

Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma

Etelä-Karjalan varhaiskasvatuksen liikuntavastaavien tapaaminen 11.8.2020

Yhteyspäällikkö Kirsi Naukkarinen

kirsi.naukkarinen@oph.fi



Ohjelman tavoitteena on, että jokaisella lapsella on päivittäinen mahdollisuus liikkumiseen ja liikunnan iloon.



www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi

Facebook: @ilokasvaaliikkuen



LIIKKUVA KOULU

skolan i rörelse

www.liikkuvakoulu.fi

Facebook: @liikkuvakoulu

Twitter: @liikkuvakoulu

Instagram: @liikkuvakoulu



www.liikkuvaopiskelu.fi

Facebook: @liikkuvaopiskelu

Instagram: @liikkuvaopiskelu





Ohjelmaan voivat ilmoittautua mukaan

- varhaiskasvatusyksiköt (päiväkoti, perhepäivähoito, avoin varhaiskasvatus)
- kunnat (varhaiskasvatuksen johto/hallinto).



Jokainen varhaiskasvatusyksikkö on omanlainen ja jokainen lapsi on yksilöllinen.



0 €

TUNNUKSET

TYÖKALUT

TUKIMATERIAALIT



Materiaalit kehittämistyön tukena

- Ohjelmaan ilmoittautuneet yksiköt saavat tunnukset ohjelma-alustalle ja käyttöönsä ohjelman tarjoamat konkreettiset työkalut ja tukimateriaalit kuten
 - Pienten askelten -työkalu
 - Oma käsikirja varhaiskasvattajille, johtajille ja kuntatoimijoille.
- [Ohjelman verkkosivuilla](#) on myös paljon materiaalia, joka on vapaasti kaikkien varhaiskasvattajien käytettävissä. Mm.
 - Nykytilan arviointi -työkalu
 - Kuntatoimijan opas, Ideaoppaat, ohjelma-asiakirja [Materiaalit-osiossa](#)
 - [Ideat-osiossa](#) konkreettisia vinkkejä ja kumppaneiden palveluita



Kehitystyö on jaettu kolmeen vaiheeseen



Askel kerrallaan kohti visiota

Lapsen taso

- Kannustava ilmapiiri on ensiarvoisen tärkeä sekä varhaiskasvatuksessa että kotona.
- Lasten osallisuus toiminnan suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa.
- Kirjaukset yksilölliseen varhaiskasvatussuunnitelmaan.



Yksikkötaso

- Johtaja ylläpitää rakenteita.
- Henkilöstön osaaminen ja hyvinvointi.
- Työyhteisön toimintakulttuuri ja normit kannustavat liikkumiseen.



Kuntataso

- Yhteistyö eri tasoilla: paikallisesti mm. verkostot, toisten kuntien kanssa ja valtakunnallisesti.
- Ylin johto luo edellytykset vasun ja varhaiskasvatuslain toteuttamiselle
- Liikkuminen on huomioitu kunnan omissa strategisissa asiakirjoissa.

Liikunnallisen toimintaympäristön tasot kunnassa



Valtakunnan taso

- Varhaiskasvatuksen normiasiakirjat velvoittavat huolehtimaan päivittäisestä fyysisestä aktiivisuudesta.
- Varhaiskasvatuksen henkilöstö saa riittävän osaamispohjan lasten kokonaisvaltaisen kehityksen tukemiseen.



Liikkuva varhaiskasvatus tukee lain ja ohjaavien asiakirjojen toteutumista



Liikkuminen läpileikkaavana teemana Vasussa

- Lasten liikkuminen ja fyysisesti aktiiviseen elämäntapaan ohjaaminen kulkevat läpi koko varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden.
- Kasvan, liikun ja kehityksen -oppimisen alueeseen on koottu liikkumiseen, ruokakasvatukseen, terveyteen ja turvallisuuteen liittyviä tavoitteita
- Vasuperusteet ohjaa myös arvioimaan ja kehittämään koko työyhteisön toimintakulttuuria.

