



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Siiri Virtanen

3–5-VUOTIAIDEN LASTEN LIIKUNTA-  
TUOKIOIDEN OPETUSTYYLIT VAR-  
HAISKASVATUKSESSA

Sosiaali- ja terveysala  
2016

## TIIVISTELMÄ

Tekijä	Siiri Virtanen
Opinnäytetyön nimi	3–5-vuotiaiden lasten liikuntatuokioiden opetustyyliä varhaiskasvatuksessa
Vuosi	2016
Kieli	suomi
Sivumäärä	48+2 liitettä
Ohjaaja	Ulla Isosaari

---

Tässä tutkimuksessa tutkittiin 3–5-vuotiaiden lasten liikuntatuokioiden opetustyyliä varhaiskasvatuksessa. Tutkimuksessa selvitettiin millaisilla opetustyyliillä lasten liikuntatuokioita ohjattiin ja kuinka monipuolisesti näitä opetustyyliä käytettiin.

Teoreettisena viitekehyksenä toimi varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksessa mainitut viisi liikunnan opetustyyliä, sekä teoria lapsen motorisesta kehityksestä. Keskeisenä käsitteenä olivat myös varhaiskasvatus ja liikuntakasvatus. Tutkimus on laadullinen tutkimus, jonka aineisto kerättiin havainnoimalla neljää liikuntatuokiota päiväkodissa. Aineiston analyysi suoritettiin teorialähtöisen sisällönanalyysin keinoin.

Tutkimuksen keskeisenä havaintona huomattiin, että yksi mainituista liikunnan opetustyyleistä nousi esiin runsaammin käytettyinä. Tämä oli harjoitustyyli. Yhtä mainituista opetustyyleistä ei käytetty lainkaan. Tämä ohjaustyyli oli lasten omat esitykset. Yleisesti katsottuna liikuntatuokioilla opetustyylien vaihtelevuus oli melko suuri. Opetustyyliä myös yhdisteltiin liikunnan ohjauksessa.

## ABSTRACT

Author	Siiri Virtanen
Title	Different Kind of Physical Exercise Sessions in Early Childhood Education with 3–5-Year-Old Children
Year	2016
Language	Finnish
Pages	48+2 Appendices
Name of Supervisor	Ulla Isosaari

---

The purpose of this bachelor's thesis was to find out what kind of physical exercise sessions there are in the early childhood education, what kind of teaching methods are used and how much variation there is.

The theoretical frame includes the five teaching methods of exercise mentioned in the physical exercise recommendations for early childhood education, as well as the theory of motoric development of a child. Early childhood education and physical education are also dealt with in the theoretical frame. This research is a qualitative research and the material was collected by observation. The material was analysed by theory based content analysis.

The results show that one of the mentioned teaching methods was used more than the others. This was the method of rehearsal. One of the mentioned teaching methods was not used at all. This was the method of children's own performances. The variety of teaching methods used was quite large. Teaching methods were also combined while teaching.

---

Keywords	Early childhood education, physical education, motoric development, physical exercise teaching methods
----------	--

# SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	JOHDANTO.....	8
2	LAPSEN LIIKUNTA JA SEN TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA.....	10
2.1	Lapsen motorinen kehitys ja sen vaiheet 3–5-vuotiaille.....	10
2.1.1	Motorisen kehityksen vaiheet .....	11
2.1.2	Motoristen perustaitojen oppimisen vaihe .....	12
2.2	Varhaiskasvatus .....	13
2.3	Liikuntakasvatus .....	14
2.3.1	Liikunta varhaiskasvatuksessa .....	15
2.3.2	Opetustyyli lasten liikuntatuokioissa .....	17
2.4	Aiemmat tutkimukset.....	18
3	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITE.....	20
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	21
4.1	Tutkimusote .....	21
4.2	Tutkimuksen kohde.....	22
4.3	Aineiston keruu.....	23
4.4	Aineiston analyysi.....	25
4.5	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys .....	26
5	TUTKIMUSTULOKSET .....	29
5.1	Liikuntatuokion rakenne .....	29
5.2	Opetustyyli liikuntatuokioissa .....	30
5.2.1	Ensimmäinen liikuntatuokio .....	31
5.2.2	Toinen liikuntatuokio .....	33
5.2.3	Kolmas liikuntatuokio.....	35
5.2.4	Neljäs liikuntatuokio .....	36
5.2.5	Opetustyylien vaihtelu liikuntatuokioittain.....	38
6	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	39

6.1 Opetustyylien käyttö liikuntatuokioissa.....	39
6.2 Esioletukset ja niiden toteutuminen .....	40
6.3 Tutkimustulosten luotettavuus ja yleistettävyys .....	40
6.4 Tutkimuksen hyödyt ja jatkotutkimusaiheet.....	41
7 POHDINTA.....	43
LÄHTEET.....	46
LIITTEET	

**KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO**

<b>Kuvio 1.</b> Havainnoitujen liikuntatuokioiden rakenne keskimäärin	30
<b>Kuvio 2.</b> Ensimmäisessä liikuntatuokiossa käytetyt opetustyyli	32
<b>Kuvio 3.</b> Toisessa liikuntatuokiossa käytetyt opetustyyli	35
<b>Kuvio 4.</b> Kolmannessa liikuntatuokiossa käytetyt opetustyyli	36
<b>Kuvio 5.</b> Neljännessä liikuntatuokiossa käytetyt opetustyyli	37
<b>Kuvio 6.</b> Opetustyylien vaihtelut liikuntatuokioittain	38
<b>Taulukko 1.</b> Motoriset perustaidot	12
<b>Taulukko 2.</b> Onnistuneen liikuntatuokion ainekset	16

**LIITELUETTELO**

**LIITE 1.** Havainnointilomake: Toimintatuokion sisältö ja rakenne

**LIITE 2.** Havainnointilomake: Ohjaustyylien arviointi

## 1 JOHDANTO

Liikkuminen on paitsi lapselle ominainen tapa toimia, myös edellytys hänen fyysiselle kehitykselleen ja oppimiselle. Lapsella on sisäinen, fysiologinen tarve ja halu liikkua. Lihasvoiman kasvu vaatii lihasten päivittäistä käyttöä, hengästymisen vahvistaa hengitys- ja verenkiertoelimistön kehittymistä. Motoristen taitojen kehittyminen taas vaatii sitä, että lapsi saa harjoitella ja toistaa oppimiaan taitoja päivittäin erilaisissa tilanteissa, toimintaympäristöissä ja erilaisten välineiden avulla. Toistojen myötä motoriset taidot automatisoituvat. (Sääkslahti 2003, 38.)

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen, Opetusministeriön ja Nuori Suomi ry:n julkaisun mukaan lasten lihavuus lisääntyy koko ajan kasvavissa määrin. Vuonna 2005 julkaistun Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksen mukaan 10–20% suomalaisista lapsista on ylipainoisia. Lapsen hyvinvoinnin ja kasvun kannalta on tärkeää, että tämän arki koostuu sopivasta levon ja rasituksen suhteesta, sekä säännöllisestä ja monipuolisesta ruokavaliosta. Näin ollen liikunta on avainasemassa, kun pohditaan lasten hyvinvoinnin edistämistä. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2005, 10.)

Pohja liikunnan harrastamiselle ja liikunnan lajitaidoille luodaan jo varhaislapsuudessa. Tärkeimpänä mahdollistavana tekijänä tälle nähdään motoristen taitojen oppiminen. Mikäli lapsi ei saa tarpeeksi monipuolisia ja vaihtelevia kokemuksia eri liikkeistä ja liikunnasta, eivät tämän motoriset taidot kehity. Tällöin motoriset taidot saattavat automatisoitua perusvaiheeseen, jolloin myöhempi kehittyminen ja liikeyhdistelmien teko on vaikeampaa. (UKK-instituutti 2006, 4.)

Tämä opinnäytetyö oli laadullinen tutkimus, jossa käsiteltiin varhaiskasvatuksen liikuntatuokioita. Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, miten 3–5-vuotiaiden liikuntatuokiot ovat ohjattu espoolaisessa Lähderannan päiväkodissa. Tutkimuksessa havainnoitiin liikuntatuokioita ja tuokioiden ohjaajan opetustyyliä. Aineisto analysoitiin teorialähtöisen sisällönanalyysin keinoin.

Koen tutkimuksen aiheen tärkeäksi, sillä kuten edellä mainittiin, pohja liikunnallisuudelle luodaan lapsena. Suurin osa 3–5-vuotiaiden päivän liikunnasta koostuu



lapsen omaehtoisesta toiminnasta ja liikkumisesta (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 4). Päiväkodin liikuntatuokiot saattavat olla ensimmäisiä lasten kokemia ohjattuja ja strukturoituja liikuntatilanteita, joten koen että niitä tutkimalla saadaan arvokasta tietoa siitä, miten lapsia tutustetaan liikunnan maailmaan. Laadukas ja tavoitteellinen liikuntakasvatus on tärkeää, sillä varhaislapsuudessa omaksuttu liikunnallinen elämäntapa nähdään suhteellisen pysyvänä loppuelämäksi (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17).

## **2 LAPSEN LIIKUNTA JA SEN TUKEMINEN VARHAIS- KASVATUKSESSA**

Tutkimuksen teoria koostuu lapsen motorisesta kehityksestä ja sen vaiheista, sekä varhais- ja liikuntakasvatuksesta. Tärkeänä teoriapohjana tutkimuksen teossa oli myös lasten liikuntatuokioiden eri ohjaustyylit, joiden käyttöä tutkimuksessa havainnointiin. Seuraavassa esitellään tutkimuksessa käytetty teoria.

### **2.1 Lapsen motorinen kehitys ja sen vaiheet 3–5-vuotiaille**

Prosessia, jonka aikana lapsi oppii liikunnallisia taitoja, kutsutaan motoriseksi kehitykseksi. Kehitys on jatkuvaa ja johtuu siitä, kun lapsen hermolihaskäytännön kypsyys ja kehon osien suhteet muuttuvat. Motorinen kehitys tapahtuu geenien ennalta määritetyn järjestyksen mukaan, joskin myös yksilöiden välisiä eroja on havaittavissa. Erot voivat johtua lapsen perimästä, iästä sekä lapsien yksilöllisten fyysisen ja psyykkisen kehittymisen eroista. (Jaakkola 2010, 76.)

Motoriikan kehitys tapahtuu kuitenkin lähes kaikilla lapsilla samassa nopeudessa ja järjestyksessä. Jotta lapsen motorinen kehitys etenisi sujuvasti seuraavaan kehitysvaiheeseen, on lapsen hallittava sujuvasti aikaisemmat kehitysvaiheet. Eri kehitysvaiheiden saavuttaminen on suurilta osin sidoksissa keskushermostolliseen kehitykseen. Kuitenkaan lasten motoriset taidot eivät kehity täysin luonnostaan, joten lapsi tarvitsee aikuisen ohjausta ja tämän tarjoamia harjoitusmahdollisuuksia, jotta taidot harjaantuvat. Toimintaympäristöllä, joka tarjoaa runsaasti virikkeitä, voidaan tukea kehitysvaiheiden omaksumista. (Kauranen 2011, 346. Pica 2011, 56.)

Fyysisen kasvun ja kehityksen ohella lapsi oppii motorisia taitoja kokeilun ja opettelun kautta. Tätä kutsutaan motoriseksi oppimiseksi. Lapsen motorinen kehitys koostuu kokonaisuudessaan fyysisestä kehityksestä (eli kasvusta), motorisesta oppimisesta, hermostollisesta kypsymisestä, sekä ympäristöstä. Eri osatekijöiden merkitys ja osuus vaihtelevat riippuen lapsen ikäkausien mukaan. (Kauranen 2011, 348.)

### 2.1.1 Motorisen kehityksen vaiheet

Tutkimus kohdistuu 3–5-vuotiaisiin lapsiin ja heidän liikuntatuokioihinsa varhaiskasvatuksessa. Seuraavassa tuodaan esiin, minkälaisia motorisia taitoja 3–5-vuotiailla lapsilla on pohjautuen kuntoutusalan yliopettaja Kari Kaurasen kirjaan *Motoriikan säätely ja motorinen oppiminen* (2011).

3-vuotias lapsi liikkuu vielä hitaahkonlaisesti ja tältä puuttuu liikkeistään koordinaatio. Lapsi kuitenkin osaa kävellä sekä etu- että takaperin ja seistä yhdellä jalalla. Juostessa lapsen yläraajat eivät myötäile alaraajojen liikettä, vaan vartalo pysyy suorassa. Lapsi ei vielä kykene joustamaan hyppäämisen alastulossa. 3-vuotias osaa jo heittää palloa, mutta sen kiinniottaminen tai tähtääminen heittäessä on vielä liian haastavaa. 3-vuotias hahmottaa toisten liikkeitä heikosti, joten ryhmässä liikkeessä tapahtuu paljon yhteentörmäyksiä. (Kauranen 2011, 353.)

4-vuotias kykenee juoksemaan eteenpäin sujuvasti ja suoraan, myös suunnan nopea vaihdos juostessa onnistuu. Hyppäysvoima on kasvanut ja lapsi kykenee joustamaan polvilla alastulossa. 4-vuotias kykenee hyppäämään suoraan juoksusta. Pallon heittäminen pään yläpuolelta yhdellä kädellä onnistuu. Kunhan pallo on tarpeeksi suurikokoinen, myös kiinniottaminen onnistuu. Lapsi osaa kiipeillä erilaisissa telineissä. Yksinkertaisten sääntöjen mukaan ryhmässä toimiminen onnistuu 4-vuotiaalta. (Kauranen 2011, 353.)

