



Karelia-ammattikorkeakoulu  
Sosionomi (AMK)

# Varhaiskasvatuksen toimintaympäristön muutosprosessi

Sisäliikuntaa lisäävien tilojen muutokset lapset osallistaen

Rasmus Väänänen

Opinnäytetyö, Joulukuu 2022

[www.karelia.fi](http://www.karelia.fi)



**OPINNÄYTETYÖ**  
**Joulukuu 2022**  
**Sosionomi koulutus**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
+358 13 260 600 (vaihde)

**Tekijä**  
Rasmus Väänänen

**Nimeke**  
Varhaiskasvatuksen toimintaympäristöjen muutosprosessi. Sisäliikuntaa lisäävien tilojen muutokset lapset osallistaen.

**Toimeksiantaja** Pilke Päiväkotijärjestö Marjala

**Tiivistelmä**

Opinnäytetyön aiheena on varhaiskasvatuksen toimintaympäristöjen muutosprosessi. Sisäliikuntaa lisäävät tilojen muutokset lapset osallistaen. Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä lasten osallisuutta ja sisäliikuntaa päiväkodin arjessa. Opinnäytetyön tavoitteena on muokata päiväkodin toimintaympäristöjä liikunnallisilla ratkaisulla ja osallistaa lapset toimintaympäristöjen muutosprosessiin. Opinnäytetyön tuotoksena syntyi työskentelyopas, joka toimii osallistamisen mallina toimintaympäristöjen muutosprosessissa. Opinnäytetyö on toiminnallinen ja toimeksiantajana toimii Pilke - päiväkotijärjestö Marjala.

Opinnäytetyössä käytetään osallistamisen menetelmiä jokaisessa prosessin eri vaiheessa. Opinnäytetyön prosessia ohjaa konstrukttiivinen malli. Opinnäytetyön toteutuksena valmistui 3–4-vuotiaiden ryhmän kahteen leikkihuoneeseen uudet sisäliikuntaan innostavat ja aktivoivat toimintaympäristöt. Toimintaympäristöt muodostuivat lasten mielenkiinnon kohteiden ja ideoiden pohjalta. Jokainen ryhmän lapsi osallistui prosessiin. Opinnäytetyön tuotoksena muodostuneen työskentelyoppaan tarkoitus on olla yksinkertainen työkalu päiväkodin työntekijöille lasten osallistamisen tueksi toimintaympäristöjen muutosprosessin eri vaiheissa. Opinnäytetyöni mahdollistaa päiväkodille jatkokehityksen lasten sisäliikuntaan ja osallistamisen lisäämiseen liittyen.

**Kieli**  
suomi

Sivuja 48  
Liitteet 1  
Liitesivumäärä 8

**Asiasanat**  
varhaiskasvatus, sisäliikunta, toimintaympäristöt, osallistaminen



**THESIS**  
**December 2022**  
**Degree Programme in Social Services**

Tikkarinne 9  
80200 JOENSUU  
FINLAND  
+ 358 13 260 600 (switchboard)

Author  
Rasmus Väänänen

The Change Process of Early Childhood Education Operating Environments. Indoor Exercise Will Be Increased by the Changes in the Facilities, Involving the Children.

Commissioned by Pilke Day-care Center Marjala

**Summary**

The subject of the thesis is the change process of early childhood education operating environments. Indoor exercise will be increased by the changes in the facilities, involving the children. The thesis is functional and the client is Pilke - daycare center Marjala. The purpose of the thesis is to increase children's participation and indoor exercise in the day-to-day life of the day-care center by modifying the operating environment of the day-care center with child-inclusive methods. The aim of the thesis is to modify the interior spaces of the 3–4-year-old kindergarten group with exercise solutions. The children of the kindergarten group are involved in the planning of the activities.

In the thesis, different methods of participation are used in each step of the process. The thesis process is guided by a constructive model. As a result of the thesis, new activity environments that inspire and activate indoor exercise were completed in the two play-rooms of the 3–4-year-old group. The operating environments were formed based on the children's interests and ideas. Every child in the group participated in the process. The output of the thesis was a working guide to support the inclusion of children in the process of changing operating environments. The working guide is a simple tool for day-care center workers to support the inclusion of children in the different stages of the process of changing the operating environments. My thesis enables the day-care center to further develop children's indoor exercise and increase participation.

Language  
Finnish

Pages 48  
Appendices 1  
Pages of Appendices 8

Keywords  
early childhood education, indoor sports, operating environments, inclusion

## Sisältö

1	Johdanto .....	5
2	Varhaiskasvatus .....	6
2.1	Varhaiskasvatuksen lähtökohdat ja ohjaavat asiakirjat.....	6
2.2	Varhaiskasvatuksen tavoitteet ja laatu.....	8
2.3	Sosiokulttuurinen innostaminen .....	9
3	3-4 - vuotiaiden lasten liikunta päiväkodin eri toimintaympäristöissä .....	10
3.1	Liikunnan merkitys lasten kehityksessä ja oppimisessa .....	10
3.2	Kasvattajan rooli liikunnan mahdollistajana päiväkodissa.....	12
3.3	Leikin merkitys lasten liikuntakasvatuksessa .....	14
4	3–4 vuotiaiden osallisuus varhaiskasvatuksessa ja toimintaympäristöjen muokkaaminen .....	15
4.1	Osallisuus varhaiskasvatuksessa .....	15
4.2	Toimintaympäristöjen muokkaaminen .....	16
5	Aiemmat tutkimukset ja opinnäytetyöt aiheesta .....	18
6	Opinnäytetyön lähtökohdat .....	20
6.1	Toimeksiantaja.....	20
6.2	Opinnäytetyön idea ja suunnittelu.....	20
6.3	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite.....	21
7	Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat.....	22
7.1	Toiminnallinen opinnäytetyö .....	22
7.2	Opinnäytetyön prosessia ohjaava malli .....	23
7.3	Osallistamisen menetelmät prosessin eri vaiheissa.....	24
7.4	Tiedonhankintaan käytettävät menetelmät .....	26
7.5	Arviointimenetelmät .....	27
8	Opinnäytetyön prosessi .....	28
8.1	Aloitusvaihe .....	28
8.2	Suunnitteluvaihe .....	29
8.3	Toteutusvaihe .....	31
8.4	Arviointi ja kehittäminen.....	33
9	Valmiit toimintaympäristöt .....	35
10	Opinnäytetyön tuotos .....	38
11	Pohdinta.....	39
11.1	Johtopäätökset ja prosessin arviointi .....	39
11.2	Luotettavuus ja eettisyys .....	42
11.3	Ammatillinen kasvu.....	43
11.4	Jatkokehittämisideat .....	45
	Lähteet.....	46

### Liite

Liite 1. Työskentelyopas lasten osallistamiseen toimintaympäristöjen muutosprosessissa

## 1 Johdanto

Varhaiskasvatussuunnitelman mukaan erilaisia oppimis- ja toimintaympäristöjä tulee suunnitella ja rakentaa yhdessä lasten kanssa. Toiminnan tulee tukea lapsen uteliaisuutta ja halua oppia. Yhteinen toiminta ja oppimisympäristöjen suunnittelu ja toteuttaminen ohjaa lasta leikkiin ja fyysiseen toimintaan. (Opetushallitus 2018a, 32–33.)

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä lasten osallisuutta ja sisäliikuntaa päiväkodin arjessa. Opinnäytetyön tavoitteena on muokata päiväkodin toimintaympäristöjä liikunnallisilla ratkaisuilla ja osallistaa lapset toimintaympäristöjen muutosprosessiin. Toimintaympäristöjen muutoksien tavoitteena on innostaa lapsia liikkumaan aktiivisemmin päiväkodin sisätiloissa. Lasten osallistaminen toimintaympäristöjen muutosprosessiin mahdollistaa osallisuuden kokemuksia kaikille lapsille. Opinnäytetyön tuotoksena syntyy työskentelyopas, joka toimii osallistamisen mallina toimintaympäristöjen muutosprosessissa.

Opinnäytetyöni on toiminnallinen ja toimeksiantajana on Pilkepäiväkotijoukko Marjala. Opinnäytetyön toteutuksena valmistui 3–4-vuotiaiden päiväkotiryhmän kahteen leikkihuoneeseen uudet sisäliikuntaan innostavat ja aktivoivat toimintaympäristöt. Toimintaympäristöt luotiin yhdessä lasten kanssa osallistaen lapset prosessin kaikkiin vaiheisiin.

Opinnäytetyössä käsitellään toiminnallista toteutusta teoriaviitekehykseen pohjautuen. Teoriaviitekehyksen lisäksi opinnäytetyössä esitellään aiempia tutkimuksia opinnäytetyön aiheesta. Opinnäytetyön lähtökohdat ja menetelmälliset valinnat käydään myös läpi opinnäytetyöraportissa. Opinnäytetyön prosessia kuvataan laajasti ja valmiit toteutus ja tuotos esitellään opinnäytetyössä. Lopuksi opinnäytetyössä käydään läpi pohdintaa kaikista opinnäytetyön oleellisimmista aihealueista.

## 2 Varhaiskasvatus

### 2.1 Varhaiskasvatuksen lähtökohdat ja ohjaavat asiakirjat

Varhaiskasvatus tarkoittaa suunnitelmallista kasvatusta, opetusta ja hoitoa 1–6-vuotiaille lapsille. Varhaiskasvatus on aina tavoitteellista toimintaa, jossa pedagogiikan tulee näkyä selkeästi. Varhaiskasvatus kattaa lapsen elämästä ensimmäiset vuodet aina peruskoulun alkuun asti. Varhaiskasvatuksen tehtävä on tukea lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista. Varhaiskasvatus edistää myös lasten yhdenvertaisuutta ja ehkäisee syrjäytymistä. Vanhemmille varhaiskasvatus tarjoaa tukea lasten kasvatustyössä ja mahdollistaa vanhempien opiskelun tai työelämään osallistumisen. Varhaiskasvatuksessa opitut tiedot ja taidot mahdollistavat lasten peruskoulun aloituksen ja vahvistavat lasten osallisuutta sekä toimijuutta yhteiskunnassa. (Opetushallitus 2018b.)

Varhaiskasvatussuunnitelmat laaditaan ja varhaiskasvatus toteutetaan varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan, joka on opetushallituksen antama valtakunnallinen määräys. Lapsen oikeudesta varhaiskasvatukseen ja varhaiskasvatuksen tavoitteista säättää varhaiskasvatuslaki. Varhaiskasvatuslaki ohjaa yhtä lailla varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden laatimista. (Opetushallitus 2018b.)

Varhaiskasvatuslaki ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat työtä päiväkodissa. Sekä varhaiskasvatuslaissa että varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa mainitaan lasten liikunta lapsen kokonaisvaltaisen kehityksen ja oppimisen tukena. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa oppimisen yhtenä osa-alueena on Kasvan, liikun ja kehityn - oppimisen alue. Muut osa-alueet ovat Kielten rikas maailma, Ilmaisun monet muodot, Minä ja meidän yhteisömme ja tutkin ja toimin ympäristössäni. Oppimisen alueet kuvaavat varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan keskeisiä tavoitteita ja sisältöjä. (Opetushallitus 2018a, 40 –48.)

Oppimisen alueet kuvaavat varhaiskasvatuksen keskeisempiä pedagogisen toiminnan tavoitteita ja sisältöjä. Oppimisen alueet ohjaavat päiväkodin henkilöstöä laadukkaan ja tavoitteellisen varhaiskasvatuksen suunnittelussa, kuin myös toteuttamista yhdessä lasten kanssa. On lasten oikeus saada monipuolisesti kokemuksia kaikista oppimisen alueista. Oppimisen alueet eivät ole irrallisia käsitteitä, vaan niitä tulee yhdistää toimintaan sen tarkoituksen, tavoitteiden ja lasten mielenkiinnonkohteiden pohjalta. (Opetushallitus 2018a 36.)

Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan viitekehyksessä kuvataan varhaiskasvatuksen pedagogista toimintaa ja sen toteuttamista (Kuvio 1). Toimintaa ja sen toteuttamista kuvaa kokonaisvaltaisuus. Tavoitteena päiväkodin pedagogisessa toiminnassa on edistää lasten oppimista, hyvinvointia sekä laaja-alaista osaamista. Pedagoginen toiminta vaatii toteutuakseen lasten ja työntekijöiden vuorovaikutusta kuin myös yhteistä toimintaa. Lasten omaehtoisuus ja yhdessä ideoitu toiminta aikuisten organisoimana mahdollistaa hyvän pedagogisen kasvatusympäristön. Varhaiskasvatuksen pedagoginen toiminta pitää sisällään kasvatuksen, hoidon ja opetuksen kokonaisuuden. (Opetushallitus 2018a, 32.)



Kuvio 1. Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan viitekehys (Opetushallitus 2018a, 32).

Lasten laaja-alaiselle osaamiselle luodaan pohjaa varhaiskasvatuksessa. Laaja-alainen osaaminen on tietojen, taitojen, arvojen, asenteiden ja tahdon kokonaisuus. Laaja-alaisen osaamisen tarve muovaantuu jatkuvasti ympäröivän maailman muutoksien kanssa. Lasten laaja-alaisen osaamisen kehittyminen edistää lasten kasvua yksilöinä ja yhteisön jäseninä. Osaamisen kehittyminen alkaa varhaislapsuudessa ja jatkuu läpi koko elämän. Laaja-alaisen osaamisen tavoitteet kulkevat jatkumona varhaiskasvatussuunnitelman perusteista esi- ja perusopetukseen. Lasten laaja-alaista osaamista tukee laadukas pedagoginen toiminta varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen arjen toiminta, oppimisympäristöjen käyttö ja lasten hyvinvoinnin sekä oppimisen tukeminen laadukkaasti ja asetettujen tavoitteiden mukaan on tapa tukea lasten kehittymistä laaja-alaisen osaamisen eri osa-alueissa. Laaja-alaisen osaamisen alueet ovat ajattelu ja oppiminen, kulttuurinen osaaminen, itsestään huolehtiminen ja arjen taidot, monilukutaito ja tieto- viestintäteknologinen osaaminen, osallistuminen ja vaikuttaminen. (Opetushallitus 2018a, 19.)

## **2.2 Varhaiskasvatuksen tavoitteet ja laatu**

Varhaiskasvatuksen tavoitteena on edistää jokaisen lapsen iän ja kehityksen mukaista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia kokonaisvaltaisesti. Tavoitteena on myös tukea lapsen oppimisen edellytyksiä ja toteuttaa lapsen leikkiin, liikkumiseen, taiteisiin ja kulttuuriperintöön perustuvaa monipuolista pedagogista toimintaa. Tärkeä tavoite varhaiskasvatuksessa on varmistaa lapsen mahdollisuudet vaikuttaa ja osallistua itseä ja omaa toimintaa koskeviin asioihin. (Varhaiskasvatuslaki 540/2018.)

Tavoitteellinen toiminta varhaiskasvatuksessa takaa varhaiskasvatuksen laadun. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden seuraaminen ja laadukkaan varhaiskasvatuksen toteutuminen kuuluu jokaisen päiväkodin vaatimukseen. Varhaiskasvatuksen laatua arjessa on tutkittu kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen toimesta ja tuloksina selvisi varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan vahvuuksia. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden sisällölliset tavoitteet



toteutuvat päiväkodeissa pääsääntöisesti hyvin. Varhaiskasvatuksen pedagogisen toiminnan vahvuuksia ovat leikkipedagogiikka, positiivinen ilmapiiri, liikunta ja ruokailukasvatus. Kun päiväkodin resurssit ovat riittävät ja johtaminen on laadukasta, kokevat työntekijät pystyvänsä täyttämään työllään varhaiskasvatussuunnitelman vaatimukset. Laadukas varhaiskasvatus on mahdollista, jos työntekijät pystyvät toteuttamaan käytännön tasolla varhaiskasvatussuunnitelman tavoitteita.

