



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU
VASA YRKESHÖGSKOLA
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Mari Ahola

LIKUNTALEIKKIKOULU OSANA PÄIVÄKODIN LIKUNTAKASVATUSTA

Sosiaali- ja terveysala
2014

TIIVISTELMÄ

Tekijä	Mari Ahola
Opinnäytetyön nimi	Liikuntaleikkikoulu osana päiväkodin liikuntakasvatusta
Vuosi	2014
Kieli	suomi
Sivumäärä	43 + 5 liitettä
Ohjaaja	Ahti Nyman

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen tutkimus, jonka aiheena on Liikuntaleikkikoulu osana päiväkodin liikuntakasvatusta. Tutkimuksessa perehdytään varhaiskasvatukseen ja lapsen kehityksen kautta liikunnan merkitykseen ja sen toteuttamiseen päiväkodissa. Kohderyhmänä oli Etelä-Pohjanmaalla olevan päiväkodin 3-5-vuotiaiden lasten ryhmä. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulun oppeja ja tuntimalleja voi soveltaa ja hyödyntää päiväkotiryhmässä. Tavoitteena oli tuoda lapsille liikunnan iloa ja työntekijöille käytännön vinkkejä ja konkreettisia keinoja ohjatun liikunnan toteuttamiseen päiväkodin arjessa.

Tutkimuksen toiminnalliseen osuuteen kuului kolme erilaista liikuntatuokiota ja ne toteutettiin keväällä 2014. Kohderyhmän työntekijää haastateltiin ennen liikuntatuokioita ja myös niiden jälkeen. Yksi liikuntatuokiosta toteutettiin kolmelle pienryhmälle päiväkodin liikuntasalissa ja kaksi tuokiosta toteutettiin puolikkaille lapsiryhmille pihalla. Kaikki liikuntatuokiot rakentuivat Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulun tuntimallien mukaisesti.

Liikuntatuokioiden ja haastattelujen perusteella voidaan todeta, että Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulun materiaaleja voidaan hyödyntää päiväkodissa osana liikuntakasvatusta. Lapsiryhmä sai tutkimuksen myötä kokea vauhdikasta liikunnan iloa ja riemua, ja kasvattajille kertyi uusia ideoita ja vinkkejä liikunnan toteuttamiseen päiväkodissa.

ABSTRACT

Author	Mari Ahola
Title	Physical Education in a Kindergarten
Year	2014
Language	Finnish
Pages	43 + 5 Appendices
Name of Supervisor	Ahti Nyman

This bachelor's thesis is a practice-based study on physical education in a kindergarten. The study deals with early childhood education, a child's development, physical education and implementing physical education in a kindergarten. The target group of the study was a group of children between the ages of three and five in Southern Ostrobothnia. The purpose of the study was to find out how the physical education model developed by a national project, Suomen liikuntaleikkikoulu could be applied and implemented. The aim was to bring joy in physical education to the children and practical tips and concrete methods to the kindergarten employees.

The practice-based part of the thesis included three physical education sessions that were implemented in spring 2014. The employee was interviewed before and after the sessions. The model created by the national project was implemented in all of the sessions.

Based on the sessions and interviews it can be said that the model created by the national project can be used in planning the physical education in a kindergarten. The children found joy in physical exercise during this research and the educators gained new ideas and tips for implementing physical exercise in a kindergarten.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	7
2	VARHAISKASVATUS	9
	2.1 Arvot ja tavoitteet	10
	2.2 Lapsen luontainen tapa toimia	10
	2.3 Varhaiskasvatusympäristö	11
3	LAPSEN KEHITYS JA LIIKUNTA	13
	3.1 Sosioemotionaalinen kehitys	13
	3.2 Kognitiivinen kehitys.....	14
	3.3 Motorinen kehitys	16
	3.4 Liikunta.....	18
	3.5 Liikunnan merkitys lapselle.....	18
	3.6 Liikuntakasvatus ja liikunnan ohjaaminen.....	19
	3.7 Liikuntaleikkikoulu.....	20
	3.7.1 Toimintaperiaatteet	20
	3.7.2 Rakenne ja sisältö.....	21
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	23
	4.1 Toimintatutkimuksen ryhmittely	23
	4.2 Toimintatutkimuksen kulku	24
	4.3 Toimintatutkimukseen kohdistuva kritiikki.....	24
5	MENETELMÄT JA ANALYYSI.....	26
	5.1 Alkuhaastattelu	26
	5.2 Ensimmäinen liikuntatuokio	28
	5.2.1 Ensimmäinen pienryhmä.....	29
	5.2.2 Toinen pienryhmä	30
	5.2.3 Kolmas pienryhmä	30
	5.2.4 Palautetta ja pohdintaa ensimmäisestä liikuntatuokiosta	31
	5.3 Toinen liikuntatuokio.....	32
	5.4 Kolmas liikuntatuokio.....	34

5.5	Toisen ja kolmannen liikuntatuokion vertailua.....	36
5.6	Loppuhaastattelu	37
6	JOHTOPÄÄTÖKSET	38
7	POHDINTA.....	39
7.1	Pohdintaa alkuhaastattelusta	39
7.2	Pohdintaa liikuntatuokioista.....	39
7.3	Pohdintaa loppuhaastattelusta.....	41
	LÄHTEET.....	42
	LIITTEET	

LIITELUETTELO**LIITE 1.** Alkuhaastattelu**LIITE 2.** Loppuhaastattelu**LIITE 3.** Ilmekortit**LIITE 4** Tutkimuslupa**LIITE 5.** Tutkimuksen prosessit

1 JOHDANTO

Olen itse harrastanut liikuntaa aktiivisesti seuratoiminnassa nuorempana ja sitä myötä kiinnostuin myös liikunnan ohjaamisesta. Käytyäni Nuoren Suomen liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutuksen olen ohjannut liikuntaleikkikoulua 3-4- ja 5-6-vuotiaille lapsille liikuntaseurassa ja siitä sain innoituksen myös opinnäytetyöni aiheeksi. Halusin yhdistää kaksi minulle tärkeää asiaa; liikunnan ja varhaiskasvatuksen sekä hyödyntää liikuntaleikkikoulun oppeja päiväkodissa ja tuoda liikuntaleikkikoulua tutummaksi päiväkotimaailmassa. Itse olen tutustunut Nuoren Suomen liikuntaleikkikouluun urheiluseuratoiminnan näkökulmasta ja opinnäytetyöni avulla laajennan näkökulmaa päivähoidon puolelle.

Tutkimukseni avulla haluaisin ottaa kantaa nykyajan lasten puutteelliseen liikkumiseen ja lisätä liikunnan mahdollisuuksia antamalla päiväkodin työntekijöille vinkkejä ja ideoita ohjatun liikunnan järjestämiseen päiväkodin arjessa. Toivon, että tutkimuksen myötä työntekijöillä heräisi ajatuksia siitä, miten liikuntaa voitaisiin lisätä.

Tutkimukseni tarkoituksena on selvittää, miten Nuoren Suomen liikuntaleikkikoulun oppeja ja tuntimalleja voi soveltaa ja hyödyntää päiväkotiryhmässä. Pysin tutkimukseni toiminnallisen osuuden avulla tuomaan lisää käytännön vinkkejä ja keinoja siihen, miten liikuntaa voi toteuttaa päiväkodin arjessa.

Haluan tutkimukseni avulla lisätä lasten liikunnallisia onnistumisen kokemuksia ja tarjota päiväkotiin soveltuvia liikuntamalleja. Tavoitteena on tuoda lapsille liikunnan iloa ja työntekijöille konkreettisia keinoja ohjatun liikunnan toteuttamiseen liikuntaleikkikoulun malliin. Itse saan tutkimuksen myötä tietoa lasten liikunnasta nykypäivänä, liikuntatottumuksista päiväkodissa sekä kokemusta liikuntaleikkikoulun toteuttamisesta päivähoidon näkökulmasta.

Toteutin tutkimukseni toiminnallisena tutkimuksena, johon sisältyivät alkuhaastattelu (LIITE 1), kolme liikuntatuokiota ja loppuhaastattelu (LIITE 2). Suoritin tutkimukseni toiminnallisen osuuden päiväkodissa Etelä-Pohjanmaalla 3-5 -vuotiaiden lasten ryhmässä. Selvitin haastatellen työntekijää, minkälaista liikuntaa

ryhmässä on toteutettu, ja millaisia toiveita ja tarpeita liikunnan suhteen on, suunnittelin ja toteutin kolme liikunnallista tuokiota pohjautuen Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulu -materiaaliin ja lopuksi tutkin lopputuloksia; mitä hyötyä projektista on ollut ja voisiko toteuttamaani hyödyntää jatkossa jotenkin.

Tutkimuskohteena oli päiväkodin 3-5 -vuotiaiden ryhmä. Kohderyhmä rajautui luontevasti tähän ryhmään, koska suoritin opintoihini liittyvää suuntaavaa harjoittelua samanaikaisesti kyseisessä ryhmässä. Täten ryhmä ja sen toimintatavat olivat minulle tuttuja. Pystyin suunnittelemaan ja toteuttamaan juuri heidän tarpeisiinsa ja kehitysvaiheisiinsa sopivaa liikuntaa, kun olin nähnyt heidän toimintaansa jo hieman pidempään. Liikuntatuokioiden toteuttaminen tuntui myös helpommalta, koska lapset olivat tuttuja.

Tekstissäni avaan ensin hieman varhaiskasvatuksen ja päivähoidon käsitteitä sekä kerron lapsen motorisesta kehityksestä. Kerron liikunnasta ja sen osuudesta lasten elämässä, ja siirryn liikuntakasvatuksen ja ohjaamisen kautta kertomaan Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulusta. Perehdyn työssäni myös toimintatutkimukseen. Kerron omasta tutkimuksestani, miten toteutan sen ja mitä tutkin.

2 VARHAISKASVATUS

Lasten hoito voidaan kodin lisäksi järjestää päiväkodissa, perhepäivähoitona, leikkitoimintana tai muuna päivähoitotoimintana. Päivähoidon tarkoitus on tukea koteja kasvatuksessa ja yhteistyössä niiden kanssa edistää lapsen persoonallisuuden tasapainoista kehitystä. Päivähoidon tulee myös turvata lapselle hyvä kasvu-ympäristö sekä jatkuvat, turvalliset ja lämpimät ihmissuhteet. Päivähoidon tulee edistää lapsen fyysistä, sosiaalista ja tunne-elämän kehitystä sekä tukea lapsen esteettistä, älyllistä, eettistä ja uskonnollista kasvatusta. Päivähoidon järjestäminen on kunnan tehtävä. Päivähoitoa järjestetään pääasiassa lapsille, jotka eivät vielä ole oppivelvollisuusikäisiä. Erityisten olosuhteiden vaatiessa myös sitä vanhemmat lapset voivat olla päivähoitossa. (L19.1.1973/36.)

Päiväkotihoidon järjestetään tätä tarkoitusta varten varatussa tilassa, jota kutsutaan päiväkodiksi (L19.1.1973/36). Lapsi voi olla päiväkodissa osapäivä- tai kokopäivähoitossa. Kokopäivähoitossa lapsen hoitoaika on enimmillään kymmenen tuntia vuorokaudessa ja osapäivähoitossa olevan lapsen hoitoaika viisi tuntia. Seitsemää kokopäivähoitossa olevaa kolmen vuoden ikäistä tai sitä vanhempaa lasta kohden päiväkodissa tulee olla vähintään yksi ammatillisen kelpoisuuden omaava kasvattaja. Neljää alle kolmen vuoden ikäistä lasta kohden tulee samoin olla vähintään yksi ammatillisen kelpoisuuden omaava kasvattaja. Jos päiväkodissa on erityisen hoidon ja kasvatuksen tarpeessa olevia lapsia, se on huomioitava joko lasten tai kasvattajien lukumäärässä. Päiväkodissa voi olla myös erityinen avustaja erityistä hoitoa ja kasvatusta tarvitsevia lapsia varten. (L16.3.1973/239.)

Varhaiskasvatuksella tarkoitetaan pienten lasten elämässä tapahtuvaa kasvatuksellista vuorovaikutusta, jonka tavoite on edistää lasten tasapainoista kasvua, kehitystä ja oppimista. Yhteiskunnan tarjoamien varhaiskasvatuspalveluiden tehtävä on tukea lapsen kotikasvatusta. Ensisijainen kasvatusoikeus ja -vastuu on kuitenkin lasten vanhemmilla. Yhteiskunnan järjestämä varhaiskasvatus on hoidon, kasvatuksen ja opetuksen muodostama kokonaisuus, jonka lähtökohtana on kokonaisvaltainen näkemys kasvusta, kehityksestä ja oppimisesta. Varhaiskasvatuspalveluja tuottavat kunnat, järjestöt, yksityiset palveluntuottajat ja seurakunnat. Kes-

keisimpiä varhaiskasvatuspalveluja ovat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito ja erilainen avoin toiminta. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 463; Stakes, Oppaita 56. 2005, 11, 15.)