5-vuotias osaa jo yhdistellä erilaisia liikkeitä, esimerkiksi ylittää hyppäämällä matalahkoja esteitä juoksuvauhdista. Pallon heitto samalla juosten ei kuitenkaan vielä onnistu. Viisivuotias kykenee hyppäämään pituutta keskimäärin metrin ja heittää palloa noin viisi metriä. Tähtääminen palloa heittäessä on kehittänyt ja lapsi onnistuu osumaan noin kolmen metrin etäisyydellä sijaitsevaan isoon kohteeseen. Kuperkeikka eteenpäin onnistuu myös. (Kauranen 2011, 353.)

### 2.1.2 Motoristen perustaitojen oppimisen vaihe

Motoristen perustaitojen oppimisen vaiheeksi kutsutaan motorisen kehityksen kolmatta vaihetta. Vaihe asettuu keskimäärin lapsen kolmannen ja seitsemännen ikävuoden välille. Tätä vaihetta edeltävät vastasyntyneen refleksitoimintojen vaihe ja taaperoikäisen alkeellisten taitojen omaksumisen vaihe. (Jaakkola 2010, 77.)

Motoristen perustaitojen oppimisen vaiheessa lapsi omaksuu suurimman osan erilaisista motorisista taidoista. Motorisia perustaitoja ovat tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaidot, jotka on alataitoineen esitelty taulukossa 1. Motoriset perustaidot luovat pohjan myöhemmille lajitaitojen oppimiselle. Alle kouluikäisille tulisi tarjota paljon erilaisia liikunnallisia kokemuksia, jotta he voivat vahvistaa ja harjoitella näitä motorisia perustaitoja. (Jaakkola 2010, 77.)

**Taulukko 1.** Motoriset perustaidot (Gallahue & Donnely 2003. Jaakkola 2010, 78.)

<b>Motoriset perustaidot</b>		
Tasapainotaidot	Liikkumistaidot	Välineenkäsittelytaidot
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kääntyminen</li> <li>○ Venyttäminen</li> <li>○ Taivuttaminen</li> <li>○ Pyörähtäminen</li> <li>○ Heiluminen</li> <li>○ Kieriminen</li> <li>○ Väistyminen</li> <li>○ Tasapainoilu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Käveleminen</li> <li>○ Juokseminen</li> <li>○ Ponnistaminen</li> <li>○ Loikkaaminen</li> <li>○ Hyppääminen esteen yli</li> <li>○ Laukkaaminen</li> <li>○ Liukuminen</li> <li>○ Harppaaminen</li> <li>○ Kiipeäminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Heittäminen</li> <li>○ Kiinniottaminen</li> <li>○ Potkaiseminen</li> <li>○ Kauhaiseminen</li> <li>○ Iskeminen</li> <li>○ Lyöminen ilmasta</li> <li>○ Pomputteleminen</li> <li>○ Kierittäminen</li> <li>○ Potkaiseminen ilmasta</li> </ul>

## 2.2 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatus käsitteenä tarkoittaa suunnitelmallista pedagogiikkaan painottuvaa lapsen kasvatukseen, hoidon ja opetuksen muodostamaa kokonaisuutta. Varhaiskasvatus on aina tavoitteellista, ja sen tarkoituksena on tukea lapsen yksilöllistä kasvua, kehitystä ja oppimista. Lisäksi varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää lapsen hyvinvointia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015.)

Suomessa jokaisella alle kouluikäisellä lapsella on oikeus saada laadukasta varhaiskasvatusta. Kuntien tehtävänä on huolehtia siitä, että kunnassa asuvien perheiden tarpeiden mukaista varhaiskasvatusta on saatavilla. Tämä tarkoittaa sitä, että varhaiskasvatusta on oltava tarjolla myös vuoropäivähoitona, eli iltaisin, öisin ja viikonloppuisin. Lisäksi varhaiskasvatusta on tarjottava kotimaisilla äidinkielistä, eli suomeksi, ruotsiksi ja saameksi. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Varhaiskasvatusta voidaan järjestää joko leikki- tai kerhotoimintana, perhepäivähoidossa, tai päiväkodissa. Varhaiskasvatusta järjestetään niin julkisten, kuin yksityistenkin organisaatioiden toimesta. Vanhempien päätettävissä on, osallistuvatko heidän lapsensa järjestettyyn varhaiskasvatukseen. Poikkeuksena tästä on esiopetus, joka toiminnallisesti kuuluu varhaiskasvatukseen. Esiopetukseen osallistumisesta kuitenkin tuli velvoittavaa 1.8.2015. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015.)

Varhaiskasvatusta toteutetaan päiväkodeissa moniammatillisissa tiimeissä, joissa yleisimmät ammattinimikkeet ovat lastentarhanopettaja ja lastenhoitaja. Lastentarhanopettajaksi voidaan opiskella yliopistossa (kasvatustieteen kandidaatti). Lisäksi lastentarhanopettajana voi työskennellä sosiaali- ja terveystieteiden ammattikorkeakoulusta valmistunut (sosionomi AMK), joka on opinnoissaan suuntautunut varhaiskasvatukseen. Lastenhoitajana voi toimia lähihoitaja, joka on suorittanut toisen asteen ammatillisessa oppilaitoksessa sosiaali- ja terveystieteiden perustutkinnon lasten ja nuorten hoitoon ja kasvatukseen suuntautuen. Perhepäivähoidossa voi varhaiskasvatusta toteuttaa perhepäivähoitaja, joka on suorittanut ammatittutkinnon perhepäivähoitoon esimerkiksi aikuiskoulutuskeskuksessa. (TE-palvelut 2016.)

Varhaiskasvatuksen asiantuntijavirastona toimii opetushallitus. Opetushallitus laatii valtakunnalliset varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, ja näiden perusteiden pohjalta laaditaan paikalliset, kuntien omat varhaiskasvatussuunnitelmat. Lisäksi päiväkodissa tai perhepäivähoidossa jokaiselle lapselle laaditaan oma, henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015.)

### **2.3 Liikuntakasvatus**

Liikuntakasvatuksella voidaan nähdä olevan kaksi päätavoitetta. Ensinnäkin liikuntakasvatuksen voidaan nähdä kasvatuksena liikunnalliseen elämäntapaan, jolloin päämäärät ovat fyysisiin taitoihin ja kehitykseen liittyviä. Toisena keskeisenä tavoitteena voidaan nähdä liikunnan avulla tapahtuvan kasvattamisen, jolloin muita yleisiä koulussa tai varhaiskasvatuksessa kasvatustavoitteita saavutetaan liikunnan avulla. (Laakso 2002, 16–20.)

Liikunnalla on vaikutuksia, jotka edistävät sosiaalisia ja eettisiä kasvatustavoitteita. Liikunta tarjoaa lapsille hienoja mahdollisuuksia opetella yhdessä toimimista ryhmässä (sosiaalinen kasvatustavoite). Lisäksi liikuntatilanteissa voi lapsille opettaa oikean ja väärän, sekä epäitsekkyuden ja oikeudenmukaisuuden merkityksiä yhteisiä pelejä ja niiden sääntöjä toteuttamalla (eettinen kasvatustavoite). (Laakso 2002, 20.)

Liikuntakasvatus voidaan nähdä myös osana kulttuuri- ja taidekasvatusta, sillä se sisältää ja edistää itseilmaisua, estetiikkaa ja luovuutta. Liikunta on osa myös kulttuuriperintöä. Suomalaisen liikuntakasvatuksen ja -kulttuurin erityispiirteenä nähdään maamme neljä vuodenaikaa, joka mahdollistaa liikunnan erilaisissa ilmas- toissa ja ympäristöissä. (Laakso 2002, 20–21.)

Toisaalta liikunta on yksi universaalisimmista asioista maailmassa. Suhteellisen samoja lajeja harrastetaan samoilla säännöillä riippumatta siitä missä päin maailmaa olemme. Fyysisenä toimintana liikunta perustuu nonverbaaliin viestintään, joka mahdollistaa sen että ihmiset eri kulttuureista voivat toimia yhdessä vaikka yhteistä kieltä ei olisikaan. Tämä on erinomaisen tärkeää huomioida varsinkin nyt,

kun varhaiskasvatus Suomessa kohtaa kiihtyvällä tahdilla monikulttuurisuuden asettamia mahdollisuuksia ja haasteita. (Laakso 2002, 21.)

### **2.3.1 Liikunta varhaiskasvatuksessa**

Vanhempien lisäksi myös lasten hoidosta ja kasvatuksesta huolehtivien ammatillisen henkilöstöllä nähdään olevan suuri vaikutus lapsen liikunta- ja terveyskäyttämiseen. Joidenkin tutkimusten mukaan lapset muun muassa liikkuvat enemmän, mikäli heille läheinen aikuinen liikkuu lapsen kanssa. Näin ollen liikunnan voi nähdä olevan tärkeä osa varhaiskasvatusta. (Krakow 2011, 2.)

On olemassa erilaisia suosituksia sille, millaista varhaiskasvatuksessa lapsille tarjottavan liikunnan tulisi olla. Suositukset liittyvät muun muassa tapoihin ohjata toimintaa, jotka esitellään luvussa 3.2., joka on nimeltään Opetustyyli 3–5-vuotiaiden liikuntatuokioissa.

Sosiaali- ja terveysministeriö on vuonna 2005 julkaissut yhdessä Opetusministeriön ja Nuori Suomi ry:n kanssa suositukset liikunnalle varhaiskasvatukselle. Tämän julkaisun mukaan aikuisen tulee ohjata toimintaa niin, että ilmapiiri on turvallinen ja kannustava. Lapsen omalle tutkimiselle ja kokeilulle on annettava tilaa. Kasvattajan tulee varmistaa, että jokaisen ryhmän lapsella on kehitys- ja taitotasostaan riippumatta mahdollisuus yksilölliseen ohjaukseen ja tätä kautta onnistumisen kokemuksiin. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 20.)

On tärkeää, että kasvattaja on tietoinen siitä, millaiset motoriset taidot kullakin ryhmän lapsella ovat. Vaikka koko ajan ei ryhmätilanteessa voikaan huomioida tasavertaisesti lasten välisiä eroja, on kasvattajan oltava eroista tietoinen. Tämä mahdollistaa lapsille tasavertaiset mahdollisuudet oppimiseen ja kehittymiseen. Mikäli kasvattaja ei huomioi lasten välisiä eroja tai ole niistä tietoinen, on vaarana, että liikuntatuokiot palvelevat lähinnä taitavimpia lapsia. (Karvonen 2000, 25.)

Liikuntatuokioiden ovat julkaisun mukaan myös mahdollisuus vahvistaa lapsen autonomian kokemusta. Tällöin lapsi saa itse valita sopivat tehtävät tai harjoitteet itselleen. Julkaisu kannustaa myös kasvattajia antamaan lasten osallistua tehtävien ja hetkien suunnitteluun ja yhteisten sääntöjen sopimiseen, toki lasten edellytykset huomioon ottaminen. Puhutaan siis lasten osallistamisesta toiminnan suunnitteluun. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 21.)

Taulukossa 2. on koottu edellä mainituista lähteistä tekijöitä, jotka tulee ottaa huomioon liikuntatuokiota suunniteltaessa.

**Taulukko 2.** Onnistuneen liikuntatuokion ainekset

<b>Onnistuneen liikuntatuokion ainekset</b>			
<b>Ilmapiiri</b>	<b>Toiminta</b>	<b>Kasvattaja</b>	<b>Lapsi</b>
Kannustavuus	Suunnitelmallisuus	Vaihtelevien opetus- tyylien käyttö	Onnistumisen ko- kemukset
Turvallisuus	Monipuolisuus	Lasten yksilöllisten erojen huomiointi	Lasten osallista- minen
Positiivisuus	Sopivuus lasten kehitystasolle	Yksilöllisen ohjauk- sen tarjoaminen	Autonomia (=itseohjautuvuus)



### **2.3.2 Opetustyyli lasten liikuntatuokioissa**

Sosiaali- ja terveysministeriön, Opetusministeriön ja Nuori Suomi ry:n vuonna 2005 julkaistujen Varhaiskasvatuksen liikunnan suositusten mukaan varhaiskasvatuksen liikuntatuokioissa on käytettävä erilaisia opetustyyliä monipuolisesti ja luontevasti vaihdellen. Näitä opetustyyliä ja niiden käyttöä havainnoidaan tässä tutkimuksessa. Seuraavassa esittelen opetustyyliä esimerkkeineen.

#### **Komentotyyli**

Komentotyyliä nähdään yleisimpänä liikunnan opetustyylinä. Komentotyyliä kasvattaja/ohjaaja on tapahtuman keskipisteenä. Hän näyttää suoritusmallia ja ohjaa kaikkia yhteisesti kirjaimellisesti komentamalla. Esimerkiksi ”Juoskaa salin toiseen päähän!”, ”Heittäkää pallo!”. Komentotyyliä käytetään kun pyritään saamaan koko ryhmä toimimaan samanaikaisesti ja ripeästi. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 20; Pulli 2001, 46.)

