



Teknologian mahdollisuudet varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä

Essi-Lotta Raiskio

Veera Salonen

OPINNÄYTETYÖ
Syyskuu 2021

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu
Sosiaalian koulutusohjelma

RAISKIO, ESSI-LOTTA & SALONEN, VEERA:

Teknologian mahdollisuudet varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä

Opinnäytetyö 55 sivua, joista liitteitä 6 sivua
Elokuu 2021

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää laadullisin menetelmin, kuinka erilaisin tavoin teknologiaa pystyttiin hyödyntämään liikuntakasvatuksessa. Tavoitteena oli selvityksen kautta tuoda varhaiskasvatuksen työntekijöille laajasti näkyväksi teknologian erilaisia käyttötapoja ja mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisessä sekä samalla mahdollisesti madaltaa kynnystä hyödyntää teknologiaa liikuntakasvatuksessa.

Tutkimustulokset osoittivat, että teknologiaa ei hyödynnetty usein eikä monipuolisesti osana liikuntakasvatusta tarkastellussa varhaiskasvatusyksikössä. Tuloksista ilmeni myös, kuinka etäyhteysien käyttö on lisännyt teknologian hyödyntämisen ja sen mahdollisuuksien ajattelua kyseisessä varhaiskasvatusyksikössä. Lisäksi kiinnostus aiheeseen liittyvään kouluttautumiseen nousi laajasti esiin tutkimuksen tuloksissa.

Opinnäytetyössä on teoreettisen viitekehyksen ja teknologian erilaisia käyttötapoja koskevan yhteenvedon kautta tehty näkyväksi niitä mahdollisuuksia, joita teknologia tarjoaa liikuntakasvatuksen edistämiseen. Parhaassa tapauksessa työ madaltaa varhaiskasvatuksen työntekijöiden kynnystä käyttää teknologiaa aiempaa aktiivisemmin. Opinnäytetyön tuloksia voivat hyödyntää yhteistyökumppanin lisäksi kaikki aiheesta kiinnostuneet.

Asiasanat: teknologia, liikuntakasvatus, varhaiskasvatus

ABSTRACT

Tampereen ammattikorkeakoulu
Tampere University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Services
Bachelor of Social Services

RAISKIO, ESSI-LOTTA & SALONEN, VEERA:
Technology and Its Potential as Part of Physical Education

Bachelor's thesis 55 pages, appendices 6 pages
September 2021

The purpose was to find out, using qualitative methods, how technology could be used in physical education during early childhood education in various ways. The aim of the study was to promote the use of technology in physical education as widely as possible to early childhood education employees, and at the same time possibly lower the threshold for utilizing technology in physical education. Interviews and observations were used as primary methods of the research.

The results show that technology was not used frequently, or in versatile ways, as part of physical education in the early childhood education unit under examination. The results also showed how working remotely had increased the thinking among early childhood educators about the use of technology and its potential. In addition, interest in training related to the study emerged widely in the results.

Through the summary we have compiled the theoretical framework, we have made visible to early childhood education workers the widest possible range of uses and opportunities of technology as a tool for promoting physical education, in an effort to lower the threshold for using technology as part of physical education. The results show that technology can be considered to promote physical education when it is specific and serves the objectives of physical education. The results of the thesis can be utilized by cooperation partners and other interested parties.

Key words: technology, physical education, early childhood education

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	7
2	TEOREETTINEN VIITEKEHYS	9
2.1	Liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa.....	10
2.1.1	Liikuntakasvatuksen merkitys	10
2.1.2	Liikuntakasvatuksen toteuttaminen.....	12
2.1.3	Opeteltavat taidot liikuntakasvatuksessa	14
2.2	Teknologian hyödyntäminen osana varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta	15
2.2.1	Teknologian hyödyntämisen merkitys.....	15
2.2.2	Teknologian hyödyntämisen mahdollisuudet.....	18
2.2.3	Teknologian hyödyntäminen varhaiskasvattajan työvälineenä	21
3	TUTKIMUKSELLINEN OSUUS	23
3.1	Tutkimuksen lähtökohdat	23
3.1.1	Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite	23
3.1.2	Tutkimusmenetelmä	24
3.2	Tutkimuksen toteutus	25
3.2.1	Aineiston hankinta	25
3.2.2	Aineiston analysointi.....	28
3.2.3	Eettisyys ja luotettavuus	31
4	TULOKSET	35
4.1	Tulosten analyysi	35
4.1.1	Teknologian hyödyntäminen ja käyttötavat.....	35
4.1.2	Etäyhteyksien käyttö.....	37
4.1.3	Kouluttautuminen.....	38
5	LOPUKSI	40
5.1	Johtopäätökset, jatkotutkimusehdotukset ja pohdinta	40
5.1.1	Johtopäätökset	40
5.1.2	Jatkotutkimusehdotukset	43
5.1.3	Pohdinta	44
	LÄHTEET.....	47
	LIITTEET	51
	Liite 1. Saatekirje lasten huoltajille havainnoinnista	51
	Liite 2. Saatekirje päiväkodin työntekijöille haastattelusta.....	52
	Liite 3. Haastattelurunko	53
	Liite 4. Havainnointirunko.....	54

Liite 5. Kooste tavoista hyödyntää teknologiaa liikuntakasvatuksen välineenä.....	55
--	----

1 JOHDANTO

Viimeisen muutaman vuosikymmenen aikana teknologian käyttö ja sen kehittyminen on ollut suuressa muutoksessa. Teknologian käyttö on lisääntynyt ja teknologia on kehittynyt huomattavasti myös sosiaalialalla. Sen lisääntyminen mahdollistaa esimerkiksi yhdenvertaisemmat tietojärjestelmät ja toimintatavat kaikkien työntekijöiden saataville. (Teknologia tuo yhtenäisyyttä... 2019.) Lisäksi teknologia näyttäytyy nykyään myös lasten arjessa monin eri tavoin ja sen turvallista ja tarkoituksenmukaista käyttöä olisikin hyvä harjoitella monipuolisesti jo varhaislapsuudesta lähtien. Teknologisia työvälineitä on nykyään melko paljon tarjolla ja niitä olisi hyvä hyödyntää monipuolisesti myös esimerkiksi varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa, sillä niiden avulla pystytään muun muassa oppimisympäristöistä muokkaamaan monipuolisempia ja tarjoamaan joustavampia tapoja oppia. (Sarén 2019, 11.) Olemme halunneet opinnäytetyöllämme osoittaa teknologian mahdollisuuksia varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä.

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ja olemme hyödyntäneet tutkimusmenetelminä haastattelua ja havainnointia. Opinnäytetyömme tarkoituksena on laadullisin menetelmin selvittää, kuinka erilaisin tavoin teknologiaa hyödynnetään kyseisen varhaiskasvatusyksikön liikuntakasvatuksessa. Tutkimuksen tavoitteena on selvityksen sekä teoreettisen viitekehyksen kautta tuoda näkyväksi varhaiskasvatuksen työntekijöille mahdollisimman laajasti teknologian erilaisia käyttötapoja ja mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisessä sekä samalla madaltaa kynnystä hyödyntää teknologiaa liikuntakasvatuksessa.

Opinnäytetyö alkaa teoreettisella osuudella, jonka avulla lisäämme lukijalle ymmärrystä tutkimuksessamme käsiteltävistä teemoista. Tätä seuraa tutkimuksellinen osuus, jossa käsittelemme tutkimuksemme kulkua, kuten aineiston hankintaa ja aineiston analysointitapaa. Seuraavana esittelemme tutkimuksemme tuloksia sekä tarkastelemme tutkimuksemme eettisyyttä ja luotettavuutta. Tämän jälkeen tuomme näkyväksi erilaisia teknologian

käyttötapojen mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä. Lopuksi etenemme johtopäätöksiin, osoitamme jatkotutkimusehdotuksemme ja päätämme opinnäytetyömme pohdintaan.

Tutkimuksemme viitekehyksenä on varhaiskasvatus ja keskeisinä teemoina ovat liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa sekä teknologia liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä. Teoreettisen viitekehyksen lisäksi olennaisena osana opinnäytetyötämme on tutkimuksellinen osuus, joiden avulla tarkoituksemme on tuottaa työn kehittämiseen soveltuvaa tietoa niin yhteistyökumppanillemme kuin muille aiheesta kiinnostuneille.

2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Varhaiskasvatustalain (540/2018) sekä Varhaiskasvatustussuunnitelman perusteiden (2018) mukaan varhaiskasvatus on pedagogisesti painottuva lapsen tavoitteellinen sekä suunnitelmallinen hoidon, kasvatuksen ja opetuksen kokonaisuus, jota toteutetaan yhdessä lapsen huoltajien kanssa. Varhaiskasvatuksella on merkittävä vaikutus niin henkilön omaan kasvuun ja kehitykseen, kuin myös koko yhteiskuntaan. (Varhaiskasvatustalaki 540/2018, 2 §; Varhaiskasvatustussuunnitelman perusteet 2018, 14.) Varhaiskasvatus tukee lasten yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa sekä ehkäisee syrjäytymistä (Varhaiskasvatustussuunnitelman perusteet 2018, 14). Varhaiskasvatus on olennainen osa varhaisvuosien kasvua sekä oppimista ja kunnalliseen varhaiskasvatukseen on oikeus jokaisella alle kouluikäisellä lapsella yhteiskunnassamme (Mitä on varhaiskasvatus? n.d.; Määttä & Uusiautti 2013, 3). Varhaiskasvatustussuunnitelman perusteiden (2018, 15) mukaan varhaiskasvatusta ohjaavat perustustalaki (731/1999), varhaiskasvatustalaki (540/2018), varhaiskasvatuksesta annettu valtioneuvoston asetus (753/2018) sekä Varhaiskasvatustussuunnitelman perusteet. Näiden lisäksi varhaiskasvatukseen sovelletaan hallintotakia (434/2003) sekä viranomaisen toiminnan julkisuudesta säätelevää lakia (621/1999). Näiden lakien lisäksi varhaiskasvatuksen toteuttamisessa otetaan huomioon velvoitteet muista lainsäädännöistä ja kansainvälisistä sopimuksista, kuten yhdenvertaisuustalasta (1325/2014) sekä Euroopan ihmisoikeussopimuksesta (1990).

Varhaiskasvatustalain (540/2018) mukaan päiväkodissa järjestettävässä varhaiskasvatuksessa on työskenneltävä eri kelpoisuusvaatimukset täyttävää henkilöstöä. Näitä eri kelpoisuusvaatimuksia täyttäviä ammattinimikkeitä ovat muun muassa varhaiskasvatuksen opettaja, varhaiskasvatuksen sosionomi sekä varhaiskasvatuksen lastenhoitaja. Päiväkodin kasvatus-, opetus- ja hoitotehtävissä työskentelevistä vähintään kahdella kolmesta tarvitsee olla varhaiskasvatuksen opettajan tai varhaiskasvatuksen sosionomin tutkinto ja ammattinimike, jolloin he ovat nykyisen lainsäädännön puitteissa oikeutettuja toiminaan varhaiskasvatuksen opettajan tehtävässä. (Varhaiskasvatustalaki

540/2018.) Opetusalan ammattijärjestön julkaisun Opettajana varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa (n.d.) mukaan varhaiskasvatuksen opettajana työskentelevällä on vastuu ryhmänsä lasten varhaiskasvatussuunnitelmien laatimisesta ja arvioinneista. Lisäksi he ovat päävastuussa päiväkotiryhmänsä pedagogisen toiminnan suunnittelusta ja toteutumisesta. (Opettajana varhaiskasvatuksessa ja... n.d.) Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018, 36) mukaan pedagoginen toiminta koostuu kasvatuksesta, hoidosta ja opetuksesta ja se tapahtuu vuorovaikutuksessa yhdessä ryhmän lasten ja varhaiskasvattajien kesken.

Varhaiskasvatuksessa yhtenä ohjaavana asiakirjana toimii Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, johon on kerätty muun muassa keskeisimpiä laaja-alaisen osaamisen sekä oppimisen alueita. Opitut tiedot ja taidot lisäävät lasten osallisuutta, jonka lisäksi heidän toimijuutensa yhteiskunnassa kehittyy. Laaja-alaisen osaamisen sekä oppimisen alueisiin kuuluu osaksi liikuntakasvatus sekä teknologiakasvatus. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 14–15, 23–24, 40, 47.) Tarkastelemme seuraavissa luvuissa liikuntakasvatusta varhaiskasvatuksessa sekä teknologian hyödyntämistä osana liikuntakasvatusta. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018, 26) puhutaan teknologian hyödyntämisestä varhaiskasvatuksessa eri ympäristöjä hyödyntäen. Olemme yhdistäneet tulevassa teoreettisessa viitekehyksessämme teknologiakasvatukseen liittyvät teemat nimenomaan liikuntakasvatukseen ja niihin ympäristöihin, joissa liikuntakasvatusta toteutetaan. Teknologiaa ja teknologiakasvatusta voi hyödyntää laajasti myös muissa ympäristöissä, mutta tutkimuksemme kannalta on olennaista yhdistää se niihin ympäristöihin, joihin liikuntakasvatus linkittyy.

2.1 Liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa

2.1.1 Liikuntakasvatuksen merkitys

Opetus- ja kulttuuriministeriön tilaaman Liitu -tutkimuksen mukaan lapset ja nuoret liikkuvat nykyään liian vähän (Rautio 2019). Samoin Koskisen (2018) mukaan 80–90 prosenttia lapsista ei liiku riittävästi ja he liikkuvat keskimäärin liian vähän kolmen tunnin päivittäiseen liikuntasuositukseen nähden. (Koskinen 2018.) Yksilöiden liikkumattomuus uhkaa niin lasten- ja nuorten omaa hyvinvointia kuin kansanterveyttäkin. Lasten- ja nuorten liikunta edistää terveyttä monella tapaa. Sen monipuolinen harjoittaminen varhaislapsuudesta lähtien luo edellytyksiä monille positiivisille vaikutuksille tulevaisuuteen, kuten terveellisten elintapojen noudattamiseen. (Liikunta vaikuttaa lapsen... n.d.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018) mukaan varhaiskasvatuksen yksi tavoite on liikuntakasvatuksen avulla saada lapset kokemaan liikunnan iloa sekä innostaa lapsia liikkumaan monipuolisesti sisällä ja ulkona kaikkina vuodenaikoina. Liikunnalla on iso merkitys lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja sen monipuolinen harjoittaminen on tärkeää muun muassa kasvun ja hyvinvoinnin kannalta. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat yleisellä tasolla kaikkia varhaiskasvatuksen yksiköitä toteuttamaan liikuntakasvatusta osana arkea, mutta halutessaan päiväkodit voivat vielä erityisesti painottaa tätä osa-aluetta, toteuttaessaan varhaiskasvatusta. Tällaisia varhaiskasvatusyksiköitä voidaan kutsua liikuntapainotteisiksi päiväkodeiksi. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 8, 47–48.) Tutkimuksemme aineistonkeruu on toteutettu varhaiskasvatusyksikössä, jonka pedagogiikassa painotetaan erityisesti liikuntaa.

