SMÅBARNSPEDAGOGIKEN I RÖRELSE – PROGRAMDOKUMENT

Riksomfattande program för att främja fysisk aktivitet och välbefinnande

Författargrupp:
Ulla Soukainen, överinspektör, Regionförvaltningsverket i Sydvästra Finland, författargruppens ordförande
Jukka Karvinen, specialsakkunnig, Olympiakommittén
Nina Korhonen, expert, programmet Småbarnspedagogiken i rörelse
Anne Kuusisto, barnfamiljexpert, Neuvokas perhe (Smarta familjen) / Finlands hjärtförbund
Katariina Kämppi, forskare, Forskningscentret LIKES
Noora Moilanen, kommunikationskoordinator, programmet Småbarnspedagogiken i rörelse
Arja Sääkslahti, docent, Jyväskylä universitet
Kirsi Tarkka, specialsakkunnig, Utbildningsstyrelsen

SMÅBARNSPEDAGOGIKEN I RÖRELSE – PROGRAMDOKUMENT
Riksomfattande program för att främja fysisk aktivitet och välbefinnande
Publikationer om idrott och folkhälsa 369
ISSN: 0357-2498
ISBN: 978-951-790-500-8 (pdf)
978-951-790-499-5 (inb.)

Uppdaterad version. Ursprunglig publikation:
Glädje i rörelse – Programdokument. Valos publikationsserie 1/2015.
Layout: pirjouusitalo-aura.com
Tryck: Grano Oy

SMÅBARNSPEDAGOGIKEN I RÖRELSE – PROGRAMDOKUMENT

Riksomfattande program för att främja fysisk aktivitet och välbefinnande

INNEHÅLL

inledning **5**
1 Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse **6**
Låt oss bygga tillsammans 10
Arbetssektionen 11
Utvecklingsnätverket 11
Regionalt inflytande och koordinering på kommunnivå 11
Småbarnspedagogiken 12
Att bygga upp en fysiskt aktiv verksamhetskultur 14
Jämställdhet och likabehandling 15
2 Småbarnspedagogikens verksamhetskultur i förändring **16**
Att få röra på sig är en av barnets rättigheter 18
Att främja ett helhetsmässigt välbefinnande i lagen om småbarnspedagogik 18
Läroplanerna styr innehållet i småbarnspedagogiken och förskoleundervisningen 20
Rekommendationer för fysisk aktivitet: glädje, lek och gemensamma aktiviteter 22
3 En bra dag för barnet **26**
Varje barn är bra precis som det är 27
Barnets delaktighet i kärnan av småbarnspedagogiken 27
Fysisk aktivitet främjar välbefinnandet 28
4 Uppföljning och utvärdering **32**
5 Verksamhetskulturen förändras steg för steg **36**
På barnets nivå 38
På enhetsnivå 39
På kommunnivå 40
På nationell nivå 42
Steg för steg mot visionen 44

Källor 45

INLEDNING

SMÅBARNSPEDAGOGIKEN I RÖRELSE är ett program för främjande av fysisk aktivitet och välbefinnande som riktar sig till småbarnspedagogiken. Programmet, som lanserades år 2015, har som mål att ge varje barn möjlighet att uppleva glädjen i att röra på sig och att dagligen få tillräckligt med fysisk aktivitet. Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse är baserat på den nya lagen om småbarnspedagogik[1], grunderna för planen för småbarnspedagogik[2] och rekommendationerna för fysisk aktivitet under de första åren[3].

I programdokumentet beskrivs målen för programmet Småbarnspedagogiken i rörelse och grundprinciperna för genomförandet av programmet. Samtidigt bygger man på olika nivåer upp visioner för programmets framtid. I publikationen granskas också utgångspunkterna för programmet, såsom lagar och dokument som styr småbarnspedagogiken samt vetenskapliga motiveringar till varför små barn behöver fysisk aktivitet.

Foskning visar att lekfull fysisk aktivitet som utgår från barnet stöder barnets helhetsmässiga uppväxt och utveckling. Forskningen ger en antydan om hur vi vuxna i våra olika roller kan stöda barnens välbefinnande genom att vara fysiskt aktiva och röra på oss.

Det är på de vuxnas ansvar att stöda barnets välbefinnande, hälsa och lärande så att varje barns rätt till fysisk aktivitet dagligen tillgodoses. Den pedagogiska verksamheten inom småbarnspedagogiken är helhetsskapande och enhetlig. Fysisk aktivitet och att röra på sig mångsidigt ska vara möjligt för barnet varje dag som det deltar i småbarnspedagogiken.

Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse

1

Småbarnspedagogiken i rörelse erbjuder personal inom småbarnspedagogiken verktyg för att öka barnens fysiska aktivitet och att utveckla det egna arbetet med utgångspunkt i grunderna för planen för småbarnspedagogik och rekommendationerna för fysisk aktivitet under de första åren. Programmet genomförs utgående från den egna enhetens förutsättningar, enligt ideologin om små steg och med stöd av modellen för kontinuerlig utveckling.

VARJE BARN SKA DAGLIGEN HA MÖJLIGHET ATT RÖRA PÅ SIG OCH KÄNNA GLÄDJE ÖVER ATT RÖRA PÅ SIG

Om man ser på mängden fysisk aktivitet är målet i PROGRAMMET SMÅBARNSPEDAGOGIKEN I RÖRELSE att småbarnspedagogiken ger barnet möjlighet till minst två timmars fysisk aktivitet per dag. Detta utgör ungefär två tredjedelar av rekommendationerna för fysisk aktivitet.

Inledningsvis genomfördes Småbarnspedagogiken i rörelse-verksamheten år 2012 som ett försök av Ung i Finland. I Valo (Valo Finlands Idrott rf) blev verksamheten år 2015 ett nationellt program. I samband med att Valo lades ner tog Olympiakommittén över programmet. På initiativ av undervisnings- och kulturministeriet flyttades programmet Småbarnspedagogiken i rörelse från Olympiakommittén och blev år 2017 en del av programmet Skolan i rörelse[1]. Till programhelheten Skolan i rörelse hör småbarnspedagogikens program Småbarnspedagogiken i rörelse, grundskolans program Skolan i rörelse samt andra stadiets och högskoleutbildningens program Studier i rörelse. Undervisnings- och kulturministeriet och Utbildningsstyrelsen ansvarar för den strategiska ledningen av programmet Småbarnspedagogiken i rörelse. Programmet koordineras av Forskningscentralen Likes och det genomförs och utvecklas i ett omfattande tväradministrativt samarbete.

1) Koordineringen av programhelheten finansieras med vinstmedel från Veikkaus, som beviljas av undervisnings- och kulturministeriets ansvarsområde för idrott.

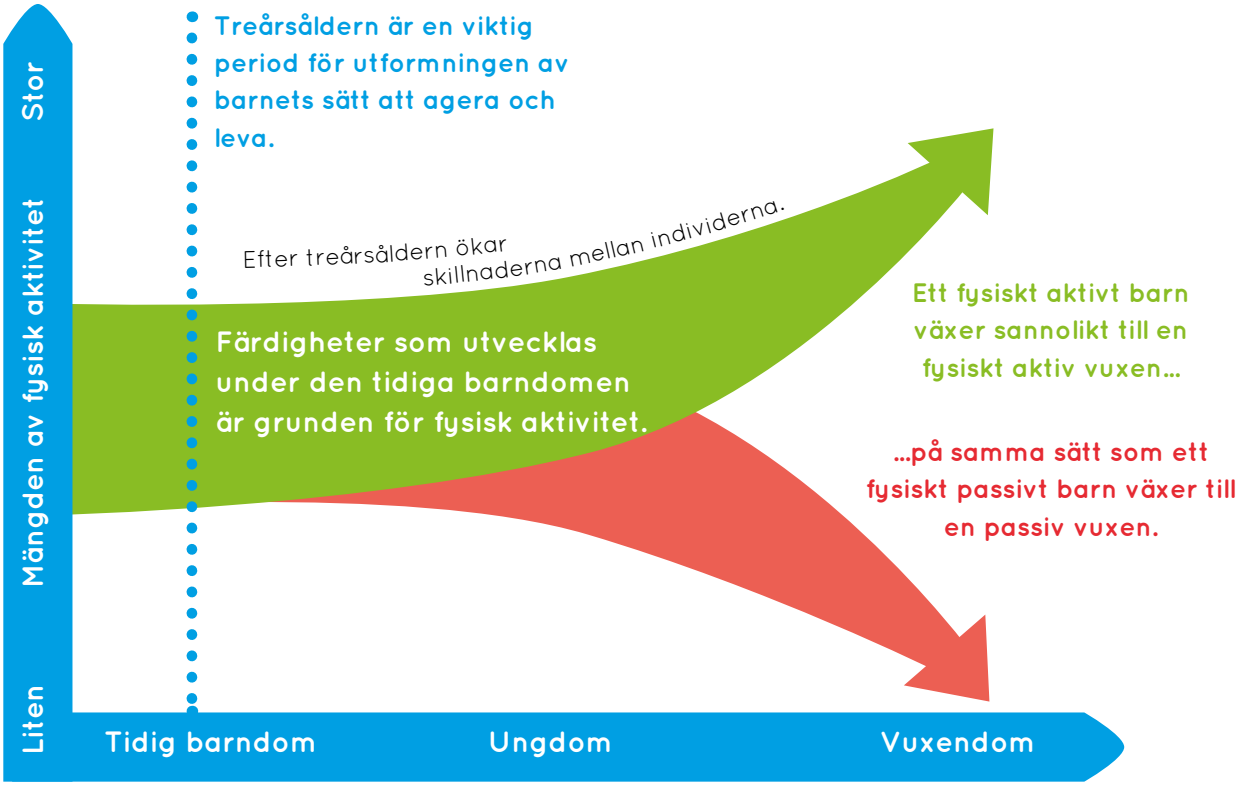


Bild 1. Betydelsen av fysisk aktivitet under den tidiga barndomen för resten av livstiden.