”

ARVOPERUSTA

”Lapsella on oikeus leikkiä, oppia leikkien ja iloita oppimastaan sekä rakentaa käsitystä itsestään, identiteetistään ja maailmasta omien lähtökohtiensa mukaisesti. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on ohjata lapsia terveyttä, hyvinvointia sekä fyysistä aktiivisuutta edistäviin elämäntapoihin ja innostaa lapsia liikkumaan monipuolisesti ja kokemaan liikunnan iloa.”

”

TOIMINTAKULTTUURI

”Oppimisympäristöjä suunnitellaan ja rakennetaan yhdessä lasten kanssa. Niiden tulee tukea lasten luontaista uteliaisuutta ja oppimisen halua sekä ohjata leikkiin ja fyysiseen aktiivisuuteen.”

”

OPPIMISKÄSITYS

”Oppimiskäsitys perustuu näkemykseen lapsesta aktiivisena toimijana. Oppiminen on kokonaisvaltaista ja sitä tapahtuu kaikkialla. Siinä yhdistyvät tiedot, taidot, toiminta, tunteet, aistihavainnot, keholliset kokemukset, kieli ja ajattelu.”

”

LAAJA-ALAINEN OSAAMINEN

”Päivittäinen riittävä fyysinen aktiivisuus tukee lasten ajattelua ja oppimista.”

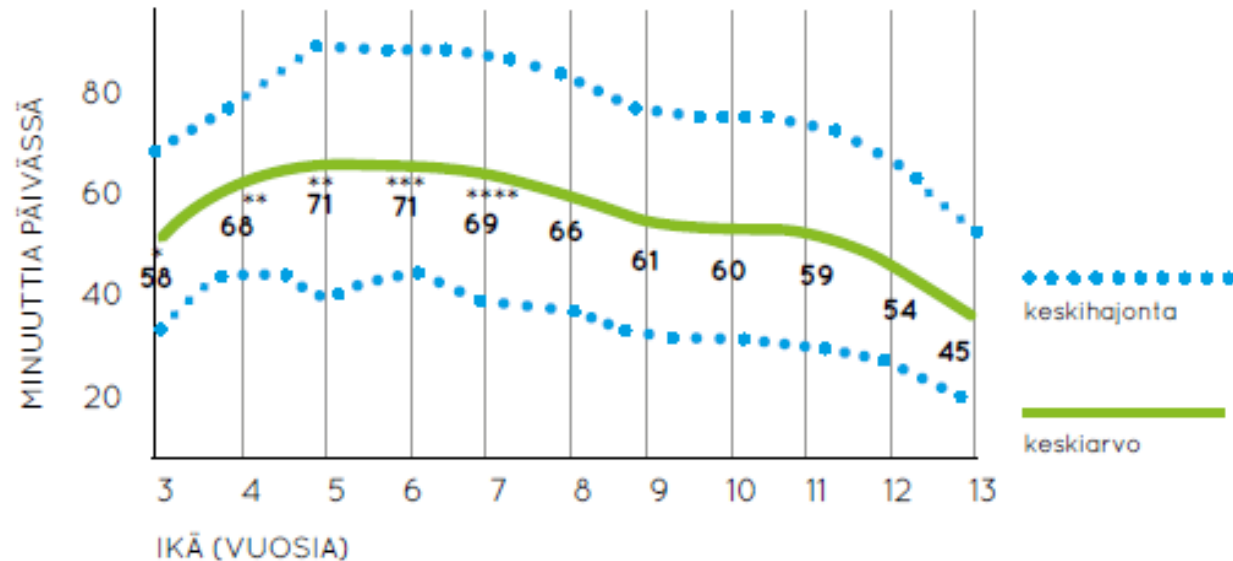
”

OPPIMISEN ALUEET

”Liikuntakasvatuksen tulee olla säännöllistä, ja lapsilähtöistä, monipuolista ja tavoitteellista. Riittävä fyysinen aktiivisuus on tärkeää lapsen terveille kasvuille, kehitykselle, oppimiselle ja hyvinvoinnille.”