(Repo, Paananen, Mattila 2019, 6–21.)

### **2.3 Sosiokulttuurinen innostaminen**

Sosiokulttuurisella innostamisella tavoitellaan asenteiden ja ihmisten välisten suhteiden muutosta. Innostaminen on sellaista kasvatusta, joka motivoi aktiiviseen ja osallistuvaan toimintaan. Innostaminen luo ja vahvistaa sosiaalisia ryhmiä ja mahdollistaa toimivien ryhmäprosessien syntyä. Innostaminen saa aikaan myös aloitteellisuutta ja motivaatiota osallistumiseen. Innostamisen tavoitteena on lisäksi kulttuurinen demokratia eli erilaisuuden ja eriävien tarpeiden hyväksyminen ja arvostaminen. Innostaminen on sellaisten resurssien etsintää, jotka mahdollistavat yksilön ja ryhmän identiteetin vahvistamisen oman yhteisön sisällä. (Kurki 2000, 24–27). Sosiokulttuurinen innostaminen sisältyy vahvasti varhaiskasvatuksen laaja-alaisen osaamisen eri tavoitteisiin. Sosiokulttuurisen innostamisen kautta päästään käsiksi laaja-alaisen osaamisen alueista kulttuuriseen osaamiseen, vuorovaikutukseen ja ilmaisuun. Myös osallistumisen ja vaikuttamisen tavoitteisiin pystytään vastaamaan sosiokulttuurisen innostamisen kautta. (Opetushallitus 2018a 23–27)

Sosiaalipedagoginen osaaminen päiväkodeissa mahdollistaa lasten oppimista, kasvua ja hyvinvointia tukevan verkostoyhteistyön sekä sosiokulttuuriseen innostamisen. Toiminnan tarkoituksena varhaiskasvatuksessa on luoda ja tukea sosiaalisia verkostoja, lisätä kommunikaatiota ja suunnata toimintaa luovasti sekä lapsilähtöisesti oppimisen ja kasvun tueksi. Varhaiskasvatussuunnitelma ja varhaiskasvatustilanne määrittää lasten oikeuden laadukkaaseen ja monipuoliseen varhaiskasvatukseen. Riittävä sosiaalipedagoginen osaaminen

työntekijöillä on avainasemassa lasten innostamisen ja päiväkodin toiminnan kehittämisen kannalta. Lapset omat oman elämänsä oppijoita sekä toimijoita. Varhaiskasvatuksessa pitää olla jatkuva pyrkimys toimintakulttuurin kehittämiseen oppivana yhteisönä. (Rintakorpi & Holmikari 2021, 241–250)

Päiväkodissa työntekijät toimivat motivoivina ja innostavina aikuisina. Heidän avullaan lapset innostuvat, löytävät mielenkiinnon kohteita ja rohkeasti lähtevät kokeilemaan uutta ja jännittävää. Varhaiskasvattajan oma innostuneisuus ja aitous nousee sosiokulttuurisessa innostamisessa myös tärkeään asemaan. Leena Kurki kertoo kirjassaan sosiokulttuurinen innostaminen seuraavaa ” Kaikki ihmiset eivät sovi innostajiksi, sillä innostaja ei voi olla, jos ei ole itse innostunut. (Kurki 2000, 80.)

Sosiokulttuurisessa innostamisessa jokainen yksilö on tasavertainen ja ainutlaatuinen. Jokainen ihminen tarvitsee kehittyäkseen ja innostuakseen yhteisöä sekä dialogista vuorovaikutusta. Ihmisen perusolemus on sekä yksilöllinen, yhteisöllinen ja sosiaalinen. Yhteisöön kuulumisen avulla ihminen kehittyy itsessään ja ryhmä täydentyy. Kun ihmisen vuorovaikutus, sosiaalisuus ja oppiminen lisääntyy, on ihmisen mahdollista herätä aktiiviseksi toimijaksi omassa elämässä ja arjessa. Sosiokulttuurisessa innostamisessa painottuu ihmisen itse luoma ja kehittämä kulttuuri omaan elämään. Sosiokulttuurisessa innostamisessa oleellista on mennä sinne missä ihmisen arki ja elämä ovat. (Ahvenainen, Sinbel 2015, 14–16.)

### **3 3-4 - vuotiaiden lasten liikunta päiväkodin eri toimintaympäristöissä**

#### **3.1 Liikunnan merkitys lasten kehityksessä ja oppimisessa**

Lapsen normaalin fyysisen kehityksen kannalta on välttämätöntä, että lapsi saa riittävästi liikuntaa. Motoriset perustaidot, kuten juoksu, hyppääminen, kiinniottaminen ja heittäminen voivat kehittyä, kun fyysiset edellytykset, hermostollinen

kehitys ja havaintotoiminnot ovat riittävällä tasolla. Tämä mahdollistuu, kun lapsi saa harjoitella liikkumista. Lasten aktiivinen ja liikunnallinen toiminta muokkaa myös kognitiivisia taitoja. Liikunnan puute tai vähäisyys voi vaikuttaa haitallisesti esimerkiksi lapsen oppimiseen, tasapainoon ja lapsen kykyyn hahmottaa tilaa. Liikunta toimii myös välineenä tunteiden ilmaisemiseen ja käsittelemiseen. Se lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta ja yhdessä liikkuminen lisää lapsen sosiaalisia taitoja. (Pönkkö, Sääkslahti 2017, 486–489.)

Liikunnan ja riittävän fyysisen aktiivisuuden avulla päästään käsiksi kaikkiin laaja-alaisen osaamisen alueisiin. Päivittäinen riittävä fyysinen aktiivisuus tukee lasten omaa ajattelua ja oppimista. Vuorovaikutustaitoja ja ilmaisua pystytään harjoittamaan erilaisten liikuntaleikkien sääntöjen noudattamisella tai muiden huomioimisella leikin tai pelin yhteydessä. Kehollinen ilmaisu on myös tärkeä vuorovaikutuskeino, jota opitaan riittävän liikkumisen ja leikkimisen yhteydessä. Arjen taitojen osalta edellytetään, että lasten kanssa käydään heidän hyvinvointiaan edistäviä asioita. Ravinnon, levon ja liikunnallisen aktiivisuuden merkitystä tulee opettaa ja käydä läpi varhaiskasvatuksessa. Monilukutaitoa pystytään kehittämään hyödyntämällä digitaalista dokumentointia leikeissä ja muussa liikkumisessa. Osallisuuden avulla lapsen käsitys itsestään kehittyy ja hän kokee pystyvänsä itse vaikuttamaan omaan liikkumiseen ja leikkeihin. Lapsi myös löytää omia mielenkiinnon kohteita, jotka motivoivat omaehtoiseen liikkumiseen ja aktiiviseen elämäntapaan. (Pulli 2017, 9–13).

Alle kouluikäisten liikkumiselle on olemassa UKK – instituutin luomat suositukset (Kuvio 2). Jokaiselle lapselle tulisi saada kolme tuntia aktiivista liikuntaa päivässä.



Kuvio 2. Alle kouluikäisten liikkumisen suositukset (UKK – instituutti 2021).

Opetus ja kulttuuriministeriön lasten fyysisen aktiivisuuden suositukset julkaisussa kuvataan lasten liikunnallisen aktiivisuuden tavoitetilaa seuraavasti. Lapsen oikeus ja tarve liikkua joka päivä toteutuisi kaikilla lapsilla. Lapsen päivittäinen kolmen tunnin fyysinen aktiivisuus koostuisi kuormittavuudeltaan monipuolisesta liikkumisesta. Liikkuminen sisältäisi reipasta mutta rennompaa ulkoilua, sekä erittäin vauhdikasta fyysisesti kuormittavaa liikuntaa. Päivittäisen liikkumisen lisäksi lapsi saisi päivittäin riittävästi lepoa ja unta. Myös terveellinen ruokavalio sekä mahdollisuus rauhoittumiseen mahdollistettaisiin. (Opetus ja kulttuuriministeriö 2016, 13–14.)

### 3.2 Kasvattajan rooli liikunnan mahdollistajana päiväkodissa

Päiväkodin kasvattajien on erittäin tärkeää mahdollistaa liikuntakasvatuksen tavoitteiden toteutuminen omilla toimillaan. Lapsille on mahdollistettava niin omaehtoinen liikkuminen kuin ohjattu liikunta. Omaehtoiseen liikkumiseen kannustavia tekijöitä ovat esimerkiksi ympäristöjen ja tilojen muokkaaminen liikkumiseen ja liikuntaan houkuttelevaksi. Myös lasten turvallisuus ja liikuntavälineiden riittävyys on tärkeää. Ohjattu liikunta on lapsille myös tärkeää. Sitä voi toteuttaa

monissa eri ympäristössä aikuisen suunnitelman pohjalta. Kasvattajan on tärkeää muistaa ottaa suunnittelussa huomioon lapsen kokonaisvaltainen kasvu ja kehitys. Toiminnan pitää olla monipuolista ja antaa lapsille erilaisia oppimisen mahdollisuuksia. Monipuoliset ympäristöt ovat tärkeitä myös ohjatussa liikunnassa lapsen pedagogisten tavoitteiden saavuttamiseksi. (Sääkslahti 2018, 171–180.)

Varhaiskasvattajan työtä ohjaavissa asiakirjoissa, kuten opetushallituksen oppimisen alueissa on kuvattu varhaiskasvatustyön suunnitteluun ja toteutukseen perustuvat tavoitteet. Kasvan, liikun ja kehityksen oppimisen alueen tehtävänä on luoda pohja lasten terveyttä ja hyvinvointia arvostavalle sekä fyysistä aktiivisuutta edistävälle elämäntavalle. Tehtävänä on myös tukea itsestä huolehtimista ja arjen taitoihin liittyvää laaja-alaista osaamista. Tavoitteena tällä oppimisen alueella on muun muassa innostaa lapsia liikkumaan monipuolisesti sekä kokemaan liikunnan iloa. Tavoitteena on myös kehittää lasten kehontuntemusta, hallintaa sekä motorisia perustaitoja. (Opetushallitus 2018a. 43–44)

Suunnitellessa varhaiskasvattajana liikunnallista toimintaa lapsille on tärkeää ottaa huomioon lasten omat mielipiteet ja ajatukset. Osa kasvattajan ammattitaitoa on antaa lasten vaikuttaa omaan toimintaan. Lapset innostuvat usein aktiivisesta tekemisestä. Lapsille on luonteenomaista liikkua ja aktiivisemmillaan lapsi on leikkiessään muiden lapsien kanssa. Lapsi oppii tutkien, kokeillen ja yrittäen erilaisia liikunnallisia asioita. Varhaiskasvatuksen ammattilainen pystyy omalla suunnittelulla ja toteutuksella tukemaan lasten luontaista uteliaisuutta ja aktiivisuutta muiden lasten kanssa. Ohjattu liikunta on myös erinomainen tapa lapsille päästä oppimaan uusia asioita turvallisen aikuisen innostamana. Ammattilaisen tulee suunnitella ohjattu liikunta siten, että kaikki lapset pääsevät liikkumaan omalla tasollaan ja kokevat onnistumisen ja yhteenkuuluvuuden tunteita. (Pulli 2017, 19–24).

Lapsi liikkuu lähes aina leikkiessään. Omaehtoisesta liikkumisesta mahdollistaminen on tärkeä osa jokaisen varhaiskasvattajan työtä. Reetta Vehkalahti ja Tuomas Urho kertovat Leikki on totta kirjassaan näkökulmia vapaan leikin tukemiseen: ” Leikki on tarpeeksi hyvä, kun se on lapselle merkityksellinen ja tärkeä.

Aikuisten on syytä pysähtyä havainnoimaan lasten leikkiä, jotta lapselle merkitykselliset asiat tulevat nähdyksi.” (Vehkalahti, Urho 2013,19.)

Lapsille on tärkeää löytää tarpeeksi tilaa liikkua ja leikkiä. Leikkitilan kiinnostavuus, lelut ja koko vaikuttaa leikin sisältöön. Lasten mielikuvitus pääsee valloilleen juuri kiinnostavassa leikkiin ja liikkumiseen houkuttelevassa ympäristössä. (Vehkalahti, Urho 2013, 60–69).

### **3.3 Leikin merkitys lasten liikuntakasvatuksessa**

Leikilliset oppimisympäristöt eli toiminta, jossa oppiminen tapahtuu leikin avulla, on pedagogisesti hyvin perusteltua päiväkotikäisten lasten kasvatuksessa. Lapset ovat leikissä aktiivisina toimijoina ja osallistuvat itse omien leikkien ja pelien sisällön tuottamiseen. Lasten leikissä korostuu tarinallisuus, yhteiset kokemukset ja luovuus. Leikki on todella monipuolinen oppimisen väline. Motoriset taidot ovat yksi monista taidoista, joita lapset oppivat tehokkaasti leikissä. Kun suunnitellaan toimintaympäristöjä lapsille, on otettava huomioon pedagoginen kokonaisuus ja leikillisuus, jotta lapset innostuvat toimintaan. Kun lapset innostuvat leikkiin, kehittävät lapset huomaamattaan todella paljon motorisia perustaitoja ja muita pedagogisesti tärkeitä taitoja. (Kangas 2014, 11–15.)

Leikkiessään ja liikkeessaan lapsi muokkaa ympäristöään tarpeidensa mukaan. Kehittävä leikkiympäristö on paikka, jossa lapsi saa luovasti ja monipuolisesti hyödyntää käytössä olevaa tilaa. Toimintaympäristöjen ei tule estää lasta liikkumasta tai se ei saa olla esteenä lasten motoristen taitojen kehitykselle. Liikkumista rajoittavat käytänteet ja tavat päiväkotiryhmissä eivät ole lasten edun mukaisia. (Jaakola, Liukkonen, Sääkslahti 2017, 497–498.)

Vapaa leikki on tapa, jolla lapset ilmaisevat itseään. Aikuinen voi tukea lapsen omaehtoista leikkiä tarjoamalla sopivia olosuhteita, aikaa, tilaa ja välineitä. Aikuisen tehtävä ei ole hallita, tai määrätä leikin kulkua. Aikuinen voi havainnoida tai vaihtoehtoisesti osallistua ja heittäytyä lapsen kanssa hänen omaan mielikuvitukselliseen leikkiinsä. Vapaan leikin säännöt syntyvät tilanteessa ja kehittyvät leikin edetessä. Kun ammattilaisena seuraa lasten leikkiä on tärkeää olla kärsivällinen. Leikki voi vaikuttaa ulkopuolisen silmään sekavalta ja kaoottiselta.

Kuitenkin leikki on aina toimiva ja antoisa, jos leikkiä itse kokee niin. Varhaiskasvattajana on tärkeää, joskus malttaa vain katsella ja seurata lapsen omaehtoista leikkiä. Paikkansa lasten liikkumisen ja kehittymisen edistämisessä on niin vapaalla, kuin ohjatullakin leikillä. (Vehkalahti, Urho 2013. 10–18.)

## **4 3–4 vuotiaiden osallisuus varhaiskasvatuksessa ja toimintaympäristöjen muokkaaminen**

### **4.1 Osallisuus varhaiskasvatuksessa**

Osallisuus varhaiskasvatuksessa tarkoittaa sitä, lapset ovat aktiivisia toimijoita ja ryhmänsä jäseniä. Heidän ajatuksiaan ja mielipiteitään tulee kuulla ja huomioida. Lapsilla tulee olla mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä liittyviin asioihin, sekä tulla ymmärretyksi ja hyväksytyksi omana itsenään. (Opetushallitus 2018a. 26)

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet nostavat esille lapsilähtöisen, lapsen osallisuutta korostavan pedagogiikan. Lasten osallisuus toiminnan ideointiin, suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin, sekä lasten mielenkiinnon kohteet toiminnan lähtökohtana innostavat ja haastavat pohtimaan työn tekemisen tapoja uusista näkökulmista. (Opetushallitus 2021.)

