



LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Lahti University of Applied Sciences

”HAAVEILEN, ETTÄ OLISIPA
ORIMATTILASSAKIN SELLAINEN
JÄÄHALLI.”

Alakoululaisten ajatuksia liikunnasta Orimattilassa

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen lapsi- ja nuorisotyö
Opinnäytetyö
Kevät 2012
Sallamaari Haverinen
AnnuriikkaPäärne

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

HAVERINEN, SALLAMAARI & PÄÄRNI, ANNURIIKKA: ”Haaveilen, että olisipa Orimattilassakin sellainen jäähalli.”
Alakoululaisten ajatuksia liikunnasta Orimattilassa

Sosiaalipedagogisen lapsi- ja nuorisotyön suuntautumisvaihtoehdon opinnäytetyö,
49 sivua, 9liitesivua

Kevät 2012

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyö sijoittui Orimattilaan, jossa aktiivisina toimijoina olivat alakoulun neljännen luokan oppilaat. Opinnäytetyössä pyrittiin saamaan lasten ääni kuuluviin terveystuottajien harrastajina Orimattilassa ja parantaa näin lasten asemaa itsenäisinä tiedontuottajina. Tavoitteena oli herättää lapset ja perheet ajattelemaan liikuntaa ja kuvata lasten ajatuksia Orimattilassa. Opinnäytetyö toteutettiin osana Terveystuottajien ääni -hanketta.

Teoriaosuudessa käsiteltiin lasten terveystuottajien ja liikuntatottumuksia sekä liikunnan myönteisiä vaikutuksia yksilön sosiaaliseen kasvuun ja kehitykseen. Tutkimuksessa käytettiin laadullista tutkimusotetta. Tutkimuksen aineisto kerättiin toiminnallisia menetelmiä apuna käyttäen. Menetelminä käytettiin kuvataidetoiminnan piirtämistä ja niiden pohjalta tehtyä sadutusta. Saatu aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysimenetelmällä.

Tuloksissa liikuntamuodot olivat keskeisessä osassa. Niiden ympärille rakentuivat ympäristöt, joissa liikuttiin ja henkilöt, joiden kanssa liikuttiin. Suosituimpina liikuntamuotoina lapset mainitsivat uinnin, laskettelun, jalkapallon ja ratsastuksen. Tutkimuksessa selvisi, että lapset halusivat liikkua enimmäkseen kavereiden kanssa. Lapset kuvasivat sekä kuvataidetoiminnassa että tarinoissa konkreettisia ja yksityiskohtaisia ajatuksia liikuntaympäristöistä.

Lapset kertoivat kuvataidetoiminnasta ja tarinoissaan tutuista ja tavallisista liikuntamuodoista, mutta niitä ei harrastettu urheiluseuroissa vaan vapaa-aikana kavereiden ja perheen kanssa. Liikunta ei siis ollut sidottuna tiettyyn aikaan ja paikkaan, vaan sitä harrastettiin vapaasti omalla vapaa-ajalla. Kuvissa ja tarinoissa kuvattiin myös paljon leikkiä ja hyötyliikuntaa, urheilulajien rinnalla. Kilpailu ei ollut suuressa roolissa tässä tutkimuksessa, vaan lapset kuvasivat haluaan nauttia liikunnan ilosta toisten kanssa yhdessä. Tämän tutkimuksen perusteella voidaan olettaa, että orimattilalaiset lapset ovat melko tyytyväisiä kaupunkinsa liikuntatarjontaan.

Avainsanat: lasten terveystuottaja, sosiaalipedagogiikka, Living Lab, sadutus

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services

HAVERINEN, SALLAMAARI & PÄÄRNI, ANNURIIKKA: "I wish there was such an icehall in Orimattila too."

Thoughts of primary school children about exercise in Orimattila

Bachelor's thesis in Social Pedagogy for Work with Children and Young People,
49pages, 9appendices

Spring 2012

ABSTRACT

The thesis took place in Orimattila, in which the primary school 4th grade students acted as active participants. The aim of the thesis was to get children's voices heard as health exercise devotees in Orimattila, thereby improving children's status as independent producers of knowledge. The intention was to wake the children and families to think about physical activity and to describe the children's ideas in Orimattila. The thesis was carried out as part of Terveysliikkujan ääni -project.

The theoretical part dealt with children's health exercise, exercise habits and the positive effects on individual's social growth and development of physical exercise. The study used a qualitative research approach. The data was collected using functional methods. The methods were drawing an artwork and a story that was told on the basis of the artwork. The received data was analyzed using material based content analysis method.

In the results of the study different forms of exercise had a key role. The environment of exercise and the company were linked to the forms of exercise. As the most popular forms of exercise the children mentioned swimming, skiing, soccer and riding a horse. The study indicated that most children wanted to exercise with their friends. Children described concrete and detailed ideas of physical environments in their artworks as well as in their stories.

Children told in their artworks and stories about familiar and ordinary forms of exercise. These were not practiced in sport clubs, but in free time with friends and family. Exercise was therefore not tied to a specific time and place, but it took place in their own free time. Artworks and stories described a lot of play and functional exercise, alongside sports. Competing didn't take a big role in this study, as the children described their desire to enjoy the glee of exercise together with others. Based on this study can be assumed that children in Orimattila are quite satisfied with the city's sports offerings.

Key words: children's health exercise, social pedagogy, storytelling, Living Lab

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	LASTEN LIIKUNTA	3
2.1	Lasten terveystoiminta	3
2.2	Lasten liikuntasuositukset	3
2.3	Lasten terveystoiminnan perusteet ja vaikutukset	4
2.4	Kouluikäisten liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat tekijät	5
2.5	Mikä lasta liikuttaa?	6
2.6	Aktiiviset ja passiiviset lapset	7
3	LIIKUNNAN SOSIAALINEN LUONNE	9
3.1	Liikunnan psykologiset ja sosiaaliset vaikutukset	9
3.2	Sosiaalipedagoginen näkökulma lapsen kasvuun ja kehitykseen	11
3.3	Lapsikeskeisyys	13
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	14
4.1	Tarkoitus ja tavoite	14
4.2	Kohti toteutusta	14
4.3	Käytetyt menetelmät	15
4.3.1	Living Lab -toimintamalli	16
4.3.2	Sadutus	17
4.4	Lapset aktiivisina toimijoina	19
4.5	Aineiston keruu	19
4.6	Aineiston analyysi	21
4.7	Tutkimuksen eettisyys	25
4.8	Tutkimuksen luotettavuus	26
5	TULOKSET	29
5.1	Liikuntamuodot	29
5.2	Kenen kanssa liikutaan	33
5.3	Liikuntaympäristö	34
5.4	Haaveet	35
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	38
7	POHDINTA	42
	LÄHTEET	46

1 JOHDANTO

Viime vuosina on herännyt huoli lasten liikunnan tilasta. Samalla kun paljon liikkuvat lapset harrastavat yhä enemmän liikuntaa, niin vähän liikkuvat lapset ovat yhä passiivisempia. Kuitenkin terveytensä kannalta riittävästi liikuntaa harrastaa eri tutkimusten mukaan noin puolet lapsista. Jopa joka viides lapsi harrastaa liikuntaa hyvin vähän tai ei ollenkaan. (Halme & Laine 2005, 8–9.) Liikuntasuositusten mukaan lasten tulisi liikkua useita tunteja päivässä, mutta kaikkien 7–12-vuotiaiden lasten tulisi liikkua vähintään 1½ – 2 tuntia päivässä (Tammelin & Karvinen 2008, 18).

Opinnäytetyö on osa Terveysliikkujan ääni -hanketta. Hankkeessa selvitetään Päijät-Hämeen kuntien eri-ikäisten ihmisten liikkumattomuuden syitä. Siinä on tavoitteena kehittää yhdessä kuntalaisten kanssa toimintamuotoja sekä yritetään löytää motiiveja liikkua ja etsiä valmiuksia terveystoiminnan toteuttamiseen Päijät-Hämeessä. Hankkeen tarkoituksena on jalkauttaa terveystoimintastrategia kuntalaisten pariin Päijät-Hämeessä. (Harmokivi-Saloranta 2012, 10.) Lasten terveystoiminnalla tarkoitetaan tässä opinnäytetyössä vapaamuotoista liikuntaa, jolla on myönteisiä vaikutuksia ja seuraamuksia ihmisen hyvinvoinnille (Tammelin & Karvinen 2008, 92).

Opinnäytetyön aihe löytyi hanke-esittelyn kautta. Kiinnostuimme aiheesta, koska koemme, että lasten liikunta on tärkeä osa heidän hyvinvointiaan. Halusimme edistää lasten terveystoimintaa ja mahdollistaa uusien ideoiden syntyminen liikuntamahdollisuuksien kehittämiseksi Orimattilassa. Lisäksi aihe täytti lastentarhanopettajan pätevyyteen tarvittavat kriteerit.

Opinnäytetyö sijoittuu Orimattilaan, jossa aktiivisina toimijoina ovat alakoulun neljännen luokan oppilaat. Opinnäytetyön tarkoituksena on saada lasten ääni kuuluviin terveystoiminnan harrastajina ja parantaa näin lasten asemaa itsenäisinä tiedontuottajina. Opinnäytetyön tavoitteena on herättää lapset ja perheet ajattelemaan liikuntaa ja kuvata lasten ajatuksia Orimattilassa. Tutkimuksessa tärkeä lähtökohta on lapsikeskeisyys eli se, että pyrimme saamaan tietoa tutkittavasta aiheesta lasten näkökulmasta.

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä on selvittää alakouluikäisten lasten ajatuksia liikuntamahdollisuuksista Orimattilassa. Teoriaosuudessa käsitellään lasten terveystoimintaa ja liikuntatottumuksia sekä liikunnan myönteisiä vaikutuksia yksilön sosiaaliseen kasvuun ja kehitykseen. Tutkimuksemme on laadullinen tutkimus ja aineistokeruumetodina käytetään kuvataideteiden tekemistä ja sadutusta. Käytettyjen toiminnallisten menetelmien vuoksi tutkimus ei etene aivan perinteistä kaavaa noudattaen.

2 LASTEN LIIKUNTA

Tässä luvussa käsitellään lasten liikunnan perusteita ja vaikutuksia sekä lasten liikuntaan vaikuttavia tekijöitä ja pyritään kiinnittämään huomio lasten liikunnan erityisyyteen. Luvussa esitellään myös aiempia tutkimuksia lasten liikunnasta.

2.1 Lasten terveystoiminta

Lasten terveystoiminnalla tarkoitetaan liikuntaa, jolla on myönteisiä vaikutuksia ja seuraamuksia lapsen fyysiselle, psyykkiselle ja sosiaaliselle terveydelle riippumatta liikunnan toteuttamistavoista ja sen syistä. Terveystoiminnan on tarkoitus tuottaa enemmän hyötyä kuin aiheuttaa haittoja ja riskejä. (Tammelin & Karvinen 2008, 92.) Vuori (2003, 27–28) lisää vielä, että liikunnan tulee olla jatkuvaa, riittävän usein toistuvaa ja riittävän kuormittavaa. Terveystoiminnan toteuttamisen kannustimena ei tarvitse pelkästään olla terveyttä edistävät vaikutukset, vaan tulokset voivat syntyä koulumatkaliikunnan sivutuotteena. Fogelholm, Paronen ja Miettinen (2007, 21) tarkentavat terveystoiminnan käsitettä määrittelemällä fyysisen aktiivisuuden olevan lihastyötä, jolla on energiankulutusta suurentava vaikutus. Liikunta on säännöllistä fyysistä aktiivisuutta, jonka päämääränä voi olla esimerkiksi terveyden parantaminen, kunnon kohottaminen tai liikunnan tuottama ilo ja nautinto. Kilpaurheiluun liittyy tavoitteellisuus, kova harjoittelu ja kunnianhimoisuus. Luonnossa liikkuminen, leikkiminen ja arkiliikunta ovat puolestaan kuormitukseltaan kevyempiä ja niissä tavoitteena on nauttia liikunnasta. Kaikki muu fyysinen aktiivisuus määritellään terveystoiminnaksi lukuun ottamatta huippu-urheilua ja erittäin kevyttä aktiivisuutta.

2.2 Lasten liikuntasuosittukset

Kaikkien 7–12-vuotiaiden lasten tulisi liikkua 1½ – 2 tuntia päivässä. Lisäksi lapsen olisi vältettävä yli kahden tunnin pituisia istumisjaksoja ja lapsella saisi viettää viihdemedian äärellä ruutu-aikaa korkeintaan kaksi tuntia päivässä. (Tammelin & Karvinen 2008, 18.)

Päivittäisestä liikunnasta tulisi suurin osa olla leikkimielistä liikuntaa, jossa kuormittavuus vaihtelee. Liikunnan tulee olla monipuolista, sillä motoriset perustaidot omaksutaan alle 10-vuotiaana. Vaihtelevan ja taitoja vaativan liikunnan lisäksi on tärkeää, että lapsi saa kohtalaisesti kuormittavaa, pitkäkestoista liikuntaa. Tuki- ja liikuntaelimistön ja kestävyuden harjoittaminen on tärkeää terveyden kannalta. Tyttöjen ja poikien on hyvä harrastaa luustoa vahvistavia liikuntamuotoja erityisesti kasvupyrähdyksen aikana. (Fogelholm, Vuori & Vasankari 2011, 86.) Pyrittäessä suositusten mukaiseen liikuntamäärään on omaehtoista päivittäistä liikuntaa lisättävä oleellisesti. Koulujen, päivähoidon ja perheiden rooli on arkiliikunnan lisäämisessä tärkeä ja sen kokonaisvaltaista kehittämistä tulee lisätä. (Rajala 2010, 31.)

Lapsille ominainen tapa on oppia tekemällä ja kokeilemalla, joten he tarvitsevat runsaasti aikaa ja uusia mahdollisuuksia liikunnan avulla oppimiseen. Lapsilla on luontainen kyky itse rajoittaa liikkumista. Jos lapsi huomaa liikunnan olevan liian raskasta, niin hän osaa pitää silloin tauon. Terveysriskiksi lapsille liikunta muodostuu, jos se on liian yksipuolista tai se sisältää pitkiä rasittavia jaksoja tai liikuntaa on liikaa. Liikkuva lapsi tarvitsee myös tarpeeksi unta ja palautumisaikaa. (Tammelin & Karvinen 2008, 18–19.)

2.3 Lasten terveystuokunnan perusteet ja vaikutukset

Lasten liikunnan vahvimmat terveydelliset perusteet ovat tuki- ja liikuntaelimistön kehittyminen, psykososiaaliset vaikutukset sekä liikuntatottumusten muotoutuminen ja säilyminen aikuisuuteen. Lasten liikuntataidot, liikkuvuus ja liikehallinta kehittyvät ensimmäisen 10 elinvuoden aikana. Kaikkein kriittisin aika on päiväkotikäisenä ja aivan ala-asteen alussa, jolloin on tärkeä saada hyvin monipuolista ja eri tavoin haastavaa fyysistä aktiivisuutta. Monipuolisen liikkumisen edellytyksiä pitäisi luoda sekä lasten leikkipaikkoja että päiväkotien ja ala-asteiden liikuntaa suunniteltaessa. (Fogelholm ym. 2011, 84.)