2.1 Arvot ja tavoitteet

Suomalaisen varhaiskasvatuksen arvopohjan perustana ovat Lapsen oikeuksien yleissopimus ja varhaiskasvatuksen keskeiset periaatteet. Näistä asiakirjoista keskeisimpinä asioina nousevat esiin lapsen etu, tasa-arvoisuus, turvallisuus ja lapsen kuuleminen. Varhaiskasvatuksen tärkein tavoite on lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen. Siihen pyritään huolehtimalla lapsen perustarpeista, vaalimalla terveyttä ja toimintakykyä sekä turvaamalla pysyvät ja turvalliset ihmissuhteet. Varhaiskasvatuksen toimintaa suuntaavat kasvatuspäämäärät, joita ovat lapsen henkilökohtaisen hyvinvoinnin edistäminen ja yksilöllisyyden kunnioitus, toiset huomioon ottavan käyttäytymisen vahvistaminen sekä itsenäisyyden asteittäinen lisääminen. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 12-13, 15.)

2.2 Lapsen luontainen tapa toimia

Varhaiskasvatuksen toimintaa suunniteltaessa otetaan huomioon lapselle ominaiset toiminnan tavat leikkiminen, liikkuminen, tutkiminen sekä taiteellinen kokeeminen ja ilmaiseminen. Lapselle luonteva toiminta tukee lapsen hyvinvointia, vahvistaa minäkäsitystä, lisää osallistumismahdollisuuksia ja antaa mahdollisuuden ilmaista ajatuksia sekä tunteita. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 20.)

Leikki on lapsen tapa työstää asioita. Lapsi oppii leikkiessään, vaikka oppiminen ei ole tavoitteellista. Leikit koostuvat siitä, mitä lapsi on nähnyt, kuullut ja kokenut. Lasten leikin tukeminen vaatii havainnointia ja kykyä eritellä leikkitilanteita. Leikki voi olla täysin vapaata tai sitä voidaan ohjata joko epäsuorasti tai suorasti. Tiloja suunniteltaessa tulee huomioida lasten ikä ja kehitys sekä erilaisten leikkien vaatimat aika-, tila- ja välineratkaisut. Leikkiympäristön luominen, ylläpitäminen ja uudistaminen ovat osa varhaiskasvatusta ja niissä on otettava huomioon lasten leikin kehitysvaiheet, leikkikulttuuri ja lasten ajankohtaiset kiinnostuksen aiheet. (Stakes, Oppaita 56. 2005,21-22.)

Tutkiminen ja ihmettely ovat lapselle syntymästä asti luontaisia toimintatapoja. Yrityksen, erehdyksen ja oivalluksen kokemukset saavat aikaan oppimisen iloa. Tutkimalla lapsi tyydyttää uteliaisuuttaan ja kokee olevansa osa ympärillä olevaa maailmaa ja yhteisöä. Kasvattajien tehtävä on antaa aikaa tutkimiselle ja ihmettelylle. He voivat omilla asenteillaan ja toiminnallaan luoda tutkimiselle innostavan, avoimen ja kannustavan ilmapiirin. Siten he myös kannustavat lasten omaa ajattelua, ongelmanratkaisua ja mielikuvitusta. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 25.)

Yksi lapselle luontaisista toimintatavoista on liikkuminen. Lapsen hyvinvoinnin ja terveen kasvun kannalta päivittäinen liikkuminen on perustava tekijä. Säännöllinen ohjattu liikunta on tärkeää lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen ja motorisen oppimisen kannalta. Liikkuessaan lapsi ajattelee ja oppii uutta, ilmaisee tunteita, kokee iloa, vauhtia ja elämyksiä sekä hikeä ja hengästymistä. Tutustumalla liikkuensa omaan kehoonsa ja ympäristöönsä lapselle kehittyy terve itsetunto. On tärkeää, että lapsilla on mahdollisuus vauhdikkaaseen liikkumiseen sekä ulkona että sisällä. Ympäristön tulee olla sopivan haasteellinen ja motivoiva. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 22-23.)

Taiteellinen kokeminen ja ilmaiseminen liittyvät vahvasti lapsen mielikuvitukseen. Taiteelliset kokemukset syntyvät musiikista, tanssista, draamasta, kädentaidoista ja kirjallisuudesta. Taidetta tekevän ja kokevan lapsen maailmaan kuuluu eri aistialueiden kokemusten yhdistelmiä; muotoja, värejä, ääniä, tuoksuja, taiteellista draamaa ja oppimisen iloa. Kasvattajan tehtävänä on antaa tilaa, aikaa ja rauhaa lapsen mielikuvitukselle ja luovuudelle. Tehtävänä on myös ohjata lasta teknisessä osaamisessa ja antaa mahdollisuuksia toimia monipuolisesti taiteen eri alueilla. Varhaislapsuudessa saadut taiteelliset kokemukset ohjaavat lapsen myöhempiä taidemielityksiä, valintoja ja kulttuurisia arvostuksia. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 23-24.)

2.3 Varhaiskasvatusympäristö

Varhaiskasvatusympäristö on fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten tekijöiden muodostama kokonaisuus, johon kuuluvat rakennettujen tilojen ja lähiympäristön lisäksi toiminnallisesti eri tilanteisiin liittyvät psyykkiset ja sosiaaliset ympäristöt

sekä erilaiset materiaalit ja välineet. Varhaiskasvatusympäristön tulee olla viihtyisä ja kannustaa lapsia leikkimään, tutkimaan, liikkumaan ja ilmaisemaan itseään. Ympäristön tulee olla turvallinen ja ilmapiirin tulee olla myönteinen. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 17-18.)

Kasvattajien tehtävänä on antaa lapsille mahdollisuus päivittäiseen liikkumiseen ja luoda turvallinen, sopivan haasteellinen, leikkiin ja liikuntaan motivoiva ympäristö. Ympäristön muunneltavuus on tärkeää, koska liikkuva lapsi tarvitsee tilaa. Piha on lapsen keskeisin liikuntapaikka, mutta myös sisätiloissa lapsilla tulisi olla mahdollisuus vauhdikkaaseen liikkumiseen ja leikkiin. Lähiympäristössä olevia luonnon alueita ja liikuntapaikkoja kannattaa hyödyntää. Lapsilla tulisi olla mahdollisuus käyttää liikuntavälineitä myös omaehtoisen leikin ja liikunnan aikana, ei ainoastaan ohjatun liikunnan aikana. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 23.)

3 LAPSEN KEHITYS JA LIIKUNTA

Ihmisen kehitys alkaa jo kohdussa ennen syntymää ja jatkuu läpi elämän. Kehitys voidaan jakaa kolmeen eri osa-alueeseen: fyysinen ja motorinen kehitys, kognitiivinen kehitys sekä sosioemotionaalinen kehitys. (Karrasch, Lindblom-Ylänne, Niemelä, Päivänsalo & Tynjälä 2011, 10, 29.)

Pienen lapsen kehityksessä esiintyy herkkyyskausia eli ajanjaksoja, jolloin lapsella on erityinen alttius oppia jokin tietty taito. Tällöin uuden taidon oppiminen on erityisen helppoa ja tehokasta. Herkkyyskausien aikana on tärkeää saada oikeanlaista harjoitusta; esimerkiksi kielen kehittyminen edellyttää, että lapsi saa tarpeeksi kielellisiä virikkeitä. (Karrasch, ym. 2011, 13.)

Tyttöjen ja poikien kehityskulut poikkeavat toisistaan jonkin verran. Biologisista eroista johtuen jo vastasyntyneissä vauvoissa voidaan havaita eroja. Tyttövauvat hymyilevät enemmän kuin poikavauvat, ja ovat myös kiltimpiä. Pojista tulee yleensä vilkkaampia ja heidän leikkinsä ovat rajumpia kuin tyttöjen. He myös tarvitsevat enemmän tilaa liikkumiseen ja aggression purkamiseen. Biologisten syiden lisäksi myös kasvatuksella on vaikutusta tyttöjen ja poikien välisiin käyttäytymiseroihin. Tytön ja pojan odotetaan käyttäytyvän tietyllä tavalla ja jo pieneen lapseen suhtaudutaan eri tavalla riippuen tämän sukupuolesta. (Kahri 2003, 43.)

3.1 Sosioemotionaalinen kehitys

Sosioemotionaalinen kehitys sisältää persoonallisuuden kehityksen, tunne-elämän kehityksen ja sosiaaliset suhteet. Jo syntyessään vauvoilla on yksilöllinen temperamentti, joka ilmenee hyvin varhaisessa lapsuudessa ja on pysyvä eri tilanteissa ja eri ikäkausina. Lapselle muodostuu minäkuva eli käsitys omasta itsestään, kun hänelle kertyy itseä koskevia kokemuksia. Peruskokemus minuudesta syntyy ihmissuhteissa, jolloin lapselle muodostuu myös kokemuksia vuorovaikutuksesta. Lapsen kokemukset, ympäristö ja siitä tekemät tulkinnat muokkaavat minäkuva. (Einon, 1999, 174; Karrasch ym. 2011, 10, 38, 41, 61.)

Ihmissuhteet ovat merkittävä tekijä kehityksessä läpi elämän. Sosiaalisten suhteiden ja läheisen hoivan merkitys on suuri kaikilla kehityksen osa-alueilla lapsen kolmen ensimmäisen ikävuoden aikana. Sosiaaliset suhteet antavat hoivan ja läheisyyden lisäksi lapselle myös mahdollisuuden harjoitella tarpeellisia vuorovaikutustaitoja. (Karrasch, ym. 2011, 29, 61.)

Lapsi harjoittelee vuorovaikutusta ensin aikuisten kanssa ja vasta myöhemmin muiden lasten kanssa. Vuorovaikutus vanhempien kanssa on helppoa, koska vanhemmat ymmärtävät lasta, vaikka sanat eivät riitä tarkkaan ilmaisuun. He ennakoivat lapsen tarpeita ja täydentävät lauseita. Vasta yli kahden vuoden ikäiset lapset ryhtyvät kommunikoimaan keskenään. Sitä ennen he tyytyvät tarkkailemaan toisiaan. (Einon, 1999, 190.)

Lapsi osoittaa kiinnostusta toisia lapsia kohtaan jo ensimmäisellä ikävuodella. Alle kaksivuotiaat lapset leikkivät jo rinnakkain ja kolmantena ikävuotena alkavat yhteisleikit. 3-4-vuotiaana lapsi alkaa solmia ystävyssuhteita. Yhteisleikissä harjoitellaan ymmärtämisen ja ymmärretyksi tulemisen taitoja keskustelun, neuvottelun, suunnittelun ja ristiriitojen sovittelun avulla. Lasten kommunikointi monipuolistuu ja kielitaito kehittyy, kun kielellisiltä taidoiltaan erilaiset lapset leikkivät yhdessä. Päiväkodissa pienemmät lapset leikkivät mielellään suurissa ryhmissä. Myöhemmin leikkiryhmien koot pienenevät, kun leikkien roolit ovat kehittyneempiä. (Einon, 1999, 190, 193-194; Lyytinen 2003, 63-64.)

3.2 Kognitiivinen kehitys

Kognitiiviseen eli älylliseen ja kielelliseen kehittymiseen kuuluvat tarkkaavaisuus, havaitseminen, oppiminen, muisti, ajattelu, ongelmanratkaisu ja päättely (Einon, 1999, 112; Karrasch, ym. 2011, 10, 80).

Jean Piaget'n vaiheteorian mukaan älyllinen kehitys voidaan jakaa neljään eri vaiheeseen. Ensimmäiselle eli sensomotoriselle vaiheelle tyypillistä on vauvan aistien ja motorisen toiminnan yhteyden kehittyminen. Vauva esimerkiksi huomaa, että liikuttamalla kättään hän saa kädessään olevan lelun heilumaan. Toinen vaihe on leikki-iässä alkava esioperationaalinen vaihe, jossa lapsi pystyy käyttämään

symboleja kuvaamaan eri asioita, mutta ei vielä kykene esimerkiksi erottamaan omaa näkökulmaansa muiden näkökulmista. Hän osaa käyttää leikissään esimerkiksi tikkua lusikkana. Kouluiän alkaessa kolmannessa eli konkreettisten operaatioiden vaiheessa lapsen ajattelu on loogista, mutta tilanteisiin sidottua. Lapsi ei vielä kykene abstraktiin ajatteluun. Neljäs eli formaalien operaatioiden vaihe alkaa noin 11-12 vuoden iässä ja silloin ihmiselle kehittyy kyky tehdä johtopäätöksiä ilman konkreettisia havaintoja. Myös suhteellisuuden ja todennäköisyyksien ymmärtäminen kuuluvat tähän vaiheeseen. Neljättä eli viimeistä vaihetta eivät kaikki ihmiset Piaget'n mukaan kuitenkaan saavuta. (Karrasch, ym. 2011, 85-87.)

