

Heini Tuura

**LIIKUNTAPROJEKTI LASTEN MOTORISEN KEHITYKSEN JA
SOSIAALISTEN TAITOJEN TUKEMISEKSI**

Liikuntaprojekti Tervanpolttajan päiväkodilla

Opinnäytetyö

KESKI-POHJANMAAN AMMATTIKORKEAKOULU

Sosiaalialan koulutusohjelma

Marraskuu 2011



TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Yksikkö Hyvinvoinnin ja kulttuurin yksikkö	Aika Marraskuu 2011	Tekijä/tekijät Heini Tuura
Koulutusohjelma Sosiaaliala		
Työn nimi LIIKUNTAPROJEKTI LASTEN MOTORISEN KEHITYKSEN JA SOSIAALISTEN TAITOJEN TUKEMISEKSI. Liikuntaprojekti Tervanpolttan päiväkodilla.		
Työn ohjaaja Anne Jaakonaho		Sivumäärä 44+34
Työelämäohjaaja Satu Forsberg		
<p>Opinnäytetyö on työelämälähtöinen projektiopinnäytetyö. Opinnäytetyön tilaajana on Kokkolan kaupunki. Opinnäytetyö toteutettiin Tervanpolttan päiväkotiin. Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja liikuntainterventioiden avulla Tervanpolttan päiväkodilla.</p> <p>Lasten vähäinen liikkuminen on yleistä nyky-yhteiskunnassa. Varhaiskasvatusikäisten lasten positiiviset liikuntakokemukset innostavat lapsia liikkumaan myös myöhemmin.</p> <p>Opinnäytetyön toiminnallinen osuus sijoittui keväälle 2011. Interventioita oli yhteensä yksitoista. Interventiot olivat sisällöltään sellaisia, että ne tukivat lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja.</p> <p>Projektin tuloksista huomaa, että liikuntainterventiot kehittivät lasten motorisia ja sosiaalisia taitoja. Lasten liikunnallisuus vapaa-ajalla sekä lasten persoonallisuus näkyivät lasten liikkumistaidoissa.</p> <p>Opinnäytetyöni koostuu projektin raportointiosuudesta sekä liitteenä olevasta projektisuunnitelmasta ja muista liitteistä.</p>		
Asiasanat Liikuntakasvatus, motorinen kehitys, ryhmä, sosiaaliset taidot, varhaiskasvatus		

ABSTRACT

CENTRAL OSTROBOTHNIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES	Date Marraskuu 2011	Author Heini Tuura
Degree programme Degree Programme of Social services		
Name of thesis SUPPORTING MOTORIC AND SOCIAL SKILLS DEVELOPMENT BY MEANS OF PHYSICAL EXERCISE FOR CHILDREN. Physical Exercise Interventions in Tervanpolttaja´s Day-Care Centre.		
Instructor Anne Jaakonaho		Pages 44+34
Supervisor Satu Forsberg		
<p>The present thesis is a working-life-based project. The orderer of the thesis was Kokkola town. The objective of the thesis was to promote motoric development and social skills for 5-year-old children by means of physical exercise in Tervanpolttaja´s day-care centre.</p> <p>Children´s lack of physical exercise is common nowadays. Children, who are in early childhood education, positive exercise experiences will inspire children to move also later in life.</p> <p>The functional part of the thesis was placed in the spring of 2011. There were 11 interventions. The interventions developed children´s motoric development and social skills.</p> <p>Result of the thesis indicated that physical exercise interventions developed children´s motoric and social skills. Children´s mobility in their free time and children´s personalities were reflected in children´s movement skills.</p> <p>My thesis consists of the report of the project and also appendices such as the project plan</p>		

Key words Early childhood education, group, motor development, physical education, social skills
--

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 PROJEKTIN SUUNNITTELUPROSESSI	5
2.1 Ohjaavat asiakirjat	6
2.2 Tietoperusta	7
2.2.1 Liikuntakasvatus	7
2.2.2 Ryhmä	9
2.2.3 Motorinen kehitys	9
2.2.4 Sosiaaliset taidot	10
2.2.5 Sosiaalisten taitojen ja motorisen kehityksen tukeminen liikunnan avulla	11
2.3 Projektiorganisaatio	12
3 PROJEKTIN TOTEUTUS	15
3.1 Projektin toteutuksen aloittaminen	15
3.2 Interventiot	15
3.3 Loppuraportin muodostaminen	18
4 PROJEKTIN VAIHEIDEN ARVIOINTI	19
4.1 Ryhmän muodostaminen	19

4.2 Tiedottaminen	19
4.3 Omat ohjaamisen taidot	20
4.4 Aikataulu	21
4.5 Kustannusarvio	22
4.6 Interventiot	22
4.6.1 Interventioihin osallistuneiden lasten tavoitteiden toteutuminen	24
4.6.2 Tulostavoitteet	25
4.6.3 Toiminnallinen tavoite	25
4.6.4 Oppimistavoite	26
4.7 Tervanpoltajan päiväkodin tavoitteiden toteutuminen	26
4.7.1 Tulostavoite	27
4.7.2 Toiminnallinen tavoite	27
4.7.3 Oppimistavoite	28
4.8 Interventioiden tavoitteiden toteutuminen	28
4.8.1 Tulostavoite	29
4.8.2 Toiminnallinen tavoite	29
4.8.3 Oppimistavoite	29
4.9 Sosionomin (AMK) tavoitteiden toteutuminen	31
4.9.1 Tulostavoite	31
4.9.2 Toiminnallinen tavoite	33
4.9.3 Oppimistavoite	33
4.10 Johtopäätöksiä	35
4.10.1 Lasten motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittyminen	35
4.10.2 Liikuntaharrastuneisuuden ja persoonallisuuden	

näkyminen interventioissa	36
4.10.3 Sosionomi projektiorganisaatiossa	36
4.10.4 Projektin mallin hyödyllisyys	37
5 POHDINTA	39
LÄHTEET	42
LIITTEET	
KUVIOT	
KUVIO 1. Lajitaitojen muodostuminen	30
TAULUKOT	
TAULUKKO 1. Opinnäytetyön tavoitteet	2
TAULUKKO 2. Projektin toteutus	15
TAULUKKO 3. Interventioihin osallistuneiden lasten tavoitteiden toteutuminen	24
TAULUKKO 4. Tervanpolttajan päiväkodin tavoitteiden toteutuminen	26
TAULUKKO 5. Interventioiden tavoitteiden toteutuminen	28
TAULUKKO 6. Sosionomin (AMK) tavoitteiden toteutuminen	31
KAAVIOT	
KAAVIO 1. Projektiorganisaatio	12

1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni on projektiopinnäytetyö. Opinnäytetyön tilaajana on Kokkolan kaupunki. Suuntaan opinnäytetyöni varhaiskasvatukseen, sillä tavoitteenani on saada sosionomin opintojen ohessa lastentarhaopettajan kelpoisuus. Halusin tehdä toiminnallisen opinnäytetyön liittyen varhaiskasvatusikäisten lasten liikuntaan, sillä mielestäni positiiviset liikuntakokemukset lapsuudessa mahdollistavat kiinnostuksen liikuntaan myös myöhemmin.

Marraskuussa 2009 pohdin monipuolisesti erilaisia opinnäytetyön aiheita, jotka liittyisivät varhaiskasvatukseen. Marraskuussa 2009 sain idean liikunnallisesta projektista kun pohdin nykypäivän lasten vähäistä liikkumista. Marraskuussa 2009 otin yhteyttä Tervanpolttajan päiväkotiin ja kerroin ideastani pitää liikuntainterventioita heidän päiväkodillaan. Marianne Haasala toimi tuolloin päiväkodin johtajana ja hän innostui ideastani ja sovimme, että suuntaan projektini Tervanpolttajan päiväkodille. Joulukuussa 2009 otin yhteyttä varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsbergiin. Työn tilaajaksi tuli Kokkolan kaupunki ja projektini käynnistyi.

Kokkolassa sijaitsevassa Tervanpolttajan päiväkodissa järjestetään paljon liikunnallisia tuokioita. Halusin tuoda päiväkodille uusia ja erilaisia liikuntainterventioita projektini myötä. Toteutin liikuntainterventioita, jotka tukivat lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja. Interventiot keskittyivät loppuajasta jalkapalloon ja lisäksi kaksi interventiota piti projektini yhteistyökumppani KPV. KPV on kokkolalainen jalkapalloseura, joka on perustettu vuonna 1930 (KPV 2011).

Projektini päättyi pieneen päiväkotien väliseen jalkapalloturnaukseen. Tervanpolttajan päiväkoti on vuosia sitten osallistunut edellisen kerran jalkapalloturnaukseen, joten halusin päättää projektini tällaiseen yhteiseen tapahtumaan, jossa myös lasten oppimat taidot näkyvät ja päiväkotien välisestä jalkapalloturnauksesta tulisi uusi perinne.

Taulukossa 1 esitän projektiopinnäytetyöni tavoitteet. Arvioin projektiani eri toimijoiden tavoitteiden toteutumisen ja toteutussuunnitelman vaiheiden kautta. Projektisuunnitelmassa kuvataan projektin toteutussuunnitelma haasteineen ja aikatauluineen. Tavoitteiden toteutumista kuvaan tietoperustan avulla.

TAULUKKO 1. Opinnäytetyön tavoitteet

	Asiakas- lapsi	Päiväkoti	Interventiot	Sosionomi
Tulostavoite	Lapsen motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla.	Varhaiskasvatuksen liikuntasuosittukset toteutuvat interventioiden myötä. Eli lapsi liikkuu vähintään 2 tuntia/vrk monipuolisesti ja vaihtelevasti.	Liikunnan monipuolinen vaikutus lasten motoriseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin.	Valmis opinnäytetyö Sosionomin kompetenssien kehittyminen
Pedagogiset tavoitteet	Lapsi oppii liikkumaan yksin ja	Yhteistyö muiden päiväkotien välillä kehittyä ja	Lapset kehittyvät motorisissa taidoissa ja oppivat	Ryhmänohjaustaidot kehittyvät

	ryhmässä.	liikunnallista osuutta on enemmän.	ryhmässä toimimisen taitoja sekä saavat myönteisiä kokemuksia liikkumiseen.	
Toiminnan tavoitteet	Liikunnan kautta lasten sosiaaliset ja motoriset taidot kehittyvät.	Projektin malli jää käyttöön työkentälle.	Interventiot sisältävät monipuolisia liikuntaharjoituksia, jotka tukevat lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja.	Projektityöskentelyn omaksuminen

Luvussa 2 käsittelen projektini suunnitteluprosessia. Tähän liittyvät opinnäytetyötäni ohjaavat asiakirjat ja niiden vaikutus projektiini. Suunnitteluprosessiin olen myös liittännyt projektini tietoperustan, sillä keskityn myöhemmin tekstissäni projektini vaiheiden kuvaamiseen. Koin tärkeäksi esitellä projektiorganisaation heti opinnäytetyöni alkupuolella.

Projektin päävaiheiden toteutuksen kuvailen aikatauluineen tarkasti. Päädyin kuvaamaan projektini toteutumisen kyseisellä tavalla, sillä koen, että projektin päävaiheet ovat olennaisimmat osat.

Projektini vaiheet arvioin erikseen. Interventtioiden osuus oli mielestäni tässä osiossa hyvä kuvata, sillä niiden avulla tuin projektiopinnäytetyöni päätavoitetta eli lasten motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukemista. Tähän lukuun olen arvioinut myös opinnäytetyön aikataulun, kustannusarvion sekä eri osa-alueiden tavoitteiden toteutumisen. Kerron jokaisen tulos-, toiminnan- sekä pedagogiset, eli oppimistavoitteet toteutumisen kannalta. Projektin vaiheiden arviointiin kuuluvat myös projektin tuloksista syntyneet johtopäätökset, jotka käsittelen aiheittain.

Pohdinnassa käsittelen opinnäytetyöprosessiani laajasti ja pohdin oppimistavoitteideni saavuttamista. Opinnäytetyötä kuvaan myös sosionomin (AMK) kompetenssieni kautta. Pohdintaan olen sijoittanut projektini kehittämisidean.

2 PROJEKTIN SUUNNITTELUPROSESSI

Projekti on työ, jolla saadaan aikaan kertaluontoisesti määritelty tulos. Projektin perustamiseen vaikuttaa useita tekijöitä, kuten useat projektiin osallistujat, työmäärä saattaa olla viikkoja tai kuukausia sekä tiedottamisen paljous. Projektin johtaminen on selkeästi tulosjohtamista. Projektille asetetaan alussa useita eri tavoitteita ja projektin lopussa näiden tavoitteiden toteutuminen arvioidaan. (Pelin 2008, 33- 34, 36.)

Ominaista projektitoiminnalle on suunnitelmallisuus. Hyvä suunnittelu varmistaa projektille asetettujen tavoitteiden toteutumisen. Projektin suunnittelu vaatii kovaa työtä, projektin toteuttamiseen ja tekemiseen ei heti päästä. Projektin alussa laaditaan projektisuunnitelma, josta käy ilmi projektille asetetut tavoitteet ja miten tavoitteet on tarkoitus saavuttaa. Suunnittelu on moniulotteinen tapahtuma, jossa pohditaan erilaisten tekijöiden vaikutuksia sekä tehdään päätöksiä. Projektisuunnitelma on realistinen toteutussuunnitelma, joka vastaa laatimishetken parasta tietämystä. (Pelin 2008, 83, 85.)

Projektini käynnistyi marraskuussa 2009. Sain idean liikuntaan liittyvästä projektista ja otin yhteyttä Tervanpolttajan päiväkotiin. Tervanpolttajan päiväkodista tuli työni tilaaja. Tiedotin projektistani varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsbergille joulukuussa 2009 ja aloin työstää projektisuunnitelmaani. Projektisuunnitelman sain hyväksytyksi helmikuussa 2011 ja silloin sain myös tutkimusluvan. Maaliskuusta toukokuuhun 2011 pidin interventiot. Projektin käynnistämisen ja suunnittelun olen kuvannut tarkemmin liitteenä olevassa projektisuunnitelmassa, joka on ajallisesti laadittu projektin alkuvaiheessa (LIITE 1).

Projektini päätehtäviä olivat projektin käynnistäminen, suunnittelu, toteutus sekä arviointi. Projekti-idean syntyminen ja projektin käynnistäminen tapahtuivat nopeasti ja se oli merkittävää, sillä pääsin hyvissä ajoin työstämään projektiani. Projektin suunnitteluun käytin runsaasti aikaa ja se edisti projektiani siten, että projektin toteutus ja arviointi olivat helpompia tehdä. Projektin toteutukseen liittyneet interventiot sujuivat projektisuunnitelman mukaisesti. Projektin arvioinnin aloitin heti projektin toteutuksen jälkeen. Projektini edistyi mielestäni hyvin, sillä tein yhtenäisesti töitä projektini etenemiseksi. Projektityöskentelyyni ei tullut pitempiä taukoja.

Kerron tässä luvussa projektini taustalla olevat asiakirjat ja sen, miten projektissani nämä asiakirjat näkyivät. Lisäksi projektini tietoperustan ja projektiorganisaation olen esitellyt tässä luvussa.

2.1 Ohjaavat asiakirjat

Projektiani ohjasi opiskelun ohjausta koskeva lainsäädäntö, liikuntalaki sekä valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ja Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelma.

Opinnäytetyössäni tuin liikunnan avulla lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja. Liikunta myötävaikuttaa lapsen motorisen kehitykseen sekä sosiaalisiin taitoihin (Numminen 2005, 94; Kalliopuska 1995, 4). Liikuntainterventioiden avulla lasten motoriset ja sosiaaliset taidot kehittyivät, mitkä ovat tärkeitä lasten kasvun ja kehityksen osa-alueita. (Liikuntalaki 1054/1998)

Opinnäytetyössäni sovelsin taitojani ja tietojani 5-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukemiseen. Tavoitteenani oli käyttää ammattiopinnoista saamiani

taitoja sekä tietoja. Käytin valmiuksiani tulevana sosionomina opinnäytetyössäni. (Asetus ammattikorkeakouluopinnoista 256/1995.)

Valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat varhaiskasvatuksen laatua, sisältöä ja kuntien varhaiskasvatussuunnitelmien laatimista (Stakes 2005). Valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ovat ohjanneet Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelmaa. Lapsen varhaiskasvatusympäristö on moniulotteinen sekä kokonaisvaltainen ja tämän huomioin projektissani. Varhaiskasvatusympäristöön kuuluvat esimerkiksi sosiaalinen ympäristö kaikkine vuorovaikutustilanteineen sekä kosketeltava ja näkyvä fyysinen ympäristö. (Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelma 2010.)

2.2 Tietoperusta

Projektini tietoperusta sisältää tietoa opinnäytetyöni keskeisistä käsitteistä, eli liikuntakasvatuksesta, ryhmästä, motorisesta kehityksestä sekä sosiaalisista taidoista. Sosiaaliset taidot ja motorinen kehitys ovat projektiopinnäytetyöni pääkäsitteitä. Rajaan laajat pääkäsitteet 5-vuotiaisiin, sillä opinnäytetyöni liittyy kyseiseen ikäryhmään.

2.2.1 Liikuntakasvatus

Liikuntakasvatukseksi voidaan laajasti määriteltynä ymmärtää kaikki sellainen toiminta, joka tarkastelee kasvatuksen näkökulmasta liikuntaan liittyviä ilmiöitä. 1900-luvun loppupuolella Suomessa yleistynyt tarkastelutapa näkee liikuntakasvatuksen tavoitteet kaksijakoisina: kasvattaa liikunnan avulla ja kasvattaa liikuntaan. Nämä tavoitteet merkitsevät sitä, että itse liikunnalla on joko voimakasta välinearvoa tai itseisarvoa. Lisäksi

liikunnan eettisten ja sosiaalisten kasvatustavoitteiden avulla liikunta tarjoaa erinomaiset mahdollisuudet uusiin ihmiskontakteihin ja yhdessä toimimiseen. (Laakso 2003, 14, 17, 20.)