2.4 Kouluikäisten liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat tekijät

Ympäristön tarjoamilla mahdollisuuksilla, vanhemmilta saadulla tuella ja heidän liikkumisensa edistämällä voidaan edesauttaa lasten ja nuorten liikkumista. Lasten ja nuorten liikuntaa voidaan edistää ohjaamalla ja sopivia liikunta-alueita ovat koti ja kotipiha, asuinkorttelin piha, koulu ja koulun piha. (Fogelholm ym. 2011, 82.) Rajala (2010, 30) mainitsee, että myös lähiympäristö mahdollistaa lasten ja nuorten riittävän päivittäisen liikkumisen. Puistot, koulujen ja päiväkotien sisätilat toimivat myös lasten ja nuorten liikuntaympäristöinä. Fogelholm ym. (2011, 82) jatkaa, että liikkumattomuuden riskiryhmien haasteita ei voida ratkaista pelkillä urheilumahdollisuuksien edistämällä, vaan on keksittävä jotain uutta ja innovatiivisia harrastusmahdollisuuksia koululiikuntatunneille sekä niille, joita urheiluseuratoiminta ei kiinnosta. Rajalan (2010, 30) mukaan Nuori Suomi ry on mukana tukemassa lähiliikuntapaikkojen kehittämistä kertomalla toteutuneista erilaisista lähiliikuntapaikkahankkeista, sekä niiden rahoitusmahdollisuuksista. Monet kunnat eri puolilla Suomea ovat kunnostaneet valtionavustuksella lähiliikuntapaikkoja. Lasten koulupäivien aikaista liikkumista lisää esimerkiksi koulun pihan maalaaminen tai liikuntavälineiden helppo saatavuus koulun sisätiloista. Liikuntaan aktivoinnissa tarvitaan myös muuta kuin fyysisten olosuhteiden tukemista, varsinkin liian vähän liikkuvien tai liikunnasta syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten kohdalla. Lähiliikuntapaikoilla on kokeiltu ohjattua toimintaa joissakin hankkeissa. Lähiliikuntapaikkoja ja niiden tarjoamia liikuntamahdollisuuksia pyritään tekemään tutuiksi ohjatun toiminnan kautta.

Liikunnan edulliset vaikutukset terveyteen eivät pelkästään auta motivoimaan koululaisia liikkeelle. Lasten ja nuorten liikunnan pitää olla hauskaa, jotta he haluaisivat liikkua kerta toisensa jälkeen. (Tammelin & Karvinen 2008, 47.) Yhteiskunnan tulisi tarjota liikkumiselle suotuisa ympäristö lasten ja nuorten myönteisten liikuntakokemusten edistämiseksi, jotta voitaisiin rakentaa jo lapsuudessa liikunnallinen elämäntapa, joka jatkuisi läpi elämän. Päiväkotien liikuntatuokiot, kerho- ja harrastustoiminta sekä koululaisten iltapäivätoiminta koulun liikuntatuntien lisäksi antavat positiivisia liikuntakokemuksia.

Koulumatkoilla ja asuinalueilla liikkumista suosivat ympäristöt parantavat lasten liikuntamahdollisuuksia. (Miettinen 2000,110.)

Liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavat ympäristön lisäksi myös yksilöön itseensä liittyvät tekijät tai samanaikaisesti molemmat yhtä aikaa. Koululaisten liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavien tekijöiden tunteminen antaa liikunnan toteuttajille ideoita siitä, mihin ominaisuuksiin tulee kiinnittää huomiota liikunnan edistämiseksi ja minkälaiset ominaisuudet kuvaavat vähän liikkuvia, joihin pitää eniten panostaa. (Tammelin& Karvinen 2008, 47.)

Liikunnallista elämäntapaa ei omaksuta hetkessä, vaan se on pitkä prosessi. Kouluikäisten liikunnan edistämiseen vaikuttaa tietojen saanti ja tietoisuus liikunnan merkityksestä, motivaation ja myönteisen asenteen herääminen liikuntaa kohtaan, liikuntataitojen omaksuminen, liikunnan kokeileminen ja osallistuminen sekä kavereiden merkitys ja pysyvän harrastuksen löytäminen. Koulu on merkittävässä roolissa edistämistyössä, koska sen kohderyhmänä ovat kaikki kouluikäiset erilaisine motivaatioineen, terveyksineen ja liikunta-aktiivisuuksineen. (Tammelin& Karvinen 2008, 47.)

2.5 Mikä lasta liikuttaa?

Mikä lasta liikuttaa -tutkimuksessa selvittiin, kuinka paljon lasten pitäisi omasta mielestään liikkua. Tutkimuksessa ilmeni, että lapset pitivät päivittäistä liikuntaa tärkeänä. Jotkut lapsista käsittivät myös pihalla olemisen liikunnaksi ja muutenkin liikunnan osaksi päivittäistä fyysistä aktiivista toimintaa. Osa lapsista oli sitä mieltä, että olisi hyvä olla säännöllinen liikuntaharrastus, kun taas osa haluaisi liikkua oman jaksamisen ja eri vuodenaikoihin sopivien lajien parissa. Tutkimuksessa haastatetuilla lapsilla oli erilaisia mielipiteitä, sillä osa halusi olla organisoidussa harrasteryhmässä ja osa halusi liikkua omaehtoisesti. Tutkimuksessa ilmeni, että lasten vanhemmat ja kaverit vaikuttivat lasten harrastuksen valitsemiseen ja harrastuksessa viihtymiseen. Jotkut kokivat, että he vaikuttivat itse liikkumiseensa eniten. (Suihkonen & Virolainen 2002, 55–57.)

Tutkimuksessa selvitettiin kysymällä lapsilta, mitä ideoita ja keinoja heillä olisi siihen, miten vähän liikkuvat lapset voitaisiin innostaa liikkumaan enemmän. Lasten ehdotukset olivat hyvin käytännöllisiä ja soveltuivat heidän omaan elämäänsä. Lapset ajattelivat, että vanhempien kannustava asenne ja lapsen kanssa yhdessä liikkuminen innostaisi lasta liikunnan pariin. Lisäksi lapsilla oli muitakin ehdotuksia, joita olivat uusi harrastus, liikuntakerho, hyvät liikuntavälineet ja kavereiden kannustaminen liikunnallisesti taitamattommille lapsille. Tutkittavien lasten mukaan ei erikoisia keinoja liikunnan lisäämiseen tarvita. (Suihkosen & Virolainen 2002, 58–59.) Rajalan (2010, 31) mukaan liikunnan lisääminen vaatii lapsilta ja nuorilta elämäntapamuutosta. Ilman vanhempien ja perheen tukea muutos on mahdoton. Liikunnalliselle ja liikkumattomalle elämäntavalle luodaan perusta lapsuudessa, jolloin vanhemmilta ja kotona opitut mallit ohjaavat valintoja.

Suihkosen ja Virolaisen (2002, 60–61) mukaan lasta motivoi liikkumaan se, että liikkuminen on mukavaa ja lapsi nauttii siitä. Toisena motiivina tuloksissa ilmeni terveyteen liittyvät tekijät, sillä lapset kokevat hyvän kunnon ja hyvinolon tunteen saamisen tärkeäksi. Antinmaa (2008, 52) toteaa, että tärkeitä yksittäisiä liikuntamotiiveja sukupuolesta riippumatta ovat halu pysyä fyysisesti hyvässä kunnossa, liikunnasta saatu hyvä mieli, harjoittelusta nauttiminen sekä pitäminen joukkueeseen kuulumisesta. Suihkosen ja Virolaisen (2002, 60–61) mukaan muita lasten liikuntamotiiveja olivat ulkoiset tekijät, joita olivat liikuntapaikat, uuden harrastuksen kokeilu, liikkuminen luonnossa ja eläinten kanssa liikkuminen.

2.6 Aktiiviset ja passiiviset lapset

Kuka minua liikuttaa? -tutkimuksessa selvitettiin liikunnallisesti aktiivisten ja passiivisten lasten sosiaalisen toimintaympäristön vaikutusta lasten liikkumiseen sekä selvittää lasten liikunta-aktiivisuuden eroja (Takalo 2004,8). Vähän liikkuvat lapset eivät harrastaneet liikuntaa urheiluseurassa ja vain jotkut osallistuneet koulun liikuntakerhoihin. Nämä lapset viettivät paljon vapaa-aikaa viihdemedian äärellä. Passiivisilla liikkuvilla lapsilla ei ollut paljon tai ei ollut yhtään muistoja vanhempien kanssa liikkumisesta, eivätkä vanhemmat harrastaneet liikuntaa säännöllisesti. Jotkut passiivisista liikkujista olivat pettyneitä

liikuntavälinehankintoihin. Aineellisen tuen puute oli myös estänyt joidenkin mielestä lajin harrastamisen urheiluseuroissa. Vähän liikkuvien lasten liikuntaharrastukset olivat päättyneet vanhempien tuen puutteen takia, sillä vanhemmat eivät kuljettaneet lasta harrastuksiin, eivätkä ehdotelleet mitään erityisiä harrastusvaihtoehtoja. Vanhemmat saattoivat antaa luvan uudelle harrastukselle tai kehottaa harrastuksiin, mutta eivät olleet kiinnostuneita tukemaan harrastuksen aloittamista. (Takalo 2004,110–111.)

Perheiden liikuttajia voivat olla paikallistasolla luonto- ja asukasyhdistykset, seurakunnat, neuvolat, kylätoimikunnat sekä työväen- ja kansalaisopistot. Organisoitulle perheliikunnalle näyttää olevan paljon kysyntää. Perheliikunta yhdistää perheen, useita sukupolvia, naapureita, kyläyhteisöjä tai kaupunginosia. Perheliikunta voi innostaa myös ihmisiä, jotka eivät ole aiemmin olleet kiinnostuneita varsinaisesta liikunnan harrastamisesta. (Fogelholm ym. 2007, 80.) Salmela (2006, 109) toteaa, että lapsi kokee mahdollisesti urheilun tärkeänä asiana, jos liikuntaharrastukseen suhtaudutaan perhe- ja ystäväpiirissä myönteisesti.

Tutkimuksen mukaan kaveripiirillä oli suuri merkitys vähän liikkuvien lasten liikunnan määrään ja laatuun. Liikunta-aktiivisuuden negatiivisesti vaikuttivat asuinpaikan vaihtuminen, kiusaamiskokemukset ja yksinäisyys. Koulu ei tukenut harrastamisen aloittamista seurassa, eikä reagoinut lapsen harrastuksen lopettamiseen. Syitä liikuntaharrastuksen lopettamiseen olivat myös valmentajan vaihtuminen tai valmentajan ominaisuudet sekä leikinomaisuuden puute. Lapset eivät olleet myöskään liikunnallisesti omasta mielestään riittävän lahjakkaita tai harrastus oli liian vaativaa. (Takalo 2004,111.)

3 LIIKUNNAN SOSIAALINEN LUONNE

Seuraavassa luvussa käsitellään opinnäytetyön tietoperustan kannalta keskeisiä käsitteitä. Tärkeimmät käsitteet on kerätty tutkimuksen toteuttamiseen liittyen ja ne kuvastavat tekijöiden omaa koulutuksellista näkökulmaa tukevaa teorialtietoa. Keskeisimmät käsitteet ovat lasten terveystuella, lasten liikuntasuosituksella, sosiaalipedagogiikalla ja siihen liittyvä osallisuus sekä lapsikeskeisyys.

3.1 Liikunnan psykologiset ja sosiaaliset vaikutukset

Liikunnan psykologiset ja sosiaaliset vaikutukset ovat riippuvaisia siitä, miten liikunnan vuorovaikutustilanteet järjestetään ja miten liikuntaan liittyvät tilanteet koetaan yksilö tasolla. Liikunnan ja urheilun ominaispiirteet tekevät siitä hyvän sosiaalisen kasvatuksen välineen. Liikunta on nuorten suosituin aktiivinen harrastus. Suurimmalla osalla koululaisista on myönteinen suhtautuminen liikuntaan ja liikunta kouluaineena kuuluu suosituimpien aineiden joukkoon. (Miettinen 2000, 57.)

Liikuntaa pidetään maailmanlaajuisesti hyvänä keinona puuttua ongelmiin, kuten syrjäytymiseen ja erilaisiin sosiaalisiin vaikeuksiin. Urheilu vähentää yhteiskunnallisia ongelmia inklusion näkökulmasta. Tällöin liikunnan painopiste on tukea yksilöitä, joilla on vaikeuksia elämässään. Siinä korostetaan sosiaalisten suhteiden ja yhteisöön kuulumisen tärkeyttä. Varsinkin erityislasten ja eri etnisistä lähtökohdista tulevien lasten kohdalla liikunta lisää yhteisöllisyyttä ja joukkoon kuulumisen tunnetta. Liikunnan uskotaan saavan lapset ja nuoret sitoutumaan toimintaan ja saamaan positiivisia kokemuksia ja sen kautta kehittymään henkisesti. Tämä henkinen kasvu tuottaa yhteisöllistä hyötyä ja näin edesauttaa koko yhteisöä. Edellä mainittujen hyötyjen vuoksi liikuntaa käytetään yleisesti ympäri maailman parantamaan koulusuorituksia, edesauttamaan terveellisiä elämäntapoja ja tukemaan terveyttä. (Dagkas & Armour 2012, 222–223.)

Liikunnassa voidaan luoda helposti aitoja ja läheisiä nuorten välisiä vuorovaikutustilanteita ja myös aikuisen ja nuoren välinen vuorovaikutus on useimmiten liikuntaharrastuksissa tiivistä. Liikunnassa ja urheilussa koetellaan sosiaalista ja eettistä käyttäytymistä, ja samalla syntyy mahdollisuus oppia

ratkaisemaan ongelmatilanteita. Esimerkiksi kilpailun aikana voi valita rikkooko sääntöjä vai toimiiko niiden mukaan. Yhteiskuntatieteilijöiden mielestä erityisesti organisoidussa urheilussa on ihanteellisinta harjoitella sosiaalista käyttäytymistä. Urheilua nimittäin hallitsee tarkasti määritellyt säännöt ja siinä on selvät rangaistukset, jotka tehostavat sopeutumista ja vähentävät poikkeuksellista käyttäytymistä. Sosiaalinen elämys voi olla sitä, että yksilö kokee itsensä suosituksi, pidetyksi tai arvostetuksi toisten keskuudessa. Lisäksi toisten auttaminen, avun saaminen, mahdollisuus luottaa toisiin ja olla itse luottamuksen arvoinen voivat olla sosiaalisia elämyksiä. (Miettinen 2000, 58.)

Liikuntaharrastuksen määrä ja prososiaalisuus näyttäisivät olevan yhteydessä siten, että paljon liikuntaa harrastavilla on huomattavasti enemmän ystäviä ja konkreettista auttamistoimintaa kuin liikuntaa vain vähän tai ei lainkaan harrastavien ryhmässä (Liimatainen 2000, 89). Tässä yhteydessä prososiaalisella käyttäytymisellä tarkoitetaan sosiaalisen käyttäytymisen positiivisia muotoja eli toisten huomioonottamista, auttamista, antamista ja jakamista (Liimatainen 2000, 13). Urheilutoiminnassa on totuttu kavereiden kannustamiseen ja auttamiseen ja niitä taitoja osataan käyttää tehokkaasti. Organisoitu tai omatoiminen liikuntaharrastus on varsin samankaltaista toimintaa, eikä prososiaalisessa käyttäytymisessä näy sen suhteen eroja. Myöskään yksilö tai joukkuelajien harrastaminen ei vaikuta prososiaaliseen käyttäytymiseen. (Liimatainen 2000, 89.) Liikuntaharrastus näyttäisi olevan positiivisesti yhteydessä harrastajiensa sosiaalisiin suhteisiin, prososiaaliseen käyttäytymiseen ja minäkäsitykseen. Liikunta näyttää siis puoltavan paikkaansa suosittuna kouluaineena sekä hyvänä keinona saada ystäviä ja kehittää minäkäsitystä. (Liimatainen 2000, 92.)

Vuori (2003, 33) toteaa, että liikunnan harrastamisella on vaikutusta terveen itsetunnon kehittymiseen ja määrätietoiseen itsensä kehittämiseen. Myös sosiaalisten taitojen oppimiseen, terveellisten elämäntapojen ja terveen elämänmuodon omaksumiseen liikunnan harrastamisella ja eri yhteisöihin kuulumisella voi olla myönteisiä vaikutuksia. Liikunnan parissa voi syntyä ystävyys-suhteita ja se voi antaa aitoja elämyksiä sekä elämänmyönteistä, vireätä sisältöä elämään. Liikunta toteuttamisympäristöineen tarjoaa mahdollisuuden tasa-arvoiseen toimintaan, sujuvaan kanssakäymiseen erilaisten ihmisten kanssa ja mahdollistaa siten uusien tapojen ja näkökulmien oppimisen. Tämä voi

parhaimmillaan lisätä suvaitsevaisuutta.

