



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

# Liikunnallisen joulukalenterin kehittäminen ja hyödyntäminen kolmevuotiaiden lasten motoristen perustaitojen harjoittamisessa päiväkoti Horisontissa

von Etter, Victoria  
Sarasti, Tea



**LAUREA**  
AMMATTIKORKEAKOULU  
*Yhdessä enemmän*

Laurea-ammattikorkeakoulu

Liikunnallisen joulukalenterin kehittäminen ja hyödyntäminen  
kolmevuotiaiden lasten motoristen perustaitojen harjoittamisessa  
päiväkoti Horisontissa

von Etter, Victoria  
Sarasti, Tea  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Opinnäytetyö  
Marraskuu, 2016

von Etter, Victoria ja Sarasti, Tea

**Liikunnallisen joulukalenterin kehittäminen ja hyödyntäminen kolmevuotiaiden lasten motoristen perustaitojen harjoittamisessa päiväkotihorisontissa**

Vuosi 2016 Sivumäärä 76

---

Tämä opinnäytetyö on varhaiskasvatukseen suuntautunut toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tavoitteena oli kehittää liikunnallinen joulukalenteri ja tätä kautta luoda lapsille päivittäinen mahdollisuus harjoittaa motorisia perustaitojaan. Joulukalenteri pyrittiin tekemään muokattavaksi, jotta sitä voisi käyttää tuleviinkin joulunodotuksiin.

Liikunnallinen joulukalenteri suunniteltiin yksilöllisesti porvoollaiselle päiväkotihorisontille heidän toiveitaan ja tarpeitaan vastaavaksi. Toteutus sijoittui joulukuuhun 2015 ja pääkohderyhmänä olivat päiväkodin kolmevuotiaat lapset. Toteutukseen kuului sekä tarina-että toimintaosio. Olennainen osa opinnäytetyötä oli liikunnallisen joulukalenterin kehittäminen ja sen muokkaaminen tarvetta vastaavaksi prosessinomaisesti toiminnan edetessä. Työmenetelminä käytettiin toimintatutkimuksen spiraalimallia, lasten motoristen taitojen arviointilomaketta ja havainnointia sekä palautteenkeruuta. Tietoperustassa kerrotaan varhaisvuosien liikunnasta, kolmevuotiaan lapsen kehityksestä fyysisestä ja motorisesta sekä psyykkisestä ja sosiaalisesta näkökulmasta.

Toiminnan ja tulosten analysoinnissa hyödynnettiin arviointilomakkeita, kuten myös lasten ja päiväkodin henkilökunnan palautetta. Palautteesta ilmenee, että liikunnallisen joulukalenterin luominen ja kehittäminen onnistui hyvin. Päiväkodin henkilökunta oli tyytyväinen joulukalenterin tarinaan ja liikunnallisiin tehtäviin. Tulosten perusteella lapset saivat toistojen kautta mahdollisuuden harjoittaa perusmotorisia taitojaan ja eräiden taitojen osa-alueella näkyikin kehitystä. Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää joulukalenterin, motoristen harjoitusten ja lasten arviointilomakkeen osalta laajemminkin muissa varhaiskasvatuksen yksiköissä. Kuitenkaan opinnäytetyön kohderyhmän tuloksia taitojen harjaantumisesta ei voida suoraan sellaisenaan siirtää tai hyödyntää muualla, sillä kyse on enemmän yksilöistä kuin yleistettävästä ryhmästä.

Asiasanat: varhaiskasvatus, liikunta, motoriset perustaidot, joulukalenteri

von Etter, Victoria and Sarasti, Tea

**Developing and utilizing an Advent Calendar based on physical education for practising three-year-old children's fundamental motor skills at daycare centre Horisontti**

Year	2016	Pages	76
------	------	-------	----

---

This Bachelor's thesis is a functional thesis focusing on early childhood education. The purpose was to create an advent calendar based on physical education and thus provide children an opportunity to practise their fundamental motor skills on every day basis. The idea was to create a calendar that could be used also next christmas.

The calendar was designed for daycare centre Horisontti, in Porvoo. It was tailored to fit the daycare centre's wishes and needs. The implementation took place in December 2015 and the target group were the daycare centre's three-year-old children. The implementation included a story section and a functional section. A relevant part of this thesis was to develop, shape and improve it during the implementation of the project. The working methods were the spiral model of operational research, the evaluation form of children's motor skills, observation and feedback. The theoretical frame focuses on physical education in early childhood and the development of a three-year-old child from a physical, motor, psychic and social point of view.

Observation and evaluation forms as well as feedback from the employees of the daycare centre and children were utilized to analyze the implementation and the results of this thesis. The feedback shows that the advent calendar was a success. The employees were pleased with the storyline and also the motor skills exercises. The results show that the children recieved an opportunity to practice their fundamental motor skills through repetition and that there was some progress in a few motor skills sections. The advent calendar, motor skills exercises and the observation form developed in this thesis can also be utilized in other early childhood education units. The results of the progress in motor skills of these particular and individual children cannot be transferred or applied in any other place.

Keywords: early childhood education, physical education, fundamental motor skills, advent calendar

## Sisällys

1	Johdanto .....	6
2	Opinnäytetyön tausta, tarkoitus ja tavoitteet .....	7
3	Kolmevuotiaan kehitys .....	9
	3.1 Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys .....	9
	3.2 Psyykinen ja sosiaalinen kehitys .....	12
4	Liikunta varhaisvuosina .....	14
5	Toteutus .....	17
	5.1 Joulukalenteri .....	18
	5.2 Lasten motoristen taitojen arviointi .....	20
	5.3 Toiminnan kehittyminen .....	23
	5.4 Lasten palaute toiminnasta .....	25
6	Tulokset .....	27
7	Arviointi .....	33
8	Eettisyys ja luotettavuus .....	35
9	Pohdinta .....	36
	Lähteet .....	42
	Kuviot .....	44
	Liitteet .....	45

## 1 Johdanto

Suomi julkaisi vuonna 2005 ensimmäisten maiden joukossa kansalliset suositukset alle kouluikäisten liikuntaan. Nämä suositukset ovat nimeltään Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset (2005), jotka tänä päivänäkin ohjaavat lasten liikkumisen suunnittelua ja toteutusta päivähoitossa. Suositusten julkaisemisen jälkeen on tehty paljon uusia tutkimuksia, jotka liittyvät lasten päivittäiseen liikkumiseen ja fyysiseen aktiivisuuteen. Useat tutkimukset, esimerkiksi Soini, ym. (2011) ja Ruokonen, Norra, & Karvinen (2009), ovat osoittaneet, että harvat alle kouluikäiset lapset saavat suositellut kaksi tuntia reipasta liikuntaa päivässä. Tämän pohjalta on käynnistynyt myös tutkimuksia, jotka ovat pyrkineet valottamaan lasten fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttavia asioita, esimerkiksi toimintaympäristön tai päivähoiton henkilökunnan vaikutusta kyseiseen ilmiöön. Vuonna 2012 käynnistyi Valo ry:n (entinen Nuori Suomi ry) koordinoima Tutkimusmatkalla varhaiskasvatuksen uusiin liikkumisen käytäntöihin -verkostotyö ja se tähtää rakentamaan kansallista varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointiohjelmaa.

Syksyllä 2016 Opetus- ja kulttuuriministeriö julkaisi uudet, päivitettyt Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset, joiden tarkoituksena on korvata Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset vuodelta 2005. Sääkslahti (2016) nostaa artikkelissaan esille uusien liikuntasuosituksen pääkohtia, joiden mukaan lasten tulisi saada liikkua kolme tuntia päivässä. Päivittäinen liikunnan määrä rakentuu kevyestä liikunnasta, reippaasta ulkoilusta ja hyvin vauhdikkaasta fyysisestä aktiivisuudesta. Suosituksissa halutaan korostaa oikean määrän liikuntaa olevan lapselle yhtä tärkeää kuin uni ja lepo tai oikeanlaiset ruokailutottumukset. Vuodelle 2017 on jo julkaistu valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelman luonnos, jossa varhaisvuosien liikunta liitetään vahvasti lapsen kasvuun ja kehitykseen. Tekstissä on haluttu nostaa esiin konkreettisia neuvoja miten liikunta voidaan tuoda mukaan varhaiskasvatuksen arkipäivän toimiiin ja kuinka monella tavalla se hyödyttää lasta. Huoli suomalaisten lasten vähäisestä liikunnasta on hyvin pinnalla monella taholla. (Opetushallitus 2016, 46.)

Sosiaalialan opintojemme aikana olemme kuulleet paljon puhuttavan päiväkotien liikuntakasvatuksesta ja lasten motoristen taitojen kehittymisestä. Useasti keskusteluun on liittynyt osittain myös huoli nykylasten vähäisestä liikkumisesta niin hoitopäivän aikana kuin vapaa-ajallakin. Koemme molemmat liikunnan hyvin tärkeäksi osaksi elämää ja tulevana sosionomi (AMK) lastentarhanopettajina haluamme osaltamme tukea lasten liikkumista. Opinnäytetyön työelämäkumppaniksi saimme porvoolaisen päiväkotia Horisontin, joka on osa Aarresaari-päiväkoteja. Toiminnallisen opinnäytetyömme tarkoitus oli kehittää päiväkodille liikunnallinen joulukalenteri, jonka tavoitteena oli lisätä lasten liikuntaa ja harjoittaa motorisia perustaitoja. Arvioimme harjaantumista havainnoimalla lapsia ja heidän motoristen perustaitojen kehittymistään opinnäytetyön toteutuksen aikana.

Raportin alussa kuvaillaan opinnäytetyön lähtökohtia sekä tarvetta ja tavoitteita. Tietopohjaan olemme koonneet juuri tälle opinnäytetyölle oleellista teoriaa kolmevuotiaan lapsen fyysisestä, motorisesta, psyykkisestä ja sosiaalisesta kehityksestä sekä liikunnan roolista varhaisvuosina ja päiväkodissa. Raportissa kerromme opinnäytetyön prosessista ja kehitymisestä. Lopuksi sekä arvioimme että pohdimme tekemäämme työtä ja toimintaa suhteessa asetettuihin tavoitteisiin.

## 2 Opinnäytetyön tausta, tarkoitus ja tavoitteet

Vaikka alle kouluikäisten lasten liikunnasta ei ole vielä kovin paljon tietoa, tehdyt tutkimukset ovat osoittaneet, että jo varhaiskasvatuksessa lasten ajasta 60 prosenttia kuluu paikallaan olemiseen. Kolmannekselle 3 - 6-vuotiaista lapsista päivittäinen Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksissa (2005) ohjeistettu kahden tunnin liikuntasuositus ei toteudu ja jopa alle kolmevuotiaiden fyysinen aktiivisuus on riittämätöntä. Vaikka lapset liikkuisivatkin suositellun määrän, saattaa toiminta ja sen intensiteetti olla kuitenkin fyysisesti hyvin kevyttä. Suomalaiset lapset harrastavat nykyisin vapaa-ajallaan melko paljon, mutta tämä ei riitä, sillä arkiliikunta varhaiskasvatuksessa on niin vähäistä ja lapset istuvat päivän aikana liikaa. Huolestuttavaa on, että aktiivisuus ja elämäntavat alkavat urautua jo näinä hyvin varhaisina vuosina, jolloin liikkumattomuudella on kauaskantoisia seurauksia myöhempään elämään. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013; Soini ym. 2011.)

Opinnäytetyömme aiheen valintaa ohjasi ajankohtaisuuden lisäksi oma kiinnostuksemme lasten liikuntaa kohtaan. Avoimen liikuntaan liittyvän idea-aihion kanssa otimme yhteyttä päiväkotori Horisonttiin, jossa toinen meistä oli aiemmin suorittanut harjoittelunsa. Halusimme ehdottomasti, että toive opinnäytetyömme aiheelle tulisi aidosti työelämästä. Toimeksiantajan mukana oleminen antaa opiskelijalle mahdollisuuden luoda suhteita, päästä käytännössä harjoittamaan omaa osaamistaan sekä innovatiivisuuden kehittämistä työelämässä (Vilka & Airaksinen 2003, 16).

Porvoossa sijaitseva päiväkotori Horisontti on osa Aarresaari-päiväkotilaivastoa. Aarresaari-päiväkodeille ominaista merirosvokieltä käytetään päivittäin ja se näkyy niin lasten eli miehistön sekä henkilöstön eli päällystön puheessa. Myös sisustuksessa ja huoneiden nimeämisessä on käytetty merirosvoihin liittyvää sanastoa. Päiväkotori Horisontin purjehduksissa saattaa päästä seikkailemaan Karttahuoneessa, Hytissä, Piraattipoukamassa ja niin edelleen. Horisontti jakaantuu Laivaan ja Majakkaan. Laivan kannella ja mastossa keikkuu 24 alle kolmevuotiaista seikkailijaa ja Majakan puolella seikkailee 42 yli kolmevuotiaista merirosvoa. Horisontin purjehduksista vastaa 12-henkinen päällystö. Horisontin matkakoordinaatteihin eli painotuksiin kuuluvat liikunta-, musiikki- ja seikkailukasvatus. Musiikki ja liikunta ohjaavat merirosvoja päivittäin uudelleenlaisille

seikkailuvesille. Liikunnan iloa tuotetaan seikkailijoille mm. mastossa kiipeilyn, lankulla kävelyn ja viidakkoretkien avulla.

Tarve opinnäytetyön aiheelle nousi päiväkotihorisontin toiminnasta. Päiväkotihorisontti on melko uusi, syksyllä 2014 perustettu yksikkö, joten heillä ei ole vielä muovautunut kaikkia omia menetelmiä ja tapoja. Opinnäytetyöprosessimme alkoi loppusyksystä 2015, jolloin horisontissa mietittiin jo tulevaa loppuvuotta ja joulua. Tästä ajankohdasta nousi idea ja tarve horisontin omalle yksilölliselle joulukalenterille. Päiväkodin toiveena oli toiminnallinen joulukalenteri, sillä he eivät olleet vielä kehittäneet omanlaistaan tapaa valmistautua jouluun. Edellisenä jouluna, ensimmäisenä toimintakautena, päiväkodin henkilöstö oli kyllä suunnitellut oman joulukalenterin, mutta tätä pohjaa he eivät kokeneet voivansa enää käyttää tai kehittää jatkoa ajatellen. He toivoivat meidän suunnittelevan ja toteuttavan sellaisen konkreettisen, muokattavissa olevan joulukalenterin, jota voisi käyttää tulevinakin jouluna. Ajatuksena oli myös, että joulukalenteripohjaa voisi mahdollisesti käyttää muissakin Aarresaari-päiväkodeissa tarpeen mukaan.

Keskustellessamme opinnäytetyön mahdollisista muista tavoitteista, ajatuksiksi nousi lapsiryhmän motoristen perustaitojen harjoittaminen. Tarve tälle oli havaittu päiväkodissa syksyllä 2015 kolmevuotiailla lapsilla tehdyssä motoristen taitojen lähtötasotestissä, josta voitiin todeta joidenkin tiettyjen motoristen perusliikkeiden harjoittamisen olevan edelleen tarpeellista. Vapaassa leikissä lapset luonnostaan harjoittelevat näitä taitoja ja päiväkotihorisontissa pidetään viikoittain ohjattuja liikuntatuokioita. Näiden lisäksi motoristen perustaitojen harjoittaminen joulukalenterin avulla voisi olla lapsille hyödyksi tarpeellisten toistojen mahdollistamiseksi.

Joulukalenterin suunnitteluun ja toteutukseen saimme käytännössä vapaat kädet päiväkodin puolesta. Päiväkodin liikuntapainotuksen ja oman kiinnostuksemme vuoksi halusimme tuoda kalenteriin mukaan liikunnallisen ulottuvuuden, joka sopi päiväkodille mainiosti. Toiminnallisen opinnäytetyön tuotos on aina jotain konkreettista ja tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa konkreettinen joulukalenteri ja tarina, jota päiväkotihorisontti voisi käyttää jatkossakin (Vilkkä & Airaksinen 2003, 51). Joulukalenterin piti olla muokattavissa, jotta se sopisi mahdollisimman monelle erilaiselle ja eri ikäiselle lapsiryhmälle. Kalenterin ja liikunnan avulla tavoitteena oli tarjota lapsille mahdollisuus harjoittaa motorisia perustaitoja mielekkäällä tavalla päivittäin. Koska halusimme jollakin tavalla tuoda näkyväksi harjoittamisen vaikutukset taitojen kehittymiseen, tavoitteenamme oli pyrkiä havainnoimaan ja arvioimaan lapsia toiminnan aikana. Toiminnalliseen opinnäytetyöhön ei kuulu tutkimusongelman tai -kysymyksen asettamista, joten siksi meidänkään työstämme ei tätä löydy (Vilkkä & Airaksinen 2003, 30).



### 3 Kolmevuotiaan kehitys

Kehitys, jota tapahtuu varhaislapsuuden aikana, luo pohjaa myöhemmin opittaville tiedoille ja taidoille. Koko varhaislapsuuden ajan lapsi kasvaa, kehittyy ja oppii huimaa vauhtia. Jotta aikuinen voi tukea lasta tässä kokonaisuudessa, tulee hänen ymmärtää lapsuuden kehityksen periaatteita. Hänen tulee tunnistaa lapsen ikäkauden mukaiset tarpeet ja tavoitteet kehityksen ja kasvun edesauttamiseksi, kuitenkin huomioiden jokaisen lapsen yksilöllisyys. On esitetty erilaisia teorioita tai malleja lapsen tavasta jäsentää ympäröivää maailmaa, kuten havaintojen, kielen ja muistin kehityksestä, syy-seuraussuhteiden havaitsemisesta ja lapsen käyttämistä ongelmanratkaisukeinoista. Nurmen ym. (2014, 23) mukaan Piaget (1953) kuvaa tiedollista kehitystä vaiheittain etenevänä, Goswami (1998; 2011, 399 - 419) tiedonkäsittelymalleihin perustuvana, kun taas Bronfenbrenner ja Morris (1998, 993 - 1028) sekä Sameroff (2010, 6 - 22) uskovat lapsen yksilöllisten kykyjen ja ominaisuuksien sekä vuorovaikutuksen ympäristön kanssa kehittävän ajattelua varhaislapsuudessa.

Jokainen ihminen on yksilöllinen persoona, jolla on erilaisia kehitysvaiheita eri-ikäisenä. Kehitysvaiheet ja -haasteet vaihtuvat, mutta tärkeää on luoda lapselle onnistumisen kokemuksia haasteiden kohtaamisessa. Onnistumisen kokemuksia saadaan, kun huolehditaan, että haasteet ovat tasapainossa yksilön voimavarojen ja ympäristön odotusten kanssa. Tähän liittyvät myös erilaiset herkkyyksikaudet, jolloin lapsen valmiudet oppia tiettyjä uusia taitoja ja valmiuksia ovat vahvimmillaan ja positiivisia kokemuksia voidaan luoda. Nämä kokemukset ovat merkittävä osa hyvän itsetunnon rakentumisessa ja kannustavat lasta jatkossakin kohtaamaan haasteita. Lapsi tarvitsee tähän avuksi aikuisen, joka antaa lapselle osittain mahdollisuuden tehdä omia päätöksiä ja toisaalta luo turvalliset rajat ja säännöt. (Storvik-Sydänmaa, Talvensaari, Kaisvuo & Uotila 2012, 10 - 11.)

#### 3.1 Fyysinen kasvu ja motorinen kehitys

Lapsuuden fyysisellä kasvulla tarkoitetaan suurimmaksi osaksi ruumiinosien keskinäisten suhteiden muuttumista. Lapsen fyysiseen kasvuun vaikuttavat perintötekijät ja elinympäristö. Leikki-ikässä kahden ensimmäisen ikävuoden nopea kasvutahti rauhoittuu sekä pituuden ja painon kertyminen tasaantuu, kuten myös luuston, lihaksiston ja elinten kasvu. Myöhäisleikki-ikässä (3 - 6-vuotias) lapsen kasvu ja kehitys näkyvät vahvasti fyysisinä muutoksina. Hän kasvaa pituutta, vatsan pyöreys häviää ja ensimmäiset maitohampaat mahdollisesti irtoavat. Lapsi kasvaa vuodessa noin 5,1 cm ja painoa kertyy keskimäärin 2,3 kg. Lapsen motoriikan kehittymiseen vaikuttaa yksilöllinen fyysinen kasvuvauhti. (Gallahue, Ozmun & Goodway 2012, 169; Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 10, 47 - 48.) Lapsen lihasten ja jänteiden kehittymisen kannalta monipuolinen leikki ja liikunta on tärkeää. Lasten tulisi täten saada mm. hyppiä, kiivetä, kantaa, roikkua, työntää tai vetää esineitä. Myös luuston vahvistumisen

kannalta on oleellista, että lapsi saa turvallisesti esim. kaatuilla, hyppiä ja roikkua käsien varassa kannatellen omaa painoaan. (Sääkslahti 2015, 43, 45.)

Motorinen kehitys on kehon liikkeiden kehittymistä ja siihen liittyy olennaisesti keskushermoston, luuston ja lihaksiston kasvuvauhti. Myös perimällä, ympäristöllä, motivaatiolla ja yksilön persoonallisuudella on merkitystä motoriselle kehitykselle. Motoriset taidot voidaan jakaa karkeamotorisiin, eli kehon ja sen suurten lihasten liikuttamiseen tarvittaviin taitoihin, sekä hienomotorisiin, eli kehon pienten lihasten hallitsemiseen tarvittaviin taitoihin. Lapsilla motorinen kehitys etenee kefalokaudaalisesti, eli päästä jalkoihin ja myös proksimodistaalisesti, eli keskeltä äärialueille. (Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 10 - 11.)

Ikävuodet kolmesta viiteen ovat motoristen perustaitojen harjoittelun aikaa. Motorisilla perustaidoilla tarkoitetaan hallittuja kehon ja raajojen liikkeitä, joita tarvitsemme arkisissa toimissa. Näitä ovat käveleminen, juokseminen, hyppääminen, heittäminen, kiinniottaminen, potkaiseminen ja lyöntiliike. Elinympäristö vaikuttaa lasten motoristen taitojen kehittymiseen ja harjaantumiseen, jolloin jo pientenkin lasten taidot voivat olla hyvin eri tasolla ja kehittyvät yksilölliseen tahtiin. (Jaakkola 2010, Pullin 2013, 22 mukaan; Gabbard 2012, Gallahue ym. 2012, Sääkslahden 2015, 56 mukaan.) Lapselle täytyykin luoda mahdollisuuksia kokeilla erilaisia tapoja liikkua ja tutustua oman kehonsa erilaisiin liikuttamismahdollisuuksiin. Sääkslahti (2015, 243 - 244) nostaa esille erilaisia motorisia kehitystehtäviä. Lapsi oppii toimimaan itsenäisesti, kuten käymään vessassa, pukeutumaan, syömään, pesemään käsiä. 3 - 5-vuotiaan kehonhahmotus kehittyy ja lapsi oppii hyödyntämään eri aisteja monipuolisemmin. Lapsi harjoittelee erilaisilla alustoilla kävelyä sekä tasapainoilua ja kehon eri puolten liikkeiden rytminen yhteistoiminta paranee. Hän myös oppii hallitsemaan keskilinjan ylityksen, esimerkiksi koskemaan oikealla kädellään vasenta olkapäätä. Tässä ikävaiheessa lapsi oppii muun muassa vaihtelevaan vauhtia juostessaan, hyppäämään erilaisia hyppyjä, kuten tasaponnistus, loikkaaminen, vuorohyppely ja kinkkaus, laukkaamaan eri suuntiin, heittämään ja ottamaan kiinni palloa kahdella kädellä, sekä potkaisemaan kävely- tai juoksuvauhdista.

Myöhäisleikki-iässä lapsen karkea- ja hienomotoriset taidot kehittyvät voimakkaasti ja motoriset perustaidot harjaantuvat. Liikkumuodot ovat jo hyvin monipuolisia ja motoriset perustaidot automatisoituvat ennen kouluikää. Lisäksi tämän ikäinen lapsi harjoittelee mm. luistelua, hiihtoa, uimista ja kaksipyöräisellä polkupyörällä ajamista. On kuitenkin muistettava, että lapset kehittyvät yksilölliseen tahtiin myös motoristen taitojen osalta. Taitojen kehittymisen kannalta olennaista on kuitenkin tarjota lapsille mahdollisuus liikkua itsenäisesti ja tutkia ympäristöä vapaasti. (Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 48; Nurmi ym. 2014, 32.) Gallahue ym. (2012, 186) painottavatkin, että lapsuudessa ei niinkään ole tärkeä

keskittyä vain tiettyjen liikkeiden äärimmilleen harjoittamiseen yksittäisissä tilanteissa, vaan motoristen perustaitojen harjoittamisen avulla tulisi luoda pohjaa toimimiselle moninaisissa tilanteissa. Jos lapsi ei opi varhaisina vuosina motorisia perustaitoja, hankaloittaa se tulevaisuudessa hänen liikkumistaan. Myös kuuloaistimukset tukevat lapsen liikkumisen kehitystä. Lapsi oppii hyödyntämään kuulemaansa liikkeessä esimerkiksi laukan rytmiin tai musiikin tahtiin liikkuminen. Lapsi oppii myös noudattamaan paremmin sanallisia ohjeita, sillä hän kykenee käsittelemään kuultua puhetta. Ohjaajan täytyy kuitenkin puheessaan huomioida lapsen ikätason mukaiset käsitteet ja sanat. (Sääkslahti 2015, 37.)

Perusliikuntataidot, jotka kehittyvät seitsemänteen ikävuoteen mennessä, voidaan jakaa alkeis- (2 - 3 vuotta) ja perusvaiheeseen (3 - 5 vuotta) sekä kehittyneeseen vaiheeseen (6 - 7 vuotta). Perusvaiheessa lapsi oppii vähitellen kontrolloimaan liikkeitään, sillä koordinaatio ja rytmittäminen paranevat. Karvonen (2002, 34) viittaa Gallahueen, joka jaottelee perusliikkumistaidot kolmeen osaan: tasapainotaidot, liikkumistaidot ja käsittelytaidot.