Pönkön ja Sääkslahden (2013, 465) sekä Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018, 48) mukaan liikuntakasvatuksella katsotaan olevan positiivisia vaikutuksia esimerkiksi sosiaalisiin taitoihin sekä tunteiden käsittelyyn. Pönkön ja Sääkslahden kirjassa (2013, 465) kerrotaan varhaiskasvatuksen olevan otollinen paikka harjoitella ja toteuttaa liikuntaa yksin, parin ja isomman ryhmän kanssa sekä kokea kaikki liikuntaan linkittyvät tunteet aina pettymyksistä ilon ja onnistumisen kokemuksiin sensitiivisten kasvattajien ympäröimänä. Liikunnan harjoittamisella on todettu olevan lisäksi positiivisia vaikutuksia lapsen oppimiseen sekä aivojen hermostoverkkojen kehittymiseen (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 465; Liikunta vaikuttaa lapsen... n.d.). Tätä tukee myös Heidi Syväojan

tutkimus Liikunnan merkitys oppimiselle? (n.d., 17), jonka mukaan lasten liikkumisella on myönteinen vaikutus oppimisen kannalta. Lisäksi Syväoja osoittaa tutkimuksessaan liikunnan kehittävän lasten kognitiivista toimintaa (Syväoja n.d., 14). Pönkkö ja Sääkslahti (2013) toteavat liikunnassa käytettävän myös monipuolisesti eri aisteja, jolloin opetellut asiat jäävät myös muistiin tehokkaammin. Tämä helpottaa lasta muistamaan sekä palauttamaan mieleen menneitä liikuntahetkiä. Lapsi voi näin muistaa helpommin myös muita asioita toisenlaisissa oppimistilanteissa liikunnan voimakkaiden aistikokemusten vuoksi. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 465.)

2.1.2 Liikuntakasvatuksen toteuttaminen

Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta ohjaavat Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden lisäksi muun muassa valtakunnalliset ohjeistukset, kuten Opetus- ja kulttuuriministeriön laatima Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä - Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (2016:21) sekä tätä aiemmin julkaistut Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset (2005:17). Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset ovat osa Terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan linjausten 2020 toteutusta (Lasten liikuntasuosituksia 2016).

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksiin (2016, 13–14) on kirjattu lapsen liikunnan määräksi joka päivä kolme tuntia ja liikunnan tulisi olla kuormittavuudeltaan eri tasoista, aina kevyestä liikunnasta erittäin nopeatempoiseen. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten (2005) mukaan alle kolmevuotiailla liikkuminen on pääasiassa omista mielenkiinnonkohteista ja halusta lähtevää ja se tapahtuu osana tavallista varhaiskasvatuksen arkea. Yli kolmevuotiailla varhaiskasvatuksessa olevilla lapsilla liikunta on suurimmaksi osaksi omaehtoista, mutta siihen kuuluu lisäksi ohjattuja aktiviteetteja ja liikuntatuokioita. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 9–11.)

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksessa (2016) kerrotaan, että varhaiskasvattajien tulisi luoda lapsille mahdollisuuksia liikkua hyödyntämällä erilaisia houkuttelevia ympäristöjä. Lisäksi kasvattajien tulisi ottaa huomioon

vuodenaikaan sopivat lajit ja tavat liikkua. Suosituksessa kerrotaan ympäristön lisäksi välineillä olevan tärkeä rooli, kun tarkastellaan liikuntakasvatusta ohjaavia tekijöitä. Kaikissa varhaiskasvatuksen toimipaikoissa tulee olla tarpeeksi erilaisia välineitä tehostamaan ja monipuolistamaan lasten liikunnallisia kokemuksia. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 21, 25.) Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksen (2016, 20–21, 23–25) sekä Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018, 48) mukaan lapsen tulisi saada joka päivä kehittää erilaisissa ympäristöissä monipuolisesti motorisia perustaitojaan. Käsitlemme motorisia perustaitoja tarkemmin luvussa 2.1.3.

Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksissa (2005, 28) sekä Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa (2016, 25) kerrotaan, että välineiden tulee olla lasten saatavissa muulloinkin kuin ohjatun liikuntahetken aikana. Välineitä voivat olla esimerkiksi pallot, mailat, jumppamatot sekä erilaiset teknologiavälineet, kun niitä käytetään tarkoituksen ja tavoitteiden mukaisesti (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 33). Käsitlemme teknologiaa osana liikuntakasvatusta tarkemmin luvuissa 2.2.1–2.2.3.

Lapset liikkuvat varhaiskasvatuksessa paljon itsenäisesti, mutta Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten (2005, 16, 28) sekä Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten (2016, 27) mukaan varhaiskasvattajien tulee myös suunnitella ja toteuttaa monipuolista sekä tavoitteellista liikuntakasvatusta päivittäin varhaiskasvatuksen arjessa. Lisäksi Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositus (2016) painottaa, että toiminta suunniteltaisiin lapsia kuunnellen varmistaakseen yhdenvertaisen mahdollisuuden heille osallistua ja vaikuttaa liikuntakasvatukseen. Suosituksen mukaan olisi niin ikään tärkeää, että toiminta suunniteltaisiin sellaiseksi, jossa on huomioitu lasten yksilöllisyys. (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositus 2016, 18, 27.) Myös Pullin (2017) mukaan lapset tarvitsevat pedagogista toimintaa, jolla on selkeä alku, keskiosa ja lopetus. Liikuntahetkien tarkoituksena on liikuntataitojen opettamisen lisäksi opettaa leikkejä, jotta lapset pystyisivät soveltaa opittuja taitoja ulkoilun, vapaan leikin tai muun omaehtoisen toiminnan aikana. (Pulli 2017, 38.)

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten (2016) mukaan fyysisesti aktiivinen, terve ja hyvinvoiva elämäntapa kehittyy lapselle kannustavien aikuisten kanssa yhdessä toimien ja liikkuen. Tämä kehittää muun muassa lapsen vuorovaikutustaitoja sekä opettaa lasta toimimaan yhdessä muiden kanssa. Suosituksen mukaan varhaiskasvattajien tulisi aktiivisesti tehdä yhteistyötä lasten sekä heidän huoltajiensa kanssa liikuntaan liittyvissä asioissa. Heidän tulisi esimerkiksi keskustella yhdessä lapsen päivittäisen liikunnan ja ulkoilun määrästä sekä tarpeesta (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten 2016, 9, 17.)

2.1.3 Opeteltavat taidot liikuntakasvatuksessa

Pulli (2013) kertoo kirjassaan, että lapsille tulee osana liikuntakasvatusta opettaa erilaisia liikuntataitoja. Liike ja liikunta lähtee aina kehosta, jolloin kehotuntemus on ensiarvoisen tärkeää liikuntakasvatuksessa. Kehotuntemukseen kuuluu muun muassa erilaisten kehonosien nimien ja sijaintien tunnistaminen. Kehotuntemuksen kehittyessä lapsi kykenee oppimaan erilaisia motorisia taitoja, jotka vaativat kehon, raajojen tai näiden molempien liikettä päämäärän saavuttamiseksi. Tämä liike on osa motorista taitoa ja sen avulla taidosta muodostuu kokonaisuus. Motoristen taitojen eri osat kehittyvät perustaitoja harjoittelemalla. Perustaidot ovat lapsen päivittäin erilaisissa tilanteissa käyttämiä ja tarvitsemia taitoja, joita erityisesti tulisi harjoitella varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa. (Pulli 2013, 22–23.) Paula Kalliovuon opinnäytetyössä Motoristen perustaitojen kehittymisen tukeminen integroidussa varhaiskasvatusryhmässä (2021, 19) kerrotaan motoristen taitojen olevan niitä taitoja, joita ihminen tarvitsee kaikessa toiminnassaan. Ne ovat liikkumiseen liittyviä taitoja, joita tarvitaan sekä tietoisesti että tiedostamatta. Varhaiskasvatus tarjoaa toistoja ja säännöllisyyttä, mikä on tärkeää motorisia taitoja harjoitellessa. (Kalliovuori 2021, 20.)

Perustaidot voidaan jakaa kolmeen osaan. Ensimmäisenä osiona ovat taidot, joissa keho liikkuu paikasta toiseen. Tällaisia taitoja ovat esimerkiksi käveleminen, konttaaminen sekä hyppeleminen. Toisessa osiossa ovat taidot,

joissa keho on paikallaan, kuten kääntyminen, tasapainoilu sekä seisominen. Kolmantena ovat taidot, joissa hyödynnetään erilaisia välineitä. Tällaisia taitoja ovat muun muassa heittäminen, kuljettaminen sekä vierittäminen. (Pulli 2013, 22–23.)

Pönkön ja Sääkslahden (2013) sekä Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018) mukaan motorisia taitoja kehittävien, perustaitojen oppimisen edellytyksenä on, että kasvattaja havainnoi suunnitelmallisesti lasten motorisia taitoja. Lisäksi on tärkeää, että kasvattaja tuntee lapsen ja lapsiryhmän oppimistavat sekä kehityksen ja pystyy säätelemään omaa toimintaansa niiden mukaan. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 462; Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 48.)

2.2 Teknologian hyödyntäminen osana varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta

2.2.1 Teknologian hyödyntämisen merkitys

Sarénin (2019) mukaan teknologia on suuressa roolissa nykyisessä yhteiskunnassamme. Uudet teknologiset laitteet ja esimerkiksi niihin kuuluvat sovellukset lisääntyvät ja kehittyvät jatkuvasti. (Sarén 2019, 11.) Virtasen (2020) mukaan teknologian kehittyminen näkyy esimerkiksi etäyhteyksien lisääntyneenä käyttönä. Etäyhteyksien käyttö ei ole ilmiönä uusi, mutta sen jatkuva lisääntyminen on pakottanut muun muassa erilaisia organisaatioita miettimään toimivampia ja tehokkaampia tapoja toimia. (Virtanen 2020, 2.) Esimerkiksi Sonja Hälikän kehittämishankeraportissa Verkko-oppimisympäristö varhaiskasvatushenkilöstölle (2010) esitellään varhaiskasvatukseen kehitettyä KasvaNet verkko-oppimisympäristöä, joka on suunnattu varhaiskasvatushenkilöstölle. Raportin mukaan verkko-oppimisympäristön tarjoamien moniammatillisten koulutusten avulla voidaan edistää yhteistyötä varhaiskasvatushenkilöstön ja lapsiperheiden parissa toimivien tahojen välillä. Lisäksi sen tarkoituksena on tukea varhaiskasvatushenkilöstön osaamisen

kehittämistä erinäisten koulutusten ja oppimistehtävien avulla. (Hälikkä 2010, 10–11.)

Sarénin (2019) mukaan lasten ja perheiden arjen, vuorovaikutuksen sekä yhteiskuntaan osallistumisen kannalta olisikin tärkeää, että lapset omaksuisivat tärkeät teknologiset perustaidot jo varhaiskasvatuksessa. Teknologian avulla voidaan luoda virikkeellisempi ja yksilöllisempi oppimisympäristö, huomioiden kuitenkin, että varhaiskasvatuksen liikuntakasvatustuokion olennaisin osa on liikunta ja liike eikä teknologia. (Teknologia tuo apua...n.d.). Teknologia toimii siis liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä, ei itseisarvona. Tätä ajatusta tukee myös Tumeliuksen opinnäytetyö aiheesta Teknologian vaikutukset lasten liikunnalliseen kehitykseen (2019), jossa mainitaan, kuinka teknologian käytön tulisi olla varhaiskasvatuksen arjessa osana toimintaa, ryhmätuokioita ja leikkiä. Näin teknologian hyödyntäminen osana varhaiskasvatuksen arjen toimintaa olisi yhdenmukaista eikä teknologia olisi sen ydin. (Tumelius 2019, 31.)

Teknologialla ja sen lisääntyneellä käytöllä on Helajärven, Kokon ja Vasankarin (2019) artikkelin mukaan todettu olevan myös mahdollisia negatiivisia vaikutuksia, esimerkiksi fyysiseen aktiivisuuteen ja ergonomiaan. Samassa kirjassa he kuitenkin painottavat, että kaikki teknologiset laitteet eivät aiheuta negatiivisia vaikutuksia fyysiselle aktiivisuudelle, vaan päinvastoin. Tällaisia positiivisia vaikutuksia voivat tuottaa esimerkiksi pelit, joissa edetäkseen tarvitaan fyysistä liikettä. (Helajärvi, Kokko & Vasankari 2019, 106.) Liikunnallisilla peleillä voi olla myönteisiä vaikutuksia muun muassa kolmiulotteiseen hahmottamiseen, koordinaatioon sekä itsetuntoon (Staiano & Calvert 2011, 95–97). Samoin Opetushallituksen verkkosivuilla olevassa julkaisussa Teknologia liikunnan opetuksessa (n.d.) kerrotaan, että teknologialla voi olla käänteinen positiivinen vaikutus liikkumiseen, sillä se saattaa uudella tavalla motivoida lasta sekä auttaa oppimaan. Myyryläisen ja Järvisen tekemässä toiminnallisessa opinnäytetyössä (2017) järjestettiin varhaiskasvatuksessa ohjaustuokioita, joiden avulla pyrittiin selvittämään teknologian ja liikunnan yhdistämisen mahdollisuuksia. Ohjaustuokiot olivat keskenään erilaisia, mutta kaikissa näissä oli yhdistetty liikunta sekä teknologia. Ohjaustuokioiden tuloksista voitiin huomata, että teknologiset laitteet olivat lapsille hyvin tuttuja ja lasten

innostukseen teknologia vaikutti positiivisesti liikuntahetkissä. Tutkimuksen mukaan teknologiset välineet veivät kuitenkin välillä lasten huomiota pois itse liikunnalta. (Myyryläinen & Järvinen 2017, 40–41.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018) mukaan teknologiaa hyödyntämällä varhaiskasvatuksen eri ympäristöissä voidaan lisäksi rohkaista lapsia tutustumaan tutkivaan ja kokeilevaan tapaan toimia. Perusteissa kerrotaan, miten erilaiset työtavat voivat toimia opittavana asiana sekä ne voivat toimia apuvälineinä oppimisessa. Tämän vuoksi varhaiskasvattajien olisi olennaista ja tarkoituksenmukaista tarjota mahdollisuuksia kokeilla ja käyttää yksin sekä ryhmissä erilaisia teknologiavälineitä osana liikuntakasvatusta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 38, 47.) Tämä saattaa kuitenkin olla varhaiskasvattajille haaste, sillä esimerkiksi Alamäki (1999) toteaa kirjassaan, että varhaiskasvatuksen opettajan sekä -hoitajan koulutukset kestävät Suomessa noin kolme vuotta ja ne sisältävät teknologiakasvatuksen opintoja vain vähän. Hänen mukaansa koulutuksessa tulisi olla enemmän teknologiaopintoja. (Alamäki 1999, 107, 120.) Näin voitaisiin olettaa, että myös varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin (2018) kirjatut teemat teknologian hyödyntämisestä voisivat paremmin toteutua, mikäli koulutus sisältäisi enemmän teknologiakasvatuksen opintoja.