Oppiminen on lapsille luonnostaan mieluinen asia, jos heille tarjotaan siihen oikeanlainen ympäristö. Aluksi lapsi oppii katsomalla mallia ja jäljittelemällä muita. Hän tutustuu, tutkii ja kokeilee, yrittää ja harjoittelee sisukkaasti. Varttuessaan lapsi oppii suunnittelemaan toimiaan ja ratkomaan ongelmia. Hän oppii myös ymmärtämään ja noudattamaan sääntöjä sekä ymmärtämään syy-seuraussuhteita. Muistitoiminnot ovat kiinteästi sidoksissa lapsen muuhun kehitykseen. Ensimmäisten vuosien aikana lapsi oppii luokittelemaan ja tunnistamaan asioita ja niiden ominaisuuksia. (Einon, 1999, 112-115; Lyytinen 2003, 64.)

Kielen ja muiden taitojen oppimista tapahtuu jokapäiväisissä aikuisen ja lapsen välisissä vuorovaikutustilanteissa. Lapsen kielitaito kehittyy yksilöllisesti aivo toiminnan kehittymisen ja ympäristön kiinteän vuorovaikutuksen myötä. Kielen avulla lapsi tutustuu ympäristöön, jäsentää havaintojaan, oppii uusia asioita, viestii ja on vuorovaikutuksessa sekä suunnittelee toimintaa ja ratkaisee ongelmia. Omaksuessaan kielen lapsi oppii äidinkiелensä äänteet, sanaston ja säännöt, miten sanoja taivutetaan ja yhdistellään lauseiksi. (Lyytinen 2003, 48, 67.)

Vauvoilla on herkkyys havaita äänteiden kestoja, kielen painotusta, sävelkorkeutta, rytmiä, jaksottelua ja äänensävyjä. Puheen kuuleminen on äänteiden oppimisen perusta. Vauva liikehtii kuullessaan puhetta odottaen, että aikuinen puhuu hänelle ja pitää taukoja vauvan vastausta odottaen. Äänteiden tuottaminen on yhteydessä motoristen toimintojen kehittymiseen. 6 - 7 kuukauden ikäinen lapsi aloittaa sanoja muistuttavan jokeltelun yhdistämällä erilaisia tavuja. Jokelteluun

siirtyminen muodostaa perustan myöhemmälle kielen omaksumiselle. Lapsi ymmärtää sanoja ja kieltä jo ensimmäisen ikävuoden loppupuolella, minkä jälkeen hän alkaa kommunikoida ensin elekielellä ja lopulta myös puhekielellä. (Einon, 1999, 42; Lyytinen 2003, 49-51.)

Toisella ikävuodellaan lapsi alkaa ymmärtää kielen sosiaalisen luonteen ja oivaltaa sanojen olevan yhteisesti sovittuja erilaisten asioiden nimiä, joita voidaan yleistää vain tiettyjen sääntöjen mukaan. Lapsen sanasto laajenee nopeasti ja sanojen yhdisteleminen muodostaa perustan erilaisten lausemuotojen kehitykselle. Myös lauserakenteet kehittyvät nopeasti. (Lyytinen 2003, 52-53.)

Lapsi ymmärtää kieltä enemmän kuin pystyy tuottamaan. Aikuisella on merkittävä rooli lapsen kielen omaksumisessa. Aikuisten on havaittu käyttävän lyhyempiä ja yksinkertaisempia lauserakenteita sekä käyttävän enemmän toistoa, kertausta ja runsasta nimeämistä puhuessaan lapsille. Puheen yksinkertaistaminen auttaa lasta jäsentämään kuulemaansa kieltä. (Lyytinen 2003, 54.)

3.3 Motorinen kehitys

Lapsen motorisella kehityksellä tarkoitetaan fyysistä kasvua ja muutoksia motorisissa taidoissa. Liikkeiden harjoittelu alkaa jo sikiönä kohdussa. Syntyessään vauvalla on joukko refleksejä eli kehon automaattisia reaktioita, jotka laukaisee jokin tietty ärsyke. Esimerkiksi koskettaessa vauvan poskea hän kääntää päänsä kosketuksen suuntaan. Useimmat reflekseistä häviävät hermoston kypsyessä. Vastasyntyneen lihakset ovat heikot, mutta ensimmäisten 18 kuukauden aikana ne vahvistuvat, pehmeät ja joustavat luut luutuvat ja liikkeitä hallitsevat osat kypsyvät aivoissa. (Einon, 1999, 12; Karrasch ym. 2011, 10, 32.)

Vastasyntyneellä vauvalla on rajalliset motoriset valmiudet. Lapsi oppii hallitsemaan ja ohjaamaan liikkeitään vähitellen paremmin, kehitys etenee päästä jalkoihin ja keskivartalosta kehon ääriosiin. Lapset kehittyvät yksilöllisesti eri tahtiin. Alle puolen vuoden ikäinen lapsi opettelee hahmottamaan kehoaan, harjoittelee kääntymistä vatsalleen ja selälleen sekä nostaa päätään lattiasta. Puolen vuoden iässä lapsi osaa usein jo istua ilman tukea. Lapsi opettelee ryömimään ja sen jäl-

keen konttaamaan. Ensimmäisen vuoden aikana lapsi oppii seisomaan ja kävelemään ensin tukea vasten ja vähitellen ilman tukea. Seisomaan opittuaan lapset kehittyvät nopeasti. Toiset lapset ovat varovaisempia, kun taas toiset liikkuvat pelotomasti ajattelematta seurauksia; esimerkiksi jatkaen kiipeilyä ajattelematta, että alaskin pitäisi vielä päästä. Myös lapsen hienomotoriset taidot kehittyvät. (Einon, 1999, 26; Karrasch ym. 2011, 32.)

Hienomotoristen taitojen kehittyminen edellyttää suurilla lihasryhmillä tuotettujen karkeamotoristen taitojen hallintaa. Lapsen täytyy esimerkiksi osata käsitellä palloa ennen kuin hän voi oppia säätelemään kynän käyttöön tarvittavaa voimaa. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 464.)

Ensimmäisinä ikävuosinaan lapsi oppii liikunnan perustaitoja, jotka vahvistuvat ja kehittyvät 2,5-vuotiaasta kouluikään saakka. Näitä perustaitoja ovat muun muassa konttaaminen, käveleminen, juokseminen ja erilaisten välineiden käsittely. Taitojen karttuessa lapsi oppii myös yhdistelemään perustaitoja, esimerkiksi juoksemaan ja heittämään yhtä aikaa. Näiden ikävuosien aikana lapsi kehittyä fyysisesti; pituutta tulee lisää ja lapsesta tulee kookkaampi. Fyysisten muutosten myötä lapsesta tulee ketterämpi ja voimakkaampi, ja hän jaksaa osallistua vauhdikkaisiin fyysisiin leikkeihin ja peleihin entistä pidempään. (MLL 2014 a; Woolfson 2001, 50.)

Motoristen taitojen kehittyessä lapsen liikkeisiin tulee enemmän voimaa ja hän myös hallitsee liikkeitään paremmin kuin ennen. Lapsi käyttää innokkaasti parantuneita motorisia kykyjään ja haluaa esimerkiksi juosta ja kiipeillä joka paikassa, missä se on mahdollista. Hän tarvitsee liikkumiseen tilaa ja välineitä niin sisällä kuin ulkonakin. Uhkarohkeus ja huimapäisyys kuuluvat usein alle kouluikäisen lapsen piirteisiin. Jotkut lapset ovat arempia ja tarvitsevat aikuisen kannustavaa tukea kokeillakseen uusia fyysisiä taitojaan. (MLL 2014 a; MLL 2014 b; Woolfson 2001, 50-51.)

3.4 Liikunta

Liikunnan käsite on hyvin laaja-alainen, mutta se voidaan yleisesti määritellä ”tarkoitukselliseksi fyysiseksi aktiivisuudeksi ja lihastoiminnaksi, joka saa aikaan energiankulutuksen kasvua”. Liikunta voi olla spontaania, omaehtoista tai ohjattua ja sitä voi harrastaa erilaisissa ympäristöissä ja yhteisöissä, tavoitteellisesti tai omaksi huvikseen. Liikunnalla on suuri merkitys terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Liikuntaa ovat urheiluharrastusten lisäksi muun muassa piha-leikit, arkias-kareet, hyötyliikunta ja koulun liikuntatunnit. (Jaakkola, Liukkonen & Sääkslahti 2013, 17-18.)

Leikki ja liikkuminen ovat lapselle toiminnan ja ilmaisun perusmuotoja. Liikkumalla lapsi voi saavuttaa, valmistaa, ilmaista, esittää ja kokea asioita, saada tietoa itsestään ja ympäristöstään, ottaa yhteyttä toisiin ihmisiin ja toteuttaa itseään. Lasten liikunnassa on tärkeää opettaa lapsi liikkumaan monipuolisesti. Liikunnallisten perustaitojen harjaantuessa lapsen karkeamotoriset taidot luovat pohjaa hienomotoristen taitojen opettelulle. (Kirppanat 2014; Zimmer 2001, 14-15.)

Yhteiskunnan teknistyminen sekä ympäristön sosiaaliset ja ekologiset muutokset ovat johtaneet lasten liikkumatilanteen kaventumiseen estäen samalla lapsen fyysistä ja motorista kehitystä. Tunnusomaisia merkkejä nykypäivän lapsuudelle ovat ulkoleikkien vähentyminen ja sisäleikkien lisääntyminen, luonnollisten liikunta- paikkojen korvaantuminen keinotekoisilla leikkipaikoilla sekä arkipäiväisten, liikunnallisten leikkien vaihtuminen laitostettuun, järjestäytyneeseen urheiluun. Lasten yleinen liikkumisen tarve tuntuu lisääntyneen. Varsinkin 2-6-vuotias lapsi tarvitsee riittävästi mahdollisuuksia tutustua ympäristöönsä liikkumalla niin kotona kuin myös yhteiskunnan tarjoamassa hoidossa ja kasvatuksessa. (Zimmer 2001, 13, 17.)

3.5 Liikunnan merkitys lapselle

Lapsen elämässä liikkumisella on suuri merkitys. Mitä pienemmästä lapsesta on kysymys, sitä enemmän liikunnalla on merkitystä lapsen kehityksessä. Liikkuminen vaikuttaa niin motoriseen, tiedolliseen, taidolliseen kuin tunne-elämänkin ke-

hitykseen. Liikkeen avulla lapsi hankkii tietoa omasta kehostaan ja ympäristöstään. Liikkuessaan lapsi myös oppii, oivaltaa ja saa onnistumisen kokemuksia. Lapsi haluaa jatkuvasti oppia uutta sekä kerrata ja toistaa asioita, koska hän on synnynnäisesti utelias. (Autio & Kaski 2005, 54; Kirppanat 2014; Stakes, Oppaita 56. 2005, 18.)

Lapselle oppiminen on kokonaisvaltainen tapahtuma. Liikkumalla, tutkimalla ja tekemällä lapsi löytää itsensä ja omaksuu ympäristöönsä. Leikin ja liikunnan kautta lapsi saa mahdollisuuden omatoimisuuteen ja aktiiviseen tekemiseen, motoriset taidot kehittyvät ja onnistumisen kokemusten myötä myös lapsen itseluottamus kasvaa. (Stakes, Oppaita 56. 2005, 18; Zimmer 2001, 13, 16, 20.)

Lapsi ei liiku kuntoillakseen, vaan siksi, että se on hauskaa. Liikunnan merkitys lapsen terveille kehitykselle ja terveydelle on kuitenkin merkittävä. Lapsi tarvitsee säännöllistä liikuntaa päivittäin kehittyäkseen terveesti. Liikunta muovaa lapsen hermoverkoston kehittymistä. Fyysisen rasituksen määrä ja laatu vaikuttavat elinten rakenteisiin ja suorituskykyyn. Nykyajan leikki- ja liikuntamahdollisuuksien vähentyminen vaikuttaa osaltaan lasten ryhti- ja liikuntavammojen lisääntymiseen. Liikuntaa lisäämällä voitaisiin vähentää lasten ryhtivikoja ja lihasheikkoutta. (Kirppanat 2014; Zimmer 2001, 43-45.)