Tasapainon kehittymisen kannalta ikävuodet kolmesta viiteen ovat lapselle tärkeää aikaa ja lapsi hakee oma-aloitteisesti erilaisia tasapainoaistimuksia, esimerkiksi keinumalla. Elina Pullin (2001, 31) mukaan tutkimukset ovat osoittaneet, että alle kouluikäisten lasten kohdalla tärkein harjaannuttamisen alue on juuri tasapaino. Tasapainotaidot voidaan jakaa dynaamiseen ja staattiseen tasapainoon. Lapsi tarvitsee dynaamista tasapainoa pitäessään yllä tasapainoa liikkeessä ja tähän kuuluu kääntyminen, heiluminen, kieriminen ja pyöriminen. Staattisia tasapainotaitoja ovat mm. koukistus, ojennus ja kierto, joita lapsi tarvitsee ollessaan paikallaan tietyssä asennossa.

Liikkumistaidot koostuvat useista motorisista perustaidoista. Liikkumistaitoja lapsi käyttää siirtyessään ja liikuttaessaan kehoaan tilassa paikasta toiseen. Näihin lukeutuu muun muassa käveleminen, juokseminen, laukkaaminen, hyppiminen ja loikkaaminen. (Karvonen 2002, 34; Gallahue ym. 2012, 223.) Esimerkiksi hyppääminen eteenpäin kahdella jalalla vaatii onnistuakseen lihasvoimaa, dynaamista tasapainoa ja kehon raajojen hallintaa sekä koordinaatiota, havainnollistavat Gallahue ym. (2012, 233 - 234). He vielä jatkavat, että havainnoitaessa lapsen taitoa hypätä, kiinnitetään huomiota kehon asentoon sen valmistautuessa hyppyyn, maasta irtautumiseen tarvittavaan voiman käyttöön ja hypyn jälkeiseen vaiheeseen, jossa lapsi laskeutuu maahan. Hyppiminen ja hyppääminen yhdellä jalalla vaatii keholta samoja taitoja kuin kahdella jalallakin hyppääminen, mutta vielä haastavammalla tasolla. Lapsen täytyy pystyä saamaan hyppyyn tarpeeksi voimaa noustakseen irti maasta ja pysyä kuitenkin tasapainossa hypyn aikana sekä laskeutuessaan yhdelle jalalle. Pienelle lapselle juuri tasapainon ylläpitäminen on yhden jalan hypyssä haastavinta. (Gallahue ym. 2012, 237.) Liikkumistaidot kehittyvät ahkeran harjoittelun myötä. Lapsen kasvaessa myös tarkentuneet näköaistimukset auttavat lasta hienosäätämään liikkeitä ja siirtämään

painopisteen koko kehon liikuttamiseen. Erilaisten paikkamerkkien ja merkkikartioiden avulla lasta voidaan auttaa hahmottamaan suuntia ja etäisyyksiä, sillä ne tukevat näköaistimuksia. (Sääkslahti 2015, 37.)

Käsittelytaidot voidaan jakaa karkeamotorisiin ja hienomotorisiin. Käsittelytaidoilla tarkoitetaan taitoja joilla lapsi pystyy käsittelemään esineitä, välineitä ja telineitä ja joiden avulla lapsi kykenee toimimaan kohdennetusti ja tarkemmin suhteessa ympäristöön. (Gallahue ym. 2012, 186; Pulli 2001, 31.) 3 - 5-vuotias lapsi on luontaisesti kiinnostunut erilaisten materiaalien ja niiden ominaisuuksien testaamisesta ja kokeilemisesta, mikä onkin lapsen kehityksen kannalta tärkeää. Esimerkiksi eri materiaaleista tehtyjä ja eri painoisia palloja heittämällä lapsi tunnustelee ja harjoittelee heittämistä. (Sääkslahti 2015, 36.) Gallahue ym. (2012, 187, 193) toteavat, että mitä enemmän lapsi on saanut tutustua erilaisiin välineisiin ja niiden käsittelyyn, sitä laajempi käsitys hänellä on omista kyvyistään ja esineiden kanssa toimimisesta. Tällöin hän todennäköisemmin myös jatkossa lähtee kokeilemaan hieman haastavampaa toimintaa kyseisellä välineellä. Yhtenä tärkeimpänä käsittelytaitona voidaan pitää heittämistä. Taitoa heittää esim. palloa tarvitaan monenlaisissa tilanteissa sekä urheilulajeissa ja peleissä. Tähän taitoon liittyy kyky kohdentaa heitto tarkasti ja säädellä heiton voimaa. Lapsen heittämisen taidon tasoa arvioitaessa kiinnitetään usein huomiota varsinkin yhdellä kädellä yläkautta heittämiseen. Kun havainnoidaan ja pyritään arvioimaan lapsen kykyä heittää, tulisi huomiota kiinnittää muun muassa siihen, miten lapsi liikuttaa jalkojaan, käsiään ja vartaloaan valmistautuessaan ja heittäessään.

### **3.2 Psyykkinen ja sosiaalinen kehitys**

Lapsella on syntymästä saakka tarve ja halu olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Sosiaalinen kehitys jatkuu läpi elämän. Lapsen sosiaalisuuteen, eli tapaan pyrkiä olemaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa, vaikuttaa lapsen temperamentti. Vuorovaikutustaidot, kuten itseilmaisu, tunteiden tunnistaminen, nimeäminen ja säätely sekä kuunteleminen ja ongelmanratkaisutaidot, kehittyvät lapsen iän ja kokemuksen mukana, kun lapsi saa kohdata muita. (Sääkslahti 2015, 105.) 3 - 6-vuotias lapsi oppii jo paremmin ymmärtämään sosiaalisten tilanteiden käyttäytymisodotuksia ja ymmärtämään mikä on sosiaalisesti hyväksyttyä ja mikä ei, sekä noudattamaan sääntöjä. Tähän ikään kuuluukin sympaattinen ja prososiaalinen käyttäytyminen kavereita kohtaan sosiaalisissa tilanteissa, jolloin ystävyysuhteita muodostuu ja lapsen asema kaverijoukossa alkaa hahmottua. Yhdessä leikkimistä lapsi harjoittelee vielä paljon ja opettelee leikkien sääntöjä. Lapsi kuitenkin alkaa kokeilla myös voimakkaasti rajojaan ja tehdä valintoja noudattaako esimerkiksi aikuisen tai toverin käskyjä, ja hän voi löytää moninaisia syitä miksi ei toteuta tiettyä käskyä. (Karling ym. 2009, 169; Kokkonen & Klemola 2013, 211; Keltikangas-Järvinen 2012, 57.)

Lapsuuden sosiaalisen kehityksen kannalta on olennaista, että lapsi pääsee harjoittelemaan toisten kuuntelemista, yhteistyön tekemistä parin ja ryhmä kanssa, auttamaan toisia, samaistumaan toisen tunteisiin, odottamaan omaa vuoroaan ja sietämään häviämistä. Lapsuuden aikana opitut sosiaaliset perustaidot ohjaavat ihmisen käyttäytymistä ja opettavat sosiaalisesti hyväksytyä käyttäytymistä suhteessa muihin. (Hughes 2010, 95 - 96; Karling ym. 2009, 166; Sääkslahti 2015, 113, 118.) Myös psyykkisen kehityksen kannalta Sääkslahden (2015, 105) mukaan tärkeitä ovat autonomian, pätevyuden sekä yhteenkuluvuuden tunteiden rakentuminen. Näiden kehitystehtävien tavoitteena on luoda lapselle myönteistä minäkuvaa, vahvaa itsetuntoa, hyvää motivaatiota, tunnetta todellisuuden ymmärtämisestä sekä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden tuntua. Lapsen psyykkisen hyvinvoinnin kannalta tärkeitä ovat sosiaalinen tuki, sitoutuminen, hallinnan tunne sekä mielekkyyden ja normaaliuden kokeminen, sillä lapsi muodostaa kuvaa itsestään peilaamalla itseään muihin muiden joukossa. Kun lapsi saa positiivista palautetta vuorovaikutussuhteissa muihin ihmisiin, hänen itsetuntonsa kehittyy. Samalla hän liittyy ympärillä vallitsevaan kulttuuriin ja sosiaaliseen arvo- ja normimaailmaan. (Storvik-Sydänmaa ym. 2012, 43, 52 - 53.) Ne taidot, joita 3 - 4-vuotias lapsi osoittaa leikki-tilanteessa tunteiden tunnistamisen, ilmaisemisen ja säätelemisen osalta, ennustavat myös myöhempää sosiaalista käyttäytymistä (Kokkonen & Klemola 2013, 205).

Temperamentilla kuvataan lapsen melko pysyviä luonteepiirteitä, jotka ovat jo näkyvissä vastasyntyneellä vauvalla. Temperamenttia muokkaa lapsen perimä ja sikiökauden ympäristövaikutukset. Vastasyntyneiden temperamentit voidaan jakaa yhden luokittelun mukaan vaikeaan, helppoon ja hitaasti lämpiävään. Luokittelun ei kuitenkaan ole tarkoitus olla mustavalkoinen, vaan tuoda esiin sitä, että lapset ovat jo syntymästä erilaisia ja ilmaisevat tarpeitaan eri tavoin. Pitkäjänteisyyttä, yleistä mielialaa, reaktioiden voimakkuutta, suhtautumista uusiin tilanteisiin ja ärtyvyyttä aistikokemuksille havainnoimalla voidaan arvioida lapsen temperamenttia. Koska kaikki lapset ovat temperamenttipiirteiltään hieman erilaisia ja edellä mainittuja piirteitä on kaikissa lapsissa erilainen määrä, tarvitsee jokainen lapsi yksilöllistä kasvattajuutta. Kasvattajan on tunnistettava ja tiedostettava lapsen temperamentin vaikutus hänen ulospäin näkyvään käytökseensä ja tapaansa reagoida esimerkiksi ärsykkeisiin tai uusiin asioihin. (Karling, Ojanen, Sivén, Vihunen & Vilén 2009, 144; Sääkslahti 2015, 115 - 117.) Sosiaalisuus on Keltikangas-Järvisen (2012, 49 - 50) mukaan synnynnäinen temperamenttipiirre, joka kuvaa yksilön halua tai tarvetta olla toisten ihmisten kanssa. Synnynnäinen sosiaalisuus vaikuttaa siihen miten kiinnostunut lapsi on toisista ihmisistä ja miten innokkaasti hän ottaa kontaktia toisiin tai miten luontevasti hän oppii sosiaalista kanssakäymistä. Sosiaalisuus on kuitenkin eri asia kuin sosiaaliset taidot, joita voidaan harjoitella ja opetella. Toki luontainen sosiaalisuus voi vaikuttaa jonkin verran sosiaalisten taitojen oppimiseen, mutta ei merkittävästi.

Kolmevuotiaana lapsen minuus alkaa kehittyä. Tämän ikäinen lapsi harjoittelee erilaisten tunteiden, niin positiivisten kuin negatiivistenkin, ilmaisemista, jolloin hyväksyvä ilmapiiri on hyvin tärkeä. Lapsi osaa jo matkia ja ilmaista erilaisia tunteita, kuten iloa, surua ja pettymystä, sekä ilmeiden että eleiden kautta. Lapsi osaa jo tunnistaa toisten tunteita ja hän harjoittelee leikkimistä ja toimimista toisten lasten kanssa. Kolmevuotias kykenee jo ajoittain ymmärtämään, että hänen omat ja toisten tunteet ovat erillisiä, joka johtaa myös empatian esiintymiseen ja tunnetilojen erillään pitämiseen toisen kohtaamisessa. (Keltikangas-Järvinen 2012, 63; Lindon 2012, 96; Sääkslahti 2015, 120.) Empatia, sympatia, hienotunteisuus ja herkkyys kuuluvatkin harjoiteltaviin sosiaalisiin taitoihin, kuten myös kyky ymmärtää toisten näkökulmaa ja tunteita, arvostaa ja kunnioittaa muita, ottaa muut huomioon sekä toimia sovittujen sääntöjen mukaisesti (Hughes 2010, 96; Sääkslahti 2015, 118). Lapsi elää kuitenkin edelleen melko minäkeskeistä aikaa ja hän tahtoo hoitaa asiat omalla tavallaan, joka tuo yhteisiin toimiin ja leikkeihin haastetta. Leikki-iässä lapsi harjoittelee säätelemään ja arvioimaan omaa käyttäytymistään sekä toimimaan ympäristön normien mukaisesti. Lapsi ei kuitenkaan osaa vielä toimia itsenäisesti sosiaalisissa tilanteissa, vaan tarvitsee aikuisen tukea ja ohjausta. (Karling ym. 2009, 170; Keltikangas-Järvinen 2012, 63; Lindon 2012, 96; Sääkslahti 2015, 120.)

Kolmevuotias lapsi ei pysty vielä kontrolloimaan tunteitaan ja tämä aiheuttaakin erilaisia purkauksia. Tunteiden tarkoituksena on kuitenkin antaa tietoa lapsesta itsestään, eikä tunteita tulisi jaotella hyviin ja huonoihin, vaan antaa kaikelle tilaa. Aikuisen on hyvä tiedostaa, että lapsi vasta opettelee tunnetaitoja. Lapsi opettelee ilmaisemaan tunteitaan myös sanallisesti. Lapset, joiden vanhemmat sanoittavat heidän tunteitaan, oppivat ilmaisemaan omia tunteitaan sanallisesti aikaisemmin, kuin muut lapset. On tärkeää, että aikuinen hallitsee ja tunnistaa omat tunnetilansa, jotta hän voi tukea lapsen oppimista. Aikuisen tehtävänä on auttaa lasta etsimään keinoja, miten käsitellä tunnetta, miten toimia tunteen vallassa ja kuinka rauhoittua. Tässä tehtävässä aikuiselta vaaditaan sensitiivisyyttä ja ymmärrystä lapsen kehitystasosta sekä yksilöllisistä luonteenpiirteistä. Lapsen synnynnäinen temperamentti vaikuttaa ja asettaa mahdollisesti myös haasteita kasvatukseen. (Keltikangas-Järvinen 2012, 57, 63; Lindon 2012, 95 - 96; Sääkslahti 2015, 114, 120.)

#### **4 Liikunta varhaisvuosina**

Varhaisvuosien liikunnalla on suuri merkitys lapsen myöhempään liikkumiseen. Lapset ovat luonnostaan motivoituneita liikkumaan, eikä heitä useimmiten tarvitse houkutella siihen. Varhaisvuosien kasvuympäristöllä on mahdollisuus vaikuttaa lapsen liikuntatottumuksiin ja motoristen taitojen kehittymiseen joko vahvistavasti tai heikentävästi. On suositeltavaa, että liikuntaa tulisi harrastaa säännöllisesti päivittäin. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 9) on todettu, että lasten tulisi saada kuormittavuudeltaan vaihtelevaa liikuntaa vähintään kolme tuntia päivässä. Liikunnan tulisi

olla monipuolista motoristen perustaitojen harjoittamista erilaisissa ympäristöissä, sekä sisällä että ulkona. Nykyiset suositukset koskevat kaikkia alle kahdeksanvuotiaita lapsia, niin varhaiskasvatuksen piirissä kuin kotona olevia.

Liikkuminen vaikuttaa lapsen kasvuun ja kehitykseen sekä psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Lapsuudessa omaksutut positiiviset liikuntatottumukset kantavat pitkälle aikuisuuteen ja toimivat pohjana niin ikään elinikäiselle liikuntamotivaatiolle kuin liikunnalliselle elämäntavalle. (Jaakkola 2014, 18; Karling ym. 2009, 252 - 253.) Jaakkola (2009, 18) korostaa sisäisen motivaation löytämistä liikkumiseen. Sillä tarkoitetaan liikuntatoimintaan osallistumista ilon ja nautinnon takia, eikä niinkään toisten ulkopuolisten tahojen ohjaamana tai velvoittamana. Sisäistä motivaatiota voidaan esimerkiksi päiväkodeissa herätellä erilaisten leikkien ja pelien kautta, mutta myös fyysinen ympäristö vaikuttaa motivaatioon. Yleisen määritelmän mukaan fyysinen ympäristö voi kattaa yksilön kaikki elinympäristössä olevat aineelliset tekijät, kuten kodin, asuinalueen sekä leikkipaikat ja välineet (Karling ym. 2009, 67).

Päiväkodeissa tapahtuvaa liikuntaa voidaan kutsua liikuntakasvatukseksi. Sillä on kaksi tehtävää, jotka ovat kasvattaminen liikunnan avulla ja kasvattaminen liikuntaan. Tarkoituksena on luoda myönteistä asennetta ja motivaatiota liikuntaa kohtaan sekä vahvistaa sosiaalisia ja tunnetaitoja. Myös positiivista minäkuva edistetään tarjoamalla onnistumisen kokemuksia liikuntaan liittyvissä tehtävissä. (Jaakkola 2014, 18; Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 32.) Päivähoidon henkilökunnan on tiedotettava myös vanhempia lasten liikunnan merkityksestä, jossa esimerkiksi varhaiskasvatussuunnitelma-keskustelut voivat toimia hyvinä tilanteina pohtia jokaisen lapsen liikuntatarpeita (Karling ym. 2009, 253). Liikuntakasvatusta voidaan toteuttaa myös esimerkiksi kotona, urheiluseuroissa ja työpaikoilla, siksi yhteistyö varhaiskasvattajien ja vanhempien välillä on tärkeää.

On suositeltavaa, että lapsilla on ohjattua ja tavoitteellista liikuntaa sekä runsaasti omaehtoista liikuntaa, jota aikuinen voi tukea esimerkiksi luomalla monipuoliseen liikuntaan houkuttelevan ympäristön (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 30). Pienen lapsen elimistön kannalta monipuolinen liikunta on kaikkein hyödyllisintä ja tärkeää on tarjota lapselle mahdollisuus harjoittaa eri puolia itsestään sekä lisätä lapsen kiinnostusta erilaisia liikkumismuotoja kohtaan. Lapsen täytyy saada myös itse keksiä ja kokeilla liikkumisen eri muotoja ja rajojaan. Pienten lasten liikunnassa leikkisyys ja ilo sekä myönteisten kokemusten mahdollistaminen ovat ensisijaisen tärkeitä. Aikuisen on oltava tietoinen lasten yksilöllisistä eroista ja rohkaista jokaista lasta liikkumaan edellytystensä puitteissa. (Karvonen 2002, 25 - 26.)

Päiväkotipäivän aikana aikuisella on mahdollisuus sisällyttää liikuntaa lapsiryhmän toimintaan monin eri keinoin. Aamu voidaan aloittaa esimerkiksi yhteisellä jumpalla aamupiirin yhteydessä tai pientä taukojumppa voidaan pitää odotellessa ruokaa tai ulos- ja sisäänmenoa. Liikuntaa voidaan lisäksi sisällyttää muihin päiväkodin arkisiin toimiin ja suunniteltuihin tuokioihin, kuten musiikkiin. Lasten iän mukaan ohjattu liikuntahetki voi kestää 10 - 60 minuuttia, ottaen huomioon myös toiminnan sisällön. Lasten tulisi saada mahdollisuuksia liikkua sekä sisällä että ulkona. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 30; Pönkkö & Sääkslahti 2013, 471.)

Kasvattajan tulee suunnitella liikuntatuokiot niin, että lapselle mahdollistuu sekä jo aiemmin opittujen taitojen toistaminen, että niiden yhdistäminen ja hyödyntäminen uusiin yhteyksiin. Suunnittelussa tulee huomioida lasten yksilölliset kehittämis- ja erityistarpeet, jotta jokainen lapsi voisi saada liikunnasta onnistumisen kokemuksia ja harjaantua. Liikuntatuokion alussa voidaan lämmittelyleikin avulla purkaa suurin tarve liikkua, jolloin lapset jaksavat seuraavaksi keskittyä paremmin myös tarkempien ohjeiden kuuntelemiseen. Hyvässä tuokiossa lapsella on mahdollisuus olla koko ajan liikkeessä ja liikkumisen tulisi olla monipuolisesti rasittavaa. Lopuksi on kuitenkin hyvä rauhoittua esimerkiksi tekemällä venytyksiä tai muuten rentoutumalla. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 32; Pönkkö & Sääkslahti 2013, 472.)

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 30) varhaiskasvattajia ohjeistetaan luomaan lapsille sellainen ympäristö, joka houkuttelee liikkumaan. Toimintaympäristö täytyy rakentaa niin, ettei se estä lapsia liikkumasta ja harjoittamasta kehittymässä olevia motorisia perustaitoja. Tähän myös aikuisen asenteella on suuri vaikutus. Tärkeää on, että työyhteisön kaikki jäsenet ovat sitoutuneita mahdollistamaan lasten liikkumisen parhaansa mukaan. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 33) kehoitetaan myös poistamaan liikuntaan liittyviä esteitä sekä opettamaan turvallista liikkumista. Käytännössä tämä voi esimerkiksi tarkoittaa turhien kieltojen karsimista, liikuntavälineiden asettamista lasten ulottuville ja lasten kannustamista fyysiseen aktiivisuuteen. Rutinoituneilla käytännöillä ja säännöillä voidaan haitata toimintaympäristön muokkaantumista ja kehittymistä lasten tarpeita vastaavaksi. Mieleissä täytyy samanaikaisesti tietysti kuitenkin pitää myös toimintaympäristöön turvallisuus ja hallittavuus. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 472, 475.)

Omaehtoisen liikunnan toteutumiseksi on lasten ja aikuisten oltava yhteisessä ymmärryksessä tilojen, ajankohtien ja välineiden käytöstä. Jotta lapset lähtisivät entistä enemmän liikkumaan omatoimisesti, on käytettävissä olevien tilojen oltava muunneltavia ja vapaita ylimääräisestä tavarasta. Välineiden tulee olla lasten saatavissa itsenäisesti ja heidän on annettava käyttää niitä luovasti niin ohjatuissa kuin omaehtoisissakin toimintahetkissä. Tämä koskee niin sisä- kuin ulkoleikkejä. Päiväkodin oma piha sekä muu lähiympäristö ovat



olennainen osa lasten päivittäistä toimintaympäristöä. Ne mahdollistavat osaltaan päivittäisen fyysisen aktiivisuuden, jolloin niitä kannattaa hyödyntää liikkumiseen niin paljon kuin mahdollista. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 474 - 475.) Karling ym. (2009, 253 - 254) mainitsevatkin, että päiväkodin tulisi pohtia, kuinka he voisivat tarjota liikunnalle suotuisan ympäristön, jossa henkilökunta tarjoaisi monipuolisia liikuntatilanteita ja lapset voisivat toteuttaa omaehtoista liikkumista. Monipuoliset liikkumisympäristöt mahdollistavat lapsia soveltamaan jo opittuja liikkumisen perustaitoja erilaisiin ympäristöihin.

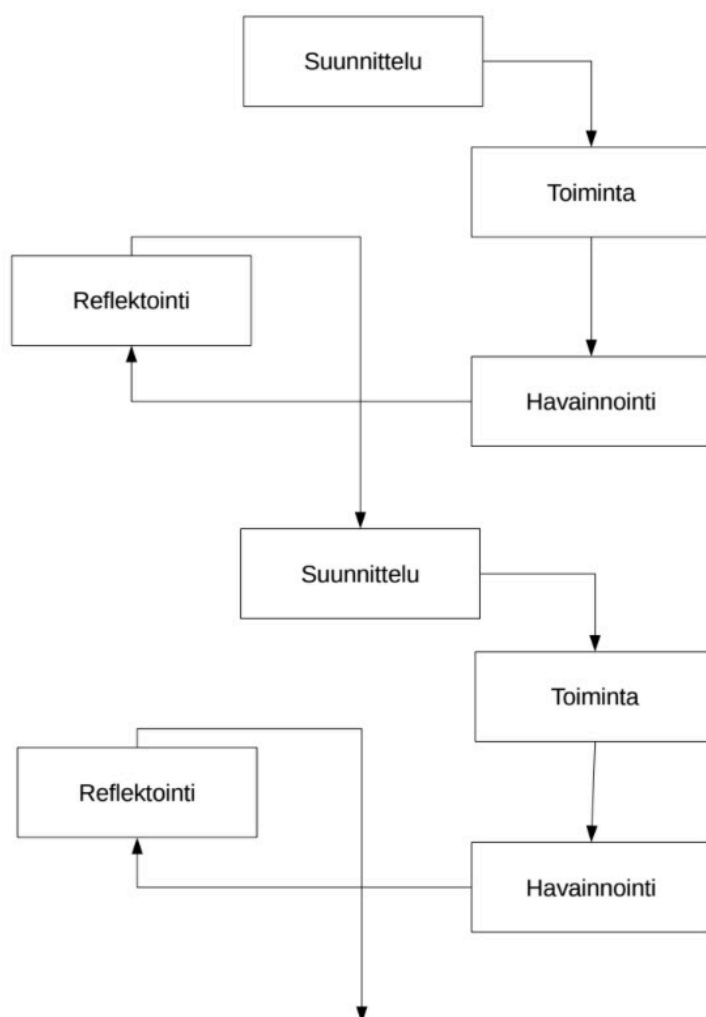
Kasvattajan rooli päiväkodissa on myös havainnoida lasten motoristen perustaitojen kehittymistä. Havainnointia on suoritettava suunnitelmallisesti ja säännöllisesti, myös pitkällä aikavälillä, jotta pystytään seuraamaan lapsen kehitystä ja havaitsemaan tuen tarpeita. Kasvattajan tulee olla tietoinen eri ikäkausiin liittyvästä motorisesta kehityksestä ja kiinnittää huomiota havainnointitaitoihinsa. Havainnoinnin ja arvioinnin tueksi löytyy myös valmista materiaalia, jota kasvattaja voi käyttää työnsä tukena. Ottaen huomioon lasten väliset yksilölliset erot motorisessa kehityksessä, kasvattajan tehtävänä on kannustaa ja rohkaista lasta antamalla korjaavaa palautetta, joka tukee lapsen kehitystä. Luomalla lapselle mahdollisuuksia toistoihin, voi lapsi saavuttaa saman taitotason kuin muilla ikäisillään. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 477; Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 33.)