Pennanen (2009) mukaan varhaiskasvatuksessa kasvattajille jää suuri vastuu teknologian hyödyntämisestä ja sen käytön tarkoituksenmukaisesta opettamisesta lapsille osana liikuntakasvatusta. Samoin kasvattajien omat käsitykset ja mielipiteet teknologiasta vaikuttavat siihen, millaisena teknologia näyttäytyy osana liikuntakasvatusta varhaiskasvatusyksikössä. Kasvattajat voivat omalla asennoitumisellaan vaikuttaa siihen, joko positiivisesti tai negatiivisesti. (Pennanen 2009, 182.) Alamäki (1999, 118) toteaa, että varhaiskasvattajilla tulisikin olla kriittinen näkökulma omaa työtänsä kohtaan, jotta he voivat jatkuvasti kehittää sitä. Junttilan (2015) mukaan Kul (2013) kertoo, että myös varhaiskasvatusyksiköiltä vaadittaisiin työntekijöiden ohella kehityksen tahdissa pysymistä ja kriittistä työtettä. Teknologiaan tulisi panostaa ja varhaiskasvattajien tulisi saada harjoitella ja kehittää taitojaan sen käytössä. Näin teknologiaa voitaisiin hyödyntää tavoitteellisesti ja tarkoituksenmukaisesti osana

liikuntakasvatusta lasten nykyaikaista oppimista tukien nyt ja tulevaisuudessa. (Junttila 2015, 10.)

2.2.2 Teknologian hyödyntämisen mahdollisuudet

Varhaiskasvatukseen käyttöön on julkaistu Opetushallituksen laatimat uudet tieto- ja viestintäteknologisen osaamisen kuvaukset. Varhaiskasvatukselle suunnatun kuvauksen tarkoituksena on tukea varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden toteutumista, lisätä lasten tasa-arvoa sekä parantaa varhaiskasvatuksen laatua. (Tukea digitaalisten taitojen... 2021.) Kun varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa hyödynnetään teknologiaa, on tärkeää huomioida nämä tieto- ja viestintäteknologisen osaamisen kuvaukset, jotta teknologian käyttö osana liikuntakasvatusta olisi tarkoituksenmukaista ja perusteltua. Lisäksi on huomioitava, että teknologian hyödyntäminen tukee liikuntakasvatuksen suosituksia ja tavoitteita (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 33). Tieto- ja viestintäteknologisen osaamisen kokonaisuus voidaan jakaa neljään osaan. Näitä ovat käytännön taidot ja oma tuottaminen, turvallisuus ja vastuullisuus, tiedonhallinta, tutkiva ja luova työskentely sekä vuorovaikutus. (Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen 2021, 1.)

Motoristen perustaitojen harjoittelu on liikuntakasvatuksen keskiössä varhaiskasvatuksessa. Näiden perustaitojen harjoittamisessa etenkin videoinnin on katsottu lisäävän esimerkiksi oman kehon hahmottamiskykyä ja sen kautta oppimista (Teknologia liikunnan opetuksessa n.d.). Lisäksi lasten tulisi saada itse osana liikuntakasvatusta tuottaa materiaalia, kuten valokuvia ja videoita teknologian avulla. Nämä mahdollisuudet harjoitella ja tuottaa materiaaleja itsenäisesti sekä yhdessä muiden lasten kanssa edistävät lasten luovan ajattelun ja yhteistoiminnan taitoja. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 26.) Lisäksi tieto- ja viestintäteknologisen osaamisen kuvausten (2021, 11–12) mukaan vuorovaikutuksen osa-alueeseen kuuluvat yhteisöllisyys ja osallisuus voivat tällaisen toiminnan avulla kehittyä. Myyryläinen ja Järvinen ovatkin tehneet toiminnallisen opinnäytetyön (2017), jossa järjestettiin liikunnallisia ohjaustuokiota varhaiskasvatuksessa teknologiaa apuna käyttäen.

Yhdessä tuokiossa harjoiteltiin uutta taitoa kuvaamisen avulla. Tuokioista tehdyistä tuloksista kävi ilmi, että kuvaamisen avulla toteutetussa uuden taidon opettelussa lapset innostuivat erityisesti oman sekä kaverin kuvan näkemisestä laitteen ruudulta. He halusivat tutkimuksen mukaan toimia innokkaasti sekä kuvaajina, että kuvattavina. (Myyryläinen & Järvinen 2017, 41.)

Motoriset taidot kehittyvät perustaitoja harjoittelemalla, kuten olemme aiemmin tutkimuksessamme tuoneet ilmi (Pulli 2013, 23). Esimerkiksi videoiden katselemista voidaan käyttää näiden uusien perustaitojen ja liikkeiden harjoittelemisen tukena (Teknologia liikunnan opetuksessa n.d.). Erilaisten taitojen ja liikkeiden opetteluun lisäksi kasvattajien tärkeä tehtävä liikuntakasvatuksessa on lasten ohjaaminen ja kannustaminen. Itä-Suomen yliopiston liikuntakasvatuksen yliopisto-opettajat sekä Joensuun normaalikoulun lehtorit ovatkin tarttuneet tähän tavoitteeseen teknologiaa apuna käyttäen. He ovat hyödyntäneet projektissaan teknologiaa älytaulun muodossa, joka on vapauttanut opettajan havainnoimaan ja tukemaan lapsia yksilöllisemmin. Tulokset projektista ovat olleet positiivisia ja lasten aktiivisuus sekä opettajien ja lasten keskinäinen vuorovaikutus on kehittynyt. (Teknologia tuo apua... n.d.)

Varhaiskasvattajan on tärkeää osallistaa lapsia tiedonhakuun muun muassa liikevideoiden osalta sekä keskustella tiedon luotettavuudesta yhdessä lasten kanssa osana liikuntakasvatusta. Tämä kuuluu tiedonhallintaan sekä tutkivaan ja luovaan työskentelyyn osana tieto- ja viestintäteknologista osaamista. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 47.) Varhaiskasvattajien olisi syytä kiinnittää erityistä huomiota varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa myös turvallisuuteen ja vastuullisuuteen sekä näiden kanssa yhteen linkittyvään ergonomiaan. Nämä ovat myös olennainen osa tieto- ja viestintäteknologian opetusta varhaiskasvatuksessa. Lasten kanssa voidaan keskustella esimerkiksi laitteiden turvallisesta käytöstä ja ikärajoista. Lisäksi olisi tärkeää kertoa lapsille työergonomiasta kuten tauoista sekä työskentelyasentoon ja valaistukseen liittyvistä huomioista. Näitä voitaisiin käsitellä yhdessä lasten kanssa esimerkiksi erilaisten liikkeiden harjoittelun ohessa varhaiskasvatuksessa. (Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen 2021, 1.)

Teknologisia laitteita voidaan hyödyntää monella tavalla osana varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta. Tällaisia laitteita ovat esimerkiksi älypuhelimet sekä tabletit. Tabletista yksi versio on Hublet-tabletti. Sen avulla varhaiskasvattaja pystyy tarjoamaan lapsille tiettyjä heille soveltuvia sisältöjä turvallisesti. Hublet-tablettia voidaan hyödyntää muun muassa tiedonhaussa sekä erilaisiin materiaaleihin tutustuessa. (Koulutus n.d.) Myös nopeus- ja laukaisututkat auttavat kehittämään erilaisia liikuntataitoja. Tällaiset tutkat mittaavat joko henkilön tai välineen liikkumisnopeutta. Laukaisututkia voidaan hyödyntää sellaisten perustaitojen harjoittelussa, joissa hyödynnetään erilaisia välineitä. Tällainen perustaito on esimerkiksi kuljettaminen, jota voi harjoitella muuan muassa mailapeliä avulla. (Teknologia liikunnan opetuksessa n.d.) Toimintaa suunniteltaessa on kuitenkin syytä ottaa huomioon, että kaikki teknologiset laitteet eivät kestä kaikkia sääolosuhteita, kuten vesisadetta tai kovaa pakkasta (Rissanen 2016).

Osana liikuntakasvatusta voidaan varhaiskasvatuksessa hyödyntää myös aktiivisuusmittareita sekä askelmittareita. Ne antavat tietoa liikunnan määrästä ja saattavat motivoida käyttäjää. (Teknologia liikunnan opetuksessa n.d.) Ronkaisen julkaisussa (2019) Tammelin kertoo, että lasten aktiivisuusmittareiden avulla varhaiskasvattajat saavat tietoa erilaisten aktiviteettien vaikutuksesta lasten liikkumiseen eri ympäristöissä. Joissakin varhaiskasvatusyksiköissä on käytetty liikuntakasvatuksen tukena esimerkiksi ReimaGo-rannekkeita. Ne kannustavat lapsia terveelliseen ja aktiiviseen elämäntapaan, auttavat motivoimaan lapsia liikkumaan yhdessä ja mittaavat päivän aktiivisuustietoja. Lisäksi ne antavat kasvattajille ja vanhemmille mahdollisuuden seurata lapsen aktiivisuusmääriä. (ReimaGO lasten aktiivisuusrannekkeet... n.d.) Ronkaisen (2019) mukaan liikunnan määrä on lisääntynyt aktiivisuusrannekkeiden avulla varhaiskasvatuksessa, ja aktiivisuusrannekkeet ovat toimineet motivaattoreina liikkumiseen myös niille lapsille, jotka eivät ole olleet kiinnostuneita liikunnasta. Ronkaisen julkaisussa (2019) Sääkslahti kuitenkin muistuttaa, että aktiivisuusrannekkeen ei tule olla ainoa lapsia liikkumaan motivoiva tekijä. Aktiivisuusrannekkeet voivat aiheuttaa lapselle ahdistusta tai paineita liikkua, joten niiden käyttö tulisi perustua vapaaehtoisuuteen. (Ronkainen 2019.) Myös erityistä tukea tarvitsevan nuoren liikunnallisen elämäntavan edistämisen Nappi-

hankkeessa (2020) jaettiin aktiivisuusrannekkeita erityistä tukea tarvitseville nuorille kolmeksi viikoksi käyttöön. Kokemusten perusteella aktiivisuusrannekkeet lisäsivät osalla käyttäjistä kiinnostusta terveellisiin elämäntapoihin ja kokeilu edisti aktiivisuutta. (Laitinen, Meristö, Jokinen, Ruoslahti & Repo Jamal 2020, 23.)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (2018) kerrotaan, että varhaiskasvatuksen yhtenä tehtävänä on kehittää muun muassa lasten musiikillista ilmaisua. Tämän tavoitteena on luoda lapsille musiikillisia onnistumisen kokemuksia sekä lujittaa lasten suhdetta musiikkiin. Lapsia opastetaan ääniympäristön havainnointiin, esimerkiksi erilaisten teknologiavälineiden avulla. Lasten kanssa voidaan esimerkiksi kuunnella musiikkia älypuhelimesta sekä liikkua musiikin tahdissa, joka voi olla osa toteutettavaa liikuntakasvatusta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 42–43.) Pullin (2013) mukaan musiikilla saa lisättyä liikuntakasvatukseen rytmiä ja iloa. Hänen mukaansa instrumentaalinen- sekä laulettu musiikki ovat hyvä valintoja liikuntakasvatuksen tueksi. Instrumentaalinen musiikki auttaa lapsia keskittymään liikkeeseen ja lauletuissa kappaleissa laulujen sanat nousevat tärkeään rooliin, sillä niiden tarkoitus on ohjata lapsia liikkeen tekemisessä monipuolisesti ja selkeästi. (Pulli 2013, 34.) Myös Pönkön ja Sääkslahden (2013) mukaan liikkumista pystytään rikastamaan lisäämällä siihen musiikkia tai musiikkileikkejä. Heidän mukaansa haasteena kuitenkin voi olla päiväkodin ahtaat tilat, jolloin kasvattajan voi olla vaikeaa toteuttaa monipuolista liikuntakasvatusta musiikkia apuna käyttäen. Tämän toteuttaminen voi vaatia varhaiskasvattajalta paljon luovuutta ja mielikuvitusta. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 469.)

2.2.3 Teknologian hyödyntäminen varhaiskasvattajan työvälineenä

Erilaisten taitojen harjoittelun lisäksi varhaiskasvattajat voivat hyödyntää teknologiaa liikuntakasvatuksessa dokumentoimalla. Dokumentoinnilla tuodaan näkyväksi muun muassa lapsen kiinnostuksen kohteita, oppimista ja tarpeita sekä koko ryhmän toimintaa. Liikuntakasvatuksessa voidaan hyödyntää

teknologiaa osana dokumentointia esimerkiksi valokuvaamalla tai videoimalla lapsen sekä ryhmän liikuntasuorituksia. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018, 26.) Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksen (2019, 17) perusteella varhaiskasvattajien tulisi tehdä yhteistyötä aktiivisesti lasten sekä heidän huoltajiensa kanssa liikuntaan liittyvissä asioissa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018) mukaan yhteydenpito vahvistaa vuorovaikutusta kodin ja varhaiskasvatuksen välillä. Lapsen tai ryhmän liikuntaan liittyvässä yhteydenpidossa teknologisilla välineillä saadaan nopeaa ja ajantasaista tietoa välitettyä puolin ja toisin kirjallisessa tai esimerkiksi valokuvien muodossa. Valokuvien ja muiden tuotosten julkaisemisessa ja käyttämisessä on kuitenkin aina riskinsä, joten varhaiskasvattajien tulee huolehtia tuotosten tietoturvan turvaamisesta ja niiden julkaisemisesta yhdessä lasten sekä heidän huoltajiensa kanssa. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden 2018, 34.)

