiutuvan, jolloin ehdotan retkelle lähtöä. Retkellä keksitään taas uutta tekemistä, kunnes palataan kotiin erään sairastuttua. Alkaa olla aika päättää leikki, jolloin pyydän lapsia siivoamaan leikin tavarat paikoilleen. Leikkiessä fyysinen aktiivisuus oli kevyttä fyysistä aktiivisuutta perustuen siihen, että lapset liikkuvat leikin edetessä tarpeen mukaan. Kaikki osallistuivat leikkiin.

Aloitimme rakentamalla kodin majaleikkiin ja aikuinen rakensi kaupan. Koira, vauva ja kissa kävivät kaupassa asioimassa. Ja söivät ostamiaan ruokia. Tuli ilta, kauppa meni kiinni ---

Lasten leikki on luonnostaan liikkuvaa, kunhan leikkitila antaa siihen mahdollisuuden. Aikuisen läsnäolo leikissä mahdollistaa sen, että lapset voivat turvallisesti tehdä leikistä liikunnallisen. Leikin rakentaminen, tavaroiden hakeminen sekä siivoaminen ovat osa fyysistä aktiivisuutta.

5.4.2 Arviointi

Lopuksi kävimme yhdessä läpi leikkiä ja sitä saivatko lapset osallistua sen suunnitteluun ja toteutukseen. Millaisena he kokivat toiminnan, entä oliko se liikunnallista. Kaikki lapset kokivat osallistuneensa leikkiin alusta loppuun. Liikkumisen he kokivat kuuluneen leikkiin. Parasta leikkimisessä oli se, että kaikki osallistuivat, myös aikuinen.

Leikki tuokiota seurannut varhaiskasvatuksen lastenhoitaja koki lasten osallistuneen suunnitteluun tasapuolisesti ja olleen mukana leikissä. Hän kuvaa kirjoituksessaan leikin kehittyneen ja eläneen tuokion aikana, jolloin myös liikkumisen tavat muuttuivat.

Kaikki lapset osallistuivat omasta mielestään suunnitteluun sekä toimintaan. Liikkumisen he kertoivat olleen hauskaa ja kuuluvan leikkiin. Parasta oli yhdessä tekeminen ja se, että aikuinen osallistui leikkiin mukaan. Yksi lapsista olisi vielä halunnut leikkiä: "mä tahtosin, että leikitään ne kaikki päivät".

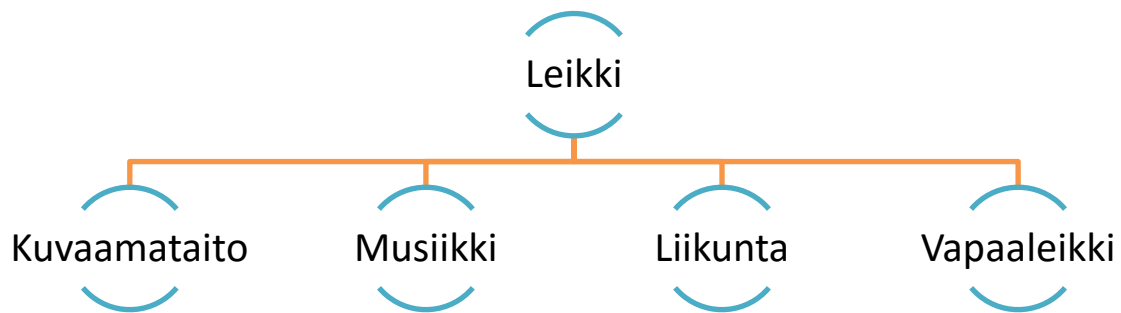
Lapset osallistuivat leikin suunnitteluun tasapuolisesti, sekä olivat kaikki leikeissä mukana. Leikki kehittyi ja muuttui matkan varrella, jolloin liikkumistavat muuttuivat leikin aikana.

Lasten arvioidessa jo toteutettua leikkiä, on aikuisen hyvä muistuttaa mitä asiaa olimmekaan arvioimassa. Liikkumisen kokeminen lapsien kertoman mukana hauskana ja leikkiin kuuluvana kertoo aikuiselle, kuinka mielikuvitusleikki voi olla fyysistä aktiivisuutta lisäävä toimintatapa.

