

Alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamallin kehittäminen Järvenpäässä

Jyri Marjamäki

Opinnäytetyö
Liikunnan kehittämisen ja
johtamisen koulutusohjelma
23.4.2018



<p>Tekijä Jyri Marjamäki</p>	<p>Ryhmätunnus tai aloitusvuosi YAMK LIIKU 16</p>
<p>Raportin nimi Alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamallin kehittäminen Järvenpäässä</p>	<p>Sivu- ja liitesivumäärä 79 + 54</p>
<p>Ohjaaja Hanna Vuorimaa</p>	
<p>Fyysisen passiivisuuden haittavaikutukset koskevat kaikkia. Säännöllinen liikunta vähentää monien sairauksien riskitekijöitä ja auttaa painonhallintaa kaikissa ikäryhmissä. Liikuntalaki korostaa lasten ja nuorten kasvun ja kehityksen tukemista liikunnan avulla. Hallitusohjelman Liikkuva koulu -ohjelman tavoitteena on, että jokainen peruskouluikäinen liikkuu vähintään tunnin päivässä.</p> <p>Keski-Uudellamaalla sijaitsevassa Järvenpäässä Liikkuva koulu -hanke kohdentuu peruskoululaisten, joista alakoululaisia on 2700, liikkumisen lisäämiseen ja monipuolistamiseen. Syynä hankerahoituksen hakemiselle oli lasten kasvun ja kehityksen lisääntyneet puutteet, jotka johtuivat pääosin lasten päivittäisen liikkumisen vähäisyydestä.</p> <p>Kehittämistyön tavoitteena oli osallistujalähtöisen matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin kehittäminen alakoululaisille. Lisäksi tavoitteena oli toiminnan käynnistäminen lukukaudella 17-18 lasten liikkumisen lisäämiseksi ja vapaa-ajan harrastustarjonnan kasvattamiseksi. Työn toteutustapa oli toimintatutkimus, ja menetelminä käytettiin kyselyitä, haastatteluja, toimijapalavereja ja -yhteistyötä sekä tutkijan interventiota. Tuloksellisuus on yksi Järvenpään kaupungin arvoista, ja siksi se valikoitui näkökulmaksi tähän Järvenpään kaupungille vuonna 2017 tehtyyn kehittämistyöhön.</p> <p>Kehittämistyössä toteutettiin pilottikokeilu alustavasta toimintamallista ja tuloksena kehitettiin alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamalli keväälle 2018. Osallistujien liikkumisen lisääntymistä ja matalan kynnyksen toiminnan ja osallistujalähtöisyyden vaatimusten täyttymistä selvitettiin valituin mittarein pilottikokeilun eri vaiheissa. Lähtötilanteeseen nähden harrastustarjontaa kasvatettiin ja osallistujien liikkumista lisättiin interventioilla tuloksetta. Työn vaikuttavuus koko kohderyhmä huomioiden jäi vähäiseksi pilottikokeiluun osallistujien vähäisyyden vuoksi.</p> <p>Arviointiprosessin perusteella suurin syy pilottivaiheeseen ilmoittautuneiden vähyyteen oli toiminnan markkinoinnissa. Pilottikokeilun perusteella toimintamallia ei suuremmin muuteta, mutta toiminnan markkinointia tehostetaan. Pilottivaiheen toimintamalli oli sikäli onnistunut, että sen toteutuksessa ilmenneet ongelmat eivät johtaneet taloudellisiin ongelmiin. Toimintamallin kehittämistä vaikuttavammaksi jatketaan hankerahoituksen sen salliessa.</p>	
<p>Asiasanat liikuntakerho, matalan kynnyksen toiminta, osallistujalähtöisyys, osallistaminen, toimintamalli, tuloksellisuus</p>	

Author Jyri Marjamäki	Group or year of entry YAMK LIIKU 16
The title of thesis Sports clubs procedure development in Järvenpää for elementary school children	Number of report pages and attachment pages 79 + 54
Advisor Hanna Vuorimaa	
<p>Risks of physical inactivity apply to everybody. Regular physical activity reduces risk-factors of many diseases and helps weight-control in all age groups. Act on the Promotion of Sports and Physical Activity emphasizes supporting growth and development of children and adolescents through sports. Finnish Government Programmes School on the Move -programme goal is that every school-aged child is physically active at least one hour per day.</p> <p>In Keski-Uusimaa region situated Järvenpää School on the Move -programme targets physical activity augmentation and diversification of school-aged children, of which 2700 are elementary pupils. The reason for the city to apply for programme-funding was increased deficiency of growth and development of school-aged children, which were mainly caused by lack of daily physical activity.</p> <p>The goal of this thesis was to develop a participant oriented approach for easy access sports clubs procedure for elementary pupils. Another goal was to start the procedure during the 2017-18 term, in order to increase pupils' physical activity and sports hobby opportunities. The work was carried out through action research, and the methods used were surveys, interviews, operative meetings and collaboration and researcher intervention. Productivity is one of the values of city of Järvenpää, and so it became the main aspect of this thesis, which was made for the city of Järvenpää during 2017.</p> <p>A pilot test of the preliminary procedure was held as part of the development work. As a result, the operations model for sports clubs procedure for elementary pupils for spring 2018 was developed. Changes in participants physical activity and meeting the requirements of easy access activity and participant oriented approach were studied with chosen meters during the pilot test phase. Compared to the baseline, the supply of sports hobby opportunities and physical activity of the participants were productively increased by intervention. Effectiveness of the development work considering the whole target group was limited, due to the lack of participants in the pilot test phase.</p> <p>Based on the evaluation process, the main reason for the lack of participants in the pilot test was marketing. The procedure will not be altered extensively, but marketing will be made more effective. Procedure of the pilot test phase was successful in that problems encountered did not cause financial problems. Development of the procedure to more effective will continue while funding allows it.</p>	
Key words sports clubs, easy access activity, participant oriented approach, engagement, procedure, productivity	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Lasten ja nuorten liikunta.....	2
2.1	Liikuntalaki.....	3
2.2	Lasten ja nuorten liikunta Suomessa.....	3
2.3	Fyysisen aktiivisuuden suositukset kouluikäisille	6
2.4	Liikkuva koulu -ohjelma.....	7
3	Matalan kynnyksen liikuntaharrastus	9
3.1	Harrastustakuu.....	9
3.2	Matalan kynnyksen kerhotoiminta	10
3.3	Matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamalli	11
4	Kuntapalvelut Suomessa	14
4.1	Kuntien palveluiden tuottaminen.....	14
4.2	Kuntien tuloksellisuuden arviointi	15
5	Kuntapalvelut Järvenpäässä	18
5.1	Järvenpään kaupunkistrategia	18
5.2	Järvenpään lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma.....	19
5.3	Järvenpään liikuntaohjelma	21
5.4	Järvenpään liikuntapalvelut	21
6	Lasten ja nuorten liikunnan kehittämishankkeet Järvenpäässä	23
6.1	Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hanke	23
6.2	Liikkuva koulu -hanke Järvenpäässä.....	24
7	Kehittämistyön tavoite ja menetelmät.....	27
7.1	Toimintatutkimuksen määrittely	27
7.2	Toimintatutkimuksen toteutus	29
7.3	Toimintatutkimuksen luotettavuuden ja tulosten arvioiminen	30
8	Oppilaskysely ja toimintamallin suunnittelu.....	32
8.1	Valmistelutyöt toimintamallin suunnittelussa.....	32
8.2	Liikkuva koulu -kysely alakoululaisille	34
8.3	Alustavan toimintamallin kehittäminen.....	38
8.4	Toimintamallin avainkohtien esittely osallisille	40

9	Järvenpään Liikkuva koulu -kerhotoimintamalli	44
10	Pilottikokeilun valmistelu	47
10.1	Toimintapuitteiden varmistaminen	48
10.2	Toiminnan markkinointi	48
10.3	Liikuntakerhoihin ilmoittautuminen	49
11	Toimintamallin pilottikokeilu	51
11.1	Osallistujatoiveiden kartoitus	51
11.2	Toiminta ja kävijät	52
11.3	Toiminnan laskutus ja taloudellisuus	54
11.4	Ohjaajan kokemukset pilottikokeilusta	55
11.5	Palautekyselyt	56
12	Toimintamallin kehittäminen	58
12.1	Vanhempainverkoston huomioidut ja kehitysehdotukset	58
12.2	Kaupungin tilaresurssit ja Liikuntapalveluiden näkemykset	60
12.3	Palaveri ohjaavien seurojen kanssa	61
12.4	Liikunnanohjaaja (YAMK) -opiskelijoiden kehitysehdotukset	62
13	Alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamalli	64
14	Toimintamalli osallistujälähtöisyyden ja tuloksellisuuden näkökulmasta	67
14.1	Osallistujälähtöisyyden toteutuminen	67
14.2	Tuloksellisuuden toteutuminen	68
14.3	Yhteenvedo kehittämisestä	72
15	Pohdinta	74
	Lähteet	80
	Liitteet	90

1 Johdanto

Vuonna 2015 voimaan tullut liikuntalaki korostaa koko väestön liikunnallisen elämäntavan edistämistä ja liikunnan saavutettavuuden varmistamista kaikissa elämänkaaren vaiheissa. Liikuntalaki ja hallitusohjelma tuovat erityisesti esiin lasten ja nuorten kasvun ja kehityksen tukemisen liikunnan avulla. Liikkuva koulu -ohjelma on yksi hallitusohjelman kärkihankkeista. Ohjelman tavoitteena on, että jokainen peruskouluikäinen liikkuu tunnin päivässä.

Keski-Uudellamaalla sijaitsevassa Järvenpäässä on asukkaita noin 42 000, joista peruskouluikäisiä noin 4000. Järvenpään liikuntaohjelman tavoitteena on kohdentaa resurssit tarkoituksenmukaisesti ja kustannustehokkaasti huomioiden asukkaiden tarpeet ja tulevaisuuden kehityssuunta liikuntapalveluiden tuottamisessa. Etelä-Suomen aluehallintovirasto myönsi Järvenpään kaupungille avustuksen Liikkuva koulu -hankkeeseen luvuudelle 2016-2017. Kehittämishanke kohdentuu järvenpääläisten peruskoululaisten liikkumisen lisäämiseen ja monipuolistamiseen. Syynä hankerahoituksen hakemiselle oli kaupungin kouluikäisten tukipalveluissa havaitut lasten kasvun ja kehityksen lisääntyneet puutteet, joiden juuret ovat pääosin lasten päivittäisen liikkumisen vähäisyydessä.

Osallistujalähtöiset matalan kynnyksen liikuntakerhot alakoululaisille on Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeessa vuonna 2017 kehitetty ja käynnistetty toimintamalli liikuntakerhojen järjestämiseksi koulupäivien yhteyteen. Tässä opinnäytetyössä esitetään vaiheittain liikuntakerhojen toimintamallin suunnittelu, jossa osallistettiin oppilaita ja muita tärkeitä toimijoita. Lisäksi esitetään alustavan toimintamallin pilottikokeilun valmistelu ja toteutus sekä toimintamallin jatkokehittäminen kevätlukukaudelle 2018.

Tässä toimintatutkimuksellisessa opinnäytetyössä arvioidaan toimintamallin kehittämisen muutossykliä etenkin tuloksellisuuden näkökulmasta. Tuloksellisuus on yksi Järvenpään kaupungin arvoista ja siksi se valikoitui tarkastelukulmaksi tähän Järvenpään kaupungille tehtyyn kehittämistyöhön. Kehittämistyön tavoite oli Järvenpään osallistujalähtöisen matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin kehittäminen alakoululaisille sekä toiminnan käynnistäminen lasten liikkumisen lisäämiseksi ja vapaa-ajan harrastustarjonnan kasvattamiseksi.

2 Lasten ja nuorten liikunta

Fyysinen passiivisuus on todettu neljänneksi merkittävimmäksi kuolleisuuden riskitekijäksi maapallolla (WHO 2009, 9-10). Fyysisesti passiivisten osuus kasvaa maailmanlaajuisesti, mikä näkyy esimerkiksi sydän- ja verisuonitautien, diabeteksen ja syövän sekä niille altistavien riskitekijöiden, kuten korkean verenpaineen, kohonneiden sokeriarvojen ja ylipainon, esiintyvyyden lisääntymisenä. Fyysisen passiivisuuden haittavaikutukset koskevat myös lapsia ja nuoria. Säännöllinen liikunta vähentää monien sairauksien riskitekijöitä, auttaa painonhallinnassa ja ehkäisee masennusta kaikissa ikäryhmissä (Roberts, Tynjälä & Komkov 2004, 90). Janssenin ja Leblancin (2010) mukaan mitä fyysisesti aktiivisempi kouluikäinen lapsi tai nuori on, sitä suuremmat terveyshyödyt hän liikkumalla saa. World Health Organizationin kansainvälisten liikuntasuosituksen mukaan 5-17-vuotiaiden tulisi liikkua päivittäin vähintään 60 minuuttia ainakin kohtuullisen kuormittavasti. (WHO 2010, 10-20.)

Active Healthy Kids Global Alliance on vuonna 2014 perustettu kansainvälinen tutkijoiden, terveydenalan ammattilaisten ja sidosryhmien verkosto, joka työskentelee edistääkseen lasten ja nuorten fyysistä aktiivisuutta ympäri maailman. Verkoston vuonna 2016 julkaisemassa kansainvälisessä tutkimuksessa saatiin vertailutuloksia yhdeksästä lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden indikaattorista kaikkiaan 38 maasta kuudelta eri mantereelta. Tutkimuksen otanta edustaa 60 % maapallon väestöstä. Tutkimukseen osallistuneiden maiden lapsista ja nuorista keskimäärin 20-39 % liikkuu WHO:n fyysisen aktiivisuuden suosituksen (2010) mukaisesti. Tutkimukseen osallistuneista maista neljänneksessä fyysisen aktiivisuuden suosituksen saavuttaa vähintään puolet lapsista ja nuorista. Tutkimukseen osallistuneista neljästätoista Euroopan maasta vain Sloveniassa fyysisen aktiivisuuden suositukset saavutettiin erinomaisesti, eli vähintään neljä viidestä lapsesta liikkuu suosituksen mukaisesti. Kaikissa muissa Euroopan maissa Suomi mukaan lukien fyysisen aktiivisuuden kokonaismäärä on kansainvälisen suosituksen mukaan 20-39 prosentilla lapsista ja nuorista. (Global Matrix 2.0 2016.)

2.1 Liikuntalaki

Suomessa vuonna 2015 voimaan astuneen päivitetyn liikuntalain (390/2015) tavoitteena on muun muassa edistää lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä sekä edistää liikunnan kansalaistoimintaa. Liikuntalaissa liikunnalla tarkoitetaan kaikkea omatoimista ja järjestettyä liikunta- ja urheilutoimintaa pois lukien huippu-urheilu. Liikuntalain mukaan terveyttä ja hyvinvointia edistävällä liikunnalla tarkoitetaan elämäntapojen eri vaiheissa tapahtuvaa kaikkea fyysistä aktiivisuutta, jonka tavoitteena on terveyden ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen. Tämänhetkisessä hallitusohjelmassa painopiste on lasten ja nuorten liikunnan kehittämisessä (Opetus ja kulttuuriministeriö 2017a).

Liikuntalain mukaan kuntien tehtävä on luoda yleisiä edellytyksiä liikunnalle paikallistasolla. Tämä tarkoittaa terveyttä ja hyvinvointia edistävien liikuntapalvelujen järjestämistä eri kohderyhmät huomioiden. Liikuntalain toteuttamisen kunnassa tulee tapahtua eri toimialojen yhteistyönä kehittämällä paikallista, kuntien välistä ja alueellista yhteistyötä sekä huolehtimalla tarvittaessa muista paikallisiin olosuhteisiin ja tarpeisiin sopivista toimintamuodoista. Kunnan hoitaessa näitä tehtäviä se ei toimi kilpailutilanteessa markkinoilla.

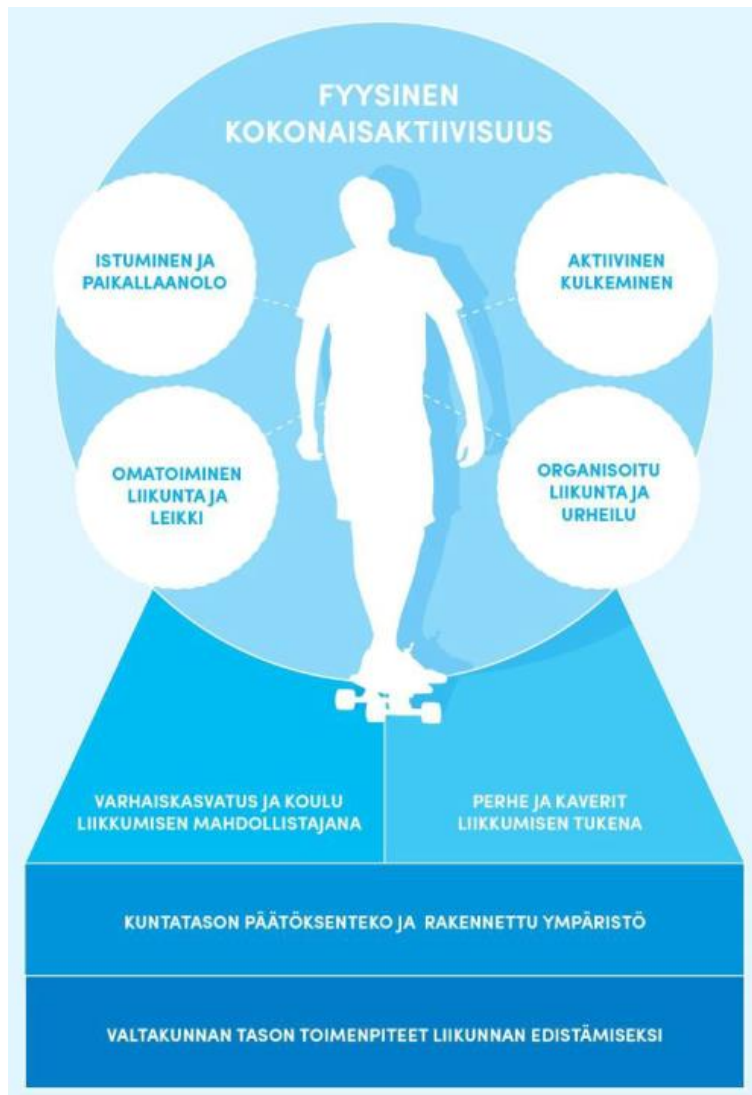
2.2 Lasten ja nuorten liikunta Suomessa

Opetus- ja kulttuuriministeriö on laatinut yhteistyössä sosiaali- ja terveysministeriön kanssa yhteiset valtakunnalliset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan. Linjausten painopisteitä ovat arjen istumisen vähentäminen ja liikunnan lisääminen elämäntapojen, liikunnan nostaminen keskeiseksi osaksi terveyden edistämistä sekä sairauksien ennaltaehkäisyä ja liikunnan aseman vahvistaminen suomalaisessa yhteiskunnassa (STM 2013, 20-21). Keskeinen kehitystarve on terveytensä kannalta riittämättömästi liikkuvien tavoittaminen. Linjaukset muodostavat keskeisen viitekehyksen myös lasten ja nuorten liikunnan kehittämiselle ja avustuspäätöksille vuoteen 2020 asti. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 80-82; Tulokortti 2016, 29.)

Kansainväliset pitkän aikavälin tutkimukset osoittavat lasten ja nuorten kunnan heikentyneen etenkin kestävyyskunnan osalta (Huotari & Palomäki 2015, 6). Suomalaistenkin lasten ja nuorten fyysinen kunto on heikentynyt ja ylipainoisten määrä lisääntynyt.

Suomalaisista 7-12 -vuotiaista pojista 26 % ja tytöistä 17 % on ylipainoisia (Mäki ym. 2017, 211). Nuorten terveystapatutkimuksen pidemmän ajan seurannan mukaan ylipainoisten 12-18 -vuotiaiden lasten määrä on viimeisen kolmenkymmenen vuoden aikana kolminkertaistunut (Valtion liikuntaneuvosto 2012, 6). LIITU-tutkimuksen mukaan keskimäärin vain reilu viidesosa suomalaislapsista ja -nuorista saavutti liikuntasuosituksen liikkumalla vähintään tunnin päivittäin. Kouluajan ulkopuolella vajaalle viidennekselle lapsista ja nuorista kertyy reipasta liikuntaa seitsemänä päivänä viikossa, ja noin joka kymmenes lapsi ilmoitti liikkuvansa reippaasti korkeintaan puoli tuntia viikossa. Husun, Vähä-Ypyän ja Vasankarin (2016) tutkimuksen mukaan suomalaiset 7-14 -vuotiaat tytöt ja pojat viettivät yli puolet valveillaoloajastaan paikallaan ollen. (Valtion liikuntaneuvosto 2015, 14-17.)

Liikunta lapsena edistää elämänlaatua ja suojaa lasta sosiaaliselta syrjäytymiseltä sekä ennustaa liikunnallista aikuisuutta (Fogelholm 2011, 76). Lapsen ja nuoren fyysiseen kokonaisaktiivisuuteen vaikuttavat monet asiat (Sallis, Prochaska & Taylor 2000, 965-972). Kuviossa 1 kuvataan lapsen liikunta-aktiivisuuteen vaikuttavia tasoja, esimerkiksi arjen rutiineja, perhettä ja kavereita liikkumisen tukena ja varhaiskasvatusta ja koulua liikkumisen mahdollistajina. Myös kuntatason päätöksenteko ja rakennettu ympäristö sekä valtakunnan tason toimenpiteet liikunnan edistämiseksi vaikuttavat lasten ja nuorten liikkumiseen ja fyysiseen kokonaisaktiivisuuteen (Tuloskortti 2016, 8).

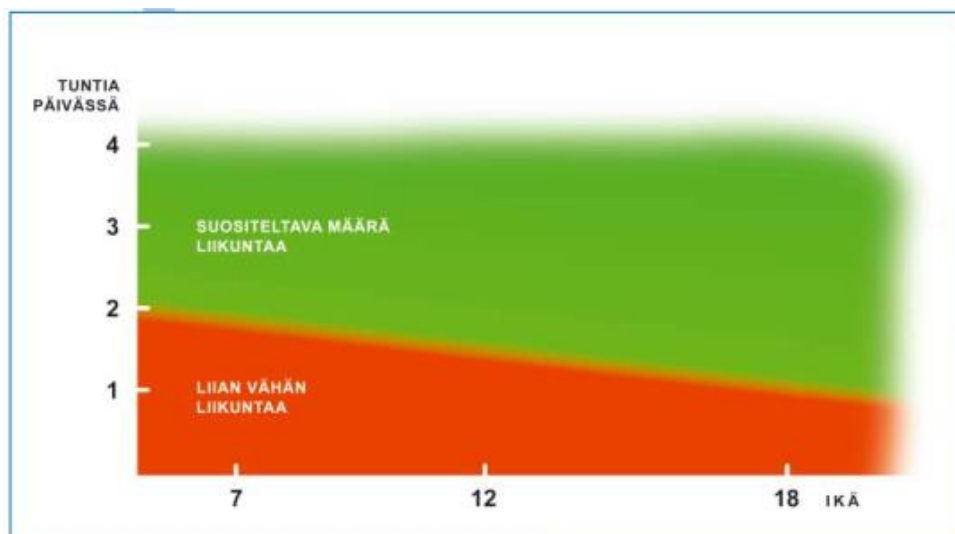


Kuvio 1. Lasten ja nuorten liikunnan osa-alueet (Tuloskortti 2016, 8.)

Liikunta ja liikunnallinen lapsuus vähentävät terveystalouden käyttöä ja niiden aiheuttamia kustannuksia (Tuloskortti 2016, 5-9). Lasten ja nuorten liikunnan kehittämiseen varataan vuosittain oma määrärahasa valtion liikuntabudjetista, joka osoitetaan Aluehallintovirastoille edelleen jaettavaksi paikallisiin liikunnan kehittämishankkeisiin. Kuntien liikuntatoiminnan käyttökustannuksiin myönnettävien valtionosuuksien lisäksi kunnille voidaan myöntää valtionavustuksia liikuntatoiminnan kehittämiseen sekä erilaisiin hankkeisiin, esimerkkinä Liikkuva koulu -ohjelma. (Opetushallitus 2016, 54; Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016, 11-20, 81-82.)

2.3 Fyysisen aktiivisuuden suositukset kouluikäisille

Liikkuminen ja motoristen taitojen opettelu ovat ensiarvoisen tärkeitä lapsen terveydelle ja hyvinvoinnille sekä oppimisvalmiuksien ja sosiaalisten taitojen kehittymiselle (Suomen Olympiakomitea 2017). Kuvion 2 mukaisesti kaikkien 7-18-vuotiaiden tulee liikkua vähintään 1-2 tuntia päivässä monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla. Alakoululaisista noin puolet ja yläkoululaisista joka viides liikkuu vähimmäis-suosituksen mukaisesti (Tuloskortti 2016, 10). Liikunnan tuottamat terveyshyödyt ovat hyvin moninaiset (Vuori 2003, 22). Tarvittavan liikunnan määrä vaihtelee lapsen ja nuoren iän sekä tarkasteltavan terveyden ja hyvinvoinnin osa-alueen mukaan (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 8-11). Lasten ja nuorten koettua ja mitattua kuntoa selvittäneissä tutkimuksissa on havaittu, että itse arvioitu fyysinen kunto ja mitatut kuntotestitulokset korreloivat, eli lapset ja nuoret ovat harvoin täysin tietämättömiä oman kuntonsa tilasta (Huotari, Sääkslahti & Watt 2009).



Kuvio 2. Suositeltava päivittäinen liikunta eri ikäisillä koululaisilla (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 17.)

Koululainen tarvitsee fyysistä aktiivisuutta viikon jokaisena päivänä terveen kasvun ja kehityksen sekä hyvinvoinnin varmistamiseksi. Kouluiässä liikkumisessa painottuvat eri perustaitojen ja liikkeiden yhdistelmät sekä eri lajien perustaidot. Kouluikäisten lasten tulisi harjoittaa vähintään 3 kertaa viikossa lihaskuntaa, liikkuvuutta ja luiden terveyttä edistävää liikuntaa. Päivittäiseen liikunta-annokseen tulee sisältyä useita vähintään 10 minuuttia kestäviä reippaan liikunnan jaksoja. Parasta liikuntaa lapsille ja kasvaville

nuorille luuston vahvistamiseksi ovat erilaiset hyppyt ja nopeita suunnanmuutoksia sisältävät leikit, pelit tai urheilulajit. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 18-22.)

Suomessa koulun liikuntatuntien määrä on vähäinen (Fogelholm 2011, 79). Peruskoulussa on keskimäärin kaksi 45 minuutin pituista liikuntatuntia viikossa. Koululiikuntatunnit eivät yksin riitä kouluikäisten liikunnaksi. Liikunnan toteutuksessa on tärkeää pitää mielessä se tosiasia, että lapsia ja nuoria motivoi liikuntaan ennen kaikkea liikunnan hauskuus. Nuorten osallisuus liikunnan suunnittelussa ja toteuttamisessa on siksi tärkeää. Koulun liikunta on parhaimmillaan paljon muutakin kuin liikunnanopetusta liikuntatunneilla. Koulun liikunnalla tarkoitetaan kaikkea koulun piirissä tapahtuvaa liikuntaa, johon sisältyvät liikuntatuntien lisäksi välitunnit, koulumatkat, kerho- ja ilta-päivätoiminta sekä liikunnalliset tapahtumat ja teemapäivät. (Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 2008, 12-13.)

2.4 Liikkuva koulu -ohjelma

Liikkuva koulu -ohjelma on yksi hallitusohjelman osaamisen ja koulutuksen kärkihankkeista, jota rahoitetaan 7 miljoonalla eurolla vuodessa vuosina 2016-2018. Koulun roolia lasten ja nuorten liikkumisen edistämiseksi korostaa se, että peruskoulun toimenpiteet tavoittavat koko ikäluokan. Hallitusohjelman tavoitteena on, että jokainen peruskouluikäinen liikkuu vähintään tunnin päivässä. Tällä hetkellä jo yli 80 prosenttia kouluista ja 89 prosenttia kunnista on mukana Liikkuvassa koulussa. Tarkoituksena on saada aikaan aktiivisempia ja viihtyisämpiä koulupäiviä. Liikunnalla on havaittu olevan edullisia vaikutuksia käyttäytymiseen, tehtäviin keskittymiseen ja osallistumiseen oppitunneilla sekä sosiaaliseen toimintaan kouluympäristössä (Haapala, Kantomaa, Kujala, Jaakkola & Tammelin 2017). Fyysisen aktiivisuuden edistäminen on kirjattu elokuussa 2016 voimaan astuneisiin perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin. (Tuloskortti 2016, 11-28.)

Liikkuvan koulun toteutuksessa on tärkeää oppilaiden osallisuus, oppiminen ja liikkeen lisääminen sekä istumisen vähentäminen kouluissa. Jokainen koulu toteuttaa liikkuvampaa koulupäivää omalla tavallaan. Liikkuva koulu -seurannasta ja tutkimuksesta

vastaa LIKES-tutkimuskeskus. Kesällä 2017 varhaiskasvatuksen Ilo kasvaa liikkuen - ohjelma siirtyi osaksi Liikkuva koulu -ohjelmaa. Liikkuva koulu -ohjelma laajenee jatkossa myös toisen asteen koulutukseen ja korkeakouluihin (Liikkuva koulu 2016d). Opetus- ja kulttuuriministeriön tavoitteena on, että lapsilla on mahdollisuus liikunnalliseen elämään ja oppimiseen elämän varhaisvuosista lähtien koko koulutuspolun loppuun asti. (Liikkuva koulu 2016a; OKM tiedote 4.4.2017.)

Yksi Liikkuvan koulun perusajatuksista on voimien yhdistäminen. Tärkeää on miettiä, millaisista yhteistyökumppaneista koulun tai kunnan verkosto koostuu tai voisi koostua. Kokemusten jakaminen, vertaistuki ja ideoiden parastaminen ovat tärkeitä tekijöitä oman koulun tai kunnan toimintaa kehittäessä. Monen kunnan Liikkuva koulu -toiminnan vahvuutena on verkostomainen työskentely. Keskeistä on, että kunnan eri sektorit löytävät oman näkökulmansa liikunnan lisäämisessä. Toisaalta on tärkeää, että kunnassa on yhteinen koordinaatio, joka yhdistää eri toimijoiden toimenpiteitä Liikkuvan koulun tavoitteiden suunnasta. Liikkuva koulu -ohjelma koordinoi valtakunnallista Liikkuva koulu -koordinaattoreiden verkostoa. (Liikkuva koulu 2016c.)