Varhaiskasvattajien tulee Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten (2016, 13, 27) mukaan suunnitella ja toteuttaa monipuolista ja tavoitteellista liikuntakasvatusta päivittäin varhaiskasvatuksen arjessa. Myös toiminnan suunnittelussa varhaiskasvattajat voivat hyödyntää teknologiaa. Materiaalien ja ideoiden etsiminen liikuntakasvatuksen tueksi voi olla tarpeellista, jotta liikuntakasvatuksen monipuolisuus ja tarkoituksenmukaisuus toteutuu. Tietoa ja vinkkejä löytyy paljon esimerkiksi erilaisista varhaiskasvattajille tarkoitetuista sosiaalisen median ryhmistä sekä erilaisilta verkkosivustoilta. Liikuntakasvatuksen tueksi on olemassa myös paljon erilaisia sovelluksia. Sovelluksia löytyy esimerkiksi liikkeiden arviointiin, liikuntaharjoitteisiin sekä joukkueiden jakoon liittyen.

3 TUTKIMUKSELLINEN OSUUS

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (1997) kertovat kirjassaan, kuinka tutkimuksella on aina jokin tehtävä tai tarkoitus. Opinnäytetyömme tutkimus on luonteeltaan kartoittavaa ja kuvailevaa. Kartoittavan tutkimuksen tarkoituksena on muun muassa selvittää mitä jo tapahtuu, löytää ja etsiä uusia näkökulmia sekä kehittää uusia hypoteeseja. Kuvailevan tutkimuksen tarkoitusta luonnehditaan niin, että sen tehtävänä on esittää kuvauksia toiminnasta sekä kirjata ja tallentaa tarkasteltavasta asiasta keskeisiä mielenkiintoisia piirteitä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 137–139.)

Seuraavaksi tarkastelemme tutkimuksemme lähtökohtia. Kuvaamme tutkimuksen tarkoituksen ja tavoitteen, esittelemme käyttämämme tutkimusmenetelmät ja tarkastelemme tutkimuksemme toteutuksen tapaa.

3.1 Tutkimuksen lähtökohdat

3.1.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyömme tarkoituksena on ollut laadullisin menetelmin selvittää, kuinka erilaisin tavoin teknologiaa hyödynnetään kyseisen varhaiskasvatusyksikön liikuntakasvatuksessa. Tutkimuksen tavoitteena on ollut tämän selvityksen sekä teoreettisen viitekehyksen kautta tuoda näkyväksi varhaiskasvatuksen työntekijöille mahdollisimman laajasti teknologian erilaisia käyttötapoja ja mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisessä. Lisäksi haluamme kannustaa työntekijöitä hyödyntämään rohkeammin teknologiaa osana liikuntakasvatusta sekä osaltamme vaikuttaa siihen, millaisena teknologia näyttäytyy osana liikuntakasvatusta varhaiskasvatusyksikössä.

Tutkimustehtävänä olemme pohtineet teknologian mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä. Olemme tutkineet tätä ilmiötä eräässä liikuntapainotteisessa varhaiskasvatusyksikössä.

Tutkimuskysymyksemme ovat:

1. Millaisena teknologia näyttäytyy nykyään varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa liikuntapäiväkodissa?
2. Millaisia erilaisia tapoja on toteuttaa liikuntakasvatusta varhaiskasvatuksessa hyödyntäen teknologiaa?

3.1.2 Tutkimusmenetelmä

Eskola ja Suoranta (1998, 18) ilmaisevat kirjassaan, että tutkimukset, jotka ovat laadullisia, keskittyvät usein pieneen määrään tapauksia ja niitä pyritään analysoimaan mahdollisimman huolellisesti. Tätä ajatusta tukee myös Hirsjärven ja ym. (1997, 161) toteamus siitä, että kvalitatiivisessa tutkimuksessa tavoitteena on tarkastella ja tutkia tutkimuskohdetta mahdollisimman kokonaisvaltaisesti.

Tutkimusotteemme opinnäytetyössämme on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusote. Laadullisella aineistolla voidaan kaikessa yksinkertaisuudessaan tarkoittaa aineistoa, joka on tekstiä (Eskola & Suoranta 1998, 15). Olemme keränneet tutkimusaineistomme laadullisilla metodeilla, joista olemme valinneet haastattelun sekä päiväkodin arjen havainnoinnin. Haastattelu voidaan luonnehtia kvalitatiivisen tutkimuksen päämenetelmäksi (Hirsjärvi ym. 1997, 205). Tutkimuksen haastattelutyypiksi valikoitui puolistrukturoitu haastattelu, jossa kysymysten muotoilu ja järjestys on jokaiselle haastateltavalle sama. Emme ole asettaneet ennalta määrättyjä vastausvaihtoehtoja, vaan haastateltavat saavat mahdollisuuden vastata omin sanoin. (Eskola & Suoranta 1998, 85–86.) Pyrkimyksenä on löytää tarkoituksellisia ja merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimustehtävän mukaisesti. Haastattelun teemat perustuvat siis tutkimuksen teoreettiseen viitekehykseen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 88.)

Olemme toteuttaneet tutkimuksemme naturalistisella otteella päiväkodin arjessa ja olemme pyrkineet säilyttämään tutkittavan ilmiön sellaisena, kuin se on. Olemme halunneet saavuttaa tutkittavien oman näkökulman tutkittavasta aiheesta, sen sijaan, että olisimme järjestäneet koeasetelman irrallaan

päiväkodin arjesta. (Eskola & Suoranta 1998, 16–17.) Olemme suorittaneet aineiston hankinnan yhtäaikaaisesti 10 viikon työharjoittelumme lomassa. Olemme havainnoineet valitsemamme varhaiskasvatusyksikön arkea luontaisissa tilanteissa. Yksi kvalitatiivisen tutkimuksen tyypillisistä piirteistä on, että kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti, sen sijaan, että tutkimuksessa käytettäisiin satunnaisotantaa (Hirsjärvi ym. 1997, 164). Olimme päässeet sisälle yhteisöön ja näin ollen kokemalla oppiminen mahdollistui ja tutkimuskohteemme rajautui tarkoituksenmukaisesti (Eskola & Suoranta 1998, 103–106).

3.2 Tutkimuksen toteutus

3.2.1 Aineiston hankinta

Toteutimme opinnäytetyömme aineiston keruun eräässä liikuntapainotteisessa varhaiskasvatusyksikössä. Valitsimme kohdejoukkomme kvalitatiivisen tutkimuksen piirteiden mukaisesti. Haastattelun kohdejoukoksi valikoitui tarkoituksenmukaisesti erään varhaiskasvatusyksikön työntekijät, sillä oletuksemme mukaan heillä luultavasti on kokemuksia kyseisestä tarkastelemastamme ilmiöstä eli teknologian hyödyntämisestä varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa. Tutkimme varhaiskasvattajien kokemuksia sekä niihin liittyviä merkityksiä ja käsityksiä (Kvalitatiivinen tutkimus n.d.).

Haastattelimme tämän varhaiskasvatusyksikön varhaiskasvatuksen lastenhoitajia ja varhaiskasvatuksen opettajia sekä havainnoimme päiväkodin arkea. Ennen havainnointia kirjoitimme ja lähetimme saatekirjeet (liite 1) lasten huoltajille tammikuussa 2021. Osoitimme saatekirjeessä tarkoituksen havainnoida lapsia niin ryhmätoiminnassa kuin yksilöohjauksessakin, varmistaen havainnoinnin analysoinnissa yksityisyyden ja henkilökohtaisen tietosuojan. Mikäli havainnointi ei olisi sopinut huoltajalle, heillä oli mahdollisuus tämä kieltää,

ilmoittamalla siitä lapsensa ryhmässä työskentelevälle varhaiskasvattajalle. Lisäksi laadimme saatekirjeen (liite 2) päiväkodin työntekijöille haastattelusta, jossa kerroimme toiveestamme haastatella varhaiskasvatuksen ammattilaisia liittyen teknologian käyttöön osana liikuntakasvatusta tammi-huhtikuun aikana. Tarkoituksenamme oli antaa haastateltaville tilaisuus jakaa omia kokemuksia mahdollisimman vapaasti haastattelukysymyksiimme pohjautuen. Samalla olemme varmistaneet vastausten yksityisyyden ja henkilökohtaisen tietosuojan huolehtimalla vastausten analysoinnista anonymiteetti huomioon ottaen. Tarkastelemme tutkimuksemme liittyviä eettisiä kysymyksiä sekä tutkimuksemme luotettavuutta ja niihin liittyviä ulottuvuuksia tarkemmin luvussa 3.2.3.

Tiedonkeruumenetelmien valinnan tulee olla perusteltua (Hirsjärvi ym. 1997, 205). Suoritimme aineiston keruun yksilö- ja kertahaastatteluina. Haastattelu valikoitui aineistonkeruumenetelmäksi, sillä se mahdollistaa haastateltavalle tilaisuuden nostaa esiin häntä itseään koskevia asioita niin vapaasti kuin mahdollista, mikä samalla korostaa haastateltavan subjektiutta (Hirsjärvi & Hurme 2010, 34; Hirsjärvi ym. 1997, 205). Hirsjärvi ym. (1997) huomauttavat kirjassaan, että tutkimuksen aihe voi tuottaa vastauksia monimerkityksellisesti, kuten myös tässä tutkimuksessa. Asettelimme tutkimuskysymyksemme niin, että ne pohjautuvat haastateltavien omiin näkemyksiin, joten oletimme ennalta, että vastaukset voivat olla monitahoisia. (Hirsjärvi ym. 1997, 205.)

Laadimme haastattelurungon (liite 3), joka koostui tutkimuskysymyksiimme pohjautuvista haastattelukysymyksistä. Kysymykset olivat samat jokaiselle haastateltavallemme ja haastattelu oli muodoltaan puolistrukturoitu eli jokaiselle haastateltavalle esitettiin samat kysymykset miltei samassa järjestyksessä (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 56–57). Hyödynsimme haastattelurunkoa (liite 3) jokaisessa haastattelussa. Haastateltavia varhaiskasvattajia oli yhteensä 11 ja toteutimme haastattelut yksitellen kertahaastattelujen muodossa. Haastateltavat saivat mahdollisuuden vastata kysymyksiin omin sanoin, omista kokemuksistaan käsin. Lisäksi pyrimme muotoilemaan haastattelun kysymykset mahdollisimman selviksi ja täsmällisiksi, sellaisiksi, että ne eivät edellyttäneet vastaajalta erikoistietoja (Hirsjärvi & Hurme

2010, 105). Hirsjärvi ja Hurme (2010, 107) ovat kuvanneet, että haastattelu tulisi aloittaa mahdollisimman helpoilla sekä laajoilla kysymyksillä, joista voidaan edetä vähitellen tarkempiin kysymyksiin. Muodostimme tutkimuksemme haastattelurungon (liite 3) tämän suosituksen mukaisesti. Yksi haastattelukysymyksistä pohjautui siihen, millä tavoin työntekijät toivoivat saavansa tutkimuksen tulokset näkyväksi yksikössään. Selvitimme haastattelun alussa myös haastateltavan ammattinimikkeen sekä työuran keston. Näiden perustietojen selvittämisen tarkoituksena on ollut tarkastella, vaikuttavatko eri ammattinimikkeet tai työuran kesto vastauksista saatuihin tuloksiin. Lisäksi haastatteluvaiheessa selvitimme mahdolliset lisähuomautukset -kohdassa, miten varhaiskasvattajat toivoisivat tutkimuksen tulokset heille näkyväksi, jotta saisimme lisättyä tutkimuksemme vaikuttavuutta.

Aineiston laajuuteen vaikuttaa, jos tutkija on hyödyntänyt osana tutkimustaan useampaa menetelmää, kuten opinnäytetyössämme olemme käyttäneet haastattelua sekä havainnointia. Laajentamalla menetelmien kirjoa voidaan tuoda esiin perusteellisempia näkökulmia ja näin edistää tutkimuksen luotettavuutta. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 38, 135.) Toinen opinnäytetyössämme käyttämämme tutkimusmenetelmä on havainnointi, jota hyödynsimme haastatteluista saamiemme tietojen tukena ja niitä täydentääksemme. Laadimme havainnointimme tueksi havainnointirungon (liite 4), joka perustuu tutkimuksemme tutkimuskysymyksiin ja käsittelee niitä teemoja, joita oli tutkimuksemme kannalta tarpeellista havainnoida päiväkodin arjessa.

Havainnointimme kohteena oli varhaiskasvatusyksikön varhaiskasvattajat ja heidän toimintansa ryhmässä. Toteutimme havainnointia päiväkodin arjessa. Havainnoinnin avulla pyrimme selvittämään teknologian hyödyntämisen tapoja osana liikuntakasvatusta, joita havainnoimamme varhaiskasvattajat hyödynsivät. Lisäksi tarkastelimme, kuinka usein varhaiskasvatusyksikössä hyödynnettiin teknologiaa osana liikuntakasvatusta. Varhaiskasvattajat eivät tienneet, milloin heidän toimintaansa havainnoitiin. Tätä kutsutaan salaiseksi havainnoinniksi. Tällä pyrimme siihen, että kasvattajat toteuttivat suunnittelemansa toimintahetket luonnollisesti aitoina omina itsenään, sen osaamisen ja ammattitaidon kautta, mikä heillä oli. (Koivunen & Lehtinen 2015, 55–56.)

Koivusen ja Lehtisen (2015, 34) mukaan Määttänen ja Somervuori (2009) toteavat, että käytettäessä apuna havainnointia voidaan luoda oppimisympäristö, joka tukee lapsen yksilöllisiä tarpeita ja kykyjä. Tämä on tärkeä huomio koko tutkimuksemme kannalta, sillä opinnäytetyömme tavoitteena on tämän selvityksen kautta tuoda näkyväksi varhaiskasvatuksen työntekijöille mahdollisimman laajasti teknologian erilaisia käyttötapoja osana varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta. Näin ollen olemme voineet osaltamme mahdollisesti kehittää tarkoituksenmukaista ja liikuntakasvatuksen tavoitteita tukevaa oppimisympäristöä, joka samanaikaisesti tukee lasten ainutlaatuisia kykyjä ja tarpeita.

Havainnointi on menetelmänä työläs, mutta sen suurin hyöty on siinä, että sen kautta tutkimukseen voidaan saada suoraa informaatiota ryhmien, yksilöiden tai järjestöjen toiminnasta ja niiden käyttäytymisestä (Hirsjärvi ym. 1997, 213). Myös havainnoinnin menetelmiä on monia. Hyödynsimme opinnäytetyössä osallistuvaa havainnointia, millä tarkoitetaan aineistonkeruumenetelmää, jossa tutkija osallistuu tutkittavien ehdoilla heidän toimintaansa tai tutkimansa yhteisön toimintaan (Hirsjärvi ym. 1997, 216; Eskola & Suoranta 1998, 98). Usein havainnoijan osallistumisen taso voi kuitenkin olla vaihtelevaa. Osallistuvan havainnoinnin menetelmän mukaisesti osallistuimme ryhmän arkeen ja esitimme tutkittaville kysymyksiä avoimesti. Pyrkimyksenä oli muodostaa kokonaiskuva tutkittavan joukon arjesta. (Hirsjärvi ym. 1997, 216–217.) Koivusen ja Lehtisen (2015) mukaan osallistuvaa havainnointia voidaan kutsua myös ei-strukturoiduksi havainnoinniksi. Tätä havainnoinnin menetelmää varten varhaiskasvatuksessa ei tarvitse luoda erityisiä puitteita havainnointitilanteelle, vaan tutkijat havainnoivat jatkuvasti luonnollisissa olosuhteissa. (Koivunen & Lehtinen 2015, 57.)