5.5 Yhdistävä tekijä

Kvalitatiivisen tutkimuksen aineiston analysoinnissa aineistoa tarkastellaan kokonaisuutena. Aineistosta pyritään löytämään havaintoja, joita edelleen pelkistetään yhdeksi havainnoksi. Tällöin aineistoa voidaan kuvata löydetyn nimittäjän tai säännön kautta, joka pätee koko aineistoon. Toisin kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa, kvalitatiivisen aineiston yhtenäistäminen ei salli ”tilastopoikkeuksia” vaan selittävän tekijän on kuvatta koko aineistoa. (Alasuutari 2011, ss. 39–40)

Kuva 4 Tuokioiden liikunnallisten suunnitelmien yhteinen nimittäjä



Tutkimuskysymykseni tässä tutkimuksessa oli: Millaisen liikunnallisen suunnitelman lapset laativat päiväkodin arkeen? Lasten tekemissä suunnitelmissa leikkiminen on kaikkia suunnitelmia yhdistävä tekijä. Kuten kuvasta 3. voi nähdä, leikki on kaikissa suunnitelmissa yhteinen nimittäjä.

Kuvaamataidon tuokiolla lapset suunnittelivat jäätelökioski -leikin. Leikkiin tarvittavien jäätelöiden valmistaminen oli vain osa tuokiota, jossa toteutettiin kuvaamataidolle tyypillisiä toimintatapoja. Lasten ajatuksissa liikkuminen yhdistyi niin leikin valmisteluun, kuin itse leikkiin.

Eräs lapsista kertoo haluavansa tehdä jäätelön, sellaisen missä on pahvista tötterö, vanusta jäätelö ja hiekasta strösseliä. Toinen jatkaa, että haluaa puistossa jäätelöä. Pohdimme, kuinka tekeminen onnistuu liikkuen, toteamme että ei ainakaan pöydän ääressä istuen. Yksi lapsi ehdottaa paikallaan juoksua ja piirtämistä.

Pohdimme mitä alamme tekemään; lapsista yksi ehdottaa ajatusten yhdistämistä. He keksivät pihaan jäätelökioskin, joka voisi olla kivellä tai pahvilaatikko. Ehdotetaan myös jäätelöautoa.

Liikunta tuokiolla lapset ehdottavat erilaisia leikkejä, joissa pääsee tekemään omaa mieluisaa liikkumista. Toisille lapsille ne ovat hippa -leikkejä, toisille sählyn pelaamista, eräille silja line -leikkiä, johon sisältyy ainakin pallomeri ja hoplop ja vielä ehdotettiin loppuun rentoutusta. Kaikki lapset yhdistivät liikkumisen leikkeihin ja peleihin.

Kysyin mitä he haluaisivat tehdä omassa unelmien liikunta hetkessä. Lapset ehdottivat: häntähippa, hippa, banaanhippa, toffee, Hoplop ja silja line -leikki. Lisäksi ehdotettiin loppurentoutusta, jossa aikuiset sivelevät lapsia pensseleillä. Lapset makaavat patjalla. Myös rauhallinen musiikki. Kyselin lisää Silja Line -leikistä mitä siihen kuuluu? No pallomeri ja Hoplop.

Musiikkituokiolla suunnittelun alkuun pääseminen oli vaikeaa. Lapset ehdottivat liikkumisen ja musiikin yhdistämiseen tanssia ja halusivat tanssia omia musiikkejaan. Yhteisen laulun laulaminen ei kuitenkaan tuntunut lapsista selkeältä, ennen kuin toimintaan otettiin mukaan soittimet, jotka ikään kuin houkuttelivat lapset leikkimään musiikilla, jolloin nuo soittimet voitaisiin nähdä musiikin leluina.

Seuraavaksi koitin saada lapset valitsemaan jonkin tutun laulun, jota voisimme laulaa ja soittaa. Kukaan ei ehdottanut mitään. Päätin ottaa avuksi kapulat, jotta päästään käsiksi aiheeseen. Eräs lapsi ehdotti Leipuri Hiivaa ja sen valitsin lauluksi.

Vapaanleikin tuokio sisältää tietysti leikkimistä, mutta on merkittävää huomioida, kuinka lapset suunnittelivat liikkumista leikin alussa. Kotileikin roolien jako sisältää jo liikkumiseen vaikuttavia tekijöitä; koira, joka liikkuu konttaamalla, vauva, joka ryömii sekä äiti, joka liikkuu kahdella jalalla. Liikkuminen kuului luontevasti leikkiin.