Lasten liikunta sisältää leikkejä ja mielekästä liikuntatoimintaa. Leikki on tärkeä osa liikuntaa, koska sen kautta lapsi oppii arkielämässä tarvittavia tunne- ja vuorovaikutustaitoja ja ongelmanratkaisukeinoja. (Autio & Kaski 2005, 42, 45, 121.)

3.6 Liikuntakasvatus ja liikunnan ohjaaminen

Liikuntakasvatuksen tarkoituksena on lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen tukeminen. Sen avulla tuetaan lapsen luontaista tapaa oppia itsestään ja ympäristöstään tekemällä ja kokemalla. Tavoitteena on saada liikunta kuulumaan luonnolliseksi osaksi lapsen elämää. Ohjaajan tehtävä on saada lapset innostumaan liikunnasta sekä jakaa sellaisia tietoja, taitoja ja asenteita, joiden pohjalta lapsille voi syntyä liikunnallinen elämäntapa. Myös vanhempien tehtävä on tukea ja kannustaa lasta liikkumaan. (Autio & Kaski 2005, 56, 120-121.)

Lasten liikunnan ohjaaminen on haasteellista ja vaatii hyvää ennakkovalmistautumista. Ohjaajan tulisi olla aito, kannustava, turvallinen ja luotettava. Hyvä ohjaaja käyttää ohjausmenetelmiä monipuolisesti ja vaihtelevasti. Jonottamista ja odottamista ei saa olla liikaa. On myös osattava huomioida lasten senhetkinen kehitystaso. (Autio & Kaski 2005, 60, 63-65.)

3.7 Liikuntaleikkikoulu

Alle kouluikäisten lasten tulisi liikkua mahdollisimman paljon ja monella eri tavalla. Koska nykyaikainen elämäntyyli ei anna lapsille riittävästi eväitä liikkumiseen, tarvitaan laadukasta ohjattua toimintaa. Nuori Suomi ja Suomen Voimistelu ja Liikuntaseurat SvoLi ry ovat kehittäneet Liikuntaleikkikoulun yhteistyössä eri alojen asiantuntijoiden kanssa. (Laihonen 1999, 107; Numminen & Sääkslahti 2011.)

Liikuntaleikkikoulu on 3-6-vuotiaille lapsille tarkoitettu monipuolinen liikuntaohjelma, joka sisältää ohjaajan koulutuksen, 60 asiantuntijoiden rakentamaa tuntimallia 3-4 ja 5-6-vuotiaiden lasten liikuntaan ja koulutuksen jälkeen tilattavat lasten kotitehtäväkortit sekä muun oheismateriaalin. Liikuntaleikkikoulua toteutetaan urheiluseuroissa, yhdistyksissä, seurakunnissa ja päivähoidossa. Liikuntaleikkikoulun kaksi päälinjausta ovat harrasteliikunta ja päivähoidon liikuntakasvatus. Liikuntaleikkikoulun päätavoitteet ovat lasten liikuntamahdollisuuksien lisääminen, liikuntaleikkikoulutoiminnan edistäminen urheiluseuroissa ja yhdistyksissä sekä päivähoidon liikuntakasvatuksen tukeminen. (Laihonen 1999, 108-109; Numminen & Sääkslahti 2011.)

3.7.1 Toimintaperiaatteet

Liikuntaleikkikoulussa toteutetaan lapsilähtöistä, monipuolista ja kurssimateriaaliin pohjautuvaa liikuntaa. Toiminnan lähtökohtana on lapsen kokonaisvaltainen, yksilöllinen kehitys ja sen tukeminen. Liikunnallisen kehityksen lisäksi lapsen tunne-elämä ja yhteistyötaidot ovat tärkeässä osassa. Liikuntaleikkikoulussa opetellaan tuntemaan ja hallitsemaan omaa kehoa, liikkumaan monipuolisesti, ymmärtämään käsitteitä, ratkaisemaan annettuja liiketehtäviä ja ongelmia, tekemään

yhdessä sekä ilmaisemaan ja hallitsemaan tunteita. (Laihonen 1999, 111; Numminen & Sääkslahti 2011.)

3.7.2 Rakenne ja sisältö

Liikuntaleikkikoulun tuntiohjelmat on laadittu siten, että ne noudattavat aina samaa kaavaa, mutta jokaisella tunnilla on omat motoriset, kognitiiviset ja sosiaaliset tavoitteensa. Tunnit on rakennettu saman kaavan mukaan, jotta tietyt tärkeät asiat tulisi otettua huomioon jokaisella tunnilla. Yhdistys- ja seuratoiminnassa liikuntaleikkikoulutunti pidetään kerran viikossa, ja joka neljäs tunti on perheliikuntatunti. Perheliikuntatunneilla on tarkoituksena liikkua yhdessä vanhempien kanssa, ja myös sisarukset voivat osallistua näille yhteistunneille. (Laihonen 1999, 109; Liikuntaleikkikoulu 2011; Numminen & Sääkslahti 2011; Lamponen 2011.)

Liikuntaleikkikoulun tunnit alkavat aina energianpurkuleikillä. Sen jälkeen harjoitellaan kehonhallintaa ja perusliikkeitä sekä suhdetta pariin ja ryhmään. Tunnin lopussa on rentoutuminen. Monella tunnilla näitä osia on yhdistelty sujuvan etenemisen takaamiseksi. Päivähoidossa liikuntaleikkikoulun sisältöjä integroidaan päivähoidon liikuntakasvatukseen ja tuntiohjelmia voidaan toteuttaa pienissä osissa useasti viikossa. (Heinonen & Pulli 1996; Numminen & Sääkslahti 2011; Lamponen 2011.)

Yhdistys- ja seuratoiminnassa uuden kauden alkaessa liikuntaleikkikoulutunnit aloitetaan tervehtimällä, tutustumalla toisiin ja opettelemalla nimet. Olennaista liikuntaleikkikoulussa on, että jokaisen tunnin alussa on alkutoimet, joiden aikana jokainen lapsi tulee huomioiduksi erikseen ja tunnin lopussa on lopputoimet, jolloin lasten kanssa voidaan purkaa tunnin kulkua esimerkiksi keskustelemalla. Energianpurkuosuus on tehokasta liikuntaa, jossa lapset pääsevät purkamaan energiaa ilman liikaa ajattelua ja suunnittelua. Kun enimmät energiat on purettu, he jaksavat paremmin keskittyä kehontuntemusosioon, jossa opetellaan tuntemaan kehon osia ja niiden toimintoja. Perusliikkeitä harjoitellaan erilaisten leikkien kautta, välineiden kanssa ja tempuradoilla. Välineitä pyritään käyttämään monipuolisesti, esimerkkejä käytettävistä välineistä ovat muun muassa erilaiset pallot, hernepusit, narut, vanteet, penkit, patjat, trampoliini ja puolapuut. Perusliikkei-

den muuntelua kokeillaan harjoittelemalla tilan, voiman ja ajan käyttöä sekä erisuuntia. Suhdetta pariin ja ryhmään harjoitellaan parityöskentelyn kautta, toimimalla pienryhmissä ja koko ryhmän kanssa yhteistyössä. Loppurentoutumisen tarkoituksena on rauhoittua tunnin loppuksi, ja se tapahtuu joko yksin tai parin kanssa. Rentoutuksessa voidaan käyttää musiikkia ja välineitä, esimerkiksi palloa tai hui-
via. (Heinonen, & Pulli 1996.)

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

Tutkimus toteutettiin toiminnallisena tutkimuksena, jossa ensin kerättiin tietoa haastatellen, sitten toteutettiin toiminnallisia tuokioita ja lopuksi vielä haastateltiin, kerättiin palautetta ja arvioitiin lopputuloksia.

Toimintatutkimus on tutkimusta, jonka avulla pyritään ratkaisemaan käytännön toiminnassa havaittuja ongelmia tai ymmärtämään olemassa olevaa käytäntöä syvällisemmin sekä kehittämään käytäntöä paremmaksi. (Metsämuuronen 2003, 181.) Opinnäytetyön avulla pyrittiin kahteen viimeiseen.

Toimintatutkimus edellyttää yleensä yhteistyötä ja kaikkien osapuolien sitoutumista projektiin. Toimintatutkimus on tilanteeseen sidottua, osallistuvaa ja itseään tarkkailevaa. (Metsämuuronen 2003, 181.) Tässä tutkimuksessa se tarkoitti käytännössä sitä, että toimittiin yhteistyössä päiväkodin henkilökunnan ja lasten kanssa. Ryhmä sitoutui osallistumaan liikuntatuokioihin ja arvioimaan toimintaa. Tutkimus oli osallistuvaa; tutkija haastatteli työntekijää, ohjasi, havainnoi ja arvioi toimintaa, lapset osallistuivat liikuntatuokioihin, työntekijä vastasi haastatteluihin sekä havainnoi ja arvioi toimintaa.

Toimintatutkimukselle on ominaista, että toiminta etenee suunnittelun, havainnoinnin ja reflektoinnin spiraalisena kehänä. (Metsämuuronen 2003, 181.) Tässä tutkimuksessa se tarkoitti käytännössä sitä, että liikuntatuokiot suunniteltiin havainnoinnin ja reflektoinnin perusteella, sen mukaan millaiselle toiminnalle oli toiveita ja tarpeita.

4.1 Toimintatutkimuksen ryhmittely

Toiminnallinen tutkimus voidaan ryhmitellä tarkoituksestaan riippuen tekniseen tapaustutkimukseen, praktiseen toimintatutkimukseen ja empaattoriseen toimintatutkimukseen. Teknisessä tutkimuksessa projekti käynnistyy yleensä ulkopuolisen toimesta eikä lähde työntekijöistä itsestään. Tekninen tapaustutkimus voi olla esimerkiksi kehitysyhteistyöprojekti. Praktisessa eli käytännöllisessä tutkimuksessa autetaan työntekijöitä tiedostamaan, muotoilemaan ja suuntaamaan uudelleen

omaa tietoisuutta ja käytäntöä. Empasitorisessa eli vapautuksellisessa toimintatutkimuksessa toimija itse parantaa toimintaympäristöään. (Metsämuuronen 2003, 182.) Tämä tutkimus oli lähinnä teknistä ja myös hieman praktista toimintatutkimusta. Sen avulla pyrittiin tuomaan lisää ideoita liikunnan toteuttamiseen päiväkodissa.

Toimintatutkimus sopii esimerkiksi tilanteisiin, joissa pyritään löytämään ratkaisu havaittuun ongelmaan tai kun työskentelyyn halutaan saada uusia näkökulmia. Toiminnallisen tutkimuksen avulla voidaan myös parantaa kommunikointia työntekijöiden ja tutkijoiden välillä. (Metsämuuronen 2003, 182.) Tässä tutkimuksessa tavoitteena oli saada työskentelyyn jollakin tapaa uusia näkökulmia; tuoda työntekijöille lisää ideoita ja työvälineitä lasten liikunnan ohjaamiseen päiväkodissa.

4.2 Toimintatutkimuksen kulku

Tutkimuksen alussa tapahtuu tutkimusongelman muotoilu ja arviointi, jonka jälkeen siitä keskustellaan ja neuvotellaan. Seuraavaksi etsitään aiheeseen liittyvää aiempaa tutkimuskirjallisuutta, minkä jälkeen muokataan ja määritellään ongelma uudelleen. Sitten suunnitellaan, miten tutkimus etenee ja miten tutkimusta arvioidaan. Käynnistetään projekti, ja lopuksi tulkitaan aineistoa ja arvioidaan projektia. (Metsämuuronen 2003, 183.)

Ensin tutkimukselle mietittiin aihe ja siitä keskusteltiin. Sitten perehdyttiin aiempaan tutkimuskirjallisuuteen ja alettiin suunnitella tutkimusta. Suunniteltiin, miten tutkimus etenee. Projekti käynnistyi, kun sille oli myönnetty tutkimuslupa (LIITE 4). Sovittiin ajankohdat, milloin liikuntatuokioiden toteutetaan. Ennen liikuntatuokioita selvitettiin lähtökohdat haastattelemalla työntekijää. Sitten toteutettiin kolme erilaista liikuntatuokiota ja niiden jälkeen kysyttiin palautetta sekä lapsilta että työntekijältä. Tuokioiden jälkeen arvioitiin kokonaisuutta ja tuloksia työntekijän haastattelun avulla.