3.2.2 Aineiston analysointi

Hirsjärvi ym. (1997, 221) toteavat, että kerätyn aineiston analyysi, tulkinta ja johtopäätösten teko on tutkimusten ydin. Hirsjärvi ja Hurme (2010, 135) mainitsevat, että aineiston analysointitapaa on tärkeä pohtia jo sitä koottaessa.

Laadullisen aineiston analyysin tavoitteena on selkeyttää kerättyä aineistoa ja siten luoda uutta tietoa tutkittavasta aiheesta (Eskola & Suoranta 1998, 137). Analyysivaiheessa selviää, minkälaisia vastauksia saimme opinnäytetyöhömmme tutkimuskysymyksiin liittyen (Hirsjärvi ym. 1997, 221). Tulosten analysointi ei kuitenkaan riitä kuvaamaan tutkimuksen tuloksia, vaan tavoitteena olisi luoda tuloksista synteesejä. Ne sitovat yhteen tutkimuksen pääasiat ja antavat vastaukset muun muassa asetettuihin tutkimuskysymyksiin. (Hirsjärvi ym. 1997, 230.)

Aloitimme opinnäytetyömme aineistonkeruulla. Emme käsitelleet tai analysoineet aineistoamme samanaikaisesti kerätessämme sitä, vaan aloitimme niiden purkamisen pian keruuvaiheen jälkeen. Analyysin tehtävänä on eritellä ja luokitella aineistoa, pyrkiä luomaan kokonaiskuva tutkittavasta teemasta sekä esittämään tutkittava ilmiö uudesta näkökulmasta (Hirsjärvi & Hurme 2010, 143). Analysoimme tutkimusaineiston sisällönanalyysillä. Sisällönanalyysi on menetelmä, jonka avulla voidaan etsiä yhteneviä ja eroavia piirteitä samalla aineistoa tiivistäen ja erotellen. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117.) Se on yläkäsite erilaisille tekniikoille, kuten teemoittelulle, tyypittelulle ja luokittelulle, joita voidaan hyödyntää analysoitaessa aineistoa (Shaw 1999). Analysoinnissa käytimme teemoittelun tekniikkaa apunamme. Aineisto voi olla rakenteeltaan miltei mikä tahansa kirjallinen tai kirjalliseen muotoon koottu materiaali, kuten käyttämämme haastattelut ja havainnoinnit. Pyrkimyksenämme oli saada tutkittavasta ilmiöstä luonnehdinta kiteytetyssä ja yleisessä muodossa. Sisällönanalyysin ongelmallisuus piilee siinä, että järjestetty aineisto saatetaan esittää suoraan tuloksina, kun tarkoituksena olisi kehittää järjestetystä aineistosta johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 117.)

Aineiston luonnehtiminen ja kuvaaminen on analyysin pohja. Yleensä aikomuksena on kuvata kuka, missä, milloin, kuinka paljon ja kuinka usein. Haastattelukysymykset haastattelun tueksi laadittuun runkoon (liite 3), pyrimme muodostamaan niin, että ne vastaisivat mahdollisimman suoraan edellä esitettyihin kysymyksiin. Lisäksi aineiston luokittelu on tarpeellinen ja merkittävä osa analyysia ja välttämätöntä aineiston tyypittelyn tai teemoittelun kannalta. Luokittelimme aineiston vertailemalla aineiston eri osa-alueita toisiinsa. Näin

pystyimme jäsentämään tutkittavaa ilmiötä ja nimeämään aineistoja yhdistävät olennaisimmat ja tarpeelliset piirteet. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 145, 147.) Käytimme aineiston teemoittelussa apuna haastattelumme kysymyksiä ja sieltä saatuja vastauksia sekä havainnoiteja. Pyrimme löytämään näiden välillä samankaltaisuuksia sekä selkeitä eroavaisuuksia (Hirsjärvi & Hurme 2010, 145, 149).

Teemoittelu on luokituksen tapaista, mutta siinä korostuu, mitä kustakin teemasta on sanottu ja näin erotellaan aineistoa aihepiirien mukaan (Tuomi & Sarajärvi 2018, 105, 121). Teimme tutkimuksemme sisällönanalyysin aineistolähtöisesti, jolloin tarkastelu keskittyi keräämäämme aineistoon (Eskola & Suoranta 1998, 83; Tuomi & Sarajärvi 2018, 108). Tällöin voidaan puhua induktiivisuudesta, joka tarkoittaa satunnaisista havainnoista edistymistä yleisempiin väittämiin (Eskola & Suoranta 1998, 83). Tarkastelimme aineistoamme ja muodostimme samankaltaisuuksien ja eroavaisuuksien avulla teemoja (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 97).

Aineiston analysoinnin aloitimme litteroimalla varhaiskasvattajien haastattelut. Litteroinnilla tarkoitetaan aineiston muuttamista tekstimuotoon mahdollisimman tarkasti eli sanasanaista puhtaaksikirjoittamista. Tämän jälkeen kävimme aineiston läpi ja tiivistimme sitä sen mukaan, mikä on tarpeellista ja suotuisaa tietoa tutkimusta varten. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 138; Kananen 2015, 160.) Litteroitua tekstiä tuli yhteensä 25 sivua. Luimme litteroidun aineiston useasti läpi ja pyrimme pelkistämään teemoja. Aineiston pelkistämällä voidaan tarkoittaa, että aineistosta karsitaan tutkimuksen kannalta kaikki epäolennainen ja merkityksetön sisältö pois ja kirjoitetusta aineistosta haetaan tutkimustehtävälle ominaisia asioita (Tuomi & Sarajärvi 2018, 122). Tämän jälkeen tarkoituksenamme oli etsiä ja analysoida haastattelujen tuloksien yhteisiä tai eroavia piirteitä suhteessa toisiinsa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 97). Eskola ja Suoranta (1998, 174) kuvaavat, että aineistosta voidaan tuoda esiin tutkimusongelmaa avaavia teemoja. Litteroidusta tekstistä värikoodasimme yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Erittelimme aineistosta eri värikoodatut aiheet, joista muodostui tutkimustamme selventäviä pääteemoja ja aihekokonaisuuksia. Tarkastellessamme tuloksia täsmällisemmin yhdistimme vielä kaksi pääteemaa yhteen, sillä vastaukset niiden ympärillä tukivat toisiaan. Pääteemoiksi

muodostuivat teknologian hyödyntäminen ja käyttötavat, etäyhteyksien käyttö sekä kouluttautuminen.

Selvitimme tutkimuskysymystemme tueksi haastateltavien ammattinimikkeet sekä työurien kestot, jotta pystyimme tarkastelemaan näiden mahdollisia vaikutuksia saatuihin tuloksiin johtopäätöksissä. Selkeyttääksemme tuloksia, johtopäätöksiä ja niiden analysointia, jaoimme vastaajien työurien kestot neljään luokkaan. 0–4-vuotta, joita oli kuusi henkilöä vastaajista, 5–9-vuotta, joita oli kaksi henkilöä vastaajista, 10–14-vuotta yksi henkilö vastaajista sekä 15–19-vuotta, joita oli kaksi henkilöä vastaajista. Olemme koostaneet taulukon (taulukko 1) selventääksemme lukumääriä haastateltavien työurien kestoihin liittyen. Selvityksen avulla kävi lisäksi ilmi, että vastaajista seitsemän oli lastenhoitajia ja neljä varhaiskasvatuksen opettajia. Käsitlemme ammattinimikkeen vaikutuksia tarkemmin luvussa 5.1.1.

TAULUKKO 1. Haastateltavien työurien kestot.

Työuran kesto:	Lukumäärä:
0–4-vuotta	6
5–9-vuotta	2
10–14-vuotta	1
15–19-vuotta	2

3.2.3 Eettisyys ja luotettavuus

Eskola ja Suoranta (1998, 93) osoittavat, että haastattelun tuloksen kannalta tärkeää on luoda luottamus haastateltaviin. Tutkimuksissa, joissa tarkastelun kohteena on ihmisiä, tärkeimmät eettiset periaatteet liittyvät usein tiedonantoon perustuvaan suostumukseen, luottamuksellisuuteen, yksityisyyteen sekä tutkimuksen loppuraportin mahdollisiin seurauksiin niin haastateltavia kuin myös heitä koskevaa yhteisöä kohtaan (Hirsjärvi & Hurme 2010, 20).

Ennen tutkimuksen toteuttamista haimme päiväkodilta tutkimuslupaa, turvataksemme luvan lähestyä kyseistä organisaatiota ja sen henkilökuntaa tutkimukseen liittyen. Kerroimme tutkimuksemme tarkoituksesta ja tavoitteesta haastateltaville, jotta he pystyivät itse oman harkintansa mukaan päättämään, haluavatko he osallistua opinnäytetyöprosessiimme. Huomioimme opinnäytetyössämme suostumuksen niin, että varmistimme jokaiselta haastateltavalta vielä ennen haastattelua heidän suostumuksestaan osallistua tieteelliseen tutkimukseen kirjaten sen ylös.

Hirsjärvi ja Hurme (2010, 102) korostavat, että haastattelijaa koskee vaitiolovelvollisuus. Mainitsimme vaitiolovelvollisuudestamme haastattelua koskevassa saatekirjeessä (liite 2) sekä jokaisen haastattelutilanteen alussa. Lisäksi ilmoitimme saatekirjeessä (liite 2) varmistavamme vastausten yksityisyyden ja henkilökohtaisen tietosuojan huolehtimalla vastausten analysoinnista anonymiteetti huomioon ottaen siten, että vastaajien henkilöllisyys pysyy tunnistettamattomana sekä nimettömänä. Havainnoidessamme turvasimme myös lasten anonymiteetin. Jätämme tästä syystä myös mainitsematta yhteistyöpäiväkodin nimen opinnäytetyöraportissamme.

Hirsjärvi ja Hurme (2010, 38) lausuvat kirjassaan, että laajentamalla käyttämien tutkimusmenetelmien kirjoa voidaan tuoda esiin perusteellisempia näkökulmia ja näin edistää tutkimuksen luotettavuutta, johon olemme pyrkineet tutkimuksessamme. Tutkimuksemme haastattelussa käyttämämme kysymykset pyrimme muotoilemaan mahdollisimman objektiivisiksi. Kysymysten tarkoituksena oli vain ohjata haastattelun kulkua, rajoittamatta vastauksia. Tavoitteenamme oli, että vastaajat voivat kertoa omista kokemuksistaan mahdollisimman vapaasti. Hirsjärven ym. (1997) mukaan haastattelun luotettavuutta voi vähentää se, että haastateltava voi antaa sosiaalisesti hyväksyttäviä lausuntoja ja vastauksia. Lisäksi on muistettava, että haastatteluaineisto on konteksti- ja tilannesidonnaista. Tämä merkitsee sitä, että tuloksia tulkittaessa on huomioitava, että haastateltavien vastaukset voivat olla erilaisia kuin jossakin toisessa tilanteessa tai kontekstissa. (Hirsjärvi ym. 1997, 206.) Olemme ottaneet tämän huomioon analysoidessamme tutkimuksemme tuloksia, pohtimalla oliko aineistonkeruuseen ja siitä saataviin tuloksiin vaikutusta

sillä, että olimme työharjoittelun vuoksi tuttuja haastateltaville ja havainnoimillemme henkilöille.

Havainnoinnin tuloksia analysoitaessa on olennaista, että tutkija ei anna omien johtopäätösten vaikuttaa havainnoista saatuihin tuloksiin (Hirsjärvi ym. 1997, 217). Havainnointimme luotettavuutta lisää se, että havainnointia toteutti kaksi henkilöä, jolloin yhden henkilön omille johtopäätöksille ei jäänyt tilaa ja havainnointi oli mahdollisesti täsmällisempää. Hirsjärvi ym. (1997, 214) toteavat kirjassaan, että havainnoinnin toteuttaminen vaatii aikaa. Etunamme oli, että suoritimme 10 viikon työharjoittelun samassa varhaiskasvatusyksikössä samanaikaisesti aineistonkeruun kanssa, jolloin pystyimme toimimaan rinnakkaishavainnoijina. Lisäksi laatimamme havainnointirunko (liite 4) edisti havainnointimme tasalaatuisuutta ja yhtenäisyyttä. Havainnoinnin luotettavuutta voi heikentää se, että havainnoija voi läsnäolollaan häiritä tilannetta, mikä puolestaan voi muuttaa tilanteen kulkua (Hirsjärvi ym. 1997, 213). Oletamme kuitenkin, että läsnäolollamme ei ollut suurempaa vaikutusta havainnoinnin onnistumisen kannalta, sillä osallistuimme ryhmän arkeen muutenkin, kuin havainnoiden.

Eskola ja Suoranta (1998, 106) huomauttavat, että tutkimusta ohjaavat tutkijoiden tiedostetut tai tiedostamattomat ennakoasenteet ja -käsitykset havainnoitavasta kohteesta, mikä on tärkeää huomioida ja muistaa tuloksia tarkastellessa ja analysoitaessa. Teimme työharjoittelumme ohella tutkimuksemme aineistonkeruun haastatteluiden ja havainnointien muodossa. Olimme keskustelleet haastateltavien kanssa aiheestamme etukäteen, mutta silti osa haastateltavista ymmärsi kysymyksemme hieman virheellisesti ajatellen teknologian hyödyntämistä osana varhaiskasvatusta yleisesti. On mahdollista, että olimme asennoituneet haastateltavien ymmärtävän aiheemme jo ennen haastattelutilannetta, mikä saattoi osaltaan vaikuttaa esimerkiksi meidän omaan kysymysten muotoiluun ja selkeyteen. Tarkastellessamme havainnointien tuloksia pohdimme, oliko meillä tiedostamattomia ennakkokäsityksiä teknologian vaikutuksista liikuntatuokioon. Huomasimme ajatelleemme, että teknologian hyödyntäminen osana liikuntakasvatusta luo todennäköisesti positiivisia vaikutuksia liikuntatuokioon, vaikka tulokset olisivat yhtä hyvin saattaneet olla

tästä poikkeavia. On hankala arvioida, vaikuttiko tämä ennakko-oletus millään tavalla aineistonkeruuvaiheeseen ja niistä saatuihin tuloksiin.

