



Liikkuva varhaiskasvatus

Varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSTYRELSEN



LIKES



LIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma

- Valtakunnallinen varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma, jota toteutetaan ja kehitetään laajassa poikkihallinnollisessa yhteistyössä.
- Ohjelmaan voivat ilmoittautua varhaiskasvatusyksiköt ja kunnat. Ohjelmaan liittyminen on maksutonta.
- Ohjelman tavoitteena on, että jokaisella lapsella on päivittäin mahdollisuus liikkumiseen ja liikunnan iloon.
- Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma on osa Liikkuva koulu -ohjelmakokonaisuutta, johon kuuluvat myös peruskoulujen Liikkuva koulu -ohjelma sekä toisen ja korkea-asteen Liikkuva opiskelu -ohjelma.
- Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaa koordinoi LIKES-tutkimuskeskus. Ohjelman strategisesta johtamisesta vastaavat opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM) ja Opetushallitus.
- Liikkuva varhaiskasvatus –toiminta käynnistettiin vuonna 2012 Nuoren Suomen kokeiluna. Ohjelma siirtyi OKM:n esityksestä Liikkuva koulu -ohjelman yhteyteen Olympiakomiteasta vuonna 2017.
- www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi
- Facebook: @ilokasvaaliikkuen



Kehitystyö Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmassa

- Ohjelmaan voivat ilmoittautua mukaan
 - varhaiskasvatusyksiköt (päiväkoti, perhepäivähoito, avc 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 saavat tunnukset [ohjelma-alustalle](#).



Kehittämistyö on hauskaa

- Kehittämistyö Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmassa lähtee liikkeelle yksikön omista tarpeista ja lähtötilanteesta.
- Liikkeelle lähdetään pienten askelten ideologialla nopeasti kokeillen.
- Pienin askelin -ideologia sisältää Demingin laatuympyrän mukaiset neljä vaihetta: suunnittele, tee, arvioi ja paranna.
- Kehittämiskaskelten määrittämisen, suunnittelemisen ja arvioinnin tueksi on tarjolla Pienten askelten lomake
- Pitkän aikavälin tavoitteena on liikuntamyönteinen toimintakulttuuri.
- Suurikin kokonaismuutos saadaan aikaan pienin askelin!



Materiaalit kehittämistyö tukena

- Ohjelmaan ilmoittautuneet yksiköt saavat tunnukset ohjelma-alustalle ja käyttöönsä ohjelman tarjoamat konkreettiset työkalut ja tukimateriaalit kuten
 - Pienten askelten -työkalu
 - Nykytilan arviointi varhaiskasvatukseen -työkalu
 - oma käsikirja varhaiskasvattajille, johtajille ja kuntatoimijoille.
- [Ohjelman verkkosivuilla](#) on myös paljon materiaalia, joka on vapaasti kaikkien varhaiskasvattajien käytettävissä.
 - Ideooppaat ja ohjelma-asiakirja [Materiaalit-osiossa](#)
 - [Ideat-osiossa](#) konkreettisia vinkkejä ja kumppaneiden palveluita
- Materiaalit on koottu yhteistyössä varhaiskasvatusyksiköiden ja varhaiskasvatuksen asiantuntijaverkoston kanssa.



Ideoita kunnille
Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan
koordinoitua





Nykytilan arviointi varhaiskasvatukseen

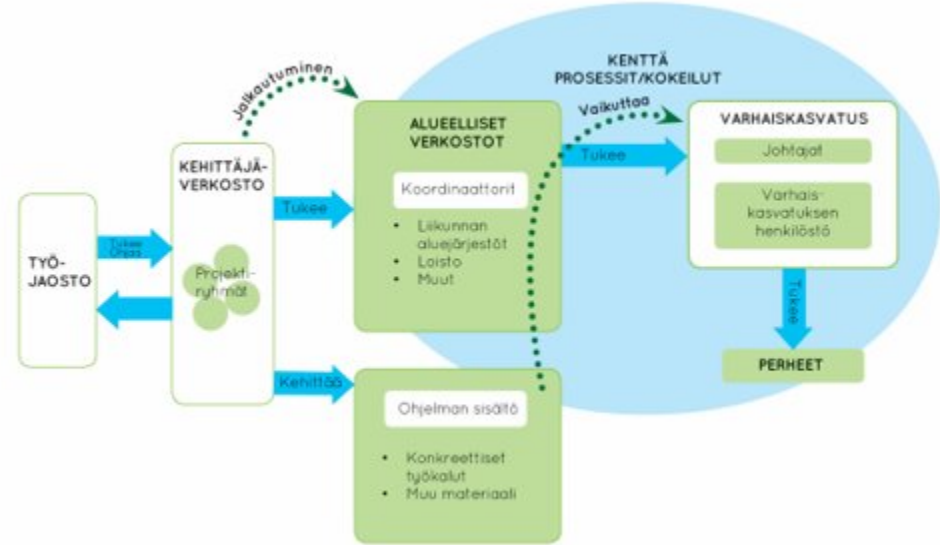
- Maksuton varhaiskasvatussyksiköiden itsearviointityökalu suunnittelun, kehittämisen ja arvioinnin tueksi.
- Arvioinnissa kahdeksan osa-aluetta:
 1. Ohjelman toteuttaminen
 2. Liikkumisen lisääminen ja istumisen vähentäminen
 3. Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi
 4. Lapsen osallisuus
 5. Pihat ja tilat
 6. Liikuntavälineet
 7. Toiminnallisuus ja motorinen kehitys
 8. Yhteistyö lasten liikkumisen edistämiseksi
- 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 valtakunnallisesti Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman tavoitteiden seurantaan ja tuottamaan tietoa päätöksenteon tueksi.
- Nykytilan arvioinnin valtakunnalliset ja AVI-alueittaiset tulokset on koottu [visuaaliseen tietokantaan Virveliin](#).
- www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/nykytilan-arviointi

Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman ulottuvuudet



Rakennetaan yhdessä

- Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaa toteutetaan yhteistyössä laajan asiantuntijaverkoston kanssa.
- Työjaosto, jonka tehtävänä on kehittää, tukea ja valmistella toimenpide-esityksiä.
- Varhaiskasvatuksen asiantuntijoista koostuva kehittäjäverkosto linkkinä kentän ja ohjelman välillä sekä tärkeässä roolissa muun muassa tukimateriaalien kehittämisessä.
- Kuntakoordinaattoreiden valtakunnallinen verkosto.
- Liikunnan aluejärjestöt paikallisen työn tukena ja paikallisten verkostojen edistäjinä.
- Kunnat ja varhaiskasvatusyksiköt ohjelman toteuttajina.



Varhaiskasvatuksen toimintakulttuuri muutoksessa



Liikkuminen läpileikkaavana teemana vasussa

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



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 kasvulle, kehitykselle, oppimiselle ja hyvinvoinnille."

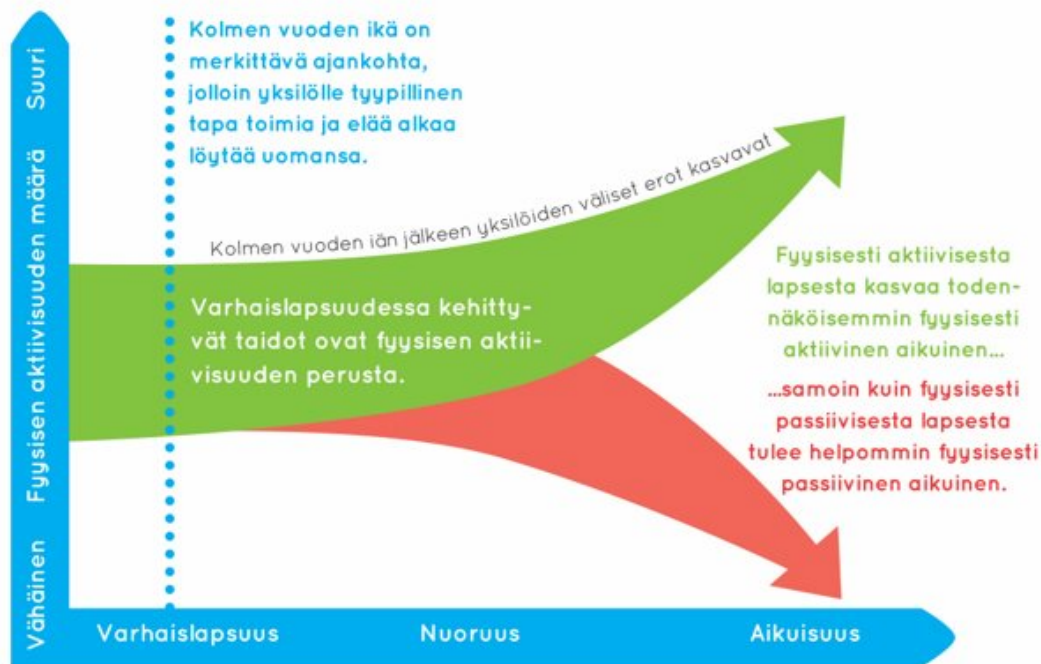


Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset

- Suositeltava aktiivisuus on monipuolista ja kuormittavuudeltaan vaihtelevaa
 - yksi tunti reipasta, hengitys- ja verenkiertoelimistöä kuormittavaa fyysistä toimintaa
 - kaksi tuntia ulkoilua sekä kevyttä, tasapainoa ja hienomotoriikkaa vaativaa liikuntaa.
- Suositeltava fyysinen aktiivisuus koostuu päivän mittaan kuormittavuudeltaan erilaisista arjen touhuista.
- Tavoitteena on, että varhaiskasvatus mahdollistaa lapsen liikkumisen vähintään kaksi tuntia päivässä, mikä kattaa 2/3 varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksesta.