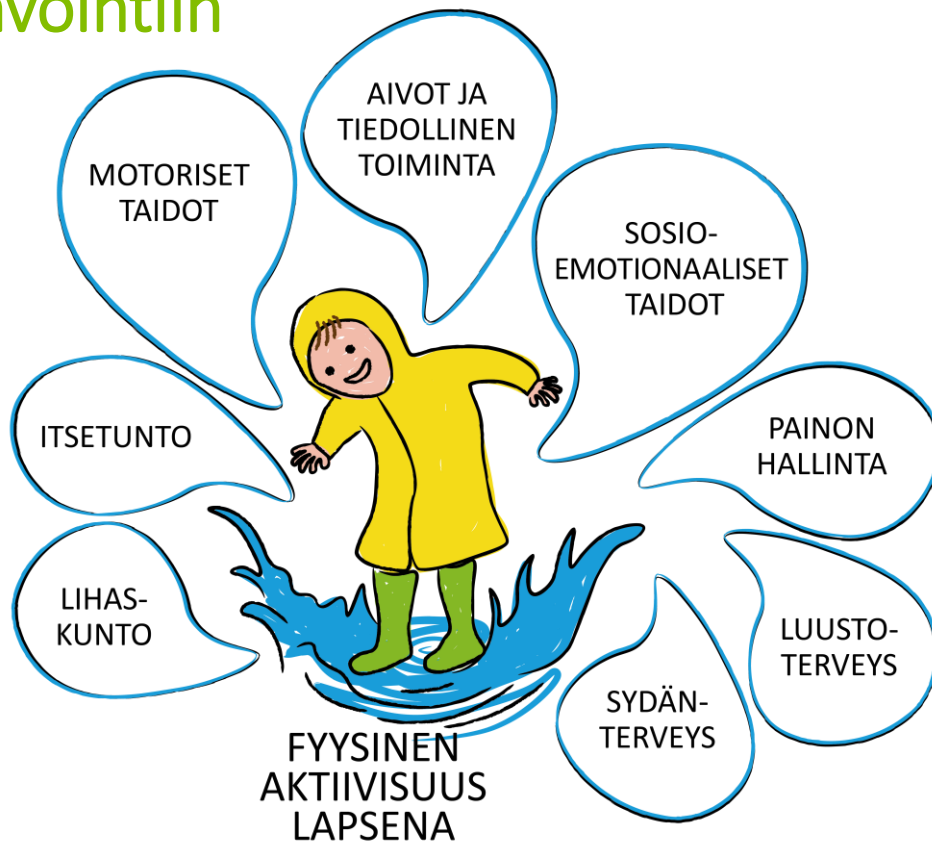
Suomalaislasten reippaan liikunnan määrä



Tulokset perustuvat Actigraph-mittarilla kerättyihin seuraaviin erillisiin tutkimusaineistoihin:

- * Soini ym. 2012
- ** Mehtälä ym. (Suomalaisten ja ... -hanke, julkaisematon)
- *** Määttä ym. (DAGIS-hanke, julkaisematon)
- **** Tammelin ym. 2013

Fyysinen aktiivisuus vaikuttaa kokonaisvaltaisesti lapsen hyvinvointiin





A!

T!

K!

ESKURI

MAALI



SALI

ME HALUTAAN
JOKA VIIKKO
METSÄÄN
RETKELLE!

Miten Liikkuva
varhaiskasvatus
näkyy arjessa?

KELKKEILY

PESTÄMÄ
LAINA

KUMPI
LEIKKI
LEIKITÄÄN?

MÄ KEKSIN!
TEHDÄÄN
PIDEMPÄ
HYPPYRUUTU!

VOIDAANKO
TEHDÄ KOTONA
SEIKKAILU-
RATA?

TOTTA-
KAI!

Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset

**1. Vauhti
virkistää -
vähintään
kolme tuntia
liikkumista
joka päivä**

Aktiivinen tekeminen
innostaa - liika istuminen
on ikävää

**2. Kohti
liikkuvaa
elämäntapaa
- perhe
tärkeä
roolimalli**

**3. Kuuntele -
anna lapselle
mahdollisuus
vaikuttaa**

**4. Tekemällä
taitoja -
monipuolisuus
kunniaan**

**5. Ympäristö
haastaa ja
hauskuuttaa -
ulkona unelmat
todeksi**

**6. Välineet
ja lelut -
innosta
kokeilemaan**

**7. Ohjattu
liikunta -
onnistumisen
elämyksiä**

**8. Liikunta
varhaiskasvatuk-
sessa - jokaisen
lapsen oikeus**

**9. Koko kylä
liikuttaa
- kaikki
yhteistyössä**

6. Välineet ja lelut – innosta kokeilemaan

- Liikuntavälineiden tulee olla, lelujen tapaan, lasten saatavilla. Liikuntavälineet kuluvat käytössä, ja niin kuuluukin tapahtua.
- Välineiden on hyvä olla eri painoisia ja erikokoisia. Huolehtikaa siitä, että osa hankintoihin varatuista rahoista todella käytetään liikuntavälineisiin.
- Varmistakaa, että liikkumisessa tukea tarvitsevien apuvälineet ovat saatavilla ja käytettävissä silloin, kun niitä tarvitaan
- Kierrättäkää isompia ja kalliimpia välineitä yksiköstä toiseen.
- Huomioikaa, että liikkumiseen innostavien välineiden ei aina tarvitse tehdä lapsen elämää helpoksi. Jotkut välineet voivat olla vaikkapa niin raskaita ja suuria, että niiden käyttämiseen tarvitaan ponnistelua ja monen lapsen yhteistyötä.



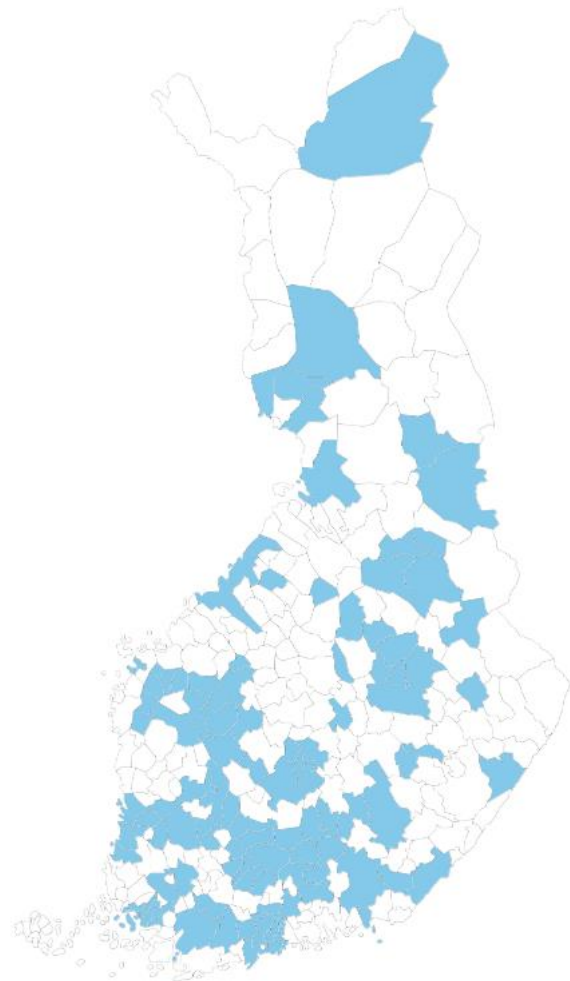
Esimerkkejä yksiköistä

- *Päiväkodin liikuntavastaavat kokosivat kiertävät liikuntalaatikot ryhmiin (vaihto jokaisen kuun alussa).*
- *Avoimessa päiväkodissa oli liikuntanurkkaus, jossa oli tasapainolauta, kiipeilyseinä, puolapuut ja trampoliini. Nurkkauksessa lasten oli hyvä käydä leikin lomassa liikkumassa.*
- *Jokaiseen ryhmään hankittiin voimistelumatto, jota käytetään päivittäin esimerkiksi siirtymistilanteissa kuperkeikkojen tekoon.*
- *Liikunnan vuosikello on ollut hyvänä tukena myös eri liikuntavälineisiin tutustumiseen ja kokeilemiseen.*



