



Valkama Olli

Pallo pedagogisena opetusvälineenä varhaiskasvatuksessa esikouluikäisillä lapsilla

Kandidaatin tutkielma  
KASVATUSTIETEIDEN JA PSYKOLOGIAN TIEDEKUNTA  
Varhaiskasvatuksen tutkinto-ohjelma  
2024

Oulun yliopisto

Kasvatustieteiden ja psykologian tiedekunta

Pallo pedagogisena opetusvälineenä varhaiskasvatuksessa esikoulu ikäisillä lapsilla (Olli Valkama)

Kandidaatin tutkielma, 36 sivua, 3 liitesivua

Huhtikuu 2024

---

Pallo on monipuolinen pedagoginen opetusväline. Se mahdollistaa opetusvälineenä laaja-alaisesti lapsen kehityksen tukemisen useilla eri kasvatuksen alueilla. Näitä kasvatuksen alueita ovat erityisesti liikuntakasvatus ja tunnekasvatus. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea lapsen liikkumisen taitoja erilaisissa ympäristöissä ja edistää lasten hyvinvointia opettamalla liikunnan merkitystä. Liikuntakasvatuksen tehtävä on tukea lapsen fyysistä ja motorista kehitystä ja muiden asioiden oppimista. Opetushallituksen varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteissa pedagogisen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa liikuntakasvatus huomioidaan oppimisen alueena. Liikunnan kautta opetellaan myös tunnetaitoja, johon kuuluvat itsesäätelytaidot ja tunteiden ilmaisutaidot. Tunnekasvatukseen kuuluvat tunteiden opettelu, joita harjoitellaan varhaiskasvatuksessa erilaisissa tilanteissa, kuten liikuntakasvatuksessa. Tunnekasvatuksessa opittavia taitoja ovat vuoron odottaminen, neuvotteleminen, kompromissien tekeminen, voittaminen, pettymysten ja häviämisen käsitteleminen.

Liikuntakasvatuksessa pallo mahdollistaa pedagogisena opetusvälineenä motoristen toimintojen harjoittamisen. Näitä motorisia taitoja ovat perusmotoriset taidot, karkeamotoriset taidot, hienomotoriset taidot ja havaintomotoriset taidot. Perusmotorisiin taitoihin kuuluvat välineiden käsittelytaidot, tasapainotaidot ja liikkumistaidot. Käsittelin myös motoristen taitojen kehittymistä pallopelien ja palloleikkien avulla. Palloa voidaan käyttää opetusvälineenä myös tunnekasvatuksen tukena. Lähestyin teemaa sosioemotionaalisten taitojen ja tunnetaitojen kautta. Selvitin kuinka tunnekasvatusta voidaan opettaa käyttämällä palloa pedagogisena opetusvälineenä liikunnassa. Lopuksi tarkastelin vaihtoehtoisia pallon pedagogisia käyttökohteita.

Tutkimukseni perusteella pallon avulla lapsi oppii motorisia taitoja monipuolisesti erilaisten liikuntamuotojen kautta. Lapsen kehitykselle erilaiset pallopelit ja palloleikit ovat merkityksellisiä motoristen taitojen harjaantumiselle. Lapsi oppii pallopelien avulla myös tunnetaitoja. Pallolla pelaaminen ja leikkiminen kehittää lapsen tunteiden säätelytaitoja ja antaa mahdollisuuden sosiaalisten suhteiden muodostamiselle vaihtelevissa liikuntatilanteissa. Aikuinen voi kanssasäädellä lapsen tunteita ja antaa vaihtoehtoisia ratkaisuja riitatilanteisiin. Esikoululainen osaa pääosin perusmotoriset taidot hyvin ja harjoittelee karkeamotoristen taitojen rinnalla hienomotorisia taitoja ja havaintomotorisia taitoja. Nämä taidot kehittyvät pallonkäsittelytaitojen toistamisen kautta. Hienomotoriset taidot ja havaintomotoriset taidot hioutuvat parhaiten, kun karkeamotoriset taidot ovat hyvin hallinnassa. Tunteiden säätelyssä esikoululaiset tarvitsevat apua erilaisissa pallopelien ja palloleikkien riitatilanteissa, kuten sääntöjen kertaamisessa.

---

Avainsanat: Esikoulu, liikuntakasvatus, motoriset taidot, pedagoginen opetusväline, pallo, varhaiskasvatus ja tunnekasvatus.

## Sisällysluettelo

<b>1. Johdanto</b> .....	4
<b>2. Keskeiset käsitteet ja teoreettiset lähtökohdat</b> .....	7
<b>2.1 Varhaiskasvatus</b> .....	7
<b>2.2 Motoriset ja kognitiiviset taidot</b> .....	8
<b>2.3 Liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa</b> .....	11
<b>2.4 Pallo pedagogisena opetusvälineenä</b> .....	12
<b>2.5 Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa</b> .....	13
<b>2.6 Leikki</b> .....	13
<b>3. Tutkimuksen toteutus</b> .....	16
<b>4. Tutkimustulokset</b> .....	17
<b>4.1 Esikouluikäisten motoristen taitojen kehittäminen pallon avulla liikuntakasvatuksessa</b> .....	17
<b>4.2 Pallopelit ja palloleikit esikoululaisten tunnekasvatusta tukemassa</b> .....	18
<b>4.3 Pallon muut pedagogiset käyttökohteet</b> .....	21
<b>5. Johtopäätökset ja pohdinta</b> .....	23
<b>Lähteet</b> .....	27

## 1. Johdanto

Kukapa ei olisi törmännyt joskus “pikkupoikaan” tai “-tyttöön”, joka tuulettaa tai esittää Ronaldon hyppytuuletuksen ja sanoo: “siuu”. Portugalilaisen jalkapalloilijan Ronaldon maalin jälkeinen hyppytuuletus on kuulunut vuosien ajan kuuluisimpien jalkapallotuuletusten joukkoon. Tuuletuksesta on muodostunut ilmiö niin lasten keskuudessa varhaiskasvatuksessa ja koulumaailmassa kuin nuorten ja aikuisten parissa. Kukapa meistä aikuisista ei olisi joskus nähnyt tai kuullut tuuletuksesta, saati sitten yrittänyt sitä itse. Itselleni pallopelit erityisesti jalkapallo ja salibandy ovat minulle tärkeitä urheilulajeja. Omia idoleitani ovat Messi ja Ronaldo jalkapallosta.

Pallo on maailmanlaajuisesti monessa muodossaan merkittävä opetus- ja liikuntaväline ja innoittaa niin lapsia oppimaan ja liikkumaan sisällä kuin ulkona. Palloon opetusvälineenä voidaan liittää useita eri oppimisen osa-alueita liikuntakasvatuksesta tunnekasvatukseen. Kandin tutkielmassani tulen käymään läpi erilaisia näkökulmia, mitä asioita pallon avulla voidaan oppia ja mitkä asiat mahdollistuvat pallon avulla.

Olen ottanut aiheekseni pallon pedagogisena opetusvälineenä varhaiskasvatuksessa esikouluikäisillä lapsilla. Aiheessani tutkin kuinka palloa pystytään käyttämään oppimisen välineenä opetuksessa. Minua kiinnostaa miten palloa käytetään opetusvälineenä liikuntakasvatuksessa ja tunnekasvatuksessa. Haluan tutkia, miten pallon avulla lapsi oppii motorisia taitoja ja miten pallopelit ja –leikit mahdollistavat tunnetaitojen opettelun. Halusin lähestyä asiaa näkökulmasta, jossa pallo on yleinen liikuntaväline ja opetusväline, joka kehittää monipuolisesti lapsen kognitiivisia, motorisia taitoja ja auttaa myös tunteiden opettelussa. Sen lisäksi se kehittää lasten sosiaalisia taitoja ja ryhmätoimintaa. Halusin tutkia tarkemmin palloa opetusvälineenä, koska se on monipuolinen niin liikunnassa kuin opetuksessa. Palloa tarvitaan monissa peleissä ja leikeissä. Kandin tutkielmassani käsittelen myös lyhyesti muita pallon pedagogisia käyttökohteita. Kandintutkielmani tutkimuskysymykset ovat: 1. *“Miten pallon avulla voidaan kehittää esikouluikäisten lasten motorisia taitoja liikuntakasvatuksessa?”* ja 2. *“Miten pallopelien ja –leikkien avulla voidaan opettaa tunnekasvatusta esikouluikäisille lapsille?”*

Erityisesti liikuntakasvatuksella on keskeinen merkitys lasten kokonaisvaltaisella hyvinvoinnille (Mehtälä ym., 2023). Mehtälä ja kumppanit (2023) viittaavat Suomessa tehtyyn varhaiskasvatusikäisten Piilo-tutkimukseen (Pienten lasten liikunnan ilo, fyysinen aktiivisuus ja motoriset taidot Suomessa), jonka mukaan varhaiskasvatusikäisistä lapsista noin 76 % liikkuvat varhaisvuosien fyysisten aktiivisuus suositusten mukaisesti. Tutkimuksen mukaan pojat liikkuvat enemmän kuin tytöt niin arkipäivinä kuin vapaapäivinä (Mehtälä ym., 2023).

Aihe on itselleni tärkeä, koska mielestäni varhaiskasvatuksen tärkein ja merkittävin tehtävä on opettaa lapsille varhain hyvät ja terveelliset elintavat liikunnan avulla. Varhaiskasvatussuunnitelman 2022 mukaan lapsia tulee innostaa liikkumaan monipuolisesti ja liikkumisen tulee tuottaa lapsille iloa (Opetushallitus [OPH], 2022). Liikunnalla on varhaiskasvatuksessa suuri tehtävä opettaa lapsille motorisia perustaitoja ja kehontuntemusta (Opetushallitus [OPH], 2024a). Liikuntakasvatuksen avulla lapsi oppii hallitsemaan ja säätelemään tunteitaan. Lapsi oppii liikunnan kautta sosiaalisia suhteita ja toimimaan ryhmässä. Minun mielestäni perusliikuntatapojen oppiminen ja oman kehontunteminen ovat tärkeässä roolissa, miten lapsi tulee suhtautumaan liikuntaan myöhemmin elämässään. Valitsin pallon pedagogiseksi opetusvälineeksi, koska sitä pystytään käyttämään monessa liikunnassa ja leikki- ja pelitilanteissa. Pallon avulla voidaan harjoitella monipuolisesti motorisia taitoja kuten liikkumistapoja, liikuntavälineiden käsittelyä ja tasapainoilua (Gallahue & Cleland Donnelly, 2003). Mielestäni pallon ottaminen tarkasteluun opetusvälineenä luo sinällään näkökulmaa siihen, että liikuntaväline voi toimia pedagogisena opetusvälineenä varhaiskasvatuksessa.