#### **Harjoitustyyli**

Harjoitustyyliä käytettäessä kasvattaja/ohjaaja on etukäteen suunnitellut suoritettavat tehtävät, sekä tehnyt tarvittavat valmistelut toimintaympäristöön. Kasvattaja tai ohjaaja käynnistää toiminnan yhteisellä ohjeistuksella, jonka jälkeen lapsilla on mahdollisuus itsenäiseen harjoitteluun ja kokeiluun. Pienryhmissä tehtävät liikuntasuoritukset ja telineradat nähdään tilanteina, joissa harjoitustyyli on käytössä. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 20; Pulli 2001, 46.)

#### **Ongelmanratkaisutyyli**

Ongelmanratkaisutyyliä käytettäessä pyritään samanaikaisesti tukemaan lasten itsenäisen ajattelun kehittämistä. Lapselle ei anneta valmiita ratkaisumallia, vaan hänelle annetaan mahdollisuus keksiä itsenäisesti erilaisia ratkaisuja tai toimintamalleja. Tällöin niin sanottua ”oikeaa” ratkaisua ei ole, vaan jokainen lapsi voi kokea onnistumisen tunteen. Ohjaaja/kasvattaja voi kysyä lapselta esimerkiksi: ”miten saat pallon kuljetettua toiselle puolelle salia mahdollisimman nopeasti?”,

tai vanhemmille lapsille haastavammin: ”kulkekaa pareittain niin, että maahan osuu pareilta yhteensä kaksi jalkaa ja kaksi kättä”. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 20; Pulli 2001, 47.)

### **Ohjattu oivaltaminen**

Ohjattu oivaltaminen-opetustyyllillä on samankaltaisuuksia ongelmanratkaisutyylisiin. Kuitenkin ohjattua oivaltamista käytettäessä, on ohjaajalla mielessään jokin tietty suoritustapa jota kohti tämä ohjaa lapsia apukysymyksiä tehden, esimerkiksi ylä- ja alakautta heittämistä opetellessa: ”kokeilkaahan, millä tavalla saatte heitettyä pallon kauimmaksi” tai ”millähän tavalla saisitte heitettyä pallon mahdollisimman korkealle?”. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 20; Pulli 2001, 47.)

### **Lasten omat esitykset**

Lasten omat esitykset-opetustyyllillä tarkoitetaan nimensä mukaisesti lasten ohjaamista järjestämään itse valitsemansa aiheen ympärille esitys. Lapset saavat itse suunnitella esityksen kulun, roolit ja musiikin. Kasvattaja ohjaa lapsia yhteisen toiminnan, kokeilujen ja keskustelun avulla. (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 20.)

## **2.4 Aiemmat tutkimukset**

Alvoittu on keväällä 2015 valmistuneessa liikunnan yhteiskuntatieteiden pro gradu-tutkielmassaan tutkinut vanhempien ja varhaiskasvattajien näkemyksiä 3–5-vuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttavista tekijöistä. Tutkimuksessa huomattiin, että aikuisten rooli 3–5-vuotiaiden fyysisessä aktivoinnissa on merkittävä, sillä lapset eivät vielä itse omaehtoisesti kykene toteuttamaan liikuntaa. Aikuisten myönteisellä suhtautumisella ja kannustuksella on lasten fyysiseen aktiivisuuden edistäviä tekijöitä. (Alvoittu 2015, 40–41.)

Terveyskasvatuksen pro gradu -tutkielmassaan 3-vuotiaiden päiväkotilasten liikunta-aktiivisuus ja liikuntaan kannustaminen (2012) Paakkanen selvitti varhaiskasvatuksen kentällä suomalaisten 3-vuotiaiden fyysisen aktiivisuuden intensiteettiä ja kontekstia. Yksi tutkimustuloksista oli, että kun varhaiskasvattaja kannusti lapsia lisäämään liikuntaa, oli lasten fyysisen aktiivisuuden taso keskimäärin korkeampaa. Tilastollinen ero oli erittäin merkittävä kaikenlaisessa fyysisessä aktiivisuudessa (erittäin kevyessä, kevyessä ja vähintään keskiraskaassa). (Paakkanen 2012, 42.)

Mantsinen tutki varhaiskasvatustieteen pro gradu-tutkielmassaan Ympäristö liikuttaa lasta (2010) päiväkodin ympäristöllisten tekijöiden merkitystä esiopetusikäisten lasten liikunnalliseen aktiivisuuteen. Mantsinen valitsi ympäristön tarkasteluun fyysisen ja sosiaalisen näkökulman. Sosiaaliseen ympäristöön laskettiin kuuluvaksi lasten vertaisryhmän lisäksi päiväkodin varhaiskasvatushenkilöstö. Tulosten mukaan lapset innostuivat liikkumaan enemmän, mikäli varhaiskasvattajat kannustivat heitä siihen. Kasvattajien ohjaama liikunta jäi kuitenkin kokonaisuudessaan lasten aktiivisuuden näkökulmasta vähäiseksi. (Mantsinen 2010, 54–55.)

Edellä mainittujen tutkimusten tulosten pohjalta voidaan päätellä varhaiskasvattajilla ja heidän lapsiin kohdistuvalla kannustuksellaan olevan suuri merkitys lasten fyysiseen aktiivisuuteen päiväkodissa. Varhaiskasvattajien tapaa ohjata lapsia liikkumaan voidaan pitää tärkeänä tekijänä lasten liikuntakasvatuksessa. Tässä tutkimuksessa selvitetään millaisin keinoin varhaiskasvattajat liikuntaa liikuntatuokioissa ohjaavat.

### 3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TAVOITE

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, **miten lasten liikuntatuokioiden ohjaajat hyödyntävät erilaisia liikunnan ohjaustyyliä.** Tämä on myös tutkimuksen tutkimuskysymys. Havainnoitavat liikuntatuokioiden ohjaustyyliä ovat mainittu Sosiaali- ja terveysministeriön, Opetusministeriön ja Nuori Suomi ry:n vuonna 2005 julkaistussa Varhaiskasvatuksen liikunnan suosituksissa. Suositusten mukaan ohjaustyyliä on käytettävä monipuolisesti ja luontevasti vaihdellen.

Tämä aihe valittiin sen tärkeyden vuoksi. Pohja liikunnallisuudelle luodaan lapsena. Päiväkodin liikuntatuokioita tutkimalla saadaan arvokasta tietoa siitä millaisia ensimmäiset lasten kokemat ohjatut liikuntatilanteet ovat. Laadukas ja tavoitteellinen liikuntakasvatus nähdään tärkeänä, sillä varhaislapsuudessa omaksuttu liikunnallinen elämäntapa nähdään suhteellisen pysyvänä loppuelämäksi (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö ry 2005, 17).

Lisäksi tarkka aihe, liikuntatuokioiden ohjaustyylien tutkiminen, valittiin sen vuoksi, että tästä aiheesta ei juuri löytynyt aikaisempia tutkimuksia. Tämä nähtiin mahdollisuutena sille, että voidaan tuottaa tutkimustuloksina tietoa, jota ei vielä aiemmin ollut saatavilla.

Tutkimuksen nähdään tuottavan arvokasta tietoa varhaiskasvatushenkilöstölle, kuten uusia näkökulmia siihen miten erilaisia ohjaustyyliä voidaan hyödyntää liikuntatuokioissa. Lisäksi tutkimuksen voidaan nähdä toimivan myös muistutuksena lasten liikuntatuokioiden ohjaajille siitä, miten tärkeää on eri opetustyyliä vaihdellen tarjota monipuolisia liikunnan kokemuksia lapsille, ja siitä miten tärkeitä nämä kokemukset lapsille ovat.

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tämän tutkimuksen tutkimustehtävänä oli selvittää, millaisia liikunnan opetustyy-  
lejä Lähderannan päiväkodin 3–5-vuotiaiden lasten ryhmien kasvatushenkilöstö  
käyttää päiväkodin liikuntatuokioissa. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa  
(STAKES 2005) on kirjoitettu, että kasvattajien tulee osata hyödyntää rinnakkain  
erilaisia opetustyyliä liikunnan ohjauksessa. Nämä mainitut opetustyyliä esitel-  
lään luvussa kolme.

### 4.1 Tutkimusote

Tämän tutkimus on laadullinen tutkimus. Laadullinen, eli kvalitatiivinen tutkimus  
voidaan nähdä tutkimusmenetelmänä, joka tutkii ihmistä ja tämän elämismaail-  
maa, sekä sen ilmiöitä. Laadullinen tutkimus on menetelmäsuuntaus, jossa pyri-  
tään selvittämään tutkimuksen kohteen laatua, ominaisuuksia tai merkityksiä.  
Laadullisen tutkimuksen kentällä keskeisessä roolissa ovat erilaiset merkitykset  
asioille, ja nämä merkitykset voivat ilmetä erinäisillä tavoilla. Kuitenkaan ei laa-  
dullisellakaan tutkimusmenetelmällä voi saavuttaa ilmiötä kokonaisuutena. (Jy-  
väskylän yliopisto 2015; Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Tässä tutkimuksissa pyrittiin selvittämään miten kasvatushenkilöstö käyttää erilai-  
sia ohjaustyyliä lasten liikuntatuokioissa. Tutkittiin siis lasten elämismaailmana  
toimivaa varhaiskasvatuksen liikuntatuokiota, ja sen ohjauksen ominaisuuksia ja  
merkityksiä. Tämän vuoksi laadullinen tutkimus oli sopiva tutkimusmenetelmä  
kyseisen tutkimuksen tekoon.

Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteitä pidetään usein hypoteesittomuutta. Tä-  
mä tarkoittaa, ettei tutkijalla ole ennestään selkeitä ennako-odotuksia tutkimus-  
ten tuloksista. Usein tutkijalla on aikaisempia kokemuksia tutkimuskohteesta ja  
jonkinlaisia työhypoteeseja liittyen siihen, minkälaisia tutkimustuloksia tutkimuk-  
sesta saattaa syntyä. Nämä oletukset eivät kuitenkaan saa kahlita tai ohjata tutki-  
musasetelmaa. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Tässä tutkimuksessa ei tutkijalla ollut vankkoja esioletuksia tutkimuksen tuloksista. Ennako-odotuksena voidaan kuitenkin mainita oletus siitä, että liikunnan opetustyyleistä komentotyyli olisi kaikkein suosituin. Tämä oletus pohjautui tutkijan omaan kokemukseen varhaiskasvatuksen kentällä, sekä luvussa kolme käytettyjen lähteiden (Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2005, 20; Pulli 2001, 46) mainintaan siitä, että komentotyyli olisi liikunnan opetustyyleistä yleisin. Lisäksi tutkijalla oli esioletus siitä, ettei lasten omia esityksiä tulisi käyttämään opetustyylinä liikuntatuokioissa. Oletus perustui tutkijaan omaan kokemukseen liikuntatuokioiden määrän ja niihin käytetyn ajan rajallisuudesta. Tutkija uskoi, että käytettävissä oleva aika halutaan käyttää mahdollisimman tehokkaasti, joka onnistuu parhaiten perinteisempiä opetustyyliä käyttäen.

#### **4.2 Tutkimuksen kohde**

Tutkimuksen kohteena on espoolainen, kunnallinen päiväkotikoti. Päiväkotikoti on Espoon kaupungin ylläpitämä, kunnallinen päiväkotikoti, joka kuuluu Leppävaaran alueen päiväkoteihin. Leppävaaran alueella kunnallisia päiväkotikoteja on yhteensä 45 kappaletta. (Espoo 2015.)

Lähterannan päiväkotikoti on aloittanut toimintansa vuonna 1978. Lähterannan päiväkodissa on yhteensä seitsemän lapsiryhmää, joista alle 3-vuotiaiden ryhmiä on kaksi, Päivänsäteet ja Menninkäiset, 3–5-vuotiaiden ryhmiä kolme, Karpalot, Puolukat ja Mesimarjat, ja esiopetusryhmiä kaksi, Kirsikat ja Vadelmat. Näin ollen lapsia päiväkodissa on yli sata. Tähän tutkimukseen osallistui kaksi kolmesta 3–5-vuotiaiden ryhmistä; Mesimarjat ja Puolukat. (Espoo 2015.)

Lähterannan päiväkodin toiminta perustuu valtakunnalliseen, Espoon kaupungin ja päiväkodin omaan varhaiskasvatussuunnitelmaan, sekä esiopetuksessa lapsen omaan esiopetussuunnitelmaan. Toimintaa ohjaavana periaatteena Lähterannan päiväkodissa toimii kasvatuskumppanuus, eli yhteistyötä kasvatushenkilöstön ja vanhempien kanssa painotetaan. Lisäksi Lähterannan päiväkodissa pidetään tärkeänä lasten ja henkilökunnan hyvinvointia, yhdessä tekemistä, sekä avointa ja iloista ilmapiiriä. (Espoo 2015.)

### 4.3 Aineiston keruu

Tutkimus toteutettiin keväällä 2016. Tutkimuslupaa anottiin ja se myönnettiin maaliskuussa 2016. Tämän jälkeen oltiin yhteydessä päiväkodinjohtajaan, joka selvitti mahdollisuuden havainnointien tekoon Lähderannan päiväkodissa. Kaksi 3–5-vuotiaiden ryhmää osallistui vapaaehtoisesti tutkimukseen. Havainnointipäivämäärät sovittiin ryhmien aikataulujen mukaan lastentarhanopettajien kanssa. Aineisto kerättiin yhteensä neljänä kertana kahden ryhmän liikuntatuokioita havainnoimalla.