3 Matalan kynnyksen liikuntaharrastus

Liikkuvan koulun tavoite on tuoda tunti liikuntaa jokaisen peruskoululaisen päivään. Tavoite voi toteutua esimerkiksi matalan kynnyksen kerhotoiminnalla koulujen iltapäivissä (OKM tiedote 18.1.2017). Opetus- ja kulttuuriministeri Sanni Grahn-Laasosen nimittämä työryhmä luovutti maaliskuussa 2017 esitykset, joilla jokaiselle lapselle ja nuorelle taataan mieleinen harrastus perheen varallisuudesta riippumatta. Grahn-Laasosen mukaan lasten ja nuorten toiveet harrastustoiminnasta tulee huomioida nykyistä paremmin. OKM:n vuonna 2016 teettämän ensimmäisen valtakunnallisen koululaiskyselyn vastausten perusteella enemmistö koululaisista toivoi lisää harrastetunteja ja mahdollisuuksia käyttää koulun tiloja ja välineitä omatoimiseen harrastamiseen (OKM 18.3.2016). Harrastustoimintaa koulujen iltapäivissä tulee lisätä eri toimijoiden yhteistyössä. Ministeriön esityksen mukaan kuntien tehtävänä on kartoittaa harrastustoiminnalle sopivat tilat ja tarjota ne mahdollisuuksien mukaan veloituksetta lasten ja nuorten harrastustoiminnan käyttöön. (OKM tiedote 4.4.2017.)

3.1 Harrastustakuu

Harrastustakuun tavoite on antaa jokaiselle lapselle ja nuorelle mahdollisuus liikunnan harrastamiseen. OKM:n nimeämän työryhmän esittämässä raportissa esitetyt toimenpiteet kohdistuvat 6-18-vuotiaisiin lapsiin ja nuoriin. Työryhmän mukaan toimintaa olisi hyvä toteuttaa lapsilähtöisesti siten, että hyödynnetään koulupäiviä ja kouluympäristöä harrastuspaikkoina (OKM 2016a, 27-28). Kouluympäristö on helposti oppilaiden saatavissa ja edullinen harrastusympäristö. Oppituntien jälkeinen iltapäivä tarjoaa usean tunnin mahdollisuuden harrastaa ennen vanhempien kotiintuloa. Työryhmän raportissa tätä iltapäiväajan harrastusmahdollisuutta suositellaan paikallistasolla edistämään yhdessä eri toimijoiden kanssa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017, 17-19.)

OKM:n nimeämä työryhmä esittää, että lasten ja nuorten osallisuutta ja kuulemista vahvistetaan siten, että harrastusten rahoittajat, vastuuorganisaatiot ja ohjaajat huomioivat nykyistä paremmin lasten harrastustoiveet. Valtakunnalliset koululaiskyselyt (OKM 2016b; 2017) tulee työryhmän mielestä vakiinnuttaa valtion rahoituksella koululaisten kuulemisen välineenä. Työryhmän mielestä koulu on avainroolissa, jotta jokai-

selle lapselle ja nuorelle voidaan taata mahdollisuus harrastamiseen. Liikkuva koulu -toiminta edistää harrastusmahdollisuuksia koulussa. (OKM tiedote 27.3.2017)

Harrastustoiminnan tarjonnan suunnittelussa opettajien lisäksi on tärkeä kuunnella lapsia ja nuoria sekä esimerkiksi kouluterveydenhoitajia ja kunnan liikunta- ja nuorisotoimia. Seurat tulisi saada mukaan toteuttamaan matalan kynnyksen harrastustoimintaa kouluissa. Kynnys seuratoimintaan saadaan matalammaksi, kun seura toteuttaa laadukasta harrastetoimintaa osaavien ohjaajien ohjaamana koululla yhteistyössä koulutoimijoiden kanssa. Toimijoiden välille tulee tehdä selkeät sopimukset vastuista ja velvollisuuksista. Kun seurat lähtevät esimerkiksi liikuntatoimen koordinoimana verkostoyhteistyöhön, niillä tulisi olla mahdollisuus seuratoiminnan kehittämistukeen useamman vuoden ajan. Myös koordinaatituki kunnalta on tärkeää. Verkoston johtaminen on toiminnan mahdollistamista ja tukemista, jossa yhteistyön jatkuvuus ja onnistuminen perustuu ensisijaisesti toimijoiden väliseen luottamukseen (Järvensivu, Nykänen & Rajala 2017, 13-15). Useamman vuoden aikajänteellä luodaan yhteiset toimintatavat ja tarvittava keskinäinen luottamus, joka mahdollistaa toiminnan vakiinnuttamisen. (Toivonen 2016, 1-2.)

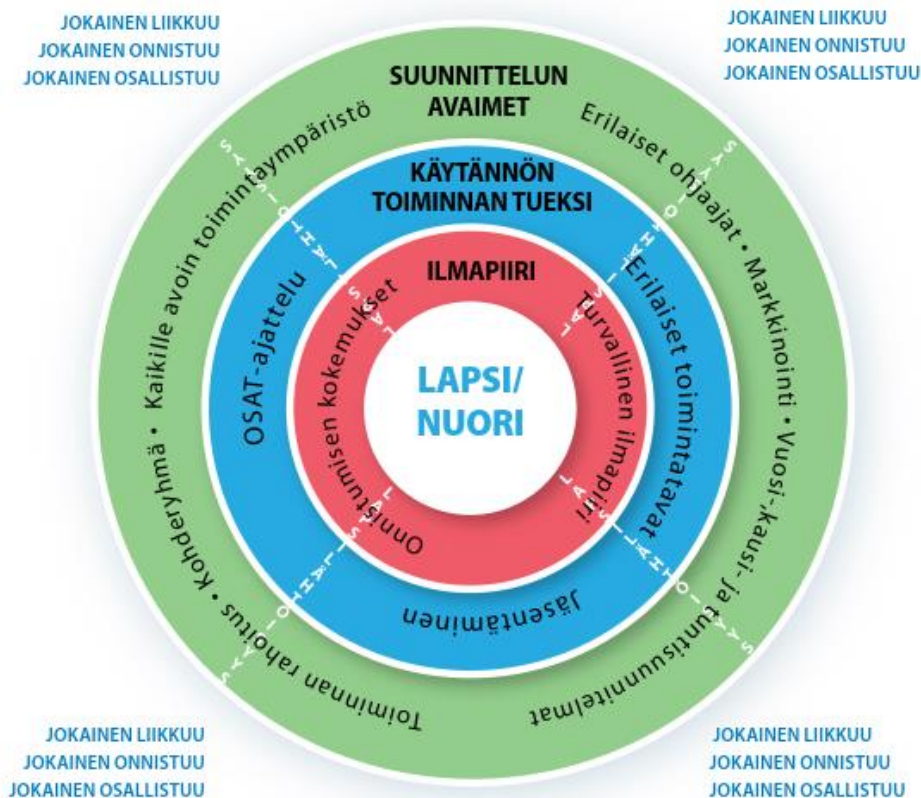
3.2 Matalan kynnyksen kerhotoiminta

Opetushallitus koordinoi ja kehittää koulujen kerhotoimintaa valtakunnallisesti. Tämän lisäksi moni taho tuottaa sisältöjä ja toteuttaa kerhotoimintaa paikallistasolla. Haasteena on liikunnallisen kerhotoiminnan monimuotoisuuden lisääminen niin, että erilaiset liikkujat löytävät mieleisensä harrastuksen. OKM:n (2017) teettämän valtakunnallisen koululaiskyselyn tulosten mukaan joka viidennellä koululaisella ei ole mieluisaa harrastusta. Syyksi koululaiset mainitsevat harrastustarjonnan, korkean hinnan, sopivan ryhmän tai kavereiden puuttumisen sekä harrastuksen vaativuuden kilpailullisesti tai ajallisesti. Lähtökohtana harrastustoiminnan kehittämisessä tulee olla lasten ja nuorten osallisuuden lisääminen ja liikkumiseen kannustaminen. Aikuisten tehtävä on luoda liikkumiseen houkuttelevia ympäristöjä. Matalan kynnyksen toiminnan tavoitteena on tarjota liikkumisen mahdollisuuksia kaikille lapsille ja nuorille, etenkin heille jotka eivät ole mukana seuratoiminnassa ja joiden liikuntamäärä jää liian vähäiseksi. (Ideaopas matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan 2013, 3; OKM tiedote 7.4.2017.)

Matalan kynnyksen toiminnassa painotus on ei-kilpailullisessa toiminnassa ja toiminta on usein monipuolista ja leikinomaista liikuntaa sisältäen perustaitojen harjoittelua ja lajikokeiluja. Liikuntataitojen oppiminen, pätevydenkokemukset, viihtyminen ja liikunnallinen yhdessäolo innostavat nuoria ja luovat pohjaa koko elämän kestäväälle liikuntaharrastukselle (Lintunen 1999). Matalan kynnyksen toiminnan tunnuspiirteitä ovat toiminnan edullisuus tai maksuttomuus, toiminnan järjestäminen lähellä lapsen tai nuoren arkiympäristöä, toiminnan monipuoliset ja vapaamuotoiset sisällöt, liikunnan perustietojen ja -taitojen lisääminen sekä liikunnan järjestäminen erikseen ja yhdessä, tarpeen mukaan eriyttäen tai yhdistäen. Vähintään yhden tunnuspiirteen tulee täytyä, jotta toiminta voidaan luokitella matalan kynnyksen toiminnaksi. Mitä useampi kriteeri täyttyy, sitä matalamman kynnyksen saavutettavuus toiminnalla on lapsille ja nuorille. (Ideaopas matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan 2013, 8.)

3.3 Matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamalli

Nuoren Suomen tekemässä kuvion 3 mukaisessa matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallissa on kuvattu osa-alueita matalan kynnyksen toiminnan järjestämiseksi. Toimintamallissa kaiken lähtökohtana ja keskiössä on osallistuja eli lapsi ja nuori. Liikunnan ilo pyritään luomaan etenkin turvallisella ilmapiirillä ja onnistumisen kokemukset mahdollistamalla. Käytännön toimintaa tukevat toiminnan selkeä jäsentäminen ja erilaisten avainkohtien huomioiminen toiminnan suunnittelussa. (Ideaopas matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan 2013, 12.)



Kuvio 3. Matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamalli
(Ideaopas matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan 2013, 12.)

Osallistujälähtöisyys on koko matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin ydin. Osallistujälähtöisyydellä tarkoitetaan kohderyhmän, tässä tapauksessa lasten ja nuorten, olemista toiminnan lähtökohtana. Lapsilähtöisessä toiminnassa huomioidaan lasta ja nuorta yksilöllisesti hänen toiveiden ja tarpeiden mukaan. Lasten ja nuorten toiveiden ja tarpeiden tulee myös näkyä käytännön toiminnassa. Liikkumaan innostamisessa lasten ja nuorten aito osallistaminen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen on tärkeää.

Osallistaminen on prosessi, jonka tavoitteena on mahdollistaa ihmisille osallistuminen toimintaan ottamalla heidät mukaan toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen (Fountain Park Oy 25.4.2016). Se paitsi kasvattaa liikuntainnostusta, myös sitouttaa lapsia ja nuoria yhteiseen toimintaan. Oleellista on aikuisten aito halua toimia lasten ja nuorten kanssa yhdessä. Hyvin toteutettu osallistaminen syventää osallistujien ymmärrystä toiminnasta ja antaa järjestäjille tärkeää tietoa asiakkaiden tai muiden sidosryhmien näkemyksistä toiminnan kehittämiseksi. (Ideaopas matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan 2013, 12-13.)

Hyvä suunnittelu tarkoittaa, että ennen toiminnan käynnistämistä otetaan mahdollisimman hyvin huomioon ne tekijät, jotka voivat edesauttaa ja toisaalta vaikeuttaa matalan kynnyksen toiminnan toteutumista. Toimintaa suunniteltaessa on hyvä miettiä seuraavat avainkohdat: tarkka kohderyhmä kelle toimintaa halutaan järjestää, miten toiminta saadaan rahoitettua ja kohderyhmälle markkinoitua, soveltuvatko käytettävissä olevat tilat kohderyhmälle, kuka toimintaa ohjaa ja miten toiminnan sisältö suunnitellaan osallistujälähtöisesti kaikkien osallistuminen mahdollistaen. (Ideaopas matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan 2013, 16-19.)

Matalan kynnyksen kerhotoimintaa järjestetään eri puolilla Suomea ja toimivia malleja on monia. Helsingissä urheiluseurat, kuten HJK, ovat kaupungin avustamana järjestämässä lasten liikunnallista iltapäivätoimintaa 1. ja 2. -luokkalaisille (Virtanen 2017). Helsingin kaupungin Liikuntavirastossa on myös toteutettu toimintamalli nuorten harraste-liikuntapalvelujen tuottamiseksi (Haverinen 2010). Kouvolassa Sudet ry järjestää matalan kynnyksen liikuntatoimintaa seurassa kaupungin tuella (Kakko 2015). Vantaalla koulujen kerhotoimintaa 1.-9. -luokkien oppilaille järjestävät niin kaupungin työntekijät kuin järjestöjen ja seurojen ohjaajat (Vantaan kaupunki 2017). Nuori Suomi (2013) on avannut Ideaoppaaseen matalan kynnyksen liikuntakerhotoiminnasta hyviä esimerkkejä myös muiden muassa Tampereelta, Vaasasta, Porista ja Savitaipaleelta. Matalan kynnyksen liikuntakerhotoiminnan järjestämisessä tulee aina huomioida kuntakohtaiset toteutusmahdollisuudet. Muiden kuntien toimintamallit ovat harvoin suoraan kopioitavissa omaan kuntaan, vaan jokainen kunta joutuu muokkaamaan ja kehittämään itselleen toimivan mallin.

4 Kuntapalvelut Suomessa

Suomi on pienkuntavaltainen maa, jossa kunnat ovat vahvoja yhteiskunnallisia vaikuttajia ja niiden tehtäväkenttä on eurooppalaisittain poikkeuksellisen laaja. Kuntien tehtävänä on edistää asukkaidensa hyvinvointia ja alueidensa kestäväää kehitystä. Tämä toiminnan perustavoite on säädetty kuntalaissa (410/2015). Kuntalaissa korostetaan asukkaiden ja palvelujen käyttäjien suoran vaikuttamisen ja osallistumisen tärkeyttä (Suomen kuntaliitto 2017).

Kuntatason poikkihallinnollinen, moniammatillinen ja palvelualueiden rajat ylittävä yhteistyö on tärkeää suomalaisen väestön fyysisen aktiivisuuden ja liikunnan edistämiseksi. Kunta organisaatiotyypinä todennäköisesti parhaiten koko Suomessa tavoittaa myös tulevaisuudessa eri-ikäiset, eri sosioekonomisiin ryhmiin kuuluvat sekä fyysisen aktiivisuuden janalla eri kohtiin sijoittuvat ihmiset. Tavoittaminen tapahtuu erityisesti varhaiskasvatuksen, koulujen, liikuntaolosuhteiden sekä sosiaali- ja terveydenhuollon organisaatioiden kautta. (Hakamäki, Aalto-Nevalainen, Saaristo & Ståhl 2015, 3.)

4.1 Kuntien palveluiden tuottaminen

Kuntien tehtävät jakautuvat lakisääteisiin ja itsehallinnon nojalla kunnan itselleen ottamiin vapaaehtoisin tehtäviin. Itsehallinnollisten tehtävien avulla kunnat voivat edistää kuntalaisten hyvinvointia, paikallista kehitystä ja alueen elinvoimaa. Itsehallinnollisiin tehtäviin ei liity minkäänlaista sääntelyä valtion taholta. Kunnilla itsellään on täydellinen harkintavaltaa, rahoitusvastuu ja päätösvalta, missä määrin ja miten ne itselleen ottamansa tehtävät hoitavat. Kunnat rahoittavat vuosimenonsa lähinnä veroilla, valtionosuuksilla sekä maksuilla ja myyntituloilla. Kuntien keräämät maksut ovat joko julkis- tai yksityisoikeudellisia. Yksityisoikeudelliset maksut perustuvat osapuolten väliseen sopimukseen lakisääteisyyden sijaan. Kunnan maksuissa noudatetaan pääsääntöisesti kustannusvastaavuutta. (Suomen kuntaliitto 2012, 24-25; Suomen kuntaliitto 2017.)

Palvelujen tuottamisesta kunnat voivat lähtökohtaisesti itse päättää, miten ne käytännössä tuottavat palvelut kuntalaisille (Suomen kuntaliitto 2017). Kunnilla on hyvin moninaisia käytäntöjä terveyttä edistävän liikunnan tuottamisesta, ja etenkin suuret ja pienet kunnat eroavat monella osa-alueella toisistaan (Hakamäki ym. 2015, 7). Julkisella

hankinnalla tarkoitetaan muun muassa julkisilla varoilla tapahtuvaa palvelujen ostamista. Hankintalaki (laki julkisista hankinnoista 30.3.2007/348) kattaa kaikkien viranomaisten ja näihin verrattavien yksiköiden julkiset hankinnat. Kunnat päättävät aina itse ostopalvelujen käyttämisestä.

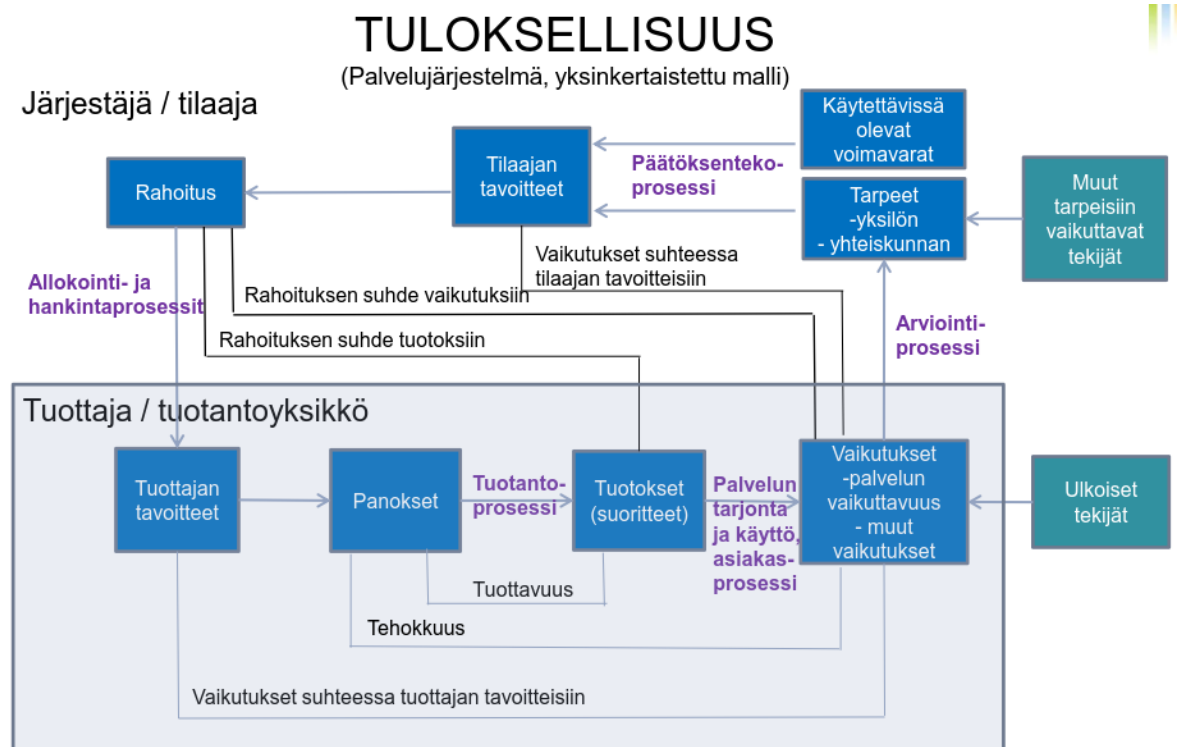
Hankintalainsäädäntö säätelee hankintojen kilpailutusmenetelmiä, mutta ei määrittele esimerkiksi hankittavan palvelun sisältöä. Kunnille hankinnan sisällön määrittely onkin yksi hankinnan tärkein vaihe, sillä sen avulla kerrotaan toimittajille, millaisin laatuvaatimuksin ja sopimusehdoin palvelu ollaan valmiita hankkimaan. Pienhankinnat, jotka eivät kuulu hankintalain soveltamisalaan, on syytä tehdä mahdollisimman tarkoituksenmukaisina kokonaisuuksina tavoitteena kustannustehokas, joustava ja yksinkertainen hankintamenettely. (Suomen kuntaliitto 2012, 45-49.)

4.2 Kuntien tuloksellisuuden arviointi

Kunnilla on kuntalakiin (410/2015) perustuva velvoite edistää asukkaidensa hyvinvointia ja alueensa elinvoimaa tuottamalla asukkailleen palvelut taloudellisesti, sosiaalisesti ja ympäristöllisesti kestäväällä tavalla. Panosten ja tuotoksen yhteyttä kutsutaan tuottavuudeksi. Tuottavuudella tarkoitetaan sitä, paljonko tuotosta saadaan aikaiseksi tietyllä panosmäärällä, esimerkiksi kuinka monta liikuntakerhoa ja asiakaspaikkaa niihin pystytään tuottamaan tietyllä rahasummalla. Tuottavuuden parantaminen on väline vaikuttavien ja laadukkaiden kuntapalvelujen säilyttämiseksi ja kehittämiseksi. Asiakkaan käyttäessä tuotettuja palveluja, syntyy vaikutuksia ja muutoksia esimerkiksi asiakkaan hyvinvoinnissa. Muutosta tavoitteeksi asetetussa asiassa kutsutaan vaikuttavuudeksi. Panosten ja vaikutusten välistä suhdetta kutsutaan terveystaloustieteessä tehokkuudeksi. Tuloksellisuus on vakiintunut kokonaisvaltaiseksi tavoitteiden saavuttamista kuvaavaksi käsitteeksi. Toimintaa voi kutsua tulokseksi silloin, kun se vastaa tarpeisiin ja sille asetettuihin tavoitteisiin laadukkaasti ja kustannustehokkaasti. Tuloksellisuus on kunnille keino kestävyysvajeen hallitsemiseksi ja kuntatalouden tasapainottamiseksi. (Suomen kuntaliitto 2012, 71-73.)

Arvioitaessa tuloksellisuutta kunnan tasolla on hyvä kuvata koko palvelujärjestelmän tuloksellisuutta, kuten Valtiovarainministeriö esittää kuviossa 4. Kunnan tavoitteet muodostuvat kuntalaisten ja yhteiskunnan tarpeiden sekä käytettävissä olevien voima-

varojen suhteen. Tavoitteet muodostuvat päätöksentekoprosessissa, kun esimerkiksi valtuusto haluaa kunnan tuottavan enemmän liikuntapalveluita lapsille. Tavoitteiden saavuttamiseksi kerätään rahoitusta palveluiden järjestämiseksi. Rahoitus kohdennetaan hankintaprosessien avulla tuottajille kuten seuroille, jolloin tuottaja asettaa tavoitteensa rahoittajan vaatimusten mukaisesti. Kunta seuraa järjestämiensä palveluiden rahoituksen suhdetta tuotoksiin ja vaikutuksiin; Paljonko käytetyllä rahalla saadaan aikaiseksi haluttuja palveluita. Yhtä tärkeää on arvioida rahoituksen suhdetta vaikutuksiin, eli tarkastella tuotetaanko oikeita asioita. Tärkein järjestäjätason arviointikohde on järjestäjän tavoitteiden ja vaikutusten suhde - Ovatko järjestäjän tavoitteet täyttyneet? Vastaus tähän kysymykseen kertoo samalla onko toiminta ollut tuloksellista. (Suomen kuntaliitto 2012, 73-75.)



Kuvio 4. Palvelujärjestelmän tuloksellisuus, yksinkertaistettu malli (Valtiovarainministeriö 2014.)

Tuottavuuden aikaansaamiseksi tulee saada oikea kuva palvelutuotannon tilasta. Esimerkiksi kuinka monta koululaista ja miten usein ja laadukkaasti yhdellä liikuntakerholla liikutetaan. Tuottajan tuottavuuden mittana käytetään suoritteen tai tuotteen yksikkökustannusta. Yksikkökustannus ja sen ajallinen kehitys kuvaa täsmällisesti sen, paljonko kustannuksia on kulunut yhden tuotteen tai suoritteen aikaansaamiseksi. Tuote- ja suorittekustannusten heikkous tuottavuuden mittana on, ettei se kuvaa lainkaan laadun tai

vaikuttavuuden muutoksia. Palvelujen laadun ja vaikuttavuuden huomioimiseksi voidaan perustaa kehysindikaattoreita, joita käytetään suoritekustannusten rinnalla. Nämä tarkoittavat käytännössä muuttujia, joilla seurataan laadun ja vaikuttavuuden muutoksia. Esimerkiksi asiakastyytyväisyyskyselyiden tulokset käytetyistä palveluista voivat toimia kehysindikaattoreina. Kun laatua ja vaikuttavuutta kuvaavia muuttujia seurataan yksikökustannusten rinnalla, saadaan kattava kokonaiskuva kyseisen palvelun tuloksellisuudesta. (Suomen kuntaliitto 2012, 75.)

5 Kuntapalvelut Järvenpäässä

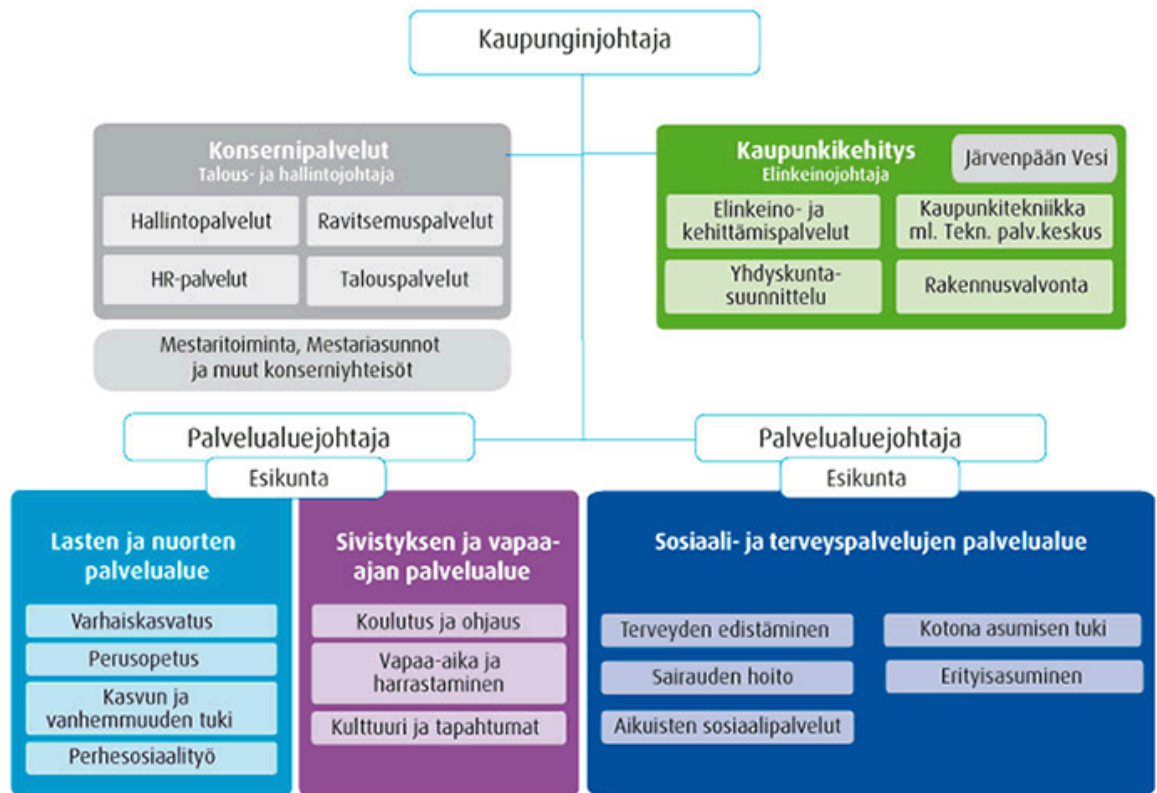
Keski-Uudellamaalla sijaitsevan Järvenpään pinta-ala on noin 40 neliökilometriä, ja se on yksi Suomen pienimmistä kunnista ja neljänneksi tiheimmin asutettu kaupunki. Asukkaita kaupungissa oli noin 42 000 vuoden 2016 lopussa. Järvenpääläiset asukkaat ja yritykset ovat nimenneet kotikaupunkinsa parhaaksi ominaisuudeksi läheisyyden. Järvenpäässä palvelut ja harrastusmahdollisuudet ovat lähellä. Järvenpään kaupungissa pyritään jatkuvasti kehittämään toimintaa niin, että asukkaat, yritykset ja muut asiakkaat saisivat tehokkaita ja vaikuttavia peruspalveluita sekä hyvät edellytykset omaehtoiseen pärjäämiseen ja viihtymiseen Järvenpäässä (Järvenpään kaupunki 2017a). Järvenpäässä tehtiin valtuustoaloite harrastustakuun toteuttamisesta 30.1.2017 (Järvenpään Kokoomus ry 9.2.2017). (Järvenpään kaupunki 2017b; Järvenpään kaupunki 2016, 8-9.)

5.1 Järvenpään kaupunkistrategia

Järvenpään kaupungin kestävän kasvun ja hyvinvoinnin strategia 2014-2025 hyväksyttiin 11.11.2013 kaupunginvaltuustossa. Kaupunkistrategiassa on yhdeksän strategista päämäärää. Hyvinvoinnin näkökulmia ovat esimerkiksi kuntalaisten hyvinvoinnin ja osallisuuden kehittäminen sekä tasapainoinen talous hyvinvoinnin mahdollistajana. Kuntalaisten hyvinvoinnin ja osallisuuden kehittämisen ensimmäinen strateginen päämäärä on lapsiperheiden ja nuorten hyvinvointi sekä tuen oikea-aikaisuus. Strategian tavoiteasettelu perustuu vaikuttavuusarviointiin. (Järvenpään kaupunki 2013, 8-10; Järvenpään kaupunki 2015, 4-5.)

Kaupunkistrategian toimeenpano perustuu prosessimaiseen toimintatapaan ja sitä tukevaan organisaatioon, joka on esitetty kuviossa 5. Kaupungin palveluiden kehittämisessä lähdetään eri asiakasryhmien tarpeista. Prosessimaisessa toimintatavassa karsitaan turhia työvaiheita sekä varmistetaan, että tehdään kunkin asiakasryhmän kannalta oikeita asioita. Järvenpään kaupungissa on määritetty ydinprosesseissa asiakkaiden tarpeiden mukaiset ja strategialähtöiset palvelukokonaisuudet. Kaupungin organisaatio on luotu työn tekemistä määrittävien prosessien pohjalta niin, että kullekin palvelukokonaisuudelle löytyy omistaja ja vastuunkantaja. Organisaation perustan muodostavat palvelu-

alueet ja niiden alla avainalueet. (Järvenpään kaupunki 2016c; Järvenpään kaupunki 2016d.)



Kuvio 5. Järvenpään kaupungin organisaatio 2016. (Järvenpään kaupunki 2016c.)

Järvenpään kaupungin toiminta-ajatuksena on turvata perusedellytyksiä asukkaiden hyvälle elämälle, edistää yritysten ja yhteisöjen toimintaedellytyksiä ja kantaa oma vastuunsa ympäristön hyvinvoinnista yhdessä kumppaneidensa kanssa. Kaupungin arvot toiminnan toteutuksessa ovat asukaslähtöisyys, rohkeus, vastuullisuus, oikeudenmukaisuus ja tuloksellisuus. Strategiaa on toimeenpantava talouden tasapaino huomioiden. (Järvenpään kaupunki 2013, 1-6.)