Tytöt halusivat sittenkin olla mukana kotileikissä. Sitten pohdimme missä tilassa päiväkodissa voisimme leikkiä. Ehdotettiin salia ja majanrakennus nurkkaa, johon rakennettaisi iso maja kodiksi. Pohdittiin vielä rooleja: lapset valitsivat itse, koira, vauva, äiti sekä itse ehdotin, että olisin kaupantäti.

Leikkiminen näyttää siis luovan lapsille tilan, jossa liike ja fyysinen aktiivisuus on sallittua, luontevaa sekä vaihtelevaa. Vastauksena tutkimuskysymykseeni koko aineistoa pelkistämällä sain, että lapset haluavat yhdistää liikunnalliseen suunnitelmaan leikin jossain muodossa.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Liikunta ja fyysinen aktiivisuus on määritelty osaksi varhaiskasvatusta, jo lain mukaan. Laki linjaa, että varhaiskasvatuksen tulisi mahdollistaa positiiviset oppimiskokemukset myös liikkumiseen perustuvassa toiminnassa sekä, että kaikilla lapsilla on oikeus suunniteltuun ja monipuoliseen liikuntakasvatukseen. Lisäksi samassa laissa tuodaan esille, että lapsille on mahdollistettava osallisuus ja vaikutusmahdollisuus itseään koskeviin asioihin sekä taattava mahdollisuus osallistua toiminnan suunnitteluun ja arviointiin. (Varhaiskasvatuslaki, 540/2018)

Laista nousee suoraan perusteet liikunnan lisäämiseen varhaiskasvatuksen arkeen. Lisäksi laki velvoittaa alan ammattilaisia toiminnallaan lisäämään lasten osallisuutta kaikessa toiminnassa, niin suunnittelussa, toteuttamisessa kuin arvioinnissa. Oman opinnäytetyöni tutkimuksen tulokset voivat helpottaa varhaiskasvattajia toteuttamaan laista nousevia tavoitteita.

Reunamo (2016, s.28) esitti tutkimuksessaan, että osallistuva lapsilähtöisyys painottuisi korkean fyysisen aktiivisuuden toimintaan. Samassa tutkimuksessa todettiin, että reipas

fyysinen aktiivisuus vähensi toiminnasta vetäytymistä. Omassa tutkimuksessani huomioin fyysisen aktiivisuuden ja osallisuuden liittyvän toisiinsa. Lasten suunnitellessa toimintaa, osallisuus nojasi enemmän kasvattajan luomaan keskusteluun, kun taas toimittaessa lapsien osallisuus kasvoi. Esimerkiksi musiikkiuokion suunnitteleminen tuntui olevan lapsille haastavaa. Vasta päästessään liikkumaan tanssin muodossa lapset näyttivät olevan osallisina tilanteessa ja aikuisen ohjauksen määrää kyettiin vähentämään.

Varhaiskasvatuksen fyysisen aktiivisuuden lisäämisen puolesta puhuu myös Reunamon ja Kyhälän (2016, s.54) julkaisema tutkimus, jossa havaittiin kahdeksan tunnin hoitopäivän sisältävän lähes viisi tuntia matalaa fyysistä aktiivisuutta, kuten istumista, kynän käyttöä tai ruokailutilanteita. Oman opinnäytetyön kirjoitelmissa nousi esiin, ettei varhaiskasvatuksen ammattilaiset välttämättä kaipaa lisää liikettä tiettyihin tarkkuutta vaativiin tilanteisiin, kuten kynän käyttöön. Onkin mielenkiintoista pohtia tätä näkökulmaa ja sen asettamia haasteita. Tietyn toiminnan ollessa matalasti fyysistä aktiivisuutta sisältävää, tulisi sen määrä hoitopäivän aikana olla rajallinen. Fyysisesti matalan aktiivisuuden tilanteita voisi myös rikkoa omassa tutkimusaineistossani esiin nousseella tavaroiden hakemisen ja palauttamisen toiminnalla.

