



LIIKUNTA VARHAISKASVATUKSESSA - kasvatusta liikunnan avulla

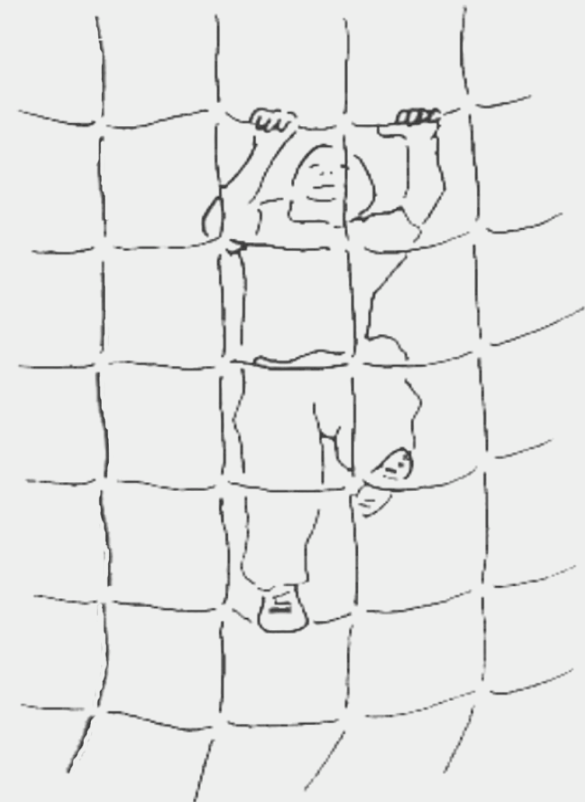
Arja Sääkslahti, apulaisprofessori (Liikuntapedagogiikka)
Jyväskylän yliopisto,
Liikuntatieteellinen tiedekunta



Varhaiskasvatussuunnitelma 2018 (Vasu)

Varhaiskasvatuksen tehtävänä on, mm.

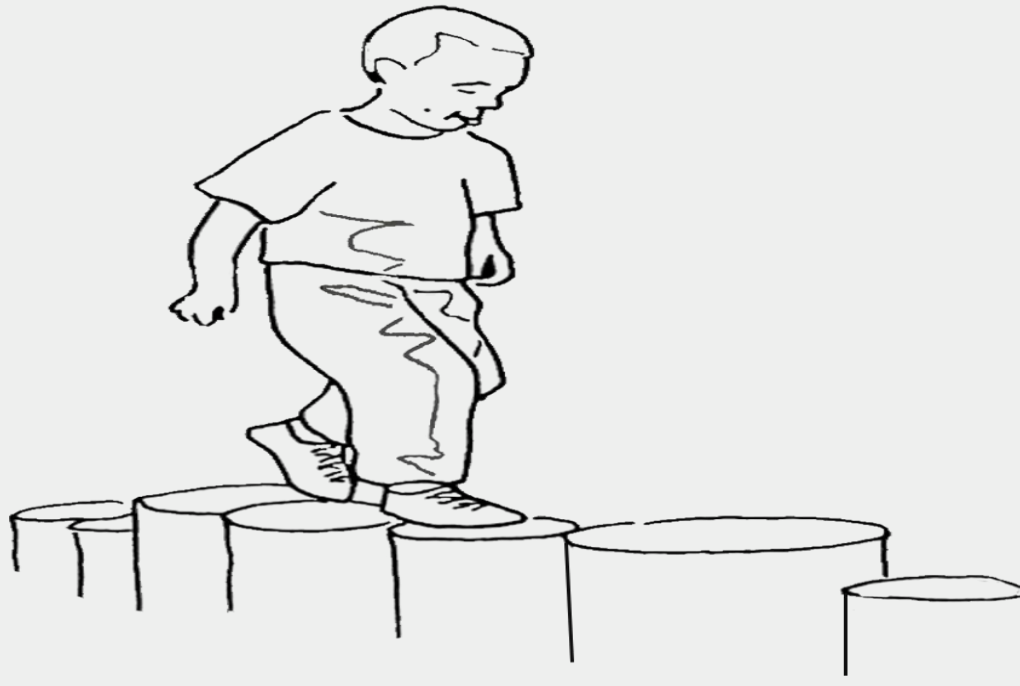
- *"Kehittää lasten kehontuntemusta ja – hallintaa sekä motorisia perustaitoja, kuten tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaitoja."*
- *"Säännöllisellä ja ohjatulla liikunnalla on tärkeä merkitys lasten kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja motoriselle oppimiselle."*