3.2 Sosiaalipedagoginen näkökulma lapsen kasvuun ja kehitykseen

Käsitteenä sosiaalipedagogiikka on verrattain uusi Suomessa.

Sosiaalipedagogisessa teoriassa yhdistyy kasvatustieteellinen ja yhteiskuntatieteellinen näkökulman. Sosiaalipedagogiikka on siis lähtökohdiltaan monitieteistä. Keskeisimpänä ajatuksena on sosiaalisten ja kasvatuksellisten perspektiivien yhtäaikainen huomioiminen, huomion kiinnittäminen kasvatuksen sosiaaliseen tarkoitukseen ja kasvatuksen edellytyksiin ehkäistä ja keventää yhteiskunnassa näyttäytyvää yleistä sosiaalista hätää. (Hämäläinen 2010, 7.)

Sosiaalipedagogiikan käsite on saanut monenlaisia merkityksiä.

Sosiaalipedagogiseen näkemykseen ja menettelyyn kuuluu pyrkimys sosiaalisten ongelmien muodostumisen estämiseen ja niiden ilmenemismuotojen ja vaikutusten pedagogisten osatekijöiden tunnistamiseen. Myös pedagogisten strategioiden hahmottaminen ongelmien ehkäisemiseksi, ja lievittämiseksi niin yksilö- kuin yhteiskuntaelämän eri tasoilla on osa sosiaalipedagogista ajattelutapaa. Kyse on kasvatuksellisiin toimintaperiaatteisiin sekä inhimillisen kasvun mahdollisuuksiin liittyvästä aktiivisesta ajattelutavasta.

Sosiaalipedagogiikassa painotetaan kasvatuksen yhteiskunnallisia liitoksia.

Keskeistä on yhteisöllisyys ja ihmisten keskinäinen vuorovaikutus. (Hämäläinen & Kurki 1997, 13–14.)

Sosiaalipedagogisen toiminnan yleiseksi tavoitteeksi voidaan tulkita ihmisten tukeminen erilaisissa elämänvaiheissa. Tavoitteena on myös auttaa heitä tavoittamaan paikkansa yhteiskunnassa ja kehittymään täysivaltaisiksi yhteiskunnan jäseniksi. Lähes kaikenlaisiin pulmiin yhdistyy myös pedagoginen ulottuvuus: ihmisenä kasvamisen ja elämänhallinnan näkökulma. (Ranne 2002, 100.) Sosiaalisen kasvatuksen tarkoituksena on auttaa ihmistä kehkeytymään todelliseksi sosiaalseksi olennoksi, jonka kasvaminen yhteiskunnan toimivaksi jäseneksi on onnistunut (Hämäläinen & Kurki 1997, 188). Sosiaalipedagogiikkaan kuuluu vahvasti ennaltaehkäisyn näkemys ja se on sopivin sellaisten ongelmien työstämiseen, joissa on uhkana yksilön tai ryhmän syrjäytyminen (Ranne, Sankari, Rouhiainen-Valo & Ruusunen 2005, 101). Sosiaalipedagogiikka käsittelee yksilön

ja tämän sosiaalisen ympäristön suhteiden kehittymistä, koettaa löytää mahdollisuuksia edistyksen tukemiseen sekä ongelmien ehkäisemiseen ja korjaamiseen. Sosiaalipedagogiikka pyrkii siis toteuttamaan kasvatustoimintaa parhaan mahdollisen kehityksen saavuttamiseksi. (Nivala 2007, 77–86.)

Sosiaalipedagoginen työ pyrkii raivaamaan esteitä, joita on ryhmien ja yksilöiden itsetoteutuksen ja oman identiteetin vahvistamisen tiellä (Ranne ym. 2005, 101). Sosiaalipedagogisessa näkökulmassa kaikki ihmiset, erityisesti lapset ja nuoret, nähdään yhteiskunnallisina resursseina ja vaikuttajina. Sosiaalipedagogisessa suuntauksessa vaalitaan kollektiivisuutta, yksilöiden ja ryhmien sosiaalisten kykyjen kasvattamista, tietynlaista varustamista. (Ranne 2002, 105–106.)

Yhteisöllisen toiminnan nähdään voimaannuttavan yksilöitä, perheitä ja erilaisia ryhmiä ja lisäävän näiden toimintamahdollisuuksia. Se myös auttaa näitä saavuttamaan mielekkään ja tarpeita tyydyttävän elämän. (Ranne ym. 2005, 42.)

Sosiaalipedagogisen, sosiaalisia näkökohtia korostavan, näkemyksen mukaan yhteistoiminta toisten lasten kanssa kehittää erityisesti lasten sosiaalista tunne-elämää ja yhteenkuuluvuuden tunnetta (Hytönen 2004, 11). Esimerkiksi liikuntaharrastus tarjoaa ainutlaatuisia ympäristöjä sosiaalisten taitojen harjoitteluun (Liimatainen 2000, 24).

Osallisuus kuuluu sosiaalipedagogiikan osa-alueisiin. Lasten ja nuorten osallisuus on heidän sosiaalisen pääomansa kerryttämistä kasvatuksellisesta näkökulmasta. Sosiaalisella pääomalla tarkoitetaan yksilöiden välisiä suhteita, sosiaalisia verkostoja ja luottamuksen normeja. (Sintonen 2002, 12.) Lasten osallisuudessa on kyse siitä, miten lapsi voi olla mukana määrittämässä, toteuttamassa ja arvioimassa itseään koskevia asioita. Mahdollisuus olla osallisena ja mukana asioiden käsittelyssä itselle merkityksellisissä yhteisöissä on ratkaisevaa lapsen identiteetin kehittymisen kannalta. Osallisuudessa on kyse yhdestä kasvun ja kehityksen perusedellytyksestä. Osallistumisen kautta opitaan olemaan ja elämään yhdessä. Ei kuitenkaan voida puhua osallisuuden toteutumisesta, mikäli lapselle ei muodostu kokemusta siitä, että hänen mielestään tärkeät asiat ovat tulleet kuulluiksi ja niillä on ollut merkitystä. (Sosiaaliportti 2012.) On tärkeää, että lapset saavat olla mukana vaikuttamassa heitä koskeviin asioihin ja olla osallisina tekemässä päätöksiä tai ainakin saada äänensä kuuluviin niitä tehtäessä. Lasten ääni on keskeisessä osassa opinnäytetyötä, aivan kuten käyttäjien ääni

Terveysliikkujan ääni -hankkeessa. Näin pyritään osallistamaan lapsia vaikuttamaan heitä itseään koskeviin asioihin.

3.3 Lapsikeskeisyys

Lapsikeskeinen kasvatustilanne on yhdistelmä erilaisista ajatusrakennelmista, joiden avulla pyritään kasvatustilanteissa ottamaan huomioon lasten ja lapsuuden erityinen luonne ja turvaamaan lapsille tarkoituksenmukainen asema tai kohtelu (Hytönen 2008, 8). Käsitteenä lapsikeskeinen kasvatustilanne on hyvin laaja ja siihen nivoutuu useita kasvatuksellisia periaatteita ja tunnuspiirteitä. Tärkein lapsikeskeisyyttä ohjaava periaate on sisältöjen valinta sen mukaan, miten merkityksellisiä, tarkoituksenmukaisia ja kiinnostavia ne lapsen kannalta ovat. (Hytönen 2008, 13–15.)

Lapsikeskeistä kasvatusta kuvaa hyvin myös lasten omatoimisuus ja aktiivisuus. Lapsikeskeisen ajattelun pohjana ovat yksilöllisyyden kunnioittamisen ja yksilöiden välisen tasa-arvon ihanteet. Lapsen tarpeet ja kiinnostuksen kohteet ovat kasvattajalle aina tärkeitä. Lapsikeskeisessä kasvatustilanteissa monille suuntauksille on yhteistä yksilöllisyyden ja tasa-arvon korostaminen. Lasta arvostetaan sellaisena kuin hän on. (Hytönen 2004, 11–14.) Karlsson (2000, 51) kirjoittaa, että lapsi nähdään aktiivisena oman tietorakenteen jäsentäjänä. Lapsen omat kokemukset ovat hänen havaintojaan ja tulkintojaan ohjaava voimavara (Karlsson 2000,47).

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimuksen toteuttamisen eteneminen on kuvattu tässä luvussa vaihe kerrallaan. Luvussa käsitellään myös valittujen metodien teoriataustaa ja sitä miten niitä on käytetty tässä tutkimuksessa. Lopussa pohditaan tutkimuksen eettisyyteen ja luotettavuuteen vaikuttavia tekijöitä.

4.1 Tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada lasten ääni kuuluviin terveystuottajien harrastajina ja parantaa näin lasten asemaa itsenäisinä tiedontuottajina. Tähän pyrittiin käyttämällä LivingLab- ja sadutus-menetelmiä, joissa keskeisenä seikkana on lasten osallistuminen ajatusten ja ideoiden muodostamiseen tiedontuottajina. Opinnäytetyön tavoitteena oli herättää lapset ja perheet ajattelemaan liikuntaa ja kuvata lasten ajatuksia Orimattilassa. Tavoitteeseen pyrittiin muun muassa ohjeistamalla lapsia tuottamaan aineistoa liikunnasta ja siihen liittyvistä tekijöistä. Tavoitetta pyrittiin saavuttamaan myös viemällä osan aineiston tuottamiseen liittyvistä tehtävistä lasten koteihin. Tällä keinolla oli tarkoitus saada aikaan keskustelua liikunta-aiheesta myös kotona.

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä oli selvittää alakouluikäisten lasten ajatuksia liikuntamahdollisuuksista Orimattilassa. Lasten ajatuksia lähdettiin kartoittamaan luovia menetelmiä apuna käyttäen.

4.2 Kohti toteutusta

Opinnäytetyö oli osa Terveystuottajien ääni -hanketta. Hankkeen rahoitti Päijät-Hämeen liitto, maakunnan kehittämisrahalla. Opinnäytetyössä sitouduttiin noudattamaan hankkeen ennalta määrittelemää suunnitelmaa aikataulusta ja sen mukaan ajoitettiin myös muut opinnäytetyöprosessin osat. Hankkeen aikana kokoontui tietyin väliajoin menetelmätyöryhmä, jossa opinnäytetyöhön sai asiantuntija-apua sekä tukea muilta hankkeeseen osallistuvilta opiskelijoilta. Opinnäytetyöprosessissa oli mukana myös hankkeen projektipäällikkö, joka auttoi opinnäytetyön eteenpäinviemisessä. Yhteistyökumppanina alakoulu tarjosi käyttöön kuvaamataidon opettajan ammattitaidon tukemaan aineistonkeruuta.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena ja se tehtiin suurelta osin vuoden 2011 aikana. Opinnäytetyöprosessiin ilmoitettiin tammikuussa 2011. Aineiston hankintaa varten yhteistyökoululla järjestettiin tiedotustilaisuus, jonka yhteydessä informoitiin 4.–6.-luokkien opettajia hankkeesta ja siihen liittyvästä opinnäytetyöstä. Tilaisuuden päätteeksi kaksi opettajaa ilmoitti kiinnostuksensa yhteistyöhön. Koulun kesäloman vuoksi aineistonkeruun toteutus sovittiin järjestettäväksi syyskuussa 2011. Opinnäytetyön tutkimussuunnitelma hyväksyttiin suunnitelmaseminaarissa 19.5.2011, jonka jälkeen pystyttiin jatkamaan teorioihin ja menetelmiin perehtymistä. Aineiston keruu, käsittely ja analysointi sekä työn raportointi toteutettiin syksyn 2011 aikana.

4.3 Käytetyt metodit

Tutkimusmenetelmäksi valittiin laadullinen tutkimus, sillä se tukee opinnäytetyön tutkimustehtävää. Tuomen ja Sarajärven (2009, 85) mukaan laadullisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään jotakin toimintaa, kuvaamaan ilmiötä tai tapahtumaa sekä antamaan teoreettinen tulkinta jollekin ilmiölle. Siinä ei ole tarkoitus pyrkiä tilastollisiin yleistyksiin. Tutkimus on kokonaisvaltaista tiedonhankintaa ja aineisto kerätään todellisissa tilanteissa. Käytettäessä laadullisia metodeja aineiston hankinnassa, suositaan menetelmiä joissa tutkittavien näkökulmat ja mielipiteet pääsevät esille. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164.) Opinnäytetyössä haluttiin kuvata tarkasti lasten ajatuksia ja näkemyksiä liikuntamahdollisuuksien suhteen ja tuoda esiin lasten tuottaman tiedon erityislaatuisuus.

Laadullinen tutkimusote sopii erityisesti tutkimukseen silloin, kun halutaan tietää tapahtumien yksityiskohtaisista rakenteista, mutta ei niiden yleisluontoisesta jakaantumisesta. Lisäksi kvalitatiivinen tutkimusote käy hyvin tutkimuksiin, kun halutaan tutkia tietyissä tapahtumissa mukana olleiden yksittäisten toimijoiden merkitysrakenteista. Myös silloin kun halutaan tutkia luonnollisia tilanteita, joiden järjestäminen kokeeksi ei onnistu tai tilanteissa ei voida kaikkia vaikuttavia tekijöitä kontrolloida tai halutaan tietää tarkemmin syy-seuraussuhteista, eikä niitä voida tutkia kokeen avulla. (Metsämuuronen 2008, 14.)

4.3.1 Living Lab-toimintamalli

Living Lab -toimintamalli perustuu käyttäjälähtöiseen innovaatioon. Käyttäjälähtöisellä innovaatiolla on Suomessa melko lyhyt historia. Kuitenkin jo 1980-luvulta alkaen ja erityisesti 1990-luvulla asiakkaan rooli on tullut tärkeäksi uusien innovaatioiden kehittäjänä. Asiakkaiden osallistuminen innovaatioprosessiin on pysynyt 90-luvun jälkeenkin yli 40 prosentin tasolla. (Wise & Høgenhaven 2008, 50.)

Terveysliikkujan ääni -hanke pohjautui Living Lab -toimintamalliin. Living Lab -mallia voidaan kuvata ideoita kehittävänä hautomona, jossa käytännöstä tuleville ajatuksille ja ideoille annetaan tilaisuus kehittyä toteutettaviksi asti. Palveluiden ja tuotteiden käyttäjä osallistuu niiden tutkimukseen, kehittämiseen ja innovointiin arjen keskellä. Living Labissa käyttäjä on osa kehittämisprosessia ja heidän kykyä ja tahtoa hyödynnetään innovointiin. (Availa 2010,11.)

Käyttäjälähtöisessä innovaatiossa pyritään ymmärtämään käyttäjän tarpeita, ajattelua ja kokemuksia sekä hyödyntämään niitä systemaattisemmin innovaatioprosesseissa (Wise & Høgenhaven 2008, 21). Living Lab -toimintamalli rakentuu neljästä osasta, joita ovat käyttäjälähtöisyys, avoin innovaatio, ekosysteemi ja tosielämän ympäristö. Käyttäjälähtöisyydellä tarkoitetaan sitä, että käyttäjä aktiivisesti osallistuu innovaatiotoimintaan sekä on samassa asemassa muiden Living Lab toimijoiden kanssa. Avaimella innovaatiolla puolestaan tarkoitetaan sitä, että ideat ja ajatukset annetaan muiden toimijoiden käyttöön palveluiden ja tuotteiden kehittämiseksi. Ekosysteemi tarkoittaa yksinkertaisesti sitä, että toimijat työskentelevät yhdessä. Tyypillistä Living Lab-ekosysteemissä ovat sellaiset verkostot, joihin liittyminen ja poistuminen on helppoa tai sitten ne voivat olla tarkoin määriteltyjä. Verkosto osallistaa erilaisia käyttäjiä toimimaan yhdessä. Tällaisia toimijoita voivat olla tutkijat, asiantuntijat, käyttäjät, yritykset ja julkiset toimijat. Tosielämän ympäristössä käyttäjä on omassa arkiympäristössä, jossa hän käyttää tuotetta tai palvelua. Oma arkiympäristö toimii testausympäristönä. (Availa 2010,12.)