Kyseessä on tutkimus, jossa aineistonkeruu tapahtui havainnoimalla. Tutkimuksen tekijä havainnoi neljää liikuntatuokiota kahdessa Lähderannan päiväkodin 3-5-vuotiaiden lasten ryhmässä. Aineisto kerättiin strukturoidun havainnointilomakkeen avulla. Lomake löytyy kokonaisuudessaan tämän opinnäytetyön lopusta liiteluettelosta (liite 2).

Lähderannan päiväkoti valikoitui tutkimuksen kohteeksi suurilta osin sijaintinsa vuoksi, sillä se sijaitsi lähellä tutkimuksen tekijän työpaikkaa, joka helpotti käytännön järjestelyjä. Lisäksi päiväkodissa oli kolme ryhmää, jotka ikäjakaumaltaan sopivat tutkimukseen, joten todennäköisyys löytää sopiva ryhmä kyseessä olevasta päiväkodista oli suurempi, kuin pienemmissä päiväkodeissa.

Tutkimuksen tekijä otti yhteyttä päiväkodin johtajaan, joka lähestyi ryhmien lastentarhanopettajia. Kaksi 3–5-vuotiaiden lasten ryhmää ilmoittautui vapaaehtoisiksi. Havainnoitavat tuokiot valikoituivat sattumanvaraisesti sen mukaan, mikä sopi ryhmien ja tutkimuksen tekijän aikatauluihin. Ohjaaja vaihteli tuokioittain ja osassa tuokiota ohjaaja vaihtui myös kesken liikuntatuokion, kuitenkin niin, että paikalla olevat aikuiset pysyivät samana koko ajan.

Havainnointi tutkimusmenetelmänä tarkoittaa sitä, että tutkija kirjaa ylös havaintojaan tutkittavan ihmisen toimintaan ja käyttäytymiseen. Tässä tutkimuksessa havainnot kohdistuvat siis lasten liikuntatuokiota ohjaavan kasvattajan tapaan ohjata kyseisiä liikuntahetkiä. Tässä tutkimuksessa suuri paino on kasvattajan ver-

baalin ilmaisun havainnoinnilla, eli sillä miten kasvattaja sanallisesti ohjeistaa lapsia. (Jyväskylän yliopisto 2015.)

Tässä tutkimuksessa havainnointitekniikka oli systemaattista ja standardoitua, strukturoitua havainnointia. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkimusongelmat oli jäsenelty ja luokiteltu etukäteen tarkasti. Tutkittava aihe tuli tietää ja tuntea erittäin hyvin, jotta voi päättää mitä milloinkin havainnoidaan. Tässä tutkimuksessa tämä tarkoittaa sitä että tutkijan tuli olla etukäteen hyvin perehtynyt havainnoitaviin opetustyyliihin, jotta kykeni havainnoidessaan tunnistamaan niiden erityispiirteet ja ohjaustyylien vaihtelun. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Havainnointi valittiin tähän tutkimukseen tutkimustavaksi, sillä havainnoimalla tutkimuksen tekijä sai parhaiten kuvan siitä, millaisia ohjaustyyliä liikuntatuokioissa käytettiin. Tutkimuksen tekijä oli perehtynyt tarkasti teoriapohjaan, joten tämän oli helppo tunnistaa kyseessä olevat ohjaustyyliä liikuntatuokioissa. Haastattelemalla tai kyselylomakkeella ei tutkimuksen tekijä olisi saanut välttämättä rehellisiä tai todellisia vastauksia kasvatushenkilökunnalta. Lisäksi tällaisissa aineistonkeruumenetelmissä olisi ollut vaarana se, että vastaajat eivät olisikaan olleet perehtyneet ohjaustyyliin, eivätkä näin ollen kykenisi arvioimaan omaa toimintaansa niiden pohjalta.

Aineisto kerättiin puhtaasti muistiinpanoja lomakkeisiin tehden, apuna ei käytetty videokuvaa tai nauhoitteita. Koska tutkimuksessa ei havainnoitu lapsia tai heidän toimintaansa, ei lasten vanhemmilta tarvinnut pyytää suostumusta tutkimuksen tekemiseen. Tämä edesauttoi tutkimuksen nopeaa etenemistä, sillä tutkija ei ollut riippuvainen esimerkiksi siitä, toimittavatko lasten vanhemmat suostumuksensa toivotun aikataulun mukaisesti vai eivät.

Alkuperäisenä suunnitelmana oli toteuttaa havainnoinnit yhteensä neljänä eri kertana huhtikuussa 2016. Kuitenkin päiväkodin puolelta jouduttiin perumaan kaksi havainnointikertaa ja niiden toteutus siirtyi myöhemmäksi. Lopullisesti havainnoinnit toteutuivat 15.4., 28.4., 10.5. ja 11.5. Yksi havainnointikerroista tapahtui sisällä liikuntasalissa ja kolme ulkona.



#### 4.4 Aineiston analyysi

Aineistona toimi Lähderannan päiväkodin 3–5-vuotiaiden ryhmän neljän liikuntatuokion pohjalta täytetyt havainnointilomakkeet muistiinpanoineen. Havainnointilomakepohjia oli yksi ja se löytyy kokonaisuudessaan liitteessä 2. Havainnointilomakkeen avulla havainnoitiin minkälaisia opetustyyliä varhaiskasvattaja käyttää ja millaisissa tilanteissa.

Lisäksi havainnoinnin avuksi tutkimuksen tekijä oli laatinut lomakkeen, jossa käytiin läpi liikuntatuokion rakenne ja perustiedot (liite 1). Tämä auttoi tutkimuksen tekijää erottamaan kerrat toisistaan ja selkeyttämään havainnointikertojen kokonaisuutta.

Tutkimustapana käytettiin teorialähtöistä sisällönanalyysiä. Teorialähtöinen sisällönanalyysi tarkoittaa, että tutkimusaineistoa analysoidaan jo valmiina olemassa olevan teorian tai mallin mukaan. Tämä valmis teoria ohjaa aineiston analyysia. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Pääasiassa teoriana toimivat erilaiset liikunnan opetustyyli (luku 3.2.). Aineiston pohjalta luokiteltiin kokonaisuudessaan mitä opetustyyliä neljällä liikuntatuokioilla käytettiin ja minkälaisen toiminnan yhteydessä. Luokiteltiin myös mitä eri opetustyyliä käytettiin määrällisesti eniten käytetystä vähiten käytettyyn. Tuodakseen esiin tutkimuksen lukijalle minkälaisista liikuntatuokioista oli kyse, on tutkija laatinut tutkimustuloksiin myös osuuden liikuntatuokioiden rakenteesta (kuvio 1.).

Aineisto säilytettiin suljetussa kirjekuoressa niin, ettei muilla kun tutkimuksen tekijällä ole ollut mahdollisuutta päästä käsiksi niihin. Aineistoa käsiteltiin ainoastaan tutkimuksen tekijän paikalla ollessa tiloissa, joissa ei ole muita ihmisiä. Ei siis esimerkiksi kirjastossa, joissa on paikalla muitakin ihmisiä. Aineisto tullaan hävittämään kokonaisuudessaan opinnäytetyön julkaisun jälkeen.

#### 4.5 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Tieteellistä tutkimusta tehdessä on otettava aina huomioon tutkimuksen luotettavuus, (reliabiliteetti) ja pätevyys (validiteetti). Perinteisesti määrällisissä tutkimuksissa käytettävien käsitteiden käytöstä laadullisessa tutkimuksessa on ristiriitaisia mielipiteitä. Kuitenkin luotettavuuden parantamisen keinoista ollaan jossain määrin yksimielisiä. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta voidaan arvioida arvioimalla aineiston käsittelyn ja analyysin luotettavuutta. Näitä voidaan arvioida tai testata niin, että aineiston käsittely tai analyysi suoritetaan samanaikaisesti niin, että tutkija ja mahdollinen tutkimusapulainen käsittelevät tahoillaan aineiston ja lopuksi vertaavat tuloksiaan. Toinen tapa on puolitta aineisto ja tehdä alustava aineiston analyysi, jonka jälkeen suorittaa aineiston analyysin loppuun aineistoon. Tuloksia vertaamalla voidaan selvittää voiko tulkinnat yleistää aineistoon kokonaisuutena. (Anttila 1996, sit. Ekatuo 2014.)

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kannalta on tärkeää ottaa huomioon aineiston analyysin arvioitavuus ja uskottavuus. Arvioitavuudella tarkoitetaan sitä, että tutkimusraportti kirjoitetaan niin, että lukijalla on mahdollisuus seurata tutkijan päättelyä, sekä mahdollisesti kritisoida sitä. Uskottavuudella taas tarkoitetaan, että tutkimusraporttia lukiessa lukija kokee, että on uskottavaa että tutkija on raportissa kuvatulla tavalla päätenyt esitettyihin tulkintoihin. (Anttila 1996, sit. Ekatuo 2014.)

Havainnointia tutkimusmenetelmänä on kritisoitu siitä, että havainnoija saattaa läsnäolollaan muuttaa tutkittavaa tilannetta. Tällä viitataan siihen, että havainnoinnin kohteet muuttavat käyttäytymistään, sillä tietävät heitä tarkkailtavan. Lisäksi tutkimuksen onnistumisen haasteena saattaa olla tutkijan emotionaalinen tunneside tutkittavaan kohderyhmään. Tällöin tutkija ei kykene objektiiviseen havainnointiin. Lisäksi mikäli tilanne on hektinen, voi tutkijan olla vaikea kirjata kaikkia havaintojaan saman tien ylös, jolloin hänen luotettava muistiinsa kirjatesaan havaintoja ylös jälkepäin. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Tässä tutkimuksessa todenmukaisen aineiston keräämisen haasteena koettiin se, että kasvattajan tietäessä, että tämän toimintaa tullaan havainnoimaan, saattaa tämä suunnitella liikunnan ohjauksen perinpohjaisemmin, kun tekisi niin sanotun tavallisen ohjaustuokion suunnittelussa. Kuitenkin oli tutkijan luotettava siihen, että ohjaustuokio on mahdollisimman todenmukainen ja luonnollinen.

Haasteena ei koettu sitä, että tutkija kokisi emotionaalista kiintymystä ohjattavaan ryhmäänsä, mikä heikentäisi tutkijan objektiivista näkökulmaa, sillä tutkija tapasi kumpaakin ryhmää vain kahden havainnointikerran ajan. Ei-osallistuvana havainnoitsijana tutkija toimi myös täysin ulkopuolisesta näkökulmasta, jolloin tunnesidettä ei päässyt syntymään. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Haasteena ei koettu myöskään sitä, että havainnoitavan tapahtuman hektisyys esittäisi havaintojen kirjaamisen välittömästi. Tutkijalla oli käytössään strukturoitu lomake havainnoinnin avuksi ja teoriapohjaan oli perehdytty varsin tarkasti etukäteen, jotta tiedetään mihin havainnot tehdessä kiinnitetään huomiota.

Tämän tutkimuksen tuloksia ei voida nähdä kovin yleistettävänä, sillä otanta on hyvin suppea. Havainnointia suoritettiin vain neljä kertaa, yhden päiväkodin kahdessa eri ryhmässä. Eroja eri päiväkodeissa ja eri kunnissa löytyy varmasti. Kuitenkin voidaan nähdä tämän tutkimuksen antavan hyvän kuvan juuri näiden kahden ryhmän kasvattajien liikunnan opetustyyleistä.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta on laatinut Hyvä tieteellinen käytäntö-ohjeistuksen (2012), jossa määritellään lähtökohdat, joita noudattamalla tutkimus voidaan nähdä eettisesti hyväksyttävänä ja luotettavana, sekä saadut tulokset uskottavina. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu, että tutkimustyössä, sekä tulosten tallentamisessa, esittämisessä ja arvioinnissa on noudatettava rehellisyyttä, tarkkuutta ja huolellisuutta. Tutkimusta tehdessä on käytettäviä sellaisia tiedonhankinta-, ja tutkimusmenetelmiä, jotka ovat eettisesti kestäviä ja tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia. Tutkijan on otettava huomioon ja kunnioitettava muiden tutkijoiden työtä viittaamalla heidän julkaisuihinsa asiaankuuluvalla tavalla. Tarvittava tutkimuslupa on hankittava ja tutkimus on tarkkaan suunniteltava, toteutettava ja raportoitava. Tutkimuksessa syntyneet tietoaineistot tallennetaan

niin, kuin tieteellinen tieto vaaditaan tallennettavaksi. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012–2014.)

Tätä tutkimusta tehdessä on käytetty tutkintamenetelmänä havainnointia, joka on tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukainen menetelmä kerätä tietoa. Opinnäytetyössä on viitattu kaikkiin käytettyihin lähteisiin ja aikaisempiin tutkimuksiin asianmukaisesti. Tutkimuslupa hankittiin, sekä tutkimuksesta on tehty tutkimussuunnitelma, tutkimus on toteutettu ja tässä opinnäytetyössä raportoitu. Aineistoa on säilytetty suljetussa kirjekuoressa niin, ettei muu, kuin tutkimuksen tekijä pääse siihen käsiksi. Aineistoa on käsitelty ainoastaan tiloissa, joissa ei ole ollut muita ihmisiä paikalla. Aineisto tullaan hävittämään opinnäytetyön julkaisun jälkeen.