Tavoitteenani on tänään vastata kysymyksiin:

- Miten me aikuiset voimme ohjata lasta liikkumaan siten, että toimintamme tukee aidosti lapsen kehitystä?
- Kuinka voimme varmistaa, että lapsella on riittävästi liikkumisen mahdollisuuksia?



Lähtökohtana on tuottaa myönteisiä oppimiskokemuksia

Varhaiskasvatuslaki 540/2018 velvoittaa tähän,
mutta tätä lähtökohtaa tukee myös tuorein tutkimustieto



Kokemus liikkussa on myönteinen silloin, kun...

- Tehtävät ovat kiinnostavia ja sopivan haasteellisia
 - > Lähikehityksen vyöhyke (Vygotsky 1978) on siis tärkeää tunnistaa lapsen liikkumisen taidoissa



Lähikehityksen vyöhyke

Taso, jonka voi saavuttaa avustettuna

(esim. ympäristö, toinen taitavampi henkilö jne...)

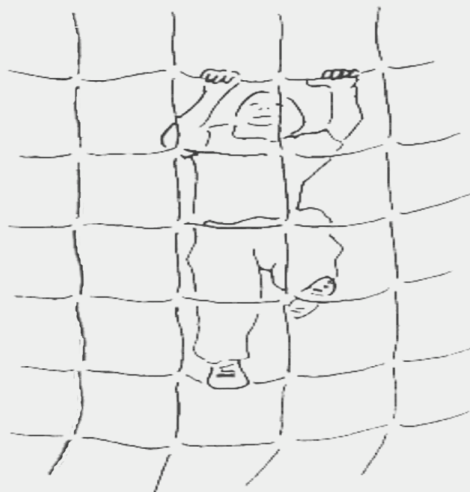
- Lähikehityksen vyöhyke

Tämän hetken taitotaso



Motorisen kehityksen etenemisestä

- Fyysiset/biologiset edellytykset luovat yksilön motoriselle kehitykselle raamit
sen lisäksi
- Psyykkiset ominaisuudet ja ympäristön mahdollisuudet muokkaavat yksilöllisen aikataulun





–tutkimus



- Satunnaisesti valitut varhaiskasvatusyksiköt (n=37) ja niiden johtajat (n=37) eri puolilta Suomea
- 1 136 päiväkotilasta (2 – 7-vuotiaita) sekä heidän vanhempansa

Lue lisää

- Taitavista tenavista: <https://www.jyu.fi/sport/fi/tutkimus/hankkeet/taitavat-tenavat>



Vanhempien uskomuksilla on suuri merkitys!

- Vanhempien/huoltajien käsitys lapsensa
 - / motorisista taidoista ($r=.14$; $p=.027$) ja siitä,
 - / kuinka paljon lapsi nauttii liikunnasta ($r=.16$; $p=.010$)olivat yhteydessä lapsen liikkumistaitoihin