Living Labissa toimijoita ovat käyttäjät, mahdollistajat, hyödyntäjät ja kehittäjät, joilla kaikilla on oma roolinsa. Hyödyntäjät pyrkivät käyttäjälähtöisyyteen, jossa

palveluiden ja tuotteiden käyttäjät kehittävät itse niitä. Mahdollistajat luova käytännöt ja perusrakenteet, eivätkä osallistu aktiivisina Living Lab -toimintaan. Tällaisia toimijoita voivat olla kaupungit, kunnat ja muut julkiset yhteisöt sekä yksityiset ja julkiset rahoittajat. Käyttäjät toimivat tuotekehityksessä osallistujina, testaaajina ja tarkkailijoina omassa arjessa sekä antavat palautetta ja rakentavat oletuksia. Kehittäjät vastaanottavat käyttäjäpalautteet ja parannusehdotukset sekä tarjoavat palveluiden ja tuotteiden omia resurssejaan, menetelmiään ja työkalujaan. (Availa 2010, 17.)

4.3.2 Sadutus

Opinnäytetyössä on pyritty ottamaan huomioon lapsille ominaista tapaa toimia ja tarkoituksena oli saada nimenomaan lapsen oma ääni kuuluviin. Tämän innoittamana aineistonkeruumenetelmiksi valittiin kuvataide ja sadutus. Piirtäminen, sekin hyvin lapsikeskeisenä menetelmänä, antaa hyvän pohjan sadutukselle. Opinnäytetyön aineiston hankintamenetelmän kehittelyyn saatiin apua Terveysliikkujan ääni -hankkeen menetelmätyöryhmän asiantuntijoilta. Lisäksi yhdessä alakoulun kuvataiteenopettajan ja hankkeen projektipäällikön kanssa järjestetyssä yhteistyöpalaverissa kehiteltiin aineiston hankintatapaa.

Lapsinäkökulmasta lähtevän tutkimuksen ongelmana on, miten aikuinen saavuttaa lapsen maailman tärkeimpiä asioita. Näkökulman tavoittamisen ehtona on lapsille ominaisten toimintatapojen huomioiminen. (Karlsson 2000, 35.) Lapsen osaaminen ja taidot sekä näkemykset tulevat uudella tavalla esille, kun otetaan huomioon lapsinäkökulma ja lapselle mielekäs tapa tuoda omaa tietoaan julki (Karlsson 2006, 9.) Vasta vähitellen on ryhdytty kiinnittämään huomioita lasten ja nuorten osallistamiseen ja pohtimaan, miten huomioida lapsille ominaisia tapoja, tuottaa tietoa ja luoda uutta. Miten lapset voidaan ottaa aidosti ja aktiivisesti mukaan toimintaan. Juuri näiden seikkojen pohjalta opinnäytetyötä haluttiin lähteä rakentamaan. Tarinan kertominen on verrattavissa leikkiin ja leikki on ihmiselle luonnollinen asia elämässä. Se on yksi ihmisyyden peruselementeistä, kuten hengittäminen, syöminen ja liikkuminen, ollen jatkuvasti läsnä. (Karlsson 2005, 19.) Tiedon tuottamisesta syntyy oivalluksia, yllättäviä yhdistelmiä ja erilaisia näkökulmia. Siinä käytetään leikin aineksia. (Karlsson 2005, 30.) Erityisesti

lapsille leikki on jatkuvasti läsnä. Myös kouluikäiset ovat vielä innokkaita ja ahkeria leikkijöitä. Leikissä on kaikki mahdollista ja muutettavissa. Lapsi hallitsee leikin ja tietää sen myös itse. (Karlsson 2005, 20–21.) Leikin kautta lähdettiin myös opinnäytetyötä toteuttaessa liikkeelle, käyttämällä lämmittelyleikkiä sekä kehyskertomusta kuvien ja tarinoiden innoittajina.

Kertomalla tuotetulla tiedolla on ihmiskunnan historiassa pitkät perinteet.

Karlsson (2000, 82) kirjoittaa: ” Ihminen luo kuvaa maailmastaan, rakentaa omaa identiteettiään ja löytää paikan omassa kulttuurissaan kerronnan kautta.

Kerronnalla voidaan tehdä päätelmiä, selittää ja luoda kuvaa ajatuksista.”

Sadutus-menetelmä on kehitetty Suomessa 1980- ja 1990-luvuilla ja sen avulla muokataan ajatuksia tarinaksi (Karlsson 2005, 10). Sadutus on dokumentoinnin ja havainnoinnin välineenä käytetty menetelmä. Havainnoitsijan kiinnostuksen kohteiden sijasta sadutuksessa pyritään saamaan esiin kertojan tärkeäksi katsoma näkökulma. Sadutus-menetelmässä ei ole ennakkoon määriteltyjä oikeita tai vääriä vastauksia, joiden kautta lasten tuottamaa arvioitaisiin. Kiinnostuneita ollaan siitä, mitä lapset ajattelevat ja miten he kertovat näistä ajatuksistaan. (Karlsson 2000, 92–93.) Sadutuksen ohje Karlssonin mukaan kuuluu näin: ”Kerros satu, sellainen kuin itse haluat. Kirjaan sen juuri niin kuin sen minulle kerrot. Lopuksi luen tarinasi, ja voit muuttaa tai korjata sitä mikäli haluat.” (Karlsson 2005, 10.)

Opinnäytetyötä suunniteltaessa haluttiin nimenomaan lasten vanhempien osallistuvan prosessiin satujen kuuntelijoina ja dokumentoijina. Näin mahdollistettiin yhteisen hetken syntyminen lapsen ja vanhemman välille, hetken, jossa lapsi kokee tulevana kuulluksi. Eräs sadutuksen kehittäjästä, Liisa Karlsson kuvailee sadutusta näin: ”Sadutuksessa on läsnä ihmiskunnan tarinaperinne ja tapa ajatella kertomusten kautta. Siinä kertoja luo omaa tarinaansa, mutta se syntyy yhteisessä tilanteessa kertomusta arvostavan kuuntelijan ja tallentajan kanssa, lapsen ja aikuisen välisessä vuorovaikutuksessa.” (Karlsson 2005, 30.) Kerronta on siis vastavuoroista, sillä kertomuksella on aina myös kuulija ja juuri tämä tekee itse kerrontatilanteesta merkityksellisen (Karlsson 2000, 82–84).

4.4 Lapset aktiivisina toimijoina

Terveysliikkujan ääni -hankkeessa oli määritelty kohderyhmäksi lapset ja tärkeäksi kriteeriksi lapsikeskeisyyden. Kohderyhmästä käytettiin tässä tutkimuksessa nimitystä toimijat, sillä lapset eivät ole niinkään tutkimuksen kohteena vaan aineiston aktiivisina tuottajina.

Opinnäytetyön aineiston tuottamiseen osallistui orimattilalaisen alakoulun neljänneltä luokalta 22 oppilaista, joiden vanhemmat osallistuivat aineistonkeruuseen saduttamalla lapsiaan kotona. Tuomen ja Sarajärven (2009, 85–86) mukaan laadullisessa tutkimuksessa on tärkeää, että tutkittavat tietävät ilmiöstä mahdollisimman paljon tai heillä on kokemusta siitä. Tutkittavien valinta tulee olla harkittua ja tarkoitukseen sopivaa, eikä satunnaista.

4.5 Aineiston keruu

Opinnäytetyön aineiston keruu toteutettiin syyskuussa 2011 Orimattilassa neljännen luokan kuvataiteen tunnilla. Aineiston tuottamiseen osallistui aktiivisina toimijoina 22 oppilasta. Takaisin saatiin 17 lapsen tuotokset, joista yksi palautui aikataulusta myöhässä ja loput viisi jäivät kokonaan palautumatta. Aineisto kerättiin toiminnallisia menetelmiä käyttäen, sillä opinnäytetyössä haluttiin ottaa huomioon lapselle ominainen tapa toimia ja ilmaista itseään. Tämän vuoksi perinteiset laadulliset aineistokeruumenetelmät, kuten haastattelu ja havainnointi suljettiin pois.

Aineistonkeruun toteutus koostui neljästä osasta, joita olivat lämmittelyleikki, kehyskertomus, piirtäminen ja lasten sadutus kotona. Tunti aloitettiin esittelemällä itsemme ja kertomalla, miksi olemme heidän oppitunnillaan. Seuraavaksi leikittiin oppilaiden kanssa lämmittelyksi pantomiimileikkiä (Liite 1), jotta oppilaiden oli helpompi keskittyä kuuntelemaan kehyskertomusta ja saada ajatuksia liikkeelle piirtäessään kehyskertomuksen pohjalta. Mahdollisimman hyvän ja luotettavan aineiston saamiseksi lapset johdateltiin ennen piirtämistä aiheeseen sekä luotiin sopiva tunnelma kehyskertomuksen avulla. Lapsille luettiin kehyskertomus liikkujia Laresta (Liite 2) kaksi kertaa ja sen jälkeen annettiin ohjeet piirtämistä varten. Lasten tehtävänä oli piirtää miten ja missä he haluaisivat liikkua Laren

kanssa. Jos lapsi ei halunnut olla Laren kanssa, sai kuvassa olla myös yksin tai ottaa muita ystäviä tai perheenjäseniä mukaan.

Lapsia kannustettiin piirtämään myös sellaista liikuntaa, jota lapsi ei harrasta jo urheiluseurassa kuitenkaan kieltämättä oman rakkaan harrastuksen piirtämistä. Piirustus tehtiin A3 paperille joko puuvärejä tai tusseja käyttäen. Luonnostelussa sai halutessaan käyttää lyijykynää. Kuvassa sai olla useita eri toimintoja ja paikkoja. Ihmisiä ei ollut pakko piirtää, jos se tuntui vaikealta. Tarkoituksena oli saada lapsia piirtämään vapaa-ajan terveysliikuntaa kilpaurheilun sijaan. Oppilaat saivat aloittaa piirtämisen ensimmäisen tunnin lopulla ja jatkaa piirustusta seuraavalla tunnilla loppuun. Oppilaille annettiin mahdollisuus kysyä lisäohjeistusta tehtävänannon jälkeen, mutta kukaan ei ilmaissut tarvitsevansa lisäohjeita. Toisen tunnin loppupuolella oppilaat tulivat näyttämään piirustuksiaan sekä opettajalleen että opinnäytetyöntekijöille. Heitä kannustettiin tässä vaiheessa tekemään työnsä huolellisesti loppuun saakka. Osa oppilaista sai piirustuksensa hyvissä ajoin valmiiksi, mutta muutama viimeisteli piirustuksensa kotona.

Tuntien lopuksi oppilaille annettiin kotitehtävän ohjeet suullisesti ja lapset saivat myös sadutusohjeet apukysymyksineen (Liite 3), sadutuspaperin ja piirustuksen kotiin vietäviksi. Apukysymysten tarkoituksena oli vanhemman saduttaessa mahdollistaa kuvasta puuttuvista asioista tai henkilöistä kertominen, joita lapsen oli ollut haasteellista piirtää. Niillä pyrittiin myös helpottamaan tarinan eteenpäin viemistä. Ohjeiden mukana annettiin lupalappu, jossa kysyttiin vanhemmilta lupaa heidän lastensa tuotosten julkaisemiseen opinnäytetyössä. Kotona tehtävään sadutustyöhön oli varattu aikaa viikon verran, jonka jälkeen kuvat ja tarinat tuli palauttaa luokan opettajalle. Opettaja toimitti työt edelleen hankkeen projektipäällikön kautta opinnäytetyöntekijöille. Aineisto saatiin analysoitavaksi kaksi viikkoa toteutuksen jälkeen. Yhteistyöopettajalle lähetettiin sähköpostin välityksellä palautekysely toiminnastamme koululla. Viestin yhteydessä kysyttiin myös palautumattomien kuvien ja tarinoiden syytä sekä tehtävään varatun ajan riittävyttä. Kaksi oppilaiden vanhemmista oli ilmoittanut opettajalle, ettei heillä ole aikaa töidensä takia sadutuksen toteuttamiseen. Muista palauttamatta jääneistä tuotoksista ei saatu tietoa.

4.6 Aineiston analyysi

Saatuun aineistoon tutustuttiin kuvia tarkastelemalla ja tarinoita lukemalla. Kolmessa työssä oli useampi kuva samalla paperilla. Kuvataidetyöt olivat värikkäitä sekä luovasti ja huolella toteutettuja. Suurin osa lapsista oli käyttänyt työssään puuvärejä. Joissakin oli käytetty sekä puuvärejä että tusseja ja ainoastaan kahdessa työssä oli käytetty väritykseen pelkästään tusseja. Jokainen lapsi oli piirtänyt kuvaansa ainakin yhden henkilöhahmon, vaikka ihmisen piirtäminen oli ohjeistuksen mukaan vapaaehtoista. Tarinoissa esiintyi lisäksi monia erilaisia henkilöhahmoja, joita ei kuvataideteihin ollut piirretty. Suurimmassa osassa kuvataideteitä niissä kuvatut tapahtumat sijoittuivat luonnonympäristöihin tai ulkoliikuntapaikoille. Muissa kuvissa ympäristönä oli sisäliikuntatila, kuten urheilu- tai jäähalli. Lisäksi ympäristöjä oli kuvailtu tarkemmin tarinoissa ja jotkin tapahtumat sijoittuivat johonkin yleisesti tunnettuun paikkaan Orimattilassa tai sen ulkopuolella. Muutamat liikuntamuodot toistuivat useissa kuvissa ja tarinoissa. Tarinoiden pituuksissa oli paljon eroavaisuuksia. Lyhimpien ollessa puoli A5 sivua, ylsivät pisimmät kahteen A4 sivuun. Useat tarinat olivat selkeästi kuvitteellisia, sellaisia joiden tapahtumat eivät tosielämässä olisi mahdollisia. Osassa tarinoista oli puolestaan selvästi käytetty vanhemmille osoitettuja apukysymyksiä. Tarinat pohjautuivat piirrettyihin kuviin tuoden niihin syvällisemmän näkökulman.

Opinnäytetyön aineisto ei ollut kovin laaja; kaikki vastaukset eivät palautuneet opinnäytetyöntekijöille. Aineistoon perehdyttäessä sen todettiin kuitenkin riittävän vastaamaan tutkimustehtävään. Laadullista tutkimusta tehtäessä mietitään usein opinnäytetyön aineiston kokoa, joka on opiskelijan kokemuksen perusteella epämääräisempi kuin esimerkiksi määrällisessä tutkimuksessa. Opinnäytetyössä ei ole ratkaisevaa aineiston koko vaan tulkintojen kestävyys ja syvyys, joten ole tarvetta pyrkiä laajasti yleistettävään tutkimustulokseen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85.) Aineiston analyysimenetelmäksi valittiin sisällönanalyysi, sillä se on perusanalyysimenetelmä, jota voidaan käyttää kaikenlaisissa laadullisissa tutkimuksissa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91). Aineistolähtöinen sisällönanalyysi valikoitui sisällönanalyysimuodoista, koska opinnäytetyöntekijät halusivat analyysin pohjautuvan nimenomaan lasten tuottamaan aineistoon.

Tuomen ja Sarajärven (2009, 108) mukaan tutkimuksen aineisto kuvaa tutkittavaa ilmiötä ja aineiston analyysin tarkoituksena on kuvata selkeästi kyseistä ilmiötä. Sisällönanalyysissä aineisto pyritään järjestämään tiiviiseen muotoon hävittämättä sen sisältämää informaatiota. Laadullisen aineiston analysoinnin pyrkimyksenä on tiedon lisääminen, sillä hajanaisesta aineistosta pyritään luomaan yhtenäistä ja selkeää tietoa. Tällöin voidaan tehdä luotettavia johtopäätöksiä tutkittavasta ilmiöstä. Loogisen päättelyyn ja tulkintaan perustuen aineisto puretaan aluksi osiin, käsitteellistetään ja kootaan uudestaan uudella tavalla loogiseksi kokonaisuudeksi.