Reunamo ja Hausalo (2014, s. 158) kuvasivat hanketta, jossa liikunnallista toimintakulttuuria pyrittiin juurruttamaan varhaiskasvatukseen itseään korjaavan palautteeseen perustuvan työtavan avulla. Hankkeessa liikuntaa päädyttiin lisäämään jo olemassa oleviin toimintoihin. Kasvattajien osallistava toimintatapa sai aikaan lasten omatoimista liikkumista esimerkiksi ulkoillessa. Omassa opinnäytetyössäni huomasin lasten sekä henkilökunnan tuovan esille kasvattajan osallisuuden tärkeyden. Lasten kokemuksissa aikuisen osallisuus toimintaan oli jopa parasta koko toiminnassa. Omien havaintojeni mukaan kasvattajan ollessa tasavertaisesti osallisena suunnittelussa sekä toiminnassa voi hän innostaa sekä kannustaa lapsia liikkumaan omalla esimerkillään. Leikkitutkija Marjatta Kalliala kuvaakin aikuisten osallisuutta leikkiin aikuisen valintana ja rohkaisee meitä antamaan luvan itsellemme leikkiä (Vehkalahti & Urho, 2013 s. 102). Autio ja Kaski (2005, s.41) kuvaavat lapsen maailman kokemisen ja ymmärtämisen edellyttävän lapselta jatkuvaa liikettä, koskettamista, tuntemista, erottelemista ja kokonaisuuden hahmottamista. He tuovat esiin sen, kuinka aikuinen mahdollistaa lapselle nämä kokemukset osallistumalla myös itse peleihin ja leikkeihin.

Lasten osallisuutta tutkinut Shierin (2001, s.111) on määrittänyt osallisuuden tasot. Ensimmäisellä tasolla kasvattaja ja koko työyhteisö mahdollistaa lapsen kuulemisen, toisella tasolla pohditaan, kuinka lapsen näkemysten ilmaisu mahdollistuu, kolmannella tasolla tarkastellaan, kuinka huomioidaan lasten mielipiteitä, neljäs osallisuuden taso mahdollistaa lasten osallisuuden päätöksenteossa ja viidennellä tasolla lapset jakavat vallan ja vastuun päätöksentekoprosessissa. On mielenkiintoista pohtia omien osallisuudessa tuotettujen suunnitelmien kautta, millä osallisuuden tasolla työskentelyni on. Ajattelisin näiden suunnitelmien tekemisen olevan osallisuuden tasolla neljä, jossa lapset on otettu mukaan päätöksenteko prosessiin, löydetyn toimintatavan avulla.

Korpin ja Latvalan (2010, s.61) tutkimuksessa pohdittiin osallisuuden toteutumista osallistuvan vuorovaikutuksen mallin kautta. Tässä mallissa osallisuus tuodaan niin suunnittelun, toteutuksen kuin arvioinnin jatkumoon. Tutkimuksessa mallin toistaminen lisäsi lasten osallisuuden kokemuksia. Omassa tutkimuksessani huomasin lasten tottuvan nopeasti mahdollisuuteen tuoda omia ehdotuksia suunnitteluun sekä näin ollen vaikuttaa toimintaan. Toteutin osallistuvan vuorovaikutuksen mallia tuoden siihen mukaan näkemyksen fyysisestä aktiivisuudesta toimintatapana. Pulli (2013, s. 15) kuvaa lasten osallisuutta liikunnan toteutuksessa esimerkiksi mahdollisuutena suunnitella ja toteuttaa omaa toimintaansa, kaikkien pääsynä mukaan peleihin ja leikkeihin sekä mielekkään tekemisen löytymisenä taitotasosta riippumatta. Oman tutkimukseni tuloksista esimerkiksi liikuntatuokion suunnittelussa ja toteutuksessa näkyi lasten osallisuus kaikilla näillä tavoilla.

Venninen, Leinonen ja Ojala (2010, s.19) tutkivat osallisuutta Helsingin varhaiskasvatuksessa. Heidän mukaansa lasten osallisuus näkyy parhaiten leikeissä, leikki tilanteet edustivat lisäksi merkittävintä osaa tilanteista, joissa lapset tekivät aloitteita sekä päätöksiä. Tutkimuksen tuloksista käy myös ilmi, että yli kolme vuotiaat saivat vapaammin käyttää leikkikaluja ja taidevälineitä, kun taas liikuntavälineiden käyttö oli rajatumpaa kaikkien lasten osalta. Tehdessäni oman aineistoni analyysia, pohdin pitkään mikä on osallisuuden ja fyysisen aktiivisuuden yhteys lasten laatimissa suunnitelmissa. Luettuani yhä uudelleen aineistoani palasin aina uudelleen sanaan leikki. Esitänkin, että lapset kokevat leikissä luontevana liikkua osallisuudessa muiden kanssa.