5.2 Järvenpään lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma

Kaupunginvaltuuston 19.10.2015 hyväksymällä Järvenpään lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmalla ohjataan, johdetaan ja kehitetään lasten ja nuorten hyvinvointityötä kunnassa. Hyvinvointisuunnitelma toimii kunnan lakisäateisenä lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi sekä lastensuojelun järjestämiseksi ja kehittämiseksi laadittavana lastensuojelusuunnitelmana. Se toteuttaa osaltaan Järvenpään kaupungin kestävän kasvun ja hyvinvoinnin strategiaa 2014-2025, erityisesti

sen Kuntalaisten hyvinvointiohjelmaa 2014-2017. Hyvinvointisuunnitelman kannalta keskeisiä lakeja ja säädöksiä ovat lastensuojelulaki, sosiaalihuoltolaki, nuorisolaki ja nuorisotakuuta koskevat säädökset, oppilas- ja opiskelijahuoltolaki sekä neuvolatoimintaa ja koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon koskeva asetus, opetusta ja koulutusta koskevat lait ja varhaiskasvatustilain. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen sisältyy myös liikunta-, kulttuuri- ja kirjastopalvelujen sekä taiteen perusopetuksen säädöksiin. (Järvenpään kaupunki 2015c, 2.)

Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tilannekuva Järvenpäässä on muodostettu erilisten toimintatilastojen sekä lapsille, nuorille ja vanhemmille kohdistettujen selvitysten ja kyselyiden avulla. Lasten ja nuorten hyvinvoinnin keskeisiä haasteita ovat esimerkiksi lasten ja nuorten vähäinen liikunta ja uni sekä yksipuolinen ravinto, lasten käyttöhäiriöiden ja psyykkisen oireilun kasvaminen ja erityispalvelujen tarpeiden lisääntyminen sekä perheiden yhteisen ajan vähyys ja tukipalveluiden tarpeiden kasvaminen. Kuntalaiskyselyn (2014) vastausten perusteella vanhemmat kokevat varhaisen tuen palveluissa eniten kehitettävää olevan tiedottamisessa sekä viranomaisyhteistyön tiivistämisessä. Peruspalvelutasolla toivottiin ohjausta mahdollisiin muihin tukipalveluihin ja erilaista ryhmätoimintaa. (Järvenpään kaupunki 2015c, 5-8.)

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman tavoitteita ovat esimerkiksi kaikkien lasten ja nuorten liikkumisen ja harrastamisen mahdollistaminen sekä perheiden yhteisen vapaa-ajan vieton edistäminen matalan kynnyksen palveluilla yhdessä 3.sektorin kanssa. Tavoitteena on tarjota harrastustoimintaa lähiliikuntapaikoissa ja koulupäivän aikana. Toinen tavoite on vahvistaa lasten ja nuorten osallistumista palvelujen kehittämiseen koulujen oppilaskuntien, nuorisotalotoimikuntien ja Järvenpään lasten ja nuorten äänen kautta. Lisäksi tavoitteena on edistää kuntalaisten omatoimista hakeutumista matalan kynnyksen palveluihin tiedottamisella, neuvonnalla ja ohjauksella. Esimerkiksi hankkeiden avulla pyritään yhteisten liikkumista tukevien käytäntöjen rakentamiseen vanhempien, lasten ja nuorten parissa toimijoiden ja liikuntapalvelujen kanssa. (Järvenpään kaupunki 2015c, 15-17.)

5.3 Järvenpään liikuntaohjelma

Järvenpään kaupungin liikuntaohjelma 2010-2020 on nimeltään Liikkuva järvenpääläinen. Järvenpään kaupunkistrategiasta tulevat tavoitteet ja painopistealueet, jotka ohjaavat liikuntapalveluiden kehittämistä järvenpääläisten muuttuviin tarpeisiin. Liikuntaohjelman tavoite on kehittää liikuntapalveluita vastaamaan järvenpääläisten tarpeita ja edistää liikuntamahdollisuuksia kohdentaen resurssit tarkoituksenmukaisesti ja kustannustehokkaasti. Liikuntapalveluiden tuotannossa toimitaan yhteistyössä liikunnan muiden tarjoajien kuten liikuntajärjestöjen kanssa, jotta voimavarat tulevat tehokkaasti hyödynnetyiksi ja palvelutarjonta laajenee kaikkia kuntalaisia palvelevaksi. Järvenpään alueella toimii noin 90 urheiluseuraa aktiivisesti. Järvenpään liikuntaohjelman kehittämissuunnitelman toteuttamisesta päätetään vuosittain osana kaupungin taloussuunnittelua. (Järvenpään kaupunki 2010, 1-6.)

Liikuntaohjelmassa toiminta-ajatuksena on järvenpääläisten elämänlaadun parantaminen liikunnan harrastamisen keinoin, liikuntapaikka- ja ohjauspalveluiden tuottaminen eri ryhmien tarpeisiin sekä yleisten liikuntaedellytysten luominen. Liikuntaohjelman arvot pohjautuvat valtakunnallisen liikuntapolitiikan arvoille. Liikuntaohjelmassa visio ”liikkuva järvenpääläinen” tarkoittaa liikuntainfrastruktuurin monipuolisuutta ja saavutettavuutta kuntalaisten peruspalveluna. Liikuntaohjelmassa ennakoidaan, että yhteistyön merkitys palveluverkon muiden toimijoiden kanssa tulee kasvamaan edelleen ja olemaan voimavara, jota hyödyntämällä tuloksellisuus kasvaa. Yhteistyön kehittäminen palveluverkkoon kuuluvien toimijoiden ja yhteistyötahojen kanssa auttaa kohdistamaan liikuntatarjontaa ja huomioimaan koko kaupungin organisaation sekä asukkaiden etua tuottamalla säästöjä esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhuollon puolella. Ohjelman mukaan tulevaisuudessa liikuntapalveluiden voimavara- ja menestystekijät ovat yhteistyö ja verkostoituminen. (Järvenpään kaupunki 2010, 7-9.)

5.4 Järvenpään liikuntapalvelut

Järvenpään liikuntapalvelut on osa sivistyksen ja vapaa-ajan palvelualueen vapaa-aika- ja harrastuspalveluita. Liikuntapalveluiden toiminnan lähtökohtana on toimia hyvinvointuntuottajana. Liikuntapalveluiden yhtenä tavoitteena on tukea lasten liikuntaa sekä antaa vanhemmille virikkeitä lasten rohkaisemiseksi liikunnan pariin. On ennakoitu,

että kuntalaisten tiedostaessa ohjatun liikunnan terveydelliset ja sosiaaliset hyödyt ja merkityksen osana ennaltaehkäisevää terveydenhuoltoa, ohjattujen liikuntapalveluiden kysyntä lisääntyy. Liikuntapalvelut pyrkii omalla toiminnallaan täydentämään kuntalaisille tarjolla olevat 1. ja 3. sektorin liikunnanohjauspalvelut. Se ei kilpaile seurojen eikä liikuntayritysten kanssa toiminnan järjestämisessä. Yhteistyö muiden palvelutarjoajien kanssa tehostaa tarjonnan kohdentamista ja mahdollistaa laajemman tarjonnan sekä auttaa välttämään päällekkäistä palvelun tarjontaa. Palveluita kehitetään yhteistyössä eri asiakasryhmien kanssa, jotta palvelu ja kysyntä kohtaisivat mahdollisimman hyvin ja palvelisi kuntalaisten tarpeita heistä itsestään lähtien. Järvenpään liikuntapalvelut kannustaa lapsia ja nuoria urheiluseurojen pariin liikkumaan. (Järvenpään kaupunki 2010, 15-17.)

Vuonna 2016 liikuntapalveluissa toteutettiin organisaatiomuutos. Uudistettu organisaatio on kehittänyt uutta liikunnanohjauksen toimintatapaa. Muutoksessa on panostettu liikunnan palveluketjun ja ohjattujen ryhmien kehittämiseen sekä moniammatilliseen yhteistyöhön. Yhtenä tavoitteena on, että järvenpäälaisille löytyisi sopiva liikuntaryhmä oman fyysisen toimintakyvyn mukaan. Uudessa toimintatavassa liikuntaneuvonnan kehittäminen ja liikunnan puheeksi ottaminen on osa matalan kynnyksen liikuntapalveluketjua. Liikuntapalvelut on lisännyt yhteistyötä eri hallinnonalojen, kuten lasten ja nuorten palvelualueen ja sosiaali- ja terveystieteiden palvelualueen sekä myös 3. sektorin ja yksityisten toimijoiden kanssa yhteisen tavoitteen eteen. Kuntalaisten liikuntaa pyritään lisäämään esimerkiksi hankkeiden avulla. (Konkola 2016.)

6 Lasten ja nuorten liikunnan kehittämishankkeet Järvenpäässä

Hankkeet tai projektit ovat nykyään tärkeässä osassa monissa kunnissa palveluiden kehittämisesä, ja tilanne on tämä myös Järvenpäässä. Hanke tai projekti poikkeaa monista muista toiminnan organisointitavoista erityisesti päämääräsuuntautuneisuutensa, väliaikaisuutensa ja ainutkertaisuutensa vuoksi. Hankkeilla on tarkkaan määritelty alku, loppu ja aikataulu toteutusta varten. Hankkeisiin allokoidaan omat resurssinsa, jotka on joko irrotettu hankkeen toteuttajan muista resursseista tai hankittu varsinaisesti hanketta varten. Julkishallinnon muutos tulosvastuullisempaan ja yhä enemmän kilpailuttamiseen perustuvaan toimintaan on lisännyt olennaisesti hankkeiden roolia julkishallinnossa. Julkishallinnossa projektien onnistumista arvioitaessa painottuvat usein laajemmat vaikuttavuusnäkökulmat kuin perinteiset projektien onnistumista mittaavat muuttujat, kuten esimerkiksi aikataulu, kustannukset ja laatu. (Projekti-instituutti)

6.1 Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hanke

Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hanke oli Etelä-Suomen aluehallintoviraston rahoittama Järvenpään kaupungin Varhaiskasvatuksen, Pienten lasten palveluiden ja Liikuntapalveluiden yhteinen hanke. Hanke toimi Ilo kasvaa liikkuen -ohjelman mukaisesti järvenpääläisten pienten lasten ja perheiden liikkumisen lisäämiseksi ja monipuolistamiseksi. Syynä hankerahoituksen hakemiselle oli kaupungin kasvun tuen palveluissa huomattavat yleistyvät lasten kasvun ja kehityksen puutteet, kuten esimerkiksi motorisesti kömpelöiden lasten määrän lisääntyminen. Ongelmien syyt olivat suurelta osin lasten puutteellisessa päivittäisessä liikkumisessa. Helsingin yliopiston Orientaatioprojekti -tutkimus- ja kehittämishankkeessa selvisi järvenpääläisten lasten liikkumisen vähäisyys varhaiskasvatuksessa (Saros 2012, 1-5). Alle kouluikäisen lasten liikkumisarjen väheneminen näkyi lasten kasvun ja kehityksen vajaassa toteutumisessa. Asialle oli nähtävissä hyvinvoinnillisia ja taloudellisia seurauksia kaupungille ja kuntalaisille. (Liikkuva lapsuus Järvenpäässä 2014 tiedote 21.5.2014).

Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hanke alkoi 16.5.2014 ja hankerahoitus päättyi 31.5.2017. Kaupungin perusopetus ja nuorisopalvelut tulivat alkuopetuksen osalta mukaan varhaiskasvatuksen hankkeeseen loppusyksystä 2015. Keväällä 2016 hankkeessa

toiminnan painopisteenä oli liikunnallisuus ja toiminnallisuus esi- ja alkuopetuksessa sekä varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen toimintakulttuurien yhdenmukaistaminen liikunnan osalta (Liikkuva koulu Järvenpäässä toimintasuunnitelma 1.8.2016-31.7.2017).

Hankkeen aikana kaupungin ja paikallisten urheiluseurojen kanssa kehitettiin ja käynnistettiin toimintamalli pienten lasten liikuntakerhoille. Kaupungin ja urheiluseurojen yhteistyöllä päiväkotien liikuntatiloissa ja piha-alueilla järjestettiin ilta-aikaan 3–6 -vuotiaille lapsille harrasteliikuntakerhoja. Kaupungin sähköisiä tiedotuskanavia lapsiperheille hyödynnettiin vahvasti markkinoinnissa. Kerhojen ohjauksesta vastasivat paikalliset urheiluseurat. Toiminta käynnistyi keväällä 2015 pilottina ja on juurtumassa osaksi kaupungin liikuntapalvelujen kausiryhmätoimintaa ja seurayhteistyötä sekä kaupungin pienten lasten perheiden palveluja. Kerhoista on saatu erittäin hyvää palautetta osallistujilta. Pienten lasten liikuntakerhot palkittiin kaupungin innovaatiokannusteella vuonna 2016 kaupunkistrategiaa tukevasta tuloksellisesta kehittämistoiminnasta kunta-
laisten palveluiden parantamiseksi ja tehostamiseksi. (KunTeko 2020.)

6.2 Liikkuva koulu -hanke Järvenpäässä

Järvenpäässä perusopetus on osa Lasten ja nuorten palvelualueetta, johon Perusopetuksen lisäksi kuuluu varhaiskasvatus, perhesosiaalityö sekä kasvun ja vanhemmuuden tuen palvelut. Järvenpäässä on 8 alakoulua, yksi yläkoulu, kaksi yhtenäiskoulua ja Juholan erityiskoulu. Lisäksi Järvenpäässä toimii Keski-Uudenmaan kristillinen koulu. Perusopetuksen piiriin kuuluu Järvenpäässä reilut 4000 oppilasta. Alakouluissa oppilaita on reilu 2700 ja yläkouluissa noin 1300. Järvenpään kaupungin perusopetus sai Etelä-Suomen Aluehallintovirastolta Liikkuva koulu -hankeavustusta 69 000€ ajalle 1.8.2016–31.7.2017. (Järvenpään kaupunki 2016a; Järvenpään kaupunki 2015b).

Liikkuva koulu -hanke kohdentuu kaikkiin Järvenpään kouluihin. Hankkeen tavoitteita ovat muun muassa kaikkien oppilaiden aktivoiminen liikkumaan koulupäivien aikana, ohjatun ja omaehtoisen liikkumisen mahdollistavien oppimisympäristöjen luominen sekä erityisen vähän liikkuvien liikkumaan saaminen. Suunniteltuja toimenpiteitä näihin tavoitteisiin pääsemiseksi ovat esimerkiksi liikuntasalien tehokas käyttö ja yhteistyö oppilaskuntien ja vanhempainverkoston kanssa. Syksyn 2016 Liikkuva Koulu -hanke teki

tiivistä yhteistyötä Liikkuva Lapsuus Järvenpäässä-hankkeen kanssa ja 2017 alkaen myös varhaiskasvatus esiopetuksen osalta on otettu mukaan Liikkuva koulu -hankkeen toimintaan. (Liikkuva koulu Järvenpäässä toimintasuunnitelma 1.8.2016-31.7.2017)

Liikkuva koulu -hankkeen ohjausryhmä arvioi ja tukee hankkeen toteutumista ja kokoontuu säännöllisesti. Ohjausryhmä on kuusihenkinen, ja siihen kuuluu perusopetusjohtaja, liikuntapäällikkö, hankevastaava sekä edustus alakoulusta, yläkoulusta ja varhaiskasvatuksen esiopetuksesta. Perusopetuksen johtoryhmä seuraa säännöllisesti hankkeen toteutumista ja vaikutusta perusopetuksen kannalta. Koulutasolla rehtorit tukevat hankkeen toteutumista. (Liikkuva koulu Järvenpäässä toimintasuunnitelma 1.8.2016-31.7.2017.)

Jokaisella koululla on oma Liikkuva koulu -vastaava, joka huolehtii hankkeen viestinnästä ja eteenpäin viemisestä omalla koulullaan. Hankevastaavat muodostavat oman säännöllisesti kokoontuvan työryhmän. Vastaavien vetäjä on yksi vastaavista Liikkuva koulu -koordinaattori -nimikkeellä, ja hän on mukana myös ohjausryhmässä. Työryhmää täydennetään tarvittaessa kaupungin muiden palveluiden edustajilla. Koulutasolla myös oppilaskunnat ovat mukana ja kehittävät toimintaa oppilaiden tarpeiden suuntaan. Vanhempien mielipide toteutuksessa kuullaan pääsääntöisesti vanhempainyhdistysten kautta. (Liikkuva koulu Järvenpäässä toimintasuunnitelma 1.8.2016-31.7.2017.)

Tammikuussa 2017 Liikkuva koulu -hankkeessa aloitti kokopäiväinen hankekoordinaattori. Hankekoordinaattoriksi valittiin varhaiskasvatuksen Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hankkeessakin koordinaattorina toiminut liikuntapalveluiden erityisryhmien liikunnanohjaaja. Hankekoordinaattori on osa Liikkuva koulu -hankkeen ohjausryhmää. Hänen tehtäviään ovat esimerkiksi yhteistyön ja verkostotyön koordinointi sekä arjen uusien tapojen kehittämisen tukeminen (Liikkuva koulu Järvenpäässä toimintasuunnitelma 1.8.2016-31.7.2017).

Liikkuva koulu -hankkeessa otettiin vuodenvaihteessa tavoitteeksi lähteä kehittämään matalan kynnyksen liikuntatoimintaa koululaisille Liikkuva lapsuus -hankkeen liikunta-kerhojen tyypisesti. Oppilaslähtöisyys toiminnan kehittämisessä nostettiin tärkeäksi tekijäksi, samoin mahdollisimman vähän lisätöitä kaupungin työntekijöille tuottava ja

taloudellisesti ilman hankerahoitusta mahdollinen toteutusmalli. Toiminnan kehittämisen annettiin hankekoordinaattorin tehtäväksi, joka oli jo ollut mukana kehittämässä Pienten lasten liikuntakerhoja ja niiden toimintamallia, ja jolla näin oli valmiita toimintatapoja ja yhteistyöverkoston toiminnan suunnitteluun ja käynnistämiseen.

Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeessa pääkohderyhmiksi on valittu yläasteikäiset ja 5.-6.-luokkalaiset, joiden liian vähäisestä liikkumisesta on suurin huoli. Kaupungin eri palveluiden ja seurojen yhteistyössä soveltavan liikunnan motoriikkaryhmiä on kausittain tarjolla motorisesti kömpelöille alakouluikäisille. Yläasteikäisille on tarjolla ilmainen Höntsäliikunta-vuoro viikoittain. 1.-2.-luokkalaisille järjestettävässä koulujen iltapäivätoiminnassa on myös ohjattua liikuntaa. Kohderyhmäksi liikuntakerhotoimintaan valittiin kaupungin harrasteliikuntatarjonnan ja Liikkuvan koulun ohjausryhmän 23.11.2016 palaverissa käytyjen keskustelujen pohjalta alakoulujen osalta 3.-6.-luokkalaiset ja yläkouluista kaikki vuosiluokat.

7 Kehittämistyön tavoite ja menetelmät

Tämän kehittämistyön tavoitteena oli kehittää Järvenpään kaupungille perusopetuksen oppilaita varten matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan osallistujalähtöinen toimintamalli. Toinen tavoite oli toimintamallin käytännön kokeilu ja jatkokehittäminen kokeilun tulosten ja palautteen perusteella. Opinnäytetyössä kuvataan toimintamallin kehittäminen alakoululaisille. Kehittämistyön pyrkimyksenä oli osaltaan vastata Järvenpään kaupunkistrategiassa ja lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmassa esitettyihin lasten ja nuorten hyvinvoinnin haasteisiin ja kehittämistavoitteisiin, sekä toteuttaa OKM:n harrastustakuun suosituksia lapsille ja nuorille Järvenpäässä.

Osallistujalähtöisen toimintamallin kehittämisen menetelminä käytettiin kyselyitä ja haastatteluja. Koska toimintamallin kehittämisen lisäksi tavoitteena oli mallin kokeilu ja havainnointi käytännössä, tämän kehittämistyön tutkimusmenetelmäksi valikoitui toimintatutkimus. Järvenpään kaupungin arvoista sekä kehittämistyön tekijän omasta mielenkiinnosta johtuen työn onnistumista arvioidaan etenkin tuloksellisuuden näkökulmasta.

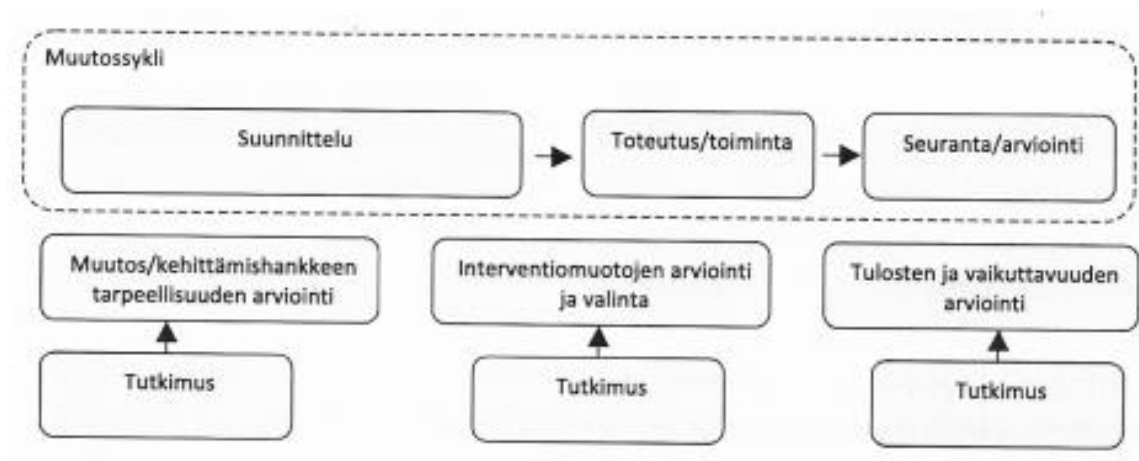
Kehittämistyön tekemistä tuki opinnäytetyön tekijän kokemus hieman vastaavanlaisen toimintamallin kehittämisestä ja käynnistämisestä Järvenpäässä alle kouluikäisille lapsille, sekä Etelä-Suomen aluehallintoviraston rahoittama Järvenpään Liikkuva koulu -kehittämishanke. Opinnäytetyön tekijä toimi Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeessa hankekoordinaattorina kehittämistyötä tehdessään, ja toiminnan kehittäminen ja käynnistäminen kuului hänen perustyönkuvaan. Pääasiassa käytännön kehittämistyötä tehtiin työajalla.

7.1 Toimintatutkimuksen määrittely

Toimintatutkimuksessa toteutuvat samalla kertaa työelämän kehittäminen ja tutkimus. Toimintatutkimuksessa tuotetaan tietoa työelämän käytäntöjen kehittämiseksi (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2010, 16). Se tarjoaa työelämän tarpeista ja työelämässä työskentelevistä lähtevän lähestymistavan. Toimintatutkimuksessa pyritään järkipäisesti ratkai-

semaan käytännön ongelmia erilaisissa työyhteisöissä, ja yhteistyö onkin usein oleellinen elementti toimintatutkimuksessa. Muutoksen aikaansaaminen voi olla käytännön työelämässä vaikeampi tehtävä kuin muutokseen vaikuttavien tekijöiden selvittäminen. Toimintatutkimus on usein ajallisesti rajattu tutkimus- ja kehittämishanke, jossa suunnitellaan ja kokeillaan uusia toimintatapoja (Heikkinen, Rovio & Syrjäla 2010, 17). Toimintatutkimus kohdistuu yksittäiseen tapaukseen ja tulokset pitävät paikkansa vain tämän tapauksen suhteen. (Kananen 2014, 9-12.)

Toimintatutkimuksen määrittely tarkasti ja yksiselitteisesti on vaikeaa, koska kyseessä ei ole yksittäinen tutkimusmenetelmä vaan ennemminkin tutkimusstrategia. Toimintatutkimus on sekoitus muita tutkimusmenetelmiä, niin kvalitatiivista kuin kvantitatiivista. Toimintatutkimuksen tiedonkeruumenetelmiä ovat havainnointi, haastattelu, kirjalliset lähteet ja kyselyt. Toimintatutkimus on muutokseen tähtäävä syklinen prosessi, jolle oleellisia elementtejä ovat yhteistoiminta, tutkimus ja toimijan eli tutkijan interventio. Yksi toiminnan sykli pitää sisällään suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin, kuten näkyy kuviossa 6. Sykliin liittyy aina myös tutkimus. Toimintatutkimus tutkii ja kehittää lähes aina ihmisten toimintaa (Heikkinen, Rovio & Syrjäla 2010, 16). (Kananen 2014, 13-15, 78.)



Kuvio 6. Toimintatutkimuksen vaiheet ja niissä toteutettavat tutkimukselliset toimenpiteet (Kananen 2016, 55.)

Tutkimusmenetelmien joukossa toimintatutkimus luetaan kuuluvaksi laadulliseen eli kvalitatiiviseen tutkimukseen. Toimintatutkimus on enemmän kuin perinteinen laadullinen tutkimus, sillä toimintatutkimuksessa tavoitteena on muutos ja sen todeksi näyt-

täminen. Toimintatutkimus vaatii tutkijalta enemmän tietoa ja perehtymistä itse ilmiöön kuin perinteinen tutkimus, sillä tähtäimenä on muutos ja sen kokeilu ja läpivieminen, jolloin virhetulkinnat voivat osoittautua kohtalokkaiksi taloudellisessa mielessä. Toimintatutkimus kestää ajallisesti muita tutkimuksia pidempään, sillä ilmiöön perehtyminen, toimenpiteiden suunnittelu ja toteutus sekä arviointi vievät kaikki aikansa. Toiminnan kehittämisen sykleillä ei oikeastaan ole loppua, sillä uusi parempi käytäntö on aina tilapäinen. Toimintatutkimus ei tässä mielessä pääty koskaan, vaan tutkijan on vain lopetettava työnsä johonkin perusteltuun syklin vaiheeseen. (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2010, 29; Kananen 2014, 26-29, 119.)

7.2 Toimintatutkimuksen toteutus

Toimintatutkimuksen toteutuksessa lähdetään kehittämisen tarpeellisuuden arvioinnista. Tarvearvioinnin jälkeen kartoitetaan ja arvioidaan eri interventiovaihtoehdot. Intervention valinta on aina kytköksissä ilmiöön. Interventiolle asetetaan mitattavissa olevat tai välillisin mittarein arvioitavat tavoitteet, jotta muutoksen todentaminen olisi mahdollista. Tavoitteiden asettamisen jälkeen valitaan keinot, joilla tavoitteet saavutetaan. Tavoitteiden saavuttamiseksi ja valittujen keinojen toteuttamiseksi arvioidaan tarvittavat resurssit. Aidon muutostahdon luominen, jossa keskitytään intervention toteutuksen kannalta kriittisiin tekijöihin turhaa kiirehtimistä ja mahdottomuuksien tavoittelua välttellen, on yleensä ratkaisevaa kehitystyön onnistumisen kannalta (Kotter 2009, 6-7). (Kananen 2014, 57-59.)

Intervention vaikutusten todentamiseksi on kuvattava lähtötilanne, johon intervention lopputulosta voidaan verrata. Muutoksen todentaminen edellyttää jo suunnitteluvaiheessa validien mittareiden rakentamista ja tietolähteitä, jotka tuottavat mittareiden tarvitsemat tiedot. Onnistumisen kannalta on oleellisen tärkeää valita oikeat henkilöt, jotka kuuluvat ilmiössä muutoksen piiriin, ja luoda heissä aitoa muutostahtoa nykytilanteen muuttamiseksi (Kotter 2009, 42-45). Intervention vaikutusta voidaan arvioida eri tavoin, esimerkiksi pelkästään kohderyhmän mielipiteiden keräämisellä intervention jälkeen. Tämä toteutustapa on helppo, mutta tällöin myös intervention vaikutusten arvo jää summittaiseksi. (Kananen 2014, 60-62.)

Interventio toteutetaan suunnitelman mukaisesti. Interventioprosessin aikana seurataan ja raportoidaan myös intervention toteutumista. Prosessin lopuksi arvioidaan saavutettuja tuloksia asetettujen tavoitteiden pohjalta. Tulosten arviointia voidaan tehdä myös laajemmin eli vaikuttavuuden arviointina. Lisäksi itse prosessia arvioidaan. Intervention vaikutusta arvioidaan etukäteen asetettujen tavoitteiden valossa. Tulosten luotettavuuden kannalta tulee varmistua siitä, että muutos on juuri käytetyn intervention aiheuttama. Toimintatutkimusraportin luonteva muoto on muutossykliä ajassa etenevänä juonena kuvaava kertomus (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2010, 21). (Kananen 2014, 63-65.)

7.3 Toimintatutkimuksen luotettavuuden ja tulosten arvioiminen

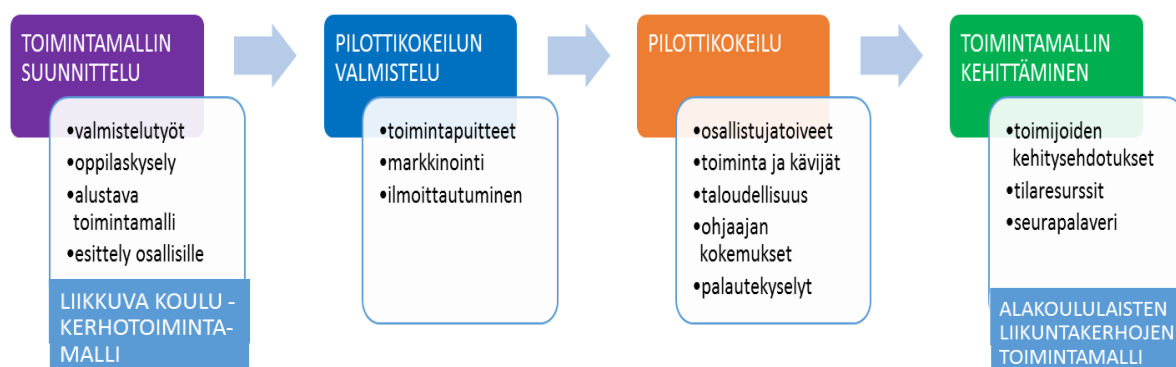
Tieteelliseltä työltä vaaditaan tutkimustulosten oikeellisuutta eli sitä, että saadut tulokset ovat oikeita ja niihin voidaan luottaa. Tutkimusten luotettavuutta tarkastellaan tieteessä kahden käsitteen eli validiteetin ja reliabiliteetin avulla. Silvermanin (1997, 207) mukaan validiteetti tarkoittaa lyhyesti sitä, että tutkitaan oikeita asioita. Validiteetti varmistetaan käyttämällä oikeaa tutkimusmenetelmää, oikeaa mittaria ja mittaamalla oikeita asioita. Ongelma on siinä, mikä on ”oikea” missäkin tilanteessa, ja miten oikeaa mitataan, arvioidaan ja määritellään.

Koskisen, Alasuutarin ja Peltosen (2005, 255) mukaan reliabiliteetti voidaan laadullisessa tutkimuksessa ymmärtää tulkinnan samanlaisuutena tulkitsijasta toiseen. Vasta tiedon altistaminen julkiselle kritiikille tekee toimintatutkimuksesta tiedettä (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2010, 143). Toimintatutkimuksen tuloksia ei voida arvioida pelkästään laadullisen tai määrällisen tutkimuksen kriteerein vaan vertaamalla tuloksia hankkeen omiin tavoitteisiin. Jos ongelma onnistutaan poistamaan tai vaikutuksia pienentämään, on toimintatutkimuksen sykli onnistunut. Toimintatutkimuksessa arvioinnin suorittavat ne, jotka olivat mukana prosessissa ja joita asia koski.