Lapsen osallisuuteen liittyy subjektiivisuus. Lapset ovat osaavia ja aktiivisia yksilöitä, joiden tunteet, tiedot, taidot, ja ajatukset ovat merkityksellisiä. Leikeissä lapset luovat omaa kulttuuria ilmaisemalla havaintojaan ympäröivästä maailmasta. Osallisuus on iso osa myös lasten kulttuuria. Osallisuus näkyy lapsilla pelaamisessa, leikkimisessä tai toisista huolehtimisena. Lasten osallisuus on välttämätöntä heidän hyvinvointinsa kannalta. Lisäksi osallisuus kehittää lasta tulevaan aikuisuuteen kognitiivisten taitojen ja sosiaalisen kehityksen kannalta, kun hän saa päättää itseään koskevista asioista ja ilmaista itseään. (Nuutinen 2019, 17–19.)

Päiväkodin arjessa tulee paljon spontaaneja tilanteita sekä tietoisesti järjestettyjä mahdollisuuksia lasten osallistamiseen. Osallisuus voi näyttäytyä hyvin monenlaisena erilaisena toimintana. Työntekijöille lienee helpointa ottaa vastaan lasten mielipiteitä toiminnan suunnitteluvaiheessa ja muokata tämän jälkeen toiminta käytäntöön. Päiväkotien työntekijöiden pitäisi kuitenkin pyrkiä osallistamaan lapset myös toiminnan toteutukseen, arviointiin ja kehittämiseen. Jotta lasta voidaan kuulla, tarvitaan yhteinen kieli. Tällöin tärkeiksi välineiksi muodostuu kommunikoinnin apuvälineet kuten kuvat, dokumentointi tai muut kommunikoinnin keinot. Myös erilaiset lasta motivoivat toiminnalliset menetelmät auttavat lapsia eri osallistamisen vaiheissa. (Hujala, Turja 2016, 49–54.)

Lasten osallisuutta voidaan käsitellä monesta eri näkökulmasta. Osallisuuden toteutumisen isoimpana esteenä onkin pedagogiikassa liian kapea osallisuuden käsitteen rajaaminen. Lasten osallisuus tulisi olla läsnä päivittäisessä toiminnassa lasten kanssa. Työntekijöiden tulee keskittyä osallisuuden määrittämisen lisäksi siihen, millaisin pedagogisin välinein ja keinoin lapsien osallisuutta kehitetään. Osallistamaan pystyy päiväkodissa kaikenikäisiä lapsia. Osallisuutta voi tarkastella pedagogisen näkökulman lisäksi myös demokraattisena kasvatuksena ja sosiokulttuurisena oppimiskäsityksenä. Demokraattisen kasvatuksen näkökulmasta osallisuutta tarkastellaan ideologioiden ja arvojen kautta. Sosiokulttuurisessa oppimiskäsityksessä osallisuutta avataan uusien oppimiskäsityksien ja niiden vaikutuksien kautta. Tarkastelee osallisuutta mitä kautta tahansa on ensiarvoisen tärkeää, että lapset kokevat itse tulevansa kuulluksi ja että ovat tärkeä osa oman elämän tapahtumia ja valintoja. Kun varhaiskasvatuksen työntekijät sitoutuvat osallisuuden kehittämiseen ja kriittiseen oman toiminnan tarkasteluun päiväkodissa, on mahdollisuus saada ryhmän toiminnasta lapsia motivoivaa ja lapset pääsevät osallistumaan laajasti yhteisen toiminnan eri vaiheisiin. (Heikka, Fonsen, Elo, Leinonen 2016, 36–39.)

## **4.2 Toimintaympäristöjen muokkaaminen**

Varhaiskasvatussuunnitelman mukaan erilaisia oppimis- ja toimintaympäristöjä tulee suunnitella ja rakentaa yhdessä lasten kanssa. Toiminnan tulee tukea



lapsen uteliaisuutta ja halua oppia. Yhteinen toiminta ja oppimisympäristöjen suunnittelu ja toteuttaminen ohjaa lasta leikkiin ja fyysiseen toimintaan. Se myös antaa mahdollisuuden tutkimiseen ja aistimiseen kaikilla aisteilla ja koko keholla. Uudet ja erilaiset oppimisympäristöt tarjoavat lapsille erilaisia mielenkiintoisia vaihtoehtoja toimintaan, uusia leikki ideoita, mahdollisuuden monipuoliseen liikkumiseen, kuin myös rauhalliseen oleiluun. Lasten uudet ideat, ajatukset ja leikit on tärkeää näkyä uusissa oppimisympäristöissä.

(Opetushallitus 2018, 32–33.)

Varhaiskasvatusympäristö koostuu hyvin erilaisista fyysisistä ympäristöistä. Sisätiloissa liikuntaan innostavat oleelliset ratkaisut tehdään suunnittelu- ja sisustusvaiheessa. Pienet ja sokkeloiset tilat vaikeuttavat ja rajoittavat lasten liikkumista. Suuret tilat ja pitkät käytävät taas kannustavat lapsia liikkumaan sisällä. Myös sisätilojen erilaisia kalusteita pystyy hyödyntämään liikkumisen mahdollistamisessa. Erilaisten kalusteiden monipuolisella ja luovalla käytöllä pystyy lisäämään liikkumisen mahdollisuuksia. Penkeistä, pöydistä ja tuoleista voi rakentaa esimerkiksi erittäin monipuolisia liikuntaratoja. Oleellista on myös tarjota sisätiloihin lapsille liikunnan perusvälineistö. (Sääkslahti 2018, 173–174.) Toimintaympäristöjen turvallisuus ja hallittavuus ovat tärkeitä asioita suunniteltaessa toimintaympäristöjä päiväkotiryhmään. Ideaalitalanteessa toimintaympäristöt ovat vapaassa käytössä lapsille ja liikuntavälineet ovat vapaasti lasten valittavissa. Tällöin lapset voivat itse rakentaa toimintaympäristöään erilaisilla liikuntavälineillä tai leikkivälineillä. (Jaakola, Liukkonen, Sääkslahti 2017, 497–498.)

Sisätiloissa on mahdollisuus harjoitella motorisia perustaitoja, kuten tasapainoa ja keuhonhallintaa. Sisäliikunta voi olla fyysisesti kevyttä, mutta sillä voi olla motorisen kehityksen ja erityisesti keuhonhallinnan näkökulmasta tärkeä merkitys lapsen arjessa selviytymiseen. (Sääkslahti, Niemistö, Nevalainen, Laukkanen, Korhonen, Juutinen-Finni 2018, 1–7.)

Sisätilat saattavat rajoittaa lasten liikkumista. Ulkotiloissa lapset ovat tutkitusti paljon aktiivisempia liikunnallisesti. Päiväkodin sisätiloissa lapset käyttävät jopa 94 prosenttia ajastaan istumiseen tai muuhun hyvin kevyeen toimintaan. Kasvattajan pedagogisiin taitoihin kuuluu paitsi opettamisen, ohjaamisen ja palautteenannon lisäksi, oppimaan innostavan oppimisympäristön luominen. Motoriset

taidot harjaantuvat liikkumaan houkuttelevassa sisätilassa, jossa ympäristö haastaa lasta kehittämään omaa motoriikkaa. (Sääkslahti, Niemistö, Nevalainen, Laukkanen, Korhonen, Juutinen-Finni 2018, 1–7.)

## 5 Aiemmat tutkimukset ja opinnäytetyöt aiheesta

Aiempia opinnäytetöitä ja tutkimuksia lasten liikunnasta päiväkodissa, kuin myös lasten osallisuudesta on paljon. Myös sisäliikunnan lisäämistä toimintaympäristöjen muutosprosessilla on tutkittu. Opinnäytetyössä yhdistyy sisäliikunnan lisääminen, toimintaympäristöjen muutokset ja lasten osallistaminen prosessin eri vaiheisiin.

Kaisa Nevalaisen liikuntapedagogiikan tutkielmassa tutkitaan päiväkodin liikuntaolosuhteita ja niiden yhteyttä lasten motorisiin perustaitoihin. Tutkimusaineiston Nevalainen keräsi vuosina 2015–2016 osana Taitavat Tenavat - tutkimusta. Tarkoituksena oli selvittää, millaiset liikuntaolosuhteet Taitavat Tenavat tutkimukseen osallistuneilla päiväkodeilla ovat. Tutkimuksessa tarkasteltiin, onko päiväkodeissa liikuntakasvatuksen vuosisuunnitelmaa. Muita tarkastelun aiheita tutkielmassa oli vuosisuunnitelman yhteydet muihin liikuntaolosuhteisiin, millaiset sisä- ja ulkoliikuntaolosuhteet päiväkodeissa olivat, millaisia liikuntavälineitä päiväkodeissa on käytettävissä, ja onko liikuntaolosuhteilla suoria yhteyksiä lasten motorisiin perustaitoihin. (Nevalainen 2017, 2.)

Eri päiväkotien liikuntaolosuhteilla on suuria eroja. Liikuntaolosuhteiden ja motoristen taitojen väliltä löytyi tutkielmasta selkeitä yhteyksiä. Kun päiväkotien liikuntaolosuhteet ovat vaihtelevat, on lapsilla myös eri päiväkodeissa erilaiset mahdollisuudet kehittyä motorisissa perustaidoissa. Lapsien mahdollisuudet liikua ja innostua liikkumisesta vaihtelevat paljon päiväkotien välillä. Toimintaympäristöjen lisäksi liikunnan määrään päiväkodissa vaikuttaa välineistö, ohjatun liikunnan määrä ja ohjatut ulkotoiminnat tai retket. (Nevalainen, 2017, 32–39.)

Henna Mälkiäisen (2018) opinnäytetyössä selvitetään, miten osallisuus toteutuu yhden päiväkodin liikuntakasvatuksessa. Tutkimukseen käytettiin menetelminä havainnointia ja haastatteluja. Tutkimustulokset opinnäytetyössä osoittivat, että liikuntaa päiväkodissa on monipuolisesti ja tarpeeksi. Tutkimustulokset myös osoittivat, että lapset haluaisivat osallistua ja vaikuttaa liikunnan sisältöön enemmän. (Mälkiäinen 2018, 2.) Opinnäytetyöstä ilmeni myös, että lapset saavat liikkua päiväkodissa paljon ohjatusti ja vapaasti. Päiväkodissa tehdään liikunnallisia juttuja, joista lapset itse pitävät, kuitenkin aikuisten ohjaamana pääsääntöisesti. Lapsien osallisuutta siis pystyisi lisäämään toiminnan suunnitteluvaiheessa. Työntekijöiltä osallistaminen vaatii ajankäytön ja toimintatapojen pieniä muutoksia. Tuloksista ilmenee myös se, että liikuntavälineiden ja -tilojen käyttämisessä lapset tarvitsevat tukea ja aikuisten parempaa ohjausta liikuntavälineiden käytöstä ja mahdollisuuksista. (Mälkiäinen 2018, 26–34.)

Satu Rautasen (2019) sosiaalialan ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon kehittämishankkeen tarkoituksena oli luoda konkreettisia keinoja ja ideoita pienten päiväkotien ja ahtaiden sisätilojen liikuttamiseksi. Kehittämishanketta tehdessä esille nousi, että pelkät liikuntavinkit eivät tuo isoa toimintakulttuurin muutosta. Kasvattajien innostuneisuus ja asenne on taas ratkaiseva lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen. Kehityshankkeen tuloksina muodostui oppaita, joista löytyi niin valmiita liikuntavinkkejä, kuin myös käytännön toimintavinkkejä siihen, miten päiväkodin arkea saadaan liikunnallisemmaksi. (Rautanen 2019, 2.)

Arja Sääkslahti selvitti väitöskirjatutkimuksessaan ulkoliikuntaan kannustavan ohjelman merkitystä lasten liikunnan määrään ja ohjelman vaikutusta lasten liikunnallisiin perustaitoihin. Sääkslahti selvitti myös liikunnan merkitystä ja mahdollisia yhteyksiä sepelvaltimotaudin riskitekijöihin. Sääkslahden väitöskirjatutkimuksessa selviää, että lasten ajankäyttö on muuttunut erilaisen teknologian ja passiivisten aktiviteettien lisääntymisen myötä. Lasten vapaa leikki on muuttunut entistä vähemmän liikunnallisuutta tukevaksi. Toinen väitöskirjatutkimuksesta noussut huomio on huoli lasten ylipainosta. Ylipaino on merkittävä riskitekijä sepelvaltimotaudin ja monen muun taudin synnyssä. (Sääkslahti 2005, 88–98.)

## 6 Opinnäytetyön lähtökohdat

### 6.1 Toimeksiantaja

Toimeksiantajana opinnäytetyössäni toimii Pilkepäiväkoti Marjala. Päiväkoti on liikuntateemainen, joten opinnäytetyöni aiheeni sopii erinomaisesti päiväkodin teemaan ja tarpeisiin. Teen opinnäytetyön 3–4-vuotiaiden lasten ryhmään.

Pilkepäiväkoti Marjalan tavoitteena on liikkumisen riemun ja liikunnallisten tervien elämäntapojen löytäminen. Päiväkoti on liikuntapainotteinen. Liikuntapainotteisuus näkyy päiväkodin arjessa retkeilynä, pihaleikeissä, ohjatuissa liikuntatuokioissa ja liikunnallisina musiikkihetkinä. Päiväkodissa myös kokeillaan monipuolisesti eri liikuntalajeja. Päiväkodin toimintaan kuuluu liikunnallisuuden lisäksi muita monipuolisia aktiviteetteja musiikista ja teatteriesityksistä, askartelua ja maalaustuokioihin. Arjen pedagogiikka on läsnä päiväkodin jokaisessa hetkessä. (Pilkepäiväkodit 2022).

### 6.2 Opinnäytetyön idea ja suunnittelu

Opinnäytetyösuunnitelman tekoprosessi aloitetaan, kun ideapaperi on esitelty hyväksytysti ja opinnäytetyön ajatus on selkeä niin tekijälle itselle, kuin ohjaajille ja toimeksiantajalle. Opinnäytetyösuunnitelma luo koko opinnäytetyöprosessille perustan. Suunnitelman huolellinen tekeminen selkeyttää tekijälle, mitä ja mihin perustaen työtä aletaan tekemään. Laadukas suunnitelma mahdollistaa laadukkaan opinnäytetyöprojektin syntymisen. (Diakonia ammattikorkeakoulu 2022.)

Opinnäytetyön idea alkoi muodostua itselleni omien mielenkiinnon kohteiden ja havaintojen pohjalta, joita olin tehnyt päiväkotityössä ja opiskeluharjoitteluissa. Lasten liikkuminen ja sen lisääminen on omasta mielestäni hyvin tärkeää. Päiväkotityössä se jää joskus liian pienelle huomiolle. Mielenkiinnon lasten liikkumisen lisäämiseen päiväkodissa sain siitä, miten monipuolisesti liikunta vahvistaa

motoristen taitojen lisäksi muita lapsille tärkeitä taitoja. Liikunnan monipuolisuus lasten oppimisen tukena on motivoiva ja kiinnostava aihealue.