Taylorin ja Boyerin (2019) mukaan nykyajan tutkijat ovat havainneet päiväkodissa olevien lasten osallistumisen leikkiin vähentyneen, kun samalla suoran tiedollisen opetuksen määrän nähdään olevan kasvussa. Tähän on johtanut tiedollisen opetuksen määrän voimakas nousu sekä kasvattajien vaikeus sopeuttaa nämä vaatimukset lapsille ominaiseen oppimiskokemukseen eli leikkiin. He esittävät ratkaisuksi leikkipohjaista oppimista, joka yhdistää leikki- ja koulutuspedagogiikan. Omien tutkimustulosteni valossa lasten liikkuminen linkittyy selkeästi leikkimiseen. Leikkimisen väheneminen päiväkodeissa on huolestuttava kehityssuunta, joka suomalaisessa varhaiskasvatuksessa onkin otettu huomioon. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) kuvataan leikkiin ja vuorovaikutukseen kannustavaa yhteisöä (Opetusministeriön määräykset ja ohjeet, 2018 s.30).

7 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tekemisen lähtökohtana on ollut oma kiinnostukseni lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja pohdintani siitä, onko mahdollista lisätä fyysistä aktiivisuutta varhaiskasvatuksen arkeen mahdollistamalla lasten osallisuutta toiminnan suunnittelussa. Tutkiessani lasten fyysistä aktiivisuutta sekä osallisuutta huomasin muidenkin tutkijoiden kiinnostuneen näistä ajatuksista.

Käsitteiden määrittelyn ja jäsentelyn kautta olen löytänyt mielestäni selkeän viitekehyksen ohjaamaan tutkimustyötäni. Analyysin tuloksena korostui osallistuvan vuorovaikutuksen malli, jossa suunnittelu, toteutus ja arviointi toteutettiin osallisuudessa lapsiryhmän kanssa lisäten suunnitelmaan fyysisen aktiivisuuden perspektiivin.

Arvioinnin tukena käytin tuokioihin osallistuneiden kasvattajien kirjoitelmia, joista yhdessä esiin nousi, ettei liikuntaa kaivata lisää tarkkuutta vaativaan toimintaan. Tietty toiminta on syytä rauhoittaa liialta liikkumiselta, mutta ratkaisevaa onkin, paljonko lapsen hoitopäivästä sisältää näitä rauhoittumisen hetkiä? Toinen huomio, jonka tein omaa tutkimusaineistoani analysoidessa oli, että liikkumiseksi koettiin myös tavaroiden hakeminen sekä palauttaminen. Voisiko matalan fyysisen aktiivisuuden jaksoja vähentää tällaisella toiminnalla?

Lasten fyysinen aktiivisuus hoitopäivän aikana ei ole merkityksetön asia, koska lapset viettävät huomattavan osan hereillä oloajastaan päiväkodissa. Liikkumisen lisäämisen taustalla on ajatus liikkumisen tekemisestä osaksi elämää jo lapsuudessa, jolloin se siirtyy myös luontevana osaksi tulevaa elämää. Tällä taas voidaan nähdä olevan vaikutusta kansakunnan terveydentilan paranemiseen ja työkyvyn ylläpitämiseen. (Paju, 2013, s. 166) Voidaankin sanoa liikunnallisen elämäntavan omaksumisen luovan pohjaa kestäväälle kehitykselle.

Tämän opinnäytetyön tuloksia esitellään kohde organisaation henkilöstölle Teams -koulutuksen muodossa. Tällä koulutuksella toivon saavani aikaan keskustelua osallisuuden ja fyysisen aktiivisuuden näkymisestä muissa toimintayksiköissä.

Kokonaisuudessaan tämän opinnäytetyö prosessin toteuttaminen on ollut mielenkiintoista ja opettavaista. Oppimiskokemuksena tutkimuksen tekemisen käytänteet ja toimintatavat ovat tulleet tutuiksi, kuitenkin suurin oppi on ollut oma kehittyminen asiantuntijana. Varsinkin osallisuuteen perehtyminen on avannut uusia näkymiä lasten kanssa toimimisen perustaksi.