Tutkimusaiheestani ei suoranaisesti ole tehty paljoa tutkimusta. Tutkimuksia on tehty eri urheilulajien kautta, joihin liittyvät pallo. Tunteiden hallinnasta pallon avulla on tehty jonkin verran tutkimusta esimerkiksi kuinka stressipallo vähentää jännittyneisyyttä lapsilla (Linthoingambi ym., 2022). Tutkimukset Suomessa ovat kohdistuneet motoristen taitojen kehittämiseen ja seurantaan lapsilla. Näissä tutkimuksissa pallo liittyy välineidenkäsittelytaitoihin eli miten pallon avulla voidaan harjoittaa lapsen motorisia taitoja. Suomessa uusimpia tutkimuksia on edellä mainitsemani Piilo-tutkimus, joka kohdistui 4-6-vuotiaisiin varhaiskasvatusikäisiin lapsiin (Mehtälä ym., 2023). Tutkimuksessa tutkittiin 4-6-vuotiaiden liikkumistottumuksia niin varhaiskasvatuksessa kuin vapaa-ajalla (Mehtälä ym.,

2023). Palloa käytettiin sen mukaan paljon liikkumisen välineenä niin ohjatuissa tilanteissa kuin leikkitilanteissa (Mehtälä ym., 2023). Poikien liikkumiseen kuuluvat usein erilaiset pallopelit (Mehtälä ym., 2023). Pallopelit aktivoivat poikia liikkumaan enemmän kuin tyttöjä (Mehtälä, ym., 2023). Pallopeleistä esille nousevat etenkin jalkapallo ja salibandy (Mehtälä ym., 2023). Kansainväliset tutkimukset liittyvät usein motoristen taitojen kehityksen selittämiseen varhaiskasvatusikäisillä lapsilla tai niiden tutkimiseen urheilulajin avulla (Alesi ym., 2016; Lindsay ym., 2022).

## 2. Keskeiset käsitteet ja teoreettiset lähtökohdat

Palloa käytetään varhaiskasvatuksessa moneen eri tarkoitukseen ja sen takia on hyvä tarkastella palloon liittyviä käsitteitä. Käsitteiden avulla muodostin teoreettista ymmärrystä, jotta pystyin tarkastelemaan ja tutkimaan erilaisen aineiston avulla pallon käyttöä kasvatuksen osa-alueilla, kuten liikuntakasvatuksessa ja tunnekasvatuksessa. Keskeisimpiä tutkijoita, joiden materiaalia olen käyttänyt kandin tutkielmassani ovat olleet Arja Sääkslahti, liikuntatieteiden tohtori ja lasten liikuntakasvatuksen dosentti ja Pirkko Karvonen, kasvatustieteiden tohtori ja liikuntatieteiden maisteri.

### 2.1 Varhaiskasvatus

Varhaiskasvatus voidaan määritellä aikakauden, kulttuurin tai toimijoiden mukaan. Teoreettisen määritelmän mukaan varhaiskasvatukseen kuuluu lapsen kehitykseen, oppimiseen, ohjaukseen ja interventioihin, menetelmiin ja opetussuunnitelmiin sidonnaisia aiheita (Pihlaja & Viitala, 2018). Varhaiskasvatusta voidaan tutkia lapsuuden, perheen, arvojen, yhteiskunnan ja eri toimijoiden näkökulmasta (Roosparine & Johansson, 2013). Se voidaan määrittää myös pedagogiseksi toiminnaksi ja on oma tieteenala (Hujala 1996). Opetushallituksen (2022) mukaan varhaiskasvatus on lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa, joka muodostuu kasvatuksellisesta, opetuksellisesta ja hoidollisesta puolesta. Erityisesti varhaiskasvatuksessa painotetaan pedagogiikkaa (OPH, 2022).

Varhaiskasvatus kuuluu osaksi suomalaista koulutusjärjestelmää ja se kattaa lapsen ikävuodet 0–6 (OPH, 2022). Varhaiskasvatuksen tehtävät ovat muun muassa tukea lapsen kehitystä ja oppimista, tukea lapsen tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta, ehkäistä syrjäytymistä, tukea huoltajien kasvatustyötä ja edistää lapsen toimijuutta ja osallisuutta (OPH, 2022). Varhaiskasvatusta toteutetaan varhaiskasvatussuunnitelmien avulla (OPH, 2022). Näitä suunnitelmia on valtakunnalliset varhaiskasvatussuunnitelmat, paikalliset varhaiskasvatussuunnitelmat ja lapsen varhaiskasvatussuunnitelma (OPH, 2022). Varhaiskasvatuksen toimintamuotoja ovat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito ja avoin varhaiskasvatustoiminta (OPH, 2022). Lapsella on oikeus saada varhaiskasvatuksessa tarvittaessa tukea oppimiseen, kehitykseen ja hyvinvointiin (OPH, 2022).

## **Esikoulu**

Esikoulu kuuluu varhaiskasvatukseen ja sitä järjestetään 6–7-vuotiaille esiopetuksena. Esiopetuksen tavoitteena on innostaa lapsia kokeilemaan ja oppimaan uusia asioita. Esiopetuksessa painotetaan lapsen kasvua ja elinikäistä oppimista. Keskeisimmät tehtävät ovat esiopetussuunnitelman perusteiden (2014) mukaan ovat lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen edellytyksien edistäminen (Opetushallitus [OPH], 2014). Esiopetusta suunnitellaan lapsen edun mukaisesti ja huomioidaan velvoitteet lainsäädännöstä ja kansainvälisistä sopimuksista (OPH, 2014). Näitä ovat yhdenvertaisuuslaki, tasa-arvolaki, Euroopan ihmisoikeuksien sopimus ja YK:n lapsen oikeuksien sopimus (OPH, 2014). Esiopetus kestää yhden vuoden tai enemmän riippuen oppivelvollisuuden pituudesta (OPH, 2014). Esiopetuksen aiheita ohjaavat laaja-alaiset osaamisen kokonaisuudet, joita ovat ajattelu ja oppiminen, kulttuurinen osaaminen, vuorovaikutus ja ilmaisu, itsestä huolehtiminen ja arjen taidot, monilukutaito, tieto- ja viestintäteknologinen osaaminen ja osallistuminen ja vaikuttaminen (OPH, 2014).

### **2.2 Motoriset ja kognitiiviset taidot**

Motorisilla taidoilla tarkoitetaan tahdonalaisia liikkeitä ja liikkeiden yhdistelmiä, joilla tavoitellaan päämäärää ja tarkoitusta (Gallahue & Clealand Donnelly, 2003). Malinan ja kumppaneiden (2004) mukaan lapsen motorinen taitotaso riippuu harjoittelun määrästä ja laadusta. Motoriset taidot kehittyvät lapsella pääosin geeniperimän ohjaamana (Malina ym., 2004). Perusmotorisia taitoja ovat tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaidot (Gallahue & Clealand Donnelly, 2003). Perusmotoriset rakentuvat useamman kehonosan tuottamasta liikkeestä (Jaakkola, 2016). Liikkumistaitoja ovat muun muassa käveleminen, juokseminen ja hyppiminen (Gallahue, Clealand Donnelly, 2003). Tasapainotaitoja ovat muun muassa pyöriminen, heiluminen ja ojentaminen (Gallahue & Clealand Donnelly, 2003). Välineenkäsittelytaitoihin kuuluu heittäminen, kiinniottaminen ja potkiminen (Gallahue & Clealand Donnelly, 2003). Perusmotoristen taitojen käyttäminen edellyttää muiden motoristen taitojen osaamista. Näitä ovat karkeamotoriset, hienomotoriset, havaintomotoriset ja kognitiiviset taidot (Sääsklahti, 2018).

Motoriset taidot kehittyvät perusliikuntataitojen kautta, joita ovat juokseminen, hyppääminen, pallon heittäminen ja kiinniottaminen (Huovinen, 2009, s.3 ; Jaakkola, 2016). Lasten tulee saada harjoitella motorisia taitoja päivittäin (Opetus- ja kulttuuriministeriö [OKM],



2016). Lasten liikunta on kehoa rasittavaa leikkiä erilaisissa ympäristöissä ja kavereiden kanssa (OKM, 2016).

Karkeamotorisia taitoja ovat kaikki suurilla lihaksilla tehdyt liikkeet eli perusmotoriset taidot eli liikkumistaidot (Sääkslahti, 2018). Karkeamotoristen taitojen oppiminen auttaa hienomotoristen taitojen oppimisessa (Sääkslahti, 2018). Karkeamotoriikka on monipuolista liikkumista kuten kävelyä, ryömimistä, hyppäämistä ja juoksemista (Karvonen, 2000). Karkeamotoriset taidot kehittyvät leikin kautta.

Hienomotorikka koostuu pienillä lihaksilla tehdyistä liikkeistä, jotka liittyvä yleensä tarkkaan tekemiseen (Sääkslahti, 2018). Hienomotoriikka käsittää muun muassa käden toimintoja, joka esiintyy vauvalla tarttumisrefleksinä ja kehittyy siitä edelleen kirjoitusvalmiuteen (Karvonen, 2000). Hienomotorista taitoa on jalkapallossa jalkaterän ojentaminen tavoiteltuun asentoon tarkan potkun saamiseksi (Sääkslahti, 2018). Hienomotorisia liikkeitä voidaan aktivoida monin eri tavoin liikunnan avulla. Näitä tapoja ovat muun muassa erilaisten liikuntavälineiden käyttäminen, joissa joudutaan käyttämään käsien toimintoja (Karvonen, 2000).

Kognitiiviset taidot koostuvat havaitsemisesta, muistamisesta ja kielestä (Sääkslahti, 2018). Kielen käyttäminen vahvistaa esimerkiksi keskustelutaitoja pallopeleissä ja palloleikeissä (Sääkslahti, 2018). Muistia tarvitaan erilaisten sääntöjen muistamiseen (Sääkslahti, 2018). Havaitseminen on aistien käyttämistä tiedonsaantiin (Sääkslahti, 2018). Näitä taitoja tarvitaan tiedon muodostamiseen ja ajatteluun liittyvien toimintojen käyttämiseen. (Sääkslahti, 2018)

Havaintomotoriset taidot muodostuvat kehon hahmottamisen taidoista suhteessa vallitsevaan liikkeeseen, tilaan, voimaan ja aikaan (Innostun liikkumaan, julkaisuaika tuntematon). Havaintomotoriset taidot koostuvat kehontuntemuksesta, avaruudellisesta, suunnan ja ajan hahmottamisesta (Innostun liikkumaan, julkaisuaika tuntematon; Karvonen, 2000). Havaintomotoriset taidot vaativat kognitiivisten taitojen oppimista. Havaintomotoriset taitojen oppimiseksi on osattava käyttää aistejaan liikkumisen ohella (Opetushallitus [OPH], 2024a). Havaintotaidot ovat kognitiivisia taitoja (Sääkslahti, 2018). Niitä ovat liikunnassa kehon erilaisten asentojen tunnistaminen, kuvien ja liikesarjojen mallintaminen (Sääkslahti, 2018). Havaintomotoriset taidot kehittyvät erilaisten pallopelien kautta, kuten jalkapallon (Alesi ym., 2016). Kognitiivisten taitojen kehittymistä edistää Sääkslahden mukaan tilatietoisuuden

kasvattaminen. Tilatietoisuuden kasvattaminen tarkoittaa tasojen ja voimankäytön vaihtelemista ja kehon käyttämistä mittana (Sääkslahti, 2018).

### **Pallon käsittelytaidot**

Pallon käsittelyyn tarvitaan kaikkia perusmotorisia taitoja. Näitä taitoja ovat välineiden käsittelytaidot, tasapainotaidot ja liikkumistaidot. Pallon käsittelyssä korostuvat etenkin välineiden käsittelytaidot. Pallon käsittely vaatii motoristen taitojen kehittymistä. Pallon yleisimpiä käsittelytaitoja ovat potkaiseminen (Liite 1.) ja heittäminen (Liite 1.). Muita käsittelytaitoja (Liite 1.) ovat vierittäminen, lyöminen, kiinniottaminen, työntäminen ja pomputtaminen (Gallahue & Clealand Donnelly, 2003). Näihin tarvittavat motoriset taidot kehittyvät seuraavassa järjestyksessä: vieritys, työntö, heitto, kiinniotto ja pomputtelu (Numminen, 1996).