Varhaislapsuuden fyysisellä aktiivisuudella on merkitystä koko elämänculussa



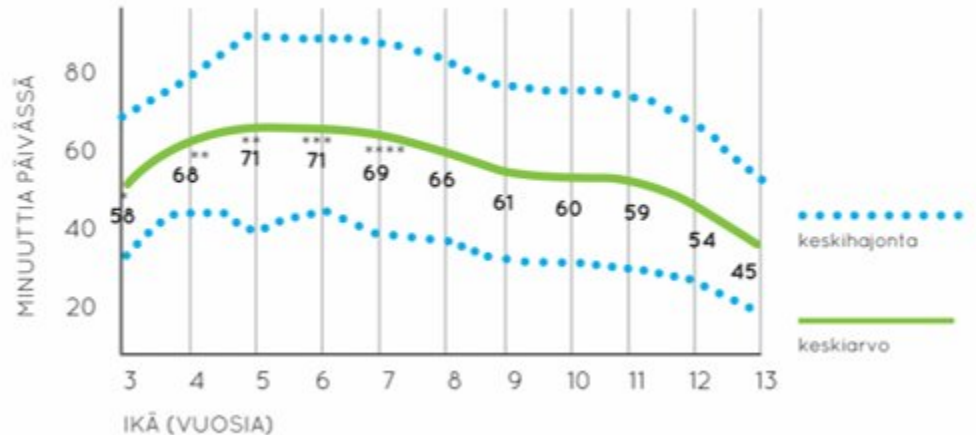
Lapselle hyvä päivä

- Leikkiminen ja liikkuminen ovat lapselle luontaisia tapoja toimia.
- Varhaiskasvatusta ohjaavien asiakirjojen lapsikäsite pohjautuu lasten osallisuuteen.
- Lapsen kokemuksia ja mielipiteitä kunnioitetaan ja hänet otetaan mukaan kasvatustoiminnan ja ympäristöjen suunnitteluun, rakentamiseen ja arviointiin.
- Mikäli lapsella on tuen tarvetta, on erityisen tärkeää huolehtia lapsen osallisuuden ja onnistumisen kokemuksista.



Liikunta hyvinvoinnin edistäjänä

- Fyysisellä aktiivisuudella on merkittävä rooli lapsen hyvinvoinnin rakentumisessa.
- Nykylasten suurin terveysuhka on ylipaino ja siihen liittyvät liitännäissairaudet, joiden ennaltaehkäisyssä päivittäinen fyysinen aktiivisuus on paras keino.
- Hengitys- ja verenkiertoelimistö, lihakset, jänteet ja luut tarvitsevat liikkumisesta aiheutuvaa kuormitusta ja stimulaatiota.
- Lapsen mahdollisuudet liikkua perustuvat motorisiin taitoihin, joiden kehittymisen kannalta oleellista on monipuolinen, vaihteleva ympäristö.
- Liikunta auttaa oppimaan: kaikki kehon tahdonalainen liikuttaminen harjaannuttaa elimistön eri prosessien yhteistyötä.
- Liikunta rakentaa itsetuntoa sekä tukee sosiaalisten taitojen ja tunnetaitojen kehittymistä.



Kuvio: Suomalaislasten reippaan liikunnan määrä objektiivisesti mitattuna.

Lähteet: Soini ym. 2012, Mehtälä ym. (julkaisematon), Määttä ym. (julkaisematon), Tammelin ym. 2013

Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman vaikutusten arviointi

OHJELMAN LAAJE- NEMINEN

- Rekisteröityneiden kuntien määrä
- Rekisteröityneiden varhaiskasvatusyksiköiden (päiväkodit, perhepäivähoitajat) määrä

TOIMINTA- KULTTUURIN MUUTOS

- Yksiköiden kehittämistyön laatu
- Fyysisen aktiivisuuden edellytysten kehittyminen: muutokset kasvattajien toimintakäytänteissä sekä liikkumisen olosuhteissa (sisä- ja ulkotilat, välineet)

LIKKUMISEN MÄÄRÄ JA LAATU

- Pienten lasten liikkuminen ja motoriset taidot = fyysinen aktiivisuus

Askel kerrallaan kohti visiota

Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman tavoitteiden saavuttaminen vaatii toimenpiteitä sekä lapsen, yksikön, kunnan että valtakunnallisella tasolla.

Lapsen taso

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

Yksikötaso

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

Kuntataso

- Yhteistyö eri tasoilla: paikallisesti, toisten kuntien kanssa ja valtakunnallisesti.
- Ylin johto luo edellytykset vasun ja varhaiskasvatuslain toteuttamiselle.
- Liikkuminen on huomioitu kunnan omista strategisista asiakirjoista.

Valtakunnan taso

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



KIITOS!