Liikuntakasvatuksessa on tavoitteena antaa lapselle valmiuksia oppia liikkumalla käsittelemään ja tuntemaan kanssaihmiä, omaa itseään sekä ympäristöään (Zimmer 2002, 121). Liikuntakasvatuksessa tärkeitä pedagogisia toiminnan suuntaviivoja ovat vapaaehtoisuus, lapsilähtöisyys, elämyksellisyys, omatoimisuus, avoimuus sekä päätätämämahdollisuus (Zimmer 2002, 122). Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen tulee olla monipuolista, tavoitteellista ja lapsilähtöistä.

Ensisijaisesti liikuntakasvatuksen tavoitteena on edistää lasten fyysistä ja motorista kehitystä ja sen lisäksi tukea muuta oppimista ja kehitystä. Liikunnan avulla voidaan vaikuttaa mm. lapsen sosiaalisuuden kehittymiseen. (Karvonen 2003, 96.)

Projektini interventiot toteutin varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen perustein. Interventiot olivat vapaaehtoisia, ketään ei pakotettu tuokioihin. Interventiot olivat myös lapsilähtöisiä, huomioin interventioiden suunnittelussa lasten iän ja kehitystason, mitä heidän on mahdollista oppia ja mitä taitoja 5-vuotiaan on hyvä kehittää. Lisäksi huomioin lasten toiveet ja mielipiteet tuokioiden suunnittelussa. Interventiot olivat monipuolisia ja jokaisella interventiokerralla oli tavoitteet. Liikuntakasvatuksen mukaisesti interventioissa lapset oppivat myös huomioimaan muita.

Liikuntakasvatuksessa havainnoidaan lasten liikkumista. 5-vuotiaat lapset kuuluvat 3-6-vuotiaiden lasten ryhmään, jolloin liikkumisessa havainnoitavia asioita ovat havaintomotoriset, motoriset sekä sosiaaliset taidot. Havaintomotoriset taidot tarkoittavat esimerkiksi sitä, osaako lapsi jäljitellä mallia ja osaako lapsi liikkua musiikin tai rytmin tahtiin. Motorisissa taidoissa havainnoidaan mm. millainen tasapaino lapsella on, onko lapsen liikkuminen sujuvaa sekä millaiset ovat lapsen käsittelytaidot – esimerkiksi osaako

lapsi potkaista liikkuvaa palloa jne. Sosiaalisissa taidoissa havainnoidaan sitä, miten lapsi suhtautuu itseensä ja omaan osaamiseensa, miten lapsi suhtautuu muihin lapsiin, osaako lapsi työskennellä yhdessä muiden kanssa ja auttaako lapsi muita. Interventioissa havainnoin kaikkia näitä asioita. (Nuori Suomi & ym.)

2.2.2 Ryhmä

Ryhmän tunnusmerkkejä ovat mm. ryhmän tarkoitus, säännöt, vuorovaikutus, roolit sekä koko. Ryhmällä on yhteinen tavoite, jonka ryhmä pyrkii saavuttamaan. (Kopakkala 2005, 36.) Ryhmä tarkoitti projektissani sitä ryhmää, joka interventioissa oli mukana. Muodostin interventioihin osallistuneiden lasten kanssa ryhmän, jolla oli yhteinen päämäärä – motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla, projektissani lähinnä jalkapalloon liittyvillä interventioilla. Viimeisillä interventiokerroilla ryhmäämme liittyi KPV:n edustaja, josta myös tuli loppuajaksi ryhmämme jäsen. Ryhmässämme oli yhteiset säännöt, joista yhdessä sovimme ja joita sitten noudatimme. Ryhmässämme kokeilimme erilaisia rooleja erilaisten interventioiden liikunnallisten osuuksien avulla.

Ryhmätyyppejä on erilaisia. Projektini ryhmä oli suljettu ryhmä, eli ryhmä pysyi projektini alusta loppuun samana. Suljetun ryhmän tapaamisajat sekä ryhmän jäsenet päätettiin etukäteen silloin kun valmistelin projektisuunnitelmaani. (Kivinen 2009, 15.) Ryhmämme oli pienryhmä. Pienryhmässä, jossa on kahdeksasta kymmeneen henkilöä, jokaisella ryhmän jäsenellä on mahdollisuus olla vuorovaikutuksessa kaikkien muiden ryhmän jäsenten kanssa (Rovio 2003, 169).

2.2.3 Motorinen kehitys

Motorinen kehitys on edistyvä muutos liikunnallisessa käyttäytymisessä koko elämänkulun ajan. Henkilö sovittelee jatkuvasti muuttuvia liikekapasiteetteja saavuttaakseen motorisen hallinnan ylläpitämisen sekä liikkumisen pätevyyden, eli kompetenssin. (Ozmun&Gallahue 2011, 380.)

Motorinen kehitys on lihaksilla aikaansaatu tietoista toimintaa, joka sisältää motivaation, havaitsemisen ja suunnittelun. Motorinen kehitys ilmenee kehon muutoksina ja kehon eri osien toiminnoissa. (Numminen 2005, 94.) Motorinen kehitys tarkoittaa myös niitä progressiivisia muutoksia lapsen motorisissa toiminnoissa, jotka muodostuvat ympäristön ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta (Numminen 1997, 11).

Lapsen motorinen kehitys noudattaa hermostollista kehitystä. Motoriset perustaidot kehittyvät ensin ja niiden opettelu alkaa hyvin varhaisessa ikävaiheessa. Motoriset perustaidot kuuluvat ensimmäisiin tahdonalaisiin harjoitteisiin. Motorisilla perustaidoilla tarkoitetaan kahden tai useamman segmentin (vartalon ja raajojen osien) järjestynyttä liikkeiden ryhmää. Motoristen perustaitojen perustana ovat tasapaino-, käsittely- ja liikkumistaidot. Nämä motoriset perustaidot luovat perustan lajitaitojen oppimiselle. (Eloranta 2003, 282; Numminen 1997, 24.)

Viisivuotiaat lapset osaavat jo joitain erityistaitoja ja uusien erityistaitojen opettelu on mahdollista. Harjoitettuaan erityistaitojaan viisivuotiaat kykenevät säätelemään nopeuttaan, tekemään useita toimintoja samanaikaisesti sekä hallitsemaan suunnan muutoksia. Erilaiset pihaleikit ja joukkuelajit, kuten jalkapallo, ovat hyviä motorisia harjoitteita viisivuotiaille. (Autio&Kaski 2005, 25-26; Gallahue&Ozmun 2002, 170.)

2.2.4 Sosiaaliset taidot

Sosiaaliset taidot tarkoittavat sosiaalisesti hyväksytyä käyttäytymistä, kun olemme toistemme kanssa tekemisissä. Lapsen pitäisi luonnollisesti saada jo varhaisvuosinaan kotoaan sekä päiväkodista sosiaalisten taitojen kunnollinen kokoelma, jota lapsi voi soveltaa nokkelasti ja tarkoituksenmukaisesti uusissa tilanteissa. Sosiaalisia taitoja voi harjoitella esimerkiksi liikunnan avulla. (Kalliopuska 1995, 4.) Viisivuotiaat alkavat yhä enemmän samaistua kaveripiiriinsä ja sosiaaliset suhteet saavat aiempaa merkittävemmän sijan lapsen elämässä (Autio&Kaski 2005, 26).

Neljästä ikävuodesta eteenpäin lapsen sosiaalisten taitojen kehittyminen antaa mahdollisuuden osallistua toimintaan ryhmässä (Lintunen 2003, 35). Liikunnalliset leikit tarjoavat ryhmätyöskentelytaitojen kehittymiselle oivat mahdollisuudet. Niihin sisältyy sellaisia tilanteita, joissa lapsilta vaaditaan konfliktien selvittämistä, roolien omaksumista, kanssakäymistä leikkitovereiden kanssa sekä pelisäännöistä sopimista ja niiden hyväksymistä. Liikuntasisältöisessä sosiaalisessa kasvatuksessa on hyvä pyrkiä sosiaaliseen herkkyyteen, sääntöjen ymmärtämiseen, kykyyn luoda kontakteja ja olla yhteistyössä, turhautumisen sietokykyyn sekä suvaitsevaisuuteen ja toisten huomioimiseen. (Zimmer 2002, 28.) Lisäksi yhteisöllisyyttä on syytä kehittää sekä korostaa liikunnassa, sillä lapsuudessa opeteltu yhteisöllisyys edistää liikuntaharrastusten kehittymistä elinikäisiksi (Lintunen&Kuusela 2008, 203).

2.2.5 Sosiaalisten taitojen ja motorisen kehityksen tukeminen liikunnan avulla

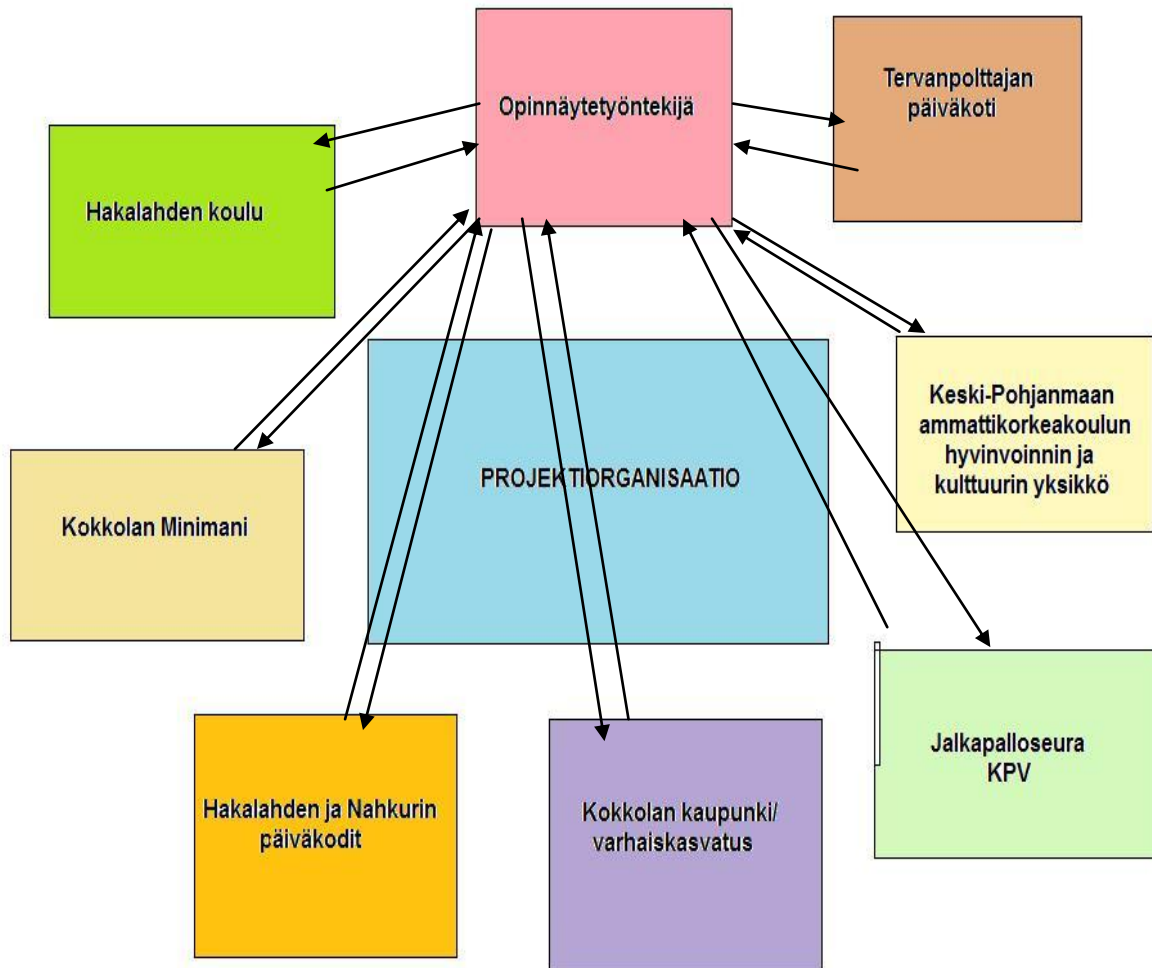
Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää lapsen kehitystä, kasvua ja oppimista. Projektini kytkeytyi varhaiskasvatuksen orientaatioista luonnontieteelliseen orientaatioon,

sillä tästä orientaatiosta on yhteydet ennen kaikkea ympäristö- ja luonnontiedon, mutta myös fyysisen ja motorisen kehityksen sekä terveyden sisältöalueisiin. Interventioit olivat säännöllisiä ja ohjattuja, tällä on suuri ja tärkeä merkitys lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle, hyvinvoinnille sekä motoriselle oppimiselle. (Stakes 2005.)

Varhaiskasvatuksen yhtenä kasvatuspäämääränä on sosiaalisten taitojen ja toiset huomioon ottavien toiminta- ja käyttäytymistapojen opettaminen ja vahvistaminen. Liikuntatuokiot sisältävät tilanteita, joissa sosiaalisten taitojen kehittyminen on mahdollista, sillä liikunnallisten taitojen kehittymisen lisäksi lapset tutustuvat liikkueessaan luontevasti toisiin ihmisiin sekä itseensä. (Stakes 2005.) Liikunnalla voidaan merkittävästi myötävaikuttaa sosiaalisiin taitoihin (Euroopan Unionin Neuvosto 2010).

Motorisen kehityksen oikeasuuntaisuuteen vaikuttavat suuresti muun muassa kehon sisältä ja ympäristöstä aistien kautta välittyvät viestit sekä mahdollisuus liikkua (Numminen 2005, 94). Oikeasuuntaisuudella tarkoitan sitä, että liikunnan avulla on mahdollista tukea motorista kehitystä.

2.3 Projektioorganisaatio



KAAVIO 1. Projektioorganisaatio

Kaaviossa 1 olen esitellyt projektioinnäytetyöni projektioorganisaation. Projektioorganisaatio on tarkoituksenmukainen organisaatio, joka on muodostettu projektin toteuttamista varten. Projektioorganisaation henkilöt ovat mukana projektissa tietyn ajan. Projektini oli kooltaan pieni, joten projektini pääasiallinen resurssi olin minä, projektipäällikkö. Suunnittelin

yhteistyön projektiorganisaation jäsenten kanssa ja varmistin heidän ajankäyttömahdollisuutensa projektiin. (Pelin 2008, 65.)

Projektiorganisaationa toimivat Tervanpolttajan päiväkotit, Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulun hyvinvoinnin ja kulttuurin yksikkö sekä jalkapalloseura KPV. Lisäksi Hakalahden ja Nahkurin päiväkodit, Hakalahden koulu sekä Kokkolan Minimani toimivat jalkapalloturnauksen myötä projektini yhteistyötahoina.

Toimin projektiorganisaatiossa opinnäytetyöntekijänä ja projektin vetäjänä. Tehtäviini kuului yhteydenpito projektiorganisaatioon kuuluviin tahoihin, projektin suunnittelu sekä toteutus ja arviointi. Projektini toteutuspaikkana toimi interventioiden myötä Tervanpolttajan päiväkotit sekä Hakalahden koulun jalkapallokenttä. Lisäksi Tervanpolttajan päiväkodin lapsiryhmä oli mukana interventioissani. Tervanpolttajan päiväkodin yhteyshenkilönä toimi lastentarhaopettaja Satu Helen.

Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulun hyvinvoinnin ja kulttuurin yksiköstä opinnäytetyön yhteyshenkilönä ja ohjaajana toimi opettaja Anne Jaakonaho. KPV:n yhteyshenkilönä ja asiantuntijatukena toimi KPV:n silloinen päävalmentaja Keijo Hautamäki. KPV oli mukana kahdessa interventiossa ja näiden interventioiden suunnittelussa. Työelämäohjaajani toimi Kokkolan varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsberg.

Hakalahden päiväkotit osallistui projektini päätteeksi pitämäni päiväkotien väliseen jalkapalloturnaukseen. Kokkolan Minimani sponsoroit jalkapalloturnaukseen kaikille pillimehut.

Projektia suunniteltiin yhdessä projektiorganisaatioon kuuluvan Tervanpolttajan päiväkodin kanssa joulukuu 2009 ja syyskuu-joulukuu 2010. Huhtikuu-toukokuu 2011 suunnitteluyhteistyöhön liittyi mukaan KPV.

Joulukuussa 2009 suunnittelin projektia yhdessä Tervanpolttajan päiväkodin johtajan sijaisen Marianne Haasalan kanssa, jolloin idea jalkapalloturnauksen pitämisestä projektin päätteeksi heräsi. Tammikuussa 2010 aloin tekemään projektisuunnitelmaani, johon suunnittelin projektini ja tulevat interventiot. Tuolloin projektini aihe oli laaja ja rajaamaton, aiheenani oli liikunnan merkitys 5-vuotiaiden lasten kokonaisvaltaiseen kehitykseen. Joulukuussa 2010 projektiopinnäytetyöni aihe rajaantui nykyiseen muotoon eli 5-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla. Joulukuussa 2010 esittelin myös tulevien interventioiden sisällön Tervanpolttajan päiväkodin yhteyshenkilölle, Satu Helenille.

3 PROJEKTIN TOTEUTUS

Projektin toteutus on aikataulullisesti taulukoitu alla (TAULUKKO 2.) Janakaavio on aikataulumenetelmien esi-isä. Janakaavio on kätevä pääaikatauluissa (Pelin 2008, 125-126). Kuvailen projektini toteutumista aikajanan avulla. Projektini toteutus seuraa ajallisesti projektisuunnitelman hyväksyntää.

