

Tiinariitta Nyman

LIKUNNALLISTA TOIMINTAKULTTUURIA VAHVISTAMASSA

-Tapaustutkimus Porvoon varhaiskasvatuksessa

Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta
Pro gradu -tutkielma
Joulukuu 2021

TIIVISTELMÄ

Tiinariitta Nyman: Liikunnallista toimintakulttuuria vahvistamassa- Tapaustutkimus Porvoon varhaiskasvatuksessa
Pro Gradu
Tampereen yliopisto
Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunta
Lokakuu 2021

Fyysisesti aktiivisella elämäntavalla on todettu olevan lukuisia suotuisia terveysvaikutuksia ihmiselle hänen kaikissa elämänvaiheissaan. Varhaisiällä aloitettu liikunta tukee lasten elämänlaatua ja ennustaa terveempää aikuisuutta. Huoli lasten liikunnallisuuden vähenemisestä viimeisten vuosikymmenien aikana on poikanut useita tutkimuksia aiheesta ja Suomessakin on erilaisin hankkein lähdetty lisäämään lasten fyysistä aktiivisuutta sekä päiväkodeissa että kouluissa.

Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan Porvoon varhaiskasvatuksessa toteutettavaa liikunnallista toimintakulttuuria sekä sitä vahvistavaa Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit -hanketta. Kyseessä on kvalitatiivinen tapaustutkimus, jota varten haastateltiin porvooolaisissa kunnallisissa päiväkodeissa työskenteleviä päiväkodin johtajia ja liikunta-agentteja. Tavoitteena oli saada tietoa siitä, millä tavalla päiväkodin toiminnalliset ja hallinnolliset rakenteet tukevat liikunnallisen toimintakulttuurin edistämistä ja millä tavalla liikunnallisuuden edistäminen näkyy päiväkotien arjessa. Haastattelukysymykset pohjautuivat Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman nykytilan arviointiin. Haastatteluaineiston analyysi on toteutettu teoriaohjaavan sisällönanalyysin keinoin.

Haastatteluista kävi ilmi, että sekä päiväkodin johtajat että liikunta-agentit pitivät liikunta-agenttien edistämää liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyötä tärkeänä, mikä näkyi muun muassa siinä, että liikunta-agenttien osallistuminen koulutustilaisuuksiin ja muihin tapaamisiin mahdollistui. Päiväkodin johtajien haastatteluista selvisi, että päiväkodeissa pidettiin merkittävänä kehittämiskohteena ulkopedagogiikan kehittämistä ja että päiväkotien pihojen toiminnallisuuteen oltiin kohtuullisen tyytyväisiä. Liikunta-agentit olivat sitä mieltä, että runsas ulkoilu lisää lasten fyysisen aktiivisuuden määrää päivän aikana. Liikunta-agenttien haastatteluista kävi ilmi, kuinka päiväkodeissa oli lisätty liikuntaa siirtymätilanteisiin ja millä tavoin vähän liikkuvia lapsia ohjattiin liikunnallisempaan toimintaan sekä miten lasten osallisuus toteutui liikkumiseen liittyen. Päiväkodeissa aikuisen rooli liikunnallisuuden mahdollistajana nähtiin erittäin merkittävänä. Huoltajien kanssa tehtävään kasvatussyhteistyöhön kaivattiin yhtenäisempiä toimintamalleja.

Avainsanat: Varhaiskasvatus, liikunnallinen toimintakulttuuri, toimintakulttuurin kehittäminen

Abstract

A physically active lifestyle is known to promote good health in all stages of life. Active lifestyle assumed in early childhood improves the quality of life in the youth, as well as indicates better health later in life. Nevertheless, multiple studies over the past decades have shown the amount of physical exercise in children to be decreasing. The concern over lowering activity levels has motivated schools and early childhood education in Finland to start several programs aiming to change the trend.

This study takes an overview of the present status of physically active organization culture in early childhood education in Porvoo as well as a project aimed to promote it, called Liikkuvat Lillit ja Vikkelät viikarit. The study is conducted as a qualitative case study by interviewing managers and physical activity innovators working in early childhood education in Porvoo. The aim of the study is to identify ways in which functional and administrative structures support physically active organization culture and examine how physical activity is present in the day-to-day life of the daycare centers. The interview questions are based on an assessment of the current situation in a national physical activity program Liikkuva varhaiskasvatus. The survey material is analysed with the theory-guided content analysis.

The interviews showed an overall appreciation of the importance of the work conducted by the physical activity innovators in the daycare centers developing a physically active organization culture. Some of the most important areas highlighted in the managers' answers include

improving outdoor pedagogy and satisfaction with the functionality of the daycare center playgrounds. Meanwhile, the physical activity innovators reported an increase in the children's physical activity related to the outdoor activities. Furthermore, the innovators had focused on increasing physical activity in usually passive transitional moments such as waiting, as well as encouraging passive children to take part in the physical activities. Overall, the adults of the daycare centers were considered to be among the most important factors in enabling and encouraging physical activity. Finally, the interviews revealed a need for increased cooperation between caregivers and personnel in early childhood education.

Key words: Early childhood education (ECE), physically active organization culture, improving organization culture

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck -ohjelmalla.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	LIKUNNALLINEN TOIMINTAKULTTUURI VARHAISKASVATUKSESSA	9
2.1	Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri.....	9
2.2	Varhaiskasvatuksen toimintakulttuurin kehittäminen	12
2.3	Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset	14
2.4	Liikunnallinen ja fyysistä aktiivisuutta tukeva toimintakulttuuri varhaiskasvatuksessa 16	
3	PORVOON VARHAISKASVATUKSEN LIKUNTAHANKE	21
3.1	Lähtökohtana aiemmat liikuntahankkeet	21
3.2	Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit.....	22
4	TUTKIMUSKYSYMYKSET JA -MENETELMÄT	24
4.1	Tutkimuskysymykset	25
4.2	Menetelmälliset valinnat.....	25
4.3	Haastattelujen toteuttaminen	29
4.4	Aineiston analyysi	31
5	TUTKIMUSTULOKSET	35
5.1	Päiväkodin johtajien haastattelut	35
5.1.1	<i>Toiminnan toteuttaminen</i>	35
5.1.2	<i>Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi</i>	39
5.1.3	<i>Piha, tilat ja liikuntavälineet</i>	41
5.2	Liikunta-agenttien haastattelut	43
5.2.1	<i>Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen</i>	43
5.2.2	<i>Lapsen osallisuus</i>	53
5.2.3	<i>Piha, tilat ja liikuntavälineet</i>	55
5.2.4	<i>Toiminnallisuus ja motorinen kehitys</i>	57
5.2.5	<i>Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi</i>	58
5.2.6	<i>Toiminnan toteuttaminen</i>	61
5.3	Päiväkodin johtajien ja liikunta-agenttien haastattelujen vertailua.....	64
5.3.1	<i>Toiminnan toteuttaminen</i>	64
5.3.2	<i>Piha, tilat ja liikuntavälineet</i>	65
6	POHDINTAA	66
6.1	Johtopäätökset.....	66
6.1.1	<i>Tutkimustulokset teemoittain</i>	67
	<i>Toiminnan toteuttaminen</i>	67
	<i>Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen</i>	68
	<i>Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi</i>	69
	<i>Lapsen osallisuus</i>	70
	<i>Piha, tilat ja liikuntavälineet</i>	70
	<i>Toiminnallisuus ja motorinen kehitys</i>	71
	<i>Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi</i>	71
6.1.2	<i>Tutkimustulosten perusteella ilmenneitä kehittämistarpeita</i>	72
6.2	Tutkimuksen luotettavuudesta	75
6.3	Eettistä pohdintaa	78
6.4	Jatkotutkimuspohdintaa	79
6.5	Lopuksi.....	81

LÄHTEET	83
LIITTEET	91
Liite 1: Saatekirje haastateltaville ja tietosuojailmoitus	91
Liite 2: Haastattelukysymykset.....	94

1 JOHDANTO

Viimeisten kolmen vuosikymmenen aikana on länsimaissa voitu havaita kehityssuunta, jossa elintavassamme tapahtuneet muutokset ovat heikentäneet ihmisten hyvinvointia ja terveyttä. Fyysinen aktiivisuutemme on madaltunut, koska elämäntapamme ei enää edellytä päivittäistä kehon rasittamista. Vaikka lapset luontaisesti liikkuvat paljon, on tämä sama kehitys havaittavissa jo varhaiskasvatusikäisillä lapsilla, sillä heidänkin fyysinen aktiivisuutensa on vähentynyt, mikä voi johtua ruutuajan lisääntymisestä. (Haapala, Pulakka, Haapala & Lakka, 2016, s. 12.)

Liikunnan hyödyt ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille ovat kiistattomat; fyysinen aktiivisuus vähentää ylipainoisuuden riskiä, vahvistaa luita ja on keskeisenä tekijänä motoristen, psyykkisten ja sosiaalisten taitojen kehittämisessä (Soini & Sääkslahti, 2017, s. 130). Liian vähäinen fyysinen aktiivisuus on merkittävä riskitekijä muun muassa kardiometabolisten sairauksien ilmaantumiselle myöhemmällä iällä (Malina, 2014). Lapsuusiän heikko kestävyyskunto hankaloittaa painonhallintaa, altistaa kohonneelle verenpaineella ja vähentää insuliiniherkkyyttä, mikä lisää todennäköisyyttä tyypin 2 diabeteksen kehittymiselle aikuisena (Valtonen, Heinonen, Lakka & Tammelin, 2013, s. 1153; Ndisang & Rasdogi, 2013).

Opetus- ja kulttuuriministeriö laati vuonna 2016 Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset -julkaisun, jonka perusteella jokaiselle lapselle tulisi kertyä liikkumista päivittäin vähintään kolmen tunnin verran. Näistä yksi tunti tulisi viettää vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta edustavan liikunnan parissa kuten hippaleikkien, kiipeilyn tai hiihdon ja kaksi tuntia tulisi käyttää reippaaseen ulkoiluun tai kevyeen liikuntaan kuten metsäretkeilyyn, luisteluun, pallonheittoon tai keinumiseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2016b, s. 14.) Tuoreen tutkimuksen mukaan näyttää siltä, että tällä hetkellä jopa 93-99 % 4-6-vuotiaiden ikäluokasta täyttää tuon päivittäisen kolmen tunnin liikuntasuosituksen, mutta yhden tunnin vauhdikkaan fyysisen aktiivisuuden tavoitteeseen ylittää ainoastaan

46-85 % lapsista (Sääkslahti, Mehtälä & Tammelin, 2021, s. 193-194). Tutkijat selittävät suurta hajontaa tuloksissa sillä, että eri ikäryhmissä tulokset vaihtelivat suuresti; kaikkein aktiivisimpia liikkujia olivat vanhimmat pojat ja vähiten liikkuivat nuorimmat tytöt.

Vuonna 2020 osallistui varhaiskasvatukseen 77 % 1-6 -vuotiaista lapsista (THL 2021). Koska lasten päiväkodissa viettämä aika voi olla jopa 10 tuntia kerrallaan joka arkipäivä, on varhaiskasvatuksessa tapahtuvalla lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumisella merkittävä rooli lasten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa. Jokaisella lapsella on oikeus liikkumiseen myös varhaiskasvatuspäivän aikana ja varhaiskasvatushenkilöstöä kannustetaan löytämään uudenlaisia toimintatapoja lasten liikunnan lisäämiseksi arjen eri tilanteissa ja tarkastelemaan toimintaansa liikunnan lisäämisen näkökulmasta perheen osallisuutta unohtamatta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2016b, s. 6-7.) Yllä mainitussa tutkimuksessa Sääkslahti ja kollegat havaitsivat, että varhaiskasvatuspäivän aikana liikuntatavoitteeseen ylsi 87-91 % pojista ja 74-78 % tytöistä 4-6 vuotiaiden ikäryhmässä (Sääkslahti, Mehtälä & Tammelin, 2021, s.194).

Myös Porvoon varhaiskasvatuksessa on tartuttu tähän lasten liikuttamishaasteeseen ja sen yksi keskeisistä kehittämisen kohteista ja painopistealueista on lasten fyysisen aktiivisuuden ja liikkumisen lisääminen. Tätä tavoitetta tukee hanke Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit, jonka myötä kaikki kunnalliset päiväkodit ovat liittyneet Liikkuva varhaiskasvatus -verkostoon. (Porvoon varhaiskasvatussuunnitelma 2020, 28.) Hankkeen tavoitteena on kehittää liikunnallista toimintatapaa varhaiskasvatusyksiköiden arjessa ja lisätä henkilöstön osaamista koulutusten avulla vuosina 2020-2022 (Siljamo, 2020a).

Tässä Pro gradu -tutkimuksessa olen tarkastellut Porvoon kunnallisten päiväkotien liikunnallisen toimintakulttuurin rakentumista ja sitä vahvistavaa, Porvoon varhaiskasvatuksessa toteutettavaa, Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit - liikuntahanketta. Olen halunnut saada tietoa siitä, millä tavalla lasten fyysinen aktiivisuus mahdollistetaan päiväkotien arjessa ja myös siitä, minkälaisia hallinnollisia ja toiminnallisia rakenteita päiväkodeissa on luotu liikuntahankkeen jalkauttamiseksi ja juurruttamiseksi. Kyseessä on tapaustutkimus, jonka aineisto on kerätty puolistrukturoidun haastattelun keinoin sekä päiväkodin liikunta-agenteilta että päiväkodin johtajilta. Haastatteluaineiston analyysissa

hyödynnettiin teoriaohjaavaa sisällönanalyysia. Haastatteluissa tuotiin esiin runsain määrin erilaisia hyviä käytäntöjä, joita voidaan jakaa päiväkotien arkeen. Tutkimustuloksista kävi myös ilmi, mitä kaikkia rakenteellisia toimia liikunnallisen toimintakulttuurin edistämiseksi on jo tehty ja mitä voitaisiin vielä kehittää.

2 LIIKUNNALLINEN TOIMINTAKULTTUURI VARHAISKASVATUKSESSA

Tämän tutkimuksen keskiössä on Porvoon varhaiskasvatuksen liikunnallinen toimintakulttuuri ja sen vahvistamiseksi toteutettava liikuntahanke. Sen tarkoituksena on lisätä liikunnallisuutta päiväkotien arkeen ja muokata varhaiskasvatuksen toimintakulttuuria sellaiseksi, että lasten on mahdollista toteuttaa fyysistä aktiivisuutta varhaiskasvatuspäivän aikana. Lähden rakentamaan tutkimuksellista viitekehystä näistä raameista eli tutkimuksen toimintaympäristöstä, joka koostuu porvooolaisista, kunnallisista päiväkodeista sekä niissä toteutettavasta liikuntahankkeesta että päiväkotien kehittyvästä toimintakulttuurista.

Tarkastelen aluksi yleisesti varhaiskasvatuksen toimintakulttuuria, jonka jälkeen käsitellään toimintakulttuurin kehittämistä. Seuraavaksi esittelen valtakunnallisia varhaiskasvatusikäisten lasten liikuntasuosituksia ja tutkimuksia, joissa on paneuduttu lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen päiväkodissa. Ajatukseni on tällä tavoin luoda käsitys siitä, mitä päiväkodin liikuntamyönteinen, tai lasten liikunnallisuutta edistävä, toimintakulttuuri edellyttää varhaiskasvatustoiminnan suunnittelulta ja toteuttamiselta.

2.1 Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri

Kun päiväkotiin astuu sisään, aistii tulija aika nopeasti talossa vallitsevan ilmapiirin. Vaikka varhaiskasvatustoimintaa ohjaavia asiakirjoja noudatettaisiin tunnollisesti kaikkialla, on jokaisessa päiväkodissa omanlaisensa toimintakulttuuri, joka muodostuu kaikkien niiden käytänteiden kokonaisuudesta, joita juuri siinä nimenomaisessa päiväkodissa toteutetaan tässä hetkessä. Varhaiskasvatuksen viitekehyksessä käytetään käsitettä toimintakulttuuri

kuvaamaan vallitsevaa historiallisesti ja kulttuurisesti määräytynyttä toimintatapaa (Opetushallitus, 2018, s. 28), johon vaikuttaa kaikkien yhteisön jäsenten toiminta ja ajattelu (Nummenmaa 2006, 19). Tämän vuoksi on varsin ymmärrettävää, että toimintakulttuuri voi eri päiväkodeissa vaihdella suuresti sekä saman kunnan sisällä, mutta myös alueellisesti (Ahonen, 2017b, s. 60). Toimintakulttuurille lähes vaihtoehtoinen käsite on organisaatiokulttuuri, joka mielikuvissa sijoittuu yritysmaailman kontekstiin (Kattilakoski, 2018, s. 30). Näiden molempien yläkäsite, kulttuuri, voidaan määritellä yhdessä opittujen kokemusten yhteiseksi jakamiseksi, mikä tarkoittaa sitä, että yhteisesti omaksutut uskomukset ja arvot luovat merkityksen toiminnalle (Schein & Schein, 2016, s. 6).

Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri on laaja ja moniulotteinen kokonaisuus, jolle on tyypillistä, että sen lähtökohtana oleva toiminta ei aina kaikilta osiltaan ole edes tiedostettua (Opetushallitus, 2018, s. 28), vaan sitä muokkaavat myös päiväkodin tiedostamattomat käytännöt kuten piilopetussuunnitelma, joka voi pinnan alla piilevien asenteiden, normien ja toimintatapojen vuoksi vaikuttaa toimintaan merkittävästi (Kangas, Lastikka & Karlsson, 2021, s. 169).

Karila ja Nummenmaa (2011) kirjoittavat artikkelissaan erilaisista osakulttuureista, joista muodostuu päiväkodin toimintakulttuuri. Näitä ovat työkulttuuri, kasvatuskulttuuri, pedagoginen kulttuuri, suunnittelukulttuuri sekä keskustelukulttuuri (Karila & Nummenmaa, 2011, s. 111-112).

Varhaiskasvatuslaki määrittelee tarkasti sen, minkä verran henkilökuntaa tulee työskennellä lapsiryhmässä lasta kohden ja varhaiskasvatussuunnitelman perusteet raamittaa eri nimikkeillä työskentelevien ammattihenkilöiden vastuualueita. Siitä huolimatta henkilökunnalle annetaan kuitenkin varsin vapaat kädet laatia arjen työnjakoa. Päiväkodeissa usein myös ryhmien aikataulut vaihtelevat samankin yksikön sisällä. Tällaiset seikat vaikuttavat päiväkodissa vallitsevaan työkulttuuriin, johon sisältyvät myös ne tavat, joilla näistä käytänteistä sovitaan. Voidakseen tiedostavasti työskennellä työkulttuurin suuntaisesti, on jokaisen työntekijän tunnistettava oman työyhteisönsä erityispiirteet (Vähäkainu-Kujanen, 2015). Varhaiskasvatuksen työkulttuurin ihanteena on oppiva työyhteisö, jonka muodostavat varhaiskasvatuksen

ammattilaiset, ja jonka toiminnan keskiössä on ammatillisen kehityksen vahvistaminen keskinäisen reflektion keinoin (Kupila, 2020).

Kasvatuskulttuuri voidaan jakaa toisaalta näkymättömään, toisaalta tiedostettuun osaan (Karila & Nummenmaa, 2011, s. 111). Jokaisella työntekijällä on omasta taustastaan ja koulutuksestaan lähtöisin olevia käsityksiä lapsuudesta ja kasvatuksesta, jotka muodostavat kasvatuskulttuurin näkymättömän osan. Eri ammattiryhmiä edustavat työntekijät tuovat moniammatilliseen tiimiin oman osaamisensa ja asiantuntijuutensa rikastaen näin työyhteisönsä kasvatuskulttuuria (Kupila, 2020). Yksikön kasvatuskulttuurin rakentumiselle merkittävää on väistämättä myös se, mihin ammattilaissukupolven tiimin tai koko päiväkodinkin henkilökunta kuuluu, sillä työuran alkuvaiheen kokemukset ja ajattelutavat vaikuttavat siihen, miten myöhempiä oppimiskokemuksia tulkitaan (Karila, 2013, s. 11).

Valtakunnallinen varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, kunnan varhaiskasvatussuunnitelma ja lapsiryhmän oma varhaiskasvatussuunnitelma tai pedagoginen suunnitelma määrittelevät kasvatustoimintaa ohjaavat arvot ja tavoitteet, jotka edustavat kasvatuskulttuurin tiedostettua osaa. Turja (2018, s. 67) kuitenkin muistuttaa, että edellä mainitut ohjeistukset on laadittu varsin yleisellä tasolla. Tämä haastaa jokaisen varhaiskasvatussyksikön henkilöstöä käymään toimintakulttuuria koskevaa arvokeskustelua kasvatuskulttuurin yhtenäisyyden saavuttamiseksi.

Pedagoginen kulttuuri muodostuu siitä, minkälaisia käsityksiä henkilökunnalla on lapsen kehittymisestä ja oppimisesta, sekä siitä, millä tavoin päiväkodin pedagogiikkaa suunnitellaan ja toteutetaan arjessa. Varhaiskasvatuksen kenttä on ollut nopeassa muutoksen tilassa viime vuosina. Varhaiskasvatuksen pedagoginen kulttuuri näyttäytyy erilaisena eri aikakausina, sillä siihen vaikuttaa yhteiskunnassa vallalla oleva käsitys lapsesta ja lapsuudesta. Nykyisellään pedagogiikan kehittämisen lähtökohtana on osallisuus, jolloin lapsen aktiivinen ja aloitteellinen rooli korostuu (Turja, 2020).

Päiväkodin keskeisenä tehtävänä on kasvatustoiminnan suunnittelu, arviointi ja kehittäminen. Toiminnan suunnittelua tapahtuu päiväkodissa eri tasoilla; yksilötasolla, tiimeittäin, koko päiväkodin toimintaan vaikuttavana suunnitteluna ja niin edelleen. Näistä erilaisista suunnittelukäytänteistä muodostuu päiväkodin suunnittelukulttuuri. Varhaiskasvatuksen toiminta

tapahtuu oppimisympäristöissä, joita myös on syytä tarkastella suunnitelmallisesti. Oppimisympäristöiksi käsitetään fyysisten tilojen lisäksi niiden psyykinen ja sosiaalinen ulottuvuus (Ahonen, 2017b, s. 109). Fyysinen toimintaympäristö kuitenkin osittain määrittää oppimisympäristöjen suunnittelua. Päiväkodin toimintakulttuuri vaikuttaa siihen, kuinka joustavasti fyysisiä tiloja voidaan muokata esimerkiksi pienryhmätoiminnan tarpeisiin (Raittila, 2013, s. 91).

Keskustelukulttuuri käsittää päiväkodissa tapahtuvan vuorovaikutuksen. Vuorovaikutusta tapahtuu päiväkodissa lasten välisenä, lasten ja kasvatushenkilöstön välisenä, henkilöstön keskeisenä sekä lasten huoltajien ja henkilöstön välisenä. Vuorovaikutustavat vaihtelevat eri päiväkotien välillä, riippuen siitä, minkälainen keskustelukulttuuri niissä vallitsee. Parhaimmillaan vuorovaikutus vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta, lisää luottamusta ja merkityksellisyyden kokemusta (Kokkonen, 2015). Jokainen lapsi on oikeutettu laadukkaaseen vuorovaikutukseen varhaiskasvatuspäivän aikana, ja erityisen tärkeää vuorovaikutuksen laatu on silloin, kun lapsi tarvitsee tukea sosiaalis-emotionaalisten haasteidensa vuoksi (Ahonen, 2017a, s. 60). Päiväkodin toimintakulttuuri määrittää sen, minkälainen tapa henkilökunnalla on olla vuorovaikutuksessa lasten ja perheiden kanssa, ja millä tavalla lämmin vuorovaikutus toteutuu arjen eri tilanteissa.

2.2 Varhaiskasvatuksen toimintakulttuurin kehittäminen

Päiväkodin toimintakulttuuri toteutuu ja toisaalta uudistuu päivittäin siellä työskentelevien ja vaikuttavien ihmisten toimesta (Nummenmaa, 2006, s. 19), sillä toimintakulttuuri ei suinkaan ole pysyvä ominaisuus, vaan sen toimijat muokkaavat sitä jatkuvasti. Jokaisessa varhaiskasvatusyksikössä työskentelee päiväkodin johtaja, jonka yhtenä vastuualueena on pedagogiikan ja toimintakulttuurin johtaminen (Opetushallitus, 2018, s. 28-29).

Kansallisesti noudatettava normiasiakirja, Varhaiskasvatuksen perusteet, määrittelee varhaiskasvatuksen tavoitteet, joita jokaisessa varhaiskasvatusyksikössä on toteutettava. Toimintakulttuuri vaikuttaa merkittävästi näiden tavoitteiden toteuttamiseen ja sitä kautta varhaiskasvatuksen laatuun (Kangas, Lastikka & Karlsson, 2021, s. 168).

Toimintakulttuurin kehittäminen tasa-arvoiseksi ja tasalaatuiseksi on keskeinen tavoite varhaiskasvatuksessa. Toiminnan kehittäminen systemaattisesti ja loogisesti on tärkeää ja täydennyskoulutusten toteuttamisen tulee olla ennalta suunniteltua (Ahonen, 2017b, s. 61). Päiväkodin johtajan tehtävänä on koordinoita toimintakulttuurin kehittämistä ja luoda henkilökunnalle mahdollisuudet kehittämistoiminnan toteuttamiselle (Opetushallitus, 2018, s. 28-29).

Varhaiskasvatuksessa kaiken toiminnan, myös sen kehittämisen lähtökohtana on aina oltava lapsen etu. Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa ohjeistetaan, että toimintakulttuurin kehittämistyön periaatteina tulee huomioida oppiva yhteisö, leikkiin ja vuorovaikutukseen kannustaminen, osallisuus, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo, kulttuurinen moninaisuus ja kielitietoisuus sekä hyvinvointi, turvallisuus ja kestävä elämäntapa. (Opetushallitus, 2018, s. 29-31.)

Kehittämistyön aluksi tilanne arvioidaan ja tullaan näin tietoiseksi kehittämistarpeesta (Ranta, 2005, s. 27). Todetaan esimerkiksi, että totuttu ja hyväksi havaittu toimintatapa on uuden tutkimustiedon perusteella vanhanaikainen ja näin huomataan tarve muutokselle. Nykytilan analyysi tai arviointi tuo esille muutostarpeen, joka voidaan sen jälkeen visioida ja lähdetään tekemään kehittämistoiminnalle suunnitelmaa. Kehittämistyölle on tärkeää asettaa selkeä tavoite ja päämäärä, mutta yhtä tärkeää on asettaa välitavoitteita, joiden saavuttaminen kannustaa jatkamaan muutoksen tiellä (Lahtinen ym., 2015, s. 41). Jatkuva arviointi ohjaa kehittämistyötä ja pitää toimijat ajan tasalla. Pienetkin onnistumiset on syytä palkita, sillä se pitää yllä henkilökunnan työskentelymotivaatiota (Kuusela, 2015). Kehittävä työote vahvistaa toiminnan arkeen spiraalina kietoutuvan alati liikkeessä olevan kehittämisen kehän (Lahtinen ym., 2015, s. 41).

Toimintakulttuurin kehittämisen lähtökohtana on vallitsevan toimintakulttuurin näkyväksi tekeminen ja tiedostaminen (Parrila & Fonsén, 2016, s. 67). Tämän vuoksi on tärkeää, että päiväkodin johtaja ylläpitää yksikössään ammatillista keskustelua varhaiskasvatuksen arvoista ja sanoittaa näkemäänsä toimintaa ja toimintakulttuuria (Opetushallitus, 2018, s. 29). Varhaiskasvatuksen kehittämistyötä toteutetaan läpinäkyvyyperiaatetta noudattaen avoimella työskentelyotteella, joka osallistaa kaikki toimijat yhteisen tavoitteen äärelle.

Tarkoituksena ei suinkaan ole, että henkilökunta kehittää päiväkodin johtajan tuella toimintakulttuuria haluamaansa suuntaan, vaan toimintakulttuurin kehittämistyössä ja sen arvioinnissa huomioidaan sekä lasten ja huoltajien että moniammatillisen yhteistyöverkoston merkitys (Ahonen, 2017b, s. 61).

Toimintakulttuurin kehittäminen on pitkäjänteinen prosessi, joka vaatii tuekseen riittävää resursointia. Ensisijaisen merkittävää on johdon tuki, sillä kehittämistyö edellyttää usein aika- ja henkilöstöresurssia sekä lisäkoulutusta (Karlsson, Weckström & Lastikka, 2017, s. 113).

Päiväkodin toimintatavat saattavat olla niin syvään juurtuneita, että toimintakulttuurin kehittäminen hankkeen voimin ei aina ole kovin helppoa (Parrila & Fonsén, 2016, s. 67). Kehittämishankkeen toimijoiden tuleekin saada koko varhaiskasvatusyksikön henkilökunta ymmärtämään, mistä hankkeessa on kyse ja millä tavalla se muokkaa myönteisesti päiväkodin toimintakulttuuria. (Wenström, 2020, s. 168). Kun henkilökunta puhaltaa yhteen hiileen, päästään toimintakulttuuria kehittämään yhteistuumin haluttuun suuntaan. Koko henkilöstön osallisuus ja sitoutuminen mahdollistavat muutoksen (Fonsén, Heikka, Hjelt, Eskelinen & Riekkola, 2017, s. 168).

Uudistuva toimintakulttuuri jalkautetaan vaihe vaiheelta työyhteisöön, minkä jälkeen sen tulee vielä juurtua kiinnittyäkseen pysyväksi toimintakulttuuriksi. Jokainen työyhteisön jäsen käy läpi prosessin, jonka ensimmäinen vaihe edellyttää muuttuvaan toimintakulttuuriin mukautumista, toinen vaihe siihen samaistumista, ja viimeinen vaihe sisäistämistä (O'Reilly, & Chatman, 1986). Kaikissa vaiheissa keskustelu ja jatkuva arviointi välittömine palautteineen vahvistavat toimintakulttuurin juurtumista. Onnistumisen kokemusten mahdollistaminen on tehokas keino vahvistaa jokaisen työntekijän osaamista (Fonsén, Heikka, Hjelt, Eskelinen & Riekkola, 2017, s. 173).