PROGRAMMET SMÅBARNSPEDAGOGIKEN I RÖRELSE

- Uppmuntrar nya kommuner och enheter att delta i programmet Småbarnspedagogiken i rörelse.
- Stöder kommunala instanser och chefer inom småbarnspedagogiken i utvecklingen av en motionsvänlig verksamhetskultur i alla kommunens enheter för småbarspedagogik.
- Stöder småbarnspedagogikens personal i arbetet för att främja fysisk aktivitet bland barn.
- Stöder familjer i att skapa en fysiskt aktiv livsstil.
- Utvecklar programmet vidare i samarbete med ett omfattande nätverk av experter och partner.
- Utvärderar programmet och stöder enheternas självbedömning.

LÅT OSS BYGGA TILLSAMMANS

Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse genomförs i samarbete med ett omfattande expertnätverk. Med ett nätverksbaserat verksamhetssätt stärks samarbetet mellan riksomfattande och lokala aktörer samt stödtjänsterna för att genomföra en mera fysiskt aktiv dag inom småbarnspedagogiken.

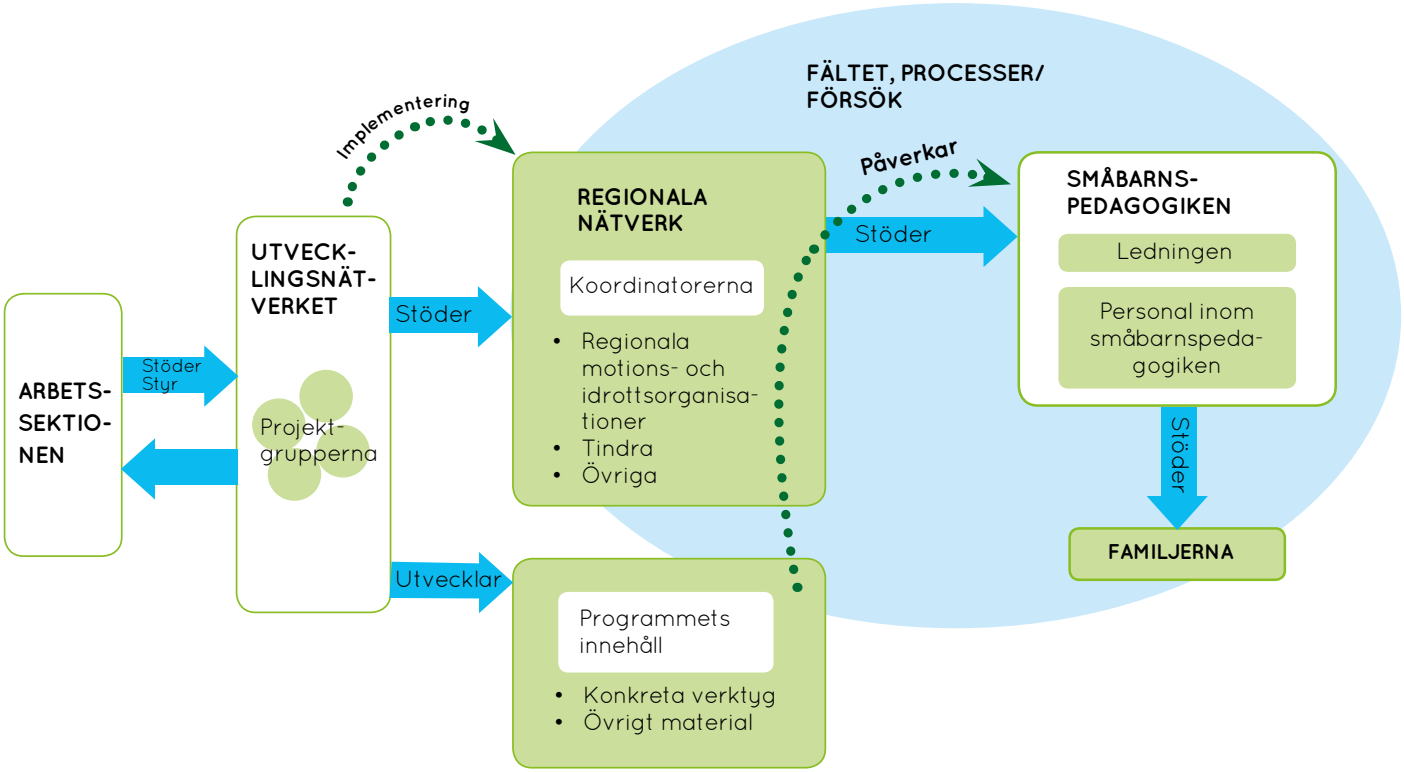


Bild 2. Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse genomförs på många olika nivåer och i olika nätverk.

Arbetssektionen

När programmet Småbarnspedagogiken i rörelse år 2017 slogs samman med programmet Skolan i rörelse infördes samtidigt en arbetssektion för småbarnspedagogik i spetsprojektet Skolan i rörelse. Tidigare var arbetssektionen huvudplaneringsgrupp för programmet. Arbetssektionen för Småbarnspedagogiken i rörelse har till uppgift att utveckla, stöda och bereda åtgärdsförslag för programmet Småbarnspedagogiken i rörelse. Arbetssektionen försöker också hitta lösningar på problem och utmaningar som man stöter på när programmet omsätts i praktiken.

Utvecklingsnätverket

Utvecklingsnätverket för Småbarnspedagogiken i rörelse har funnits sedan 2012. Under årens gång har nätverket preciserat sina mål och sin organisering. Arbetet i utvecklingsnätverket är ett långsiktigt samarbete mellan olika aktörer. Samarbetet baserar sig på ömsesidigt förtroende. Utvecklingsnätverket består av sakkunniga inom småbarnspedagogik och är en viktig länk mellan fältet och programmet Småbarnspedagogiken i rörelse. Utvecklingsnätverket har en viktig roll i programmet Småbarnspedagogiken i rörelse, bland annat genom att man utvecklar material åt aktörerna på fältet.

Det ömsesidiga förtroendet och engagemanget gör ett långsiktigt utvecklingsarbete möjligt. Utvecklingsarbetet producerar flexibelt nya innovationer avsedda för olika behov hos de parter som är en del av kompanjonskapet. Utvecklingsnätverket är organiserat i olika tvåårigа projektgrupper, som stöder programmets mål. Under 2019–2020 är projektgrupperna följande: kommunkoordinering, uppföljning och utvärdering, stöd åt personal inom småbarnspedagogiken samt information till föräldrarna.

Regionalt inflytande och koordinering på kommunnivå

Inom programmet Småbarnspedagogiken i rörelse strävar man efter att nå ut till kommunala instanser. På kommunnivå fattar ledningen för småbarnspedagogiken beslut om att man ska gå med i programmet.

I programmet Glädje i rörelse bygger man upp ett nationellt nätverk bestående av kommunkoordinatorer, som ansvarar för den fysiska aktiviteten i småbarnspedagogiken. Nätverkets arbete länkas samman med kommunkoordinatorerna för Skolan i rörelse. Målet är att kommunkoordinatorerna lokalt också ska samarbeta med andra nätverk som bedriver utvecklingsarbete, såsom utvecklingsnätverket för småbarnspedagogik Tindra, som koordineras av Utbildningsstyrelsen.

Regionala motions- och idrottsorganisationer främjar lokalt programmetSmåbarnspe-

dagogiken i rörelse. De regionala organisationernas projekt gör det bland annat möjligt att ordna enhetsspecifika träffar. De regionala motions- och idrottsorganisationerna har också som mål att främja och utveckla det regionala och lokala nätverksarbetet inom småbarnspedagogiken samt att erbjuda utbildning på regional nivå. I takt med att programmetSmåbarnspedagogiken i rörelse utvidgas blir samarbetet med de partner som erbjuder tjänster för en aktivare dag inom småbarnspedagogiken ännu starkare.

Småbarnspedagogiken

Såväl kommunala som privata daghem, familjedagvårdare och den öppna småbarnspedagogiska verksamheten kan registrera sig i programmet Småbarnspedagogiken i rörelse. Varje enhet inom småbarnspedagogiken genomför programmet Glädje i rörelse utifrån sina egna utgångspunkter.

Som stöd för utvecklingsarbetet får enheterna konkreta verktyg för att utvärdera, planera och genomföra den egna verksamheten. Materialet finns på programmets plattform (ohjelma-alusta, på finska). Kommunerna och enheterna får lösenord till plattformen när de anmält sig till programmet. För att stöda genomförandet av programmet finns det till exempel egna handböcker för personalen inom småbarnspedagogiken, ledarskapet och kommunala aktörer. För att göra barnen delaktiga har man gjort en idéhandbok som barn varit med och utarbetat.