Tarkastellessa tutkimuksen luotettavuutta on otettava huomioon, että kyseessä on tapaustutkimus, joka kohdistuu vain yhteen yksikköön ja näin ollen tuloksia ei voi suoraan yleistää muihin vastaaviin ympäristöihin. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa haastateltavien joukko on pieni eikä näin ollen siinä ole yleistämisen vaadetta. Emme ole pyrkineet yleistettävyyteen vaan olemme tavoitelleet ymmärtämään teknologian mahdollisuuksia juuri tämän liikuntapäiväkodin liikuntakasvatuksessa. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2009, 43.) Olemme havainnoineet ja keränneet tietoa vain tämän liikuntapäiväkodin varhaiskasvattajien kokemuksista liittyen teknologian hyödyntämiseen liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä.

4 TULOKSET

Seuraavaksi tarkastelemme tutkimuksemme tuloksia analyysin avulla. Analyysin avulla etsimme merkittäviä suhteita ja kokonaisuuksia tutkimuksemme tuloksista. Analysoimme tuloksia niitä luonnehtimalla ja kuvaamalla. Tarkoituksenamme on nimetä aineistoja yhdistäviä olennaisimpia ja tarpeellisimpia piirteitä, selkeyttääksemme tulosten analyysia.

Tutkimuksessamme oli aineistolähtöinen ote ja tulokset luvun lähtökohtana on tutkimuksen empiirisen aineiston käsittely. Peilaamme myöhemmin myös tutkimuksen tuloksia teoriaan luvussa 5.1.1.

4.1 Tulosten analyysi

4.1.1 Teknologian hyödyntäminen ja käyttötavat

Tekemissämme haastatteluissa varhaiskasvattajat kuvasivat tärkeäksi teknologian hyödyntämisen osana liikuntakasvatusta. Haastatteluissa kävi ilmi, että he eivät osanneet hyödyntää teknologiaa monipuolisesti osana liikuntakasvatusta. Sen käyttö rajoittui liikevideoiden katseluun, materiaalien etsimiseen sekä musiikkiin.

Haastatteluun vastanneista osa kertoi hyödyntävänsä teknologiaa katsomalla erilaisia liikevideoita yhdessä lasten kanssa. Haastateltavien mukaan liikevideoita voidaan hyödyntää motoristen taitojen harjoitteluun, kuten hyppelyyn erilaisin tavoin.

”Tabletilta löytyy paljon uusia ideoita ja liikkeitä esimerkiksi videomuodossa, jolloin mallioppiminen on mahdollista.”

Osa haastateltavista kertoi hyödyntävänsä teknologiaa materiaalien ja vinkkien etsimiseen suunnitellessaan pedagogista toimintaa. Varhaiskasvattajat totesivat,

että teknologian avulla voi löytää paljon uudenlaista opetusmateriaalia sekä vinkkejä muun muassa liikuntahetkiin. Lisäksi haastateltavat toivoivat haastatteluissa lisää esimerkkejä ikäryhmittäin, miten teknologiaa voitaisiin hyödyntää osana liikuntakasvatusta.

”Paljon löytyy vinkkejä ja materiaalia esimerkiksi netistä, mutta olisi kiva saada jotain lisämateriaalia siihen, kuinka voisi hyödyntää teknologiaa osana liikuntakasvatusta. Etenkin pienillä tämä tuntuu olevan haaste.”

Haastateltavat kertoivat käyttävänsä musiikkia liikuntahetkien taustalla sekä soittamalla kappaleita, joiden sanoitukset ovat toiminnallisia ja ohjaavat lasta liikkumaan. Useampi haastateltava mainitsi lasten innostuvan toiminnallisista lauluista ja sen vuoksi kertoi hyödyntävänsä niitä. Muutama haastateltava mainitsi kuuntelevansa muun muassa Fröbelin Palikoita, koska heillä on useita toiminnallisia lauluja. Useampi vastaaja kertoi kuuntelevansa toiminnallisia lauluja varsinkin päiväkodin nuorimpien lasten kanssa. Aineistomme haastatteluiden vastauksista nousi esiin musiikin kuunteluvälineinä älypuhelin sekä Hublet-tabletti, joita varhaiskasvatusyksikössä oli tarjolla. Vastaajat eivät maininneet muita teknologiavälineitä, joita olisi mahdollista hyödyntää osana liikuntakasvatusta. Haastatteluun vastanneista varhaiskasvattajista kaikki kertoivat hyödyntävänsä teknologiaa osana liikuntakasvatusta jollain tavalla. Havainnoinnit osoittavat, että teknologiaa ei juurikaan hyödynnetty havainnoimissamme liikuntahetkissä.

”Hyödynnän teknologiaa liikuntakasvatuksessa soittamalla musiikkia puhelimesta ja katsomalla videoita Hubletilta.”

Osa vastaajista pohti haastattelutilanteessa myös, kuinka liikuntatuokioissa voisi hyödyntää teknologiaa niin että pääpaino olisi toiminnassa ja liikkeessä teknologiaan keskittymisen sijaan. Varhaiskasvattajat nostivat esiin sen, miten teknologia on vaikuttanut aiemmissa tuokioissa lasten keskittymiskykyyn vähentävästi.

”Lapset usein keskittyvät sitten vaan katselemaan videoita ja ovat niin haltioissaan niistä, että keskittyminen menee aivan muuhun kuin liikunnalliseen tekemiseen.”

Vastaajat kertoivat haastatteluissa, että heidän mielestään olisi hyvä käyttää enemmänkin teknologiaa osana liikuntakasvatusta. Osa vastaajista kertoi käyttävänsä valokuvia ja videoita dokumentoinnissa, mutta ei niinkään itse liikuntahetken tukena. Havainnoinneista käy ilmi, että teknologiaa ei juurikaan hyödynnetty osana liikuntakasvatusta kyseisessä varhaiskasvatussyksikössä. Havainnoimisamme liikuntahetkissä teknologiaa käytettiin musiikin kuunteluun sekä valkokuvien ottamiseen.

4.1.2 Etäyhteyksien käyttö

Haastatteluissa nousi esiin etäyhteyksien käytön lisääntyminen ja näin ollen teknologian roolin korostuminen viimeisen vuoden aikana, sillä etäyhteyksien käyttö on lisännyt myös etänä toteutuvaa varhaiskasvatusta. Varhaiskasvattajat pohtivat vastauksissaan etänä toteutettavan varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen toteuttamisen mahdollisuuksia eri näkökulmista. Vastauksista nousi esiin muun muassa kotiin lähetettävät monistepaketit, erilaisia opetusmateriaaleja sisältävät linkkilistat sekä erilaisten etäyhteyssovellusten, kuten Zoomin ja Teamsin käyttöönotto.

” Etäyhteyksien käyttö lisääntyi viime vuonna huomattavasti ja pyrinkin lähettämään linkkilistaa vanhemmille liikuntakasvatuksen tueksi.”

”Koronan takia jouduin opettelemaan Zoomin käyttöönoton.”

Vastaajista suurimman osan mukaan tämä uusi varhaiskasvatuksen muoto oli aluksi hankalaa, mutta alkoi pikkuhiljaa tuntua helpommalta. Yksi vastaajista oli sitä mieltä, että teknologian lisääntynyt käyttö ei ole tuntunut hänestä ollenkaan luontevalta ja sen käyttö tuntuu epämiellyttävältä. Osa vastaajista kertoi, että

etäyhteyksien käyttö on pakottanut teknologian hyödyntämisen ajattelua, ja sillä on ollut positiivisia vaikutuksia työhön. Näiden vastaajien mukaan se oli lisännyt muun muassa heidän luovuuttaan etsiessään ideoita teknologian avulla. Lisäksi osa varhaiskasvattajista koki, että heidän teknologinen käyttöosaamisensa on kehittynyt. Osa vastaajista puolestaan toi ilmi vastauksissaan, että heidän osaamisensa taso ei vastaa nykyistä vaadittua teknologiaosaamista.

”Olen huomannut saavani uusia avaimia työni tueksi, etsiessä vinkkejä etävarhaiskasvatukseen.”

”Olisi kiva hyödyntää tietokoneelta erilaisia materiaaleja, mutta en oikein osaa.”

Vastaajat kertoivat, että huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö tapahtuu nykyisin lähes kokonaan etäyhteyksien kautta koronapandemian vuoksi. Esimerkkinä lapsen varhaiskasvatussuunnitelmaan pohjautuvat keskustelut. Näin ollen huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö on muuttunut teknologiaa hyödyntäväksi myös liikuntakasvatuksen osalta. Lisäksi osa haastateltavista kertoi, että esimerkiksi varhaiskasvatuksen palaverit eri yksiköiden välillä järjestetään koronapandemian vuoksi etänä verkkoyhteyden kautta.

”Vasut on nykyään etänä ja tuntuu aika oudolta jutella lapsen asioista tietokoneen välityksellä, mutta kai se on tätä uutta normaalia.”

”Aluksi silloin vasujen pitäminen etänä oli vähän haasteellista, mutta nopeasti huomasikin, että siinä säästi aika paljon aikaa päivästä verrattain siihen, että vanhemmat ois tulleet päiväkodille.”

4.1.3 Kouluttautuminen

Vastauksissa nousi esiin kouluttautuminen ja sen tarpeellisuus. Varhaiskasvattajat toivoivat suurempaa roolia teknologiakasvatuksen painottamiselle kouluttautumisvaiheessa sekä lisäkoulutuksia esimerkiksi siitä, kuinka hyödyntää teknologiaa osana liikuntakasvatusta. Haastatteluista kävi ilmi,

että varhaiskasvattajat toivoivat jo ammattiin valmistaviin opintoihin kursseja teknologian mahdollisuuksista osana varhaiskasvatusta sekä lisäkoulutuksia työn ohelle. Osa vastaajista kertoi, ettei ole koskaan opiskellut teknologiakasvatusta ja useampi vastaaja mainitsi, ettei ainakaan muista, että ammattiin valmistava koulutus olisi sisältänyt opintoja teknologian hyödyntämisen mahdollisuuksista. Yksi vastaajista kertoi kaivanneensa koulutusta teknologiasovellusten käyttämisestä Koronapandemian alkaessa.

”Koulutukseen olisi tarpeellista lisätä vinkkejä ja tietoa teknologiakasvatuksesta osana liikuntakasvatusta.”

”Toivoisin enemmän koulutuksia ja ohjauksia teknologiakasvatukseen työn ohelle.”

Osa vastaajista kertoi, että koulutuksia on tarjolla, mutta ne ovat usein ajoitettu työpäivän kanssa samaan aikaan, jolloin osallistumismahdollisuutta ei ole. Tai vaihtoehtoisesti verkkokoulutukset ovat omakustanteisia, jolloin osallistumiskynnys nousee.

”Facebookistakin katsoin yhtä mielenkiintoista verkkokoulutusta, mutta se maksoi 40 euroa.”

5 LOPUKSI

Tulosten analyysivaiheen jälkeen olemme luoneet johtopäätökset, jotka olemme kehittäneet järjestetystä aineistostamme. Tarkoituksenamme syventää tuloksista saatuja tutkimustietoja. Näiden tutkimuksessa esiin nousseiden tulosten ja johtopäätösten perusteella on noussut esiin myös jatkotutkimusehdotuksia, jotka ovat uusia mahdollisia tutkittavia näkökulmia tarkastelemastamme aiheesta.

Näiden vaiheiden jälkeen kokoamme yhteen opinnäytetyömme kokonaisuutena ja vastaamme johdannossa esitettyihin kysymyksiimme. Käymme myös läpi tutkimuksemme merkityksen organisaatiolle.

5.1 Johtopäätökset, jatkotutkimusehdotukset ja pohdinta

5.1.1 Johtopäätökset

Kvalitatiivisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelminä käytimme havainnointia sekä haastattelua. Havainnoimalla pyrimme tukemaan haastatteluista saatuja tuloksia. Olemme tiivistäneet aineistosta saamamme tulokset pääpiirteittään taulukoksi (taulukko 2) analysointivaiheessa muodostamiemme pääteemojen mukaisesti. Näitä ovat teknologian hyödyntäminen ja sen käyttötavat, etäyhteyksien käyttö sekä kouluttautuminen.

TAULUKKO 2. Aineiston pääpiirteiden tiivistäminen teemojen mukaisesti.

Teknologian hyödyntäminen ja käyttötavat	• Teknologian hyödyntäminen koetaan tärkeäksi • Teknologiaa ei osata hyödyntää • Käyttötavat: ➤ liikevideot ➤ materiaalien etsiminen ➤ musiikki
Etäyhteyksien käyttö	• Etäyhteyksien käyttö lisääntynyt, ➤ lisännyt teknologian hyödyntämisen ajattelua varhaiskasvattajien keskuudessa
Kouluttautuminen	• Toivotaan: ➤ lisäkoulutuksia teknologiakasvatuksesta ➤ varhaiskasvatuksen ammattikoulutuksiin lisää opintoja teknologian hyödyntämisestä

Taulukosta (taulukko 2) käy ilmi tuloksien analyysivaiheessa tarkastelemamme tuloksien pääpiirteet. Seuraavaksi tarkastelemme tuloksia ja johtopäätöksiä, jotka eivät käy ilmi taulukosta. Ne selittävät ja syventävät taulukkoon ja tuloksien analyysivaiheeseen nostettuja tutkimuksemme tuloksia. Kuten olemme aiemmin maininneet, selvitimme lisäksi haastateltavien ammattinimikkeet sekä työurien kestot ja tarkastelemme näistä tekemiämme johtopäätöksiä ja mahdollisia vaikutuksia suhteessa saatuihin tuloksiin.

Tutkimuksessamme olemme selvittäneet, kuinka erilaisin tavoin teknologiaa hyödynnetään kyseisen varhaiskasvatusyksikön liikuntakasvatuksessa. Tutkimuksen tuloksista käy ilmi, että teknologiaa hyödynnetään harvoin kyseisessä varhaiskasvatusyksikössä osana liikuntakasvatusta. Lisäksi tuloksista käy ilmi, että teknologiaa ei hyödynnetä osana liikuntakasvatusta monipuolisesti. Näistä tuloksista voidaan mahdollisesti olettaa, että teknologiaa ei osata hyödyntää osana liikuntakasvatusta ja tätä päätelmää tukee myös

havainnoinnin aikana esille nousseet vähäiset teknologian hyödyntämisen käyttötavat. Haastatteluun vastanneista varhaiskasvattajista kaikki kertoivat hyödyntävänsä teknologiaa osana liikuntakasvatusta jollain tavalla. Havainnoinnit kuitenkin osoittavat, että teknologiaa ei juurikaan hyödynnetty havainnoimissamme liikuntahetkissä. Tämä muodostaa hieman ristiriitaa aineistoomme.