Merkityksellisen tästä opinnäytetyöstä itselleni tekee oivallus siitä, ettei liikunta ole lapsille pakon omaista toimintaa vaan yhdistettynä peleihin ja leikkeihin, joihin heillä on osallisuudessa mahdollisuus vaikuttaa se avaa uudenlaisia oppimisen kokemuksia. Toivon tämän opinnäytetyön lukeneiden näkevän osallisuuden ja liikkumisen lapsen perusoikeuksina, joiden vähentäminen tieteellisen tiedon opettamisen takia ei ole kasvattajien oikeus. Toivon myös varhaiskasvattajille aukeavan uuden näkemyksen siitä, kuinka fyysinen aktiivisuus voidaan osallisuudessa saattaa yksinkertaisesti päiväkotien arkeen.

Lähteet

- Alasuutari, P. (2011). *Laadullinen tutkimus 2.0*. Tampere: Vastapaino.
- Autio, T., & Kaski, S. (2005). *Ohjaamisen taito. Liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua*. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Eskola, J., & Suoranta, J. (2014). *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tallinna: Vastapaino.
- Finne, J. (2017). *Liikkuva lapsi, terveempi aikuinen*. Lahti: Fitra.
- Greig, A., Taylorand, J., & MacKay, T. (2007). *Doing Research with children* (Second edition p.). Lontoo: SAGE Publications Ltd.
- Haapala, E. A., Pulakka, A., Haapala, H. L., & Lakka, T. A. (2016). Fyysisen aktiivisuuden ja fyysisen passiivisuuden yhteydet terevyyteen ja hyvinvointiin lapsilla. *Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden perusteille, 2016:22*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Haettu 19. 1 2020 osoitteesta <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75406/OKM22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Heinonen, H., & Kuikka, M. (2013). Lapsen oikeuksien toteutuminen nyky-yhteiskunnassa. Teoksessa P. Marjanen, M. Marttila, & M. Varsa (Toim.), *Pientenpiirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille* (ss. 197 - 227). Juva: PS-kustannus.
- Jaakkola, T. (2016). *Juokse, hyppää, heitä, ota kiinni! Perusliikuntataitojen opettaminen lapsille ja nuorille*. Juva: PS-kustannus.
- Kalliala, M. (2008). *Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa?* Helsinki: Gaudeamus.
- Kanninen, K., & Sigfrids, A. (2012). *Tunne minut! Turva ja tunteet lasten silmin*. Juva: PS-kustannus.
- Kataja, E. (2018). Osallisuus käsitteenä ja kasvatustilana. Osallisuuden pedagogiikka varhaiskasvatuksen toimintakulttuurissa. Haettu 6. 6 2020 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/osallisuus-varhaiskasvatuksessa-videosarja>
- Kiviniemi, K. (2018). Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa R. Valli (Toim.), *Ikkuinoita tutkimusmetodeihin 2. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin*. (5. uudistettu painos p., ss. 73 - 87). Keuruu: PS-kustannus.
- Koivunen, P.-L., & Lehtinen, T. (2015). *Kasvu kiikarissa. Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille*. Juva: PS-kustannus.