FÖR ATT ÖKA BARNS FYSISKA AKTIVITET BEHÖVS FÖRÄNDRING, SMÅ STEG, PÅ ALLA AKTÖRSNIVÅER I OLIKA ORGANISATIONER

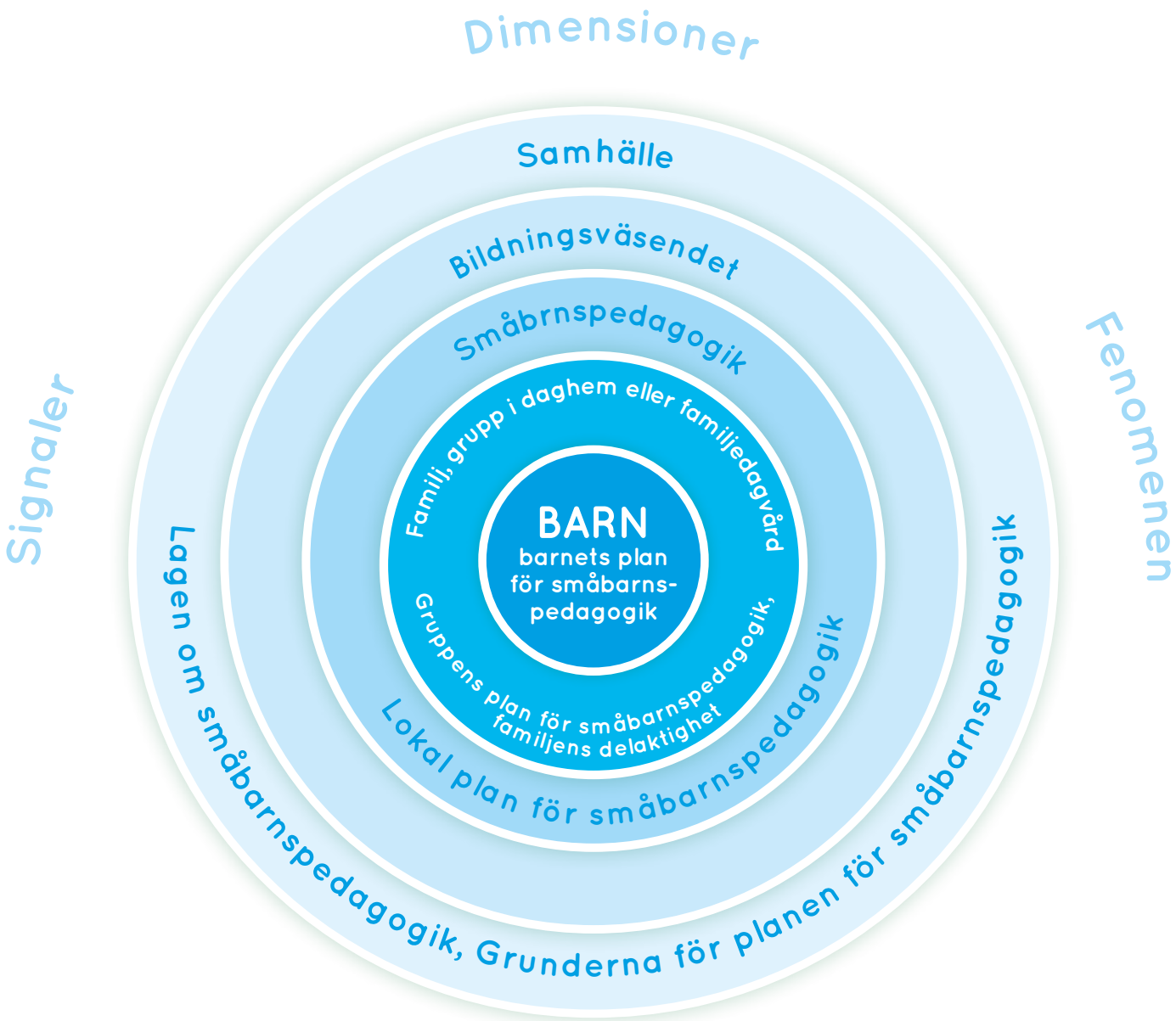


Bild 3. Dimensioner av programmet Småbarnspedagogiken i rörelse.[4]

ATT BYGGA UPP EN FYSISKT AKTIV VERKSAMHETSKULTUR

Utvecklingsarbetet i programmet Småbarnspedagogiken i rörelse startar från enhetens behov och nuläge. Man utgår från ideologin om små steg och börjar snabbt pröva på olika saker. Det långsiktiga målet är en mer fysiskt aktiv verksamhetskultur. De värderingar, attityder, principer och kriterier som utgör grunden för arbetet formar verksamhetskulturen. Det är alltså frågan om fysisk aktivitet och välbefinnande som en del av pedagogiken i vardagen.

UTVECKLINGSARBETET ÄR INDELAT I TRE STEG:

1 BEKANTA DIG

Under det första steget, BEKANTA DIG, inleds utvecklingsarbetet med små steg. Man uppmuntrar enheterna att motivera och engagera hela arbetsgemenskapen att komma med i utvecklingsarbetet. Som stöd för att ta fram, planera och utvärdera utvecklingsstegen finns blanketten Små steg. Inspiration till utvecklingsarbetet kan man till exempel få från guiden 100 pientä askelta (på finska), som består av de egna små utvecklingsstegen vid enheterna inom småbarnspedagogiken, eller Barnens 60 egna lekar -idéguiden. Under Bekanta dig gör enheterna också en Småbarnspedagogiken i rörelse – utvärdering av nuläget. Utvärderingsverktyget hjälper enheterna inom småbarnspedagogiken att välja sina utvecklingsområden. En enhet som gör utvärderingen en gång per år kan dra fördel av resultaten i årsplanen och följa upp utvecklingen av den egna verksamheten.

2 UTVECKLA

Steget UTVECKLA baserar sig på de nio huvudpunkterna i rekommendationerna för fysisk aktivitet under de första åren. Varje enhet väljer på basis av diskussioner och utvärderingen av nuläget sina egna delområden som ska utvecklas bland de nio huvudpunkterna i rekommendationerna. Vid sidan av rekommendationerna för fysisk aktivitet under de första åren finns det som stöd för utvecklingsarbetet egna handböcker för småbarnspedagogiken, daghemsföreståndarna och kommunala aktörer. På webbplatsens idésidor (Ideat, på finska) finns också konkreta tips på fysiska aktiviteter för alla delområden.

Under steget UTVECKLA uppmuntras enheterna att dela med sig av sina idéer och av fungerande rutiner. På programplattformen (på finska) kan man kommentera och förbättra idéerna så att de fungerar bäst för den egna användningen.

BEKANTA DIG UTVECKLA SYNLIGGÖR

3 SYNLIGGÖR

Under steget SYNLIGGÖR ser man tillbaka på det utvecklingsarbete som gjorts och funderar på hur verksamhetskulturen vid den egna enheten förändrats.

Enheterna rapporterar på programmets plattform om de åtgärder som vidtagits och de ändringar som skett vid enheten. De bästa rutinerna sammanställs till ett stödmaterial som också andra enheter kan använda. Enheterna uppmuntras att göra sitt eget goda arbete synligt för föräldrarna och andra enheter inom småbarnspedagogiken.

Utvecklingen av den aktiva verksamhetskulturen och upprätthållandet av den fortsätter vid enheten även efter steget Synliggört.

Ett exempel på en god modell är att man årligen gör en utvärdering av nuläget.

JÄMSTÄLLDHET OCH LIKABEHANDLING

Främjandet av jämställdhet mellan könen uppmärksammas genom hela Småbarnspedagogiken i rörelse -programmet. Bland annat stöder programmet Småbarnspedagogiken i rörelse en kommunikation, där man förhåller sig realistiskt till skillnaderna mellan flickor och pojkar, kvinnor och män och deras olika behov, utan att i onödan förstärka stereotypier.

Främjandet av likabehandling sker i programmet Småbarnspedagogiken i rörelse med utgångspunkt i idrottslagen och det som bokförts om idrottspolitik i statsbudgeten samt i lagen om småbarnspedagogik. I lagen om småbarnspedagogik (2§) fastställs att syftet med småbarnspedagogik är att erbjuda alla barn likvärdiga möjligheter till småbarnspedagogik och främja likabehandling och jämställdhet.

I grunderna för planen för småbarnspedagogik står att: ”Småbarnspedagogiken främjar det finländska samhällets demokratiska värderingar så som likvärdighet, jämlikhet och mångfald. Barnen ska ges möjligheter att utveckla sina färdigheter och göra sina val oberoende av förväntningar baserade till exempel på kön, ursprung, kulturell bakgrund eller andra orsaker som gäller barnet som person.” Detta utgör grunden för främjandet av jämställdhet och likabehandling i programmet Glädje i rörelse. Också barn som behöver särskilt stöd ska på ett jämlikt sätt beaktas i småbarnspedagogiken.

2

Småbarnspedagogikens verksamhetskultur i förändring

Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse bygger på lagen om småbarnspedagogik och andra dokument som styr småbarnspedagogiken. Personalen inom småbarnspedagogiken har en skyldighet att se till att barnens rättigheter och de mål för småbarnspedagogiken som anges i de styrande dokumenten dagligen genomförs. Rekommendationerna för fysisk aktivitet och grunderna för planen för småbarnspedagogik utarbetades samtidigt och de stöder varandra.