Opinnäytetyön idea tarkentui ensimmäisellä käynnillä toimeksiantajan tiloissa. Ensimmäisissä keskusteluissa päiväkodin johtajan ja ryhmän työntekijöiden kanssa sain selkeän kuvan itselleni opinnäytetyön ideasta. Päiväkodin toive sisäliikunnan lisäämisestä sisätiloihin ja omat ideat yhdistyivät toimivaksi opinnäytetyöaiheeksi. Halusin ottaa opinnäytetyöhön mukaan myös lasten osallistamisen. Osallisuus nousi sisäliikunnan lisäämisen ohella toiseksi teemaksi opinnäytetyössäni.

Opinnäytetyön suunnittelutyö alkoi heti opinnäytetyöprosessin alussa ideoinnin yhteydessä. Suunnitelmat tarkentuivat myös jatkuvasti opinnäytetyön edistyessä. Suunnitteluun vaikutti omien ajatusten ja ideoiden lisäksi toimeksiantajan toiveet ja tarpeet, kuin myös lasten osallistamisesta syntyneet ideat. Käytännön toiminnan suunnittelun lisäksi aikataulutusta ja kirjallisen työn työstäminen vaati suunnittelua.

### **6.3 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite**

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä lasten osallisuutta ja sisäliikuntaa päiväkodin arjessa. Opinnäytetyön tavoitteena on muokata päiväkodin toimintaympäristöjä liikunnallisilla ratkaisuilla ja osallistaa lapset toimintaympäristöjen muutosprosessiin. Toimintaympäristöjen muutoksien tavoitteena on innostaa lapsia liikkumaan aktiivisemmin päiväkodin sisätiloissa. Lasten osallistaminen toimintaympäristöjen muutosprosessiin mahdollistaa osallisuuden kokemuksia kaikille lapsille. Opinnäytetyön tuotoksena syntyy työskentelyopas, joka toimii osallistamisen mallina toimintaympäristöjen muutosprosessissa.

## 7 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

### 7.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on käytännön työkentässä opastaa, järjestää tai järkeistää toimintaa. Toiminnallisessa opinnäytetyössä muodostuu työpaikalle, jotain käytännöllistä ja työelämään sovellettavissa olevaa. Opinnäytetyön tuotos voi olla esimerkiksi ohje, opastus, tapahtuman toteuttaminen tai perehdyttämisopas. Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyy käytännön toteutus ja sen raportointi pohjautuen teoreettiseen tietoon. (Vilkkä, Airaksinen 2003, 9–10.)

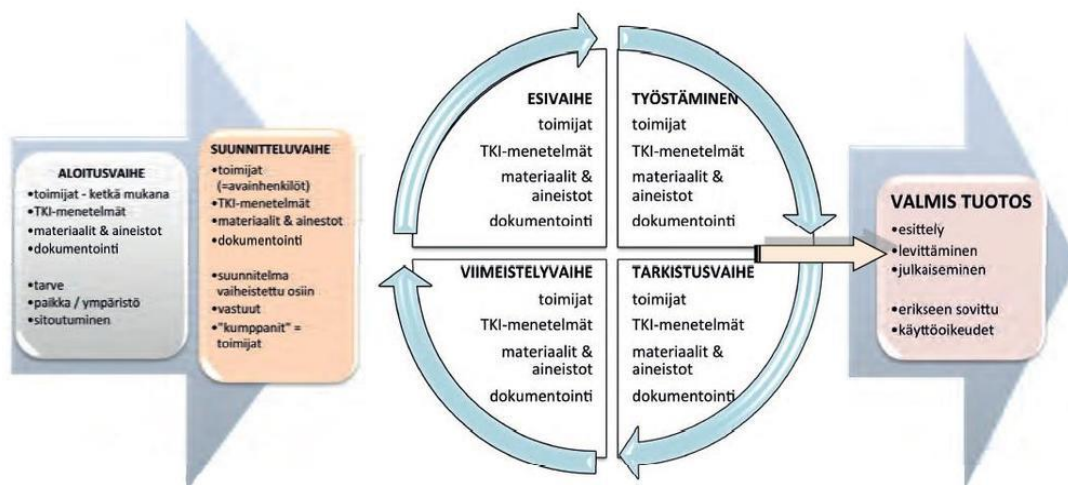
Toiminnallisen opinnäytetyön ensimmäisiä vaiheita on löytää toimeksiantajan kanssa sopiva opinnäytetyöaihe. Aiheen on hyvä olla sellainen, joka on opiskelijalle mielenkiintoinen ja työnantajalle hyödyllinen tai ajankohtainen. (Vilkkä, Airaksinen 2003, 16–18). Toiminnan suunnittelu on tärkeä vaihe toiminnallista opinnäytetyöprosessia. Toimintasuunnitelmassa vastataan kysymyksiin, miten tehdään, miksi tehdään ja mitä tehdään. Hyvän laadukkaan suunnittelun jälkeen on opinnäytetyön tekijän turvallisempi olo siirtyä työelämän toteutukseen ja raportin kirjoittamisen opinnäytetyössä. (Vilkkä, Airaksinen 2003, 26–32). Opinnäytetyöraportissa tulee näkyä selkeästi valittu kohderyhmä ja kohderyhmään liitettävä teoreettinen viitekehys. Toiminnallisessa opinnäytetyössä voi käyttää erilaisia tutkimusmenetelmiä ja prosessin kulku voi vaihdella riippuen tutkimusmenetelmän valinnasta. (Vilkkä, Airaksinen 2003, 51–58.)

Opinnäytetyöstäni muodostui toiminnallinen omien ideoiden ja opinnäytetyön toimeksiantajan toiveiden kohdatessa heti ensi tapaamisesta lähtien. Kun aloimme toimeksiantajan kanssa yhdessä suunnittelemaan sisäliikuntaa lisäävien toimintaympäristöjen muutoksia, oli selvää, että opinnäytetyössäni tulee olemaan selkeä toteutus ja tuotos. Itse halusin prosessin alusta asti tehdä toiminnallista opinnäytetyötä, jossa saan toteuttaa konkreettisia asioita

toimeksiantajalleni. Toiminnallinen opinnäytetyö oli toimeksiantajan tarpeita ja toiveita silmällä pitäen oikea valinta ja se toteutui suunnitellulla tavalla.

## 7.2 Opinnäytetyön prosessia ohjaava malli

Opinnäytetyön ohjaava menetelmä on konstruktivinen malli, joka perustuu huolelliseen suunnitteluun ja siinä on paljon samoja elementtejä toimintatutkimuksen spiraalimallista. Konstruktivisessa mallissa (Kuvio 3) huolellisen suunnittelun lisäksi esille nousee toiminnassa oppiminen, osallisuus ja koko kehittämis-toiminnan riittävä metodologinen ymmärtäminen ja hallinta. (Salonen 2013, 16.)



Kuvio 3 Kehittämis-toiminnan konstruktivinen malli – Esimerkkinä opinnäytetyö vaiheineen (Salonen 2012, 20).

Konstruktivisen malli sopii ohjaavaksi menetelmäksi opinnäytetyöhöni sen luonteen puolesta erinomaisesti. Niin kuin konstruktivisessa mallissa myös minun opinnäytetyössäni korostuu suunnittelun tärkeys ja osallisuus. Opinnäytetyössäni korostuu huolellinen ja laadukas prosessin kulku, jossa huolellinen suunnittelu ja osallistaminen on keskiössä.

### 7.3 Osallistamisen menetelmät prosessin eri vaiheissa

Lasten osallisuutta tukeva aikuinen antaa lapsen itse tehdä omia päätelmiään, tutkia ja kokea maailmaa. Jokainen hetki lapsen päivässä voi olla pedagogisesti oleellinen ja tärkeä. Lapselle kuuluu antaa tilaa ja mahdollisuudet myös haastavien tilanteiden ratkaisemiseen. Lasten osallisuuteen innostava ja rohkaiseva varhaiskasvattaja on aktiivinen kuuntelija ja tarkastelee aktiivisesti lasten mielenkiinnonkohteita. Varhaiskasvattaja antaa toiminnalle mahdollisuuksia, rikastuttaa toimintaa ja tiedostaa lasten kasvatuksen ja toiminnan tavoitteet. Projektityöskentely mahdollistaa lasten osallistamisen laaja-alaisesti eri prosessin vaiheissa ja projektien avulla päästään käsiksi moniin eri lapsen oppimisen alueisiin. Keskeistä projekteissa on yhteinen innostuminen, suunnittelu, toteutus ja arviointi. Projektissa kaikkien ei tarvitse osallistua kaikkeen. Projekti tarjoaa kuitenkin mahdollisuuden jokaiselle löytää oma tehtävä, rooli ja tapa osallistua. (Opetushallitus 2021.)

Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea lasten osallisuuden ja vaikuttamisen taitoja. Kannustaminen oma-aloitteelliseen aktiiviseen toimintaan on osa laadukasta varhaiskasvatusta. Varhaiskasvattajan tehtävä on luoda ympäristöjä, jossa lapsi pystyy toiminnan kautta osallistumaan yhteiseen toimintaan. Aktiivinen toiminta ryhmässä ja osallisuuden mahdollistaminen toiminnan yhteydessä kehittää lasten vuorovaikutustaitoja, itseluottamusta ja muita sosiaalisia perustaitoja. (Opetushallitus 2018a, 26–27.)

Eri osallistamisen menetelmiä käytin opinnäytetyössäni kaikissa eri prosessin vaiheissa. Ryhmän kaikki lapset osallistuin toiminnan suunnitteluun luovan piirtämisen keinoin. Piirustustehtävässä tarkoitus oli kuvata itsensä lempiharrastuksen parissa. Vaihtoehtoisesti lapset pääsivät piirtämään omista mielenkiinnonkohteista tai muista omassa elämässään tärkeästä asiasta. Merkkasin ohjaajana itselleni ylös tehtävän aikana lasten kiinnostuksen kohteita, mitä piirustuksista esille nousi. Piirustustehtävän avulla lapset osallistuivat suunnittelemaan heille mielekkäitä toimintaympäristöjä. Luovan piirtämisen lisäksi osa lapsista osallistui suunnitteluvaiheeseen kertomalla minulle vapaan leikin aikana



leikkihuoneista ja siitä, mikä niissä oli parasta ja mitä kehitettävää tai lisättävää heistä huoneissa oli.

Toteutusvaiheessa lapsia osallistettiin askartelutehtävään, jossa he itse loivat tulevaa uutta toimintaympäristöään. Lapset askartelivat omat käsien ja jalkojen kuvat, jotka sijoitettiin myöhemmin yhdessä lasten kanssa yhteen ryhmän leikkihuoneista. Lapset saivat konkreettisesti osallistua toimintaympäristöjen muuttamiseen. Toinen osallistamisen keino toteutusvaiheessa opinnäytetyössäni oli lasten kanssa jumppatuokion pitäminen, jossa lapset osallistuivat ja kokeilivat ohjatusti suunniteltuja toimintaympäristöjä. Lapset huomasivat, että heidän omat ideansa ja kehitysehdotukset tulevat mahdollisuuksien mukaan konkreettiseksi ja lapset osoittivat leikin muodossa ryhmän aikuisille ovatko uudet toimintaympäristöt lasten mieleen. Leikkituokion ja yhteisten askartelujen jälkeen lapset olivat osallistuneet toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen.

Lapset osallistettiin opinnäytetyössä myös prosessin arviointiin. Osallistamisen keinona oli ohjattu toiminta uusissa toimintaympäristöissä. Leikin jälkeen lapset ilmaisivat mielipiteensä huoneen muutoksista peukkuäänestyksellä. Jokainen lapsi osallistui peukkuäänestykseen ja sai osallisuuden tunteen toiminnassa. Peukkuäänestys suoritettiin heti yhteisten leikkien jälkeen.

Toiminnallisen opinnäytetyön osallistamisen menetelmänä voidaan käyttää dialogista keskustelua ja reflektointia. (Salonen 2013, 22.) Opinnäytetyön osallistamisen menetelmänä käytettiin dialogista keskustelua. Vapaata ja avointa keskustelua käytiin lasten kanssa prosessin kaikissa vaiheissa. Dialogisen keskustelu mahdollisti lapsille omien ajatusten vahvistumisen käytäntöön. Lapset pääsivät pukemaan omia ideoitaan sanoiksi vapaan dialogisen keskustelun muodossa prosessin aikana.

Toiminnallisen osuuksien päätyttyä ja oppimisympäristöjen valmistuttua jokainen lapsi sai pitää omat piirustukset ja muut omat aineistot. Muistiinpanot lasten aineistosta ja kertomasta otetaan ylös vain päiväkotiryhmän käyttöön. Työntekijöiden ja minun omat muistiinpanoni pysyvät itsellämme ja prosessin jälkeen muistiinpanot hävitettiin.

#### 7.4 Tiedonhankintaan käytettävät menetelmät

Opinnäytetyössä pystytään käyttämään paljon erilaisia tiedonhankintamenetelmiä. Monissa töissä tiedonhankintamenetelmiä ovat erilaiset materiaalit ja aineistot. Kyselyt, haastattelut, havainnointi, valmiit materiaalit ja dokumentit ja kaikki systemaattinen materiaalien tallentaminen ovat hyviä esimerkkejä. Tiedonhankintaan käytettävät menetelmät ovat tärkeää suunnitella opinnäytetyöhön huolella ja harkitusti. (Salonen 2013.)

Tiedonhankintaan käytettäviä menetelmiä opinnäytetyössäni on monia. Keskeisten käsitteiden määrittely on tärkeässä roolissa prosessissani. Tämän jälkeen lähteisiin tutustuminen ja niiden kriittinen valinta on iso osa kirjallista työtä. Tiedonhaun jälkeen erilaiset muistiinpanot auttavat hyödyntämään uutta opittua tietoa myös prosessin toteutusvaiheessa. Prosessin lopussa tiedonhaku näkyy opinnäytetyöraportissa monipuolisena ja laadukkaana lähteiden käyttönä ja tieto linkittyy hyvin toiminnallisen toteutuksen ja koko opinnäytetyön kanssa.

Lasten toiminnan havainnointi on keino varhaiskasvattajalle saada tietoa ilman, että lapsia täytyy häiritä leikin tai muun toiminnon aikana. Arvioiva havainnointi on toimintaa, jossa havainnointi keskittyy lasten oppimisen seurantaan, joka pitää sisällään dokumentointia, katselua ja kuuntelua. Arvioiva havainnointi keskittyy lasten toimintaan ja kokemuksiin. Varhaiskasvattaja seuraa lasten keskusteluja, tunteita, vuorovaikutusta ja epäonnistumisen tilanteita oppiakseen lapsesta enemmän. Havainnointi on keino oppia ymmärtämään, kuinka lapset toimivat ja ajattelevat missäkin tilanteessa. (Heikka, Hujala & Turja 2009, 75)

Lasten havainnointi ja aktiivinen kuunteleminen oli opinnäytetyössäni yksi tiedonhankintaan käytetty menetelmä. Havainnointia käytin prosessin suunnittelu- vaiheessa osallistumalla lasten vapaaseen leikkiin ja toimintaan. Jokaisella käynnilläni päiväkodissa pyrin osallistumaan päiväkodin arkeen mahdollisimman monipuolisesti. Kun olin opinnäytetyöni aikana mukana lasten toiminnassa pystyin havainnoimaan lasten mielenkiinnon kohteita. Havainnoin myös asioita,

joista lapset puhuivat ja erilaisia tapoja leikkiä. Havainnoinnin pohjalta minun oli helpompi suunnitella tapoja lasten osallistamiseen ja toimintaympäristöjen muutoksien toteuttamiseen.