2.3 Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset

Varhaiskasvatuksen tehtävänä ”on lapsen kokonaisvaltaisen kasvun, kehityksen, terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen iän ja kehitystason mukaisesti” (Varhaiskasvatuslaki 2018/540: 3 §). Tämän tehtävän toteuttamisessa voidaan varhaiskasvatuksessa tukeutua Opetus- ja kulttuuriministeriön Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille -julkaisuun, jonka

lähtökohtana on Yhdistyneiden Kansakuntien lapsen oikeuksien yleissopimus. Lapsen edun toteutuminen edellyttää aikuisen toimintaa lapsen hyväksi. Liikunnallisen lapsuuden mahdollistaminen edesauttaa lapsen parempaa koulumenestystä ja ennustaa terveempää aikuisuutta. Liikunnalla nähdään olevan lukuisia, positiivisia lyhyemmän ja pitemmän aikavälin vaikutuksia kuten motoristen taitojen kehittyminen ja sitä kautta elämänlaadun paraneminen ja syrjäytymisriskin väheneminen, kaveritaitojen edistyminen ja tasa-arvoisuuden kokeminen (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2016a, s. 7-8.)

Länsimaiset elämäntapasairaudet, joista monien juurisyyt voidaan johtaa heikkoon fyysiseen kuntoon, ovat havahduttaneet tutkijat huomaamaan, miten merkityksellistä liikunnallisten elämäntapojen luominen on jo ihan pienestä pitäen. Kaiken ikäisten lasten liikunnasta on tehty runsaasti tutkimuksia, joissa on havaittu fyysisen aktiivisuuden vaikuttavan suotuisasti kehon koostumukseen, kardiometabolisiin riskitekijöihin, luuston terveyteen, fyysiseen kuntoon ja motorisiin taitoihin (Haapala, Pulakka, Haapala & Lakka, 2016, s. 17). Fyysisen aktiivisuuden vähäisyys lapsuusiällä lisää ylipainon riskiä, mikä ennustaa ylipainoisuutta myös aikuisiällä (Haas, Lee, Kaplan ym., 2003, s. 2105; Trost, Sirard, Dowda ym., 2003, s. 837; Baker, Olsen & Sorensen, 2007, s. 2333). Näiden lisäksi on hyvin todennäköistä, että fyysinen aktiivisuus kohentaa kognitiivisia taitoja lapsilla. (Haapala, Pulakka, Haapala & Lakka, 2016, s. 17). Fyysisen aktiivisuuden on myös havaittu tukevan lasten elämänlaatua ja kaikenlaista hyvinvointia (Poitras, Gray, Borghese ym., 2016).

Opetus- ja kulttuuriministeriö on laatinut varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten tieteellisten perusteiden lisäksi Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä -julkaisun, jossa varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset on koottu perheille ja eri alojen ammattilaisille tietoisuudeksi. Siinä korostetaan perheen antaman liikuntamallin merkitystä lapsen liikuntainnostuksen lisäämiseksi, lapsen osallisuutta, lapsen innostamista monipuolisilla toimintaympäristöillä, liikuntavälineillä ja -telineillä, omatoimisen liikunnan ja ohjatun liikunnan sopivaa kokonaisuutta, varhaiskasvatuksen tärkeää roolia lapsen fyysisen aktiivisuuden kannattelijana sekä liikunnan tuomaa iloista yhteisöllisyyttä (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2016b, s. 9-10.)

Alle kouluikäisellä lapsella fyysisen aktiivisuuden suositukset toteutuvat, kun hän liikkuu vähintään kolme tuntia joka päivä. Tästä kolmesta tunnista tulee

yhden kului vauhdikkaan fyysisen tekemisen parissa ja kahden tunnin reippaan ulkoilun tai kevyen liikunnan merkeissä. Rauhalliset arjen touhuilut voivat täyttää loppupäivän, kuitenkin niin, että vältetään ylipitkiä istumisen jaksoja. Uni ja lepo ovat myös erittäin keskeisessä roolissa lapsen kehityksen turvaamiseksi. (Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2016b, s. 14-15.)

2.4 Liikunnallinen ja fyysistä aktiivisuutta tukeva toimintakulttuuri varhaiskasvatuksessa

Lapsen fyysistä aktiivisuutta nimenomaan varhaiskasvatusympäristössä on tutkittu paljon. Esittelen seuraavaksi tutkimuksia, joiden tulosten perusteella selviää, mitkä seikat ovat sellaisia, jotka tukevat lasten liikunnallisuutta varhaiskasvatuspäivän aikana ja joiden voidaan ajatella olevan fyysistä aktiivisuutta tukevan toimintakulttuurin rakennuspalasia.

Leikki on lapselle ominainen ja luonnollinen tapa viettää aikaa ja toimia. Reunamo, Saros ja Ruismäki (2012, s. 505) totesivatkin tutkimuksessaan, että ulkona tapahtuvan vapaan leikin aikana lapsi on fyysisesti kaikkein aktiivisimmillaan (ks. myös Gray ym., 2015; Bjorgen 2016, s. 1). Samalla Reunamon tutkijaryhmä myös teki sellaisen havainnon, että aikuisen läsnäolo vähentää fyysistä aktiivisuutta merkittävästi, sillä aikuisen ohjaama toiminta on päiväkotiympäristössä perinteisesti ollut vähemmän toiminnallista. Sen sijaan aktiivisuus on kaikkein runsainta silloin, kun lapsi toimii yhdessä vertaistensa kanssa, sillä Lehto tutkimusryhmineen huomasi, että lapset, joilla on paljon kavereita, ovat yleensä fyysisesti aktiivisimpia (Lehto, Reunamo & Ruismäki, 2012, s. 282). Edelleen he havaitsivat, että fyysisesti aktiivinen lapsi tuntuu löytävän itselleen toisen samanlaisen kaverikseen.

Sellaiset tilanteet, joissa aikuisen ohjaama tekeminen on toiminnallista, lisäävät merkittävästi lasten fyysistä aktiivisuutta. Kaiken kaikkiaan fyysinen aktiivisuus näyttää olevan kaikkein suurinta sääntöleikkitalanteissa, joissa varhaiskasvatusikäiset lapset usein tarvitsevat aikuisen tukea, että kaikki leikkijät malttavat pelata sääntöjen puitteissa (Reunamo, Hakala, Saros, Lehto ym. 2014, s. 39). Nuorempien lasten osalta roolileikit innostavat liikunnallisuuteen (Reunamo ym. 2014 s. 44).

Näiden tutkimustulosten perusteella voidaan ajatella, että liikuntaa edistävä toimintakulttuuri päiväkodissa olisi ainakin sellainen, joka sallii runsaasti ulkoilua ja mahdollistaa ulkoilun aikana tapahtuvan vapaan leikin omanikäisten lasten seurassa. Mitä enemmän tilaa on käytössä vapaan leikin aikana, sitä varmemmin fyysinen aktiivisuus leikissä kasvaa. Tästä tullaan siihen johtopäätökseen, että päiväkodissa tulisi ulkoiluja porrastaa tehokkaammin, jotta lapsilla olisi enemmän pihan tarjoamia aktiviteetteja, kuten kiipeilytelineitä, käytössään pihalla leikkiessään (Mehtälä, Sääkslahti, Inkinen & Poskiparta, 2014).

Liikuntaan suunnitellut tilat ja ympäristöt vaihtelevat hyvin paljon eri päiväkotien välillä ja luovat näin eriarvoisuutta lasten liikuntamahdollisuuksia ajatellen. Sääkslahti (2018) tutkimusryhmineen on todennut, että vain kolmanneksella päiväkodeista on oma liikuntasali käytössään. Tutkimuksessa kävi myös ilmi, että tämä tilanne on pysynyt samana viimeiset kymmenen vuotta (Sääkslahti, Niemistö, Nevalainen, Laukkanen, Korhonen & Juutinen-Finni, 2018, s. 81). Samassa tutkimuksessa kiinnitettiin huomiota päiväkotien liikuntavälineistön niukkuuteen.

Yleisesti ottaen Suomen tilanne on kansainvälisessä lasten motoristen taitojen vertailussa vielä hyvä, mikä selittyy sillä, että suomalaislapset viettävät niin paljon aikaa ulkona ja näin mahdollistuu vapaan liikkuminen, jota tila ei rajoita (Niemistö & Laukkanen, 2019). Kyseissä tutkimuksessa osoitettiin kuitenkin, että maamme sisällä on silti havaittavissa runsaasti vaihtelua lasten motorisissa taidoissa ja fyysisessä aktiivisuudessa.

Niemistö kollegoineen vertaili lasten motorisia taitoja eri päiväkotien välillä havaiten, että motoriset taidot olivat kaikkein kehittyneimmät lapsilla, joiden päiväkotien pihat olivat pinta-alaltaan suurimmat. Yleisesti ottaen maaseudulla sijaitsevilla päiväkodeissa on suuremmat pihapiirit kuin kaupunkimaisessa miljöössä sijaitsevilla päiväkodeissa, mikä voi omalta osaltaan selittää sitä tutkimustulosta, että maaseudulla asuvien lasten liikunnalliset valmiudet näyttäytyivät tutkimuksessa parempina kuin kaupungissa asuvilla lapsilla (Niemistö, Finni, Haapala, Cantell, Korhonen & Sääkslahti, 2019, s. 13). Tutkimuksessa todettiin myös, että kaupunkilaislapset viettävät vähemmän aikaa ulkoleikeissä kuin maaseudulla asuvat lapset

Päiväkodin pihan suunnitteluun tulee kiinnittää erityistä huomiota. Sen lisäksi, että pihat suunnitellaan huolella, on syytä käydä päiväkotihenkilökunnan

kanssa keskustelua pihan mielekkästä käytöstä. Pihojen, joissa on toteutettu erilaisin pintamateriaalein ja järjestelyin esimerkiksi erityisiä pelialueita ja muita tiettyihin aktiviteetteihin tarkoitettuja alueita, on todettu vähentävän lasten fyysistä aktiivisuutta (Sääkslahti, Niemistö, Nevalainen, Laukkanen, Korhonen & Juutinen-Finni, 2018, s. 80). Tämä tutkimustulos, joka ensi alkuun voi kuulostaa ristiriitaiselta, johtuu siitä, että päiväkodin henkilökunta saattaa rajata tällaisten esimerkiksi pelialueiden käyttöä vain juuri pelitarkoitukseen, eikä lasten sallita hyödyntää omaa mielikuvitustaan ja keksiä alueelle erilaisia käyttötarkoituksia. (Sääkslahti, 2021). Jos peleihin tarkoitetulla alueella ei voida tehdä muuta, vähentää se vapaassa leikkikäytössä olevaa pinta-alaa. Yleisesti ottaen päiväkodin pihan pinnanmuodot ja erilaiset alustat, kuten metsämaasto tai kallio, lisäävät lasten liikunnallisia taitoja (Sääkslahti, Niemistö, Nevalainen, Laukkanen, Korhonen & Juutinen-Finni, 2018, s. 80).

Varhaiskasvatuksessa liikunnalliseen toimintakulttuuriin vaikuttaa merkittävästi yksittäisen päiväkodin sosioemotionaalinen ympäristö (Sääkslahti, 2021). Tämä edellyttää jokaisessa päiväkodissa arvokeskustelua, vallitsevien käytänteiden kriittistä arvioimista ja valmiutta muutokseen. Henkilökunnan tietoisuutta ja tiedostamista tarvitaan tilanteissa, joissa lapsiryhmässä kasvattaja tekee päätöksen, saako lapsi jossain tietyssä tilanteessa liikkua vai edellytetäänkö hänen pysyvän paikallaan. Tällaisia tilanteita voivat olla esimerkiksi yhteiset kokoontumiset tai ruokailun odottelu. Jos lapsi miettii, mitä hän alkaisi tehdä, on kasvattajan tehtävänä antaa lapselle erilaisia vaihtoehtoisia tekemisiä. Jälleen hänen päätöksensä varassa on ohjata lasta paikalla pysyvään puuhaan tai sitten liikunnallisen tekemisen pariin. Varhaiskasvatuksen tulee toteutua sukupuolisensitiivisesti (Opetushallitus, 2018, s. 30), niinpä varhaiskasvatushenkilöstön on syytä tarkastella oman lapsiryhmän toimintakäytänteitä, että tytöille ja pojille annetaan yhtäläiset mahdollisuudet fyysisen aktiivisuuden toteuttamiseen. Tutkimusten valossa näyttäisi siltä, että poikia kannustetaan liikunnallisuuteen enemmän kuin tyttöjä. Niin ikään tytöt arvioivat heikommiksi omia liikunnallisia taitojaan kuin pojat, vaikka tällaista eroa ei todellisuudessa mittausten valossa olisikaan (Sääkslahti, 2021).

Päiväkodissa iso osa lasten päivästä kuluu erilaisissa rutiineissa, päivästä toiseen hyvin samanlaisina toistuvissa tilanteissa, kuten pukeminen, ruokailut ja näihin liittyvät siirtymät. Lapsiryhmään kuuluu yleensä n. 20 lasta, mikä johtaa

siihen, että jokaiselta lapselta kuluu odotteluun useita minuutteja päivittäin. Päiväkodin toimintakulttuuri olisikin syytä muokata sellaiseksi, että erilaisiin siirtymätilanteisiin käytettävää aikaa hyödynnettäisiin liikuntaan. Esiopetusikäen tultaessa lasten varhaiskasvatuksessa käyttämä aika kuluu enenevässä määrin tehtävissä ja lukemisessa (Kyhälä, Reunamo, Valtonen & Ruismäki, 2020, ss. 75-76). 5-6 -vuotiaiden lasten tehtävä- ja lukemistilanteita tulisi suunnitella toiminnallisemmiksi.

Lasten säännönmukainen ja jatkuva havainnointi on varhaiskasvatuksen henkilöstön keskeisiä tehtäviä. Päivittäisestä havainnoinnista huolimatta jokaisen lapsen päivästä jopa kymmenen prosenttia saattaa kuluu tavoitteettomaan toimintaan, jolloin lapsi oleilee ilman kiintopistettä tai kontaktia muihin (Kyhälä, Reunamo, Valtonen & Ruismäki, 2020, s. 76). Näihin hetkiin tulee ammattihenkilöstön tarttua ja hyödyntää ne ohjaamalla lapsi mukaan toimintaan. Brown tutkimusryhmineen hämmästyti sitä, miten harvoin aikuinen kannusti lapsia fyysiseen aktiivisuuteen, ja miten merkittävästi aikuisen epäaktiivisuus vähensi lasten liikuntaa erityisesti ulkoilutilanteissa (Brown, McIver, Pfeiffer, Dowda ym., 2009, s. 53).

Päiväkodin toimintakulttuuri sisältää sekä yhteisesti sovitut, mutta myös tiedostamattomat ja hiljaisesti hyväksytyt, säännöt. Osa näistä sopimuksista ja säännöistä vaikuttavat siihen, millä tavalla lasten fyysisen aktiivisuuden tukemiseen suhtaudutaan. Tämän vuoksi koko päiväkodin henkilöstön kesken käytävä avoin keskustelu esimerkiksi ulkoiluun liittyvistä säännöistä ja sopimuksista on varsin suotavaa. Päiväkodin toimintakulttuurin vastaista saattaa esimerkiksi olla kovalla sateella ulkoilu tai pihäsäännöt kieltävät alle 5-vuotiailta puihin kiipeämisen. Talvella voitaisiin ehkä sittenkin yhdessä sopia, että vaikka kovalla pakkasella on riski, että lapset saattavat palelluttaa itsensä, luultavasti sekä lapset että aikuiset hyötyvät happihyppelystä ainakin kerran päivässä. Lasten keskuudessa tapahtuva kielletty toiminta, vaikka ei olekaan kovin yleistä, on yleensä aina fyysisesti aktivoivaa, minkä vuoksi sääntöjä kannattaa päiväkodissa tarkastella liikunnallisuuden näkökulmasta (Kyhälä, Reunamo, Valtonen & Ruismäki, 2020, s. 77). Turvallisuutta ei tietenkään ikinä voida väheksyä, mutta yhdessä pohtimalla on usein mahdollista löytää sopiva, toisaalta liikuntaa lisäävä, mutta toisaalta myös turvallisuuden huomioiva, järjestely.

Päiväkodin johtajan tehtävänä on myös toimintakulttuurin kehittämisen johtaminen. Connelly kumppaneineen on todennut, että varhaiskasvatustyösköön johtajan on sitouduttava lasten liikunnan lisäämisen tavoitteeseen, jotta sillä on edellytykset toteutua (Connelly, Champagne & Manningham, 2018, s. 291).

Toimintakulttuurin liikuntamyönteisyyttä vahvistaa päiväkodin henkilökunnan ja huoltajien keskinäinen kasvatusyhteistyö (Sääkslahti, 2015, s. 219). Varhaiskasvatuksessa henkilökunnan tehtävänä on solmia luottamuksellinen, vanhemmuutta tukeva vuorovaikutussuhde ryhmänsä lasten huoltajiin. Tämä suhde syvenee päivittäisissä keskusteluissa huoltajien tuodessa lapsia päiväkotiin ja haettaessa heitä sieltä. Jokaisen lapsen asioista puhutaan vähintään kahdesti vuodessa keskusteluissa, joissa laaditaan lapsen henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma tai päivitetään jo olemassa olevaa suunnitelmaa. Nämä keskustelut ovat oivallinen kohta pohtia myös liikuntaan liittyviä asioita yhdessä huoltajan kanssa. Tämän lisäksi päiväkodissa voidaan järjestää liikunnallisia vanhempainiltoja tai kannustaa perheitä osallistumaan erilaisiin paikallisiin tai valtakunnallisiin liikuntatapahtumiin (Lahtinen, Fagerström, Ihalainen ym., 2015, s. 64).

Suomalaisessa varhaiskasvatuksessa ohjaavat asiakirjat korostavat perheiden kanssa tehtävän kasvatusyhteistyön merkitystä. Senpä vuoksi meillä ei hämmästyä kansainvälisistä tutkimustuloksista, joiden mukaan huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö voi lisätä lapsen fyysistä aktiivisuutta. Connelly tutkimusryhmineen peräänkuuluttaa parin vuoden takaisessa tutkimuksessaan varhaiskasvatuksen henkilöstön tehtävänkuvan selkiyttämistä liittyen omaan rooliin aktiivisena lapsen liikunnallisuuden vahvistajana (Connelly ym., 2018, s. 291). Tutkimusryhmä pitää tärkeänä varhaiskasvatuksen henkilöstön pitkäjänteistä yhteistyötä huoltajien kanssa myös lasten fyysisen aktiivisuuden kehittämisen osalta.

3 PORVOON VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNTAHANKE

Porvoo on kaksikielinen kunta, jonka asukkaista noin kolmannes on ruotsinkielisiä. Myös Porvoon varhaiskasvatuksen organisaatio on kaksikielinen ja palvelee sekä suomeksi että ruotsiksi. Porvoossa toimii 21 kunnallista päiväkotia, jotka kaikki kuuluvat tämän liikuntahankkeen piiriin (Porvoo, 2020). Osa päiväkodeista sijaitsee kaupungissa, osa maalaismiljöössä, sillä kaupunkimaisen keskustan lisäksi Porvoon kunta koostuu useista kylistä.

Porvoon varhaiskasvatuksen liikuntahankkeeseen osallistuvat päiväkotien lisäksi myös yksityiset päiväkodit ja kunnallinen perhepäivähoito, mutta tarkastelen tässä tutkimuksessa liikuntahanketta ainoastaan kunnallisten päiväkotien kannalta. Porvoon varhaiskasvatus -käsitteellä tarkoitetaan tämän työn viitekehyksessä porvoolaisia kunnallisia päiväkoteja. Esittelen seuraavaksi Porvoon varhaiskasvatuksessa aiemmin toteutettuja liikuntahankkeita sekä tässä tutkimuksessa tarkasteltavaa Liikkuvat Lillit ja Vikkelät viikarit –liikuntahanketta.

3.1 *Lähtökohtana aiemmat liikuntahankkeet*

Siljamo (2020a) toteaa, että Porvoon varhaiskasvatuksessa on toteutettu vuonna 2016 ensimmäinen urauurtava, liikunnan lisäämistä tavoitteleva hanke, joka on ollut lähtökohtana myöhemmille liikuntahankkeille. Edelleen hän jatkaa, että Porvoon varhaiskasvatuksen aiemmissa liikuntahankkeissa on keskitytty muun muassa liikuntavälinehankintoihin, mikä on tasa-arvoistanut eri yksiköiden välineistöä. Tällöin myös on juurrutettu porvoolaisiin päiväkoteihin liikunta-agenttitoiminta. Liikunta-agentit ovat lapsiryhmän työntekijöitä, jotka oman

perustehtävänsä lisäksi työskentelevät aktiivisesti oman yksikkönsä liikkumista lisäävinä innostajina (Siljamo, 2020a).

3.2 Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit

Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit –hanke käynnistyi Porvoossa keväällä 2020 hankerahoituksen turvin kertoo Siljamo (2020b) ja jatkaa, että tavoitteena on, että hanke jatkuu ainakin kevääseen 2022 asti. Hankerahoituksen jatko sanelee pitkälti hankkeen pituuden (Siljamo, 2020b).

Siljamon (2020a) mukaan Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit –hankkeen tavoitteena on vakiinnuttaa porvoolaisiin varhaiskasvatyüksiköihin entistä liikuntamyönteisempi toimintakulttuuri liikunnallista toimintatapaa kehittämällä ja lisäämällä henkilöstön osaamista koulutusten avulla. Tähän pyritään muun muassa siten, että hankerahoituksella on palkattu varhaiskasvatuksen projektikoordinaattori, joka jalkautuu yksiköihin tavoitteenaan aktivoida ja tukea niiden liikuntakasvatustyötä ja samalla kehittää johtamiskulttuuria liikkumista edistäväksi. Sen lisäksi jokaisessa päiväkodissa jokaisesta lapsiryhmästä yksi työntekijöistä osallistuu Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n järjestämään koulutukseen ja saa liikuntaleikkikouluohjaajan pätevyyden (Siljamo, 2020a).

Kaikki päiväkodit ovat liittyneet Liikkuva varhaiskasvatus –verkostoon, joka on myös tärkeä väylä kollektiivisen tuen mahdollistumiselle, mainitsee Siljamo (2020a) ja lisää, että keskeisenä edellytyksenä toimintakulttuurin muutokselle nähdään yksikkökohtaisten käytänteiden löytyminen lasten leikinomaisen liikkumisen vahvistamiseksi arjen eri tilanteissa. Lasten liikuntasuosittelusten mukaisesti hankkeen tavoitteena on, että 2/3 päivittäisestä fyysisestä aktiivisuudesta tapahtuu varhaiskasvatuksessa ja liikunnallinen toiminta olisi monipuolista ja lapsia aktivoivaa tukien jokaisen lapsen osallisuutta yhdenvertaisesti ja tasa-arvoisesti (Siljamo, 2020a).

Porvoossa toimii useita liikuntaseuroja, joiden kanssa tehtävää yhteistyötä lisätään, jolloin saadaan hyödynnettyä erilaisia liikuntatiloja ja -välineistöä sekä seuroissa toimivien liikunnanohjaajien ja valmentajien osaamista varhaiskasvatusikäisten liikuttamiseksi, toteaa Siljamo (2020a). Hän lisää, että

samalla varhaiskasvatuksen henkilöstön osaaminen kasvaa ja sekä lasten että aikuisten lajitietoisuus lisääntyvät.

Kasvatusyhteistyö liikuntahankkeeseen liittyen näkyy huoltajien tietoisuuden lisäämisenä lasten fyysisen aktiivisuuden suosituksista esimerkiksi varhaiskasvatussuunnitelmakeskusteluissa ja lapsen esiopetuksen oppimissuunnitelmaa laadittaessa, mainitsee Siljamo (2020a) ja jatkaa, että huoltajien osallisuus mahdollistuu myös päiväkodilla järjestettävänä liikunnallisina tapahtumina.

Toimintakaudella 2019-2020 Porvoon kunnallisista päiväkodeista 14, ja seuraavalla toimintakaudella jo kaikki 21 päiväkotia, osallistui Liikkuva varhaiskasvatus -verkoston nykytilan arviointiin (Siljamo, 2021). Arvioinnissa kartoitetaan keskeisten osa-alueiden toteutumista päiväkodeittain. Osa-alueet ovat toiminnan toteuttaminen; liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen; henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi; lapsen osallisuus; piha ja tilat; liikuntavälineet; toiminnallisuus ja motorinen kehitys sekä yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi (Liikkuva varhaiskasvatus, 2021). Porvoon varhaiskasvatuksen tuloksissa näkyi tarve vahvistaa erityisesti ulkopedagogiikkaa liittyen lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Siljamo (2021) toteaa, että nykytilan arviointien vertailun perusteella Porvoon varhaiskasvatuksen kehittämiskohteiksi valikoituvat eri tahojen kanssa tehtävä yhteistyö lasten liikkumisen edistämiseksi, siirtymätilanteiden liikunnallisuuden lisääminen, liikunta-agenttien toiminnan kehittäminen ja koordinointi, lasten osallisuus sekä liikuntasalin ja muiden sisätilojen monipuolinen käyttö liikunnan näkökulmasta.

4 TUTKIMUSKYSYMYKSET JA - MENETELMÄT

Tässä opinnäytetyössä halusin selvittää, millä tavalla liikunnallinen toimintakulttuuri toteutui Porvoon varhaiskasvatuksessa ja millä tavalla osallistuminen Liikkuva varhaiskasvatus -verkoston paikalliseen Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit -hankkeeseen näkyi Porvoon kunnallisissa päiväkodeissa. Hankkeen tavoitteena oli päiväkotien toimintakulttuurin kehittäminen entistä liikuntamyönteisempään suuntaan, mikä tarkoittaa sitä, että liikunnasta tulisi vähitellen, hankkeen edetessä, yhä luontevampi osa päiväkotien arkea ja että mahdollisimman monen lapsen kohdalla toteutuisivat valtakunnalliset liikuntasuosituksot.

Sen lisäksi, että tässä tutkimuksessa selvitin porvoolaisen liikuntahankkeen toteutumista ja liikuntamyönteisyyden oletettavaa edistymistä, koin tärkeäksi kirjata päiväkotien konkreettisia toimia liikunnan lisäämiseksi ja jakaa niitä koko varhaiskasvatushenkilöstön tietoisuuteen. Kun päiväkotien henkilökunta alkaa uudella tavalla tiedostaa omaa toimintaansa, muuttuu toiminta näkyväksi, koska sitä osataan paremmin sanoittaa arjessa. Päiväkodin toimintakulttuurin kehittämisestä vastaa päiväkodin johtaja, joka luo mahdollisuudet liikunnallisuuden kehittämiselle yksikössään. Tässä tutkimuksessa minua kiinnostivat myös ne hallinnolliset rakenteet ja käytänteet, jotka mahdollistivat liikunnallisen toimintakulttuurin juurruttamisen päiväkotiin. Liikunnan lisäämiseksi tehtävät konkreettiset toimenpiteet ja toimintakäytänteiden kehittyminen sekä kaiken tämän uuden oppimisen jakaminen omalta osaltaan muokkaavat päiväkotien toimintakulttuureja yhdenmukaisempaan suuntaan ja tekevät Porvoossa tarjottavasta varhaiskasvatuksesta tasalaatuisempaa.

4.1 Tutkimuskysymykset

Millä tavalla liikunnallisuuden edistäminen ja fyysiseen aktiivisuuteen kannustaminen näkyvät porvoolaisten päiväkotien toimintakulttuurissa?

1. Miten päiväkodin toiminnalliset ja hallinnolliset rakenteet tukevat liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyötä? Miten päiväkodin johtaja johtaa liikunnallisen toimintakulttuurin edistämistä?
2. Millä tavalla liikunnallisuuden edistäminen näkyy päiväkotien jokapäiväisessä toiminnassa? Miten henkilökunta toimii liikunnallisuutta edistääkseen?

4.2 Menetelmälliset valinnat

Tämä tutkimus edustaa kvalitatiivista tutkimusperinnettä ja siinä kerätty aineisto on luonteeltaan kvalitatiivinen. Sille on ominaista aineiston moninaisuus. Aineistoa ja käsillä olevaa ilmiötä voidaan tarkastella hyvin monesta eri näkökulmasta. (Alasuutari, 2014, s. 83.) Laadullisessa lähestymistavassa ilmiötä tutkitaan yleensä sen tavallisessa ympäristössä. Siinä keskitytään yksittäisiin tapauksiin ja tuloksiksi saatavan tiedon luonne on subjektiivinen (Puusa & Juuti, 2020, s. 76).

Kyseessä oleva opinnäytetyö on tapaustutkimus, jolle on tyypillistä, että yhtä erityistapausta tutkimalla voidaan saada tietoa ilmiöstä yleisemminkin (Cohen, Manion & Morrison, 2000, s. 181). Tässä tutkimuksessa hankittiin ja saatiin tietoa Porvoon varhaiskasvatuksessa toteutettavasta liikunnallisesta toimintakulttuurista ja sitä vahvistavasta Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit-hankkeesta, mutta saaduista tuloksista ja kokemuksista olisi mahdollista tehdä jossain määrin myös yleistyksiä ja ottaa oppia jossakin muussakin kunnassa toteutettavaa vastaavanlaista hanketta suunniteltaessa. Tutkimusmenetelmänä tapaustutkimus soveltui hyvin tähän tutkimukseen, sillä liikuntaa lisäävälle hankkeelle oli hyvin merkityksellistä sen toteutuminen tietyssä kontekstissa. Tutkimuksen tarkoituksenahan oli saada selville se, miten juuri porvoolaisissa päiväkodeissa toteutettiin liikunnallista toimintakulttuuria.

Porvoon liikuntahanke Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit on osa kansallista Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaa ja kaikissa Porvoon kunnallisissa

päiväkodeissa toteutettiin syyslukukaudella 2020 nykytilan arviointi sen ohjelma-alustalla. Jokaisen päiväkodin johtaja kokosi yksiköistään, usein liikunta-agenttien kanssa yhteistyössä, vastaukset nykytilan arvioinnin kysymyksiin Saadun yhteenvedon perusteella päiväkodeissa oli tarkoitus käydä keskustelua siitä, mitä kehittämiskohdetta eri yksiköissä oli tarkoituksenmukaista lähteä painottamaan. Nykytilan arviointiin vastattiin siten, että esitettyä väittämää arvioitiin asteikolla 0-4.