Tarkasteltaessa työnimikkeen sekä työuran keston vaikutuksia haastattelun tuloksiin kävi ilmi, että näillä tekijöillä ei ollut merkitystä teknologian hyödyntämisen tai sen käyttötapojen kannalta. Lisäksi pyrimme haastattelun avulla selvittämään työtekijöiden toiveet siitä, millä tavoin työntekijät toivoivat saavansa tutkimuksen tulokset näkyväksi yksikössään. Varhaiskasvattajat mainitsivat useaan otteeseen haasteen ajan niukkuudesta ja siitä, että heillä ei ole aikaa keskittyä tai edes mahdollisuutta paneutua tarkasti uusiin ajankohtaisiin tietopaketteihin. He toivoivat konkreettista, helposti saatavilla olevaa, arjessa mukana kulkevaa ja muutaman sivun mittaista koostetta tutkimuksesta. Näiden edellä mainittujen johtopäätösten sekä työntekijöiden toiveiden vuoksi, olemme keränneet heille teoriaosuuteemme pohjautuen koosteen (liite 5) erilaisista tavoista hyödyntää teknologiaa liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä.

Tutkimuksemme teoreettisen viitekehyksen sekä tutkimuksellisen osuuden pohjalta voidaan todeta, että teknologia on kehittynyt ja muun muassa etäyhteyksien käyttö on lisääntynyt viimeisten vuosien aikana merkittävästi. Tutkimuksen tuloksien perusteella voidaan olettaa, että teknologiaa tullaan hyödyntämään myös jatkossa varhaiskasvatuksessa, esimerkiksi etänä toteutettavan varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen muodossa. Tuloksien mukaan lisääntynyt etäyhteyksien käyttö on laajentanut ajattelua siitä, kuinka teknologia toimii osana liikuntakasvatusta ja koko varhaiskasvatusta. Tällä voidaan olettaa olevan positiivisia vaikutuksia liikuntakasvatukseen ja sen edistämiseen, sillä varhaiskasvattajat saattavat kokea teknologian hyödyntämisen helpommaksi lisääntyneen etäyhteyksien käytön ansiosta.

Työsuhteen pituuksia tarkasteltaessa tuloksista voidaan todeta, että etenkin he, jotka ovat olleet työsuhteessa 0–4-vuotta ajattelevat etäyhteyksien käytön myötä

teknologiaa enemmän osana liikuntakasvatusta ja koko varhaiskasvatusta. Koulutustaustaa tarkasteltaessa varhaiskasvatuksen opettajana työskentelevät myös kokevat etätyöskentelyn lisänneen teknologian ajattelua ja hyödyntämistä osana liikuntakasvatusta ja muuta varhaiskasvatusta. Tästä johtopäätöksenä voidaan olettaa, että vähemmän aikaa työsuhteessa olleet sekä varhaiskasvatuksen opettajana työskentelevät todennäköisesti myös jatkossa hyödyntävät teknologiaa osana liikuntakasvatusta sekä varhaiskasvatusta enemmän ja monipuolisemmin.

Tutkimuksemme tuloksista sekä teoreettisesta viitekehyksestä käy ilmi, kuinka ammattiin valmistavassa koulutuksessa teknologiaopintoja on hyvin vähän. Lisäkoulutuksille olisi myös tutkimuksemme mukaan tarvetta. Mikäli koulutusta aiheesta saataisiin lisättyä, voitaisiin mahdollisesti olettaa, että teknologian hyödyntäminen myös osana liikuntakasvatusta laajentuisi ja monipuolistuisi. Lisäksi se todennäköisesti olisi tavoitteellisempaa sekä tarkoituksenmukaisempaa.

Haastatteluista ilmeni, että etenkin varhaiskasvatuksen opettajat sekä 0–4-vuotta työsuhteessa olleet toivoivat lisäkoulutuksia teknologian hyödyntämisestä osana liikuntakasvatusta. Tätä tulosta voitaisiin selittää varhaiskasvatuksen henkilöstön välisillä eroilla suunnitteluvastuun osalta. Kuten teoreettisessa viitekehyksessä mainitsimme, varhaiskasvatuksen opettajat ovat vastuussa muun muassa ryhmänsä lasten varhaiskasvatussuunnitelmien laatimisesta, pedagogiikan toteutumisesta sekä toiminnan suunnittelusta. Lisäksi tutkimuksen tuloksista käy ilmi, että lyhyemmässä työsuhteessa olleiden kiinnostus lisäkouluttautumista kohtaan on suurempaa suhteessa muihin haastateltaviin. Tätä tulosta voisi selittää se, että lyhyemmässä työsuhteessa olleilla, saattaa olla uudenlaista kiinnostusta työtä ja sen kehittämistä kohtaan.

5.1.2 Jatkotutkimusehdotukset

Koemme, että tämä tutkimus luo mahdollisuuden useille jatkotutkimuksille. Aiheen tiimoilta olisi mielenkiintoista saada lisätietoa lasten omista kokemuksista.

Aihetta voitaisiin tutkia esimerkiksi laadullisin menetelmin havainnoinnin ja haastattelujen avulla. Havainnoinnissa voitaisiin ottaa huomioon, kuinka teknologian hyödyntäminen liikuntakasvatuksessa vaikuttaa esimerkiksi lasten innostukseen, keskittymiseen ja osallisuuden toteutumiseen.

Teknologian hyödyntämistä varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa voisi myös tutkia yksilön oppimisprosessin näkökulmasta, sillä teoreettisessa viitekehyksessä nousi esiin liikunnan positiiviset vaikutukset oppimisen kannalta. Lisäksi teoreettisen viitekehyksen mukaan teknologian hyödyntämisellä voi olla positiivisia vaikutuksia motivaatioon sekä sen kautta oppimiseen. Oppimista voitaisiin tutkia esimerkiksi tapausverrokkitutkimuksen avulla. Tapausverrokkitutkimuksessa voitaisiin järjestää liikuntakasvatuksen tavoitteiden mukaisia liikuntatuokioita ensin ilman teknologian hyödyntämistä, jonka jälkeen voitaisiin järjestää vastaava tuokio, jossa hyödynnetään teknologiaa. Näin voitaisiin vertailla, onko teknologian hyödyntämisellä merkitystä esimerkiksi yksilön oppimiseen tai yksilön motivaatioon oppia.

5.1.3 Pohdinta

Teknologia näyttäytyy varhaiskasvatusikäisten lasten arjessa monin eri tavoin. Nykyään on useita eri tapoja hyödyntää teknologiaa myös varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä. Tulevaisuudessa teknologia ja sen uudet käyttötavat todennäköisesti kehittyvät entisestään ja niitä onkin varhaiskasvatuksen henkilöstön hyvä pyrkiä omaksumaan ja ottamaan osaksi omaa työvälineistöään. Teknologian kehittyminen luo paljon mahdollisuuksia monipuolistaa liikuntakasvatusta varhaiskasvatuksessa.

Tutkimuksessamme olemme selvittäneet laadullisin menetelmin, kuinka teknologiaa hyödynnettiintarkastelemassamme varhaiskasvatusyksikössä. Tulokset osoittavat, että teknologiaa ei hyödynnetty usein eikä monipuolisesti osana liikuntakasvatusta. Tulokset osoittavat myös, kuinka etätyöskentely on lisännyt teknologian hyödyntämisen ja sen mahdollisuuksien ajattelua kyseisessä varhaiskasvatusyksikössä. Lisäksi kiinnostus aiheeseen liittyvään

kouluttautumiseen nousi laajasti esiin tuloksissa. Olemme tuoneet sekä teoreettisen viitekehyksen sekä työntekijöiden toiveesta koostamamme yhteenvedon kautta näkyväksi varhaiskasvatuksen työntekijöille mahdollisimman laajasti teknologian erilaisia käyttötapoja ja mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisen välineenä, pyrkimyksenä madaltaa kynnystä hyödyntää teknologiaa osana liikuntakasvatusta. Varhaiskasvattajat korostivat haastatteluista saaduissa vastauksissa sitä, kuinka he kokevat teknologian hyödyntämisen osana liikuntakasvatusta tärkeäksi. Voidaan olettaa, että lisääntynyt teknologian hyödyntäminen etäyhteyksien suurentuneen käytön myötä sekä koostamamme lista tavoista hyödyntää teknologiaa osana liikuntakasvatusta, saattavat yhdessä madaltaa kynnystä hyödyntää teknologiaa osana liikuntakasvatusta.

Tutkimuksemme tuo organisaatiolle näkyväksi kyseisen varhaiskasvatusyksikön tämänhetkisen teknologiaosaamisen osana liikuntakasvatusta. Lisäksi tutkimuksemme tuo yksikölle näkyväksi monipuolisesti erilaisia tapoja hyödyntää teknologiaa osana liikuntakasvatusta koosteen muodossa. Haastatteluvaiheessa selvitimme mahdolliset lisähuomautukset -kohdassa, miten varhaiskasvattajat toivoisivat tutkimuksen tulokset heille näkyväksi. Kooste vastaa työntekijöiden toiveisiin konkreettisesta, helposti saatavilla olevasta ja muutaman sivun mittaisesta yhteenvedosta tutkimuksestamme. Tämä saattaa mahdollisesti madaltaa kynnystä toteuttaa liikuntakasvatusta teknologiaa hyödyntäen, sillä kooste on sellainen, mikä voi kulkea varhaiskasvattajien mukana arjessa. Lisäksi olemme lähettäneet yhteistyöorganisaatiolle opinnäytetyön sekä siitä tekemämme diaesityksen, jonka esitimme myös opinnäytetyöseminaarissa. Varhaiskasvatusyksikön johto voi hyödyntää tutkimuksen tuloksia suunnitellessa ja kehittäessä organisaation ja sen työntekijöiden osaamista, esimerkiksi etäyhteyksien käytössä. Kyseisen varhaiskasvatusyksikön lisäksi muut organisaatiot ja aiheesta kiinnostuneet voivat hyödyntää opinnäytetyötämme esimerkiksi tulevilla aiheeseen liittyvissä tutkimuksissa. Lisäksi tutkimusta voidaan hyödyntää kaikessa toiminnassa, jossa ollaan tekemisissä lasten kanssa. Esimerkiksi huoltajat voivat saada vinkkejä tutkimuksesta lasten arkeen ja liikuntaan. Yhteiskunnallisesta näkökulmasta tutkimusta voitaisiin hyödyntää esimerkiksi koulutusohjelmien opetuskokonaisuuksia suunniteltaessa, tutkimuksen esiin nousseeseen kouluttautumistarpeeseen vastaten.

Tutkimuksemme teoreettisen viitekehyksen sekä tuloksien mukaan teknologiaa voidaan hyödyntää laajasti osana liikuntakasvatusta. Tämä kuitenkin vaatii varhaiskasvattajalta tarvittavaa osaamista, jotta teknologian hyödyntäminen on tarkoituksenmukaista, palvelee liikuntakasvatuksen tavoitteita sekä toimisi liikuntakasvatusta edistävänä välineenä.

LÄHTEET

Alamäki, A. 1999. How to Educate Students for a Technological Future: Technology Education in Early Childhood and Primary Education. Turun yliopiston julkaisuja.

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 7.painos.

Helajärvi, H., Kokko, S. & Vasankari, T. 2019. Älylaitteet ja fyysinen terveys: Älylaitteista sekä haittaa että hyötyä. Teoksessa Kosola, S., Moisala, M. & Ruokoniemi P. (toim.) Lapset, nuoret ja älylaitteet – Taiten tasapainoon.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Tekijät & Gaudeamus Helsinki University Press.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Tekijät ja Kirjayhtymä Oy.

Hälikkä, S. 2010. Verkko-oppimisympäristö varhaiskasvatushenkilöstölle. Kehittämishankeraportti. Luettu 23.8.2021. [APTA4002_S_Halikka_D9513.pdf \(theseus.fi\)](https://theseus.fi/APTA4002_S_Halikka_D9513.pdf)

Junttila, J. 2015. Kuinka motivoida oppilasta liikkumaan teknologian avulla? Opinnäytetyö. Luettu 29.8.2021. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201506031763.pdf>

Kalliovuori, P. 2021. Motoristen perustaitojen kehittymisen tukeminen integroidussa varhaiskasvatusryhmässä. Opinnäytetyö. Luettu 23.8.2021. [Kalliovuori_Paula.pdf \(theseus.fi\)](https://theseus.fi/Kalliovuori_Paula.pdf)

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas: Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Tekijät & Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Karila, K. 2016. Vaikuttava varhaiskasvatus – Tilannekatsaus toukokuu 2016. Opetushallitus ja tekijät. Luettu 12.4.2021. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/vaikuttava_varhaiskasvatus.pdf

Koivunen, P-L. & Lehtinen, T. 2015. Kasvu kiikarissa – Havainnoinnin käsikirja varhaiskasvattajille. Tekijät & PS-kustannus.

Koskinen, A. 2018. Sata päiväkotilasta kokeilee aktiivisuussensoria Tampereella. Yle Uutiset. Julkaistu 22.5.2018. Luettu 10.5.2021. [Sata päiväkotilasta kokeilee aktiivisuussensoria Tampereella | Yle Uutiset | yle.fi](https://yle.fi/uutiset/3-8344444)

Koulutus. n.d. Hublet. Luettu 26.4.2021. [Koulutus - Hublet \(gethublet.com\)](https://gethublet.com/)

Kvalitatiivinen tutkimus. n.d. Tilastokeskus. Luettu 14.4.2021. https://www.stat.fi/meta/kas/kvalit_tutkimus.html

Laitinen, J., Meristö, T., Jokinen, H., Ruoslahti, H. & Repo Jamal, H. 2020. NAPPI-vinkkejä erityistä tukea tarvitsevan nuoren liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi. Luettu 23.8.2021. [Laurea julkaisut 148.pdf \(theseus.fi\)](#)

Liikunta vaikuttaa lapsen ja nuoren kehitykseen. n.d. UKK-instituutti. Päivitetty 28.10.2020. Luettu 10.4.2021. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-vaikutukset/liikunta-ja-lapsen-ja-nuoren-kehittyminen/>

Mitä on varhaiskasvatus? n.d. Opetushallitus. Luettu 12.4.2021. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/mita-varhaiskasvatus>

Myyryläinen, J. & Järvinen, T. 2017. "OPE, KATO KUN MIE POMPIN! VAU, TEE SE UUDESTAAN NIIN SAADAAN SE VIDEOALLE!" – Teknologian mahdollisuudet liikuntakasvatuksessa Liperin kunnan esiopetuksessa. Opinnäytetyö. Luettu 24.8.2021. [Microsoft Word - OPPARI 04072017.docx \(theseus.fi\)](#)

Määttä, K. & Uusiautti, S. 2012. How do the Finnish family policy and early education system support the well-being, happiness, and success of families and children? Early child development and care. 2012;182 (3-4):291–298.