TAULUKKO 2. Projektin toteutus

Helmikuu 2011	Maaliskuu-toukokuu 2011	Kesäkuu-lokakuu 2011
---------------	-------------------------	----------------------

3.1 Projektin toteutuksen aloittaminen

Helmikuussa 2011 sain projektisuunnitelmani hyväksytyksi. Kirjoitin opinnäytetyön yhteistyösopimukset (LIITE 2) Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulun ja Kokkolan kaupungin varhaiskasvatuskoordinaattorin kanssa. Sain tutkimusluvan (LIITE 3) myös helmikuussa. Sopimusten kirjoittamisen yhteydessä keskustelin varhaiskasvatuskoordinaattorin kanssa projektin jatkosta.

Helmikuussa 2011 tiedotin lasten vanhempia projektistani kirjeellä (LIITE 4). Kaikkien lasten vanhemmat antoivat lapsensa osallistua interventioihin.

3.2 Interventiot

Maaliskuu- toukokuu 2011 oli projektini käytännön osuuden aikaa. Maaliskuusta toukokuuhun pidin yhteensä yksitoista (11) interventiota viikon välein. Interventiot kestivät kerrallaan tunnin ajan. Interventiot toteutuivat toteutussuunnitelman mukaisesti. Kuudes ja seitsemäs interventiokerta yhdistyivät, sillä Tervanpolttajan päiväkodilla järjestettiin kuudennen interventiokerran aikana konsertti, johon lapsiryhmät osallistuivat. Kuudennen ja seitsemännen intervention yhdistyminen ei sisällöllisesti eikä ajallisesti vaikuttanut projektini toteutumiseen.

Maaliskuun 2011 aikana oli neljä interventiota. Näiden interventioiden aikana tutustuimme, teimme motoristen taitojen havainnointitestin (LIITE 6), kehitimme motorisia taitoja erilaisten este- ja taitoratojen sekä liikuntaharjoitusten avulla sekä kehitimme sosiaalisia taitoja joukkuepeleillä. Maaliskuussa interventioiden toteutumisaikana toimi Tervanpolttajan päiväkodin liikuntasali.

Huhtikuun 2011 aikana oli kolme interventiota. Näiden interventioiden aikana kehitimme sosiaalisia taitoja joukkuepelien lisäksi erilaisilla pariharjoituksilla ja teimme motorisia taitoja kehittäviä liikuntaharjoituksia. Aloimme myös harjoitella jalkapallon pelaamisessa tarvittavia taitoja, kuten syöttelyä, pallon kuljetusta ja pelisääntöjä. Huhtikuussa interventioiden toteutumisaikana toimi Tervanpolttajan päiväkodin liikuntasali sekä päiväkodin piha.

Huhtikuussa pohdimme myös projektiorganisaation kanssa, että missä jalkapalloturnaus olisi hyvä järjestää. Alun perin olimme suunnitelleet pitävämme turnauksen Tervanpolttajan päiväkodin pihalla, mutta jalkapallomaalien saaminen sinne olisi ollut haastavaa. Parhain vaihtoehto oli Hakalahden koulun jalkapallokenttä, sillä se sijaitsi sekä Tervanpolttajan että Hakalahden päiväkoteja lähellä. Huhtikuussa otin yhteyttä

Hakalahden kouluun ja sovin, että saisimme käyttää koulun jalkapallokenttää päiväkotien jalkapalloturnaukseen 25.5 aamupäivällä.

Huhtikuussa myös varmistin KPV:n edustajan kanssa, että hän tulee pitämään toukokuussa ennalta sovitut interventiot. Sovimme myös interventioiden sisällöstä ja kerroin ryhmän senhetkiset jalkapallotaidot, jotta KPV:n edustaja voisi suunnitella harjoitteiden sisältöä. Varmistin myös päiväkotien osallistumisen turnaukseen. Tuolloin selvisi, että Nahkurin päiväkoti ei voi osallistua turnaukseen. Hakalahden päiväkoti varmisti osallistumisensa.

Toukokuussa 2011 pidin neljä interventiota. Kahdessa interventiossa oli mukana KPV:n edustaja, silloinen päävalmentaja Keijo Hautamäki. Näissä interventioissa teimme erilaisia jalkapalloharjoituksia ja pelasimme jalkapalloa. Toukokuussa toistin maaliskuussa pitämäni motoristen taitojen havainnointitestin. Viimeinen interventio oli päiväkotien välinen jalkapalloturnaus. Toukokuussa interventioiden toteutumipaikkana toimi Tervanpolttajan päiväkodin liikuntasali ja piha sekä Hakalahden koulun jalkapallokenttä.

Toukokuussa otin myös yhteyttä Kokkola-lehteen, jos he olisivat tulleet tekemään lehtijutun jalkapalloturnauksesta. Kokkola-lehti ei päässyt turnauksen ajankohtana paikalle. Otin yhteyttä Kokkolan Minimaniin ja he sponsoroivat turnaukseen kaikille pillimehut.

Interventiot aloitin hyvillä lämmittelyillä, jotta lasten liiallinen positiivinen energia purkautuisi ja he keskittyisivät paremmin liikuntaharjoitteisiin. Jokaisessa interventiossa huomioin lasten energiatason ja keskittymisen, jos lapsista huomasin, että heitä ei enää jokin liikuntaharjoite kiinnostanut, siirryin varasuunnitelmaan. Halusin, että lasten on mielekästä liikkua ja innostus liikkumiseen säilyy. Käsitykseni lasten kognitiivisesta, motorisesta ja sosioemotionaalista kehityksestä ohjasivat toimintojani käytännön tilanteissa, eli interventioissa (Numminen 2005, 189-190).

Interventioissa lämmittelyiden jälkeen oli keskittymistä vaativat, motorista taitoa harjoittavat liikuntaharjoitteet. Keskittymistä vaativien liikuntaharjoitteiden jälkeen olimme erilaisia, ”kevyempiä” leikkejä ja intervention loppuksi venyttelimme. Halusin tuoda liikuntatuokioihin jotain uutta ja sellaista, jota on mahdollista jatkaa päiväkodin omissa liikuntatuokioissa. Tervanpolttajan päiväkodin liikuntatuokioissa ei ole aikaisemmin venytelty ja käsitteenä venyttely oli lapsille vieras asia.

Venyttelyyn liittyy liikkuvuusharjoittelu. Lapsen kykyä tehdä itse tai ulkoisen voiman avulla laajarataisia liikkeitä sanotaan liikkuvuudeksi. Liikkuvuus tarkoittaa lihasten joustavuutta ja kehon nivelten kykyä liikelaajuuteen. Liikkuvuusharjoittelu tai toisin sanoen venyttely on hyvä sisällyttää jokaiseen liikuntatuokioon kaikissa ikäryhmissä. (Autio & Kaski 2005, 126.) Venytyksissä on tärkeää, että ne tehdään oikein. Venytysliikkeitä tulisi suorittaa aina liikuntasuorituksen jälkeen. Venyttelyn avulla vältetään lihasten kipeytymiseltä, sillä venyttelyn tarkoituksena on myös supistuneiden lihasten palauttaminen lepopituuteensa. (Numminen 1997, 37.)

Toukokuussa, heti interventioiden päätyttyä, pidin projektiorganisaation yhteistyöpalaverin. Yhteistyöpalaveri toimi projektini väliraporttina. Palaverissa käsiteltiin interventioideni sisältöä ja projektini hyödyllisyyttä. Palaveriin osallistuivat lisäksi varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsberg ja Tervanpolttajan päiväkodin lastentarhanopettaja Satu Helen, joka oli ollut seuraamassa interventioitani. Projektiorganisaation osapuolet antoivat palautetta projektistani.

3.3 Loppuraportin muodostaminen

Heti kun käytännön osuus oli valmis, aloin kirjoittaa loppuraporttia. Kesäkuusta lokakuuhun 2011 tein yhteenvetoja projektini kulusta, arvioin projektiani sekä kirjoitin loppuraporttia. Loppuraportin teossa huomioin projektiorganisaation eri osapuolilta saadun palautteen.

4 PROJEKTIN VAIHEIDEN ARVIOINTI

Tavanomaisesti projekti jaksotetaan ajallisesti peräkkäisiin vaiheisiin (Pelin 2008, 99). Arvioin tässä luvussa projektini jokaista vaihetta erikseen.

4.1 Ryhmän muodostaminen

Ryhmä muodostui helposti Satu Helenin ohjaamasta lapsiryhmästä. Kymmenen lapsen ryhmä oli kooltaan sopiva, sillä tein yksin interventiot. Mielestäni oli hyvä, että ryhmä pysyi interventioiden ajan samana, etten esimerkiksi tehnyt eri ryhmille liikuntainterventioita. Ryhmän pysyessä samana näin lasten motoristen ja sosiaalisten taitojen kehityksen.

4.2 Tiedottaminen

Yhteydenpito päiväkodin kanssa toimi todella hyvin. Laitoin aina sähköpostilla seuraavan intervention suunnitelman noin viikkoa aikaisemmin päiväkodille, lisäksi kävin viikoittain päiväkodilla ja samalla keskustelimme projektistani. Yhteydenpito varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsbergiin, eli työelämäohjaajaani, tapahtui sähköpostin ja puhelimen välityksellä. Projektiorganisaation yhteistyöpalaverin järjestin projektini loppuksi ja siihen osallistuivat Tervanpolttajan päiväkodin lastentarhaopettaja Satu Helen ja varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsberg.

Tiedottaminen päiväkotien välisestä jalkapalloturnauksesta turnaukseen osallistuville päiväkodeille tapahtui puhelimitse. Ensimmäiset yhteydenotot päiväkoteihin otin syksyllä 2010 ja sovin turnauksen järjestämisestä. Kun turnauksen ajankohta selvisi keväällä 2011, otin yhteyttä puhelimitse päiväkoteihin ja sovimme järjestelyistä.

Projektisuunnitelman mukaisesti otin yhteyttä Kokkola-lehteen sähköpostitse keväällä 2011, jotta he olisivat tulleet tekemään jalkapalloturnauksesta lehtijutun. Kokkola-lehti ei valitettavasti päässyt turnauksen ajankohtana paikalle.

Lapsille kerroin interventioista ja tulevista tapahtumista jokaisen interventiokerran alussa. Lasten vanhemmille lähetin kirjallisen tiedotteen interventioistani ja projektistani. Tiedotteessa kysyin luvan lasten osallistumisesta interventioihini. Yhtään kieltävää vastausta ei tullut. Turnausta tuli seuraamaan muutaman lapsen vanhempi.

4.3 Omat ohjaamisen taidot

Ennen jokaisen intervention alkua järjestelin salin tarvittavilla liikuntavälineillä. Kun sali on järjestelty intervention mukaisesti, niin interventiokin sujuu paremmin. Suunnittelin intervention aina huolellisesti, sillä lapsiryhmän ohjaaminen ilman riittävää ennakkovalmistautumista voi olla kaoottista (Autio&Kaski 2005, 63).

Useissa liikuntaharjoitteissa annoin myös lasten ohjata ryhmää, esimerkiksi siten, että jokainen lapsi sanoi jonkin liikkeen, minkä muut ryhmän jäsenet toistivat. Aikuinen voi pelien ja leikkien valinnalla sekä niihin liittyvillä järjestelyillä vaikuttaa ohjattavan ryhmän sosiaalisiin suhteisiin myönteisesti (Zimmer 2002, 31). Koin, että kun annan jokaisen lapsen kokeilla ryhmän ohjaamista niin ryhmän sosiaaliset suhteet ja näin ollen lasten

omat sosiaaliset taidot kehittyvät. Samalla käytin luovuutta, sillä ohjaajan luovuus tarjoaa lapsille hyviä oppimistapahtumia ja onnistumisen iloa (Autio&Kaski 2005, 66).

Lasten sosiaalisten taitojen ohjaamisessa on tavoitteena hyväksyttävän ja sallitun käytöksen lisääntyminen ja tilanteeseen epäsovivan käytöksen vähentyminen. Havainnoin interventioissa lasten sosiaalista käyttäytymistä ja tarvittaessa puutuin siihen, näin lapsille tarjoutui mahdollisuus myös ottaa mallia ohjaajan eli minun, käyttäytymisestääni. (Autio&Kaski 2005, 78.) Pysin omalla käyttäytymiselläni vaikuttamaan myös lasten käyttäytymiseen.

Ihmissuhteita edistävässä vuorovaikutuksessa tulee kiinnittää erityistä huomiota tunteiden tunnistamiseen ja niiden havaitsemiseen, näin lapsillekin muodostuu mahdollisuus oppia erilaisia tunnetaitoja (Autio&Kaski 2005, 78). Oma vahvuuteni ohjaamisessa oli lasten tunnetilojen ja energiatason huomioiminen. Kun huomasin, että lapset eivät enää olleet kiinnostuneita tekemään jotain liikuntaharjoitetta, niin vaihdoin eri harjoitteeseen.

Yksi vahvuuteni ryhmän ohjaamisessa oli lasten yksilöllisyyden huomioiminen. Tulevana sosionomina yksilöllisyyden huomioiminen on tärkeä taito. Suunnittelin interventioiden liikuntaharjoitteet sellaisiksi, että jokainen lapsi pystyi taidoillaan osallistumaan kaikkiin interventioihin. Pidin liikuntaharjoitteet sellaisina, että ne kehittivät jokaisen lapsen motorisia ja sosiaalisia taitoja.

Kehittämishaasteeksi omissa ohjaamisen taidoissani pohdin selkeämpien ohjeiden antamista. Koin, että interventioissa olisin voinut antaa selkeämmät ohjeet heti liikuntaharjoitteen alussa, sillä jouduin usein ohjeistamaan lapsia kesken liikuntaharjoitteen, jolloin lapset eivät välttämättä voineet keskittyä ohjeiden kuuntelemiseen täysin.

Toinen kehittämishaasteeni on palautteen kerääminen. Interventioissa kysyin lapsilta sekä lastentarhaopettajalta palautetta suullisesti jokaisen intervention jälkeen, mutta olisin voinut tehdä palautteen keräämisen myös kirjallisesti.

4.4 Aikataulu

Projektisuunnitelman (LIITE 1) mukainen aikataulu toteutui. Aloitin interventiot suunnittelemaani aikaan, eli maaliskuussa 2011 ja interventiot kestivät suunnitellun kahden kuukauden ajan. Loppuraportin kirjoittaminen sujui projektisuunnitelman mukaisesti, sillä aloitin loppuraportin kirjoittamisen heti interventioiden päätyttyä kesäkuussa 2011.

4.5 Kustannusarvio

Projektisuunnitelman (LIITE 1) mukainen projektibudjetti toteutui. Projektini ainoat menoerät olivat oma aikani, jonka käytin projektiopinnäytetyöhöni sekä matkakustannukset maaliskuusta huhtikuuhun 2011, kun kuljin työharjoittelusta toiselta paikkakunnalta interventioihin. Projektini kustannusarvio oli siis 4150 euroa, johon on laskettu projektiopinnäytetyöhöni käyttämäni aika sekä kevään 2011 matkakustannukset.

Materiaalit interventioihin ja tilat interventioiden pitämiseen sain ilmaiseksi Tervanpolttajan päiväkodilta sekä Hakalahden koululta. KPV:n edustaja piti interventiot ilmaiseksi, sillä osallistuttuaan projektiini he saivat hyvää mainosta. Kokkolan Minimani sponsoroi jalkapalloturnaukseen pillimehut.

4.6 Interventiot

Toteutin yksitoista (11) interventiota. Interventioita toteutuivat kulultaan samankaltaisina. Interventioiden alkaminen ja loppuminen samanlaisina ja sovittuun aikaan tuo rajaa sekä turvaa ryhmälle (Kivinen 2009, 20). Koin, että interventioiden alussa oli tärkeää pitää todella hyvät lämmittelyt, jotta lapset jaksaisivat keskittyä keskittymistä vaativiin liikuntaharjoitteisiin lämmittelyiden jälkeen. Mielestäni oli hyvä pitää vaativan liikuntaharjoitteen jälkeen jokin ”kevyempi” liikuntaleikki, jotta lapsille jäi positiivinen kokemus interventiosta. Interventioiden lopussa venyttelimme ja koin sen tärkeäksi, sillä toin päiväkotiin venyttelyn myötä tärkeän lisän heidän liikuntatuokioihinsa.

Interventioissa pitämiäni liikuntaharjoitteita toistin lähes jokaisella interventiokerralla. Motorisen kehityksen kannalta liikkeiden toistot ovat tärkeitä, sillä toistojen avulla lapsen motoriset taidot kehittyvät. Koin, että liikkeiden toistoja oli hyvä harjoitella niin sanotusti huomaamattaan, eli esimerkiksi kuperkeikan tekeminen oli mukana myös erilaisissa tempuradoissa.

Toteutin Sorosen (1999) Kieputellen-kirjan havainnointitestin (LIITE 6) kaksi kertaa. Ensimmäisen testin toteutin toisella interventiokerralla ja toisen testin toteutin kymmenennellä interventiokerralla. Näin havainnoin testin avulla lasten motoristen taitojen kehityksen. Havainnointitesti sisälsi kaikkien perusmotoristen taitojen havainnoinnin. Onnistuin havainnoinnissa hyvin, sillä apunani oli lastentarhanopettaja Helen, joka kirjasi havainnot, kun minä ohjasin ryhmää. Samalla kun ohjasin ryhmää, havainnoin myös itse lasten motorisia taitoja.

Lastentarhanopettaja Helen oli jokaista interventiokertaa seuraamassa. Koin sen hyväksi, sillä pystyin muodostamaan kokonaiskuvan interventiosta, kun yhdistimme havaintomme

ja keskustelimme niistä. Lisäksi keskustelimme jokaisen interventiokerran jälkeen intervention kulusta ja pohdimme onnistuneita sekä kehitettäviä asioita.

Interventioiden myötä lasten motoriset ja sosiaaliset taidot kehittyivät. Havainnoin yhdessä lastentarhaopettaja Satu Helenin kanssa, että ryhmän kömpelöiden lasten liikkumisen taidot ovat kehittyneet paljon pitämieni interventioiden myötä. Havaintojemme apuna oli Sorosen (1999) Kieputellen-kirjan havainnointitesti (LIITE 6). Lisäksi kaikkien ryhmän lasten sosiaaliset taidot olivat kehittyneet havaintojemme myötä, lapset kannustavat toisiaan ja tulevat toimeen kaikkien ryhmän jäsenten kanssa. Ennen interventioita lapset olivat vain tiettyjen ryhmän jäsenten kanssa, ja jotkut lapset jäivät aina viimeisiksi paria valittaessa.