## 5 TUTKIMUSTULOKSET

Seuraavassa esitellään tutkijan tekemät havainnot liikuntatuokioista ja niissä käytetyistä opetustyyleistä. Aluksi luvussa 5.1. esitellään liikuntatuokioiden rakenne, jossa käydään läpi kunkin liikuntatuokion kesto, aikuisten ja lasten määrä ja leikkien ja pelien määrä. Näistä on myös laadittu luvun loppuun havainnollistava kuvio (Kuvio 1.).

Luvussa 5.2 käydään läpi liikuntatuokioissa käytetyt opetustyylit, sekä niiden vaihtelu tuokioittain. Luvussa 5.2.5 tulokset opetustyylien vaihtelusta on koottu yhteen.

### 5.1 Liikuntatuokion rakenne

Ensimmäisen liikuntatuokion kesto oli 30 minuuttia. Liikuntatuokioon osallistui 12 lasta. Liikuntatuokion järjesti kaksi kasvatusvastuullista työntekijää. Ensimmäisellä havainnointikerralla toimintaa oli leikkien ja pelien muodossa seitsemää erilaista. Motoristen taitojen harjoittamisen lisäksi liikuntatuokioissa harjoiteltiin ja kerrattiin kehonosien nimeämistä, numeroita ja kellonaikoja.

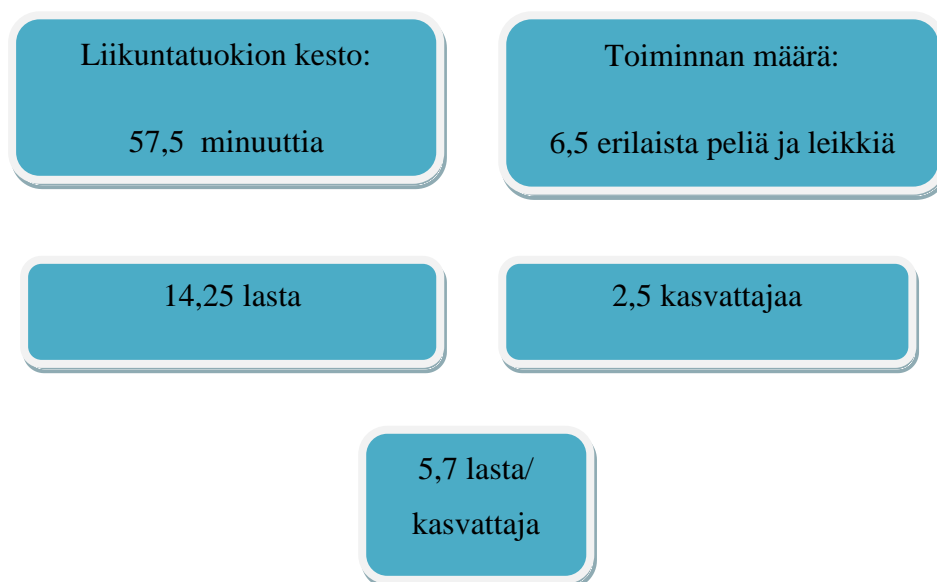
Toinen liikuntatuokio piti sisällään alkulämmittelyn musiikkijumpan muodossa ja tämän jälkeen ulkoliikuntaa toimintaradan muodossa. Liikuntatuokio kesti kokonaisuudessaan 90 minuuttia. Liikuntatuokioon osallistui 19 lasta ja kolme kasvattajaa. Rataa kierrettäessä lapset jakaantuivat yhteen seitsemän hengen ja kahteen kuuden hengen ryhmään, jolla jokaisella oli oma ohjaaja. Toimintaa oli yhteensä kymmentä erilaista. Lapset harjoittelivat muun muassa tasapainoilua, heittämistä ja pallon kuljetusta.

Kolmas liikuntatuokio sisälsi palloleikkejä ulkona. Liikuntatuokio kesti 50 minuuttia. Lapsia osallistui 12 ja aikuisia kaksi. Eri toimintaa oli yhteensä neljää erilaista. Liikuntatuokiossa harjoiteltiin pallon heittämistä ja potkimista, sekä pallon hallintaa. Lopuksi harjoiteltiin naruhyppelyä.

Neljännellä ja viimeisellä liikuntatuokiolla oli jälleen ulkoliikuntaa. Liikuntatuokio kesti 60 minuuttia. Lapsia oli 14 ja kasvattajia kolme. Toimintaa oli viittä

erilaista. Ensin harjoiteltiin naruhyppelyä, jonka jälkeen leikittiin kahta eri alkuleikkiä, perinneleikkiä 10 tikkua laudalla ja harjoiteltiin pesäpallon alkeita.

Neljän havainnointikerran rakenteen perusteella tutkimustuloksena on, että keskimääräisesti 3-5-vuotiaiden lasten liikuntatuokio Lähderannan päiväkodissa näyttää seuraavanlaiselta. Liikuntatuokio kestää keskimäärin 57,5 minuuttia. Tämän ajan aikana toimintaa (leikkejä ja pelejä) oli 6,5 erilaista. Lapsia keskimäärin paikalla oli 14,25 ja aikuisia 2,5. Tämä tekee keskimäärin 5,7 lasta per kasvatusvasuullinen henkilö. Nämä tulokset ovat myös esitelty alla olevassa kuviossa (Kuvio 1).



**Kuvio 1.** Havainnoitujen liikuntatuokioiden rakenne keskimäärin

## 5.2 Opetustyyliä liikuntatuokioissa

Seuraavassa eritellään tutkimuksessa havaitut tutkimustulokset opetustyyliin liittyen. Jokaisen liikuntatuokion toiminta on selitetty auki ja niissä käytetyt opetustyyliä on eritelty. Opetustyylien käyttö on kunkin liikuntatuokion kappaleen lopussa esitetty kuviona (kuviot 2–5), josta voidaan huomata kunkin opetustyylin prosentuaalinen käyttö. Tutkimusta tehdessä ilmeni, että joskus yhtä toimintaa ohjatessa saatetaan käyttää vaihdellen kahta opetustyyliä. Tällöin tämän toiminnan

kohdalle on opetustyyliä annettu arvo 0,5, sillä opetustyyliä on toiminnan kohdalla käytetty puoliksi toisen opetustyylin kanssa.

### 5.2.1 Ensimmäinen liikuntatuokio

Ensimmäisellä havainnointikerralla liikuntatuokiossa oli yhteensä seitsemää eri leikkiä tai peliä. Kuten kuviossa 2. esitetään, ohjaustyyliä käytettiin liikuntatuokion aikana yhteensä neljää, eli kaikkia muita varhaiskasvatuksen suosituksissa mainittuja, paitsi lasten omia esityksiä.

Kolmessa toiminnanmuodossa opetustyylinä toimi yksinään komentotyyli. Näitä toiminnanmuotoja olivat

1. Saliin siirtyminen, jolloin koko ryhmä ”hiipi kuin intiaani” kasvattajan johdolla pukuhuoneesta liikuntasaliin.
2. Kannustuskierto, jonka aikana jokainen lapsi ja aikuinen sai vuorollaan juosta piirin ympäri muiden taputtaessa rytmiä ja kannustettaessa juoksijaa nimeltä.
3. Loppurentoutus, jossa lapset makoilivat mahallaan silmät kiinni lattialla musiikin soidessa taustalla. Kun kasvattaja kutitti varpaista, sai lapsi siirtyä pukuhuoneeseen.

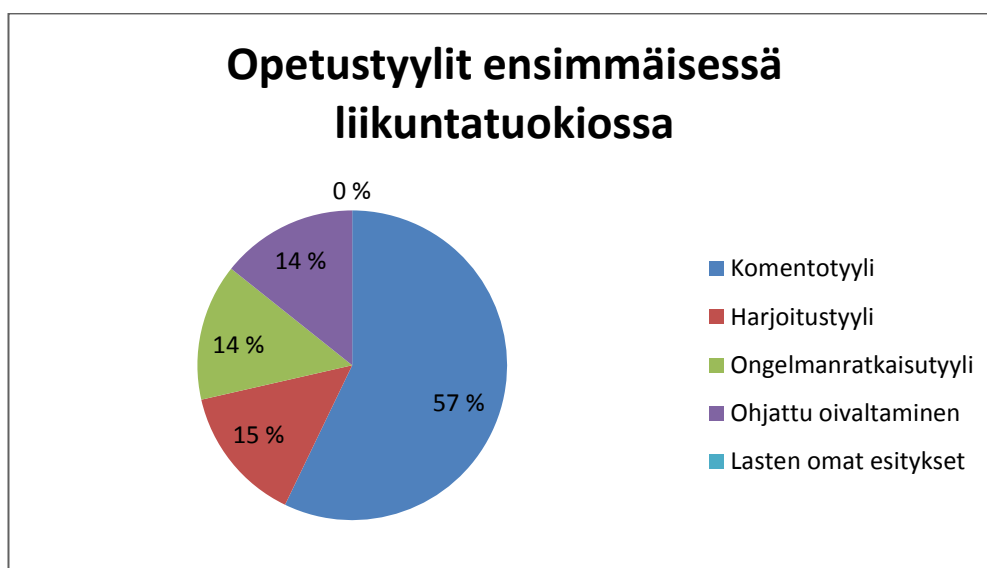
Kahdessa toiminnanmuodossa käytettiin vaihdellen komentotyyliä ja ohjatun oivaltamisen tyyliä.

1. Pullataikina-leikki, jossa aikuinen lukee lorua ”Vaivaa, vaivaa taikinaa, taikina..... (esim. kattoon kurkottaa, kantapäätä koskettaa, kyynärpäätä nuolaisee).” Kun kasvattaja huutaa ”Taikina räjähtää!”, juoksevat lapset takaseinään. Kun kasvattaja kehottaa taikinaa palaamaan takaisin, lapset palaavat keskelle salia. Aikuinen määrittää mitä ”taikina” tekee, mutta sa-  
navalinnoillaan mahdollistaa sen, että lapset voivat keksiä itse ratkaisuta-  
van.
2. Polttopallo. Lapset ovat yhdessä sovitun alueen sisällä. Yksi on ”hippa” ja yrittää polttaa muita osumalla heitä suurella jumppapallolla. Lapsi itse ko-

keilee onko helpompaa esimerkiksi heittää vai vierittää, kannattaako toimia nopeasti vai rauhallisesti ja niin edelleen. Aikuinen ohjeistaa verbaalisesti lapsia löytämään sopivan tyylin.

Yhdessä leikissä ohjaustapana oli harjoitustyyli. Tämä oli pingviinilauttaviestiminen viestikilpailu. Lapset jaettiin kahteen joukkueeseen ja tehtävänä oli kuljettaa superlonilaattaa pareittain niin, että toinen lapsista kulkee takaperin ja toinen etuperin ja he pitävät välissään ”laattaa”. Nopein joukkue voitti. Lapsen saivat itse jokainen kokeilla ja harjoitella takaperin kulkemista mahdollisimman nopeassa vauhdissa.

Yhdessä leikissä ohjaustapana oli ongelmanratkaisutyyli. Leikki oli nimeltään suden vatsa. Yksi lapsista (susi) seiso keskellä salia, ja muut lapset kysyivät toisista seistä häneltä, paljonko kello on. Susi sanoo yhden numeron 1-12 välillä ja muut lapset ottavat numeron määräämän määrän askelia sutta kohti. Kun susi vastaa ”ruoka-aika!” juoksevat muut lapset takaisin paikoilleen ja susi yrittää ottaa heitä kiinni. Ensimmäiseksi kiinnijääneestä tulee uusi susi. Leikissä sutena oleva lapsi voi itse pohtia miten saisi helpoiten toiset lapset kiinni; minkä askelmäärän lapsille asettaa ja missä kohdin päättää, että on ruoka-aika.



**Kuvio 2.** Opetustyyli ensimmäsessä liikuntatuokiossa



### 5.2.2 Toinen liikuntatuokio

Toisella havainnointikerralla toimintaa oli yhteensä kymmentä erilaista. Ohjaustyylejä käytettiin liikuntatuokion aikana yhteensä kahta erilaista. Eniten käytettiin harjoitustyyliä, jota käytettiin seitsemässä eri toiminnassa, lisäksi yhdessä harjoitustyylin kanssa käytettiin ongelmanratkaisutyyliä kahdessa eri toiminnassa. Ohjatun oivaltamisen tyyliä, komentotyyliä tai omia esityksiä ei käytetty. Kuviossa 3. on havainnollistettu liikuntatuokiossa käytetyt opetustyyliä.

Liikuntatuokio aloitettiin sisältä, jossa lapset yhdessä aikuisen johdolla tekivät jo heille aiemmin tutun musiikkijumpan. Tämän jälkeen siirryttiin ulos, jossa kaikki päiväkodin ryhmät ja aikuiset kävivät läpi yhdessä musiikkileikkiä. Näissä kahdessa eri ryhmätoiminnassa käytettiin harjoitustyyliä.

Alkulämmittelyiden jälkeen 19 lapsen ryhmä jaettiin pienryhmiin. Havainnoin näistä kahdeksan lapsen ryhmää, jota ohjasi yksi kasvattaja. Lapset kävivät läpi tempurataa päiväkodin pihalla. Ohjaajat olivat aikaisemmin valmistelleet radan lapsia varten ja ohjeistus kullekin pisteelle oli laminoitu ryhmiä varten. Aikuinen luki ensin lapsille ohjeistuksen, jonka jälkeen lapset saivat itsenäisesti kokeilla ja harjoitella. Näin ollen kaikissa kahdeksassa tempuradan pisteessä käytettiin harjoitustyyliä.

