



Liikkuva varhaiskasvatus

Varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma

Ohjelman tavoitteena on, että jokaisella lapsella on päivittäin mahdollisuus liikkumiseen ja liikunnan iloon. Määrällisenä tavoitteena on, että varhaiskasvatus mahdollistaa lapsen liikkumisen vähintään kaksi tuntia päivässä, mikä kattaa noin 2/3 fyysisen aktiivisuuden suosituksista.

Nina Korhonen – nina.korhonen@oph.fi
Kisakallio 17.11.20



LIKES





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

Liikkuva koulu toiminta jatkuu

- Liikkuva koulu –toimenpiteet osaksi koulun toimintakulttuuria ja toimintasuunnitelmaa
- Monet keskeisistä toimenpiteistä onnistuvat myös olemassa olevien resurssien puitteissa. Resurssointi parhaimmillaan kuitenkin vauhdittaa muutosta ja motivoi ylläpidossa
- Tehdään asioita näkyväksi niin koulu kuin kuntatasolla



Vakiintumisen tukena ratkaisut rakenteissa



- Vastuuhenkilöt ja/tai tiimi kouluissa, koordinointi kunnissa
- Johdon tuki
- Määrärahat toimenpiteiden toteuttamiseen, osaamisen lisäämiseen → uusia, mahdollisuuksia mm. koulutuksen, harrastamisen tai oppimisympäristön kehittämisen kautta
- Toimintakulttuurin kehittäminen on pitkä prosessi → Nykytilan arviointi Liikkuva koulu -toiminnan suunnittelun työkaluna ja koko valtakunnallisen verkoston tietopankkina

Ajankohtaista: Harrastamisen Suomen malli

- Tarkoituksena on mahdollistaa jokaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä.
- Suomen mallissa yhdistyvät lasten ja nuorten kuuleminen harrastustoiveista, olemassa olevien hyvien käytäntöjen ja toimintatapojen koordinoiminen sekä koulun ja harrastustoimijoiden yhteistyö.
- Harrastusviikko -sivusto: <https://harrastusviikko.fi/>
- Valtionavustusta toimintaan:
 - Valtionavustushaku **3.11.-2.12.2020** 10 miljoonaa euroa
 - Jatkossa haku keväisin ja hankkeet lukuvuosittain 14,5 miljoonaa euroa
 - Hakijana, vastuutahona ja koordinaattorina kunta tai kunnat yhdessä
 - *Harrastuksen järjestäjinä* voivat olla urheiluseurat, kulttuuritoimijat, nuorisojärjestöt, kunnat ja muut harrastustoimintaa järjestävät yhteisöt, jolla on osaamista lasten ja nuorten kanssa toimimisesta.
- Lisätietoja <https://minedu.fi/suomen-malli>



Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma

- Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma on valtakunnallinen ohjelma, jota toteutetaan ja kehitetään laajassa poikkihallinnollisessa yhteistyössä.
- Ohjelman tavoitteena on, että jokaisella lapsella on päivittäin mahdollisuus liikkumiseen ja liikunnan iloon. Määrällisenä tavoitteena on, että varhaiskasvatus mahdollistaa lapsen liikkumisen vähintään kaksi tuntia päivässä, mikä kattaa noin 2/3 fyysisen aktiivisuuden suosituksista.
- **Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma on yksi valtakunnallisista liikunnan edistämishjelmista eli Liikkuvat-ohjelmista.** Kokonaisuuteen kuuluvat Liikkuva perhe, Liikkuva varhaiskasvatus, Liikkuva koulu, Liikkuva opiskelu, Liikkuva aikuinen ja Ikiliikkuja-ohjelmat. **Ohjelmien avulla edistetään liikunnallista elämäntapaa eri ikä- ja väestöryhmissä.**
- Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaa koordinoi Likes. Ohjelman strategisesta johtamisesta vastaavat opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM) ja Opetushallitus.
- Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma oli vuosina 2015–2019 Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma. Toiminta käynnistettiin vuonna 2012 Nuoren Suomen kokeiluna. Ohjelma siirtyi OKM:n esityksestä Liikkuva koulu -ohjelman yhteyteen Olympiakomiteasta vuonna 2017.
- Ohjelmaan on 2.11.20 rekisteröitynyt: 2611 yksikköä ja 150 kuntatasoista toimijaa.