## 5 Toteutus

Opinnäytetyön toteutus eteni prosessinomaisesti kehittyen. Liikkeelle lähdettiin tässä raportissa esitellyistä suunnitelmista ja menetelmistä, mutta toteutuksen edetessä käytettiin hyväksi soveltaen Toikon ja Rantasen (2009, 67) esittämää toimintatutkimuksen spiraalimallia (kuvio 1), jonka alkuperäinen ajatus on peräsin Kurt Lewiniltä. Tämän opinnäytetyön eteneminen voidaan nähdä jatkuvana syklinä, jossa suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi toistuivat useaan kertaan peräkkäin. Jokaisen toteutuskerran aikana ja jälkeen sekä pohdittiin että reflektointiin onnistumisia ja haasteita, jotta pystyttiin tarvittaessa muokkaamaan tulevia toteutuksia vastaamaan paremmin opinnäytetyön tarkoitusta. Spiraalimallin syklin vaiheet menevät usein osittain myös päällekkäin, mutta periaatteessa reflektiota seuraa aina suunnittelu, johon pyritään ottamaan käyttöön entistä parempi toimintatapa, jota taas reflektoidaan toiminnan aikana ja jälkeen. Sykliä määrä ei kuitenkaan ole laadukkaan kehittymisen mittari, vaan tärkeintä on, että toiminnassa pidetään mielessä työn perusidea, suunnittelu ja arviointi. (Heikkinen, Rovio & Kiilakoski 2006, 80 - 82.)

Työelämäkumppanimme, syksyllä 2014 toimintansa aloittanut porvoolainen päiväkotihorisontti, on osa Aarresaari-päiväkoteja. Päiväkodissa on päälle 60 lasta eli seikkailijaa ja 12 päällystölläistä eli työntekijää. Horisontti on päiväkotihorisontti, jossa liikunta ja musiikki ovat vahvasti

osa arkea. Joulukalenteria suunnitellessa halusimme toiminnan olevan liikuntapainotteista, jotta myös päiväkodin omat painotukset näkyisivät toteutuksessa.



Kuvio 1: Toimintatutkimuksen spiraalimalli

## 5.1 Joulukalenteri

Opinnäytetyön toteutus sijoittui luonnollisesti joulukuuhun 2015, sillä kyseessä oli liikunnallinen joulukalenteri. Joulukuun aikana rakennettiin tarinaa, joka avautui lapsille päivä ja kohta kerrallaan. Jokaisesta kalenterin numerokohdasta paljastui aina lisää jouluun johdattavaa tarinaa ja siihen liittyi pieni liikunnallinen leikki tai tehtävä. Kalenterin tarina ja toiminta sijoittui luontevasti osaksi lasten omaa aamupiiriä eli ns. piraattipiiriä. Kehitimme ja toteutimme sekä konkreettisen joulukalenterin (liite 1), että tarinan ja liikuntatehtävät (liite 2) itse. Näitä suunnitellessamme otimme huomioon päiväkotin yksilölliset tarpeet ja toiveet, toimintaympäristöön soveltuvuuden, tuotteen mielekkyyden ja käytettävyyden kohderyhmän näkökulmasta. Kiinnitimme huomiota houkuttelevaan ja kiinnostavaan

ulkomuotoon ja varmistimme asiasisällön sopivuuden kohderyhmälle. (Vilka & Airaksinen 2003, 53.) Kalenteri itsessään on merirosvoaiheinen, johtuen päiväkotihorisontin ja Aarresaari-päiväkotien teemasta. Tarinan edetessä, lapset osallistuvat pieniin liikuntatehtäviin ja -leikkeihin. Joulukalenteri on hyvin toiminnallinen, jolloin lapset pääsevät mukaan osaksi tarinaa ja saavat kokemuksia muutenkin, kuin vain passiivisina tarinankuuntelijoina ja vastaanottajina. Tarinassa kantavana ajatuksena on joulun odotuksen lisäksi ystävyys, yhteisöllisyys, hyvä mieli ja auttamisen halu. Kalenterin ja tarinan on tarkoitus olla muokattavissa, jolloin sen käyttöikä pitenee ja sitä voidaan hyödyntää useampana jouluna ja eri päiväkotiryhmissä. Myös numero- ja maamerkkien on tarkoitus olla liikuteltavia ja vaihdettavia. Joulukuisen toteutuksen aikana käytimme itse paperille piirtämäämme ja luomaamme karttaa. Tarkoituksena oli kuitenkin myös luoda päiväkodille kestävämpi ja muunneltavampi versio jatkoa ajatellen ja tähän paneuduimme enemmän toteutuksen jälkeen.

Vaikka kalenterin ja tarinan on tarkoitus olla muokattavissa, suunnittelimme tarinan kulun tällä kertaa juuri tähän joulukuuhun sopivaksi. Tämä tarkoitti sitä, että esimerkiksi emme kehittäneet tarinaan tehtäviä viikonlopuille vaan pelkästään arkipäiville, jolloin lapset olivat päiväkodissa. Päiväkodilta olimme saaneet tiedon, että suurin osa lapsista jäisi joululomalle jo perjantaina 18. joulukuuta, mutta muutamat kuitenkin olisivat paikalla päiväkodissa vielä jouluviikollakin. Tästä johtuen päätimme, että tarinan pääjuoni tulisi päätökseen jo 18. päivä. Näin ne lapset, jotka eivät tulleet seuraavalla viikolla, saivat myös mukavan lopun tarinalle. Tarina ja tehtävät jatkuivat kuitenkin jouluviikolla niitä lapsia varten, jotka olivat vielä hoidossa. Nämä jouluviikon joulukalenterin toteutukset ohjasi ainoastaan päiväkodin työntekijä, koska emme olleet enää itse paikalla. Jouluviikon tehtävät liittyivät kaikkiin jo aiemmin harjoitettuihin taitoihin, mutta toteutukseen liittyvä havainnointi ja arviointi päättyivät jo 18. päivä.

Opinnäytetyön yhtenä tavoitteena oli harjoittaa päiväkotihorisontin lasten motorisia perustaitoja. Halusimme myös arvioida joulukalenterin hyödynnettävyyttä lapsen taitojen harjoittamisessa. Jotta saisimme kerättyä tietoa joulukalenterin toimivuudesta nimenomaan harjoittamisen näkökulmasta, päätimme havainnoida ja arvioida lasten motorisia taitoja. Tiedostimme kuitenkin, että näin lyhyessä ajassa, joulukuun aikana, kovin merkittävää kehittymistä ei luultavasti tapahtuisi harjoitettavien taitojen osalta. Joulukalenterin, tehtävien ja leikkien tavoitteena oli kuitenkin ensisijaisesti luoda lapsille mahdollisuus mielekkääseen liikuntahetkeen ja liikunnan harjoittamiseen. Jatkossa tässä opinnäytetyössä käytämme sanaa edistymisen kuvaamaan mahdollista harjoittamisen vaikutusta. Arvioinnin yhteydessä käytämme kuitenkin sanaa lopputasoarviointi, tiedostaen, että arvioitava taito tulee jatkossakin kehittymään edelleen.

Tiesimme, että joulukalenterin toteutukseen tulisi osallistumaan yhteensä 30 - 40 lasta, joiden ikähaarukka olisi 3 - 6-vuotta. Suuri ryhmäkoko johtui päiväkodin toiveesta. He toivoivat, että poikkeuksellisesti kaikki yli kolmevuotiaat lapset osallistuisivat aamupiiriin, ja täten myös joulukalenteriin. Yhdessä päiväkotijohdajan kanssa olimme todenneet päiväkodin kolmevuotiaiden lasten luultavasti hyötyvän toiminnasta eniten ja tarvitsevan toistoja tietyissä motorisissa liikkeissä. Lisäksi toinen meistä opinnäytetyön tekijöistä oli kyseisessä ryhmässä työharjoittelussa, jolloin tämän ikäiset lapset olivat jo tuttuja hänelle ja hän lapsille. Ei ollut mielekäästä tai järkevää lähteä havainnoimaan ja arvioimaan koko lapsiryhmän motoristen perustaitojen harjaantumista, vaikka koko ryhmä varmasti tulisi hyötymään tehtävistä. Päiväkodin kaikista kolmevuotiaista, havainnoitavaksi ja arvioitavaksi valikoitui kymmenen lapsen joukko. Tämä rajausta perustui siihen, että nämä kymmenen lasta olivat päiväkodissa pääsääntöisesti joka päivä sekä kokopäivähoidossa, joka oli meidän opinnäytetyömme aineiston keruun ja arvioinnin kannalta kaikkein järkevin kohdejoukko. Lapset, jotka olivat osapäivähoidossa tai osallistuivat päiväkodin toimintaan vain muutamana päivänä viikossa, eivät välttämättä olisi mukana joulukalenterituokioissa, jolloin systemaattinen ja tarpeeksi informatiivinen aineistonkeruu olisi haastavaa. Tämän rajauksen kautta opinnäytetyön tavoitteeksi kohdentui päiväkotijohdajan kolmevuotiaiden lasten motoristen perustaitojen harjoittaminen liikunnallisen joulukalenterin avulla.

Kalenterin tarinaa oli tarkoitus seurata päiväkodissa arkena noin kolmen viikon ajan, joten saimme idean jakaa jokainen viikko omaksi teemakseen harjoitettavan taidon suhteen. Perustuen keskusteluun päiväkodin johtajan kanssa ja Horisontin kolmevuotiaille lapsille syksyllä 2015 tehtyyn motoristen taitojen lähtötasotestiin, kalenterin tavoitteeksi muodostui lasten tasapaino-, hyppäämis- ja välineenkäsittelytaitojen harjoittaminen. Syksyn lähtötasotestissä oli havaittu juuri näiden taitojen lisäharjoittelun ja toistamisen olevan tarpeellista ja näistä valitsimme harjoitettavaksi vielä tarkemmat osa-alueet. Tasapainoviikolla harjoitelimme tehtävissä staattista ja dynaamista tasapainoa. Hyppimisestä harjoitimme tasapainonpidosta, yhdellä jalalla hyppäämistä ja loikkaamista. Välineenkäsittelytaidot taas tarkensimme vierittämiseen kahdella kädellä, alakautta heittoon kahdella kädellä, sekä tarkkuusheittoon yhdellä kädellä. Jakamalla harjoitukset, saimme mahdollisuuden keskittyä yhteen harjoitettavaan taitoon viikko kerrallaan, joka helpotti myös lasten taitojen ja niiden harjaantumisen havainnointia ja arviointia.

## **5.2 Lasten motoristen taitojen arviointi**

Opinnäytetyömme aineiston keruu perustui lasten motoristen taitojen lähtötasoarviointiin ja näiden taitojen kehittymisen arviointiin. Tarkoituksena oli, että päiväkodin työntekijät osallistuisivat arviointiin lomakkeen avulla. Havaitsimme kuitenkin heti alussa, että heidän roolinsa ohjaajina oli toiminnan sujuvuuden kannalta merkittävämpi kuin roolinsa arvioijina. Arviointia varten olimme suunnitelleet lomakkeen (liite 3 ), johon merkittiin yksittäisten

lasten motoristen taitojen taso arvioiden numeerisesti 0, ½ tai 1. Lisäksi havainnoijalla oli mahdollisuus kommentoida lasten taitoja vapaasti kuvailemalla. Arviointi suoritettiin aina viikko kerrallaan, keskittyen tiettyyn taitoon ja sen kehittymiseen.

Oman arviointilomakkeen suunnittelussa käytimme pohjana Pirkko Karvosen (2002, 47 - 54) Hyppää pois! -teoksen arviointilomaketta. Tiedonkeruulomaketta tehtäessä on tärkeä miettiä tarkkaan mitä mitataan, keneltä ja miksi, sekä miten tiedonkeruu tukee opinnäytetyötä (Vilkkä & Airaksinen 2003, 59). Koimme lomakkeen tarpeeksi selkeäksi ja nopeasti täytettäväksi melko lyhyenkin toimintatuokion aikana. Koska arviointia suoritti useampi eri henkilö, täytyi arviointilomakkeen olla yksinkertainen ja selkeä käyttää. Kyseessä oli sekä laadullinen, että numeerinen arviointi ja tarkoituksena oli kiinnittää huomiota lapsen liikkeiden oleellisimpiin kohtiin. Arvioinnin tavoitteena oli havaita sekä lapsen motoriset vahvuudet että haastavat alueet, jotta lasta voidaan jatkossa tukea kehittymään omassa tahdissaan. Arviointi kohdistui ennalta määritellyillä kriteereillä vain lapsen sen hetkisiin taitoihin ja kehitykseen, jolloin tarkoitus ei ollut luoda kokonaisvaltaista diagnoosia lapsesta tai hänen kehityksestään. (Karvonen 2002, 41 - 43.) Tämä opinnäytetyön tekijät toimivat lasten havainnoijina ja arvioijina. Olimme tutustuneet motoristen perustaitojen arviointikriteereihin ja kerroimme ne myös toimintaan osallistuvalla työntekijälle. Karvonen (2002, 63 - 68) on määritellyt hyvin mitä eri liikkeitä arvioitaessa tulisi havainnoida. Käytimme arvioinnissa hyväksimme mm. hänen määritelmänsä kehittyneestä liikemallista jokaisen harjoiteltavan motorisen taidon kohdalla. Lisäksi hyödynsimme tietoperustaan kerättyä tietoa kolmevuotiaiden lasten taidoista ja niiden kehityksestä. Havainnoinnissa kiinnitettiin huomiota muun muassa lapsen liikkeiden sujuvuuteen ja varmuuteen sekä kehon ja liikkeen hallintaan.

Koska toteutukseen kuului kolme eri osa-aluetta, eri taitoa, myös kerätyn aineiston analyysin toteutimme jokaisen viikon aineistosta erikseen. Tällä tavoin pystyimme tarkemmin kohdistamaan huomion lapsen tietyn taidon, esimerkiksi tasapainon, harjaantumiseen. Aineiston analyysin suoritimme keräämällä yhteen kunkin yksittäisen viikon arviointilomakkeet ja luomalla niistä selkeät kaaviot. Lähtötaso- ja loppuarviointien tuloksia voidaan halutessa peilata kolmevuotiaiden lasten kehitykseen, jotta voidaan nähdä ovatko heidän motoriset perustaitonsa ikätason mukaiset. Lähtötaso- ja loppuarvioinnit teimme jokaiselle lapselle erikseen, jotta voimme nähdä myös yksilötasolla mahdolliset muutokset lapsen taidoissa. Näistä lisää voi lukea Tulokset-osiossa.

Arvioitaville lapsille tehtiin henkilökohtainen lähtö- ja lopputasoarviointi jokaisen viikon motorisen taidon osalta. Suoritimme aina alkuviikosta lähtötasoarvioinnin toteutuksen yhteydessä. Jokaisen viikon perjantaina teimme loppuarvioinnin, jonka tarkoituksena oli arvioida lapsen edistystä. Lähtötaso- ja loppuarvioinnin päiviksi olimme suunnitelleet toteutettavat tehtävät siten, että kyseisen viikon kaikkia havainnoinnin ja arvioinnin

kohteena olevia motorisia perustaitoja harjoiteltiin kyseisinä päivinä. Keskellä viikkoa taitoja oli hajautettu ja yksi päivä keskittyi kyseisen viikon päätaidon yhden osa-alueen harjoittamiseen. Esimerkiksi välineenkäsittelyviikolla yhtenä päivänä keskityimme pelkästään tarkkuusheittoon yhdellä kädellä. Tämä mahdollisti sen, että lapsen arviointi kyseisen osa-alueen kohdalla onnistui helpoiten. Havainnoitavia ja arvioitavia toimintakertoja oli kuusi. Karvosen (2002, 42 - 43) mukaan toteutuksessa ohjaajan tarkoitus ei ole opettaa lapsille liikkeen suorittamista oikein, vaikka onkin varmistettava, että kaikki lapset ymmärtävät ohjeen ja liikkeen oikein. Ohjaaja näyttää tarvittaessa mallia tehtävästä liikkeestä, jotta lapsi saa käsityksen mitä ollaan tekemässä. Jokaista arvioitavaa liikettä on tärkeä toistaa tarpeeksi monta kertaa, jolloin havainnoija pystyy rauhallisesti arvioimaan lapsen todellista osaamista ja motorista tasoa kyseisen liikkeen kohdalla.

Toteutuksen aikana ohjaukset meillä oli 12. Alkuperäisen suunnitelman mukaan tarkoituksena oli, että toiminnan aikana toinen meistä toimisi päävastuullisena ohjaajana ja toinen avustaisi tarvittaessa sekä havainnoisi ohjaajaa ja lapsia. Nämä ohjaukset oli tarkoitus jakaa niin, että kummallekin meistä tulisi 6 ohjausta, jolloin kumpikin saisi riittävästi kokemusta kummassakin roolissa toimimisesta. Mukana toimintatuokioissa oli aina päiväkodin henkilökuntaan kuuluva jäsen, joka vaihtui viikottain. Jokaisella toimintakerralla lapset kokoontuivat istumaan patjoille seinällä olevan joulukalenterin, eli kartan, eteen. Monesti työntekijä otti alkuun lapsille tutun tervetuloa-laulun, joka selvästi auttoi lapsia keskittymään ja sitoutumaan toimintaan paremmin. Tämän jälkeen työntekijä luki joulukalenteriin liittyvän tarinan, jonka mukana edettiin kartalla ja joka johdatti lapset sen päivän tehtävään. Usein tarinassa pyydettiin auttamaan tarinan päähenkilöitä tekemään jotain. Tarinan alkuosan jälkeen oli tehtävän vuoro. Nämä liikunnalliset osuudet ohjasimme itse, molempien toimiessa aktiivisina ohjaajina. Toiminnallisen osuuden jälkeen lapset palasivat istumaan kalenterin eteen ja työntekijä luki heille tarinan loppuosan, jossa kerrottiin miten lasten apu oli hyödyttänyt tarinan henkilöitä ja vihjattiin vähän mihin tarina seuraavaksi ehkä etenisi.

Opinnäytetyömme prosessinomaisen kehityksen mukaisesti myös roolimme toteutuksessa kehittyi. Ennen joulukalenterin alkamista olimme suunnitelleet, että aina toisen meistä lisäksi myös yhteistyöpäiväkodin työntekijä osallistuisi paikalla ollessaan lasten arviointiin lomakkeen avulla. Kuitenkin jo heti ensimmäisen ohjaukset jälkeen totesimme yhdessä, että työntekijän ohjauskokemuksesta on opinnäytetyön toteutumisen kannalta enemmän hyötyä, kuin arviointiavusta. Päätimme, että työntekijä ottaisi ohjausvastuun tarinan lukemisesta ja järjestyksen ylläpitämisestä ja me keskittyisimme enemmän lasten ohjaamiseen, havainnointiin ja arviointiin liikuntatuokioiden aikana. Ensimmäisen viikon aikana koimme lasten arvioimisen toiminnan ohessa haasteelliseksi, mikä pakotti meidät pohtimaan vaihtoehtoisia havainnointi- ja arviointimenetelmiä. Arvioinnin teki haasteelliseksi

lapsiryhmän suuri koko, josta vain osa oli arvioinnin kohteena. Lisäksi meidän oli tarkoitus ohjata liikuntatuokio koko ryhmälle samanaikaisesti arvioiden kohderyhmäämme ja samalla varmistaa, että ohjeet tulivat ymmärretyiksi ja niitä noudatettaisiin. Päädyimme ottamaan käyttöön havainnoinnin ja arvioinnin tueksi videokameran, jolla kuvasimme havainnoitavat liikuntaleikkituokiot. Jaoimme kohderyhmän erilleen muusta ryhmästä toiminnan ajaksi, jotta videointi ja arviointi olisi helpompaa. Videointi mahdollisti taitojen varmemman arvioinnin, sillä pystyimme palata ja kerrata videolta lasten toimintaa. Viimeisellä ohjausviikolla päätimme vielä kokeilla ohjata pelkästään kohderyhmäämme eli kolmevuotiaita. Päiväkodin työntekijä suostui antamaan ohjeet ja ohjaamaan loppuryhmän liikuntatuokion, jolloin me saimme mahdollisuuden ohjata vielä keskittyneemmin vain kolmevuotiaiden ryhmää. Tähän päädyimme, koska koimme, että he tarvitsivat enemmän ohjausta ja tukea toiminnan aikana kuin vanhemmat lapset. Havaitimme myös, että kahden aikuisen aktiivinen läsnäolo sitoutti lapset toimintaan paremmin, jolloin lapset osallistuivat reippaammin toimintaan ja tekivät enemmän harjoiteltavan taidon toistoja.

### 5.3 Toiminnan kehittyminen

Pyysimme jokaisen ohjauskerran jälkeen toimintahetkeen osallistuvaa päiväkodin henkilökunnan jäsentä antamaan meille palautetta suullisesti tai kirjallisesti, liittyen omiin ohjaustaitoihimme sekä toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Koko joulukuisen toteutuksen aikana saimme ainoastaan suullista palautetta henkilökunnalta, josta oli suuri hyöty, sillä pystyimme reflektoimaan ja kehittämään seuraavaa toimintahetkeä perustuen muuhunkin kuin vain omiin havaintoihimme. Jokaisen ohjauskerran jälkeen keskustelimme keskenämme, sekä usein myös toimintaan osallistuneen työntekijä kanssa. Havaintoihin ja reflektointiin perustuen kirjasimme ylös omia ajatuksiamme ja havaintojamme liittyen ohjaukseen, lasten taitoihin sekä tavoitteiden saavuttamiseen. Tällä tavoin pystyimme kehittämään toimintaamme mukaillen aikaisemmin mainittua spiraalimallia. Lähes jokaisen toteutuksen aikana havainnoinnissa ja jälkikäteen tehdystä reflektoinnissa nousi esille kehitettäviä asioita, uusia ideoita tai tapoja toimia. Näiden perusteella pystyimme tarvittaessa muokkaamaan jo seuraavan päivän toteutusta. Esimerkkinä tästä prosessinomaisesta kehityksestä esittelemme alla yhden viikon kehityksen, jossa tulee ilmi opinnäytetyömme kehittyminen toistuvana syklinä. Suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi toistuvat ja joidenkin päivien kohdalla nämä osa-alueet saattavat ilmetä päällekkäin ja rinnakkain. Toiminnan kehittyminen kokonaisuudessaan päivä päivältä löytyy liitteenä (liite 4), sillä mielestämme olennaisempaa tässä kohdassa, tässä opinnäytetyössä, on tuoda esille selkeä käsitys prosessin etenemisestä spiraalimallin mukaisesti.

Ensimmäisen viikon taito, jota harjoitettiin, oli tasapaino, johon tarina ja tehtävät liittyivät. Joulukalenterin ensimmäisenä päivänä, 1. joulukuuta, päiväkodin henkilökunta hoiti toteutuksen, sillä emme päässeet luennon takia itse paikalle. Sovimme, että suoritamme itse

seuraavana päivänä lasten lähtötasoarvioinnin, koska työntekijä ei olisi siihen yksin pystynyt. Päiväkodin työntekijä kertoi, että tarina oli hieman liian pitkä, eivätkä lapset jaksaneet keskittyä kunnolla kuuntelemaan. Hän kertoi myös, että lapset olivat hyvin kiinnostuneita kartasta, jonka olimme tehneet esittämään joulukalenteria.

Ensimmäiseen päivään kuului tarinan pohjustus, joka teki tarinasta pidemmän kuin seuraavina päivinä. Osasimme jo odottaakin hieman levottomuutta, mutta tarinan kannalta emme lyhyempään versiota voineet kirjoittaa. Tästä kuitenkin oppineena, pidimme tulevat tarinaosiot lyhyempinä.

2. joulukuuta havaitsimme selkeää levottomuutta lapsissa. Tähän luultavasti vaikutti tuokion ohjaajan vaihtuminen vieraaseen aikuiseen sekä nuorimpien tuleva retki heti tuokion jälkeen. Koimme havainnoinnin haasteelliseksi ohjauksen yhteydessä, vaikka paikalla oli kolme aikuista. Havainnointia vaikeutti se, että joulukalenterin toimintaan osallistuva lapsiryhmä oli suuri, noin 40 lasta. Tästä määrästä meidän havainnoinnin kohteena oli kymmenen kolmevuotiasta lasta. Tällä kerralla paikalla arvioitavia lapsia oli kahdeksan. Ohjauksen kannalta ohjeiden ymmärtämisen varmistaminen ja ohjeiden perille saanti oli hankalaa lapsiryhmän koon takia. Pohdimme, voisiko selkeä äänimerkki esim. triangelin kilahdus auttaa lapsia keskittymään ohjeiden kuuntelemiseen ja päätimme kokeilla sitä seuraavalla kerralla. Koimme tarinan sopivan mittaiseksi tällä kertaa ja myös lapset vaikuttivat pitävän toimintahetkestä.

3. joulukuuta totesimme, että on sujuvampaa kun lapsille tuttu työntekijä toimii pääohjaajana tarinan lukemisessa ryhmän rauhoittamiseksi ja me toimisimme pääohjaajina vuorotellen kalenterin toiminnallisen osuuden aikana. Sovimme myös, että jatkossa työntekijä ei osallistu arviointiin vaan me suorittaisimme sen. Lapset olivat innoissaan mukana tehtävässä. Suunnittelemamme tehtävärata oli riittävä, mutta se olisi voinut olla myös pidempi jonotuksen välttämiseksi. Tällä kertaa ohjeistus sujui hyvin, kun lapset istutettiin paikoilleen vielä näytön ajaksi. Triangelin käyttö äänimerkinä kuuntelemiselle toimi ja päätimme jatkaa sen käyttöä jatkossa. Koimme kannustamisen ja rohkaisemisen oleelliseksi lasten motivaation ja kiinnostuksen ylläpitämiseksi toiminnan aikana.

Neljäntenä päivänä huomasimme iloksemme miten hyvin lapset olivat päässeet mukaan tarinaan ja kuinka hyvin he muistivat sen. Tämä oli loppuarviointipäivä tasapainotaidon osalta. Arvioitavia lapsia oli paikalla kahdeksan kymmenestä, mutta kaikki arvioitavat lapset eivät olleet samoja kuin lähtötasoarvioinnissa. Havainnointi ja arviointi oli edelleen haastavaa. Mietimme videokameran hyödyntämistä, jolloin voisimme keskittyä itse toimintaan paremmin ja arvioida lasten taidot myöhemmin. Koimme usean lapsen tarvitsevan kannustamista ja jopa kädestä ohjaamista toiminnan aikana. Pohdimme, voisiko tällaisesta yksilöllisestä tuesta olla



apua taidon kehittymiseen. Totesimme kuitenkin, että opinnäytetyömme fokus ei varsinaisesti ole opettaa kyseisiä taitoja lapsille, vaan enemmänkin antaa mahdollisuus harjoittaa niitä omaan tahtiin.