Bild 4. De styrande dokumenten, programmet Småbarnspedagogiken i rörelse och rekommendationerna för fysisk aktivitet har gemensamma beröringspunkter.

ATT FÅ RÖRA PÅ SIG ÄR EN AV BARNETS RÄTTIGHETER

FN:s konvention om barnets rättigheter (Convention on the Rights of the Child) är en internationell konvention om mänskliga rättigheter för barn. Konventionen antogs av FN:s generalförsamling 20.11.1989. Finland ratificerade konventionen 20.7.1991. Den är bindande för alla statliga och kommunala myndigheter och privata aktörer som utför myndighetsuppgifter. Barnets rättigheter är de vuxnas skyldighet. Meningen "Konventionsstaterna erkänner barnets rätt till bästa möjliga hälsa" i artikel 24 i konventionen förpliktar vuxna bland annat till att se till att barnet får tillräcklig fysisk aktivitet.

Värdegrunden i grunderna för planen för småbarnspedagogik omfattar att barnets bästa kommer i första hand, att barnet har rätt att må bra, få omvårdnad och skydd. Grunderna för planen styr så att barnets bästa beaktas i all verksamhet där barnet är delaktigt och i beslutsfattandet. Barnets rätt till lek och fritid, barnets rätt till delaktighet, barnets rätt att påverka i frågor som rör hen själv samt varje barns rätt till icke-diskriminering och likabehandling är centrala frågor inom småbarnspedagogiken. Barnets rättigheter och delaktighet utgör grunden för verksamheten inom småbarnspedagogiken. Välbefinnande skapas genom att man respekterar och lyssnar till barnet och detta är en förutsättning för att växa, lära sig och utvecklas.

ATT FRÄMJA ETT HELHETSMÄSSIGT VÄLBEFINNANDE I LAGEN OM SMÅBARNSPEDAGOGIK

Den nya lagen om småbarnspedagogik (540/2018) trädde i kraft 1.9.2018. I lagen bestäms om barnets rätt till småbarnspedagogik och betonas ännu starkare än tidigare att man i alla situationer ska beakta att barnets bästa kommer i första hand. I lagen om småbarnspedagogik får barnets fysiska aktivitet och välbefinnande en stark betoning.

ETT BARN HAR RÄTT TILL VILA, LEK OCH FRITID OCH TILL ATT DELTA I KONST- OCH KULTURAKTIVITETER.

(ARTIKEL 31 I KONVENTIONEN OM BARNETS RÄTTIGHETER)

ENLIGT LAGEN OM SMÅBARNSPEDAGOGIK ÄR LAGENS SYFTE ATT:

1. hos varje barn främja en helhetsmässig uppväxt, utveckling, hälsa och ett helhetsmässigt välbefinnande i enlighet med barnets ålder och utveckling,
2. stödja barnets förutsättningar för lärande och främja livslångt lärande och uppfyllandet av utbildningsmässig jämlikhet,
3. ordna mångsidig pedagogisk verksamhet med utgångspunkt i barns lek, rörelse, konst och kulturtradition samt ge barnet möjligheter till positiva upplevelser av lärande,
4. säkerställa en småbarnspedagogisk miljö som är utvecklande, främjar lärande och är hälsosam och trygg,
5. trygga ett verksamhetssätt som respekterar barnet och så bestående förhållanden som möjligt för växelverkan mellan barnet och personalen inom småbarnspedagogiken,
6. erbjuda alla barn likvärdiga möjligheter till småbarnspedagogik, främja likabehandling och jämställdhet samt ge färdigheter att förstå och respektera den allmänna kulturtraditionen samt vars och ens språkliga, kulturella, religiösa och livsåskådningsmässiga bakgrund,
7. identifiera barnets individuella behov av stöd och, när det uppkommit behov av stöd, ordna ett ändamålsenligt stöd inom småbarnspedagogiken, vid behov i form av mångprofessionellt samarbete,
8. utveckla barnets förmåga till samverkan och växelverkan, främja barnets förmåga att delta i kamratgruppen samt vägleda barnet mot ett etiskt ansvarstagande och hållbart handlingssätt, respekt för andra människor och samhällsmedlemskap,
9. säkerställa barnets möjligheter att få delta i och påverka sådana angelägenheter som berör barnet självt,
10. i samverkan med barnet och dess föräldrar eller andra vårdnadshavare främja en harmonisk utveckling hos barnet och dess holistiska välbefinnande samt stödja barnets föräldrar eller andra vårdnadshavare i fostringsarbetet.

LÄROPLANERNA STYR INNEHÅLLET I SMÅBARNSPEDAGOGIKEN OCH FÖRSKOLEUNDERVISNINGEN

Grunderna för planen för småbarnspedagogik (2018) är en nationell norm som förpliktigar alla anordnare av småbarnspedagogik. Grunderna för planen för småbarnspedagogik baserar sig på lagen om småbarnspedagogik. Grunderna för förskoleundervisningens läroplan[5] har varit norm ända sedan år 2000. Att barnen rör på sig samt att vägleda mot ett fysiskt aktivt levnadssätt är – liksom de övriga temana – en röd tråd genom hela grunderna för planen för småbarnspedagogik.

Ämnet tas bland annat upp ur följande perspektiv:

- värdegrunden
- definitionen av synen på lärande
- mångsidig kompetens
- att utveckla verksamhetskulturen
- lärmiljöer och arbetssätt
- planeringen och genomförandet av den pedagogiska verksamheten.

Grunderna för planen för småbarnspedagogik styr hur hela arbetsgemenskapen ska utvärderas och utvecklas. Vår uppfattning om barn, barndomen, lärande och målen för pedagogiken påverkar hur vi förhåller oss till barnet och till hur vi organiserar den pedagogiska verksamheten. Grunderna för planen för småbarnspedagogik förpliktigar till att man synliggör de värden och attityder som styr verksamheten. Att man alltid har gjort saker på ett visst sätt är inte tillräckligt. Utgångspunkterna för verksamheten ska motiveras pedagogiskt. Detta innebär till exempel att man i småbarnspedagogiken identifierar de faktorer som möjliggör och begränsar barnens fysiska aktivitet. En målinriktad, lagom utmanande verksamhet som intresserar barnen inspirerar dem att lära sig mer. Varje barn ska få uppleva att det lyckas och känna glädje över sitt eget agerande och sig själv.

Att ha mångsidig kompetens som mål stakar ut vägen mot framtiden. Hur vi agerar tillsammans med barnen idag inverkar på vilka förutsättningar barnen har i framtiden.

Lärområdet Jag växer, rör på mig och utvecklas omfattar mål som anknyter till fysisk aktivitet, matfostran, hälsa, trygghet och säkerhet. I verksamheten kombineras lärområdena på ett mångsidigt sätt under hela dagens gång. Till exempel när lärmiljöerna planeras kan man på många olika sätt främja barnens fysiska aktivitet och motoriska färdigheter.

VÄRDEGRUNDEN / JAG VÄXER, RÖR PÅ MIG OCH UTVECKLAS

”Barnen har rätt att leka, lära sig genom lek, glädjas över sitt lärande och bilda sig en uppfattning om sig själva, sina identiteter och världen utifrån sina egna perspektiv.”

”Ett uppdrag inom småbarnspedagogiken är att tillsammans med vårdnadshavarna lägga grunden för en livsstil som värnar om hälsa och välbefinnande och som främjar fysisk aktivitet. Syftet med småbarnspedagogiken är att inspirera barnen att röra på sig på många olika sätt och känna glädje över att röra på sig.”

LÄRMILJÖER INOM SMÅBARNSPEDAGOGIKEN

”Lärmiljöerna ska planeras och utformas tillsammans med barnen. De ska stödja barnens naturliga nyfikenhet och vilja att lära sig. De ska locka barnen till fysisk aktivitet, till att leka.”

SYNEN PÅ LÄRANDE

”Synen på lärande utgår från uppfattningen om barnet som en aktiv aktör. Lärande är en helhetsbetonad process och sker överallt. Lärande inbegriper kunskaper, färdigheter, handlingar, känslor, sinnesförnimmelser, fysiska upplevelser, språk och tankar.”

MÅNGSIDIG KOMPETENS

”En tillräcklig fysisk aktivitet dagligen stödjer barnens förmåga att tänka och lära sig.”

LÄROMRÅDEN

”Den fysiska fostran ska vara regelbunden och barncentrerad, mångsidig och målinriktad. Tillräcklig fysisk aktivitet är viktig för barnets sunda uppväxt, utveckling, lärande och välbefinnande.”

REKOMMENDATIONER FÖR FYSISK AKTIVITET: GLÄDJE, LEK OCH GEMENSAMMA AKTIVITETER

Rekommendationerna för fysisk aktivitet under de första åren[3] är baserade på barnets rättigheter samt på de senaste forskningsresultaten om hurdan fysisk aktivitet och motion som stöder barnets uppväxt, utveckling och välbefinnande. Enligt rekommendationerna ska barn under skolåldern vara fysiskt aktiva minst tre timmar varje dag.

Den rekommenderande aktiviteten ska vara mångsidig och av varierande intensitet.

- En timme rask fysisk aktivitet som förbättrar andnings- och blodcirkulationsorganens funktion.
- Två timmars vistelse utomhus och fysisk aktivitet som kräver balans och finmotorik.