4.3 Toimintatutkimukseen kohdistuva kritiikki

Yksi toimintatutkimuksen huonoista puolista on otoksen pieni koko, jolloin tutkimustuloksia ei voida yleistää. Toimintatutkimuksen tavoitteita on usein kritisoitu

liian epämääräisiksi. Teorian ja käytännön yhdistäminen voi myös olla haasteellista. Tutkijoiden ja toimijoiden välistä vuorovaikutusta on kritisoitu, eivätkä toimijat myöskään välttämättä osaa hyödyntää tutkijoiden saamia tuloksia. (Metsämurtonen 2003, 183-184.)

Tässä tutkimuksessa otos oli pieni: päiväkodin yksi lapsiryhmä. Tutkimustuloksia ei siis voida yleistää. Tutkimuksessa pyrittiin luomaan selkeät tavoitteet ja päämäärä sekä yhdistämään teoriaa käytäntöön. Toimijoiden kanssa pyrittiin avoimeen vuorovaikutukseen ja siten myös autettu tuomaan tuloksia hyödynnettäväksi työympäristössä.

5 MENETELMÄT JA ANALYYSI

Tutkimusprosessin vaiheet on kuvattu liitteessä 5 ja kuviossa on mainittu, missä kohtaa tekstissä mistäkin vaiheesta kerrotaan.

Tutkimuksen toiminnallinen osuus lähti liikkeelle päiväkotiryhmän työntekijän haastattelusta (LIITE1), jonka avulla pyrittiin selvittämään ryhmän liikuntatottumuksia sekä mahdollisia tarpeita ja toiveita. Haastattelun avulla saatiin lähtökohdat tuokioiden suunnittelulle. Vastausten pohjalta suunniteltiin kolme erilaista liikuntatuokiota, jotka pohjautuivat Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulu - materiaaliin. Tuokioiden kesto oli noin 20-30 minuuttia ja osallistujamäärä oli 6-9 lasta. Tuokioita seuraamassa oli yksi ryhmän työntekijöistä.

Ensimmäinen liikuntatuokio toteutettiin sisällä ryhmän salipäivänä, jolloin ryhmällä oli viikoittainen jumppahetki. Ryhmä oli jaettu kolmeen pienryhmään, joten tuokio toteutettiin kolme kertaa peräkkäin. Toinen ja kolmas liikuntatuokio toteutettiin pihalla. Toinen liikuntatuokio pidettiin aamupäivällä ja siihen osallistui puolet ryhmän lapsista. Kolmannelle liikuntatuokiolle osallistui toinen puoli ryhmästä ja se pidettiin iltapäivällä.

Jokaisen liikuntatuokion jälkeen keskusteltiin työntekijältä ja lapsilta saadun palautteen pohjalta ja arvioitiin tuokioiden sisältöä ja kulkua. Tutkimuksen toiminnallinen osuus päättyi työntekijän haastatteluun (LIITE 2), jossa arvioitiin prosessin tuloksia, millaisena se koettiin ja voitaisiinko sitä hyödyntää jatkossa.

5.1 Alkuhaastattelu

Ennen liikuntatuokioiden toteutusta tehdyn haastattelun avulla kartoitettiin ryhmän aikaisempia liikuntatottumuksia, käytössä olevia tilaa ja liikuntavälineitä sekä työntekijöiden liikunnallista koulutustaustaa. Haastattelun avulla pyrittiin saamaan sellaista tietoa, jonka pohjalta liikuntatuokiot voitiin suunnitella sellaisiksi, että ne vastasivat mahdollisimman hyvin ryhmän tarpeisiin ja toiveisiin.

Haastattelun myötä selvisi, että lapsiryhmän kanssa oli toteutettu perusliikuntaa sekä sisällä että ulkona. Käytettyjä liikuntamuotoja olivat esimerkiksi musiikkili-

kunta, satujumppa, aamuvenyttelyt, erilaiset liikuntaleikit ja siirtymätilanteisiin liitetyt erilaiset liikkumistavat. Ryhmän kanssa oli muun muassa harjoiteltu pallon käsittelytaitoja ja kehonhahmotusta, tehty tempuratoja, liikuttu leikkivarjon kanssa, pelattu sählyä, oltu kuvasuunnistusta ja käyty metsäretkillä.

Haastattelussa tuli ilmi, että ryhmällä oli liikuntasali käytössään yhtenä päivänä viikossa. Aamupäivällä siellä järjestettiin ohjattua liikuntaa pienryhmille ja ilta-päivällä se oli vapaasti ryhmän käytössä. Liikuntavälineet olivat salipäivinä vapaasti lasten käytettävissä, muulloin vähemmän, mutta toisinaan välineitä haettiin myös omaan ryhmätilaan. Tällaisia välineitä olivat muun muassa tasapainolauta, hernepussit ja huivit. Pallo oli koko ajan lasten käytettävissä. Lapset käyttivät liikuntavälineitä aina kun ne olivat saatavilla. Musiikkia ja huiveja hyödynnettiin usein tanssimiseen.

Haastattelussa selvisi, että kenelläkään työntekijöistä ei ollut Nuoren Suomen liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutusta. Ainoa liikuntaan liittyvä lisäkoulutus, joka haastattelussa tuli esiin oli Metsämörri-koulutus. Ryhmässä kuitenkin hyödynnettiin Nuoren Suomen internetsivustolta löytyvää Vauhtivarvas-materiaalia, joka sisälsi ohjaajan oppaat vuosittain sekä tehtäväkortteja ja kuvamateriaalia. Lisäksi hyödynnettiin samalta sivustolta löytyviä valmiita liikuntatuokioita, osia Nassikka-painista sekä talvisin Nuoren Suomen hiihtokoulun ja luistelukoulun sivuja.

Haastattelun myötä kävi selväksi, että tutkimukseen suhtauduttiin avoimesti ja odottavasti, ja toiminnalle annettiin melko vapaat kädet. Toiveita ja ehdotuksia liikuntatuokioiden sisällöille nousi esiin muutamia. Niitä olivat kehonhahmotus ja välineistä vanteet, huivit, hyppynarut, hernepussit, sanomalehdet ja leikkivarjo.

Haastattelu herätti uusia ajatuksia, aiheen pohtimista ja keskustelua sekä aiempien toimintatapojen kyseenalaistamista positiivisessa mielessä. Esimerkiksi välineiden saatavuus useammin ja sitä myötä liikuntamahdollisuuksien lisääminen nousivat esiin kysymysten myötä.

5.2 Ensimmäinen liikuntatuokio

Ensimmäinen liikuntatuokio pidettiin liikuntasalissa ryhmän salipäivänä. Se toteutettiin yhteensä kolme kertaa kolmelle eri pienryhmälle. Jokaisessa ryhmässä oli 6 lasta ja tuokio kesti noin 20 minuuttia. Tuokio rakentui viidestä erilaisesta osiosta, joita olivat energianpurku, kehontuntemus, perusliike, suhde pariin ja rentoutuminen. Liikuntatuokion teemana olivat oman kehon tunteminen ja liikkumistaidot. Tavoitteet olivat, että lapsi tietää käsitteet eteenpäin ja taaksepäin, muuntelee kävelyä ja juoksua sekä nauttii vauhdista (Liikuntaleikkikoulu 2011).

Tuokio alkoi siten, että lapset pyydettiin istumaan piiriin eriväristen ja -muotoisten paikkamerkkien päälle. Aluksi heille kerrottiin lyhyesti siitä, mitä aiotaan tehdä ja selitettiin ensimmäisen leikin säännöt. Sitten paikkamerkit kerättiin sivuun pois tieltä. Ensimmäinen leikki oli energianpurkuleikki nimeltä Vedenpaisumus. Leikissä liikutaan musiikin soidessa vapaasti ja musiikin pysähtyessä, ohjaajan huutaessa ”vedenpaisumus” kiivetään ”turvaan” siten, ettei lattiaa saa koskettaa. ”Turvapaikkoina” salissa olivat puolapuut, penkki ja patja.

Seuraavaksi lapset pyydettiin jälleen istumaan piiriin ja heille esiteltiin hopeinen taikapurkki, jonka sisältä löytyi erivärisiä huiveja. Jokainen sai oman huivin ja ensin harjoiteltiin kehontuntemusta piilottamalla kehonosia huivin alle. Tämän leikin avulla opeteltiin ja kerrattiin kehonosien nimiä. Sitten lähdettiin liikkeelle huivien kanssa ja kokeiltiin huivin kuljetusta eri tavoin: eteenpäin kävellen ja juosten, huivi selän takana, takaperin kävellen, huivi mahdollisimman ylhäällä ylätasossa ja mahdollisimman alhaalla alatasossa. Välillä liikuttiin ”kevyesti kuin keiju” ja välillä laitettiin ”huivit hurjaan vauhtiin”. Lapsille annettiin myös ongelmanratkaisutehtäviä, kuten ”miten voit liikkua niin, etteivät kädet kosketa huivia”. Lopuksi lapset saivat liikkua vapaasti huivien kanssa, sitten ne kerättiin takaisin taikapurkkiin.

Tämän jälkeen oli vuorossa Laivaleikki, jossa ohjaajan huutaessa ”keula” lapset juoksevat salin etuosaan, kun huudetaan ”perä”, juostaan salin takaosaan, huudettaessa ”kapteeni saapuu” järjestäytytään riviin viivalle ja huudettaessa ”pelastusveneet” lähdetään istuen ”soutamaan” lattialla.

Viimeisenä oli loppurentoutus, jolloin lapset pyydettiin makaamaan piiriin lattialle vatsalleen niin että on tilaa. Rauhallisen musiikin soidessa taustalla tehtiin kuvitteellinen sukellusretki kuunnellen tarinaa siitä, miten sukellamme meren pohjaan ja mitä kaikkea siellä tulee vastaan, lopuksi ”noustiin pintaan” ja ”uitiin rantaan”.

Tuokion lopussa lapsilta kysyttiin, millaiselta se oli heidän mielestään tuntunut ja minkälainen mieli heille jäi. Lattialle laitettiin kolme naaman kuvaa (LIITE 3), joissa oli eri ilmeet (suupielet ylöspäin, suupielet alaspäin ja tasainen suu) ja lapsia pyydettiin menemään sen kuvan kohdalle, millaiselta itsestä tuntui. Yhteensä kymmenen lapsista valitsi hymyilevän naaman kuvan, viisi lasta valitsi surullisen naaman kuvan ja kolme lasta valitsi siltä väliltä olevan kuvan.

5.2.1 Ensimmäinen pienryhmä

Ryhmässä oli kuusi lasta, joista yksi oli juuri aloittanut päiväkodissa, muut olivat olleet siellä jo kauemmin. Vedenpaisumus-leikki sujui tässä ryhmässä hyvin, kaikki ymmärsivät heti idean ja ottivat innokkaasti osaa leikkiin. Kehonosien piilotus huivilla onnistui myös suunnitelman mukaan, mutta tuntui, että välillä se tylsistyi osaa lapsista. Liikkuminen huivien kanssa tuntui olevan lapsista hauskem-paa ja välillä kävely meinasikin livetä juoksuksi ohjeistuksesta huolimatta. Laivalaikissa lapset olivat innokkaasti mukana, ymmärsivät leikin idean, mutta riviin järjestäytymistä piti ohjeistaa ja harjoitella muutaman kerran ennen kuin se luonnistui. Sukellusretki-rentoutuksesta lapset pitivät ja se sujui hyvin.

Kysyttäessä lapsilta palautetta pyytämällä valitsemaan sopivimman ilmeen, kolme lapsista valitsi hymyilevän naaman kuvan, kaksi surullisen naaman kuvan ja yksi siltä väliltä olevan kuvan.

Tämän ryhmän kanssa keskittyminen meinasi välillä herpaantua, esimerkiksi piirissä istuttaessa ja leikin ohjeita kerrottaessa yksi lapsista ei meinannut malttaa pysyä ollenkaan paikallaan. Tämä aiheutti myös muissa lapsissa levottomuutta. Kokonaisuudessaan tuokio meni kuitenkin hyvin eikä tilanne karannut käsistä ker-taakaan.

5.2.2 Toinen pienryhmä

Tämäkin pienryhmä oli kuuden lapsen ryhmä. Yksi lapsista oli erityisen tuen piiriin kuuluva lapsi. Myös tämä ryhmä ymmärsi Vedenpaisumus -leikin säännöt, mutta aina kun piti kiivetä ”turvaan vedeltä”, niin kaikki lapset halusivat mennä vain puolapuille, eikä penkkiä ja patjaa käytetty lainkaan. Tämä hidasti leikkiä jonkin verran, kun tilanne piti aina pysäyttää ja odottaa niin kauan, että kaikki pääsivät vuorollaan kiipeämään puolapuille ja alas.