Suomessa palloa on käytetty jo varhain lastentarhassa liikunnassa (Hänninen & Valli, 1986). 1945–1973 ajanjaksolla liikunnan tavoitteena oli lastentarhoissa lapsen fyysisen kehityksen ja kunnon edistäminen (Hänninen & Valli, 1986). Silloin tärkeätä oli ryhdin parantaminen (Hänninen & valli, 1986). Tällöin myös pidettiin tärkeänä motoriikan kehittämistä ja jännityksen pienentämistä liikunnan avulla (Hänninen & Valli, 1986). Liikuntavälineistä käytettiin paljon palloa (Hänninen & Valli, 1986). Yhdysvalloissa pallonkäsittely taidot ovat tärkeimpiä esikouluikäisten lasten opittavia motorisia taitoja liikuntakasvatuksessa (Lindsay ym., 2022).

### **6–7 –vuotiaiden perusmotoriset taidot**

6–7-vuotiailla esikouluikäisillä perusmotoriset taidot ovat yleensä hyvin kehittyneet. Jaakkolan (2016) mukaan esimerkiksi liikkumistaidoissa, kuten juoksemisessa, hyppimisessä 6–7-vuotias lapsi osaa käyttää kehoaan liikkumisessa hyvin mukana. Myös tasapainotaidot ovat kehittyneet 6–7-vuotiaalla hyvin (Jaakkola, 2016). Tasapainotaidot näkyvät myös pallonheitossa, jossa 6–7-vuotiaiden käsi heilahtaa heiton lähtiessä ja vartalo kiertyy heiton aikana (Jaakkola, 2016). Pallon kiinniottaminen sujuu 6–7-vuotiailla yleisesti hyvin, koska havaintomotoriset taidot muun muassa ajoittaminen ja pallon liikkeen arviointi ovat kehittyneet (Jaakkola, 2016).

### 2.3 Liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa

Liikuntakasvatuksessa otetaan huomioon opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukainen arvoperusta (OPH, 2022). Lasta kohdellaan varhaiskasvatustilain, YK:n lasten oikeuksien sopimuksen ja YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevan yleissopimuksen mukaisesti (OPH, 2022). Liikuntakasvatuksessa huomioidaan lapsuuden itseisarvo eli lapsi otetaan mukaan sellaisenaan ja kannustetaan yhteisön jäsenenä urheilemaan (OPH, 2022). Lapsi saa kasvaa ihmisenä rauhassa ja häntä tuetaan ja opetetaan totuudenmukaisesti kasvamaan oikeudenmukaiseksi ihmiseksi. (OPH, 2022). Opetushallituksen varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden mukaan lasta ei saa syrjiä ja kiusata. Lapsella on oikeus liikunnan kautta ilmaista mielipidettään ja ajatuksiaan (OPH, 2022). Lapsen tulee saada tukea tarvittaessa liikunnassa (OPH, 2022). Liikunnan kautta lapsi saa kokeilla uusia asioita ja käsitellä tunteitaan (OPH, 2022). Lapsi on myös tasa-arvoinen ja yhdenvertainen kaikessa (OPH, 2022). Perheiden monimuotoisuus otetaan huomioon (OPH, 2022). Liikuntakasvatuksen tärkeä tehtävä on myös kertoa lapsille terveellisestä ja kestävästä elämäntavasta (OKM, 2016; OPH, 2022).

Varhaiskasvatussuunnitelmassa liikuntakasvatuksen asioita käsitellään laaja-alaisen osaamisen suunnitelmassa luvussa Itsestä huolehtiminen ja arjen taidot (OPH, 2022). Varhaiskasvatuksen tehtävänä on tukea lapsen liikkumisen taitoja erilaisissa ympäristöissä ja edistää lasten hyvinvointia opettamalla levon, ravinnon ja liikunnan merkitystä (Aaltonen, 2020; OPH, 2022). Liikunnan kautta opetellaan myös tunnetaitoja, johon kuuluvat itsesäätytaidot ja tunteiden ilmaisutaidot (OPH, 2022). Liikuntakasvatuksen tehtävä on tukea lapsen fyysistä ja motorista kehitystä ja muiden asioiden oppimista (Karvonen, 2000). Liikunnalla vahvistetaan lasten kehontuntemusta (OPH, 2022). Lapsia opetetaan kunnioittamaan omaa ja toisten kehoa (OPH, 2022). Opetushallituksen varhaiskasvatuksen suunnitelman perusteissa pedagogisen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa liikuntakasvatus huomioidaan oppimisen alueena luvussa Kasvan, liikun ja kehityn (OPH, 2022). Kasvan, liikun ja kehityn- oppimisenalueessa käsitellään liikkumiseen, ruokakasvatukseen, terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tavoitteita (OPH, 2022). Tärkein tavoite liikuntakasvatuksessa on mielestäni saada lapset innostumaan liikkumisesta ja kannustaa liikkumaan erilaisissa ympäristöissä ulkona ja sisällä, itseohjautuvana ja ohjattuna. Tarkoituksena on opettaa lapsille fyysisen liikunnan ja rasituksen tärkeyttä (OPH, 2022). Liikkuminen opettaa myös ryhmässä toimimisen taitoja ja vuorovaikutusta erilaisissa tilanteissa (OPH, 2022). Positiiviset kokemukset ja uuden

kokeileminen on merkityksellistä lapsille (Lehto, 2018; OPH, 2022). Liikuntakasvatuksessa opetellaan myös eri vuodenaikoihin liittyviä urheilumuotoja (OPH, 2022). Tarkoituksena on kehittää lasten motorisia taitoja suunniteltujen tuokioiden kautta (OPH, 2022). Apuna käytetään erilaisia urheiluvälineitä (OPH, 2022). Lapsien tulee saada nauttia liikunnasta, sen pitää olla tarpeeksi haastavaa ja mukavaa (OKM, 2016; OPH, 2022). Leikki on mielestäni liikuntamuodoista tärkein lapsille, koska leikissä lapset saavat vapaasti kokeilla omia rajojaan.

## **2.4 Pallo pedagogisena opetusvälineenä**

Pallo voi toimia pedagogisena opetusvälineenä monessa erilaisessa varhaiskasvatuksen arjen tilanteessa. Näitä ovat liikuntakasvatuksen tilanteet, tunnekasvatuksen tilanteet ja muut oppimistilanteet. Opetusväline on esine tai laite, jolla opetusmateriaalia esitetään (Tieteen termipankki, julkaisuaika tuntematon). Liikunnassa palloa käytetään liikuntavälineenä. Liikuntaväline on väline, jota käytetään erilaisessa liikunnassa tietyn urheilumuodon mahdollistamiseen. Pallo on opetusvälineenä monipuolinen, koska sen käyttäminen kehittää lasta kokonaisvaltaisesti (Morales ym., 2011). Karila ja kumppanit viittaavat leikin tutkijaan Friedrich Fröbeliin, jonka mukaan pallo on toimiva leikkiväline. Sen avulla lapset voivat harjoitella vuorovaikutustaitoja jo varhain toisten lasten ja aikuisten kanssa (Karila & Kinos, 2001).

Pallon avulla voidaan kehittää lapsen kognitiivisia taitoja (Karila ym., 2001). Pallo on symmetrinen, kiinteä kappale ja sen avulla voidaan aktivoida eri aistien useita opittavia kokonaisuuksia kuten tilavuuden, hahmon, koon, värin, materiaalin, näkymättömän painopisteen ja äänen käsitteitä (Karila ym., 2001). Pallon avulla voidaan opettaa luovuutta erilaisten pallopelien kautta. Pallon merkitys korostuu etenkin motoristen taitojen opettamisessa (Karila ym., 2001; Sääkslahti, 2018). Pallon käsittelytaitojen kautta kehittyvät karkeamotoriset taidot ja niiden avulla hienomotoriset taidot (Ayres, 2008). Pallon avulla opitaan voimankäytönsäätelyä (Koziol & Lutz, 2013). Näitä kaikkia taitoja tarvitaan esimerkiksi lukemisen ja kirjoittamisen oppimisessa (Koziol & Lutz, 2013). Pallon käsittelyssä kehittyvät havaintomotoriset taidot. Niitä taitoja tarvitaan erilaisten pallopelien pelaamiseen sekä nopeuksien että etäisyyksien arviointiin (Koziol & Lutz, 2013). Pallolla on siis suuri

pedagoginen merkitys opettamisessa niin liikuntakasvatuksessa kuin tunnekasvatuksessa. Pallo on myös yhdistävä tekijä vuorovaikutuksen oppimisessa.

## **2.5 Tunnekasvatus varhaiskasvatuksessa**

Tunnekasvatus koostuu sosioemotionaalisten taitojen opettelusta (Sääkslahti, 2018). Näitä taitoja ovat tunnetaidot ja sosiaaliset taidot (Sääkslahti, 2018). Näiden taitojen kehittämisen tavoitteena on lapsen tasapainoisen tunne-elämän, tarkoituksenmukaisen toiminnan saavuttaminen (Sääkslahti, 2018). Tavoitteena on myös myönteisten sosiaalisten elämä, jolla pyritään ihmisten välisten sosiaalisten suhteiden parantamiseen (Sääkslahti, 2018).

Tunnekasvatukseen kuuluvat tunteiden opettelu, joita harjoitellaan varhaiskasvatuksessa erilaisissa tilanteissa, kuten liikuntakasvatuksessa (Opetushallitus [OPH], 2024b). Varhaiskasvatuksessa tunnetaitoja opetellaan ryhmässä ja aikuinen ohjaa lapsia riitatilanteissa (OPH, 2024b). Aikuinen valvoo näin tasa-arvon toteutumista päivän tilanteissa ja kannustaa lapsia selvittämään asioita (OPH, 2024b). Tunnekasvatuksessa opittavia taitoja ovat vuoron odottaminen, neuvotteleminen, kompromissien tekeminen, voittaminen, pettymysten ja häviämisen käsitteleminen (Koivuniemi ym., 2020; OPH, 2024b). Tunnetaidot kehittävät myötätunnon ja empatian kokemista (OPH, 2024b). Lapsella on oikeus monipuoliseen kasvuun, oppimiseen ja itsetunnon kehittymiseen (OPH, 2024b). Tunnetaitoja tarvitaan elämässä päivittäin.

## **2.6 Leikki**

Leikki on lasten tapa oppia (Samuel & Carlsson, 2008). Sitä pidetään varhaiskasvatuksessa keskeisenä ja arvokkaana toimintatapana, jonka kautta voidaan arvioida lasten kehityksen kulkua (Kesäläinen, 2023). Leikkiä on olemassa monenlaista kuten yhteisleikkiä, jossa kehittyvät lapsen tunnetaidot (Alijoki ym, 2013). Yhteisleikit kehittävät lapsen tunteiden hallintaa ja sosiaalisia taitoja (Gagnon ym, 2014). Yhteisleikin avulla lapset oppivat nimeämään tunteita, reagoimaan elein ja ilmein (Savina, 2014). Tunnettu leikinmuoto on myös riehumisleikki, joka on fyysistä leikkiä kuten painiminen, jossa opetellaan säätelytaitoja (Fletcher ym., 2013).

Kesäläinen (2023) viittaa Vygotskyn (1978) lähikehitysvyöhykkeeseen, jonka mukaan leikissä osaavampi lapsi voi auttaa toista esimerkiksi nimeämään tunteita. Leikin avulla lapsi pystyy käsittelemään asioita, joita hän ei arjessa pysty (Opetushallitus [OPH], 2016). Varhaisen vuorovaikutuksen opettelu on tärkeää leikeissä (OPH, 2016).