Päiväkodilta sain valmiita dokumentteja käyttöni. Päiväkodilta sain käyttöni muun muassa aikaisemmin opiskelijan tekemän kirjallisen havainnointitehtävän, jossa kerrottiin päiväkodin liikuntatiloista ja niiden kehitysideoista. Lasten tekemät materiaalit prosessin aikana menivät joko päiväkotitilojen käyttöön tai lapsille itselleen kotiin. Omia havaintoja ja suunnitelmia tein havainnoinnin pohjalta paljon ja ylimääräiset muistiinpanot hävitettiin opinnäytetyöprosessin jälkeen.

## 7.5 Arviointimenetelmät

Työntekijöiden henkilökohtainen reflektointi ja oman työn arviointi on tärkeää. Sen lisäksi päiväkoteihin tarvitaan systemaattista arviointia. Arvioinnin täytyy olla tavoitteellista ja sen tarkoituksena on mahdollistaa mahdollisimman korkea varhaiskasvatuksen laatu. Arviointiprosessi itsessään on tärkeää, ei pelkästään arvioinnin tulos. Arviointia tehdessä on myös muistettava toiminnan tavoitteellisuus. Yhteinen tavoite on lähtökohta laadukkaalle arviointiprosessille. Kun yhteinen tavoite on selkeä, ryhmä suunnittelee käytännön keinot arvioinnin toteuttamiseen. Arviointi on oleellinen osa päiväkotimaailman laadun mahdollistamista. (Komi 2019.)

Opinnäytetyössäni käytin muutamaa eri arviointimenetelmää. Opinnäytetyössäni sain arviointia niin lapsilta kuin muilta työntekijöiltä. Opinnäytetyössäni oli selkeä tavoite ja tarkoitus, minkä varaan arviointia oli hyvä rakentaa. Arvioinnin tarkoituksena opinnäytetyössä on lasten osallistamisen kehittäminen ja jatkehitysmahdollisuuksien luominen. Päiväkodissa toteutuksen jälkeen halusin osallistaa lapset myös toiminnan arviointiin monipuolisesti.

Lapset osallistettiin prosessin arviointiin ohjatun toiminnan kautta uusissa toimintaympäristöissä. Leikin ja uusiin toimintaympäristöihin tutustumisen jälkeen lapset ilmaisivat mielipiteensä huoneen muutoksista peukkuäänestyksellä.

Jokainen lapsi osallistui peukkuäänestykseen ja sai osallisuuden tunteen toiminnassa. Peukkuäänestys suoritettiin heti yhteisten leikkien jälkeen. Peukkuäänestys toimi prosessissa niin osallistamisen, kuin arvioinnin menetelmänä. Työntekijöiden arviointi opinnäytetyöstä oli suullinen palaute suoraa toiminnan aikana. Hyvä ja avoin vuorovaikutus työntekijöiden kesken mahdollistaa toiminnan rehellisen arvioinnin ja jatkokehityksen. Työntekijöiden arviointi oli dialogista keskustelua kaikkien opinnäytetyöhöni osallistuvien kesken.

Dialogisuudessa huomio keskittyy ihmisten väliseen kohtaamiseen. Dialogisuudessa ei ole kyse vain kysymyksistä ja niihin vastaamisesta. Dialogisuudessa keskustelijat pyrkivät ymmärtämään toisiaan ja pyrkimys keskustelussa on yhteinen hyvä, yhteisen toiminnan kehittäminen. (Seikkula & Arnkil 2009, 89–91.)

Oman toiminnan reflektointi oli myös isossa osassa opinnäytetyön arviointia. Oman reflektion ja työntekijöiden palaute oli tärkeässä roolissa laadittaessa opinnäytetyön toteutusta. Toteutuksessa korostuu arvioinnin perusteella tehdyt huomiot ja tärkeät nostot lasten osallisuuteen liittyen.

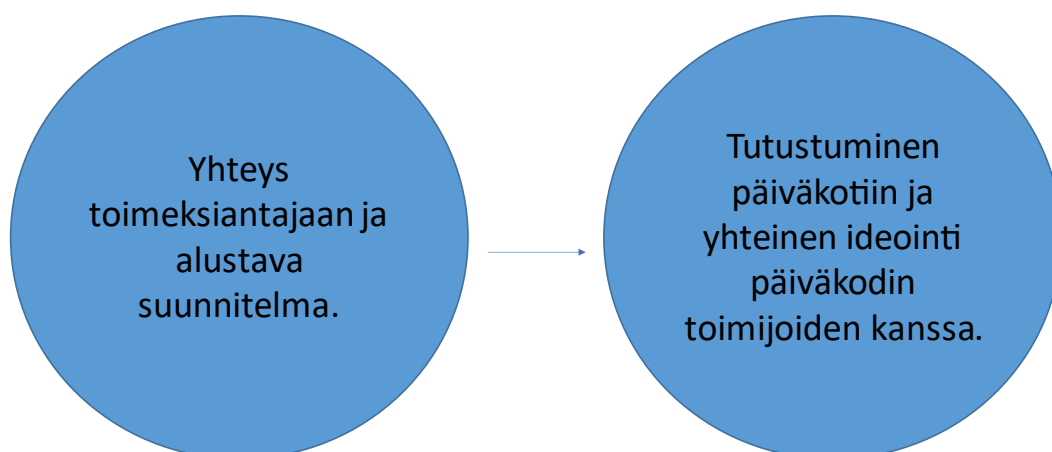
## **8 Opinnäytetyön prosessi**

### **8.1 Aloitusvaihe**

Aloitusvaihe on konstruktivisen opinnäytetyömallin ensimmäinen vaihe. Se laittaa opinnäytetyön liikkeelle ja aloittaa prosessin. Aloitusvaihe sisältää kehittämistarpeen ja opinnäytteen alustava tehtävä ja syy määritellään ja ajatuksen ketä prosessissa on mukana ja millä tavalla. Jo opinnäytetyön aloitusvaiheessa on tärkeä huomata opinnäytetyön merkitykselliset ja tärkeät asiat. (Salonen 2012, 17)

Tiesin jo hyvin varhain kouluni alettua, että haluan käydä sosionomitutkinnossa varhaiskasvatusopettajan kelpoisuuden. Opinnäytetyöni tiesin liittyvän

päiväkotimaailmaan jo hyvissä ajoin, ennen kuin opinnäytetyöprosessi oli ajan-kohtainen. Opinnäytetyöprosessi alkoi aloitusvaiheesta, jossa minulla oli karkea idea tulevasta opinnäytetyöstä. Ideat ja ajatukset tarkentuivat kohti suunnitelmia syksyn 2021 aikana. Toimeksiantajan löytäminen ja sopivan aiheen valinta ei ollut helppo tehtävä. Lopulta oikea toimeksiantaja opinnäytetyölleni löytyi. Omat kiinnostuksen kohteet ja ajatukset opinnäytetyöstä kohtasivat toimeksiantajani toiveisiin ja pääsimme syksyllä 2021 sopimaan tarkemmin tulevista opinnäytetyön tavoitteista ja aikatauluista (Kuvio 4). Syksyn aikana muodostui yhteistyössä toimeksiantajan kanssa selkeä suunnitelma ja tavoite, jota kohti lähdettiin toimimaan syksyn aikana.



Kuvio 4. Opinnäytetyöprosessin aloitusvaihe.

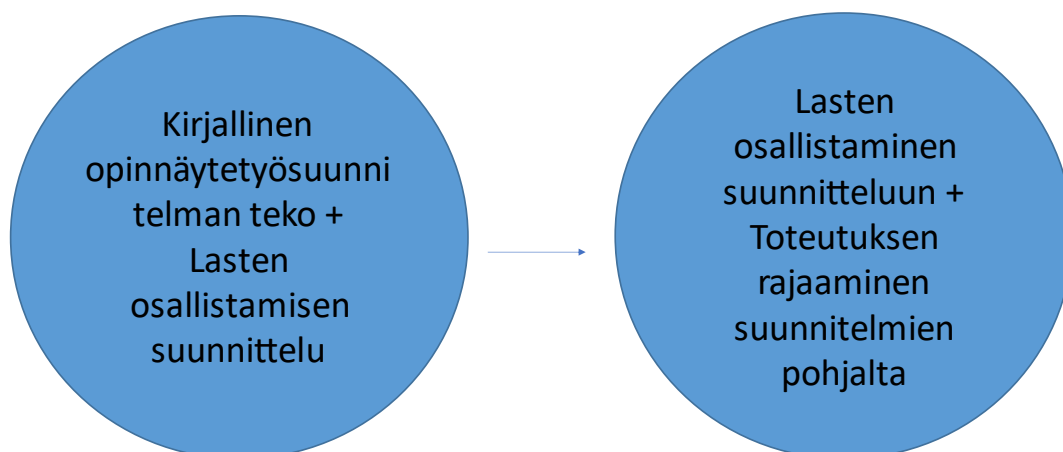
## 8.2 Suunnitteluvaihe

Aloitusvaiheen jälkeen seuraa opinnäytetyön suunnitteluvaihe. Suunnitteluvaiheessa tehdään kirjallinen opinnäytetyösuunnitelma. Opinnäytetyösuunnitelmasta ilmenee muun muassa opinnäytetyön tavoitteet, vaiheet, ympäristö, toimijat, materiaalit ja käytettävät aineistot. Kaikki nämä sillä tarkkuudella, jolla ne suunnitteluvaiheessa pystytään kuvaamaan. Suunnitteluvaiheessa ei pystytä vielä tietämään, mikä toiminnassa toteutuu onnistuneesti ja suunnittelun mukaan. Nämä osatekijät tarkentuvat opinnäytetyössä myöhemmin. Huolellisen

suunnittelun merkitys on konstruktivisessa mallissa isossa osassa ja oleellinen osa onnistunutta prosessia. (Salonen 2012, 17.)

Opinnäytetyöni suunnitteluprosessin oleellisin vaihe oli suunnitella tavat, jolla osallistaa lapset prosessin eri vaiheisiin. Valmiita toimintaympäristöjä ei voinut suunnitella prosessiin etukäteen, lasten tuomat ajatukset ja ideat suunnitteluvaiheessa otettiin huomioon toteutusvaiheeseen siirtyessä. Suunnitteluvaiheessa prosessiin osallistui lasten lisäksi ryhmän työntekijät. Ryhmän työntekijät olivat tärkeä osallistaa prosessiin, koska he tunsivat päiväkodin lapset parhaiten. Heidän avullansa löydettiin keinoja, joilla jokainen lapsi löysi oman roolin ja tavan osallistua suunnitteluvaiheessa prosessiin. Laadukkaan ja kattavan kirjallisen suunnitelman tekeminen auttoi suunnitteluvaiheessa, kohti opinnäytetyön prosessin toteuttamista päiväkodissa. Suunnitteluprosessin aikana vahvistin omaa asiantuntijuuttani tutustumalla laajasti opinnäytetyön aiheen kirjallisuuteen ja tutkimuksiin. Suunnitteluvaiheessa sain myös päiväkodilta tärkeää informaatiota päiväkodissa aikaisemmin tehdyistä havainnoista ja kehittämiskohteista.

Suunnitelmavaiheessa keskityin huolelliseen suunnitteluun ja siihen, että minulla olisi selkeät suunnitelmat taustalla siirtyessä toteutusvaiheeseen. Suunnitelmavaihe oli paljon itsenäistä työtä, jossa joutui haastamaan omia ajatuksia ja jo opittuja taitoja. Huolellinen lähdemateriaaliin tutustuminen ja hyvä tietämys toimeksiantajan tarpeista, kuin myös toiveista auttoi suunnitteluprosessin viemistä eteenpäin. Suunnitteluvaihe prosessissa oli pitkä ja se vaati tarkkaa pohdintaa ja ajatustyötä (Kuvio 5). Suunnitteluvaiheeseen kuului myös lasten osallistaminen toiminnan suunnitteluun. Lasten mielipiteet ja ideat suunnitteluvaiheessa olivat oleellisessa osassa siirtyessä kohti toteutusvaihetta prosessissa. Lasten osallistuminen suunnitteluun antoi minulle opinnäytetyön tekijänä ajatuksia siitä, millaisia käytännön toimintaympäristöjä lähdemme yhteistyössä päiväkotiryhmän kanssa toteuttamaan. Laadukkaan suunnitteluvaiheen jälkeen oli luottavainen olo hypätä toteutusvaiheeseen prosessissa.



Kuvio 5. Opinnäytetyön suunnitteluvaihe.

### 8.3 Toteutusvaihe

Opinnäytetyöprosessin esivaihe on aika, jolloin suunnitelman jälkeen siirryttiin itse päiväkotiin aloittamaan toteutusta. Tämä vaihe on lyhyt ja siirtymä suunnitteluvaiheesta toteutusvaiheeseen luonnollinen. Opinnäytetyön työstö eli toteutusvaihe on opinnäytetyöprosessin toiseksi tärkein osuus suunnittelun jälkeen. Toteutusvaiheessa työskennellään yhdessä toimeksiantajan kanssa kohti yhteistä päämäärää ja tavoitteita. Toteutusvaiheessa opinnäytetyöprosessin kaikki aihealueet konkretisoituvat ja opittu tieto ja taito viedään käytäntöön. Toteutusvaihe vaatii vastuullisuutta, itsenäisyyttä, vuorovaikutustaitoja, epävarmuuden sietoa, sitkeyttä ja halua itsensä kehittämiseen eli niin sanottua itsereflektion taitoa. Siksi tässä prosessin vaiheessa on tärkeää saada ohjausta, vertaistukea ja palautetta monelta eri taholta. (Salonen 2012, 18.)

Toteutusvaihe prosessissa muodostui lasten osallistamisesta. Toteutusvaihe sisälsi myös toimintaympäristöjen rakentamisen ja kirjallisen opinnäytetyöraportin edistämisen. Kirjallista työtä pyrin koko prosessin aikana tekemään yhtä aikaa käytännön toteutuksen kanssa (Kuvio 6). Tämä mahdollisti jatkuvan oppimisen

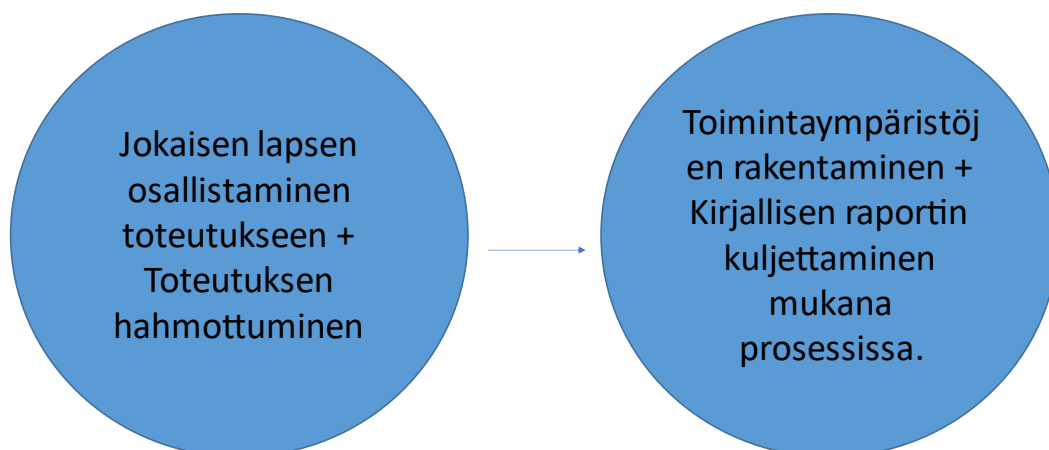
prosessissa ja teoreettisen tiedon hyödyntämisen käytännössä prosessin aikana.