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

**Kasvattajina meidän
tulee siis huolehtia siitä,
että kaikilla lapsilla on
tasavertainen
mahdollisuus liikkua**



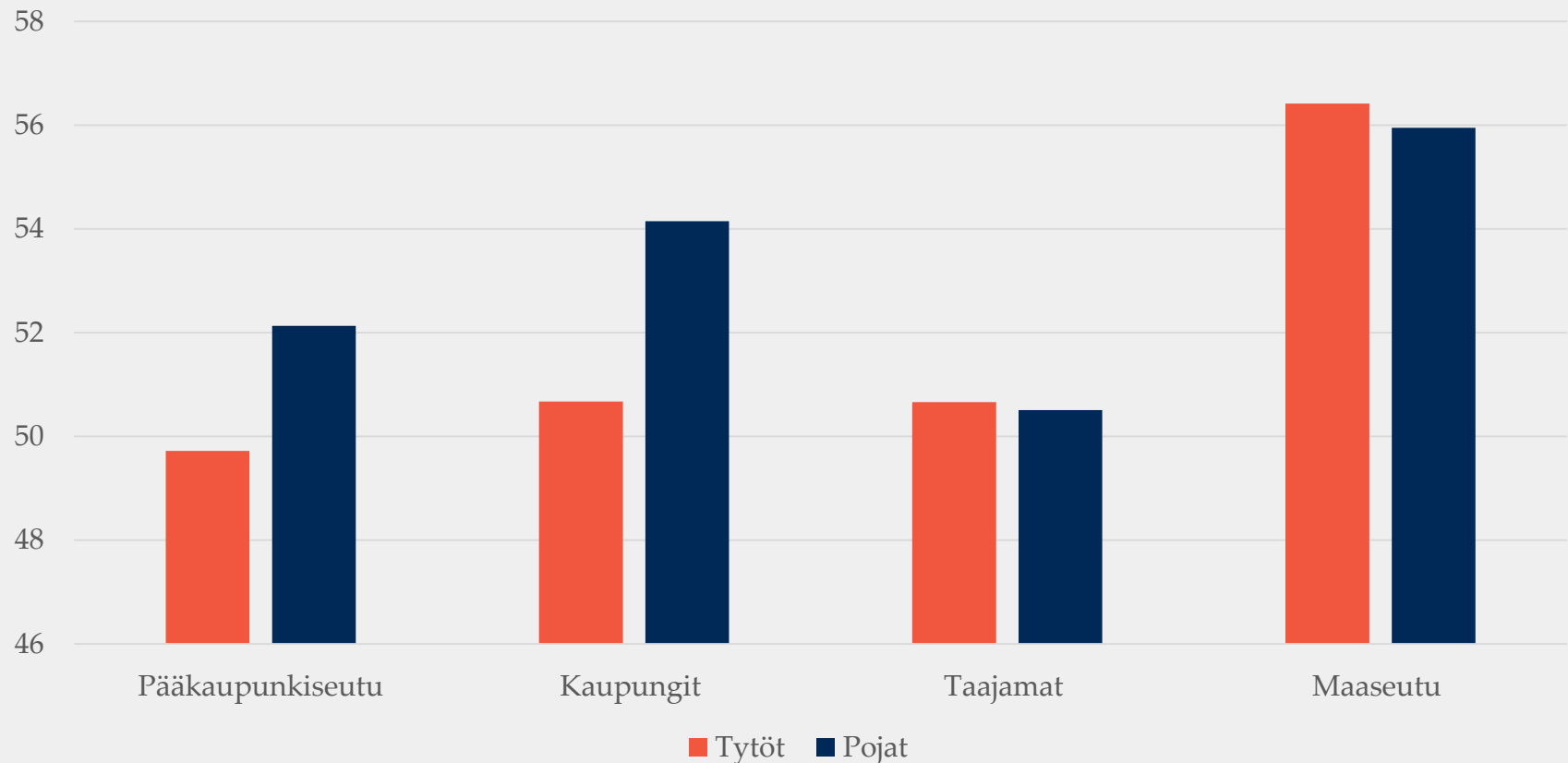
Motoriset taidot kehittyvät leikkien ja liikkuen, erityisesti ulkona

kaikkina vuodenaikoina

Maaseudulla asuvilla 3-7-vuotiailla lapsilla on muita paremmat motoriset taidot



max. 100p.