Numeerisen arvioinnin perusteella näytti siltä, että kaikkein parhaan tuloksen yksiköt saivat siitä, miten sitoutuneesti jokaisessa päiväkodissa lapset ulkoilivat päivittäin vähintään yhden tunnin. Heikoimmin päiväkodit arvioivat onnistuneensa huoltajien kanssa tehtävässä yhteistyössä liikunnan lisäämisen teemaan liittyen. Koin tärkeäksi saada tietoa siitä, miten väittämien numeerista arviointia päiväkodeissa sanoitettiin. Näin haastattelun hyvänä keinona syventää kyselyjen teemoja, ja saada siten selville, minkälaisia käytännön toimenpiteitä päiväkodeissa oli tehty liikunnallisuuden vahvistamiseksi. Haastattelun avulla on mahdollista tuoda tutkimukseen mukaan arjen toimijoiden näkökulma ja siten saada heidän äänensä esiin (Puusa, 2020a). Valitsin haastateltaviksi päiväkodin johtajat ja päiväkotien liikunta-agentit, sillä katsoin, että he olivat keskeiset toimijat varhaiskasvatuksen organisaatiossa, ja siten parhaat asiantuntijat kertomaan oman yksikkönsä liikunnallisen toimintakulttuurin tilasta (vrt. Puusa, 2020a).

Haastattelukysymykset perustuivat Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman nykytilan arviointiin, joten haastattelurungon aihepiirit olivat täten tuttuja sekä liikunta-agenteille että päiväkodin johtajille.

Haastattelukysymysten teemat:

1. Toiminnan toteuttaminen
2. Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen
3. Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi
4. Lapsen osallisuus
5. Piha, tilat ja liikuntavälineet
6. Toiminnallisuus ja motorinen kehitys
7. Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi.

(Liikkuva varhaiskasvatus, 2021).

Haastattelu toteutettiin puolistrukturoituna haastatteluna. Haastattelukysymykset oli laadittu täsmällisiksi etukäteen ja esitettiin kaikille haastateltaville samalla tavoin ja samassa järjestyksessä, mutta haastateltavat saattoivat antaa vastauksensa oman asiantuntijuutensa ja näkemyksensä mukaisesti omin sanoin (vrt. Puusa, 2020a).

Kuviossa 1 on esimerkki siitä, miten muodostin haastattelukysymykset nykytilan arvioinnin vastausväittämien perusteella. Esimerkissä käytetään teemaa nro 2, joka on Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen.

Kuvio 1. Esimerkki haastattelukysymysten muodostamisesta nykytilan arvioinnin väittämien perusteella.

<i>Nykytilan arvioinnin väittämä teemasta nro 2</i>	<i>Haastattelukysymykset teemasta nro 2</i>
Lapsilla on mahdollisuus liikkua päivittäin vähintään kaksi tuntia. Lapset liikkuvat ulkona päivittäin vähintään yhden tunnin.	Miten päiväkodissa mahdollistetaan se, että lapset saavat päivittäin liikkua vähintään kaksi tuntia? Miten tämä toteutuu sisällä? Entä ulkona?

Laadin näiden teemojen pohjalta syventäviä kysymyksiä sekä liikunta-agenteille että päiväkodin johtajille. Jokaiseen teemaan kuului useita alateemoja. Esimerkiksi teemaan Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen kuului seuraavia alateemoja: lasten mahdollisuus liikkua päivittäin vähintään kaksi tuntia, lapsilla oli mahdollisuus liikkua ulkona päivittäin vähintään yksi tunti, lasten liikkumisen havainnointi yhteisesti sovituilla tavoilla, lasten kannustaminen liikkumaan siirtymätilanteissa ja niin edelleen. Haastattelukysymyksillä pyrin mahdollisimman laajasti kattamaan alateemat. Kysymysten avulla oli tarkoitus löytää vastaus luvussa 4.1 esiteltyyn tutkimusongelmaan.

Haastattelukysymyksissä nykytilan arvioinnin teemat toistuivat eri järjestyksessä, sillä halusin haastattelun rakenteen muodostavan loogisen kokonaisuuden. Kummankaan ryhmän haastatteluissa ei ollut kysymyksiä kaikista teema-alueista, mikä johtui siitä, että koin järkeväksi esittää päiväkodin johtajille kysymyksiä, jotka liittyivät toiminnan toteuttamisen rakenteisiin ja liikunta-agenttien kysymykset olivat luonteeltaan käytännön toimintaan kohdistettuja. Päiväkodin johtajien kysymykset edustivat tämän vuoksi ainoastaan kolmea teemaa ja liikunta-agenttien haastattelut kuutta teemaa. Kuvio 2 selviää kummankin kohderyhmän haastattelukysymysten teemat sekä järjestys, jossa teemat otettiin haastattelussa esiin.

Kuvio 2. Päiväkodin johtajille ja liikunta-agenteille esitettyjen haastattelukysymysten teemat.

Päiväkodin johtajien haastattelukysymysten teemat

1. Toiminnan toteuttaminen
2. Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi
3. Piha, tilat ja liikuntavälineet

Liikunta-agenteille esitettyjen haastattelukysymysten teemat

1. Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen
2. Lapsen osallisuus
3. Piha, tilat ja liikuntavälineet
4. Toiminnallisuus ja motorinen kehitys
5. Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi
6. Toiminnan toteuttaminen

Sekä liikunta-agenteille että päiväkodin johtajille esitettiin nykytilan arvioinnin väittämien ulkopuolelta kysymys siitä, miten he näkivät oman roolinsa liikuntahankkeen toimijana ja päiväkodin toimintakulttuurin kehittäjänä. Liikunta-agenteilta halusin myös kuulla, miten he kokivat liikuntaleikkikoulunohjaajakoulutuksen vaikuttaneen heidän omaan ammatillisuuteensa liikuntahankkeen toimijoina.

Haastattelin päiväkotien liikunta-agentteja sekä päiväkodin johtajia nykytilan arvioinnin teemoja hyödyntäen saadakseni selville, millä tavalla liikuntahanke näkyi päiväkotien arjessa. Päiväkodin liikunta-agenttien haastatteluissa halusin selvittää, millä tavoin päiväkodin toimintoja toteutettiin siten, että mahdollistettiin lasten fyysisen aktiivisuuden toteutuminen päivittäin, miten lasten osallisuus tässä toiminnassa näkyi, ja millä tavoin huoltajien kanssa tehtävässä kasvatusyhteistyössä huomioitiin liikunnan lisääminen. Halusin myös tietää, kuinka päiväkodin henkilökunta koki oman osaamisensa vahvistumisen hankkeen myötä.

Päiväkodin johtajan tehtävänä on pedagogiikan johtaminen, mikä tarkoittaa sitä, että hän on päävastuussa myös päiväkodin toimintakulttuurin kehittämisestä (Opetushallitus, 2018, s. 24). Voidakseen kehittää toimintakulttuuria tulee hänen olla jatkuvasti selvillä siitä, mitä hänen yksiköissään tapahtuu. Ainoastaan tällöin hän voi arvioida toimintakulttuurin tilaa ja edistää sitä omalla toiminnallaan. Siksi oli tärkeää ottaa tutkimukseen mukaan myös päiväkodin johtajien näkökulma ja

kerätä heiltä tietoa toimintakulttuurin kehittymisestä. Päiväkodin johtajien haastatteluissa selvitin, millä tavoin liikunnallisia käytänteitä juurrutettiin päiväkodin arkeen; miten päiväkodin arkea aikataulutettiin siten, että liikunta-agentteille saatiin järjestettyä säännöllisesti aikaa kehittämistyölle, miten viestintää hoidettiin ja kuinka muutosta johdettiin tavoitteiden toteuttamiseksi. Halusin myös kuulla, millä tavoin työhyvinvointinäkökulma ja henkilökunnan liikkuminen huomioitiin arjessa.

4.3 Haastattelujen toteuttaminen

Haastattelut toteutettiin maaliskuu-toukokuun 2021 aikana. Työskentelin itse Porvoon kaupungin varhaiskasvatuksen palveluksessa ja osallistuin sen vuoksi Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit -liikuntahankkeen toteuttamiseen. Olin liikuntahanketta varten luodun Teams-tiimin jäsen, jota hallinnoi projektikoordinaattori ja johon kuuluivat kaikkien päiväkotien liikunta-agentit sekä päiväkodin johtajat. Liikunta-agentteja työskenteli jokaisessa päiväkodissa. Saatua tutkimuslupahakemukseen myönteisen päätöksen kunnan varhaiskasvatusjohtajalta kerroin opinnäytetyöstäni Teamsin kautta järjestettävässä projektikoordinaattorin vetämässä liikunta-agenttien tapaamisessa. Saatua projektikoordinaattorilta kaikkien päiväkotien liikunta-agenttien sähköpostiosoitteet lähetin heille saatekirjeen (Liite 1), jossa oli vielä esitelty tutkimukseni pääpiirteittäin sekä haastattelukysymykset (Liite 2). Saatekirjeestä kävi ilmi muun muassa myös haastattelun vapaaehtoisuus. Eettisesti kestävään tutkimusprosessiin kuuluu, että haastateltavat ymmärtävät, että heillä on oikeus milloin vain vetäytyä haastattelutilanteesta (Hyvärinen, 2017), eikä heidän tarvitse kertoa syytä siihen, miksi eivät halua osallistua johonkin tiettyyn haastattelun osa-alueeseen tai miksi haluavat kokonaan perua osallistumisensa tutkimukseen. (Kohonen, Kuula-Luumi & Spoof, 2019, s. 8.)

Päiväkodin johtajia valitsin haastateltaviksi viisi siten, että heidän johtamansa päiväkodit edustivat mahdollisimman kattavasti Porvoon kunnallisia päiväkodeja. Päiväkodeista osa oli suomen- ja osa ruotsinkielisiä. Toiset päiväkodeista sijaitsivat kaupungin keskustassa, kun taas toiset sijaitsivat maalaismiljöössä. Valikoiduissa päiväkodeissa olivat myös edustettuina toisaalta pienet ja toisaalta suuret päiväkodit. Lähestyin näitä päiväkodin johtajia

lähettämällä heille saatekirjeen (Liite 1). Myös heillä oli mahdollisuus kieltäytyä osallistumasta haastatteluun.

Vallitsevan covid-19 tilanteen vuoksi haastattelut tehtiin Teams-alustan välityksellä ja haastateltavien luvalla myös tallennettiin. Haastattelun aluksi sovittiin haastateltavien kanssa kameran pitämisestä auki, sillä koin, että se, että haastattelija ja haastateltavat näkivät toisensa, auttoi leppoisan ja luottamuksellisen ilmapiirin luomisessa (vrt. Hyvärinen, 2017). Kun haastateltavat ja haastattelija näkivät toisensa tietokoneen kuvaruudulla, säilyi voimakkaammin mielikuva kohtaamisesta ja ”normaalista” vuorovaikutustilanteesta kuin jos keskustelu olisi käyty ilman minkäänlaista mahdollisuutta kehonkielen tulkintaan. Hyvärinen korostaa haastattelijan asenteen merkitystä haastattelutilanteessa ja kehottaa haastattelijaa osoittamaan läsnäoloa ja kiinnostustaan haastateltavaa kohtaan kannustamalla tätä nyökkäyksin ja pienin äännähdyksin (Hyvärinen, 2017).

Äänitettyä haastatteluaineistoa säilytettiin tallennettuna ainoastaan niin kauan, kunnes olin saanut sen litteroitua ja sen jälkeen tuhosin äänitallenteet. Haastateltujen henkilötietoja säilytettiin irrallaan litteroidusta aineistosta. Niin ikään litteroituja haastatteluja säilytettiin vain sen ajan, jonka vei tutkimuksen valmiiksi saattaminen ja tarkastaminen. Aineistot olivat säilytyksensä ajan tallennettuina tunnistautumista edellyttävään pilvipalveluun. Tiedon luotettavuuden ja tarkistettavuuden kannalta on merkittävää, miten tutkimusaineisto on kerätty, miten sitä käsitellään ja arkistoidaan (Kuula, 2006, s. 24).

Saatekirjeen mukana haastateltavat saivat tietosuojailmoituksen, josta kävi ilmi haastattelussa kerättävät henkilötiedot. Koska haastattelujen toteutuksessa käytettiin Teams-alustaa, muodostivat haastateltavien nimet ja sähköpostiosoitteet tähän tutkimukseen liittyvän henkilötietorekisterin. Tämän lisäksi haastatteluissa kerätty tietoaineisto saattoi sisältää henkilötiedoiksi luokiteltavaa tietoa. Haastateltaville on kerrottava, millä tavalla heidän antamiaan tietoja käytetään tutkimuksessa ja miten tietoja säilytetään ja henkilötietoja käsitellään (Kohonen, Kuula-Luumi & Spoof, 2019, s. 8).

Liikunta-agentteja kutsuin osallistumaan haastatteluun 21 päiväkodista ja haastatteluun osallistui 14 päiväkodista yhteensä 20 haastateltavaa. Joidenkin päiväkotien liikunta-agenttien haastattelun toteutettiin yksilöhaastatteluna, osassa päiväkodeista haastatteluun osallistui kaksi tai kolme päiväkodin liikunta-agenttia

heidän oman valintansa mukaan. Ryhmähaastattelujen etuna on se, että ne muistuttavat enemmän arkikeskusteluja ja saattavat tuottaa monipuolisempaa tietoa aiheesta kuin yksilöhaastattelu (Puusa, 2020a). Päiväkodin johtajista haastatteluun osallistui kaikki 5, joille lähetin haastattelupyynnön. Päiväkodin johtajien haastattelut kestivät 30-40 minuuttia jokainen. Liikunta-agenttien haastattelut olivat kestoltaan 10-50 minuuttia. Kestoltaan pisimmät haastattelut olivat sellaisia, joihin osallistui useampi kuin yksi liikunta-agentti.

Haastattelemani viisi päiväkodin johtajaa edustivat kahdeksaa eri päiväkotia, sillä osa heistä toimi useamman kuin yhden yksikön johtajana. Liikunta-agentteja osallistui haastatteluihin yhteensä 20 ja he edustivat 14 eri päiväkotia. Kaiken kaikkiaan haastatteluissa oli edustettuna Porvoon 21 päiväkodista 17, sillä osasta päiväkoteja haastatteluvastauksia oli käytössä sekä päiväkodin johtajan että sen liikunta-agenttien osalta.

4.4 Aineiston analyysi

Tutkimusaineiston analyysin tarkoituksena oli saada monipuolisesti tietoa siitä, millä tavoin liikunnallisuus toteutui porvoalaisissa päiväkodeissa valittujen teemojen puitteissa.

Tuomi ja Sarajärvi (2018) mainitsevat, että laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmä on sisällönanalyysi. Kvalitatiivinen aineisto on varsin runsas ja rikas, minkä vuoksi tarvitaan analyysimenetelmää, jossa pyritään aineistoa pelkistämällä ja tiivistämällä sekä uudelleen luokittelemalla kokoamaan luotettava ja kattava näkemys tutkittavasta ilmiöstä. Huomionarvoista on, että pelkistämisestä huolimatta säilytetään keskeinen tietoaines, ja pikemminkin lisätään aineiston informaatioarvoa. (Puusa, 2020b.)

Tässä opinnäytetyössä toteutin aineiston analyysin teoriaohjaavan sisällönanalyysin keinoin. Teoriaohjaavassa analyysissä teemat on määritelty jo etukäteen valmiista mallista, mutta analyysissä on myös aineistolähtöisiä elementtejä (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tässä tutkimusaineistossa teemat määriteltiin etukäteen Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman nykytilan arvioinnin mukaiseksi ja haastattelukysymykset oli laadittu siten, että jokainen teema oli edustettuna joko päiväkodin johtajien haastattelussa, liikunta-agenttien haastattelussa tai sitten molemmissa.

Litteroin kaikki haastattelut sanasta sanaan pian haastattelun jälkeen. Litteroitua haastatteluaineistoa kertyi ykkösen rivivälillä kirjoitettuna 83 sivua. Haastattelukysymykset oli numeroitu valmiiksi ja kirjasin litteroidun vastauksen aina numeroidun haastattelukysymyksen perään. Tarkastelin aineistoa aluksi kahtena erillisenä aineistona siten, että toisen aineiston muodostivat päiväkodin johtajien haastattelut ja toisen aineiston muodostivat liikunta-agenttien haastattelut. Seuraavaksi kokosin jokaisen ilmauksen tietyn haastattelukysymyksen alle käyttäen analyysiyksikkönä aihekokonaisuutta, joka saattoi koostua yhdestä tai useammasta virkkeestä. Tunnistin tällaisia ilmauksia sillä perusteella, että virkekokonaisuus käsitteli samaa teemaa. Kuviossa 3 on esitetty kahden esimerkin voimin, millä tavalla ilmaukset yhdistettiin haastattelukysymyksiin, jotka siis tässä vaiheessa edustivat alateemoja. Samaisesta kuviosta käy ilmi, millä tavalla analyysiyksikkönä saattoi toimia joko yksi tai useampi virke.

Kuvio 3. Esimerkki alkuperäisten ilmausten yhdistämisestä haastattelukysymykseen/alateemaan.

<i>Alkuperäiset ilmaukset</i>	<i>Haastattelukysymykseen/alateemaan yhdistäminen</i>
"Istumista vältetään silleen, että aamupiirissä otetaan liikunnallisia leikkejä. jos huomaa, ettei lapset enää jaksaa istua, otetaan siinä välissä liikuntaosuuksia."	Millä keinoin pyritään välttämään lasten pitkäkestoista istumista?
"Meillä ehkä on vähän ollu se (lasten kannustaminen liikkumaan siirtymätilanteissa) haaste täällä. Ei sellaista, että on aina ja koko ajan."	Millä keinoin lapsia kannustetaan liikkumaan siirtymätilanteissa?

Tämän jälkeen koin tarpeelliseksi pelkistää alkuperäisilmauksia, että niitä olisi helpompi käsitellä. Pelkistämisen tarkoituksena on tutkimusaineiston tiivistäminen, jolloin sen luokittelu uudella tavalla mahdollistuu (Puusa, 2020b). Samalla nimesin haastattelukysymysten perusteella alateemat. Kuviossa 3 on esimerkki siitä, millä tavalla tämä työvaihe toteutui. Haastattelukysymykset noudattelivat uskollisesti nykytilan arvioinnin teemoja ja alateemoja, joten teema, johon aihepiiriin alkuperäinen ilmaus liittyi, oli koko ajan tiedossa. Tämä käy myös ilmi kuviosta 4.

Kuvio 4. Esimerkki pelkistettyjen ilmausten ja alateemojen rakentumisesta.

Alkuperäiset ilmaukset	Pelkistetty ilmaus	Alateema	Teema
"Istumista vältetään silleen, että aamupiirissä otetaan liikunnallisia leikkejä. jos huomaa, ettei lapset enää jaksais istua, otetaan siinä välissä liikuntaosuuksia."	Istumisen vähentäminen motorisin tauoin	Istumisen vähentäminen	Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen
"Meillä ehkä on vähän ollu se (lasten kannustaminen liikkumaan siirtymätilanteissa) haaste täällä. Ei sellaista, että on aina ja koko ajan."	Koettu kehittämistarve siirtymätilanteisiin liittyvässä liikkumisessa.	Siirtymätilanteet	Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen

Käytin yhtenä aineiston analysointivaiheena kvantifiointia, jolloin laskin aineistosta ne kerrat, kuinka monessa haastattelussa tuotetaan tietty ilmaus (vrt. Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tällä tavalla pystyin tutkimustuloksia kirjoittaessani tuomaan ilmi sitä, miten yleistä juuri tämä kyseinen toiminto on. Esimerkiksi metsäretket mainittiin jokaisessa liikunta-agenttien haastattelussa siten, että voitiin todeta, että metsä on tavallisin päiväkodin ulkopuolinen oppimisympäristö Porvoon varhaiskasvatuksessa.

Alateemojen määrä vaihteli suuresti pääteemoissa. Esimerkiksi teemassa toiminnallisuus ja motorinen kehitys oli vain kaksi alateemaa, kun liikunta-agenttien haastattelujen laajimmassa teemassa; liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen, alateemoja oli lukuisia. Niinpä päädyin sen osalta tiivistämään ja yhdistelemään teemoja esimerkiksi siten, että yhdistin alateemat siirtymätilanteet ja istumisen vähentäminen yhdeksi alateemaksi ja muutenkin liitin alateemoja yhteen laajemmiksi kokonaisuuksiksi.

Sen jälkeen kävin aineistot vielä uudestaan läpi ja vertasin päiväkodin johtajien ja liikunta-agenttien haastatteluvastauksia toisiinsa molemmille esitettyjen nykytilan arvioinnin aihealueiden osalta, joita olivat 1. Toiminnan toteuttaminen ja 4. Piha, tilat ja liikuntavälineet. Pidin tärkeänä löytää liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyön kannalta keskeisiä, haastatteluista

nousevia teemoja. Mielestäni merkittäviä teemoja olivat sekä sellaiset, joissa vastaajaryhmät olivat samaa mieltä, että myös sellaiset, joissa vastaajien mielipiteet erosivat toisistaan. Varhaiskasvatuksessa yleensäkin, myös Porvoossa, pyritään tasalaatuiseen varhaiskasvatukseen. Liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyön kannalta oli keskeistä nostaa esiin tätä tavoitetta tukevia näkökantoja sekä sellaisia seikkoja, jotka eivät tue tätä tavoitetta.

Sen lisäksi, että laadullisen tutkimuksen analyysissä kuvataan aineistoa, on tärkeää myös tehdä tulkintoja aineiston perusteella (Puusa, 2020b). Yksi tämän tutkimuksen tärkeä anti oli selvittää, millä tavalla liikunnallista toimintakulttuuria toteutetaan Porvoon varhaiskasvatuksessa. Sen vuoksi jo tutkimustuloksista sinällään ilmenevät moninaiset lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi toteutetut käytännön toimet toivat arvokasta tietoa tutkimuskohteelle. Tulkintoja tehdessäni koin merkittäväksi nostaa johtopäätöksen omaisesti esiin niitä toiminnassa havaittuja seikkoja, joiden tiedostaminen on oleellista liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyön kannalta.

5 TUTKIMUSTULOKSET

Esittelen tutkimustulokset siten, että aloitan päiväkodin johtajien haastatteluista ja sen jälkeen tulevat liikunta-agenttien haastattelut. Tulokset esitellään haastattelukysymysten mukaisessa järjestyksessä. Suluissa olevat merkinnät tarkoittavat haastattelua, jota tekstipätkässä lainataan. Lyhenne PJH merkitsee päiväkodin johtajan haastattelua ja lyhenne LAH liikunta-agentin haastattelua. Jokaisen teeman jälkeen on koottu taulukkoon teeman keskeisimmät tutkimustulokset.

5.1 *Päiväkodin johtajien haastattelut*

5.1.1 Toiminnan toteuttaminen

Toiminnan rakenteet päiväkodeissa

Kaikissa päiväkodeissa, joissa haastatteluja tein (haastatteluihin osallistui 17 eri päiväkodin edustajia), toimivat henkilökunnan keskuudesta valitut liikunta-agentit. Tämä toiminnan rakenne oli päiväkodeihin luotu jo aiempien liikuntahankkeiden aikaan. Liikunta-agenttien toiminta oli tämän Porvoon varhaiskasvatuksen uusimmankin hankkeen, Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit, keskiössä, sillä kaikki viisi haastattelemaani päiväkodin johtajaa mainitsivat liikunta-agenttien merkittävän aseman liikuntahankkeen edistämisessä. Päiväkodeissa pidettiin tärkeänä sitä, että työvuorot ja toiminta järjestettiin siten, että mahdollistettiin liikunta-agenttien osallistuminen projektikoordinaattorin vetämiin koko varhaiskasvatuksen yhteisiin liikunta-agenttitapaamisiin, joissa jaettiin erilaisia kehittämisideoita ja keskusteltiin hankkeen edistymisestä.

Kolme päiväkodin johtajaa kertoi, että heidän yksiköissään oli joko jo aiemmin tai kuluvan toimintakauden aikana luotu käytänte, joka mahdollisti oman päiväkodin liikunta-agenttien säännölliset tapaamiset kerran kuukaudessa. Yksi viidestä päiväkodin johtajasta kertoi, että rakenteisiin liittyvää

kehitystoimintaa oli yksikössä toteutettu jo vuosia, joten liikunnallinen toimintakulttuuri oli juurtunut syvälle päiväkodin toimintaan. *”Liikuntavastaavilla on sovittu tietty päivä kuukaudesta. Se on kyllä rakenteissa. He tapaavat, käyvät vähän läpi, kun meidän projektikoordinaattorilta on tullut aika paljon postia, että he olisivat niitä, jotka poimivat sieltä sellaista, joka voisi sopia meidän talolle. Kertovat, mitä tapaamisissa ja muissa on ollut.”* (PJH 2). Näissä palavereissa liikunta-agentit sopivat päiväkodin kulloiseenkin toimintaan soveltuvista käytännön kehittämistoimista ja veivät ideansa koko päiväkodin henkilöstöpalaveriin, johon osallistui jokaisesta lapsiryhmästä yksi työntekijä, jolloin tieto levisi kaikkiin ryhmiin. Koko päiväkodin henkilöstöpalaverit olivat luonteeltaan keskustelevia informaatiopalavereja ja ne toteutuivat eri päiväkodeissa hieman erilaisen rakenteen mukaisesti, yleensä kerran viikossa tai joka toinen viikko. Joissakin päiväkodeissa oli vaihtoehtoisesti muodostettu laajempi liikuntavastaavien ryhmä kehittämään yksikön liikunnallisia käytänteitä.

Yksi päiväkodin johtaja kertoi, että liikunnallisen toimintakulttuurin kehittäminen tapahtui luontevasti arjessa, eikä sen ympärille ollut koettu tarpeelliseksi kehittää erillistä työryhmää. Toimintaa kehitettiin tiimeissä ja liikkumisen keinoista keskusteltiin viikoittain koko päiväkodin henkilöstöpalavereissa. *”Liikunta on tullut siihen arkeen ihan tällaseksi jokapäiväiseksi osaksi. He jatkuvasti käy sitä keskustelua, että millä tavalla he voi sitä toimintaa lisätä ja kehittää. Sitte on ollu ne tapaamiset, ja muuta. Sitten niistä asioista on puhuttu viikkopalavereissa viikoittain. Tiimeissä kehitetään toimintaa.”* (PJH3).

Yhdessä päiväkodissa, jossa ei ollut vielä kiinteää rakennetta säännöllisille liikuntakulttuurin kehittämispalavereille, päiväkodin johtaja mainitsi, että tällaista oli suunniteltu ja rakenne otettaisiin käyttöön elokuussa 2021 alkavalla uudella toimintakaudella.

Päiväkodin johtajat kokivat liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisen haasteena sen, että vaikka päiväkodeissa liikuttiin paljon, oli silti henkilökunnan keskuudessa havaittavissa myös innottomuutta tarttua arjen tarjoamiin liikkumisen mahdollisuuksiin. *”Kukaan ei kieltäydy järjestämästä lapsille jumppaa, mutta (liikunta) ei ole aina kaikille se ensimmäinen.”* (PJH 1). Yksi päiväkodin johtaja oli kokenut haasteena myös sen, että liikunta-agenteille tai

päiväkodin liikuntavastaaville mahdollistettua suunnittelupalaveriaikaa ei aina hyödynnetty.

Päiväkotien kehittämistyölle asettamat tavoitteet

Porvoo varhaiskasvatuksessa oli sovittu, että jokainen päiväkotitoiminta liittyi mukaan Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan ja kaikissa päiväkodeissa tehtiin ohjelman mukainen nykytilan arviointi. Päiväkodin johtajien tehtäväksi annettiin tarkastella oman yksikkönsä tuloksia ja sopia yhdessä henkilöstön kanssa, minkälaisiin tavoitteisiin sitouduttiin, ja mitkä olivat oman yksikön liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisen painopisteet.

Päiväkodin johtajien haastatteluissa nousi merkittävään asemaan ulkopedagogiikan vahvistaminen. Päiväkotien pihoille kaivattiin enemmän ohjattua toimintaa, jota oli jo yritettykin juurruttaa päiväkotien arkeen esimerkiksi viikon ulkoleikin muodossa. Yhdessä päiväkodissa oli ideoitu pihakartta, joka toteutettaisiin yhdessä lasten kanssa. *”Sinne tarvittaisiin aktivointia... Siinä painotetaan sitä, että mitä kivaa voitaisiin just tässä kohtaa tehdä. Vaikka, että oisko tää hippapaikka. Täällähän on hirveen hyvä tää piha. Luulen, että siinä saataisiin vielä enemmän keskustelua siitä liikunnasta, että laitettais tohon ulos kaikkien näkösalille, että kaikki näkis ja uudet lapset ku tulee, ni ne näkee, mihin kaikkialle voi mennä. Ja huoltajat myös. Työntekijät vois laittaa sydämen tai jonkin kuvan, että tossa tapahtuu tänään...päivän liikuntahetki.”* (PJH4).

Yhdessä päiväkodissa, jossa oli jo pitkään toteutettu liikunnallista toimintakulttuuria, otettiin tavoitteeksi säännöllinen hikiliikunta. Muita tavoitteita olivat muun muassa liikuntavälineiden kartuttaminen; liikuntakellon noudattaminen; olemassa olevien resurssien, kuten salin, tehokas käyttö; palaverirakenteiden selkiyttäminen liikunnallisuuden kehittämistyötä tukevaksi; huoltajien osallisuuden lisääminen; lasten osallisuuden kasvattaminen liikunnallisen toiminnan suunnittelussa sekä henkilökunnan sitouttaminen tutustumaan Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman sivuihin.

Yksi haastateltava puhui siitä, miten tärkeää oli, että tavoitteet asetettiin riittävän konkreettisella tasolla sekä siitä, että maltettiin edetä tarpeeksi pienin askelin, jotta kaikki pysyivät mukana. Näin *”varmistetaan yhdessä, että tämä on se vähin, jonka kaikki varmasti ovat tehneet”* (PJH2).