Lasten osallistaminen toteutusvaiheessa oli mielekästä niin lasten, kuin ryhmän aikuisten näkökulmasta. Lapset pääsivät askartelemaan asioita tuleviin toimintaympäristöihinsä kokien ilon ja osallisuuden tunteita. Lasten osallistaminen mahdollistaa myös lasten kokemuksen aktiivisina toimijoina, jotka oppivat uusia taitoja prosessin aikana. Pienempien lasten kanssa osallisuus leikin kautta oli hyvin luonnollinen ja mieleinen tapa osallistaa lapset prosessiin. Toteutusvaiheessa, jokainen lapsi pääsi omalla tavalla vaikuttamaan ja toimimaan osana ryhmän prosessia.

Toimintaympäristöjen rakentaminen oli toteutusvaiheen viimeinen työ. Toimintaympäristöjen valmistuttua lapset pääsivät kokeilemaan ja toimimaan itse heidän suunnitelmissaan toimintaympäristöissä. Toimintaympäristöjä muuttaessa tärkeämpänä teemana ja tavoitteena oli liikuntaan ja fyysiseen aktiivisuuteen positiivisella tavalla vaikuttavien ympäristöjen luominen. Huoneisiin rakennettiin myös motorisia taitoja kehittäviä toimintaympäristöjä. Toteutusvaiheessa kirjallinen raportti eteni suunnitellusti samassa tahdissa toteutuksen kanssa. Onnistuin yhdistämään kirjallisen työskentelyn ja käytännön toteutuksen prosessin aikana toimivaksi toisiaan tukevaksi kokonaisuudeksi.

Toiminnallisen työn toteutusvaihe oli osa prosessia, joka alkoi keväällä 2022 suunnitelmavaiheen jälkeen. Prosessin toteutus kuvataan valokuvina opinnäytetyöraporttiin ja päiväkotiryhmä saa prosessin jälkeen uudet toimintaympäristöt käyttöönsä. Toimintaympäristöjen muokkaamiseen käytettiin päiväkodin omia materiaaleja ja tarvikkeita. Päiväkotiryhmän toimintaympäristöt ovat helposti muutettavissa ja työntekijöiden on mahdollista kehittää ja jalostaa jo tehtyjä toimintaympäristöjen muutoksia. Valmiit toimintaympäristöt olivat käytössä päiväkotiryhmässä viides päivä huhtikuuta 2022. Opinnäytetyön tuotoksena syntyi työskentelyopas lasten osallisuuteen liittyen. Oppaan suunnittelu alkoi toteutusvaiheen aikana ja tarkentui myöhemmin koko opinnäytetyöprosessin loppupuolella.





Kuvio 6. Opinnäytetyön toteutusvaihe.

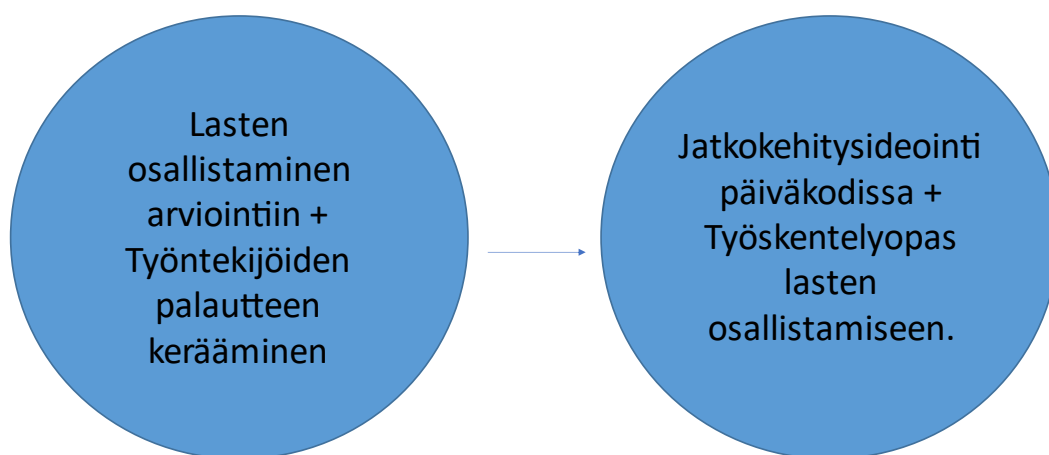
#### 8.4 Arviointi ja kehittäminen

Opinnäytetyön arviointivaiheessa opinnäytetyön tekijä ja toimeksiantaja arvioivat tehtyä prosessia ja tuotosta. Sen pohjalta pystytään kehittämään toimintaa käytännössä, kuin myös palauttamaan työ vielä viimeistelyvaiheeseen ennen virallista tuotoksen ja opinnäytetyön julkaisua. (Salonen 2012, 18.)

Opinnäytetyön arvioinnin ja viimeistelyn jälkeen pystyy opinnäytetyöstä jatkamaan jatkokehittämishankkeita. Opinnäytetyöni tuotos ja toteutus yhdessä herättävät optimaalisessa tilanteessa työntekijöille halun kehittää aihetta päiväkodissa entisestään ja jatkaa opinnäytetyön teeman mukaista kehittämistyötä. Toteutusvaiheen jälkeen prosessia arvioidaan yhdessä toimeksiantajan työntekijöiden ja ryhmän lasten kanssa. Lapset osallistetaan niin prosessin arviointiin, kuin myös sen kehittämiseen. Työntekijöiden osallistaminen prosessin arviointiin tapahtuu suullisen palautteen avulla (Kuvio 7). Suullinen palaute piti sisällään mielipiteitä ja ajatuksia uusista toimintaympäristöistä. Myös keskustelua herätti lasten osallistamisen tavat ja mallit. Suullisen palautteen perusteella päiväkodin työntekijöillä oli halua kehittää päiväkotiryhmän toimintaa ja jatkokehitysideoita tulevaisuuteen. Kehittäminen tapahtuu työntekijöiden osalta uusista

toimintaympäristöistä saatujen ideoiden hyödyntämisenä ja jatkojalostamisena niin velmujen ryhmään, kuin myös muihin päiväkotiryhmiin.

Lapset osallistettiin toiminnan arviointiin kysymällä lasten mielipiteitä uusista toimintaympäristöistä peukkuäänestyksen avulla. Lapsien kommentit prosessin aikana liittyivät pääasiassa uusien tilojen mielekkyyteen. Lasten kertoman pohjalta oli pääteltävissä, että toimintaympäristöjen muutoksilla on merkitystä lasten innostuneisuuteen ja viihtyvyyteen päiväkodissa. Myös innostuminen liikkumiseen kasvaa uusissa toimintaympäristöissä. Lasten mielipiteiden ja kokemusten vahvistaminen toimintaympäristöjen mielekkyydestä tasaisin väliajoin mahdollistaisi lasten osallistumisen myös prosessin kehittämiseen. Opinnäytetyön tuotoksena muodostunut työskentelyopas lasten osallistamiseen liittyen esitellään päiväkodille opinnäytetyöprosessin jälkeen yhtenä osana toiminnan kehittämistä. Työskentelyopas toimii osallistamisen mallina uusille toimintaympäristöjen muutosprosesseille.



Kuvio 7. Opinnäytetyön arviointi ja kehittäminen.

## 9 Valmiit toimintaympäristöt

Opinnäytetyön toteutuksena valmistui 3–4-vuotiaiden päiväkotiryhmän kahteen leikkihuoneeseen uudet sisäliikuntaan innostavat ja aktivoivat toimintaympäristöt. Toimintaympäristöt muodostuivat lasten mielenkiinnon kohteiden ja ideoiden pohjalta. Toimintaympäristöt luotiin yhdessä lasten kanssa osallistaen lapset prosessin eri vaiheisiin.

Pilke-päiväkodissa on työstetty ja kiinnitetty huomiota sisäliikunnan lisäämiseen jo ennen minun opinnäytetyöprosessini alkua. Päiväkodissa oli tehty sisäliikuntaa lisääviä toimintaympäristön muutoksia ja toimintaympäristöistä näki, että niitä on pyritty muokkaamaan lasten omaehtoista liikkumista tukeviksi tiloiksi. 3–4-vuotiaiden ryhmässä oli kaksi leikkihuonetta, joita lähdimme yhdessä lasten kanssa muokkaamaan. Huoneet oli nimetty teemoittain planeetta- ja merihuoneiksi. Molempiin huoneisiin lähdettiin tekemään muutamia toimintaympäristöjen muutoksia.

Planeettahuoneeseen lähdettiin yhteisen suunnitteluvaiheen jälkeen toteuttamaan ninja- ja autorataa. Ninja ja autoradan ideat tulivat lapsilta prosessin suunnitteluvaiheessa. Lapset osallistuivat ninjaradan tekemiseen tekemällä omista jalkojen ja käsien kuvista radan. Radassa on tarkoitus edetä eteenpäin koskettamalla jalan kuvia vain jaloilla ja käsien kuvia vain käsillä. Liikunnallisesti tempurata kehittää koordinaatiota ja tasapainoa (Kuva 1). Erityisen merkityksellisen radasta teki lasten osallisuus toiminnassa. Ja oman kädenjäljen konkreettinen esillä oleminen valmiissa tempuradassa.

Autorata tehtiin seinään, jossa lapset pystyvät kuljettamaan omalla kädellä erilaisia autoja ja muita leluja. Autorata mutkittelee eri korkeuksiin, jolloin lapset pääsevät kurkottamaan ja menemään kyykkyyyn kuljettaessaan autoja tai muuta lelua radalla. Autoradan ideat tulivat lapsilta. (Kuva 2)



Kuva 1. Temppuradan käsiaskartelut.

Kuva 2. Autorata seinässä

Merihuoneeseen tehtiin viikonpäiväeläinkortit ja heittopeli (Kuvat 3 ja 4). Merihuoneen molempien toimintaympäristöjen muutokset muodostuivat lasten ideoiden pohjalta. Heittopelin ja viikonpäiväeläinkorttien tekoprosessiin osallistuivat aikuiset lasten pienellä avustuksella.

Lasten ideoinnin ja suunnittelun pohjalta toteutettiin kortit, joissa jokaista viikonpäivää kuvaa yksi eläin. Kyseisen viikonpäivän tullessa on huoneeseen liikuttava esittäen kyseisen eläimen liikkumista. Tämä on innostava tapa oppia lasten hallitsemaan omaa kehoaan ja liikkumaan erilaisilla tavoilla. Eläimet oli pohdittu lasten mielenkiinnonkohteiden pohjalta. Eläinten liikkumistavat tuli olla myös selkeitä, erilaisia ja lasten helposti toteutettavissa olevia.

Toinen toimintaympäristö huoneessa oli heittopeli. Heittopelin ideana on harjoittaa lapsen hienomotorisia taitoja ja pallon käsittelytaitoja. Myös värien tunnistaminen yhdistyi liikuntaan. Pallonheittopelissä lapset ottavat pussista pallon, joka on tietyn värinen. Kun lapsi ottaa pallon tarkoituksen on heittää saman värinen

pallo saman väriseen neliöön. Lapsi saa itse valita heittoetäisyyden ja tavan heittää.



Kuva 3. Viikonpäiväeläinkortit.

Kuva 4. Heittopelin neliöt.

Toimintaympäristöjen muutokset, jotka opinnäytetyöstäni muodostuivat, ovat suunniteltu siten, että niitä on hyvin mahdollista jatkojalostaa ja muokata lisää. Näiden toimintaympäristöjen muutoksien tarkoituksena on myös innostaa päiväkodin työntekijöitä jatkamaan lasten kanssa yhdessä sisäliikuntatilojen muokkaamista. Päiväkotiryhmän sisätiloista pystyy viemään ideoita ja ajatuksia muihin päiväkodin ryhmiin, ja työntekijät yhteistyössä pystyvät kehittämään koko päiväkodin sisäliikuntaa ja mahdollistamaan lasten riittävän liikunnan sisätiloissa. Lapset saivat opinnäytetyöni toteutuksesta ryhmäänsä innostavia, kehitäviä ja monipuolisia toimintaympäristöjä ja päiväkodin työntekijät saivat omaan työhönsä kehitysideoita, jatkojalostusmahdollisuuksia ja tilanteen, jossa hyvällä yhteistyöllä sisäliikunnan lisäämisen teemat pystytään viemään päiväkodin kaikille ryhmille.

## 10 Opinnäytetyön tuotos

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi työskentelyopas, joka toimii osallistamisen mallina toimintaympäristöjen muutosprosessissa. Lasten osallistaminen toteutuu monesti suunnitteluvaiheessa, mutta osallisuuden jatkamisen prosessin muihin vaiheisiin on usein haastavaa. Työskentelyopas on yksinkertainen työkalu muistuttaa päiväkodin työntekijöitä lasten osallistamisesta toimintaympäristöjen muutosprosessin eri vaiheissa ja siitä, miten lapsille pystyy mahdollistamaan osallisuuden kokemuksia. Työskentelyoppaassa on ideoita ja esimerkkejä lasten osallistamiseen opinnäytetyöprosessin pohjalta. Työskentelyoppaan käyttöönotto päiväkotiryhmään tapahtuu opinnäytetyöprosessin jälkeen mahdollisuuksien mukaan.

Työskentelyoppaan tekeminen oli looginen jatkumo tehdyille toteutuksille päiväkotiin. Oppaassa käydään läpi kaikki prosessin vaiheet. Jokaisen prosessin vaiheeseen liittyen on annettu esimerkkejä lasten osallistamiseen ja yleisiä vinkkejä lasten osallisuuteen liittyen. Jokainen oppaassa oleva asia pohjautuu opinnäytetyöprosessin aikana tehtyihin havaintoihin. Oppaassa tulee esille omat oleellimmat havaintoni lasten osallistamiseen liittyen prosessin eri vaiheissa. Opinnäytetyöprosessin aikana keräsin toimivimmat osallistamisen menetelmät ja kokosin ne esimerkeiksi työskentelyoppaaseen. Oppaan yleiset vinkit osallistamiseen liittyen ovat muotoutuneet opinnäytetyöprosessin aikana niin teoreettisen tiedon, kuin käytännön kokemuksieni pohjalta. Opinnäytetyöprosessini tuotos eli työskentelyopas pilke päiväkotien työntekijöille kuvaa oman oppimiseni ja kehittymisen tämän opinnäytetyöprosessin aikana. Se kuvaa opinnäytetyön prosessia ja se kokoaa yhteen opinnäytetyön tarkoituksen ja tavoitteen. Tuotos on erinomainen jatkumo päiväkotiin tehdyille uusille toimintaympäristöille ja mahdollisuus parantaa ja kehittää päiväkodissa lasten osallistamiseen liittyviä teemoja. Opinnäytetyön valmis tuotos löytyy opinnäytetyön liitteestä nro 1.

## 11 Pohdinta

### 11.1 Johtopäätökset ja prosessin arviointi

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä lasten osallisuutta ja sisäliikuntaa päiväkodin arjessa. Opinnäytetyön tavoitteena on muokata päiväkodin toimintaympäristöjä liikunnallisilla ratkaisuilla ja osallistaa lapset toimintaympäristöjen muutosprosessiin. Toimintaympäristöjen muutoksien tavoitteena on innostaa lapsia liikkumaan aktiivisemmin päiväkodin sisätiloissa. Lasten osallistaminen toimintaympäristöjen muutosprosessiin mahdollistaa osallisuuden kokemuksia kaikille lapsille. Opinnäytetyön tuotoksena syntyy työskentelyopas, joka toimii osallistamisen mallina toimintaympäristöjen muutosprosessissa.