Ensimmäinen piste oli pallon heittoa renkaiden läpi. Keinuihin oli ripustettu hula-vanteita, joiden läpi lapset heittelivät toisilleen palloja. Aikuinen kehotti lapsia kokeilemaan eri heittotyylejä huomatakseen mikä toimii parhaiten. Näin ensimmäisellä pisteellä käytettiin harjoitustyylin lisäksi myös ongelmanratkaisutyyliä.

Toisella pisteellä lapset heittelivät hernepusseja kiipeilytelineeseen sidottuihin liukureihin, jotka toimivat maalitauluina. Tässä ohjaustapana toimi harjoitustyyli, lapset saivat itsenäisesti heitellä hernepusseja aikuisen kannustaessa.

Kolmannella pisteellä lapset leikkivät höyhenen metsästys-hippaa. Lapset juoksisivat pareittain peräkanaa niin, että etummaisella lapsella oli kädessään höyhen. Kun lapsi pudottaa höyhenen vauhdissa, tulee toisen lapsen saada höyhen kiinni

ennen kuin se putoaa maahan. Ohjeistuksen jälkeen lapset leikkivät hippaa itseenäisesti, ohjaustapana oli siis harjoitustyyli.

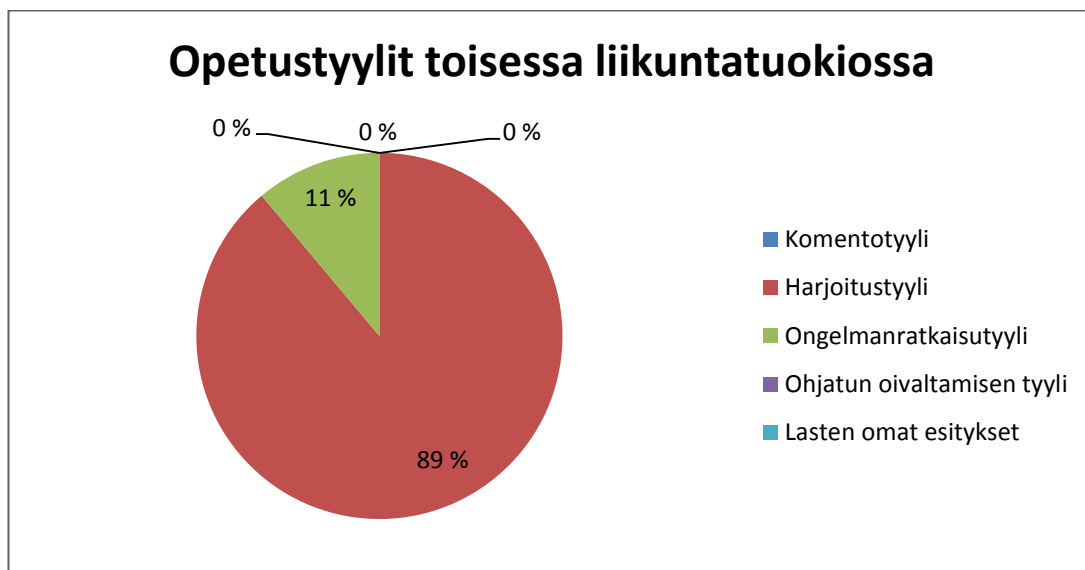
Neljäs piste oli esterata, jossa lasten piti pujotella narujen läpi toiselle puolelle koskematta naruihin. Ohjaaja määritteli lapsille vaihdellen erilaisia tyylejä, esimerkiksi pitääkö mennä narujen yli, ali, vai välistä. Käytössä oli siis harjoitustyyli.

Viidennellä pisteellä oli jälleen toinen esterata. Tässä lapset yksi kerrallaan ensin pujottelivat muovitötsiä jalkapalloa jaloillaan kuljettaen. Tämän jälkeen heidän tuli tasapainoilla kävellen lankulla. Lopuksi lapsien tuli hyppiä maahan asetettuihin hulavanteisiin tasajalkaa. Käytössä oli harjoitustyyli.

Kuudes piste oli vesieste. Lapsien tuli hypätä vedellä täytetyn laatikon yli. Lapset saivat itse kokeilla erilaisia tyylejä, esimerkiksi kierrehyppyä, tai takaperin hyppäämistä. Käytössä oli harjoitustyyli.

Seitsemännellä pisteellä lapset tasapainoilivat yksi kerrallaan ”lankulla” (hiekkalaatikon reuna) kävellen ja samalla sirkustemppuja tehden. Lapset saivat itse keksiä temppujaan, ja keksivät muun muassa vaa’assa seisomisen, yhdellä jalalla seisomisen, kyykkyyntä menemisen. Kyseessä oli harjoitustyyli.

Viimeisellä, kahdeksannella pisteellä lapset keilasivat. Keiloina toimivat puolen toista litran muovipullot ja keilapallona jalkapallo. Ohjaaja kannusti lapsia kokeilemaan eri heittotyylejä, jotta oppisivat itselleen sopivimman tyylin kaataa keiloja. Harjoitustyylin lisäksi käytössä oli siis myös ongelmanratkaisutyyli.



**Kuvio 3.** Opetustyylit toisessa liikuntatuokiassa

### 5.2.3 Kolmas liikuntatuokio

Kolmannella havainnointikerralla liikuntatuokion aikana toimintaa oli yhteensä neljää erilaista. Kolmessa eri toiminnassa käytettiin komentotyyliä, jossa aikuinen ohjeisti säännöt ja ohjasi lapsia leikkien edetessä. Lisäksi yhdessä leikissä lapsia ohjattiin myös ongelmanratkaisutyyllillä ja lopun naruhyppelyssä harjoitustyyllillä. Ohjatun oivaltamisen tyyliä tai lasten omia esityksiä ei käytetty. Kuviossa 4. on havainnollistettu liikuntatuokiassa käytetyt opetustyylit.

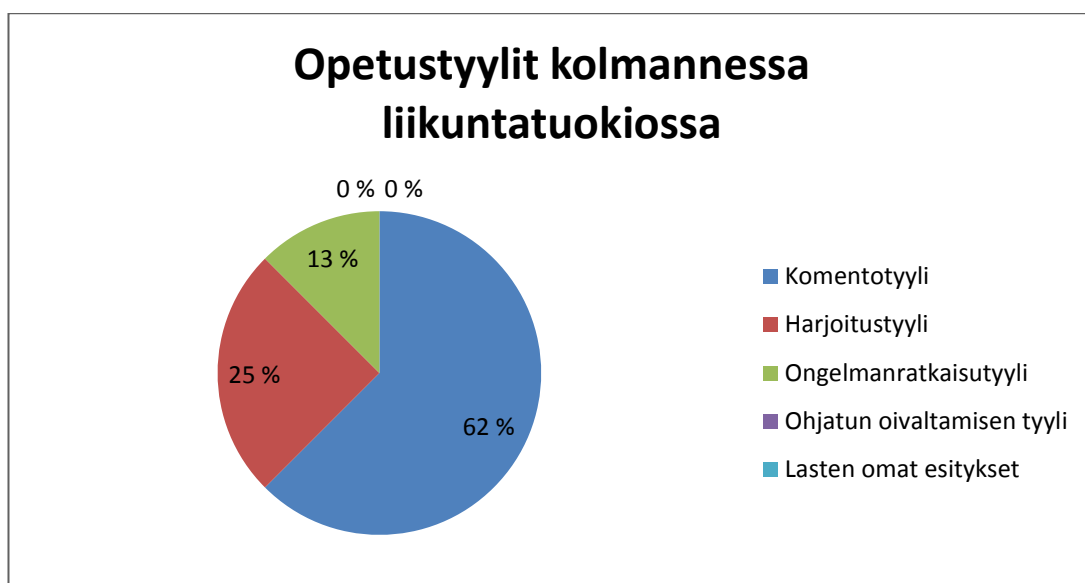
Ensimmäinen leikki oli pallohippa, jossa jokainen lapsi (paitsi hipaksi jäänyt) sai oman pallon, jonka kanssa juoksi ympäri kenttää. Hippa yritti saada lapsia kiinni. Turvaan pääsi menemällä makaamaan mahalleen oman pallon päälle. Tässä leikissä ohjaustyyli oli komentotyyli.

Toinen leikki oli pallonryöstö, jossa lapset jaettiin kahteen joukkueeseen. Kummallakin joukkueella oli oma kotipesä, jossa oli palloja. Joukkueet yrittivät ryöstää toisiltaan palloja omaan pesäänsä juosten hakemalla. Aikuiset ohjeistivat ja kannustivat lapsia leikin aikana verbaalisesti. Käytössä komentotyyli.

Kolmannessa leikissä taas kahteen joukkueeseen jaettujen lasten tuli tällä kertaa siivota oma alueensa palloista ensin heittämällä palloja toisen joukkueen alueelle.

Hetken kuluttua vaihdettiin niin, että lasten tuli potkia palloja. Ohjaaja kannusti lapsia pohtimaan tehokkainta heitto-/potkutapaa. Käytössä oli komentotyylin lisäksi ongelmanratkaisutyyli.

Lopuksi lapset harjoittelivat naruhyppelyä pitkällä narulla niin, että aikuiset pyörittivät narua. Lapsia ohjeistettiin yksi kerrallaan kokeilemaan hyppimistä. Hyppimistapaa muutettiin lapsen taitotason mukaan, esimerkiksi jos kunnan hyppely oli lapselle liian haastavaa, tehtiin tälle laineita ja niin edelleen. Kyseessä oli harjoitustyyli.



**Kuvio 4.** Opetustyylit kolmannessa liikuntatuokiossa

#### 5.2.4 Neljäs liikuntatuokio

Neljännellä ja viimeisellä havainnointikerralla toimintaa oli viittä erilaista. Liikuntatuokion aikana opetustyylinä käytettiin komentotyyliä kaksi kertaa, harjoitustyyliä kaksi kertaa ja ohjaavan oivaltamisen tyyliä kerran. Ongelmanratkaisutyyliä tai lasten omia esityksiä ei käytetty. Kuviossa 5. on havainnollistettu liikuntatuokiossa käytetyt opetustyylit.

Neljännän havainnointikerran liikuntatuokio oli poikkeava siltä osin, että alkuleikin jälkeen lapsille opetettiin kolmea eri toimintaa pienryhmissä. Tämän jälkeen

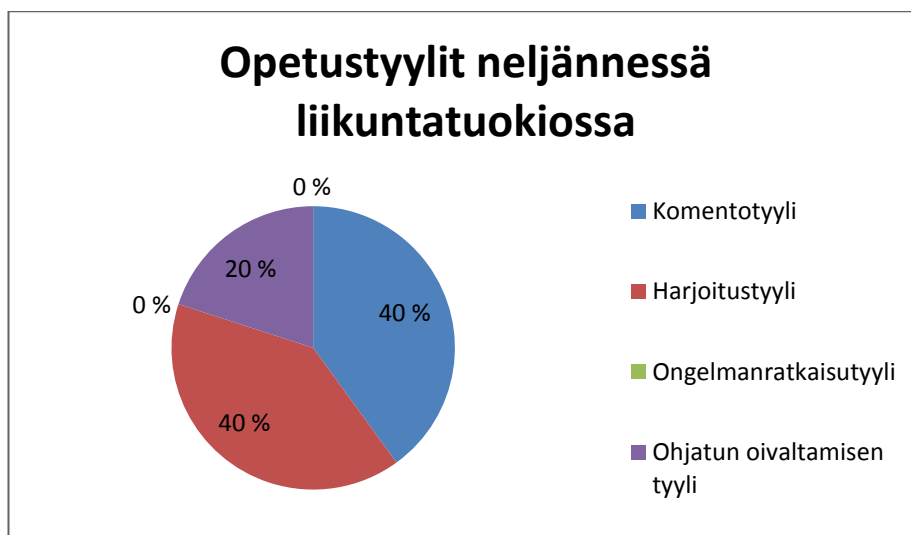
lapset saivat jakautua itse näistä kolmesta toiminnasta mieluisimpaan, jossa lapset opettivat ja ohjasivat toisiaan. Tapahtui siis vertaisoppimista.

Ensimmäisenä toimintana oli siis kaksi alkuleikkiä, jotka aikuinen ohjasi komentotyylillä.

Tämän jälkeen pienryhmissä lapsille opetettiin naruhyppelyä harjoitustyyliä käyttäen. Lapsia ohjeistettiin yksi kerrallaan kokeilemaan hyppimistä. Hyppimistapaa muutettiin lapsen taitotason mukaan, esimerkiksi jos kunnan hyppely oli lapselle liian haastavaa, tehtiin tälle laineita ja niin edelleen.

Toisessa pienryhmässä lapset opettelivat pesäpallon alkeita. Kasvattaja käytti opetustyylinä harjoitustyyliä. Jokainen lapsi sai vuorollaan lyödä palloa, jonka jälkeen juoksivat pesälle ja siitä takaisin kotipesään. Aikuinen avusti pallon heittämisessä ja heitti sitä kunkin lapsen taitotasoa vastaavasti.