Opinnäytetyössä päädyttiin analyysin alkuvaiheessa käsittelemään kuvataidetyöt ja kuhunkin työhön liittyvä tarina yhdessä, niitä toisistaan erottamatta. Tämä siksi, että kuvataidetoiden ja tarinoiden koettiin täydentävän toinen toisiaan antamalla lisäymmärrystä tekijänsä ajatuksista. Opinnäytetyöntekijät kokivat tarinoiden antavan informaatiota kuvataidetoita enemmän, joten alkuperäiset ilmaukset poimittiin tarinoista. Tämä oli aineiston analyysin kannalta selkeämpää ja luontevampaa. Jokainen tarina pohjautui kunkin lapsen kuvataidetyöhön, joten kuviakaan ei sivuutettu, vaan ne lisäsivät ymmärrystä tarinoihin.

Sisällönanalyysia tehtiin tutkimustehtävään perustuen ja sille vastauksia etsien. Kategorioiden muodostaminen on kuvattu taulukoiden (Liite 4) avulla vaiheittain päättelyketjun selventämiseksi. Lisäksi tekstiin on liitetty esimerkki kuviot taulukoiden pohjalta, jotka on koodattu värein. Korostevärit on tehty helpottamaan kuvioiden lukemista ja niissä esiintyvien eri aihepiirien seuraamista. Tuomi ja Sarajärvi (2009, 109–112) kirjoittavat, että aineiston pelkistäminen eli redusointi tarkoittaa sitä, että aineistosta rajataan pois kaikki epäolennainen. Aineistoa voidaan pelkistää niin, että siitä etsitään tutkimustehtävää kuvaavia ilmaisuja tekstistä. Tutkimustehtävä ohjaa pelkistämistä, jonka mukaan aineistosta kerätään tutkimustehtävän kannalta olennaiset ilmaukset. Pelkistäminen voi tapahtua pilkkomalla aineistoa osiin tai tiivistämällä sitä. Ilmaisuista aletaan vähitellen muodostaa kategorioita ja niitä yhdistelemällä saadaan lopulta vastaus tutkimuskysymykseen. Opinnäytetyössä alkuperäiset ilmaisut pelkistettiin yksinkertaisempaan muotoon. Kuviossa 1 näkyy esimerkkejä alkuperäisten ilmauksien pelkistämisestä. Ilmaukset päädyttiin luokittelemaan liikuntamuodon,

seuran, paikan ja toiveiden mukaan, koska aineistossa oli paljon ilmauksia juuri näihin liittyen.

Alkuperäiset ilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset
”He kiipesivät puuhun katsomaan linnun poikasia”	puissa kiipeily
”Pelaan kotona pikkuveljeni kanssa päivittäin jalkapalloa. Meillä on pihalla oma maali ja iso nurmi alue. Joskus äiskä ja iskäkin tulevat pelaamaan meidän kanssa.”	pikkuveljen ja vanhempien kanssa
”Olin tylsistynyt kotona, joten päätin lähteä uimahalliin.”	uimahalli
”Haaveilen, että olisipa Orimattilassa sellainen jäähalli.”	jäähalli Orimattilaan

Kuvio 1. Alkuperäisten ilmauksien pelkistäminen yksinkertaisempaan muotoon liikuntamuodon, seuran, paikan ja toiveiden mukaan.

Pelkistetyt ilmaukset jaoteltiin alakategorioihin, kuten hyötyliikuntaan, leikkeihin ja urheilulajeihin. Pelkistettyjä ilmauksia taulukoitiin myös liikuntakumppanien ja -ympäristön mukaan. Ilmaisista poimittiin taulukkoon jaoteltaviksi myös niistä ilmenneet toiveet toiminnan ja paikan erityispiirteistä. Ryhmittelyllä eli klusteroinnilla aineistosta haetaan samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia ja samankaltaiset käsitteet yhdistetään kategoriaksi. Kategoriat nimetään niitä parhaiten kuvaavilla käsitteillä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110.)

Tutkimustehtävään liittyvistä pelkistetyistä ilmauksista etsittiin samanlaisia ja toisistaan eroavia ilmauksia, joiden perusteella pelkistetyistä ilmauksista muodostettiin alakategorioita. Kategoriat pyrittiin nimeämään niitä mahdollisimman hyvin kuvaavaksi. Pelkistettyjen ilmauksien muodostamista kategorioiksi kuvaa esimerkein kuvio 2.

Pelkistetty ilmaus	Alakategoria
hevosen hoito polkupyörän peseminen	hyötyliikunta
puissa kiipeily hiekkaleikit	leikkiminen
uinti ratsastus	urheilulajit
yksin	yksin liikkuminen
tyttöystävä Vilma, Tuomas, Lare kavereiden kanssa	kavereiden kanssa liikkuminen
pikkuveljen ja vanhempien kanssa minä, äiti, isi, mummi	perheen kanssa liikkuminen
keilahalli, uimahalli jäähalli Lahdessa	sisäliikuntatila
koulunpiha, kotipiha puisto	ulkoliikuntaympäristö
lasketella kovaa ja mutkitella, voittaa kieppuminen voimistelutelineillä	toiveita toiminnasta
jäähalli Orimattilaan uima-allas ponnauslaudalla ja vesiliukumäellä	toiveita paikasta

Kuvio 2. Alakategorioiden muodostuminen pelkistettyjen ilmauksien pohjalta.

Tuomen ja Sarajärven mukaan (2009,111)klusteroinnista seuraava vaihe on aineiston abstrahointi, jossa erotellaan olennainen tieto ja tämän mukaan muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Laadittuja alakategorioita yhdisteltiin ja näin muodostuivat yläkategoriat: Liikuntamuoto, kenen seurassa liikutaan, liikuntaympäristö ja haaveet. Kuviossa 3 on esimerkki siitä, miten alakategorioista muodostetaan yläkategorioita. Luokittelua jatkettiin etsimällä yläkategorioista yhteisiä tekijöitä, minkä jälkeen niitä yhdistettiin yhdistäväksi kategoriaksi. Yhdistävä tekijä oli tutkimustehtävä, joka muodosti yhdistävän kategorian: Lasten ajatuksia liikuntamahdollisuuksista Orimattilassa.

Alakategoria	Yläkategoria
urheilulaji	liikuntamuoto
perheen kanssa liikkuminen	kenen seurassa liikutaan
sisäliikuntatila	liikuntaympäristö
toiveita ympäristöstä	haaveet

Kuvio 3. Alakategorioiden ryhmittely yläkategorioiksi.

4.7 Tutkimuksen eettisyys

Opinnäytetyössä vastaajina olivat lapset, joten siinä otettiin huomioon tutkimuksen erityiskysymykset. Lasten ollessa kyseessä täytyi lupa tutkimukseen pyytää vanhemmilta. Opinnäytetyöhön osallistuvalla koululla oli huoltajilta kysytty niin sanottu jatkuva tutkimuslupa, joten kaikkia lasten tuotoksia sai käyttää erilaisiin tarkoituksiin hankkeessa. Lapsilta ja heidän vanhemmiltaan kysyttiin saatekirjeessä erikseen lupaa piirustuksien ja tarinoiden julkaisemiseen opinnäytetyössä. Kuula (2006, 148) kirjoittaa, että huoltajilta pitää saada suostumus tutkimukseen osallistumisesta, mutta lopullisen päätöksen tekee kuitenkin lapsi. Lisäksi tutkimuksessa huomioitiin, että toiminnassa käytettävät käsitteet olivat lapsille ymmärrettäviä.

Jokaisen tutkimukseen osallistuvan itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan niin, että tutkittavilla on mahdollisuus valita osallistuvansa tai olla osallistumatta tutkimukseen. Tutkimuksessa on otettava selvää, miten tutkittavien suostumus hankitaan, millaista tietoa he saavat ja millaisia riskejä osallistumisessa on. Perehtyneesti annettulla suostumuksella tarkoitetaan sitä, että tutkimuksen kulku ja tapahtumat kerrotaan osallistuvalla ja henkilö on kyvykäs ymmärtämään tiedot sekä osallistuva osallistuu tutkimukseen vapaaehtoisesti ja osaa tehdä järkeen perustuvia ratkaisuja. (Hirsjärvi, Remes&Sajavaara2009, 25.)

Opinnäytetyön aihe ei ollut arkaluontoinen, joten siitä ei todennäköisesti aiheutunut kovin merkittäviä eettisiä ongelmakohtia. Tutkimukseen osallistuvien

oppilaiden ja vanhempien nimet eivät tule esille opinnäytetyössä, jotta tutkittavien anonymiteetti säilyisi. Kuula (2006, 64) painottaa, että ihmisellä on oikeus päättää, millaisia tietoja he antavat tutkimuskäyttöön. Tutkimustekstit tulee kirjoittaa niin, että yksittäiset ihmiset eivät ole niistä tunnistettavissa. Saaduista aineistoista kahdessa ei ollut lupamerkintää, joten niitä ei käytetty tutkimuksessa. Se olisi ollut vastoin hyvää eettistä käytäntöä. Mäkinen (2006, 114) tarkentaa, että yksityishenkilölle tai organisaatiolle pitää taata mahdollisuus pysyä anonyyminä, kun halutaan toimia hyvän tutkimusetiikan mukaisesti.

Tutkittavan pitää voida luottaa siihen, että tutkimusaineistoa säilytetään, käsitellään ja käytetään niin kuin on ennalta sovittu (Kuula 2006, 64). Tutkimusaineisto säilytettiin koko opinnäytetyöprosessin aikana luottamuksellisesti. Aineistoa käsiteltiin huolellisesti, eikä se ollut ulkopuolisten käytettävissä. Mäkinen (2006, 115) selventää, että luottamuksellisuus tutkimuksen aineiston käsittelyssä liittyy yksityisyyteen, joten tutkijan ei tule levittää ihmisten henkilökohtaisia asioita ja tietoja. Ohjeistuksesta huolimatta jotkut oppilaista kirjoittivat nimensä tuotoksiinsa. Aineiston käsittelyn alkaessa nämä poistettiin anonymiteetin säilyttämiseksi.

4.8 Tutkimuksen luotettavuus

Hirsjärven ym. (2009, 232) mukaan tutkijan tarkka selostus tutkimuksen toteuttamisesta lisää laadullisen tutkimuksen luotettavuutta. Tutkimus tulee myös suunnitella, toteuttaa ja raportoida yksityiskohtaisesti ja tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti noudattamalla hyvää tieteellistä käytäntöä (Kuula 2006, 35). Opinnäytetyössä pyrittiin kuvaamaan tutkimuksen eri vaiheet ja perustelemaan tehdyt valinnat mahdollisimman tarkasti. Luotettavuutta lisää myös lasten piirtämien kuvien ja tarinoiden osien liittäminen opinnäytetyöhön, mikä tukee tutkimustuloksia ja perustelee tehtyjä tulkintoja. Jokaisen lapsen tuotos pyrittiin huomioimaan ja raportoimaan tuloksissa niin, ettei kenenkään tutkimukseen osallistuneen tuottama tieto jäisi huomioimatta, mikä myös osaltaan tukee tutkimuksen luotettavuutta.

Opinnäytetyötä varten pyrittiin etsimään tietoa useita lähteitä yhteen aihealueeseen liittyen, jotta tiedon luotettavuus varmistuisi. Myös lähdeviitteissä pyrittiin säilyttämään alkuperäinen sisältö mahdollisimman tarkasti. Lapsille suunnattu tehtävänanto toteutuksessa suunniteltiin niin, että se olisi mahdollisimman selkeä ja ymmärrettävä. Samalla pyrittiin säilyttämään tehtävänanto sellaisena, että se tuottaisi relevanttia tietoa opinnäytetyöhön. Tehtävänantoa suunniteltaessa opinnäytetyöntekijöiden tukena oli koulun kuvataiteen opettaja ja yksi luokanopettaja, jotta siitä saatiin juuri tutkimukseen osallistuneille lapsille sopiva.

Opinnäytetyössä lähdettiin siitä oletuksesta, että lapset piirsivät ja kertoivat omien toiveidensa mukaisia asioita. Luotettiin myös siihen, että perheet noudattivat annettuja ohjeita, jolloin vanhempi kirjoitti lapsen kertoman tarinan ylös. Metsämuuronen (2008, 53–54) kehottaa pohtimaan mistä voidaan päätellä, onko annettu tieto totta sekä onko tiedonantaja ollut rehellinen. Aineistoa tulkittaessa on myös pohdittava, onko ymmärtänyt tekstissä tai aineistossa olleita pieniä vihjeitä, jotka liittyvät omaan aikaan tai kulttuuriin.

Opinnäytetyöntekijöillä ei ollut ennakko-oletuksia tulosten suhteen, vaan tutkimusta lähdettiin tekemään avoimin mielin. Tähän pyrittiin tietoisesti, sillä opinnäytetyöhön haluttiin saada nimenomaan lapsilta lähtöisin olevia ajatuksia liikuntamahdollisuuksista Orimattilassa. Opinnäytetyötä tehdessä pyrkimyksenä oli säilyttää objektiivisuus, mutta täydellistä objektiivisuutta lienee mahdotonta saavuttaa. Koulutuksesta opitut ja teoriapohjasta kumpuavat ajattelumallit vaikuttivat luultavasti osaan päätöksistä ja valinnoista, joita opinnäytetyöprosessissa tehtiin. Hirsjärvi ym. (2009, 161) mukaan objektiivisuuden saavuttaminen ei ole lainkaan mahdollista. Tulokseksi voidaan saada vain ehdollisia selityksiä tiettyyn aikaan ja paikkaan rajoittuen.

Tutkimuksen vahvuuksien lisäksi pohdittiin myös tutkimuksen luotettavuutta heikentäviä seikkoja. Näitä luotettavuutta heikentäviä tekijöitä oli muutamia. Eräänä heikentävänä tekijänä oli esimerkiksi se, ettei tutkimusmenetelmää esitettävästi, sillä siihen ei ollut aikaa. Laadullisen tutkimukseen menetelmänä liittyi myös muutama luotettavuutta heikentävä tekijä. Laadullisen tutkimuksen kannalta

opinnäytetyön aineisto oli pieni, mutta opinnäytetyön kannalta se oli kuitenkin riittävä. Luotettavuuteen vaikutti myös se, että opinnäytetyöntekijät tekivät tutkimusta ensimmäistä kertaa, joten aikaisempaa kokemusta asiasta ei ollut.

5 TULOKSET

Opinnäytetyön tutkimustehtävänä oli selvittää alakouluikäisten lasten ajatuksia liikuntamahdollisuuksista Orimattilassa. Kerätty aineisto koostui 17 kuvataidetyöstä ja niiden pohjalta syntyneistä tarinoista. Tulokset on esitelty analyysin pohjalta syntyneiden kategorioiden mukaisesti. Lasten tuotokset keskittyivät pitkälti liikuntamuotojen kuvaamiseen ja siksi siihen liittyvät tulokset on esitelty ensimmäisenä. Tämän jälkeen on edetty analyysin mukaisessa järjestyksessä eteenpäin esitellen se keiden kanssa ja minkälaisissa ympäristöissä lapset liikkuvat sekä millaisia haaveita lapset tuotoksissaan esittivät. Tuloksissa esitellään lasten tekemiä kuvataidetoita sekä katkelmia niiden pohjalta syntyneistä tarinoista. Kuvat ja tarinat liitettiin tulos-osioon, sillä ne havainnollistavat aineistoa lukijalle ja antavat tarkemman kuvan tuloksista.

5.1 Liikuntamuodot

Lasten kuvataidetyöt ja niistä kerrotut tarinat käsittelivät hyötyliikuntaa, leikkejä sekä urheilulajeja. Useimmin esiintyviä lajeja olivat uinti, laskettelu, jalkapallo ja ratsastus. Muutamat muut lajit, kuten luistelu ja voimistelu, esiintyivät yksittäisissä kuvataidetoissa ja tarinoissa. Uinti mainittiin suosituimpana lajina yhteensä seitsemässä työssä. Uimiseen liittyi sekä rannalla että uimahallissa oloa. Uimassa oltiin kavereiden kanssa tai yksin. Eräässä tarinassa uitiin mökkirannassa perheen kanssa:

Olen uimassa järven rannassa kesämökkireissulla. Rannalla on aurinkoista ja pilvetöntä. Mökillä ovat mukana äiti, isi ja mummi.