#### 5.4 Lasten palaute toiminnasta

Lapsilta keräsimme palautetta joulukalenterista ja tuokiosta käyttämällä Nallekortteja (liite 5), jotka ilmentävät yksinkertaisesti erilaisia tunteita. Vaikka opinnäytetyön arvioinnin kohderyhmä oli rajattu kokopäivähoidossa oleviin kolmevuotiaisiin, saivat kaikki ryhmän kolmevuotiaat mahdollisuuden antaa meille palautetta korttien avulla. Emme halunneet ottaa vaihtoehtoiksi kovin montaa eri korttia, jotta vaihtoehtoja ei olisi liikaa kun kyse on vasta kolmevuotiaista lapsista. Pyrimme valitsemaan kuvat kuitenkin niin, että ne edustivat useampaa erilaista tunnetta, jotta lapset pystyivät mahdollisimman vapaasti antaa meille palautetta. Valikoimme kolme korttia, jotka edustavat selkeästi eri tunteita. Nämä olivat iloinen, epävarma ja harmistunut. Nallekortti -palaute liitteessä (liite 6) näitä kortteja edustaa merkinnät iloinen = :), epävarma = :/ ja harmistunut = :( . Kopioimme Nallekortit ja tulostimme useita kappaleita jokaista eri tunnetta, jotta jokaiselle lapselle varmasti riittäisi omansa. Käyttämämme Nallekortit olivat mustavalkoisia, jolloin korttien alkuperäinen väri ei tullut lapsille ilmi. Lapsi sai valita kortin, joka kuvasti hänen tunnettaan tai mielipidettään päivän joulukalenterista. Käytännössä tämä tapahtui niin, että kumpikin meistä opinnäytetyön tekijöistä otti samanaikaisesti vastaan yhden lapsen kerrallaan, erillään muusta ryhmästä. Tämä toi sujuvuutta ja nopeutti toimintaa verrattuna siihen, jos vain toinen olisi ollut ottamassa vastaan lasten palautetta. Ensimmäisellä kerralla esittelimme nallet lapsille melko tarkasti ja kerroimme niiden tunteista ja ajatuksista. Esim. "Tällä nallella oli hauskaa piraattipiirissä ja se piti joulukalenterista, nalle on iloinen." tai "Tätä nallea harmittaa, hänestä ei tuntunut mukavalta olla piraattipiirissä, eikä hän pitänyt joulukalenterista". Tarpeen vaatiessa muistuttelimme lapsia nallejen ajatuksista ja merkityksistä myös myöhemmin palautteenantokertoina.

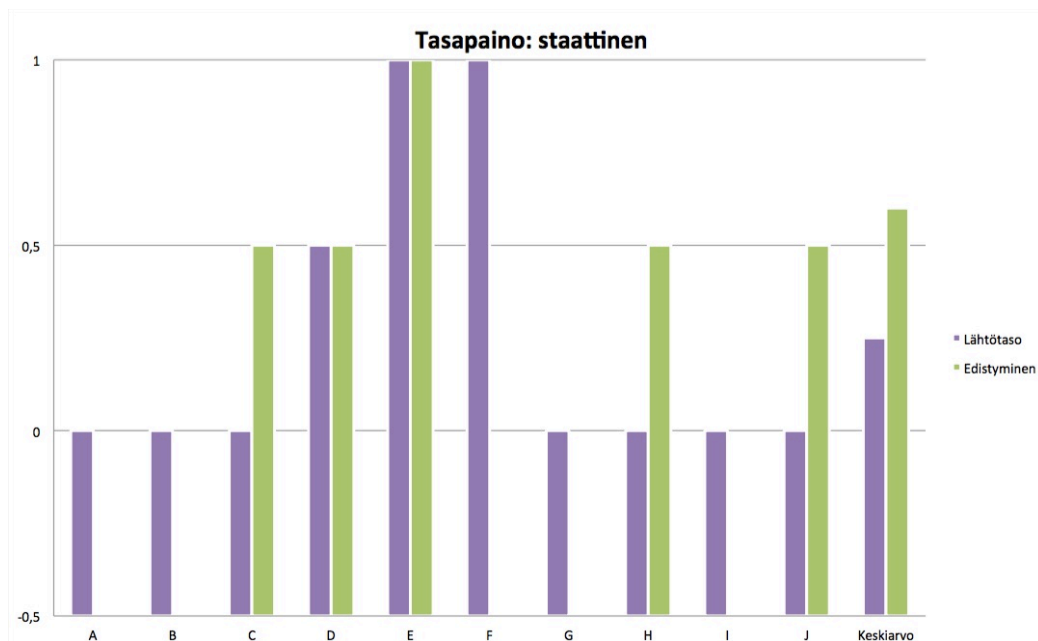
Olimme suunnitelleet Nallekorttien käyttötavan etukäteen, mutta käytännössä huomasimme tässäkin kehitystarpeita. Muokkasimme käyttötappaa juuri meidän tarkoitukseen sopivaksi pitkin opinnäytetyön toteutuksen prosessia. Jo ensimmäisellä viikolla havaitsimme miten lasten mielipiteet saattoivat vaikuttaa toisten palautteeseen. Lapsi, joka oli jo käynyt antamassa palautetta Nallekorttien avulla, saattoi palatessaan ryhmään kuuluttaa kovaan ääneen oman mielipiteensä toiminnasta. Havaitsimme tämän vaikuttavan jonkin verran osaan muiden lasten antamasta palautteesta, sillä seuraava lapsi tuli sisään ilmoittaen samantien olevansa myös samalla kannalla kaverinsa kanssa. Varsinkin tietty kaveriporukka valitsi usein harmistuneen nallen ja ilmoittivat toisilleen ja muille lapsille, että, "minulla oli tyhmää". Jäimme pohtimaan miten tätä mielipiteiden tarttumista voitaisi ehkäistä. Päiväkodin tilojen ja toiminnan puitteissa harvemmin on kuitenkaan mahdollista alkaa eriyttämään lapsia

tällaisen välttämiseksi. Toteutuksen jatkuessa nämä tapaukset kuitenkin vähenivät ja lapset tuntuivat uskaltavan vapaammin ilmaista juuri oman mielipiteensä toiminnasta.

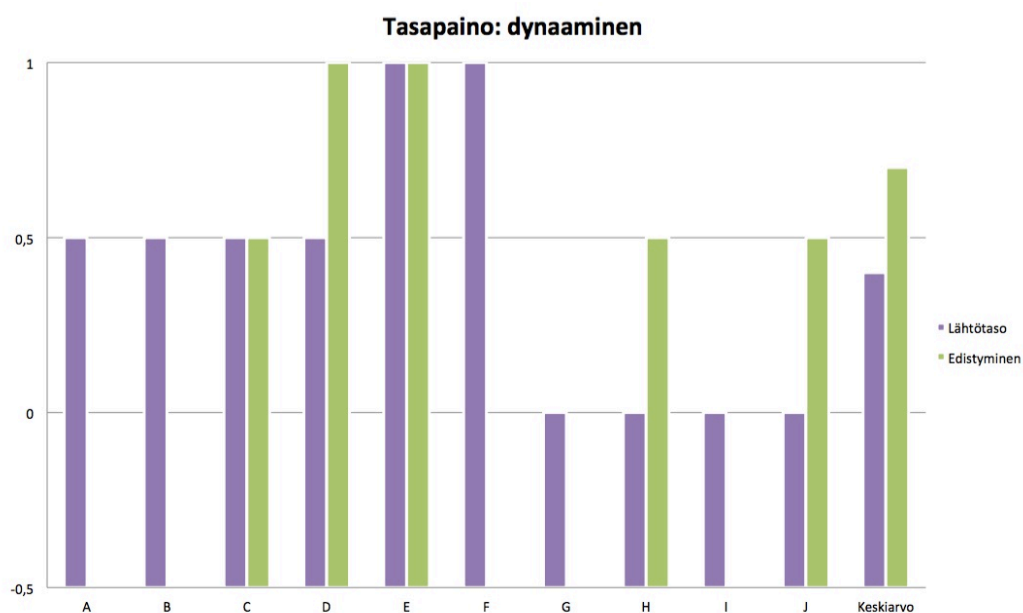
Toteutuksen alkuvaiheessa pidimme Nallekortteja esillä kun lapsi tuli luoksemme antamaan palautetta. Huomasimme kuitenkin, että tällöin lapsi saattoi vain tulla, osoittaa hiljaa korttia ja lähteä samantien pois. Mietimme, miten aitoa tällainen palaute on ja miten se hyödyttää meitä tai luo lapselle tunteen hänen mielipiteensä arvostamisesta. Muutimme toimintatapaamme siten, että lapsen tullessa luoksemme, pyrimme ensin kysymään suullisesti lasten ajatuksia ja muistikuvia toiminnasta ja sitten vasta näyttämään Nallekortit. Lapset olivat selkeästi kiinnostuneita korteista ja etsivät niitä katseellaan. Halusimme kuitenkin saada enemmän tietoa lasten ajatuksista koskien toimintaa, joten päätimme esittää hieman pohjustavia ja tarkentavia kysymyksiä, esimerkiksi “mitä tänään tehtiin joulukalenterissa”, “mistä tykkäsit tai et tykännyt”, “mikä oli kaikkein hauskinta tai tylsintä”. Näillä kysymyksillä saimme lempeästi ohjattua lasten ajatuksia takaisin joulukalenteriin ja sen toimintaan, jolloin koimme lasten antavan kohdennetumpaa palautetta juuri niistä. Samaten huomasimme, että auttoi kun lapsi oli ensin sanallisesti ilmaissut mielipiteensä ja vasta sitten ryhtyi valitsemaan Nallekorttia, joka vastasi hänen oloaan. Joskus nimittäin sanallinen viesti ja valittu kuva saattoivat olla ristiriidassa keskenään. Tällöin mietimme, miten helposti lapsi valitsee nallen, joka näyttää sillä hetkellä mielilyttävimmältä hänen mielestään. Käytimme siis mustavalkoisia nallekortteja, mutta mietimme myös, mitä jos korttien taustat olisivatkin olleet alkuperäisessä värissään (punainen, keltainen ja vihreä). Olisiko tämä mahdollisesti vaikuttanut kortin valintaan, esim. lapsi olisi valinnut suosikkiväriinsä tai jättänyt valitsematta, koska ei pidä tietystä väristä. Pohdimme, miten paljon kolmevuotiaat lapset ymmärtävät palautteenantotilanteesta ja sen tarkoituksesta, vaikka aikuinen parhaansa pyrkisikin selittämään sitä lapselle. Kyselyn ja keskustelun kautta saimme myös paljon suullista palautetta lapsilta, mutta Nallekortit mahdollistivat myös hiljaisempien lasten mielipiteen esille tulon.

Kirjasimme ylös jokaisen toimintakerran Nallekortti-palautteen, jotta voisimme lopuksi nähdä millaista yleiskuvaa ne luovat toiminnan mielekkyydestä lapsille. Nallekorttien kautta saamamme palaute oli pääosin positiivista, toki useampia oli myös jokin asia harmittanut toiminnassa. Erityisesti tällainen selittävä, suullinen palaute oli meille itsellemme toiminnan käytännön suunnittelun kannalta oleellista. Muutamaankin otteeseen eräät lapset totesivat, että “ei ole kivaa jonottaa”, kun joulukalenterin tehtävä oli ollut tempuradan muodossa ja osallistuvia lapsia oli ollut paljon, jolloin lapset olivat välillä joutuneet odottelemaan omaa vuoroaan. Erityisen positiivista palautetta lapset antoivat tehtävästä, jossa sain heitellä hernesuseja seinällä roikkuvia geopaloja kohti. Ymmärsimme, että tämä oli ollut hauskaa vaihtelua ja vähän ehkä uuttakin lasten mielestä. Suullinen palaute lapsilta auttoi meitä ymmärtämään paremmin heidän näkökulmaansa toiminnan käytännön toteutumisesta ja osin





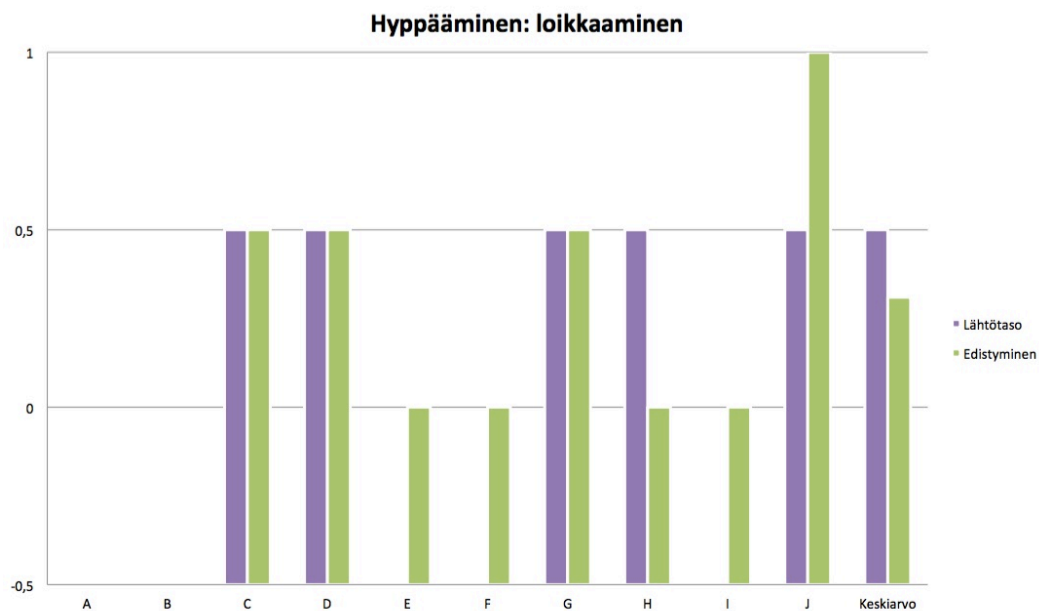
Kuvio 2: Tasapaino: staattinen



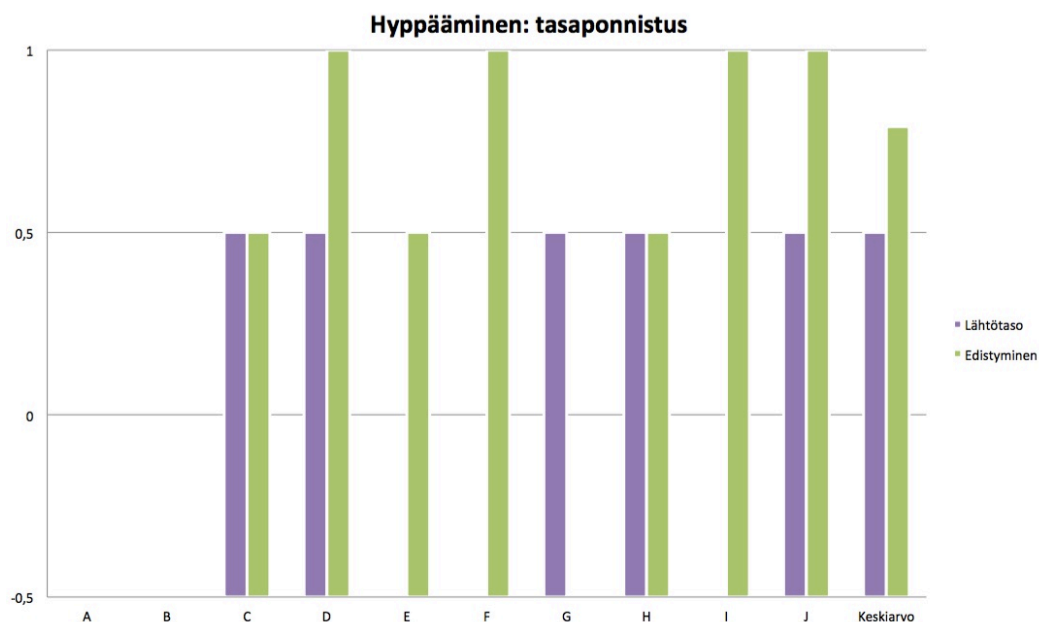
Kuvio 3: Tasapaino: dynaaminen

Toisella viikolla harjoittelimme hyppäämistä ja sen osa-alueina loikkaamista (kuvio 4), tasapainnistusta (kuvio 5) sekä yhdellä jalalla hyppäämistä (kuvio 6). Hyppääminen eteenpäin kahdella jalalla eli tasapainnistus vaatii onnistuakseen dynaamista tasapainoa, lihasvoimaa, kehon raajojen hallintaa sekä koordinaatiota. Yhdellä jalalla hyppääminen taas vaatii tasapainnistusta enemmän voimaa ja taitoa noustakseen irti maasta, pysyäksään tasapainossa ja onnistuakseen laskeutumaan yhdelle jalalle. Pienelle lapselle etenkin tasapainon ylläpitäminen yhden jalan hypyssä on haastavinta. (Gallahue 2012, 233 - 234, 237.)

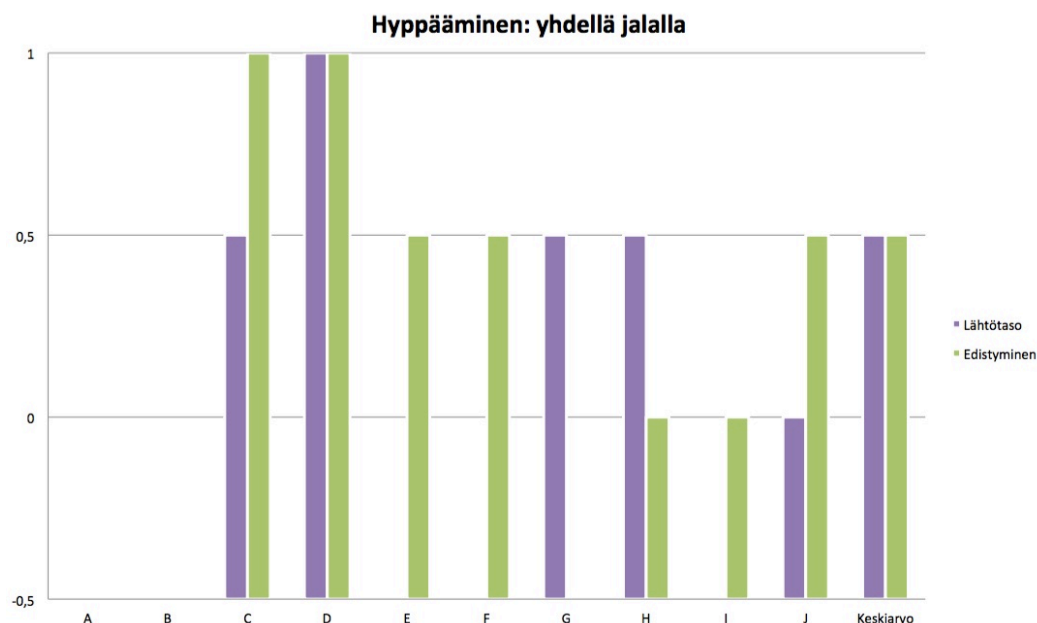
Diagrammista havaitaan, että lähes kyllään lapsella loikkaamisessa ei tapahtunut edistystä viikon aikana. Tasaponnistuksen lapset osasivat jo ennestään osittain, joten edistystä tapahtui vain muutamien kohdalla. Viikko on hyvin lyhyt aika taidon kehittymisen kannalta, vaikka toistoja tulisi päivittäin. Yhdellä jalalla hyppäämisen taidon lapset osasivat jo osittain. Taito vaatii jatkossakin harjoittelua ja paljon toistoja.



Kuvio 4: Hyppääminen: loikkaaminen

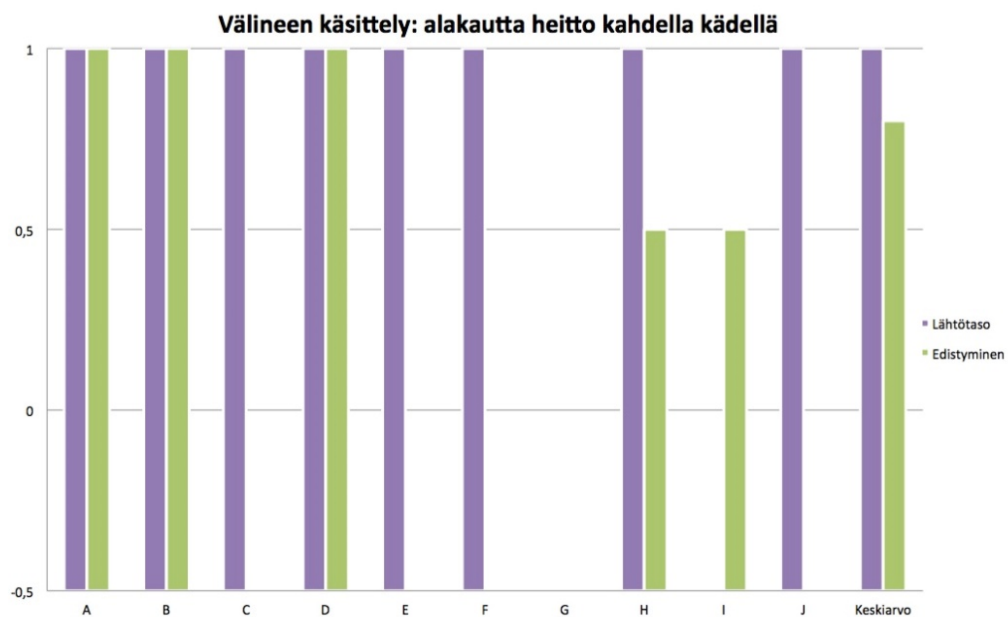


Kuvio 5: Hyppääminen: tasaponnistus

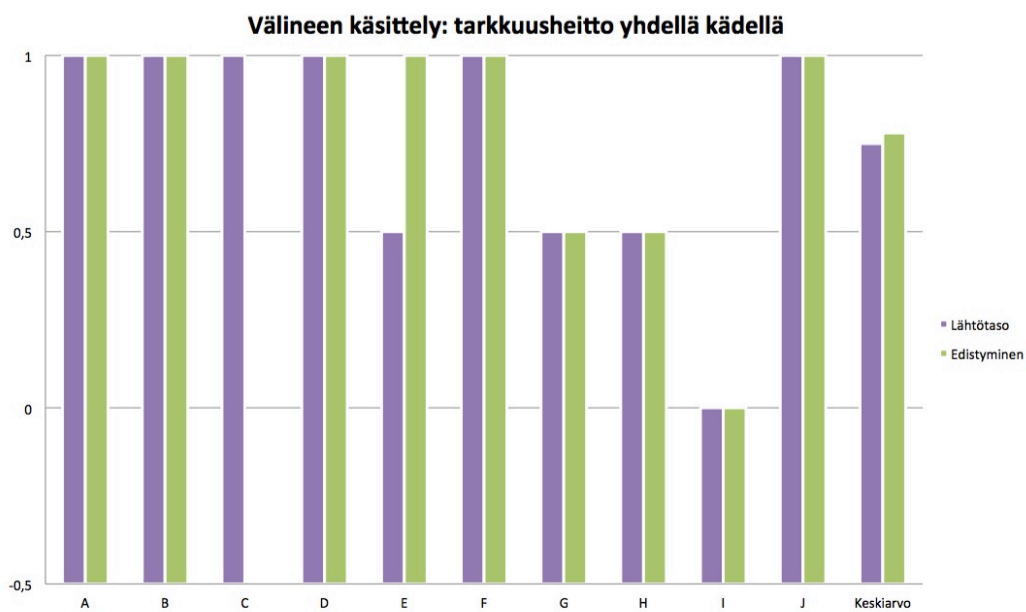


Kuvio 6: Hyppääminen: yhdellä jalalla

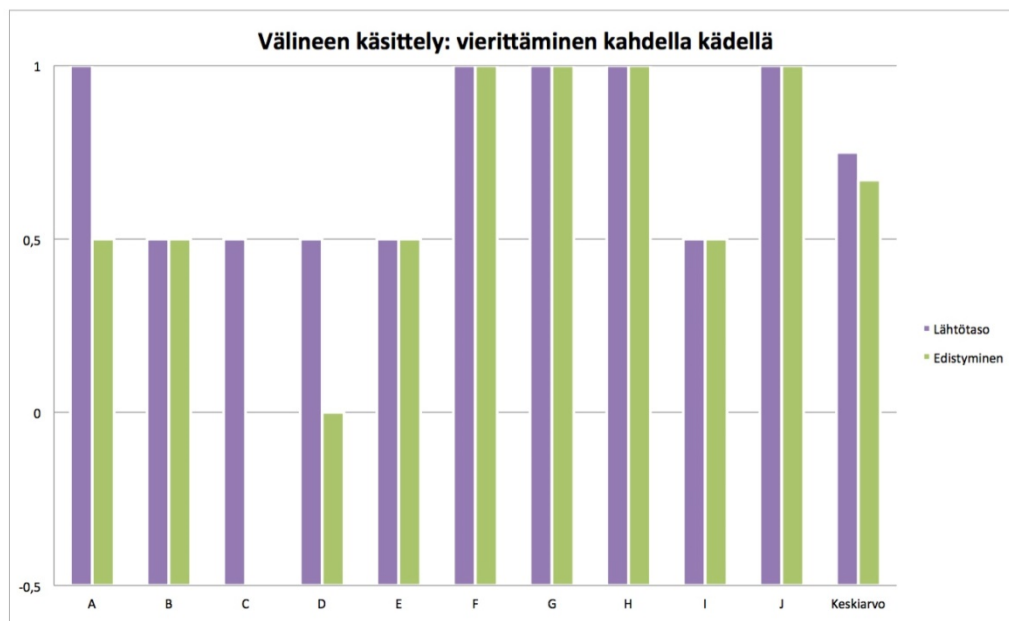
Viimeisellä viikolla keskityimme välineen käsittely taitoihin. Harjoittelimme alakautta heittoa kahdella kädellä (kuvio 7), tarkkuusheittoa yhdellä kädellä (kuvio 8) ja kahdella kädellä vierittämistä (kuvio 9). 3 - 5-vuotias lapsi on luontaisesti kiinnostunut tutkimaan ja kokeilemaan esimerkiksi erilaisista materiaaleista tehtyjä ja eri painoisia palloja sekä heittämään niitä. Näin lapsi harjoittelee välineen käsittelyä ja heittämistä. (Sääkslahti 2015, 36.) Lapsen saadessa tutustua erilaisiin välineisiin ja niiden käsittelyyn, muodostaa hän käsityksen omista välineen käsittely kyvyistään. Kun havainnoidaan ja arvioidaan lapsen kykyä heittää, tulisi huomiota kiinnittää muun muassa siihen, miten lapsi liikuttaa jalkojaan, käsiään ja vartaloaan valmistautuessaan ja heittäessään (Gallahue ym. 2012, 193). Alakautta heittäminen kahdella kädellä vaikuttaa olevan hallussa suurimmalla osalla arvioitavista lapsista. Suurin osa lapsista osai tarkkuusheiton yhdellä kädellä ja taidon hallinta edistyi yhdellä lapsella.