Opinnäytetyön eteneminen

Tässä opinnäytetyössä on kuvattu Järvenpään osallistujalähtöisen matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin kehittämisen muutossyklin vaiheita keskittyen alakoulu-
laisten toimintaan. Kehittämistyön syklin vaiheita olivat toimintamallin suunnittelu, alustavan Liikkuva koulu -kerhotoimintamallin pilottikokeilun valmistelu ja toteutus

sekä toimintamallin kehittäminen. Muutosprosessin vaiheet toimenpiteineen on kuvattu kuviossa 7.



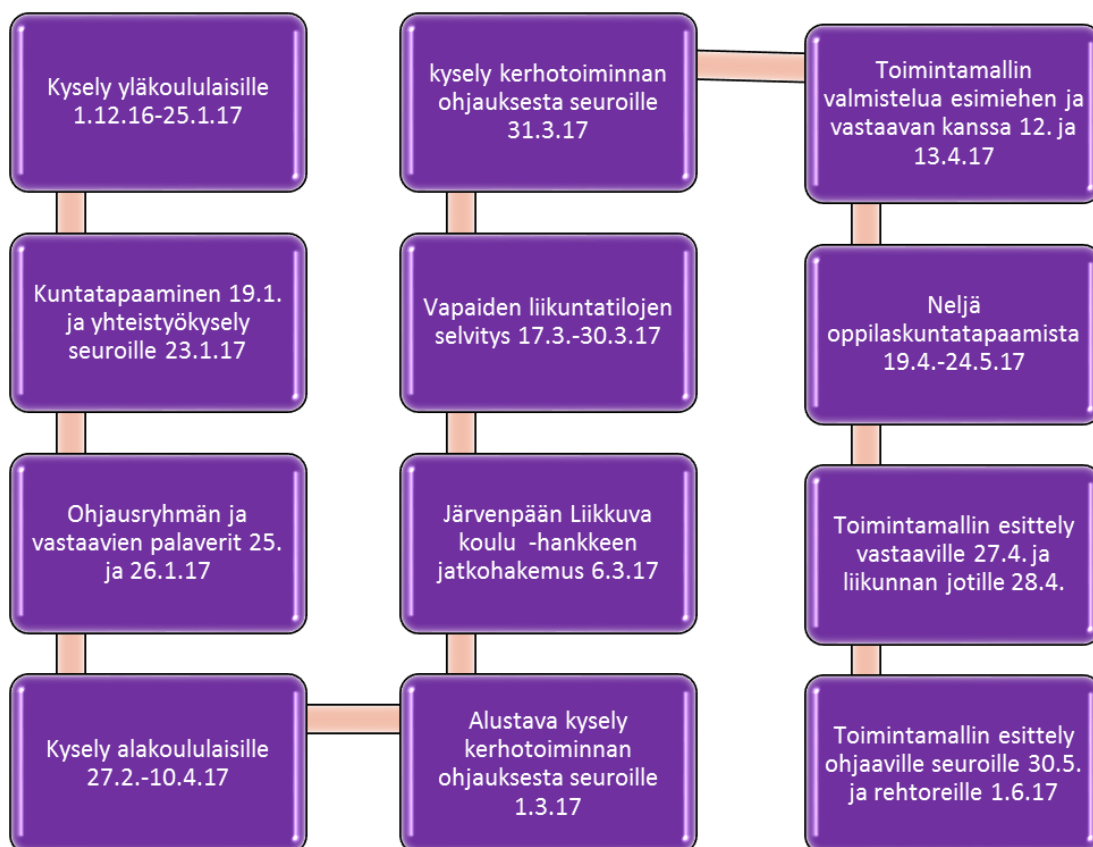
Kuvio 7. Järvenpään alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamallin kehittämisen vaiheet

Toimintamallin suunnittelun vaiheet käsitellään opinnäytetyön luvussa 8 ja alustava toimintamalli, nimeltään Liikkuva koulu -kerhotoimintamalli, esitellään luvussa 9.

Opinnäytetyön luvussa 10 käsitellään alustavan toimintamallin pilottikokeilun valmistelun vaiheet ja luvussa 11 kuvataan pilottikokeilun toteutus ja tulokset. Luvussa 12 kerrotaan toimintamallin jatkokehittämisen vaiheet ja luvussa 13 esitellään alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamalli keväälle 2018. Opinnäytetyön viimeiset luvut ovat kehittämistyön tulokset ja pohdinta.

8 Oppilaskysely ja toimintamallin suunnittelu

Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeessa aloitettiin heti hankekoordinaattorin valinnan jälkeen valmistelutyö oppilaiden matalan kynnyksen liikuntaharrastuksen toimintamallin kehittämiseksi. Toiminnan suunnitteluun haluttiin osallistaa perusopetuksen oppilaita. Seurojen saaminen mukaan toiminnan toteuttamiseen koettiin lähes välttämättömäksi, koska koulujen henkilöresurssit eivät riitä runsaamman liikuntatoiminnan ohjaukseen koulupäivän yhteydessä. Myös kaupungin sisällä eri palvelualueiden tulisi tehdä aktiivista yhteistyötä, jotta toiminta tavoittaisi oppilaita ja heistä etenkin vähän liikkuvia ja ilman muita liikuntaharrastuksia olevia. Tavoitteeksi otettiin liikuntakerhojen pilottikokeilu lukukaudella 17-18. Kuviossa 8. on kuvattu toimintamallin suunnittelun tärkeimmät vaiheet tästä eteenpäin.



Kuvio 8. Toimintamallin suunnittelun vaiheet

8.1 Valmistelutyöt toimintamallin suunnittelussa

Liikkuva koulu -kysely yläkoululaisille (Liite 1) tehtiin Webropol-kyselynä Liikkuva koulu ja Terve koululainen -nettisivustojen materiaalien ja kouluikäisten fyysisen aktiivi-

suuden suositusten pohjalta huomioiden vastausvaihtoehdoissa hankkeen paikalliset toteutusmahdollisuudet. Kyselyn tavoite oli saada kuva oppilaiden koetusta liikkumisen nykytilasta sekä toiveista liikkuvamman koulupäivän toteuttamiseksi. Kysely käytettiin ensin kommenttikierroksella yläkoulujen Liikkuva koulu -vastaavilla, jonka jälkeen se koekäytettiin kahdella yläasteikäisellä. Sähköiseen kyselyyn sai vastata mobiililaitteilla kuten kännykällä tai tarvittaessa paperille tulostettuun lomakkeeseen, josta vastaukset myöhemmin syötettiin Webropol-ohjelmaan. Kyselyyn vastasi 25.1.2017 mennessä 788 oppilasta, joka on 61 % Järvenpään yläkoululaisista.

Mäntsälässä 19.1.2017 ESLUn ja Etelä-Suomen aluehallintoviraston järjestämään Liikkuva koulu -kuntatapaamiseen oli kutsuttu Mäntsälän, Pukkilan, Pornaisten ja Tuusulan kunnat sekä Hyvinkään, Keravan ja Järvenpään kaupungit. Järvenpäästä hankekoordinaattori osallistui tapaamiseen, jossa tavoitteena oli paikallishankkeiden nykytilan kartoitus sekä hyvien käytänteiden jakaminen toimijoiden. Keravalla ja Tuusulassa liikuntakerhojen järjestämisessä koulupäivän yhteyteen tehtiin toimivaa seurayhteistyötä, mikä antoi ideoita Järvenpään toimintamalliin. Hankekoordinaattori selvitti tapaamisen jälkeen erikseen Keravan ja Tuusulan kerhotoiminnasta vastaavilta toiminnan toteutusta ja rahoitusta ohjauspalkkioineen vertailutiedon saamiseksi Järvenpään omaa toimintamallia varten.

Hankekoordinaattori lähetti paikallisille urheiluseuroille 23.1.2017 yhteistyöviestin koululaisten liikuttamiseksi (Liite 2). Seurojen yhteystiedot kerättiin kaupungin liikunnan nettisivuilta. Sähköpostissa kuvattiin lyhyesti mistä hankkeesta on kyse, ja kysyttiin seurojen halukkuutta ja resursseja osallistua hankkeen toteutukseen. Viestin ensisijainen tarkoitus oli kertoa seuroille, että Liikkuva koulu -hanke on käynnissä Järvenpäässä. Yhteistyöhön halukkaita seuroja pyydettiin ottamaan yhteyttä hankekoordinaattoriin. Kuusi seuraa vastasi tähän yhteistyökyselyyn.

Liikkuva koulu -ohjausryhmän palaverissa 25.1.2017 asialistalla oli uuden hankehakemuksen tekeminen. Lukuvuodelle 2017–2018 suunniteltiin seurayhteistyön kehittämistä soveltaen Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hankkeen hyväksi koettuja yhteistyötapoja kouluille. Liikkuva koulu -vastaavien palaverissa 26.1.2017 hankekoordinaattori esitteli idean liikuntakerhotoiminnan järjestämisestä kouluilla Pienten lasten liikuntakerhojen

toimintamallin pohjalta. Ennen toimintamallin tarkempaa suunnittelua haluttiin selvittää alakoululaisten tarpeita ja toiveita Liikkuvan koulun toteutukseksi. Selvitys päätettiin tehdä yläkoululaisten kyselyn pohjalta, koska sen toteutus oli onnistunut, ja samalla saataisiin vertailutietoa ylä- ja alakoulujen osalta. Kyselyyn haluttiin myös kysymyksiä, jotka auttaisivat liikuntakerhojen toimintamallin suunnittelua oppilaslähtöisesti.

8.2 Liikkuva koulu -kysely alakoululaisille

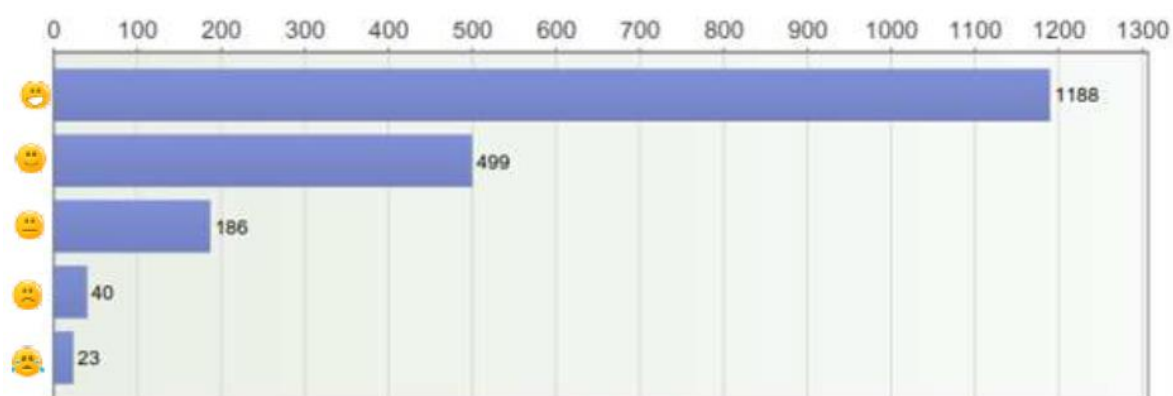
Kysely alakoululaisille tehtiin yläkoululaisten kyselyä muokkaamalla niin, että kysymysmuodot ja vastausvaihtoehdot olisivat helpommin alkuopetuksen oppilaiden ymmärrettävissä. Hankekoordinaattorin tekemä kyselypohja käytettiin ensin kommenttikierroksella alakoulujen Liikkuva koulu -vastaavilla sekä hankkeen ohjausryhmällä, joiden kommenttien perusteella kysymyksiä muokattiin. Muokkausten jälkeen Liikkuva koulu -koordinaattori koekäytti kyselyn oman kolmosluokkansa oppilailla. Kyselyyn vastaaminen onnistui oppilailta sujuvasti, eikä kyselyä koekäytön perusteella enää muokattu.

Alakoululaisten Liikkuva koulu -kyselyn (Liite 3) tavoite oli saada tietoa alakoululaisten liikkumisen nykytilasta ja vastaajien toiveista Liikkuvan koulun ja liikuntakerhojen toteuttamiseksi. Kysely lähetettiin Liikkuva koulu -vastaavien ja rehtorien välityksellä alakouluille oppilaiden vastattavaksi 27.2.2017 hankekoordinaattorin ohjeistuksella (liite 4). Kyselyyn vastattiin oppitunneilla opettajan ohjeistamana oppilaiden omilla ja koulun mobiililaitteilla, mutta myös paperilomakkeelle vastaaminen oli tarvittaessa mahdollista. Monilla kouluilla kummioppilaat auttoivat alkuopetuksen oppilaita vastaamisessa.

Kyselyyn vastasi 10.4.2017 mennessä kaikkiaan 1936 oppilasta, joka on 72 % järvenpääläisistä alakoululaisista. Vastauksia tuli kaikilta kouluilta. Vastaajia oli kaikilta luokkasteilta 1.-6. Vastaajista suurin osa, 22 %, oli nelosluokkalaisia. Vähiten vastauksia, 13 %, tuli kolmosluokkalaisilta. Vastaajista 51 % oli tyttöjä ja 42 % poikia. Vaihtoehdon muu valitsi sukupuolen kohdalla 29 oppilasta eli 1,5 % ja sukupuoltaan ei halunnut kertoa 107 oppilasta eli 5,5 %. Vastausmäärä Järvenpään alakoulujen osalta oli kattava.

Miten tärkeäksi itselleen oppilaat kokevat liikunnan ja liikkumisen?

Kysymykseen liikunnan ja liikkumisen tärkeydestä itselleen 87 % 1936 vastaajasta valitsi viidestä eri-ilmeisin hymiöin esitetystä vastausvaihtoehdosta positiivisimman tai toiseksi positiivisimman hymiön kuvan, kuten näkyy kuviosta 9. 10 % vastaajista valitsi neutraalin hymiön kuvan. 2 % ja tarkemmin 40 oppilasta valitsi liikunnan ja liikkumisen tärkeyden kohdalla surullisen hymiön kuvan, ja 23 oppilaasta muodostuva 1 % valitsi itkevän hymiön kuvan.



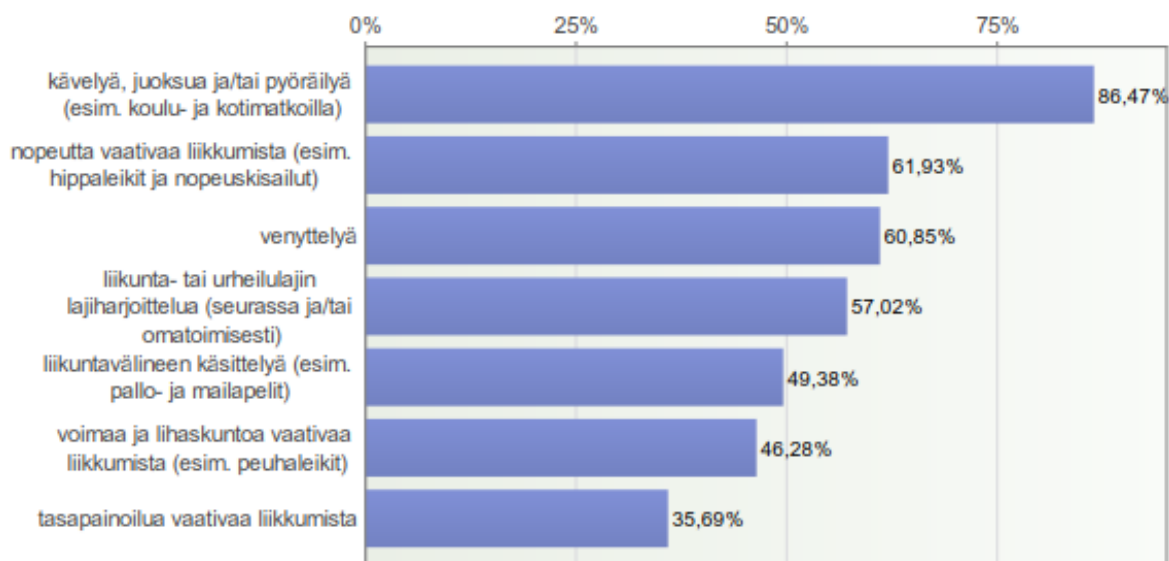
Kuvio 9. Alakoululaisten vastausmäärät vastausvaihtoehdoittain Liikkuva koulu - kyselyn kysymykseen ”Onko liikunta ja liikkuminen sinulle tärkeää?”

Jokaisella alakoululla on kyselyn vastausten mukaan vähintään yksi oppilas, joka ei valitun hymiön perusteella pidä liikuntaa ja liikkumista itselleen tärkeänä. Tällaisia oppilaita on melko tasaisesti kaikilla luokka-asteilla, alkuopetuksen luokilla 28 oppilasta eli 44 % kaikkiaan 63 oppilaasta. Oppilaita ei kuitenkaan voida kyselyn vastaajista tunnistaa.

Mitä oppilaiden liikkuminen sisältää viikoittain?

Kuviossa 10 näkyy 1936 oppilaan vastaukset viikoittaisen liikkumisen sisällöistä. Kävely, juoksu ja/tai pyöräily esimerkiksi koulu- ja kotimatkojen yhteydessä ovat osa viikoittaista liikkumista 87 % vastaajista. Nopeutta vaativaa liikkumista, venyttelyä sekä liikunta- tai urheilulajin lajiharjoittelua seurassa tai omatoimisesti sisältyy jokaista viikoittaiseen liikkumiseen noin 60 % vastaajista. Liikuntavälineiden käsittelyä esimerkiksi pallo- ja mailapeleissä tulee viikoittain noin puolille ja voimaa ja lihaskuntoa vaativaa liikkumista 46 % vastaajista. Vähiten järvenpääläisten alakoululaisten viikoittaiseen liikkumi-

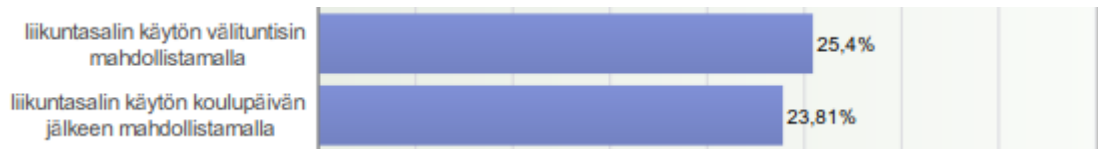
seen sisältyy tasapainoilua vaativaa liikkumista, joka on osa vain noin kolmanneksen viikoittaista liikkumista.



Kuvio 10. Alakoululaisten vastaukset Liikkuva koulu -kyselyn kysymykseen ”Mitä liikkumisesi sisältää viikoittain?”

Miten oppilaiden mielestä liikkumista voidaan lisätä koulussa?

Yksi kyselyn kysymys oli ”Miten liikkumista voidaan lisätä ja istumista vähentää koulussa?”. Liikuntakerhoja ajatellen vastausvaihtoehdoissa oli kaksi vaihtoehtoa, joiden taustalla oli ajatus, että mikäli keinoja kohtaan tulee oppilailta kiinnostusta, keinot pyritään toteuttamaan matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamalli kehittämällä. ”Liikuntasalin käytön välituntisin mahdollistamalla” valitsi keinoksi 42 % ja ”Liikuntasalin käytön koulupäivän jälkeen mahdollistamalla” 35 % 1928 vastaajasta (Liite 5). Määrällisesti luvut ovat 811 ja 673 oppilasta. 63 oppilaasta, jotka eivät pidä liikuntaa ja liikkumista itselleen tärkeänä, noin neljännes piti liikuntasalin käytön mahdollistamista välituntisin tai koulupäivän jälkeen toimivana keinona liikkumisen lisäämiseksi, kuten ilmenee kuvioista 11.



Kuvio 11. Ote niiden alakoululaisten, joille Liikkuva koulu -kyselyn vastauksissa liikunta ja liikkuminen ei ole kovin tai lainkaan tärkeää, vastausmääristä saman kyselyn kysymykseen ”Miten liikkumista voidaan lisätä ja istumista vähentää koulussa?”.

Millaista liikuntaa oppilaat toivovat?

Vapaaehtoiseen avoimeen kysymykseen ”Millaista liikuntaa toivot koulullesi?” vastasi 1310 oppilasta eli 68 % kyselyn vastaajista. Toiveet olivat hyvin vaihtelevia, mutta valtaosa oli laji- ja leikkitoiveita liikunta- ja välituntien sisällöiksi. Yleisesti toivottiin liikunnan monipuolisuutta. Uusia hippa- ja ryhmäleikkejä toivottiin, mutta myös enemmän aikaa suosikkileikeille, kuten esimerkiksi kaupunkisodalle ja hyllypallolle. Pallopelejä toivottiin laajalla skaalalla jalkapallosta mailapeleihin. Samoin yleinen toive oli turnaukset eri palloilulajeihin liittyen. Voimistelun lisääminen oli todella yleinen toive, samoin parkour. Näihin liittyen toivottiin paljon myös erilaisia suoritus- ja tempuratoja. Vastauksissa toivottiin paljon myös venyttelyn sekä lihaskunto- ja kehonhallintaharjoittelun lisäämistä kouluarkeen niin oppitunneille kuin muutenkin.

Kyselytulosten vaikutus toimintamalliin

Nuoren Suomen matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin (2013) mukaan ennen toiminnan käynnistämistä tulee esimerkiksi miettiä, soveltuvatko käytettävissä olevat tilat kohderyhmälle ja miten toiminta suunnitellaan lapsilähtöisesti. Oppilaskyselyn vastausten mukaan alakoululaisista ainakin neljännes koki liikuntasalien aiempaa vapaamman käytön hyväksi liikkumisen lisäämisen keinoksi. Tämä päti myös niihin, joita liikunta ei juuri kiinnosta. Vastaukset kertoivat, millaisia sisältöjä liikuntakerhoihin tuli saada oppilaiden liikkumisen tarpeisiin ja toiveisiin vastaamiseksi. Oppilaiden liikkumisen tarpeisiin vastaamisen kannalta oli positiivista, että oppilaat itsekin toivoivat viikoittaisessa liikkumisessa vähälle jääviä liikkumismuotoja ohjatusti lisää koulun kautta. Kyselyn tuloksista saatiin siis kohderyhmään, soveltuviin tiloihin ja ohjaukseen sekä toiminnan sisältöön liittyvää tietoa toimintamallin kehittämiseksi.

8.3 Alustavan toimintamallin kehittäminen

Tässä aluvussa käydään läpi liikuntakerhojen toimintamallin kehittäminen Järvenpäässä Nuoren Suomen matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin kolmen avainkohdan, rahoituksen, soveltuvien tilojen ja ohjauksen osalta. Esitystapa poikkeaa kuviossa 8. esitetyn toimintamallin kehittämisen vaiheiden kronologisesta etenemisjärjestyksestä. Esitystavalla pyritään selkiyttämään käytyjä vaiheita ja käytettyjä keinoja toimintamallin kehittämiseksi ja toiminnan käynnistämiseksi.

Toiminnan rahoitus

Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeelle haettiin jatkorahoitusta, jonka saaminen olisi ratkaisevaa myös liikuntakerhojen toimintamallin kokeilemiseksi. Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hankkeen kokemuksista toiminnan käynnistämisen tiedettiin vaativan henkilöresurssia toiminnan koordinointiin, ja hankerahoitus mahdollistaisi täysipäiväisen hankekoordinaattorin tehtävän jatkamisen. Jatkohakemukseen liitettyssä toimintasuunnitelmassa (Liite 6) hankkeen yleistavoitteeksi ilmoitettiin toiminnan kehittäminen koko kunnan alueella niin, että lasten ja nuorten liikkuminen lisääntyy koulupäivän aikana ja jälkeen. Tavoitteen toteuttamisen yksi keino oli kehitteillä olevan liikuntakerhojen toimintamallin käytännön kokeilu.

Liikuntakerhojen toiminnan rahoitus toteutettaisiin Pienten lasten liikuntakerhojen toimintamallin mukaan, jossa seurojen ohjauskorvaukset katetaan osallistujien huoltajilta laskutettavilla kausimaksuilla. Muita merkittäviä kuluja toiminnasta yhteistoiminnallisesti toteuttaen ei synny. Tavoite on, että toimintamallin vakiintuessa käytäntöön hankekoordinaattoria ei toiminnassa tarvita, ja käynnistysvaiheessa hänen palkka tulisi Aluehallintovirastolta.

Seuroille maksettavat tuntikohtaiset ohjauskorvaukset piti muodostaa huomioiden esimerkiksi Liikuntapalveluiden ja Järvenpään Opiston maksamat korvaukset tuntiohjaajille ja seuroille. Lisäksi tuli huomioida naapurikunnissa Keravalla ja Tuusulassa maksettavat korvaukset koululaisten liikuntakerhojen ohjauksesta, jotta summa olisi kilpailukykyinen ammattitaitoisten ohjaajien saamiseksi. Nämä seikat huomioiden ohjauksen tuntikorvaukseksi seuralle tuli 30€.

Tällainen rahoitusmalli vaikuttaisi liikuntakerhojen vähimmäisosallistujamääriin kustannusvastaavuuden onnistumiseksi. Oppilailta oli vielä selvitettävä, mitä he pitävät sopivana vähimmäisosallistujamääränä liikuntakerhossa. Oppilaskuntien näkemys toimivista osallistujamääristä olisi sovitettava kohtuullisen kausimaksun vaatimaan vähimmäisosallistujamäärään, tai keksittävä muita keinoja rahoituksen osalta.

Käytettävät liikuntatilat

Järvenpäässä rehtorit päättävät koulujen liikuntasalien käytöstä arkisin kello 16 asti. Hankekoordinaattori laittoi sähköpostitiedustelun vapaista ajoista koulujen saleissa Liikkuva koulu -vastaaville ja kopiona rehtoreille 17.3.2017. Maaliskuun loppuun mennessä varmistui kuudella koululla olevan liikuntasali vapaana kerhotoimintaa varten (Liite 7). Lisäksi Liikuntapalveluiden ohjauspalveluiden pääpaikalta liikuntakeskus Piirroselta löytyi vapaita iltapäiväaikoja voimistelutilasta. Liikuntakeskus sijaitsee kohtuullisen välimatkan päässä useammastakin koulusta, joilla ei ollut liikuntasali käytettävissä kerhotoimintaan.

Seurat ohjaajiksi

Oppilaskyselyn tuloksista nousseisiin tarpeisiin ja toiveisiin vastaamiseksi kaupunki tarvitsi yhteistyökumppaneita toiminnan ohjaukseen ja valvontaan omien henkilöresurssien puutteessa. Hankekoordinaattorilla oli aiempaa kokemusta liikuntakerhojen toteutuksesta alle kouluikäisille yhteistyössä seurojen kanssa. Lisäksi hankekoordinaattorilla oli tiedossa muutamien seurojen kiinnostus koululaisten liikuntakerhotoiminnan kehittämiseen. Näillä perusteilla liikkeelle lähdettiin seurojen kanssa toimintamallin ohjauksen kehittämistä. Hankekoordinaattori lähetti 1.3.2017 seuroille sähköpostiviestin, jolla etsittiin seuroja 3.-9.-luokkalaisten vapaamuotoisen liikuntakerhotoiminnan ohjaukseen/valvomiseen arki-iltapäivisin syksystä 2017 alkaen. Kiinnostuneita pyydettiin ottamaan yhteyttä hankekoordinaattoriin. Neljä uutta seuraa otti yhteyttä tämän viestin perusteella jo aiemmin yhteistyöhön kiinnostuksensa ilmoittaneen kuuden seuran lisäksi.

Liikuntatilojen ja toiminnan rahoitusmallin vahvistuttua hankekoordinaattori lähetti 31.3.2017 kaikille seuroille sähköpostilla yhteistyökyselyn (Liite 8) peruskoululaisten liikuntakerhotoiminnan järjestämiseksi syksyllä 2017 seurojen ohjaamina ja valvomina. Viestissä kerrottiin alustavista suunnitelmista ryhmäjaoiksi sekä osallistujamääräksi ja ilmoitettiin paikat ja ajat syksyn toimintakokeilua varten. Lisäksi viestissä ilmoitettiin korvauksen tunnin mittaisesta valvonnasta tai ohjauksesta olevan seuralle alustavasti 25-35€. Kiinnostuneita seuroja pyydettiin ottamaan yhteyttä hankekoordinaattoriin ja ilmoittamaan samalla seuralle sopivat paikat ja ajat syksyn toiminnan järjestämistä varten, jos mahdollista. Viestiin vastasi seitsemän seuraa, joista kolme oli jo aiemmin ilmaissut kiinnostuksensa yhteistyöhön.

Kaikkiaan kolme yhteistyöpyyntöä lähetettiin sähköpostitse paikallisille seuroille, joiden yhteystiedot löytyivät urheiluseurojen yhteystiedoista liikuntapalveluiden nettisivuilta. Kolmella yhteistyökyselyviestillä saatiin vastaukset 14 seuralta. Näistä seuroista neljälle oli alustavasti mahdollista olla mukana liikuntakerhojen toimintamallin toteutuksessa ilmoitettujen puitteiden mukaan. Seurat olivat Keski-Uudenmaan Yleisurheilu, Järvenpään Voimistelijat, Järvenpään Palloseura ja tanssiseura Cavalier Järvenpää.

8.4 Toimintamallin avainkohtien esittely osallisille

Hankekoordinaattori tapasi Liikkuva koulu -koordinaattorin 12.4.2017 ja esimiehensä, joka on myös hankevastaava, 13.4.2017. Näissä tapaamisissa hankekoordinaattori esitteli ja perusteli ehdotuksiansa liikuntakerhojen toimintamallin avainkohtien toteutustavoiksi. Koordinaattori ja hankevastaava pitivät ehdotettuja ratkaisuja hyvinä, ja toimintamalli avainkohtineen päätettiin esitellä kaikille osallisena oleville toimijoille kommentointia varten. Alustavaa toimintamallia esiteltiin erikseen oppilaskunnille, Liikkuva koulu -vastaaville, Liikuntapalveluiden johtotiimille, ohjaaville seuroille sekä rehtoreille. Esittelyissä käytyjen keskustelujen ja saatujen kommenttien perusteella toimintamallia muokattiin.

Oppilaskunnat

Osallistujalähtöisyyden ensimmäinen askel oli oppilaskyselyllä liikkumisen nykytilan ja tarpeiden sekä toiveiden selvittäminen kohderyhmältä. Alakoululaisten Liikkuva koulu -

kyselyn tulosten kouluille lähettämisen yhteydessä 10.4.2017 hankekoordinaattori kysyi Liikkuva koulu -vastaavilta mahdollisuutta oppilaskuntien tapaamiseen. Oppilaskuntatapaamisten tavoitteena oli esitellä kyselyn koulukohtaisia tuloksia oppilaille ja kysyä tarkentavia kysymyksiä niin tuloksiin kuin liikuntakerhojen järjestämiseen liittyen (Liite 9). Aikataulullisten haasteiden myötä oppilaskuntatapaaminen järjestyi neljälle alakoululle, ensimmäinen oli 19.4.2017 ja viimeinen 24.5.2017. Näitä tapaamisia varten hankekoordinaattori teki pienen kysymyspatterin toiminnan sisällöstä oppilaskunnille sekä lyhyen esittelyn liikuntakerhojen toimintamallista (Liite 10).