- Korppi, M., & Latvala, J. (2010). *Osallistavan vuorovaikutuksen malli lasten osallisuuden mahdollistajana*. Pro gradu -työ, Jyväskylän yliopisto, Kasvatustieteiden laitos, varhaiskasvatus. Haettu 15. 1 2020 osoitteesta <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/25307/URN:NBN:fi:jyu-201009302820.pdf?sequence=1>
- Linnasaari, H. (2004). Toimintatutkimus - tutkimus muutoksen palveluksessa. Teoksessa P. Kansanen, & K. Uusikylä (Toim.), *Opetuksen tutkimuksen monet menetelmät* (ss. 113 - 133). Juva: PS-kustannus.
- Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. (2016). *Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä - varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset*. Haettu 4. 1 2020 osoitteesta <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-410-8>
- Opetusministeriön määräykset ja ohjeet 2018:3a. (2018). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet*. Haettu 24. 1 2020 osoitteesta https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf
- Paju, E. (2013). *Lasten arjen ainekset. Etnografinen tutkimus materiaalisuudesta, ruumiillisuudesta ja toimijuudesta päiväkodissa*. Helsinki: Tutkijaliitto.
- Pulli, E. (2013). *Lupa liikkua. Liikuntaleikkejä ja -tuokioita varhaiskasvatukseen*. Saarijärvi: Lasten keskus.
- Pönkkö, A., & Sääkslahti, A. (2017). Liikkuva lapsi. Teoksessa E. Hujala, & L. Turja (Toim.), *Varhaiskasvatuksen käsikirja* (ss. 138 - 153). Juva: PS-kustannus.
- Rautanen, S. (2019). *Lasten fyysisen aktiivisuuden lisääminen varhaiskasvatuksen toimintaympäristöissä*. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan kolulutusohjelma YAMK. Haettu 18. 1 2020 osoitteesta <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2019051710444>
- Reunamo, J. (2016). Lapsilähtöinen toimintakulttuuri edellyttää lapsen kuuntelua. *Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22 . Haettu 19. 1 2020 osoitteesta <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75406/OKM22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Reunamo, J., & Hausalo, H. (2014). Lasten fyysinen aktiivisuus päivähoidossa. Teoksessa J. Reunamo (Toim.), *Varhaiskasvatuksen kehittäminen. Kehitystehtäviä ja ratkaisumalleja* (ss. 144-157). Juva: PS-kustannus.

- Reunamo, J., & Kyhälä, A.-L. (2016). Liikkuminen varhaiskasvatuspäivän osana. *Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22. Haettu 19. 1 2020 osoitteesta <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75406/OKM22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Shier, H. (2001). Pathways to participation: openings, opportunities and obligations. A new model for enhancing children's participation in decisionmaking. *Children & society*, 2001(15), 107 -117. Haettu 22. 1 2020 osoitteesta https://ipkl.gu.se/digitalAssets/1429/1429848_shier2001.pdf
- Sääkslahti, A. (2007). Liikunta varhaiskasvatuksessa. Teoksessa P. Heikinaro-Johansson, & T. Huovinen (Toim.), *Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan* (2. päivitetty painos p., ss. 32 - 41). Helsinki: WSOY.
- Taylor, M. E., & Boyer, W. (2019). Play-Based Learning: Evidence-Based Research to Improve Children's Learning Experiences in the Kindergarten Classroom. *Early Childhood Education Journal*, 2020(48), 127 - 133. Haettu 22. 9 2020 osoitteesta <https://link-springer-com.ezproxy.hamk.fi/article/10.1007/s10643-019-00989-7>
- Turja, L. (2016). Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa E. Hujala, & L. Turja (Toim.), *Varhaiskasvatuksen käsikirja* (ss. 41 - 55). Juva: PS-kustannus.
- Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta 753/2018. (2018). Haettu 6. 6 2020 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180753>
- Varhaiskasvatuslaki 540/2018. (2018). Haettu 3. 1 2020 osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>
- Vehkalahti, R., & Urho, T. (2013). *Leikki on totta! Näkökulmia vapaan leikin tukemiseen*. Helsinki: Lasten Keskus.
- Venninen, T., Leinonen, J., & Ojala, M. (2010). *Parasta on, kun yhteinen kokemus siirtyy jaetuksi iloksi" Lapsen osallisuus pääkaupunkiseudun päiväkodeissa*. Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus. Haettu 19. 1 2020 osoitteesta http://www.socca.fi/files/627/Yhteinen_kokeminen_jaetuksi_iloksi_lapsen_osallisuus_paakaupunkiseudun_paivakodeissa_2010.pdf
- YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista. (1989). Haettu 19. 1 2020 osoitteesta <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/sopimus-kokonaisuudessaan/>