Kuvio 7: Välineen käsittely: alakautta heitto kahdella kädellä



Kuvio 8: Välineen käsittely: tarkkuusheitto yhdellä kädellä



Kuvio 9: Välineen käsittely: vierittäminen kahdella kädellä

Kun tarkastellaan diagrammien keskiarvoja, voidaan todeta, että neljässä osataidossa kahdeksasta lasten taidot ovat edistyneet verrattuna lähtötasoon. Keskiarvojen tuloksia saattaa kuitenkin vääristää lasten vaihteleva osallistujamäärä lähtö- ja lopputasoarvioinneissa. Kaikki lapset eivät myöskään välttämättä olleet paikalla keskellä viikkoa, mm. sairastumisen tai ylimääräisen vapaapäivän takia, jolloin tietyn liikkeen toistoja jäi väliin kyseiseltä lapselta.

Saadut tulokset antavat kokonais kuvaa havainnoidun lapsiryhmän taitotasosta. Tavoitteena oli harjoittaa lapsen motorisia perustaitoja mahdollistamalla toistoja eri liikkeissä, jossa kaavioiden tulkinnan mukaan on onnistuttu. Vaikka edistymistä ei tapahtunut jokaisessa osataidossa, voidaan kuitenkin yleisemmällä tasolla keskiarvoja tulkiten todeta edistymistä lasten motorisessa kehityksessä.

Tuloksissa voidaan kiinnittää huomiota myös joko yksittäisen lapsen yhden taidon osa-alueen hallintaan, tai vaihtoehtoisesti tarkastella löytyykö hänen kohdallaan usean taidon osa-alueista yhteneväisyyksiä. Esimerkiksi voidaan tarkastella osaako lapsi hyvin arvioinnin kohteena olleita taitoja vai tarvitseeko hän vielä lisää harjoitusta tai tukea. Tästä voidaan myös mahdollisesti tulkita onko lapsi yleisesti ikänsä mukaisella taitotasolla motorisessa kehityksessä.



## 7 Arviointi

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa päiväkotia Horistontille konkreettinen, toiminnallinen joulukalenteri, jota he voisivat hyödyntää toiminnassaan myös jatkossa. Opinnäytetyön prosessissa saimme luotua joulukalenterin ja siihen liittyvät muut osat, joita päiväkotia voi hyödyntää toivomallaan tavalla. Lisäksi tavoitteena oli kalenterin avulla harjoittaa päiväkodin kolmevuotiaiden lasten motorisia perustaitoja. Joulukalenterin toteutuksen aikana lapsille luotiin päivittäinen mahdollisuus harjoittaa toimintaan valikoituja motorisia perustaitoja. Toistot ovat oleellinen osa lapsen taitojen harjaantumisessa ja kehityksessä, joten voidaan todeta, että mitä todennäköisimmin onnistuimme myös harjoittamaan lasten motorisia perustaitoja toimintaamme sisältyneiden taitojen osalta. Halusimme myös arvioida joulukalenterin hyödynnettävyyttä lapsen taitojen harjoittamisessa. Jotta saisimme kerättyä tietoa joulukalenterin toimivuudesta nimenomaan harjoittamisen näkökulmasta, päätimme havainnoida ja arvioida lasten motorisia taitoja. Tätä varten suunnitelimme oman arviointilomakkeen. Toteutuksen aikana havainnoinnissa ilmeni haasteita, jotka kuitenkin saimme muokattua toimiviksi jo toteutuksen edetessä. Arviointilomake toimi koko toteutuksen ajan hyvin ja tarkoituksenmukaisesti, eikä siihen tarvinnut tehdä muutoksia. Lasten havainnointi ja arviointi pääasiallisesti onnistui, lukuun ottamatta lasten ennakoimattomia poissaoloja. Kokosimme arviointilomakkeilla kerätyt tiedot taulukoiksi, jotta voitaisiin konkreettisemmin ja helpommin nähdä onko toiminnalla ollut vaikutusta lasten taitojen harjaantumiseen. Kaaviot löytyvät Tulokset-luvusta. Lopputuloksista eli kaavioista voidaan havaita, että suurin osa lapsista sai mahdollisuuden harjoitella motorisia perustaitoja liikunnallisen joulukalenterin avulla. Kalenteri innosti lapsia leikkimään ja samalla melkein huomaamatta toistojen kautta harjoittamaan heidän motorisia taitojaan. Vaikka kaikkien lasten kohdalla ei kehitystä ole havaittavissa näin lyhyellä ajanjaksolla, toistot kuitenkin vahvistavat lapsen tulevaa oppimista.

Opinnäytetyön arviointisuunnitelmaan kuului itse- ja vertaisarviointi, lasten palaute toiminnasta, loppupalauttekeskustelu päiväkotia Horistontin johtajan kanssa sekä kirjallinen palaute toimintaan osallistuneilta työntekijöiltä. Jokaisen joulukalenterin toteutus kerran jälkeen pohdimme yhdessä omaa toimintaamme ja annoimme palautetta myös toisillemme muun muassa ohjaamisesta. Kuten oli suunniteltu, lapsilta pyydettiin jokaisen päivän kalenterin jälkeen palautetta Nalle-korttien avulla ja tästä saimmekin paljon hyödyllistä tietoa siitä, miten lapset kokivat kalenterin ja tehtävät. Toteutuksen jälkeen kävimme päiväkotia Horistontin johtajan kanssa loppupalauttekeskustelun, jossa kävimme läpi opinnäytetyötä ja sen toteutusta. Hänen mielestään opinnäytetyömme toteutus ja aikataulutus sujuivat onnistuneesti. Saimme positiivista palautetta yhteistyön ja tiedonkulun sujuvuudesta. Sekä johtaja että päiväkodin muu henkilökunta olivat tyytyväisiä opinnäytetyöstämme saamaansa konkreettiseen materiaaliin. He kokivat sen hyvälaatuisiksi ja uudelleen käytettäväksi. Lisäksi johtaja koki, että kalenteria voisi soveltaa päiväkodin

muuhunkin toimintaan joulun ohella. Mahdollisia käyttötapoja on monia, esimerkiksi joulun alla lapset saisivat keksiä joulukalenteriin oman tarinan ja muinakin vuodenaikoina kalenteria voisi käyttää pohjana lapsiryhmän sadutuksessa. Kalenterin pohjan ollessa melko yksinkertainen, on lapsilla mahdollisuus sijoittaa omia uusia henkilöitä ja paikkoja karttaan. Päiväkodin henkilöstö ja me olimme tyytyväisiä toteutuksen aikaiseen kalenteriin. Itsetehty paperinen kalenteri ei kuitenkaan varmasti kestäisi jatkuvaa jokavuotista käyttöä ja siksi olimme päättäneet teettää siitä kestävämmän version, jollaista myös päiväkodilta oli toivottu. Eräs päiväkodin työntekijä ehdotti myös, että olisi mukava, jos tarinan hahmot olisivat olleet liikuteltavia kuvia, jolloin ne olisivat voineet siirtyä kohdasta toiseen päivien ja tarinan edetessä. Joulukalenterin tarinan päiväkotikiitos halusi koottuna yksiin kansiin, vaikka luultavasti he hieman sitä muuntelevatkin tulevina vuosina.

Heti opinnäytetyöprosessin alussa, kun työelämäkumppani ja aihe olivat valikoituneet, keskustelimme päiväkotikiitosjohtajan kanssa, että työmme konkreettisia tuotoksia voitaisiin jakaa muihin Aarresaari-päiväkoteihin. Myös loppupalauttekeskustelussa oltiin edelleen sitä mieltä, että tuotosta voidaan hyödyntää ja levittää. Lopullinen päätös tuotoksen levittämisestä jää kuitenkin päiväkotikiitosjohtajalle. Johtaja mainitsi, että joulukalenterissa käyttämämme arviointimenetelmää voisi hyödyntää esimerkiksi lasten motoristen perustaitojen väliarvioinnissa. Hän kuitenkin totesi, ettei heillä tällä hetkellä ole siihen resursseja syksyllä tehtävän alkuarvioinnin ja keväällä tehtävän loppuarvioinnin lisäksi. Lasten motoristen perustaitojen harjoittamisesta saatuja tuloksia ei voida hyödyntää tai levittää päiväkotikiitosjohtajan ulkopuolella, sillä ne koskevat vain juuri tätä tiettyä lapsiryhmää ja heidän taitojaan. Kuitenkin päiväkodin sisällä arvioinnin tuloksia voidaan hyödyntää muutamalla eri tavalla.

Koska johtaja ei osallistunut joulukalenterin toimintakertoihin, halusimme myös pyytää kirjallista palautetta kolmelta toimintaan osallistuneelta henkilökunnan jäseneltä. Tätä varten loimme heille palautekyselyn (liite 7). Palautteesta kävi ilmi, että he olivat tyytyväisiä kalenteriin ja sen ulkomuotoon. Yksi kyselyyn vastanneista kommentoi: "Kalenteri oli hieno ja selkeä. Lasten oli helppo seurata sitä." Joulutarinaa kehitettiin mm. ihanan opetukselliseksi ja sopivaksi lapsille. Kommentteista nousi esiin lapsiryhmäsuuri koko, jonka takia tarinaan liittyvät tehtävät ja leikit eivät päässeet täysin oikeuksiinsa. Työntekijät olivat huomanneet havainnointiin ja suureen ryhmään liittyvät haasteet ja eräs työntekijä ehdottikin, olisiko kannattanut keskittyä vain muutaman lapsen motorisen kehityksen arviointiin. Tällöin havainnointi olisi saattanut onnistua toiminnan ajanakin.

Lopullisen opinnäytetyön raportin kirjoittaminen ja viimeistely viivästyivät henkilökohtaisista syistä lähemmäs puoli vuotta, vaikka suunnitelmissa oli saada työ valmiiksi paljon

aikaisemmin. Pitkittynyt aikataulu antoi meille mahdollisuuden ottaa etäisyyttä raporttiin ja pohtia paremmin työn lopullista muotoa.

## 8 Eettisyys ja luotettavuus

Vilka ja Airaksinen (2003, 65) toteavat, että opinnäytetyöraporttia kirjoitettaessa tarkoitus on kielellistä työprosessi selkeään muotoon. Tästä raportista ilmenee opinnäytetyön tausta, tarkoitus ja tavoitteet, sekä sen yhteys työelämään. Työn suunnitelmaa ja toteutusta on kuvailtu laajasti ja ymmärrettävästi. Valitut menetelmät ja toimintatavat on perusteltu ja kerrottu mitä niillä tavoitellaan. Raportissa tulee kertoa, mitkä toimeksiantajan ohjeet ja toiveet tuotteen kehittelystä ja käytöstä olivat ja miten ne vaikuttivat lopulliseen tuotteeseen. Raportista täytyy selvittää mitä, miksi ja miten on tehty, millainen työprosessi on ollut sekä millaisiin tuloksiin ja johtopäätöksiin on päädytty. Myös arviointi on oleellinen osa opinnäytetyöraporttia. Tällä opinnäytetyöllä on ollut läpi prosessin, alusta loppuun saakka, monta arvioijaa. Tämä varmistaa työn laadun ja sen että työ täyttää sille asetetut tavoitteet. Tässä opinnäytetyössä ja raportissa on pyritty avoimesti kertomaan ja selittämään kaikki oleellinen tieto työstä ja prosessista. Tärkeää raportissa on myös kuvata miten tämä konkreettinen tuotos on suunniteltu, kehitetty ja lopulta valmistunut. (Vilka & Airaksinen 2003, 51, 53.)

Ennen opinnäytetyön toteutuksen aloittamista olimme saaneet tarvittavan opinnäytetyösopimuksen (liite 8) ja tutkimusluvan kuntoon (liite 9). Kirjoitimme päiväkodin henkilökunnalle tiedotteen (liite 10), kuten myös lasten perheille (liite 11), jossa kerroimme lyhyesti joulukuun toiminnasta. Päiväkoti oli jo valmiiksi kerännyt vanhemmilta luvat lapsiryhmän osallistumisesta opinnäytetyöhön esitietolomakkeella (liite 12), joten meidän ei itse enää tarvinnut sitä tehdä. Varmistimme kuitenkin uudestaan, että arviointiin osallistuvilla lapsilla oli lupa osallistua opinnäytetyöhön. Toimintaan osallistuminen oli täysin vapaaehtoista, halutessaan heillä oli mahdollisuus kieltäytyä. Samainen esitietolomake koski myös lasten kuvaamista videolle ja tähänkin oli vanhemmilta jo hankittu luvat. Päiväkoti Horisontti antoi meille luvan käyttää nimeään avoimesti opinnäytetyössämme, mutta henkilökunnan ja lasten anonymiteetin suojaksi emme ole heidän nimiään kertoneet tai ne on muutettu, jolloin arviointiin osallistuneita lapsia ei voida tunnistaa, vaikka heidän ikäryhmänsä onkin kerrottu raportissa. Tulokset-luvun kaavioissa lasten nimet on muutettu kirjaimiksi, jottei heitä voitaisi tunnistaa. Havainnointi ja arviointi on tehty, jotta nähdään onko kehitystä mahdollisesti tapahtunut ja onko opinnäytetyöstä ollut hyötyä lapsen motoriselle kehitykselle näissä tietyissä osa-alueissa. Havainnoinnin ja arvioinnin helpottamiseksi lapsista nauhoitettiin videokuvaa, jonka näkivät vain opinnäytetyön tekijät. Kyseiset nauhoitteet tuhottiin heti arvioinnin jälkeen, jotta ne eivät leviäisi ulkopuolisille. Tiedostamme, että havainnoinnissa on aina läsnä subjektiivinen puoli vaikka arviointikriteerit

olisivat yhteiset. Tämän takia koimme hyödylliseksi sen että meitä arvioijia oli kaksi, jolloin havaintoja pystyttiin vertailemaan.

Mietimme paljon omaa rooliamme lasten ohjaajina. Pohdimme miten kohtaamme lapset ja miten pystymme luomaan mukavan ympäristön ja toimintahetken, jossa jokaisella lapsella olisi hyvä olla ja toimia omana itsenään. Vaikka toimintatuokioiden olivat etukäteen suunniteltuja, ei toiminta ollut pelkästään suunnitellun toteuttamista, vaan myös lasten kanssa yhdessä tekemistä ja kokeilemistä. Toiminnan ohjauksen aikana saimme useasti puuttua myös muihin kuin liikuntaa liittyviin haasteisiin, esimerkiksi riitoihin, pahaan mieleen tai jännittämiseen. Nämä kaikki ovat olennainen ja luonnollinen osa lasten kanssa toimimista ja niiden kohtaamiselle täytyy jättää tilaa myös ohjatussa tuokiossa. Pyrimme toiminnan aikana ottamaan huomioon lasten yksilölliset tarpeet, myös kokonaistilanteen huomioiden.

tehtävät jotka loimme Kalenteria varten perustuvat vahvasti teoriaan ja niitä voidaan luotettavasti hyödyntää laajemminkin suunniteltaessa kolmevuotiaiden liikuntaa. Teoriaan tutustuessamme ja lähteitä valitessamme, pyrimme ammatilliseen lähdekritiikkiin. Kirjoittajan vastuulla on tarkastaa lähteiden todenperäisyys ja luotettavuus ennen kuin hän käyttää niitä omassa työssään. Olemme valinneet opinnäytetyöhömmme tuoreita ja asianmukaisia lähteitä, johon Vilka ja Airaksinen (2003, 72 - 77) kannustavatkin. Olemme myös pyrkineet aina löytämään teoksissa käytettyjen lähteiden alkuperäislähteet, mutta aina tämä ei ole ollut mahdollista. Sellaisissa tapauksissa olemme lähdemerkinnöissä kiinnittäneet huomiota toissijaisten lähteiden tarkkaan kirjoitusasuun.

## 9 Pohdinta

Aloitimme opinnäytetyömme suunnittelun syyskuussa 2015, kun toinen opinnäytetyön tekijöistä oli työharjoittelussa päiväkotikiin Horisontissa. Keskustelimme päiväkodissa erilaisista opinnäytetyöaiheista ja silloin esiin nousi tarve uudelta joulukalenterista. Uuden ja yksilöllisen kalenterin kehittäminen oli myös mielekäs ajatellen opinnäytetyötämme, sillä kuten Vilka ja Airaksinen (2003, 27) toteavat, vanhaa ideaa ei kannata toistaa. Aiheemme valikoitui melko nopeaan tahtiin ja pystyimme esittelemään sen ohjaajille jo lokakuussa. Marraskuussa käytimme paljon aikaa suunnitelman tekoon. Tähän liittyi tietysti opinnäytetyön prosessiin, erilaisiin menetelmiin, sekä tarvittavaan teoriapohjaan tutustuminen. Tietoperusta antoi tarkempaa tietoa kohderyhmästä sekä auttoi meitä kohdentamaan toiminnan juuri kolmevuotiaalle. Sen avulla pystyimme suunnittelemaan juuri tämä ikäisille sopivia motorisia tehtäviä. Ymmärrys lapsen kehityksestä ja liikunnan tarpeesta varhaisvuosina sekä päiväkodissa, ohjasi meitä oikeaan suuntaan toiminnan suunnittelussa. Ideoimme ja teimme joulukalenterin tarinan ja tehtävät, sekä itse konkreettisen kalenterin. Pyrimme tutustumaan jo tarjolla oleviin liikunnallisiin joulukalentereihin sekä näihin liittyvään materiaaliin, jotta voisimme luoda jotain erilaista (Vilka & Airaksinen 2003, 27).

Kävimme kaksi kertaa tutustumassa päiväkodin lapsiin ja tiloihin ennen toteutuksen alkua, sillä toiselle opinnäytetyöntekijöistä yhteistyöpäiväkoti oli vieras. Opinnäytetyön toteutus sijoittui joulukuuhun, jonka jälkeen ryhdyimme käymään aineistoa läpi ja tutkailemaan toimintamme tuloksia tammikuussa 2016. Jo syksyllä aloittaessamme opinnäytetyöprosessia tiesimme, että aikataulumme tulee olemaan hyvin tiukka. Olemme itse tyytyväisiä opinnäytetyöhömmä ja toteukseen. Aikataulusta tuli kuitenkin tiukempi mitä olimme alunperin ajatelleet ja myös työmäärän suuruus oli vielä odotettua suurempi. Olisimme halunneet suunnittelulle enemmän aikaa, jotta joulukalenteriin liittyvä luovan työn prosessi olisi saanut enemmän aikaa kehittyä. Tarkan aikataulun takia jouduimme tekemään melko nopeita päätöksiä muun muassa konkreettisen toteutuksen suhteen ja pysymään niissä. Tämä oli oman mukavuusalueemme ulkopuolella, sillä meille luontaisempaa on jäädä pohtimaan asioita ja antaa ideoiden kehittyä rauhassa. Ilman nopeaa toteutuksen alkua, olisimmekin todennäköisesti jääneet ideoimaan, pohtimaan ja hiomaan työtä tarpeettoman pitkäksi aikaa. Vilkka ja Airaksinen (2003, 36) korostavat aikataulutuksen ja suunnittelun tärkeyttä, ja olemmekin onnistuneet asettamaan itsellemme ja työlle melko realistiset aikatavoitteet ja pysyneet niissä kohtuullisen hyvin. Aivan loppusuoralla opinnäytetyöprosessi kuitenkin keskeytyi ja sen loppuun saattamiseen kului enemmän aikaa kuin olimme suunnitelleet. Valmiin opinnäytetyön saimme vihdoinkin esitellä syksyllä 2016. Emme kuitenkaan koe, että tämä tauko olisi vaikuttanut itse opinnäytetyöhön mitenkään.

Osallistuimme toteutuskertoihin erittäin mielellämme ja käytännössä ne vaativatkin läsnäoloamme. Mietimme kuitenkin miten suuri työmäärä meille latautui lyhyelle ajanjaksolle, kun ottaa huomioon, että usein opinnäytetyön toteutukseen saattaa kuulua yhteensä noin kuusi toteutuskertaa, jotka jakautuvat pidemmälle aikavälille. Koimme toteutuksen ajanjakson sopivan pituiseksi. Sitouduimme joulukuussa kolmeksi viikoksi, noin neljäksi kerraksi viikossa, ohjaamaan päiväkodilla joulukalenteria. Jakso oli intensiivinen johtuen toteutuskertojen määrästä ja tiheydestä, sekä niihin liittyvän arvioinnin suorittamisesta. Toteutus ja muut siihen liittyvät asiat veivät kaiken aikamme joulukuussa. Kehitimme toimintaa koko opinnäytetyön toteutuksen ajan. Vaikka suunnitelma oli tehty etukäteen, muokkaamiselle oli jätetty tilaa. Toimintaa kehitettiin toteutuksen aikana, jotta se vastaisi entistä paremmin opinnäytetyön tavoitteita ja tarkoitusta. Toimintatutkimuksen spiraalimallin soveltaminen sopi hyvin meidän työskentelyymme ja tähän opinnäytetyöhön. Jos olisimme jättäneet pois mahdollisuuden muokata ja kehittää toteutustamme, olisi työmäärä todennäköisesti ollut pienempi. Olisimmeko olleet tyytyväisiä joustamattomaan toteutukseen ja olisiko suunnittelemamme arviointi epäonnistunut? Todennäköisesti emme olisi olleet tyytyväisiä toteutukseen ja olisimme vain joutuneet toteamaan, että lapsiryhmän arviointia olisi ollut mahdotonta suorittaa niin kuin me sen alunperin olimme suunnitelleet. Se, että saimme mahdollisuuden reflektoida toimintaamme ja kehittää sitä toteutuksen

aikana, mahdollisti opinnäytetyömme onnistumisen näin hyvin. Spiraalimalli mahdollisti jatkuvan pohdinnan ja kehittymisen oman toiminnan, toteutuksen suunnittelun, ohjaajan roolin, havainnoinnin sekä lasten palautteen keruun suhteen.

Päiväkodin työntekijöiltä saadusta palautteesta nousi esiin heidän huolensa toimintaan osallistuneen lapsiryhmän suuresta koosta ja tämän vaikutuksesta koko kalenterin ja toteutuksen sujumiseen. Tähän asiaan kiinnitimme itsekin paljon huomiota ja se oli haaste, jonka tiedostimme heti alusta alkaen. Kyseessä oli kuitenkin asia, johon emme pystyneet vaikuttamaan. Mietimme kuitenkin, että jatkossa joulukalenteri voitaisi toteuttaa päiväkodin omissa pienryhmissä, jolloin lapsia olisi kohtuullinen määrä kerrallaan. Tällöin kalenteri, tarina ja tehtävät saisivat enemmän tilaa toimia tarkoittamallamme tavalla. Pohdimme myös, millainen vaikutus pienemmällä ryhmällä olisi mahdollisesti ollut lasten taitojen harjaantumiseen. Lapset saisivat luultavasti paremman keskittymisrauhan tehtäviin, jos osallistuva ryhmä olisi pienempi. Myös ohjaavalla aikuisella jäisi enemmän aikaa ohjata, neuvoa ja kannustaa lapsia, jos heitä olisi vähemmän. Tällöin lapset saisivat enemmän tukea harjoitteluun ja todennäköisesti enemmän toistoja, jotka voisivat vaikuttaa taitojen kehittymiseen.

Suuri lapsiryhmä asetti rajoituksia ja haasteita yleisen toiminnan lisäksi myös havainnointiin ja arviointiin. Oli haastavaa yrittää havainnoida vain noin kymmentä lasta, kun tilassa liikkui monta kymmentä lasta. Meillä oli täysi työ jo pelkästään ryhmän ohjaamisessa, jolloin paikan päällä havainnointi oli käytännössä mahdotonta. Vaikka hyödynsimme myös videokameraa havainnoinnin apuna, piti tässäkin ottaa huomioon muun muassa lasten liikkuminen tilassa. Jälkikäteen videolta katsottuna ei välttämättä nähnyt kaikkien havainnoitavien lasten arvioinnin kohteena olevaa liikettä, jos esimerkiksi toinen lapsi oli tullut kameran ja lapsen väliin. Karvonen (2002, 43) on todennut, että arviointi tapahtuisi parhaiten, jos tarkkailtavia lapsia olisi vain muutama. Kaksi tai kolme lasta kerrallaan on sopivasti. Jos vielä olisi mahdollista järjestää tilanne siten, että toinen aikuisista ohjaisi liikkeitä ja toinen kirjaisi havainnot, olisi tilanne arvioinnin kannalta hyvä. Käytännössä tämäkin olisi saattanut tosin osoittautua toimimattomaksi. Jos juuri nämä muutamat havainnoitavat lapset olisivat olleet yhtäaikaan poissa, emme olisi saaneet suoritettua opinnäytetyömme kannalta tarvittavaa havainnointia ja arviointia.

Haasteita havainnoinnille asetti ajoittain myös viikoittaisten arvioitavien taitojen osa-alueiden määrä lähtö- ja lopputasoarviointien päivinä, kun kyseisen viikon kaikkia osa-alueita piti havainnoida yhden toimintahetken aikana. Vaikka olimmekin alusta asti tiedostaneet, että arvioitavia osa-alueita olisi hyvä olla niukasti, jäimme miettimään olisimmeko voineet rajata arvioitavia osa-alueita vieläkin suppeammaksi. Tämän suuntaista vaihtoehtoa pohdittiin myös työntekijöiltä kerätyssä palautteessa.