Leikit kehittyvät iän myötä ja alussa roolileikit ovat 2–3-vuotiaiden suosiossa ja myöhemmin sääntöleikit esimerkiksi esikouluikäisillä, jotka vaativat kielenkäyttöä enemmän ja sopimusten tekemistä keskenään (OPH, 2016). Leikki kehittyy yleensä niin, että aloitetaan esineleikeistä, kun taidot kasvavat niin siirrytään sääntöleikkeihin (Hännikäinen, 1995). Mielikuvitus ja huumori ovat tärkeä osa leikkiä (OPH, 2016). Yksinleikki vaatii leikkijältä mielikuvituksen käyttämistä (OPH, 2016).

Aikuinen voi tukea leikkiä ja mahdollistaa sitä ohjatulla leikillä, joka on suunniteltu (OPH, 2016). Aikuisen johtama leikki voi olla pedagogista toimintaa, jolla on tavoite (Lindqvist & Arffman, 1998). Pedagogisessa leikissä aikuisen on eläydyttävä leikkiin ja opettaa samalla asioita, mihin leikillä pyritään (Lindqvist & Arffman, 1998). Leikin ohjaamisessa on tärkeää, että aikuinen tuntee lapset ja osaa havainnoinnin keinot (Kalliala, 2008). Vapaaksi leikiksi kutsutaan leikkiä, jossa lapset saavat vapaasti leikkiä ja aikuinen valvoo sitä. (OPH, 2016) Leikki on tärkeä osa varhaiskasvatuksen opetusta (OPH, 2016).

Suomessa liikuntaleikkien merkitys on ollut tärkeä jo varhaisimmista lastentarha-ajoista. Silloin olivat liikuntaleikit johdettuja (Hänninen & Valli, 1986). Tavallisimpia liikuntaleikkejä olivat 1910-luvulla sääntöleikit, kilpaleikit ja ryhmä- ja yhteisleikit (Hänninen & Valli, 1986). Näistä yleensä sääntöleikit toteutettiin yhteisleikkeinä ja tavallisimpia leikkejä olivat pallo-, hippa-, piilo- ja arvausleikit (Hänninen & Valli, 1986). Kilpaleikit on tarkoitettu yli 6-vuotiaille eli esikouluikäisille, koska ne ovat haastavampia (Hänninen & Valli, 1986).

### **Palloleikit ja -pelit**

Lasten palloleikkejä on paljon ja joista suurin osa ovat pihapelejä (Sääkslahti, 2018) Näitä pallopelejä ovat muun muassa polttopallo, rönttönen ja keinupallo (Sääkslahti, 2018). Palloleikeistä uusin kuulemani hippa on tartuntahippa, jossa käytetään palloa hipan välineenä ja kun, hippa koskettaa pallolla toista lasta niin hänkin saa pallon ja hippa loppuu, kun kaikilla on pallo.

Pallopelit ovat pallolla pelattavia pelejä, joita pelataan sääntöjen mukaan (Sääklahti, 2018). Näitä peleistä yleisimpiä ovat jalkapallo ja sähly (Sääkslahti, 2018). Nämä kaikki palloleikit ja -pelit kehittävät lasten silmien ja raajojen yhteistyötä (Sääkslahti, 2018). Pallon käsittelyn kautta lasten karkeamotoriset ja hienomotoriset taidot kehittyvät (Sääkslahti, 2018). Pallon käsitteleminen kehittää lapsen voiman käsittelyä ja hermostollista säätelyä (Sääkslahti, 2018). Esikouluikäisille sopivat pallopelit, koska pallon käsittelytaidot ja liikkumistaidot pitäisi olla ikään nähden hyvin kehittyneet (Sääkslahti, 2018). Pallopelit kehittävät myös havaintomotorisia taitoja (Sääklahti, 2018; Opetushallitus [OPH], 2024c). Havaintomotoriikkaa tarvitaan pallopeleissä tilan havainnointiin (Sääkslahti, 2018).

### 3. Tutkimuksen toteutus

Tein kandidaatin tutkielman kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, jossa selvitin miten palloa käytetään opetusvälineenä varhaiskasvatuksessa liikuntakasvatuksessa ja miten tunnekasvatuksen piirteitä tulee esiin pallopeleissä ja -leikeissä.

#### 3.1 Tutkimusmenetelmä ja tutkimuskysymykset

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tehdään aiheeseen yleiskatsaus ilman tiukkoja ja tarkkoja rajoituksia (Salminen, 2011). Salmisen mukaan kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa luodaan laaja yleissilmäys aiheeseen ja tarvittaessa tarkennetaan löydöksiä. Tutkimuskysymykset tarkentavat aiheen käsittelyä (Salminen, 2011). Kuvailevasta kirjallisuuskatsauksesta on käytetty nimitystä traditionaalinen kirjallisuuskatsaus (Salminen, 2011). Käytän kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa pääsääntöisesti narratiivista lähestymistapaa. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on kevyin kirjallisuuskatsauksen muoto, jossa annetaan laajakuva aiheesta (Salminen, 2011). Narratiivisessa katsauksessa tutkimusmenetelmä kokoaa uusimpia tutkimustietoja yhteen ilman varsinaisia analyysejä (Salminen, 2011). Narratiivisella kirjallisuuskatsauksella pyritään helppolukuisuuteen (Freeman, 1984). Yleensä narratiiviseen kirjallisuuskatsaukseen käytetään aiempia tutkimuksia, jotka koostetaan lyhyeen muotoon. (Salminen, 2011). Aineiston hankinnassa on tavallista, että tutkimusaineistoa ei kerätä systemaattisella seulonnalla (Salminen, 2011). Päätelmien avulla kuitenkin päästään kirjallisuuskatsauksen mukaiseen synteysiin (Salminen, 2011). Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa on keskeisintä tutkimuskysymykset, jotka ohjaavat tutkimuksen suuntaa (Ahonen ym., 2013, s. 294). Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymykset ovat joko tarkasti rajattuja tai väljiä riippuen halutaanko aihetta käsitellä syvällisemmin vai monesta näkökulmasta (Ahonen ym., 2013, s. 295). Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen kysymykset kohdistuvat usein laajoihin abstrakteihin, käsitteellisiin teemoihin ja ilmiöihin (Baumeister & Leary, 1997). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus sopii hyvin hajanaisiin kokonaisuuksiin, jossa aineisto voi olla erilaista (Ahonen ym., 2013, s. 295).

**Tutkimuskysymykset:** 1. *Miten pallon avulla voidaan kehittää esikouluikäisten lasten motorisia taitoja liikuntakasvatuksessa?*, 2. *Miten pallopelien ja -leikkien avulla voidaan opettaa tunnekasvatusta esikouluikäisille lapsille?*



## 4. Tutkimustulokset

Tässä luvussa käsittelen kirjallisuuskatsauksen tuloksia ja vastaan asettamiini tutkimuskysymyksiini. Aloitan katsauksen tarkastelemalla tutkimuskysymystä 1. *“Miten pallon avulla voidaan kehittää esikouluikäisten lasten motorisia taitoja liikuntakasvatuksessa?”*. Sen jälkeen tarkastelen tutkimuskysymystä 2. *“Miten pallopelien ja -leikkien avulla voidaan opettaa tunnekasvatusta esikouluikäisille lapsille?”*. Lopuksi tarkastelen muita pallon pedagogisia käyttökohteita.

### 4.1 Esikouluikäisten motoristen taitojen kehittäminen pallon avulla liikuntakasvatuksessa

*”Miten pallon avulla voidaan kehittää esikouluikäisten lasten motorisia taitoja liikuntakasvatuksessa?”*.

Lapsille parasta kehitystä on leikkiminen. Motoriset taidot kehittyvät, kun lapsien annetaan leikkiä ja pelata pallon kanssa. Motoriset taidot kehittyvät erilaisten pallopelien ja palloleikkien kautta. Pallon avulla kehittyvät myös pallon käsittelytaidot, kun opetetaan esikoululaisille niitä erilaisten harjoitteiden ja pelien kautta. Pallopeleistä yleisimpiä ovat jalkapallo ja salibandy. Palloleikkejä on erilaisia ja niiden nimet vaihtelevat paljon. Niistä yleisimpiä ovat esimerkiksi pallohippa ja polttopallo.

Pallopeleissä ja palloleikeissä korostuvat perusmotoristen taitojen hallinta. Nämä taidot ovat esikoululaisella yleisesti hallussa. Perusmotoriset taidot, kuten liikkumistaidot, tasapainotaidot ja välineiden käsittelytaidot ovat keskeisessä roolissa lasten motoristen taitojen kehittämisessä. Pallopeleissä ja palloleikeissä tarvitaan näitä kaikki taitoja, jotta motorinen kehittyminen mahdollistuu. Perusmotoriset taitojen toteuttamiseen tarvitaan karkeamotorisia, hienomotorisia, havaintomotorisia ja kognitiivisia taitoja (Sääkslahti, 2018). Pallo mahdollistaa pedagogisena opetusvälineenä näiden taitojen kehittymisen. Pallon käsittelyssä tärkeitä ovat perusmotorisia taidot ja muut motoriset taidot, joista karkeamotoriikka on keskeisenä (Sääkslahti, 2018).

Tutkimukseni perusteella lapsen motoriset taidot kehittyvät liikuntakasvatuksessa pallopelien ja palloleikkien avulla, jotka ovat esikoululaisen kehityksen mukaisia ja tuovat myös haasteita.

Pallon avulla harjoitellessa esimerkiksi jalkapalloa lapsi tarvitsee juoksemiseen, potkaisemiseen ja joukkueessa pelaamisen erilaisia taitoja. Perusmotorisia taitoja ovat potkaiseminen ja juoksu. Karkeamotoristen taitojen hallinta mahdollistaa juoksemisen ja potkaisemisen. Potkun tarkkuuteen lapsi tarvitse hienomotorisia taitoja. Havaintomotorisia taitoja tarvitaan tilan hahmottamiseen, liikkeen ja voiman säätelyyn pelitilanteissa (Karvonen, 2000). Kognitiiviset taidot kehittyvät ajattelun ja harjoittelemisen myötä (Sääkslahti, 2018).

Pallon käsittely taidoille on yhteistä, että ne kehittävät karkeamotorisia, hienomotorisia ja havaintomotorisia taitoja. Pallon heittämisen taito on yleensä opittu esikouluikään mennessä (Sääkslahti, 2018). Samoin pallon potkaisemisen taito. Esikoululainen osaa keskimäärin heittää pallo yhdellä kädellä olan yli (Sääkslahti, 2018). Sen lisäksi esikoululaisen osaa keskimäärin heittää eri kokoisia palloa eri suuntiin vaihdellen kättä. Pallon heittämisessä ja potkaisemisessa korostuvat karkeamotoriset taidot, kun heittämiseen otetaan mukaan vauhti. Karkeamotoriset taidot vaativat suurten lihasten käyttämistä. Lapsen heittäessä tai potkaistaessa vauhdissa on osattava myös havaintomotorisia taitoja eli osattava yhdistää aistein kehon liike ajoittaa se oikeaan aikaan, jotta heittäminen ja potkaiseminen mahdollistuu. Hienomotoriset taidot kehittyvät myös käsittelytaitojen kautta, kun halutaan saada esimerkiksi potkusta tai heitosta tarkka niin tällöin joudutaan käyttää pieniä lihaksia. Pallon kiinniottaminen vaatii myös karkeamotorisia taitoja. Pallon kiinniottamisessa painottuu enemmän havaintomotoriset taidot (Sääkslahti, 2018). Eli lapsen on osattava ottaa pallo vastaan ajoittaen ja hahmottaen tilan käytön. Siinä korostuu silmä-käsikoordinaation käyttäminen (Karvonen, 200). Esikoululainen osaa keskimäärin ottaa pallon kiinni käsin ilman, että tarvitsee käyttää vartaloa apuna pallon kiinni ottamiseen (Sääkslahti, 2018). Kaikissa pallon käsittelytaidoissa korostuu tasapainotaitojen käyttö. Perusmotorisista taidoista liikkumistaidot korostuvat, kun lisätään vauhti mukaan. Pallon käsittelytaitojen kautta esikoululainen oppii motoristen taitojen lisäksi kehonhallintaa ja voiman säätelyä (Karvonen, 2000).