Opinnäytetyö sujui laadukkaasti suunnitelmaproessin ansiosta tehokkaasti. Laadukas suunnittelu auttoi toteutusvaiheen läpiviemisessä merkittävästi. Toteutus saatiin päiväkotiin ajallaan ja lasten osallistaminen onnistui jokaisessa prosessin vaiheessa. Opinnäytetyön toteutus ja tuotos ovat tavoitteiden mukaisia ja vastaavat hyvin päiväkodin tarpeita ja toiveita. Näen, että opinnäytetyön pohjalta on päiväkodilla hyvät mahdollisuudet lähteä jatkokehittämään osallisuuden ja sisäliikuntaan liittyviä teemoja. Pilke-päiväkoti Marjalan liikuntapainotteisuus ja työpaikan kasvatukseen liittyvät arvot mahdollistavat sen, että päiväkoti pystyy halutessaan ottamaan opinnäytetyöni tuotoksesta ja toteutuksesta vinkkejä ja saada ideoita omiin tulevaisuuden toimintaympäristöjen kehitysprosesseihin.

Päiväkodin arjessa tulee paljon spontaaneja tilanteita sekä tietoisesti järjestettyjä mahdollisuuksia lasten osallistamiseen. Osallisuus voi näyttäytyä hyvin monenlaisena erilaisena toimintana. Työntekijöille lienee helpointa ottaa vastaan lasten mielipiteitä toiminnan suunnitteluvaiheessa ja muokata tämän jälkeen toiminta käytäntöön. Päiväkotien työntekijöiden pitäisi kuitenkin pyrkiä osallistamaan lapset myös toiminnan toteutukseen, arviointiin ja kehittämiseen. Jotta lasta voidaan kuulla, tarvitaan yhteinen kieli. Tällöin tärkeiksi välineiksi

muodostuu kommunikoinnin apuvälineet kuten kuvat, dokumentointi tai muut kommunikoinnin keinot. (Hujala, Turja 2016, 49–54.)

Tavoite opinnäytetyössäni oli löytää jokaiselle lapselle oma tapa osallistua opinnäytetyön prosessiin. Jokainen lapsi osallistui prosessiin omien kykyjen ja taitojensa rajoissa. Näin ollen osallistamisen tavoitteeseen päästiin opinnäytetyössä. Lapset myös pystyivät osallistumaan jokaiseen työvaiheeseen prosessin aikana. Itse huomasin oman prosessin aikana, että helpointa lasten osallistaminen on prosessin suunnitteluvaiheessa. Muihin prosessin vaiheisiin osallistamista piti suunnitella tarkemmin. Osallistaminen käytännössä toteutui todella hyvin käyttäen monia erialaisia osallistamismenetelmiä. Läsnäolon ja lapsiin tutustumisen ansiosta pystyin löytämään jokaiselle ryhmän lapselle keinon osallistua prosessiin omalla tavallaan.

Päiväkodissa työntekijät toimivat motivoivina ja innostavina aikuisina. Heidän avullaan lapset innostuvat, löytävät mielenkiinnon kohteita ja rohkeasti lähtevät kokeilemaan uutta ja jännittävää. Varhaiskasvattajan oma innostuneisuus ja aitous nousee sosiokulttuurisessa innostamisessa myös tärkeään asemaan. Leena Kurki kertoo kirjassaan sosiokulttuurinen innostaminen seuraavaa; ”Kaikki ihmiset eivät sovi innostajiksi, sillä innostaja ei voi olla, jos ei ole itse innostunut.” (Kurki 2000, 80.)

Sosiokulttuurinen innostaminen ja tarkemmin muiden työntekijöiden ja lasten innostaminen muutosprosessiin ja jatkokehitykseen osoittautui opinnäytetyöni isoimmaksi haasteeksi. Päiväkotimaailman kiireellinen aikataulu ja työntekijöiden vaihtuvuus tuo aina haastetta ryhmän toimintaan. Joskus ryhmän ulkopuolisena henkilönä voi olla vaikea ymmärtää esimerkiksi ryhmän aikatauluja, ajatusmaailmaa ja ryhmän toimintakulttuuria, jos aikaa työntekijöiden ja prosessin tekijän rauhalliseen vuorovaikutukseen ei ole riittävästi aikaa. Huomasin opinnäytetyöprosessin aikana, että olisin tarvinnut enemmän aikaa päiväkodin työntekijöiden kanssa rauhalliseen keskusteluhetkeen. Tällöin olisin pystynyt paremmin informoimaan päiväkodin työntekijöitä omista ajatuksista, tavoitteista ja roolista opinnäytetyön tekijänä. Uskon kuitenkin, että opinnäytetyöni toteutus ja tuotos toivat päiväkotiin paljon jatkokehitysideoita ja mahdollisuuksia lähteä



entistä laadukkaammin lisäämään lasten osallisuutta ja sisäliikuntaa päiväkodin arkeen. Päiväkodin työntekijät huokuivat hyvää ilmapiiriä ja motivaatiota tekemäänsä työtä kohtaan. Lapset olivat myös päiväkodissa selkeästi päässeet jo aikaisemmin toteuttamaan itseään ja osallistumaan moniin eri ryhmän asioihin. Kun nämä asiat toteutuvat päiväkodin arjessa on sosiokulttuuriseen innostamiseen täydet edellytykset myös opinnäytetyöprosessin jälkeen.

Sisätilat saattavat rajoittaa lasten liikkumista. Ulkotiloissa lapset ovat tutkitusti paljon aktiivisempia liikunnallisesti. Päiväkodin sisätiloissa lapset käyttävät jopa 94 prosenttia ajastaan istumiseen tai muuhun hyvin kevyeen toimintaan. Sisätiloissa on mahdollisuus harjoitella sellaisia motorisia perustaitoja, kuten tasapainoa ja kehonhallintaa. Sisäliikunta voi olla fyysisesti kevyttä, mutta sillä voi olla motorisen kehityksen ja erityisesti kehonhallinnan näkökulmasta tärkeä merkitys lapsen arjessa selviytymiseen. Kasvattajan pedagogisiin taitoihin kuuluu paitsi opettamisen, ohjaamisen ja palautteenannon lisäksi, oppimaan innostavan oppimisympäristön luominen. Motoriset taidot harjaantuvat liikkumaan houkuttelevassa sisätilassa, jossa ympäristö haastaa lasta kehittämään omaa motoriikkaa. (Sääkslahti, Niemistö, Nevalainen, Laukkanen, Korhonen, Juutinen-Finni 2018, 1–7.)

Lasten osallistamisen prosessissa ja jatkokehitysmahdollisuuksien saamisen lisäksi iso osa opinnäytetyötäni ja tärkeä tavoite toiminnassa oli sisäliikunnan lisääminen. Prosessissa valmistuneet toimintaympäristöt päiväkotiryhmän tiloihin ovat opinnäytetyön tavoitteiden ja sisäliikunnan lisäämisen näkökulmasta erittäin onnistuneet. Uudet toimintaympäristöt motivoivat lapsia leikkimään sisätiloissa erilaisia leikkejä, jotka samalla kehittävät lasten liikunnallisia taitoja. Sisätilojen toimintaympäristöissä korostuu ennen kaikkea mahdollisuus motoristen perustaitojen kehittymiselle. Sisätiloissa voi toimia lapset vapaasti leikkien ja soveltaen toimintaympäristöjä omiin leikkeihin sopivaksi. Toimintaympäristöt soveltuvat myös aikuisen ohjattuun toimintaan sisätiloissa. Toimintaympäristöt ovat myös värikkäitä ja pyritti rakentamaan herättämään lasten mielenkiinnon. Lasten oma osallisuuden ja ylpeyden tunne itse tehdyistä tiloista on myös tekijä, joka innostaa lapsia toimimaan toimintaympäristöissä ja samalla kehittämään omia motorisia perustaitoja sisätiloissa.

Opinnäytetyön tuotoksena muodostunut työskentelyopas lasten osallistamisen tueksi on väline, jonka näen hyödyksi juuri uusille tai vasta valmistuneille työntekijöille. Kaikille päiväkodin työntekijöille työskentelyopas toimii hyvänä muistutuksena päivittäiseen työhön ja erilaisten projektityöskentelyjen alkuun. Työskentelyopas löytyy opinnäytetyön liitteistä. Opinnäytetyön prosessin jälkeen vien työskentelyoppaan Pilke päiväkodin käyttöön. Kun työskentelyopas on viety päiväkodin käyttöön, päästään opinnäytetyössä kaikkiin asettamiini tavoitteisiin.

## 11.2 Luotettavuus ja eettisyys

Tämän opinnäytetyön luotettavuutta lisää lasten osallistaminen, useiden eri menetelmien käyttö käytännön toteutuksessa ja dokumentointi. Toimintaani opinnäytetyön eri vaiheissa ohjasi lasten osallistamisesta kerätyt havainnot, teoriatiedon ja käytännön yhdistäminen ja päiväkotiryhmän tarpeiden ja opinnäytetyön tavoitteiden yhdistäminen toimivaksi kokonaisuudeksi. Työtä eniten ohjannut asiakirja oli opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, joka ohjaa kasvattajien toimintaa ja määrittää varhaiskasvatuksen sisältöä. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet toimivat pohjana tavoitteelliselle ja pedagogiselle toiminnalle opinnäytetyöprosessin aikana.

Opinnäytetyöni luotettavuuden varmistamiseksi, käytin mahdollisimman uusia tutkimuksia ja muita lähteitä opinnäytetyön aiheista. Varmistin lähdekriittisyydellä jokaisen lähteen luotettavuuden. Lähdekriittisyyteen kuuluu muun muassa lähteen julkaisija, ikä, julkaisumuoto ja sen laatu. Lähteen uskottavuutta lisää, jos sen tekijänä on esimerkiksi tunnettu asiantuntija. Tässä opinnäytetyössä pyrittiin pitämään lähteiden laatu tärkeämpänä, kuin lähteiden suuri määrä. (Vilka & Airaksinen 2003, 72–73.)

Tämän opinnäytetyön kautta pääsin kehittämään omaa varhaiskasvatuksen opettajan työssä vaadittavaa ammattitaitoa. Opinnäytetyössä huomioin kaikki toimintaani liittyvät lait sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, jotka ohjaavat varhaiskasvatuksen sisältöä. Opinnäytetyössäni pyrin luomaan

mahdollisimman laadukkaan kokonaisuuden, jossa käytännön toteutus vastaa työelämän tarpeita ja vaatimuksia.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) julkaisussa kuvataan ihmiseen kohdistuvien tutkimuksien eettisiä periaatteita. Ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen yleiset eettiset periaatteet ovat tutkijan kunnioitus tutkittavien ihmisten ihmisarvoon ja itsemääräämisoikeuteen, tutkijan kunnioitus aineellista ja aineetonta kulttuuriperintöä kohtaan ja tutkia suorittaa kaiken toiminnan siten, että siitä ei ole vaara tai haittaa kenellekään toiminnan aikana. Kun tutkittavana on alaikäiset lapset on eettisyyden kannalta tärkeää, että lapselle annetaan mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja vanhempia tulee informoida kaikista tutkimukseen liittyvistä asioista asianmukaisesti. (TENK 2019, 7–9.)

Opinnäytetyöni aikana pyrkimykseni oli noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Siihen kuuluu huolellinen henkilötietojen käsittely, salassapitovelvollisuus asiat sekä kaikkien tarpeettomien tietojen tuhoaminen. Tuhosin kaikki opinnäytetyössä käytetyt materiaalit heti, kun ne olivat turhia opinnäytetyöprosessin jatkoon kannalta. Opinnäytetyösopimus ja muut opinnäytetyön lupa asioihin liittyvät materiaalit käsiteltiin ja toimitettiin kaikille tahoille hyvissä ajoin prosessin alkuvaiheessa. Yksityisyyden suojaan liittyvät asiat otettiin huomioon opinnäytetyössä. Kaikki prosessiin osallistuneet tahot olivat vapaaehtoisia, eikä heidän nimiänsä tai muuta identiteettiä tule esille opinnäytetyössä. (Arene 2019, 5–11.)

### **11.3 Ammatillinen kasvu**

Opinnäytetyöni oli ajankohtainen työpaikan näkökulmasta ja se vastasi päiväkodin tarpeisiin. Opinnäytetyölläni oli käytännön merkitystä yhden päiväkotiryhmän toiminnan kehittämiseksi. Toiminnan kehittämisen lisäksi opinnäytetyöni edisti niin lasten osallisuutta ja lasten kuulluksi tulemisen tunnetta, kuin lasten mahdollisuuksia sisäliikuntaan. Lasten sisäliikunnan ja osallisuuden edistäminen on päiväkodille tärkeää varhaiskasvatuksen laadun ylläpitämisen näkökulmasta.

Opinnäytetyön aikana opin uusia työtapoja ja toimintamalleja käytännön päiväkotityöhön. Opinnäytetyössä esiteltyt osallistamisen menetelmät ja toimintaympäristöjen rakentaminen oli itselle täysin uutta ja pääsin oppimaan näistä teemoista käytännön toteuttamisen ohella. Opin myös lasten ohjaamiseen tarvittavia taitoja ja oman itsereflektion kautta minä kehityin opinnäytetyön aikana tulevana sosionomina ja lastentarhanopettajana. Opin ja huomasin opinnäytetyön aikana käytännössä lasten osallistamisen merkityksen, kuin myös lasten sisälukun mahdollistamisen merkityksen osana lasten liikuntakasvatusta. Opinnäytetyössä opittuja käytännön taitoja pystyn jatkokehittämään ja hyödyntämään tulevaisuudessa matkalla kohti lastentarhanopettajan työtä.

Opinnäytetyöni aikana opin teoreettisen tiedon liittämisen ja hyödyntämisen käytännön työssä. Teoreettinen tietopohja luo toiminnalle teoreettisen tarkoituksen ja sen avulla toiminta on pedagogisesti perusteltua. Kun päiväkotiryhmän toiminta on pedagogisesti perusteltavissa, mahdollistaa se varhaiskasvatuksen tavoitteiden toteutumisen. Varhaiskasvatuksen laadun näkökulmasta tutkittuun tietoon perustuva varhaiskasvatus on lasten edun ja iänmukaisen kehittymisen mukaista. Opinnäytetyön aikana teorian ja käytännön työn linkittäminen avautui minulle aivan uudella tavalla. Opin taitoja, jolla suunnitella käytännön toimintaa pitäen jatkuvasti mielessä toiminnan tavoitteellisuus ja laatu, jotka perustuvat teoreettiseen ja tutkittuun tietoon. Itselle toimivia tapoja on toiminnan suunnittelu paperille ja jokaiseen toimintaan huolellisesti perehtyminen teoriassa ennen toiminnan aloittamista.

Opinnäytetyöprosessi opetti minulle suunnittelun merkityksen ja se myös korosti omia vahvuuksiani, kuin myös isoimpia kehityskohteitani työskentelijänä. Huolellisen suunnittelun merkitys prosessin kulussa oli hyvin iso. Opinnäytetyöprosessini oli pitkä ja siihen liittyi paljon erilaisia elämänvaiheita työskentelyn näkökulmasta. Kun olin suunnitellut omaa toimintaani huolellisesti sujui opinnäytetyö paremmin. Ajanjaksoilla, jolloin en ollut tehnyt tarkkaa suunnitelmaa omasta ajankäytöstäni oli työskentely takkuista ja haastavaa. Tästä opin paljon tulevaisuutta varten suunnitelmallisuuden merkityksestä. Omista vahvuuksistani opinnäytetyön aikana korostui käytännön ohjaustaidot. Isoimpana haasteena ajankäyttö ja suunnitelmallisuuden säilyttäminen koko prosessin ajan.

Opinnäytetyön ansiosta kehityin paljon ja olen todella tyytyväinen tekemääni työhön ja lopputulokseen, johon päädyin yhdessä toimeksiantajani kanssa.