Oppilaskuntatapaamisissa hankekoordinaattori kertoi oppilaskunnille lyhyesti kerho-toimintamallin suunnitelluista avainkohdista. Oppilaskunnalta kysyttiin sitten näkemyksiä ja toiveita toimintaa koskien. Oppilaskuntien näkemykset olivat enimmäkseen hyvin yhteneviä keskenään. Kolme neljästä näkemyksiään kertoneesta oppilaskunnasta toivoi jaottelua ikäryhmien mukaan enemmän kuin sukupuolen. Ikäryhmiä ei haluttu turhan isoiksi. Oppilaskuntien edustajat pitivät ongelmallisena turvallisuuden ja viihtyvyyden kannalta, jos kovin eri-ikäiset lapset ovat samassa ryhmässä. Ryhmäkoosta minimiksi toivottiin yleensä kymmentä oppilasta, tätä pienempää osallistujaminimiä toivoi vain yksi oppilas. Näkemys maksimosallistujamäärästä vaihteli enemmän, mutta oli kaikilla vähintään 20 oppilasta.

Kaikki oppilaskunnat toivoivat kerhoihin sekä ohjattua että vapaata tekemistä painottaen vapaata. Oppilaskunnat toivoivat kerhotunneilla pääosin kaikkien osallistujien liikukuvan ja pelailevan yhdessä, mutta näkivät, että välillä olisi kiva olla vaihtoehtoja yhdessä tekemisen sijaan. Oppilaskunnat olivat valmiita käyttämään tunnista 5-25 minuuttia tasapainolle, lihaskunnolle ja venyttelylle, joita kerhojen sisällöksi haluttiin kaupungin taholta oppilaskyselyn tulosten perusteella. Oppilaskunnista kaksi toivoi tuntien olevan aina salissa, ja kaksi oli halukasta pitämään tunteja myös koulun ulkoalueilla lämpimillä keleillä. Sopivasta hinnasta tai maksusta ylipäänsä oppilaille oli kovasti erilaisia näkemyksiä. Toiminnan nimestä ei vellovien keskusteluiden vuoksi ehditty saada tapaamisten aikana näkemys kuin kahdelta oppilaskunnalta. Nämä pitivät liikuntakerhoa sopivana nimenä.

Oppilaskuntatapaamisista tuli eniten sisältöä toimintamalliin. Avainkohdista alakoulu-
laisten kohderyhmät osallistujamäärineen valittiin oppilaskuntien näkemyksen mukaan,
koska se sopi toiminnan rahoituksen kannaltakin. Kerhotoiminnan ohjausta ja sisältöä
koskevat ratkaisut toimintamalliin tulivat myös oppilaskunnilta, samoin tilojen hyödyn-
tämisen tarkentuminen. Oppilaskuntien avulla saatiin toimintamalliin osallistujalähtöi-
syyden ja turvallisuuden toteuttamisen keinot päätettyä, ja tapaamiset itsessään edistivät
merkittävästi oppilaiden osallistamista ja osallistujalähtöisyyden toteutumista.

Liikkuva koulu -vastaavat

Hankekoordinaattori esitteli liikuntakerhojen alustavan toimintamallin (liite 11) Liikku-
va koulu -vastaaville palaverissa 27.4.2017. Vastaavilta kysyttiin näkemyksiä toiminta-
mallin kohderyhmäjaottelusta, rahoituskuviosta ja ajatellusta osallistumismaksusta.
Suunnitellut ratkaisut toimintamallissa olivat vastaavien mielestä toimivia ja järkeviä.
Vastaavilta kysyttiin myös, mitä he pitivät parhaina markkinointikanavana toiminnalle.
Vastaavat uskoivat Helmi-viestinnän toimivan parhaiten markkinoinnissa ja yleisessä
tiedottamisessa. Hankekoordinaattori kuitenkin painotti myös opettajien merkitystä
toiminnan markkinoinnissa oppilaille ja vanhemmille. Lisäksi keskusteltiin vastaavien
roolista koulun yhteyshenkilönä seurojen ohjaajille. Toimintamalliin ei tehty muutoksia
tapaamisen perusteella, mutta avainkohdista markkinoinnin sisältö tarkentui.

Liikuntapalveluiden johtotiimi

Hankekoordinaattori esitteli Liikuntapalveluiden johtotiimin kokouksessa 28.4.2017
alustavan toimintamallin ja sen vaikutukset Liikuntapalveluille. Liikuntapalveluihin toi-
mintamallin pilottikokeilu toisi lisää kursseja ilmoittautumisjärjestelmään ja markkinoi-
tavaksi, lisää laskutettavia asiakkaita sekä ohjauslaskuja seuroilta. Liikuntapäällikön tulisi
allekirjoittaa seurojen kanssa tehtävät palvelusopimukset (liite 12). Muuten hankekoor-
dinaattori vastaisi toiminnan koordinoinnista käynnistysvaiheessa. Hankekoordinaatto-
rin tavoite oli Liikuntapalveluiden resurssit tiedostaen kuitenkin pyrkiä kehittämään
toimintamallia niin, että toiminta voisi käynnistysvaiheen jälkeen jatkua Liikuntapalve-
luiden henkilöstön koordinoimana. Liikuntapalveluiden johtotiimi hyväksyi suunnitel-
lun toimintamallin käynnistämisen vaikutuksineen. Toimintamallia ei muokattu ko-
kouksen perusteella, mutta rahoituksen avainkohta sai vahvistuksen kaupungin puolelta

Ohjaavat seurat

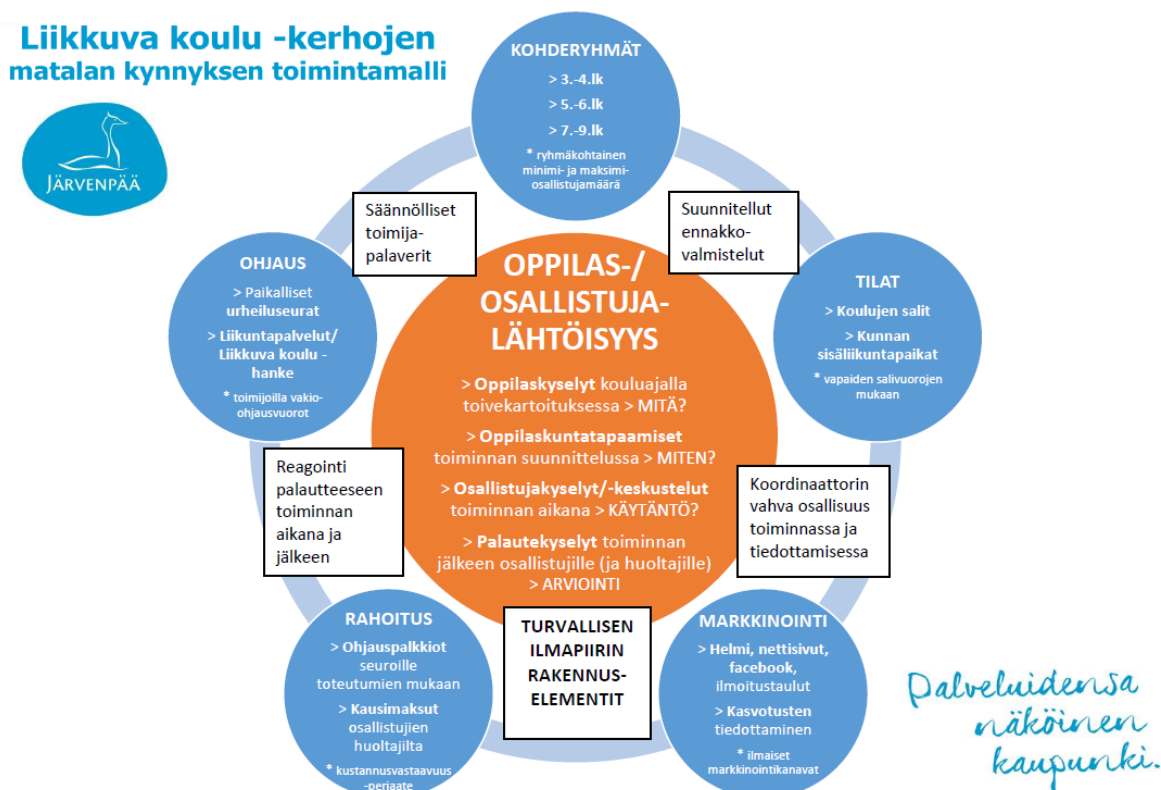
Hankekoordinaattori kutsui sähköpostilla (Liite 13) tapaamiseen liikuntakerhojen ohjaajiksi ilmoittautuneet seurat. 30.5.2017 pidettyyn palaveriin osallistui kolmen seuran edustajat. Tapaamisessa seuroille esiteltiin kehitetyt toimintamallin avainkohdat, kaupungin ja ohjaavan seuran velvoitteet toiminnan järjestämisessä, oppilaskuntien näkemykset toiminnasta ja niiden sekä kyselytulosten perusteella laadittu alustava kerho-ohjelma (Liite 14). Tämän jälkeen keskusteltiin seurojen näkemyksistä toimintamallin avainkohtia koskien. Seurat pitivät toimintamallia heille toimivana. Seurojen kanssa sovittiin syksyn ohjauspaikat ja -ajat, ja keskusteltiin myös mahdollisuudesta jatkaa toimintaa kevätlukukaudella. Seuroilla oli kiinnostusta jatkaa, jos toimintamallin kokeilu onnistuu. Tapaamisen perusteella toimintamallin kaikki avainkohdat lyötiin lopullisesti lukkoon markkinointia lukuun ottamatta.

Rehtorit

1.6.2017 hankekoordinaattori esitteli alustavan toimintamallin vielä rehtoreille rehtorikokouksessa. Rehtoreille kerrottiin yleiset periaatteet toimintamallin toteuttamisesta avainkohdittain, mitä kukakin toimija tekee ja mitä kouluilta ja rehtoreilta toiminnan mahdollistamiseksi tarvitaan. Hankekoordinaattori painotti, että rehtoreiden olisi tärkeää huomioida kerhot tulevien lukujärjestysten suunnittelussa, etteivät kohderyhmän kaikki oppilaat olisi oppitunneilla kun heille suunnatut kerhot alkavat. Hankekoordinaattori pyysi rehtoreita auttamaan kerhojen markkinoinnissa oppilaille ja perheille ja viemään viestiä, että kerhoihin koitettaisiin kouluilla ohjata erityisesti vähän liikkuvia oppilaita opettajien ja kouluterveydenhuollon toimesta. Rehtorit hyväksyivät esitellyn toimintamallin ja koulujen roolin sen toteutuksessa. Markkinoinnin avainkohdan toimenpiteet varmistuivat tässä kokouksessa. Rehtorikokouksen jälkeen Järvenpään matkalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamalliin oli kaikki avainkohdat mietittyinä.

9 Järvenpään Liikkuva koulu -kerhotoimintamalli

Alustavasta toimintamallista (Liite 11) hankekoordinaattori muokkasi kuviossa 12 esitetyn toimintamallin, joka rakennettiin Nuoren Suomen matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin (2013) pohjalle. Toimintamallissa kuvataan oppilas- ja osallistujalähtöisyyden keinoja, toiminnan turvallisen ilmapiirin rakennuselementtejä sekä matalan kynnyksen toiminnassa huomioitavien asioiden ratkaisukeinoja Järvenpäässä koululais-ten liikuntakerhojen toteuttamiseksi.



Kuvio 12. Järvenpään Liikkuva koulu -kerhojen matalan kynnyksen toimintamalli

Oppilas-/osallistujalähtöisyys ja turvallisuus

Toimintamallin keskiössä on oppilas-/osallistujalähtöisyys. Oppilaskyselyillä ja oppilaskuntatapaamisilla (kuvio 12) osallistettiin koko kohderyhmää toiminnan suunnitteluun madaltaen osallistumisen kynnyksiä. Toiminnan käynnistyessä ilmoittautuneilta osallistujilta kysytään mielipiteitä ja toiveita käytännöistä toiminnan aikana. Osallistujapalautekyselyillä selvitetään osallistujalähtöisyydessä onnistumista jatkoa varten. Toiminnan turvallisen ilmapiirin rakennuselementtejä ovat suunnitellut ennakkovalmistelut toimijoiden perehdyttämiseen sekä säännölliset toimijapalaverit, reagointi eri tahoilta toi-

minnasta tulevaan palautteeseen ja hankekoordinaattorin vahva osallisuus toiminnan käynnistämässä ja siitä tiedottamisessa.

Kohderyhmä ja tilat

Kohderyhminä liikuntakerhojen toimintamallissa (kuvio 12) ovat 3.-4.-luokkalaiset, 5.-6.-luokkalaiset ja 7.-9.-luokkalaiset oppilaskuntakuulemisten pohjalta. Liikuntakerhoissa tulee olemaan oppilaskuntatoiveiden ja toiminnan rahoitusmallin perusteella ryhmäkohtaiset minimi- ja maksimiosallistujamäärät tilojen mukaan toiminnan turvallisuuden vuoksi. Liikuntakerhotoimintaan käytetään pääasiassa kaupungin koulujen liikuntasaleja sekä tarpeen mukaan muita kaupungin hallinnoimia liikuntapaikkoja vapaiden tilavuorojen puitteissa. Liikuntatilat ovat lapsille tuttuja ja hyvin valvottavissa, mikä lisää turvallisuutta. Tilojen välineet on hankittu kohderyhmän mukaan, mikä lisää turvallisuutta ja monipuolisen liikunnan mahdollisuuksia.

Ohjaus

Liikuntakerhotoiminnan ohjauksesta alakoululaisille vastaavat paikalliset urheiluseurat (kuvio 12). Ohjauksessa seurat toteuttavat alustavaa kerho-ohjelmaa (Liite 14). Yläkouluista osalta ohjauksesta vastaavat Liikkuva koulu -hanke ja kaupungin Liikuntapalvelut. Ohjaajilla on omat vakio-ohjaukset. Pysyvillä ohjaajilla pyritään madaltamaan osallistumisen kynnystä ja lisäämään toiminnan turvallisuutta oppilaille. Seurojen ohjaajat ovat kaikki liikunta-alan koulutuksen käyneitä, mikä osaltaan vaikuttaa toiminnan laadukkuuteen ja turvallisuuteen. Koulutustaustaltaan liikuntakerhoihin seuroista sidottu kolme ohjaajaa ovat liikuntaneuvoja, luokanopettaja ja valmentajan ammattitutkinnon suorittanut ohjaaja. Seurojen ohjaajille järjestetään ennakkoon avaimet ja tutustuminen sovittujen liikuntakerhojen tiloihin ja välineisiin EA-välineet mukaan lukien turvallisuuden edistämiseksi.

Rahoitus

Liikuntakerhotoiminta rahoitetaan kustannusvastaavuusperiaatteen mukaisesti (kuvio 12). Kuluja syntyy seuroille toteutuneiden tuntien mukaan maksettavista ohjauspalkkioista. Yhden ohjaustunnin korvaus seuralle on 30€. Kymmenen kerran kausiryhmästä

seuralle korvataan 300€. Tulot liikuntakerhotoimintaan saadaan osallistujien huoltajilta. Kymmenen kerran mittaisen liikuntakerhon kausimaksu on 30€/osallistuja. Liikuntakerhon minimiosallistujamäärä on kymmenen henkeä. Kymmenellä osallistujalla liikuntakerhosta saadaan kausimaksuina 300€. Mikäli kerhoon ei ilmoitaudu kymmentä osallistujaa, kerhoa ei järjestetä, eikä ohjauskorvauksia seuralle makseta. Jos osallistujia kerhossa on enemmän kuin kymmenen, ylimääräisiä kausimaksuja voidaan käyttää esimerkiksi joustoon muiden kerhojen osallistujamäärissä tai kaupungin liikuntavälineiden uusimiseen.

Yläkoululaisten liikuntakerhoihin käytetään kaupungin omia liikunnanohjaajia, pääosin Liikkuva koulu -hankekoordinaattoria ja hänen sijaisenaan Liikuntapalveluiden liikunnanohjaajia. Kaupungin omia ohjaajia käytetään, koska se on työajallisesti mahdollista, ja esimerkiksi yläkoululaisille tarjottavan kuntosaliharjoittelun osalta turvallisinta. Kausimaksut osallistujille ovat vastaavat kuin alakoululaisten liikuntakerhoissa, mutta erillisiä ohjauspalkkioita kaupungin ohjaajille ei makseta. Näin yläkoululaisten toiminnasta kertyvät kausimaksut luovat taloudellista liikkumavaraa, joka mahdollistaa jouston liikuntakerhojen osallistujamäärissä koko toiminnan kustannusvastaavuudesta tinkimättä.

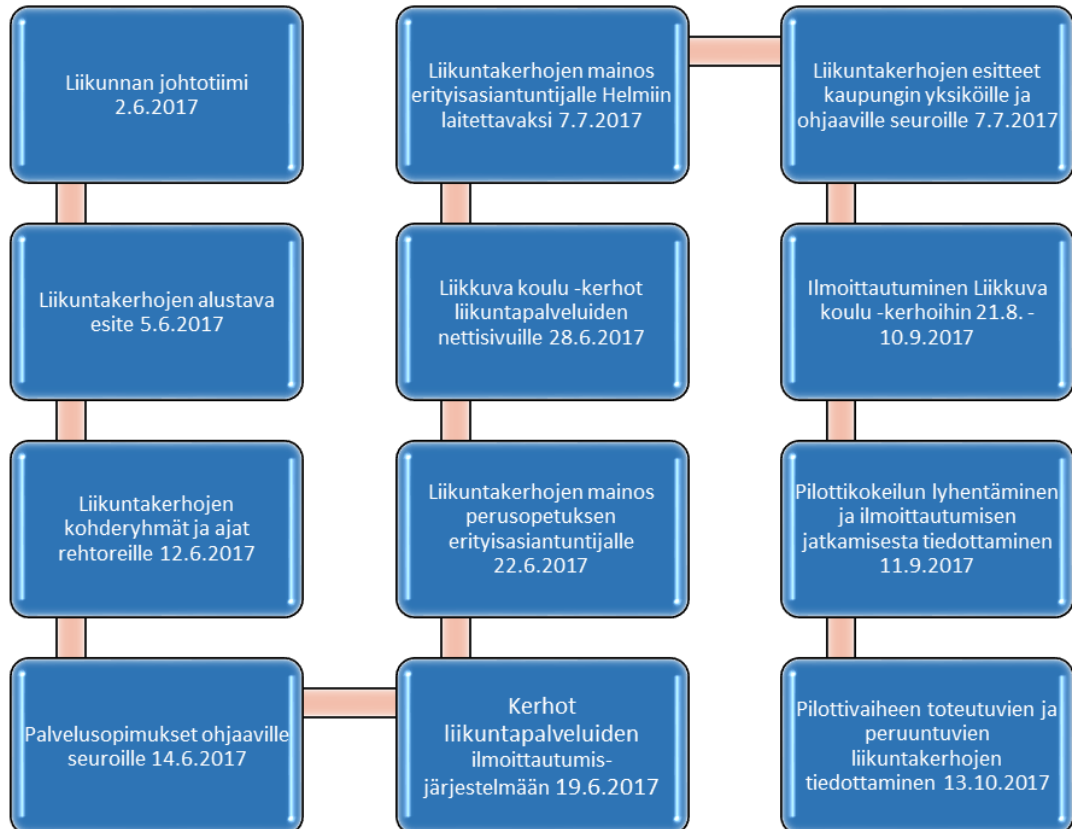
Markkinointi

Liikuntakerhotoiminnan markkinointiin käytetään kaupungin omia, ”ilmaisia” markkinointikanavia (kuvio 12). Sähköinen Helmi-järjestelmä on tärkein markkinointiväylä, sillä tavoitetaan periaatteessa koko kohderyhmä ja heidän huoltajansa suoraan. Myös muut kaupungin tiedotuskanavat, kuten nettisivut ja facebook-sivut, hyödynnetään toiminnasta tiedottamisessa, samoin kuin perinteiset ilmoitustaulut kouluilla. Henkilökohtainen, kasvotusten tiedottaminen, on ensiarvoisen tärkeää etenkin vähän liikkuvien houkuttelemiseksi toimintaan, joko suoraan tai vanhempien kautta. Kouluilla lapsia päivittäin näkevän henkilöstön markkinointipanos on tärkeää.

10 Pilottikokeilun valmistelu

Etelä-Suomen aluehallintovirasto myönsi 1.6.2017 Järvenpään Liikkuva koulu - kehittämishankkeen jatkohakemukselle lukuvuodelle 2017-2018 avustusta 38 000€ (Liite 15). Hankkeen hakemuksessa esitetyt kokonaiskustannukset lukuvuodelle olivat 78 200€. Päätöksen mukaan avustusta myönnettäessä oli otettu huomioon suunnitellun toiminnan sisältö, toteuttamisen realistisuus ja hankkeen rahoituspohja. Jatkorahoituksen saaminen mahdollisti hankekoordinaattorin palkkaamisen jatkamisen ja kerhotoimintamallin käytännön kokeilun syyslukukaudella 2017.

Kun liikuntakerhojen toimintamalli oli valmisteltu ja jatkorahoitus Liikkuva koulu - hankkeelle saatu, seuraavaksi alkoi toimintamallin kokeilun käynnistäminen. Käynnistämiseen kuului toiminnan aikataulutusta ja toimijoiden tehtävien tarkentaminen, palvelusopimusten allekirjoittaminen ja kerhojen markkinointi. Ratkaiseva vaihe oli kerhoihin ilmoittautuminen. Toimintamallin käynnistämisen valmistelun tärkeimmät vaiheet on kuvattu kuviossa 13.



Kuvio 13. Pilottikokeilun valmistelun vaiheet

10.1 Toimintapuitteiden varmistaminen

Liikunnan johtotiimin kokouksessa 2.6.2017 hankekoordinaattori vahvisti kerhojen aikataulun ja toimintaa ohjaavat kolme seuraa, joiden kanssa liikuntapäällikkö allekirjoittaisi palvelusopimukset (Liite 12). Yhteyshenkilö sopimuksissa oli hankekoordinaattori. Hankekoordinaattori laati alustavan esitteen liikuntakerhoista (Liite 16), jonka laittoi tiedoksi ohjaaville seuroille, liikuntapalveluihin ja hankevastaavalle esimiehelleen 5.6.2017. Esitteessä kerrottiin toiminnan toteutuksesta, kerhojen ohjelmasta, toiminnan sisällöstä, kerhopaikat ja -ajat kurssinumeroineen sekä ohjaavat seurat, maksusysteemi ja ilmoittautumistapa sekä hankekoordinaattorin yhteystiedot lisätietoja varten. Tässä vaiheessa ala- ja yläkoululaisten liikuntakerhot olivat vielä samassa esitteessä.

Rehtoreille hankekoordinaattori lähetti 12.6.2017 sähköpostilla (Liite 17) tiedoksi suunnitellut aikataulut ja paikat kerhoille. Viestissä pyydettiin rehtoreita huomioimaan kerhojen aikataulu syksyn lukujärjestyksissä. Pyyntö koski etenkin kouluja, joilla kerhoja oli tarkoitus käynnistää ja muita kerhopaikkojen läheisyydessä olevia kouluja, jotta osallistuminen olisi oppilaille lukujärjestyksellisesti mahdollista. Kaksi rehtoria toivoi muutoksia oman koulunsa aikatauluihin, ja nämä saatiin ohjaavien seurojen kanssa sovittua. Palvelusopimukset (Liite 12) liikuntakerhojen ohjauksesta lähetettiin seuroille 14.6.2017. Allekirjoitetut sopimukset toimitettiin liikuntaesimiehelle kesän aikana.

Käynnistämisen toimintapuitteiden varmistumisen jälkeen hankekoordinaattori loi 19.6.2017 liikuntakerhot liikuntapalveluiden kauden 17-18 kurssitarjonnan alle. Kerhoja tuli alakoululaisille tarjolle kaksitoista ja yläkoululaisille neljä. Alakoululaisten kerhoista viisi oli suunnattu 3.-4.-luokkalaisille, kaksi 3.-6.-luokkalaisille ja viisi 5.-6.-luokkalaisille. Kerhoista neljä oli liikuntapalveluiden tiloissa ja loput koulujen liikuntasaleissa. Yksi 3.-4.-luokkalaisten kerho oli maanantai-aamuna klo 8-9, kaikki loput iltapäivissä maanantaista torstaihin klo 14-17 välillä.

10.2 Toiminnan markkinointi

Kaikilla Järvenpään kouluilla on käytössään sähköinen Helmi-järjestelmä kodin ja koulun väliseen yhteydenpitoon. Helmin kautta tavoitetaan periaatteessa kaikkien perus-

koululaisten huoltajat. Helmi-järjestelmä ei tunnista taulukoita tai kuvia, joten liikuntakerhojen esitettä ei voinut tärkeimmässä markkinointikanavassa käyttää. Hankekoordinaattori lähetti suunnittelemansa mainoksen 22.6.2017 perusopetuksen erityisasiantuntijalle, joka neuvoi tekemään erilliset mainokset ylä- ja alakoululaisille. Hankekoordinaattori eriytti ala- ja yläkoulujen toiminnat omikseen ja teki molemmille omat mainokset. Eriyttämisen myötä alakoulujen toiminta pysyi nimellä Liikkuva koulu -kerhot ja yläkoululaisten liikuntakerhojen nimet muutettiin liikuntavuoroiksi. Eriyttämisen myötä tehtiin uudet esitteet alakoululaisten liikuntakerhoille (Liite 18) ja yläkoululaisten liikuntavuoroille sekä muokkauksia ilmoittautumisjärjestelmän kurssikuvauksiin. Esitteet laitettiin liikuntapalveluiden nettisivuille 28.6.2017.

Hankekoordinaattori lähetti Liikkuva alakoulu -kerhojen mainoksen (Liite 19) 7.7.2017 perusopetuksen erityisasiantuntijalle, joka laittoi mainokset kaikkien alakoulujen Helmi-järjestelmään näkyviin kesälomien jälkeen elokuun alkupuolella. Hankekoordinaattori lähetti samalla liikuntakerhojen esitteet ja kuvauksen toiminnasta (Liite 20) kaupungin sähköpostijakelulistojen kautta kaikille kouluikäisten palveluissa ja perusnuorisotyössä työskenteleville, kaikkiaan yli 600 työntekijälle. Tieto toiminnasta meni näin esimerkiksi koulukuraattoreille, -terveydenhoitajille sekä -nuorisotyöntekijöille ja opettajille. Viestissä kehoitettiin olemaan yhteydessä hankekoordinaattoriin, jos halusi ennakkoon tiedustella paikkaa kerhoista esimerkiksi vähän liikkuvalla lapselle tai nuorelle.

10.3 Liikuntakerhoihin ilmoittautuminen

Liikuntakerhoihin ilmoittautuminen aluksi pelkästään netin kautta oli aiemmin todettu toimivaksi Pienten lasten liikuntakerhojen yhteydessä, joten se otettiin toimintatavaksi myös koululaisten liikuntakerhoissa. Ilmoittautumisaika oli kustannusvastaavuuteen pyrkivän toimintamallin ja eri toimijoille tarvittavan tiedotusajan vuoksi rajattu kolmeen viikkoon. 10.9.2017 mennessä toimintaan mukaan ilmoitettiin 46 oppilasta, joista 30 alakoululaisten liikuntakerhoihin ja 16 yläkoululaisten liikuntavuoroihin. Alakoululaisten kahteentoista kerhoon kaikkiin paitsi yhteen ilmoitettiin vähintään yksi oppilas, ja enimmillään yhteen kerhoon ilmoitettiin viisi oppilasta. Kymmenen osallistujan vähimmäismäärä ei täyttynyt missään alakoululaisten kerhossa. Yläkoululaisten kuntosalii-

vuorot olivat ainoat ryhmät, jotka keräsivät riittävästi ilmoittautumisia aikataulun mukaisesti käynnistettäväksi.

Seurojen kanssa 11.9.2017 käydyn sähköpostiviestittelyn perusteella kaikkien alakoulu-
laisten kerhojen pilottivaiheen kestoä lyhennettiin kymmenestä kerrasta kuuteen ja ilmoittautumisaikaa jatkettiin 13.10. asti. Toiminnan aloitus siirrettiin viikolle 43. Pilottivaiheen lopetus säilyi tällöin alkuperäisen aikataulun mukaisena. Tieto tilanteesta lähetettiin sähköpostilla ja tekstiviestillä kaikille ilmoitetuille osallistujille ja heidän huoltajille. Ennakkoon kausimaksun maksaneiden osallistumismaksut palautettiin Paytrail-ohjelman kautta. Toiminnan mainokset ja esitteet päivitettiin ja lähetettiin koulujen henkilöstölle eteenpäin markkinoitavaksi.

Perjantaihin 13.10. mennessä alakoululaisten liikuntakerhoihin oli ilmoitettu 39 osallistujaa. 19 ilmoittautunutta saatiin ryhmäsiirtojen avulla kahteen alakoululaisten liikuntakerhoon toiminnan käynnistämiseksi. Ilmoitetuista osallistujista puolille ei pystytty syksyllä järjestämään liikuntakerhoa kerhokohtaisten osallistujamäärien vähyyden ja ryhmäsiirtojen aikataulu- ja kulkuvaikeuksien vuoksi. Tieto pilottivaiheen peruuntuneista ja toteutuvista liikuntakerhoista lähetettiin ilmoittautuneille sekä muille toimijoille.

11 Toimintamallin pilottikokeilu

Alakoululaisten liikuntakerhojen pilottikokeilu käynnistyi lopulta viikolla 43 kahdessa toimipaikassa kuuden kerran mittaisena kautena. JäPSin ohjaaja, jonka ohjattavia molemmat liikuntakerhot olivat, kävi 11.10.2017 kuittaamassa avaimet Harjulan koululle ja tutustumassa liikuntakerhon tiloihin ja välineisiin koulun vararehtorin ja hankekoordinaattorin kanssa. Pirosen liikuntakeskuksen tilat ja välineet olivat ohjaajalle entuudestaan tuttuja, ja hänellä oli avaimet valmiiksi. Ohjaaja ja hankekoordinaattori sopivat hankekoordinaattorin olevan mukana ensimmäisillä kerhotunneilla osallistujien ohjaamiseksi paikalle ja kyselemässä osallistujien sisältötoiveita kerhoon. Pilottivaiheen eteneminen tutustumiskäynnistä alkaen on kuvattu kuviossa 14.



Kuvio 14. Toimintamallin pilottikokeilun vaiheet

11.1 Osallistujatoiveiden kartoitus

Hankekoordinaattori kertoi ensimmäisellä kokoontumiskerralla oppilaskyselyiden vastauksista poimittuja alustavan ohjelman sisältöjä osallistujille. Lisäksi osallistujat otettiin tutustumaan toimipaikkojen liikuntavälinevarastojen sisältöön, jotta he tietäisivät millai-

sia välineitä kerhoissa oli käytettävissä. Tämän jälkeen ohjaajan ja hankekoordinaattorin johdolla kerättiin osallistujien toiveita liikuntakerhon lajeista ja leikeistä.