Toteutuksen yhdeksi haasteeksi nousi toimintaan osallistuvan päiväkodin työntekijän vaihtuminen viikon välein. Tämä ei ollut suuri haaste, mutta se tarkoitti, että jouduimme jokaisen viikon alussa käymään uuden ihmisen kanssa läpi, miten aamupiiri ja kalenteri linkittyvät toiminnassa toisiinsa, eli esimerkiksi kuinka käytännössä on päivittäin toimittu, mihin lapset istuvat, kuka lukee mitäkin ja mitkä tarkalleen ovat meidän roolimme toiminnassa. Maanantaisin vaihtuvan työntekijän mukaan tuleminen tuntui vaikuttavan myös lapsiin. Jos aikuinen ei oikein ollut varma omasta roolistaan aamupiirin aikana, koimme lasten olevan hieman normaalia levottomampia. Oliko kyseessä sitten maanantain levottomuutta viikonlopun jäljiltä vai tosiaan ohjaajan vaihtumiseen liittyvää, voimme vain arvailla. Toiminnassamme oli mukana koko toteutuksen aikana kuitenkin kolme eri työntekijää, joiden erilaiset ohjaustyylit selkeästi vaikuttivat muun muassa toiminnan sujuvuuteen ja lasten innostuneisuuteen. Huomasimme, että tavalla jolla aikuinen luki tarinaa oli vaikutusta lapsiin. Aikuisen eläytyvä lukutapa innosti lapsia ja auttoi heitä pääsemään mukaan tarinaan ja sen hahmoihin, jolloin he jaksoivat myös paremmin keskittyä kuuntelemaan tarinaa ja ohjeita.

Toteutuksen aikana nousi esiin useita haasteita, joista moniin pystyimme reagoimaan nopeastikin ja vaikuttamaan niihin itse. Nämä pienemmät haasteet ja niiden pohjalta tehdyt muutokset ovat luettavissa Toiminnan kehittyminen -liitteessä (liite 4). Edellä mainitut lasten suuri ryhmäkokoa ja toimintaan osallistuvien aikuisten vaihtuminen olivat kuitenkin asioita, jotka vaikuttivat toimintaamme toteutuksen alusta loppuun saakka, emmekä pystyneet itse niihin vaikuttamaan.

Opinnäytetyötä tehdessä olemme oppineet hyvin paljon liittyen esimerkiksi omaan työskentelyymme, työprosessiin sekä yhteistyöhön ulkopuolisen toimijan kanssa. Keskinäinen yhteistyömme on sujunut koko työn ajan erittäin sujuvasti ja olemme kannustaneet toisiamme eteenpäin tiukoissakin kohdissa. Alkuun opinnäytetyöprosessi vaikutti hyvin suurelta ja hankalasti käsitettävältä kokonaisuudelta, mutta työn edetessä saimme yhä paremman kuvan mitä opinnäytetyön tekeminen todella on. Vähitellen kokonaiskuva omasta opinnäytetyöstä alkoi selkiintymään, eikä valmis työ vaikuttanut enää mahdottomalta ja kaukaiselta ajatukselta. Työtapamme ovat hyvin samanlaiset ja tämä helpotti yhteistyötä sekä työn etenemistä hyvässä tahdissa. Olimme varautuneet opinnäytetyön vaativuuteen, mutta silti työn määrä ylitti odotuksemme. Olemme pysyneet melko hyvin alkuperäisessä aikataulussa, vaikka jouduimme välillä suunnittelemaan joitakin asioita uusiksi ja joustamaan aikatauluissa. Tämä oli meille molemmille opin paikka, ettemme voineetkaan täysin kaikkea itse kontrolloida ja suunnitella. Prosessityöskentelystä opimme, että työn vaiheet eivät aina etene lineaarisesti peräkkäin, vaan lomittautuvat toisiinsa, jolloin on tehtävä useaa asiaa samanaikaisesti tai mahdollisesti on jouduttava palaamaan taaksepäin. Läpi prosessin olemme joutuneet tekemään nopeita päätöksiä. Nopeat päätöksenteot ovat myös olleet

henkilökohtaisen mukavuusalueemme ulkopuolella, sillä kuluttaisimme mielellämme enemmänkin aikaa asioiden tarkasteluun eri näkökulmista.

Olemme tyytyväisiä, että saimme työelämäkumppaniksemme päiväkotia Horisontin ja yhteyshenkilöksi päiväkodin johtajan. Yhteistyö meidän ja päiväkodin välillä toimi erittäin hyvin ja saimme siitä kiitosta loppupalautekeskustelussa. Positiivisena asiana mainittiin omatoimisuutemme ja ymmärryksemme päiväkodin asemasta opinnäytetyön aiheen antajana ja yhteistyökumppanina. Koemme, että onnistuneeseen yhteistyöhön vaikuttivat avoin keskusteluyhteys molempiin suuntiin ja rehellisyys työtä koskevista asioista. Olimme toistemme tavoitettavissa aina tarvittaessa ja keskustelimme odotuksistamme ja tarpeistamme opinnäytetyön suhteen, jolla pyrimme takaamaan, että kaikki osapuolet saivat parhaan hyödyn irti tästä opinnäytetyöstä.

Jo heti opinnäytetyön prosessin alussa ohjaava opettajamme ehdotti joulukalenterimme tuotteistamista. Tämä ajatus seurasikin mukana koko työskentelyn ajan, mutta emme kuitenkaan loppujen lopuksi lähteneet tuotteistamaan tuotostamme, sillä emme kokeneet sitä tarpeelliseksi omia tarkoituksiamme ajatellen. Opinnäytetyön ollessa täydessä vauhdissa ja muiden henkilökohtaisen elämän muutosten aikaan emme ehkä ehtineet tutustua tuotteistamiseen kunnolla, jolloin ajatus siitä jäi etäiseksi. Tämä mahdollisuus on kuitenkin vielä jäljellä tulevaisuudessa ja kuulostaa hienolta idealta, että tätä kalenteria myytäisiin meidän nimissämme. Kalenterin tuotteistaminen varmistaisi sen, että me saisimme sen kunnian ja maininnan tämän työn ideasta ja toteutuksesta, jolloin kukaan muu ei voisi ideaamme omia. Emme ole vielä ehtineet pohtia loppuun saakka, haittaisiko meitä mahdollisesti, jos joku tahon käyttäisi ideaamme lupaa pyytämättä. Onko tässä tuote, joka kannattaisi ylpeydellä pitää omilla nimillä vai antaa vain olla näin ja levitä vapaasti, koska meillä ei välttämättä riittäisi jaksaminen ja henkilökohtaiset resurssit enää tuotteistamiseen.

Tämä työ on onnistunut täyttämään työelämän käytännön tarpeet ja toiveet, jotka ovat olennainen osa opinnäytetyötä (Vilka & Airaksinen 2003, 10). Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa pohdimme työn ideaa, sekä asetimme tavoitteet tiedostetusti, harkitusti ja perustellusti, kuten Vilka & Airaksinen (2003, 26) ehdottavat. Onnistuimme luomaan kestävän ja muokattavan joulukalenterin, sekä harjoittamaan lasten motorisia perustaitoja tarjoamalla heille ylimääräisen pienen päivittäisen liikuntatuokion. Kuten päiväkotia Horisontin johtajakin, koemme että suunnittelemaamme kalenteria voidaan hyödyntää muutenkin kuin vain jouluna. Itsellemme tuli mieleen, että kalenterin pohjaa voisi hyvin käyttää myös esimerkiksi pelilautana ympäri vuoden. Mielestämme olemme osoittaneet opinnäytetyössämme varhaiskasvatuksen ja sosiaalialan tietojen ja taitojen osaamista, sekä kehittävän ja tutkimuksellisen asenteen omaamista, kuten asiaan kuuluu (Vilka & Airaksinen 2003, 10). Tämä opinnäytetyö ja sen tuotokset ovat olleet hyvin antoisia sekä



meille itsellemme että päiväkotit Horisontille. Jatkossa voitaisiin tutkia miten paljon toistoja lapset saavat tällaisen liikunnallisen kalenterin kautta, tai miten lasten taidot parantuisivat jos pienempi ryhmä pääsisi intensiivisemmin harjoittamaan liikuntaa tässä muodossa. Kalenterin tarinan hyödyntämistä lasten sosiaalisten taitojen harjoittamiseen voitaisiin myös tutkia, sillä se sisältää paljon hyviä teemoja joita lasten kanssa voisi käsitellä. Joulukalenterin karttaa voitaisiin hyödyntää lisäksi saduttamisen tukena. Tässä olisi myös aihetta tutkimukselle, jossa voitaisiin esimerkiksi tutkia, kuinka kartan avulla voisi saduttaa tai millä eri tavoin karttaa voisi käyttää sadutuksessa.

## Lähteet

### Painetut lähteet

Bronfenbrenner, U. & Morris, P.A. 1998. The Ecology of Developmental Processes. Teoksessa Damon, W. (toim.) Handbook of Childhood Psychology. Vol. 1: Theoretical Models of Human Development. New York: Wiley, 993 - 1028.

Gallahue D.L., Ozmun, J.C. & Goodway, J.D. 2012. Understanding motor development. 7. painos. New York: McGraw-Hill.

Goswami, U. 1998. Cognition in Children. Hove, UK: Psychology Press.

Goswami, U. 2011. Inductive and Deductive Reasoning. Teoksessa Goswami, U. (toim.) Handbook of Childhood Cognitive Development. 2. painos. United Kingdom: Wiley-Blackwell, 399 - 419.

Heikkinen, H.L.T., Rovio, E. & Kiilakoski, T. 2006. Toimintatutkimus prosessina. Teoksessa Heikkinen, H.L.T., Rovio, E. & Syrjälä, L. (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen mentelmät ja lähestymistavat. 1. painos. Helsinki: Kansanvalistusseura, 78 - 93.

Hughes, F. P. 2010. Children, Play and Development. 4. painos. Los Angeles: Sage.

Jaakkola, T. 2014. Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaideaa motoristen taitojen kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.

Karling, M., Ojanen, T., Sivén, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2009. Lapsen aika. 12. painos. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit.

Karvonen, P. 2002. Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. 2. painos. Helsinki: Tammi.

Keltikangas-Järvinen, L. 2012. Pienen lapsen sosiaalisuus. Helsinki: WSOY.

Kokkonen, M. & Klemola, U. 2013. Liikunta tunne ja- ihmissuhdetaitojen opettamisen välineenä. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J., & Sääkslahti, A. (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 204 - 235.

Lindon, J. 2012. Understanding Child Development 0 - 8 Years. 3. painos. London: Hodder Education.

Nurmi, J.-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. 5. uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Piaget, J. 1953. The Origin of Intelligence in the Child. Lontoo: Routledge.

Pulli, E. 2001. Opi liikkuen, liiku leikkien. Liikuntaa esiopetukseen. Helsinki: Tammi.

Pulli, E. 2013. Lupa liikkua. Liikuntaleikkejä ja -tuokioita varhaiskasvatukseen. Helsinki: Lasten Keskus.

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2013. Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Jaakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toim.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 462 - 481.

Sameroff, A. 2010. A Unified Theory of Development. A Dialectic Integration of Nature and Nurture. Child Development 81, 6 - 22.

Storvik-Sydänmaa, S., Talvensaari, H., Kaisvuo, T., & Uotila, N. 2012. Lapsen ja nuoren hoitotyö. Helsinki: SanomaPro.

Sääkslahti, A. 2015. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. 2. painos. Tampere: Tampere University Press.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

### Sähköiset lähteet

Opetushallitus. 2016. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016. Määräykset ja ohjeet 2016:17. Viitattu 13.11.2016.

[http://www.oph.fi/download/179349\\_varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2016.pdf](http://www.oph.fi/download/179349_varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2016.pdf)

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2016. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö. Viitattu 26.10.2016.

<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2016/liitteet/OKM21.pdf?lang=fi>

Ruokonen, R., Norra, J. & Karvinen, H. 2009. Valtakunnallinen selvitys päiväkotien liikuntaolosuhteista. Nuori Suomi ry. Viitattu 30.10.2016.

[http://www.lahiliikuntapaikat.fi/files/lahiliikuntapaikat/Liitetiedostot/Paivakotiselvitys\\_nettilaatu.pdf](http://www.lahiliikuntapaikat.fi/files/lahiliikuntapaikat/Liitetiedostot/Paivakotiselvitys_nettilaatu.pdf)

Soini, A., Kettunen, T., Mehtälä, A., Sääkslahti, A., Tammelin, T., Villberg, J. & Poskiparta, M. 2011. Kolmevuotiaiden päiväkotilasten mitattu fyysinen aktiivisuus. Liikunta & Tiede 49 (1), 52-58. Viitattu 30.10.2016.

[http://www.lts.fi/sites/default/files/lt112\\_tutkimusartikkelit\\_soini.pdf](http://www.lts.fi/sites/default/files/lt112_tutkimusartikkelit_soini.pdf)

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2005. Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17. Helsinki: Yliopistopaino. Viitattu 3.11.2015.

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/113633/URN%3aNB%3afi-fe201504225286.pdf?sequence=1>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013. Muutosta liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:10. Tampere: Suomen Yliopistopaino. Viitattu 30.10.2016.

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110504/URN\\_ISBN\\_978-952-00-3412-2\\_korj.pdf?sequence=3](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110504/URN_ISBN_978-952-00-3412-2_korj.pdf?sequence=3)

Sääkslahti, A. 2016. Kolme tuntia päivittäin - uudet suositukset varhaisvuosien fyysiselle aktiivisuudelle korostavat iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Liikunta & Tiede 53-5/2016, 13 - 16. Viitattu 12.11.2016.

[http://www.lts.fi/sites/default/files/page\\_attachment/Lt\\_5-16\\_13-16\\_lowres.pdf](http://www.lts.fi/sites/default/files/page_attachment/Lt_5-16_13-16_lowres.pdf)

**Kuviot**

Kuvio 1: Toimintatutkimuksen spiraalimalli .....	18
Kuvio 2: Tasapaino: staattinen .....	28
Kuvio 3: Tasapaino: dynaaminen .....	28
Kuvio 4: Hyppääminen: loikkaaminen .....	29
Kuvio 5: Hyppääminen: tasaponnistus .....	29
Kuvio 6: Hyppääminen: yhdellä jalalla .....	30
Kuvio 7: Välineen käsittely: alakautta heitto kahdella kädellä.....	31
Kuvio 8: Välineen käsittely: tarkkuusheitto yhdellä kädellä .....	31
Kuvio 9: Välineen käsittely: vierittäminen kahdella kädellä.....	32

**Liitteet**

Liite 1: Joulukalenteri .....	46
Liite 2: Tarina ja liikuntatehtävät .....	47
Liite 3: Motoristen taitojen arviointilomake.....	60
Liite 4: Toiminnan kehittyminen .....	63
Liite 5: Nallekortit .....	67
Liite 6: Lasten Nallekortti -palaute .....	68
Liite 7: Henkilökunnan palautekysely.....	69
Liite 8: Opinnäytetyösopimus .....	70
Liite 9: Tutkimuslupa.....	72
Liite 10: Tiedote henkilökunnalle .....	74
Liite 11: Tiedote perheille .....	75
Liite 12: Kotisatamien esitietolomake.....	76

Liite 1: Joulukalenteri



## Liite 2: Tarina ja liikuntatehtävät

## 1.joulukuuta, tiistai

Sammalniemessä, aivan mantereen kärjessä, on Urho -piraattioravan koti. Urhon koti on maalla oleva vanha merirosvolaiva, jonka hän on saanut isoisältään. Laiva on tummanruskea ja aivan sammaleen peitossa. Mastot ovat menneet poikki kovassa myrskyssä, eikä Urholla ole taitoja korjata niitä. Laivan ympäri kulkee rivistö pieniä pyöreitä ikkunoita. Ikkunalasit kiiltävät aina auringonpaisteessa, sillä Urho pitää ne tarkkaan puhtaina, jotta auringonsäteet pääsevät sisälle laivaan. Urhon mielestä on todella inhottavaa ja tylsää, kun talvella on hurjan pimeää. Aurinko ei paista päivittäin, on vain harmaata ja kylmää. Urhosta tuntuu kuin olisi yö koko ajan. Siksi Urho odottaa joulua kovin malttamattomana ja innoissaan. Jouluna koko (saaristo) välkehtisi ja loistaisi kuin koristeltu joulukuusi. Urho pystyy näkemään nämä kaikki ihanat valot kotoa käsin.

On joulukuun 1. päivä ja Urho tuntee itsensä kovin yksinäiseksi aamuhämärässä. Hän toivoo, että hänellä olisi luonaan joku ystävä, jonka kanssa jakaa alkava joulun odotus. Lähellä Urhon kotia asuu hänen ystävänsä Reetta Rotta. Yhtäkkiä Urho huomaa ikävöivänsä tätä kovasti. Hän päättää hämärästä huolimatta lähteä ystävänsä luokse kylään. Reetan luokse päästäkseen Urhon täytyy kulkea metsän läpi, joten hän hakee taskulamppunsa ruumasta. Kauhukseen hän kuitenkin huomaa paristojen loppuneen, eikä arkussakaan ole enää uusia. Urho pohtii vaihtoehtojaan; hän voisi jäädä yksin kotiin odottamaan valoisampaa aikaa, mutta siihen on vielä kovin pitkä aika. Tai hän voisi lähteä Reetan luokse ilman taskulamppua. Urho haluaa kovasti ystävänsä luokse, mutta häntä hieman pelottaa lähteä metsään ilman valoa. Urho reipastuu ja muistuttaa itsellensä olevansa sentään merirosvoille sukua! Kyllä hän pienen matkan uskaltaa metsän läpi kulkea hämärässäkin, hän ajattelee.

Urho avaa oven ulos pimeään ja laskeutuu kannelta ankkurin ketjua pitkin alas maahan. Hän lähtee matkaan. Ensin Urhosta tuntuu, että hän pystyy hyvin kulkemaan polkua pitkin pimeässäkin, mutta sitten hän kuulee takaansa outoja rasahduksia huurteisessa talvimetsässä. Hän alkaa kävelemään reippaammin ja sitten vielä juosta. Hämärässä metsä näyttää vieraalta, eikä Urho enää tunnista polkua kypäliensä alla. Hän on eksynyt. Nyt hän todella tarvitsisi apua!

*Aikuinen kehottaa lapsia auttamaan Urhoa löytämään polun Reetan luo.  
Aikuisella voi olla yksi yhteinen taskulamppu tai kaikilla lapsilla omansa.  
Maahan on merkitty polku esim. maalarinteipillä, jota lasten tulisi seurata.*

*Lähtekää hiippailemaan metsässä ihan hiljaa varpaillaan, kunnes löydätte polun. Kulkekaa rauhallisesti ja tarkasti polkua pitkin. Älkää poistuko polulta, ettette tekin eksy!*

*Kun lapset ovat kiertäneet salia riittävästi ja tulleet takaisin kartan alle, tarina jatkuu.*

Teidän ansiostanne Urho on nyt löytänyt takaisin tutulle polulle, eikä metsässä ole enää niin hämärää. Hän näkee Reetan kodin ja lähtee iloisin mielin kulkemaan sitä kohti.

*Leikit/ tehtävät: Harjoitellaan dynaamista tasapainoa liikkumalla ja hiiviskelemällä metsässä. Varpaillaan hiippailua ja tasapainoilua pitkin pimeää/hämärää salia, kunnes lapset löytävät maasta piirretyn polun. Lapset jatkavat kävelyä hiljalleen ja tarkasti pitkin polkua, jotta eivät eksyisi siltä. Aikuinen päättää, kun on hiippailtu tarpeeksi metsässä. Tehtävä loppuu kartan alle, jossa luetaan vielä tarinan loppuosa.*

*Välineet: Taskulamppu(ja), maalarinteippiä tms. polun merkitsemiseen.*

## 2. joulukuuta, keskiviikko (lähtötasoarviointi)

Piraattiorava Urho on löytänyt ystävänsä Reetta Rotan talolle. Taloa oli vaikea huomata hämärässä, sillä Reetalla ei ole vielä jouluvaloja koristamassa mökkiään. Urho koputtaa oveen ja Reetta tulee avaamaan. Urho toivottaa Reetalle hyvää joulunaikaa ja kertoo miten hänelle tuli ikävä tätä, joten hän päätti tulla kylään. Reetta ilahtuu tästä kovasti.

Urho kertoo Reetalle kuinka ei meinannut löytää tämän mökkiä hämärässä. Reetta harmittelee asiaa ja kertoo, että hän ei yksin saa koristevaloja kiinnitettyä. Urho haluaa auttaa Reettaa, jotta hänen olisi jatkossa helpompi löytää ystävänsä luokse. Yhdessä kaksikko kaivaa jouluvalot pahvilaatikoista ja ryhtyy hommiin! Reetta neuvoo Urhoa mihin valot kiinnitetään, mutta valoja on todella paljon!

*Aikuinen kehottaa lapsia auttamaan Reettaa ja Urhoa kiinnittämään valoja. Aikuinen kertoo mihin Reetta valot haluaa (eri asennot). Ensin tehdään liike paikoillaan ja sitten liikkuen. Liikkeinä voi olla esim.*

- *kurkotus kattoon jalat kokonaan maassa, varpaillaan ja kantapäillä*
- *yhdellä jalalla seisominen (molemmat jalat vuorollaan)*
- *kontallaan, nostetaan vastakkaiset ja saman puolen raajat ylös yhtä aikaa (molemmat puolet vuorollaan)*



Huhheijaa, mikä urakka. Nyt on Reetalla kauniit jouluvalot ripustettu koristamaan mökkiä. Urholle tuli hyvä ja lämmin mieli, kun sai auttaa Reettaa. Reetta kertoo Urholle, että on menossa Ville Villisian luokse pikkujouluihin perjantaina. Villen luokse on pitkä matka, koska hän asuu syvemmällä metsässä, kauempana rannasta. Urhokin kertoo saaneensa kutsun juhliin. Reetta pyytää Urhoa jäämään yöksi, jotta he voivat aamulla varhain lähteä kulkemaan yhdessä Villen luokse.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan staattista tasapainoa (paikallaan) ja dynaamista tasapainoa (liikkeessä), autetaan Urho kiinnittämään jouluvaloja Reetalle. Reetta käskee Urhoa esim. pysymään jossakin tietyssä asennossa tietyn aikaa (lasketaan hitaasti viiteen).*

*Välineet: Oma keho.*

### 3. joulukuuta, torstai

Urho ja Reetta olivat lähteneet aikaisin aamulla kulkemaan kohti Ville Villisian kotia ja huomenna pidettäviä pikkujouluja. He olivat pakanneet mukaansa eväitä ja heillä oli mukanaan myös Reetan lyhdyt valaisemassa polkua. Urhoakaan ei matka pelottanut niin paljoa, kun lyhdyt loistivat pimeässä. Nyt he ovat saapuneet suuren kiven juureen ja pitävät evästauon. Syömisen jälkeen he muistavat, että heillä ei olekaan mitään viemistä Villen juhliin. He tietävät, että Ville rakastaa pähkinöitä ja päättävät etsiä metsästä Villelle lajitelman erilaisia pähkinöitä. Samalla kun he kulkevat eteenpäin, Urho ja Reetta etsivät ja keräävät pähkinöitä.

*Aikuinen kehottaa lapsiakin osallistumaan pähkinöiden keräämiseen. Kerätään pähkinöitä tasapainoillen ylhäältä, sivuilta, edestä, takaa, alhaalta. Kuljetaan pitkin salia esim. puunrunkoa pitkin tasapainoillen, kiveltä toiselle astuen jne. Kun pähkinöitä on keräilty riittävästi, lapset kerääntyvät takaisin kartan alle ja luetaan loppuosa sadusta.*

Urho ja Reetta ovat saaneet eväskorin täyteen herkullisia pähkinöitä. Niistä Ville varmasti ilahtuu! Nyt ei ole enää pitkä matka juhlapaikalle.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan staattista tasapainoa (paikallaan) ja dynaamista tasapainoa (liikkeessä) pähkinöitä kerätessä.*

*Välineet: Voidaan tehdä temppurata kuvaamaan polkua. Käytetään esim. geopaloja, köysiä, vanteita, penkkejä, mitä kaikkea on mahdollisuus käyttää.*

#### 4.joulukuuta, perjantai (loppuarviointi)

Kun Urho ja Reetta saapuvat vihdoinkin metsäaukiolle, jossa Villen koti on, heidät kohtaa upea näky. Ville on koristellut kotinsa mitä hienoimmilla ja näyttävimmillä jouluvaloilla ja muilla koristeilla. Ikkunoissa loistaa tähtösiä ja ovesa roikkuu valoisa joulukoriste. Pihalla tuoksuu herkulliselle aivan piparilta ja riisipuuroilta. Juhliloita näyttää saapuvan metsän joka kolkasta ja iloinen musiikki täyttää metsäaukion. Reetta ja Urho löytävät Villen vieraiden joukosta ja ojentavat hänelle korin täydeltä herkkupähkinöitä. Miten yllättynyt ja onnellinen Ville onkaan tästä lahjasta! Urho ja Reetta tulevat itsekin vielä iloisemmiksi huomattuaan Villen hyvän mielen.

Ville kertoo, että kaikki vieraat saavat esiintyä ja viihdyttää toisiaan erilaisia esityksillä. Ville toivoo, että Urho ja Reetta esittäisivät hienoja tasapainoilutemppeja. Urho innostuu tältä mahdollisuudesta, sillä onhan hän hyvinkin taitava ja ketterä piraattiorava!

*Aikuinen ohjeistaa lapsia tekemään temppeja Urhon kanssa. Staattiset harjoitukset, eli kurkotus kattoon jalat kokonaan maassa, varpaillaan ja kantapäillä yhdellä jalalla seisominen (molemmat jalat), kontallaan, nostetaan vastakkaiset ja saman puolen raajat ylös yhtä aikaa (molemmat puolet) kuljetaan pitkin salia esim. puunrunkoa pitkin tasapainoillen, kiveltä toiselle astuen jne. (geopalat).*

Reetan ja Urhon taidonnäytteen jälkeen muut vieraat antavat raikuvat aplodit. On mukavaa, kun on ystäviä ympärillä. Kaikkien vieraiden esitysten jälkeen he pääsevät syömään ja tanssimaan. Juhlat jatkuvat vielä pitkään.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan staattista tasapainoa (paikallaan) ja dynaamista tasapainoa (liikkeessä) tasapainotemppejen avulla.*

*Välineet: Oma keho.*

#### 5. ja 6.joulukuuta, viikonloppu

Villen pikkujouluissa Urho on tavannut vanhan tuttunsa Santtu Saukon, joka asuu lähellä meren rantaa (6.) Hän kutsuu Urhon kylään luoksensa ja juhlien jälkeen he lähtevät matkaan.