#### **4.2 Pallopelit ja palloleikit esikoululaisten tunnekasvatusta tukemassa**

Pallopelit ja palloleikit herättävät esikoululaisissa suuria tunteita. Ristiriitatilanteiden käsitteleminen ja niistä oppiminen on esikouluikäiselle tärkeä tilanne. Empatian tunteminen peleissä ja leikeissä on yhteistoiminnalle merkittävä kehitysmuunta. Käsittelemisen tutkimuskysymyksen avulla miten pallopelien ja -leikkien avulla voidaan käsitellä lapsen tunteita.

*“Miten pallopelien ja –leikkien avulla voidaan opettaa tunnekasvatusta esikouluikäisille lapsille?”.*

### **Sosioemotionaaliset taidot ja tunnetaidot**

Sosioemotionaaliset taidot liikuntakasvatuksen kautta kehittyvät onnistumisien ja häviön tunteiden kautta (Sääkslahti, 2018). Esimerkiksi pallon käsittelytaidot kehittävät lasten välistä sosiaalista vuorovaikutusta erilaisissa joukkuepallopeleissä (Sääkslahti, 2018). Kaveritaidot ja etenkin yhteishenki ovat tärkeitä joukkuepeleissä. Kaveritaidot ovat yhteistyötaitoja esimerkiksi, muiden ihmisten huomioimista, tunteiden tunnistusta ja tunnustamista ja kyvyn tuntea empatiaa (Mannerheimin Lastensuojeluliitto, 2024). Esikoululaisille aiheuttaa haasteita esimerkiksi häviön sietäminen peleissä. Kaveritaitojen painottaminen on tärkeä ryhmässä toimisessa. Kyseisiä taitoja pystytään harjoittelemaan pallopelien ja palloleikkien kautta.

Pallopelit ovat hyviä etenkin joukkuepeleinä, koska niissä kannustetaan toisiaan ja muodostetaan yhteishenkeä. Arkiset tuokioidot ovat hyviä kaveritaitojen ja ryhmässä toimimisen taitojen käyttäminen paikkoja (Laaksonen, 2022). Palloa suosi etenkin Friedrich Fröbel, joka aloitti vuonna 1837 leikki- ja työskentelymateriaalin valmistuttamisen kotien ja lastenlaitosten käyttöön (Hänninen & Valli, 1986). Hänen leikkimateriaaleista tärkein oli pallo (Hänninen & Valli, 1986). Näitä palloja oli 6 ja jokaisella niistä oli oma sateenkaaren väri (Hänninen & Valli, 1986). Ne olivat pehmeitä palloja ja soveltuivat vauvojen tarttumisleluksi (Hänninen & Valli, 1986). Pallo kehitti näin lapsen tarttumisotetta ja stimuloi ja synnytti yhteisleikkiä aikuisen ja lapsen väliseen suhteeseen (Hänninen & Valli, 1986). Eli pallo on yhdistävätekijä, joka muodostaa itsetuntoa.

Pallon avulla voidaan oppia myös odottamisen taitoa, pallon käsittelyä ja sosiaalisia taitoja urheilun kautta. Pallopelit ovat hyviä oppitunteja tunteiden säätelyyn, koska pelin aikana koetaan monenlaisia tunteita ja joukkuepelit vaativat yhteistä vuorovaikutusta pelaajien kesken (Sääkslahti, 2018). Pallopeleissä koetaan usein jännitystä, kisailua, itsensä ylittämistä ja pelaamisen flow`ta, jotka ovat tyypillisiä myös leikeissä (Sääkslahti, 2018). Toisaalta pallopelit myös opettavat kärsivällisyyttä siinä vaiheessa, kun käydään läpi sääntöjä (Sääkslahti, 2018). Kärsivällisyys kehittyy etenkin, silloin, kun ei saa koskea palloon (Sääkslahti, 2018). Itsesäätelytaidot kehittyvät, kun joutuu tilanteisiin, joissa pitää tehdä valintoja, jossa joutuu hyväksymään välillä tunnekokemus, joka ei ole omaan mieleen.

Esikouluikäisillä on vuorovaikutuskeinot hyvin tiedossa, mutta he eivät kuitenkaan hallitse vielä kaikkea (Sääkslahti, 2018). Pallopeleissä ja -leikeissä on keskeinen asia hallita tunteiden ilmaisun säätelyä ja toisien empaattista kohtaamista (Sääkslahti, 2018). Säännöt ovat tärkeässä roolissa pallopeleissä ja -leikeissä (Sääkslahti, 2018). Peleissä rehellisyys on tärkeää ja usein pallopeleissä ja -leikeissä syntyy ristiriitatilanteita ja niiden ratkaiseminen on liikuntakasvatuksen perusasioita (Sääkslahti, 2018). Häviön sietäminen on esikoululaiselle vaikeaa (Sääkslahti, 2018).

Pallopeleissä ja -leikeissä syntyviä ristiriitatilanteita voidaan estää kunnollisella sääntöjen kertaamisella ennen toimintaa (Sääkslahti, 2018). Tällaisia keinoja ovat ennakoivat tilannesidonnaiset keinot (Koivuniemi ym., 2020). Ennakoivia tilannesidonnaisia keinoja esimerkiksi pallopeleissä voidaan käyttää valitsemalla tilanne, muutetaan tilannetta, siirretään tarkkaavaisuutta tai tehdään kognitiivinen muutos toimintaan (Koivuniemi ym., 2020). Toisin sanoen tilannetta voidaan soveltaa, että ristiriitatilanteessa lapsen tulee valita tilanne lähteekö mukaan erimielisyyksiin vai muutetaanko tilannetta, että lapsi valitsee tilanteen niin, että se on hänelle suotuisa (Koivuniemi ym., 2020).

Peleissä tarkkaavaisuuden siirtäminen on vaikeaa, joten se ei kovin käytettävissä oleva keino (Koivuniemi, 2020). Koivuniemen ja kumppaneiden mukaan (2020) kognitiivisen muutoksen tekeminen pelin aikana on vielä vaikeaa esikouluikäisille lapsille esimerkiksi häviön tilanteissa. Koivuniemen ja kumppaneiden (2020) mukaan se tarkoittaa sitä, että lapsen tiedot ja taidot eivät riitä vielä täysin myöntämään häviötä niin, että lapsi kykenisi ajattelemaan samalla tiedollisesti peliä vain leikkinä.

Usein pelien aikana lapset pyrkivät vaikuttamaan tilanteisiin voimakkailla reagoineilla pelitilanteissa (Koivuniemi ym., 2020). Yleisimmät keinot ovat huutaminen ja mököttäminen (Koivuniemi ym., 2020). Lapset tarvitsevat sen takia etenkin pallopelien valvontaan aikuista (Koivuniemi ym., 2020). Aikuinen voi tarpeen tullen kanssasäädellä lapsen tunteita (Koivuniemi ym., 2020). Aikuinen tällöin voi aktiivisesti ja tietoisesti antaa tunteiden säätelytukea (Koivuniemi ym., 2020). Pallopelien kautta aikuinen voi tukea lasten sosiaalis-emotionaalista kehitystä. Sosiaalis-emotionaalista tukea voidaan kohdistaa ryhmän pedagogiseen toimintaa (Pihlaja & Viitala, 2018).

Positiiviset kokemukset antavat lapsille itsevarmuutta ja itseluottamusta esimerkiksi pallopeleissä (Pihlaja & Viitala, 2018). Ratkaisevaa on pallopeleissäkin, miten ristiriitatilanteet ratkaistaan, jotta ne tukisivat sosiaalis-emotionaalista kehitystä (Pihlaja & Viitala, 2018). Pihlajan mukaan ryhmän pedagogisessa toiminnassa tulee kieltää jyrkästi toisten satuttaminen. Pallopeleissä sen takia on aina tarpeen alussa sääntöjen kertaaminen ja muistuttaa joukkuepelistä. Niin aikuisilla kuin lapsilla urheilussa ovat mukana kaikenlaiset tunteet: ilo, riemu, ylpeys, pettymys, suru ja turhautuminen (Pietikäinen & Pasanen, 2023). Pietikäisen & Pasanen mukaan urheilussa tulisi aina olla onnellinen pieneenkin onnistumiseen. Saman voisi ajatella myös lasten kohdalla.

### **4.3 Pallon muut pedagogiset käyttökohteet**

Pallon muita pedagogisia käyttökohteita ovat esimerkiksi aistituokiot, taide, tiede, musiikki ja kielenoppiminen. Näiden lisäksi on paljon muita käyttökohteita, mutta nämä aiheet liittyvät myös varhaiskasvatuksessa opittaviin asioihin.

#### **Aistituokiot**

Varhaiskasvatuksessa palloa voidaan käyttää apuna aistituokioissa. Esimerkiksi pallopeittoja voidaan käyttää aistien erityisyydet huomioon ottaessa (Ketonen ym., 2018). Pallojen avulla voidaan opetella erilaisten materiaalien tekstuuria niitä koskettamalla. Esimerkiksi kuuma- ja kylmäterapiapalloja käytetään vastakohtien opettelussa aistien kautta (Majuri, 2017). Hierontapallojen, nystyräpallojen avulla voidaan harjoitella rentoutumista yhdistäen hetkeen musiikkia (Majuri, 2017). Kuulapalloja käytetään tuntopelinä, joilla voidaan aktivoida lapsen tuntoaistia (Hukkanen & Salmela, 2016). Suomessa on muutamia päiväkotia, joihin on rakennettu aistihuone, jossa lapset saavat kokeilla aistejaan (Hukkanen & Salmela, 2016). Siellä esimerkiksi on käytössä aistipallojen lisäksi kosketukseen ja musiikkiin reagoivia valopalloja (Hukkanen & Salmela, 2016). Aistikokemukset innostavat lapsia ja lapset oppivat erilaisten aistikokemusten kautta (Hukkanen & Salmela, 2016). Lapset voivat oppivat asioita taktiilisesti eli käsin tekemällä ja koskemalla, auditiivisesti eli kuuntelemalla, visuaalisesti eli näkemällä ja kinesteettisesti eli liikkeen kautta (Hukkanen & Salmela, 2016). Muita aistituokiossa käytettäviä palloja voivat olla esimerkiksi geelipallo, jumppapallo, stressipallo, sarvipallo ja hierontapallo.