Porvoolaisten päiväkodin johtajien haastatteluissa todettiin, että tavoitteiden toteutumista arvioitiin pitkin vuotta esimerkiksi päiväkodin säännöllisissä viikkopalaverissa tai varhaiskasvatuksen opettajien kokoontumisissa eli pedatiimeissa. Arviointi koko vuoden osalta laadittiin vuosisuunnitelman loppuarvioinnissa. Tätä ennen olivat jokaisessa tiimissä toimivat tiimivastaavat arvioineet toimintaa omassa palaverissaan. Eri päiväkodeissa oli hieman erilaisia arviointi- ja palaverikäytänteitä. Osassa niistä toimittiin, päiväkodin fyysisen rakenteen vuoksi, paritiimeittäin ja silloin myös arviointi tapahtui luontevasti näiden kahden, yhdessä toimivan, tiimin kesken. Arviointi koettiin tärkeänä osana kehittämistyötä ja siksi siihen haluttiin satsata järjestämällä tiimeille sitä varten runsaasti palaveriaikaa.

Päiväkodin johtajan rooli

Kaikki haastatteleman päiväkodin johtajat näkivät oman roolinsa olevan sparraajan, innostajan ja mahdollistajan rooli. Esimerkkinä toimimiseen yhdistyi luontevasti positiivinen puhe liikunnan lisäämisen ympärillä. *”Aina yritän niissä palavereissa kysyä, että hei, mites meidän liikuntaprojekti etenee, että kerrotaan, miten omassa ryhmässä on tehty sen eteen. Koko ajan sitä puhetta ylläpidetään ja kysellään. On helppo ylläpitää positiivista puhetta aiheesta, koska liikunta on niin tärkeä itelle.”* (PJH 1). Positiivinen puhe ylläpitää kannustavaa ilmapiiriä ja henkilökunnan kesken käytävässä keskustelussa liitetään aihepiiriin myönteissävyistä sanastoa. Päiväkodin johtaja toimii esimerkkinä sanoittaessaan liikuntaa lisäävää toimintaa positiivisesti. Kun kehittämistyön toteutusta sanoitetaan utterasti, tulee sanasto kaikille toimijoille tutuksi ja jokaisen on sitä vähitellen luontevaa alkaa käyttää omassa puheessaan. Yhteinen puhetapa lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta ja kokemusta siitä, että ollaan toteuttamassa yhteistä hanketta.

Kuvioon 5 on koottu päiväkodin johtajien haastatteluissa nousseita aihealueita edellä käsitellystä teemasta toiminnan toteuttaminen.

Kuvio 5. Päiväkodin johtajien haastatteluissa esiin tulleet toiminnan toteuttamisen keskeiset rakenteelliset näkökulmat.

Toiminnan rakenteet päiväkodeissa

- Mahdollistettiin liikunta-agenttien osallistuminen projektikoordinaattorin aluetapaamisiin
- Osassa päiväkodeista toteutuivat säännölliset liikunta-agenttien tai liikuntavastaavien suunnittelupalaverit
- Haasteena koettiin henkilökunnan keskuudessa ajoittain ilmenevä sitoutumattomuus liikuntatavoitteisiin

Päiväkotien kehittämistyölle asettamat tavoitteet

- Yleisin tavoite oli ulkopedagogiikan vahvistaminen
- Tavoitteiden asettaminen riittävän konkreettisella tasolla
- Tavoitteiden toteutumista arvioitiin säännöllisesti viikkopalavereissa sekä vuosisuunnitelman väli- ja loppuarviointien yhteydessä.

Päiväkodin johtajan rooli

- Sparraaja, innostaja, mahdollistaja
 - Esimerkkinä toimiminen
 - Positiivisen puheen ylläpitäjä
-

5.1.2 Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi

Haastattelemani viisi päiväkodin johtajaa kuvasivat hyvin eri tavoin työhyvinvoinnin tukemista johtamissaan yksiköissä. Yksi heistä kertoi lukuisia tapoja, joilla henkilökunnan työhyvinvointiin panostettiin arjessa, yksi totesi suoraan, että sitä tuettiin huonosti ja muut vastaukset sijoittuivat näiden välimaastoon. Tästä huolimatta kaikissa päiväkodin johtajien haastatteluissa todettiin useaan kertaan ymmärrys siitä, miten tärkeää oli oma innostus liikkumiseen ja sen näyttäminen omassa toiminnassaan. *”Mitä paremmin henkilökunta voi ja jaksaa, se heti heijastuu lapsiryhmään. Kun henkilökunta oivaltaa liikkumisen tärkeyden, heillä on helpompi myös lasten kanssa sitä tehdä. Jos et itse pidä sitä tärkeänä ja innostu ja sitoudu, ei tule niin hyvää jälkeä.”* (PJH 5).

Kaksi haastateltavista oli hankkinut työpaikalle liikuntavälineitä, joita henkilökunta saattoi käyttää tauoillaan tai lasten kanssa toimiessaan. Toisessa näistä päiväkodeista olivat suunnitelmissa säännölliset taukojummat henkilökunnalle. Yhdessä päiväkodissa käytäntönä oli aloittaa palaverit jumppaamalla. Kaksi päiväkodin johtajaa mainitsi, että henkilökunta sai vaihtoehtoisesti osallistua kehityskeskusteluun kävellen. Toinen näistä

esihenkilöistä kertoi painottavansa kehityskeskusteluissa työntekijän hyvinvointia. Kahdessa haastattelussa päiväkodin johtajat halusivat mahdollistaa henkilökunnan osallistumisen Porvoon kaupungin puolivuositain järjestämiin liikuntailtapäiviin. *"Halusin, että henkilökunta kertoo mulle, miten käyttivät sen ajan, jonka saivat käyttää. Kävivät lenkillä, pyöräilivät ja ihan tällasta perus."* (PJH 4). Yksi päiväkodin johtajista näki työaikana tapahtuvan liikuntavelvoitteen lisärasitteena henkilökunnalle, joka muutenkin koki kiirettä arjessa. Kaksi päiväkodin johtajaa kertoi henkilökunnan ideoimista liikuntahaasteista työpaikalla. Kahdessa haastattelussa korostettiin yhteisöllisyyden vahvistamista työhyvinvoinnin lisääjänä. *"Se on mun mielestä hirmu hieno ajatus, että ois jotain sellasta, että mentäis yhdessä vaikka johonkin kuntopisteelle tai muuta. Siinä ei oo vaan se liikkuminen se pointti, vaan se, että ollaan sitten yhdessä. Kyllä se mun mielestä edistää sitä työhyvinvointia."* (PJH4).

Covid-19 tilanne näytti toisissa päiväkodeissa lamaannuttaneen työhyvinvointitoiminnan kokonaan, kun taas toisissa oli silti yritetty keksiä turvallisia keinoja kannustaa henkilökuntaa panostamaan liikunnalliseen elämäntapaan. Yhdessä haastattelussa mainittiin, että *"Tää, kun on jouduttu olemaan erillään, niin kyllä se haastaa tätä työyhteisöä."* (PJH4).

Kuviossa 6 on tuotu esiin tässä luvussa esitellyt keskeiset teemaan Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi liittyvät näkökulmat.

Kuvio 6. Päiväkodin johtajien haastatteluista nousseet keskeiset henkilökunnan osallistumiseen, osaamiseen ja työhyvinvointiin liittyvät näkökulmat.

Jaettu ymmärrys siitä, että henkilökunnan jaksaminen heijastuu lapsiryhmään.

Osassa päiväkodeissa panostettiin taukoliikuntaan.

- Liikuntavälineiden hankkiminen henkilökunnalle
- Palaverien aloittaminen yhteisellä jumppahetkellä
- Toisaalta tällaisen näkeminen henkilökunnan kuormittamisena

Osassa päiväkodeista henkilökunnalle suotiin mahdollisuus osallistua Porvoon kaupungin liikuntailtapäiviin kahdesti vuodessa.

Kokemus Covid-19 tilanteen tuomasta haasteesta henkilökunnan työhyvinvoinnille.

5.1.3 Piha, tilat ja liikuntavälineet

Porvoo varhaiskasvatuksessa päiväkodit fyysisinä tiloina olivat hyvin erilaisia keskenään; osa taloista oli vanhoja, osa uusia ja osa toimi väliaikaisesti väistötiloissa. Tämä luonnollisesti näkyi pihojen varustelussa. Yleisesti ottaen päiväkodin johtajien haastatteluissa kuului tyytyväisyys pihojen toiminnallisuuteen. Yksi päiväkodinjohtaja toi ilmi tyytyväisyytensä päiväkodin pihasuunnitteluun. *”Ei ole tarvittu lisää, kun alun perin piha on suunniteltu niin hyvin.”* (PJH 1). Hän kuvasi pihan monikäyttöisyyttä kertomalla, että pihalla oli runsaasti korkeuseroja, erilaisia alustoja ja pieni oma metsikkö. Talvella pihaan sai pulkkamäen ja luistinrata oli pakkastalvena ollut suunnitelmissa, mutta sen luomiseen ja ylläpitämiseen ei ollut saatu yhteistyökumppania. Pihan virikkeellisyys ei välttämättä tarvitse olla monipuolisesta varustelusta kiinni, vaan karsittu pihaympäristö voitiin nähdä rikkautenakin, kuten yksi päiväkodin johtaja pohdinnassaan kuvasi päiväkotinsa tilannetta. *”On keinoja ja liukumäkiä. Täällä on kenttä, jota käytetään paljon liikkumiseen ja leikkimiseen. Ei tarvita välttämättä niitä laitteita, kun tehdään muutenkin niin paljon. lapset enemmän leikkii vaikka poliisia ja rosvoa. Jos ois paljon valmiita välineitä, johtaakos se siihen, että lapset istuvat enemmän.”* (PJH5).

Yksi päiväkodin johtaja kertoi, että päiväkodin piha oli remontoitu toiminnallisuus- ja turvallisuusnäkökulmaa paremmin tukevaksi. *”Silloin saatiin se (piha) semmoseks, silloin jo mietittiin sitä liikkumisen kannalta. Ne välineet laitettiin sellaseen järkevään paikkaan, että kun ne oli jotenki ihan hassusti. Jopa niin, että siellä oli joitain ihan vaaran paikkoja. Nyt ne on sijoitettu sellasiin paikkoihin, että liikkuminen mahdollistuu paremmin. On mietitty yhdessä sitä, millä tavalla niitä voi käyttää.”* (PJH4).

Arjen toiminnallisuutta voidaan lisätä hyvin pieninkin käytännön toimin. Usein tarvitaan vain oivallus. *”Parkkipaikan vierellä oli lumenkeruupaikka, johon tehtiin pulkkamäki. Aluksi vanhempia harmitti, kun lumi vei tilaa pysäköinniltä, mutta kun he huomas, miten hauskaa lapsilla oli, oli se kaikkien mielestä hyvä juttu”.* (PJH 2).

Kaikki haastatellut päiväkodin johtajat puhuivat siitä, miten tärkeää oli, että toimintaa varten oli tarvittavat välineet. Yksi päiväkodin johtaja kiteytti asian näin: *Aina, kun jotain uutta välinettä tarvitaan, se hankitaan”* (PJH1). Toinen jatkoi

samasta teemasta: *”Ei voi toiminta jäädä siitä kiinni, että ei meillä ole lapioita tai jotain muuta. Koen, että työvälineet pitää olla, myös pihalla. Nehän on käyttötavaraa ja tarpeen mukaan hankitaan, että välineet pysyy ajan tasalla.”* (PJH2). Osassa päiväkodeista kuvattiin tilannetta siten, että välineistöä oli systemaattisesti ja pitkäjänteisesti kartutettu vuosien mittaan, kun toisissa taas todettiin, että tässä oli vielä pitkä tie edessä. Erityisesti yksi päiväkodin johtaja oli huolissaan lasten eriarvoisuudesta. Päiväkodin asiakkaat tulivat erilaisista perhetaustoista ja perheiden mahdollisuus varustaa lapsensa liikunta- ja ulkoiluvarustein vaihteli. Osalla lapsista oli omasta takaa tarvittavat liikuntavarusteet esimerkiksi talvisin luistelu- ja hiihtovälineet, kun taas osalle lapsista tuli kyseiset välineet löytyä päiväkodeista, että tasavertainen liikuntakokemus mahdollistui. Tähän voitiin saada apu liikuntatoimelta lainattavasta liikuntakärrystä, jossa oli välineistöä moneen tarpeeseen.

Välineiden hankintaa suunniteltiin päiväkodin johtajien haastattelujen perusteella joko koko henkilökunnan kanssa yhdessä tai sitten siten, että liikunta-agentit tai liikuntavastaavat tekivät hankintasuunnitelman omissa palaverissaan. Päiväkodin johtaja koordinoi välinehankintoja. Tärkeäksi koettiin, että välineistö haluttiin pitää asianmukaisessa kunnossa, sillä hyväkuntoiset välineet innostivat liikkumaan. Yhdessä haastattelussa todettiin, että päiväkodissa oli tehty yhteinen päätös siitä, että välineistöä hankittiin todella harkiten kestävän kehityksen näkökulmasta. Henkilökunnan kesken oli sovittu, että hankittiin vain palloja ja hyppynaruja ja muuten käytettiin luonnosta löytyviä materiaaleja.

Kuviossa 7 on vielä koottuna tässä luvussa esitellyt teeman Piha, tilat ja liikuntavälineet keskeisimmät tulokset.

Kuvio 7. Päiväkodin johtajien haastatteluissa esiin tulleet keskeiset näkökulmat liittyen teemaan Piha, tilat ja liikuntavälineet.

Yleinen tyytyväisyys pihojen toiminnallisuuteen, vaikka pihat hyvin eri tavoin varusteltuja.

- Yhdessä haastattelussa piha oli suunniteltu erittäin monikäyttöiseksi. Lisäksi luontainen pinnanmuodostus tuki tätä.
- Yhdessä haastattelussa kävi ilmi, että piha oli remontoitu toiminnallisuuden vahvistamiseksi.

Tarvittavien välineiden hankinta nähtiin tärkeänä investointina.

Välineistön kartutuksessa pitkäjänteisyys ja suunnitelmallisuus merkittävää.

- Eri päiväkodit olivat hyvin eri vaiheessa.
- Alueelliset tarpeet erilaisia.

Päiväkodin johtaja koordinoi välinehankintoja.

- Ehdotukset hankintoihin henkilökunnalta.

5.2 Liikunta-agenttien haastattelut

5.2.1 Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen

Ulkoliikunta

Haastattelemani liikunta-agentit edustivat 14 päiväkotia. Jokaisessa heidän haastattelussaan korostettiin ulkoilun merkitystä liikunnan lisääjänä. Liikunta-agentit olivat käytännössä todenneet, että ulkoilut olivat se kohta päivästä, jolloin lapset liikkuvat kaikkein eniten. *”Ulkoilu kaks kertaa päivässä, lisää lapsen omaehtoista liikuntaa.”* (LAH4). *”Päivittäinen ulkoilu, se on se suurin liikunnan määrä päivässä.”* (LAH10). *”Itse arvostan ulkoilua tosi paljon ja sitä ulkona tapahtuvaa liikuntaa. Mun mielestä ulkona tapahtuva liikunta on aktiivisempaa ja siks parempaa ku sisällä.”* (LAH12). Tavallisinta oli, että ulkoilut tapahtuivat sekä aamu- että iltapäivisin. Aamupäivisin ulkoiltiin maksimissaan kaksi tuntia, minimissään ”edes pieni hetki päivittäin”. Iltapäivisin mainitut ulkoilumäärät olivat samat, mutta iltapäiväulkoilun pituuteen luonnollisesti yksittäisen lapsen kohdalla vaikutti se, mihin aikaan hänet haettiin kotiin. *”Huomioidaan se, että kun osa lapsista lähtee aiemmin kotiin, että he saavat mennä ensimmäisinä pihalle.”* (LAH3). Osassa ryhmistä ulkoiltiin säännöllisesti myös lounaan jälkeen, jolloin

kyseessä olivat sellaiset ryhmät, joissa lapset eivät nukkuneet päiväunia, kuten esiopetusryhmät. Kahdessa haastattelussa mainittiin erikseen, että ympäri vuoden ulkoiltiin säällä kuin säällä, ja kolmessa haastattelussa painotettiin ulkoilumääristä kerrottaessa, että ajanjaksolla loppukeväästä alkusyksyyn ulkoiltiin vielä paljon enemmän kuin muina vuodenaikoina, jopa siten, että suurin osa toiminnasta toteutui ulkona.

Neljässä haastattelussa kerrottiin, että liikkumiselle saatiin järjestymään enemmän tilaa sillä tavalla, että ulkoiluja porrastettiin. Näin sekä ulko- että sisätilat olivat tehokkaassa käytössä päivän aikaan.

Päiväkodeissa ei varsinaisesti ollut mitattu sitä, toteutuuko kahden tunnin liikuntasuositus, mutta juuri ulkoiluihin suunniteltiin fyysistä aktiivisuutta lisäävää toimintaa. Lasten ulkoilua aktivoitiin tarjoamalla heille tavallisten pihaleikkivälineiden kuten hiekkalelujen lisäksi välineitä, jotka houkuttelivat liikkumaan. Pihalle tuotiin esille muun muassa pyöriä, mopoja, hyppynaruja, trampoliini, palloja ja keppihevosta. Kolmessa haastattelussa kerrottiin, että päiväkodissa toteutettiin sovituin väliajoin aamupäiväulkoilu siten, että ei otettu esiin muita kuin liikuntavälineitä. *”Meillä oli joskus aamupäivä, kun ei ollu tavalliset hiekkalaatikolelut ollenkaan esillä. Kaikki jumppajutut esille. Sitten joku teki lasten kanssa ratoja pihalle.”* (LAH 1). Yhdessä haastattelussa kerrottiin, että tätä aluksi vastustettiin etenkin pienten ryhmissä, mutta vastustus vaimeni, kun huomattiin, että pienemmät lapset ottivat isommista mallia ja lähtivät itsekin kokeilemaan liikuntavälineitä.

Sen lisäksi, että päiväkodeissa luotiin lapsille mahdollisuuksia liikkua monipuolisesti ulkoilujen aikana, toteutettiin ohjattua liikunnallista ulkotoimintaa eri tavoin. Lapsiryhmien toimintaa suunniteltiin oman tiimin palaverissa viikoittain. Useassa päiväkodissa myös liikunta-agentit tai muut liikuntavastaavat suunnittelivat ja joko itse toteuttivat tai osallistivat ryhmiä toteuttamaan ulkopedagogiikkaa sovituin väliajoin päiväkodissa.

Yhdeksässä haastattelussa kerrottiin, että päiväkodissa oli sovittu, että säännöllisin väliajoin järjestettiin koko päiväkodille yhteistä liikunnallista toimintaa pihalla. Tällaiselle toiminnalle oli tyypillistä, että sen vetovastuuvuoro kiersi ryhmältä toiselle. Yhdessä päiväkodissa se oli aina yhden ja saman liikunta-agentin järjestämä. Toiminta järjestettiin useimmiten siten, että leikkiohjeet olivat sovituissa paikassa kaikkien nähtävillä ja tarvittavat välineet olivat valmiiksi esillä.

Silloin ryhmät saattoivat toteuttaa toiminnan itselleen parhaiten sopimallaan hetkellä. Yhdessä päiväkodissa suunnittelussa oli huomioitu myös huoltajat ”*Se on ollut sillä tavalla esillä, että vanhemmatkin näkevät, kun tulevat lasten kanssa pihalle aamulla. Näkyvästi heti ensimmäisenä varaston seinällä. Lapset ovat tykänneet siitä.*” (LAH 1).

Covid-19 tilanne on vaikuttanut päiväkodeissa paljon juuri ryhmärajat ylittävään toimintaan, sillä ohjeena oli keväällä 2021, kun haastattelut tein, että ei järjestetä sellaista toimintaa, joka kannustaa lapsiryhmiä sekoittumaan. Monissa päiväkodeissa oli kuitenkin keksitty keinoja järjestää ryhmien yhteistä ohjattua toimintaa, mutta siihen vain osallistuttiin eri aikaan. Useassa haastattelussa mainittiin, että uuden toimintakauden alkaessa aletaan toteuttaa tällaista ohjatun leikin muotoa, mutta jostain syystä se helposti jää. Tähän esitettiin syinä muun muassa korkea kynnys järjestää yhteistä toimintaa; koettiin, että omat ideat eivät olleet tarpeeksi hyviä; ohjatun toiminnan siirtyminen esimerkiksi sairausloman vuoksi.

Sen lisäksi, että ohjattua ulkotoimintaa oli järjestänyt lapsiryhmissä työskentelevä henkilökunta, kerrottiin useassa haastattelussa, että ryhmät olivat osallistuneet kaupungin liikuntatoimen tarjoamaan hiihdon- ja/tai luistelunopetukseen.

Sisäliikunta

Tekemieni haastattelujen perusteella Porvoon päiväkodeista 65 %:ssa oli liikuntasali. Haastattelujeni aikaan kuitenkin Covid-19 tilanteesta johtuen ei liikuntasali suurimmassa osassa päiväkodeista ollut kaikkien ryhmien käytössä. Salin käyttöä rajoitti joissakin päiväkodeissa myös tilausta, ja salia tarvittiin ryhmähuoneena tai sitä jouduttiin käyttämään lepo- ja lepoaikaan nukkumahuoneena. Tavoitteena päiväkodeissa normaalitoiminnan aikaan oli, että jokaisella ryhmällä olisi oma salivuoro kerran viikossa. Liikuntasalissa tapahtuva liikunta oli etukäteen suunniteltua, sillä salivuoro haluttiin hyödyntää mahdollisimman tehokkaasti. Haastatteluissa todettiin, että sali suurena, avarana tilana houkutteli lapsia liikkumaan lukuisin eri tavoin kuten juoksemaan, kiipeilemään, roikkumaan. Viikoittain toteutuvien ryhmäkohtaisten salivuorojen lisäksi neljässä haastattelussa mainittiin, että osa ryhmistä käytti salia myös muulloin. Tällöin edellytyksenä oli, että salin sijainti oli sellainen, että siellä oli

mahdollista liikkua esimerkiksi myös silloin, kun osa lapsista oli nukkumassa. *”...(salia) voidaan käyttää myös keskellä päivää. Isojen ryhmät käyttävät ennen välipalaa myös, kun pienet nukkuvat.”* (LAH 9).

Suurin osa lapsiryhmien sisäliikunnasta tapahtui kuitenkin salin ulkopuolella. Haastatteluissa kuvattiin, kuinka ryhmätiloihin oli luotu eri tavoin liikkumismahdollisuuksia. Yhdessä päiväkodissa kiersi liikuntakärry ryhmätilasta toiseen ja siitä voitiin valita sopivia liikuntavälineitä. Monessa haastattelussa kerrottiin, kuinka ryhmätilassa oli jokin tietty varasto tai hylly, jossa oli vaihtuva lajitelma liikuntavälineitä, joita lapset saivat hakea leikkeihinsä. Niistä lapset rakensivat omatoimisesti ryhmähuoneisiin liikuntaratoja. *”Liikuntavälineitä on lasten käytössä päivittäin. Jokaisen ryhmän välivarastossa on välineitä, joita lapset voivat hakea aikuisen kanssa.”* (LAH3). Liikunta-agenttien haastatteluissa kävi ilmi, että pidettiin varsin tärkeänä sitä, että liikuntavälineitä oli helposti lasten saatavilla, sillä se kannusti omaehtoiseen liikkumiseen. *”Meillä on ryhmässä tarjolla kaikenlaisia liikuntavälineitä. Isommat tytöt menevät aina aamupalan jälkeen ottamaan liikuntavälineitä ja tekevät radan, aamujumput. Lasten kanssa mietitään, mitä välineitä voitaisiin seuraavaksi ottaa.”* (LAH5).

Siirtymätilanteet ja istumisen vähentäminen

Jokaiseen päiväkotipäivään liittyy useita siirtymä- ja odottelutilanteita; lähdetään ulos ja sitä ennen vessaan ja pukemaan, siirrytään jälleen sisälle, käydään käsienpesulla ja odotellaan ruokaa. Liikunta-agenttien haastatteluissa kävi ilmi, että siirtymätilanteita oli paljon pohdittu ja osa haastatelluista kertoi niiden sujuvan jouheasti ja myös liikunnallisesti, mutta osa oli sitä mieltä, että parantamisenkin varaa vielä oli. Yhdessä haastattelussa kerrottiin, että siirtymätilanteet toteutettiin pieninä ryhminä, jolloin odotteluaikaa ei juurikaan jää. Haastateltava halusi painottaa, että on kuitenkin tärkeää harjoitella myös rauhallista hetkeä. *”Siirtymätilanteet hoidetaan jouhevasti. Joskus tuntuu, että siihen tarvitaan jonkinlaista ohjaamista ja tietynlaisia toimintoja, vaikka jotkut kiertää jostain kautta, kun tulevat, että toisille jää aikaa pukee vaikka. Meidän siirtymätilanteissa, eikä muissakaan tilanteissa tarvi odottaa. Me ollaan kyllä sitä istumistakin harjoiteltu. Kun tää kausi alkoi, nää lapset ei pystyny ollenkaan ryhmänä istumaan ja toimimaan. Mutta aina se on aktiivista toimintaan, että siihen liittyy jotain muuta, kun vaan istumista, niinku nytteki harjoitellaan*

tukiviittomia samalla” (LAH12). Lapsiryhmissä siivitettiin siirtymiä liikunnallisesti. ”...ei välttämättä siirrytä ruokalaan ainoastaan kävellen, vaan voidaan mennä kahdella jalalla hyppien, laukaten, takaperin kävellen. Kun tullaan ulkoa sisälle, voidaan lapsille antaa odottelutehtäväksi, että hypi X-hyppyjä viis kertaa, hypi jännehyppyjä kolme kertaa ja niin edelleen. Tai juostaan pihaa ympäri kerran tai kaksi ennen kuin tullaan sisälle.” (LAH2). ”Sovitaan tapa, jolla liikutaan paikasta toiseen, vaikka hiippaillen. Tasapainolaudat käytävillä, niitä pitkin on kiipeilty ja tasapainoiltu.” (LAH4). Siirtymätilanteisiin liittyviä toimintoja mallintamaan käytettiin liikuntakortteja ja lattiatarroja. ”Lattiateippaukset, siksakkia vessaan. Ne (teippaukset) myös auttavat, että jono pysyy koossa. Laulut tukee tietyn teeman mukaan liikkumista, vaikka juna-bussi-lentokone -teemat.” (LAH 9).

Jonossa kulkemista pyrittiin vähentämään, mutta joidenkin ryhmien kohdalla, esimerkiksi koulun kanssa samoissa tiloissa toimivissa esiopetusyksiköissä, siirryttävät matkat olivat niin pitkiä, ettei jonossa kulkemiselta voitu välttyä. Jonottamiseen liittyvä odottelu-aika voitiin hyödyntää vaikka joogaamalla. Yksiköissä, joissa kuljettiin pitkiä matkoja jonomuodossa säännöllisesti, esimerkiksi ruokalaan, oli tehokkaasti huomioitu liikkumisen suunnat ja tasot; kuljettiin takaperin tai sivuttain, osa matkasta edettiin toisinaan varpaisillaan. *”Eri tavoin siirtymätilanteita. ...n eskariryhmä meni junana peruuttaen käytävän. Kun odotetaan, että kaikki on jonossa, siinä jotain tasapainoharjoitteita esimerkiksi yhdellä jalalla seisomista ja tämmöstä. Kuitenkin ku haluaa, ku ruokalaankin siirrytään, että ei mitään kovin riehakasta, ku kuitenkin pitäisi rauhottuu sitä ruokailuu varten.” (LAH10).*

Yksi liikunta-agenteille esittämistäni kysymyksistä koski sitä, miten vältetään pitkäkestoista istumista. Jokaisessa haastattelussa korostettiin toiminnallisuuden merkitystä ja tilanteita, joihin perinteisesti on liittynyt pitkäkestoista istumista, oli suunniteltu liikkuvammiksi. Aamupiirit tai aamuiset kokoontumiset oli tauotettu motorisin tauoin tai niihin liittyi säännöllisesti liikunnallinen laululeikki. *”Aamupiiri ei ole pitkä ja sen aikana on usein jokin aamujumppa.” (LAH10).* Tällaisia kokoontumisia pidettiin toiminnan kannalta merkittävänä, sillä yhdestäkin esiopetusryhmästä kerrottiin, että aamupiiri oli päivän ainoa hetki, jolloin ryhmä oli koolla kokonaisuudessaan, sillä koko muu päivä vietettiin pienryhmissä.

Varsinkin isommat lapset harjoittelevat taitoja, kuten leikkaamista ja kynän käyttöä, joita usein tehdään pöydän ääressä. Useassa haastattelussa mainittiin, että lapsen ei tarvitse näitäkään pöytäpuuhia tehdessään istua pöydän ääressä. *”Kannustetaan, että ei tarvi istua, kun leikkaa. Voi seistäkin ja etsiä itse sopivan asennon. Välillä taas taukojumppaa.”* (LAH11). Lapset saivat muutenkin itse valita työskentelyasennon, sillä piirtää voi mainiosti, vaikka vatsallaan maaten.

Vertaisoppiminen

Covid-19 tilanteen vuoksi haastatteluja tehdessäni varhaiskasvatusyksiköissä toimittiin siten, että lapsiryhmät pyrittiin, etenkin sisätiloissa, pitämään mahdollisimman erillään. Haastatteluissa kävi ilmi, että tämä oli vaikuttanut siihen, että eri ryhmien lasten yhteinen tekeminen ja sitä myöten eri ikäisten lasten väliset vertaisoppimisen kokemukset olivat osittain jääneet kuluneen vuoden aikana vähäisemmiksi. Useat haastateltavat kertoivat, mitä kaikkea lapsiryhmät puuhasivat yhdessä ennen koronapandemiaa. Vaikka toiminta suunniteltiin siten, että lapsiryhmiä ohjattiin erillään, tapahtui vertaisoppimista ryhmien sisällä entiseen tapaan. Myös eri ryhmien lapset saattoivat kuitenkin ulkotoiminnassa seurata toistensa puuhia ja näin mahdollistui vertaisoppiminen yli ryhmärajojenkin.