Kehitystyö Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmassa

- Ohjelmaan voivat ilmoittautua mukaan
 - varhaiskasvatusyksiköt (päiväkoti, perhepäivähoito, avoin varhaiskasvatus)
 - kunnat (varhaiskasvatuksen johto/hallinto).
- Ohjelmaan ilmoittautuneet yksiköt saavat käyttöönsä ohjelman tarjoamat konkreettiset työkalut ja tukimateriaalit. Ohjelmaan liittyminen on maksutonta.
- Kehittämistyö Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmassa lähtee liikkeelle yksikön omista tarpeista ja lähtötilanteesta.
- Kehitystyö on jaettu kolmeen vaiheeseen
 - 1 Tutustu
 - 2 Kehitä
 - 3 Tee näkyväksi
- Kaikki ohjelmaan ilmoittautuvat yksiköt ja kunnat dokumentoivat työtään ohjelma-alustalle.



100 pientä askelta -ideaopas

37. Palokunnantien pk, Lahti: Joulukalenterista temmellystä kotiinvietäväksi

Liikunnallinen joulukalenteri kootaan samaan tapaan kuin tavallinen joulukalenteri. Jokaisen päivän luukun kohdalla on jokin liikuntatehtävä, joka toteutetaan yhdessä. Luukun avannut lapsi saa liikuntatehtävän kotiin vietäväksi, jolloin myös kotona voi tehdä kyseisen tehtävän yhdessä perheen kanssa. Esimerkkejä: luukku numero 1. Tee 10 X-hyppyä, luukku numero 2. Tee kaverin kanssa kehostanne ympyrä ja neliö, luukku numero 3. Tee kehostasi niin suuri kuin osaat ja niin pieni kuin osaat.



38. Pk Pihlajanmarja, Pori: Kepparit kirmaavat

Tehkää lasten kanssa omat keppihevokset ja rakentakaa keppihevosrata. Radalle voi tehdä erilaisia esteitä ja rataa voi juosta keppihevosella tai mielikuvitushevosella. Rataa voi myös muuttaa esimerkiksi tasapainoradaksi, jossa hevokset tasapainoilevat penkkien, tasapainolautojen ja viivojen päällä. Rataa voi myös hyödyntää siirtymätilanteissa.



Kuvituskuva



Nykytilan arviointi varhaiskasvatukseen

(www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/nykytilan-arviointi)



- Maksuton varhaiskasvatustyökalu suunnittelun, kehittämisen ja arvioinnin tueksi.
- Arvioinnissa kahdeksan osa-aluetta:
 1. Toiminnan toteuttaminen
 2. Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen
 3. Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi
 4. Lapsen osallisuus
 5. Piha ja tilat
 6. Liikuntavälineet
 7. Toiminnallisuus ja motorinen kehitys
 8. Yhteistyö lasten liikkumisen edistämiseksi
- Työkalun tavoitteena tehdä näkyväksi omaa toimintaa ja tukea kehittämistyötä kohti aktiivisempaa varhaiskasvatuspäivää.
- Nykytilan arvioinnin tuottamaa tietoa voidaan hyödyntää myös kuntatasolla hallintokuntien välisen yhteistyön ja koordinaation kehittämiseen sekä alueellisesti ja valtakunnallisesti Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman tavoitteiden seurantaan ja tuottamaan tietoa päätöksenteon tueksi.
- Nykytilan arvioinnin valtakunnalliset ja AVI-alueittaiset tulokset on koottu **visuaaliseen tietokantaan Virveliin.**