### **Taidetta, tiedettä ja musiikkia**

Varhaiskasvatusikäisten musiikkileikkikoulussa palloa voidaan käyttää monessa toiminnassa. Palloa on käytetty musiikkileikkikouluissa tunnelman nostattajana esimerkiksi disco-pallon muodossa, tutustumisen välineenä musiikkileikkikoulussa vierittämällä palloa toisilleen ja sanomalla oma nimi samaan aikaan (Erola, 2020) Palloa on käytetty musiikkileikkikoulussa vuorovaikutuksen välineenä (Erola, 2020). Sen lisäksi palloa käytetään pedagogisena välineenä monessa lasten lauluissa ja loruissa. Esimerkkeinä laulut: “Pallo vierii kierii” ja “Pallo pomppii”(Erola, 2020). Esikoululaiset voivat käyttää palloa musiikkiliikunnassa välineenä ja taidekasvatuksessa askartelussa materiaalina esimerkiksi styrox-pallot (Ruokonen ym., 2009). Käsityön kautta lapset oppivat avaruudellista hahmottamista ja hienomotorisia taitoja (Ruokonen ym., 2009).

Pallo on mukana myös tiedekasvatuksessa. Varhaiskasvatuksensuunnitelman perusteissa (2022) laaja-alaisen osaamisen luvussa Ajattelu ja oppiminen lapsia kannustetaan tutkimaan maailmaa (OPH, 2022). Maapallo ja planeetat ovat esikouluikäisille hyvin kiinnostava aihepiiri ja avaruus kuuluu luonnontieteistä tärkeimpiin aihealueisiin, josta tulee opiskella varhaiskasvatuksessa. Kokeellisissa tuokioissa pallo on usein jossain muodossa esillä esimerkiksi lumipallona. Lumipalloja voidaan esimerkiksi mittailla koon perusteella (Hiltunen & Paunila, 2021). Silloin se olisi luokittelua varhaiskasvatuksessa.

### **Kielenoppiminen**

Palloa voidaan käyttää pedagogisen oppimisvälineenä esimerkiksi kielenoppimisessa. Seuraavassa esimerkki: *Palloleikissä kaikilla lapsilla olisi pallo. Palloleikki voidaan aloittaa esimerkiksi lapsen nimellä, pallon värin, koon tai kuvion perusteella (Helsinki oppii). Lapsi heittää saatuaan vuoron pallon joko ämpäriin tai vanteeseen (Helsinki oppii). Ajatuksena olisi tehdä palloille rata, jota pitkin lapset voivat niitä kuljettaa (Helsinki oppii).* Toiminnassa voi olla tavoitteena esimerkiksi värien opetteleminen, verbit tai kielenoppiminen (Helsinki oppii)

## 5. Johtopäätökset ja pohdinta

Pallo on monipuolinen pedagoginen opetusväline. Se mahdollistaa opetusvälineenä laaja-alaisesti lapsen kehityksen tukemisen useilla eri kasvatuksen alueilla. Näitä kasvatuksen alueita ovat erityisesti liikuntakasvatus ja tunnekasvatus. Liikuntakasvatuksessa pallo mahdollistaa pedagogisena opetusvälineenä motoristen toimintojen harjoittamisen. Näitä motorisia taitoja ovat perusmotoriset taidot, karkeamotoriset taidot, hienomotoriset taidot ja havaintomotoriset taidot. Perusmotorisiin taidot koostuvat karkeamotorista taidoista, hienomotorisista taidoista ja havaintomotorisista taidoista. Perusmotorisiin taitoihin kuuluvat välineiden käsittelytaidot, tasapainotaidot ja liikkumistaidot.

Pallon avulla kehittyvät motoriset taidot pallon käsittelytaitojen kautta. Pallon käsittelytaitoja ovat pallon heittäminen, kiinniottaminen, potkaiseminen, lyöminen, vierittäminen, työntäminen ja pomputtaminen. Nämä taidot kehittyvät seuraavassa järjestyksessä: vieritys, työntö, heitto, kiinniotto ja pomputtelu.

Tutkimuksessani tarkastelin lähemmin pallon käsittelytaidoista heittämistä, kiinniottamista ja potkaisemista. Käsittelin myös motoristen taitojen kehittymistä pallopelien ja palloleikkien avulla. Palloa voidaan käyttää opetusvälineenä myös tunnekasvatuksen tukena. Lähestyin asiaa sosioemotionaalisten taitojen ja tunnetaitojen kautta. Selvitin kuinka tunnekasvatuksen asioita tulee esille pallon käyttämisessä pedagogisena opetusvälineenä liikunnassa. Lopuksi tarkastelin vaihtoehtoisia pallon pedagogisia käyttökohteita.

Käsittelen tutkimuskysymyksestäni ensin motoriset taitoihin liittyvän kysymyksen ja sen jälkeen tunnetaitoihin liittyvän kysymyksen.

*”Miten pallon avulla voidaan kehittää esikouluikäisten lasten motorisia taitoja liikuntakasvatuksessa?”*

Lapsille parasta kehitystä on leikkiminen. Erilaisten pallopelien ja palloleikkien avulla voidaan kehittää motorisia taitoja. Pallopeleistä yleisimpiä varhaiskasvatuksessa olevia ovat jalkapallo ja salibandy. Palloleikkejä on erilaisia ja niiden nimet vaihtelevat paljon. Niistä yleisimpiä on esimerkiksi pallohippa ja polttopallo. Näiden pelien ja leikkien kautta lapset oppivat itsesäätelytaitoja eli säädellä esimerkiksi omia tunteitaan. Muita opittavia asioita ja taitoja ovat

odottaminen, vuorovaikutustaidot, karkeamotoriset taidot, hienomotoriset taidot ja havaintomotoriset taidot. Pallopelit, joukkuepelit kehittävät esikoululaisten ryhmähenkeä ja sääntöjen noudattamista. Motoriset taidot kehittyvät, kun lapsien annetaan leikkiä ja pelata pallon kanssa. Pallon avulla kehittyvät myös pallon käsittelytaidot, kun opetetaan esikoululaisille niitä erilaisten harjoitteiden ja pelien kautta.

Pallon käsittely taidoille on yhteistä, että ne kehittävät karkeamotorisia, hienomotorisia ja havaintomotorisia taitoja. Pallon heittämisen taito on yleensä opittu esikouluikään mennessä. Samoin pallon potkaisemisen taito. Esikoululainen osaa keskimäärin heittää pallo yhdellä kädellä olan yli. Sen lisäksi esikoululaisen osaa keskimäärin heittää eri kokoisia palloa eri suuntiin vaihdellen kättä. Pallon heittämisessä ja potkaisemisessa korostuvat karkeamotoriset taidot, kun heittämiseen otetaan mukaan vauhti. Karkeamotoriset taidot vaativat suurten lihasten käyttämistä.

Lapsen heittäessä tai potkaistaessa vauhdissa on osattava myös havaintomotorisia taitoja eli osattava yhdistää aistein kehon liike ajoittaa se oikeaan aikaan, jotta heittäminen ja potkaiseminen mahdollistuu. Hienomotoriset taidot kehittyvät myös käsittelytaitojen kautta, kun halutaan saada esimerkiksi potkusta tai heitosta tarkka niin tällöin joudutaan käyttämään pieniä lihaksia.

Pallon kiinniottaminen vaatii myös karkeamotorisia taitoja. Pallon kiinniottamisessa painottuu enemmän havaintomotoriset taidot. Eli lapsen on osattava ottaa pallo vastaan ajoittaen ja hahmottaen tilan käytön. Siinä korostuu silmä-käsikoordinaation käyttäminen. Esikoululainen osaa keskimäärin ottaa pallon kiinni käsin ilman, että tarvitsee käyttää vartaloa apuna pallon kiinni ottamiseen. Kaikissa pallon käsittelytaidoissa korostuu tasapainotaitojen käyttö. Perusmotorisista taidoista liikkumistaidot korostuvat, kun lisätään vauhti mukaan. Pallon käsittelytaitojen kautta esikoululainen oppii motoristen taitojen lisäksi kehonhallintaa ja voiman säätelyä.

*Miten pallopelien ja -leikkien avulla voidaan opettaa tunnekasvatusta esikouluikäisille lapsille?*

Pallopelit ja palloleikkien kautta on hyvä opettaa esikoululaisia käsittelemään erilaisia tunteita esimerkiksi häviön tunnetta. Sosioemotionaaliset taidot kehittyvät hyvin, kun lapsi saa kokea



häviön ja onnistumisen tunteita. Pallopelien kautta esikoululaiset oppivat myös kaveritaitoja, jotka ovat tärkeitä tunteiden säätelyssä. Niistä tärkeimpiä on empatian tunteminen toista kohtaan. Muita tärkeitä taitoja ovat kaveritaidoissa, jotka kehittyvät pallopelien ja palloleikkien kautta ovat toisen huomioon ottaminen sekä tunteiden tunnistaminen että tunnustaminen. Nämä taidot kehittyvät, kun ristiriitatilanteissa on välillä apuna kanssasäätelijänä aikuinen.

Kanssasäätelijänä aikuinen voi tukea lasta tunteiden kanssa, ettei lapsen tarvitse käsitellä kaikkea itse. Esikouluikäinen lapsi tarvitsee vielä paljon tukea tunteiden säätelyssä. Pallopelit, joukkuepelit kehittävät lasten yhteishenkeä ja ryhmätoimintaa. Pallopeleissä ja palloleikeissä opitaan myös sääntöjä ja kielletään toisten satuttaminen. Minun mielestäni tärkeää on olla onnellinen pienestäkin onnistumisesta ja jo pelkästä pallolla pelaamisesta.

Palloa voi käyttää näiden lisäksi pedagogisena opetusvälineenä muun muassa kielenoppimiseen, aistituokioihin, taidehetkiin, tiedehetkiin ja musiikkihetkiin. Pallon avulla voi opetella kieliä yhteisen toiminnan kautta. Pallon avulla voi rauhoittua ja rentoutua esimerkiksi aistituokioiden kautta. Pallo mahdollistaa esikouluikäisille ajattelua ja oppimista tieteen avulla. Pallo antaa mahdollisuuden osallistuttaa musiikin kautta toisille tuntemattomia lapsia ja aikuisia vuorovaikutukseen.

Jatkotutkimuksena kandidaatin tutkielmaa voi laajentaa pro graduksi tekemällä kenttätutkimusta, etnografisena tutkimuksena. Etnografisen tutkimuksen avulla saa tietoa varhaiskasvatusikäisten lasten pallon käyttämisestä esimerkiksi päiväkodissa liikunnassa ja tunteiden hallinnassa. Aihetta voisi lähestyä tekemällä myös kyselytutkimuksia ja haastattelututkimuksia. Kysely- ja haastattelututkimusten avulla saa tietoa lasten vapaa-ajan liikkumisesta ja miten he käyttävät palloa oppimisen välineenä. Tämän kokoavan kirjallisuuskatsauksen perusteella voi tehdä pohjatyötä gradua varten, jossa lähestyisin analyttisemmin aiheeseen.

Kandidaatin tutkielmani toteutin narratiivisena kirjallisuuskatsauksena. Kuvasin tutkielmassani laajasti pallon vaihtelevia mahdollisuuksia käyttää pedagogisena opetusvälineenä liikuntakasvatuksessa, tunnekasvatuksessa ja muussa kasvatuksessa. Kandidaatin tutkielmani antaa yleiskatsauksen aiheeseen usean lähteen kautta. Tutkimukseni kerää yhteen tietoa aihepiiristä, jota ei ole aikaisemmin tutkittu näkökulmasta, jossa palloa tarkastellaan pedagogisena opetusvälineenä kasvatuksen eri alueilla. Olen sitä mieltä, että tutkimukseni voi

muuttaa tutkimusten teon näkökulmaa, että uskallettaisiin tarkastella asioita hieman omaperäisellä otteella.