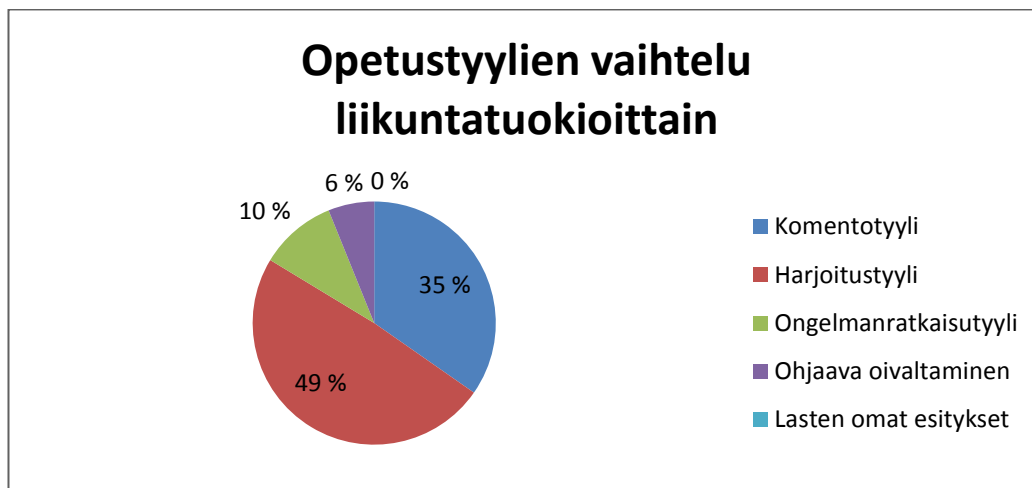
Kolmannessa pienryhmässä lapsille opetettiin 10 tikkua laudalla leikkiä. Aikuisen selitettyä säännöt saivat lapset ryhmässä kokeilla pelata tätä perinneleikkiä. Aikuinen auttoi lapsia apukysymyksillä, jos he eivät muistaneet sääntöjä. Pian lapset oivalsivat itse miten leikki menee eivätkä enää tarvinneet aikuisen ohjausta. Opetustyylinä toimi ohjatun oivaltamisen tyyli.



**Kuvio 5.** Opetustyylit neljännessä liikuntatuokiossa

### 5.2.5 Opetustyylien vaihtelu liikuntatuokioittain

Kun tarkastellaan neljää liikuntatuokiota, huomataan, että harjoitustyyliä käytettiin selvästi eniten liikuntatuokioissa, 12 eri toiminnassa. Komentotyyliä käytettiin 8,5 kertaa eri toiminnassa. Ongelmanratkaisutyyliä käytettiin yhteensä kahdessa ja puolessa toiminnassa ja ohjaavan oivaltamisen tyyliä puolessatoista toiminnassa. Lasten omia esityksiä ei käytetty opetustyylinä kertaakaan neljän liikuntatuokion aikana. Yhden liikuntatuokion aikana käytettiin keskimäärin kolmea mainituista viidestä opetustyylistä. Opetustyylien vaihtelu liikuntatuokioittain on havainnollistettu kuviossa 6.



**Kuvio 6.** Opetustyylien vaihtelu liikuntatuokioittain (n=26)

## 6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää mitä opetustyyliä käyttäen Lähderannan päiväkodin 3–5-vuotiaiden lasten ryhmien liikuntatuokioita ohjataan. Teoriapohjana käytettiin opetustyyliä, jotka Sosiaali- ja terveysministeriön, Opetusministeriön ja Nuori Suomi ry:n laatimassa julkaisussa Varhaiskasvatuksen liikuntasuosittukset (2005) on mainittu. Opetustyyliä on esitelty luvussa 2.3..

Tutkimuksessa selvitettiin mitä opetustyyliä liikuntatuokioissa käytettiin ja minkälaisen toiminnan yhteydessä. Tutkittiin mitä ohjaustyyliä on käytetty eniten ja mitä taas vähiten. Selvitetiin myös kuinka monta ohjaustyyliä oli kaikkiaan käytössä havainnoinnin kohteena olevissa liikuntatuokioissa yhteensä ja kuinka monta yhdellä tuokiolla keskimäärin. Tuodakseen esiin tutkimuksen lukijalle minkälaisista liikuntatuokioista oli kyse, on tutkija laatinut tutkimustuloksiin myös osuuden liikuntatuokioiden rakenteesta (kuvio 6).

### 6.1 Opetustyylien käyttö liikuntatuokioissa

Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksissa määritetään, että varhaiskasvatuksessa järjestetyissä liikuntatuokioissa tulee käyttää eri opetustyyliä monipuolisesti ja luontevasti vaihdellen. Yhtenä tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, toteutuuko tämä määritelmä. (Sosiaali- ja terveysministeriö, Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry 2005. 20.)

Tutkimuksen tuloksista selvisi, että kaikkia muita opetustyyliä käytettiin, paitsi lasten omia esityksiä. Yhdellä liikuntatuokiolla käytettiin neljää, kahdella kolmea ja yhdellä kahta opetustyyliä. Keskimäärin yhdellä liikuntatuokiolla käytettiin kolmea opetustyyliä.

Tuloksista voi siis päätellä sen, että opetustyyliä käytettiin liikuntatuokioiden aikana melko vaihtelevasti. Ainoastaan yhtä opetustyyliä (lasten omat esitykset) ei käytetty lainkaan. Jokaisen liikuntatuokion aikana käytettiin kolmea eri opetustyyliä. Luonteva vaihtelu opetustyylien välillä näkyi siinä, että opetustyyliä vaihdeltiin myös yhden toiminnan aikana. Tätä vaihtelua esiintyi kolmen eri

liikuntatuokion aikana, yhteensä viidessä eri toiminnassa. Vaihtelun aikana käytettiin joko harjoitustyyliä ja ongelmanratkaisutyyliä (kaksi kertaa), komentotyyliä ja ongelmanratkaisutyyliä (kerran) tai komentotyyliä ja ohjaavan oivaltamisen tyyliä (kaksi kertaa).

Tutkimuksen tulosten mukaan suosituin opetustyyli liikunnan ohjauksessa oli harjoitustyyli, jota käytettiin valtaosa, 49% ohjausajasta.

Aiempien tutkimusten mukaan aikuisten myönteisellä suhtautumisella ja kannuksella voidaan edistää lasten fyysistä aktiivisuutta. (Alvoittu 2015, 40–41. Mantsinen 2010, 54–55. Paakkanen 2012, 42.). Kannustus nousi esiin myös tässä tutkimuksessa havainnoiduissa liikuntatuokioissa jatkuvasti. Opetustyylit oli esitetty liikuntatuokioissa kannustavasti ja myönteisesti, joten näiltä osin voitiin nähdä kasvatushenkilöstön edistävän lasten liikunnallisuutta ja fyysistä aktiivisuutta.

## **6.2 Esioletukset ja niiden toteutuminen**

Kuten luvussa 4 mainittiin, ei tutkijalla ollut kovin vankkoja esioletuksia tutkimuksen tuloksista. Kuitenkin ennakko-odotuksena mainittiin oletus siitä että liikunnan opetustyyleistä kaikkein eniten tultaisiin käyttämään komentotyyliä. Lisäksi tutkija odotti että lasten omia esityksiä ei käytettäisi opetustyylinä liikuntatuokioissa. Nämä odotukset perustuivat tutkijan omiin työkokemuksiin varhaiskasvatuksen kentältä.

Esioletukset toteutuivat tutkimuksen tuloksissa osittain. Oletus siitä, että komentotyyli olisi kaikista suosituin opetustyyli, ei toteutunut. Sen sijaan suosituin opetustyyli oli harjoitustyyli. Ennakko-oletuksien mukaisesti lasten omia esityksiä ei käytetty lainkaan opetustyylinä havainnoiduissa liikuntatuokioissa.

## **6.3 Tutkimustulosten luotettavuus ja yleistettävyys**

Käytettäessä havainnointia tutkimusmenetelmänä on haasteena, että havainnoijan läsnäolo muuttaa havainnoinnin kohteiden käyttäytymistä, sillä he tietävät heitä tarkkailtavan. Lisäksi haasteena voidaan nähdä tutkijan emotionaalinen tunneside tutkittaviin, joka häiritsee objektiivista havainnointia. Lisäksi kun aineistonkeruu



perustuu ainoastaan muistiinpanojen tekoon, voi havainnointitilanteen hektisyys haitata kokonaisvaltaisten havaintojen tekoa. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2006.)

Kuitenkin tutkimuksen tulokset voidaan nähdä luotettavina, sillä liikuntatuokiot näyttäytyivät tutkijan silmään luontevina ja luonnollisina, eikä tullut vaikutelmaa, että kasvattajat tietoisesti muuttaisivat ohjaustyyliään, sillä tietävät heitä havainnoitavan. Lisäksi emotionaalista tunnesidettä ei päässyt syntymään johtuen siitä, että tutkija toimi ei-osallistuvana havainnoitsijana ja tapasi kumpaakin ryhmää vain kahdesti. Tutkijan perehdyttyä etukäteen teoriataustaan perinpohjaisesti kykeni tämä tekemään muistiinpanoja reaaliajassa, eikä liikuntatuokioiden hektisyys vaikuttanut tähän.

Tutkimuksen tulokset eivät ole kovinkaan yleistettävissä. Otanta voidaan nähdä melko suppeana johtuen siitä, että kyseessä on vain yhden päiväkodin kahden ryhmän liikuntatuokiot ja havainnoiteja suoritettiin yhteensä vain neljä. Voidaan kuitenkin nähdä, että tulosten antama kuva on todenmukainen juuri näiden kahden ryhmän liikunnan ohjauksen osalta.

#### **6.4 Tutkimuksen hyödyt ja jatkotutkimusaiheet**

Tämän tutkimuksen julkaisun tavoitteet voidaan nähdä liittyvän sekä varhaiskasvattajiin, että lasten vanhempiin. Varhaiskasvattajat voivat tutkimukseen tutustumalla herätä suunnittelemaan liikuntatuokioitaan enemmän myös sen pohjalta miten ohjataan, sen sijaan, että suunnittelisivat ainoastaan mitä ohjataan. Tämä mahdollistaisi ja varmistaisi sen, että lapsille tarjottaisiin mahdollisimman laadukasta ja vaihtelevaa liikunnanohjausta varhaiskasvatuksessa. Lasten vanhemmat voisivat taas tutkimukseen tutustumalla saada kuvaa siitä millaisia lasten liikuntatuokiot varhaiskasvatuksessa ovat. Lisäksi vanhemmat voivat tutkimusta lukemalla myös nähdä kuinka tärkeää laadukkaasti ohjattu liikunta lapsen kehitykselle on.

Jatkossa aihetta voisi tutkia laajentamalla tutkimustapaa. Liikunnan opetustyylien havainnoinnin lisäksi voisi haastatella varhaiskasvattajia kyselemällä heidän ajatuksiaan liikunnan ohjauksesta. Tällöin selviäisi myös, kuinka suuri osa liikunnan

opetustyylien käytöstä on tietoisesti suunniteltua ja kuinka suuri osa taas luontais-  
ta. Vaikka tässä tutkimuksessa purettiin auki myös se, mitä liikuntatuokioissa teh-  
tiin, voisi jatkossa tutkia myös toiminnan ja opetustyylin välistä suhdetta; sitä  
miksi tietyssä toiminnassa käytetään tiettyä opetustyyliä.

## 7 POHDINTA

Tutkimusta tehdessä oli ilo huomata, miten vaihtelevasti opetustyyliä käytettiin liikuntatuokioissa. Ainoastaan lasten omia esityksiä ei käytetty opetustyylinä lainkaan. Tämä ei yllättänyt minua, sillä liikuntatuokiot ovat melko rajallisia, ja lasten omien esitysten järjestäminen voi olla suhteellisen aikaa vieviä. Perinteisemmillä opetustyyleillä liikuntatuokioista voi saada enemmän irti. Lisäksi ottaen huomioon, että ryhmissä oli myös 3-vuotiaita lapsia, voi lasten omien esitysten järjestäminen olla hyvinkin haastavaa.

Varhaiskasvatukseen liittyvää lainsäädäntöä uudistetaan parhaillaan vaiheittain. Ensimmäinen uudistus astui voimaan vuoden 2015 elokuussa. Uudessa lainsäädännössä vahvistetaan lasten, sekä vanhempien osallisuutta ja vaikuttamista. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.) Lasten osallisuus nähdään siis tärkeänä varhaiskasvatuksen kentällä. Havainnoiduista opetustyyleistä lasten omat esitykset olisi ollut lasten osallisuutta parhaiten tukevaa.

Lasten osallisuus näkyi jossain määrin kuitenkin liikuntatuokioissa. Osallisuus näkyi muun muassa siinä, että lapsilta kysyttiin esimerkiksi ”leikitäänkö pullataikinaa?”. Pääasiassa kasvatushenkilöstö oli kuitenkin suunnitellut liikuntatuokiot jo lapsille valmiiksi. Lapsien innostuksesta ja aktiivisuudesta osallistua toimintaan voisi kuitenkin päätellä, että varhaiskasvatushenkilöstö tuntee ryhmänsä lapset niin hyvin, että osasivat etukäteen valita lapsille mieluista toimintaa.