Tarinassa oltiin kesäisellä mökkireissulla, johon mahtui uimisen lisäksi myös marjojen poimintaa ja polkupyörän pesua. Saunominen kuului myös mökkiohjelmaan. Uimisen yhteyteen liitettiin monissa töissä myös vesiliukumäkiä, ponnahduslautoja, rantaleikkejä tai muuta uimisen lisänä tapahtuvaa toimintaa, mistä esimerkkinä on kuvio 4.

Uin ja menin putkiliukumäkeen ja harjoittelin vapaauintia ja se oli hauskaa.



Kuvio 4.”Vilman ja Emmin hartain toive oli saada joka päivä heidän tuntemat pojat leikkimään pallohippaa.”

Laskettelu mainittiin kolmessa kuvassa ja tarinassa. Yksi tarina sijoittui Rukalle, toinen puolestaan Lahden Messilään. Rinteessä oltiin kavereiden tai serkkujen kanssa. Laskettelua käsittelevissä kuvataidetoissa ja tarinoissa esiintyi laskettelua suksilla, lumilautailua sekä hyppyreistä laskemista tekemistä. Mäessä myös menttiin lujaa, mutkiteltiin ja tehtiin temppuja. Kaikissa lasketteluaiheisissa kuvataidetoissa (Kuvio 5) ja tarinoissa kuvailtiin erikseen myös lasketteluhissejä. Laskettelua kuvailtiin muun muassa seuraavilla tavoilla.

*Sitten me lasketeltiin yhdessä alas ja sitten me menttiin yhdessä ylös.
Sitten me menttiin hurjaan mäkeen ja kaduttiin ja meitä alkoi
naurattaa.*

*Se on sellainen paikka, että siellä hypitään Gokseista ja siellä on
kovaa menevät tuolihissit. –Lare on juuri hypännyt voltin ja Tomi
360 ja Julius hyppäsi Bäkin.*



Kuvio 5. ”Lumilautailen tossa ekassa kuvassa. Emmä oikeesti osaa, mut mä haluisin et osaisin.”

Kuvataidetoihin ja tarinoihin sisältyi selkeitä ajatuksia siitä, mitä rinteessä halutaan tehdä. Kaikissa lasketteluaiheisissa Kuvataidetoissa ja tarinoissa lapset kertoivat viihtyvänsä ja pitävänsä hauskaa lasketellessaan. Laskettelu kuvailtiin myös hurjaksi ja parasta oli kun meni lujaa ja pääsi temppuilemaan. Yhden lapsen tarina erosi selvästi muista laskettelu- ja lautailuaiheisista tarinoista, sillä siinä lapsi halusi lumilautaillla, vaikka ei oikeasti osaa lautailla.

Jalkapallo oli aiheena myös kahdella lapsella. Molemmissa töissä kuvattiin vapaa-ajalla tapahtuvaa jalkapallon peluuta. Palloa pelattiin sekä kavereiden että perheen kanssa. Jalkapallon peluusta kerrottiin hauskana ajanvietteenä yhdessä toisten kanssa. Eräs poika kuvasi jalkapalloa kuvion 6 mukaisesti.



Kuvio 6. ”Olimme pelaamassa nurmikentällä. Oli juuri sopivan kokoinen maali. Pallo oli Laren ja se oli hyvä. – – Kivointa on kun olen maalissa ja Lare koittaa vedellä maaleja.”

Ratsastus mainittiin niin ikään kahdessa työssä. Ratsastuksen lisäksi näissä tarinoissa mainittiin kilpaa ratsastaminen ja hevosen hoito. Yksittäisiä kuvauksia oli useasta toiminnasta. Keilaamassa käytiin perheen kanssa ja lenkkeilyä ja yleisurheilua sen sijaan harrastettiin yksin. Eräs lapsi oli piirtänyt pyöräilykilpailun metsäpolulle. Kilpailuun osallistui hän itse, hänen isänsä ja hänen ystävänsä. Yhdessä kuvassa oli koripalloa. Tarinassa mainittiin myös koripallon pelaaminen perheen kesken. Alla olevassa kuvassa (Kuvio 6) eräs lapsi kuvaa neljää eri liikuntamuotoa, joista yksi on lenkkeily.

Minä Lare ja iskä lähdettiin kilpapyörailemään metsään.



Kuvio 7. ”Eräänä päivänä menin lenkille. Menin juosten ja hölkäten.”

Erään lapsen kuvataidetyö ja sen pohjalta kerrottu tarina poikkesivat toiminnan luonteen vuoksi muiden lasten tuotoksista. Siinä esiintyivät Lare ja Lotta, jotka olivat puistossa tarkkailemassa lintuja ja keinuivat. Kertoja kuvaa lintubongausta näin:

He katsoi lintuja, jotka menivät linnunpönttöihin. – –Lare ja Lotta syöttivät lintuja. He kiipesivät puuhun katsomaan linnunpoikasia.

5.2 Kenen kanssa liikutaan

Kaikissa kuvataidetoissa esiintyi yksi tai useampia henkilöitä, ja tarinoissa vieläkin useampia. Viidessä työssä kuitenkin liikuttiin yksin. Selvästi enemmistö lapsista kuvasi liikkuvansa ystäviensä kanssa, ja joissakin tarinoissa väkeä oli mukana todella paljon. Myös perheen kanssa liikuttiin jonkin verran, mikä näkyy myös kuviossa 8. Kuuteen työhön oli toimintaan otettu mukaan kehyskertomuksen Liikkuja-Lare. Osassa kertomuksista seikkaili minäkertoja,

toisissa kertoja kuvaili tarinaa ulkopuolisena. Tällaisessa seurassa lapset kuvasivat harrastavansa liikuntaa:

Menin laskettelemaan serkkujeni kanssa.

Jim meni sinne heti ensimmäisenä päivänä. Uima-altaalla oli muitakin lapsia — Lare laskee liukumäkeä, joka on keltainen. Siellä oli myös kaksi tyttö, niiden nimet olivat Laura ja Liisa. Siellä oli muitakin tyttöjä — Kioskissa on Tuomas niminen myyjä.



Kuvio 8. ”Kuvassa pelaan jalkapalloa kavereitten kanssa. On välitunti ja pelaamme jalkapalloa meidän luokkalaisia poikia vastaan. — —
Pelaan kotona pikkuveljeni kanssa päivittäin jalkapalloa. — — Joskus äiskä ja iskäkin tulevat pelaamaan meidän kanssa.”

5.3 Liikuntaympäristö

Liikuntaympäristöt sijoittuivat sekä sisätiloihin että ulkoilmaan. Liikuntaa harrastettiin kuvataidetoissa ja tarinoissa kuitenkin enemmän ulkona kuin sisätiloissa. Osa kuvatuista paikoista on oikeasti olemassa olevia paikkoja, joista esimerkkeinä ovat yleinen uimaranta Orimattilassa tai laskettelukeskus Pohjois-Suomessa. Kuviossa 9 lapsi kuvailee liikuntaympäristönä muun muassa uimahallin, jossa on 50 metrin pituinen allas. Vastapainona joukossa oli myös

tarinoita, jotka olivat täysin kuvitteellisia ja myös liikuntaympäristö oli kertojan mielikuvituksen tuotetta. Näin lapset kuvailivat liikuntaympäristöjä:

Lattia olisi pehmeää mattoa ja yksi seinä olisi peilejä, jotka saisi kiinni. Tila olisi korkea.

Uima-altaalla oli vesiliukumäki, jonne kiivettiin rappusia pitkin, vesiliukumäki oli 8 metrin korkuinen.

Jalkapallokenttää ympäröi iso aitaus. Kentän päädyissä on kaksi maalia. Tekonurmella on mukava juoksennella ja potkia palloa.



Kuvio 9. ”Orimattilassa oli uima-allas, jonka pituus oli 50 metriä.”

Ympäristöt olivat useissa tarinoissa hyvin tarkasti ja perusteellisesti kuvattuja. Lapset käyttivät yksityiskohtaisia ilmaisuja kuten ”pehmeä lattia” ja ”iso aitaus” tarkentamaan kuvaustaan ympäristöstä.

5.4 Haaveet

Monissa töissä, erityisesti tarinoiden kautta, lapset kertoivat haaveistaan ja unelmistaan. Haaveita oli hyvin erilaisia; toiset haaveilivat liikuntaympäristöistä, toisten unelmoidessa jostakin toiminnasta tai tietynlaisesta säästä. Eräs lapsi oli

piirtänyt itsensä luistelemaan Lahden jäähalliin. Hän ilmaisi haaveensa kuvion 10 mukaisesti.



Kuvio 10. ”Haaveilen, että olisipa Orimattilassakin sellainen jäähalli, koska luisteleminen on kivaa.”

Oli myös kuvia ja tarinoita, joissa haaveena oli ikuinen kesä, tai ainakin ikuinen uimaranta vuodenajasta riippumatta. Nämä haaveet sijoittuivat Orimattilaan huolimatta niiden mahdottomuudesta. Myös nämä kuvitteelliset ympäristöt olivat hyvin tarkasti ja yksityiskohtaisesti kuvailtuja niin kuvataidetoissa kuin tarinoissakin.

Vilma ja Emmi toivoivat, että Kalliojärvi olisi kesällä ja talvella. Ja joka vuodenaikana olisi palmuja, joissa olisi kookospähkinöitä. Ja sateenkaari, jonka päällä olisi aarrearkku, jota kukaan ei saisi otettua.

Siellä näyttää aurinkoiselta. Siellä ei koskaan sada, mutta silti on aina sateenkaari. Tämä on Orimattilassa. Haluaisin, että Orimattilassa olisi tällaista.

Haaveista kävi ilmi myös se, mitä lapset toivomissaan paikoissa tekisivät. Eräs lapsi kuvasi kuviossa 11, mitä hänen haaveilemassaan voimistelutilassa on mukavinta tehdä.



Kuvio 11. ”Kivointa olisi kieppua telineillä, tehdä kuperkeikkoja ja voltteja. Välillä voisi olla hippaa ja telineet korjattaisi pois.”

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Liikuntatutkimus paljastaa, että lasten liikunta on kokenut pysyvän muutoksen. Ennen pelattiin ja leikittiin pihalla ja lähialueilla, kun nykyään keskitytään tietyn määrääjain lajien harjoitteluun. (Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010 Lapset ja nuoret 2010, 6.) Kuitenkin opinnäytetyön tulokset poikkeavat tästä tutkimustuloksesta. Lapset kertoivat kuvataidetoissaan ja tarinoissaan tutuista ja tavallisista urheilulajeista, esimerkiksi uimisesta ja jalkapallosta, mutta niitä ei suinkaan harrastettu urheiluseuroissa vaan vapaa-aikana kavereiden ja perheen kanssa. Liikunta ei siis ollut sidottuna tiettyyn aikaan ja paikkaan, vaan sitä voitiin harrastaa vapaasti. Kilpailu ei myöskään ollut suuressa roolissa tässä tutkimuksessa, vaan lapset halusivat nauttia liikunnan ilosta toisten kanssa yhdessä. Kuvissa ja tarinoissa kuvattiin paljon leikkiä ja hyötyliikuntaa, esimerkiksi pallohippaa ja mansikoiden poimimista, urheilulajien rinnalla.

Kansallisen liikuntatutkimuksen 2009–2010 mukaan 43 %:lla 3–8-vuotiaista lapsista harrastaa urheiluseurassa, joka tarkoittaa yhteensä 424 000 seurassa toimivaa lasta tai nuorta. Urheiluseurassa eri ikäluokista 7–11-vuotiaat ja 12–14-vuotiaat harrastavat suhteellisesti enemmän liikuntaa. Näistä ikäryhmistä enemmän kuin joka toinen harrastaa urheiluseurassa. Liikunnan harrastajamääriä ikävuosittain vertailtaessa seuroissa harrastavien osuus on 9–12-vuoden ikäisten keskuudessa on 60 %. (Kansallinen liikuntatutkimus 2009–2010 Lapset ja nuoret 2010, 13–14.)

Tuloksissa liikuntamuodot, eli erilaiset lajit, olivat keskeisessä osassa. Niiden ympärille rakentuivat ympäristöt, joissa liikuttiin ja seura, jonka kanssa liikuttiin. Liikuntamuodot määrittivät pitkälti liikuntaympäristöjä, sillä tietyt liikuntamuodot vaativat harrastamista varten tietynlaisen, juuri siihen tarkoitetun ympäristön. Esimerkiksi telivoimistelua ei pysty harjoittamaan ilman asianmukaista ympäristöä tai ainakin se on hyvin vaikeaa. Suosituimpia liikuntamuotoja olivat uinti, laskettelu, jalkapallo ja ratsastus. Antinmaan (2008, 46) tutkimuksesta löytyy yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia tämän tutkimuksen kanssa; Antinmaan mukaan lenkkeily, ulkoilu ja pihapelit olivat tyttöjen ja poikien suosiossa. Ratsastus ja lenkkeily koiran kanssa olivat tyttöjen

suosituimpia liikuntamuotoja. Erityisesti poikien keskuudessa pyöräily ja luistelu olivat suosittuja.

Kansallisen liikuntatutkimuksen(2009–2010 Lapset ja nuoret 2010, 7) mukaan 3–18-vuotiaiden suomalaisten lasten ja nuorten keskuudessa eniten liikuttavia lajeja on jalkapallo ja pyöräily. Lisäksi tutkimuksessa suosittuihin lajien joukkoon kuuluivat uinti, juoksulenkkeily, hiihto ja salibandy. Suosituimmista lajeista varsinkin perusliikuntamuotoja harrastetaan paljon seuratoiminnan ulkopuolella. Luistelu, jääkiekko, voimistelu ja kävelylenkkeily voidaan myös liittää paljon harrastettujen lajien joukkoon. Opinnäytetyössä ei näistä lajeista esiintynyt salibandyä, jääkiekkoa eikä kävelylenkkeilyä lainkaan. Tulokseen saattaa vaikuttaa otoksen pieni koko ja erityisesti siihen osallistuneiden poikien vähäinen määrä. Osallistuneet lapset olivat myös iältään 9–10-vuotiaita, kun kansallisen liikuntatutkimuksen otoksessa puolestaan oli mukana huomattavasti laajempi ikäryhmä.

Tässä tutkimuksessa selvisi, että lapset halusivat liikkua enimmäkseen kavereiden kanssa. Kavereita oli mukana toiminnassa joko yksi tai useampia. Osa liikkumisesta kuvattiin tapahtuvan isoissa kaveripiireissä. Tämä tulos on yhdenmukainen myös aiempien tutkimusten kanssa. 8–10-vuotiaista lapsista suurin osa eli 73,3 % liikkui mieluiten kavereidensa kanssa. Lasten kasvaessa vanhempien merkitys liikuntakavereina väheni, mutta vanhemmillä on yhä merkittävä rooli lastensa liikunnan harrastamisessa. Lapsi saa liikuntaa kohtaan kiinnostuksensa ja positiivisen asenteen kotoaan, mutta tutustuakseen kodin ulkopuoliseen maailmaan lapsi luo perheen ulkopuolisia suhteita ja intressejä. (Huotari 2000, 62.) Kansallisesta liikuntatutkimuksen 2009–2010 Lapset ja nuoret (2010, 14) ja Salmelan (2006,102) mukaan nuoruusiässä harrastaminen urheiluseuroissa vähentyy, mutta omatoiminen harrastaminen yksin tai kaveriporukassa lisääntyy. Murrosiässä ja sen jälkeen liikunta vähentyy täten huomattavasti. Tässä tutkimuksessa saatujen tulosten valossa opinnäytetyön voidaan nähdä myös kannustavan lapsia löytämään jo varhaisessa vaiheessa muita liikuntamahdollisuuksia kuin kilpaurheilu.