#### **11.4 Jatkokehittämisideat**

Opinnäytetyölläni on mahdollisuus toimia myös työntekijöille innostajana jatkojalostusideoille omaan ryhmään ja muihin päiväkotiryhmiin. Tavoitteena on lasten lisäksi saada päiväkodin henkilökunta kiinnostumaan ja innostumaan niin lasten osallistamiseen kuin toimintaympäristöjen muokkaamiseen liittyvistä toimintatavoista.

Opinnäytetyön tuotoksena valmistuneen työskentelyoppaan käyttöönotto päiväkodissa mahdollistaisi opinnäytetyön teeman jatkokehittämisen. Työskentelyopasta pystyisi esimerkiksi muokkaamaan ja kehittämään tarvittaessa päiväkodin sisällä. Työskentelyoppaan avulla päiväkodin työntekijät pystyvät saamaan uusia ideoita ryhmän toimintaympäristöjen muuttamiseen.

Yksi idea toimintaympäristöjen muuttamiseen olisi rakentaa koko päiväkodin kokoinen iso yhteinen sisäliikuntarata. Rata kävisi jokaisessa päiväkotiryhmän toimintatilassa ja näin liikunnallinen aktiivisuus olisi läsnä jokaisen toimintaympäristön sisustuksessa. Yhteinen rata vahvistaisi kaikkien päiväkodin lasten yhteenkuuluvuuden tunnetta ja kaikki päiväkodin lapset olisivat mahdollista osallistua yhteen yhteiseen projektiin.

## Lähteet

- Ahvenainen J & Sinbel M, 2015. Musiikki kuuluu kaikille. Metropolian ammattikorkeakoulu. <https://core.ac.uk/download/pdf/84796731.pdf#page=16>. 27.1.2022.
- Arene ry. 2019. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULU-JEN%20OPINN%C3%84YTET%C3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>. 11.1.2022.
- Diakonia ammattikorkeakoulu. 2022. Opinnäytetyön suunnitelma. <https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=4760663>. 6.5.2022
- Heikka,J. & Hujala,E. & Turja, L. 2009. Arvioinnista opiksi.Vantaa. Vantaa printel Oy. 1.11.2022.
- Heikka,J & Fonsen,E & Elo,J & Leinonen,J. 2016. Osallisuuden pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Tampere. Suomen Varhaiskasvatus Ry. 23.3.2022.
- Hujala,E. & Turja, L. 2016. Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä. Ps-kustannus.
- Jaakola,T. & Liukkonen,J. & Sääkslahti, A. 2017. Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä. Ps-kustannus.
- Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2021. Opinnäytetyön ohjaava käsikirja. <https://oppimateriaalit.jamk.fi/yamk-kasikirja/tyoelaman-tutkiva-kehittamistoiminta/projektityo-vs-ns-toiminnallinen-tutkimuksellinen-kehittamishanke-opinnaytetyo/>.1.2.2022.
- Kangas, M. 2014. Leikilliset oppimisympäristöt. [https://www.sli-deshare.net/Socca\\_osaamiskeskus/leikilliset-oppimisympiristt-marjaana-kangas2014-34068378](https://www.sli-deshare.net/Socca_osaamiskeskus/leikilliset-oppimisympiristt-marjaana-kangas2014-34068378). 13.1.2022.
- Komi, T. 2019. Varhaiskasvatuksen arviointi ja kehittäminen – sanoista tekoihin. <https://www.vol.fi/uutiset/varhaiskasvatuksen-arviointi-ja-kehittaminen-sanoista-tekoihin/>. 9.10.2022.
- Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere. Tampereen yliopistopaino. 22.3.2022.
- Mälkiäinen, H. 2018. Lasten osallisuuden toteutuminen päiväkodin liikuntakasvatuksessa. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/154933/Henna\\_Malkiainen.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/154933/Henna_Malkiainen.pdf?sequence=1). Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. 27.3.2022.
- Nevalainen, K. 2017. Päiväkotien liikuntaolosuhteet ja niiden yhteyksiä lasten motorisiin perustaitoihin. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/54326/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201706062698.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Jyväskylän yliopisto. 27.3.2022.
- Nuutinen. S. 2019. Lapset oman oppimisympäristön suunnittelijoina päiväkodissa. [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/21910/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20191439.pdf?sequence=-1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/21910/urn_nbn_fi_uef-20191439.pdf?sequence=-1&isAllowed=y). 10.1.2022.

- Opetus ja kulttuuriministeriö. 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. 23.3.2022.
- Opetushallitus. 2018a. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Opetushallitus. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet.pdf). 5.10.2021.
- Opetushallitus. 2018b. Mitä on varhaiskasvatus. Opetushallitus. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/mita-varhaiskasvatus>.13.1.2022.
- Opetushallitus. 2021. Osallisuus varhaiskasvatuksessa videosarja. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/osallisuus-varhaiskasvatuksessa-videosarja#b457a521>. 5.10.2021.
- Pilke päiväkodit. <https://www.pilkepaivakodit.fi/paivakodit/paivakodit-joensuu/pilke-liikuntapaivakoti-marjala/>. 7.4.2022.
- Pulli, E. 2017. Liikkua, leikkiä ja luoda. Tallinna. Lasten keskus ja Kirjapaja Oy
- Rautanen,S. 2019. Lasten fyysisen aktiivisuuden lisääminen varhaiskasvatuksen toimintaympäristöissä. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169914/Rautanen\\_Satu.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169914/Rautanen_Satu.pdf?sequence=2&isAllowed=y). 28.3.2022.
- Repo, L & Paananen, Mattila. 2019. Varhaiskasvatuksen laatu arjessa. [https://karvi.fi/app/uploads/2019/09/Julkaisutilaisuus\\_060919\\_diat.pdf](https://karvi.fi/app/uploads/2019/09/Julkaisutilaisuus_060919_diat.pdf). Kansainvälisen koulutuksen arviointikeskus 23.3.2022.
- Rintakorpi, K. & Holmikari,J. 2021. Sosiaalipedagogisen osaamisen tunnistaminen ja tunnustaminen varhaiskasvatuksessa. <file:///C:/Users/rasse/Downloads/109067-Artikkelin%20teksti-216576-1-10-20211214.pdf>. 27.1.2022.
- Salonen, K. 2012. Kehittämistoiminnan konstruktioivinen malli – esimerkkinä opinnäytetyö vaiheineen. pdf. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>. 25.1.2022.
- Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>. 7.1.2022.
- Seikkula, J & Arnkil, T. 2009. Dialoginen verkostotyö. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79883/93ae45f6-b7c4-403f-9dff-643b813972bf.pdf?sequence=1&isAllowed>. 1.11.2022.
- Sääkslahti A. 2005. Liikuntaintervention vaikutus 3–7 vuotiaiden lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja motorisiin taitoihin sekä fyysisen aktiivisuuden yhteys sydän- ja verisuonitautien riskitekijöihin. [https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13496/S%c3%84%c3%84KSLAHTI\\_ARJA\\_screen.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/13496/S%c3%84%c3%84KSLAHTI_ARJA_screen.pdf?sequence=3&isAllowed=y). 20.4.2022.
- Sääkslahti,A & Niemistö,D & Nevalainen,K & Laukkanen,A & Korhonen, E & Juutinen-finni, T. 2018. Päiväkotien liikuntaolosuhteiden yhteys lasten motorisiin taitoihin. [https://www.lts.fi/media/lts\\_vertaisarvioidut\\_tutkimusartikkelit/2019/lt\\_2-3\\_19\\_tutkimusartikkeli-saaks-lahti\\_lowres.pdf](https://www.lts.fi/media/lts_vertaisarvioidut_tutkimusartikkelit/2019/lt_2-3_19_tutkimusartikkeli-saaks-lahti_lowres.pdf). 10.1.2022.
- Sääkslahti, A. 2018. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi

- Suomessa. [https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakkoarvioinnin\\_ohje\\_2020.pdf](https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakkoarvioinnin_ohje_2020.pdf). 30.10.2022
- UKK – instituutti. 2021. Alle kouluikäisen liikkumisen suositukset. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/alle-kouluikaisten-liikkumisen-suositukset/>. 7.4.2022.
- Varhaiskasvatuslaki 540/2018.
- Vehkalahti R., Urho T. 2013. Leikki on totta!. Helsinki. Lasten keskus. 22.3.2022.
- Vilka H., Airaksinen T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki. Tammi. 20.4.2022.



Rasmus Väänänen

# **Lasten osallistaminen toimintaympäristöjen muutosprosessiin**

Työskentelymalli lasten osallistamiseen toimintaympäristöjen muutosprosessin kaikissa vaiheissa. Varhaiskasvatuksen työntekijöille Pilke päiväkotia Marjallaan

Työskentelyopas  
Joulukuu 2022

## Sisältö

1 Saatekirje.....	3
2 Suunnittelu ja ideointivaihe .....	4
3 Toteutusvaihe .....	5
4 Arviointi ja kehittämisvaihe.....	6
Lähteet.....	8

## Saatekirje

Tämä työskentelymalli perustuu Rasmus Väänäsen tekemään opinnäytetyöhön Pilke päiväkoti Marjalaan.

Opinnäytetyön aiheena oli varhaiskasvatuksen toimintaympäristöjen muutosprosessi. Sisäliikuntaa lisäävät tilojen muutokset lapset osallistaen.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli lisätä lasten osallisuutta ja sisäliikuntaa päiväkodin arjessa muokkaamalla päiväkodin toimintaympäristöjä lapsia osallistavilla menetelmillä. Opinnäytetyön tavoitteena oli muokata 3–4-vuotiaiden päiväkotiryhmän sisätiloja liikunnallisilla ratkaisulla. Toiminnan suunnitteluun osallistettiin päiväkotiryhmän lapset.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi työskentelyopas lasten osallistamisen tueksi toimintaympäristöjen muutosprosessiin. Lasten osallistaminen toteutuu monesti suunnitteluvaiheessa, mutta osallisuuden jatkamisen prosessin muihin vaiheisiin on usein haastavaa. Työskentelyopas on yksinkertainen työkalu muistuttaa päiväkodin työntekijöitä lasten osallistamisesta toimintaympäristöjen muutosprosessin eri vaiheissa ja siitä, miten lapsille pystyy mahdollistamaan osallisuuden kokemuksia. Työskentelyoppaassa on ideoita ja esimerkkejä lasten osallistamiseen opinnäytetyöprosessin pohjalta. Työskentelyoppaan käyttöönotto päiväkotiryhmään tapahtuu opinnäytetyöprosessin jälkeen mahdollisuuksien mukaan.

## Suunnittelu ja ideointivaihe

- **Kysy lapsilta.** Lapset mielellään kertovat omista kiinnostuksen kohteistaan ja harrastuksista.
- **Havainnoi ja ole läsnä, kun lapset leikkivät.** Lapset kertovat paljon asioita myös omalla leikillä ja vapaalla tekemisellä.
- **Jokaiselle lapselle löytyy tapa osallistua suunnitteluun ja ideointiin.** Käytä taidelähtöisiä menetelmiä, liikuntaa tai muita toiminnallisia tapoja osallistamiseen

### Esimerkki lasten kanssa suunnitteluun ja ideointiin

- Lapset piirtävät/askartelevat omista kiinnostuksen kohteista.
- Aikuinen ohjeistaa ja avustaa tarpeen mukaan toimintaa. Tarkoituksena saada lasten omat luovuus- ja ideat käyttöön.
- Helppo tapa lapsille ilmaista omia kiinnostuksen kohteita mukavalla tavalla.
- Toimii välineenä aikuiselle tutustua ryhmän lapsiin paremmin.
- Aikuisen helppo jatkojalostaa ja jatkaa suunnitteluprosessia.

## Toteutusvaihe

- **Lapset osallistuu toteutuksen tekemiseen =** Lasten näköinen tuotos.
- **Työntekijä auttaa ja ohjaa lapsia,** ei tee lasten puolesta
- Lapset voivat kokea osallisuutta myös **kokeilemalla ensimmäisenä tulevaa tuotosta/toteutusta mikä yhteisestä projektista syntyy tai auttamalla aikuisia haastavimmissa työvaiheissa mitä lapset ei pysty yksin tekemään.**

### Esimerkki toteutukseen lasten kanssa

- Lapset askartelevat tulevia toimintaympäristöjään ja yhdessä aikuisen kanssa rakentavat toimintaympäristöt tiloihin
- Lasten oma kädenjälki näkyy jokaisessa ryhmän tilassa mihin muutoksia tehty
- Osallisuuden kokemus mahdollistaa suuremman innostumisen uusista asioista ja ympäristöistä
- Tavoite löytää jokaiselle lapselle tapa osallistua prosessin toteutukseen. Vaatii aikuiselta reagointikykyä ja luovuutta.

## Arviointi ja kehittämisvaihe

- **Lasten arvioinnin kysymiseen on paljon apuvälineitä.** Kuvat, toiminnallinen toteutus, havainnollistavat taulukot, leikki. Vain mielikuvitus on rajana.
- **Lapsilla on paljon ideoita ja ajatuksia.** Aikuisen on tärkeää kysyä lasten mielipiteitä ja ajatuksia tasaisin väliajoin.

### Esimerkki lasten kanssa arviointiin ja kehittämiseen.

- **Mielipidejana:** Lapset liikkuvat kuvitteellisessa jänassa sellaiseen kohtaan mikä kuvaa omaa mielipidettä kysytystä kysymyksestä. Aikuinen voi esittää lasten liikkumisen jälkeen jatkokysymyksiä aiheesta.
- **Hymynaamat:** Tulostetaan lapsille erilaisia tunteita kuvaavia kortteja. Aikuinen lukee kysymyksen ja lapset osoittavat sellaista tunnetta, joka kysymykseen heistä sopii. Tämän voi tehdä aikaa säästäten kaikkien lasten kanssa yhdessä, tai vaihtoehtoisesti jokaisen lapsen kanssa erikseen.

## Kuvat ryhmän toimintaympäristöstä



## Lähteet

- Heikka, J & Fonsen, E & Elo, J & Leinonen, J. 2016. Osallisuuden pedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Tampere. Suomen Varhaiskasvatus Ry. 23.3.2022.
- Kangas, M. 2014. Leikilliset oppimisympäristöt. [https://www.sli-deshare.net/Socca\\_osaamiskeskus/leikilliset-oppimisymparistt-marjaana-kangas2014-34068378](https://www.sli-deshare.net/Socca_osaamiskeskus/leikilliset-oppimisymparistt-marjaana-kangas2014-34068378). 13.1.2022.
- Mälkiäinen, H. 2018. Lasten osallisuuden toteutuminen päiväkodin liikuntakasvatuksessa. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/154933/Henna\\_Malkiainen.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/154933/Henna_Malkiainen.pdf?sequence=1). Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu. 27.3.2022.
- Nevalainen, K. 2017. Päiväkotien liikuntaolosuhteet ja niiden yhteyksiä lasten motorisiin perustaitoihin. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/54326/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201706062698.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Jyväskylän yliopisto. 27.3.2022.
- Nuutinen, S. 2019. Lapset oman oppimisympäristön suunnittelijoina päiväkodissa. [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/21910/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20191439.pdf?sequence=-1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/21910/urn_nbn_fi_uef-20191439.pdf?sequence=-1&isAllowed=y). 10.1.2022.
- Pilkepäiväkodit. <https://www.pilkepaivakodit.fi/paivakodit/paivakodit-joensuu/pilke-liikuntapaivakoti-marjala/>. 7.4.2022.
- Rautanen, S. 2019. Lasten fyysisen aktiivisuuden lisääminen varhaiskasvatuksen toimintaympäristöissä. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169914/Rautanen\\_Satu.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/169914/Rautanen_Satu.pdf?sequence=2&isAllowed=y). 28.3.2022.