Positiivinen tulos oli, että kaikista eniten, lähes puolet ajasta, opetustyyleistä käytettiin harjoitustyyliä, eikä komentotyyliä, joka oli lähdemateriaalinkin mukaan yleisimmin käytetty opetustyyli. Komentotyyli on opetustyylinä kovin opettajakeskeinen, kun taas harjoitustyyli perustuu lapsen omaan kokeiluun ja harjoitteluun. Koen lapsilähtöisen toiminnan olevan tärkeää.

Vaikka en itse tutkimuksessa virallisesti havainnoinutkaan liikuntatuokion ilmapiiriä, oli ilo huomata miten positiivinen ja kannustava ilmapiiri vallitsi jokaisessa liikuntatuokiossa. Aikuiset kannustivat jatkuvasti lapsia, ja aikuisen esimerkki

vaikutti siihen, että lapsetkin kannustivat toisiaan. Liikunnan ilo oli huomattavissa.

Valitsin aiheeksi varhaiskasvatuksen liikuntatuokioissa käytetyt opetustyyli, sillä koin aiheen minua kiinnostavaksi ja myös ajankohtaiseksi. Olen suuntautunut varhaiskasvatukseen myöhemmin työelämässä ja olen aina ollut kiinnostunut lapsille ohjatusta liikunnasta.

Liikunnallisuuden pohja luodaan lapsuudessa ja koen, että mikäli lapsen varhaiset kokemukset ohjatusta liikunnasta ovat positiivisia, kulkee tämä positiivinen asenne liikuntaa kohtaan läpi elämän. Myös Varhaiskasvatuksen liikuntasuosituksissa mainitaan, laadukkaan ja tavoitteellisen liikuntakasvatuksen tärkeydestä, sillä varhaislapsuudessa omaksuttu liikunnallinen elämäntapa nähdään suhteellisen pysyvänä koko loppuelämän. (Ks. Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö 2005, 17.)

Tutkimusprosessi alkoi syksyllä 2015, kun aloin kirjoittaa tutkimussuunnitelmaa. Alkuperäisenä suunnitelmana oli toteuttaa tutkimus heti alkuvuodesta 2016, jolloin tutkimus olisi julkaistu keväällä 2016. Kuitenkaan tämä ei toteutunut. Suurimmat syyt tähän olivat se, että minulle oli haasteellista muodostaa ja päättää minkälaisen tutkimuksen haluan tehdä ja miten sen tulen toteuttamaan. Lisäksi työsuhteeni yllättäen jatkuessa keskityin päätoimisesti palkkatyöhön opinnäytteen kirjoittamisen sijaan.

Lopullinen tutkimussuunnitelma valmistui vasta maaliskuussa 2016 ja tällöin minulle myönnettiin tutkimuslupa Espoon kaupungilta. Aineistonkeruu tapahtui huhti-toukokuussa 2016, joten itse opinnäytteen kirjoittaminen jäi toukokuulle. Sovittuja havainnointikertoja jouduttiin siirtämään päiväkodin puolelta kahdesti. Toisella kertaa päiväkotiryhmien käyttämä läheisen alakoulun liikuntasali olikin koulun käytössä, ja toisella kertaa ei päiväkotiryhmässä ollut tarpeeksi lapsia paikalla liikuntatuokion järjestämiseksi.

Teoriaosuuden kirjoittamisen aikana koin oppivani hyvin paljon hyödyllistä tietoa. Lisäksi sillä keskityin niin perinpohjaisesti teoriaosuuteen, oli havainnoinnin

aikana tehtävien muistiinpanojen teko melko vaivatonta. Havainnointi osoittautui erittäin mielenkiintoiseksi ja mielestäni hyväksi aineistonkeruutavaksi. Sain kaiken tarvittavan aineiston tutkimustulosten selvittämiseen havainnoimalla ja koin sen itselleni mieleiseksi tavaksi.

Tutkimustulosten analysoinnin ja raportoinnin koin haastavaksi. Tiesin kyllä mitä halusin tehdä, mutten tiennyt miten sen tekisin. Analysointi ja raportointi vaativat minulta erittäin paljon perehtymistä ja paneutumista aiheeseen, joten olenkin varsin tyytyväinen ja ylpeä siitä, miten siinä onnistuin.

Jälkeenpäin mietittäessä, jos voisin tehdä jotakin tutkimusprosessin aikana toisin, olisin tehnyt sen ripeämpää tahtia. Toisaalta tiedän tehneeni tilanteen mukaan koko prosessin aikana kaikkeni. Halusin opinnäytetyötä suunniteltaessa ehdottomasti tehdä opinnäytteen yksin, mutta jälkeenpäin mietittäessä olisi parin kanssa tekeminen ollut mieluisampaa. Tutkimuksesta olisi voinut tehdä laajemman, jos sitä olisi tehnyt kaksi ihmistä. Lisäksi oli monia hetkiä, kun olisin kaivannut toisen tukea opinnäytetyötä tehdessä.

Kaiken kaikkiaan olen hyvin ylpeä ja tyytyväinen opinnäytetyöhöni. Prosessi on ollut pitkä ja haastavampi kuin kuvittelin, mutta olen oppinut valtavasti. Koen että opinnäytetyön tekeminen on kasvattanut myös omaa ammatillisuuttani suuresti.

## LÄHTEET

- Alvoittu, E. 2015. Vanhempien ja varhaiskasvattajien näkemyksiä 3-5-vuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttavista tekijöistä. Liikunnan yhteiskuntatieteiden pro gradu-tutkielma. Liikuntakasvatuksen laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 26.10.2015. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/46114/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201505292100.pdf?sequence=1>
- Ekatuo. 2014. Pirkko Anttila: Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. Metodix. Viitattu 1.7.2016. <https://metodix.fi/2014/05/17/anttila-pirkko-tutkimisen-taito-ja-tiedon-hankinta/#10.2.1> Laadullisen tutkimuksen reliabiliteetti
- Espoo. 2015. Lähderannan päiväkoti. Viitattu 2.7.2016. [http://www.espoo.fi/fi-FI/Paivahoito\\_ja\\_koulutus/Paivahoito/Varhaiskasvatuksen\\_toimipaikat/Kunnalliset\\_paivakodit/Leppavaara/Lahderannan\\_paivakoti](http://www.espoo.fi/fi-FI/Paivahoito_ja_koulutus/Paivahoito/Varhaiskasvatuksen_toimipaikat/Kunnalliset_paivakodit/Leppavaara/Lahderannan_paivakoti)
- Jaakkola, T. 2010. Liikuntataitojen oppiminen ja taitoharjoittelu. Juva. PS-kustannus.
- Jyväskylän yliopisto. Koppa. Havainnointi eli observointi. 2015. Viitattu 1.2.2016. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/aineistonhankintamenetelmat/havainnointi-eli-observointi-osallistuminen-ja-kenttaetyoe>
- Jyväskylän yliopisto. Koppa. Laadullinen tutkimus. 2015. Viitattu 3.7.2016. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>
- Karvonen, P. 2000. Hyppää pois! Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen. 1. painos. Tampere. Kustannusosakeyhtiö Tammi
- Kauranen, K. Liikuntatieteellinen seura ry. 2011. Motoriikan säätely ja Motorinen oppiminen. Tampere. Tammerprint Oy.
- Krakow, E. 2011. Parenting Series. Physical Activity in Early Childhood: Setting the Stage for Lifelong Healthy Habits. The Centre of Excellence for Early Childhood Development (CEECD) ja the Strategic Knowledge Cluster on Early Child Development (SKC-ECD). Viitattu 4.7.2016. [http://www.excellence-earlychildhood.ca/documents/parenting\\_2011-04.pdf](http://www.excellence-earlychildhood.ca/documents/parenting_2011-04.pdf)
- Laakso, L. 2002. Liikuntakasvatuksen ja liikuntapedagogiikan perusteet. Teoksessa Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan, 14-23. Toim. Heikinaro-Johansson, P., Huovinen T. & Kytökorpi, L. Porvoo. Werner Söderström Osakeyhtiö.

Lasten liikunta ja terveys. Stigman, S. 2006. Terveysliikunnan tutkimusuutiset 2006. Lasten liikunta. UKK-instituutti. Viitattu 28.10.2015  
<http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/193-lastenliikunta.pdf>

Mantsinen, A. 2010. Ympäristö liikuttaa lasta. Päiväkodin ympäristöllisten tekijöiden merkitys esiopetusikäisten lasten liikunnallisessa aktiivisuudessa. Varhaiskasvatustieteen pro gradu-tutkielma. Kasvatustieteen laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 28.10.2015.  
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/24385/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201006102031.pdf?sequence=1>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2016. Varhaiskasvatus. Viitattu 10.5.2016 ja 5.7.2016. <http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/varhaiskasvatus/?lang=fi>

Opetusministeriö, Nuori Suomi ry & Sosiaali- ja terveysministeriö. Varhaiskasvatuksen liikuntasuositukset. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17. Helsinki. Viitattu 28.10.2015.  
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/113633/URN%3aNBN%3afi-fe201504225286.pdf?sequence=1>

Paakkanen, A-M. 2012. 3-vuotiaiden päiväkotilasten liikunta-aktiivisuus ja liikuntaan kasvattaminen. Terveyskasvatuksen pro gradu-tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos. Viitattu 26.10.2015.  
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/37779/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201205071614.pdf?sequence=1>

Pica, R. 2011. Why Preschoolers Need Physical Education. Julkaisusta Young Children. Viitattu 5.7.2016.  
[https://www.naeyc.org/files/yc/file/201103/Leaps&Bounds\\_Online0311.pdf](https://www.naeyc.org/files/yc/file/201103/Leaps&Bounds_Online0311.pdf)

Pulli, E. 2001. Opi liikkuen, liiku leikkien. 1. painos. Tampere. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. Aineisto- ja teorialähtöisyys. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 14.2.2016.  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2\\_3\\_2\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_3.html)

Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. Havainnointi. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 10.11.2015. [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_4.html)

Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. Hypoteesittomuus. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 20.5.2016. [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2\\_3\\_2\\_1.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_3_2_1.html)

Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. Mitä laadullinen tutkimus on: lyhyt oppimäärä. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto Tampere: Yh-

teiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 3.7.2016.  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L1\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L1_2.html)

Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. Tutkimuksen luotettavuus ja arviointi. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 1.7.2016.  
[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3.html)

Sääkslahti, A. 2002. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Näkökulmia liikuntapedagogiikkaan, 30-40. Toim. Heikinaro-Johansson, P., Huovinen T. & Kyttökorpi, L. Porvoo. Werner Söderström Osakeyhtiö.

TE-palvelut. Ammattinetti. 2016. Lastentarhanopettaja. Viitattu 1.7.2016.  
[http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/12/1/98\\_ammatti](http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/12/1/98_ammatti)

TE-palvelut. Ammattinetti. 2016. Lähihoitaja, lastenhoitaja. Viitattu 1.7.2016.  
[http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/15/3/299\\_ammatti](http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/15/3/299_ammatti)

TE-palvelut. Ammattinetti. 2016. Perhepäivähoitaja. Viitattu 1.7.2016.  
[http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/301\\_ammatti](http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/301_ammatti)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2015. Varhaiskasvatus. Viitattu 10.5.2016.  
<https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/varhaiskasvatuspalvelut>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012-2014. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 2.7.2016. <http://www.tenk.fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanto>

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005. Stakes- Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. Saarijärvi. Gummerus Kirjapaino Oy. Viitattu 30.10.2015.  
[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77129/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf?sequence=1)



## **LIITTEET**

### **LIITE 1**

#### **Havainnointilomake: Toimintatuokion sisältö ja rakenne**

Aika: \_\_\_\_\_ Paikka: \_\_\_\_\_

Havainnoija: \_\_\_\_\_

Liikuntatuokion kesto (minuutteina): \_\_\_\_\_

Lapsiryhmän koko: \_\_\_\_ Kasvattajien määrä: \_\_\_\_

#### **Mitä tehdään, mitä opitaan**

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## LIITE 2

### **Havainnointilomake: Ohjaustyylien arviointi**

#### **1. Komentotyyli**

- Ohjaaja keskipisteenä
- Koko ryhmä toimii samanaikaisesti

**Toiminta, jossa tyyli toteutui:**

---

---

---

---

#### **2. Harjoitustyyli**

- Ohjaaja suunnitellut tehtävät, tehnyt tarvittavat valmistelut
- Yhteinen ohjeistus → lasten mahdollisuus itsenäiseen harjoitteluun ja kokeiluun
- Pienryhmät, telineradat yms.

**Toiminta, jossa tyyli toteutui:**

---

---

---

---

### **3. Ongelmanratkaisutyyli**

- Itsenäisen ajattelun tukeminen
- Oikeaa ratkaisua ei ole, lapsi saa itse keksiä ratkaisun

**Toiminta, jossa tyyli toteutui:**

---

---

---

---

### **4. Ohjatun oivaltamisen tyyli**

- Ohjataan lapsia oikeaan suuntaan; päämääränä oikea ratkaisutapa
- Ohjaajan apukysymykset
- Pyritään siihen, että lapsi oivaltaa itse

**Toiminta, jossa tyyli toteutui:**

---

---

---

---

## 5. Lasten omat esitykset

- Lapset valitsevat itse aiheen
- Lapset rakentavat esityksen aiheen ympärille musiikin, roolien avulla
- Aikuinen ohjaa yhdessä keskustellen

### **Toiminta, jossa tyyli toteutui:**

---

---

---

---

---