Osa lapsista liikkui tehdyssä tutkimuksessa perheenjäsenten kanssa.

Kuvataidetoissa ja tarinoissa mainittiin isän kanssa sekä molempien vanhempien

kanssa perheenä liikkuminen. Perheen kanssa lapset kertoivat uivansa, keilaavansa ja pelaavansa jalkapalloa. Tästä poiketen Huotari (2000,60) toteaa, että 8–10-vuotiaat lapset liikkuvat eniten äidin kanssa, 53,3 %, isän kanssa 13,3% ja 33,3 % liikkui yhdessä molempien vanhempien kanssa. Jotkut lapset puolestaan kertoivat liikkuvansa yksin. Yksin harrastettavat liikuntamuodot olivat lähinnä yksilölajeja, kuten lenkkeily tai uinti.

Lapset esittivät myös konkreettisia ja yksityiskohtaisia ajatuksia liikuntaympäristöistä. Niin kuvataidetoissa kuin tarinoissakin oli paljon pieniä yksityiskohtia, mistä päätellen lapsilla oli selkeitä visioita toivomistaan ympäristöistä. Fogeholm ym. (2007, 84–85) kirjoittaa, että turvallinen ja viihtyisä ympäristö luo mahdollisuuksia ja tukee eri ikäryhmien päivittäistä liikuntaa. Arkiliikunta on yksi terveysliikunnan perustekijöistä ja se korostaa ympäristön tärkeyttä väestön liikkumisen edistämässä.

Tässä tutkimuksessa esiintyneenä toiveena oli muun muassa saada 50 metrin pituinen uima-allas. Lahden uimaseuralla on Orimattilassa aktiivisesti toimiva uimaseura, jossa toimii seitsemän junioriryhmää (Lahden uimaseura ry 2012). On mahdollista, että tämän kaltainen haave on lähtöisin nimenomaan uimaharrastajalta. Toiveissa oli myös jäähalli, telivoimistelusalit ja maauimala, jollaisia Orimattilassa ei ole lainkaan. Nämä kuitenkin löytyvät Lahdesta, siis melko läheltä Orimattilaa. Voidaan olettaa, että näistä haaveilevat lapset ovat käyneet vastaavanlaisissa paikoissa joko Lahdessa tai muualla ja haluaisivat niiden löytyvän myös lähempää, jolloin kulkeminen olisi lapsille helpompaa. Vesiliukumäki, 8 metrin korkuinen vesiliukumäki ja ponnahduslauta olivat myös lasten toiveita. Tämä kertoo lasten toivovan uimiseen liittyvän liikunnan lisäksi leikin elementtejä.

Erityisesti tarinat korostivat haaveiden näkökulmaa lasten kertoessa omista ajatuksistaan liikuntamahdollisuuksien suhteen. Lasten kuvataidetojen ja tarinoiden joukossa oli muutama tuotos, joiden sisältö liittyi kesään. Niitä kaikkia yhdistäviä tekijöitä olivat ikuinen kesä, uimaranta ja rantaleikit. Kyse oli selvästi siitä, että lapset halusivat kesän olevan nimenomaan Orimattilassa, eikä kyseessä ollut esimerkiksi lomamatkatoive. Näiden tuotosten syntyyn on saattanut vaikuttaa kesän ja kesäloman läheisyys aineistonkeruun aikaan.

Tämän tutkimuksen perusteella voidaan olettaa, että orimattilalaiset lapset ovat kuitenkin melko tyytyväisiä kaupunkinsa liikuntatarjontaan. Lapset esittivät kuvissaan ja tarinoissaan muutamia erilaisia ideoita, mutta suuri osa lasten tuotoksista kuvasi kuitenkin Orimattilassa jo olemassa olevia liikuntamahdollisuuksia. Tämä tosin voi osin johtua lasten yleisestä taipumuksesta peilata asioita jo tuntemaansa kontekstiin.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada lasten ääni kuuluviin ja parantaa näin lasten asemaa itsenäisinä tiedontuottajina. Tutkimustehtävänä oli selvittää alakouluikäisten lasten ajatuksia liikuntamahdollisuuksista Orimattilassa. Opinnäytetyöntekijät kokivat saaneensa vastauksen tutkimustehtävään. Lapset tuottivat ajatuksia ja ideoita Orimattilassa jo olevista sekä sinne toivomistaan liikuntamahdollisuuksista. Saadun aineiston pienen koon vuoksi tutkimustuloksia ei voida yleistää, eikä siihen tässä tutkimuksessa pyrittykään. Tulokset kertovat juuri kyseessä olevien lasten ajatuksia liikunnasta Orimattilassa. Tutkimuksen merkitys on näkyvää ainakin siihen osallistuneille lapsille, jotka saivat tuoda esiin omia ajatuksiaan liikunnasta. Tutkimuksessa mahdollistettiin myös vanhempien herkistyminen kuuntelemaan oman lapsensa ajatuksia liikunnasta Orimattilassa.

Opinnäytetyön tavoite, herättää lapset ja perheet ajattelemaan liikuntaa ja kuvata lasten ajatuksia Orimattilassa, saavutettiin opinnäytetyöprosessin aikana. Lapset tekivät kuvataidetyöt ja kertoivat niiden pohjalta tarinat liittyen liikuntaan Orimattilassa ja osoittivat niiden kautta, että ajatuksia syntyi. Suurin osa lapsista kertoi vanhemmilleen tarinan kuvan pohjalta, jolloin vanhemmalle syntyi ainakin tietoa lapsen ajatuksista aiheetta kohtaan. Lapset myös tuottivat erityisesti tarinoissaan liikkumista yhdessä perheen kanssa. Opinnäytetyö lisäsi tietoa tutkittavasta aiheesta sillä, että muista tutkimuksista poiketen lapset halusivat liikkua leikinomaisesti vapaa-ajalla harrastamatta seurassa jotakin tiettyä lajia määrättyyn aikaan. Mikäli tämä olisi myös laajemman joukon mielipide, voisi tulosta hyödyntää kunnissa kehittämällä liikuntamahdollisuuksia ja -ympäristöjä siihen suuntaan. Tällä hetkellä tutkimuksesta saatuja tietoja voisi hyödyntää esimerkiksi perheissä. Lapsilla ei välttämättä tarvitse olla lukuisia liikuntaharrastuksia, vaan liikunnan ilo voi löytyä lapselle tavallisista peleistä ja leikeistä perheen ja kavereiden kesken. Erityisesti lapset liikkuvat siksi, että se on mukavaa ja hauskaa ajanvietettä, eivätkä niinkään liikunnan terveydellisten hyötyseikkojen vuoksi, mikä on erittäin tärkeää motivaation kannalta.

Opinnäytetyön aineistonkeruu toteutettiin syyskuun puolella välissä, jolloin koulua oli kesän jälkeen ollut vain kuukauden verran. Kesän läheisyys näkyi useissa kuvissa ja tarinoissa selkeästi esimerkiksi sään ja ympäristön kuvailussa.

Monet lajit ja liikuntaympäristöt liittyivät nimenomaan kesään ja kesäsäähän. Muutamien toiveissa oli myös, että kesä jatkuisi ympäri vuoden. Erilaisella ajankohdalla tai ohjeistuksella olisi mahdollisesti saatu erilaisia tuloksia. Ajankohtaan oli opinnäytetyön ja hankkeen aikataulun vuoksi vaikea vaikuttaa, mutta ohjeistuksessa kesän läheisyyden olisi voinut ottaa paremmin huomioon.

Jotkin tarinoissa ilmenneet maininnat perheen kanssa liikkumisesta saattoivat johtua saatekirjeen sadutusohjeisiin laitetusta ”Miten voisimme yhdessä perheenä liikkua?” -apukysymyksestä. Näissä tapauksissa perheeseen viittaavat lauseet olivat muusta tarinasta irrallisia. On mahdollista, että vanhemmat ja lapset ovat luulleet, että kaikkiin kysymyksiin oli tarkoitus vastata tarinassa. Tämän kysymyksen tarkoituksena oli saada aikaan kotona keskustelua liikunnasta ja auttaa tarinan eteenpäin viemisessä silloin, kun se olisi muutoin ollut vaikeaa. Tehtävänannon selkeyttä ja vaikutusta tuloksiin on syytä pohtia. Tämän tutkimuksen perusteella on vaikea tietää olisiko erilainen tehtävän asetteleminen tuonut erilaiset tulokset. Sadutusmenetelmä saattoi olla osalle lapsista ja vanhemmista vieras, mikä saattoi tuottaa vaikeuksia kotona tarinan synnyssä.

Tuotoksista kaksi jäi palautumatta, koska vanhemmat kokivat, ettei heidän aikansa riittä sadutuksen dokumentoimiseen. Yhteistyöopettaja oli kuitenkin sitä mieltä, että vastausaika jäi kotiin tarpeeksi ja sen puitteissa olisi kaikkien pitänyt ehtiä tekemään myös sadutusosio. Ohjeistuksen opettaja näki niin ikään selkeänä ja riittävänä. Palautteessaan hän muistutti vielä, ettei kaikkien perheiden tilanne ole samanlainen, eikä jokaisen todellista tilannetta voi aina tietää.

Menetelmänä laadullinen tutkimusote sopii hyvin tämänkaltaisen tutkimuksen tekemiseen, sillä siinä tutkija on melko vapaa valitsemaan tekemäänsä tutkimukseen sopivan polun. Tämä mahdollistaa myös epätavallisempien aineistonkeruumenetelmien käytön. Aineistolähtöinen analyysimenetelmä mahdollistaa tulosten pohjautumisen nimenomaan saatuun aineistoon ja lasten tuottamiin ajatuksiin, mikä oli myös tutkimuksen lähtökohta. Toisaalta aineistolähtöinen sisällönanalyysi on erityisesti aloittelevalla tutkijalla melko haastava analyysin muoto, koska se ei noudata tiettyä ehdotonta kaavaa vaan

mahdollisuudet ovat moninaisia. Tutkijan on itse tehtävä päätökset siitä, mihin suuntaan lähtee tutkimustaan viemään.

Kuvataidetyön tekeminen ja siihen liitetty sadutus-menetelmä toimi hyvänä keinona kartoittaa juuri lasten ajatuksia ja toiveita. Luovana menetelmänä se päästi mielikuvituksen valloilleen ja lasten äänen kuuluviin. Lapsille menetelmä toimi mielekkäänä tapana tuottaa tietoa ikään kuin leikin varjolla. Menetelmän harjoittelu lasten kanssa ja sen tutuksi tekeminen olisi saattanut parantaa lasten käsitystä menetelmän toiminnasta. Se olisi saattanut aiheuttaa muutoksia saatuihin tuloksiin. Menetelmä sisälsi myös lasten ja vanhempien yhteisen osion, jossa lapsi kertoi kuvan tarinan vanhemmilleen. Tämän avulla saatiin kerättyä kuvien tarinat talteen, ja toisaalta samalla perheissä vanhemmat kuulivat lastensa ajatuksia ja toiveita liikkumisesta. Sadutuksen ohjeissa oli myös yhtenä apukysymyksenä, miten perhe voisi liikkua yhdessä. Näin menetelmän avulla pyrittiin edistämään myös perheiden yhteistä keskustelua liikunnasta. Lasten vanhempien joukossa oli myös sellaisia, joiden mielestä heillä ollut riittävästi aikaa sadutuksen tekemiseen kotona. Tämä on harmillista, sillä se saattoi myös aiheuttaa ikäviä tunteita sellaisille lapsille, jotka olisivat itse halunneet osallistua tutkimukseen. Jatkossa voisi pohtia sadutuksen dokumentoinnin järjestämistä niin, että tutkimuksen tekijät saduttaisivat henkilökohtaisesti kaikki lapset, jolloin vältyttäisiin sekä vanhempien ajan rajallisuuden että käytetyn metodin vierauden tuomilta ongelmilta.

Haasteena menetelmässä on tulosten tarkastelu ja tulkinta, sillä kyseessä ei ollut perinteisen kaavan mukaan etenevä laadullinen tutkimus. Kuvien analysoiminen on itsessään haastavaa, ja tarinat lisäävät haastetta sadunomaisuudellaan.

Tarinoista vastaukset täytyy etsiä, sillä ne eivät näyttäyty suoraan vaan tarinoihin kätkeytyy syvällisiä merkityksiä. Toisaalta tarinat myös selventävät ja täsmentävät kuvien sanomaa. Lasten ajatuksien kuuleminen vaatii tarkkaa suunnittelua, jotta lapsen ääni tulee aidosti kuulluksi. Tämän menetelmän avulla lapsi sai kertoa omia ajatuksiaan piirtämällä, kertomalla ja tuoda omaa luovuutta esiin ilman, että häntä ohjailtiin tai rajoitettiin liikaa. Tuotokset kuvastavat juuri sitä, mitä lapsi ajattelee liikunnasta Orimattilassa. Lasten tarinoista nousikin esille lasten halu liikkua kotona omatoimisesti leikkien tai vaikka pelaillen. Voidaan ajatella, että

lasten liikunnassa keskeistä on vaikuttaa perheisiin, sillä perheen ja kodin rooli liikunnan edistäjänä niin mahdollistajana kuin kannustajana edistää parhaiten lasten liikuntaa, mutta tukee myös parhaiten lasten omien ajatuksien toteuttamista.

Lasten huomioon ottaminen merkityksellisinä tiedontuottajina ja vaikuttajina on tällä hetkellä aiheena erittäin ajankohtainen, minkä huomioiden jatkotutkimusmahdollisuuksia on runsaasti. Tutkimuksen voi sovellettuna toistaa esimerkiksi eri ikäryhmillä tai laajemmalla otoksella. Jokaisessa kaupungissa on erilaiset liikuntamahdollisuudet, joten tutkimuksen voi toistaa eri kaupungeissa saadakseen tietoa juuri kyseisen kaupungin lasten toiveista ja ehdotuksista. Tässä opinnäytetyössä ei myöskään eroteltu tyttöjä ja poikia, joten on mahdollista tehdä tutkimus, jossa vertaillaan tyttöjen ja poikien ajatuksia ja etsitään niistä yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia.

Perheellä on merkittävä vaikutus lasten liikuntatottumusten muotoutumisessa. Tässä opinnäytetyössä käytettyjä menetelmiä voi hyödyntää perheiden liikuntatottumusten kartoittamiseen lasten näkökulmasta. Ohjeistusta tulee tällöin muuttaa esimerkiksi siten, että lapsia pyydetään piirtämään ja kertomaan oman perheen liikuntatottumuksista ja -tavoista. Jatkotutkimuksena voi kartoittaa millä tavoin perheiden liikuntatottumukset vaikuttavat lasten liikkumiseen.

LÄHTEET

Antinmaa, J. 2008. Ylös, ulos ja kentälle! Nokialaisten kuudesluokkalaisten liikunnalliset harrastukset ja muut vapaa-ajanviettotavat. Oulun yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Kasvatustieteen pro gradu –tutkielma.

Availa, A. (toim.) 2010. Innovaatio ja osaaminen –verkosto. 2010. Livinglab–käsikirja –ohjeita aidon käyttäjäympäristön käynnistämiseen ja pyörittämiseen. Seinäjoen Teknologikeskus Oy: I-print Oy.

Dagkas, S. & Armour, K. (edit.) 2012. Inclusion and Exclusion Through Youth Sport. Routledge studies in physical education and youth sport. University of Bedfordshire, UK.

Fogelholm, M., Paronen, O. & Miettinen, M. 2007. Liikunta – hyvinvointipoliittinen mahdollisuus. Suomalaisen terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti 2006. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2007:1. Helsinki: UKK-instituutti.

Fogelholm, M., Vuori, I. & Vasankari, T. (toim.) 2011. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti 2011. Keuruu: Otava.

Halme, T & Laine, K. 2005. Katsaus lasten ja nuorten liikuntakäyttämisen tutkimukseen -3-18 -vuotiaiden liikunnan useus, intensiteetti, liikuntaan käytetty aika, liikuntamuodot sekä omatoimiseen ja ohjattuun liikuntaan osallistuminen. Likes/Linet

Harmokivi-Saloranta, P. (toim.) 2012. Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti 2012. Päijät-Hämeen terveystieteiden tutkimuskeskuksen LivingLab – Terveystieteen tutkimuskeskuksen ääni. Lahden Ammattikorkeakoulun julkaisusarjat. Julkaisematon. Tampere: Tampereen Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Tammi.