4.6.1 Interventioihin osallistuneiden lasten tavoitteiden toteutuminen

Alla on tavoitteideni toteutumisen arviot taulukoituna (TAULUKKO 3).

TAULUKKO 3. Interventioihin osallistuneiden lasten tavoitteiden toteutuminen

Tavoitteet	Toteutuminen
<p>Tulostavoitteet:</p> <p>Lapsen motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla.</p>	<p>Lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja tuettiin liikuntainterventioiden avulla maaliskuun 2011 – toukokuun 2011 aikana.</p>
<p>Toiminnallinen tavoite:</p> <p>Liikunnan kautta lasten sosiaaliset ja motoriset taidot kehittyvät.</p>	<p>Sorosen Kieputellen-kirjan Havainnointitesti tehtiin maaliskuun 2011 alussa ja toukokuun 2011 lopussa. Tällä aikavälillä havainnointitestin</p>

	<p>mukaan lasten motoriset taidot olivat kehittyneet.</p> <p>Sosiaalisten taitojen kehittyminen näkyi lisääntyneenä joukkuepelinä, lapset syöttelivät toisilleen ja kommunikoivat keskenään sekä kannustivat toisiaan pelatessaan jalkapalloa.</p>
<p>Pedagoginen tavoite eli oppimistavoite:</p> <p>Lapsi oppii liikkumaan yksin ja ryhmässä.</p>	<p>Interventioissa oli sekä yksin liikunnasta, että ryhmäliikuntaa. Jokainen lapsi osallistui ja teki liikuntasuorituksia.</p>

4.6.2 Tulostavoitteet

Interventioihin osallistuneiden lasten tulostavoitteena oli lasten motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla. Tulostavoite toteutui liikuntainterventioiden kautta hyvin. Liikuntainterventiot tukivat erilaisilla liikuntaharjoitteilla lasten motorisia taitoja ja näin ollen motorista kehitystä sekä lasten sosiaalisia taitoja.

Liikuntainterventioita ohjasin kahden kuukauden ajan. Kahden kuukauden aikana tuli liikuntaharjoitteissa paljon toistoja ja toistojen avulla motoriset taidot kehittyvät. Kahden kuukauden aikana lasten sosiaaliset taidotkin kehittyivät, sillä he olivat paljon ryhmänä yhdessä ja tekivät liikuntaharjoitteita sekä yksilöinä että ryhmänä.

4.6.3 Toiminnallinen tavoite

Interventioihin osallistuneiden lasten toiminnallisena tavoitteena oli lasten sosiaalisten ja motoristen taitojen kehittyminen. Toiminnallinen tavoite toteutui paremmin kuin odotin. Jo kahden kuukauden aikana kehittyminen motorisissa ja sosiaalisissa taidoissa näkyi lapsissa.

Tein Sorosen (1999) Kieputellen – kirjan Havainnointitestin kaksi kertaa ohjaamieni interventioiden aikana. Ensimmäisen testin pidin maaliskuun 2011 alussa ja toisen testin toukokuun 2011 lopussa. Havainnointitestien välillä oli näin ollen kaksi kuukautta väliä. Testien, omien ja lasten lastentarhaopettajan havaintojen mukaan lasten motoriset ja sosiaaliset taidot kehittyivät liikuntainterventioiden myötä.

Havainnointitestissä lapsia havainnoitiin yksilöinä, joten lasten motoriset taidot havaitsi helposti. Testi havainnoitsi motorisia perustaitoja, mm. kävelyä, juoksua, heittämistä ja kiinniottamista. Testissä oli myös sellaisia havainnoitavia liikkeitä, joita 5-vuotiaat lapset yleensä tekevät, esimerkiksi kuperkeikka ja kiipeäminen.

Sosiaalisten taitojen kehittyminen näkyi lisääntyneenä joukkuepelinä eli lapset syöttelivät palloa toisilleen sekä kommunikoivat keskenään pelatessaan jalkapalloa. Lapset myös kannustivat toisiaan eri liikuntaharjoitteissa. Mielestäni lasten sosiaalisten taitojen kehitys oli merkittävä, sillä interventioiden alussa esimerkiksi joukkuepelit toteutuivat siten, että jokainen lapsi halusi pelata vain yksilönä, edes oman joukkueen jäsenille ei annettu pelivälinettä. Interventioiden myötä lapset huomasivat joukkuepelien idean ja näin ollen heidän sosiaaliset taitonsakin kehittyivät. Interventioissa oli myös parin kanssa tehtäviä liikuntaharjoitteita ja ne onnistuivat lapsilta hyvin.

4.6.4 Oppimistavoite

Interventioihin osallistuneiden lasten oppimistavoitteena oli se, että lapset oppivat liikkumaan yksin sekä ryhmässä. Ohjaamani interventiot sisälsivät sekä yksin tehtäviä, että ryhmässä tehtäviä liikuntaharjoitteita. Interventioissa mukana olleet lapset osallistuivat jokaiseen liikuntaharjoitteeseen.

4.7 Tervanpolttajan päiväkodin tavoitteiden toteutuminen

Alla on tavoitteideni toteutumisen arviot taulukoituna (TAULUKKO 4).

TAULUKKO 4. Tervanpolttajan päiväkodin tavoitteiden toteutuminen

Tavoitteet	Toteutuminen
<p>Tulostavoite:</p> <p>Varhaiskasvatuksen liikuntasuositukset toteutuvat interventioiden myötä. Eli lapsi liikkuu vähintään 2 tuntia/vrk monipuolisesti ja vaihtelevasti.</p>	<p>Varhaiskasvatuksen liikuntasuositukset toteutuivat liikuntainterventioiden myötä. Suositusten mukaisesti interventiot olivat liikunnallisesti monipuolisia.</p>
<p>Toiminnallinen tavoite:</p> <p>Projektin malli jää käyttöön työkentälle.</p>	<p>Tervanpolttajan päiväkotit järjestää ensi keväänä yhdessä toisten päiväkotien kanssa jalkapalloturnauksen.</p>
<p>Oppimistavoite:</p> <p>Yhteistyö muiden päiväkotien kanssa kehittyy ja liikunnallinen osuus Tervanpolttajan päiväkodilla lisääntyy.</p>	<p>Turnauksen jälkeen päiväkodit suunnittelivat jatkoa projektini päätteeksi olevalle turnaukselle.</p>

4.7.1 Tulostavoite

Tervanpolttajan päiväkodin tulostavoitteena oli varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksen toteutuminen liikuntainterventioiden myötä. Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksen mukaan lasten tulee liikkua vähintään kahden tunnin ajan vuorokaudessa ja liikunnan tulee olla sellaista, että lapsi saa harjoitella monipuolisesti motorisia perustaitoja (Nuori Suomi 2005). Ohjaamani liikuntainterventiot kestivät tunnin ajan, jonka jälkeen lapset menivät vielä toisen tunnin ajaksi ulos leikkimään ennen ruokailua. Edistin projektillani varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksen toteutumista.

4.7.2 Toiminnallinen tavoite

Tervanpolttajan päiväkodin toiminnallisena tavoitteena oli projektin mallin jääminen käyttöön työkentälle. Tervanpolttajan päiväkodin henkilökunta ja päiväkotien väliseen jalkapalloturnaukseen osallistuneet päiväkodit olivat sitä mieltä, että projektini malli on hyvä ja mallille on käyttöä tulevaisuudessakin. Jalkapalloturnaukseen osallistuneet päiväkodit sopivat, että ensi keväänä järjestetään päiväkotien välinen jalkapalloturnaus uudestaan. Tervanpolttajan päiväkotien oli sitä mieltä, että yhteistyötä jalkapalloseura KPV:n kanssa olisi mahdollista jatkaa, jos resurssit ja aika riittävät.

4.7.3 Oppimistavoite

Tervanpolttajan päiväkodin oppimistavoitteena olivat yhteistyön kehittyminen päiväkotien välillä sekä liikunnallisen osuuden lisääntyminen Tervanpolttajan päiväkodilla. Päiväkotien välinen yhteistyö kehittyi, sillä päiväkodit suunnittelivat yhteisen jalkapalloturnauksen pitämistä myös ensi keväänä. Liikunnallisuus lisääntyi Tervanpolttajan päiväkodilla entisestään interventioideni myötä.

4.8 Interventioiden tavoitteiden toteutuminen

Alla on tavoitteideni toteutumisen arviot taulukoituna (TAULUKKO 5).

TAULUKKO 5. Interventioiden tavoitteiden toteutuminen

Tavoitteet	Toteutuminen
<p>Tulostavoite:</p> <p>Liikunnan monipuolinen vaikutus lasten motoriseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin.</p>	<p>Liikunta vaikutti monipuolisesti interventioiden osallistuneiden lasten sosiaalisiin ja motorisiin taitoihin.</p>
<p>Toiminnallinen tavoite:</p> <p>Interventiot sisältävät monipuolisia liikuntaharjoituksia, jotka tukevat lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja.</p>	<p>Interventiot olivat sisällöltään monipuolisia ja interventiot tukivat lasten motorisia sekä sosiaalisia taitoja.</p>
<p>Oppimistavoite:</p>	

Lapset kehittyvät motorisissa taidoissa ja oppivat ryhmässä toimimisen taitoja sekä saavat myönteisiä kokemuksia liikkumiseen	Lasten motoriset taidot kehittyivät interventioiden myötä. Lasten ryhmässä toimimisen taidot parani- vat. Lapset saivat myös myönteisiä kokemuksia liikkumisesta interven- tioiden myötä.
---	--

4.8.1 Tulostavoite

Interventioiden tulostavoitteena oli liikunnan monipuolinen vaikutus lasten motoriseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin. Tavoite toteutui hyvin, sillä liikunnalla oli monipuolinen ja kehittävä vaikutus lasten sosiaalisiin ja motorisiin taitoihin.

4.8.2 Toiminnallinen tavoite

Interventioiden toiminnallisena tavoitteena oli se, että interventioiden sisältämät liikuntaharjoitukset ovat sisällöltään monipuolisia ja ne tukevat lasten motorista kehitystä sekä sosiaalisia taitoja. Liikuntaharjoitukset tukivat ja kehittivät monipuolisesti lasten motorisia perustaitoja ja sosiaalisia taitoja.

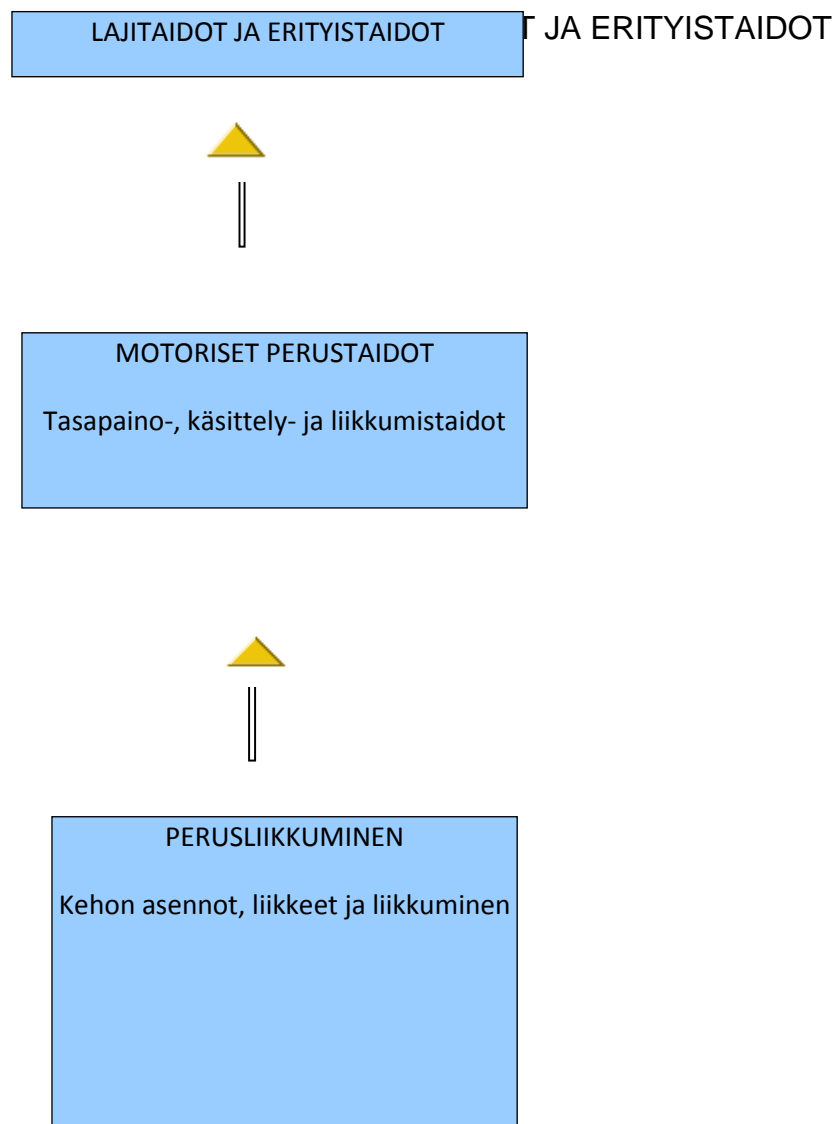
4.8.3 Oppimistavoite

Interventioiden oppimistavoitteina olivat lasten kehittyminen motorisissa ja sosiaalisissa taidoissa sekä myönteisten liikuntakokemusten saaminen. Tavoitteet toteutuivat hyvin,

interventioiden päätyttyä lasten motoriset perustaidot olivat kehittyneet ja niiden myötä myös lajitaitojen opettelu onnistui.

Lapsen motorinen kehitys noudattaa hermostollista kehitystä. Motoriset perustaidot kehittyvät ensin. Motorisilla perustaidoilla tarkoitetaan kahden tai useamman segmentin (vartalon ja raajojen osien) järjestynyttä liikkeiden ryhmää. Motoristen perustaitojen perustana ovat tasapaino-, käsittely- ja liikkumistaidot. (Numminen 1997, 24.) Nämä motoriset perustaidot luovat perustan lajitaitojen oppimiselle (Numminen 2005, 191).

KUVIO 1. Lajitaitojen muodostuminen (Numminen 2005, 146.)



4.9 Sosionomin (AMK) tavoitteiden toteutuminen

Alla on tavoitteideni toteutumisen arviot taulukoituna (TAULUKKO 6).

TAULUKKO 6. Sosionomin (AMK) tavoitteiden toteutuminen

Tavoitteet	Toteutuminen
<p>Tulostavoite:</p> <p>Valmis opinnäytetyö.</p> <p>Sosionomin kompetenssien kehittyminen.</p>	<p>Julkaistu opinnäytetyö kertoo toteutuneesta tavoitteesta.</p> <p>Sosionomin kompetenssit kehittyivät.</p>
<p>Toiminnallinen tavoite:</p> <p>Projektityöskentelyn omaksuminen.</p>	<p>Projektioinnäytetyöni myötä olen omaksunut projektityöskentelyn taidon.</p>
<p>Oppimistavoite:</p> <p>Ryhmänohjaustaidot kehittyvät.</p> <p>Ammatillinen kasvu</p>	<p>Ryhmänohjaustaitoni kehittyivät interventioiden ohjaamisen myötä.</p> <p>Ammatillista kasvua tapahtui projektityöskentelyn oppimisen avulla.</p>

4.9.1 Tulostavoite

Sosionomin (AMK) tulostavoitteena oli valmis opinnäytetyö. Tulostavoite toteutui julkaistun opinnäytetyön muodossa.

Toinen sosionomin (AMK) tulostavoite oli sosionomin kompetenssien kehittyminen. Tulostavoite toteutui hyvin. Sosionomin kompetenssit ovat sosiaalialan eettinen osaaminen, asiakastyön osaaminen, sosiaalialan palvelujärjestelmän osaaminen, yhteiskunnallinen analyysitaito, reflektiivinen kehittämis- ja johtamisosaaminen, yhteisöllinen osaaminen ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen sekä tutkimus- ja kehittämisosaaminen. (Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto 2010.)

Sosiaalialan eettisessä osaamisessa sisäistin projektiopinnäytetyöni aikana sosiaalialan arvot ja ammattieettiset periaatteet ja toimin näiden aatteiden mukaisesti. Huomioin jokaisen interventioihin osallistuneen lapsen motoriset ja sosiaaliset taidot yksilöllisesti ja suunnittelin interventiot siten, että jokainen lapsi pystyi osallistumaan interventioihin omilla yksilöllisillä taidoillaan. Interventioiden harjoitteissa kehitettiin sosiaalisia taitoja muun muassa siten, että edistimme ryhmänä tasa-arvoa, jokainen ryhmän jäsen oli ainutlaatuinen.

Asiakastyön osaaminen näkyi ammatillisena ja asiakasta osallistavana vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteena niin interventioihin osallistuneiden lasten kuin projektiorganisaation eri osapuolten kohdalla. Asetin interventioihin osallistuneille lapsille ja Tervanpoltajan päiväkodille omat tavoitteet, jotka pyrin toteuttamaan.

Sosiaalialan palvelujärjestelmän osaaminen näkyi projektissani sosiaalialan lainsäädännön huomioimisena. Projektini avulla kehitin palveluita tuomalla uuden mallin varhaiskasvatuksen työkentän käyttöön. Projektiorganisaatioon kuului moniammatillinen verkosto ja projektipäällikkönä ohjasin projektia.

Reflektiivisen kehittämis- ja johtamisosaamisen kannalta projektissani oli käytäntöpainotteista tutkimuksellista osaamista esimerkiksi interventioissa. Projektipäällikkönä olin aloitteellinen ja aktiivinen. Koin onnistuneeni moniammatillisen verkoston johtamisessa.