Bild 5. Den rekommenderade fysiska aktiviteten består av olika vardagssysslor av varierande intensitet under dagens lopp.[3]

För barn är det naturligt att röra på sig, leka och syssla med olika saker. För barn är det också naturligt att lära sig genom att göra saker själva i olika miljöer under alla årstider, ibland genom att prova på inspirerande redskap. Vuxna ska inte med sin egen verksamhet förutsätta att barn ska sitta stilla längre stunder. Stillasittandet ska blandas med roliga sätt att röra på sig. Att lyssna på barnet och beakta barnets önskemål gör barnet mera delaktigt och bidrar till att aktiviteterna känns meningsfulla. Att lära genom att göra är barnets sätt att lära sig. På det här sättet blir fysisk aktivitet en naturlig och dagligen återkommande del av barnets vardag.

Familjens roll är viktig för att barnet ska tillägna sig en fysiskt aktiv livsstil. Föräldrarna ska uppmuntra och med sitt eget exempel inspirera barnet att röra på sig och vistas utomhus. Att familjen rör på sig tillsammans är mycket viktigt. Förutom familjen har alla andra också en viktig roll för att rekommendationerna ska uppnås.

Bild 6. Fysisk aktivitet är en naturlig del av barnets dag inom den småbarnspedagogiska verksamheten.

3 En bra dag för barnet

Barnet har rätt att varje dag få leka och röra på sig. Endast det bästa är bra nog för barnet.

DET LILLA BARNET lever den viktigaste tiden av sitt liv. Positiva erfarenheter här och nu är värdefulla och bär barnet långt in i framtiden. Varje barn ska ha möjlighet att röra på sig dagligen och att uppleva glädjen i att röra på sig. Att leka och röra på sig är naturligt för barnet och barnet lär sig genom positiva känslor. Man ska göra det möjligt för varje barn att i enlighet med sin ålder och utveckling få många olika slags upplevelser. Glädje i lärandet upplevs i en uppmuntrande miljö, som stimulerar barnets fantasi och utmanar till aktivitet.

VARJE BARN ÄR BRA PRECIS SOM DET ÄR

Till barndomen hör att vara nyfiken, kunskapstörstig, aktiv och att bli allt mera självständig. De individuella skillnaderna mellan barnen och barnets karaktärsdrag påverkar barnets sätt att vara och lära sig. En god miljö för småbarnspedagogik stöder alla barns uppväxt och utveckling. En positiv och uppmuntrande miljö skapar en trygg atmosfär där barnets färdigheter utvecklas och där barnet njuter av att lära sig. Den vuxna har en viktig uppgift i att lägga märke till när barnet lyckas och lär sig och att locka fram barnets starka sidor.

En del barn behöver mera uppmuntran för att hitta sitt fysiskt aktiva jag än barn som till sin natur är mycket aktiva och rör på sig mycket. Om barnet behöver stöd är det mycket viktigt att se till att barnet känner sig delaktigt och får uppleva att det lyckas. Olika stödåtgärder, som smågruppsverksamhet, bilder för att stöda kommunikation och struktur samt en vuxens närvaro, är viktiga för att trygga att ett barn som behöver stöd lär sig och är delaktigt. Varje barn har rätt att känna sig accepterat och en viktig del av gruppen.

När barnet leker övar det på färdigheter som det kommer att behöva senare i livet. Att leka ger känsloupplevelser och bygger upp viktiga sociala färdigheter. Dessa bygger upp förmågan att samspela med andra och uppfattningen om sig själv som en aktör. Det är viktigt att dagligen lyfta fram barnens styrkor, kunskaper och färdigheter samt lärande

BARNETS DELAKTIGHET KÄRNAN AV SMÅBARNSPEDAGOGIKEN

Synen på barnet som beskrivs i styrdokumenten för småbarnspedagogiken utgår från barnens delaktighet. Barnet ses som en aktiv, företagsam, social, kunskapstörstig och kompetent informationssökare, som är delaktig i kommunikationen och som bygger upp sin egen världsbild. Barnets erfarenheter och åsikter respekteras och barnet tas med i planeringen, genomförandet och utvärderingen av den pedagogiska verksamheten och lärmiljöerna.

Inom den småbarnspedagogiska verksamheten är det viktigt att understryka att barndomen har ett värde i sig, att värna om barndomen och vägleda barnet i att växa som

människa. Barnet har rätt att bli sett, hört, beaktat och förstått i enlighet med sin ålder och utveckling som en unik och värdefull individ och som gruppmedlem.

Det är personalens uppgift att se till att barnets rättigheter och delaktighet uppnås. Delaktigheten blir verklig när barnen tas med i planeringen och genomförandet av verksamheten. På det här sättet upplever barnen att deras åsikter har betydelse och att de vuxna tar hänsyn till dem. Det handlar framför allt om samhörighet och att vara en fullvärdig medlem i gemenskapen. Barnets delaktighet minskar inte den vuxnas ansvar. Den vuxna ansvarar för kvaliteten på pedagogiken. Den vuxna har till uppgift att organisera verksamhets- och lärmiljön så att den är inspirerande och aktiverande och barnen har möjlighet att ta initiativ och får tillgång till redskap och lokaler som till exempel sporrar till fysisk aktivitet

FYSISK AKTIVITET FRÄMJAR VÄLBEFINNANDET

Fysisk aktivitet och att röra på sig är en viktig hörnsten när barnets välbefinnande byggs upp. Enligt Institutet för hälsa och välfärd (THL) består individens välbefinnande av hälsa, materiell välfärd och upplevd livskvalitet.

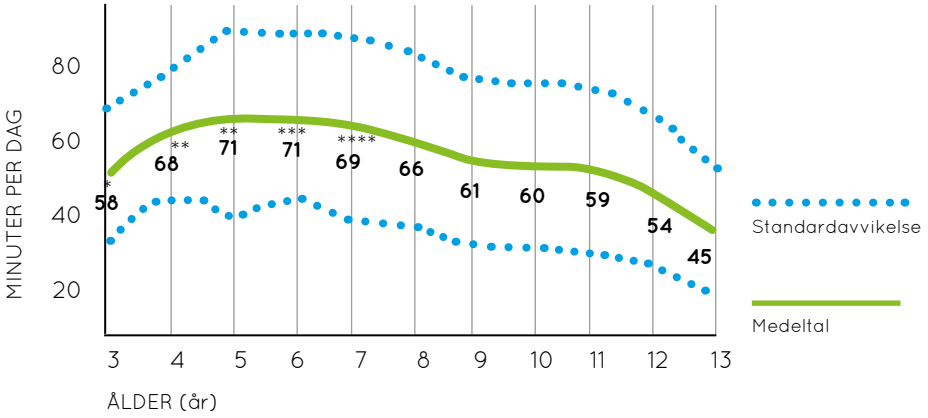
Målet: en god hälsa

Grunden för barnets hälsa utgörs av arvsmassan. Den skapar ramarna för alla de faktorer i omgivningen och val av livsstil som inverkar på barnets fysiska tillväxt samt på den fysiska, psykiska och socioemotionella utvecklingen. Tillväxt och utveckling kräver stimulans, utmaningar, växelverkan och små problem att lösa. Det viktiga är hur barnet upplever sin hälsa, inte om han eller hon har en långvarig sjukdom eller ett långvarigt men. Varje barn kan känna sig friskt och de vuxna ska med sitt eget agerande och med sina ordval sträva efter detta.

Det största hotet mot barnens hälsa just nu är övervikt, som sprider sig som en epidemi, och de relaterade sjukdomar som övervikten så småningom leder till. Bland 5–8-åriga barn i Finland är 10–20 procent överviktiga[6]. Daglig fysisk aktivitet som uppfyller rekommendationerna är det överlägset bästa sättet att förebygga övervikt[7].

Fysisk aktivitet är oumbärlig för kroppen

För att en normal fysisk tillväxt och utveckling ska stödas behöver ett växande barn daglig fysisk aktivitet. Andnings- och blodcirkulationsorganen, musklerna, senorna och benen behöver den stimulans och ansträngning som fysisk aktivitet ger upphov till. För barnet innebär fysisk aktivitet att hen rör på sig på olika sätt och i olika miljöer varje dag. De fysiska färdigheterna hos ett fysiskt aktivt barn som rör på sig mångsidigt utvecklas till uthålliga, starka, snabba och smidiga. Med dessa egenskaper klarar barnet av olika utmaningar i vardagen som förutsätter fysisk funktionsförmåga.



Resultaten är baserad på följande forskningsmaterial, som samlats med Actigraph-mätaren:

* Soini m.fl. 2012

** Mehtälä m.fl. (suomalaisten ja ... -hanke, opublicerad)

*** Määttä m.fl. (daGIs-hanke, opublicerad)

**** Tammelin m.fl. 2013

Bild 7. En objektiv mätning av den intensiva fysiska aktiviteten hos finländska barn.

Andelen barn under skolåldern i Finland som rör på sig enligt rekommendationerna (minst 3 h/dygn) uppgår till 10–20 procent[3]. Man kan öka barnets fysiska aktivitet till exempel genom att oberoende av årstid dagligen vistas ute, att låta barnet leka fysiska lekar i en mångsidig och varierande terräng, att göra utflykter i olika miljöer, att uppmuntra barnen att tillsammans leka fysiskt aktiva lekar, att erbjuda inspirerande redskap för lekarna samt genom att ge barnen tid och vara en god förebild – genom att röra på sig tillsammans med barnen.