Toiveiden kartoittamiseksi jokainen osallistuja sai kynän ja post-it-lapun, jolle tuli kirjoittaa toiveleikkinsä tai lajinsa, jota toivoo kerhossa oltavan. Palauttaessaan lapun osallistuja sai halutessaan uuden lapun, jolle sai kirjoittaa toisen toiveen. Lappuja sai täyttää halutessaan enintään kolme. Kun kaikki olivat tuoneet lappunsa, toiveet luettiin ääneen ja kysyttiin, oliko mielessä vielä muita toiveita. Ääneen sanotut lisätoiveet kirjattiin lappuille. Osallistujilta kysyttiin myös, oliko joku esitetystä toiveista sellainen, jota joku ei missään nimessä haluaisi olla. Tällaisia ei noussut kummassakaan ryhmässä. Yhdessä keskusteltiin, että pallopeleille voisi olla vaihtoehtoja valittavana, koska ne eivät kaikkia tyttöjä innostaneet.

Toiveiden määrän ja sisältöjen ja yhteisten keskustelujen perusteella kaikki osallistujatoiveet luvattiin kerhoissa toteutettavan. Hankekoordinaattori teki osallistujatoiveista koosteen erikseen kummallekin kerholle, jonka lähetti sähköpostitse kerhon ohjaajalle. Ohjaajan ja hankekoordinaattorin keskustelussa ensimmäisten tuntien jälkeen sovittiin, että toiveita ja ehdotuksia osallistujilta kyseltäisiin vapaamuotoisesti joka tunti. Lisäksi puhuttiin, että vapaa liikkuminen ja välineiden hyödyntäminen olisi osa jokaista kerhokertaa. Yhteisiä ohjattuja leikkejä olisi kuitenkin pidettävä tasaisesti osallistujien aktivoimiseksi, ja osallistujien esittämät toiveet tämän hyvin mahdollistivatkin.

11.2 Toiminta ja kävijät

Liikuntakeskus Pirosen 5.-6.-luokkalaisten kerhossa ilmoitettuja osallistujia oli yhdeksän, joista viisi tyttöjä. Harjulan koulun 3.-4.-luokkalaisten kerhossa ilmoitettuja osallistujia oli kymmenen, joista tyttöjä oli seitsemän. Pilottivaiheen kahden alakoululaisten liikuntakerhon yhteinen tuntikohtainen osallistujakeskiarvo oli 6,2. Vähimmillään Pirosen kerhossa oli paikalla kolme osallistujaa, ja enimmillään kuusi. Harjulassa paikalla oli vähimmillään kuusi osallistujaa kerhon viimeisellä kerralla, joka siirtyi yhden kerhokerran peruuntumisen takia myöhemmäksi. Enimmillään Harjulan kerhossa oli paikalla yhdeksän osallistujaa pilottivaiheen aikana.

Liikuntakeskus Pirosen liikuntakerho 5.-6.-luokkalaisille

Hankekoordinaattori päivysti ison osan ensimmäisestä tunnista liikuntakeskuksen aulaan vastaanottamassa mahdollisia myöhässä kerhoon tulijoita. Huolena oli, että lapset eivät tiedä mihin tulla, koska toimintapaikka ei ollut koulun sali eikä välttämättä tuttu osallistujille tai heidän huoltajille. Toisella kerralla osallistujat kuitenkin löysivät hyvin ennen aloitusta paikalle. Hankekoordinaattori oli varttia yli kerhon alkamisen asti päivystämässä mahdollisia myöhässä tulijoita. Toivekysely post-it-lapuille toteutettiin vasta toisella kerralla, kun isompi osa ilmoittautuneista oli paikalla.

Osallistujista kerhon sisällöksi voimistelua toivoi kaksi tyttöä. Yksi tyttö toivoi kaikkia polttaa kaikkia -leikkiä. Pojista yksi toivoi parkouria, yksi jalkapalloa ja yksi polttopalloa. Jokainen kirjoitti toivekartoituksessa vain yhden toiveen paperille. Keskustelussa toivottiin vapaa-aikaa temppuilla voimistelukanveesilla ja patjoilla, ja että kerhossa kokeiltaisiin uusia ja hauskoja ohjattuja leikkejä ja pelejä.

Liikuntakeskus Pirosen liikuntakerhon osallistujakeskiarvo kuuden kerran aikana oli 4,7. Pirosen kerhoon ilmoitetuista yhdeksästä osallistujasta yhden osallistuminen peruttiin lapsen käymättä kerhossa kertaakaan. Perumisen syy oli osallistujan mielen muuttuminen osallistumisen suhteen. Kaksi muuta ilmoitettua ei osallistunut kertaakaan eikä osallistumista peruttu, vaikka osallistujien perään kyseltiin tekstiviesteillä. Käytännössä kävijöitä Pirosen kerhossa oli siis kuusi 5.-6.-luokkalaista. Pirosen varsinaisista kävijöistä puolet oli poikia ja puolet tyttöjä.

Harjulan koulun liikuntakerho 3.-4.-luokkalaisille

Harjulan kerhossa osallistujia oli hyvin paikalla heti ensimmäisellä kerralla, joten toivekysely toteutettiin tällöin. Osallistujista kolme tyttöä kirjoitti sisältötoiveekseen temppuradan ja kaksi poikaa parkourin. Muita yksittäisiä toiveita olivat jalkapallon ja sählyn pelaaminen sekä yhteisesti erilaiset hippaleikit, kuten takaa-ajo ringissä, banaanhippa ja hedelmäsalaatti. Keskusteluissa tytöt toivoivat vaihtoehtoja jalkapallolle ja sählylle, jotka molemmat olivat poikien esittämiä toiveita. Kaksi osallistujaa kirjoitti useammalle lapulle toiveita, muut yhden.

Harjulan kerhossa yksi kerhokerta jouduttiin yllättäen perumaan, kun koulu käytti liikuntasalia opettajien suunnittelutoimintaan kerholle varattuna aikana eikä pystynyt vaihtamaan tilaa lennosta. Ohjaaja joutui ilmoittamaan paikalle tulleille, että kerhoa ei silloin olisi, ja korvaava kerta järjestettäisiin kauden loppua siirtämällä. Hankekoordinaattori lähetti seuraavana päivänä tekstiviestinä pahoittelun huoltajille, jossa samalla ilmoitettiin korvaavan kerran ajankohta. Koulun rehtorille lähetettiin huomautus, että kerhot tulisi paremmin huomioida vastaavissa järjestelyissä jatkossa.

Harjulan liikuntakerhon kuuden kerran osallistujakeskiarvo oli 7,7 osallistujaa. Harjulan liikuntakerhoon ilmoitetuista osallistujista seitsemän oli tyttöjä ja kolme poikia. Ilmoitetuista osallistujista yksi tyttö ei käynyt kauden aikana kerhossa lainkaan. Kausilaskun saatuaan vanhempi kävi lapsen kanssa kerhossa kertomassa ohjaajalle, että he olivat ymmärtäneet kerhon peruuntuneen syksyltä. Muut osallistujat kävivät hyvin säännöllisesti, ja poissaolot kerhosta ilmoitettiin yleensä ennakoon huoltajien tai kerhossa käyvien kavereiden toimesta.

11.3 Toiminnan laskutus ja taloudellisuus

Hankekoordinaattori lähetti 13.11.2017 pyynnön Liikuntapalveluihin pilottivaiheen toteutuneiden liikuntakerhojen laskutuksesta. Liikuntaesimies lähetti kausimaksut huoltajille 15.11.2017. Maksut lähetettiin huoltajille niiden osallistujien osalta, joiden ilmoittautumista ei ollut ennakoon peruttu, kuten liikuntakerhojen esitteessä (Liite 18) ja ilmoittautumisjärjestelmän kurssikohtaisissa lisätiedoissa mainittiin toiminnan maksun osalta. Tällainen käytäntö kaupungilla on ohjatun liikunnan palveluissa, ja toiminnan vakiinnuttamisen helpottamisen ja ilmoittautuvien sitouttamisen vuoksi samaa käytäntöä noudatettiin liikuntakerhojen pilottikokeilussa.

Osallistujamaksu kuuden kerran mittaisesta kaudesta oli 18€, jolloin tuntihinta oli sama kuin alkuperäisessä kymmenen kerran pilotissa. Alakoululaisten liikuntakerhoista kausimaksuina saatiin tuloja 342€. Ohjaavalle seuralle maksettiin kahdestatoista ohjauskerasta yhteensä 360€. Pelkät alakoululaisten kerhot huomioiden toiminta oli 18€ tappiollista. Yläkoululaisten liikuntavuoroista saatiin kausimaksuina tuloja 522€, eikä erillisiä

ohjauskorvauksia maksettu. Huomioiden sekä ala- että yläkoululaisten liikuntakerho-toiminnasta syntyneet tulot ja kulut, toiminta oli 504€ plussan puolella pilottivaiheelta.

11.4 Ohjaajan kokemukset pilottikokeilusta

Molempien pilottikokeilussa käynnistyneiden Liikkuva alakoulu -kerhojen ohjaajana toimi Järvenpään Palloseuran tyttöjoukkueiden vastuuvälmentaja. Hän toimii rakentajana ja valvojana myös kaupungin liikuntapalveluiden 3-5-vuotiaille suunnatulla tempuradalla liikuntakeskus Piirosella, mutta ei ollut aiemmin toiminut ohjaajana esimerkiksi kaupungin ja seurojen yhteistyössä järjestämissä pienten lasten liikuntakerhoissa.

Hankekoordinaattori osallistui kahden toteutuneen liikuntakerhon tunneille molempiin kolmesti. Osallistumisten myötä toiminnan toteutuksesta päästiin ohjaajan ja hankekoordinaattorin kesken keskustelemaan säännöllisesti, vaikka mitään ongelmakohtia ei missään vaiheessa esiin noussutkaan. Pilottikokeilun viimeistä ohjauskertaa 5.12.2017 ennen hankekoordinaattori vapaamuotoisesti haastatteli ohjaajaa tämän pilottivaiheen kokemuksista ja kehitysehdotuksista toiminnan jatkoa varten.

Ohjaaja oli kokenut perehdytyksen ennen kerhotoiminnan aloitusta selkeäksi, eikä hänellä ollut sen suhteen kehitysehdotuksia tulevaa varten. Ohjaaja koki, että toiminta oli edennyt suunnitelmien mukaan, eikä kerhoissa ollut sattunut mitään ikävää ja keskusteluyhteys osallistujien ja ohjaajan välillä oli mutkaton. Ohjaaja piti toimivana ja helpponakin, että tuntien sisältöä kyseltiin ja toteutettiin joka kerta paikallaolijoiden mukaan. Ohjaaja antoi usein lasten hakea haluamiaan välineitä varastosta käyttöönsä. Ryhmäkoot mahdollistivat myös eriyttämisen, ja ohjaaja koki ehtineensä hyvin huomioimaan kaikki osallistujat tunneilla. Ohjaaja sanoi kokeneensa hankekoordinaattorin tiiviin läsnäolon liikuntakerhoissa pelkästään positiiviseksi asiaksi.

Kehitysehdotukset ja huomiot jatkoa ajatellen liittyivät enemmän ohjaajan omaan toimintaan. Ohjaaja oli huomannut, että tarkempi perehtyminen välinevarastoon ja käytettävissä olevien välineiden muistaminen auttoi sisällön suunnittelussa ja joustavammassa toteutuksessa. Ohjaaja koki, että osallistujien tultua ensimmäisten kertojen jälkeen paremmin tutuiksi, oli helpompi soveltaa omasta leikki- ja liikepankista ideoita tuntien

sisällöksi. Sisällön suunnittelua tunneille etukäteen ohjaaja piti jatkossa entistä tärkeämpänä. Keskustelussa kuitenkin todettiin, että ryhmään tutustuminen ja osallistujien toiveiden kuunteleminen on erittäin tärkeää matalan kynnyksen toiminnassa, eivätkä valmiit suunnitelmat saa estää tätä. Pilottivaihe tuntui ohjaajasta lyhyeltä, mutta hän koki olevansa sen myötä entistä valmiimpi, jos toiminta jatkuu ja osallistujamäärä kasvaa. Ohjaaja kertoi pitäneensä liikuntakerhojen ohjaamisesta.

11.5 Palautekyselyt

Alakoululaisten liikuntakerhoista kerättiin palautetta Wepropol-kyselyillä. Palautekyselyitä tehtiin kaksi, osallistujille (Liite 21) ja huoltajille (Liite 22) omansa. Kyselylinkit lähetettiin huoltajille ja niille osallistujille, joiden numeron huoltajat olivat ilmoittaneet, tekstiviestinä Hellewi-järjestelmän kautta. Huoltajille kyselylinkit lähetettiin myös sähköpostitse. Osallistujilla oli mahdollisuus vastata palautekyselyyn kerhotunnilla hankekoordinaattorin koneelta tai kännykältään, ja valtaosa vastasi koneelta. Palautekyselyihin sai vastata 10.12.2017 asti. Osallistujakyselyyn vastasi neljätoista ja huoltajakyselyyn kuusi henkilöä. Vastausprosentti osallistujakyselyssä oli 74 ja huoltajakyselyssä 32. Pelkät kerhoissa käyneet osallistujat huomioiden osallistujakyselyn vastausprosentti oli 93. Yläkoululaisten liikuntavuoroista toteutettiin omat palautekyselynsä.

Osallistujakyselyn tulokset

Osallistujakyselyn vastaajista seitsemän ilmoitti käyneensä Pirosen ja seitsemän Harjulan liikuntakerhossa. Vastaajista kahdeksan oli tyttöjä ja kuusi poikia. Vastaajista yhdeksän oli saanut tiedon kerhoista vanhemmiltaan, kolme kavereiltaan ja kaksi oman luokan opettajalta. Kolmetoista vastaajaa oli viihtynyt liikuntakerhossa, yksi ei osannut sanoa oliko viihtynyt. Syitä viihtymiselle sanallisissa palautteissa olivat esimerkiksi, että kerhossa on kivaa, siellä saa välillä tehdä mitä haluaa ja kaikkien mielipiteet otetaan huomioon. Kaksitoista vastaajaa koki olonsa turvalliseksi kerhossa, kaksi ei osannut sanoa. Siihen, mitä liikuntakerhossa tehtiin, yhdeksän vastaajaa koki saaneensa vaikuttaa ja kaksi ei, muut eivät osanneet sanoa. Vaikuttamisen keinoiksi oli mainittu esimerkiksi leikkien ehdottaminen ja päättäminen, ja mainittu ohjaajien kysyvän usein osallistujilta mitä he haluavat tehdä.

Kuusi vastaajaa koki liikkuneensa aiempaa enemmän liikuntakerhoon osallistumalla, kaksi ei kokenut, ja kuusi ei osannut sanoa. Vastaajista kymmenen haluaisi jatkossa osallistua vastaavaan liikuntakerhoon, syiksi mainittiin esimerkiksi kaverit ryhmässä, kerhon kiva sisältö ja mukavat opettajat. Yhdessä palautteessa kerhon mainittiin olevan hyvä lisä koulun jälkeen. Yksi vastaaja ei haluaisi osallistua uudelleen oman haluttomuuden vuoksi, kolme vastaajaa ei osannut sanoa mielipidettään. Tiedon uudesta liikuntakerhosta suurin osa osallistujista haluaisi vanhemmilta, kaikkiaan yksitoista neljästätoista vastaajasta. Vastaajista seitsemän haluaisi tiedon kavereilta, neljä oman luokan opettajalta ja neljä liikunnanopettajalta. Koulun ilmoitustaululta tiedon haluaisi kaksi neljästätoista. Vaihtoehtoja tiedon lähteeksi sai valita useamman.

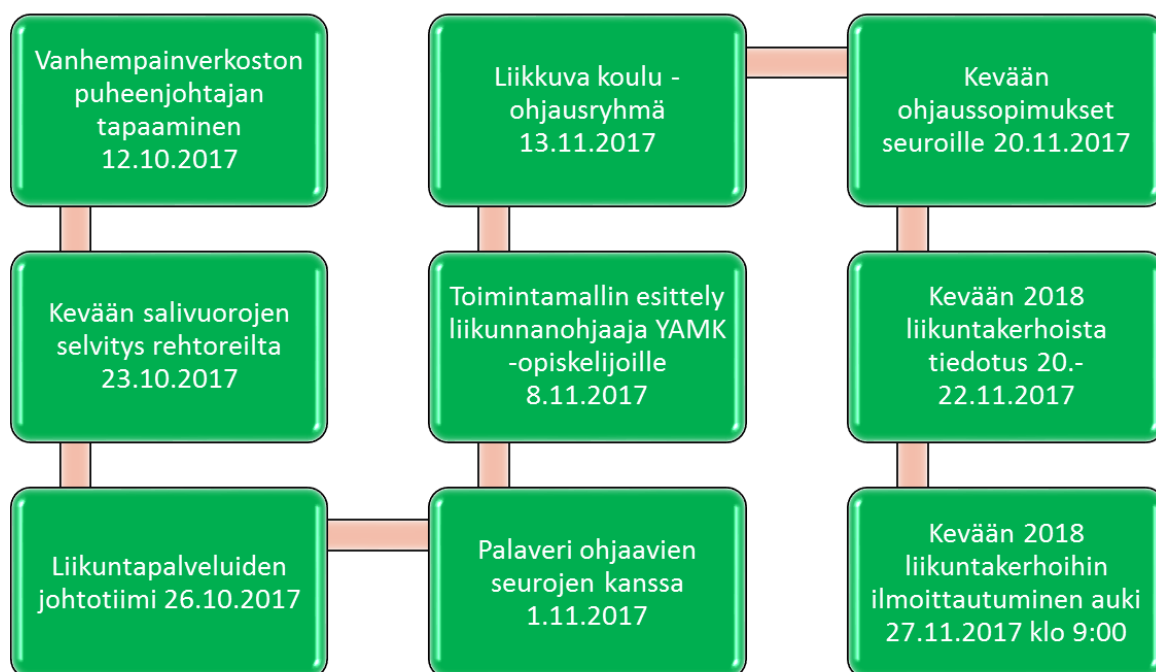
Huoltajakyselyn tulokset

Huoltajakyselyyn vastanneista kolmen lapsi oli osallistunut Pirosen ja kolmen Harjulan liikuntakerhoon. Huoltajille toiminnan paikka, aika ja hinta ovat merkittävimpiä syitä liikuntakerhon valinnalle, mutta myös lapsen toive merkitsee. Helmi-järjestelmä on toimivin markkinointi- ja tiedotuskanava huoltajille, mutta sähköposti ja facebook tukevat tätä lapselta itseltään saatavan tiedon lisäksi. Pilottikokeilussa toiminnasta oli riittävästi tietoa saatavilla ja ilmoittautuminen sekä laskutus toimivat. Lapset viihtyivät liikuntakerhoissa, perusteluiksi mainittiin kiva ja lapsilähtöinen tekeminen hyvässä seurassa ja kivat ohjaajat. Viisi vastaajaa koki liikuntakerhon lisänneen lapsensa liikkumista ja yksi ei, syyksi kerrottiin lapsen muutenkin aktiivinen liikkuminen. Kaikki vastaajat ilmoittaisivat lapsensa vastaavaan toimintaan myös jatkossa. Yksi vastaaja kertoi olevansa todella onnellinen, että liikuntakerhojen tyyppistä matalan kynnyksen lapsilähtöistä liikuntaa on järjestetty.

Kehitysehdotuksia palautteissa ei juuri ollut. Yhdessä vastauksessa kerrottiin lapsen viihtyneen, mutta parin häirikköpojan vähentäneen viihtyvyyttä. Palautteessa toivottiin huonosti käyttäytyvien lasten vanhemmille vastaisuudessa annettavan palautetta, jotta kotona voitaisiin puhua asiasta. Yhdessä palautteessa toivottiin vähän enemmän markkinointia myös suoraan lapsille. Toiminnalle toivottiin jatkoa ja useampien lasten houkuttelemista mukaan toimintaan.

12 Toimintamallin kehittäminen

Matalan kynnyksen liikuntakerhoja haluttiin alusta lähtien rakentaa jatkuvaksi kausimuotoiseksi toiminnaksi koululukuvuoden kylkeen. Ohjaavien seurojen kanssa puhuttiin alusta asti toiminnan jatkamisesta keväällä, mutta samalla tästä haluttiin sopia erikseen pilottikokeilun kokemusten pohjalta. Koska syksyn liikuntakerhoihin ei ilmoittautunut lainkaan niin paljon osallistujia kuin oli toivottu ja odotettu, piti toimintamallin arviointi ja kehittäminen aloittaa heti alkuperäisen ilmoittautumisvaiheen jälkeen. Tarkoitus oli selvittää toimintamallin kehityskohteet, jotta osallistujia saataisiin jatkossa runsaslukuisemmin. Tavoitteena oli tarvittavien muutosten tekeminen kevään 2018 liikuntakerhoja varten. Toimintamallin kehittämisen tärkeimmät vaiheet alkuperäisen ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen pilottikokeilu pois lukien näkyvät kuviossa 15.



Kuvio 15. Toimintamallin kehittämisen vaiheet pilottikokeilun ohella.

12.1 Vanhempainverkoston huomiot ja kehitysehdotukset

Hankekoordinaattori lähetti kerhotoiminnan aloituksen siirtymisen jälkeen yhteistyöpyyntöä Järvenpään koulujen vanhempainyhdistysten kattojärjestö Vanhempainverkostolle (Liite 23) sekä erikseen kunkin koulun omalle vanhempainyhdistykselle. Vanhempainverkosto ilmoitti olevansa innolla mukana, ja tilannekatsauksen tekemiseksi ja

toimintamallin kehityskohtien löytämiseksi sovittiin yhteistyötapaaminen. Hankekoordinaattorin ja Vanhempainverkoston puheenjohtajan tapaamisessa 12.10.2017 hankekoordinaattori esitteli aluksi liikuntakerhojen toimintamallin ja alustavan ohjelman sekä niihin johtaneet oppilaskyselyn tulokset ja oppilaskuntien näkemykset toiminnasta. Puheenjohtaja jakoi edellisessä Vanhempainverkoston tapaamisessa liikuntakerhoja koskevasta keskustelusta nousseet huomiot ja kehitysehdotukset toimintamallille.

Yleisesti liikuntakerhotoiminta nähtiin vanhempainverkostossa erittäin tärkeänä ja tervetulleena ja toimintamalli koettiin toimivaksi. Osallistumismaksu koettiin kohtuulliseksi tai jopa halvaksi, ja sen toivottiin pysyvän vastaavalla tasolla jatkossakin. Päähuomiot kehittämiseksi olivat lisää aika markkinoinnille ja liikuntakerhojen alustavan ohjelman julkaiseminen lasten ja vanhempien nähtäväksi. Markkinoinnissa oli käytössä toimivat kanavat, ongelmaksi uskottiin vain oman aikansa ottaminen perheiltä uuden palvelun löytämisessä ja hyödyntämisessä. Alustavan ohjelman julkaisemista pidettiin järkevänä, jotta kerhon sisällön monipuolisista mahdollisuuksista saisi käsityksen, vaikka varsinaisen ohjelma sovittaisiinkin erikseen varsinaisten osallistujien kanssa.

Liikuntakerhoja toivottiin tarjolle myös keväälle ja aikataulujen varmistamista markkinointia varten mahdollisimman hyvissä ajoin syksyllä. Ohjaavien seurojen ilmoittamista esitteessä kerhokohtaisesti kehoitettiin välttämään, koska moni ajattelisi kerhon sisällön määräytyvän ohjaavan seuran oman lajin mukaan. Kevätkauden toiminnan aloittamista suositeltiin vasta useampi viikko koulujen aloituksen jälkeen, jotta tieto toiminnasta ei hukkuisi muihin lukukauden aloituskiireisiin kouluilla tai kodeissa. Toiveena esitettiin lapsille kokeilumahdollisuutta liikuntakerhossa ennen sitovaa ilmoittautumista.

Vanhempainverkoston puheenjohtaja lupasi vanhempainverkoston avuksi toiminnan markkinointiin jatkossa. Vanhempainverkosto pystyisi tiedottamaan toiminnasta koulujen vanhempainyhdistyksiä ja lähettämään liikuntakerhojen esitteitä ja alustavia ohjelmia sähköpostitse suoraan huoltajille omilla jakelulistoillaan. Tiedottamalla toiminnasta vanhempainverkostoa, he pystyisivät edelleen kertomaan toiminnasta omissa kokouksissaan ja koulujen vanhempainilloissa. Lisäksi he voisivat pyydettyä jatkossakin esittää huomioita ja kehitysehdotuksia toimintamallille.

12.2 Kaupungin tilaresurssit ja Liikuntapalveluiden näkemykset

Hankekoordinaattori lähetti koulujen rehtoreille sähköpostikyselyn kevään vapaista liikuntasalivuoroista 23.10.2017 (Liite 24). Kaikilta kouluilta tuli tieto käytettävissä olevista salivuoroista 30.10.2017 mennessä. Kaikkiaan seitsemältä ala- tai yhteiskoululta löytyi vapaita vuoroja arki-iltapäivistä tai aamuista. Salivuoroja liikuntakerhotoimintaa varten löytyi useammalta koululta kevääksi kuin mitä oli ollut tiedossa syksyn pilotti-toimintaa suunniteltaessa. Koulut myös ilmoittivat aiempaa tarkemmin, miten vapaat liikuntasalivuorot menivät suhteessa koulun oppitunteihin. Koulujen ilmoittamien aikataulujen sekä syksyn pilottikokeilun kerhokohtaisten ilmoittautumismäärien perusteella hankekoordinaattori suunnitteli alustavan aikataulun kevään liikuntakerhoille (Liite 25).

Liikuntapalveluiden johtotiimissä 26.10.2017 keskusteltiin liikuntakerhojen pilotista ja mahdollisista muutoksista toiminnan jatkoa ajatellen. Liikuntakerhojen tilavarauksista keskusteltiin, että salivaraukset kerhojen osalta tehdään jatkossa Timmi-tilavarauksalenteriin näkyviin, vaikka päiväajat ovatkin rehtoreiden päätettävissä. Näin tieto liikuntakerhojen vuorojen peruutuksista menisi Timmiä hallinnoivalta kaupungin Sivistyksen ja vapaa-ajan palvelupisteeltä suoraan Liikuntapalveluihin ja ohjaaville seuroille. Tämä vähentäisi riskiä kerhokertojen äkillisiin perumisiin, jollainen pilottivaiheessa koettiin Harjulan koulun liikuntakerhossa. Tiloihin liittyen keskusteltiin myös ohjaajien tarvitsemista kulkuavaimista ja -koodeista. Liikuntapalveluiden palvelupisteeltä ohjaajat saisivat sähköisen kulkuavaimet ja -koodit koulujen tiloihin. Koulujen liikuntavälinevarastojen kaappeihin ohjaajien tulisi kuitenkin koulukohtaisesti kuitata avaimet kouluilta.

Liikuntaesimies näki, että liikuntakerhoissa kausimaksut olisi seuraavalla kerralla kannattavampi jälkilaskuttaa. Tällöin ei jouduttaisi tekemään maksupalautuksia kerhojen peruuntuessa, mikä säästäisi työaikaa. Jälkilaskutus olisi myös asiakasystävällisempää, koska maksujen palautus kaupungin nykyisillä järjestelmillä vaatii aikaa ja asiakkaiden aktiivisuutta tilinumeroiden ilmoittamisineen ja tilitietojen seuraamisineen. Vasta todellista kysyntää vastaavan liikuntakerhojen määrän löydyttyä olisi järkevää antaa asiakkaille mahdollisuus ennakkomaksuun ilmoittauduttaessa.

Liikuntapalveluissa huolena oli myös liikuntakerhojen vakiinnuttamiseen osaksi Liikunnanohjauspalveluita liittyvä työmäärä suhteessa käytettävissä oleviin henkilö- ja työaika-resursseihin. Tästä sovittiin, että ensin toimintamalli pitäisi saada kunnolla käyntiin ja enemmän ilmoittautuneita kerhoihin, jotta olisi perusteita toiminnan vakiinnuttamiseen osaksi peruspalveluita. Ellei liikuntakerhoihin saataisi lisää osallistujia, toimintamalli vastuineen pitäisi miettiä mahdollisesti kokonaan uusiksi. Niin kauan kuin Liikkuva koulu -hanke Järvenpäässä jatkuu, toimintamallin pyörittäminen voisi pysyä hankekoordinaattorin vastuulla. Liikuntaesimiestä ja liikunnanohjaajia kuitenkin perehdytettäisiin toimintamallin toteutuksen toimenpiteisiin tilanteen mukaan.

12.3 Palaveri ohjaavien seurojen kanssa

Hankekoordinaattori lähetti syksyn pilottivaiheen ohjaaville seuroille palaverikutsun kevään liikuntakerhojen toteutukseksi alustavine ohjelmineen 23.10.2017 (Liite 26). Ohjaavista seuroista paikalle ilmoitti pääsevänsä Järvenpään Palloseuran ja Keski-Uudenmaan Yleisurheilun edustajat. Järvenpään Voimistelijoista kukaan ei päässyt paikalle, mutta yhteyshenkilö ilmoitti kaikkien viestissä mainittujen yksityiskohtien sopivan seuralle. Seurapalaveri 1.11.2017 aloitettiin hankekoordinaattorin kertomalla pilottivaiheen toimintamallille saamansa kehitysehdotukset, jonka jälkeen toiminnasta keskusteltiin ilmoittautumisvaiheen ja muutaman pidetyn kerhokerran perusteella. Lopuksi sovittiin tarkennuksia ja muutoksia toimintamalliin ja päätettiin kevään ohjausvastuut.

Alakoululaisten liikuntakerhojen kohderyhmiä päätettiin laajentaa, jotta potentiaalisia osallistujia olisi pilottivaihetta enemmän. Kevään kohderyhmiksi sovittiin 1.-3.-luokkalaiset ja 4.-6.-luokkalaiset niillä toimipaikoilla, joissa pystyttäisiin tarjoamaan kaksi liikuntakerhoa. Paikoissa, joissa pystyttäisiin tarjoamaan vain yksi liikuntakerho, kohderyhmäksi valittiin 3.-6.-luokkalaiset. Kevätkausi sovittiin pidettävän kymmenen kerran mittaisena ja toiminnan alkavan viikolla kuusi. Kaupunki halusi kevätkauden kaksi ensimmäistä kerhokertaa ilmaisiksi kokeilumahdollisuuksiksi liikuntakerhoissa. Kokeilukerroista maksettaisiin ohjaaville seuroille sovitut tuntikorvaukset, tuli lapsia paikalle tai ei. Kaikki halukkaat kohderyhmäläiset saisivat osallistua kokeilukerroille, ohjaaja huolehtisi ensisijaisesti turvallisuudesta ja osallistujien toiveiden kyselystä. Hankekoor-

dinaattori myös pyrki osallistumaan kokeilukerhoille. Kerhoihin olisi aikaa ilmoittautua kokeilukertojen päättymispäivään asti.