Liite 1: Havainnointi taulukko

Suunnitelma	
Toteutus	
Arviointi	

Liite 2: Kuvaus lapsen fyysisestä aktiivisuudesta

<p>MOTORISET PERUSTAIIDOT JUOKSEMINEN HYPPÄÄMINEN HEITTÄMINEN KIINNI OTTAMINEN</p> <p>TASAPAINOTAIDOT: kääntyminen ojentaminen taivuttaminen pyörähtäminen heiluminen kieriminen pysähtyminen väistyminen tasapainoilu</p> <p>LIKKUMISTAIIDOT: käveleminen juokseminen ponnistaminen loikkaaminen hyppääminen esteen yli laukkaaminen liukuminen harppaaminen kiipeäminen</p> <p>TILA Alue, jossa liikkuminen tapahtuu: - suuri - pieni - oma - jaettu</p>	<p>LIIKETEKIJÄT: TASO - Alataso • päin, selin ja kyljin makuu, ryöminen, konttaus</p> <p>- Keskitaso • liikkeet polven ja rinnan välisellä korkeudella</p> <p>- Ylätaso • Liikkeet päkiöillä, käsien liikkeet rinnan yläpuolella</p> <p>SUHDE - Muihin ihmisiin: • yksin, kaksin, pienryhmässä, suuryhmässä • vierekkäin, vastakkain, peräkkäin, päällekkäin • piirissä, jonossa, parijonossa, rivissä</p> <p>- Yhteys muihin ihmisiin: katse, kosketus, tarttuminen, taputtaminen, tukeminen, kantaminen, lähestyminen, loitontuminen.</p> <p>- Tilaan ja välineisiin: päällä – alla, lähellä – kaukana, edessä – takana, sisällä – ulkona, välissä – keskellä.</p>	<p>VÄLINEENKÄSITTELY- TAIDOT: heittäminen kiinni ottaminen potkaiseminen kauhaiseminen iskeminen lyöminen ilmasta pomputteleminen kierittäminen potkaiseminen ilmasta</p> <p>VOIMA: - voimakkaasti - kevyesti</p> <p>AIKA: - hitaasti - nopeasti</p> <p>SUUNTA: - ylöspäin - alaspäin - edestakaisin - suoraan - kaartaen - kiemurrellen - eteenpäin - taaksepäin - sivulle</p> <p>Eri tapoja liikkua: - juoksemalla - hyppimällä tasajalkaa / yhdellä jalalla - laukkaamalla - hiipimällä - tömistelemällä - konttaamalla - karhukävelyllä - rapukävelyllä - ryömien - päkiöillä - tanssien - pyörien - peppukävelyllä - kantapää kävelyllä - pupuhypyillä - kyykyssä</p> <p>(Rautanen, 2019)</p>
--	---	---

Liite 3: Tutkimuslupa osallistuville lapsille

Hei,

Opiskelen parhaillaan Hämeen ammattikorkeakoulussa, tutkinto nimikkeeni on: Sosionomi (YAMK) sosiaali- ja terveysalan johtaminen ja kehittäminen. Opintoihini kuuluu opinnäytetyön tekeminen. Aiheekseni opinnäytetyöhöni olen valinnut lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämisen varhaiskasvatuksen arjessa osallisuuden avulla. Kehittämishankkeen aineiston kerääminen tapahtuu laatimalla viikon suunnitelma fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi, osallisuudessa eskarilaisten kanssa. Suunnitelman teon jälkeen toteutamme suunnitelman sekä pyydän lapsia ja muita varhaiskasvattajia arvioimaan toteutunutta suunnitelmaa.

Opinnäytetyön raportoinnissa kerrotaan, että aineisto on kerätty Etelä-Suomalaisesta yksityisestä päiväkodista, esiopetusryhmästä, jolloin lapsien henkilöllisyys ei käy millään muotoa ilmi. Lapsille kehittämishankkeen tarkoitus ei ole näyttäytyä tutkimuksena, vaan mahdollisuutena osallisuudessa vaikuttaa omaan varhaiskasvatus arkeen sekä tuoda esiin omia ideoita fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi. Toiminnallisen suunnitelman tekeminen ja toteuttaminen on osa esiopetusta ja lasten turvallisuudesta huolehditaan samoin, kuin muulloinkin. Opinnäytetyölle on myönnetty tutkimuslupa.

Palautathan alla olevan lupalapun viimeistään 16.3.2020 eskariin.



Opiskelu terkuin,
Saija

Lapsen nimi _____

- Lapseni saa piirtää ja kertoa tutkijalle toiveistaan/ideoistaan fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi sekä arvioida suunnitelman toteutumista. Lasten kertomat kirjataan ylös ja niitä voidaan käyttää tutkimusaineistona. Myös lastani koskevaa havainnointiaineistoa voidaan käyttää tutkimusaineistona.

Huoltajan allekirjoitus ja päivämäärä