Kehonosien piilottaminen huiveilla aiheutti hämmennystä ja turhautumista yhdessä lapsista, koska huivit olivat läpikuultavia, eivätkä siis peittäneet kehonosia täysin. Kun selitettiin, että kehonosa laitetaan vain leikisti piiloon, huivi laitetaan sen päälle, leikki sujui paremmin. Huivin kuljettaminen eri tavoin onnistui tämän ryhmän kanssa hyvin.

Myös tämän ryhmän kanssa Laivaleikissä harjoiteltiin riviin järjestäytymistä, lapset olivat innolla mukana ja varsinkin ”pelastusveneillä soutaminen” herätti heissä hilpeyttä. Rentoutuksesta lapset nauttivat ja kuvitteellinen sukellusretki sujui oikein hyvin. Palautetta pyydettyä tästä ryhmästä neljä lasta valitsi hymyilevän naaman kuvan, yksi surullisen naaman kuvan ja yksi siltä väliltä olevan kuvan.

5.2.3 Kolmas pienryhmä

Myös tässä ryhmässä oli kuusi lasta. Ryhmä osallistui innokkaasti kaikkiin leikkeihin, etenkin Vedenpaisumus ja Laivaleikki olivat suosittuja. Huivin kanssa tehtävät harjoitukset sujuivat myös hyvin. Loppurentoutuksen aikana kuvitteellisella sukellusretkellä yksi lapsista lähti liikkumaan salissa, vaikka ohjeistettiin, että oikeasti pysytään paikallaan ja vain kädet ja jalat liikkuvat. Tämä häiritsi jonkin verran muiden keskittymistä ja tilanne ei ollut niin rauhallinen kuin rentoutuksessa oli tarkoitus.

Palautetta kysyttäessä kun lapsia pyydettiin menemään sopivimman ilmekortin luo, kolme heistä valitsi hymyilevän naaman, kaksi valitsi surullisen naaman ja yksi siltä väliltä olevan naaman kuvan. Koska tämän ryhmän kanssa jäi hieman ylimääräistä aikaa, lapsilta ehdittiin kysellä, mikä oli heidän mielestään liikunta-

tuokiolla mukavinta. Vastaukset olivat vaihtelevia, yksi lapsi tykkäsi eniten hui-veista, toinen Vedenpaisumus-leikistä, kolmas Laivaleikistä ja neljäs Sukellusret-kestä. Toiset taas pitivät kaikkea yhtä mukavana.

Ryhmässä oli kaksi hieman villimpää lasta, joista toinen alkoi aina välillä pelleillä ja toinen otti heti mallia hänestä. Tällainen häiriköiminen oli kuitenkin melko pie-nimuotoista ja harmitonta, ja loppui yleensä kun asiasta heille mainittiin.

5.2.4 Palautetta ja pohdintaa ensimmäisestä liikuntatuokiosta

Liikuntatuokioiden jälkeen sain palautetta työntekijältä, joka oli seuraamassa tuo-kioita. Keskustelimme tuokioista ja arvioimme niiden kulkua. Huomasin, että vaikka kaikille pienryhmille pidettiin sama liikuntatuokio, se muotoutui jokaisella kerralla ryhmän mukaan vähän erilaiseksi. Yksi ryhmä innostui jostain enemmän kuin toinen, toiset jaksoivat keskittyä pidempään, joku leikki vaati yksityiskohtai-semmat ohjeet toisessa ryhmässä ja niin edelleen. Vaikka tuokio oli suunniteltu tarkasti, ohjaaminen vaati joustavuutta ja tilanteiden mukaan etenemistä.

Palaute, jota työntekijältä sain, oli pääosin positiivista. Antamani ohjeet olivat selkeitä ja aikaisempi kokemus ohjaamisesta tuli selkeästi esiin. Lasten keskitty-minen oli pääasiassa hyvä ja mielenkiinto pysyi hyvin yllä. Uusien käsitteiden kohdalla olisi ollut hyvä näyttää ensin itse, esimerkiksi missä on nilkka. Hyviä uusia leikkejäkin tuokiosta löytyi, ainakin Laivaleikki oli työntekijälle ennestään tuntematon.

Myös lasten antamasta palautteesta ja sen luotettavuudesta keskusteltiin. Ensim-mäisessä pienryhmässä kaksi lasta valitsi surullisen naaman, mutta todellisia syitä ei tiedetty, valintoihin saattoivat vaikuttaa esimerkiksi se, että toinen lapsista oli flunssainen ja tunsu olonsa siksi huonoksi. Toinen taas oli uusi lapsi, jolle ryhmä ei vielä ollut tuttu. Toisessa pienryhmässä surullisen naaman valitsi yksi lapsi, mutta hän ei välttämättä edes ymmärtänyt palautteen tarkoitusta. Kolmannessa ryhmässä lopulta kaksi lasta valitsi surullisen naaman, mutta toinen luultavasti teki sen siksi että halusi erottua muista, ja toinen vain matki häntä vaihtaessaan hymyilevästä naamasta surulliseen. Huomasin myös, että sellaisetkin lapset, jotka

eivät valinneet hymyilevää naamaa olivat kuitenkin nauttineet liikunnasta ainakin tuokion jossain vaiheessa. Tämä lasten antama palaute ei siis ollut luotettavaa eikä antanut todellista kuvaa siitä, miten lapset oikeasti kokivat liikuntahetken.

5.3 Toinen liikuntatuokio

Toinen liikuntatuokio toteutettiin pihalla ja siihen osallistui yhdeksän lasta. Tuokion kesto oli vajaa 30 minuuttia. Teemana liikuntatuokiolla olivat liikkumistaidot ulkona ja välineenä oli leikkivarjo. Tuokiolla yhdistyivät liikuntaleikkikoulun viisi eri osiota: aluksi energianpurku, leikkivarjon kanssa harjoitteluun liittyivät kehontuntemus, perusliike ja suhde ryhmään, ja lopuksi vielä rentoutuminen. Tavoitteet liikuntatuokiolle olivat yhdessä toimiminen ja liikunnan ilo (Liikuntaleikkikoulu 2011).

Tuokio aloitettiin energianpurkuleikillä nimeltä Sammakkolampi. Siinä yksi lapsista on sammakona ja muut muodostavat ”lammen” ottamalla toisiaan kädestä ja menemällä pieneksi, tiiviiksi piiriksi sammakon ympärille. Ohjaaja lausuu: ”Sammakko nukkuu lammessa, alkaa sataa vettä ja lampi kasvaa, kasvaa, ja kasvaa”, samalla tömistetään jalkoja maahan ja suurennetaan piiriä, ”lopulta sammakko herää ja loikkaa lammesta!”, silloin sammakona ollut lapsi hyppää ylös ja lähtee ottamaan muita kiinni heidän juostessa karkuun.

Tämä leikki otettiin ryhmässä innolla vastaan ja sitä leikittiin useaan kertaan. Leikin aikana yksi lapsista satutti kätensä kaatuessaan juostessaan, mutta se ei menoa haitannut. Työntekijä kävi hänen kanssaan sisällä putsaamassa haavan ja sillä aikaa leikki jatkui kunnes he palasivat. Kaikki lapsista halusivat olla sammakona, ja koska intoa riitti, leikkiä toistettiin niin monta kertaa, että jokainen pääsi vuorollaan sammakoksi.

Seuraavaksi otettiin esiin leikkivarjo, jonka kanssa harjoiteltiin perusliikkeitä ja yhdessä toimimista leikin kautta. Varjon käsittelyä kokeiltiin ensin siten, että jokainen piti reunasta kiinni ja heilutti varjoa ohjeiden mukaan. Varjoa nostettiin ja laskettiin yrittäen pitää se samassa tahdissa. Sitä heilutettiin tarinan mukaan: ”ensiksi oli kevät ja silloin puhalsi lempeä kevätuuhi, sitten tuli kesä, joka vaihtui

syksyksi ja tuuli yltyi syysmyrskyksi, joka taas lopulta laantui hennoksi tuuleksi”. Aluksi varjoa liikuteltiin hitaasti pienin liikkein, vähitellen liikkeet suurenivat ja vaihtuivat sitten nopeiksi ja rajuiksi, tyyntyen jälleen kevyiksi heilautuksiksi. Tätä kiertokulkua toistettiin muutaman kerran ja varsinkin varjoa riepotteleva ”syysmyrsky” oli lasten mieleen.

Sitten lähdettiin leikkivarjon kanssa liikkeelle. Edelleen varjon reunasta kiinni pitäen lähdettiin kävelemään piirissä ensin toiseen suuntaan ja sitten toiseen. Liikumistapaa vaihdeltiin ohjeiden mukaan etuperin yhdellä kädellä varjosta kiinni pitäen ja sivuttain molemmilla käsillä kiinni pitäen. Myös juoksemista kokeiltiin. Kävely meinasi monesti yltyä juoksuksi jo heti alussa ja piiri ei myöskään pysynyt ihan paikallaan vaan välillä jouduttiin siirtymään keskemälle. Muuten liikkuminen onnistui hyvin.

Tämän jälkeen leikkivarjon kanssa leikittiin värileikkiä, jossa varjoa nostetaan ja lasketaan rauhallisin, isoin liikkein, ja varjon ollessa ylhäällä ohjaaja sanoo jonkin varjossa olevan värin, ja kyseisen värin kohdalla olevat lapset juoksevat varjon alle ja vaihtavat paikkaa keskenään. Leikin haasteellisuuden vuoksi sitä muokattiin niin, että värien sijaan sanottiin niiden lasten nimet, jotka vaihtoivat paikkaa. Lasten mielestä varjon alle meneminen oli hauskaa ja jännittävää, ja välillä sinne olisi tahtonut jäädä hetkeksi.

Loppurentoutuksen ajaksi leikkivarjo levitettiin maahan ja lapset pyydettiin maakaamaan sen päälle. Kuunneltiin luonnon ääniä ja sen jälkeen kyseltiin, mitä ääniä kukakin kuuli. Lapset maltoivat maata hiljaa yllättävän hyvin. He kertoivat kuulleensa ainakin autojen ääniä, linnunlaulua, ambulanssin, lentokoneen ja toisten lasten ääniä.

Tältä ryhmältä ei kyselty palautetta tuokiosta ilmekorttien avulla, koska ne olivat jääneet sisälle, eikä niitä olisi ollut mielekästä lähteä enää hakemaan. Myöhemmin samana päivänä lapsilta kyseltiin, oliko liikuntatuokiolla ollut mukavaa ja mikä erityisesti jäi mieleen. Suurin osa lapsista vastasi, että oli mukavaa ja mukavimmiksi leikeiksi mainittiin Sammakkolampi ja myrskyn tekeminen leikkivarjolla.

Liikuntatuokio sujui hyvin, vaikka suunnitelma muuttui hieman matkan varrella. Leikkivarjon käsittely oli pihalla tuulesta johtuen haasteellisempaa kuin sisällä ja myös aika tuntui kuluvan nopeasti. Siksi päätin jättää Telta -leikin, jossa mennään istumaan varjon alle kuin teltaan, kokonaan pois. Vaikka tuuli vaikeutti varjon käsittelyä, lapset olivat innoissaan ja se oli heidän mielestään hauskaa. Keskityminen ja ohjeiden noudattaminen oli tällä ryhmällä todella hyvä. Lapset jaksoivat keskittyä koko tuokion ajan ja kuunnella ohjeita sekä toimia niiden mukaan.

5.4 Kolmas liikuntatuokio

Kolmas liikuntatuokio toteutettiin pihalla ja se kesti noin 20 minuuttia. Tuokioon osallistui 8 lasta. Teemana tuokiolla oli kehon tunteminen ja välineen käsittelytaidot ja tavoitteena, että lapsi osaa heittää yhdellä kädellä kohteeseen ja että lapsi saa onnistumisen kokemuksia (Liikuntaleikkikoulu 2011).

Tuokion kulku oli jälleen suunniteltu liikuntaleikkikoulun viiden eri osion mukaan. Aluksi oli energianpurkuleikki Hedelmät koriin, jossa ”hedelminä” käytettiin häntäpalloja eli pakastepusseihin ryttättyjä sanomalehtipalloja. Häntäpallot olivat aluksi korissa ja sieltä ne heitettiin ympäri pihaa. Lasten tehtävänä oli kerätä ”karanneet hedelmät” mahdollisimman nopeasti takaisin koriin. ”Hedelmiä” sai tuoda koriin vain yhden kerrallaan. Tämä meinasi välillä unohtua lapsilta, jotka toivat innokkaasti häntäpalloja koriin. Leikkiä leikittiin kaksi kertaa.