Kartoitus varhaiskasvatuksen liikuntaolosuhteista (2019)

- Sähköinen kysely toteutettiin 6-10/2019
- Tarkoituksena selvittää varhaiskasvatusyksiköiden olosuhteita liikkumisen näkökulmasta
- Toteutettiin osana Liikkuva varhaiskasvatus –ohjelmaa: vastaajina ohjelmaan rekisteröityneet varhaiskasvatusyksiköt
- Vastaajia 510 varhaiskasvatusyksiköstä, 105 kunnasta
- Teemat: liikuntamahdollisuudet pihalla, lähiympäristössä ja sisätiloissa; välineet; olosuhteiden arviointi
- Tulokset julkaistu: www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/olosuhdekysely



Olosuhteiden arviointi

- Kaksi kolmesta yksiköstä arvioi pihansa kokoa, toimivuutta ja kiinteän leikkipaikkavälineistön kuntoa hyväksi tai erinomaiseksi.
- Pihan leikkipaikkavälineistön riittävyyden ja sisätilojen toimivuuden liikunnan kannalta arvioi hyväksi tai erinomaiseksi noin puolet yksiköistä.
- Turvallisuusasiat koettiin paremmiksi ulkona: 75 prosenttia arvioi pihan ja 63 prosenttia sisätilojen turvallisuuden vähintään hyväksi liikkumisen kannalta.
- Välineiden kunnon ja riittävyyden osalta ulkokäytössä olevien välineiden tilanne arvioitiin heikommaksi kuin sisäkäytössä olevien.



Ulkovälineet

Tällä sivulla kuvataan, millä tavoin seuraavat ulkona olevat välineet ovat lasten käytössä.

Vastausvaihtoehdot: 1 = vapaassa käytössä, 2 = lapsen pyytäessä, 3 = vain ohjatun liikunnan aikana, 4 = välineitä ei ole tai ne eivät ole saatavilla

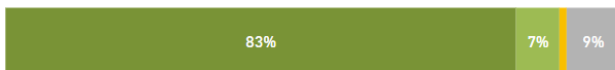
* Yleisimmin vapaassa käytössä ovat vedettävät ja työnnettävät välineet, päällä istuttavat välineet sekä pallot.

* Lapsen pyytäessä on yleisimmin saatavilla erilaisia mailloja, maaleja, hyppynaruja ja vanteita.

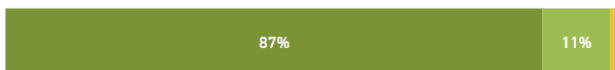
vedettäviä ja työnnettäviä välineitä kesä- ja talvileikkeihin



päällä istuttavia välineitä, autoja ja mopoja



palloja



erilaisia mailloja



koripallokori



maalit



vanteita



hyppynaruja



twist-kuminauhoja



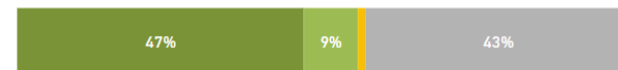
pyöriä



potkulautoja



potkupyöriä



pihakartta



kuvia kuvasuunnistukseen



vanhoja autonrenkaita



tasapainolautoja



Sisävälineet

Tällä sivulla kuvataan, millä tavoin seuraavat sisällä olevat välineet ovat lasten käytössä.

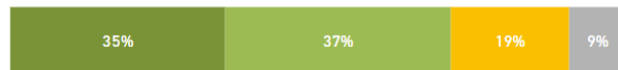
Vastausvaihtoehdot: **1 = vapaassa käytössä**, **2 = lapsen pyytäessä**, **3 = vain ohjatun liikunnan aikana**, **4 = välineitä ei ole tai ne eivät ole saatavilla**

* Yleisimmin vapaassa käytössä ovat penkit, pallot, patjat, hernepusset, huivit ja tasapainoa kehittävät välineet.

palloja



vanteita



muita mailloja (kuten: pesäpalloon, krockettiin ...)