Kahdessa liikunta-agenttien haastattelussa kerrottiin, kuinka ohjatuissa pihaleikeissä pienemmät lapset ottivat mallia isompien lasten leikeistä. *”Leikittiin mejän ryhmän kanssa uutta leikkiä, ni sitten noi ...t (alle 3-vuotiaiden ryhmän lapset) ne tuli siihen mukaan. Oli tosi hauska huomata, että noi pienet halus tulla siihen ja yritti tehdä mukana. Että kun siinä oli yhdessä kohtaa, että piti tehdä vaaka, ni nekin yritti. Selvästi isompien esimerkki innostaa.”* (LAH10). Tärkeintä ei ollutkaan juuri ohjeen ja leikin sääntöjen mukaan toimiminen, vaan yhdessä puuhaaminen. Esimerkin voima on liikkumaan innostamisessa merkittävä. Kolmessa liikunta-agenttihaastattelussa kuvattiin tilannetta, jossa esimerkiksi jalkapallon pelaamisesta innostunut lapsijoukko kannusti omalla tekemisen riemullaan muita lapsia osallistumaan pelaamiseen. *”...sellainen porukka, joka koko ajan potkii palloa. Ovat siellä koko ajan. Se innostaa muita. Sitten, ku vielä meni aikuinen mukaan, ni sitte ne helposti, se herätti muiden lasten kiinnostuksen palloiluun. Sitte lapset keksi siitä vielä oman pallohipan, että se oli tosi suosittu. Monet lapset halus mennä siihen mukaan.”* (LAH10).

Lapset myös haastoivat toinen toisiaan entistä parempaan suoritukseen. Yksi liikunta-agentti kertoi, kuinka hänen ryhmässään lapset kiipeilivät paljon pihalla olevassa korkeassa kiipeilytelineessä. Aina joku lapsista oli hieman muita ketterämpi ja hänen taitavuutensa kannusti muita lapsia pyrkimään samaan ja harjoittelemaan kiipeämistä sinnikkäästi.

Monet lapset esittelivät mielellään taitojaan ja yksi liikunta-agentti nosti tämän ominaisuuden tärkeäksi keinoksi tukea lasta, jolla oli keskittymisessään haastetta. Lapsi sai mallintaa liikuntahetken tekemisiä ja toimia apuohjaajana. Vertaisoppimista voi hyödyntää samalla tavoin myös vähän liikkuvien lasten kanssa toimittaessa. Kuvattu toimintatapa lisäksi vahvisti lapsen osallisuuden kokemusta.

Vähän liikkuvat lapset

Liikunta-agenttien haastatteluista kävi ilmi huoli siitä laajasta lapsijoukosta, joka liikkuu syystä tai toisesta liian vähän. Useassa haastattelussa liikunta-agentti alkoi spontaanisti kertoa havainnoistaan, että vähän liikkuvien lasten määrä on vuosien mittaan kasvanut. Päiväkotiryhmissä onkin aktiivisesti puututtu tähän vähän liikkuvien lasten liikuttamishaasteeseen. Yhdessä haastattelussa kerrottiin, kuinka henkilökunta oli päättänyt perustaa liikuntakerhon lapsille, joiden varhaiskasvatussuunnitelmakeskustelussa huoltajat toivat ilmi huolensa lapsensa vähäisestä liikunnasta. Henkilökunta koki, että pienryhmätoiminnassa pystyttiin henkilökohtaisemmin huomioimaan kerhoon osallistuvat lapset. Aina ei pienryhmäkään ole lapselle riittävä tuki, että tämä pääsisi osallistumaan liikuntaan, vaan lapsi tarvitsee oman aikuisen avukseen. *”Meillä on sellaisia lapsia, jotka istuisivat vaan keinussa koko ulkoilun. Ollaan yritetty heitä kannustaa löytää joku juttu, jota haluaisivat myös tehdä, tsempata ja kannustaa.”* (LAH2).

Liikunta-agenttien haastatteluissa esiteltiin lukuisia tapoja, joilla arjessa pyrittiin mahdollistamaan myönteinen liikkumiskokemus jokaiselle lapselle kannustamalla ja etsimällä lasta innostavia liikuntatapoja ja -välineistöä. Kolmessa haastattelussa mainittiin, että liikunta-agentin ryhmässä ei juuri sinä toimintakautena ollut sellaista lasta, jonka liikkumisen määrästä tulisi olla huolissaan. Siitä huolimatta kaikissa haastatteluissa korostettiin lasten osallisuuden kokemuksen vahvistamista ja sensitiivistä kannustamista.

”Aremmillekin lapsille annetaan mahdollisuus osallistua omaan tahtiin. Ekaksi on tullut lapsi esimerkiksi trampoliinin päälle aluksi istumaan ja vähitellen sitten tottuu” (LAH5).

”Yritetään kannustaa varovasti ja hienotunteisesti. Mukana olla katsomassa. Sivustaseuraajana niin kauan kuin haluavat. Itse päättävä, milloin ovat valmiita tulemaan mukaan. Että liikunta olisi aina iloinen juttu. Madalletaan riittävästi rimaa. Ryhmässä ei aina ole yhteistä kieltä ja ymmärrystä. Silloin aikuinen on malli ja näyttää, jolloin lapsi uskaltaa lähteä mukaan, kun hänellä on varmuus, miten tämä leikki menee.” (LAH4).”

”Lorupussirallatuksella ollaan arvottu jumppakortteja. sillä saattavat myös vähän liikkuvat lapset innostua liikkumaan, kun pääsevät liittymään sillä mukaan. Motivoidaan liikkumaan vaikka roolileikein, tehdään numeroiden ja kirjainten muotoisia juoksuratoja. Kannustuspiiri on lasten keskuudessa suosittu.” (LAH6).

Yhdessä haastattelussa kerrottiin, että päivittäin lapsille tarjottavissa pienryhmätoiminnoissa oli aina myös liikunnallisia vaihtoehtoja. Ryhmässä oli sovittu, että jokainen aikuinen huolehti siitä, että kannustettiin vähän liikkuvia lapsia myös liikunnallisten pienryhmätoimintojen pariin. Tähän pyrittiin siten, että *”kehutaan lasta. Annetaan aikaa ja erilaisia mahdollisuuksia ja suunnitellaan toiminta lapsen tarpeiden mukaan.” (LAH3).* Tärkeänä nähtiin myös aikuisen aito läsnäolo. Toisessa haastattelussa taas kerrottiin, kuinka *”sisäliikuntahetkissä, jos tuntuu, että se ryhmä jää pieneks, otan jonkun lapsen, jonka vuoro ei välttämättä ois ollu, sellaisen lapsen, josta tiedetään, että liikkuu aika vähän. Ei mitään numeroa tietenkään tehdä. Ohimennen vaan otetaan mukaan.” (LAH 6).* Samalla lasten osallisuutta vahvistettiin hienotunteisesti. *”Välillä suosii sellaisilta lapsilta tulevia ideoita enemmän. Ottaa heidän mielenkiinnon kohteita enemmän. Jos huomaan, että nämä lapset innostuu vaikka päiväpiirissä jostain tietystä asiasta, ottaa niitä sitten liikuntaan. (LAH 6).*

Useassa haastattelussa todettiin, että lapset saattoivat innostua liikkumaan ikään kuin huomaamattaan; monessa lapsiryhmässä oli tehty sellainen havainto, että metsä houkutteli lapset kiipeilemään ja ponnistelemaan. *”Metsäretket on sellasia, jos ryhmässä on hitaasti lämpiäviä tai kömpelöitä lapsia, kun laitetaan liivit päälle ja lähdetään metsään, hekin innostuvat.” (LAH 1).* Yhdessä ryhmässä lapsia kannustettiin metsäretken paluumatkalla aina juoksemaan yksi tolpanväli kerrallaan, jolloin matka joutuikin ripeästi.

Tärkeinä koettiin myös aikuisen oma innostus sekä aito läsnäolo, jotka kannustivat lasta löytämään liikkumisen ilon. Kahdessa haastattelussa kuvattiin, kuinka lapsia tuettiin jaksamisessa esimerkiksi siten, että kävelyllä ylämäen jälkeen pidettiin tauko tai metsäretkellä kaikkia odotti kaakaomukillinen. *”Välillä ylämäki on raskasta. Huomaa, että joillakin lapsilla on huono kunto, että väsyvät nopeammin. Pidetään taukoja ja levätään, kunnes jatketaan.”* (LAH 1). Aikuisen tehtäväksi nähtiin myös lapsen tuntemusten sanoittaminen kertomalla lapselle, mitä tarkoittaa, kun lapselle tulee hiki ja sydän sykkii voimakkaasti. *”Ollaan lasten kanssa myös puhuttu siitä, että mitä se tarkoittaa, että tunnet oman sydämen sykkivän... Hyvä, kun oot noin hikinen sä oot selvästi liikkunut ulkona.”* (LAH1). Tällöin positiivinen puhe lapsen liikkumiskokemuksesta kannusti yrittämään uudelleen. Monessa haastattelussa mainittiin, että aikuisen tuli työskennellä ikään kuin tuntosarvet pitkällä ja olla valmiina houkuttelemaan hiekkalaatikkoon tai keinuun jämähtäneet lapset rekka-ajelulle tai käynnistämään ohjattu pihaleikki kokoamaan vailla tekemistä olevat pihalla vaeltelijat. *”Jotkut lapset haluavat vaan keinua. Heitä täytyy houkutella esimerkiksi ajamaan rekoilla metsään tai muuta.”* (LAH9).

Kahdessa haastattelussa korostui lapsen tuentarve osallisuuden ja tasavertaisuuden näkökulmasta. Kaikilla perheillä ei ole resursseja panostaa liikunnalliseen elämäntapaan, jolloin lapsella ei välttämättä ole lähtökohtaisesti kaikkia samoja taitoja tai liikuntavälineitä kuin monella ikätoverillaan. *”Ollaan ajateltu niin, että vaikka perhe ei käy (liikkumassa), me halutaan, että lapsi pääsee kokemaan kaiken saman kuin muutkin täällä”* (LAH2).

Kuvioon 8 on koottu liikunta-agenttien haastatteluissa esiintyviä keskeisiä tutkimustuloksia liittyen teemaan Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen.

Kuvio 8. Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen -teeman keskeiset tutkimustulokset liikunta-agenttien haastatteluissa.

Ulkoliikunta

- Ulkona tapahtuvan liikunnan osuus nähtiin merkittävänä.
- Pääsääntöisesti ulkoiltiin kahdesti päivässä, mutta ulkoilun kesto vaihteli päiväkodeittain.
- Useassa päiväkodissa järjestettiin ryhmäraajat ylittävää ohjattua ulkoliikuntaa, jonka toteutuminen läpi toimintakauden koettiin haasteellisena.
- Ulkona tapahtuvaa liikuntaa toteutettiin toisinaan yhteistyössä kaupungin liikuntatoimen kanssa.

Sisäliikunta

- Oma liikuntasali 65%:ssa päiväkodeista.
- Liikuntasalillisissa päiväkodeissa pyrittiin järjestämään salivuoro jokaiselle ryhmälle vähintään kerran viikossa.
- Haasteena salin käytölle:
Covid-19 tilanteen vuoksi asetetut rajoitukset
Salin sijainti, joka ei mahdollistanut käyttöä esimerkiksi lepoaikaan.
Tilanahtaus; sali toimi tilapäisesti ryhmätilana
- Suurin osa sisäliikunnasta tapahtui muualla kuin salissa
- Ryhmätiloihin luotu liikkumismahdollisuuksia
- Kiertävä liikuntakärry
- Liikuntavälinevarasto, jonka vaihtuvasta tarjonnasta aikuiset huolehtivat
- Mahdollistettiin ryhmissä lasten omaehtoinen liikunta

Siirtymätilanteet ja istumisen vähentäminen

- Suurimmassa osassa päiväkodeista toteutettiin säännöllisesti siirtymätilanteet liikkuen, mutta joissakin yksiköissä koettiin, että kehittämiseen oli vielä syytä.
- Siirtymätilanteiden toteuttaminen pienissä ryhmissä vähensi odotteluaikaa.
- Siirtymien siivittäminen liikunnallisesti moninaisin tavoin.
- Jonossa kulkemisen vähentäminen tavoitteena.
- Motoriset tauot istumistilanteissa.
- Lasten oli mahdollista valita oma työskentelyasentonsa ja paikkansa.

Vertaisoppiminen

- Ohjatuissa leikeissä pienemmät lapset ottivat mallia isommilta.
- Kavereiden esimerkin voima liikkumaan innostamisessa merkittävä.
- Positiivinen vertailu kannusti yrittämään uusia taitoja.

Vähän liikkuvat lapset

- Kokemus siitä, että vähän liikkuvia lapsia on määrällisesti enemmän kuin ennen.
- Käytännössä kehitetty lukuisia tapoja tukea tätä lapsiryhmää; keskeisinä tavoitteina myönteinen liikkumiskokemus ja osallisuuden vahvistaminen.
- Oppimisympäristöjen vaihtaminen innosti useita lapsia.
- Aikuisen sensitiivisyys erittäin tärkeää.

5.2.2 Lapsen osallisuus

Jokaisessa liikunta-agenttien haastattelussa kerrottiin lasten mahdollisuudesta osallisuuden kokemukseen mainitsemalla yksi tai useampi seuraavista:

- 1) Lapsilta kysyttiin, mitä liikuntahetkellä tehdään *"Lapsilta on alkanut nousta kivoja ideoita ja omia ehdotuksia, että he ovat alkaneet myös miettiä, mitä voitaisiin ottaa siihen mukaan."* (LAH13). *"Jumppahetkissä kuunnellaan paljon lapsen ideoita. Toiveleikkejä. Lapsilta tulee paljon ehdotuksia."* (LAH14).
- 2) Lapset aloittivat oma-aloitteisesti leikkejä, joita aiemmin oli harjoitettu yhdessä. *"Me ollaan opetettu heille pihaleikkejä, joita he on alkanut syksystä lähtien leikkiä keskenään, kun he osaavat tietyt leikit esimerkiksi purkkis, polttopallo ja kuka pelkää mustekalaa."* (LAH2).
- 3) Lapset voivat käyttää itsenäisesti liikuntavälineitä halutessaan ja rakentaa esimerkiksi tempuratoja *"Lapset aika paljon rakentelevat ratoja ja aikuinen kysyy, mitä välineitä haluavat."* (LAH10). *"Sisällä meillä on tempuratahuone ollut melkein koko vuoden. siellä on myös muita liikuntavälineitä. Hulavanteita ja hyppynaruja on lasten saatavilla, joilla voi käytävällä liikkua ja leikkiä vapaasti."* (LAH2).
- 4) Tartuttiin lapsilta tuleviin aloitteisiin liikuntahetkien suunnittelussa. *"Havainnoidaan lapsia ja katsotaan, mitkä välineet heitä kiinnostavat. Keksitään sitten jumppa sitä välinettä käyttäen."* (LAH9).

Eri-ikäisten lasten osallisuus toteutui arjen toiminnassa eri tavoin. Sellaisten lasten kanssa, jotka osaavat itse kertoa toiveistaan, on helppo keskustella, vaikka lasten kokouksessa liikuntatoiveista, mutta puhumattomien lasten osallisuuden toteutuminen vaatii aikuiselta kekseliäisyyttä ja erityisen sensitiivistä työskentelyotetta. Yhdessä haastattelussa alle 3-vuotiaiden ryhmässä työskentelevä liikunta-agentti kertoi, kuinka tärkeää on, että aikuinen on koko ajan hereillä huomaamaan lasten liike- ja elekielen. *"Jos joku alkaa pomppia, otetaan yhteinen hyppimislaulu"* (LAH 9).

Kolmessa haastattelussa korostettiin aikuisen vastuullisuutta toiminnan suunnittelussa. Painotettiin sitä, miten tärkeää oli huomioida lasten osallisuus

siinä, miten toiminta toteutettiin, mutta aikuisen tehtävänä oli määritellä oppimistavoitteet. Lapset tulivat mielellään mukaan toimintaan, jonka he kokivat houkuttelevaksi esimerkiksi siksi, että siinä he saivat seikkailla itselleen mieluisina *Ryhmä Haun* hahmoina. Samalla he huomaamattaan osallistuivat toimintaan, jonka tavoitteena oli esimerkiksi kehittää kehonhallintaa ja tasapainoa.

Lasten osallisuuden kokemusta saatettiin vahvistaa myös siten, että hyödynnettiin lapsen liikuntaharrastusta koko ryhmän liikuttajana. Yhdessä esiopetusryhmässä toimittiin siten, että jalkapalloilua harrastavat lapset saivat ohjata muulle lapsiryhmälle futistreenin, jonka itse suunnittelivat. Kahdessa haastattelussa kuvattiin myös lasten osallistamista toivepäivän avulla, jolloin jokainen lapsi sai vuorollaan toivoa mieluisan liikunnallisen tekemisen ja kertoa, millä tavoin halusi sen toteuttaa. *”Tänään meillä oli nassikkapainia yhden lapsen toiveesta. Hän sai siinä muistella, mitä aiemmin tehtiin nassikkapainissa ja hän sai kertoa muille, mitä haluaisi tänään tehdä. Vähän omien toiveidensa mukaan.”* (LAH2).

Kahdeksassa liikunta-agenttien haastattelussa kerrottiin, että lapset otettiin mukaan toiminnan arviointiin. *”Ulkoilemissä seinällä on arviointi ja lapsilta kysytään, mikä on ollut mieluisa. Liikkarikansiota on hymiöt kopioitu ja laitettu muovitaskuihin ja leikin viereen. Vaikkei ois helppo sanottaa asioita, voi näyttää hymiöistä.”* (LAH1). *”Joka päivälle on ollut ne kansion hymynaamat...Lapset oppivat tunnistamaan omaa tunnetta. Tätä arviointia ollaan harjoiteltu.”* (LAH13). *”Liikkumisen jälkeen voi näyttää peukulla ylös, vaakaan tai alas. Sitte keskustellaan, jos joku asia tuntu vaikeelta. Lapset on aika rohkeita sanomaan, ku ne on tottunu, että puhutaan.”* (LAH11). Yhdessä lapsiryhmässä, sen lisäksi, että lapsilta haluttiin arviointitilanteessa tietää, mikä jäi mieleen ja mitä haluaisi tehdä uudestaan, kysyttiin, missä tänään onnistuimme yhdessä. Kavereiden kanssa liikkuesssa osallisuus voi olla myös koko lapsiryhmän yhteinen kokemus.

Kuvioon 9 on koottu liikunta-agenttien haastatteluiden keskeisimpiä näkökulmia liittyen teemaan Lapsen osallisuus.

Kuvio 9. Lapsen osallisuus-teeman keskeiset näkökulmat liikunta-agenttien haastatteluista.

Lapsen osallisuutta pidettiin tärkeänä ja se toteutui erilaisina toimina arjessa. Etenkin puhumattomien lasten osallisuuden toteutuminen edellytti aikuisen sensitiivisyyttä.

Aikuinen määrittäi oppimistavoitteet, lasten aloitteiden perusteella ideoitiin toiminnan toteutus.

Lapsille annettiin mahdollisuus esitellä omaa liikuntaharrastustaan koko ryhmän toiminnassa.

Lapset osallistuivat vaihtelevin tavoin toiminnan arviointiin.

5.2.3 Piha, tilat ja liikuntavälineet

Porvoolaiset päiväkodit erosivat sijaintinsa puolesta toisistaan varsin suuresti; osa päiväkodeista sijaitsi kaupunkimiljöössä ja osa maaseudulla keskellä peltoja. Metsä näytti olevan merkittävin päiväkodin ulkopuolinen oppimisympäristö, sillä metsäretket mainittiin joka ikisessä liikunta-agenttien haastattelussa. Sen lisäksi, että päiväkodin pihalle suunniteltiin monipuolisesti ohjattua toimintaa; liikuntaleikkejä, lajikokeiluja ja temppuratoja, kävivät lapsiryhmät säännöllisesti metsäretkillä. Osassa porvoolaisista päiväkodeista metsässä käytiin ympäri vuoden, joissakin sydäntalvi pidettiin metsäretkistä taukoa. Metsään suunnattiin harvimmillaan pari kertaa kuukaudessa, mutta viidessä haastattelussa kerrottiin, että metsä oli lähes päivittäinen oppimisympäristö. *"Päivittäin metsä ja puisto."* (LAH4). *"On kivoja metsiä lähistöllä. Erilaista maastoa. Metsässä leikkejä."* (LAH13). Tähän vaikutti luonnollisesti se, että osassa päiväkodeista metsään pääsi saman tien, kun päiväkodin portin avasi, mutta toisissa tuli kävellä pitempikin tovi ennen metsäretken toteutumista. *"Metsä voitaisiin vielä enemmän nähdä yhtenä toimintaympäristönä, jossa voitaisiin toteuttaa esimerkiksi lauluhetki. Tämä on aikuisesta kiinni, miten paljon hyödynnetään. Päiväkodin sijainti on todella hyvä."* (LAH3).

Haastattelujen perusteella vaikutti siltä, että porvoalaisissa päiväkodeissa hyödynnettiin lähiympäristön tarjoamia liikkumisen mahdollisuuksia ahkerasti. Suurin osa haastattelemistani varhaiskasvatuksen työntekijöistä työskenteli päiväkodissa, joka sijaitsi kaupungin keskustan tuntumassa tai kaupunkilähiössä. Haastattelemani liikunta-agentit edustivat 14 päiväkotia ja peräti 11 haastattelussa mainittiin lähiympäristön liikuntapaikkana joko puisto, koulun piha tai urheilukenttä.

Viime talvi oli Etelä-Suomessakin sellainen, että sääolosuhteet mahdollistivat talviurheilulajien harrastamisen. Porvoon liikuntatoimi tarjosi päiväkodeille uutena yhteistyömuotona luistelun- ja hiihdonopetusta. Lapset saivat lainata tarvittavat välineet liikuntatoimen liikuntakärrystä. Kahdeksassa haastattelussa kerrottiin, että päiväkodissa oli käyty hiihtämässä ja/tai luistelemassa. Kahdessa päiväkodissa mainittiin, että henkilökunta oli ensiksi tehnyt ladut itse, mutta sitten oli joku vanhemmista tehnyt päiväkodin lähelle kunnolliset ladut. *”Ollaan rämmitty umpihangessa ja tehtiin eka omat ladut. Sitten saatiin vanhempainyhdistyksen tekemät ladut.”* (LAH1). Samalla tavoin kuin asianmukaiset liikuntavälineet tuovat lisäintoa liikkumiseen, kannustavat hyväkuntoiset liikuntapaikat harjoittelemaan uutta taitoa. Joissakin päiväkodeissa perinteisesti kaupungin työntekijät kävivät tekemässä harjoitteluladun päiväkodin lähelle ja osa päiväkodeista käytti harjoitteluun yleisiä latuja. Viimeksi mainittu vaihtoehto koettiin osittain vaaralliseksi, sillä pururadoille tehdyillä laduilla saattoi joillakin hiihtäjillä olla vauhti niin kova, että lapsijoukon kohtaaminen latureitillä voi aiheuttaa vaaratilanteen.

Eri päiväkodeissa vaikutti haastattelujen perusteella olevan varsin erilaiset mahdollisuudet harjoitella luistelemista. Ääripäitä edustivat toisaalta päiväkoti, jossa luistelurata oli bussimatkan päässä ja toisaalta päiväkoti, jossa suuri luistinrata sijaitsi pihapiirissä ja luistelemaan päästiin vaikka joka päivä. *”Päästiin kahdesti talvella luistelemaan. Meillä ei ole lähellä luistelukenttää, vaan se on bussimatkan päässä. Oman kylän sisällä bussilla.”* (LAH 1).

Kahdessa aivan kaupungin keskustassa sijaitsevassa päiväkodissa nähtiin varhaiskasvatuksen rooli merkittävänä hyötyliikunnan mallintajana. Päiväkodin keskeisen sijainnin vuoksi voitiin matka kirjastoon, museoihin ja teattereihin taittaa kävellen. *”Korona on nyt rajoittanut, mutta silloin, kun päästään käymään*

eri paikoissa, annetaan lapselle se malli, että kävellen siirrytään paikasta toiseen.” (LAH11).

Haastatteluissa kävi ilmi useita muitakin lähiympäristössä hyödynnettäviä liikunnallisia oppimisympäristöjä; pellot, pulkkamäet, polut, pururadat, lähiliikuntapaikat, merenranta, kävelytiet ja uimahalli.

Kuviossa 10 kootaan liikunta-agenttien haastatteluissa nousseita keskeisiä tutkimustuloksia liittyen teemaan Piha, tilat ja liikuntavälineet.

Kuvio 10. Piha, tilat ja liikuntavälineet-teema liikunta-agenttien haastatteluissa.

Metsäretkien tekeminen mainittiin jokaisessa haastattelussa.

Suurella osalla haastatteluista lähiympäristön liikuntapaikkana toimi urheilukenttä, koulun piha tai puisto.

Useassa päiväkodissa hyödynnettiin Porvoon liikuntatoimen tarjoamia hiihdon- ja/tai luistelunopetusmahdollisuuksia, jolloin välineitä saatiin lainata liikuntakärrystä.

Luistelun harjoittelulle kerrottiin olevan erittäin vaihtelevat mahdollisuudet.

Varhaiskasvatuksen rooli nähtiin merkittävänä hyötyliikunnan mallintajana.

5.2.4 Toiminnallisuus ja motorinen kehitys

Yhtenä haastattelu-teemana halusin kuulla päiväkodeissa käytössä olevista yhtenevistä lasten liikkumiseen liittyvistä havainnointikäytännöistä ja siitä, miten havainnot hyödynnetään toiminnan suunnittelussa. Yhdessä liikunta-agenttihaastattelussa kävi ilmi, että päiväkodissa oli aiemmin ollut käytössä havainnointilomake. Sen käyttö oli kuitenkin ainakin osassa ryhmistä jäänyt. Useassa haastattelussa kerrottiin, että joissain ryhmissä oli sovittu havainnoinnista, mutta käytännö ei ollut yhteneväinen koko yksikössä. Yhdessä päiväkodissa havainnoitiin satunnaisesti lapsen joitakin taitoja. Juuri niihin aikoihin, kun haastatteluja tein, osallistuivat haastateltavani liikuntahankkeen projektikoordinaattorin järjestämään tapaamiseen, jossa puhuttiin havainnointikäytänteiden kehittämisestä. Tästä johtuen useassa päiväkodissa asiaan selvästikin havahduttiin, ja etenkin viimeisimpinä toteutetuissa

haastatteluissa kerrottiin, että elokuussa 2021 alkavalla toimintakaudella aiottiin ottaa käyttöön yhtenevä lasten liikkumiseen liittyvä havainnointimateriaali.

Havainnointi on kuitenkin varhaiskasvattajille tuttu työväline ja liikuntataitojen koko päiväkodin yhtenevistä havainnointikäytännöistä oli useassa päiväkodissa keskusteltu ajoittain liikunta-agenttien keskuudessa. Liikuntataitojen havainnointi nähtiin tärkeänä, sillä kuten yhdessä haastattelussa todettiin *”Yhdessä meidän naapuriryhmässä oli kokeiltu sitä uutta (havainnointi)materiaalia ja siellä oli huomattu, että yllättävästi joiltain taitavilta puuttuki taitoja. Pysty havaitsemaan paremmin, ku oli se havainnointiapuväline.”* (LAH10). Kahdessa haastattelussa kerrottiin, että päiväkodissa oli pohdittu, että havainnoinnit olisi helpointa toteuttaa kahden ryhmän yhteistyönä.

Kuviossa 11 on koottuna vielä keskeisimmät näkökulmat liikunta-agenttien haastatteluista liittyen teemaan Toiminnallisuus ja motorinen kehitys.

Kuvio 11. Toiminnallisuus ja motorinen kehitys-teeman ilmeneminen liikunta-agenttien haastatteluissa.

Havainnointikäytännöt

- Havainnointia tehtiin, mutta yhtenäisiä havainnointikäytännöitä ei ollut juurikaan käytössä.
- Yhtenäisen havainnointityövälineen tarve tunnistettiin laajasti.

5.2.5 Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi

Liikunta-agenttien haastatteluissa painotettiin sitä, miten suuri perheiden vaikutus oli siihen, minkä verran lapsi liikkui. Moni liikunta-agentti kertoi tehneensä sellaisen havainnon, että juopa paljon liikkuvien ja vähän liikkuvien perheiden välillä oli kasvanut. *”Lasten liikuntakestävyys on selvästi huonontunut. On perheitä, jotka kantavat lapset portista sisään. Sitten on niitä perheitä, jotka kulkee aina matkat pyörällä. Liikunnallisten vanhempien lapsetkin on liikunnallisia.”* (LAH9). *”Osa perheistä liikkuu paljon, osa erittäin vähän.”* (LAH14). Päiväkodeissa koettiin, että varhaiskasvatuksella oli mahdollisuus yrittää vaikuttaa myös perheiden liikuntatottumuksiin ja tätä työtä monessa porvoalaisessa päiväkodissa oli jo aloitettukin tai ainakin sen suunnittelu oli aloitettu. *”Suunnittelumyymyssä tälläset. Kaupungin liikuntatoimelta on ollu pari*

vuotta sitte nalle, joka lähti aina perheisiin. Joku sellanen ollaan suunniteltu, että tehtäis. Tuttu juttu, joka ois lapsille tuttu täältä päiväkodista.”(LAH1).