Kandidaatin tutkielmani haasteet liittyivät muun muassa tiedonkeräämiseen. Aineiston keruu kandidattutkielmaan oli monivaiheinen prosessi. Aloitin aineiston keruun miettimällä sopivia hakusanoja. Aiheeseen hain aineistoa useasta tietokannoista esimerkiksi Oulu-Finnasta ja Ebsco databasesta. Käytin hakusanoja “pallo\* and varhaiskasvatus\*”. Englanninkielisinä hakusanoina käytin “ball\* and preschool\*”. Näillä hakusanoilla löytyi aiheeseen liittyviä lähteitä. Näiden hakuteosten viiteluettelo tarkastelemalla sain lisää lähteitä. Käytin tiedonhankinnassa löytämien artikkelien ja teosten ilmoitettuja avainsanoja (key words) lisämateriaalin etsimisessä. Liikuntakasvatuksesta hain tietoa hakusanalla “liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa” ja tunnekasvatuksesta hakusanalla “tunnetaidot varhaiskasvatuksessa”. Kandin tutkielmaan käyttämäni materiaali koostuu varhaiskasvatukseen liittyvistä artikkeleista, väitöskirjoista, opinnäytetöistä ja kirjallisuudesta.

Aiheesta ei ole tehty etsimäni perusteella tutkimusta, jossa palloa tarkasteltaisiin opetusvälineenä liikunta- ja tunnekasvatuksessa. Kerättyä tietoa sovelsin tutkimuskysymyksiin liikuntakasvatuksen ja tunnekasvatuksen kannalta. Olen sitä mieltä, että tutkielmastani on hyötyä liikuntaa ja tunnekasvatusta suunnitteleville varhaiskasvatuksen opettajille ja muulle henkilöstölle, joita kiinnostavat pallon käyttäminen pedagogisena opetusvälineenä. Pallon käyttäminen opetuksen välineenä tuo mielestäni erilaista näkökulmaa varhaiskasvatuksen opetukseen. Pallo on opetusvälineenä ja esineenä konkreettinen ja hyvin monikäyttöinen.

Rajasin aineistosta tutkimuskysymyksiini liittyviä asiakokonaisuuksia, jotka sisältävät tietoa motorisista- ja tunnetaidoista. Valikoin teoriaa lähteistä ja yhdistelin soveltaen tietoa toisiinsa esimerkiksi, miten palloa käytetään liikunnassa motoristen taitojen kehittämiseen. Aineiston valikoinnissa perusteena oli aineiston aihe. Sen piti liittyä esimerkiksi liikuntakasvatuksessa motorisiin taitoihin, joissa pallo on osallisen tekijänä. Tunnekasvatuksessa rajasin aihetta samoin, että pallo on esillä suurimmassa osassa aineistossa. Analyysin tein kirjallisuudesta mahdollisimman kiteytetysti. Vertaisarvioituja (peer review) artikkeleita käytettäessä eettisyys ja luotettavuus on varmistettu. Olen käyttänyt lähteinä vertaisarvioituja artikkeleja ja väitöskirjoja. Kirjallisuuskatsaus on eettisesti hyväksyttävä lähestymismuoto, missä ei kajota yksittäisiin henkilöihin tai henkilöryhmiin. Eettiset näkökulmat otetaan huomioon (Rutanen, 2021).

## Lähteet

Aaltonen, A (2020). Liikkuva varhaiskasvatus : varhaiskasvatuksen henkilöstön käsikirja. Lapsen osallisuus ja johtajuus- työryhmä, 2020, Oulun yliopisto. [https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/wp-content/uploads/2022/10/varhaiskasvatuksen\\_henkiloston\\_kasikirja\\_2020\\_web.pdf](https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/wp-content/uploads/2022/10/varhaiskasvatuksen_henkiloston_kasikirja_2020_web.pdf)

Ahonen, S-M., Kangasniemi, M., Jääskeläinen, P., Liikanen, E., Pietilä, A-M & Utriainen, K. (2013). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede* 2013, 25 (4), 291–301. <https://journal.fi/hoitotiede/article/view/128286/77409?acceptCookies=1>

Alesi, M., Bianco, A., Luppina, G., Palma, A., & Pepi, A. (2016). Improving children's coordinative skills and executive functions: The effects of a football exercise program University of Palermo, Palermo Italy. *Perceptual and Motor Skills*, 122(1), 27-46. <https://doi.org/10.1177/0031512515627527>

Alijoki, A., Suhonen, E., Nislin, M., Kontu, E., & Sajaniemi, N. (2013). Pedagogiset toiminnot erityisryhmissä ja oppimisympäristön laatu. *Journal of Early Childhood Education Research*, 2(1), <https://journal.fi/jecer/article/view/114028/67227>

Ayres, A. J. (2008). Pallo – erityisen hyödyllinen leikkiväline. Teoksessa A. Sääkslahti (toim.), *liikunta varhaiskasvatuksessa*, (s.136). PS-kustannus.

Baumeister, RF., Leary, MR. (1997). Writing narrative literature reviews. *Review of General Psychology* 1 (3), 311-320. <https://psychology.yale.edu/sites/default/files/baumeister-leary.pdf>

Erola, A. (2020). *Leikitään yhdessä! Vuorovaikutukselliset kohtaamiset varhaisiän musiikkikasvatuksessa*. [Opinnäytetyö, Jyväskylän ammattikorkeakoulu]. THESEUS. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202005128501>

Fletcher, R., StGeorge, J., & Freeman, E. (2013). Rough and tumble play quality: Theoretical foundations for a new measure of father–child interaction. *Early Child Development and Care*, 183(6), 746–759. <https://doi.org/10.1080/03004430.2012.723439>

Freeman, M. (1984). History, Narrative, and Life-Span Developmental Knowledge. *Human development*, 27(1), 1-19. <https://doi.org/10.1159/000272899>

Gagnon, S. G., Huelsman, T. J., Reichard, A. E., Kidder-Ashley, P., Griggs, M. S., Struby, J., & Bollinger, J. (2014). Help me play! Parental behaviors, child temperament, and preschool peer play. *Journal of Child and Family Studies*, 23(5), 872–884. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9743-0>

Gallahue, D. & Cleland Donnelly, F. (2003) Tahdonalaisen liikkumisen oppiminen: motoriset taidot. Teoksessa A. Sääkslahti (toim.), *Liikunta varhaiskasvatuksessa*, (s. 50–51). PS-kustannus.

Helsinki oppii. (julkaisuaika tuntematon). *Liikutaan yhdessä: palloleikki*. <https://helsinkioppii.hel.fi/ideat/liikutaan-yhdessa-palloleikki/>

Hiltunen, M., & Paunila, J. (2021). *Tiedekasvatus osana 2-3-vuotiaiden varhaiskasvatusta - Vinkkejä käytännön työhön*. [Opinnäytetyö, Laurea-ammattikorkeakoulu]. THESEUS. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021052110187>

Hukkanen, J. & Salmela, M. (2016.) *AISTIHUONE VARHAISKASVATUKSESSA* [Opinnäytetyö, MAMK]. <https://core.ac.uk/download/pdf/80990826.pdf>

Hujala, E. (1996). Varhaiskasvatuksen teoreettisen kehityksen rakentuminen. *Kasvatus* 27 (5), 487-496.

Huovinen, T., Remahl, V., & Turunen, S. (2009). *Pallopelejä ja pelisovelluksia*. Koululiikuntaliitto.

Hännikäinen, M. (1995). *Roolileikkiin siirtyminen leikin kehitysvaiheena: Kulttuurihistoriallisen toiminnan teorian näkökulma*. Jyväskylän yliopisto.

Hänninen, V. (2016). Kuinka paljon on tarpeeksi? Aineiston määrä laadullisessa tutkimuksessa. *Aikuiskasvatus*, 36(2), 109–113. <https://doi.org/10.33336/aik.88484>

Hänninen, S-L., & Valli, S (1986). *Suomen lastentarhatyön ja varhaiskasvatuksen historia*. Otava.

Innostun liikkumaan/Suomen CP-liitto ry. (julkaisuaika tuntematon). *Motoriset taidot - mitä ne ovat?* Haettu 29.1.2024 osoitteesta <https://innostunliikkumaan.fi/motoriset-aidot-arjessa-ja-niiden-oppimiseen-vaikuttavat-tekijat/motoristen-taitojen-oppimiseen-vaikuttavat-tekijat/>

Jaakkola, T. (2016). *Juokse, hyppää, heitä, ota kiinni!: Perusliikuntataitojen opettaminen lapsille ja nuorille*. PS-Kustannus.

Karila, K., Kinos, J. & Virtanen, J. (2001). Pallo erityisen hyödyllinen leikkiväline. Teoksessa A. Sääkslahti (toim.), *Liikunta varhaiskasvatuksessa*, (s. 136). PS-kustannus.

Kalliala, M. (2008). *Kato mua! Kohtaako aikuinen lapsen päiväkodissa?* Helsinki. Gaudeamus.

Karvonen, P. (2000). Hyppää pois! *Lapsen motoriikan arviointi ja kehittäminen*. Tammi.

Kesäläinen, J. (2023). *Lasten tunnesäätely, leikki ja kognitiiviset valmiudet varhaiserityiskasvatuksessa*. [Väitöskirja, Helsingin yliopisto], Helda. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/f7f19312-4408-434d-a014-880a02aedc9c/content>.

Ketonen, R., Kontu, E., Lahtinen, R., Pesonen, H. & Tuomi, E. 2018. *Kehitysvammaisuus, autismin kirjo ja lapsen tuen tarve*. Teoksessa P. Pihlaja & R. Viitala (toim.), *Varhaiserityiskasvatus*. Jyväskylä. PS-kustannus, 287, 303

Koivuniemi, M., Järvenoja, H., Kinnunen, S., Mänty, K., & Näykki, P. (2020). *Arjen sosioemotionaaliset haasteet oppimistilanteina: 4T-toimintamalli lapsen kehittyvien tunteiden säätelytaitojen tukemiseksi*. Oulun yliopisto. <https://urn.fi/URN:ISBN:9789526226484>

Koziol, L. & Lutz, J. (2013) Pallo – erityisen hyödyllinen leikkiväline. Teoksessa A. Sääkslahti (toim.), *Liikunta varhaiskasvatuksessa*, (s. 137). PS-kustannus.

Laaksonen, V. (2022). *Kaveritaidot varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.

Lehto, S. (2018). Osallistava pedagogiikka liikuntakasvatuksessa: Tapauksena koulun liikuntakerhot. *Sosiaalipedagogiikka*, 19, 59–81. <https://doi.org/10.30675/sa.70187>

Lindsay, A., Coughenour, C., Case, L., Bevell, J., Fryer, V., & Brian, A. (2022). A Review of Motor Skill Development in State-Level Early Learning Standards for Preschoolers in the United States. *Journal of Motor Learning and Development*, 10(3), 355-370. <https://doi.org/10.1123/jmld.2021-0067>

Lindqvist, G., & Arffman, I. (1998). *Leikin mahdollisuudet: Luovaa leikkipedagogiikkaa päiväkotiin ja kouluun*. Koulutuksen tutkimuslaitos.

