



Liikunnan  
täydennyskoulutusta  
varhaiskasvatuksen  
henkilöstölle

[liikunnanaluejarjestot.fi](http://liikunnanaluejarjestot.fi)

# Liikunnan täydennyskoulutusta varhaiskasvatuksen henkilöstölle

Koulutus on ammatillinen keino kehittää koko työyhteisön (päiväkoti, perhepäivähoito, avoin varhaiskasvatus) sekä yksittäisen työntekijän osaamista lasten liikkujana sekä fyysisesti aktiiviseen elämäntapaan ohjaajana.

Täydennyskoulutusta järjestävät liikunnan aluejärjestöt eri puolilla Suomea. Aluejärjestöt tarjoavat työyhteisölle tai kunnalle koulutusta sekä sparrausta fyysisesti aktiivisen toimintakulttuurin edistämiseen.

Koulutukset tarjoavat varhaiskasvatuksen henkilöstölle välineitä lasten liikkumisen lisäämiseen ja oman työn kehittämiseen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2018) ja Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten 2016 pohjalta.



## Liikkuva varhaiskasvatus – Johtajan työpaja 2–3 t

Liikkuvan varhaiskasvatuksen toteutuminen arjessa helpottuu, kun johtamisen rakenteet ovat selkeät ja toiminta nivoutuu tiiviisti varhaiskasvatussuunnitelmaan.



### Sisältö:

- Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten ja Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman toteuttaminen ja johtaminen omassa yksikössä
- Kokemusten jakaminen aiheeseen liittyen
- Oman johtamisosaamisen vahvistaminen
- Rakenteet johtamisen tukena

**Työpajassa saat työkaluja:** perustehtävän johtamiseen, johtajuuden toimenpiteisiin, osaamisen johtamiseen, pedagogiikan johtamiseen sekä yhteistyöhön perheiden ja muiden tahojen kanssa. Työpajassa hyödynnetään Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman Johtajan työkirjaa.

Tilajalle maksuton koulutus.



## Johtajan syventävä työpaja 2–3 t

Johtajan työpajan syventävässä osuudessa pohditaan tarkemmin johtajan roolia liikkumisen lisäämiseksi. Työkaluina arvioinnin toteuttamiseksi käytetään nykytilan arviointia, vuosikellon tekemistä ja rakenteiden miettimistä. Päättävöitteena ovat kokemusten jakaminen ja kollegiaalinen tuki.

### Sisältö:

- Johtajan työkirjan kertaus
- Arviointi
- Johtajan teot liikkumisen lisäämiseksi
- Vuosikello



= luentoa ja keskustelua

Liikunnan aluejärjestöt ovat saaneet Lisää liikettä -hankkeeseen avustusta opetus- ja kulttuuriministeriöltä.



## Koulutusta työyhteisölle

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset ja Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma tutuksi 1 t



Pienten askelten perehdytys työyhteisölle 1,5–2 t

Sparrausta liikkeen lisäämiseen varhaiskasvatuksessa 1,5 t

*Ylläolevat koulutukset ovat tilaajalle maksuttomia.*

Liikkuva lapsi varhaiskasvatuksessa -työpaja \*) 3 t



= luentoa ja keskustelua



### Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset ja Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma tutuksi 1 t

Tutustutaan varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksiin sekä Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaan, ohjelman tavoitteisiin, siihen liittymiseen sekä ohjelmassa etenemiseen.

### Pienten askelten perehdytys työyhteisölle 1,5–2 t

Tutustutaan Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaa ohjaavaan pienten askelten menetelmään ja sen tausta-ajatuksiin. Luodaan ymmärrystä ohjelmassa etenemiseen sekä osaamista varhaiskasvatuksen kehittämiseen.

### Sparrausta liikkeen lisäämiseen varhaiskasvatuksessa 1,5 t

Kohdeyksikön tarpeen mukaan Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmassa eteneminen yksikön arvo-pohja huomioiden. Tavoitteena lisätä henkilöstön ymmärrystä ja innostusta liikkeen lisäämiseen tavalliseen arkipäivään.

### Liikkuva lapsi varhaiskasvatuksessa -työpaja 3 t \*)

#### Liikunta varhaiskasvatuksessa – jokaisen lapsen oikeus

Varhaiskasvatuksen henkilökunnalla on hyvät mahdollisuudet vaikuttaa lasten liikkumiseen varhaiskasvatuspäivän aikana. Koulutuksessa tarkastellaan varhaiskasvatuspäivän aikaisen liikkumisen vaikutuksia koko yhteisön hyvinvointiin sekä etsitään yhdessä keinoja juuri oman varhaiskasvatusyksikön lasten ja henkilökunnan liikkumisen lisäämiseen.