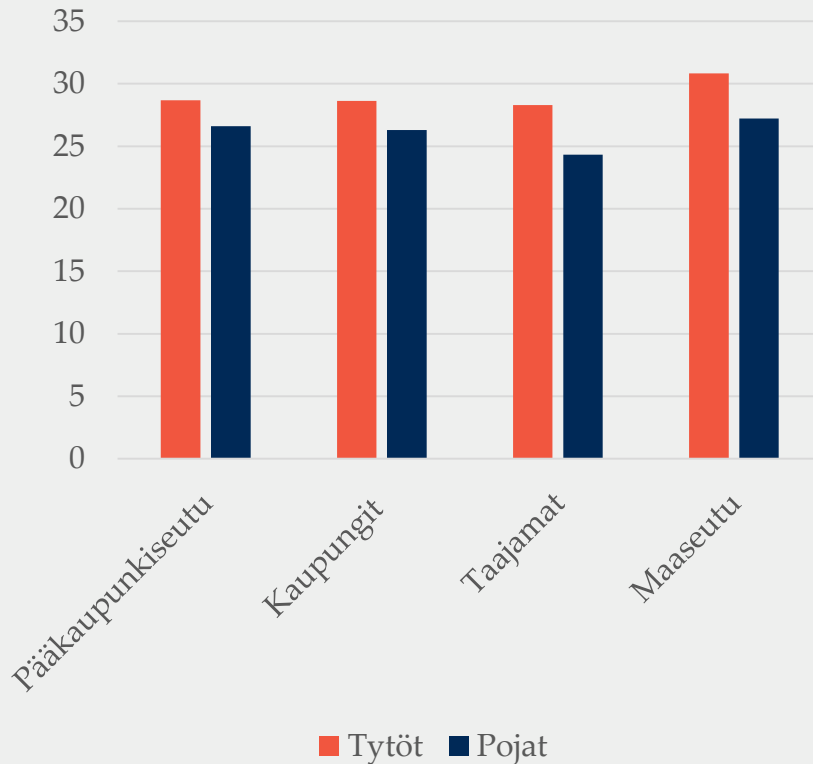
Lähde: Niemistö ym. 2019b

Tytöillä on paremmat **liikkumistaidot** ja pojilla pallon käsittelytaidot



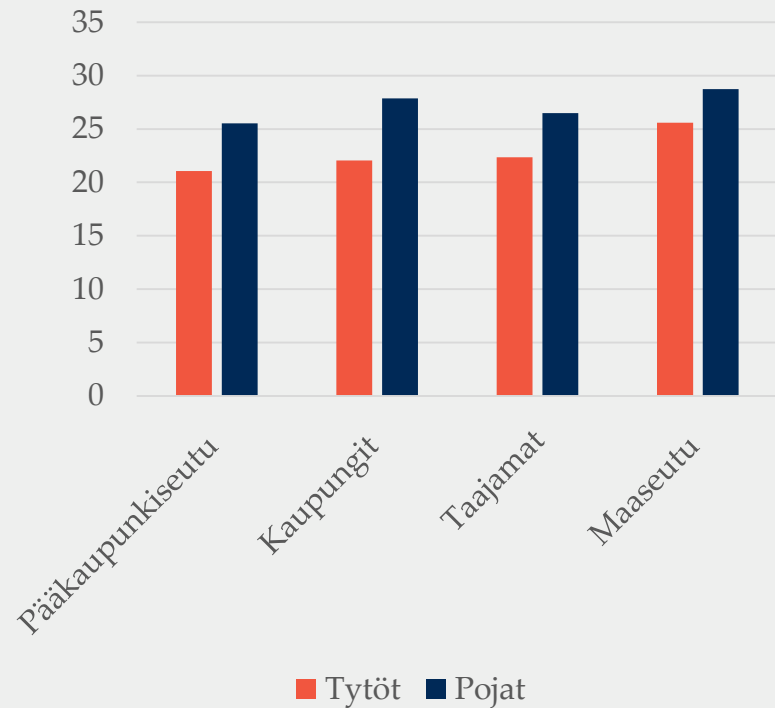
LIKKUMISTAIDOT

max. 46p.



KÄSITTELYTAIDOT

max. 54p.