Esimerkki yhteenvedosta

YHTEISTYÖ LASTEN LIKKUMISEN EDISTÄMISEKSI

Vasukeskusteluissa keskustellaan liikunnan merkityksestä lapsen kasvulle, kehitykselle ja oppimiselle.				3
Huoltajille tiedotetaan lasten liikkumisesta ja Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnasta.			2	
Huoltajat ovat mukana toteuttamassa Liikkuva varhaiskasvatus -toimintaa (esim. toiminnalliset vanhempainillat, tapahtumat, teemapäivät).				3
Huoltajia ja lapsia kannustetaan liikkumaan matkat varhaiskasvatukseen kävellen tai pyöräillen.			2	
Neuvolan kanssa tehdään yhteistyötä lasten motorisen kehityksen ja liikkumisen edistämiseksi.	0			
Muiden varhaiskasvatusyksiköiden kanssa tehdään yhteistyötä liikkumisen edistämiseksi.	0			
Esiopetuksen ja koulun kanssa tehdään yhteistyötä lasten liikkumisen edistämiseksi.			2	
Kunnan eri hallintokuntien kanssa (opetus-, nuoriso-, liikunta- sekä sosiaali- ja terveystoimi) tehdään yhteistyötä liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi.	0			
Muiden paikallisten toimijoiden kanssa (mm. järjestöt, yritykset) tehdään yhteistyötä liikkumisen edistämiseksi.		1		
Lasten liikuntaa edistäviin alueellisiin verkoistoihin osallistutaan.			2	
Kokonaispisteet tästä osiosta:	15	/	40	Max.pisteet



Ohjelma-alustalla Kehitä-vaihe perustuu Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten yhdeksään pääkohtaan. Yksiköt valitsevat suositusten yhdeksästä pääkohdasta omat kehittämisen osa-alueet nykytilan arvioinnin ja yksikössänne käydyn keskustelun pohjalta. Kehitä-vaiheessa työtä dokumentoidaan kaikkien nähtävillä ja siellä on paljon hyviä ideoita ja käytäntöjä jokaisessa pääkohdassa.

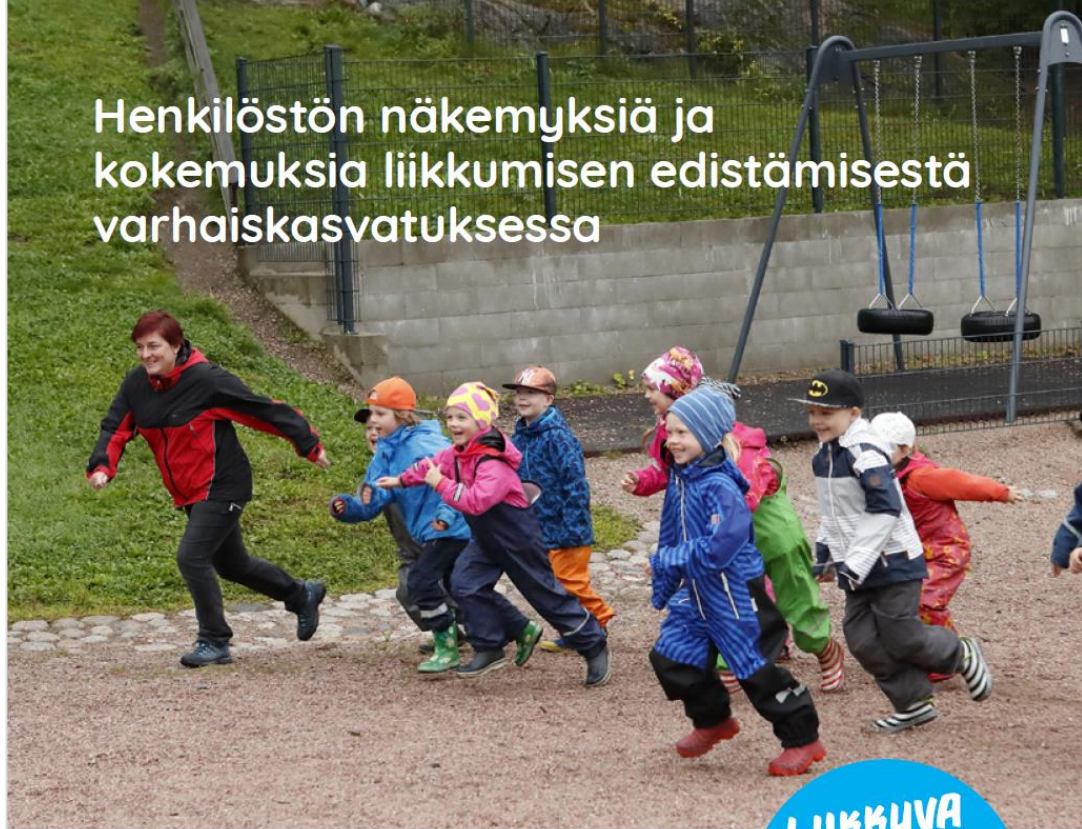
Esimerkki: Kohti liikkuvaa elämäntapaa – perhe tärkeä roolimalli kohdasta yhden päiväkodin kehittämisidea:

Ruusiksen Rientojen ohjekyltti ilmestyy ajoittain päiväkodin portille, joka ohjeistaa pieneen liikuntasuoritukseen päiväkotiin saapuessa. Tehtävät ovat nopeita ja helppoja toteuttaa ja niiden ei ole tarkoituksena tuoda perheille enempiä kiirettä aamuun vaan päinvastoin; hauska liikuntatehtävä houkuttelee lasta saapumaan innostuneena päiväkotiin!

Liikuntatehtävät ovat muun muassa tällaisia (liikuntatehtävään on aina sekä sanallinen että kuvallinen ohje):

- *Kulje tempurataa pitkin päiväkotiin!*
- *Hypi 10 pomppua trampoliinilla ennen päiväkotiin tuloa!*
- *Kulje päiväkodin ovelle saakka yhdellä jalalla kinkaten (vaihda välillä jalkaa)!*
- *Käy juoksemassa yksi kierros pihaa ympäri, sykettä sydämeen!*
- *Ratsasta keppihevosella pieni lenkki. Kokeile, miten laukka-askel onnistuu!*
- *Hyvä aamu alkaa tanssilla! Pyörähtele muutama tanssiaskel musiikin tahdissa! (pihalla soi musiikki)*
- *Juokse päiväkodin ovelle niin lujaa, kuin osaat!*
- *Laske liukumäki yhden kerran alas ennen päiväkotiin saapumista!*

Henkilöstön näkemyksiä ja kokemuksia liikkumisen edistämisestä varhaiskasvatuksessa



"Parasta Liikkuva varhaiskasvatuksessa on, että monenlaiset tilanteet huomataan mahdollisuudeksi liikkumiselle. Liikkumisen ei tarvitse olla kankeaa ja autoritääristä vaan iloista yhdessä heittäytymistä ja kokeilua."



Kysely varhaiskasvatuksen henkilöstölle 2-4/2020

Tiedote ja raportti tuloksista syksyllä:

www.liikkuvarhaiskasvatus.fi/henkilöstökysely

Kyselyyn vastasi 2008 henkilöä 96 kunnasta

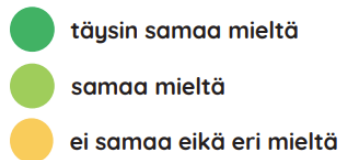
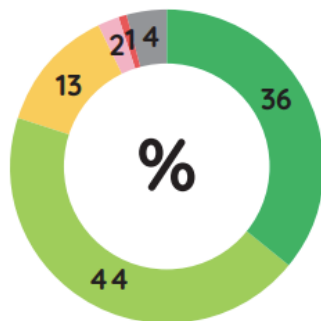
- Teemat:
 - varhaiskasvatusyksikkö ja -ryhmä liikkumisen mahdollistajina
 - varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset
 - koulutustarpeet
 - työssä jaksaminen
 - kokemukset Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnasta



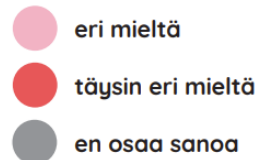
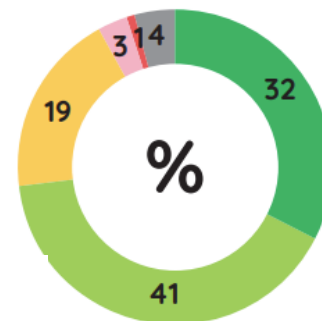
Parasta Liikkuvassa varhaiskasvatuksessa on se,

"että johtaja on sitoutunut kyseiseen ohjelmaan ja edistää ohjelman toteutumista koko yksikössä. Yhdessä on mukava suunnitella liikkuvan vakan toimintaa ja samalla se lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta työyhteisössä, ja vaikutukset näkyvät jopa työhyvinvoinnin kasvuna."