De motoriska färdigheterna utgör grunden
Barnets möjligheter att röra på sig är beroende av barnets motoriska färdigheter. Att självständigt ta sig från en plats till en annan förutsätter att man kan åla sig, krypa, klättra, gå, springa och hoppa. I många av barnens lekar behöver man också kunna kasta, fånga, slå och sparka en boll. Motoriska färdigheter utvecklas när samspelet mellan muskler och nervsystemet, sinnesfunktionerna och de fysiska egenskaperna utvecklas. För att denna utveckling ska ske är en mångsidig, varierande miljö där man får pröva nya saker, öva sig och ibland misslyckas viktig. Redskap inspirerar barn till olika spel och till att leka tillsammans.

Barnen har i dag sämre färdigheter som förutsätts för en god balans och en bra motorisk koordination. Det är också stora skillnader mellan könen[11,8]. För att förhindra att de motoriska färdigheterna försämras och den eventuella polariseringen ökar ska de vuxna se till att barnen dagligen vistas utomhus, erbjuda dem möjligheter att röra på sig i en varierande terräng och uppmuntra alla barn att delta i samlekar där man rör på sig.

Fysisk aktivitet stöder lärandet
Att lära sig motoriska färdigheter är resultatet av en krävande och komplicerad utvecklingsprocess. Därför övar all viljestyrd fysisk aktivitet samarbetet mellan kroppens olika processer. Det här samarbetet till exempel mellan hjärnans högra och vänstra halva eller mellan ögonen och händerna stärker också barnets allmänna färdigheter att lära sig. Detta hör också samman bland annat med att lära sig läsa, skriva och räkna och som en följd av dessa färdigheter också mera krävande akademiska färdigheter[6].

Fysiskt aktiva och motoriskt skickliga barn har bättre kognitiva färdigheter och bättre skolframgång än barn som är mindre fysiskt aktiva[7]. Man vet också att ungefär 5–6 procent av alla barn har svårigheter med det motoriska lärandet. Eftersom utmaningar med det motoriska lärandet ofta också hör samman med andra utmaningar som anknyter till det psykiska och sociala välbefinnandet, ska man fästa uppmärksamhet vid alla barns fysiska aktivitet redan inom småbarnspedagogiken[8].

Fysisk aktivitet bygger upp självkänslan
Ett fysiskt aktivt barn får rikligt med upplevelser av vad barnet kan och klarar av att göra[9]. Alla dessa upplevelser bygger upp barnets fysiska självbild som är en av de viktigaste faktorerna som formar självkänslan. Positiva erfarenheter sporrar till att söka nya utmaningar och uppmuntrar till att söka nya erfarenheter. Mångsidiga erfarenheter och de

II) Flickorna har bättre rörelsefärdigheter än pojkarna och pojkarna har bättre färdigheter i bollhantering än flickorna.

upplevelser som den fysiska aktiviteten erbjuder inspirerar till att sätta upp mål och att lära sig nya färdigheter. Sådana här positiva utvecklingsförlopp stärker självkänslan. En god självkänsla är en önskad grund för utvecklingens alla delområden.

Barn under skolåldern har i allmänhet en positiv bild av sina egna förmågor[9]. Detta är en utmärkt utgångspunkt när man vill stöda barnets uppväxt och utveckling i riktning mot barnets individuella potential. En vuxen som är lyhörd kan hitta situationer för lärande som är lämpliga för varje barns utveckling och stöda barnet att hitta sina egna styrkor.

Fysisk fostran stöder utvecklingen av de emotionella och sociala färdigheterna

När barn rör på sig genom fysiskt aktiverande lekar och spel lever barnet sig in i leken med alla sina sinnen.När hela barnet är med leder detta till att alla känslor som aktiviteten väcker tätt kopplas samman med den fysiska aktiviteten. I samlekar och -spel lär sig barnen att känna igen sina känslor och stegvis att reglera dem så att gemensamma spel och lekar lyckas allt bättre. I bästa fall utvecklas barnens emotionella och sociala färdigheter i leken med andra barn, men det behövs också hjälp av vuxna för att vägleda situationerna. Fysiska spel och lekar som handleds av vuxna är ett av de mest naturliga sätten inom fysisk fostran att stöda barnets helhetsmässiga utveckling.

För mycket stillasittande är skadligt

För barnet är det naturligt att röra på sig och leka. Det är också detta som rekommendationerna för fysisk aktivitet under de första åren baserar sig på. En vuxen kan uppleva att barnet byter plats, ändrar ställning och intensitet i sitt agerande väldigt snabbt, men för barnet är detta naturligt och hör i synnerhet samman med de tidiga åren i barndomen. Det är viktigt att den vuxna respekterar detta särdrag hos barnet och ser till att inte med sitt eget agerande föranleda att barnet sitter stilla för länge åt gången. Att ensidigt underhålla barnet med skärmtid (pekplatta, telefon, TV osv.) leder småningom till att barnet sitter stilla allt längre stunder. Faran med detta är att den totala mängden daglig fysisk aktivitet minskar och att andra riskfaktorer som hotar hälsan kan uppstå.

När föräldrar för dagbok över 3–6-åringars skärmtid, visar resultaten att 61 procent tillbringar högst två timmar framför skärmen per dag[10]. Enligt undersökningar som är baserade på föräldraenkäter skulle skärmtiden för barnen vara ännu mindre. Vuxna tenderar alltså att underskatta barnens skärmtid[11]. Genom att vara medveten om hur svårt det är att uppskatta tidsanvändningen och genom att aktivt erbjuda olika alternativ kan man stödja barnets helhetsmässiga välbefinnande.

4 Uppföljning och utvärdering

Effekterna av programmet Småbarnspedagogiken i rörelse kan utvärderas på olika nivåer. Det behövs mera uppföljningsdata på nationell nivå om små barns fysiska aktivitet.

EFFEKTERNA AV PROGRAMMETSMÅBARNSPEDAGOGIKEN I RÖRELSE KAN UTVÄRDERAS PÅ OLIKA NIVÅER

HUR PROGRAMMET UTVIDGAS

- Antalet registrerade kommuner
- Antalet registrerade enheter inom småbarnspedagogiken (daghem, familjedagvårdare)

HUR VERKSAMHETSKULTUREN FÖRÄNDRAS

- Kvaliteten på enheternas utvecklingsarbete
- Utveckling av förutsättningarna för fysisk aktivitet: förutsättningarna i personalens verksamhetsrutiner och i förutsättningarna för att röra på sig (inom- och utomhusutrymmen, redskap)

DEN FYSISKA AKTIVITETENS OMFATTNING OCH KVALITET

- Hur små barn rör på sig och motoriska färdigheter = fysisk aktivitet

HUR PROGRAMMET VÄXER

Kommunen eller kommunens enhet för småbarnspedagogik kan registrera sig i programmetSmåbarnspedagogiken i rörelse. Antalet registrerade enheter för småbarnspedagogik ställs i relation till de riksomfattande uppgifterna om antalet enheter inom småbarnspedagogik (Varda).

HUR VERKSAMHETSKULTUREN FÖRÄNDRAS

Bedömning av nuläget för småbarnspedagogik är ett verktyg som enheterna, som är med i programmet, kan använda för att planera och utvärdera sin verksamhet. Genom att använda verktyget får man fram nuläget för den fysiska aktiviteten i verksamhetskulturen vid enheten inom småbarnspedagogiken. Med hjälp av verktyget kan man välja utvecklingsobjekt för enheten. Verktyget finns på programmets webbplats.

Bedömning av nuläget för Småbarnspedagogiken i rörelse är indelat i åtta delområden:

1. Genomförandet av programmet
2. Att öka fysisk aktivitet och minska sittande
3. Personalens delaktighet, kompetens och arbetshälsa
4. Barnets delaktighet
5. Enhetens gård och lokaler
6. Enhetens motionsredskap
7. Aktivitet och motorisk utveckling
8. Samarbete för att främja barnens fysiska aktivitet

Varje delområde består av flera olika påståenden, för vilka man bedömer nuläget vid enheten enligt skalan 0–4 (0 = genomförs inte alls, 4 = genomförs helt). Det är önskvärt att utvärderingen görs i grupp, så attolika perspektiv blir beaktade.

När enheten har fyllt i bedömningen av nuläget, får den ett sammandrag av svaren. En enhet som gör bedömningen en gång per år kan dra fördel av resultaten i årsplanen och följa upp utvecklingen av den egna verksamheten.

Bedömningen av nuläget ger en riksomfattande bild av hur det är med förutsättningarna för fysisk aktivitet vid enheterna för småbarnspedagogiken. Dessa uppgifter är till nytta när man strukturerar hur programmet framskrider och hur man ska gå framåt för att nå målen. Resultaten från bedömningen av nuläget finns i den virtuella databasen Virveli (på finska), där man kan granska resultaten nationellt eller enligt regionförvaltningsverkens verksamhetsområden. I Virveli finns också kommunsammanställningar från de kommuner somhar fått in tillräckligt många svar.