Opettajana varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. n.d. Opetusalan Ammattijärjestö. Luettu 19.5.2021. <https://www.oaj.fi/arjessa/mita-opettajan-tyo-on/opettajana-varhaiskasvatuksessa-ja-esiopetuksessa/>

Pennanen, S. 2009. Lasten medialeikit varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Alanen, L. ja Karila, K (toim.). Lapsuus, lapsuuden instituutiot ja lasten toiminta.

Pulli, E. 2017. Liikkua, leikkiä ja luoda: liikuntaideoita varhaiskasvatukseen. Lasten Keskus ja Kirjapaja Oy.

Pulli, E. 2013. Lupa leikkiä. Lasten keskus.

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2013. Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen J. & Sääkslahti, A. (toim.) Liikuntapedagogiikka. Tekijät ja PS-kustannus.

Rautio, M. 2019. Lasten liikuntatutkimus paljastaa, että liikunta ei kiinnosta lapsia – Professori: "Jotain kummallista on käynnissä". Yle Uutiset. Julkaistu 31.1.2019. Luettu 31.5.2021. [Lasten liikuntatutkimus paljastaa, että liikunta ei kiinnosta lapsia – Professori: "Jotain kummallista on käynnissä" | Yle Uutiset | yle.fi](#)

ReimaGO lasten aktiivisuusrankkeet ryhmäkäyttöön. n.d. Luettu 10.5.2021. [ReimaGO Ryhmille | Reima](#)

Rissanen, V. 2016. Kylmä ilmasto on akulle hyväksi – näin saat laitteidesi akut kestävästi pakkasella. Helsingin sanomat. Julkaistu 15.12.2016. Luettu 24.8.2021 [Kylmä ilmasto on akulle hyväksi – näin saat laitteidesi akut kestävästi pakkasella - Teknologia | HS.fi](#)

Ronkainen, A. 2019. Tuhansien lasten liikkumista seurataan päiväkodeissa aktiivisuusrannekkeen avulla ja se on yleistymässä – 5-vuotias: "Keholle terveellistä". Yle Uutiset. Julkaistu 20.11.2019. Luettu 10.5.2021. [Tuhansien lasten liikkumista seurataan päiväkodeissa aktiivisuusrannekkeen avulla ja se on yleistymässä – 5-vuotias: "Keholle terveellistä" | Yle Uutiset | yle.fi](#)

Saaranen-Kauppinen, A & Puusniekka, A. 2009. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Tampereen yliopisto. Luettu 7.4.2021. <https://courses.helsinki.fi/sites/default/files/course-material/4453723/kvalitatiivisten%20menetelmien%20verkko-oppikirja.pdf>

Shaw, E. 1999. A guide to the qualitative research process: Evidence from a small firm study. Qualitative Market Research: An International Journal 2(2), 59–70. <https://www-emerald-com.libproxy.tuni.fi/insight/content/doi/10.1108/13522759910269973/full/pdf>

Sarén S-M. 2019. Tiede- ja teknologiapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Sirpa-Marja Sarén ja Kustannusosakeyhtiö Otava.

Staiano, A. E. & Calvert, S. L. 2011. Exergames for physical education courses: Physical, social, and cognitive benefits. Child Development Perspectives 5(2), 93-98. <https://srcd-onlinelibrary-wiley-com.libproxy.tuni.fi/doi/pdfdirect/10.1111/j.1750-8606.2011.00162.x>

Syväoja, H. n.d. Liikunnan merkitys oppimiselle? LIKES – tutkimuskeskus, Jyväskylä. Luettu 20.8.2021. <https://docplayer.fi/68691379-Liikunnan-merkitys-oppimiselle-heidi-syvaoja-tutkija-likes-tutkimuskeskus-jyvaskyla.html>

Teknologia liikunnan opetuksessa. n.d. Opetushallitus. Luettu 15.4.2021. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/teknologia-liikunnan-opetuksessa>

Teknologia tuo apua ja älyä koulujen liikuntatunneille. n.d. Luettu 20.8.2021. <https://archive.uef.fi/arkisto/news/fi/2015/45253.html>

Teknologia tuo yhtenäisyyttä sosiaali- ja terveysalalle. 3.10.2019. Dialogi. Luettu 18.8.2021. [Teknologia tuo yhtenäisyyttä sosiaali- ja terveysalalle – Dialogi \(diak.fi\)](#)

Tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen. 2021. Opetushallitus. Luettu 26.4.2021. [Versio-1-Tieto-ja-viestintateknologinen-osaaminen-suomi.pdf \(uudetlukutaidot.fi\)](#)

Tukea digitaalisten taitojen kehittämiseen varhaiskasvatuksessa sekä esi- ja perusopetuksessa. 2021. Opetushallitus. Julkaistu 16.2.2021. Luettu 15.4.2021. <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2021/tukea-digitaalisten-taitojen-kehittamiseen-varhaiskasvatuksessa-seka-esi-ja>

Tumelius, A. 2019. Teknologian vaikutukset lasten liikunnalliseen kehitykseen, systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Opinnäytetyö. Luettu 23.8.2021. [Lapin AMK opinnäytetyön malli \(theseus.fi\)](#)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi – Uudistettu laitos. Jouni Tuomi, Anneli Sarajärvi ja Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. 2005. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki: Yliopistopaino Oy. Luettu 8.4.2021.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/72925/URN%3aNBN%3afi-fe201504225286.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Varhaiskasvatustilaki 13.7.2018/540. Luettu 16.4.2021.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Pidp446666496>

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018. Opetushallitus. Luettu 12.4.2021.

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Luettu 26.4.2021. https://content-webapi.tuni.fi/proxy/public/2020-04/intra_kirjallisenraportoinninohje2020_v6.pdf

Virtanen, M. 2020. The Impact of Remote Working on Employees' Work Motivation & Ability to Work. Opinnäytetyö. Metropolia University of Applied Sciences. Luettu 23.6.2021. [The Impact of Remote Working on Employees' Work Motivation & Ability to Work Bachelor's Thesis Milana Virtanen.pdf \(theseus.fi\)](#)

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje lasten huoltajille havainnoinnista

Hei!

Olemme Tampereen ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoita ja valmistumme vuoden päästä joulukuussa 2021 varhaiskasvatuksen opettajiksi. Teemme Pedagogisen osaamisen harjoittelumme lastenne päiväkodissa tammikuusta 2021 lähtien. Samalla teemme opinnäytetyötämme, jonka aiheena on tarkastella teknologian mahdollisuuksia liikuntakasvatuksessa.

Opinnäytetyömme tavoitteena on tuoda näkyväksi varhaiskasvatuksen työntekijöille mahdollisimman laajasti teknologian erilaisia käyttötapoja ja mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisessä. Haluaisimme havainnoimalla päiväkodin arkea kartoittaa, kuinka teknologiaa jo mahdollisesti hyödynnetään liikuntakasvatuksessa lastenne arjessa.

Haluaisimme mielellämme havainnoida lastanne anonyymisti niin ryhmätoiminnassa kuin yksilöohjauksessakin. Varmistamme havainnoinnin analysoinnissa yksityisyyden ja henkilökohtaisen tietosuojan. Havainnointia toteutettaisiin harjoittelumme aikana tammi-maaliskuussa. Mikäli havainnointi ei lapsenne kohdalla sovi, ilmoitathan asiasta 11.1.2021 mennessä lapsenne ryhmän ohjaajalle.

Mikäli teille herää kysyttävää haastatteluun tai opinnäytetyöhömmme liittyen kerromme mielellämme lisää.

Ystävällisin terveisin,

Essi Raiskio ja Veera Salonen
Sosionomiopiskelijat
TAMK
Tampereen ammattikorkeakoulu

Liite 2. Saatekirje päiväkodin työntekijöille haastattelusta.

Hei!

Olemme Tampereen ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoita ja valmistumme vuoden päästä joulukuussa 2021 varhaiskasvatuksen opettajiksi. Teemme Pedagogisen osaamisen harjoittelumme teidän päiväkodissanne tammikuusta 2021 lähtien. Samalla teemme opinnäytetyötämme, jonka aiheena on tarkastella teknologian mahdollisuuksia liikuntakasvatuksessa.

Opinnäytetyömme tavoitteena on tuoda näkyväksi varhaiskasvatuksen työntekijöille mahdollisimman laajasti teknologian erilaisia käyttötapoja ja mahdollisuuksia liikuntakasvatuksen edistämisessä sekä samalla mahdollisesti madaltaa kynnystä hyödyntää teknologiaa liikuntakasvatuksessa. Samalla haluaisimme kartoittaa teidän työntekijöiden ajatuksia teknologian hyödyntämisestä varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksessa.

Haluaisimmekin haastatella sinua, varhaiskasvatuksen ammattilainen, liittyen teknologian käyttöön osana liikuntakasvatusta. Haastattelu toteutetaan yksilö- ja kertahaastatteluna. Haastateltavanamme saat mahdollisuuden kertoa omista kokemuksistasi mahdollisimman vapaasti kysymyksiimme pohjautuen. Varmistamme vastausten yksityisyyden ja henkilökohtaisen tietosuojan huolehtimalla vastausten analysoinnista anonymiteetti huomioon ottaen.

Haastattelut toteutetaan harjoittelumme aikana tammi-maaliskuussa työpäivien puitteissa. Mikäli et halua osallistua haastatteluunne, ilmoitathan asiasta esimiehellenne 11.1.2021 mennessä.

Mikäli teille herää kysyttävää haastatteluun tai opinnäytetyöhömmme liittyen kerromme mielellämme lisää.

Ystävällisin terveisin,

Essi Raiskio ja Veera Salonen
Sosionomiopiskelijat
TAMK
Tampereen ammattikorkeakoulu

Liite 3. Haastattelurunko

Päivämäärä:	
Haastattelija:	
Suostumus: <i>Haastateltava suostuu siihen, että vastauksia käytetään tieteelliseen tutkimukseen.</i>	
Kysymys 1. <i>Työtehtävän määrittely ja työuran kesto?</i>	
Kysymys 2. <i>Millainen rooli mielestäsi teknologialla on liikuntakasvatuksessa?</i>	
Kysymys 3. <i>Hyödynnätkö teknologiaa toteuttaessasi liikuntakasvatusta varhaiskasvatuksessa?</i>	
Kysymys 4. <i>Jos hyödynnät teknologiaa osana liikuntakasvatusta, miten?</i>	
Mahdolliset lisähuomautukset:	

Liite 4. Havainnointirunko

Päivämäärä:	
Havainnoija:	
Havainnoitavien ikäryhmä:	
Havainnoitavien määrä:	
<i>Tuokion kuvaus:</i>	
<i>Hyödynnettiinkö teknologiaa:</i>	
<i>Tavat listattuna, jos teknologiaa hyödynnettiin tuokion aikana:</i>	

Liite 5. Kooste tavoista hyödyntää teknologiaa liikuntakasvatuksen välineenä

KOOSTE TEKNOLOGIAN ERILAISISTA KÄYTTÖTAVOISTA JA
MAHDOLLISUUKSISTA LIIKUNTAKASVATUKSEN EDISTÄMISEN
VÄLINEENÄ



Veera Salonen & Essi Raiskio

TEKNOLOGIA
VARHAISKASVATAJAN
TYÖVÄLINEENÄ OSANA
LIIKUNTAKASVATUSTA

- **Materiaalien etsiminen**
"Tietoa ja vinkkejä toimintaan löytyy paljon esimerkiksi erilaisista varhaiskasvattajille tarkoitetuista sosiaalisen median ryhmistä sekä erilaisilta verkkosivustoilta"
"Esimerkiksi Facebook-ryhmät: Varhaiskasvattajien materiaalipankki, Liikkuva varhaiskasvatus, Ilo kasvaa liikkuen – ideoita liikunnalliseen varhaiskasvatukseen, Internetsivustot, kuten: Pinterest, Leikki pankki, Liiku.fi, Youtube.com."
- **Yhteistyö huoltajien kanssa liikuntaan liittyvissä asioissa**
"Etävasut, Kahoot, Padlet ja Flinga esimerkiksi vanhempainiltoihin"
"Videoiden ja kuvien jakaminen vanhemmille lasten liikuntatuokioista"
"Lomake tai vastaava lapsen liikkumisesta ja sen kehityksestä huoltajille"
- **Dokumentointi teknologiaa apuna käyttäen**
"Valokuvien ja videoiden tallettaminen liikuntatuokioista"

SOVELLUKSET

Internetistä:

- **Ruokatutka.fi** "Valmiita opetusmateriaaleja ja tuntikokonaisuuksia varhaiskasvatuksesta toiselle asteelle"
- **Neuvokasperhe.fi** "Neuvokas Perhe tarjoaa vinkit syömiseen, liikkumiseen, lepoon ja hyvinvointiin"
- **Justdancenow.com** "Tanssivideopeli ilman pelikonsolia"

Sovelluskaupasta:

- **Video Delay Instant Replay** "Kuvaa liike ja katso se hidastettuna, jolloin sen harjoittelu helpottuu"
- **Jungle Race** "Hedelmien metsästämistä kartalta"
- **Pokemon GO!** "Pokemonien metsästämistä kartalta"
- **Team Shake** "Ryhmiinjakosovellus"
- **QR-suunnistus** "QR -koodeihin pystyy sisällyttämään tehtäviä, kuten esimerkiksi erilaisia liikuntatehtäviä. Koodien takana olevat tehtävät voivat olla mitä vain, erilaisista peleistä loruleikkeihin."

TOIMINTA

- **Musiikki** "Laulettu musiikki auttaa oppimaan liikkeitä, instrumentaalinen musiikki auttaa keskittymään"
- **Satujooga** "Runon mukainen liikkuminen"
- **Kuvasuunnistus** "Lapset saavat itse mahdollisuuden ottaa valokuvia ja toiset lapset pyrkivät etsimään toisten ottamat kuvat esimerkiksi päiväkodin pihasta"
- **Liikevideot ja liikekuvat** "Kun lapset kuvaavat ja katsovat omia liikevideoitaan, heidän motoriset taidot kehittyvät"
- **Rentoutusharjoitukset** "auttaa mieltä ja kehoa rentoutumaan kokonaisvaltaisesti"
- **Musiikkivideot** "Auttavat lapsia hahmottamaan liikkeitä ja näin kehittävät motorisia taitoja"
- **Tasapainotaitojen harjoittelu** "Millaaisia esteitä ympäriltä löytyy ja kuinka ne voidaan suorittaa, esimerkiksi kierimällä, hyppäämällä, alittamalla, tasapainoilemalla jne."