Linthoingambi, A., Harsimran, K., Rishika, C., & Ramakrishna, Y. (2022). Effectiveness of intellectual color game, audio-visual and stress ball distraction methods on gagging and anxiety management in children. *The Journal of clinical pediatric dentistry*, 46(6), 6. <https://doi.org/10.22514/jocpd.2022.019>

Majuri, H. (2017). *STRUKTUROITU AISTITUOKIO TILAPÄISYKSIKÖ POIJUN ASIAKKAILLE*. [Opinnäytetyö, Satakunnan ammattikorkeakoulu]. THESEUS. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201704215091>

Malina, R., Bouchard, C. & Bar-Or, O. (2004). Motorinen kehitys. Teoksessa A. Sääkslahti, *Liikunta varhaiskasvatuksessa*, (s. 49). PS-kustannus.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. (2024). *Päiväkoti-ikäisen lapsen kaverisuhteet*. <https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/paivakoti-ikaisen-lapsen-kaverisuhteet/>

Mehtälä, A., Sääkslahti, A., Asunta, P., Hakonen, H., Kukko, T., Kulmala, J., Kämppi, K., & Tammelin, T. (2023). *Pienten lasten liikunnan ilo, fyysinen aktiivisuus ja motoriset taidot Suomessa Piilo-tutkimuksen tuloksia 2023*. Opetus ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:10.

[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165465/OKM\\_2024\\_10.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165465/OKM_2024_10.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Morales, J., Gonzalez, L., Guerra, M. & Virgili, C. & Unnithan, V. (2011). Pallo – erityisen hyödyllinen leikkiväline. Teoksessa A. Sääkslahti (toim.), *Liikuntakasvatus varhaiskasvatuksessa*, (s. 116–117). PS-kustannus.

Numminen, P. (1996). *Kuperkeikka varhaiskasvatuksen liikunnan didaktiikkaan*. Nuori Suomi.

Opetushallitus. (2014). *Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014*. <https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/esiopetus/419551/tekstikappale/685716>

Opetushallitus. (2016). Leikki esiopetuksessa. Tukimateriaali. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/leikki\\_esiopetuksessa\\_tukimateriaali\\_0.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/leikki_esiopetuksessa_tukimateriaali_0.pdf)

Opetushallitus (2022). *Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022*. [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman\\_perusteet\\_2022\\_2\\_2.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_2_2.pdf)

Opetushallitus (2024a). Liikunnan tehtävä. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/liikunnan-tehtava>

Opetushallitus (2024b). Tunteesta tunteeseen- ihmismielen tarina kuvin ja sanoin. Opettajan aineisto. Tunnetaitoja oppii harjoittelemalla. <https://www.oph.fi/fi/oppimateriaali/tunteesta-tunteeseen-ohjaajan-opas/3-tunnetaitoja-oppii-harjoittelemalla>

Opetushallitus (2024c). *Liikunnan tavoitteisiin liittyvät keskeiset sisältöalueet vuosiluokilla 1-2, 3-6, 7-9. Havaintomotoriset taidot ja kehon hahmottaminen. Fyysinen toimintakyky*.

<https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/liikunnan-tavoitteisiin-liittyvat-keskeiset-sisaltoalueet-vuosiluokilla-1-2-3>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2016). Iloa, leikki ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksia. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Salminen, A. (2011). *Mikä kirjallisuuskatsaus?: Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin*. Vaasan yliopisto.

Samuelsson, I. P., & Carlsson, M. A. (2008). The Playing Learning Child: Towards a pedagogy of early childhood. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 52(6), 623–641. <https://doi.org/10.1080/00313830802497265>

Sääkslahti, A. (toim.) (2018). *Liikunta varhaiskasvatuksessa*. PS-kustannus.

Pietikäinen, A., & Pasanen, R. (2023). *Joustava mieli urheilussa: Vahvista mielen taitoja urheilun tueksi*. Kustannus Oy Duodecim.

Pihlaja, P. & Viitanen, R. (toim.). (2018). *Varhaiserityiskasvatus*. PS-kustannus.

Ruokonen, I., Rusanen, S., & Välimäki, A-L. (2009). *Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa. Opas. Iloa, ihmettelyä ja tekemistä*. Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinninlaitos.

Rutanen, N., Vehkalahti, K., & Alanko, A. (2021). *Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka: II, Tutkimuseettisestä sääntelystä elettyyn kohtaamiseen*. Nuorisotutkimusseura ry.

Roopnarine, J. L. & Johansson, J. E. (2013). Approaches to early childhood education. 6.painos. Lontoo, Routhledge. Education, vol 30.

Savina, E. (2014). Does play promote self-regulation in children? *Early Child Development and Care*, 184(11), 1692–1705. <https://doi.org/10.1080/03004430.2013.875541>



Tieteen termipankki. (julkaisuaika tuntematon).  
Kasvatustieteet. <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Kasvatustieteet:opetusv%C3%A4lineet>

## LIITTEET

### LIITE 1.

#### **Pallon heittäminen**

Pallon käsittely on tärkeä taito motoristen taitojen opettelussa. Pallon käsittelyssä voidaan harjoitella iän mukaisesti erilaisia taitoja, kuten heittämistä ja potkaisemista erilaisten urheilujen kautta. Heittäminen ollut historian saatossa merkittävä taito ihmisen selviytymisen kannalta (Sääkslahti, 2018). Nykyään heittämistä tarvitaan monessa arkipäiväisessä urheilulajissa. Näitä lajeja on muun muassa keihäänheitto ja kiekonheitto.

Esikouluikäisen lapsen 6–7-vuotiaan tulisi jo pääsääntöisesti osata perustaidot pallon heittämiseen ja potkaisemiseen (Sääkslahti, 2018). Pallon heittäminen onnistuu yleensä esikouluikäisellä yhdellä kädellä olan yli. 6–7-vuotiaan tulisi myös osata heittää eri kokoisia palloja eri suuntiin vaihdellen kättä. Muita pallon käsittelytaitoja, joita esikouluikäisen tulisi hallita ovat pallon kiinniottaminen edestäpäin ja käsillä pallon pomputtelu. Nämä kaikki pallon käsittelytaidot kehittävät lapsen kehonhallintaa, tasapainoa, lihasvoimaa, voimankäyttöä ja tekniikkaa (Sääkslahti, 2018). Heittäminen vaatii lihasten oikeaa aikaista hallintaa (Sääkslahti, 2018). Heittämisessä korostuu myös karkea motoristen taitojen käyttäminen, kun heitetään vauhdista (Sääkslahti, 2018). Silloin suurten lihaksien käyttäminen on isossa roolissa (Sääkslahti, 2018). Vauhdista heittäminen vaatii liikkumistaitojen hallintaa, juoksemista (Sääkslahti, 2018).

Heittämiseen tarvitaan myös hienomotoriikka ja havaintomotoriikkaa, kun halutaan heitosta tarkka ja tietyn mittainen (Sääkslahti, 2018). Havaintomotoristen taitojen hallinta edellyttää kognitiivisten taitojen hallintaa eli tulee hallita jonkun verran ajatteluun, havaitsemiseen ja muistamiseen liittyviä asioita (Sääkslahti, 2018). Pallon heittämisessä havaintomotorisia taitoja tarvitaan aistimaan esimerkiksi pallon kokoa, painoa ja nopeutta (Sääkslahti, 2018). Tasapainotaitoa tarvitaan pallon heittämisessä, jotta vartalo saadaan hallittua ja heitto saadaan lähtemään hyvään asentoon (Sääkslahti, 2018). Pallon heiton arvioinnissa lapsen tulisi osata tarttua palloon joustavasti ja ylävartalo kiertyy heiton mukana (Karvonen, 2000). Pallon heitossa lapsen jalka ja käsi toimivat samaan aikaan ja lapsi siirtää painoa jalalta toiselle heiton aikana ja ottaa heittoon vauhtia (Karvonen, 2000).

### **Pallon kiinniottaminen**

Pallon kiinniottaminen vaatii myös lapselta karkea motorisia taitoja (Sääkslahti, 2018). Pallon kiinniottaminen vaatii oikeaa ajoitusta, johon tarvitaan havaintomotorisia taitoja (Sääkslahti, 2018). Pallon kiinniottamisessa lapsen tulee hallita tarkasti käsiä ja vartaloa ja käyttää silmä-käsikoordinaatiota (Numminen, 1996; Sääkslahti, 2018).

Pallon kiinniottamisessa tulee seurata palloa katseella, asettaa kädet valmiiksi asentoon ja liikkua palloa kohti tarvittaessa arvioidessa pallon nopeutta ja suuntaa (Numminen, 1996). Pallon kiinniottaminen kehittyy lapsella yleensä niin, että ennen kouluikää lapsi oppii ottamaan pallon kiinni ilmasta vapaan kiinnioton kautta (Numminen, 1996). Se tarkoittaa, että lapsi ei ota vartaloa enää tueksi ottaessaan palloa kiinni (Numminen, 1996).

### **Pallon potkaiseminen**

Pallon potkaiseminen vaatii lapselta perusmotorisia taitoja, karkeamotorisia taitoja ja hienomotorisia taitoja muun muassa jalan ojentamiseen saaden potkusta tarkka (Sääkslahti, 2018). Esikouluikäisen tulisi hallita paikallaan olevan pallon potkaiseminen ja liikkuvan pallon potkaiseminen (Sääkslahti, 2018). Pallon potkaisemisessa lapsen tulee hallita tasapaino, jotta pysyy potkaisussa hyvässä tasapainossa ja eikä kaadu potkaisemisen jälkeen (Sääkslahti, 2018).

Karkeamotorisia taitoja ovat kaikki suurilla lihaksilla tehdyt liikkeet eli perusmotoriset taidot eli liikkumistaidot ja hienomotorisia pienillä lihaksilla tehdyt liikkeet, jotka liittyvä yleensä tarkkaan tekemiseen. (Sääkslahti, 2018) Havaintomotorisia taitoja lapsi tarvitsee, jotta hän pystyy aistimaan ja arvioimaan pallon koon ja potkuun tarvittavan voiman suuruuden (Sääkslahti, 2018).

Kehonhallinta on myös tärkeä oikean potkutekniikan harjoittelussa (Sääkslahti). Käsien pitäisi tasapainottaa potkaisemisen liikettä (Sääkslahti, 2018). Lapsen tulee myös hallita liikkumistaidoista juokseminen, jos hän aikoo potkaista vauhdista (Sääkslahti, 2018). Pallon potkaisemista voidaan arvioida lapsen liikkeen kautta (Karvonen, 2000). Pallon potkaiseminen on kehittyneimmillään, silloin kuin lapsi osaa potkaista palloa haluamaansa suuntaa jalan jalkaterän jollain osalla. Lapsen ylävartalon kierto tapahtuu vastakkaisen käden ja jalan yhteistyön aikana (Karvonen, 2000). Pallon potkaisemisen alkaa lantiosta, samaan aikaan

tasapaino ja liikkeen rytmillisyyden tulisi säilyä (Karvonen, 2000). Potkuun tulee osata sen lisäksi yhdistää vauhtiin (Karvonen, 2000).

### **Muut pallon käsittelytaidot**

Muita pallon käsittelytaitoja ovat vierittäminen, lyöminen, työntäminen ja pomputtaminen (Numminen, 1996). Näistä viimeisimpänä kehittyy pomputtaminen ja lyöminen, koska ne vaativat enemmän käden ja silmän yhteistyötä ja havaintomotoristaitoja (Numminen, 1996). Pallon käsittelytaitoja harjoitellessa tulisi siirtyä helposta haasteesta vaikeampaa vähitellen, jotta motivaatio säilyy lapsella (Karvonen, 2000). Harjoittelussa on tärkeää käyttää erikokoisia ja painoisia palloja (Karvonen, 2000)