Huotari, K. 2000. ”Mennään yhdessä ulos pelaamaan” Perheliikunnan olemus nyky-yhteiskunnassa –tapaustutkimus Kalinka-projektista. Jyväskylän yliopisto, Liikunnan sosiaalitieteiden laitos. Liikuntasosiologian Pro gradu –tutkielma.

Hytönen, J. 2004. Lapsikeskeinen kasvatustieteiden tutkimus. 4–7. uudistettu painos. Vantaa: WSOY.

Hytönen, J. 2008. Lapsikeskeisen kasvatuksen ydinkysymyksiä. Helsinki: WSOY.

Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.

Hämäläinen, J. 2010. Sosiaalipedagogiikka teorian ja käytännön suhteena. Teoksessa Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja 2010. Kuopio: Suomen sosiaalipedagoginen seura, 5–12.

Kansallinen liikuntatutkimus 2009-2010 Lapset ja nuoret. 2010. SLU:n julkaisusarja 7/2010. [viitattu 15.11.2011]. Saatavissa: http://slu-fi-bin.directo.fi/@Bin/0fe9ba7bf1e5790f37851e539d9a280b/1323960766/application/pdf/3244703/Liikuntatutkimus_nuoret_2009_2010.pdf

Karlsson, L. 2000. Lapsille puheenvuoro, Ammattikäytännön perinteet murroksessa. STAKES. Helsinki: Edita.

Karlsson, L. 2005. Sadutus –avain osallistavaan toimintakulttuuriin. Keuruu: Otava.

Karlsson, L. (toim.) 2006. Lapset Kertovat... Työpapereita 9/2006. STAKES. Helsinki.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka – aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Lahden uimaseura ry. 2012. Orimattilan ryhmät. [viitattu 25.1.2012] Saatavissa: http://www.uinti.com/harrastustoiminta/orimattilan_ryhmat/

Liimatainen, E. 2000. Prososiaalinen käyttäytyminen, minäkäsitys ja liikuntaharrastus 11- ja 17- vuotiaille nuorilla. LIKES. Jyväskylän yliopisto. Väitöskirja.

Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia-sarja 4. 3.uudistettu painos. Helsinki: International MethelpKy.

Miettinen, M.(toim.) 2000. Haasteena huomisen hyvinvointi –Miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. Jyväskylä: LIKES.

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan abc. Helsinki: Tammi.

Nivala, E. 2007. Sosiaalipedagogiikka nuorten yhteiskunnallisen kasvun tukena. Teoksessa Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja 2007. Kuopio: Suomen sosiaalipedagoginen seura. 77–107.

Rajala, K. 2010. Vähän liikkuvien ja liikunnasta syrjäytymisvaarassa olevien lasten ja nuorten aktivointi – raportti hanketoiminnasta. Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö: LIKES. [viitattu 27.12.2011] Saatavissa: http://www.edu.fi/download/125913_Lisy_raportti.pdf

Ranne, K. 2002. Sosiaalipedagogiikan ydintä etsimässä -Sosiaalipedagogiikka suomalaisten ja ruotsalaisten asiantuntijahaastattelujen sekä dokumenttien valossa. Turun yliopiston julkaisuja. Turku: Turun yliopisto. Väitöskirja.

Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen-Valo, T. & Ruusunen, T (toim.) 2005. Sosiaalipedagoginen ammatillisuus -Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Kokemäki: Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Salmela, J. 2006. Koetun sosiaalisen tuen, pätevyiden, itsearvostuksen ja liikunnan yhteyksiä nuoruusiän kasvuvuosina. Chydenius- instituutin tutkimuksia 1/2006. Jyväskylän yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta. Väitöskirja.

Sintonen, S. (toim.) 2002. Median sylissä; kirjoituksia lasten mediakasvatuksesta. Helsinki: Oy Finn Lectura ab.

Sosiaaliportti. 2012. Lasten osallisuus. [viitattu 27.1.2012] Saatavissa: <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/hallinto/lapsenosallisuus/>

Suihkonen, T. & Virolainen, K. 2002. Mikä lasta liikuttaa? – lasten liikunta motivaatio ja liikkumiseen vaikuttavat tekijät lasten kokemina. Jyväskylän yliopisto, Opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteen pro gradu –tutkielma.

Takalo, S. 2004. Kuka minua liikuttaa? Sosiaalisen ympäristön koettu merkitys 10-12-vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuuteen. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisu 163. Jyväskylän yliopisto, Liikuntakasvatuksen laitos. Liikuntapedagogiikan lisensiaatintutkimus.

Tammelin, T. & Karvinen, J. (toim.) 2008. Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18-vuotiaille. [Viitattu 22.4.2011] Helsinki: Opetusministeriö ja Nuori Suomi. Saatavissa : [http://www.nuorisuomi.fi/files/ns2/Koulu_PDF/080129Liikuntasuositus-kirja\(kevyt\)_08.pdf](http://www.nuorisuomi.fi/files/ns2/Koulu_PDF/080129Liikuntasuositus-kirja(kevyt)_08.pdf)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vuori, I. 2003. Lisää liikuntaa! Helsinki: Edita.

Wise, E & Høgenhaven, C. 2008. User-Driven Innovation Context and Cases in the Nordic Region. Research Policy Institute, Lund University and FOR A.

LIITTEET

LIITE 1 Toteutuksen suunnitelma

LIITE 2 Kehyskertomus

LIITE 3 Saatekirje ja sadutusohjeet

LIITE 4 Aineiston analyysi

Liite 1. Toteutuksen suunnitelma

Toteutuksen suunnitelma

1. Esittely ja tunnin kuvaus 2min.
2. Lämmittelyleikki. 10-15 min.
- Pantomiimileikki tai vaihtoehtoisesti tavallinen pantomiimiharjoitus
3. Kehyskertomus. Lue kaksi kertaa lapsille. 3min.
4. Ohjeet piirtämiseen. Anna ohjeet pienissä erissä, kaksi ohjetta kerrallaan. 5-10min.
5. Piirustuksen aloittaminen ensimmäisellä tunnilla noin 20 min. ja piirustuksen tekeminen toisella tunnilla loppuun 40 min.
6. Välineet paikoilleen. Lopuksi ohjeet sadutukseen, sadutuspaperi ja piirustus kotiin mukaan. 5min

Lämmittelyleikki

Pantomiimileikki. Piirin keskellä oppilas esittää pantomiimina jotakin toimintaa. (Ensin annetusta lapusta, sen jälkeen käyttäen omaa mielikuvitusta) Oppilas joka arvaa oikein menee esittäjän viereen keskelle, jolloin tämä vetäytyy piirin reunalle muiden joukkoon. Uusi esittäjä sanoo itse tekevänsä samaa mitä edellinenkin, mutta liikkuu kuitenkin oman toimintansa mukaan.

Esimerkki:

Oppilas1: imurointi

Oppilas2: ruutuhyppeily

Oppilas3: jalkapallon potkiminen

Oppilas1 on piirin keskellä ja esittää imurointia pantomiimina. Oppilas2 arvaa imuroinnin oikein ja siirtyy keskelle oppilas1 tilalle. Oppilas2 sanoo ”Minä imuroin” mutta alkaa kuitenkin samalla hypellä ruutua. Oppilas3 arvaa ruutuhyppeilyn oikein ja menee keskelle oppilas2 poistuessa. Oppilas3 sanoo ”Minä hypin ruutua” ja alkaa samalla pallon potkimisen.

Liite 2. Kehyskertomus

Kehyskertomus

Olipa kerran liikkuja Lare. Lare asuu Orimattilassa ja rakastaa kaikenlaista liikuntaa. Hän pitää monenlaisista leikeistä ja peleistä. Lare tykkää liikkua niin kesällä kuin talvellakin, eikä hänelle ole väliä liikkuuko hän sisällä vai ulkona. Larella on paljon ystäviä, joiden kanssa hän keksii kaikenlaista toimintaa. Hän kuitenkin viihtyy välillä myös yksikseen. Lare on aina iloinen ja vauhdikas, eikä hän jaksakaan olla pitkiä aikoja paikoillaan. Nyt Larella ovat kuitenkin ideat päässeet loppumaan. Hän haluaisikin tutustua sinuun ja saada uusia ehdotuksia siihen, mitä kaikkea hän tai te voisitte yhdessä tehdä.

Liite 3. Saatekirje ja sadutusohjeet

Hyvät vanhemmat,

Lapsenne tekee koulussa kuvataidetyön, jonka pohjalta hän kertoo tarinan kotitehtävänä. Näitä kuvataidetoita ja niiden pohjalta syntyneitä tarinoita käytetään Terveysliikkujan ääni -hankkeessa, jonka tavoitteena on saada tietoon lasten omia toiveita erilaisista liikuntamahdollisuuksista Orimattilan kaupungissa. Lahden ammattikorkeakoulun sosiaalialan opiskelijat Sallamaari Haverinen ja AnnuriikkaPäärni tekevät osana Terveysliikkujan ääni -hanketta oman opinnäytetyönsä, jonka tarkoituksena on selvittää lasten koulussa piirtämien kuvien ja niistä kotona kerrottujen tarinoiden avulla, millaisia liikuntamahdollisuuksia lapset itse haluaisivat Orimattilaan.

Teidän lapsenne tuotokset käsitellään nimettöminä, joten lastanne ei voida missään vaiheessa tunnistaa. Kuvataidetyötä ja sen pohjalta syntyneitä tarinoita käytetään ainoastaan Terveysliikkujan ääni -hankkeessa.

Opinnäytetyö valmistuu tammikuussa 2012. Opinnäytetyöstä tehdään tiivistelmä, joka on nähtävissä Wilmassa. Opinnäytetyöhön ja sen tuloksiin voi myös tutustua Lahden ammattikorkeakoulun tieto- ja kirjastopalveluissa.

Kirjoittakaa lapsenne kertoma tarina oheiselle paperille tai halutessanne tietokoneella ja toimittakaa se, sekä piirustus kuvataiteen opettajalle _____ mennessä.

Terveysliikkujan ääni -hanke
Projektipäällikkö
Paula Harmokivi-Saloranta
paula.harmokivi-saloranta@lamk.fi

Koulun yhteyshenkilö
Kaisu Sirkka
kaisu.sirkka@edu.orimattila.fi

Opinnäytetyöntekijät:

Sallamaari Haverinen

AnnuriikkaPäärni

sallamaari.haverinen@ltp.fi

annuriikka.paarni@ltp.fi

Lapseni kuvataidetyötä ja siitä syntyneitä tarinoita saa käyttää Terveysliikkujan ääni -hankkeessa ja sen raportoinnissa.

Kyllä

Ei

Orimattilassa ___/___ 2011

Vanhemman allekirjoitus ja nimenselvennys

Ohjeita sadutukseen :

Lapsen kertomuksen kuuntelua ja ylös kirjoittamista kutsutaan sadutukseksi. Sadutus on menetelmä, jossa aikuinen kirjaa muistiin lapsen kertoman tarinan sana sanalta. Jokainen sana siis kirjoitetaan ylös. Kertomuksen ei tarvitse olla satu lainkaan, vaan lapsi saa kertoa mitä tahansa ja jättää kertomatta ne asiat, joita ei halua tuoda ilmi. (Karlsson 2005.)

Lasta pyydetään kertomaan hänen piirtämästään kuvasta kertomus, juuri sellainen kertomus kuin lapsi itse haluaa. Kertomuksen valmistuttua se luetaan lapselle ääneen ja hän saa vielä korjata sitä, mikäli niin haluaa. Lasta voi myös pyytää kesken kertomuksen pitämään tauon ja odottamaan kunnes aikuinen saa kaiken kirjoitetuksi. (Karlsson 2005.)

Vaikka lapsi osaisi itse sujuvasti kirjoittaa tarinansa, toivomme teidän kirjoittavan lapsen kertoman kertomuksen ylös.

Sadutuksessa voi lähteä liikkeelle esimerkiksi sanomalla ”Kerro, mitä kuvassa on.”

Apukysymyksiä kertomuksen jatkamiseksi:

Millaiselta siellä näyttää?

Kenen kanssa olet?

Mitä olette tekemässä?

Mikä on kivointa siellä?

Voisiko kuvassa olla vielä jotakin?/ Onko jotain, mitä olisit vielä halunnut piirtää kuvaan?

Miten voisimme yhdessä perheenä liikkua?

Liite 4. Aineiston analyysi

Pelkistetty aineisto taulukoituna

Pelkistetty ilmaus	Alakategoria
kalastus hevosen hoito polkupyörän peseminen lintujen syöttäminen	hyötyliikunta
pallohippa sorsien syöttäminen saunominen mansikoiden poimiminen kortinpeluu puissa kiipeily keinuminen leikkimielinen pyöräilykilpailu pallon pelaaminen hiekkaleikit	leikkiminen
uinti uinti ratsastus keilaus lumilautailu hiihtäminen kilpailussa jalkapallo laskettelu uinti lenkkeily ratsastus jalkapallo luistelu lenkkeily yleisurheilu laskettelu uinti uinti, uimahypyt telinevoimistelu, voimistelu	urheilulajit

uinti	
Pelkistetty ilmaus	Alakategoria
tyttö yksin yksin yksin yksin	yksin liikkuminen
Vilma, Emmi, pojat/haamut Jossu, minä, muita ihmisiä vähän kavereiden kanssa, luokkakavereiden kanssa Julius, minä, Lare Lare, kilpakumppanit Lare, minä Lare, Lotta kavereiden kanssa Jimi, Antti, Laura, Liisa, Jimin tyttöystävä Vilma, Tuomas, Lare, muita lapsia kavereiden kanssa	kavereiden kanssa liikkuminen
perheen kanssa pikkuveljen ja vanhempien kanssa minä, äiti, isi, mummi serkkujen kanssa minä, Lare, isä perheen kanssa	perheen kanssa liikkuminen

Pelkistetty ilmaus	Alakategoria
keilahalli, uimahalli jäähalli Lahdessa voimistelusalu	sisäliikuntatila
Kalliojärvi, uimaranta niitty Messilän laskettelurinne, hiihtolatu metsässä jalkapallokenttä tekonurmella, koulunpiha, kotipiha Rukan laskettelurinne mökki kivinen maisema, tunneli nurmikenttä puisto uima-allas ulkona metsä etelän saarella, auringon alla	ulkoliikuntaympäristö

Pelkistetty ilmaus	Alakategoria
<p>lasketella kovaa ja mutkitella, voittaa hiihtokilpailu jalkapallon pelaaminen rentoutuminen mökillä ratsastuskilpailun voittaminen jalkapallomaalivahtina oleminen leikkimielinen kilpailu isän ja kaverin kanssa kieppuminen voimistelutelineillä, kuperkeikkojen ja volttien tekeminen haluaa ohjata jumppaa muille lapsille</p>	<p>toiveita toiminnasta</p>
<p>tempu/hyppypaikka laskettelurinteessä jäähalli Orimattilaan uima-allas ponnauslaudalla ja vesiliukumäellä Orimattilassa olisi palmu, aurinko ja sateenkaari, eikä sadetta ikinä iso, 50 metriä pitkä uima-allas Kalliojärvi olisi kesällä ja talvella</p>	<p>toiveita paikasta</p>

Alakategoria	Yläkategoria
hyötyliikunta leikkiminen urheilulaji	liikuntamuoto
yksin liikkuminen kavereiden kanssa liikkuminen perheen kanssa liikkuminen	kenen seurassa liikutaan
sisäliikuntatila ulkoliikuntaympäristö	liikuntaympäristö
toiveita toiminnasta toiveita ympäristöstä	haaveet

Yläkategoria	Yhdistävä kategoria
liikuntamuoto kenen seurassa liikutaan liikuntaympäristö haaveet	lasten ajatuksia liikuntamahdollisuuksista Orimattilassa