Niemistö ym. 2019b



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

**Lapsen käsitys itsestä
– liikkujana -
perustuu vahvasti hänen
omaan kokemukseensa siitä
kuinka taitava hän on
motorisesti
(motorinen pätevyys)**



Pohdittavaa meille jokaiselle:

Tutkimustulokset osoittivat, että vaikka tytöt olivat liikkumistaidoissa keskimäärin poikia parempia, **he eivät tunnistanee** olevansa niin hyviä kuin olivat. (Niemistö ym. 2019)

=> **Unohdammeko me antaa tytöille tunnustusta, kannustusta, ihailua ja kehuja liikkumisesta?**



Pääkaupunkiseudulla asuvilla tytöillä oli heikoimmat motoriset taidot



Points

— *

- Kuvio julkaistaan tänä vuonna osana Donna Niemistön väitöskirjaa

— *
— *
— *

Kaupungeissa asuvilla pojilla oli parhaat liikuntataidot



Points

*

- Kuvio julkaistaan tänä vuonna osana Donna Niemistön väitöskirjaa

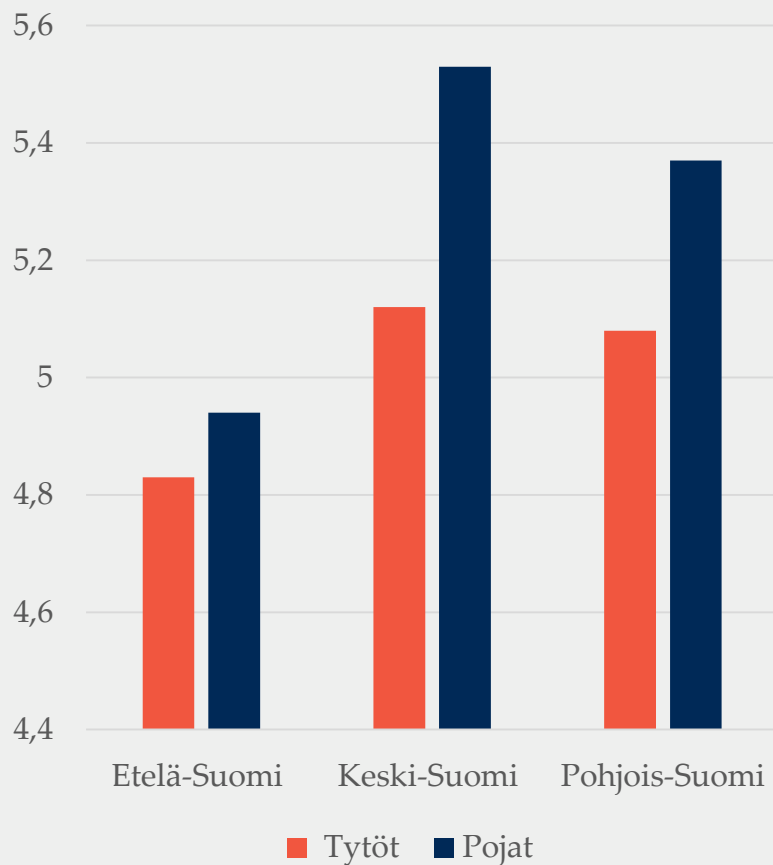
*

Erojen taustalla ulkona vietetty aika ja ohjattuihin liikuntaharrastuksiin osallistuminen