Yhteisöllinen osaaminen ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen näkyivät siten, että ymmärsin projektissani olevien eri yhteisöjen toimintaperiaatteet sekä kulttuurit ja huomioin nämä piirteet yhteistyössä.

4.9.2 Toiminnallinen tavoite

Sosionomin (AMK) toiminnallisena tavoitteena oli projektityöskentelyn omaksuminen. Projektioinnäytetyöni myötä olen omaksunut projektityöskentelyn taidon. Projekti on työnä kokonaisuus, joka tehdään määritellyn kertaluontoisen tuloksen aikaansaamiseksi (Pelin 2008, 25). Opinnäytetyössäni valmis opinnäytetyö on määritelty kertaluontoinen tulos, jonka sain aikaan pitämällä interventioita ja kirjoittamalla opinnäytetyön.

Projektin hallintaan liittyy muun muassa projektiorganisaation nimeäminen, projektisuunnitelma sekä projektin raportointi (Pelin 2008, 62-63). Projektiorganisaatiossani ovat mukana lisäksi ohjaava opettajani Anne Jaakonaho, työelämäohjaajani varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsberg, Tervanpolttajan päiväkotiyhteistyö, Minimani sekä jalkapalloseura KPV. Projektisuunnitelmassani esitin projektini aikatauluja sekä interventioiden suunnitelmia. Projektin raportointi tapahtui palaverien ja sähköpostien muodossa kaikkien projektiorganisaation osapuolien kanssa. Projektin loppuraportti on valmis opinnäytetyö.

4.9.3 Oppimistavoite

Sosionomin (AMK) oppimistavoitteena oli ryhmänohjaustaitojen kehittyminen. Ryhmänohjaustaitoni kehittyivät interventioiden ohjaamisen myötä. Liikuntainterventioiden ohjaajan tulee käyttää ohjausmenetelmiä monipuolisesti ottaen huomioon ohjattavien ikä- ja taitotason (Autio&Kaski 2005, 60). Huomioin interventioissa lasten iän sekä lasten liikkumistaidot. Havainnointitestin avulla huomioin kehitettäviä taitoja, joita interventioiden myötä kehitettiin. Sosiaalisten taitojen oppimisen kannalta pidin interventioissa liikuntaleikkejä, joissa lapset olivat vuorovaikutuksessa keskenään.

Lapsiryhmän ohjaamiseen on hyvä valmistautua hyvin. Usein lapset ovat täynnä positiivista energiaa, joten liikuntatuokion kulussa ei saa olla liian paljon jonottamista ja odottamista tai tyhjiä hetkiä. (Autio&Kaski 2005, 63.) Huomasin tämän asian ensimmäisen intervention jälkeen. Ensimmäinen tuokio oli juuri lasten hiihtoloman jälkeen, joten he olivat todella energisiä intervention aikana. Olin suunnitellut ensimmäiselle kerralle erilaisia tutustumisleikkejä, jotka olivat heti intervention aluksi. Lapset olivat siis levottomia tutustumisleikkien aikana, sillä en ollut pitänyt liikaa energiaa vievää alkulämmittelyä. Jatkossa pidin interventioiden alussa hyvät alkulämmittelyt, että lapset jaksoivat keskittyä opittaviin taitoihin.

Huomasin myös sen, että lapsiryhmää ohjattaessa on hyvä omistaa varasuunnitelmia. Varasuunnitelmiin eli erilaisiin liikuntaleikkeihin jouduin turvautumaan usein. Usein kävi niin, että suunnittelemani liikuntaleikit pelattiin tai leikittiin loppuun nopeammin kuin olin ajatellut tai lasten kiinnostus leikkiin loppui.

Hyödynsin ryhmää ohjattaessani omaa persoonallisuuttani. Lapsiryhmän ohjaajan tulee olla aito ja oma itsensä, sillä lapset aistivat helposti, jos ohjaaja esittää jotain mitä oikeasti ei ole (Autio&Kaski 2005, 64). Halusin interventioiden alusta asti olla oma itseni ja ohjata

tuokiot niin hyvin kuin taitoni riittävät. Huomasin väistämättä sen, että mitä tutummaksi ja läheisimmiksi ohjaamani ryhmä tuli niin sitä enemmän toimin omana itsenäni, vaikka alusta asti olin toiminut niin.

Toinen oppimistavoitteeni oli ammatillinen kasvu. Kasvoin ammatillisesti projektini aikana, sillä omaksuin projektityöskentelyn taidon ja sovelsin siinä jo aikaisemmin oppimiani asioita tulevana sosionomina.

4.10 Johtopäätöksiä

Projektini suunnittelun, toteutumisen ja arvioinnin myötä minulle heräsi monia ajatuksia. Esittelen johtopäätöksiäni aiheittain tässä luvussa.

4.10.1 Lasten motoristen ja sosiaalisten taitojen kehittyminen

Projektini myötä interventioihin osallistuneiden lasten motoriset ja sosiaaliset taidot kehittyivät. Motoristen taitojen kehittyminen näkyi viimeistään Sorosen (1999) Kieputellenkirjan havainnointitestin (LIITE 6) avulla. Havainnointitestin toteutin heti maaliskuussa 2011 interventioiden alettua ja interventioiden lopussa toukokuussa 2011. Kahdessa kuukaudessa pitämieni interventioiden myötä lasten motoriset taidot olivat kehittyneet. Liikuntaharjoitteissa käytin paljon toistoja ja uskon, että juuri liikkeiden toistojen myötä lasten motoriset taidot kehittyivät niin hyvin.

Lasten sosiaalisten taitojen kehittyminen näkyi lisääntyneenä joukkuepelaamisena ja kannustamisena. Interventioiden alussa lapset kilpailivat keskenään paljon ja joukkuepeleissä he kilpailivat oman joukkueen jäsenten kanssa esimerkiksi pelivälineestä. Interventioideni myötä lasten sosiaaliset taidot kehittyivät ja heille muodostui niin sanottu me-henki. Tämä näkyi hyvin esimerkiksi projektini päätteeksi pitämässäni jalkapalloturnauksessa: lapset syöttelivät toisilleen ja kannustivat joukkuettaan.

Lasten sosiaalisten taitojen kehittyminen näkyi myös interventioiden pariharjoituksissa. Aikaisemmin lapset valitsivat tietyt parit itselleen ja aina samat ryhmän jäsenet jäivät ilman paria. Interventioiden loppuvaiheessa lapset valitsivat pareikseen myös sellaisia henkilöitä, joiden kanssa he eivät aikaisemmin olleet työskennelleet pareina. Yhteistyö näiden uusien pariin kesken sujui hyvin.

4.10.2 Liikuntaharrastuneisuuden ja persoonallisuuden näkyminen interventioissa

Osa interventioihin osallistuneista lapsista harrasti vapaa-ajallaankin liikuntaa, esimerkiksi jalkapallon pelaamista ja jumpassa käymistä. Tämä näkyi interventioissa selvästi. Liikuntaa vapaa-ajallaankin harrastavat lapset olivat motorisesti ja usein myös sosiaalisilta taidoiltaan kehittyneempiä kuin lapset, jotka eivät liikuntaa harrastaneet vapaa-ajallaan. Liikuntaa harrastavat lapset onnistuivat erilaisissa liikuntaharjoitteissa paremmin ja he oppivat myös helpommin uusia liikkeitä.

Havaitsin myös sen, että lasten persoonallisuudet näkyivät liikkumisessa. Esimerkiksi ryhmän ujoin ja hiljaisin lapsi oli liikuntaharjoitteissakin arka ja todella harkitseva. Ryhmän vilkkain lapsi oli interventioissa myös vilkas ja hänen liikkumisensa ei ollut kovin ”taloudellista”, eli hän keskittyi liikuntaharjoitusten kunnolla tekemisen sijaan johonkin muuhun.

4.10.3 Sosionomi projektiorganisaatiossa

Koin, että sosionomina (AMK) pystyin hallitsemaan projektin hyvin. Sovelsin tietojani ja taitojani käytännön asiantuntijatehtävässä. Mielestäni sosionomin (AMK) koulutus antaa hyvän valmiuden toimia projektiluontoisissa tehtävissä. Sosionomin (AMK) kompetenssien omaksumisen myötä niin projektin hallintaan ja johtamiseen kuin myös asiakkaan yksilöllisyyteen ja voimavaroihin liittyvät osa-alueet ovat hallinnassa.

Projektiorganisaatiossa pidin yhteyttä kaikkiin projektiorganisaation jäseniin. Pidin mielestäni hyvin kiinni projektin aikatauluista. Minulla oli projektin johtajana suuri vastuu, mutta selviydyin vastuusta hyvin.

4.10.4 Projektin mallin hyödyllisyys

Projektini tulosten ja johtopäätösten myötä projektini malli on hyödyllinen työkentällä. Lisäksi keskustelimme projektiorganisaation jäsenten kanssa projektini tarpeellisuudesta ja jokainen projektiorganisaation jäsen oli sitä mieltä, että projektini oli hyvä malli työkentälle.

Mielestäni KPV oli hyvä yhteistyökumppani projektissani ja tällaista yhteistyötä olisi hyvä jatkaa jatkossakin. KPV:n edustajan pääseminen interventioihin oli mahdollista, kun asiasta sovittiin hyvissä ajoin, jos vastaavanlainen yhteistyö jatkuu päiväkodin ja jalkapalloseuran välillä niin resursseja tähän tulisi pohtia. Pohdimme myös

projektiorganisaation kanssa, että ihanteellista olisi, jos kaikilla päiväkodeilla olisi mahdollisuus tällaiseen toimintaan ja Kokkolassa on myös useita jalkapalloseuroja.

Lisäksi jalkapalloturnauksessa sain päiväkodeilta positiivista palautetta turnauksesta: he osallistuivat mielellään projektiini. Hakalahden ja Tervanpolttajan päiväkotit sopivat turnauksen jatkosta: he suunnittelevat järjestävänsä samanlaisen turnauksen myös ensi vuonna. Eli Tervanpolttajan päiväkodin toiminnallinen tavoite toteutui, kun projektin malli jää käyttöön työkentälle. Lisäksi oppimistavoite toteutui, kun päiväkotien välinen yhteistyö kehittyi.

Projektini päätteeksi pitämässäni yhteistyöpalaverissa käsittelemällä projektini hyödyllisyyttä varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsbergin ja Tervanpolttajan päiväkodin lastentarhaopettajan Satu Helenin kanssa. Helen täytti palautelomakkeen (LIITE 5), jossa kysyin päiväkodin mielipidettä projektini toteutumisesta, hyödyllisyydestä sekä kehitettävistä asioista. Päiväkodin mielestä interventiot tukivat todella hyvin ja lapsille sopivalla tavalla heidän motorisia ja sosiaalisia taitojaan. Interventiot olivat sisällöltään lasten ”tasoisia”, mutta samalla sopivassa määrin haasteita antavia.

Päiväkodin mielestä kehitettäviä asioita olivat jämäkkyiden ja selkeiden ohjeiden opettelu, mutta päiväkodin henkilökunta oli sitä mieltä, että nämä asiat paranevat kokemuksen myötä. Lisäksi minun olisi pitänyt valmistella välineet paremmin, kun lähdimme päiväkodin ulkopuolelle jalkapalloturnaukseen. Huomioin ottaa peliliivit ja kännykän mukaan, mutta en huomionnut ottaa mukaan ensiapulaukkua.

Sekä päiväkodin että varhaiskasvatuskoordinaattorin mielestä projektini oli hyödyllinen ja tällaiselle toiminnalle olisi tarvetta myös jatkossa. Päiväkodin henkilökunnan mielestä pitämäni havainnointitesti oli mielenkiintoinen, sillä lasten edistymisen havaitsi sen avulla selvästi.

5 POHDINTA

Opinnäytetyöni aihetta pohtiessani minulle oli selvää se, että teen liikuntaan liittyvän projektiopinnäytetyön. Olen itse sitä mieltä, että varhain aloitettu liikuntaharrastuneisuus innostaa myös myöhemmällä iällä liikkumaan. Kun sain Tervanpolttajan päiväkodin yhdeksi yhteistyökumppanikseni, niin aloin pohtia opinnäytetyöni aihetta tarkemmin. Aluksi aiheeni oli todella laaja, kun pohdin liikunnan kokonaisvaltaista vaikutusta lasten hyvinvointiin. Rajasin aiheen lopulta 5-vuotiaiden lasten motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukemiseen liikunnan avulla.

Työstin opinnäytetyötäni yhteensä kahden vuoden ajan, mutta koin, että työstämisaika ei ollut liian pitkä. Sain opinnäytetyöni aiheesta rajattua sellaisen, mikä todella kiinnosti ja mielestäni sain projektini suunniteltua hyvin etukäteen. Kun olin suunnitellut projektini hyvin etukäteen, niin oli mukavampi aloittaa projektin toteutus.

Projektisuunnitelmaa hioin pitkään ennen kuin se tuli hyväksytyksi. Projektisuunnitelman työstämisvaiheessa tuntui siltä, ettei varsinaisesta projektin toteutumisesta tule mitään, mutta nyt jälkepäin ajateltuna projektisuunnitelman hiominen ajan kanssa oli hyvä. Hyvin tehty projektisuunnitelma selkiytti projektini toteuttamista ja auttoi paljon varsinaisen loppuraportin kirjoittamisessa. Samalla kun työstin projektisuunnitelmaani, niin keskityin paljon projektityöskentelyn teoriaan ja pystyin ennen projektin toteutumista sisäistämään projektityöskentelyn taidon.

Projektissani olisin voinut tehdä toisin palautteen keräämisen. Olisin voinut kerätä palautetta kirjallisesti enemmän interventioiden aikana, nyt palautteen kerääminen tapahtui suullisesti heti intervention jälkeen. Projektisuunnitelman mukaisesti minun oli tarkoitus ottaa valokuvia jalkapalloturnauksesta, mutta tämä ei onnistunut, sillä toimin itse pelien

tuomarina. Mielestäni se, ettei turnauksesta ole valokuvia, ei vähennä opinnäytetyöni sisältöä.

Projektini aikana minulle oli merkittävä kokemus se, että pystyin johtamaan kokonaista projektia yksin. Minulla oli apunani hyvä projektiorganisaatio, mutta projektin johtamisesta vastasin itse. Aikaisemmin en olisi uskaltanut ottaa projektin johtamista vastuulleni, mutta kun mietin opinnäytetyön aiheita, minulle oli selvää, että teen projektiopinnäytetyön. Ammatillista kasvua on minussa tapahtunut, sillä projektissani minulla oli ammattimainen asenne, olin yksi ammattilaisista ammattilaisten joukossa.

Yksi merkittävä kokemus projektissani oli myös ohjaamani lapsiryhmä. Ryhmästä tuli minulle kahden kuukauden aikana tuttu ja läheinen. Oli myös hienoa huomata lapsista, että ohjaamani interventiot kehittivät heidän motorisia ja sosiaalisia taitojaan, eli projektini tuotti tulosta. Projektin päätyttyä minua harmitti se, etten enää ohjaisi ryhmää, mutta toisaalta tämä kuvio kuuluu projektityöskentelyyn, sillä projekti on aina määräaikainen.

Koin sekä itse että projektiorganisaation mielestä, että tällaisesta projektista olisi hyötyä jatkossa myös muille päiväkodeille. Kokkolassa toimii myös useampi jalkapalloseura. Tällainen projekti vaatisi jatkossa resursseja. Projektini toteutui, kun olin sopinut esimerkiksi KPV:n kanssa interventioista hyvissä ajoin etukäteen.

Opinnäytetyöni vahvuus on mielestäni se, että projektissani on ollut useita yhteistyökumppaneita mukana ja projektini malli on käyttökelpoinen ja hyvin sovellettava. Lisäksi opinnäytetyöni on omasta mielestäni selkeä ja olen onnistunut keskittymään olennaiseen työssäni. En koe, että työssäni olisi mitään ylimääräistä.

Projektiopinnäytetyöni oli osoitus siitä, että olen sisäistänyt sosionomin (AMK) kompetenssit. Vahvuuteni ovat yksilöiden huomioiminen ainutlaatuisina ja heidän

voimavarojensa tukeminen, reflektiivinen työote sekä moniammatillisessa verkostossa toimiminen. Projektini interventioissa huomioin jokaisen lapsen yksilölliset taidot ja kehitin interventioista sellaisia, että ne tukivat yksilön taitoja hänen voimavarojaan hyödyntäen. Tästä sain myös hyvää palautetta päiväkodin henkilökunnalta, heidän mielestään oli hienoa, että huomioin lapset sekä ryhmänä, että yksilöinä. Minulla on ollut reflektiivinen työote opiskelujen alusta lähtien, mutta opinnäytetyöprojektissani reflektiivinen työote vielä vahvistui. Pohdin ja tutkiskelen asioita eri näkökulmista ja huomioin erilaisia ratkaisumahdollisuuksia.

Edistin tasa-arvoa projektissani siten, etten suosinut ketään interventioihin osallistunutta ryhmän jäsentä. Jokaisen ryhmän jäsenen huomioin yksilönä. Huono-osaisuutta ehkäisin mielestäni siten, että innostin lapsia liikkumaan. Lasten innostaminen liikkumaan on tärkeää niin yksilön itsensä kuin yhteiskunnan ja yhteisön kannalta.

Projektiorganisaation eri osapuolille muodostin ammatillisen vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteen. Projektiorganisaatioon kuului moniammatillinen verkosto ja tämä lisäsi taitoani tuntea palvelujärjestelmää sekä hallita palveluohjausta. Osallistuin sosiaalialan palveluiden kehittämiseen suunnittelemalla projektin mallin sosiaalialan työkentälle. Projektin johtajana johdin projektiorganisaatiota moniammatillisena yhteistyönä.

Projektini mallia voi hyödyntää päiväkoteihin. Projektiani voisi jatkossa kehittää soveltumaan esimerkiksi kouluihin, sillä myös siellä tarvitaan liikunnallisia interventioita koululiikunnan lisäksi. Koululaisten sosiaaliset taidot kehittyisivät myös interventioiden myötä.

