

## Motorinen oppiminen varhaiskasvatuksessa -hanke

Hei Lohjan varhaiskasvattaja!

Lohjan päiväkodeissa toteutettiin kevään aikana Kisakallion Urheiluopiston ja Lohjan kaupungin kanssa yhteistyössä hanke lasten liikunta-aktiivisuuden edistämiseksi. Olemme viimeisten vuosien aikana kouluttaneet päiväkotien henkilökuntaa systemaattisesti ja tämän kevään tavoitteena oli mitata lasten konkreettista liikkumisen määrää päiväkotipäivän aikana aktiivisuusmittareiden avulla. Samalla kartoitimme myös 5 -vuotiaiden motoristen taitojen osaamista.

Lasten liikunta-aktiivisuutta mitattiin Suunnon Movesence / Reima Go – mittareilla ja päiväkodin henkilökunnalla oli tämän lisäksi apuna ReimaGo – applikaatio.

ReimaGO-sensori tallentaa tiedon liikkumisesta, se mittaa liikunnan kestoa ja intensiteettiä sekä päivän aikana otettuja askeleita. ReimaGO-sovelluksessa on hauska pelimaailma lapsille, jossa pääsee etenemään sitä mukaa mitä enemmän aktiivisuutta on kertynyt sensoriin. Mittauksessa lasten mittareita ei kohdennettu yksilöllisesti vaan jokainen mittari keräsi tietoa päiväkodin yhteiseen pottiin. Mittauksessa ei haluttu tarkastella yksittäisten lasten aktiivisuutta vaan koko ryhmän yhteis aktiivisuutta. Tuloksista ei siis pystytä erottelemaan yksittäisen lapsen aktiivisuutta.



Mittareista saatujen tulosten perusteella voimme todeta, että lapset liikkuvat keskiarvoisesti kevään mittausaikana **yli 2 tuntia päiväkotipäivän aikana**. Kuormittavuudeltaan liikkuminen oli keskiarvoisesti reipasta ja kevyttä. Reipasta liikuntaa mittaustuloksissa näkyi vähemmän. Vauhdikasta liikuntaa tulisi siis jatkossa lisätä huomattavasti enemmän.



Kuvio 2. Suositeltava fyysinen aktiivisuus koostuu päivän mittaan kuormittavuudeltaan erilaisista arjen touhuista.

OKM:n 2016 julkaisemassa varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa todetaan, että lasten tulisi liikkua vähintään 3 tuntia joka päivä ja tässä valossa päiväkodeista saadun fyysisen aktiivisuuden tulosten perusteella aktiivisuus oli hyvällä mallilla, kun muistetaan että kokonaismäärän ei tarvitse täyttyä päiväkotipäivän aikana. Jatkossa olisikin hyvä muistutella vanhempia siitä, että kotonakin liikuttaisiin yhä enemmän ja enemmän yhdessä.

Kevään aikana toteutettiin myös 5 -vuotiaiden motoristen taitojen havainnointia. Otos tämän osalta jäi hieman pieneksi, kun saimme tulokset vain 72 lapselta, mutta niistä saatiin suuntaa antavia tuloksia. Tulosten perusteella voimme todeta, että lapsilla oli perusasiat hyvin hallussa, mutta kehitettävää jäin vaativimpiin motorisiin taitoihin liittyen. Erityisesti haastetta oli osalla lapsista pallon kiinniottamisessa, kuperkeikassa ja X-hypyssä.

Tulevaisuudessa tulemme kehittämään motoristen taitojen havainnointia yhdessä päiväkodin henkilökunnan kanssa jotta jatkossa saisimme enemmän ja tarkempaa tietoa lasten motorisista taidoista. Kevään aikana saimme kerättyä paljon hyvää ja tärkeää tietoa lohjalaisten lasten liikkumisesta. Tulevaisuudessa onkin tärkeä jatkaa tiedon keruuta ja pyrkiä saamaan kattavammin tietoa koko Lohjan alueelta. Olemme päässeet nyt hyvin alkuun ja tästä on hyvä jatkaa lasten aktiivisuuden kehittämistä.

**Päiväkodit ja lapset pitivät mittareita aktiivisesti ja saimmekin sen osalta kattavasti mittaustulosta. Kiitos kaikille lapsille, vanhemmille ja päiväkodin henkilökunnalle yhteistyöstä!**