Kehontuntemus-osioon oli suunniteltu Kehoraketti-niminen leikki, jossa kehonosat käydään läpi nimeten ne ja koskettamalla niitä varpaista edeten päälakeen ja lopuksi hypätään ilmaan kuin raketti. Tämä toistetaan useaan kertaan kiristäen tahtia joka kerralla. Kyseinen leikki jätettiin kuitenkin kokonaan pois ajankäytöllisistä syistä.

Perusliikkeenä liikuntatuokiolla harjoitettiin häntäpallon heittämistä kahden eri vanteen läpi. Ryhmä jaettiin kahtia ja toinen ryhmä heitti toisen vanteen läpi, toinen toisen vanteen läpi. Vanteita pitelivät ilmassa aikuiset. Lapset jaettiin ryhmiin siten, että vilkkaimmat lapset laitettiin eri ryhmiin. Täten yritettiin ehkäistä mahdollista riehumista ja villiintymistä sekä siitä seuraavien kieltojen ja huomautusten

määrää. Tämä helpotti toiminnan kulkua ja lisäsi sen sujuvuutta. Lapset saivat onnistumisen kokemuksia kun vanteita pidettiin tarpeeksi alhaalla ja lähellä, että heitot osuivat. Vaikka heitot eivät aina onnistuneet, jaksoivat lapset jatkaa yrittämistä, kun he saivat positiivista palautetta ja heitä kannustettiin.

Suhdetta pariin harjoiteltiin autoleikissä, jossa jokaisella parilla on vanne ”auton rattina”. Toinen parista on kuljettaja, joka ohjaa ja toinen on kyydissä kulkien toisen perässä kädet tämän olkapäällä. Parit jaettiin narujen avulla siten, että ne roikkuivat ohjaajan kädestä ja jokaista lasta pyydettiin tarttumaan eri narun päähän. Ohjaajan päästäessä irti oli jokaisessa narussa ”kiinni” kaksi lasta, jotka muodostivat parin.

Parien jako onnistui ja idea oli hyvä. ”Autolla ajaminen” oli lapsista todella hauskaa ja he olisivat halunneet jatkaa sitä pidempäänkin. Leikin puolessavälissä vaihdettiin ”kuljettajan” ja ”kyydissäolijan” paikkoja. Ohjeistus oli, että kuljettaja saa ”ajaa” ainoastaan niin kovaa vauhtia, että kyydissäolija pysyy mukana. Tämä meinasi välillä unohtua ja monesti lapset innostuivat juoksemaan niin lujaa, että toinen parista ei pysynyt perässä.

Rentoutuminen toteutettiin edelliseen aiheeseen liittyen ”autopesulana”; parit ohjattiin istumaan polvilleen vastakkain, jolloin muodostui kaksi riviä. Jokainen sai vuorollaan olla ”auto”, joka konttasi hitaasti rivien välistä muiden ”harjatessa” autoa puhtaaksi. Lapsille tuotti selvästi vaikeuksia ymmärtää leikin idea. Rivien välistä konttaaminen ja sen hahmottaminen oli monelle vaikeaa. Leikki ei myöskään toiminut rentoutuksena, koska lapset konttasivat liian nopeasti ja ”harjaaminen”, jonka olisi pitänyt olla rauhallista silittelyä, ylti riehumiseksi. Kesken lopurentoutumisen tuokiota seurannut työntekijä joutui lähtemään muihin tehtäviin, joten kiireen tuntu osaltaan saattoi vaikuttaa siihen, että rentoutuminen ei onnistunut vaan muuttui sekavaksi riehumiseksi.

Palautteen kysyminen lapsilta tapahtui siten, että heitä pyydettiin laittamaan hantäpallo kolmesta erilaisesta naamasta sellaisen kuvan kohdalle, millaiselta tuokioiden mielestään tuntui. Viisi lapsista valitsi iloisen naaman, yksi valitsi surullisen naaman ja kaksi lasta siltä väliltä olevan naaman kuvan. Tulokset eivät kui-

tenkaan olleet luotettavia, koska jälleen valinnoissa ilmeni toisen matkimista ja mahdollisesti myös miellyttämisenhalua.

5.5 Toisen ja kolmannen liikuntatuokion vertailua

Toisen ja kolmannen liikuntatuokion sisällöt olivat keskenään erilaiset ja niihin osallistuneet ryhmät olivat keskenään myös kovin erilaiset. Ryhmät jaettiin satunnaisesti sen perusteella, ketä lapsia oli hoidossa mihinkin aikaan. Toisen liikuntatuokion ryhmä oli tyttövoittoisempi, kun taas kolmannen liikuntatuokion ryhmässä sattui olemaan enemmän ja villimpiä poikia. Ryhmäjako saattoi osaltaan vaikuttaa keskittymiseen ja sen puutteeseen.

Toisen liikuntatuokion ryhmä jaksoi keskittyä tekemiseen täysillä loppuun asti, kun taas kolmannen liikuntatuokion ryhmässä ilmeni enemmän keskittymisen puutetta ja riehaantumista. Tähän vaikuttivat varmasti monet osatekijät. Ryhmän koostumuksen lisäksi yksi vaikuttava tekijä saattoi olla ajankohta, jolloin tuokio toteutettiin. Toinen liikuntatuokio pidettiin aamupäivällä, jolloin vireystila oli korkea ja keskittymiskyky hyvä, kun taas kolmas liikuntatuokio pidettiin iltopäivällä, kun lapset olivat olleet koko päivän sisällä ja pääsivät nyt ensimmäistä kertaa ulos ”päästämään höyryjä”. Ajankohdan ohella keskittymiseen vaikuttava tekijä on varmasti kiireettömyyden tuntu. Kolmannen liikuntatuokion loppua kohden kiireen tuntu lisääntyi muiden lasten tullessa pihalle ja työntekijän joutuessa lähtemään paikalta.

Myös aiheen mielenkiintoisuus saattoi vaikuttaa keskittymiseen. Toisella liikuntatuokiolla käytetty leikkivarjo oli lapsille mieluisa ja harvemmin käytetty väline, jolloin kiinnostus ja keskittyminen pysyivät hyvin yllä. Kolmannella liikuntatuokiolla leikittiin eri leikkejä ja käytettiin eri välineitä, jotka saattoivat olla yleisempiä eivätkä ehkä yhtä kiinnostusta ylläpitäviä.

Ryhmät ja liikuntatuokioiden olivat keskenään erilaiset, eivätkä siis suoraan verrannollisia keskenään, mutta samoja elementtejä löytyi molemmista. Tuokioiden piirustus, rakenne ja ryhmien koko olivat kutakuinkin samanlaiset.

5.6 Loppuhaastattelu

Liikuntatuokioiden toteuttamisen jälkeen haastateltiin tuokioita seurannutta työntekijää. Haastattelun kautta pyrittiin selvittämään ja kokoamaan prosessin tuloksia ja ajatuksia, joita se herätti.

Haastattelussa tuli ilmi, että liikuntatuokiot herättivät paljon positiivisia ajatuksia. Tuokioiden koettiin olleen mukavia ja monipuolisia. Koettiin, että yksi liikunnan tärkeimmistä tavoitteista toteutui; liikunnan ilo ja myönteinen asenne liikkumista kohtaan näkyivät lasten iloisista kasvoista.

Haastattelussa ilmeni, että liikuntatuokioista koettiin olleen hyötyä monella tapaa. Lasten kannalta tuli esiin paitsi liikunnallinen hyöty, myös keskittymiskyvyn harjaantuminen ja ohjeiden vastaanottamisen taidon harjaantuminen. Tuokioista koettiin olleen hyötyä myös työntekijän näkökulmasta. Niiden kautta saatiin uusia toimintavinkkejä ja uusia käyttötarkoituksia eri välineille. Niistä opittiin myös uusia liikuntaleikkejä.

Haastattelussa selvisi, että haastateltava suhtautui liikuntaleikkikoulu -mallin hyödyntämiseen päiväkodissa erittäin positiivisesti ja voisi itsekkin ajatella käyttävänsä sitä osana päiväkodin liikuntakasvatusta. Tulevaisuudessa Nuoren Suomen liikuntaleikkikoulun ideoita aiotaan hyödyntää päiväkodissa.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen perusteella voidaan päätellä, että Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulun materiaaleja voidaan hyödyntää päiväkodin liikuntakasvatuksessa. Liikunta-leikkikoulun tuntimalleihin perustuvat liikuntatuokiot olivat sopivia päiväkohtiin. Liikuntatuokiot tuottivat positiivisia kokemuksia liikunnasta sekä ideoita ja vinkkejä liikunnan toteuttamiseen.

Tutkimuksessa toteutui eettisyys siten, että se suunniteltiin, toteutettiin ja raportoitiin tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. Suunnitelmallisuus, yksityiskohtaisuus, huolellisuus ja tarkkuus kuuluivat tutkimuksen jokaiseen vaiheeseen. Tutkimuksessa, tulosten tallentamisessa, esittämisessä ja arvioinnissa noudatettiin rehellisyyttä. Luottamuksellisuus ja anonymiteetti toteutuivat tutkimuksessa. Tutkimusta toteutettaessa otettiin huomioon tutkimuksen kohteen normit ja arvot.

Tutkimuksessa haastattelukysymykset oli pyritty asettelemaan niin, että alkuhaastattelun vastausten perusteella saadaan tarpeellinen tieto toiminnan suunnittelua varten ja loppuhaastattelun vastausten perusteella voidaan tehdä johtopäätöksiä peilaten niitä myös toiminnan aikana tehtyihin havaintoihin. Tämä onnistui tutkimuksessa hyvin. Alkuhaastattelun kysymysten avulla saatiin tarvittava tieto toiminnan toteuttamista varten ja loppuhaastattelun avulla saatiin aineistoa tulkittavaksi omien havaintojen lisäksi. Toisaalta loppuhaastattelun kysymyksiä olisi voinut vielä tarkentaa, jotta olisi saatu enemmän ja tarkempia vastauksia tulkittavaksi.

Toimintatutkimus oli oikea tutkimusmenetelmä juuri tähän tutkimukseen. Toiminnallisuuden kautta liikuntavinkit ja ideat tulivat parhaiten ilmi ja jäivät konkreettisesti kohderyhmän uudelleenkäytettäviksi. Toiminnan kautta myös tulokset oli helppo selvittää havaintojen ja arviointien avulla. Tutkimustuloksia ei voida yleistää, koska tutkimus toteutettiin vain yhdessä päiväkotiryhmässä. Täten myös tutkimustulosten luotettavuus on pätevä kohderyhmän tasolla, mutta ei välttämättä yleisellä tasolla. Tutkimuksen voi toistaa, joten siltä osin sen luotettavuus on hyvä.

7 POHDINTA

Kokonaisuudessaan tutkimuksen toteuttaminen sujui suunnitelmien ja aikataulun mukaisesti. Löysin tietoa aiheesta suhteellisen helposti ja toiminnallinen osuus lähti luontevasti käyntiin haastattelusta.

7.1 Pohdintaa alkuhaastattelusta

Alkuhaastattelu ennen liikuntatuokioita oli mielestäni tarpeellinen, koska se antoi suuntaviivat liikuntatuokioiden toteutukseen. Olin nähnyt ryhmän toimintaa jo muutaman viikon ajan, mutta haastattelun avulla sain tarkempaa tietoa ryhmän aikaisemmista liikunnallisista tottumuksista, millaista ohjattua liikuntaa aikaisemmin oli ollut, mikä oli lapsille mieluisaa ja toivottua ja mille saattaisi olla tarvetta. Haastattelu oli antoisa ja koen saaneeni sen avulla runsaasti tietoa. Vastauksen perusteella sain sellaisen käsityksen, että liikuntaan suhtauduttiin työyhteisössä erittäin myönteisesti ja sitä toteutettiin monipuolisesti. Huomasin, että vaikka Nuoren Suomen liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus ei ollut tuttu, osattiin kuitenkin Nuoren Suomen internetsivuston materiaalia hyödyntää runsaasti. Mielestäni haastattelusta oli hyötyä molemmiin puolin; paitsi tiedonsaannin kannalta, myös keskustelun herättämien ajatusten ja mielteiden kannalta. Huomasin, että se herätti myös haastateltavassa pohdintaa ja kyseenalaistamista aiempia tapoja kohtaan positiivisella tavalla, ajatuksia liikuntamahdollisuuksien lisäämisestä.

7.2 Pohdintaa liikuntatuokiosta

Huomasin jälkeempään tutkimustuloksia analysoidessani, että liikuntatuokioiden määrä olisi saanut olla suurempi, jotta tutkimusaineistoa olisi ollut enemmän. Toisen ja kolmannen liikuntatuokion olisi esimerkiksi voinut ohjata pienryhmille kuten ensimmäisen liikuntatuokion. Silloin vertailukelpoista aineistoa olisi ollut enemmän ja se olisi tuottanut enemmän tuloksia. Liikuntatuokioiden ohjaaminen onnistui kuitenkin mielestäni hyvin.