Olen kiitollinen kaikille projektiini osallistuneille tahoille. Kiitän Tervanpolttajan päiväkotia, jalkapalloseura KPV:tä, Kokkolan kaupunkia, Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulun hyvinvoinnin ja kulttuurin yksikköä, Kokkolan Minimania, Hakalahden koulua sekä Hakalahden ja Nahkurin päiväkotia. Kiitos myös minua tukeneille läheisilleni.

LÄHTEET

Tuire Autio & Satu Kaski. 2005. Ohjaamisen taito – liikunta tukemassa lapsen ja nuoren kasvua. Helsinki: Edita Prima Oy

Veikko Eloranta. 2003. Perusliikunta – hyvinvoinnin liikuntamuoto. Teoksessa: Pilvikki Heikinaro-Johansson, Terhi Huovinen, Lea Kytökorpi. 2003. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell Oy

Euroopan Unionin Neuvosto. 2010. Neuvoston päätelmät: Urheilun asemasta aktiivisen sosiaalisen osallisuuden lähteenä ja edistäjänä. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2010:326:0005:01:FI:HTML>

Luettu 27.9.2011

Finlex. Asetus ammattikorkeakouluopinnoista 3.3.1995/256. Www-dokumentti. Saatavissa: [http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1995/19950256?search\[type\]=pika&search\[pika\]=opiskel](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1995/19950256?search[type]=pika&search[pika]=opiskel)*

Luettu 27.9.2011

Finlex. Laki sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista 29.4.2005/272. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050272>

Luettu 27.9.2011

Finlex. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812. Www-dokumentti. Saatavissa: [http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812?search\[type\]=pika&search\[pika\]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812?search[type]=pika&search[pika]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista)

Luettu 27.9.2011

Finlex. Liikuntalaki 18.12.1998/1054. Www-dokumentti. Saatavissa:
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054>

Luettu 27.9.2011

Finlex. Sosiaalihuoltolaki 17.9.1982/710. Www-dokumentti. Saatavissa:
[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820710?search\[type\]=pika&search\[pika\]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820710?search[type]=pika&search[pika]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista)

Luettu 27.9.2011

David L. Gallahue & John C. Ozmun. 2002. Understanding motor development. Infants, children, adolescents, adults. 5.painos. New York: Quebecor World Fairfield, PA

David L. Gallahue & John C. Ozmun. 2011. Motor development. In Joseph P. Winnick. 2011. 5.painos. Adapted physical education and sport. 5.painos. United States of America: Courier Printing

Mirja Kalliopuska. 1995. Sosiaaliset taidot. Helsinki:Painatuskeskus Oy

Sanna Kivinen. 2009. Ryhmän perustaminen huostaanotettujen lasten vanhemmille. Helsinki:Hakapaino Oy

Kokkolan kaupunki. 2010. Kokkolan varhaiskasvatussuunnitelma. Www-dokumentti. Saatavissa:
https://www.kokkola.fi/perusturva/paivahoito/fi_FI/paivahoito/_files/83548458459416129/default/kokkola_vasu_2010.pdf

Luettu 27.9.2011

Kokkolan Palloveikot. 2011. KPV vuodesta 1930. Www-dokumentti. Saatavissa:
http://www.kpv.fi/sivu.aspx?luokka_id=161&main=1

Luettu 27.9.2011

Aku Kopakkala. 2005. Porukka, jengi, tiimi – Ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita Prima Oy

Lauri Laakso. 2003. Liikuntakasvatuksen ja liikuntapedagogiikan perusteet. Teoksessa: Pilvikki Heikinaro-Johansson, Terhi Huovinen, Lea Kytökorpi. 2003. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell Oy

Taru Lintunen. 2003. Liikunta ihmisen elämänkulussa. Teoksessa: Pilvikki Heikinaro-Johansson, Terhi Huovinen, Lea Kytökorpi. 2003. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell Oy

Taru Lintunen & Marjo Kuusela. 2008. Vuorovaikutuksen edistäminen liikuntaryhmissä. Teoksessa: Esa Rovio, Taru Lintunen, Olli Salmi (toim.). 2009. Ryhmäilmiöt liikunnassa. Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 163. Tampere: Esa Print Oy

Pirkko Numminen. 1997. Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy

Pirkko Numminen. 2005. Avaa ovi lapsen maailmaan – kysellään, ihmetellään ja liikutaan yhdessä. Tampere: Pilot-kustannus Oy

Risto Pelin. 2008. Projektihallinnan käsikirja. 5.uudistettu painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy

Esa Rovio. 2003. Ryhmä liikunnanopetuksen kohteena. Teoksessa: Pilvikki Heikinaro-Johansson, Terhi Huovinen, Lea Kytökorpi. 2003. Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan. Porvoo: WS Bookwell Oy

Sirkka Soronen & Pirkko Seeslahti. 1999. Kieputellen – Liikuntatuokioita varhaiskasvatukseen sekä esi- ja alkuopetukseen. Rauma: Kirjapaino Oy West Point

Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto. 2010. Esitys sosionomi (AMK) – tutkinnon kompetensseista. Www-dokumentti. Saatavissa:

http://www.sosiaaliportti.fi/File/c16110a5-e16c-4834-9532-48847ff5dd52/Sosionomi_AMK_Kompetenssit_15042010.pdf

Luettu 27.9.2011

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

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Www-dokumentti. Saatavissa:

http://www.nuorisuomi.fi/files/ns2/paivahoito_PDF/varhaiskasliikso_2005.pdf

Luettu 27.9.2011

Stakes. 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2. tarkistettu painos. Oppaita 56. Www-dokumentti. Saatavissa: <http://varttua.stakes.fi/NR/rdonlyres/DD04983E-D154-4FE4-90A1-E2690175BE26/0/vasu.pdf>.

Luettu 27.9.2011

Renate Zimmer. 2002. Liikuntakasvatuksen käsikirja – didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Hämeenlinna: Karisto Oy:n kirjapaino

Heini Tuura

**5-VUOTIAAN LAPSEN MOTORISEN KEHITYKSEN JA
SOSIAALISTEN TAITOJEN TUKEMINEN LIIKUNNAN AVULLA**

Liikuntainterventiot Tervanpolttajan päiväkodilla

JOHDANTO

Liikunnalla on merkittävä vaikutus lasten kokonaisvaltaiseen eli holistiseen hyvinvointiin. Liikunta tukee lasten motorista kehitystä sekä toimii sosiaalisen vuorovaikutuksen lisääjänä harrastusten muodossa. Liikunnalla on muitakin positiivisia piirteitä, kuten ylipainon ennaltaehkäisy, myönteiset vaikutukset aineenvaihduntaan, energian lisääntyminen sekä levottomuuden ja jännittyneisyyden lieventyminen. (Heikkilä 2001.)

Tulen tekemään projektiopinnäytetyöni Kokkolan Tervanpolttajan päiväkodin 5-vuotiaille lapsille. Pidän enimmäkseen jalkapalloon liittyviä interventioita, sillä siinä yhdistyvät erilaiset motoriset perustaidot ja sosiaaliset taidot, koska jalkapallo on joukkuelaji. Interventiot sisältävät mm. motoriikkaa, ketteryyttä sekä kehon hallintaa parantavia harjoituksia. Järjestän liikuntainterventioiden lisäksi päiväkotien välisen jalkapalloturnauksen, joka on hyvä päätös projektille. Projektini tarkoituksena on tukea lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja järjestämällä suurimmaksi osin jalkapalloon liittyviä liikuntainterventioita. Samalla tuen sitä, miten liikunta vaikuttaa monipuolisesti lapsen motoriseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin. Interventiot ovat fyysisiä, mutta interventioihin liittyy myös sosiaalisuutta, sillä lapset liikkuvat ryhmässä ja samalla kehittävät vuorovaikutustaitojaan. Fyysinen liikunta tukee myös psyykkistä hyvinvointia.

1. PROJEKTIN KUVAUS JA TAVOITTEET

Järjestän Tervanpolttajan päiväkodin 5-vuotiaille lapsille jalkapalloon liittyviä liikuntainterventioita kolmen kuukauden aikana viikon välein, alkaen maaliskuusta 2011. Projektin päätöksenä on päiväkotien välinen pienimuotoinen jalkapalloturnaus, johon osallistuvat Hakalahden ja Nahkurin päiväkodeista 5-vuotiaiden ryhmä sekä mahdollisesti Hakalahden kielikylpyviiskareiden ryhmä. Järjestän interventioita vain yhden päiväkodin 5-vuotiaille lapsille, sillä teen yksin opinnäytetyön eli resurssini eivät riitä kuin yhdelle päiväkodille interventioiden ohjaamiseen. Jalkapalloturnaukseen osallistuvat muut päiväkodit valmistautuvat itsenäisesti jalkapalloturnaukseen.

Interventiot sisältävät jalkapalloon liittyviä harjoituksia. Rajasin liikuntalajiksi jalkapallon, koska se on monipuolista liikuntaa ja sitä voi pelata sekä kesällä että talvella. Jalkapallo on monipuolista liikuntaa, sillä siinä yhdistyvät erilaiset motoriset perustaidot. Pelaamme jalkapalloa, futsalia, talvella hankipalloa sekä teemme erilaisia nopeusharjoituksia. Interventioissa on myös tavoitteena ryhmässä liikkumisen oppiminen, parin kanssa työskentely sekä yleisesti kehon hallinta ja ketteryys. Joten interventiot sisältävät lisäksi muitakin harjoitteita kuin jalkapallon peluun. Interventiot kestävivät kerralla noin tunnin ajan. Lisäksi teen yhteistyötä jalkapalloseura KPV:n kanssa, josta tulisi muutamalle interventiokerralle oikea jalkapalloilija kertomaan lapsille jalkapallosta sekä samalla opastamaan meitä.

Ryhmäkoko on 10-12 lasta. Jos lapsiryhmässä tulee olemaan erityislapsia niin ryhmäkoko on silloin 8 lasta. Projektin alkuvaiheessa valitsemme yhdessä Tervanpolttajan päiväkodin ohjaajan kanssa lapset interventioihin. Jos käy niin, että innokkaita lapsia on enemmän kuin 15, niin suoritamme valinnan oikeudenmukaisesti arpomalla.

Projektini tavoitteena on tukea liikunnan vaikutusta 5-vuotiaan lapsen motoriseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin. Pohjaudun projektissani Thelenin ym. kehittämään dynaamisten systeemien teoriaan, joka perustuu Bernsteinin (1967) ajatuksiin siitä, että koordinoitujen liikkeiden tuottaminen edellyttää useiden lihasten, hermoston sekä nivelien saumatonta yhteistyötä. Lisäksi ympäristöllä on suuri vaikutus lasten motoriseen kehitykseen. (Numminen 2005, 96-97.)

Yksi projektini päätavoitteista on se, että projektin malli jää käyttöön työkentälle. Jatkossa päiväkodit voisivat tehdä yhteistyötä yhdessä jalkapalloseura KPV:n kanssa ja näin innostaa lapsia liikkumaan ja harrastamaan liikuntaa. Myös päiväkotien välinen yhteistyö lisääntyy ja mm. yhteisten turnausten tai tapahtumien järjestäminen on helpompaa.

Lisäksi minulla on henkilökohtaisia tavoitteita projektissa. Tavoitteenani on, että ryhmänohjaustaitoni kehittyvät. Huomioin myös ryhmän ikäluokan ohjaustilanteissa, sillä 5-vuotiaat lapset ovat jo hieman enemmän kiinnostuneita pelien säännöistä kuin nuoremmat lapset ja 5-vuotiaat ymmärtävät ohjeita paremmin. Yksi tavoitteeni on myös omaksua projektityöskentelyä.

1.1 Tulosten määrittely

Tuloksia määrittelen päiväkirjan avulla jokaisen interventiokerran jälkeen. Kirjaan vapaasti lapsista tekemäni havainnot ylös päiväkirjaan. Joillakin interventiokerroilla pyydän päiväkodin henkilökuntaa kirjaamaan havaintoja, kun olen itse aktiivisena ryhmän jäsenenä liikuntainterventiossa. Havannoin lasten sosiaalisia taitoja sekä motoristen taitojen kehittymistä. Kehittymistä mittaan vapaan havainnoinnin ja erilaisten liikuntaharjoitusten avulla. Liikuntataidot kehittyvät harjoitusten ja toistojen avulla. Projektin alussa teen lapsille Sorosen Kieputellen-kirjasta liikkumisen havainnointitestin, saman testin teen projektin päättyessä. Tulosten yhteenvedosta huomaa, ovatko interventiot

vaikuttaneet lasten hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti. Lisäksi pyydän työelämäohjaajaa arvioimaan ryhmänohjaustaitojani sekä teen itsearviointia.

Käsitteinä teoriaosuudessa ovat mm. motorinen kehitys ja liikuntakasvatus. Interventiot sisältävät liikunnallisia harjoituksia, jotka tukevat lasten motorista kehitystä. Käsite liikuntakasvatus näkyy interventioissa monipuolisena ja vaihtelevana liikuntana. Interventiot ovat lisäksi lapsilähtöisiä eli liikuntakasvatus on siltäkin osin huomioitu. Liikuntakasvatuksessa ohjaajalla on keskeinen rooli, joten henkilökohtainen tavoitteeni ryhmänohjaustaitojen kehittymisessä liittyy liikuntakasvatukseen.

1.2 Lainsäädäntö

Opinnäytetyösopimuksen teen työelämäohjaajan kanssa, eli Tervanpolttajan päiväkodin työntekijän kanssa. Todennäköisesti teen opinnäytetyösopimuksen Marianne Haasalan kanssa, joka on ollut työelämäkontaktina Tervanpolttajan päiväkodilta.

Projektiani ohjaa opiskelun ohjausta koskeva lainsäädäntö, sosiaalityötä koskeva lainsäädäntö, liikuntalaki sekä valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet.

Liikuntalaki (1054/1998) edistää kilpa- ja huippu-urheilua, liikuntaa sekä niihin liittyvää kansalaistoimintaa, edistää väestön terveyttä ja hyvinvointia sekä tukee liikunnan avulla lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä. Lisäksi tarkoituksena on edistää suvaitsevaisuutta ja tasa-arvoa liikunnan avulla sekä tukea ympäristön kestävästä kehitystä ja kulttuurien monipuolisuutta. Tulevassa opinnäytetyössäni tuen liikunnan kokonaisvaltaista vaikutusta lasten hyvinvointiin.

Opiskelun ohjausta koskevaan lainsäädäntöön kuuluu asetus ammattikorkeakouluopinnoista (256/1995). Asetuksessa mainitaan, että opinnäytetyön tavoitteena on osoittaa ja kehittää opiskelijan valmiuksia soveltaa taitojaan ja tietojään ammattiopintoihin liittyvässä käytännön asiantuntijatehtävässä. Käytän valmiuksiani tulevana sosionomina opinnäytetyössäni.

Sosiaalityötä koskevaan lainsäädäntöön kuuluu laki sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista (272/2005) tarkoittaa, että sosiaalihuollon asiakkaalla on oikeus saada laadultaan hyvää sosiaalihoitoa ja kohtelua sekä ammatillinen henkilöstö on perehtynyt ja heillä on tarvittava koulutus. Olen perehtynyt projektissani liikuntakasvatukseen ja siihen, miten toimiva tuokio toteutuu. Kohtelen opinnäytetyöhöni liittyviä lapsia hyvin ja tasavertaisesti.

Lisäksi laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (812/2000) on tärkeä. Lain tarkoituksena on edistää asiakassuhteen luottamuksellisuutta ja asiakaslähtöisyyttä sekä asiakkaan oikeutta hyvään palveluun ja kohteluun. Interventioissa toimin lapsilähtöisesti. Otan myös lasten toivomukset huomioon. Koska asiakkaani ovat viisivuotiaita, niin heitä koskee lain kymmenes pykälä, alaikäisen asiakkaan asema. Pykälässä kerrotaan, kuinka alaikäisenkin asiakkaan toiveet ja mielipiteet on otettava huomioon hänen ikänsä ja kehitystasonsa huomioiden.

Sosiaalihuoltolaki (710/1982) liittyy myös projektiini. Sosiaalihuoltolaki velvoittaa kuntia järjestämään sosiaalipalveluja, mm. päiväkodit kuuluvat näihin palveluihin. Projektiini liittyy lähinnä Tervanpoltajan päiväkotit, mutta myös Hakalahden ja Nahkurin päiväkodit.

Valtakunnallisen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat varhaiskasvatuksen laatua, sisältöä ja kuntien varhaiskasvatussuunnitelmien laatimista. Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää lapsen kehitystä, kasvua ja oppimista. Säännöllisellä ja ohjatulla liikunnalla on suuri ja tärkeä merkitys lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle, hyvinvoinnille

sekä motoriselle oppimiselle. Projektini liittyy liikkumiseen ja tuen liikunnan avulla lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Projektini kytkeytyy varhaiskasvatuksen orientaatioista luonnontieteelliseen orientaatioon, sillä tästä orientaatiosta on yhteydet ennen kaikkea ympäristö- ja luonnontiedon, mutta myös fyysisen ja motorisen kehityksen sekä terveyden sisältöalueisiin. (Stakes 2005.)

2. PROJEKTIORGANISAATIO

2.1 Projektin yhteistyötahot

Projektini pääyhteistyötahoina ovat Tervanpolttajan päiväkotit, Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulu sekä paikallinen jalkapalloseura KPV. Lisäksi Nahkurin ja Hakalahden päiväkodit ovat turnauksen myötä yhteistyötahoja, niin kuin Citymarket. Myös Kokkola-lehti on turnauksessa mukana.