hernepusseja



hyppynaruja



tasapainoa kehittäviä välineitä



päällä istuttavia mopoja ja autoja



huiveja



vatsalautoja



trampoliini



sählymailloja



ryömintätunneli



patjoja



maaleja



ilmapalloja



penkkejä



pingis-/tennismailan tyyppisiä mailloja



liikuntamusiikkia



leikkivarjo



Arvioi seuraavia
välineisiin liittyviä
asioita asteikolla
heikko - erinomainen

Välineet

510 vastausta

ulkokäytössä olevien välineiden kunto



ulkokäytössä olevien välineiden riittävyys



sisäkäytössä olevien välineiden kunto



sisäkäytössä olevien välineiden riittävyys



liikunta- ja toimintavälineiden riittävyys erityistä tukea tarvitseville lapsille



1 = heikko, 2 = kohtalainen, 3 = hyvä, 4 = erinomainen, 5 = en osaa sanoa

Liikuttavat laatikot

- Liikuttavissa laatikoissa on erilaisia liikuntavälineitä sisäliikuntaa varten, esimerkiksi
 - Laatikko 1: hyppyrudukkomatto
 - Laatikko 2: tasapainopuomeja ja muotolaattoja
 - Laatikko 3: ilmapalloja ja sanomalehtimailoja jne.
- Lapset voivat itse suunnitella ja ideoida laatikoiden sisältöä ja niiden käyttöä. Myös aikuinen voi hyödyntää ohjauksessaan laatikoita.
- Laatikot kiertävät viikoittain ryhmästä toiseen. Laatikoita on yhtä monta kuin ryhmiä, joten joka viikko ryhmässä on vaihtuva liikuntalaatikko. Vaihtuvuus innostaa liikkumiseen



Moppihiihto

Onneksi hiihtää ja luistella voi sisälläkin, kun käyttää hieman mielikuvitusta. Käytöstä poistetut lattiamopit jalkaan suksiksi tai luistimiksi ja sitten vaan menoksi. Liikkumisen tueksi voi taustalle lisätä sopivan musiikin.

Idea on vanha, mutta edelleen käytössä, toimiva ja hauska. Latua!

Moikoisten päiväkoti Turussa



Nykytilan arviointi varhaiskasvatukseen

- Maksuton varhaiskasvatusyksiköiden itsearviointityökalu suunnittelun, kehittämisen ja arvioinnin tueksi.
- Ensin tulee tietää, miten asiat ovat nyt
- Sitten arvioida ja yhteisesti pohtia, mitä halutaan säilyttää ja mitä muuttaa
- Vasta sitten määritellään kehittämiskohde ja sen tavoitteet, joita kohden lähdetään Pienin askelin

Nykytilan arviointi -lomake löytyy ohjelman verkkosivuilta ja ohjelma-alustalta!

ILO KASVAA LIIKKUEN -NYKYTILAN ARVIOINTI

1. Kunta:

2. Varhaiskasvatusyksikkö:

3. Varhaiskasvatuksen muoto, jota arviointi koskee

- ☐ Päiväkot
- ☐ Esiopetus
- ☐ Perhepäivähoito
- ☐ Ryhmäperhepäivähoito
- ☐ Avoin leikkitoiminta
- ☐ Muu, mikä:

4. Osoite

5. Lapsimäärä

6. Henkilökunnan määrä

7. Yhteyshenkilö:

8. Yhteyshenkilön sähköpostiosoite:

9. Yhteyshenkilön puhelinnumero:





Nykytilan arviointi varhaiskasvatukseen

1. Ohjelman
toteuttaminen

2. Liikkumisen
lisääminen ja
istumisen
vähentäminen

3. Henkilökunnan
osallistuminen,
osaaminen ja
työhyvinvointi

4. Lapsen
osallisuus

5. Pihat ja tilat

6. Liikuntavälineet

7. Toiminnallisuus ja
motorinen kehitys

8. Yhteistyö lasten
liikkumisen
edistämiseksi



Ajankohtaista Liikkuva varhaiskasvatus-ohjelmassa



1. Tukea varhaiskasvatuksen henkilöstön työtä lasten liikkumisen edistämisessä

- Uudet tukimateriaalit: Kuntatoimijan ideaopas, Liikkuva VK-esite, ruotsinkielistä materiaalia käännetty.
- Liikkuva VK- nettisivuja päivitetty runsaasti, Someviestintää lisätty.
- Henkilöstökysely toteutettu (keväät/20) ja kooste syksyllä
- Olosuhdekyselystä tehty poverB- tiivistelmä sekä juttu nettisivuille: ”Mahdollistavatko varhaiskasvatuksen olosuhteet liikkumisen?” Suunnitelma kyselyn viestintään syksyksi eri teemoista.
- Piirustushaaste lapsille huhti-toukokuu 2020. Tavoitteena on antaa lasten itse vapaasti ideoida liikunnallista tekemistä kotona sekä päiväkodissa. ”Mikä olisi sellaista liikkumista sisällä tai pihalla, josta tulet iloiseksi?”

2. Edistää liikuntamyönteistä sekä hyvinvointia ja oppimista tukevaa toimintakulttuuria varhaiskasvatusyksiköissä. Tukea kuntatoimijoita.

- Valtakunnallinen Liikkuva VK-Kuntakoordinaattoriverkosto tapaaminen 13.2 toteutettu ja syksyn tapaaminen tulossa 22-23.9.20
- Alueellisia koordinaattori/yhteyshenkilö- verkostoja eri puolella Suomea, vastuutahona liikunnan aluejärjestöt



3. **Innostaa uusia kuntia ja yksiköitä mukaan Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan**
 - Ohjelmaan on rekisteröitynyt: 2457 yksikköä ja 141 kuntatasoista yksikköä ([22.6 päivitetty tilanne](#))
4. **Kehittää ohjelmaa edelleen yhteistyössä laajan asiantuntija ja kumppaniverkoston kanssa**
 - Kehittäjäverkoston kokous järjestetty etäyhteydellä 18.3.2020. Syksyille sovittu tapaaminen 9.9.2020.
 - TEAMS-koulutusten sarja eri teemoista keväällä 2020 yhteistyössä aluejärjestöjen kanssa
 - Tiivis yhteistyö liikunnan aluejärjestöjen Liikkuva lapsi varhaiskasvatuksessa – hankkeen kanssa
 - Varhaiskasvatuksen kumppaneita tavattu ja palveluita löytyy verkkosivujen ideat-osioista
5. **Jatkaa ohjelmaan liittyvää tutkimusta ja seuranta**
 - Nykytilan arviointia on täytetty lukuvuonna 2019-2020 ennätysellisesti 756 kpl (yht.1206)
 - Pienten lasten seuranta- ja arviointiryhmän työ jatkuu (PIILO)



Syksyllä 2020 – Kohti uutta normaalia?

Toteutumassa suunnitelmien mukaisesti:

- Tukea, innostusta, edistämistä, viestintää monin eri tavoin
- Uusia TEAMS- kohtaamisia/koulutuksia – suunnitteluvaiheessa
- Aluejärjestöjen alueelliset seminaarit ja verkostotilaisuudet:
<https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/fi/seminaari>
- Valtakunnalliset verkostot käynnissä, mm. Liikkuva varhaiskasvatus –kuntakoordinaattorit ja kehittäjäverkosto
- Mukana eri tapahtumissa, mm. Varhaiskasvatus -messut Finlandia-talolla 23.10.2020.
- Vierailuja/kontakteja hankekuntiin ja paikallisten toimijoiden tuki
- Vanhempiin vaikuttaminen – keinojen kehittäminen ja huoltajille suunnattu viestintä
- Liikkuva varhaiskasvatus –koulutuksia yliopistoissa varhaiskasvatuksen opiskelijoille
- Kumppaneiden tapaamisia ja yhteistyötä

Save
the date!

Liikkuva ja oppiva YHTEISÖ

27.–28.4.2021
Seinäjoki
Areena





Voimia, vauhtia ja iloa alkavaan syyskauteen!
KIITOS!