Perille päästyään Urho ihmettelee, miksi Santulla on kotonaan niin mahdottoman paljon pieniä upeasti koristeltuja piparkakkutaloja. Santtu kertoo olevansa menossa vastarannalle

joulumarkkinoille myymään piparkakkutaloja. Voi miten ihanalta kuulostaa, Urho miettii. Hän pyytää, että saisi lähteä Santun mukaan vastarannan markkinoille. Santtu ilahtuu kovasti ja toteaa, että “totta kai, yhdessä ystävän kanssa on paljon hauskeempaa kulkea”.

#### 7. joulukuuta, maanantai (lähtötasoarviointi)

Kun Urho ja Santtu saapuvat rantaan, joulumarkkinoiden valmistelut ovat täydessä käynnissä. Yksi keittää puuroa, toinen tekee lämmintä juotavaa ja kolmas asettelee pieniä jouluherkkuja esille kojuunsa. Väkeä on jo paljon paikalla ja Urhon on hieman hankala liikkua torilla.

Santun ja Urhon olisi kuitenkin saatava piparkakkutalot vietyä Santun kojulle myytäväksi. Miten ihmeessä se onnistuu tässä väen paljoudessa? Santtu keksii, että he voisivat hyppiä ja loikkia varovasti muun väen joukossa, ovathan he molemmat ketteriä ja notkeita. Liikkeellä on sekä isoja että hyvin pieniä eläimiä, joten kaverusten on oltava tarkkoina etteivät törmää kehenkään tai astu toisten päälle.

*Aikuinen ohjeistaa lapsia millä tavalla liikutaan eteenpäin. Varotaan toisia, ettei törmätä ja rikota piparkakkutaloja. Liikkumismuotoina voi olla*

- *tasaponnistus: hypätään pienten vipeltäjien yli*
- *hyppy yhdellä jalalla: väistetään toisia*
- *loikkaaminen: liikutaan itse eteenpäin torilla.*

Hienoa, he pääsivät Santun kojulle! Ja kaikki piparkakkutalotkin ovat ehjiä. Urho auttaa Santtua asettelemaan talot esille kojuun ja kiitokseksi avusta Santtu ojentaa Urholle kaikista hienoimman talon lahjaksi. Urholle tulee hyvä ja lämmin olo sydämeen, oli upeaa auttaa ystävää.

*Leikit/ Tehtävät: Harjoitellaan erilaisia tapoja hyppiä: tasaponnistus, hyppy yhdellä jalalla ja loikkaaminen.*

*Välineet: Oma keho.*

#### 8. joulukuuta, tiistai

Majakkasaarella asuva joulupukin apulainen, merirosvotonttu Maisa on myös saapunut markkinoille. Joulupukki on toivonut, että Maisa paketoisi ja säilyttäisi saariston asukkaiden joululahjoja majakassaan, jotta pukki sitten jouluaattona voisi hakea ne majakasta ja jakaa ne saariston asukkaille. Maisa oli hyvin ylpeä vastuutehtävästään eikä ollut halunnut jättää

joululahjoja vartioimatta majakkaan markkinoiden ajaksi. Hän oli ottanut lahjat mukaansa, mutta matkalla markkinoille oli noussut myrsky, joka oli viskonut lahjat ympäri saarta.

Markkinoilla Maisa kertoo kurjasta sattumuksesta Urholle ja kertoo olevansa huolissaan siitä, että löytääkö hän kaikki lahjat ennen joulua. Urhosta tuntuu pahalta Maisan puolesta ja hän päättää auttaa Maisaa lahjojen etsinnässä. Saari on suuri, mutta onneksi vielä on aikaa. He lähtevät etsimään paketteja eri suunnista ja sopivat tapaavansa Maisan majakalla.

*Aikuinen ohjeistaa lapsia lähtemään Urhon avuksi etsimään saariston asukkaiden paketteja metsäpolulle. Urho on innoissaan eli jaksaa hyppiä paljon! Ensiksi lähdetään etsimään paketteja kohdasta 8. Metsäpolku tehdään geopaloista, hyppynaruista, huopaisista jalanjäljistä, jne. Liikutaan esteiden yli tasahyppelyllä.*

Alkuinnostuksestaan huolimatta Urho ei löytänyt yhtään kadonnutta lahjapakettia metsäpolulta. Niinpä hän päättää jatkaa etsintöjään kohti Pääkallovuorta.

*Leikit/Tehtävät: Harjoitellaan tasahyppyä liikkuen eteenpäin "metsäpolulla".*

*Välineet: Geopalat, hyppynarut, huopaiset jalanjäljet, jne.*

## 9. joulukuuta, keskiviikko

Matkalla kohti Pääkallovuorta Urho tapaa metsässä asuvia eläimiä. Hän kyselee heiltä ovatko he sattuneet näkemään metsässä lahjapaketteja myrskyn jälkeen. Eläimet miettivät, mutta eivät muista tarkkaan. He kuitenkin haluavat auttaa Urhoa ja lähtevät yhdessä etsimään paketteja.

*Aikuinen kertoo mikä eläin auttaa Urhoa ja millä tavalla se loikkii. Lapset matkivat eläimen liikettä. Eläiminä voi olla esim.*

- sammakko
- jänis
- kissa
- orava
- hiiri
- poro

*jne.*

*Ja viimeisen eläimen kanssa Urho löytääkin kadonneen lahjapaketin.*

Urho on hyvin mielissään löytyneestä paketista ja iloinen eläinten avusta. Eräs jänis antaa hänelle suuren reppunsa, johon Urho voi laittaa löytämänsä paketin. Hän kiittää metsän asukkeja ja jatkaa matkaansa kohti Pääkallovuorta, josta hän toivoo löytävänsä lisää lahjoja.

*Leikit/Tehtävät: Harjoitellaan eri tavoilla loikkimista eläinten innostamina.*

*Välineet: Oma keho.*

10.joulukuuta, torstai

Urho on saapunut Pääkallovuoren juurelle. Siellä hän huomaa suuren suon. Ja keskellä suota hän on näkevinään jotain kultaista. Voisiko se olla yksi kadonneista paketeista? On vain yksi tapa selvittää asia. Urho lähtee varovaisesti hyppimään mättäältä mättäälle, jottei vain joutuisi upottavaan märkään suohon.

*Aikuinen neuvoo lapsia hyppimään yhdellä jalalla paikallaan ja eteenpäin ympäri salia, merkkejä pitkin (esim. geopalat, jalankuvat, vanteet).*

Urhon arvaus osuu oikeaan, keskeltä suota löytyy upea kultainen lahjapaketti. Lahjapaketti on yllättävän painava. Urho laittaa tämänkin paketin reppuunsa. Urho on tyytyväinen löytyneistä paketeista, mutta tietää, että paketteja on vielä monta löytämättä. Urho miettii, montakohan lahjaa Maisa on jo löytänyt.

*Leikit/Tehtävät: Harjoitellaan yhdellä jalalla hyppimistä paikallaan ja merkkien eteenpäin johdattamana.*

*Välineet: Erilaiset paikallaan pysyvät lattiamerkit, esim. geopalat, jalankuvat, vanteet,...*

11.joulukuuta, perjantai (loppuarviointi)

Urho reitti on johdattanut hänet jo keskelle saarta. Yllättäen hän kohtaa Maisan metsän ja vuorten välissä. Maisa kertoo löytäneensä kuusi lahjapakettia ja nyt hän aikoo viedä ne suoraan Majakkasaarelle talteen. Urho antaa löytämänsä paketit Maisan mukaan, jotta hänen on kevyempi jatkaa etsintäretkeään. Maisa ja Urho päättävät sytyttää leirinuotion lämmitelläkseen. Ulkona on jo kylmä, kohta varmaan alkaa sataa lunta. He laulavat merirosvolauluja ja hyppelehtivät nuotion äärellä.

*Aikuinen näyttää mallia miten hypitään: tasaponnistus, hyppy yhdellä jalalla, loikkaaminen.*

Nyt on Urholla ja Maisalla lämmin! He syövät nuotion ääressä iltapalaa ja käyvät sen jälkeen levolle. Seuraavana aamuna molemmat jatkavat taas matkaa omiin suuntiinsa. He sopivat, että Urho tulee Majakkasaarelle, kunhan on kiertänyt saaren pohjoispuolen etsien lahjapaketteja.

*Leikit/Tehtävät: Harjoitellaan kaikkia viikon taitoja; loikkaaminen, yhdellä jalalla hyppiminen ja tasaponnistus.*

*Välineet: Oma keho. Voidaan myös rakentaa leikkinuotio käsillä olevista välineistä.*

12. ja 13. joulukuuta, viikonloppu

Urhon etsintämatka on jatkunut jo pitkään. Hän on kiertänyt jopa pohjoisen vuoret, mutta ei valitettavasti ole löytänyt enempää paketteja. Urho päättää kulkea vielä vuorten välisestä solasta, jos sieltä vaikka löytyisikin kadonneita paketteja.

14. joulukuuta, maanantai (lähtötasoarviointi)

Solastakaan Urho ei löytänyt lahjoja. Hän päättää kulkea läpi metsän, kohti rantaa ja Maisan majakkaa. Metsän reunalla kasvaa hyvin tiheä piikkipensasaita, jonka läpi Urhon on päästävä. Häntä pelottaa pensaan terävät piikit, mutta ei auta, eteenpäin on päästävä! Urho rämpiä pensaan läpi ja on jo lähes toisella puolella, mutta yhtäkkiä jokin tarraa kiinni hänen reppuunsa. Hän yrittää riuhtoa reppua irti, mutta se on jumissa piikeissä. Urho kerää kaikki voimansa ja repäisee reppua vielä kerran. Kuulu vain "RÄKS" ja repun sisältö leviää ympäriinsä maahan. Voi ei! Sinne lensivät kaikki Urhon matkalla keräämät eväskävyt sekä Santun antama piparitalo. Kuinka Urho saa kerättyä kaiken takaisin reppuun?

*Aikuinen ohjeistaa lapsia vuorollaan vierittämään, heittämään alakautta kahdella kädellä ja heittämään yhdellä kädellä "kävyt" (pienet pallot, herne pussit, tms.), takaisin reppuun (isohko ämpäri tms.) Heittotapa vaihtuu triangelin soitosta.*

Urho sai onneksi kerättyä kaikki kävyt takaisin rikkiinäiseen reppuunsa, mutta piparitalo hajosi pieniksi paloiksi. Niinpä hän päättää syödä sen nyt välipalaksi. Urho jatkaa matkaa revennytt reppu sylissään.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan vierittämistä, heittämistä alakautta kahdella kädellä ja yläkautta yhdellä kädellä.*

*Välineet: Pienet pallot, hernepussit, tms. muut helpot heitettävät, isohko ämpäri, säkki tms. Triangeli tai joku muu joka toimii äänimerkkinä.*

15. joulukuuta, tiistai

Urho on saapunut saaren pohjoisrannalle. Rannalla on paljon lätäköitä, joiden vesi on jäänyt. Urho koettaa tassulla yhtä lätäköä ja jää rasahtaa hauskesti tassun alla. Urho poimii maasta pienen kiven ja heittää sen kauempana olevaan lätäkköön. Onpa kivaa, ajattelee Urho ja jatkaa kivien heittelyä lätäköiden jäiseen pintaan.

*Aikuinen kehottaa lapsia osallistumaan leikkiin Urhon kanssa. Heitellään kiviä (palloja, hernepusseja, tms.) lätäköihin (vanteet, geopaloja, tms.) alakautta kahdella kädellä.*

Urholla oli todella hauskaa. Jään rikkoutumisen katseleminen oli jännää! Mutta nyt Urhon tarvitsee veneen, jolla hän pääsee Majakkasaareen. Hän muistaa nähneensä pienen soutuveneen matkallaan rannalle ja päättää lainata sitä.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan heittämistä alakautta kahdella kädellä.*

*Välineet: Pehemät pienet pallot, hernepussit, tms., vanteet, geopalat, yms.*

16. joulukuuta, keskiviikko

Urho löysi veneen, joka sattuikin olemaan Maisan vene! Niinpä hän uskalsi lainata sitä. Urho on nyt merellä matkalla majakalle. Kuuluu suuri molskahdus vedestä ja Urho säikähtää. Äkkiä hän kuitenkin huomaa hymyilevän merenneidon nojailevan veneen laitaan. He tervehtivät toisiaan ja Urho kertoo miksi ja minne hän on matkalla. Merenneito huomaa veneen keulassa olevan repeytyneen repun ja tarjoutuu auttamaan Urhoa sen korjaamisessa.

*Aikuinen kertoo lapsille merenneitojen tavasta ommella. Aikuinen kertoo pallon kuvastavan neulaa ja lankaa, jolla reppu kurotaan takaisin kasaan. Lapset jaetaan pareihin ja he istuvat vastakkain jalat haara-asennossa. Palloa vieritetään maata pitkin edestakaisin parin kanssa, niin kuin ommeltaisiin.*

Merenneito ojentaa repun Urholle. "Ole hyvä, nyt se on taas kunnossa." Urho kiittää kauniisti ja toteaa: "Nyt, jos vielä löytäisin edes yhden kadonneista lahjoista ennen Maisan majakkaa." Urhon yllätykseksi merenneito kertoo nähneensä yhden paketin läheisellä laivan hyllyllä. Merenneito lupaa neuvoa reitin hyllylle ja sieltä majakalle, jos Urho vain haluaa. Tottakai paketti on haettava, ajattelee Urho.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan vierittämistä kahdella kädellä, parin kanssa.*

*Välineet: Paikkamerkit esim. geopalat, palloja (voi olla myös eri kokoisia).*

17. joulukuuta, torstai

Merenneito ja Urho ovat löytäneet hyllylle. Totta tosiaan, laivan mastossa näyttää olevan yksi Maisan kadonneista lahjapaketeista! Kuinka Urho saa sen alas sieltä? Urho katselee ympärilleen, mutta ei löydä mitään millä voisi heittää pakettia ja saada sen siten alas. Merenneito ehdottaa, että hän voisi hakea simpukoita meren pohjasta, joilla pakettia voisi yrittää heittää. Hän sukeltaa veden alle ja palaa hetken päästä syli täynnä simpukoita. Urho tarkentaa heittosilmänsä, ottaa yhden simpukan käteensä ja herättelee sisäistä merirosvoaan, sillä ovathan merirosvot tunnetusti tarkkoja tähtäämään!

*Aikuinen neuvoo lapsia heittämään yhden "simpukan" (hernepussi, pikkupallo tms) kerrallaan seinällä oleviin maalitauluihin (paketti = geopaloja tai värikkäitä papereita). Tätä tehdään riittävän kauan.*

Jes! Urho saa kunnan osuman ja paketti putoaa alas. Onneksi merenneito saa sen kiinni ennen vedenpintaa. Urho on mielissään ja onnellinen, kun lahja löytyi ja laittaa sen korjattuun reppuunsa. Hän kertoo olevansa hyvin iloinen, kun tapasi tämän merenneidon ja sai apua. Toverukset hyvästelevät toisensa ja Urho lähtee soutamaan merenneidon osoittamaan suuntaan kohti Majakkasaarta.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan tarkkuusheittoa yhdellä kädellä.*

*Välineet: Hernepussit, pehmeät pallot, tms., heittomerkit jotka saa kiinnitettyä seinään, esim. geopalat, värikkäät paperit.*

18. joulukuuta, perjantai (loppuarviointi)

Urho on päässyt perille Majakkasaarelle. Maisa Merirosvotonttu on häntä vastassa. He hyppivät jälleennäkemisen riemusta ja halaavat toisiaan. Urho ojentaa hyllyltä löytyneen



paketin Maisalle. Maisa kertoo, että nyt kaikki paketit ovat löytyneet. “Kiitos Urho avustasi!”, Maisa iloitsee. Urho huomaa majakan edustalla upean reen. Sen on oltava Joulupukin reki! Maisa selittää, että lahjat on saatava pakattua rekeen, koska pukki tulee tarkastamaan ne pian. “Suurin osa lahjoista on tornissa ylhäällä, enkä saa niitä yksin sieltä alas”, Maisa jatkaa. “Voisitko Urho auttaa minua?”

*Aikuinen kehottaa lapsia auttamaan Urhoa ja Maisaa lahjojen lastauksessa.*

*Lahjoja vieritetään alas majakan portaita sekä heitetään rekeen.*

*Vieritys: lapset vierittävät merkityn viivan takaa palloja kohti rekeä.*

*Heitot rekeen: lapset heittävät alakautta kahdella kädellä sekä yläkautta yhdellä kädellä merkityn viivan takaa kohti rekeä/rekeen.*

*Toimintatapa vaihtuu triangelin soitosta.*

Juuri kun viimeisetkin lahjat on saatu rekeen, Joulupukki saapuu porollaan majakalle. Urho ei voi uskoa onneaan. Hän saa vihdoin tavata pukin! Joulupukki tervehtii lämpimästi Maisaa ja Urhoa. Maisa näyttää ylpeänä pukille lahjareen ja pukki kiittää häntä lahjojen paketoinnista ja säilyttämisestä. Kukaan ei mainitse lahjojen katoamisesta, mutta pukki kääntyy Urhon puoleen ja kuiskaa: “Kiitos, kun autoit Maisaa lahjojen etsinnässä”, ja iskee silmää Urholle. Pukki vielä toivottaa hyvää joulun odotusta ja sanoo Urholle ja Maisalle: “Nähdään sitten jouluaattona!” ennen kuin lähtee matkaan porollaan.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan vierittämistä sekä heittämistä kahdella kädellä alakautta ja yhdellä kädellä yläkautta.*

*Välineet: Reki= pulkka, nurinpäin oleva pöytä + lakana, tms., pallot, triangeli tms.*

19. ja 20. joulukuuta, viikonloppu

Urho katselee majakalta kotiin päin. Hän näkee, että Pääkallovuorensaarella loistavat jo jouluvalot samoin kuin mantereella. Urho on jopa näkevinään valoja jopa oman laivahylkynsä luona. Laavasaarella ei kuitenkaan vielä valot näy loistavan. Siellä asuu Urhon ystävät Sinttu sekä Tane, jotka ovat laivarottia. Urho lähtee käymään heidän luonaan. Urho mielellään auttaisi heitäkin jouluvalmisteluissa.

## 21. joulukuuta, maanantai

Urho on kiertänyt tulivuoren pohjoispuolelta Laavasaaren kärkeen Sintun luokse. Sinttu on yllättynyt, mutta iloinen Urhon kyläilystä. Sinttu on juuri koristelemassa joulukuusta. Urho ehdottaa, jos hänkin saisi auttaa Sinttua korkean kuusen koristelussa.

*Kuvitelkaa jokin todella upea joulukoriste, jonka haluaisitte ripustaa Sintun kuuseen. Ottakaa se käteenne ja ryhtykää toimeen! Kun musiikki soi, lapset saavat liikkua ympäri salia varpailaan (ympäri kuusen) ja kun musiikki lakkaa on pysähdyttävä AIVAN paikoilleen, koska kuusi on kaatumaisillaan. Tätä leikitään, kunnes "kuusi" on koristeltu.*

Tulipa upea kuusi, ajattelevat Sinttu ja Urho. Kuusen valot valaisevat koko pihan. Kiitokseksi avusta Sinttu tarjoaa Urholle glögiä, pipareita ja pähkinöitä. Urho kertoo jatkavansa matkaa seuraavana päivänä Tanen luokse Haipoukamaan. Hän saa kuitenkin jäädä vielä Sintun luokse yöksi.

*Leikit/Tehtävä: Harjoitellaan tasapainotaitoa liikkeessä ja paikallaan.*

*Välineet: Oma keho.*

## 22. joulukuuta, tiistai

Matka Tanen luokse sujui leppoisasti ja talo löytyi helposti, sillä Tane on jo saanut jouluvalot paikoilleen. Kun Urho lähestyy Tanen taloa, hän haistaa ihanan tuoksun! Sisälle päästyään Urholle selviää, että Tane on tehnyt suuren piparkakkutaikinan, josta tuoksukin tuli. Urho pääsee mukaan piparkakkutalkoisiin, jossa vauhti on huima ja piparimuotit sekä taikina lentävät.

*Aikuinen kehottaa lapsia osallistumaan leipomiseen. Heitellään muotteja ja taikinaa toisille (hernepussit/ pallot tms.) Heittotyölyä voidaan vaihtaa aikuisen kehotuksesta/ triangelin soitosta.*

Piparitalkoot jatkuvat myöhään iltaan. Pipareita tulee niin paljon, että Tane sanoo: "Urho, ota sinä näistä osa mukaasi." "Hienoa, voisin viedä muutaman myös Reetalle", Urho kiittelee.

*Leikit/Tehtävät: Harjoitellaan heittämistä kahdella kädellä alakautta ja yhdellä kädellä yläkautta. Voidaan keksiä lisäksi omia tapoja.*

*Välineet: Herne pussit, pehmeät pallot, triangeli tms.*

23. joulukuuta, keskiviikko

Urho on paluumatkalla kotiin. Huomenna on jo jouluaatto, hän ajattelee riemuissaan. Selkärepussa on tallessa Tanen antamat piparit, jotka Urho aikoo jakaa Reetan kanssa. Rannassa Urho jää ihmettelemään miten hän pääsee kotiin mantereen puolelle ilman venettä. Mutta yhtäkkiä hän muistaa, että saarelta kulkee kivistä muodostuva silta, joka tulee esiin vain laskuveiden aikaan. Nythän on se aika! Urho lähtee hyppelemään kiveltä toiselle kohti kotia.

*Aikuinen neuvoo lapsia hyppimään sillalla kiveltä kivelle (geopalat tms.),  
tasahypyillä ja loikaten.*

Mantereelle päästyään Urho hämmästyí, sillä huomaa kotinsa olevan koristeltu jouluvaloin. Perille tultuaan hän löytää Reetta Rotan, Ville Villisian, Santtu Saukon ja merirosvotonttu Maisan kotoaan. Ystävykset ovat yhdessä koristelleet Urhon hyllyn joulukuntoon. Urho on iloinen nyt kun hänenkin kotinsa on valaistu. Urho on onnellinen siitä, että hänen ystävänsä ovat lähellä ja että he voivat yhdessä odottaa joulua. Illan pimetessä he katselevat yhdessä saaristoa, joka loistaa kuin valaistu joulukuusi ja kaikilla on hyvä ja lämmin olo.

*Leikit/tehtävät: Harjoitellaan tasahyppyä, loikkaamista ja yhdellä jalalla  
hyppäämistä.*

*Välineet: Lattiassa kiinni pysyvät merkit, esim. geopalat.*

24. joulukuuta, JOULUAATTO :)







#### Liite 4: Toiminnan kehittyminen

Ensimmäisen viikon taito, jota harjoitettiin, oli tasapaino, johon tarina ja tehtävät liittyivät. Joulukalenterin ensimmäisenä päivänä, 1.12., päiväkodin henkilökunta hoiti toteutuksen, sillä emme päässeet luennon takia itse paikalle. Sovimme, että suoritamme itse seuraavana päivänä lasten lähtötasoarvioinnin, koska työntekijä ei olisi siihen yksin pystynyt. Päiväkodin työntekijä kertoi, että tarina oli hieman liian pitkä, eivätkä lapset jaksaneet keskittyä kunnolla kuuntelemaan. Hän kertoi myös, että lapset olivat hyvin kiinnostuneita kartasta, jonka olimme tehneet esittämään joulukalenteria.

Ensimmäiseen päivään kuului tarinan pohjustus, joka teki tarinasta pidemmän kuin seuraavina päivinä. Osasimme jo odottaakin hieman levottomuutta, mutta tarinan kannalta emme lyhyempään versiota voineet kirjoittaa. Tästä kuitenkin oppineena, pidimme tulevat tarinaosiot lyhyempinä.

2. joulukuuta havaitsimme selkeää levottomuutta lapsissa. Tähän luultavasti vaikutti tuokion ohjaajan vaihtuminen vieraaseen aikuiseen sekä nuorimpien tuleva retki heti tuokion jälkeen. Koimme havainnoinnin haasteelliseksi ohjauksen yhteydessä, vaikka paikalla oli kolme aikuista. Havainnointia vaikeutti se, että joulukalenterin toimintaan osallistuva lapsiryhmä oli suuri, noin 40 lasta. Tästä määrästä meidän havainnoinnin kohteena oli kymmenen kolmevuotiasta lasta. Tällä kerralla paikalla arvioitavia lapsia oli kahdeksan. Ohjauksen kannalta ohjeiden ymmärtämisen varmistaminen ja ohjeiden perille saanti oli hankalaa lapsiryhmän koon takia. Pohdimme, voisiko selkeä äänimerkki esim. triangelin kilahdus auttaa lapsia keskittymään ohjeiden kuuntelemiseen ja päätimme kokeilla sitä seuraavalla kerralla. Koimme tarinan sopivan mittaiseksi tällä kertaa ja lapset vaikuttivat pitävän myös toimintahetkestä.

3.12. totesimme, että on sujuvampaa, kun lapsille tuttu työntekijä toimii pääohjaajana tarinan lukemisessa ryhmän rauhoittamiseksi ja me toimisimme pääohjaajina vuorotellen kalenterin toiminnallisen osuuden aikana. Sovimme myös, että jatkossa työntekijä ei osallistu arviointiin vaan me suorittaisimme sen. Lapset olivat innoissaan mukana tehtävässä. Suunnittelemamme rata oli riittävä, mutta se olisi voinut olla pidempi jonotuksen välttämiseksi. Tällä kertaa ohjeistus sujui hyvin, kun lapset istutettiin paikoilleen vielä näytön ajaksi. Triangelin käyttö äänimerkinä kuuntelemiselle toimi ja päätimme jatkaa sen käyttöä jatkossa. Koimme kannustamisen ja rohkaisemisen oleelliseksi lasten motivaation ja kiinnostuksen ylläpitämiseksi toiminnan aikana.