Varhaiskasvatuksessa yhteistyö perheiden kanssa rakentui pitkälti päivittäisten keskustelujen varaan. Huoltajat kohdattiin silloin, kun he toivat lapsensa päiväkotiin ja silloin, kun he hakivat nämä. Kymmenen päiväkodin liikunta-agenttihaastattelussa mainittiin, että lapsen liikkumisesta puhuttiin päivittäisissä kohtaamisissa huoltajien kanssa. Kun huoltajille muutenkin kerrottiin päivän päätteeksi lapsen puuhista, oli liikunnallisista tekemisistä luontevaa puhua samalla. *”Pienten puolella puhutaan paljon liikunnasta. Se on läsnä jokapäiväisesti. Vanhemmatkin tietävät jo kysyä, että mitäs olette tänään jumpanneet.”* (LAH5). Yhdessä haastattelussa nostettiin esiin, miten tällaisissa keskusteluissa voitiin kannustaa perheitä liikkumaan. *”Ollaan yritetty tuoda perheille sitä viestiä, että kun oltiin retkellä, lapsi jaksoi todella hienosti kävellä. Perheet hämmästyvät usein...Kannustetaan perheitä lähtemään retkelle metsään, vähän eväitä mukaan. Lapset kyllä keksii tekemistä. Monen mielestä liikunnan pitäisi kuitenkin olla jokin maksettu, ohjattu harrastus. Yritetään monella tapaa tsempata perheitä, että antavat lapsen kulkea itse.”* (LAH9).

Perheiden kanssa käytiin säännöllisesti, vähintään kahdesti vuodessa ns. VASU-keskustelut eli keskustelut, jossa lapselle laadittiin varhaiskasvatussuunnitelma tai arvioitiin sen toteutumista. Esiopetusikäisten lasten huoltajien kanssa tätä vastasi LEOPS-keskustelu, joka liittyi lapsen esiopetuksen oppimissuunnitelman laatimiseen. *”LEOPS-keskusteluissa enemmän paneuduttu. Jos vanhemmat vaikka sanoo, ettei löydy aikaa tai mietitty sitten yhdessä, miten vois lisätä sitä arkiliikuntaa.”* (LAH2). Kuudessa liikunta-agenttihaastattelussa kerrottiin, että näissä keskusteluissa otettiin yhtenä aiheena esiin lapsen liikkuminen. Yhdessä haastattelussa todettiin, että päiväkodissa ei kuitenkaan ole sovittua, yhtenäistä käytäntöä siihen, millä tavalla liikkumista käsiteltiin, ja tähän olisi toivottu kohennusta. Niin ikään yhdessä haastattelussa mainittiin, että ainakin silloin liikkuminen otettiin VASU-keskustelussa esiin, jos siinä ilmeni haasteita. Kolmessa haastattelussa kerrottiin, että liikuntasuosituksista ja kaupungin liikuntahankkeesta oli kerrottu perheille vanhempainillan yhteydessä. Ennen Covid-19 pandemiaa päiväkodeissa järjestettiin toisinaan liikunnallisia vanhempainiltoja. Viidessä haastattelussa mainittiin, että juhlapäiviä oli myös aiemmin vietetty siten, että

perheet oli koottu yhteisen liikkumisen äärelle liikuntaratojen tai pihapeliin muodossa. *”Olihan meillä toiminnallisia juhlia ennen koronaa. Pihajuhlat, jossa oli toimintapisteitä; työnnetään kuulaa, juoksukilpailua, pelataan futista.”* (LAH12).

Perheiden kanssa käytävissä keskusteluissa perheitä kannustettiin innostumaan lapsensa kanssa liikkumisesta ja pitämään yllä positiivista liikkumispuhetta. Yhdessä haastattelussa todettiin, että päiväkodissa oli otettu käyttöön sellainen tapa, että huoltajalle kerrottiin hakutilanteessa, miten päiväkodissa oli tänään liikuttu ja kehoitettiin huoltajaa kyselemään lapselta asiasta kotona. Tällainen toimintatapa edesauttoi kommunikaatiota myös sellaisten lasten kanssa, jotka eivät itse välttämättä osanneet kertoa päivän kulusta ja lisäsi näin heidän osallisuuttaan. Huoltajia ohjattiin hienovaraisesti lisäämään koko perheen hyötyliikuntaa ja opastettiin heidän kysyessään neuvoa. *”Aika paljon suullista. Jos koetaan, että vois olla hyvä, että jos joku lapsi ei liiku, voitais miettiä yhdessä, että onko heillä puisto lähellä, jonne vois mennä. Vois olla vanhempanakin kiva olla ulkona vähän. Aika paljon joudutaan vanhempien kanssa ihan perusasioita täällä. Ne korostuu. Mietitään, mikä on paras ikä aloittaa joku vaikka pyöräily.”* (LAH12).

Päiväkodeissa oli kehitetty myös monia muita tapoja, joilla perheitä voitiin aktivoida päivittäin liikkumaan.

”Porteilla on liikuntakortit, joissa lukee, millä tavalla voi tulla päiväkodille. Ollaan laitettu liikuntakortteja myös ikkunaan.” (LAH5).

”Me tehtiin liikuntapassi, jossa on 16 erilaista liikunnallista tehtävää, joihin ei tarvitse mitään erityisiä välineitä, vaan ajatus oli, että kaikki materiaalit löytyis kotoa. Jokaisen tehtävän lopulla oli hymynaamat, että lapsi saisi värittää sen, miltä tehtävän on tuntuneet. Sitten ne tuotais vielä päiväkodille ja niistä keskusteltais ryhmässä, että mikä oli kivaa.” (LAH3).

”...liikunnan viikkoseuranta koteihin. Ihan sellainen matalan kynnyksen, että tsemppattaisiin arkiliikuntaan perheitä liikkumaan yhdessä. Ei tarvi kuskata lasta harrastuksiin, vaan liikuntaa saa ihan vaikka kulkemalla eskarimatkat kävellen ja pyöräillen tai kauppaan. Yhden viikon ajan kirjaavat ylös, mitä liikuntaa ovat tehneet ja kuinka

kauan. Sitten se palautetaan eskariin. Sitte täällä kootaan, että mitkä on ollu suosituimmat lajit.” (LAH2).

Kahdessa liikunta-agenttien haastattelussa kerrottiin, että päiväkodissa huoltajat olivat verkostoituneet ja perustaneet vanhempainyhdistyksiä, jotka olivat esimerkiksi hankkineet päiväkodin pihalle jalkapallomaalin tai joku huoltajista veti talvisin lähipellolle hiihtoladun päiväkotia varten. Yhdessä liikunta-agenttien haastattelussa kerrottiin, että huoltajia osallistui toisinaan liikuntahetkiin kuten talvella, jolloin ryhmän lasten vanhemmat ilmoittautuivat solmimaan luistimennauhoja ja tulivat mukaan luistelemaan.

Kuvioon 12 on koottu liikunta-agenttien haastatteluista nousseita näkökulmia teemaan Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi.

Kuvio 12. Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi-teeman keskeiset tulokset liikunta-agenttien haastatteluissa.

Haastatteluista ilmeni huoli siitä, että ero paljon ja vähän liikkuvien perheiden välillä oli kasvanut.

Päivittäisten keskustelujen merkitys suuri.

- Perheitä kannustettiin lisäämään liikkumista aktivoimalla ja antamalla käytännön vinkkejä.

Vain osassa päiväkodeista oli sovittu, että liikkuminen otetaan esiin VASU- ja LEOPS-keskusteluissa.

Parissa päiväkodissa huoltajien perustama vanhempainyhdistys tuki liikuntatoimintaa hankinnoin.

5.2.6 Toiminnan toteuttaminen

Liikunta-agenttien haastatteluissa kävi ilmi, että nämä pitivät omaa rooliaan päiväkodin liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyössä erittäin tärkeänä. *”Oon vastuussa siitä, että talossa lisätään liikuntaa ja muut ryhmät saa tietoo niistä koulutuksista, joita on ollu. Koen, että se on mun vastuulla.” (LAH10).* Yhdeksässä haastattelussa neljästätoista todettiin, että liikunta-agentin tehtävä oli toimia yksikössään innostajana, aktivoijana ja sparraajana suhteessa sekä lapsiin, mutta myös aikuisiin eli muuhun henkilökuntaan. *”Roolini on antaa lapsille mahdollisuus ja esimerkki, innostuneisuus.” (LAH5).* *”Aikuisiin innon tuominen on*

tärkeää, sillä heidän myötänsä lapset löytää liikunnan ilon.” (LAH6). *”Minä aina niitä tavaroita roudaan jumppaleikkiin. Oon vähän niin kuin se moottori siinä.”* (LAH9). Liikunnallisena esimerkkinä toimiminen nähtiin myös keskeisenä roolina. *”Oma esimerkki, että näyttää mallia muille, sekä lapsille ja perheille sekä työkavereille. Tulee pyörällä tai kävellen töihin.”* (LAH2). Kuudessa haastattelussa lisäksi mainittiin tiedon jakamisen merkitys koulutuksista ja ideoista päiväkodin muille työntekijöille. *”Sieltä (liikunta-agenttien tapaamisista) tulee tosi paljon tosi hyvää infoa. Lähetän kaikkiin ryhmiin yhdelle henkilölle aina. Tämähän on tällaista prosessia.”* (LAH11). Yksi haastateltava kertoi olevansa kiitollinen kaikesta siitä, mitä oli saanut oppia, ja piti tärkeänä sitä, että oli mahdollista suoda samat oivallukset muullekin henkilökunnalle.

Kuudessa liikunta-agenttien haastattelussa mainittiin, että päiväkodissa kokoontui säännöllisesti eri tavoin koottu liikuntavastaavien ryhmä oman päiväkodin toiminnallista liikuntakulttuuria kehittäviin suunnittelupalaverihin. Liikunta-agentit kokivat nämä säännölliset palaverit kehittämistyön kannalta ensi arvoisen tärkeinä. *”Ne (palaverit) on koettu tosi tärkeiksi. Jos ei niitä olisi, niin tää roikkuis vaan jossain ilmassa. Ei olisi mitään talon yhteistä”* (LAH4). Vastaavasti sellaisissa päiväkodeissa, joissa tällaista palaverirakennetta ei ollut, koettiin haasteelliseksi, kun ei voinut jakaa yhteistä agenda, eikä saanut juurrutettua hyviä ideoita toimintaan. *”Meillä on tosi vähän mitään yhteistä, enkä tiedä, mikä olisi se foorumi. Miten voisin jakaa tietoa muille. Se on kiinni siitä, että muistan pihalla sanoa jotain eteenpäin. Mikä olisi se kanava, miten veisin eteenpäin. Haluaisin saada sen tiedon jaettua myös muihin ryhmiin. Meiltä puuttuu se rakenne, missä tätä työstettäisiin ja vietäisiin eteenpäin.”* (LAH6).

Liikunta-agentit kokivat haasteellisena sen, että joko yhteistä palaveriaikaa ei ollut sovittu arjen rakenteisiin laisinkaan tai sitten suunnittelupalavereja ei voinut järjestää, kun jotain muuta toimintoa tuli priorisoida. *”Meillä oli kyllä tammikuussa (suunnittelupalaveri), ni mietittiin, mitä voitaisiin tehdä sen asian eteen. Kaikki nää kevätjutut niinku keskustelut (LEOPS-keskustelut yms.) paino päälle.* (LAH11). Ajankäyttöön liittyväksi haasteeksi mainittiin yhdessä haastattelussa myös useiden vastualueiden kasaantuminen yhden ihmisen harteille, jolloin aikaa tuli jakaa näiden kaikkien vastuiden hoitamiseen. Jopa puolessa liikunta-agenttien haastatteluista koettiin merkittävänä haasteena liikunnallisen toimintakulttuurin juurruttamiselle joidenkin henkilökunnan jäsenten

innostaminen liikunnallisen toiminnan toteuttamiseen. Synä tähän nähtiin se, että kaikki työntekijät eivät pitäneet liikunnan lisäämistä tärkeänä tai tarpeellisena. *”Aikuisten asenne voi olla haaste. Osa lapsista saa, osa ei. Ryhmä, jossa on innostavat aikuiset, saa liikkua. Et saa kiipeillä sinne, et saa. Kieltämisen kulttuuri menee välillä yli.”* (LAH1).

Haastattelemistani neljäntoista päiväkodin liikunta-agentista vain yksi ei ollut osallistunut liikuntaleikkikoulunohjaajakoulutukseen. Hänenkin päiväkodistaan oli kyllä muuta henkilökuntaa osallistunut. Koulutukseen osallistuneista ainoastaan kaksi mainitsi, että ei ollut saanut siitä uutta tietoa itselleen. Tämä johtui näiden henkilöiden pitkästä urasta varhaiskasvatuksessa ja omista aikaisemmista koulutuksista tai liikuntaan liittyvistä tutkinnoista kertyneestä tieto- ja taitovarannosta. Muut osallistuneet pitivät koulutusta erittäin onnistuneena, jopa kaikkien aikojen vaikuttavimpana koulutuksena ja kokivat saaneensa runsaasti lisää ideoita ja itsevarmuutta ohjattujen liikuntahetkien suunnitteluun. Yhdessä haastattelussa todettiin, että *”Koulutus on herättänyt paljon keskustelua ja ajatuksia siitä, miten työtä voidaan tehdä entistä paremmin liikunnan kannalta”* (LAH4). Erityisesti kiitettiin kouluttajan innostavaa asennetta ja koulutuksen rakennetta, jossa ensiksi aamupäivällä käytiin Teamsin välityksellä läpi teoriapohjaa keskustelevasti ja sen jälkeen iltapäivä vietettiin yhdessä päiväkodin pihalla itse konkreettisesti toimintaa tekemisen kautta kokeillen. Vallitsevan covid-19 tilanteen vuoksi syksyn viimeisen koulutuksen lähitapaamiset siirtyivät kesään 2021.

Jokainen liikuntaleikkikoulunohjaajan koulutuksen osallistuja sai liikuntaleikkikoulunohjaajan kansion, joka oli tuhti materiaalipaketti täynnä eri ikäisille lapsille suunniteltuja liikunnallisia tehtäviä, valmiita opetustuokioita ja niihin liittyviä, toimintaa mallintavia kortteja. Kaikki haastatellut liikunta-agentit pitivät kansiota erittäin suuressa arvossa. Sen avulla oli ollut helppo jakaa koulutuksen antia myös siihen osallistumattomille tiimikavereille ja rakentaa liikunnallista toimintaa yhtenevistä lähtökohdista. *”Kansio on uskomattomat hyvä. Siellä on paljon tietoa, vinkkejä ja ideoita.”*(LAH14).

Kuvioon 13 on koottu keskeisiä näkökulmia liikunta-agenttien haastatteluista teemaan Toiminnan toteuttaminen liittyen.

Kuvio 13. Toiminnan toteuttaminen-teema liikunta-agenttien haastatteluissa.

Liikunta-agenttien kokemus oman roolinsa tärkeydestä liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyössä.

- Esimerkkinä ja innostajana toimiminen työyhteisössä.
- Tiedonjakajan tehtävä.

Säännölliset oman päiväkodin henkilökunnan kesken pidetyt kehittämispalaverit tärkeitä.

- Haasteena se, että palaveriaikaa ei ollut sovittu arjen rakenteisiin tai se, että palaveriaika ei toteutunut.

Liikuntaleikkikouluohjaajakoulutuksen vaikutus koettiin suurena.

Haasteeksi koettiin saada yksikön koko henkilöstö sitoutumaan liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyöhön.

5.3 Päiväkodin johtajien ja liikunta-agenttien haastattelujen vertailua

Seuraavaksi kokoon vielä yhteen päiväkodin johtajien ja liikunta-agenttien haastatteluista keskeisiä teemoja niiltä kahdelta aihealueelta, jotka olivat yhteisiä molempien ryhmien haastatteluissa eli toiminnan toteuttaminen sekä piha, tilat ja liikuntavälineet.

5.3.1 Toiminnan toteuttaminen

Sekä päiväkodin johtajien että liikunta-agenttien haastatteluissa oltiin yhtä mieltä siitä, että liikunta-agenttien rooli liikuntaa vahvistavan toimintakulttuurin kehittämisessä oli keskeinen. Tämä näkyi päiväkodin toiminnan toteuttamisessa muun muassa siinä, että kaikissa yksiköissä pidettiin tärkeänä, että liikunta-agentit pääsivät osallistumaan projektikoordinaattorin järjestämiin tapaamisiin työpäivän aikana. Molemmissa haastatteluryhmissä koettiin oman roolin olevan merkittävä myös sillä tavoin, että sekä päiväkodin johtajat että liikunta-agentit toivat ilmi, miten tärkeää on nostaa oman esimerkin kautta liikunnallisia elämäntapoja esiin ja toimia sparraajana ja innostajana sekä näin tuoda liikunnallinen näkökulma toiminnan suunnitteluun.

Sen sijaan käsitykset siitä, miten kehittämistyö yksiköissä tulisi järjestää, erosivat jonkin verran päiväkodin johtajien ja liikunta-agenttien mielteissä. Tämä

konkretisoitui siinä, millä tavalla nähtiin tarve hallinnollisten rakenteiden muokkaamiselle kehittämistyötä ajatellen, ja siinä, miten tärkeinä omassa päiväkodissa järjestettyjä liikunnan lisäämiseen tähtääviä suunnittelupalavereja pidettiin. Sellaisissa päiväkodeissa, joissa säännöllisiä tapaamisia liikuntaporukan kesken ei ollut, koettiin haasteelliseksi yhteisten toimintatapojen puute ja kehittämistyön pirstaloituminen, eikä voitu samalla tavalla puhua koko päiväkodin toimintakulttuurin kehittämisestä. Haasteeksi muodostui tällöin myös viestintä, kun ei ollut sovittuna sellaista yhteistä kohtaamista, jossa tietoa olisi voinut jakaa. *”Koen roolini haasteena tiedon jakamisen päiväkodissa. Tieto tyssää itseän. Sitä pitäisi vähän... ei ole edes mitään paikkaa, johon laitetaan esille.”* (LAH 7).

5.3.2 Piha, tilat ja liikuntavälineet

Tätä aihepiiriä tarkasteltiin päiväkodin johtajien ja liikunta-agenttien haastatteluissa erilaisista näkökulmista. Kysymyksenasettelu vaikutti siihen, että vastauksia ei voida vertailla. Nostan tässä kuitenkin esiin teeman, joka mainittiin yhdessä päiväkodin johtajan haastattelussa liikuntavälineistä kysyttäessä, ja joka tuli puheeksi myös kahdessa liikunta-agentin haastattelussa, mutta silloin oli kyseessä haastatteluteema vähän liikkuvat lapset. Haastatteluissa, joissa mainittiin huoli lasten epätasa-arvoisista liikuntamahdollisuuksista, todettiin, että päiväkodilla ei ole tarjota riittävästi liikuntavälineitä, että lapset pääsisivät harjoittelemaan joitakin perustaitoja. Kaivattiin polkupyöriä, suksia ja luistimia. Nämä ovat mittavia hankintoja, ja päiväkodin määrärahat kuluisivat niihin nopeasti. Avuksi oli tullut Porvoon liikuntatoimen liikuntakärry, josta löytyi välineitä lapsiryhmän tarpeisiin.

6 POHDINTAA

Tässä Porvoon varhaiskasvatuksen toimintaympäristössä tehdyssä opinnäytetyössäni olen selvittänyt, miten liikunnallinen toimintakulttuuri toteutui porvoalaisissa päiväkodeissa ja millä tavalla kehittämistyö näyttäytyi päiväkotien arjessa sekä päiväkotien liikunta-agenttien että päiväkodin johtajien toimina. Tämän luvun aluksi kokoan tutkimustulokset-osiota vielä yhteen ja nostan esiin liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisen kannalta keskeisiä näkökulmia. Luvun lopussa tarkastelen tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä sekä jatkotutkimusaiheita.

6.1 Johtopäätökset

Porvoon varhaiskasvatuksessa on lähdetty aktiivisesti rakentamaan yhtenäistä liikunnallista toimintakulttuuria vuodesta 2016 asti, jolloin lanseerattiin ensimmäinen aihepiiriin liittyvä kehittämishanke ja nostettiin liikunnan lisääminen yhdeksi varhaiskasvatuksen kärkihankkeista. Tällä hetkellä käynnissä olevan Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit -hankkeen myötä fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen päiväkotipäivän aikana oli resursoitu mittavasti; henkilöstöä oli koulutettu runsaasti ja varhaiskasvatukseen oli hankerahoituksella palkattu oma projektikoordinaattori, joka koordinoi hankkeen etenemistä ja toimi kehittämistyön aktivoijana. Panostus näytti tuottavan tulosta, sillä päiväkodeissa oli sekä hallinnon tasolla että päivittäisessä lapsiryhmässä tehtävässä työssä kehitetty runsaasti uusia toimintatapoja ja arjen innovaatioita. Tämä kävi monella tavoin ilmi sekä päiväkodin johtajien että liikunta-agenttien haastatteluista.

6.1.1 Tutkimustulokset teemoittain

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella Porvoon varhaiskasvatuksessa, ja nimenomaan kunnallisissa päiväkodeissa, toteutettavaa liikunnallista toimintakulttuuria sekä sitä vahvistavaa Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit -hanketta niissä. Toin Tutkimustulokset -osiossa esiin runsaasti erilaisia tapoja, joilla liikunnallinen toimintakulttuuri toteutui porvoalaisissa päiväkodeissa ja hallinnon rakenteita, joilla sitä pyrittiin juurruttamaan arkeen. Seuraavaksi kokoan vielä haastattelujen tuloksia seitsemän pääteeman alle.

Toiminnan toteuttaminen

Päiväkodin johtajien haastatteluissa muodostui tämän ensimmäisen pääteeman alle kolme alateemaa; toiminnan rakenteet päiväkodeissa, päiväkotien kehittämistyölle asettamat tavoitteet ja päiväkodin johtajan rooli. Jokaiseen päiväkotiin, jossa haastatteluja tein, oli henkilökunnan joukosta valittu yksi tai useampia liikunta-agentteja. Nämä toimivat oman päiväkotinsa liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisen etujoukoissa. Päiväkodin johtajat pitivät tärkeänä sitä, että liikunta-agentit pääsivät osallistumaan heille järjestettyihin tapaamisiin. Osassa varhaiskasvatusyksiköistä oli toiminnan rakenteita muokattu siten, että liikunta-agenttien tai liikuntavastaavien säännöllisten kehittämispalaverien toteutuminen tuli mahdolliseksi. Päiväkodin johtajat kokivat kehittämistoiminnan haasteena liikunnallisen toimintakulttuurin juurruttamisen, kun henkilökunta ei kokonaisuudessaan tuntunut sitoutuvan tavoitteisiin. Päiväkodin sosioemotionaalinen ympäristö rakentuu koko henkilökunnan yhteisessä arvokeskustelussa, jossa sovitaan työyhteisön toimintatavoista, johon sisältyy myös liikkumisen mahdollistaminen päivittäisessä toiminnassa (Sääkslahti, 2021).

Jokaisessa päiväkodissa oli asetettu omalle toiminnalle Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman nykytilan arvioinnin perusteella kehittämistavoitteet. Ulkopedagogiikan kehittäminen nousi keskeiseksi kehittämistarpeeksi useassa päiväkodissa. Päiväkodin johtajien haastatteluissa todettiin, että tavoitteet on syytä asettaa riittävän konkreettiselle tasolle, ja että niitä kohti tulee edetä

tarpeeksi pienin askelin. Tavoitteiden toteutumista arvioitiin säännöllisesti viikkopalavereissa ja vuosisuunnitelman väli- ja loppuarviointien yhteydessä.

Sekä päiväkodin johtajat että liikunta-agentit tarkastelivat haastatteluissa omaa rooliaan liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyössä. Molemmat ammattiryhmät kokivat tärkeäksi rooliksi esimerkkinä ja innostajana toimimisen. Päiväkodin johtajat näkivät itsensä tämän lisäksi mahdollistajan roolissa ja nimesivät merkittäväksi tehtäväkseen positiivisen puheen ylläpitämisen. Liikunta-agentit totesivat toimivansa tiedonjakajina yksiköissään ja pitivät liikuntaleikkikoulunohjaajakoulutuksen antia erittäin suurena.

Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen

Tätä teemaa käsiteltiin ainoastaan liikunta-agenttien haastatteluissa ja se oli hyvin keskeinen teema, johon löydettiin lukuisia näkökulmia. Sen alateemoiksi muodostuivat ulkoliikunta; sisäliikunta; siirtymätilanteet ja istumisen vähentäminen; vertaisoppiminen sekä vähän liikkuvat lapset.

Ulkona tapahtuvan liikunnan osuus nähtiin merkittävänä. Samankaltainen tulos on saatu lukuisissa muissa tutkimuksissa (ks. myös Reunamo, Saros & Ruismäki 2012, s. 505; Gray ym., 2015; Bjorgen 2016, s. 1). Pääsääntöisesti päiväkodeissa ulkoiltiin kahdesti päivässä, mutta ulkoilun kesto vaihteli päiväkodeittain. Useassa päiväkodissa järjestettiin ryhmärajat ylittävää ohjattua ulkoliikuntaa, mutta sen toteutuminen läpi toimintakauden koettiin haasteellisena. Ulkoliikuntaa toteutettiin päiväkodeissa jonkin verran myös yhteistyössä kaupungin liikuntatoimen kanssa.

Tutkimukseen osallistuneista päiväkodeista 65 %:ssa oli oma liikuntasali. Muutamaa vuotta aiemmin toteutetussa tutkimuksessa oli todettu, että Suomessa oli ainoastaan kolmanneksessa päiväkodeista oma liikuntasali (ks. myös Sääkslahti, Niemistö, Nevalainen, Laukkanen, Korhonen & Juutinen-Finni, 2018, s. 81). Päiväkodeissa, joilla oli oma liikuntasali, pyrittiin järjestämään salivuoro jokaiselle lapsiryhmälle vähintään kerran viikossa. Salin käyttöä rajoittivat Covid-19 tilanteen vuoksi asetetut turvallisuusohjeet, salin sijainti, joka ei mahdollistanut salin käyttöä lepoaikaan sekä tilanahtaus, kun sali toimi tilapäisesti ryhmätilana. Haastatteluissa todettiin, että suurin osa sisäliikunnasta tapahtui kuitenkin muualla kuin liikuntasalissa. Ryhmätiloihin oli tuotu monipuolisesti

liikuntamahdollisuuksia. Joissakin päiväkodeissa oli käytössä kiertävä liikuntakärry, jonka sisältöä ryhmissä hyödynnettiin vuoron perään. Joissakin päiväkodeissa henkilökunta kokosi liikuntavarastoon liikuntavälineitä, joita lapset saivat käyttää oma-aloitteisesti. Henkilökunta huolehti siitä, että tarjolla olevien välineiden valikoima vaihteli riittävän usein. Tavoitteena oli mahdollistaa ryhmissä lasten omaehtoinen liikunta.

Suurimmassa osassa päiväkodeista toteutettiin säännöllisesti siirtymätilanteet liikkuen, mutta joissakin yksiköissä koettiin, että kehittämisen tarvetta oli vielä. Liikunta-agenttien haastatteluissa todettiin, että siirtymätilanteiden toteuttaminen pienissä ryhmissä vähensi odotteluaikaa. Lapsiryhmissä oli luotu monipuolisia tapoja siivittää siirtymiä liikunnallisesti. Jonossa kulkemisen vähentämistä pidettiin tavoitteellisena. Haastatteluissa kuvattiin tapoja, joilla istumistilanteissa toteutettiin motorisia taukoja. Lasten oli mahdollista valita oma työskentelyasentonsa ja -paikkansa.

Vertaisoppiminen mahdollistui esimerkiksi siten, että ohjatuissa leikeissä pienemmät lapset ottivat mallia isommilta. Liikunta-agentit olivat todenneet, että kavereiden esimerkin voima liikkumaan innostamisessa oli merkittävä ja että positiivinen vertailu kannusti yrittämään uusia taitoja.

Liikunta-agenttien haastatteluissa tuli voimakkaasti esiin huoli siitä, että vähän liikkuvia lapsia on määrällisesti enemmän kuin ennen. Lapsiryhmissä oli käytännössä kehitelty lukuisia tapoja tukea tätä lapsiryhmää. Niiden lähtökohtana oli taata kaikille myönteinen liikkumiskokemus ja vahvistaa jokaisen lapsen osallisuuden kokemusta. Henkilökunta oli käytännössä todennut, että monipuoliset ja vaihtuvat oppimisympäristöt innostivat lapsia liikkumaan. Aikuisen sensitiivisyys koettiin erittäin tärkeäksi. Varhaiskasvatushenkilöstö tiedosti perheiden erilaisten resurssien vaikutuksen lasten mahdollisuuksiin harjoittaa liikuntataitoja päiväkotipäivän jälkeen.

Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi

Tutkimuksessa tätä teemaa tarkasteltiin päiväkodin johtajien haastatteluissa. Jokaisessa päiväkodin johtajan haastattelussa kävi ilmi ymmärrys siitä, että henkilökunnan jaksaminen heijastui lapsiryhmään. Osassa päiväkodeista oli panostettu taukoliikuntaa siten, että henkilökunnan käyttöön oli hankittu

liikuntavälineitä tai että palaverit aloitettiin yhteisellä jumppahetkellä. Yhtenä näkökulmana oli kuitenkin huoli siitä, että henkilöstö kuormittui liikaa työaikaan kohdistetusta liikuntavelvoitteesta muutenkin hektisessä arjessa.

Päiväkodin johtajien haastatteluista kävi ilmi, että osassa päiväkodeista henkilökunnalle suotiin mahdollisuus osallistua Porvoon kaupungin liikuntailtapäiviin kahdesti vuodessa. Päiväkodin johtajat kokivat, että covid-19 tilanne toi lisähaasteita henkilökunnan työhyvinvoinnille.

Lapsen osallisuus

Tätä teemaa käsiteltiin liikunta-agenttien haastatteluissa. Lapsen osallisuutta pidettiin tärkeänä ja se toteutui lukuisina toimina arjessa. Etenkin puhumattomien lasten osallisuuden toteutuminen edellytti aikuisen sensitiivisyyttä. Päiväkodeissa lasten osallisuus näytti toteutuvan siten, että henkilökunta määritteli liikunnalliset oppimistavoitteet ja toiminnan toteutus ideoitiin lasten aloitteiden perusteella. Joissakin päiväkodeissa lapsilla oli mahdollisuus esitellä omia liikuntaharrastuksiaan ryhmän toiminnassa. Lapsille suotiin mahdollisuuksia osallistua toiminnan arviointiin.

Piha, tilat ja liikuntavälineet

Päiväkodin johtajien haastatteluissa tätä teemaa tarkasteltiin pihojen toiminnallisuuden ja liikuntavälineiden hankkimisen kannalta, kun taas liikunta-agenttien haastatteluissa teeman käsittely keskittyi päiväkodin ulkopuolisten oppimisympäristöjen hyödyntämiseen liikunnallisen toimintakulttuurin näkökulmasta.