**\*) HUOM!** Liikkuva lapsi varhaiskasvatuksessa -työpaja on maksullinen koulutus.





## Liikuntakoulutusta varhaiskasvatuksen henkilöstölle

Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä - varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset käytäntöön **2 x 2½ t**



Toiminnallinen oppiminen varhaiskasvatuksessa **3–4 t**

Lasten motoristen taitojen kehitys **3 t**

Lasten motoristen taitojen havainnointi **3 t**

Digiloikka liikkuen **3 t**

Liikuntaa pienissä tiloissa **3 t**

Ihan pihalla **3 t**



= luentoja ja keskustelua



= liikkumista

### Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä – varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset käytäntöön 2 x 2½ t

Koulutuksen tavoitteena on Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten (OKM 2016:22) jalkauttamisen ohella tukea Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman toteuttamista. Koulutus antaa välineitä liikuntamyönteisen toimintakulttuurin kehittämiseen sekä herättelee keskusteluun ja ajatustenvaihtoon. Koulutuksessa korostetaan liikkumisen merkitystä lapsen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille.

### Toiminnallinen oppiminen varhaiskasvatuksessa 3–4 t

**Vauhti virkistää, vähintään kolme tuntia liikkumista joka päivä**

Toiminta ja liike liittyvät oleellisesti kaikkien lapsen oppimiseen. Lapsi oppii parhaiten koko kehoaan ja kaikkia aistejaan käyttämällä. Koulutuksessa opitaan toiminnallistamaan varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen erilaisia oppimistilanteita toimintaa ohjaavien asiakirjojen mukaisesti. Koulutus perustuu kahteen toiminnallisuuden näkökulmaan: liike tuodaan oppisisältöön tai oppisisältö viedään liikkeeseen. Pääpaino on ensisijaisesti havainnollistaa liikkeen ja kehollisuuden mahdollisuuksia osaamisen osa-alueiden opettamisessa.



### Lasten motoristen taitojen kehitys 3 t

#### Tekemällä taitoja – monipuolisuus kunniaan

Koulutuksessa läpikäydään tiiviisti lapsen motorinen kehitys ja sen tukeminen, motoriset perustaidot ja perustaitojen harjaannuttaminen. Koulutuksessa on teoriataustan lisäksi motorisia perustaitoja, erityisesti tasapainoa ja liikkumistaitoja sekä kehonhahmotusta kehittäviä käytännön harjoituksia. Koulutus sopii myös alle kolme vuotiaiden kanssa työskenteleville.

### Lasten motoristen taitojen havainnointi 3 t

#### Tekemällä taitoja – monipuolisuus kunniaan

Havainnointi on osa varhaiskasvatuksen henkilöstön perustehtävää. Arjen havainnot päivittäisissä tilanteissa antavat tietoa lapsen motorisista taidoista, niiden kehittymisestä sekä luovat pohjaa liikuntakasvatuksen suunnitteluun ja toteutukseen. Koulutuksesta osallistuja saa välineitä havainnoinnin toteuttamiseen päivittäisessä työssään lasten parissa. Varhaiskasvatuksen henkilöstön osaaminen lasten motoristen taitojen oppimisen tukijana sekä päivittäisen liikkumisen ja iloisten oppimiskokemusten mahdollistajana vahvistuu.

### Digiloikka liikkuen 3 t

#### Vauhti virkistää – vähintään kolme tuntia liikkumista joka päivä

Koulutuksen teoriaosuudessa perehdytään tieto- ja viestintätekniikan ja mediakasvatuksen kirjauksiin varhaiskasvatusta ohjaavissa asiakirjoissa ja pohditaan, miten teknologia ja media vaikuttavat lasten elämään. Käytännön osioissa opitaan, miten tieto- ja viestintätekniikan (TVT) laitteet voivat passivoimisen sijaan liikuttaa lapsia. Lisäksi käydään läpi, miten lasten kanssa voidaan koodata ilman ensimmäistään digilaitetta. Koulutuksessa opetellaan tekemään QR-koodeja ja hyödyntämään niitä lasten liikuttamisessa.

### Liikuntaa pienissä tiloissa 3 t

#### Vauhti virkistää – vähintään kolme tuntia liikkumista joka päivä

#### Välineet ja lelut – innosta kokeilemaan

Koulutuksessa pohditaan, miten pienissä ja ahtaissa tiloissa voidaan turvallisesti mahdollistaa lasten riittävä fyysinen aktiivisuus. Voisiko odotteluhetki olla jumppahetki? Voisiko siirtymätilanteessa harjoitella motorisia taitoja? Koulutuksessa opitaan, miten muut huonekalut ja kierrätysmateriaalin liikuntavälineiksi. Käytännön osioissa käydään läpi pieniin tiloihin sopivia liikuntaleikkejä ja ideoidaan, miten liikkuminen ja toiminnallisuus voidaan tuoda mukaan kaikkiin arjen hetkiin.

### Ihan pihalla 3 t

#### Ympäristö haastaa ja hauskuttaa, ulkona unelmat todeksi

Piha, lähiympäristö ja ulkona liikkuminen tarjoavat lapselle mahtavan ympäristön erilaisten taitojen oppimiseen. Liikkumisen mahdollisuuden luominen edellyttää varhaiskasvatuksen henkilöstöltä päivittäin tietoisia valintoja. Koulutuksessa perehdytään Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksiin käytännön harjoitusten avulla.

### Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset



Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset, 2016.



## Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus



Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus 16 t

Liikuntaleikkikouluohjaajan päivityskoulutus 4 t



= luentoja ja keskustelua



= liikkumista

## Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutus 16 t

### Ohjattu liikunta – onnistumisen elämyksiä

Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutuksessa teemoina ovat muun muassa leikinkehittely, liikunnan perustaitojen kehittyminen, liiketekijöiden ja erilaisten ohjaustapojen käyttö osana monipuolista lasten liikuntaa. Toiminnan ydinarvoja ovat lapsilähtöisyys, monipuolisuus ja leikki.

Koulutuksessa osallistuja saa Liikuntaleikkikoulun ohjaajan oikeudet ja käyttöönsä ohjaajakansion valmiine tuntimalleineen. Tuntimalleja kolmelle ikäluokalle: 2–3-vuotiaille (Perheliik-kari), 4–5-vuotiaille ja 6-vuotiaille.

Valmiit tuntimallit kehittävät lasten perusliikuntataitoja monipuolisesti ennen varsinaisten lajitaitojen opettelua. Tuntimalleja voidaan toteuttaa sellaisenaan tai ottaa niistä sopivia osia viikoittaisiin ohjattuihin liikuntatuokioihin, aamupiireihin, välipalaliikuntaan, siirtymätilanteisiin ja odotteluhetkiin.

*Liikuntaleikkikoulu soveltuu hyvin varhaiskasvatukseen ja esiopetukseen osaksi yksikön omaa liikuntasuunnitelmaa ja liikkuvan varhaiskasvatuksen toteuttamiseen. Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutuksen sisältö on suunniteltu vastaamaan varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden liikuntasuosituksia (2016).*

## Liikuntaleikkikouluohjaajan päivityskoulutus 4 t

### Ohjattu liikunta – onnistumisen elämyksiä

Oletko suorittanut Liikuntaleikkikoulun ohjaajakoulutuksen ennen vuotta 2018?

Koulutus uudistettiin vuoden 2018 aikana ja nykyään Liikuntaleikkikouluun kuuluu toimintamalleja kolmelle ikäluokalle.

*Tule syventämään osaamistasi ja hakemaan päivitetty ohjaajakansion käyttöösi!*

**Yhteistyössä Suomen Olympiakomitean kanssa**





## Vanhempainilta

### Kohti liikkuvaa elämäntapaa



Liikunnallinen vanhempainilta voidaan toteuttaa tilaajan toiveiden mukaan joko vanhempien luentona tai perheiden toiminnallisena liikuntailtana. Vanhempainillassa avataan tutkimuksellisia perusteita varhaiskasvatuskäisen lapsen liikkumisen merkityksestä lapsen kokonaiskehitykselle. Lisäksi herätellään ja kannustetaan perheitä liikunnan mahdollisuuksiin arjessa sekä tarjotaan perheille ideoita yhteiseen liikkumiseen.

Toiminnallisessa vanhempainillassa ovat myös perheiden lapset mukana liikkumassa.



= luentoa ja keskustelua



= vain toiminnallinen vanhempainilta sisältää liikkumista



## Liikunnan aluejärjestöt

Koko Suomen kattava 15 liikunnan aluejärjestön verkosto toimii maakunnallisina liikunnan asiantuntijoina. Edistämme liikuntakulttuuria ja luomme hyvinvointia liikunnan keinoin. Keskeiset toimintatavat ovat osaamisen lisääminen, verkostotyö ja vaikuttaminen.

- 1 Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry, [eklu.fi](http://eklu.fi)
- 2 Etelä-Savon Liikunta ry, [esliikunta.fi](http://esliikunta.fi)
- 3 Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, [eslu.fi](http://eslu.fi)
- 4 Hämeen Liikunta ja Urheilu ry, [hlu.fi](http://hlu.fi)
- 5 Kainuun Liikunta ry, [kainuunliikunta.fi](http://kainuunliikunta.fi)
- 6 Keski-Pohjanmaan Liikunta ry, [kepli.fi](http://kepli.fi)
- 7 Keski-Suomen Liikunta ry, [kesli.fi](http://kesli.fi)
- 8 Kymenlaakson Liikunta ry, [kymli.fi](http://kymli.fi)
- 9 Lapin Liikunta ry, [lapinliikunta.com](http://lapinliikunta.com)
- 10 Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, [liiku.fi](http://liiku.fi)
- 11 Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry, [plu.fi](http://plu.fi)
- 12 Pohjois-Karjalan Liikunta ry, [pokali.fi](http://pokali.fi)
- 13 Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry, [popli.fi](http://popli.fi)
- 14 Pohjois-Savon Liikunta ry, [pohjois-savonliikunta.fi](http://pohjois-savonliikunta.fi)
- 15 Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry, [phlu.fi](http://phlu.fi)

[liikunnanaluejarjestot.fi](http://liikunnanaluejarjestot.fi)