4.12. huomasimme iloksemme miten hyvin lapset olivat päässeet mukaan tarinaan ja kuinka hyvin he muistivat sen. Tämä oli loppuarviointipäivä tasapainotaidon osalta. Arvioitavia lapsia

oli paikalla kahdeksan kymmenestä, mutta kaikki arvioitavat lapset eivät olleet samoja kuin lähtötasoarvioinnissa. Havainnointi ja arviointi oli edelleen haastavaa. Mietimme videokameran hyödyntämistä, jolloin voisimme keskittyä itse toimintaan paremmin ja arvioida lasten taidot myöhemmin. Koimme usean lapsen tarvitsevan kannustamista ja jopa kädestä ohjaamista toiminnan aikana. Pohdimme, voisiko tällaisesta yksilöllisestä tuesta olla apua taidon kehittymiseen. Totesimme kuitenkin, että opinnäytetyömme fokus ei varsinaisesti ole opettaa kyseisiä taitoja lapsille, vaan enemmänkin antaa mahdollisuus harjoittaa niitä omaan tahtiin.

7.12. oli lähtötasoarviointipäivä, jolloin arvioimme hyppäämistä. Arvioitavia lapsia oli paikalla vain viisi kymmenestä. Olemme havainneet, että arvioitavien lasten määrä vaihtelee ja pohdimme miten tämä tulee vaikuttamaan arviointiin ja opinnäytetyön tulosten luotettavuuteen. Saimme videokameran käyttöön ja päätimme ennen toteutusta jakaa arvioitavat lapset erilleen muusta ryhmästä toiminnan ajaksi, jotta videointi ja arviointi olisi helpompaa. Erilleen jakaminen onnistui ja sovimme tekevämme niin jatkossakin, mutta teknisten ongelmien vuoksi videointi ei onnistunut. Päätimme kuitenkin kokeilla videointia vielä uudestaan lopputasoarvioinnissa. Lapset vaikuttivat olevan levottomia viikonlopun jäljiltä, mutta toiminta oli selkeästi lapsille mieleistä ja kaikkien mielenkiinto pysyi melko hyvin yllä.

8.12. olimme suunnitelleet temppuradan, joka toimi mielestämme kaiken kaikkiaan hyvin, vaikka lapsia oli taas paljon. Lapset joutuivat hieman jonottamaan, mikä aiheutti levottomuutta. Koska jouduimme keskittymään lasten levottomuuksiin, ohjaukselle jäi melko niukasti aikaa.

10. joulukuuta toteutus toimi ja lasten mielikuvitus pääsi valloilleen. Havaitsimme, että tähän suuresti vaikutti ohjaavan aikuisen eläytyminen tarinaan ja toimintaan. Käytimme jo hyväksi todettua temppurataa, mutta jäimme pohtimaan, kuinka vältettäisiin turhaa jonottamista. Olisiko mahdollista tehdä oletettuihin ruuhkakohtiin esimerkiksi ohituskaistat nopeammille temppuilijoille?

11. joulukuuta oli loppuarvioinnin aika. Arvioitavia lapsia oli paikalla kahdeksan. Videointi onnistui, ja koimme jälkikäteen tehtävän arvioinnin helpommaksi kuin paikan päällä tehtävän. Videointi mahdollisti paljon tarkemman arvioinnin, sillä pystyimme palata toimintaan uudelleen ja tarkistaa havaintomme. Eläytyvä lukeminen ja ohjaajien eläytyvä osallistuminen piti yllä mielenkiintoa ja tunnelmaa. Mielestämme toteutus toimi erittäin hyvin.



14.12. oli levotonta. Olemme todenneet, että arviointipäivinä on haasteellista saada sisällytettyä toimintaan kaikki arvioitavat taidot. Kamera kaatui kesken kuvauksen, jolloin emme saaneet videokuvaa kaikista arvioitavista taidoista. Varalta voimme kuvata lapsia myös viikon aikana, jotta meillä olisi edes jotain mihin verrata perjantaina. Toimintaan osallistuva työntekijä vaihtui, joka aiheutti hieman epäselvyyttä työntekijän ja meidän roolien välillä. Siitä huolimatta, että olimme keskustelleet toimintasuunnitelmasta ja meidän roolien jaosta jo ennakkoon. Jotta lasten olisi helpompi orientoitua alkavaan toimintaan, totesimme, että tuttu aloitus olisi hyväksi, esim. piraattipiiristä tuttu alkulaulu. Päätimme kokeilla sitä seuraavana päivänä. Ohjeiden annossa on vielä hieman levottomuutta ja epäselvyyttä siitä, ovatko kaikki ymmärtäneet tehtävän oikein. Sovimme, että kokeilemme seuraavana päivänä antaa ohjeet vasta, kun arvioitavat ja muut lapset on jaettu omiin ryhmiin. Näin ollen pienet kolmevuotiaat toivottavasti kuuntelevat ohjeet paremmin kuin suuressa ryhmässä.

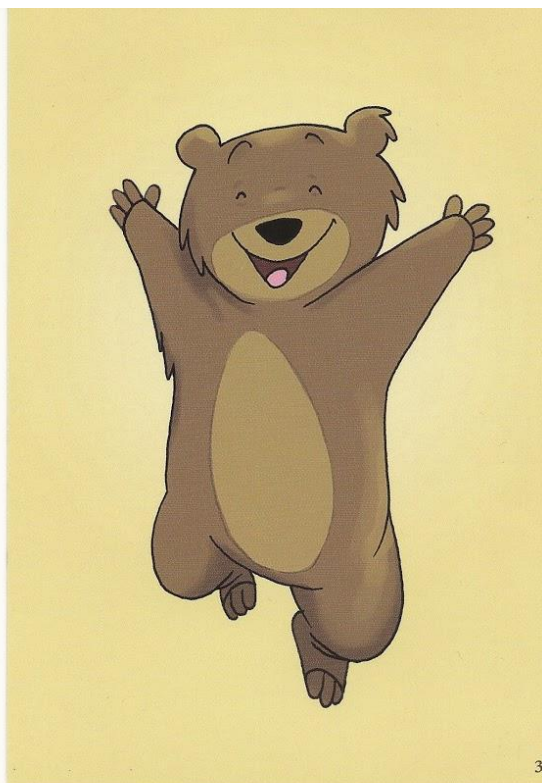
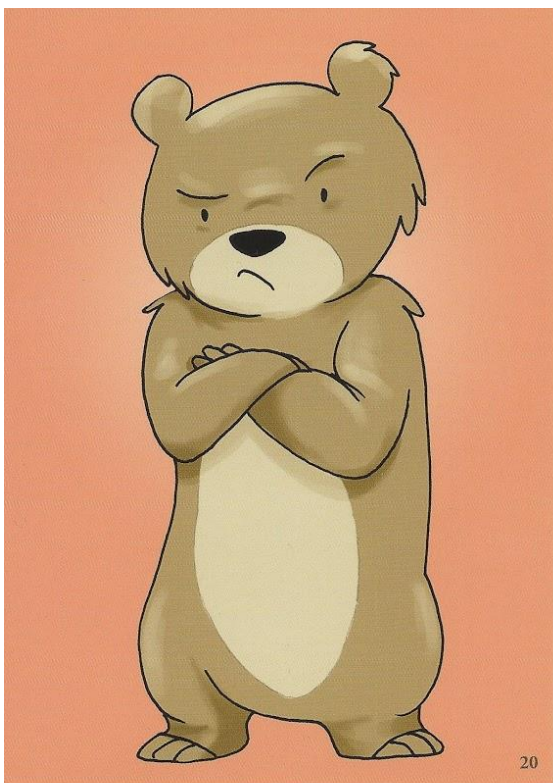
15.12. joulukalenterin aloitus oli selkeästi rauhallisempi ja lapset keskittyneempiä, kun alkuun laulettiin lapsille tuttu alkulaulu. Myös lasten jakaminen ohjeiden antoa varten toimi. Mielestämme kolmevuotiaiden ryhmä vaati enemmän huomiota meiltä kuin vanhempien lasten ryhmä ja siksi totesimme, että haluamme keskittyä enemmän ohjaamaan kohderyhmämme lapsia. Päiväkodin työntekijä oli halukas huolehtimaan isompien lasten ryhmästä toiminnan ajan, jolloin me saimme mahdollisuuden ohjata pienempien ryhmää. Kokeilimme tätä heti ja mielestämme se toimi. Kahden aikuisen aktiivinen läsnäolo ryhmässä sitoutti lapset toimintaan paremmin. Lopputoteutuksen ajan päätimme jakaa lapset jo ennen ohjeiden antoa, sekä olla itse ohjaamassa vain pienempien ryhmää. Tarina jatkuu aina toiminnan jälkeen, mutta mielestämme lasten kokoaminen istumaan kalenterin alle kuuntelemaan loput tarinasta on levotonta ja haasteellista. Jäimme kuitenkin pohtimaan, että tällaista ongelmaa ei luultavasti pienemmän ryhmän kanssa olisi.

16.12. positiivista oli työntekijän eläytyminen ja lasten innostaminen tarinaan. Aikaisemmin olemme itse asettelleet tarpeelliset välineet paikoilleen toiminnan ajaksi, mutta havaitsimme, että lapset mielellään osallistuvat tähän. Ottamalla lapset mukaan tavaroiden asetteluun, heidän odotteluaikinsa lyheni eikä levottomuutta ilmennyt samalla tavalla kuin ennen. Toiminnan sujumuuden kannalta päätimme ottaa geopalat lapsille istumamerkeiksi leikin ajaksi, mikä onnistui hyvin. Kuvasimme toimintaa, jotta saimme arvioitavaa materiaalia maanantain puuttuvan tilalle. Pyysimme avuksi videointiin toisen päiväkodin työntekijän. Halusimme varmistaa, että saisimme riittävästi kuvattua arvioitavia lapsia.

17.12. lapset olivat selvästi innostuneita päivän tehtävästä, heistä oli ilmeisesti hauska heittää vaihteeksi seinälle eikä aina lattialle. Olimme onnistuneet suunnittelemaan toiminnan ja toteutuksen järjestelyn hyvin. Lapset olivat kolmessa jonossa, joiden heittopaikan merkitsi geopala. Jonotusaika pysyi kohtuullisena ja lapset melko rauhallisina odottaessaan vuoroaan.

18.12. oli loppuarvioinnin aika ja edelleen haasteeksi muodostui harjoitettavan taidon kaikkien osa-alueiden sisällyttäminen toimintaan. Lapset kokivat toiminnan mielekkääksi, kun olimme elävöittäneet tarinaa rakentamalla konkreettisen reen, johon lapset saivat heittää "lahjoja", eli palloja. Vaikka lapset oli järjestetty samalla tavalla kolmeen jonoon, kuten aikaisemminkin, oli toiminta levottomampaa. Osatekijänä oli lasten suuri innostus palloihin. Totesimme, että vaikka olimme tarkkaan suunnitelleet toiminnan rakenteen, olisi sitä voinut miettiä vielä uudelleen.

Liite 5: Nallekortit



Liite 6: Lasten Nallekortti -palaute

- 2.12. kuusi kpl :)  
kaksi kpl :/
- 3.12. kymmenen kpl :)  
neljä kpl :(
- 4.12. seitsemän kpl :)  
yksi kpl :(
- 7.12. neljä kpl :)  
kolme kpl :(
- 8.12. seitsemän kpl :)  
kaksi kpl :/  
kolme kpl :(
- 10.12. seitsemän kpl :)  
kaksi kpl :/  
yksi kpl :(
- 11.12. kahdeksan kpl :(  
kaksi kpl :(
- 14.12. kahdeksan kpl :)  
yksi kpl :/  
kolme kpl :(
- 16.12. viisi kpl :)  
kolme kpl :/  
kolme kpl :(
- 17.12. kahdeksan kpl :)  
yksi kpl :/  
kaksi kpl :(
- 18.12. yhdeksän kpl :)  
yksi kpl :/  
yksi kpl :(

## Liite 7: Henkilökunnan palautekysely

### PALAUTEKYSELY

#### Konkreettinen joulukalenteri kartta

- Mikä mielestäsi oli kalenterissa toimivaa/ hyvää? Miksi?
- Mikä ei mielestäsi toiminut? Miksi?
- Miten muuttaisit/ parantaisit kalenteria?

#### Joulutarina

- Mitä mieltä olit kalenteriin liittyvästä tarinasta? Esim. juoni, hahmot, mieleenpainuvuus, innostavuus, sopivuus ikätasoon nähden yms.

#### Kalenterin tehtävät/leikit

- Mitä mieltä olit tarinaan liittyvistä tehtävistä/leikeistä ja niiden toteutuksesta? Mitä hyvää/ mitä kehitettävää?

#### Ohjaajien (Victoria ja Tea) toiminta

- Risut ja ruusut koskien meidän ohjausta

#### Mitä muuta mielessä? Sana on vapaa!

## Liite 8: Opinnäytetyösopimus

Opinnäytetyösopimukseen liittyvät konkreettiset ohjeet kirjoitetaan kampuskohtaisesti tämän sopimuksen alkuun.

<b>Opiskelija(t):</b> Victoria von Etter ja Tea Sarasti
<b>Opinnäytetyön hanke:</b> -
<b>Opinnäytetyön aihe ja tarkoitus:</b> 3-vuotiaiden lasten perusmotoristen taitojen harjoittaminen liikunnallisen joulukalenterin avulla päiväkotit Horisontissa
<b>Opinnäytetyön yhteys hankkeen tavoitteisiin:</b> -
<b>Opinnäytetyön keskeiset käsitteet ja alustava viitekehys:</b> 3-vuotiaiden psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen kehitys, 3-vuotiaiden liikunnan tarve ja liikunta päiväkodissa, motoriset taidot, elämyksellisyys, kokemuksellisuus
<b>Keskeiset lähteet:</b> lasten liikuntakirjallisuus, lapsen kehitys, tutkimuskirjallisuus, toiminnallinen opinnäytetyöprosessi, draamakasvatus
<b>Opinnäytetyön menetelmät:</b> Toiminnallinen opinnäytetyö. Arviointilomake alussa ja lopussa. Lähestymistapa enemmänkin selittävä kuin ymmärtävä. Toteutamme liikunnallisen joulukalenterin.
<b>Opinnäytetyön alustava aikataulu:</b> 23.10.2015: aiheen esittely, 13.11. tai 11.12.2015: suunnitelman esittely, joulukuu 2015: toteutus, tammi-helmikuu 2016: arviointi ja analyysi, maaliskuu 2016: opinnäytetyön julkaisu
<b>Työelämäkumppanin rooli opinnäytetyössä (mahdollistaa opinnäytetyön toteuttamisen esim. monisteet, postitus, tilat ym. materiaaliset asiat):</b> aihe, tilat, lapset, välineet
<b>Tulosten julkaiseminen ja levittäminen työelämään:</b> työelämä toivoo hyötyvänsä opinnäytetyöstä ja sen tuloksista, esim. menetelmät, joilla tuetaan lapsen motorista kehitystä. Toivovat liikunnallisen joulukalenterin runkoa, jota voi hyödyntää jatkossakin.

**Vakuutus siitä, että opiskelija****sitoutuu noudattamaan tutkimuseettisiä periaatteita opinnäytetyössä:**

Olen tietoinen siitä, että terveys- ja sosiaalialan opiskelijana opinnäytetyön tekemiseen sovelletaan vaitiolovelvollisuutta, josta on säädetty mm. Laissa sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista (2000/812/15 §) ja Laissa terveydenhuollon ammattihenkilöistä (1994/3/17 §). En saa sivullisille luvatta ilmaista yksityisen henkilön tai perheen tietoja, josta olen opinnäytetyön perusteella saanut tiedon. Sitoudun pitämään tiedonhankinnan yhteydessä saamani yksittäisiä henkilöitä koskevat tiedot luottamuksellisena.

Salassapitovelvollisuus säilyy opintojen loppumisen jälkeen.

Noudatan tiedonhankinnassa ja aineiston käsittelyssä luottamuksellisuutta ja totuudellisuutta. Kiinnitän erityistä huomiota siihen, ettei opinnäytetyöstä koidu mitään haittaa siihen osallistuville henkilöille. Noudatan toiminnassani Laurean tutkimuseettisiä ohjeita.

**Ohjausta koskevat sopimukset:****Allekirjoitukset**

	Aika	Paikka	Allekirjoitus
Opiskelija(t):			Tea Sarasti
			Victoria von Etter
Ohjaaja(t):			Veikko Rantanen
			Annika Kultavirta
Työelämän edustaja(t):			Marjo Haapanen

Tästä sopimuksesta luovutetaan yksi kopio kaikille osapuolille (opiskelija, ohjaaja, työelämän edustaja) sekä tallennetaan yksi versio hankkeen työtilaan Optimassa.

Konkreettiset ohjeet voidaan lisätä kampuskohtaisesti opinnäytetyöprosessin mukaisesti.

## Liite 9: Tutkimuslupa



Tutkimuslupahakemus

1 (11)

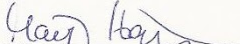
26.11.2015

Tutkimuslupahakemuksen tulee sisältää ainakin seuraavat seikat.  
Tarvittaessa voit antaa lisätietoja liitteessä

<b>Nimi:</b> Marjo Haapanen	
<b>Tehtävä/virka-asema/oppiarvo:</b> päiväkodinjohtaja	
<b>Osoite:</b> Peippolankuja 2, 06400 Porvoo	
<b>Puhelinnumero:</b> 044 987 1082	
<b>Sähköposti:</b> marjo.haapanen@aarresaari.fi	
<b>Päiväys:</b> 26.11.2015	
<b>Työn</b> [tutkimuksen, opinnäytetyön, jatkotutkinnon] tekijät/t:	Victoria von Etter & Tea Sarasti
<b>Koulutusohjelma/ korkeakoulu/ yliopisto:</b>	Sosiaali-ala, Laurea -ammattikorkeakoulu
<b>Toimipiste:</b>	Otaniemi
<b>[tutkimuksen, opinnäytetyön, jatkotutkinnon] Ohjaaja/ohjaajat:</b>	Annika Kultavirta
<b>Työn/tutkimuksen nimi:</b>	3 -vuotiaiden lasten perusmotoristen taitojen harjoittaminen liikunnallisen joulukalenterin avulla päiväkotinä Horisontissa
<b>Tavoitteet/ tutkimusongelma:</b>	Harjoittaa 3 -vuotiaiden lasten tasapaino-, hyppimis- sekä välineen käsittelytaitoja toiminnallisen ja liikunnallisen joulukalenterin avulla



26.11.2015

<b>Tarvittavien tietojen / aineistojen määrittely:</b> <b>Tarkka rajaus mitä tietoja tarvitaan, missä tiedostomuodossa ne tarvitaan ja miten tiedot toimitetaan tutkimusluvan hakijoille:</b>	<b>Tutkimusluvan hakijat saavat tarvitsemansa tiedot toteutuksen aikana.</b>		
<b>Aikataulu (noin kahden kuukauden tarkkuudella):</b>	<b>Marraskuu 2015: suunnitelman esittely, joulukuu 2015: toteutus, tammi - helmikuu 2016: tulosten yhteenveto ja tarkastelu</b>		
<b>Liitteet (edellytetään: tutkimussuunnitelma, kyselylomake, teemahaastattelurunko jne.):</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Opinnäytetyön sopimus (Liite 1)</b></li> <li>- <b>Toteutussuunnitelma: joulukalenterin tarina ja liikuntatehtävät/-leikit (siinä muodossa kuin ovat 26.11. Lopullinen versio toteutussuunnitelmasta toimitetaan mahdollisimman pian.) (Liite 2)</b></li> <li>- <b>Lasten perusmotoristen taitojen arviointilomake (Liite 3)</b></li> <li>- <b>Nallekortit - palaute lapsilta (toimitetaan valmis lomake mahdollisimman pian) (Liite 4)</b></li> </ul>		
<b>Päätöksentekijä täyttää</b>	<b>Tutkimuslupa myönnetään</b>	<input checked="" type="checkbox"/> <b>Tutkimuslupaa ei myönnetä</b>	
	<b>Perusteet</b>		
<b>Päätöksentekijä nimi ja päivämäärä</b>	26.11.2015 Marjo Haapanen 		

## Liite 10: Tiedote henkilökunnalle

Infoa päällystölle!

Olemme, Victoria (Viki) ja Tea, kaksi pian valmistuvaa sosionomi opiskelijaa Laurea - ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyömme joulukuun aikana Horisontissa. Tulemme toteuttamaan seikkailun täyteen liikunnallisen joulukalenterin koko Majakan miehistölle. Opinnäytetyömme toisena tarkoituksena on havainnoida ja harjoittaa lasten motorisia taitoja. Joulukuun jokaisena aamuna piraattipiirissä pääsemme mukaan jouluisen tarinaan, joka johdattaa meidät yhteiseen seikkailuun suuren seinälle kiinnitettävän kartan avulla. Jouluisessa tarinassa merkkarit harjoittelevat seikkailussa tarvittavia taitoja, joiksi on valikoitunut hyppimis-, tasapainoilu- ja välineen käsittelytaidot. Jokaista taitoa harjoitellaan kalenterin mukana yhden viikon ajan erilaisten toiminnallisten leikkien ja liikuntatehtävien kautta. Taitoja arvioidaan arviointilomakkeen avulla viikko kerrallaan aina viikon alussa ja lopussa. Muuten ajatuksena on luoda lapsille seikkailun täyteinen tarina, joka etenee päivittäin kartassa olevien numeroiden mukaan. Lapset pääsevät Urho-piraattioravan mukaan tunnelmoimaan joulun odotusta. Tarinassa tulee huokumaan ystävyys, yhteisöllisyys, hyvä mieli, auttamisen halu sekä tietysti joulu.

Pääasiallinen vetovastuu toteutuksesta on meillä ja pyrimme olemaan mukana mahdollisimman usein. Toimintaan osallistuvan köksän tehtävänä on auttaa meitä Safiirien motoristen taitojen arvioinnissa arviointilomakkeen avulla. Arvioitavina ovat pelkästään kokopäiväiset Safiirit eli kymmenen lasta. Annamme tarkemmat arviointilomakkeen täyttöohjeet aina kyseisen viikon köksälle ja vastaamme tarvittaessa kysymyksiin. Näillä näkymin köksinä joulukuussa ovat Sari, Johanna ja Matias (nimet muutettu yksityisyyden suojaksi). Jos köksät haluavat tutustua arviointilomakkeeseen jo ennen joulukuun alkua, voitte sen pyytää Marjolta.

Luentojen takia joudumme olemaan noin kerran viikossa kuitenkin pois. Ei hätää! Tulemme antamaan teille mahdollisimman tarkat ohjeet siitä, miten tarina kyseisellä kerralla jatkuu, jotta jouluseikkailu etenisi mukavissa merkeissä. Näillä kerroilla toteutusvastuu olisi sen viikon köksällä.

Innolla joulukuuta odottaen

Tea & Viki

## Liite 11: Tiedote perheille

Hiiohoi, vanhemmat!

Olemme, Victoria (Viki) ja Tea, kaksi pian valmistuvaa sosionomi opiskelijaa Laurea - ammattikorkeakoulusta. Teemme opinnäytetyömme joulukuun aikana päiväkotit Horisontissa. Tulemme toteuttamaan seikkailun täyteen liikunnallisen joulukalenterin Majakan piraateille. Opinnäytetyömme toisena tarkoituksena on havainnoida ja harjoittaa lasten motorisia taitoja.

Joulukuun jokaisena aamuna piraattipiirissä pääsemme mukaan jouluseen tarinaan, joka johdattaa meidät yhteiseen seikkailuun. Jouluseen tarinassa piraatit harjoittelevat seikkailussa tarvittavia taitoja yhdessä joulua odottavan Urho -piraattioravan kanssa.

Miehistöltä odotamme iloista ja rohkeaa seikkailumieltä, muita erikoisvarusteita ei tarvita.

Yhteistä jouluseikkailua odotellen,

Tea & Victoria (Viki oli syksyn Safiireissa työharjoittelussa)

Liite 12: Kotisatamien esitietolomake

KOTISATAMAN ESITIEDOT

PÄIVÄKOTI	LASTEN HUOLTAJAT
<p>Päiväkoti Horisontti Peippolankuja 2 06400 Porvoo</p> <p>044-706 7001 <a href="mailto:pkhorisontti@aarresaari.fi">pkhorisontti@aarresaari.fi</a></p>	<p>Nimi _____ Sotu _____</p> <p>Nimi _____ Sotu _____</p> <p>Kotiosoite _____</p> <p>Puhelinnumerot (joista huoltajat tavoittaa parhaiten hoitopäivän aikana)</p> <p>Äiti _____</p> <p>Isä _____</p> <p>Sähköpostiosoitteet, johon päiväkodin tiedotteet voi lähettää (merkitse ylimmäksi sähköposti, johon päivähoitolasku lähetetään):</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p style="text-align: center;"><small>Lapsen huoltajien vastuulla on pitää tiedot ajantasalla</small></p>

Lapsen nimi	Sosiaaliturvatunnus	Hoitopaikka
_____	_____	_____
Lapsen nimi	Sosiaaliturvatunnus	Hoitopaikka
_____	_____	_____
Lapsen nimi	Sosiaaliturvatunnus	Hoitopaikka
_____	_____	_____

**Lupakysely:**

- \* Lapseni saa \_\_\_\_\_ ei saa \_\_\_\_\_ osallistua päiväkodin julkisiin lehtiartikkeleihin, TV- ja radio-ohjelmiin ja muihin Aarresaari-talojen kuvatalenteisiin (esim. esittelyvideo, opinnäytetyöt...)
- \* Lapseni saa \_\_\_\_\_ ei saa \_\_\_\_\_ osallistua päiväkodin sisäisiin kuvatalenteisiin (ilmoitustaulut, lasten kansiot...)
- \* Lapseni saa \_\_\_\_\_ ei saa \_\_\_\_\_ osallistua luterilaisen kirkon uskonnollisten juhlien viettoon
- \* Lapseni asioista saa \_\_\_\_\_ ei saa \_\_\_\_\_ keskustella yhteistyökumppaneiden kanssa (esim. erityislastentarhanopettaja, koulun opettajat)

Lapsen saa hakiessa luovuttaa seuraaville ( yli 18- vuotiaille) henkilöille (laitathan myös puhelinnumerot!)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Porvoossa \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . 20 \_\_\_\_ Huoltaja \_\_\_\_\_ Huoltaja \_\_\_\_\_