DEN FYSISKA AKTIVITETENS OMFATTNING OCH KVALITET

Små barns fysiska aktivitet ger en bild av hur mycket de rör på sig och kvaliteten på den fysiska aktiviteten. Att utvärdera dessa faktorer utgör en utmaning för utvärderingen i programmet Småbarnspedagogiken i rörelse. Personalen vid enheterna inom småbarnspedagogiken har en central roll när det gäller att göra det möjligt för barnen att som en naturlig del av barnens dag inom småbarnspedagogiken mångsidigt kunna röra på sig. Personalen har också till uppgift att se till att barnen får lämpliga motoriska utmaningar och att de får röra på sig i en inspirerande miljö. Personalens agerande är alltså avgörande för om barnen kan använda redskap som lockar till fysisk aktivitet både inomhus och utomhus under alla årstider.

För att utvärdera små barns fysiska aktivitet behövs mångsidiga indikatorer på många nivåer. Redan på processnivå kan man få några enstaka uppgifter-som samlats in med olika slags insamlingsmetoder, men systematisk riksomfattande uppföljningsdata finns än så länge inte. Att mäta barnens fysiska aktivitet genom att förena olika metoder (enkäter, observationer och objektiva mätare) är det bästa sättet att skapa en helhetsbild av läget, men datainsamlingen är fortfarande mycket bristfällig. Utvecklingen av uppföljningen av mängden och kvaliteten på den fysiska aktiviteten hos barn som deltar i småbarnspedagogiken kommer att visa vilka åtgärder inom småbarnspedagogiken som är av störst betydelse för att målet ska uppnås (två timmar under dagen inom småbarnspedagogiken).

5

Verksamhetskulturen förändras steg för steg

Målet med programmet Småbarnspedagogiken i rörelse är att varje barn har rätt leka och röra på sig varje dag. En förutsättning för detta är att man i varje enhet inom småbarnpedagogiken genomför en verksamhetskultur som förhåller sig positivt till fysisk aktivitet. På kommunnivå är det viktigt att se till att fysisk aktivitet finns med i strategier och dokument som styr välfärdsarbetet. På nationell nivå är det viktigt att erkänna betydelsen av små barns fysiska aktivitet och stöda att den genomförs.

PÅ BARNETS NIVÅ

- Varje barn har möjlighet att röra på sig dagligen och att uppleva glädjen i att röra på sig.
- Rekommendationer för fysisk aktivitet under de första åren verkställs för för varje barn.
- Barnets delaktighet i planeringen och genomförandet av de fysiska aktiviteterna tas i beaktande.
- Barnet växer, utvecklas och lär sig genom lek och rörelse.
- Fysisk aktivitet finns med i barnets plan för småbarnspedagogik.

PÅ ENHETSNIVÅ

- Rörelse och välbefinnande har antecknats i enhetens och gruppens planer för småbarnspedagogik.
- Barnens fysiska aktiviteter och välbefinnande är ett tyngdpunktsområde för det pedagogiska ledarskapet.
- Personalen förbinder sig att utveckla en verksamhetsmiljö som inspirerar till att röra på sig och se till att barnen får tillräckligt med fysiska aktiviteter varje dag och en mångsidig fysisk fostran.
- Verksamhetskulturen inom småbarnspedagogiken gynnar fysisk aktivitet och barnen sitter mycket lite under dagen.
- Personalen förbinder sig att diskutera aktivt med föräldrarna om vikten av fysisk aktivitet för barnets välbefinnande, uppväxt och utveckling.

PÅ KOMMUNNIVÅ

- Fysisk aktivitet och välbefinnande antecknas i kommunens strategier och i centrala hälsofrämjande planer.
- Genomförandet av programmet för fysisk aktivitet och välbefinnande införs i lokala läroplaner och planer för småbarnspedagogik.
- Personalen inom småbarnspedagogiken har möjlighet att få fortbildning i hur man stöder barnens helhetsmässiga utveckling med hjälp av fysisk aktivitet.
- De olika kommunala sektorerna och tjänsterna samarbetar på bred front såväl inom kommunen som i kommungränsöverskridande samarbetsnätverk för att främja fysisk aktivitet och välbefinnande.
- Rekommendationerna för fysisk aktivitet under de första åren följs vid varje enhet.
- Personalen förbinder sig att utöka sitt utvecklingsinriktade kunnande.
- Främjande av fysisk aktivitet i småbarnspedagogiken koordineras i kommunen.

PÅ NATIONELL NIVÅ

- Att små barn har rätt att röra på sig och må bra har fastställts i styrdokumenten, i de centrala lagarna och förordningarna, regeringsprogrammet och ministeriernas strategier.
- Utbildningen av personal inom småbarnspedagogik håller en hög nivå och jämn kvalitet runt om i .. Finland.

Bild 8. Åtgärder för att uppnå målen.

PÅ BARNETS NIVÅ

Barnet känner sig mera delaktigt och verksamhetsmiljön utvecklas när man lyssnar på barnets egna idéer och beaktar dem i planeringen av verksamheten. En uppmuntrande atmosfär är av högsta betydelse både inom småbarnspedagogiken och hemma. Man strävar efter att diskutera barnens fysiska aktivitet under de dagliga samtalen med familjerna och uppmuntrar också familjerna att röra på sig mångsidigt.

Man gör anteckningar om barnets fysiska aktivitet i barnets individuella plan för småbarnspedagogik. En fysiskt aktiv livsstil som tillägnas redan i barndomen bär hela livet igenom. Den har långtgående effekter även på samhällsnivå eftersom den sparar kostnader och främjar hälsan och välbefinnandet.

PÅ ENHETSNIVÅ

På enhetsnivå är det viktigt att enhetens föreståndare upprätthåller strukturerna vid sin egen enhet. I praktiken innebär det att det reserveras tillräckligt med tid för koordinatorn för fysisk aktivitet att samarbeta med kommunens nätverk och främja fysisk aktivitet vid enheten. Ett exempel är att koordinera bedömningen av nuläget. Föreståndaren leder pedagogiken inom sin egen enhet och skapar samtidigt förutsättningar för att verksamhetskulturen ska utvecklas. Möten som genomförs i olika sammansättningar är bra forum för att planera hur den fysiska aktiviteten kan ökas.

Personalens kompetens är en tillgång i småbarnspedagogiken. Utbildningsprogrammet vid enheten utformas enligt enhetens behov. Då kan man också beakta utbildningsbehov i anknytning till fysisk aktivitet. När personalen mår bra orkar den bättre i sitt arbete och detta påverkar direkt barnens välbefinnande. Arbetsgemenskapens normer påverkar hur verksamhetskulturen uppmuntrar till att både barnen och de vuxna rör på sig mera.

Arbetet med barnen ger ypperliga förutsättningar för en aktiv vardag där den vuxna genom sitt eget exempel även kan aktivera barnen att röra på sig.

Målet är att barnen under sin dag inom småbarnspedagogiken skulle röra på sig två timmar. Detta är två tredjedelar av rekommendationerna för fysisk aktivitet. För att den fysiska aktiviteten ska nå upp till rekommendationen behöver barnet röra på sig också utanför den småbarnspedagogiska verksamheten. Därför är kommunikationen och diskussionen med vårdnadshavarna av största vikt. En del av familjerna kan behöva hjälp med att stöda utvecklingen av barnets motoriska färdigheter eller idéer för hur man tillsammans med barnet kan fortsätta en fysiskt aktiv dag hemma. När man utarbetar barnets plan för småbarnspedagogik är det bra att man tar upp frågor som gäller fysisk aktivitet (se figur 9).

PÅ KOMMUNNIVÅ

På kommunnivå betonas dels samarbetet med grannkommunerna och samarbetet på nationell nivå dels det samarbete som görs inom kommunen utgående från varje aktörs kärnkompetens. Bildnings-, social-, hälso-, kultur- och idrottsväsendet, privata serviceproducenter, församlingarna och föreningarna samt läroanstalterna och kompetenscentren i socialbranschen är de viktigaste samarbetspartnerna.

Kommunens högsta ledning har till uppgift att skapa goda förutsättningar för att lagen om småbarnspedagogik och planen för småbarnspedagogik kan genomföras. Inom kommunen specificeras de strategiska riktlinjerna i planen för småbarnspedagogik med olika styrande dokument. Texten i dessa styrdokument följer fullmäktiges, nämndens och branschens strategier. Det är bra att inkludera fysisk aktivitet och välbefinnande i dessa kommunspecifika riktlinjer.

I figur 9 beskrivs strukturerna på kommunnivå när programmet Småbarnspedagogiken i rörelse genomförs. Tydliga strukturer bidrar till att de överenskomna riktlinjerna också införs i praktiken. För att programmet ska genomföras i kommunen förutsätts samarbete mellan olika aktörer. Det är viktigt att skapa och upprätthålla ett nätverk i kommunerna. I nätverket arbetar man med de strukturer som behövs för att genomföra programmet. Kommunens eget nätverk fungerar som en slags styrgrupp, som ser till att fysisk aktivitet finns med i olika styrdokument, i utbildningsprogrammet samt i processer som är centrala med tanke på utvärdering av verksamheten. Den koordinator som utsetts av kommunen ansvarar för det lokala nätverket och för att koordinera samarbetet samt deltar i det regionala nätverksarbetet och i nationella evenemang.