Tervanpolttajan päiväkodin 5-vuotiaille lapsille pidän interventiokerrat. Lisäksi Tervanpolttajan päiväkodilta on työelämäohjaaja. Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulu on opiskelupaikkani ja ohjaava opettaja on ammattikorkeakoulusta. Jalkapalloseura KPV:ltä tulee muutamalle interventiokerralle edustaja, joka antaa interventioihin asiantuntijatietoa. Nahkurin ja Hakalahden päiväkodit osallistuvat turnaukseen omilla ryhmillään. Citymarkettia kysyn sponsoriksi projektiini. Kokkola-lehteä kysyn tekemään turnauksesta lehtijuttua.

2.2 Projektin toteutus

Projektin toteuttajana toimii opinnäytetyöntekijä Heini Tuura, työelämäohjaaja sekä asiantuntijatukena jalkapalloseura KPV:n pelaaja. Opinnäytetyöntekijällä on päävastuu projektista. Projekti toteutetaan projektisuunnitelman mukaisesti.

2.3 Projektin ohjaus

Projektissani minua ohjaavat ohjaava opettaja sekä työelämäohjaaja.

3. PROJEKTIN TOTEUTUSSUUNNITELMA

3.1 Projektin tehtävät ja aikataulut

Työn tilaajan sain marraskuussa 2009. Olen sen jälkeen ollut yhteydessä työkentälle sähköpostitse ja puhelimitse, lisäksi olen käynyt tapaamisessa joulukuussa 2009 ja syyskuussa 2010. Tavoitteenani on saada projektisuunnitelma hyväksytyksi helmikuussa 2011. Interventiot alkavat maaliskuussa 2011 ja jatkuvat toukokuuhun 2011 saakka. Interventioita tapahtuu viikon välein. Aluksi ohjaan interventioissa itsenäisesti, mutta huhti-toukokuun vaihteessa käytän asiantuntijatukea, jalkapalloseura KPV:n pelaajaa. Toukokuussa on projektin käytännön osuuden päätös, joka on jalkapalloturnauksen muodossa.

Interventioiden aikana sekä interventioiden jälkeen, kesällä, kirjoitan teoriaosuutta käytännön osuuden lisäksi opinnäytetyöhön. Teoriaosuudessa keskeisiä käsitteitä ovat ryhmä, sosiaaliset taidot, liikuntakasvatus sekä motorinen kehitys. Pääkäsitteinä ovat sosiaaliset taidot ja motorinen kehitys .

3.2 Projektin työvaiheet ja –muodot

Interventioissa järjestän jalkapalloon liittyvää liikuntaa. Suunnittelen etukäteen interventioiden sisällöt. Ensimmäisellä interventiokerralla järjestän lähinnä tutustumiseen liittyviä leikkejä ja pelejä, sillä kyseessä on uusi ryhmä ja se on parempi sekä lapsille, että minulle kun kaikki tuntevat toisensa. Toisilla interventiokerroilla järjestän jo jalkapalloon liittyvää liikuntaa.

KPV:n jalkapalloseuran pelaajan kanssa suunnittelen ne interventiokerrat etukäteen, joissa hän on mukana. Olen ilmoittanut syyskuussa 2010 Hakalahden ja Nahkurin päiväkodeille sekä Hakalahden kielikylpyviiskareille tulevasta jalkapalloturnauksesta, jonka järjestän toukokuussa 2011. Interventiot ja turnauksen toteutan Tervanpolttajan päiväkodin pihalla. Toukokuussa 2011 soitan Kokkola-lehteen ja pyydän heitä tulemaan tekemään lehtijuttua jalkapalloturnauksesta. Tarkemman ajankohdan turnauksen järjestämiselle olen jo sopinut Tervanpolttajan, Nahkurin ja Hakalahden päiväkotien kanssa. Päivämäärä on 25.5. Kysyn KPV:n edustajaa tuomariksi jalkapalloturnaukseen.

TAULUKKO 1. Tavoitteet

	Asiakas- lapsi	Organisaatio- yksikkö ja VaSu	Interventiot	Sosionomi- Heini Tuura
Tulostavoite	Lapsen motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla.	Varhaiskasvatuksen liikuntasuosittukset toteutuvat interventioiden myötä. Eli lapsi liikkuu vähintään 2 tuntia/vrk monipuolisesti ja vaihtelevasti.	Liikunnan monipuolinen vaikutus lasten motoriseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin.	Valmis opinnäytetyö
Pedagogiset tavoitteet	Lapsi oppii liikkumaan	Yhteistyö muiden päiväkotien välillä kehitty	Lapset kehittyvät motorisissa taidoissa ja	Ryhmänohjaustaidot kehittyvät

	yksin ja ryhmässä.	ja liikunnallista osuutta on enemmän.	oppivat ryhmässä toimimisen taitoja sekä saavat myönteisiä kokemuksia liikkumiseen.	
Toiminnan tavoitteet	Liikunnan kautta lasten sosiaaliset ja motoriset taidot kehittyvät.	Projektin malli jää käyttöön työkentälle.	Interventiot sisältävät monipuolisia liikuntaharjoituksia, jotka tukevat lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja.	Projektityöskentelyn omaksuminen

3.3 Projektin potentiaaliset ongelmat ja riskit

TAULUKKO 2. Projektin potentiaaliset ongelmat ja riskit

ONGELMA	RATKAISU
Oma sairastuminen	Intervention siirtäminen toiseen ajankohtaan
KPV:n edustajan sairastuminen	Pidän itse intervention
Kaikki ryhmän jäsenet eivät ole paikalla	Järjestän intervention, mutta jos tarve vaatii, niin järjestän toisen intervention muuna ajankohtana
Jalkapalloturnaus sattuu sadepäivälle	Ilmoitan vanhemmille, että lasten vaatetus sään mukaan. Sade ei haittaa.
Aikataulun viivästyminen ja ohjauksen puuttuminen opettajan työloman vuoksi	Uusien aikataulujen sopiminen työkentän kanssa ja toisen opettajan ohjauksessa käyminen

4. PROJEKTIBUDJETTI

TAULUKKO 3. Kustannusarvio

MENOT	TULOT
	Materiaalit interventioihin saan ilmaiseksi Tervanpolttajan päiväkodilta, turnaukseen kysyn KPV:ltä jalkapallomaalit. +/- 0 e
	Tilat, joissa järjestän interventiot ja turnauksen ovat ilmaiset. +/- 0 e
	KPV:n edustaja pitää kanssani interventioita ilmaiseksi. +/- 0 e
Matkakustannukset työharjoittelun aikana toiselta paikkakunnalta 50e	Kysyn Citymarkettia sponsoroimaan turnaukseen pillimehut ja munkit. +/- 0 e
Oma aika. 4100 e	

Projektin kokonaisbudjetti 4150 euroa.

Materiaalit interventioihin ja tilat interventioiden pitämiseen saan ilmaiseksi Tervanpolttajan päiväkodilta. KPV:n edustaja tulee pitämään kanssani interventioita ilmaiseksi, sillä projektiin osallistuessaan he saavat myös hyvää mainosta.

Turnauspäivään kysyn Citymarkettia sponsoroimaan pillimehut ja munkit, tms. vastaavat pienet eväät. Jollei se onnistu, niin järjestän päiväkodin kanssa jotain pientä tarjottavaa turnaukseen osallistuville.

Ainoat menoeräni projektissani ovat oma aikani, jonka käytän projektiopinnäytetyöhöni sekä matkakustannukset työharjoittelun ajalta, sillä olen toisella paikkakunnalla työharjoittelussa. Matkustan omalla autolla viiden viikon ajan kerran viikossa Kokkolaan pitämään intervention.

5. OHJAUSSUUNNITELMA

Ohjauspalaverit työelämän ohjaajan ja ohjaavan opettajan kanssa. Lisäksi mahdolliset kokoukset Tervanpolttajan päiväkodin henkilökunnan ja KPV:n edustajan kanssa. Opinnäytetyöohjauksessa käyminen projektin edetessä.

5.1 Projektin tiedottaminen ja dokumentointi

Projektiopinnäytetyöstäni olen jo tiedottanut KPV:lle ja he osallistuvat projektiini. Lisäksi olen tiedottanut varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsbergille jo joulukuussa 2009 tulevasta opinnäytetyöstäni. Toukokuussa 2011 tiedotan Kokkola-lehdelle, että järjestän jalkapalloturnauksen ja pyydän heitä tulemaan tekemään lehtijutun tapahtumasta. Työelämän ohjaajalleni sekä opettajalle tiedotan projektini vaiheita säännöllisin väliajoin.

Projektini aikana pidän projektipäiväkirjaa, johon kirjaan interventioiden sisällöt ja lasten ryhmässä toimimisen taidot ja motoristen perustaitojen kehittymisen. Kirjoitan myös teoriaosuutta käytännön osuuden aikana sekä käytännön osuuden jälkeen.

5.2 Projektin raportointi

Teen projektiopinnäytetyöstäni alku-, väli- ja loppuraportoinnin. Projektisuunnitelma on alkuraportti. Väliraportteja teen usein kun olen yhteydessä työelämän kentälle sekä ohjaavaan opettajaan. Loppuraportointi alkaa jalkapalloturnauksen jälkeen kun käytännön osuus on tehty. Lopullinen raportointi on projektiopinnäytetyö. Tavoitteenani on omaksua projektityöskentely ja raportointi kuuluu projektityöskentelyyn.

6. KIRJALLISUUS

Liikunnallisia projektioinnäytetöitä on tehty ennenkin. Koska rajasin liikuntalajiksi jalkapallon, niin saan projektista todella yhtenäisen. Lisäksi teen yhteistyötä jalkapalloseuran kanssa, joten asiantuntijuuttakin interventioihin tulee lisää. Tavoitteenani on kuitenkin tukea 5-vuotiaiden lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja liikunnan avulla.

Projektioinnäytetyössäni on kirjallisuutta keskeisistä käsitteistä, joita ovat ryhmä, liikuntakasvatus, motorinen kehitys sekä sosiaaliset taidot. Lisäksi tärkeää kirjallisuutta ovat projektihallintaan ja opinnäytetyöhön liittyvä kirjallisuus.

Motorinen kehitys ja sosiaaliset taidot ovat työni pääkäsitteet. Ne ovat laajoja käsitteitä, joten tulen opinnäytetyössäni rajaamaan käsitteet 5-vuotiaiden lasten motoriseen kehitykseen ja sosiaalisiin taitoihin.

Tavoitteena liikuntakasvatuksessa on valmiuksien antaminen lapselle liikkumalla oppia käsittelemään ja tuntemaan kanssaihmiä, omaa itseään sekä ympäristöään (Zimmer 2002, 121). Liikuntakasvatuksessa tärkeitä pedagogisia toiminnan suuntaviivoja ovat vapaaehtoisuus, lapsilähtöisyys, elämyksellisyys, omatoimisuus, avoimuus sekä päätäntämahdollisuus (Zimmer 2002, 122). Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen tulee olla monipuolista, tavoitteellista ja lapsilähtöistä.

Ensisijaisesti liikuntakasvatuksen tavoitteena on edistää lasten fyysistä ja motorista kehitystä ja sen lisäksi tukea muuta oppimista ja kehitystä. Liikunnan avulla voidaan vaikuttaa mm. lapsen sosiaalisuuden kehittymiseen. (Karvonen 2003, 96.)

Projektini interventiot toteutan varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen perustein. Interventiot ovat vapaaehtoisia, ketään ei pakoteta tuokioihin. Interventiot ovat myös lapsilähtöisiä, olen huomionnut interventioiden suunnittelussa lasten iän ja kehitystason, mitä heidän on mahdollista oppia ja mitä taitoja 5-vuotiaan on hyvä kehittää. Lisäksi huomioin lasten toiveet ja mielipiteet tuokioiden suunnittelussa. Interventiot tulevat olemaan monipuolisia ja jokaisella interventiokerralla on tavoitteet. Liikuntakasvatuksen mukaisesti interventioissa lapset oppivat myös huomioimaan muita.

Liikuntakasvatuksessa havainnoidaan lasten liikkumista. 5-vuotiaat lapset kuuluvat 3-6-vuotiaiden lasten ryhmään, jolloin liikkumisessa havainnoitavia asioita ovat havaintomotoriset, motoriset sekä sosiaaliset taidot. Havaintomotoriset taidot tarkoittavat esimerkiksi sitä, että osaako lapsi jäljitellä mallia ja osaako lapsi liikkua musiikin tai rytmin tahtiin. Motorisissa taidoissa havainnoidaan mm. sitä, millainen tasapaino lapsella on, onko lapsen liikkuminen sujuvaa sekä millaiset ovat lapsen käsittelytaidot – esimerkiksi osaako lapsi potkaista liikkuvaa palloa, jne. Sosiaalisissa taidoissa havainnoidaan sitä, miten lapsi suhtautuu itseensä ja omaan osaamiseensa, miten lapsi suhtautuu muihin lapsiin, osaako lapsi työskennellä yhdessä muiden kanssa ja auttaako lapsi muita. Interventioissa havainnoin kaikkia näitä asioita. (Nuori Suomi & ym.)

Liikunta ylläpitää ja kehittää henkistä ja fyysistä terveyttä. Liikunta myös ehkäisee lukuisia sairauksia kuten masennusta, osteoporoosia, kakkostyypin diabetesta sekä korkeaa verenpainetta. Liikunnan avulla yleinen elämänlaatu paranee paremman terveyden ja psyykkisen hyvinvoinnin myötä. (THL 2009.)

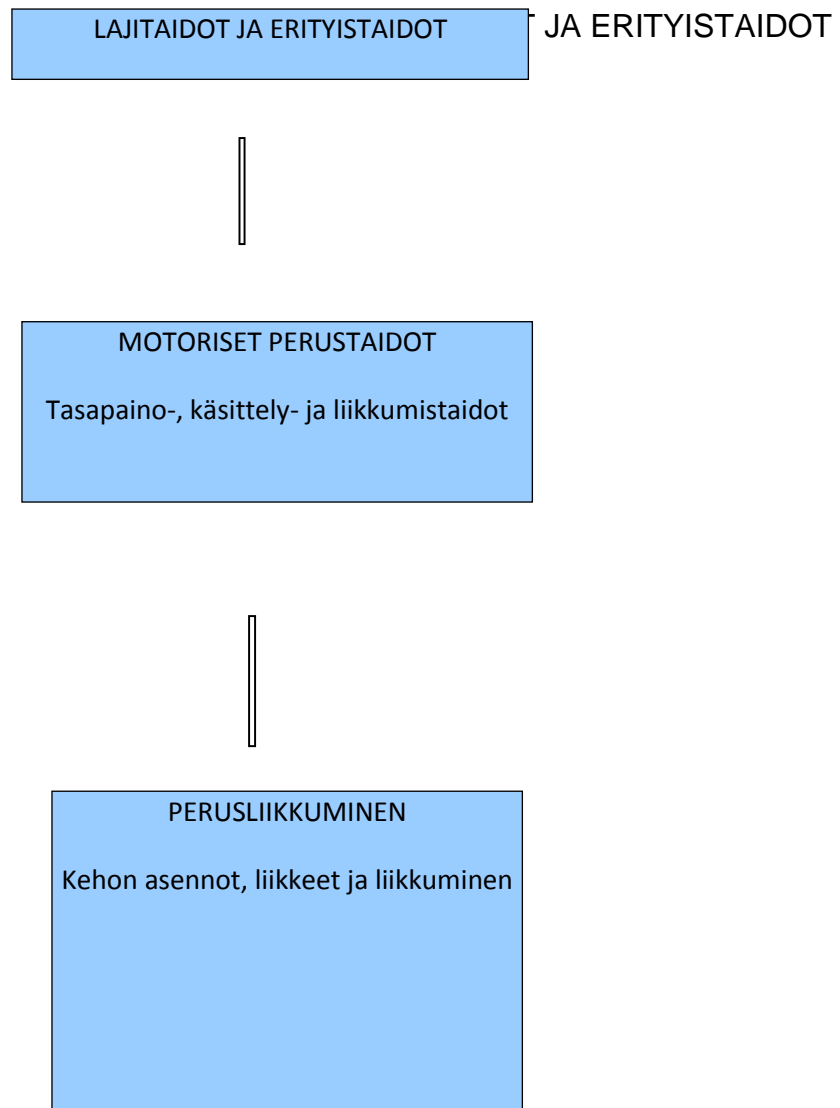
Alle kouluikäisen lapsen tulisi liikkua päivän aikana vähintään kaksi tuntia. Liikunnan tulisi olla mahdollisimman monipuolista ja liikunnan tulisi tapahtua erilaisissa ympäristöissä kehittääkseen motorisia taitoja. Liikunnan monipuolisuudessa huomioidaan lapsen ikä. Järjestämäni interventiot ovat monipuolisia ja ne kehittävät lasten liikkumistaitoja. Liikunta vaikuttaa merkittävästi lasten eri osa-alueiden kokonaisvaltainen kehittymiseen. (THL 2009.)

Ryhmän tunnusmerkkejä ovat mm. ryhmän tarkoitus, säännöt, vuorovaikutus, roolit sekä koko. Ryhmällä on yhteinen tavoite, jonka ryhmä pyrkii saavuttamaan. (Kopakkala 2005, 36.) Ryhmä projektissani tarkoittaa sitä ryhmää, joka interventioissa on mukana. Minä ja interventioihin osallistuvat lapset muodostamme ryhmän, jolla on yhteinen päämäärä – motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla, projektissani lähinnä jalkapalloon liittyvillä interventioilla. Viimeisillä interventiokerroilla ryhmäämme liittyy KPV:n edustaja, josta myös tulee loppuajaksi ryhmämme jäsen. Ryhmässämme on yhteiset säännöt, joista yhdessä sovimme ja joita sitten noudatamme. Ryhmässämme kokeilemme erilaisia rooleja erilaisten interventioiden liikunnallisten osuuksien avulla.

Motorinen kehitys on lihaksilla aikaansaatu tietoista toimintaa, joka sisältää motivaation, havaitsemisen ja suunnittelun. Motorinen kehitys ilmenee kehon muutoksina ja kehon eri osien toiminnoissa. (Numminen 2005, 94.) Motorinen kehitys tarkoittaa myös niitä progressiivisia muutoksia lapsen motorisissa toiminnoissa, jotka muodostuvat ympäristön ja lapsen välisestä vuorovaikutuksesta (Numminen 1997, 11).