Päiväkodin johtajat toivat ilmi tyytyväisyytensä pihojen toiminnallisuuteen, vaikka pihat olivat hyvin eri tavoin varusteltuja. Tarvittavien työvälineiden hankinta nähtiin tärkeänä investointina, johon haluttiin panostaa. Välineistön kartutuksessa pitkäjänteisyys ja suunnitelmallisuus koettiin merkittävinä. Haastattelujen perusteella saatettiin todeta, että eri päiväkodeissa varustelutaso vaihteli suuresti ja että alueelliset tarpeet olivat erilaisia. Päiväkodin johtaja koordinoi välinehankintoja ja ehdotukset hankintatarpeisiin koottiin henkilökunnalta. On kuitenkin muistettava, että pihan ja välineistön

mahdollisuuksien monipuolinen hyödyntäminen edellyttää yhteisiä sopimuksia henkilökunnan kesken (Sääkslahti, 2021).

Liikunta-agenttien haastatteluista kävi ilmi, että metsä oli merkittävin päiväkodin ulkopuolinen oppimisympäristö. Bjorgen (2016, s. 8) on tutkinut 3-5 vuotiaiden lasten ulkoilua erilaisissa ympäristöissä ja havainnut, että niin sanottu luonnollinen ympäristö on lapsille fyysisesti kaikkein aktiivisin. Suuressa osassa haastatteluista lähiympäristön liikuntapaikkana toimi myös urheilukenttä, koulun piha tai puisto. Useassa päiväkodissa hyödynnettiin Porvoon liikuntatoimen tarjoamia hiihdon- ja/tai luistelunopetusmahdollisuuksia, jolloin välineitä saatiin lainata liikuntakärrystä. Luistelun harjoittelulle vaikutti olevan hyvin vaihtelevat mahdollisuudet. Varhaiskasvatuksen rooli nähtiin merkittävänä hyötyliikunnan mallintajana.

Toiminnallisuus ja motorinen kehitys

Teemaa toiminnallisuus ja motorinen kehitys tarkasteltiin liikunta-agenttien haastatteluissa. Niistä kävi ilmi, että lapsiryhmissä havainnoitiin lasten liikkumista, mutta yhtenäisiä havainnointikäytänteitä ei juurikaan ollut käytössä. Siitä huolimatta yhtenäisen havainnointityövälineen tarve tunnistettiin laajasti. Kyhälä ja kollegat korostavat havainnoinnin merkitystä päiväkodin arjessa (Kyhälä, Reunamo, Valtonen & Ruismäki, 2020, s. 76)

Yhteistyö lasten liikkumisen lisäämiseksi

Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin perheiden kanssa tehtävää kasvatusyhteistyötä liikunnallisen toimintakulttuurin rakentumisen näkökulmasta liikunta-agenttien haastatteluiden perusteella. Haastatteluista ilmeni huoli siitä, että henkilökunnan kokemuksen perusteella ero paljon ja vähän liikkuvien perheiden välillä oli kasvanut. Liikunta-agentit kokivat päivittäiset keskustelut huoltajien kanssa merkityksellisiksi. Perheitä kannustettiin lisäämään liikkumista aktivoimalla heitä ja antamalla käytännön vinkkejä. Haastatteluista kävi ilmi, että vain osassa päiväkodeista oli sovittu, että liikkuminen otetaan esiin huoltajien kanssa käytävissä varhaiskasvatuskeskusteluissa. Parissa päiväkodissa huoltajien perustama vanhempainyhdistys tuki liikuntatoimintaa hankinnoin.

6.1.2 Tutkimustulosten perusteella ilmenneitä kehittämistarpeita

Nostan seuraavassa haastatteluista ilmi tulleita kohtia, joihin kehittämistyössä tulisi vielä kiinnittää huomiota. Yksi tällainen seikka on se, että jokaisessa päiväkodissa palaverirakenteita kehitettäisiin sillä tavoin, että liikunta-agenteille tai liikuntavastaaville mahdollistuisivat säännölliset suunnittelu- ja arviointipalaverit. Näiden kokoontumisten on syytä olla sillä tavoin päiväkodin palaverirakenteeseen istutettu, että ne eivät olisi kovin herkkiä arjessa tapahtuville yllättäville muutoksille kuten henkilökunnan äkillisille poissaoloille, vaan pystyisivät toteutumaan siitä huolimatta. Ennalta sovittu ja säännöllinen aika kehittämistyölle on sen perusedellytys (Ranta, 2005, s. 164). Wenström (2020, s. 170) toteaa, että vaikka kaikkeen kehittämistyöhön tarvitaan innostuneita tekijöitä ja yhdessä luotuja käytänteitä, ei sillä ole edellytyksiä edetä ilman esihenkilön tukea. Päiväkodin johtaja vastaa päiväkodeissa työvuorosuunnittelusta ja hän voi päätöksillään vaikuttaa siihen, minkä verran henkilöstöresurssia suunnataan liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistyöhön.

Useassa haastattelussa, sekä päiväkodin johtajien että liikunta-agenttien osalta, tuotiin esiin aikuisen rooli mahdollistajana. Päiväkodeissa tiedostettiin voimakkaasti aikuisen tärkeä merkitys liikkumaan innostajana ja kannustajana. *”Lapset näkevät aikuisista, jos on jotain kivaa tiedossa”* (LAH1). Vastaavasti aikuinen voi omalla passiivisuudellaan viedä koko lapsiryhmältä liikunnan ilon. (Ks. myös Brown, McIver, Pfeiffer, Dowda ym., 2009, s. 53). Useassa liikunta-agenttien haastattelussa puhuttiin teemasta, jota voisi nimittää mahdollisuuksien ilmapiirin luomiseksi. Se tarkoittaa sitä, että ylläpidetään positiivista ja kannustavaa ilmapiiriä liikkumiseen liittyen. Aikuinen innostuu yhdessä lasten kanssa erilaisista tavoista liikkua ja heittäytyy itsekin nautinnolla mukaan tilanteeseen. Mahdollisuuksien ilmapiiriin ei kuulu kieltämisen kulttuuri, jossa uusia tilanteita lähestytään EI-sana edellä. Haastatteluissa kerrottiin haasteista, joita voitiin kohdata, jos henkilökunnalla oli kovin erilaiset käsitykset siitä, mikä on sallittua ja mikä on turvallista. Parrila ja Fonsén kirjoittavat erilaisista diskursseista, jotka määrittävät toimintakulttuuria. Turvallisuuteen liittyvässä diskurssissa rajoitetaan liikunnallista toimintaa perustellen kieltoja ja sääntöjä turvallisuudella (Parrila & Fonsén, 2016, s. 72). Kieltämisen sijaan voitaisiin yhdessä keskustellen määritellä ne rajat, joiden puitteissa tiettyä toimintaa

voidaan toteuttaa. Puuhun tai kiipeilytelineeseen kiipeämistä ei välttämättä tarvitsisikaan kokonaan kieltää, vaan sovitaan turvallinen paikka, jossa se on sallittua! Liikunta-agenttien haastatteluissa kerrottiin, että sääntöjä laatiessa saatettiin unohtaa se, että lasten taidot ovat yksilöllisiä, eivätkä ikäsidonnaisia. Päiväkodissa saattoi olla pihäsääntönä, että alle 3-vuotiaat eivät voi käyttää tiettyä kiipeilytelinettä.

Valli (2015) listaa llo kasvaa liikkuen – Johtajan työkirjassa liikuntamyönteisemmän toimintakulttuurin luomisen haasteen paikoiksi lapsiryhmissä työskentelevien aikuisten asenteet, toiminnan suunnittelemattomuuden sekä sen, että ohjattu toiminta mielletään usein istumiseksi. Porvoon varhaiskasvatuksessa toteuttamieni haastattelujen perusteella mahdollisuuksien ilmapiirin luomiseksi ja liikunnallisen toimintakulttuurin vahvistamiseksi aikuisen toimintaan tulisi sisältyä ainakin seuraavat tekijät:

- Aikuisen kannustava ja motivoiva asenne ja oman innon näyttäminen
- Lapsen tunteen sanoittaminen liikkumisen aikana positiivisesti ja siten, ettei lapsi pelästy, kun hänellä sydän hakkaa ja tulee hiki. Aikuisen on tärkeää sanoittaa lapselle myös omia tuntemuksiaan ja kertoa esimerkiksi, miksi on hengästynyt. Näin lapsi ja aikuinen jakavat yhteisen kokemuksen vahvistavat tunnetta samaan oppivaan yhteisöön kuulumisesta.
- Liikuntavälineiden tarjoaminen lapsen käyttöön. Tehdään tarjoumista houkuttelevia vaihtelemalla niitä.
- Muistetaan, että liikkumisen mahdollistaminen on jokaisen työntekijän tehtävä.
- Yritetään muuttaa omaa asennetta liikuntamyönteiseen suuntaan. ”*Pitäisi saada pois se aikuisten kommentti, että lapset villiintyy liikaa. Pitäisi saada asia käännettyä niin päin, että aikuiset näkis, että on hyvä, jos lapsella on naama punainen ja hiki päässä. Peukku pystyy silloin, että jes!*” (LAH1)
- Tartutaan tilaisuuksiin spontaanisti, eikä olla liian riippuvaisia tiukasta ennakkosuunnitelmasta.
- Aikuisen kekseliäisyys ja epävirallisten oppimisympäristöjen kuten metsän luova hyödyntäminen voi osittain korvata fyysisten ja valmiiksi rakennettujen tilojen puutteet.

- Pyritään katsomaan asioita lapsen näkökulmasta ja rikastetaan leikkejä ja pelejä.
- Osallistetaan aidosti lapsia sekä suunnittelu-, toteutus- kuin arviointitilanteissakin.

Varhaiskasvatus kokoaa alle kouluikäiset lapset yhteen ja lapsiryhmät voivat koostua varsin heterogeenisestä lapsijoukosta. Tarkoituksena olisi kuitenkin antaa kaikille lapsille yhtäläiset mahdollisuudet osallistua toimintaan. Haastatteluaineistosta nousi esiin huomio, että perheiden vaihtelevat liikuntatottumukset näkyivät merkittävästi lasten liikkumistaidoissa, -tavoissa ja -varusteissa. Huoltajien kanssa tehtävä kasvatusyhteistyö on merkittävässä roolissa varhaiskasvatuksessa. Sen lähtökohtana on luottamuksellinen vuorovaikutus ja keskinäinen kunnioitus (Opetushallitus, 2018, s. 38.) Varhaiskasvatuksen ammatillinen henkilökunta ottaa esiin huoltajien kanssa keskustellessaan myös lapsen liikunnallisuuden ja fyysisen aktiivisuuden. Liikunta-agenttien haastatteluissa kävi ilmi, että kaikissa päiväkodeissa ei ollut yhteisesti sovittu tapaa, jolla liikunnallisuus otettiin puheeksi huoltajien kanssa käytävissä keskustelussa. Jokaisen lapsen asioiden äärellä kahdesti vuodessa käytävä keskustelutilanne olisi oiva hetki kertoa päiväkodissa tapahtuvasta liikkumisesta ja siitä, miten huoltajat voisivat tukea lapsensa fyysisestä aktiivisuudesta ja sen lisäämistä arjessa (Laukkanen, Määttä, Reunamo, Roos, Soini & Mäki, 2016, s. 24). Huoltajat ovat jokaisen varhaiskasvatusikäisen lapsen vahvin roolimalli, sillä tutkimusten perusteella liikunnallisten perheiden lapset ovat fyysisesti aktiivisimpia (Soini & Sääkslahti, 2017, s. 139). Päiväkodin tasolla voitaisiin myös sopia yhteinen liikunnallisuuteen liittyvä teema, josta puhutaan jokaisen lapsen vasu- tai leops-keskustelussa kuten siinä porvoalaisessa päiväkodissa, jossa oli sovittu, että keskusteluissa käydään perheiden kanssa läpi fyysisen aktiivisuuden suositukset.

Ikätovereihin verrattuna vähäisempi kokemus eri liikuntalajeista voi johtua myös siitä, että lapsella ei ole ollut mahdollisuuksia niitä harjoittaa. Cools ja kollegat ovat tutkimuksessaan todenneet, että lapsen liikunnallisiin taitoihin vaikuttaa merkittävästi vanhemman koulutustausta siten, että korkeammin koulutettujen vanhempien lasten liikunnalliset taidot ovat keskimäärin paremmalla tasolla (Cools, de Martelaer, Samaey & Andries, 2011, s. 654). Vaikka vain parissa haastattelussa tuotiin ilmi huoli lasten tasavertaisuuden

toteutumisesta varhaiskasvatuksessa tapahtuvaan liikuntaan liittyen, koin tärkeäksi nostaa sen yhdeksi keskeiseksi teemaksi esiin, sillä varhaiskasvatuksessa on mahdollista huomioida tämä lasten välistä epätasa-arvoa tuottava rakenne ja vahvistaa yhdenvertaisuutta siten, että järjestetään toiminta niin, että siihen osallistuminen ei ole perheen resursseista kiinni (Soini & Sääkslahti, 2017, s. 140).

Yhdessä päiväkodin johtajan haastattelussa heräsi myös ajatus päiväkodeissa järjestettävästä varustekeräyksestä, jossa otettaisiin vastaan perheiltä pieneksi jääneitä liikuntavälineitä ja jaettaisiin sellaisiin päiväkoteihin, joissa on niille tarvetta. Tämä on luonnollisesti mittava työsarka, joka vie resurssia perustehtävältä. Kuvioon 14 on koottuna luvussa 6.2 käsitellyt keskeiset tutkimuksen perusteella ilmenneet liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistarpeet.

Kuvio 14. Kooste tutkimuksessa ilmenneistä kehittämistarpeista.

Kehittämistyötä tukevien rakenteiden vahvistaminen päiväkodeissa.

- Liikunta-agenttien tai liikuntavastaavien säännöllisten suunnittelu- ja arviointipalaverien toteutuminen tärkeää.

Yhteinen ymmärrys aikuisen toiminnan merkityksestä liikuntakulttuurin edistämisessä.

- Positiivisen ja kannustavan ilmapiirin ylläpitäminen.
- Turvallisuuteen liittyvien sääntöjen tarkastelu henkilökunnan kesken.

Huoltajien kanssa tehtävän kasvatusyhteistyön tärkeyden näkeminen.

- Päiväkodin yhdessä sovitut tavat pitää liikkumisteema arkipuheessa.

Liikkumisteeman pohtiminen lasten tasa-arvon toteutumisen näkökulmasta.

- Huoli syrjäytymisvaarassa olevista lapsista.

6.2 Tutkimuksen luotettavuudesta

Tutkimuksen luotettavuus tarkoittaa sitä, että tutkija pystyy perustelemaan tutkimuksessaan käyttämänsä valinnat vakuuttavasti sen jokaisessa vaiheessa. Perustelunsa hänen tulee esittää kattavasti tutkimusraportissaan. (Puusa & Juuti, 2020.) Tutkimuksen tekeminen lähtee liikkeelle aiheen valinnasta, johon liittyy

tutkijan esiyttäminen aiheesta ja käsitys siitä, miten tutkimusasetelma alkaa rakentua (Aaltio & Puusa, 2020). Porvoon varhaiskasvatuksen työntekijänä koin tärkeäksi lähteen tarkastelemaan omassa organisaatiossani toteutettavaa liikunnallista toimintakulttuuria, sillä tiedostin fyysisen aktiivisuuden, sekä fyysistä että psyykkistä terveyttä edistävät, hyödyt ihmiselle läpi koko hänen elämänsä.

Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman nykytilan arvioinnin teemoihin oli jo aiemminkin tutustuttu Porvoon varhaiskasvatuksessa, joten katsoin järkeväksi rakentaa haastattelukysymykset niiden varaan. Teemojen runsaus oli toisaalta tutkimuksen vahvuus, mutta toisaalta myös sen heikkous. Laaja teemavalikoima tuotti runsaan ja rikkaan tutkimusaineiston ja sain kerättyä monipuolisesti tietoa siitä, minkälaisena porvooolaisissa päiväkodeissa päiväkodin johtajat ja liikunta-agentit näkivät liikunnallisen toimintakulttuurin. Osa teemoista paneuduttiin ainoastaan yhdessä haastattelukysymyksessä, jolloin riski suppeaan informaation kertymiseen oli suuri. Onnekseni haastateltavista suurin osa vastasi siitäkin huolimatta laveasti. Kuitenkin, jos olisin valinnut tarkastelun kohteeksi vain osan teemoista, olisin pystynyt paneutumaan niihin tarkemmin ja saanut niistä huomattavasti syvällisempää tietoa pintaraapaisun sijaan.

Tässä opinnäytetyössä oma roolini oli sekä tutkijan rooli että varhaiskasvatuksen työntekijän, sillä työskentelen yhdessä porvooolaisessa päiväkodissa päiväkodin johtajana. Tutkimukseen kutsuttujen halukkuuteen osallistua tutkimukseen ja tapan vastata kysymyksiin saattoi vaikuttaa se, että haastattelut teki henkilö, jonka tiedettiin työskentelevän samassa organisaatiossa esimiestehtävässä. Joidenkin haastateltavien olisi saattanut olla helpompaa kertoa, ehkä arkaluontoisina pitämiään, näkökulmia täysin ulkopuoliselle haastattelijalle (vrt. Tienari, Vaara & Meriläinen, 2005, s. 103). Kuitenkin osa haastateltavista mahdollisesti koki, että he saattoivat samassa organisaatiossa työskentelevälle haastattelijalle jakaa yhteiseen taustaan vedoten tietoa luottamuksellisesti (vrt. Vaattovaara, 2015, s. 34).

Aalto ja Puusa (2020) pitävät laadullisessa tutkimusotteessa hyväksyttävänä ja jopa itsestäänselvytenä tutkijan henkilökohtaisen kokemuksen tutkimuskohteeseen. Edelleen he kuitenkin korostavat tutkimuksen sitomista käsitteellisen viitekehyksen keinoin ajankohtaiseen keskusteluun ja kirjallisuuteen aiheesta. Luotettavuutta tulee aina tarkastella kokonaisuutena ja suhteessa valittuihin menetelmiin. (Aalto & Puusa, 2020.) Olenkin tässä

opinnäytetyössäni pyrkinyt hyödyntämään laajasti aihepiiriin liittyvää tutkimustietoa ja kirjoittamaan auki menetelmällisiä valintojani ja kuvaamaan analyysin kulkua kattavasti. On kuitenkin selvää, että tehdessäni tutkimusta omassa organisaatiossani, jossa olen työskennellyt vuosikausia, en missään tapauksessa ole pystynyt näkemään enkä kuvaamaan tarkasteluni kohteita ulkopuolisen silmin. Oma kokemukseni on varmasti myös värittänyt sitä, minkälaisia artikkeleita olen valinnut näkökulmiani tukemaan.

Laadulliselle tutkimusprosessille on jopa ominaista se, että vaikka päättelyketjut olisi kuinka hyvin kuvattu ja argumentoitu ansiokkaasti, voi käydä niin, että toinen tutkija päätyy samasta aineistosta tekemissään tulkinnoissa aivan toisenlaisiin tuloksiin (Aalto & Puusa, 2020). Tulkintani lähtevät oletettavasti osittain aiemmista kokemuksistani, vaikka olenkin pyrkinyt vilpittömästi pitäytymään tutkimusaineistosta lähteviin tulkintoihin.

Tutkimuksen luotettavuutta lisää prosessin läpinäkyvyys ja se, että pyydetään prosessiin osallistuvia arvioimaan tutkimusta (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Toimin opinnäytetyöni edetessä jatkuvasti yhteistyössä varhaiskasvatuksen projektikoordinaattorin kanssa, sekä aineiston keruussa, että myös hänen kanssaan keskustellen ja pohtien käytännön etenemistä. Porvoon varhaiskasvatuksen näkökulmasta oli tarkoitus, että valmis tutkimus toimii käytännön työvälineenä porvoolaisten varhaiskasvatuksen työntekijöiden käsissä. Tämä velvoitti minua kirjoittamaan haastattelujeni tuloksista mahdollisimman totuudenmukaisesti. Tavoite tuottaa päiväkoteihin hyödyllistä materiaalia on saattanut vaikuttaa siihen, mitä olen kirjoittanut ja millä tavalla.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta ei vähennä se, että saatua tietoa ei voida sellaisenaan yleistää, vaan tarkoituksena on lisätä ymmärrystä tutkittavasta ilmiöstä ja sen äärellä toimivien henkilöiden käsityksistä ilmiöön liittyen (Aalto & Puusa, 2020). Tässä opinnäytetyössä hankittu tieto ja tehdyt tulkinnat liittyivät tiiviisti Porvoon varhaiskasvatuksessa toteutettavaan liikunnalliseen toimintakulttuuriin ja sen kehittämiseen, mutta siitä huolimatta uskon, että jossain toisessakin kunnassa voidaan hyötyä tämän tutkimuksen annista.

6.3 Eettistä pohdintaa

Jokaisen tutkijan tulee noudattaa hyvää ja kestäväää tutkimusetiikkaa tutkimustyössään aivan sen alkumetreiltä viimeiseen pisteeseen saakka (Vuori, 2021) ja ottaa kantaakseen vastuu tekemistään eettisistä ratkaisuista (Kuula, 2006, s. 26). Merkittävää on, että samalla tavalla kuin edellisessä luvussa todettiin tutkimuksen luotettavuutta tarkasteltaessa, myös eettisesti kestävään tutkimuksen teon osalta on tärkeää se, millä tavalla tutkija pystyy omat valintansa perustelemaan. Eettisyys ilmenee tutkimuksen laatuna ja sisäisenä johdonmukaisuutena (Tuomi & Sarajärvi, 2018, s. 149).

Tutkimuksen teossa pyrin käyttämään monipuolisesti lähdeaineistoa ja sillä tavalla perehtymään kyseessä olevaan ilmiöön kattavasti. Aineistonkeruumenetelmänä käytin haastattelua. Haastattelututkimuksessa huomioitavat keskeiset eettiset kysymykset ovat tutkimukseen osallistuvalla henkilöltä saatu suostumus, luottamuksellisuus ja salassapito sekä haastattelututkimuksen seuraukset haastateltaville (Cohen, Manion & Morrison, 2000, s. 292). Tässä tutkimuksessa aineisto hankittiin Porvoon varhaiskasvatuksen henkilökuntaa haastattelemalla. Kerroin kaikille haastatteluun kutsuttaville tutkimuksen tarkoituksesta ja toteutustavoista etukäteen, minkä jälkeen he saivat osallistumiskutsun sähköpostitse. Kutsussa olivat haastattelukysymykset ja saatekirje, jossa esiteltiin tutkimus pääpiirteittäin. Siinä myös kerrottiin tutkimuksen vapaaehtoisuudesta. Tutkimuseettinen neuvottelukunta edellyttää, että tutkimukseen osallistuvan henkilön antaman suostumuksen on aina pohjaututtava tietoon (Kohonen, Kuula-Luumi & Spoo, 2019, s. 8). Haastattelutilanteen alussa kysyin heiltä vielä, halusivatko he esittää kysymyksiä tutkimukseen liittyen ja pyysin lupaa tallentaa haastattelun Teamsin tallennustoiminnolla. Jokaisella haastateltavalla on ollut tilaisuus kieltäytyä osallistumasta tutkimukseen ja heitä on tiedotettu tästä oikeudesta. Tutkimukseen osallistuvilla henkilöillä on oikeus perua osallistumisensa tutkimukseen missä tahansa tutkimuksen vaiheessa ilman, että heidän tarvitsee kertoa siihen syytä. (Kohonen, Kuula-Luumi & Spoo, 2019, s. 8).

Toimin luottamuksellisesti haastateltaviani kohtaan ja säilytin haastattelutallenteet ainoastaan tarvittun ajan ja kirjoitin tutkimusraportin siten, että siitä eivät käy ilmi yksittäisen henkilön antamat vastaukset, eikä tästä

tutkimuksesta ole mitään negatiivisia seuraamuksia haastateltaville. Koodasin kaikki litteroidut haastattelut, eikä kenelläkään muulla ollut pääsyä aineistoon. En myöskään katso, että haastatteluaineisto olisi ollut millään muotoa arkaluontoista, sillä siinä kuvattiin porvoalaisissa päiväkodeissa toteutettavaa liikunnallista toimintakulttuuria.

6.4 Jatkotutkimuspohdintaa

Porvoon varhaiskasvatuksessa tekemieni haastattelujen perusteella kävi ilmi, että päiväkodeissa on runsaasti tahtoa toimia siten, että vahvistetaan ja kehitetään liikunnallista toimintakulttuuria, mutta siitä huolimatta vaikutti siltä, että osa toimijoista koki muutoksen tahdin hitaaksi ja sanoitti aistivansa jopa vastarintaa omissa yksiköissään. Päiväkodin johtaja on se viranhaltija, jonka tehtävänä on johtaa sekä yksikkönsä pedagogiikkaa että toimintakulttuuria (Opetushallitus, 2018, s. 28-29). Lapsiryhmässä työskentelevän henkilökunnan rooli edellyttää kehittämistyön kaikissa vaiheissa esihenkilön tukea ja jaettua ymmärrystä siitä, miten yksikössä toteutetaan liikunnallisen toimintakulttuurin rakentumista. Hyvin keskeisenä teemana haastatteluista nousi aikuisen toiminta mahdollistajana. Mielestäni tärkeä jatkotutkimuksen aihe on tämän roolin tarkastelu. Tutkimuksen avulla pystyttäisiin löytämään niitä syitä, jotka estävät varhaiskasvatuksen ammattilaisia toteuttamasta ja kehittämästä lasten fyysistä aktiivisuutta edistävää toimintakulttuuria ja voitaisiin myös löytää keinoja tukea liikunnallisen toimintakulttuurin rakentumista. Tämä edellyttää ehdottomasti myös johtamiseen liittyviä tekoja ja niiden tutkimista. Kokoan seuraavassa muutamia tähän aihepiiriin liittyviä näkökulmia, joita voisi olla mielenkiintoista lähteä jatkotutkimuksessa kehittämään edelleen.

Parrila ja Fonsén peräänkuuluttavat pedagogisen johtamisen prosessin lähtökohdaksi perustehtävän kirkastamista kaikille työyhteisön jäsenille (Parrila & Fonsén, 2016, s. 59). Liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisen kannalta yksiköissä on syytä käydä keskustelua siitä, mitkä ovat yhteiset ydintehtävät lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämistä silmällä pitäen. Esimerkiksi, jos päiväkodissa ei ole yhdessä sovittu pihäsääntöjä ja pohdittu kieltojen tarpeellisuutta tai jos lapsiryhmissä on keskenään kovin erilaiset mahdollisuudet harjoitella liikkumista, ei voida puhua koko päiväkodin yhtenäisestä

liikunnallisesta toimintakulttuurista. Kun toimintakulttuurista käydään avointa arvokeskustelua, tehdään yhteisistä tavoitteista niitä sanoittamalla näkyviä. Jatkotutkimuksessa toimintakulttuurin kehittämistä voitaisiin tutkia siitä käytävän keskustelukulttuurin kautta. Eri toimijat saisivat omille diskursseilleen äänen, ja sitä kautta voisi löytyä ymmärrys eri näkökulmille.

Henkilökunnan jäsenten sitoutuminen muuttuvaan toimintakulttuuriin vahvistuu, kun he kokevat olevansa osallisia muutoksessa. Jaettu johtajuus on väline henkilöstön osallisuuden ja toimijuuden vahvistamiseen (Heikka, 2017, s. 45). Porvoon varhaiskasvatuksen liikunnallisen toimintakulttuurin vahvistamisessa jaettu johtaminen toteutui jakamalla vastuuta kehittämistyöstä päiväkodin johtajan ja liikunta-agenttien välillä (vrt. Lahtinen, Fagerström, Ihalainen ym., 2015, s. 28). Jatkotutkimusaiheena voitaisiin tarkastella jaetun johtajuuden käytänteiden toteutumista varhaiskasvatusyksikössä. Siinä ruohonjuuritason toimijoiden osaamisen ja kokemuksen tunnistaminen ja hyödyntäminen tulisivat keskeiseen asemaan (vrt. Järvinen, Koivisto & Pokela, 2000, s. 105). Kehittämistyön vastuita kannattaa jakaa tasaisesti, että mahdollisimman moni henkilökunnan jäsenistä pääsee kokemaan osallisuutta saadessaan olla mukana kehittämässä päiväkodin liikunnallista toimintakulttuuria tai kuuluessaan johonkin muuhun kehittämistiimiin. Kun jaettua johtajuutta toteutetaan tasavertaisesti, eivät innokkaimmat vastuunkantajat uuvu työtaakkansa alla siitä syystä, että ovat valikoituneet useampiin ”extravastuisiin”. Jaettu johtajuus sitouttaa hankkeen toimijat tiiviisti mukaan huolehtimaan omasta leiviskästään. Jokaisessa työyhteisössä on olemassa niitäkin työntekijöitä, jotka eivät innostu uudesta hankkeesta tai jopa jarruttavat sitä. Kehittämistyön vastuita jakaessa tulee pohtia myös sellaisten henkilöiden osallisuutta, jotka vastustavat muutosta (Ranta, 2005, s. 147). Jaetun johtajuuden toteutumista voitaisiin jatkotutkimuksessa tarkastella myös osallisuuden näkökulmasta.

Porvoolaisissa päiväkodeissa on toteutettu Liikkuva varhaiskasvatus - ohjelman alustalla nykytilan arvioinnit, joiden tulosten perusteella jokaisessa yksikössä on valittu omat kehittämiskohteet. Tällainen kaikissa yksiköissä toteutettava nykytilan arviointi tuo päiväkodit samalle lähtöviivalle. Useassa haastattelussa mainittiin, että arvioinnin toteuttivat liikunta-agentit ja päiväkodin johtaja yhteistyössä. Usean näkökulman mukaan ottaminen tuo arvioinnille lisää vaikuttavuutta. Kehittämistyö on pitkäjänteistä puurtamista, jossa maltti on valttia.