Ensimmäinen liikuntatuokio toteutui kaikissa kolmessa pienryhmässä suunnitelman mukaisesti, kun taas toinen ja kolmas tuokio muuttuivat hieman olosuhteista

johtuen. Muutokset olivat pieniä eivätkä mielestäni haitanneet lainkaan toimintaa. Toisella liikuntatuokiolla tuuli toi haastetta leikkivarjon käsittelyyn, mutta samalla se oli erilaista, hauskaa ja jännittävää. Kolmannella tuokiolla jätin tietoisesti Kehoraketti-leikin pois, koska kaikkea ei olisi ehtinyt toteuttaa. Päätin jättää juuri tämän leikin pois, koska se oli lyhyin ja ”vähäpätöisin”. Halusin pitää häntäpallon heittämisen, koska heittäminen oli yksi tuokion tavoitteista, autoleikin ja rentoutumisen halusin toteuttaa, koska ne kuuluivat yhteen ja niissä oli tarjolla erilaisia ideoita esimerkiksi välineiden käyttöön ja parien jakamiseen.

Liikuntatuokiolle asetetut teemat ja tavoitteet täyttyivät mielestäni hyvin. Ensimmäisellä tuokiolla harjoiteltiin oman kehon tuntemista jokaisessa leikissä. Tavoitteet täyttyivät parhaiten huivinkuljetusleikissä ja Laivaleikissä. Huivin kanssa harjoiteltiin liikkumista eri suuntiin ja eri tasoissa. Vauhdin hurmaa lapset kokivat Vedenpaisumusleikissä, huivin kuljettamisessa ja Laivaleikissä.

Toisella liikuntatuokiolla teemana olivat liikkumistaidot ulkona ja välineenä oli leikkivarjo. Tavoitteet toteutuivat täysin; leikkivarjon kanssa toimittiin koko ajan yhteistyössä toisten kanssa ja innostuneisuus näkyi lapsista selvästi. Motivaatio oli korkealla ja keskittyminen pysyi hyvin yllä.

Kolmannesta tuokiosta kehontuntemuksen harjoittelu jäi vähemmälle, mutta välineenkäsittelytaitoja harjoiteltiin runsaasti. Tavoitteet täyttyivät; lapset saivat onnistumisen kokemuksia paitsi heittäessään häntäpalloja vanteiden läpi, myös muista leikeistä. Toiset olivat taitavampia heittämisessä kuin toiset, mutta kaikkia keuhuttiin ja kannustettiin tasapuolisesti. Heittämisen taito harjaantui mukavan leikin kautta.

Liikuntatuokioiden päätteeksi keräsin lapsilta palautetta ilmekorttien (LIITE 3) avulla. Tarkoitukseni ei niinkään ollut analysoida tuloksia, vaan halusin antaa lapsille mahdollisuuden ilmaista mielipiteensä ja tuntemuksensa, mitä liikuntatuokiolla nousi esiin. Samalla sain yleiskuvaa siitä, miten tuokiot ylipäätään koettiin. Tarkempaa analysointia varten olisi ollut hyvä kysyä palautetta jokaiselta lapselta erikseen, ilman että muut lapset ovat vaikuttamassa päätöksiin. Silloin palaute oli-

si ollut yksilöllisempää ja luotettavampaa. En kuitenkaan kokenut tätä tarpeelliseksi, koska tutkimus painottui enemmän kasvattajan näkökulmaan.

7.3 Pohdintaa loppuhaastattelusta

Haastattelun perusteella tulokset olivat hyviä ja toiminnan hyödyt näkyivät. Vastausten myönteisyys antoi kuvan siitä, että liikuntatuokiot vastasivat toiveisiin ja tarpeisiin. Havaitsin kuitenkin jälkeempään, että haastattelua olisi voinut laajentaa ja kysymyksiä olisi saanut olla enemmän, jotta analysoitavaa aineistoa olisi ollut enemmän.

Saamani palautteen ja loppuhaastattelun perusteella tästä prosessista oli hyötyä. Haastattelun vastauksista päätellen koen onnistuneeni liikuntatuokioiden toteutuksessa ja tutkimuksen tavoitteissa. Uskon, että tutkimuksella voi olla vaikutusta liikuntamahdollisuuksien laajentamiseen tässä ryhmässä. Mielenkiintoista olisikin tulevaisuudessa nähdä tutkimuksen jättämät jäljet, miten sen tulokset näkyvät työskentelytavoissa ja lapsissa. Mahdollinen jatkotutkimusaihe voisi olla myös aiheen laajentaminen suuremmalle alueelle, liikuntavinkkien jakaminen useampiin päivähoitopaikkoihin.

LÄHTEET

- Autio, T. & Kaski, S. 2005. Ohjaamisen taito. Helsinki. Edita Prima Oy.
- Heinonen, T. & Pulli, E. 1996. Liikuntaleikkikoulun mallitunnit. Liikuntaleikkikoulun ohjaajan kurssimateriaali 2011.
- Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. 2013. Johdatus liikuntapedagogiikkaan. Teoksessa Liikuntapedagogiikka, 17-27. Toim. Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti. Jyväskylä. PS-kustannus..
- Kahri, M. 2003. Lapsen arki on leikkiä 2. 3-6 -vuotiaat leikin maailmassa. Kauha-va. Pienperheydistys ry.
- Karrasch, M., Lindblom-Ylänne, S., Niemelä, R., Päivänsalo, T-M. & Tynjälä, P. 2011. Lukion psykologia 2. Keuruu. Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Kirppanat – liikuntaa pienestä pitäen. Liikunnan merkitys kasvavalle lapselle. Verkkosivusto. Viitattu 12.9.2014. <http://www.kirppanat.fi/tietoa/pienet-lapset/liikunnan-merkitys-kasvavalle-lapselle/>
- Laihonen, P. 1999. Liikuntaleikkikoulu - monipuolinen harrastus alle kouluikäiselle lapselle. Teoksessa Liikkuva lapsi ja nuori, 107-111. Toim. Miettinen, P. Lahti. VK-kustannus Oy.
- Lamponen, P. Liikuntaleikkikoulun ohjaajan kurssimateriaali 2011.
- Liikuntaleikkikoulu. 2011. Ohjaajan kurssimateriaali.
- Lyytinen, P. 2003. Kielen kehityksen varhaisvaiheet. Teoksessa Joko se puhuu, 48-68. Toim. Siiskoinen, T., Aro, T., Ahonen, T. & Ketonen, R. Jyväskylä. PS-kustannus.
- L16.3.1973/239. Asetus lasten päivähoidosta. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 6.10.2014. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730239>
- L19.1.1973/36. Laki lasten päivähoidosta. Säädös säädöstietopankki Finlexin sivuilla. Viitattu 14.5.2014. <http://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=laki%20lasten%20p%C3%A4iv%20hoidosta>
- Metsämuuronen, J. 2003. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. Jyväskylä. Gummerus kirjapaino Oy.
- MLL 2014 a. Lapsen kasvu ja kehitys. 3-4-vuotias. Liikunnallinen kehitys. Tietokulma. Viitattu 8.8.2014. http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/3_4-vuotias/liikunnallinen_kehitys/

MLL 2014 b. Lapsen kasvu ja kehitys. 4-5-vuotias. Liikunnallinen kehitys. Tietokulma. Viitattu 8.8.2014.

http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/4_5-vuotias/liikunnallinen_kehitys/

Numminen, P. & Sääkslahti, A. Liikuntaleikkikoulun ohjaajan kurssimateriaali 2011.

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2013. Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Liikuntapedagogiikka, 462-496. Toim. Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti. Jyväskylä. PS-kustannus

Stakes, Oppaita 56. 2005. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2. tarkistettu painos. Saarijärvi.

Woolfson, R. 2001. Virkku vekara. Tue lapsesi kehitystä. Hong Kong. WSOY.

Zimmer, R. 2001. Liikuntakasvatuksen käsikirja. Didaktis-metodisia perusteita ja käytännön ideoita. Hämeenlinna. LK-kirjat.

ALKUHAASTATTELU

1. Minkälaisia liikuntamuotoja ryhmässä on toteutettu?
2. Kuinka usein ryhmässä on ohjattua liikuntaa?
3. Ovatko liikuntatilat ja -välineet lasten käytettävissä myös vapaan leikin aikana?
4. Onko ryhmässä / päiväkodissa työntekijöitä, joilla on Nuoren Suomen liikuntaleikkikouluohjaajan koulutus tai jokin muu liikunnallinen koulutus?
5. Onko ryhmässä hyödynnetty Nuoren Suomen materiaaleja?
6. Mitä toiveita ja tarpeita ryhmällä olisi liikuntatuokioiden suhteen?

LOPPUHAASTATTELU

1. Millaisia ajatuksia liikuntatuokioiden herättivät?
2. Koetko saaneesi liikuntatuokiosta jotain uutta (tietoa, vinkkejä, kokemuksia)?
3. Oliko mielestäsi liikuntatuokiosta hyötyä lasten kannalta? Entä työntekijöiden kannalta / voisiko hyödyntää jatkossa? Miten?
4. Voisitko itse ajatella käyttäväsi työssäsi liikuntaleikkikoulu -tyyppistä mallia osana liikuntakasvatusta?





SEINÄJOKI

PÄÄTÖS / varhaiskasvatusjohtaja

Päivämäärä 21.5.2014 Pykäliä 71/2014

00

Aiia	<p>Tutkimuslupa / Ahola Mari</p> <p>Mari Ahola opiskelee sosiaali-alan koulutusohjelmassa Vaasan ammattikorkeakoulussa ja on tutkimuslupaa opinnäyteityötään varten. Aiheekseen opiskelija on valinnut liikuntaleikkikoulu osana päiväkodin liikuntakasvatusta.</p> <p>Tutkimuksen tarkoituksena olisi selvittää, miten Nuoren Suomen Liikuntaleikkikoulun oppeja ja tuntimalleja voi soveltaa ja hyödyntää päiväkotiryhmässä. Pyrkimyksenä olisi tuoda lisää käytännön vinkkejä ja keinoja siihen, miten liikuntaa voi toteuttaa päiväkodin arjessa.</p> <p>Tutkimus toteutettaisiin haastattelemalla [REDACTED] päiväkodin [REDACTED]-ryhmän työntekijöitä ja sen jälkeen toteutettaisiin toiminnallisia tuokioita. Tuokioiden jälkeen kysyttäisiin suullisesti palautetta sekä lapsilta että työntekijöiltä.</p> <p>Tutkimuksen valmistumisaika lokakuun 2014 loppuun mennessä.</p>		
Päätös	<p>Myönnän tutkimusluvan edellyttäen, että tutkija noudattaa vaitiolovelvollisuutta tutkimuksessa saamiensa tietojen suhteen ja että yksi kappale tutkimuksesta luovutetaan sen valmistuttua sivistyskeskukselle. Tutkimusluvan ehtona on myös, ettei tutkimukseen osallistuvia voida indentifioida.</p> <p>Tutkimus tullaan julkaisemaan sähköisessä muodossa Seinäjoen kaupungin kotisivuilla.</p>		
Allekirjoitus	<p>Alja-Marita Näsanen, varhaiskasvatusjohtaja, p. 06 416 2151, alja-marita.nasanen@seinajoki.fi</p>		
Oikaisuvaatimusohje	<p>Päätöksen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen ositteella: Varhaiskasvatus- ja koulutuslautakunta, Kirkkokatu 6, PL 215, 60101 Seinäjoki, neljänatoista (14) päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista. Oikaisuvaatimuksesta on käytävä ilmi vaatimus perusteluineen ja se on tekijän allekirjoitettava.</p>		
Julkisesti nähtävänä	<p>Sivistyskeskus 22.5.2014</p>		
Tiedokstanto	<p>Kencle</p> <p>Mari Ahola, aluejohtaja Kirsi-Marja Oivanen, päiväkodin johtaja Marita Moisio, toimistoalhteen Maija Harjunpää</p> <p>Miten</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Lähetetty postitse asennitodistuksia vastaan</p> <p><input type="checkbox"/> Lähetetty postitse tavallineen kirjeenä</p> <p><input type="checkbox"/> Lähetetty sisäisessä postissa</p> <p><input type="checkbox"/> Luovutettu</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> Lähetetty sähköpostissa</p> <p>Taru Siik, toimistosilhteen</p>	<p>Päivämäärä</p> <p>21.5.2014</p>	<p><i>Mari Ahola</i></p> <p>Veslausmatkajan allekirjoitus</p>