Toiminnan markkinointiin liittyen seurat hyväksyivät, että ohjaavia seuroja ei mainittaisi erikseen kerhoittain liikuntakerhojen esitteessä. Seuroille sopi, että kevään liikuntakerhojen alustava ohjelma laitetaan näkyville kaupungin nettisivuille. Ohjelmassa sovittiin painotettavan varsinaisen kerhokohtaisen ohjelman sopimista erikseen ilmoittautuneiden osallistujien kanssa. Osallistujälähtöisen toiminnan ja ohjelman rakentamiseksi jatkossa sovittiin ilmoittautuneiden osallistujien toiveiden kartoituksesta vastaavalla tavalla kuin pilottiryhmissä tehtiin. Turvallisen ja osallistujälähtöisen toiminnan tarjoamiseksi keskusteleva ja vapaa ilmapiiri osallistujien ja kaikkien järjestäjien välillä olisi tärkeää jatkossa.

Liikuntakerhojen vapaiden toimipaikkojen ja -aikojen suhteen huomioitiin ensisijaisesti kerhopaikat, jotka olivat toteutuneet tai keränneet eniten ilmoittautuneita pilottivaiheessa. Näistä uskottiin löytyvän osallistujia todennäköisimmin myös jatkossa. Lisäksi hankekoordinaattori pyrki sijoittamaan liikuntakerhoja alueellisesti niin, että oppilailla mahdollisimman monelta koululta olisi kohtuullisella kulkumatkalla mahdollisuus osallistua toimintaan. Lopulliset kerhopaikat sovittiin tapaamisessa paikalla olleiden seurojen mahdollisuuksien mukaan. Palaverin jälkeen hankekoordinaattori tiedotti Järvenpään Voimistelijoiden yhteyshenkilölle tapaamisessa sovituista asioista ja heidänkin ohjausvastuut keväälle sovittiin. Hankekoordinaattori lähetti vielä muillekin paikallisille seuroille kyselyn ohjaavaksi seuraksi ryhtymisestä kevätkaudelle 2018 (Liite 27). Yhtään uutta seuraa ei ilmoittautunut 13.11.2017 annettuun määräaikaan mennessä.

12.4 Liikunnanohjaaja (YAMK) -opiskelijoiden kehitysehdotukset

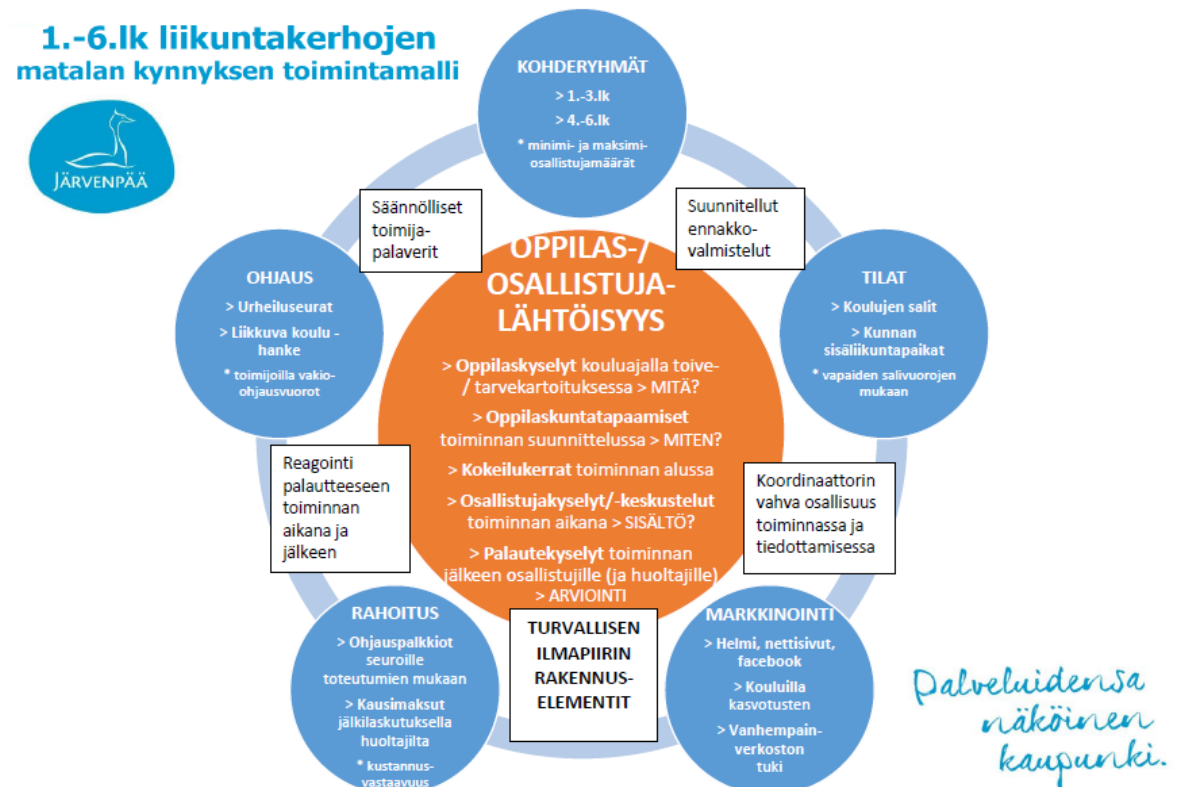
Osana liikunnan ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon markkinoinnin opintokokonaisuuden suorittamistaan hankekoordinaattori esitteli Järvenpään matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallia omalle YAMK LIIKU 16 -opintoryhmälleen 8.11.2017. Paikalla olleet opiskelijat antoivat palautetta ja kehitysehdotuksia toimintamallille kirjallisesti kymmenen minuuttia kestäneen esittelyn perusteella. Lisäksi markkinoinnin opettaja lähetti oman palautteensa (Liite 28) toimintamallista sähköpostitse. Palautteissa aihe

itsessään nähtiin tärkeäksi ja toimintamalli pääosin toimivaksi. Esiteltyä osallistujaläh- töisyyttä pidettiin hyvin toteutettuna.

Annetuista kehitysehdotuksista osuvimmat koskivat toiminnan ohjausta ja markkinoin- tia. Toiminnan ohjauksesta parissa palautteessa nostettiin esiin, miten seurojen ohjaa- jien pätevyys matalan kynnyksen toiminnan ohjaukseen selvitetään ja tuodaan esiin toiminnan markkinoinnissa. Ohjaajien pätevyden korostettiin näkyvän toiminnan tur- vallisuuudessa ja laadukkuudessa ja vaikuttavan myönteisesti perheiden ostopäätöksiin, jos ammattitaitoisia ohjaajia on. Toisessa markkinointiin liittyvässä palautteessa keho- tettiin entisestään markkinoimaan toiminta-ajan sijoittumista aamuihin ja iltapäiviin, joka koettiin toimintamallin positiiviseksi erottuvuustekijäksi perheiden yhteisen vapaa- ajan säästämiseksi. Opettajan palautteessa tuotiin ilmi, että liikuntakerhojen toiminta- malli ei ehkä ole nuoria puhutteleva, ja kohderyhmiä voisi markkinoinnillisesta näkö- kulmasta selkiyttää ja eriyttää osallistujien saamiseksi toimintaan.

13 Alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamalli

Liikkuva koulu -ohjausryhmä kokoontui syksyn viimeisen kerran 13.11.2017. Tässä kokouksessa hankekoordinaattori esitti näkemyksensä kevään 2018 alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamalliksi, joka on kuvattu kuviossa 16. Tärkeimmät muutokset toimintamallissa syksyn pilottivaiheeseen nähden olivat alakoululaisten kohderyhmien laajentaminen ja yläkoululaisten toiminnan erottaminen omaksi toiminnakseen, kokeilukertojen järjestäminen osallistujalähtöisyyden parantamiseksi sekä siirtyminen kausimaksujen jälkilaskutukseen. Toiminnan markkinointiin tehtäisiin myös muutoksia. Ohjauskorvaukset seuroille ja kausimaksut huoltajille pysyisivät ennallaan.



Kuvio 16. Alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamalli keväälle 2018.

Hankekoordinaattori ehdotti ohjausryhmälle liikuntakerhojen aikatauluksi ja toimipaikoiksi Taulukon 1 mukaista ohjelmaa. Tämän ohjelman toteuttamiseksi hankekoordinaattorin piti itse sitoutua ohjaamaan kahta liikuntakerhoa, koska niihin ei löytynyt ohjaajia seuroista. Vastaavasti hankekoordinaattori pystyisi kevääksi luopumaan yläkoulu-laisten toisen kuntosalivuoron ohjaamisesta, koska Liikunnanohjauspalvelut hoitaisivat

jatkossa sen ohjauksen. Hankekoordinaattorin vakio-ohjauksiin sidotun työajan pysyessä samana ohjausryhmä hyväksyi ohjelman.

Taulukko 1. Alakoululaisten liikuntakerhojen kevään toimipaikat ja aikataulu.

liikuntakerhot alakoululaisille:				
kurssinro	kohderyhmä	paikka	päivä	kloaika
1510K	1.-3.lk	Oinaskadun koulun sali	ma	8.00-9.00
1511K	1.-3.lk	Haarajoen koulun sali	ma	14.00-15.00
1512K	1.-3.lk	JYK alakoulun sali	ma	14.00-15.00
1513K	1.-3.lk	Harjulan koulun sali	ti	14.00-15.00
1514K	3.-6.lk	Anttilan koulun sali	ke	15.00-16.00
1515K	3.-6.lk	Piirosen yläkerran tatamit	ke	15.15-16.15
1516K	3.-6.lk	Saunakallion koulun sali	to	15.00-16.00
1517K	4.-6.lk	Haarajoen koulun sali	ma	15.00-16.00
1518K	4.-6.lk	JYK alakoulun sali	ma	15.00-16.00
1519K	4.-6.lk	Harjulan koulun sali	ti	15.00-16.00
1520K	4.-6.lk	Oinaskadun koulun sali	ke	15.00-16.00

Kokeilukertojen tarjoamiseen kohderyhmäläisille ilmaiseksi sisältyi taloudellinen riski, koska seuroille tulisi kuitenkin maksaa ohjauskorvaukset. Syntyvät kustannukset kahden viikon kokeilukerroista olisivat 660€. Toteutuvista kerhoista saatavilla kausimaksuilla mitään tappiota ei tulisi, jos kaikki kevääksi suunnitellut kerhot toteutuisivat, tai toteutuvissa kerhoissa olisi yhteensä 22 osallistujaa yli kerhokohtaisen vähimmäisosallistujamäärän. Ohjausryhmä näki summan kohtuullisena suhteessa mahdolliseen hyötyyn ja hyväksyi kokeilukertojen kulut tarvittaessa hankerahoilla katettavaksi.

Liikuntakerhojen jatkolle esitetyn toimintamallin mukaisesti näytettiin vihreää valoa, ja hankekoordinaattorille annettiin valtuutus sopia kevään toiminta seurojen kanssa ja tehdä tarvittavat toimenpiteet toiminnan käytännön järjestelyjen ja markkinoinnin aloittamiseksi. Hankekoordinaattori valmisteli ja lähetti 20.11.2017 liikuntapäällikön allekirjoittamat palvelusopimukset (Liite 29) seuroille allekirjoitettavaksi ja edelleen liikuntaesimiehelle toimitettavaksi. Hankekoordinaattori valmisteli kevään alakoululaisten liikuntakerhojen esitteen (Liite 30) ja alustavan ohjelman (Liite 31) toiminnan markkinointia varten.

Hankekoordinaattori loi kurssit ilmoittautumisjärjestelmään ja ne aktivoitiin asiakkaiden nähtäväksi 21.11.2017. Liikuntaesimies lisäsi tiedot kevään kerhoista esitteeseen ja ohjelmineen kaupungin liikunnan nettisivuille, ja perusopetuksen erityisasiantuntija välitti

näille sivuille linkitetyn mainoksen (Liite 32) Helmi-järjestelmän kautta sekä oppilaille, huoltajille että opettajille. Hankekoordinaattori tiedotti vielä erikseen toiminnasta Liikkuva koulu -vastaavia ja Vanhempainverkostoa pyytäen apua markkinointiin. Ilmoittautuminen kevään 2018 liikuntakerhoihin aukesi asiakkaille 27.11.2017 klo 9.

14 Toimintamalli osallistujälähtöisyyden ja tuloksellisuuden näkökulmasta

Osallistujälähtöisen matalan kynnyksen liikuntakerhotoiminnan suunnittelu ja kokeileminen Järvenpäässä kyselyineen ja jatkokehittämisineen oli vuoden mittainen prosessi. Toiminnan kehittämisessä ja toteuttamisessa oli alusta asti kaksi mittaria, osallistujälähtöisyys ja tuloksellisuus. Luvussa keskitytään näistä kahdesta näkökulmasta matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin kehittämisen ja Liikkuva alakoulu -kerhojen käynnistämisen tuloksiin.

14.1 Osallistujälähtöisyyden toteutuminen

Osallistujälähtöisyyden toteuttamisessa lähdettiin koko kohderyhmän osallistamisesta tekemällä oppilaskyselyt kouluaikana. Sähköiseen Webropol-kyselyyn vastasi 61 % järvenpääläisistä yläkoululaisista. Yläkoululaisten kyselyn pohjalta muokattuun alakoulu- laisten kyselyyn vastasi 72 % alakoulujen oppilasta. Kyselyn tuloksia hyödyntämällä 68 % järvenpääläisistä peruskoululaisista osallistui osaltaan toimintamallin suunnitteluun. Kohderyhmän osallistaminen toiminnan suunnitteluun kyselyiden avulla oli yksi parhaiten onnistuneista osioista tässä kehittämistyössä.

Osallistujälähtöisyyden toteuttamista jatkettiin oppilaskuntien osallistamisella ryhmähaastatteluin. Toimintamallin kehittelyvaiheessa haastateltujen oppilaskuntien osuus oli 40 % kaikista Järvenpään alakoulujen oppilaskunnista. Oppilaskuntien haastattelut olivat antoisia ja ratkaisevia toimintamallin kohderyhmiä, tiloja ja ohjausta sekä turvallisuutta koskevissa valinnoissa. Oppilaskuntien vaikutus toimintamallin sisältöön vahvisti toiminnan osallistujälähtöisyyttä. Useamman oppilaskunnan haastattelu olisi ollut toivottavaa, mutta ei aikataulullisesti järjestynyt ennen kesälomia ja toimintamallin lukukoon lyömistä pilottikokeilua varten.

Varsinaista osallistujälähtöisyyttä pilottikokeilun kahdessa toteutuneessa liikuntakerhos- sa toteutettiin toivekyselyin ja -keskusteluin toiminnan alussa ja aikana sekä palautekyselyllä toiminnan jälkeen. Osallistujapalautekyselyyn vastasi 74 % toteutuneisiin liikuntakerhoihin ilmoitetuista osallistujista, mutta vastausprosentti oli 93, jos huomioidaan

vain paikalla kerhossa käyneet osallistujat. Osallistujälähtöisyys pilottikokeilun kahdessa liikuntakerhossa onnistui palautteiden perusteella erittäin hyvin, ja kaikissa matalan kynnyksen toiminnalle ominaisissa asioissa oli pääosin onnistuttu. Osallistujat kokivat saaneensa vaikuttaa kerhon sisältöön, viihtyivät kerhossa ja kokivat olonsa turvalliseksi siellä. Huoltajille tehdyn palautekyselyn vastaukset tukivat osallistujälähtöisen matalan kynnyksen toiminnan onnistumista pilottikokeilussa.

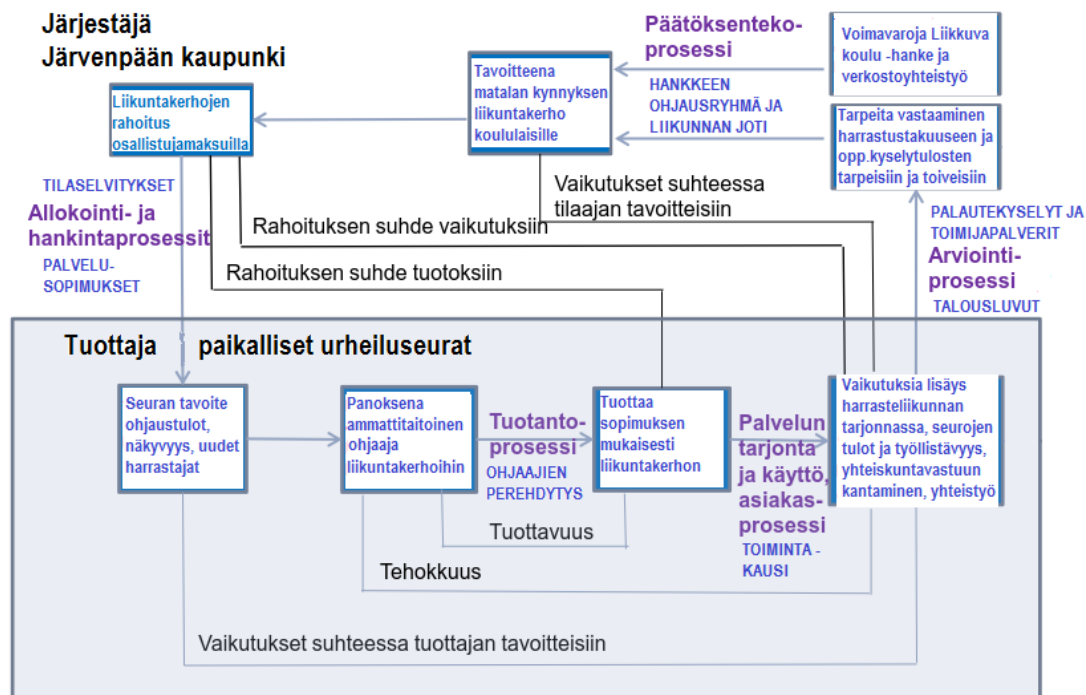
Toimijoiden osallistaminen

Oppilaiden ja varsinaisten osallistujien lisäksi tässä kehittämistyössä toimintamallin suunnitteluun ja toteuttamiseen osallistettiin paikallisia urheiluseuroja, Vanhempainverkostoa ja useita kaupungin toimijoita. Järvenpäässä toimiville 90 seuralle lähetetyllä neljällä viestillä noudatettiin toiminnan ohjauksen järjestämisessä avoimuutta, tasapuolisuutta ja hankintalainsäädännön kilpailuttamisen menetelmiä. Seurayhteistyötahojen kartoittamisessa käytetty menettely oli yksinkertainen ja kustannustehokas, ja sillä saatiin riittävästi yhteistyötahoja halutun palvelun tuottamiseksi. Vanhempainverkoston rooli toimintamallin jatkokehittämiselle oli erittäin arvokas, ja tämä yhteistyötaho olisi kannattanut hyödyntää toimintamallin kehittämisessä alusta asti. Kaupungin toimijat osallistettiin laajasti ja osallistuivatkin hyvin, mutta markkinoinnissa ja vähän liikkuvien ohjaamisessa toimintaan jäi tehostamisen varaa pilottikokeilun perusteella.

14.2 Tuloksellisuuden toteutuminen

Tuloksellinen toteutus lähti toiminnan kehittämisestä oppilaiden tarpeisiin ja toiveisiin käytettävissä olevin voimavaroin. Tarve liikuntakerhojen järjestämiselle tuli esimerkiksi LIITU-tutkimuksen tuloksista ja OKM:n harrastustakuun vaatimuksista. Järvenpäässä toteutetut Liikkuva koulu -oppilaskyselyt entisestään vahvistivat toiminnan tarvetta. Voimavaroja tuloksellisen toiminnan toteuttamiseksi olivat sekä Liikkuva koulu -hankkeen tuoma resurssi niin työnjohdollisesti, työajallisesti kuin taloudellisesti että osin valmiit yhteistyöverkostot esimerkiksi kaupungin ja koulujen sisällä sekä kolmannen sektorin ja huoltajien suuntaan. Liikuntakerhojen toteutus tuloksellisuuden näkökulmasta on esitetty kuviossa 18. Kuvioon 18 on lisätty tässä kehittämishankkeessa syntynyttä tietoa tuloksellisuuden toteutumisen vaiheista, jotka näkyvät kuviossa 4.

LIIKUNTAKERHOJEN TULOKSELLISUUS



Kuvio 18. Liikuntakerhojen toteutus tuloksellisuuden näkökulmasta

Päätöksentekoprosessi

Toiminnan suunnittelun ja toteutuksen päätöksentekoprosessissa asiat hyväksyttiin joko Liikkuva koulu -hankkeen ohjausryhmässä tai Liikuntapalveluiden johtotiimissä asiasta riippuen (kuviot 17). Käytännössä päätökset tehtiin eri toimijoiden, kuten oppilaiden ja oppilaskuntien, Liikkuva koulu -vastaavien, ohjaavien seurojen tai huoltajien ja vanhempainverkoston esittämien tarpeiden ja toiveiden perusteella resurssien mukaan. Päätöksentekoprosessi, jossa ennen päätöstä ensin selvitettiin ja sitten keskusteltiin eri toimijoiden näkemyksistä toiminnalle, oli järkevä ja samalla tehokas.

Rahoitus

Tuloksellisen toiminnan toteutumisen ehtona oli liikuntakerhojen järjestämisestä syntyneiden isompien kulujen kattaminen osallistujamaksuilla (kuviot 17). Tilaselvityksellä löytyi vapaita vuoroja kaupungin omista liikuntatiloista, mikä jo lähtötilanteessa laski toimintakustannuksia. Ainoastaan seuroille maksettavat ohjauskorvaukset olivat osallistujamaksuilla katettavia kuluja. Pilottivaiheen seuroille maksettujen ohjauskorvausten ja osallistujien huoltajilta saatujen kausimaksujen erotus oli 18€ tappiollinen pelkän ala-

koululaisten toiminnan osalta. Summa on niin pieni, että käytännössä voidaan puhua rahoituksen onnistumisesta kustannusvastaavuus-periaatteella.

Paikalliset seurat palvelun tuottajana

Paikallisia urheiluseuroja kysyttiin mukaan toimintaan useampia kertoja tasapuolisuutta ja kilpailutuslakia noudattaen. Seuroille kerrottiin sähköpostitse ja ohjaaviksi seuroiksi lähteneille kasvotusten, millaista toimintaa ja millä ehdoin oppilaille ollaan järjestämässä. Ohjaavat seurat lähtivät keskusteluiden perusteella toimintaan mukaan, koska heillä oli henkilöresurssia ja ohjaustuloilla seurat pystyisivät osin kattamaan henkilöstö- ja muita kulujansa (kuvio 17). Yhteistyön lisääminen kaupungin kanssa oli tärkeä tekijä, samoin seuran näkyvyyden parantaminen liikuntakerhojen osallistujille. Seurat kokivat liikuntakerhotoiminnan toteutukseen osallistumalla osoittavansa yhteiskuntavastuuta lasten ja nuorten liikuttamiseksi.

Ohjaavien seurojen kanssa tehtiin ja allekirjoitettiin palvelusopimukset vasta yhteisen suunnittelutapaamisen jälkeen, jolloin sopimuksissa osattiin huomioida kaikki keskustelua herättäneet kohdat (kuvio 17). Yhteisellä keskustelulla varmistettiin, että seurojen tavoitteet toiminnan suhteen eivät olleet ristiriidassa toiminnan järjestäjän tavoitteiden tai arvojen kanssa. Pilottivaiheessa vain yhdelle seuralle tuli ohjaustunteja, mutta sopimuksen mukaisesti perutuista kerhoista ei tarvinnut keskustella jälkikäteen. Seurojen tavoitteet ohjaustulojen ja muidenkin tavoitteiden osalta jäivät osin saavuttamatta kerhojen peruuntumisen takia.

Seuran ohjauspanos

Seurat pitivät käytyjen palaverien perusteella 30€ tuntikohtaista ohjauskorvausta päteväenä, ja sitoivat tällä korvauksella vakituisen ja liikunta-alalle koulutetun henkilöstönsä työaikaan seuratyöstä kerhojen ohjaukseen (kuvio 17). Hankekoordinaattorin käyntien perusteella pilottivaiheen kahden kerhon ohjaajalla oli hyvin osallistujat ja asetettujen tavoitteiden mukainen toiminta hallussa. Ohjaajan kanssa käydyt keskustelut myös osoittivat ammattitaitoa ja sitoutumista osallistujälähtöisen matalan kynnyksen toiminnan toteuttamiseen. Osallistuja- ja huoltajapalautteissa kerhon ohjausta kiiteltiin paljon. Maksetulla ohjauskorvauksella saatiin vastineeksi ammattitaitoista ohjausta.

Tuotantoprosessi ja tuotos

Tuotantoprosessissa ohjaajan perehdyttäminen toiminnan tavoitteisiin ja kunkin kerhopaikan tiloihin ja välineisiin oli olennaista, jotta seura pystyisi tuottamaan halutun kaltaisen ja sopimuksen mukaisen liikuntakerhon (kuvio 17). Pilottivaiheen osallistujävähyyden vuoksi vain yhdelle ohjaajalle tarvitsi järjestää perehdytys yhteen kerhopaikkaan. Pilottikokeilun viimeisen kokoontumiskerran ohjaajan haastattelun perusteella perehdyttäminen oli riittävä pyydetyn toiminnan toteuttamiseksi. Hankekoordinaattorin osallistuminen puolille kerhokerroista helpotti toiminnan toteutusta ohjaajan näkökulmasta. Osallistuja- ja huoltajapalautteiden perusteella ohjaava seura oli ohjauksellisesti onnistunut tuottamaan kaupungin haluaman sisällön asiakkaille.

Asiakasprosessi

Pilottikokeilun palautekyselyiden vastausten perusteella pystyttiin arvioimaan asiakasprosessin onnistumista valittujen matalan kynnyksen toiminnan tekijöiden osalta (kuvio 17). Asiakasprosessi sekä osallistujalle että huoltajalle oli vastanneiden osalta erittäin onnistunut. Pilotin osalta ilmoittautuneiden tiedottamisessa on onnistuttu. Myös vanhempainverkoston ja kaupungin toimijoiden sekä YAMK-opiskelijoiden näkemyksen mukaan asiakasprosessi oli toteutettu hyvin olemassa olevien resurssien puitteissa. Kehitettävää on etenkin toiminnan markkinoinnissa, toimintaan ilmoittautumisessa ja osallistumismaksujen laskutuksessa. Kokeilumahdollisuus toiminnassa ennen sitoutumista oli myös kehitystoive. Nämä asiat on huomioitu toimintamallin jatkekehityksessä.

Palvelun vaikuttavuus

Liikuntakerhoilla Järvenpäähän luotiin uutta koululaisten harrasteliikunnan palvelutarjontaa (kuvio 17). Liikuntakerhojen osallistujista lähes puolet koki liikkuneensa aiempaa enemmän kerhoon osallistumalla. Kaksi kolmannesta osallistujista haluaisi varmasti osallistua vastaavaan toimintaan jatkossa. Huoltajatkin kokivat liikuntakerhot onnistuneiksi lasten viihtyttyä kerhossa ja kerhojen lisättyä lasten liikkumista useimpien mielestä. Huoltajat olisivat valmiita ilmoittamaan lapsensa uudelleen vastaavaan toimintaan.

Palvelulla oli osallistujille positiivisia vaikutuksia palautekyselyiden vastausten perusteella.

Olennaista vaikuttavuuden osalta on huomioida toiminnan pienuus. Pilottivaiheessa vain kaksi liikuntakerhoa kahdestatoista käynnistyi ilmoittautuneiden vähyden vuoksi. Osallistujia alakoululaisten toimintaan ilmoitettiin mukaan kaikkiaan 39 oppilasta. Kaikista Järvenpään 3.-6. luokkalaisista osuus on 2,2 %. Asiakaspaikkoja pilottikokeilun kahdessatoista alakoululaisille suunnatussa kerhossa oli tarjolla 240, näistä 16 % saatiin täytettyä. Lisäksi halutun kerhokohtaisen vähimmäisosallistujamäärän ja siihen perustuvan toiminnan rahoitusmallin vuoksi puolille ilmoittautuneista ei saatu toimintaa järjestettyä kerhopaikan vaihdosten sopimattomuuden vuoksi. Kahden kerhon osallistujakeskiarvot kuudelta kerhokerralta olivat noin 5 ja noin 8 osallistujaa. Palvelu liikutti käytännössä 13 lasta. Koska tällä toimintamallilla liikutettiin näin vähän lapsia, ei voida sanoa toiminnan olleen kokonaisuutena vaikuttavaa.

Arviointiprosessi

Toiminnan arviointiprosessissa hyödynnettiin asiakaspalautekyselyitä ja toimijapalavereja sekä toiminnan talouslukuja (kuvio 17). Palautekyselyiden vastausten sekä talouslukujen perusteella toiminta oli tuloksekasta. Toimijapalavereissa kuitenkin korostui, että liikutettujen lasten määrällä suhteessa kaikkien toimijoiden työajalliseen panostukseen toiminta ei ollut vaikuttavaa. Arviointiprosessi itsessään oli kuitenkin toimiva ja antoi tietoa toimintamallin jatkokehittämiseksi.

14.3 Yhteenveto kehittämistyöstä

Opinnäytetyön tavoitteena oli osallistujalähtöisen matalan kynnyksen liikuntakerhojen toimintamallin kehittäminen alakoululaisille Järvenpäähän sekä toiminnan käynnistäminen lasten liikkumisen lisäämiseksi ja vapaa-ajan harrastustarjonnan kasvattamiseksi. Toimintamalli saatiin yhteistyössä kehitettyä, mutta osallistujien saamisessa toimintaan oli puutteita. Toimintamallin pilottikokeilussa pystyttiin valituin mittarein osoittamaan liikkumisen lisääntyminen uuteen harrastustarjontaan osallistuneilla. Myös osallistujalähtöisyyden sekä matalan kynnyksen toiminnan vaatimukset täyttyivät toiminnassa.

Lähtötilanteeseen nähden ongelman vaikutuksia onnistuttiin interventiolla pienentämään, joskin hyvin marginaalisesti koko kohderyhmä huomioiden.

Arviointiprosessin perusteella suurin syy ilmoittautuneiden vähyteen oli toiminnan rajallinen ja puutteellinen markkinointi. Toimintamallia ei arviointiprosessin perusteella kannata heti ratkaisevasti muuttaa, vaan ensisijaisesti toiminnan markkinointia on tehostettava. Kehitetty toimintamalli oli sikäli onnistunut, että sen toteutuksessa ilmenneet ongelmat eivät johtaneet taloudellisiin ongelmiin. Toimintamallin kehittämistä vaikeammaksi jatketaan, koska Järvenpään Liikkuva koulu -hanke sen työajallisesti ja taloudellisesti toistaiseksi mahdollistaa. Muutossykli siis jatkuu ja kehittyä kehittämistyön päättymisen jälkeenkin toimintatutkimukselle tyypillisesti.

15 Pohdinta

Alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamallin kehittäminen Järvenpäässä tuotti paljon hyvää mutta myös parannettavaa jatkoa varten. Jatkokehittämällä käynnistettyä toimintamallia kaupunki voi jatkossakin tuottaa liikuntapalvelua, joka vastaa liikuntalain (390/2015) ja kuntalain (410/2015) velvoitteisiin sekä OKM:n ja STM:n (2013) yhteisten valtakunnallisten terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan linjauksiin. Järvenpään toimintamallin mukainen osallistujalähtöinen matalan kynnyksen liikuntakerhotoiminta on Liikkuva koulu -ohjelman tavoitteiden sekä OKM:n (2017) harrastustakuun suositusten mukaista. Toiminta tukee Järvenpään liikuntaohjelman ja lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman toteuttamista ja kaupunkistrategian toimeenpanoa, sekä on yksi konkreettinen vastine tehtyyn harrastustakuun toteuttamisen valtuustoaloitteeseen. Toiminnan jatkaminen tulevaisuudessa vaatii vielä lisää osallistujia toimintaan ja toimintamallin kehittämistä toimimaan ilman Liikkuva koulu -hankerahoituksen tuomia resursseja.