Tekemiselle on edistymisen varmistamiseksi syytä asettaa tavoitteita, mutta kannattaa muistaa, että tavoitteiden tulee olla sellaisia, että ne ovat realistisia saavuttaa ja niitä kohti tulee edetä tarpeeksi pienin askelin (Ranta, 2005, s. 127). Tavoitteiden asettamista ja arviointikäytänteitä tutkimalla saataisiin jatkotutkimuksessa tietoa muutosjohtamisen käytänteistä liikunnallisen toimintakulttuurin juurruttamisessa.

Päiväkodin johtajan tehtävänä on varmistaa, että kehittämistyön arviointiin on riittävästi aikaa. Arviointitulosten jakaminen esimerkiksi koko päiväkodin palaverissa takaa sen, että saadaan koko työyhteisölle yhteinen tieto siitä, mitä kehittämishankkeessa on tähän mennessä saatu aikaiseksi. Avoin viestintä lisää hankkeeseen liittyvää läpinäkyvyyttä ja vahvistaa osallisuuden kokemusta. Mitä suurempi työyhteisö on kyseessä, sitä suurempi on riski sille, että aina joku kokee jäävänsä keskeisen tiedon ulkopuolelle (Ranta, 2005, s. 17). Jatkotutkimusaiheena tulisi tässä viitekehyksessä kyseeseen toimintakulttuurin kehittämistyöhön liittyvä viestintä.

Päiväkodin johtaja on henkilökunnan hyvinvoinnin kannalta keskeinen henkilö. Työhyvinvointi on hyvin laaja kokonaisuus, jonka osa-alueita ovat muun muassa työilmapiiri, myönteinen yhteisöllisyys ja osallisuuden toimintakulttuuri (Kangas, Lastikka & Karlsson, 2021, s. 29). Liikuntahankkeen viitekehyksessä voidaan henkilöstön hyvinvointia tarkastella liikunnallisen elämäntavan tuomien edullisten vaikutusten kannalta. Haastatteluissa päiväkodin johtajat toivat ilmi käsitystään siitä, että työntekijä, joka on fyysisesti hyvässä kunnossa, jaksaa tehdä työnsä innostuneemmin ja virkeämmin. Työhyvinvointi ja vielä laajemmin ajateltuna päiväkodin kaikkien toimijoiden hyvinvointi liikunnallisessa toimintakulttuurissa voitaisiin nähdä jatkotutkimuksen aiheena.

6.5 Lopuksi

Tekemieni haastattelujen myötä voin hämmästyneenä ja ihailien todeta, miten ammattitaitoista ja innovatiivista henkilökuntaa Porvoon varhaiskasvatuksessa työskentelee. Liikunnallisen toimintakulttuurin pitkäjänteinen kehittäminen on vuosien saatossa tuottanut hienoja toimintamalleja päiväkoteihin. Säännölliset yhteistyötapaamiset toimivat parhaimmillaan oivana tapana jakaa osaamista eri

toimijoiden ja yksiköiden välillä. Vastaavaa osaamisen ja hyvien toimintakäytänteiden jakamista soisi tapahtuvan paljon enemmänkin arjessa.

LÄHTEET

- Aaltio, I. & Puusa, A. (2020). Mitä laadullisen tutkimuksen arvioinnissa tulisi ottaa huomioon? Teoksessa Puusa A. & Juuti, P. (toim.) (2020) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Tallinna: Gaudeamus.
- Ahonen, L. (2017a). Haastavat kasvatustilanteet. Lämpimän vuorovaikutuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Ahonen, L. (2017b). *Vasun käyttöopas*. Jyväskylä: PS-kustannus
- Alasuutari, P. (2015). *Laadullinen tutkimus 2.0*. (5. Painos). Tampere: Vastapaino.
- Baker, J.L., Olsen, L.W. & Sorensen, T. I. A. (2007). Childhood body-mass index and the risk of coronary heart disease in adulthood. *The New England Journal of Medicine*. Dec 6: 2007.Vol. 357. Nro 23, 2329-2337. doi: 10.1056/NEJMoa072515
- Bjorgen, K. (2016). Physical activity in light of affordances in outdoor environments. Qualitative observation studies of 3-5 years olds in kindergarten. *SpringerPlus* (2016) 5:950. doi: 10.1186/s40064-016-2565-y.
- Brown, W.H., McIver, K.L., Pfeiffer, K.A., Dowda, M. ym. (2009). Social and environmental factors associated with preschoolers' nonsedentary physical activity. *Child Development*. Jan/Feb 2009. Vol 80. Nro 1, 45-58. doi: [10.1111/j.1467-8624.2008.01245.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2008.01245.x)
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. (2000). *Research Methods in Education*. (5. painos). New York: Taylor & Francis Group.
- Cools, M., de Martelaer, K., Samaey, C. & Andries, C. (2011). Fundamental movement skill performance of preschool children in relation to family context. *Journal of Sport Sciences* 29(7), 649-660. doi: [10.1080/02640414.2010.551540](https://doi.org/10.1080/02640414.2010.551540)
- Connelly, J-A., Champagne, M. & Manningham, S. (2018). Early childhood educators' perception of their role in children's physical activity: do we

- need to clarify expectations? *Journal of Research in Childhood Education*. 32:3, 283-294. <https://doi.org/10.1080/02568543.2018.1464979>
- Fonsén, E., Heikka, J., Hjelt, H., Eskelinen, M. & Riekkola, A. (2017). Osallisuutta edistävä toimintakulttuurin arviointi ja kehittäminen – Case Yliskylä. Teoksessa Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka, J. (toim.) *Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2. Suunnittelu, toteuttaminen ja kehittäminen*. (ss. 168-187). Helsinki: Kopio Niini.
- Gray, C. ym. (2015). What is the relationship between outdoor time and physical activity, sedentary behaviour, and physical fitness in children? A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 12(6), 6455-6474; <https://doi.org/10.3390/ijerph120606455>.
- Haapala, E.A., Pulakka, A., Haapala, H.L. & Lakka, T.A. (2016). Fyysisen aktiivisuuden ja fyysisen passiivisuuden yhteydet terveyteen ja hyvinvointiin lapsilla. Teoksessa Opetus- ja kulttuuriministeriö (2016a). *Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22.
- Haas, J.S., Lee, L.B., Kaplan, C.P. & al. (2003). The association of race, socioeconomic status, and health insurance status with the prevalence of overweight among children and adolescents. *American Journal of Public Health*. Vol.93. Iss. 12. December 2003., 2105-2110.
doi: [10.2105/ajph.93.12.2105](https://doi.org/10.2105/ajph.93.12.2105)
- Heikka, J. Jaettu pedagoginen johtajuus ja opettajajohtajuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Parrila, S. & Fonsén, E. (toim.) (2016). *Varhaiskasvatuksen pedagoginen johtajuus. Käsikirja käytännön työhön*. (ss. 43-57). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Hujala, E. & Turja, L. (toim.) (2020). *Varhaiskasvatuksen käsikirja 5.uudistettu painos*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyvärinen, M. (2017). Haastattelun maailma. Teoksessa Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvoori, J. (toim.) (2017). *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Tampere: Vastapaino.
- Hyvärinen, M., Nikander, P. & Ruusuvoori, J. (toim.) (2017). *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Tampere: Vastapaino.
- Järvinen, A., Koivisto, T. & Poikela, E. (2000). *Oppiminen työssä ja työyhteisössä*. Helsinki: WSOY.

- Kangas, J., Lastikka, A-L. & Karlsson, L. (2021). Voimauttava varhaiskasvatus. Leikkivä, osallinen ja hyvinvoiva lapsi. Helsinki: Otava.
- Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka, J. (toim.) Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2. Suunnittelu, toteuttaminen ja kehittäminen. Helsinki: Kopio Niini.
- Karila, K. (2013). Ammattisukupolvet varhaiskasvatuksen pedagogiikan toteuttajina ja kehittäjinä. Teoksessa Karila, K. & Lipponen, L. (toim.) (2013). *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka*. (ss. 9-29). Tampere: Vastapaino.
- Karila, K., Alasuutari, M., Hännikäinen, M., Nummenmaa, A. R. & Rasku-Puttonen, H. (toim.) (2006). *Kasvatusvuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino.
- Karila, K. & Lipponen, L. (toim.) (2013). *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka*. Tampere: Vastapaino.
- Karila, K., & Nummenmaa, A.R. (2011). *Ammatilliset keskustelut varhaiskasvatuksessa*. Helsinki: WSOY.
- Karila, K., & Nummenmaa, A.R. (2011). Keskustelukulttuurin kehittäminen. Teoksessa Karila, K., & Nummenmaa, A.R. (2011). *Ammatilliset keskustelut varhaiskasvatuksessa*. (ss. 111-116). Helsinki: WSOY,
- Karlsson, L., Weckström, E. & Lastikka, A-L. (2017). Osallisuuden toimintakulttuuria rakentamassa sadutusmenetelmällä. Teoksessa Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka, J. (toim.) *Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2. Suunnittelu, toteuttaminen ja kehittäminen*. (ss. 94-119). Helsinki: Kopio Niini.
- Kattilakoski, R. (2018). *Koulun toimintakulttuuri avautuvissa oppimistiloissa. Etnografinen tutkimus uuteen koulurakennukseen muuttamisesta*. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto.
https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/58031/978-951-39-7440-4_v%c3%a4it%c3%b6s08062018%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) *Valloittava varhaiskasvatus. Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia*. Tampere: Vastapaino.
- Kohonen, I., Kuula-Luumi, A. & Spoof, S-K. (2019). Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi

- Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019.
- Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019.
- Kokkonen, A. (2015). Kulttuuri vahvistuu onnistumisilla. Teoksessa Kuusela, S. (2015). *Organisaatioelämää. Kulttuurin voima ja vaikutus*. AlmaTalent.
- Kupila, P. (2020). Varhaiskasvatuksen asiantuntijuus oppivassa työyhteisössä. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) (2020). *Varhaiskasvatuksen käsikirja*. 5.uudistettu painos. Jyväskylä: PS-kustannus
- Kuula, A. (2006). Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino
- Kuusela, S. (2015). Organisaatioelämää. Kulttuurin voima ja vaikutus. AlmaTalent.
- Kyhälä A-L., Reunamo, J., Valtonen, J., & Ruismäki H. 2020. Ajankäyttö ja vähintään kohtuukuormitteinen fyysinen aktiivisuus lasten toiminnoissa varhaiskasvatuksessa. *Liikunta & Tiede* 57 (4), 71–78.
https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/319689/lt_4_2020_s71_78.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lahtinen, L., Fagerström, S., Ihalainen, M-L., Keski-Heikkilä, S. ym. (2015). *Ilo kasvaa liikkuen – Johtajan työkirja*. Päivitetty versio. Valon julkaisusarja nro 3/2015. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 342.
- Laukkanen, A., Määttä, S., Reunamo, J., Roos, E., Soini, A. & Mäki, P. (2016). Perheen tärkeä rooli. Teoksessa Opetus- ja kulttuuriministeriö (2016a). *Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22.
- Lehto, S., Reunamo, J. & Ruismäki, H. (2012). Children's peer relations and children's physical activity. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 45 (2012), 277-283. doi:[10.1016/j.sbspro.2012.06.564](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.564)
- Liikkuva varhaiskasvatus (2021). Nykytilan arviointi.
<https://www.liikkuvarhaiskasvatus.fi/fi/nykytilan-arviointi>
- Malina, R. M. (2014). Top 10 research questions related to growth and maturation of relevance to physical activity, performance and fitness. *Research quarterly for exercise and sport*. Volume 85, 2014, 157-173. doi: [10.1080/02701367.2014.897592](https://doi.org/10.1080/02701367.2014.897592)
- Mehtälä, M., Sääkslahti, A., Inkinen, M. & Poskiparta, M. (2014). A socio-ecological approach to physical activity interventions in childcare: a

- systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2014; 11:22. doi: [10.1186/1479-5868-11-22](https://doi.org/10.1186/1479-5868-11-22)
- Ndisang, J.F. & Rastogi, S. (2013). Cardiometabolic diseases and related complications: current status and future perspectives. *Biomed Research International* 2013:467682 doi: [10.1155/2013/467682](https://doi.org/10.1155/2013/467682)
- Niemistö, D., Finni, T., Haapala, E.A., Cantell, M., Korhonen, E. & Sääkslahti, A. (2019). Environmental correlates of motor competence in children: the skilled kids study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. <https://doi.org/10.3390/ijerph16111989>
- Niemistö, D. & Laukkanen, A. (2019). Lasten motorisissa taidoissa yllättäviä eroja. Jyunity. Blogi. Luettu 10.2.2021. <https://jyunity.fi/ajattelijat/lasten-motorisissa-taidoissa-yllattavia-eroja/>
- Nummenmaa, A.R. (2006). Kasvattajien yhteisö ja kasvatuskulttuuri. Teoksessa Karila, K., Alasuutari, M., Hännikäinen, M., Nummenmaa, A. R. & Rasku-Puttonen, H. (toim.) (2006). *Kasvatusvuorovaikutus*. (ss. 19-33). Tampere: Vastapaino,
- Opetushallitus (2018). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2018*.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö (2016a). *Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö (2016b). *Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset*. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21.
- O'Reilly, C., Chatman, J. (1986). Organizational commitment and psychological attachment: the effects of compliance, identification and internalization on prosocial behavior. *Journal of Applied Psychology*, 71(3), 492-499. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.71.3.492>
- Parrila, S. & Fonsén, E. (2016). Pedagogisen johtamisen prosessi. Teoksessa Parrila, S. & Fonsén, E. (toim.) (2016). *Varhaiskasvatuksen pedagoginen johtajuus. Käsikirja käytännön työhön*. (ss. 59-90). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Parrila, S. & Fonsén, E. (toim.) (2016). *Varhaiskasvatuksen pedagoginen johtajuus. Käsikirja käytännön työhön*. Jyväskylä: PS-Kustannus

- Poitras, V.J., Gray, C.E., Borghese, M.M. ym. (2016). Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth. *Applied Physiology, Nutrition and metabolism* 41, 197-239. doi: [10.1139/apnm-2015-0663](https://doi.org/10.1139/apnm-2015-0663)
- Porvoo (2020). Porvoon kaupungin varhaiskasvatussuunnitelma.
- Porvoo (2020). Päiväkodit. Luettu 18.10.2020.
<https://www.porvoo.fi/paivakodit#kunnalliset-paivakodit>
- Puusa, A. (2020a). Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa Puusa A. & Juuti, P. (toim.) (2020). *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Tallinna: Gaudeamus.
- Puusa, A. (2020b). Näkökulmia laadullisen aineiston analysointiin. Teoksessa Puusa A. & Juuti, P. (toim.) (2020) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Tallinna: Gaudeamus
- Puusa A. & Juuti, P. (toim.) (2020). *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. Tallinna: Gaudeamus
- Puusa, A. & Juuti, P. (2020). Laadullisen tutkimuksen olemus. Teoksessa Puusa A. & Juuti, P. (toim.) (2020) *Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät*. (ss. 75-85). Tallinna: Gaudeamus
- Raittila, R. (2013). Pienryhmätoiminta ja leikkialueet. Varhaiskasvatuksen pedagoginen toimintaympäristö rakentuu arkisissa käytännöissä. Teoksessa Karila, K. & Lipponen, L. (toim.) (2013). *Varhaiskasvatuksen pedagogiikka*. (ss. 69-94). Tampere: Vastapaino
- Ranta, L. (2005). *Kehittyvä työyhteisö*. Jyväskylä: Gummerus
- Reunamo, J., Hakala, L., Saros, L., Lehto, S., Kyhälä, A-L. & Valtonen, J. (2014). Children's physical activity in day care and preschool. *Early Years - An International Research Journal*. 2013, 32-48.
<https://doi.org/10.1080/09575146.2013.843507>
- Reunamo, J., Saros, L. & Ruismäki, H. (2012.) The amount of physical activity in Finnish day care. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 45 (2012), 501 – 506. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.587>
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) (2005). *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Jyväskylä: Gummerus.

- Räsänen, T. (2009). Tasapainoa ja oppimista lähijohtamiseen. Opas kunta-alan esimiehille ja työyhteisöille. Työturvallisuuskeskus, Kuntaryhmä.
Nykypaino
- Schein, E.H. & Schein, P.A. (2016). *Organizational Culture and Leadership*. 5. painos. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Siljamo, S. (2020a). Porvoo liikkumisen lisäämisen tiellä. Esitys Porvoon liikuntahankkeesta. Julkaisematon. Porvoo 2020.
- Siljamo, S. (2020b). Liikkuvat Lillit & Vikkelät Viikarit. Esitys Porvoon liikuntahankkeesta. Julkaisematon. Porvoo 2020.
- Siljamo, S. (2021a). Porvoon liikkuva VaKa. Nykytilan arvioinnin 2020 yhteenvetoa. Esitys Porvoon liikuntahankkeesta. Julkaisematon. Porvoo 2021.
- Siljamo, S. (2021b). Leikkien, liikkuen ja iloiten - rauhoitutaan hetki yhdessä. Esitys Porvoon liikuntahankkeesta. Julkaisematon. Porvoo 2021.
- Soini, A. & Sääkslahti, A. (2017). Fyysinen aktiivisuus lapsen kasvun ja kehityksen tukena. Teoksessa Koivula, M., Siippainen, A. & Eerola-Pennanen, P. (toim.) *Valloittava varhaiskasvatus. Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia*. (ss. 129-144). Tampere: Vastapaino.
- Sääkslahti, A. (2021). Liikunta Varhaiskasvatuksessa – Kasvatusta Liikunnan Avulla. Webinaari 22.1.2021. Jyväskylän Yliopisto. Liikuntatieteellinen tiedekunta.
- Sääkslahti, A., Mehtälä, A. & Tammelin, T. (toim.) (2021). Piilo. Pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen seuranta. Kehittämisvaiheen 2019-2021 tulosraportti.
- Sääkslahti, A. (2015). *Liikunta varhaiskasvatuksessa*. Jyväskylä: PS-kustannus
- Sääkslahti, A., Niemistö, D., Nevalainen, K., Laukkanen, A., Korhonen, E. & Juutinen-Finni, T. 2018. Päiväkotien liikuntaolosuhteiden yhteys lasten motorisiin taitoihin. *Liikunta & Tiede* 56 (2–3), 77–83.
<http://urn.fi/URN:NBN:fi:jyu-201906263460>
- THL (2021). Varhaiskasvatus 2020. Viitattu 2.10.2021. <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/lapset-nuoret-ja-perheet/varhaiskasvatus>
- Tienari, J., Vaara, E. & Meriläinen, S. (2005). Yhteisyyden rakentuminen haastattelussa. Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) (2005).

- Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus.* (ss. 103–124). Jyväskylä: Gummerus.
- Trost, S. G., Sirard, J. R., Dowda, M & al. (2003). Physical activity in overweight and nonoverweight preschool children. *Internationa Journal of Obesity.* 2003:27, 834-839. doi: [10.1038/sj.ijo.0802311](https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0802311)
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2018). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi.* Helsinki: Tammi.
- Turja, L. (2018). Osallisuuden pedagogiikan jalkauttaminen varhaiskasvatuksen arkeen. Teoksessa Kangas, J., Vlasov, J., Fonsén, E. & Heikka, J. (toim.) *Osallisuuden pedagogiikkaa varhaiskasvatuksessa 2. Suunnittelu, toteuttaminen ja kehittäminen.* (ss. 65-81). Helsinki: Kopio Niini.
- Turja, L. (2020). Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) (2020). *Varhaiskasvatuksen käsikirja 5.uudistettu painos.* Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vaattovaara, V. (2015). *Elämäkulku ja toimijuus. Lapin maaseudun nuorista aikuisiksi 1990–2011.* Väitöstutkimus. Lapin yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta.
- Valtonen, M., Heinonen, O.J., Lakka, T.A. & Tammelin, T. (2013). Lapsuusiän liikunnan merkitys. Kardiometabolinen näkökulma. *Lääketieteellinen aikakauskirja Duodecim.* 2013;129(11), 1153-1158.
<https://www.duodecimlehti.fi/duo11009>
- Varhaiskasvatuslaki 1.9.2018/540.
<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540#Lidp446879680>
- Vuori, J. Tutkimusetiikka ihmistieteissä. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja.* Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.
- Vuori, J. (toim.) *Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja.* Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto.
- Vähäkainu-Kujanen, T. (2015). Samastumme kulttuuriin. Teoksessa Kuusela, S. (2015). *Organisaatioelämää. Kulttuurin voima ja vaikutus.* AlmaTalent.
- Wenström, S. (2020). Positiivinen johtaminen. Johda paremmin opetus- ja kasvatusalalla. Jyväskylä: PS-kustannus.

LIITTEET

Liite 1: Saatekirje haastateltaville ja tietosuojailmoitus

Hyvä Liikunta-agentti/Päiväkodin johtaja

Teen opinnäytetyötäni Tampereen Yliopistossa Kasvatustieteiden ja kulttuurin tiedekunnassa. Pyydän Sinua osallistumaan tähän tutkimukseen, jossa selvitetään Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit -liikuntahankkeen ja liikunnallisen toimintakulttuurin toteutumista porvoalaisissa päiväkodeissa. Tutkimus tehdään keväällä 2021 ja sen aikana päiväkodeissa haastatellaan päiväkotien liikunta-agentteja ja päiväkodin johtajia. Liikunta-agenttien haastattelut voidaan toteuttaa joko pari- tai yksilöhaastatteluina. Kaikki haastattelut tehdään teamsin välityksellä. Tutkimusmenetelmäksi on valittu haastattelu sen vuoksi, että halutaan saada hanketta päiväkodin arjessa toteuttavien toimijoiden ääni paremmin kuuluviin. Haastatteluun varataan aikaa n. 45 minuuttia.

Tutkimuksesta on hyötyä jokaiselle Porvoon päiväkodille; niin niiden asiakkaille kuin varhaiskasvatuksen parissa työskenteleville, sillä tutkimustuloksena kootaan toimivia liikuntakäytänteitä eri päiväkodeista ja edistetään tällä tavoin liikunnallisen toimintakulttuurin toteutumista ja kehittymistä porvoalaisissa päiväkodeissa.

Haastatteluissa keskitytään päiväkodeissa toteutettavaan liikunnallisuuteen liittyvään tietoon. Haastattelut tallennetaan ja tallenteet tuhoetaan, kun haastattelu on litteroitu. Valmiista tutkimusraportista eivät käy ilmi yksittäisen henkilön antamat vastaukset. Kaikkea haastatteluissa annettua tietoa käsitellään luottamuksellisesti, eikä sitä käytetä mihinkään muuhun kuin ainoastaan tätä nimenomaista opinnäytetyötä varten. Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja voit peruuttaa osallistumisesi tutkimukseen koska tahansa.

Vastaa mielelläni kysymyksiinne.

Allekirjoitus

Rekisterin nimi	Liikkuvat Lillit ja Vikkelät Viikarit – Kohti liikunnallisempaa toimintakulttuuria Porvoon varhaiskasvatuksessa
Päiväys	15.3.2021
Rekisterinpitäjä(t)	Tiinariitta Nyman
Ohjaaja tai oppilaitoksen yhteyshenkilö	
Henkilötietojen käsittelytarkoitus ja käsittelyperuste	<p>Henkilötietojasi kerätään Porvoon varhaiskasvatuksen liikuntahankkeeseen liittyvässä opinnäytetutkimuksessa, jonka tarkoituksena on kerätä tietoa päiväkotien liikuntavastaavilta ja päiväkodin johtajilta Porvoossa toteuttavan liikuntahankkeen edistymisestä ja päiväkotien liikunnallisen toimintakulttuurin kehittymisestä. Koska kyseessä on haastattelututkimus, saattavat haastattelussa ilmi käyvät asiat olla yksilöiviä.</p> <p>Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Henkilötietojen käsittelyperusteena on suostumus. Suostumuksen voi peruuttaa milloin tahansa ilmoittamalla tästä rekisterinpitäjälle. Suostumuksen peruuttaminen ei vaikuta ennen suostumuksen peruuttamista suoritetun käsittelyn lainmukaisuuteen.</p> <p>Opinnäytetutkimuksen ohjaajalla on pääsy aineistoon opinnäytetyön ohjaamista ja tarkastamista varten. Tällöin rekisterinpitäjänä on Tampereen yliopisto ja käsittelyperusteena yleisen edun mukainen opetustehtävä.</p>
Henkilötietojen säilytysaika	<p>Opinnäytetyön valmistuttua aineisto ja henkilötiedot tuhotaan. Työn arvioitu valmistumisaika on syksyllä 2021.</p> <p>Siltä osin kuin ohjaajalla on pääsy aineistoon opinnäytetyön ohjaamista ja tarkastamista varten, ohjaajat ja tarkastajat käsittelevät henkilötietoja ainoastaan niin kauan kuin on tarpeellista työn hyväksymistä varten.</p>
Rekisterin tietosisältö ja tietolähteet	<p>Koska haastattelu tehdään Teamsin välityksellä, taltioituvat nimesi ja sähköpostiosoitteesi haastattelutallenteeseen.</p> <p>Haastattelun tietosisällöstä saattaa käydä ilmi henkilötiedoiksi luokiteltavaa tietoa.</p>
Rekisteröidyn oikeudet	<p>Tietosuojalainsäädännön mukaisesti vastaajalle kuuluu oikeus saada pääsy häntä koskeviin tietoihin, oikaista tietoja, oikeus tietojen poistamiseen (oikeus tulla unohdetuksi), rajoittaa tietojen käsittelyä ja vastustaa henkilötietojen käsittelyä. Jos haluat käyttää jotain oikeuttasi, ota yhteys rekisterinpitäjään.</p>
Oikeus valittaa viranomaiselle	<p>Sinulla on oikeus tehdä valitus henkilötietojen käsittelyä valvovalle viranomaiselle, jos epäilet henkilötietojasi käsiteltävän vastoin tietosuojalainsäädäntöä: tietosuoja.fi, puh: 0295666700, sähköposti: tietosuoja@om.fi</p>
Henkilötietojen vastaanottajat	Henkilötietojasi ei luovuteta ulkopuolisille.
Rekisterin suojauksen periaatteet	<p>Digitaalinen aineisto suojataan käyttäjätunnuksella ja salasanalla tai kaksivaiheisella käyttäjän tunnistuksella (MFA). Haastattelutallenteet litteroidaan ja haastattelussa esiin nousevat henkilötiedot pseudonymisoidaan. Digitaalinen aineisto tuhotaan, kun litterointi on saatu valmiiksi.</p>

Liite 2: Haastattelukysymykset

Haastattelukysymykset: Päiväkodin johtajat

Päiväkodissanne on vastattu Liikkuva varhaiskasvatus- ohjelman nykytilan arviointiin, joka liittyy Porvoossa toteutettavaan Liikkuvat Lilli ja Vikkelät Viikarit-hankkeeseen. Seuraavissa haastattelukysymyksissä keskitytään samoihin, tuttuihin teemoihin.

1. Millä tavalla teidän päiväkodissanne liikunta-agenteille/hlökunnalle on järjestetty aikaa liikuntaa lisäävän toiminnan kehittämiseen? Minkälaisia rakenteita olette luoneet, että tämä toteutuu säännöllisesti? Miten ylläpidätte positiivista kehittämissuhetta liikuntaa lisäävän hankkeen ympärillä? Miten tietoa jaetaan koko henkilökunnalle? Liittykö tähän haasteita? Jos, niin minkälaisia?
2. Mitä tavoitteita päiväkotiin on valittu liikuntaa lisäävän toiminnan edistämiseksi? Minkälaisia toimenpiteitä olette tehneet näiden tavoitteiden toteuttamiseksi? Miten arvioitte tavoitteiden saavuttamista? Millaisia hallinnollisia muutoksia nämä toimenpiteet ovat edellyttäneet? Esimerkiksi palaverirakenteet?
3. Tuetaanko päiväkodissanne henkilökunnan omaa hyvinvointia ja liikkumista? Millä tavoin?
4. Onko pihan toiminnallisuutta arvioitu liikkumisen näkökulmasta? Onko pihan virikkeellisyyttä lisätty omilla toimilla?
5. Millä tavalla liikuntavälineitä hankitaan? Suunnitelmallisuus? Koordinointi?
6. Minkälaisena näet oman roolisi liikuntaa lisäävän toimintakulttuurin kehittämisessä?

Haastattelukysymykset: Päiväkodin liikunta-agentit

Päiväkodissanne on vastattu Liikkuva varhaiskasvatus- ohjelman nykytilan arviointiin, joka liittyy Porvoossa toteutettavaan Liikkuvat Lilli ja Vikkelät Viikarit-hankkeeseen. Seuraavissa haastattelukysymyksissä keskitytään samoihin, tuttuihin teemoihin.

1. Miten päiväkodissa mahdollistetaan se, että lapset saavat päivittäin liikkua vähintään kaksi tuntia? Sisällä? Ulkona? Miten suunnittelu tapahtuu? Toistuuko viikko-ohjelma?
2. Järjestetäänkö päiväkodissanne ohjattua liikuntaa? Sisällä? Ulkona? Millä tavalla sitä järjestetään? Järjestetäänkö toimintaa yli ryhmärajojen?
3. Onko päiväkodissanne sovittu, että lasten liikkumista havainnoidaan yhtenevin tavoin? Jos, niin miten? Miten havaintoja hyödynnetään toiminnan suunnittelussa?
4. Millä tavoin lapsia kannustetaan liikkumaan siirtymätilanteissa? Millä keinoin pyritään välttämään lasten pitkäkestoista istumista? Millä tavalla toiminnallisuus huomioidaan oppimistilanteiden suunnittelussa? Mahdollistetaanko vertaisoppiminen?
5. Miten huomioidaan vähän liikkuvat ja tukea tarvitsevat lapset?
6. Millä tavoin lapset osallistuvat liikkumisen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin?
7. Miten lähiympäristöä hyödynnetään päivittäisessä liikkumisessa?
8. Miten kasvatusyhteistyö huoltajien kanssa toteutuu liikunnanlisäämisteemaa ajatellen?
9. Minkälaisena näet oman roolisi tässä liikuntaa lisäävän toimintakulttuurin kehittämisessä? Millä tavalla liikuntaleikkikoulunohjaajakoulutus on vaikuttanut toimintaasi?