Uskon, että yksikköömme jää pysyviä lasten liikkumista lisääviä käytäntöjä.



Olen kokenut Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan hyödyllisenä yksikössämme.



Materiaalit kehittämistyön tukena

- Ohjelmaan ilmoittautuneet yksiköt saavat käyttöönsä ohjelman tarjoamat konkreettiset työkalut ja tukimateriaalit kuten
 - Pienten askelten -työkalu
 - Nykytilan arviointi -työkalu
 - Ohjelma-asiakirja
 - oma käsikirja varhaiskasvattajille, johtajille ja kuntatoimijoille.
- [Ohjelman verkkosivuilla](#) on myös paljon materiaalia, joka on vapaasti kaikkien varhaiskasvattajien käytettävissä.
 - Ideaoppaat ja ohjelma-asiakirja [Materiaalit -osioissa](#)
 - [Ideat -osioissa](#) konkreettisia vinkkejä ja kumppaneiden palveluita
 - Uusittu Liikkuva varhaiskasvatus -esite
- Materiaalit on koottu yhteistyössä varhaiskasvatusyksiköiden ja varhaiskasvatuksen asiantuntijaverkoston kanssa.
- Liikkuva varhaiskasvatus uutiskirje lähetetään kerran kuukaudessa. Voit tilata sen maksutta omaan sähköpostiisi.
- Facebook –sivuja päivitetään viikoittain. Kaksi ryhmää, Liikkuva varhaiskasvatus sekä ilo kasvaa liikkuen – ideoita liikunnalliseen varhaiskasvatukseen.



Liikkuva varhaiskasvatus -ajankohtaista

1. Haku vuoden Liikkuva varhaiskasvatus -yksiköksi on auki 18.11.2020 asti.

- Opetus- ja kulttuuriministeriö myöntää yhteistyössä Opetushallituksen ja aluehallintovirastojen kanssa palkintoja esimerkillisestä työstä lasten ja nuorten liikkumisen edistämisessä. Vuonna 2020 palkitaan ensimmäistä kertaa myös varhaiskasvatusyksikkö. Tunnustusta voivat hakea kaikki liikkuvaa varhaiskasvatuspäivää toteuttavat yksiköt: <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/fi/vuodenyksikko2020>
- Palkinnoilla halutaan kiinnittää huomiota toimintaan, jossa edistetään rohkeasti, määrätietoisesti ja innovatiivisesti kunkin kohderyhmän fyysistä aktiivisuutta, liikuntaa sekä hyvinvoivaa ja liikunnallista elämäntapaa ja toimintakulttuuria.
- Valintakriteerit:
 - Liikkumisen edistäminen on suunnitelmallista ja organisoitua ja se näkyy yksikön toimintaa ohjaavissa asiakirjoissa.
 - Toimintaa toteutetaan varhaiskasvatusyksikön omista lähtökohdista, ja lapsilla on aktiivinen rooli toiminnan toteutuksessa.
 - Toimintaa kehitetään johdonmukaisesti ja sitä tehdään näkyväksi sekä yhteisön sisällä että sen ulkopuolella.

2. Opetus- ja kulttuuriministeriö julistaa haettavaksi liikunnallisen elämäntavan paikalliset kehittämisavustukset liikunnallista elämäntapaa edistäviin hankkeisiin vuodelle 2021.

- Hakuaika 26.10.2020 - 30.11.2020 <https://minedu.fi/-/liikunnallisen-elamantavan-paikalliset-kehittamisavustukset> Varhaiskasvatus yksi pääpainopisteistä. Liikkuva varhaiskasvatus -avustushaussa painotetaan varhaiskasvatuksen toimintakulttuurin liikunnallistamista, varhaiskasvatuksen henkilöstön osaamisen ja tietoisuuden lisäämistä, yhteistyötä huoltajien kanssa sekä kuntakoordinaatiota. Pyrkimyksenä on, että varhaiskasvatus mahdollistaa lapsen liikkumisen vähintään kaksi tuntia päivässä, mikä kattaa noin 2/3 ikäryhmän fyysisen aktiivisuuden suosituksista.



Liikkumisen iloja sekä
tsemppiä ja voimia tähän
poikkeukselliseen syksyyn!



KIITOS!