Lapsen motorinen kehitys noudattaa hermostollista kehitystä. Motoriset perustaidot kehittyvät ensin. Motorisilla perustaidoilla tarkoitetaan kahden tai useamman segmentin (vartalon ja raajojen osien) järjestynyttä liikkeiden ryhmää. Motoristen perustaitojen perustana ovat tasapaino-, käsittely- ja liikkumistaidot. Nämä motoriset perustaidot luovat perustan lajitaitojen oppimiselle. (Numminen 1997, 24.)

KUVIO 1. Lajitaitojen muodostuminen (Numminen 2005, 146.)



LÄHTEET

Finlex. Asetus ammattikorkeakouluopinnoista 3.3.1995/256. Www-dokumentti.

Saatavissa:

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1995/19950256?search\[type\]=pika&search\[pika\]=opiskel*](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1995/19950256?search[type]=pika&search[pika]=opiskel*)

Luettu 14.2.2011

Finlex. Laki sosiaalihuollon ammatillisen henkilöstön kelpoisuusvaatimuksista 29.4.2005/272. Www-dokumentti. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2005/20050272>

Luettu 14.2.2011

Finlex. Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812.

Www-dokumentti. Saatavissa:

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812?search\[type\]=pika&search\[pika\]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812?search[type]=pika&search[pika]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista)

Luettu 18.1.2011

Finlex. Liikuntalaki 18.12.1998/1054. Www-dokumentti. Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19981054>

Luettu 14.2.2011

Finlex. Sosiaalihuoltolaki 17.9.1982/710. Www-dokumentti. Saatavissa:

[http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820710?search\[type\]=pika&search\[pika\]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista](http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1982/19820710?search[type]=pika&search[pika]=laki%20sosiaalihuollon%20asiakkaan%20asemasta%20ja%20oikeuksista)

Luettu 14.2.2011

Päivi Heikkilä. 2001. Liikunta ja terveys: Monivalintatestin laadinta.

Liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma. Www-dokumentti. Saatavissa:

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9664/paivihe.pdf?sequence=1>

Luettu 14.2.2011

Susanna Iivonen. 2008. Early Steps- liikuntaohjelman yhteydet 4-5-vuotiaiden päiväkotilasten motoristen perustaitojen kehitykseen. Pro gradu-tutkielma.

Jyväskylän yliopisto. Www-dokumentti. Saatavissa:

<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/19401/9789513934484.pdf?se>

Luettu 14.2.2011

Aku Kopakkala. 2005. Porukka, jengi, tiimi – ryhmädynamiikka ja siihen vaikuttaminen. Helsinki: Edita Prima Oy

Pirkko Numminen. 1997. 3.painos. Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy

Pirkko Numminen. 2005. Avaa ovi lapsen maailmaan. Kysellään, ihmetellään ja liikutaan yhdessä. Tampere: Pilot-kustannus Oy

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

Varhaiskasvatuksen liikuntasuositukset. Www-dokumentti. Saatavissa:

http://www.nuorisuomi.fi/files/ns/julkaisut/varhaiskasliiksuo_2005.pdf

Luettu 14.2.2011

Stakes – Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. 2005.
Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Www-dokumentti. Saatavissa:
<http://varttua.stakes.fi/NR/rdonlyres/DD04983E-D154-4FE4-90A1-E2690175BE26/0/vasu.pdf>

Luettu 14.2.2011

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2009. Liikunta. Www-dokumentti. Saatavissa:
http://www.ktl.fi/portal/suomi/tietoa_terveydesta/elintavat/liikunta/

Luettu 14.2.2011

THL (entinen Stakes). 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Saarijärvi:
Gummerus Kirjapaino Oy

Renate Zimmer. 2002. 2.painos. Liikuntakasvatuksen käsikirja.

Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Helsinki: LK-KIRJAT

LIITE 1**Interventiot****7.3.2011. klo. 9.00-10.00**

Ensimmäinen interventiokerta. Tavoitteena on tutustuminen ja projektista kertominen lapsille. Toteutus: tutustumisleikkejä, itseni esittely ja projektista kertominen, lasten toiveet. Arviointi: varmistan, että lapset ymmärtävät projektin olevan muutaman kuukauden mittainen ja mitä tulevat tuokiot tulevat pitämään sisällään. Lapsilla on mahdollisuus esittää kysymyksiä, jos jokin jäi mietityttämään. Havainnoin sitä, miten lapset ottavat minut vastaan. Kirjoitan havainnointipäiväkirjaa.

14.3.2011. klo. 9.00-10.00

Toinen interventiokerta. Tavoite: lasten liikkumisen havainnoiminen, eli millainen on lasten liikuntataito, kehon hallinta, ketteryys, motoriset taidot, yms. Toteutus: (Soronen 1999) Kieputellen – liikuntatuokioita varhaiskasvatukseen sekä esi- ja alkuopetukseen. - kirjan liikkumisen havainnoimisen testit. Testissä havainnoidaan perusmotorisia taitoja. Arviointi: kirjan havainnointilomake. (Liite 2) Lisäksi pidän havainnointipäiväkirjaa.

21.3.2011. klo. 9.00-10.00

Kolmas interventiokerta. Tavoite: perusmotoristen taitojen harjoittaminen eri nopeuksilla ja eri tasoissa sekä kehon hallinnan parantaminen. Toteutus: taitorata, jossa harjoitetaan perusmotorisia taitoja ja kehon hallintaa. Arviointi: havainnoin jokaisen lapsen perusmotoriset taidot ja kehon hallinnan, arvioin kehitettäviä asioita. Motorisilla perustaidoilla tarkoitan kahden tai useamman kehonosan liikkeiden muodostamia kokonaisuuksia. Näitä ovat esimerkiksi juokseminen, hyppääminen, potkaiseminen, heittäminen, kiinniottaminen ja lyöminen (Iivonen 2008). Kirjaan itse intervention aikana ja

jälkeen vapaasti havaintoja havainnointipäiväkirjaan, päiväkodin henkilökunta myös kirjaa havaintoja ja vertailemme niitä yhdessä.

28.3.2011. klo. 9.00-10.00

Neljäs interventiokerta. Tavoite: kehon hallinnan ja ketteryyden kehittäminen. Toteutus: taitorata, jossa harjoitetaan kehon hallintaa ja ketteryyttä. Arviointi: havainnoin jokaisen lapsen kehon hallinnan taidot ja ketteryyden, arvioin kehitettäviä asioita. Kirjaan itse intervention aikana ja jälkeen vapaasti havaintoja havainnointipäiväkirjaan, päiväkodin henkilökunta myös kirjaa havaintoja ja vertailemme niitä yhdessä.

4.4.2011. klo.9.00-10.00

Viides interventiokerta. Tavoite: ryhmätoiminnassa ja parin kanssa toimimisessa kehittyminen. Toteutus: ryhmä-, eli joukkuepelit ja parin kanssa tehtävät liikuntasuoritukset. Arviointi: havainnoin jokaisen lapsen ryhmässä toimimisen ja parin kanssa toimimisen taitoja, arvioin kehitettäviä asioita. Kirjaan vapaasti havainnot havainnointipäiväkirjaan, tällä interventiokerralla olen enemmän tarkkaileva havainnoitsija.

11.4.2011. klo.9.00-10.00

Kuudes interventiokerta. Tavoite: tutustuminen jalkapalloon. Toteutus: kerron lapsille jalkapallosta, kyselen heiltä, että mitä tietävät entuudestaan. Pelaamme jalkapalloa. Arviointi: havainnoin, mitä lapset tietävät jalkapallosta, että tiedän KPV:n edustajan kanssa miettiä minkälaisia harjoituksia teemme. Havainnoin myös sitä miten lapset pelaavat, omivatko he pallon vai syöttelevätkö. Pidän havainnointipäiväkirjaa.

18.4.2011. klo.9.00-10.00

Seitsemäs interventtiokerta. Tavoite: pallon hallussapidon ja hallinnan parantaminen. Toteutus: erilaisia pallon kanssa tehtäviä harjoituksia. Arviointi: havainnoin jokaisen lapsen pallon hallussapitotaidot, arvioin kehitettäviä asioita. Kirjaan itse intervention aikana ja jälkeen vapaasti havaintoja havainnointipäiväkirjaan, päiväkodin henkilökunta myös kirjaa havaintoja ja vertailemme niitä yhdessä.

25.4.2011. klo.9.00-10.00

Kahdeksas interventtiokerta. Tavoite: pallon syöttelyn opettelu, koordinaation vahvistaminen. Toteutus: syöttelyharjoituksia. Arviointi: havainnoin jokaisen lapsen pallon syöttelytaidot, syöttelevätkö lapset lainkaan. Korostan sitä, että jalkapallo on joukkuepeli. Pidän havainnointipäiväkirjaa.

2.5.2011. klo.9.00-10.00

Yhdeksäs interventtiokerta. KPV:n edustaja paikalla. Tavoite: tutustutaan KPV:n edustajaan ja kuuntelemme mitä hän kertoo jalkapallosta. Toteutus: erilaiset jalkapalloon liittyvät harjoitukset ja tutustumisleikki. Arviointi: havainnoin sitä, miten lapset suhtautuvat jalkapallonpelaajaan ja kuuntelevatko he häntä. Tällä interventtiokerralla olen enemmän tarkkaileva havainnoitsija. Kysyn intervention jälkeen mitä lapset oppivat.

9.5.2011. klo.9.00-10.00

Kymmenes interventtiokerta. KPV:n edustaja paikalla. Tavoite: jalkapallon pelaamisen taidot kehittyvät. Toteutus: jalkapallon pelaaminen, jokainen lapsi saa kokeilla eri pelaajarooleja – hyökkääjä/puolustaja/maalivahti. Arviointi: havainnoimme yhdessä KPV:n edustajan kanssa lasten taitoja eri pelaajarooleissa. Pidän havainnointipäiväkirjaa.

16.5.2011. klo.9.00-10.00

Yhdestoista interventiokerta. KPV:n edustaja paikalla. Tavoite: jalkapallon pelaaminen sujuu. Lisäksi liikkumisen havainnoiminen – kehon hallinta, ketteryys, yms. Toteutus: jalkapallon pelaaminen, pyritään pelata siten kuin tulevassa turnauksessa pelaisimme. Liikkumisen havainnoimiseen samat testit kuin toisella interventiokerralla. Arviointi: havainnoimme lasten jalkapallon pelaamista. Täytän saman havainnointilomakkeen liikkumisesta kuin toisellakin interventiokerralla, havainnoin onko kehitystä tapahtunut. Pidän havainnointipäiväkirjaa.

25.5.2011. klo.9.00-10.00

Kahdestoista interventiokerta. Lopputurnaus. Tavoite: pelata jalkapalloturnaus interventioista saaduilla taidoilla. Toteutus: jalkapallopelit toisia ryhmiä vastaan. Arviointi: havainnoin miten lapset ovat kehittyneet. Kirjaan itse intervention aikana ja jälkeen vapaasti havaintoja havainnointipäiväkirjaan, päiväkodin henkilökunta myös kirjaa havaintoja ja vertailemme niitä yhdessä. Kaikki pelaajat palkitaan. Turnauksesta otetaan valokuvia.

Opinnäytetyön tekijä/t Heini Tuura	Aloituspäivämäärä 22.02.2011
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma	Yksikkö Hyvinvoinnin ja kulttuurin yksikkö
Koulutusohjelman yliopettaja Pirjo Forss-Pennanen	Ehdotus opinnäytetyön ohjaajaksi Anne Jaakonaho
Opinnäytetyön työnimi (aihe) 5-vuotiaan lapsen motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla. Liikuntainterventiot Tervanpolttajan päiväkodilla.	
Tutkimusongelma/kehittämistehtävä Motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukeminen liikunnan avulla.	
Opinnäytetyön tavoite ja rajaus/tutkimustulokset Liikuntainterventioiden avulla lasten sosiaaliset taidot ja motorinen kehitys kehittyvät.	

Opinnäytetyön alustava aikataulu (pvm:t kuukauden tarkkuudella)

Aloituspalaveri (ohjaaja, työn tekijä, työelämäohjaaja) [Joulukuu 2010]

Toteutussuunnitelman esittäminen [Joulukuu 2010]

Väliraportointi [Tammikuu 2011]

Ohjaajan tarkastus ja/tai loppupalaveri [Toukokuu 2011]

Opinnäytetyön hyväksyttäväksi jättäminen [Syyskuu 2011]

Opinnäytetyön seminaariesitys [Marraskuu 2011]

Kypsyyskoe [Marraskuu 2011]

Toimeksiantajan yhteystiedot (yritys, yhteyshenkilön nimi, osoite, puhelin, sähköposti)

Kokkolan kaupunki/ varhaiskasvatus

Rantakatu 16, 67100 Kokkola

Varhaiskasvatuskoordinaattori Satu Forsberg

satu.forsberg@kokkola.fi ,044-7809501

Tämä sopimus on laadittu kolmena kappaleena. Sopimuskappaleet toimitetaan opinnäytetyön tekijälle, toimeksiantajalle sekä työn ohjaajalle. Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulun opiskelija sitoutuu tekemään toimeksiantajan toimeksiannosta edellä mainitusta aiheesta opinnäytetyön joulukuuhun 2011 mennessä.

Toimeksiantaja sitoutuu antamaan opiskelijan käyttöön työssä tarvittavaa tietoa sekä arvioimaan opinnäytetyön valmistuttua sen hyödynnettävyyttä toiminnassaan. Toimeksiantaja maksaa materiaali-, postitus-, matka- ym. mahdolliset kulut laskun mukaan. Toimeksiantaja voi maksaa

opinnäytetyön tekijälle palkan.

Tämän sopimuksen osapuolet ovat velvolliset pitämään salassa kaiken, mitä he toimeksiannon yhteydessä ovat aaneet tietoonsa asioista, joita voidaan pitää toisen sopijapuolen liikesalaisuutena. Opinnäytetyö käydään läpi ammattikorkeakoulun opinnäytetyöseminaarissa ja se on julkinen asiakirja. Toimeksiantajan tulee erikseen pyytää työn salausta.

Ammattikorkeakoulu ei vastaa opinnäytetyön tekijän mahdollisesti aiheuttamasta haitasta tai vahingosta.

OPINNÄYTETYÖSOPIMUS

Päiväys

Kokkola 22.02.2011

Työelämäohjaajan allekirjoitus

Jatu Forsberg

Opiskelijan allekirjoitus

Heini Tuura

Opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus

[Handwritten signature]

KOKKOLAN KAUPUNKI


VIRANHALTIJAPÄÄTÖS

Sivistyskeskus

Varhaiskasvatuksen palvelujohtaja

08.03.2011

18 §

- Asia Tutkimuslupa-anomus / Varhaiskasvatus.
- Hakija Heini Tuura anoo tutkimuslupaa, tarkoituksenaan tutkia motorisen kehityksen ja sosiaalisten taitojen tukemista liikunnan avulla. Kohde-ryhmänä on Tervanpolttajan päiväkodin 5-vuotiaat lapset. Aineiston keruun arvioitu ajankohta 7.3.-25.5.2011. Hakija opiskelee Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulussa.
- Lupaehdot Kaikki osapuolet sitoutuvat noudattamaan tietosuojalaista ja salassapidosta annettuja ohjeita ja määräyksiä siltä osin kuin niitä tähän tutkimukseen liittyy.
- Tutkimukseen liittyvistä käytännön järjestelyistä sovitaan päiväkodin johtajan/varhaiskasvatuksen palvelupäällikkö Eeva Harjun kanssa.
- Tutkielmasta toimitetaan maksuttomasti yksi kappale Kokkolan kaupunki/Sivistystoimi/Varhaiskasvatus/Tuija Säilynoja, Rantakatu 16, 67100 Kokkola.
- Päätös Myönnän tutkimusluvan Heini Tuuralle anomuksen mukaisesti.
- Päiväys ja allekirjoitus 08.03.2011
-  KOKKOLAN KAUPUNKI
Sivistyskeskus
Varhaiskasvatuspalvelut
KARLEBY STAD
Bilddningscentralen
Service för småbarnsfostran
- Varhaiskasvatuksen palvelujohtaja
- Liite Tutkimuslupa-anomus
- Jakelu Hakija, Kai Kytölaakso, Satu Forsberg, Eeva Harju, Tuija Säilynoja

Hei!

Olen sosionomiopiskelija Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulusta. Teen projektiopinnäytetyön, jossa tuen liikunnan avulla lasten motorista kehitystä ja sosiaalisia taitoja. Projektiin osallistuu n. 10 5-vuotiasta lasta Tervanpoltajan päiväkodista, heille pidän kevättalvella tuokioita, joissa harjoitteleme erilaisia liikuntataitoja. Keväämmällä tuokiot liittyvät enemmän jalkapalloon. Olen saanut projektin yhteistyökumppaniksi jalkapalloseura KPV:n, josta tulee parille viimeiselle tuokiokerralle pelaaja pitämään kanssani liikuntatuokion ryhmälle. Projektin päätteeksi Tervanpolttajan päiväkodilla järjestetään leikkimielinen jalkapalloturnaus, johon osallistuvat Tervanpolttajan päiväkodin lisäksi Nahkurin ja Hakalahden päiväkodeista 5-vuotiaiden lasten ryhmät.

Ystävällisin terveisin: Heini Tuura

Projektiorganisaation yhteistyöpalaveri 26.5.2011

1. Millä tavoin liikuntatuokit tukivat lasten motorisia perustaitoja?

2. Millä tavoin liikuntatuokit tukivat lasten sosiaalisia taitoja?

3. Mitä kehitettävää liikuntatuokioissa olisi ollut?

4. Oliko projektini hyödyllinen? Olisiko tällaiselle toiminnalle tarvetta myös jatkossa?

5. Muuta?