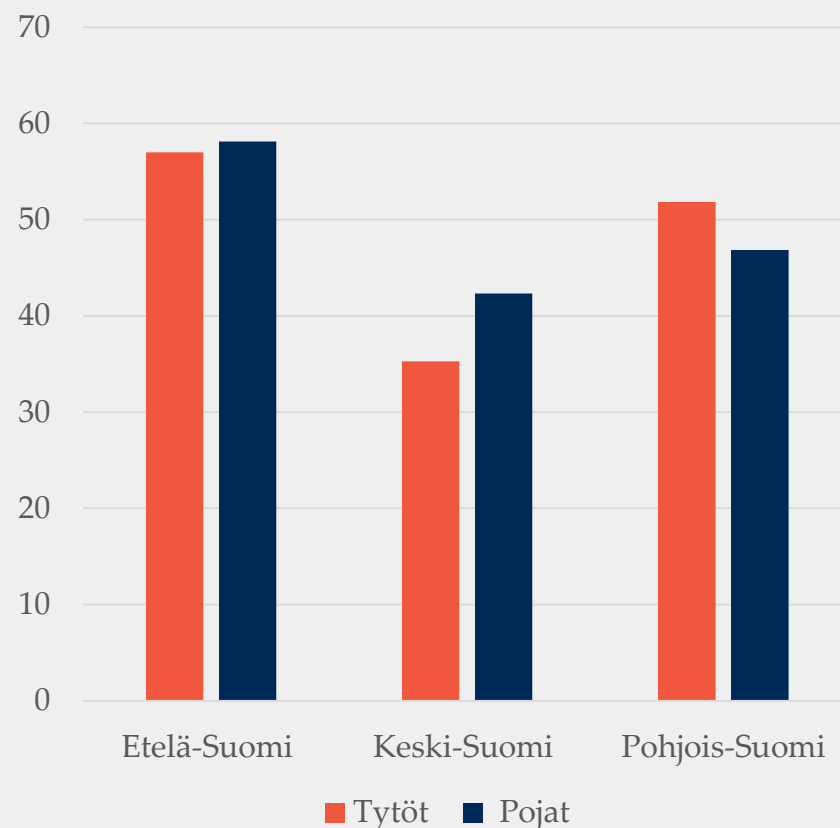


Lähde: Niemistö ym. 2019b

Ulkona vietetty aika (1-7)



Harrastukset (min/viikko)





Ulkoleikin määrä päiväkotipäivän jälkeen

- Arkipäivisin: Lapset leikkivät keskimäärin 30 - 60 minuuttia ulkona
=> HUOM: 3,4% lapsista ei pääse ulos leikkimään päiväkotipäivän jälkeen
- Viikonloppuisin: Lapset leikkivät noin 60 - 120 minuuttia ulkona



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Varhaiskasvatuspäivän aikaisilla toiminnoilla on suuri merkitys



Onko päiväkotien olosuhteilla (pihoilla) yhteyttä lasten motorisiin taitoihin?



Varhaiskasvatussyksiköiden välillä oli eroja:

- 32%:lla ei ollut omaa salia
- Ulkoilualueen koko vaihteli suuresti:
226m² – 11 000m²
- 54%:lla oli pääsy metsäiselle alueelle

Mitä suurempi piha-alue, sitä paremmat pallonkäsittelytaidot lapsilla olivat (Sääkslahti et al. 2019)





Mitä vähemmän pihalla oli erilaisia alustoja, sitä paremmat liikkumistaidot lapsilla oli (Sääkslahti et al. 2019)

Mitä enemmän pihalla oli erilaisia muotoja, sitä heikommat liikuntataidot lapsilla (Sääkslahti et al. 2019)





Johtopäätökset

- Ulkonaleikin määrä ja monipuolisen liikkumisen mahdollistava piha-alue ovat lapsen motorisen kehityksen kannalta erittäin merkityksellistä...
koska
- mitä enemmän lapsella oli ukoleikkia, sitä paremmat motoriset taidot hänellä oli.



Varhaiskasvattaja: turvaa lapselle runsas, päivittäinen ulkoilu



**Myös sosio-emotionaalisella
ympäristöllä on tärkeä merkitys
kehitykselle**



Sosio-emotionaalinen ympäristö niin kotona kuin varhaiskasvatuksessa sisältää mm.

- Yleinen ilmapiiri
 - / Saako lapsi liikkua vai edellytetäänkö hiljaista paikallaan olemista?
 - / Minkälaisiin puuhiin lasta kannustetaan: esim. lukemaan tai leikkimään vai musiikin, piirtämisen tai liikunnan pariin
 - / Tehdäänkö eroa ”tyttöjen” ja ”poikien” välille?
- (Vanhemmuus)käytänteet
 - / Mitä asioita tuetaan ja minkälaisia asioita tehdään yhdessä (perheenä)?



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Miten kasvattaja reagoi silloin, kun lapsella on haasteita?

Mistä voi tunnistaa, että jokin tehtävä on
lapselle vaikea?



Kun tehtävä on lapselle liian vaikea,

hän esimerkiksi

- välttelee
- keksii syitä, miksei voi juuri nyt tehdä
- lähtee tilanteesta pois
- tekeytyy ”näkymättömäksi”
- alkaa tehdä joitain muuta, kuten härnää muita, karkailee (”häiriköintiä”)
- siirtää aikuisen huomion muualle (pelleilee)
- Jne...



TUUMAUSTAUKO!