DEN FYSISKT AKTIVA VERKSAMHETSKULTURENS NIVÅER I KOMMUNEN

Bild 9. Att främja en fysiskt aktiv verksamhetskultur på kommunnivå. Verksamhetskulturen byggs upp i samverkan mellan de olika nivåerna.

PÅ NATIONELL NIVÅ

Välbefinnande och fysisk aktivitet under de första åren har beaktats i hög grad i lagen om småbarnspedagogik, grunderna för planen för småbarnspedagogik och grunderna för förskoleundervisningens läroplan. Dessa styrdokument förpliktar till daglig fysisk aktivitet och mångsidig fysisk fostran i enlighet med rekommendationerna. På nationell nivå kan man stöda implementeringen av en fysiskt aktiv verksamhetskultur till exempel genom att utveckla samarbetet, allokera anslag åt anordnare av småbarnspedagogik och öka kompetensen hos personalen inom småbarnspedagogiken.

Samarbete

Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse har redan från början genomförts i samarbete med ett omfattande expertnätverk. Verksamheten vid de nationella, regionala och kommunala nätverken är en viktig grund för det arbete som görs vid enheterna. När programmet utvidgas blir betydelsen av nätverk och samarbetspartner ännu större. Det är viktigt att samarbetet med bland annat barn- och familjeservicen utvecklas ytterligare.

Den idrottspolitiska redogörelsen

År 2018 publicerades den första idrottspolitiska redogörelsen i Finlands historia[12]. Redogörelsen är baserad på en vetenskaplig forskningsöversikt och resultaten från inkluderande datasamling, som utgör grunden för åtgärdsrekommendationerna som har utarbetats för statsförvaltningen. I rapporten konstateras bland annat att eftersom stillasittandets problem blir synliga redan hos barn under sju år behöver Finland ett omfattande åtgärdsprogram för barn under sju år.

I den idrottspolitiska redogörelsen konstateras att

- fysisk aktivitet ska integreras i varje verksamhetsdag vid alla enheter inom småbarnspedagogiken
- daghemmens lokaler och gårdar ska utvecklas så att de främjar en fysiskt aktiv småbarnspedagogik
- i programmet Småbarnspedagogiken i rörelse har man skapat goda nätverk och rutiner för att öka den fysiska aktiviteten i småbarnspedagogiken. Dessa kan användas som grund för ett Småbarnspedagogiken i Rörelse-program.

- genomförandet och spridningen av programmet Småbarnspedagogiken i rörelse till alla kommuner förutsätter en finansiering på cirka 4 miljoner euro per år under 2020–2022.

Personalens kompetensutveckling

Anordnare av utbildning (såsom universitet, yrkeshögskolor och läroanstalter på andra stadiet) har en stor autonomi att skapa innehållet i utbildningen. Detta leder till att man för samma uppgifter inom småbarnspedagogiken kan få formell behörighet med väldigt olika kunskapsnivåer.

Rådet för utvärdering av högskolorna rekommenderade i sin slutrapport av utvärderingen och granskningen av utbildningsprogrammens[13] innehåll att utbildningsanordnarna för att säkerställa en jämn kvalitet bättre ska beskriva innehållet i programmen och den gemensamma definitionen av nödvändiga kunskaper och kompetensområden.

Personalen inom småbarnspedagogiken ska ha en tillräckligt bred kunskaps- och kompetensbas för att mångsidigt kunna stöda barnets helhetsmässiga utveckling. I nuläget förekommer det brister framför allt i att stöda den fysiska aktiviteten och motoriken.

Steg för steg mot visionen

Före 2019

- Nätverket inledde sin verksamhet 2012.
- Temagruppernas verksamhet, pilotering.
- Ibruktagande av handböckerna.
- Programmet lanserades 2015.
- Rekommendationerna för fysisk aktivitet publicerades 2016.

2020

- Nätverket är aktivt och samarbetsinriktat och antar de utmaningar som dyker upp.
- Familjerna blir allt mera delaktiga.
- Rekommendationerna för fysisk aktivitet fungerar som ett vägledande dokument för småbarnspedagogiken.

2022

- Att stöda fysisk aktivitet är starkt närvarande i utbildningen för personal inom småbarnspedagogiken.
- Kommunkoordinatorernas stöd för att genomföra rekommendationerna för fysisk aktivitet.

2025

- Barnets delaktighet förverkligas: beslutsfattande, planering,att hitta de egna styrkorna som anknyter till fysisk aktivitet.
- När samhällsstrukturer utvecklas ska man i första hand se till att det finns möjlighet till fysisk aktivitet.

KÄLLOR

1. Lagen om småbarnspedagogik 540/2018.
2. Utbildningsstyrelsen. Grunderna för planen för småbarnspedagogik 2018. Föreskrifter och anvisningar 2018:3b. Utbildningsstyrelsen: Helsingfors
3. Rekommendationer för fysisk aktivitet under de första åren 2016. Glädje, lek och gemensamma aktiviteter Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2016:24
4. Mukailtu hyödyntäen: bronfenbrenner, u. 1979. The ecology of human development. Cambridge: Harvard University press och bronfenbrenner, u. 1989. Ecological systems theory. Annals of child development: A research annual: six theories of child development. Revised formulation and current issues. Jai press inc.
5. Utbildningsstyrelsen. Grunderna för förskoleundervisningens läroplan 2014. Föreskrifter och anvisningar 2016:1. Utbildningsstyrelsen: Helsingfors
6. Haapala, E.A., Pulakka, A., Haapala, H.L. & Lakka, T.A. 2016. Fyysisen aktiivisuuden ja fyysisen passiivisuuden yhteydet terveyteen ja hyvinvointiin lapsilla. I: tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2016:22, 12–21.
7. Iivonen, S., Laukkanen, A., Haapala, E. & Reunamo, J. Motoristen taitojen kehitys. I: tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2016:22, 32–27.
8. Asunta, P., Viholainen, H., Ahonen, T., Rintala, P. & Cantell, M. Motorisen oppimisen vaikeudet. I: tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2016:22, 38-43.
9. Niemistö, D., Barnett, L.M., Cantell, M., Finni, T., Korhonen, E. & Sääkslahti, A. 2019. Sosioecological correlates of perceived motor competence in 5 to 7-year-old finnish children. Scandinavian journal of medicine & science in sports. Https://doi.org/10.1111/sms.13389
10. Tuloskortti 2018. Lasten ja nuorten liikunta suomessa. Publikationer om idrott och folkhälsa 345. Forskningscentret LIKES.
11. Le blanc, A., Broyles, S., Chaput, J.-P., Leduc, G., Boyer, C., Borghese, M. & Tremblay, M. 2015. Correlates of objectively measured sedentary time and self-reported screen time in canadian children. International journal of behavioural nutrition and physical activity 12: 38. Https://doi.org/10.1186/s12966-015-0197-1
12. Statsrådet. 2018. Statsrådets redogörelse om idrottspolitiken.
13. Karila, K., Harju-Luukkainen, H., Juntunen, A., Kainulainen, S., Kaulio-Kuikka, K., Mattila, V., Rantala, K., Ropponen, M., Rouhiainen-Valo, T., Sirén-Aura, M., Goman, J., Mustonen, K. & Smeds-Nylund, A.-S. 2013. Varhaiskasvatuksen koulutus suomessa. Arviointi koulutuksen tilasta ja kehittämistarpeista. Korkeakoulujen arviointineuvoston julkaisuja 7:2013.

ÖVRIGA KÄLLOR

Berg, p. & Piirtola, M. 2014. Lasten ja nuorten liikuntatutkimus suomessa – tutkimuskatsaus 2000–2012. Liikuntatieteellisen seuran tutkimuksia ja selvityksiä nro 10.

Itkonen, H., Lehtonen, K. & Aarresola, O. (red.) Tutkimuskatsaus liikuntapoliittisen selonteon tausta-aineistoksi. Valtioneuvoston julkaisuja 2018:6.

Mehtälä, A. Tiedonanto tutkimusprojektista suomalaisten ja hollantilaisten 2–6-vuotiaiden lasten liikunta-aktiivisuus kotona ja päiväkodissa. Ledare för forskningsprojektet, professor Marita Poskiparta. Jyväskylä universitet.

Määttä, S. Tiedonanto dagis–tutkimushankkeesta. Ledare för forskningsprojektet Eva Roos Folkhälsans forskningscentrum

Soini, A. 2015. Always on the move? Measured physical activity of 3-year-old children. Studies in sport, physical education and health 216. Jyväskylä universitet.

Tammelin, T., Laine, K. & Turpeinen, S. (red.) 2013. Oppilaiden fyysinen aktiivisuus. Publikationer om idrott och folkhälsa 272. Forskningscentret LIKES.

Programmet Småbarnspedagogiken i rörelse är planerat och utvecklat för att skapa en verksamhetskultur inom småbarnspedagogiken som utgår från barnet och främjar fysisk aktivitet. Det är dags att ta tag i utmaningarna med stillasittandet och öka barnens fysiska aktivitet. För att öka barnens fysiska aktivitet och uppmuntra till en fysiskt aktiv livsstil förutsätts nya rutiner i den småbarnspedagogiska verksamheten.

Programmet genomförs utgående från den egna enhetens förutsättningar, enligt ideologin om små steg och med stöd av modellen för kontinuerlig utveckling. Kom igång och utveckla verksamheten.

www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi

Undervisnings- och kultur-ministeriet

OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSSTYRELSEN

LIKES