Havainnoi lasta hänen arjessaan ja mieti:

- Pystyykö hän motorisissa tehtävissä samaan kuin muut saman ikäiset?
 - > Jos ei, onko mahdollisesti kyseessä motorisen kehityksen viivästymä, poikkeama?
 - > vaikuttaako siltä, että kehitys on tyypillisen ikätasoista,
 - ... mutta motoristen tehtävien oppiminen on hidasta ja todennäköisesti lapsella on motorisen oppimisen vaikeus?



Kun liikkuminen ryhmän mukana ei tuota onnistumisia, niin

- Luodaan monipuolinen ympäristö, jossa on **vapaus valita** vaativuudeltaan erilaisia tehtäviä
- Huolehditaan, että lapsilla on rauha tehdä: **riittävästi tilaa ja aikaa**
- Varmistetaan että lapsella on saatavilla **tukea/ apua/ ohjausta**, niin että hän voi saavuttaa onnistumisen tunteen,

.... **kokea iloa ja riemua**





Luonnon metsä on täynnä tarjoumia



Kaksi tuntia päivässä leikkiä metsässä

Ingunn Fjortoft (2004) klassikkotutkimus:

- vuoden mittainen intervention-tutkimus paljasti, että lasten leikkiessä metsässä heillä oli huomattavasti enemmän erilaisia leikkityyppejä kuin tavallisissa päiväkotien pihaleikeissä:
 - Metsässä leikkivillä lapsilla oli:
 - / Enemmän fyysisesti aktiivisia leikkejä (ns. toiminnallista leikkiä)
 - / rakenteluleikkejä
 - / symbolileikkejä (roolileikkejä sekä mielikuvitusleikkejä)
- => Heidän **sosiaaliset taidot tulivat paremmiksi** ja siitä syystä:
- pojat ja tytöt
 - pienemmät ja isommat lapset
- leikkivät yhdessä**

Luonnon metsä kasvattaa ja tarjoaa lähikehityksen vyöhykkeen





Kiitos mielenkiinnostasi



Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016.
Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä.
Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016:21.



Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016: 22.

<http://www.minedu.fi/OPM/Julkaisut/>



Liikunta varhaiskasvatuksessa -kirjan Liite 1 (s. 240-259)

on kooste siitä, miten eri ikäisten lasten motoriset taidot
karttuvat sekä sisä- että ulkoleikeissä





LISÄTIETOJA MM: LÄHTEISTÄ

- **Goodway, J., Ozmun, J. & Gallahue, D. 2019.** Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults. Burlington, MA: Jones and Bartlett Publishers.
- **Laukkanen, A., Bardid, F., Lenoir, M., Lopes, V., Vasankari, T., Husu, P. & Sääkslahti, A. 2020.** Comparison of motor competence in children ages 6-9 years accross northern, central, and southern European regions. Scand. J. Med. Sci. Sports 30 (2), 349-360.
- **Laukkanen, A., Niemistö, D., Finni, T., Cantell, M., Korhonen, E. & Sääkslahti, A. 2018.** Correlates pf physical activity parenting: the Skilled Kids study. Scand. J. Med. Sci. Sports 28 (12), 2691-2701.
- **Niemistö, D., Barnett, L.M., Cantell, M., Finni, T., Korhonen, E. & Sääkslahti, A. 2019.** Socioecological correlates of perceived motor competence in 5–7-year-old Finnish children. Scand. J. Med. Sci. Sports 29, 753–765.
- **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 16(11), 1989.
- **Stodden, D., Goodway, J., Langendorfer, S., Robertson, M., Rudisill, M, Garcia & Garcia, L. 2008.** A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: A emergent relationship. Quest 60(2), 290-306.
- **Sääkslahti, A. 2018.** Liikunta varhaiskasvatuksessa (2. uudistettu painos). Jyväskylä: PS-Kustannus.
- **Sääkslahti, A., Niemistö, D., Nevalainen, K., Laukkanen, A., Korhonen, E. & Finni, T. 2019.** Päiväkotien liikuntaolosuhteiden yhteys lasten motorisiin taitoihin. Liikunta ja Tiede 56, 77–83.