Kehittämistyön onnistumiset

Kehittämistyön aikana kehitettiin sähköiset oppilas- ja palautekyselypohjat ja toimiva malli etenkin oppilaiden vastausten saamiseksi. Kehittämistyö tuotti uusia yhteistyökuvioita ja verkostomaista työskentelyä kaupungin sisäisesti sekä oppilaskuntien, urheiluseurojen ja vanhempainverkoston kanssa. Lisäksi liikuntakerhoilla luotiin koululaisille uutta vapaa-ajan harrastustarjontaa harrastustakuun vaatimusten mukaisesti. Voimavaroja käytettiin toimintamallin kehittämisessä tehokkaasti tarpeisiin ja tavoitteisiin nähden etenkin taloudellisesta näkökulmasta, mikä helpottaa toimintamallin jatkokehittämistä ja toisaalta Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeelle jatkorahoituksen saamista.

Sisällöllisesti liikuntakerhot osoittautuivat osallistujalähtöiseksi matalan kynnyksen toiminnaksi, jossa osallistujat viihtyivät ja kausimaksu koettiin kohtuulliseksi. Liikuntakerhoissa onnistuttiin huomioimaan osallistujat yksilöllisesti, ja osallistujista valtaosa koki osallistumisen myötä liikkuneensa aiempaa enemmän. Janssenin ja Leblancin (2010) tutkimuksen ja kouluikäisten fyysisen aktiivisuuden suositusten (2008) perusteella lii-

kuntakerhoon osallistumisella voisi olla jatkossa positiivisia vaikutuksia saavutettavissa useammallekin alakoululaiselle kuin pilottivaiheeseen osallistuneille.

Kehityskohteet ja riskit

Valtakunnallisen koululaiskyselyn (2016) ja paikallisen Liikkuva koulu -oppilaskyselyn tulosten perusteella tiedetään potentiaalisia osallistujia toimintaan olevan selkeästi pilottivaihetta enemmän. Samoin on niitä oppilaita, jotka vähäisen liikkumisensa vuoksi erityisesti hyötyisivät kehitetyn kaltaiseen toimintaan osallistumisesta. Liikuntakerhojen markkinointi ei pilottivaiheessa tavoittanut näitä kohderyhmiä tai heidän huoltajia toivotusti. Jos toimintamallin kehittäminen osallistujia houkuttelevammaksi ei onnistu ennen Liikkuva koulu -hankkeen päättymistä, on toiminnan vakiinnuttaminen osaksi Järvenpään alakoululaisten liikuntaharrastustarjontaa haasteellista.

Tärkein lähitulevaisuuden kehityskohde on markkinoinnin tehostaminen. Jos markkinoinnilla saadaan lisää osallistujia toimintaan, toimintamallin vakiinnuttaminen helpottuu huomattavasti, kun olisi toimintaa mitä vakiinnuttaa. Jos osallistujia ei keväällä 2018 markkinointitoimenpiteistä huolimatta ilmoittau kerhoihin toteutukseen vaadittavaa vähimmäismäärää, haasteeksi tulee ohjaavien seurojen ja ohjaajien sitouttaminen toimintaan jatkossa, kun suunniteltujen kerhojen toteutuminen on epävarmaa.

Toinen toimintamallin vakiinnuttamisen haaste on kaupungin toimijoiden roolien vakiinnuttaminen ja tehtäviensirto siinä määrin, että hankekoordinaattorin työpanosta toteutukseen ei tarvita, kun hankerahoituksen päättyessä hankekoordinaattorin toimenkuva todennäköisesti lopetetaan. Hankekoordinaattorin rooli toimintamallin käynnistämässä ja toteutuksessa tulee työtehtävän päättyessä väistämättä aiheuttamaan muutoksia toimintamalliin. Toimijoiden muutostahdon synnyttäminen ja ylläpito sekä osallistaminen toimintamallin kehittämiseen ja toteuttamiseen korostuu jatkossa, mutta osallistujalähtöisyys ja matalan kynnyksen toiminta on säilytettävä toiminnan keskiössä. Järvenpäässä on onnistuttu Liikkuva lapsuus -hankkeessa kehitetyn ja käynnistetyn Pienten lasten liikuntakerhojen toimintamallin toteutuksessa ilman hankekoordinaattoria, mikä antaa uskoa onnistumiseen myös koululaisten toiminnan osalta.

Markkinoinnin kehitysehdotukset

Vanhempainverkosto on erittäin tärkeä yhteistyökumppani, jonka kanssa toiminnan markkinointi tulee viedä koulujen vanhempainiltoihin ja vanhempainyhdistyksiin ja mahdollisimman henkilökohtaisesti suoraan perheille. Esimerkiksi hankekoordinaattorin osallistuminen vanhempainverkoston kokoukseen olisi toimiva keino tiedon välittämiseen ja kehitysehdotusten saamiseen toiminnasta, ja verkoston osallistujat voisivat viedä tiedon edelleen eteenpäin koulujen vanhempainyhdistyksiin ja perheille.

Kerhoihin pitäisi OKM:n ja STM:n valtakunnallisten linjausten (2013) mukaisesti pyrkiä jatkossa ohjaamaan enemmän vähän liikkuvia lapsia. Kerhoissa on ohjelmassa lihashuntoa, liikkuvuutta ja luustoa sekä hengitys- ja verenkiertoelimistöä vahvistavaa toimintaa kouluikäisten fyysisen aktiivisuuden suositusten (2008) ja Liikkuva koulu -kyselyn tulosten perusteella. Esimerkiksi Liikkuva koulu -kyselystä niiden 63 oppilaan, joille liikunta ja liikkuminen ei ole kovin tai lainkaan tärkeää, tunnistaminen ja toimintaan mukaan houkuttelevuus olisi erittäin tärkeää sekä oppilaiden hyvinvoinnin että pitkässä tähtäimessä kuntatalouden kannalta. Näiden oppilaiden tunnistamisessa luokanopettajat ja kouluterveydenhoitajat ovat avainasemassa. Liikuntakerhoon osallistumalla oppilas saavuttaa ainakin yhden päivän osalta Liikkuva koulu -ohjelman tavoitteen.

Kouluterveydenhuollon ja luokanopettajien roolia toiminnan henkilökohtaisemmassa markkinoinnissa lapsille ja perheille tulee jatkossa tehostaa. Tieto toiminnasta sisältöineen tulee saada kouluterveydenhuoltoon ja opettajille entistä selkeämmin ja kehittää esimerkiksi vähän liikkuvien oppilaiden toimintaan ohjaamiseksi oppilaslähtöinen toimintamalli. Hankekoordinaattorin osallistumiset kouluterveydenhoitaja- ja opettajakouksiin liikuntakerhoja markkinoimaan on yksi keino tiedonkulun tehostamiseksi ja osallistujien saamiseksi. Oppilaan toimintaan ohjaamiseksi henkilöstölle voidaan esimerkiksi tehdä suosituslomakkeet täytettäväksi ja perheille annettavaksi. Näiden lomakkeiden avulla esimerkiksi kausimaksua voidaan alentaa, jos sen epäillään olevan esteenä oppilaan osallistumiselle. Tällaisia suosituslomakkeita on Järvenpäässä käytössä joissain Liikuntapalveluiden lapsiryhmistä, esimerkiksi Pienten lasten liikuntakerhoissa.

Osallistamisen kehitysehdotukset

Osallistaminen on tärkeä elementti Liikkuva koulu -ohjelmassa, ja alakoululaisten liikuntakerhojen toimintamallin kehittämisessä osallistettiin useat toimijat onnistuneesti. Osallistamista tulee jatkaa, jotta toimintaa voidaan jatkaa ja osallistumisen kynnyksensä pitää matalana uusille osallistujille. Uudet Liikkuva koulu -kyselyt oppilaille toteutetaan seuraavan kerran kevätlukukaudella 2018, ja tästä eteenpäin ohjausryhmässä on puhuttu joko vuosittain tai joka toinen vuosi toteutettavasta Wepropol-kyselystä. Lisäksi oppilaiden vanhemmille ja opettajille tehdään omat kyselyt keväällä, mikä lisää heidän osallistamistaan. Kyselyt koskevat koko Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeen toteutusta, eivät pelkästään liikuntakerhoja, jotka ovat vain yksi keino oppilaiden liikkuvamman koulupäivän ja vapaa-ajan toteuttamisessa.

Oppilaskuntatapaamisissa tulee jatkossa kertoa liikuntakerhoista ja keskustella oppilaiden tarpeista ja toiveista toteutukseen liittyen, etenkin jos osallistujia toimintaan ei toimintamallin muokkauksista huolimatta tule. Tärkeää on huoltajien saaminen paremmin tietoiseksi kerhotoiminnasta ja sen tarjoamasta sisällöstä oppilaiden liikkumisen edistämiseksi. Kokeilukerrat toivottavasti madaltavat osallistumisen kynnyksensä ja helpottavat osallistujien ja huoltajien sitoutumista koko kauden ajaksi.

Seurojen kanssa aktiivinen yhteydenpito toiminnan toteutusta koskien on kriittisen tärkeää, jotta ohjaavat seurat saadaan pidettyä mukana toiminnassa, mikä on edellytys toimintamallin toteutukselle. Yhteistyö ohjaavien seurojen kanssa toimi pilottivaiheessa hyvin, ja luodut käytänteet palvelevat toistaiseksi. Tulevaisuudessa toimintaa haluttaisiin tarpeen mukaan tarjota joka koululla ja mahdollisesti useampana päivänä, mikä vaatii lisäohjausresursseja nykyisiltä seuroilta tai uusia seuroja mukaan toimintaan. Ohjausresursseja voidaan selvittää myös paikallisista toisen asteen oppilaitoksista tai vapaaehtoistyöntekijöistä. Tämä tulee ajankohtaiseksi vasta, jos liikuntakerhoihin alkaa ilmoittautua osallistujia huomattavasti pilottivaihetta runsaammin.

Toimintatutkimus kehittämistyön menetelmänä

Kehittämistyö oli hyvin tyypillinen toimintatutkimus, jossa ajallisesti rajattu muutossykli uuden toimintatavan suunnittelusta kokeilun kautta arviointiin ja jatkokehitykseen to-

teutui. Työn toteuttamiseksi hyödynnettiin tutkimustietoa ja -menetelmiä syklin eri vaiheissa työelämästä nousseeseen muutostarpeeseen, eli koululaisten liikkumisen lisäämiseen liikuntaharrastustarjontaa kasvattamalla, vastaamiseksi. Kvalitatiivisia tutkimusmenetelmiä olivat oppilaskuntahaastattelut ja toimijapalaverit sekä toiminnan havainnointi liikuntakerhoissa, ja kvantitatiivisia oppilas- ja palautekyselyt. Monipuolinen ja moniammatillinen yhteistyö sekä tutkijan interventio olivat oleellisia elementtejä kehittämistyössä. Toimintatutkimuksen arvioinnin mukaisesti toiminnan arvioinnin suorittivat ne, joita asia koski ja jotka olivat toteutuksessa mukana. Tutkimuksen tulokset täyttävät validiteetin ja reliabiliteetin vaatimukset, mutta pätevät varmasti vain tutkitun toiminnan osalta.

Toimintatutkimus oli oikea ja luultavimmin ainoa toimiva valinta tämän tyyppisen kehittämistyön toteuttamiseksi. Kuten Kananen (2014) toteaa, toimintatutkimus tarjoaa työelämän tarpeista ja työelämässä työskentelevistä lähtevän lähestymistavan tai strategian, ja sen mahdollistamat monipuoliset tutkimusmenetelmät sopivat esimerkiksi tällaisen laajaa verkostoyhteistyötä vaativat toimintamallin kehittämiseen. Tutkijan interventio oli välttämätön toiminnan kehittämiseksi ja käynnistämiseksi, mutta toivottavasti se ei ole sitä toiminnan jatkolle. Kotterin (2009) esittämän aidon muutostahdon synnyttämisen kaikissa toimijoissa on jatkuva haaste toiminnan vakiintumiseen asti.

Toimintatutkimus voisi jatkossakin olla keino tuloksekkaiden kuntapalveluiden kehittämiseksi, koska Heikkisen ym. (2010) mukaan usein ajallisesti rajattuna tutkimus- ja kehittämishankkeena, jossa suunnitellaan ja kokeillaan uusia toimintatapoja, se soveltuu hyvin kuntiin ja nykyiseen hanke-tyyppiseen toimintaan. Toimintatutkimuksen käyttöä jatkossakin omassa työssä ja kunnallispalveluiden kehittämisessä tukisi kunnolla toteutettuna sen suunnitelmallisuus ja mitattavuus selkein mittarein. Usein validien ja konkreettisten mittarien valinta kehittämistyön tulosten osoittamiseksi ja arvioimiseksi jää suunnitteluvaiheessa turhan vähäiseksi kuntaapuolella.

Tutkimuksen hyödyntäminen, joka toimintatutkimuksessa kuuluu jokaiseen vaiheeseen, saattaa työelämässä tavallisesti jäädä vähäiseksi. Tämä ei lähellekään aina ole halun, vaan työajan puutetta. Samaisesta syystä myös oman kehittämistyön raportointi etenkin kirjallisesti voi työelämässä ja työajalla käytännössä olla vaikeaa vastaavissa määrin jat-

kossa. Tässä hankkeessa kerätyn kokemuksen pohjalta työn tekijä pyrkii varmasti jatkossakin hyödyntämään toimintatutkimuksen periaatteita vastaavanlaisissa hankkeissa.

Tekijän oppimisprosessi

Toimintatutkimuksen tekeminen oli opettavainen ja pitkäkestoinen prosessi, joka etenkin kirjoittamisen osalta vaati paljon etukäteissuunnittelua ja aikataulutusta, jotta aikaa jäi työltä ja opinnoilta perheellekin. Samoin toimintatutkimuksen tekeminen vaati paneutumista verkostojohtamiseen (Järvensivu ym. 2010) ja keinoihin muutostahdon synnyttämiseksi (Kotter 2009), koska työn toteutus oli paljon kiinni yhteistyötahojen sitoutumisesta. Työn toteuttava osuus tapahtui periaatteessa kokonaan työajalla, ja vastaavasti tiedon hakeminen ja opinnäytetyön kirjoittaminen pääosin omalla ajalla. Kirjoittaminen eteni toimintamallin kehittämisen ja pilottivaiheen valmistelun ja toteutuksen etenemisen myötä sykleittäin, mikä omalla tavallaan piti innostuksen opinnäytetyön tekemiseen korkeana. Työn tekeminen ja tiedon etsiminen oli mukavaa, kun sille järjesti aikaa riittävästi. Isoin kiitos ajan järjestymisestä menee perheelle, mutta myös työnantajalle.

Vaikka tekijänä minulla oli kokemusta hyvin vastaavanlaisen toimintamallin kehittämisestä edellisessä hanketyössä Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -hankkeessa, toi tutkimus kirjallisen osuuden vuoksi uuden asteen toteuttamisen aikaa vievyydelle. Lisäksi kaikki ei edennyt pilottivaiheen toteutuksessa ihan toivotusti ilmoittautuneiden vähyyden vuoksi, mikä yllätti ja samalla aiheutti paljon lisätyötä toiminnan käynnistämiseksi. Kaiken tämän ansiosta toimintamalli on kuitenkin tarkasti pohdittu ja kuvattu ja muokattavissa tulevia tarpeita varten. Uskon kehitetyn toimintamallin edelleen muokkautuvan ja palvelevan jatkossa järvenpääläisiä koululaisia liikuntaharrastustarjontaa kasvattamalla, mikä järvenpääläisenä tulevan koululaisen isänä ilahduttaa itseäni.

Lähteet

Fogelholm, M. 2011. Lapset ja nuoret. Teoksessa Fogelholm, M., Vuori, I. & Vasankari, T. (toim.) Terveysliikunta. 2. uudistettu painos. s. 76-87. Kustannus Oy Duodecim. Helsinki.

Fountain Park Oy 25.4.2016. Osallistaminen for dummies – mitä jokaisen tulisi tietää. Luettavissa: <https://www.fountainpark.fi/osallistaminen-for-dummies/>. Luettu 20.12.2017

Fyysisen aktiivisuuden suositus kouluikäisille 7-18-vuotiaille 2008. Opetusministeriö ja Nuori Suomi ry. Helsinki. Luettavissa: http://www.ukkinstituutti.fi/filebank/1477-Fyysisen_aktiivisuuden_suositus_kouluikaisille.pdf. Luettu: 10.6.2017

Global Matrix 2.0 2016. Active Healthy Kids Global Alliance. Luettavissa: <https://www.activehealthykids.org/the-global-matrix-2-0-on-physical-activity-for-children-and-youth/>. Luettu: 23.8.2017

Haapala, E., Kantomaa, M., Kujala, T., Jaakkola, T. & Tammelin, T. 2017. Liikunnan ja oppimisen vuorovaikutusta kartoittamassa. Liikunta & Tiede. 54. vuosikerta. 4/2017. s. 4-9.

Hakamäki, P., Aalto-Nevalainen, P., Saaristo, V. & Ståhl, T. 2015. Liikunnan edistäminen kunnissa 2010–2014. Seurantatiedonraportti. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2015:18. Luettavissa: <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75107/okm18.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Luettu: 23.1.2017.

Hankintalaki (laki julkisista hankinnoista 30.3.2007/348)

Haverinen, H. 2010. Toimintamalli harrasteliikuntapalvelujen tuottamiseksi nuorille Helsingin kaupungin Liikuntavirastossa. Yamk-opinnäytetyö. Haaga-Helia Ammattikorkeakoulu. Helsinki. Luettavissa:

https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/15244/Haverinen_Hannele.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Luettu: 19.3.2017

Heikkinen, H., Rovio, E. & Syrjälä, L. 2010. Toiminnasta tietoon - Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 3. korjattu painos. Kansanvalistusseura. Helsinki.

Huotari, P., & Palomäki, S. 2015. Nuorten kunto ja toimintakyky: Mistä lääkkeet kuntoerojen kasvun hillitsemiseen? *Liikunta & Tiede*. 52. vuosikerta. 1/2015. s. 4-9.

Huotari, P., Sääkslahti, A. & Watt, A. 2009. Associations between the self-estimated and actual physical fitness scores of Finnish grade 6 students. *Facta Universitatis: Series Physical Education and Sport* 7, 1, s. 27-36

Husu, P., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. 2016. Objectively measured sedentary behaviour and physical activity of Finnish 7- to 14-year-old children - associations with perceived health status: a cross sectional study. *BMC Public Health*. Luettavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4833900/>. Luettu: 24.1.2018.

Ideaopas matalan kynnyksen liikuntakerhotoimintaan 2013. Valo ja Opetus- ja kulttuuriministeriö. Luettavissa: <http://www.sport.fi/system/resources/W1siZiIsIjIwMTMvMTEvMjcvMTRfMjhFMzdfMzAyX01hdGFsYW5fa3lubnlrc2VuX2lkZWVvcGFzXzIwMTMucGRmIl1d/Matalan%20kynnyksen%20ideaopas%202013.pdf>. Luettu: 13.6.2017

Janssen, I. & Leblanc AG. 2010. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 7:40. Luettavissa: <https://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-7-40>. Luettu: 23.8.2017

Järvenpään kaupunki 2010. Järvenpään kaupungin liikuntaohjelma 2010-2020 Liikkuva järvenpääläinen. Luettavissa: https://www.jarvenpaa.fi/attachments/text_editor/1747.pdf. Luettu: 19.2.2017.

Järvenpään kaupunki 2013. Järvenpään kaupungin kestävän kasvun ja hyvinvoinnin strategia 2014–2025. Luettavissa:

https://www.jarvenpaa.fi/attachments/text_editor/3052.pdf. Luettu: 19.2.2017.

Järvenpään kaupunki 2015. Taloussuunnitelma 2016-2020. Luettavissa:

https://www.jarvenpaa.fi/attachments/text_editor/12163.pdf?name=Taloussuunnitelma_2016-2020_ja_talousarvio_2016. Luettu: 19.2.2017.

Järvenpään kaupunki 2015b. Perusopetuksen oppilaat ja luokat eri tarkasteluajankohtina. Pohjatiedot 20.9.2015.

Järvenpään kaupunki 2015c. Järvenpään lasten ja nuorten hyvinvointi 2015 - Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2015. Luettavissa:

https://www.jarvenpaa.fi/attachments/text_editor/11244.pdf?name=Jarvenpaan_lasten_ja_nuorten_hyvinvointisuunnitelma. Luettu: 9.9.2017

Järvenpään kaupunki 2016. Ihmistensä näköinen kaupunki – Järvenpään yleisesite 2016. Luettavissa:

https://www.jarvenpaa.fi/attachments/text_editor/16.pdf?name=Ihmistensa_nakoine_n_kaupunki_-_Jarvenpaan_yleisesite_2016. Luettu: 19.2.2017.

Järvenpään kaupunki 2016a. Liikkuva koulu Järvenpäässä toimintasuunnitelma 1.8.2016-31.7.2017.

Järvenpään kaupunki 2016b. Järvenpään kaupungin Nuorisotyön kehittämiskysely. Luettavissa:

<https://www.webropolsurveys.com/Answer/SurveyParticipation.aspx?SDID=Fin1178136&SID=fc01d5ce-608b-4c1a-aaef-1af6b75d6c29&dy=1588489293>. Luettu: 2.11.2016

Järvenpään kaupunki 2016c. Järvenpään kaupungin organisaatio. Luettavissa:

https://www.jarvenpaa.fi/--Organisaatio--/sivu.tmpl?sivu_id=54. Luettu: 11.7.2017

Järvenpään kaupunki 2016d. Prosessimainen toimintatapa. Luettavissa: https://www.jarvenpaa.fi/jarvenpaa/--Prosessimainen-toimintatapa--/sivu.tpl?sivu_id=5671. Luettu: 11.7.2017

Järvenpään kaupunki 2017a. Järvenpään kaupungin tapa toimia. Luettavissa: https://www.jarvenpaa.fi/--Järvenpään_tapa_toimia--/sivu.tpl?sivu_id=5673. Luettu: 19.2.2017

Järvenpään kaupunki 2017b. Järvenpää-info. Luettavissa: https://www.jarvenpaa.fi/--Järvenpää-info--/index.tpl?sivu_id=52. Luettu: 19.2.2017.

Järvenpään Kokoomus ry. 9.2.2017. Valtuustoaloite harrastustakuusta. Luettavissa: <https://jarvenpaa.kokoomus.net/?x118281=811432>. Luettu: 10.2.2017.

Järvensivu, T., Nykänen, K. & Rajala, R. 2010. Verkostojohtamisen opas: Verkostotyöskentely sosiaali- ja terveysalalla. Muutosvoimaa vanhustyön osaamiseen -hankkeen julkaisu. Luettavissa: <http://www.seugolaid.fi/wp-content/uploads/2017/03/Verkostojohtamisen-opas-versio-1-0-30-12-2010.pdf>. Luettu: 12.5.2017

Kakko, N. 2015. Matalan kynnyksen liikuntatoiminnan toteutumisen edellytykset urheiluseurassa : tapaustutkimus Kouvolan Susien matalan kynnyksen toiminnasta ja kunnan roolista siinä. Luettavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/handle/123456789/47148>. Luettu: 29.1.2017.

Kananen, J. 2014. Toimintatutkimus kehittämistutkimuksen muotona - Miten kirjoitan toimintatutkimuksen opinnäytetyönä? Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja -sarja. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Jyväskylä.

Konkola, T. 2016. Tervetuloa liikkumaan! Luettavissa: https://www.jarvenpaa.fi/--Liikunta--/index.tpl?sivu_id=39. Luettu 24.2.2017.

Koskinen, I.; Alasuutari, P. & Peltonen, T. 2005. Laadulliset menetelmät kauppatieteissä. Tampere. Vastapaino.

Kotter, J. 2009. Tärkeys järjestykseen. Nyt. Talentum Media Oy. Helsinki.

Kuntalaki 410/2015

KunTeko 2020. Pienten lasten liikuntakerhot päiväkodeilla. Luettavissa: <http://www.kunteko.fi/katso/407>. Luettu: 3.6.2017.

Liikkuva koulu 2016a. Jokainen koulu on tärkeä. Luettavissa: <https://liikkuvakoulu.fi/liikkuvakoulu>. Luettu: 10.6.2017

Liikkuva koulu 2016b. Tutkimus ja seuranta. Luettavissa: <https://liikkuvakoulu.fi/tutkimus>. Luettu: 10.6.2017

Liikkuva koulu 2016c. Yhteistyöstä voimaa. Luettavissa: <https://liikkuvakoulu.fi/content/yhteisty%C3%B6st%C3%A4-voimaa>. Luettu: 10.6.2017

Liikkuva koulu Järvenpäässä toimintasuunnitelma 1.8.2016-31.7.2017.

Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -tiedote. 14.9.2016. Liikkuva lapsuus Järvenpäässä – hanke kehittää pienten lasten ja perheiden liikkumiskulttuuria Järvenpäässä moniammatillisella verkostoyhteistyöllä.

Liikkuva lapsuus Järvenpäässä -tiedote. 21.5.2014. Liikkuva lapsuus Järvenpäässä 2014-2015. Luettavissa: https://www.jarvenpaa.fi/--Kehittaminen_ja_hankkeet--/sivu.tmpl?sivu_id=5923. Luettu: 24.2.2017.

Liikuntalaki 390/2015

Lintunen, T. 1999. Development of Self-Perceptions During the School Years. Teoksessa Vanden Auweele, Y., Bakker, F., Biddle, S. Durand, M. & Seiler, R. (toim.). Psychology for Physical Educators, s. 115-134. Human Kinetics. Champaign, IL

Mäki, P., Lehtinen-Jacks, S., Vuorela, N., Levälähti, E., Koskela, T., Saari, A., Mölläri, K., Mahkonen, R., Salo, J., & Laatikainen, T. 2017. Tietolähteenä Avohilmorekisteri: Lasten ylipainon valtakunnallinen seuranta. Suomen lääkärilehti. Volyymi 72. Luettavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131894/SLL42017-209.pdf?sequence=2>. Luettu: 2.1.2018.

OKM 2016a. Yhdenvertaiset mahdollisuudet harrastaa - painopisteenä harrastamisen hinta. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:19.

OKM 2016b. Koululaiskyselyn 2016 tulosityhteenveto. Luettavissa: http://minedu.fi/documents/1410845/4059654/Koululaiskyselyn_tulosityhteenveto_18_3_2016.pdf/fbb04440-d902-425a-957e-1812f541db24. Luettu: 2.9.2017

OKM 2017. Koululaiskyselyn 2017 tulosityhteenveto. Luettavissa: <http://www.fountainpark.fi/ajankohtaista/valtakunnallinen-koululaiskysely-2017/>. Luettu: 2.9.2017

OKM tiedote 18.3.2016. Valtakunnallinen koululaiskysely: Lisää harrastetunteja ja oma-toimista harrastamista koulupäivään. Luettavissa: http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/valtakunnallinen-koululaiskysely-lisaa-harrastetunteja-ja-omatoimista-harrastamista-koulupaivaan. Luettu 2.9.2017

OKM tiedote 18.1.2017. Jokaiselle lapselle mahdollisuus harrastaa. Luettavissa: <http://sannigrahnlaasonen.fi/2017/01/forssanharrastemessut/>. Luettu: 10.7.2017

OKM tiedote 27.3.2017. Harrastustakuusta totta - Työryhmältä keinot mahdollistaa jokaiselle lapselle ja nuorelle harrastus. Luettavissa: http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/harrastustakuusta-totta-tyoryhmalta-keinot-mahdollistaa-jokaiselle-lapselle-ja-nuorelle-harrastus. Luettu 10.7.2017

OKM tiedote 4.4.2017. Liikkuva koulu laajenee varhaiskasvatukseen, resursseja päiväkotien pihojen kunnostamiseen. Luettavissa: http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/liikkuva-koulu-laajenee-varhaiskasvatukseen-resursseja-paivakotien-pihojen-kunnostamiseen. Luettu: 10.6.2017

OKM tiedote 7.4.2017. Valtakunnallinen koululaiskysely 2017: Viidennes koululaisista ilman mieluisaa harrastusta – yläkoululaisista jopa kolmannes. Luettavissa: http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/viidennes-koululaisista-ilman-mieluisaa-harrastusta-ylakoululaisista-jopa-kolmannes. Luettu 2.9.2017

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016. Liikuntatoimi tilastojen valossa. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:11. Luettavissa: <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2016/liitteet/okm11.pdf?lang=fi>. Luettu: 8.2.2017

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017. Lasten ja nuorten harrastusmahdollisuuksien edistäminen. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2017:10. Luettavissa: http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79521/OKM_10_2017.pdf?sequence=1. Luettu: 10.7.2017

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2017a. Liikuntapolitiikka. Luettavissa: <http://www.minedu.fi/OPM/Liikunta/liikuntapolitiikka/?lang=fi>. Luettu: 7.2.2017

Opetushallitus 2016. Opetus- ja kulttuuritoimen rahoitusyksikköhintojen ja rahoituksen määräytyminen vuonna 2016. Oppaat ja käsikirjat 2016:4. Luettavissa: http://www.oph.fi/download/177459_opetus_ja_kulttuuritoimen_rahoytus_2016.pdf. Luettu: 8.2.2017

Projekti-instituutti. Luettavissa: <https://www.projekti-instituutti.fi/sanasto>. Luettu 9.9.2017

Roberts, C., Tynjälä, J. & Komkov, A. 2004. Physical activity. Teoksessa Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W., Samdal, O. & Rasmussen, V. (toim.) Young people's health in context. Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey. Health policy for children and adolescents, no. 4. s. 90-98. WHO. Kööpenhamina. Luettavissa: http://www.who.int/immunization/hpv/target/young_peoples_health_in_context_who_2011_2012.pdf?ua=1. Luettu: 20.1.2018.

Sallis, J., Prochaska, J. & Taylor, W. 2000. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & science in sports & exercise*. Luettavissa: https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/27071238/afs_sallis_et_al_2000.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=1516706381&Signature=FxbjFIMtJjxCHUOu%2BMZZuu%2Fyjqa%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DA_review_of_correlates_of_physical_activ.pdf. Luettu: 23.1.2018

Saros, L. 2012. Lasten liikunnan määrä päivähoitossa. Orientaatioprojektin orientaatiokonferenssin esitykset 23.5.2012. Luettavissa: <http://www.helsinki.fi/~reunamo/apu/saros.pdf>. Luettu: 9.9.2017.

Silverman, D. 1997. *Qualitative Research: Theory, Method and Practice*. Surrey: Sage Publications Ltd.

STM 2013. Muutosta Liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön julkaisu 2013:10.

Suomen kuntaliitto 2012. *Kuntatalous - monen muuttujan summa*. 3. uudistettu painos. Suomen kuntaliitto. Helsinki.

Suomen kuntaliitto 2017. *Kunnan tehtävät*. Luettavissa: www.kunnat.net/tehtavat. Luettu: 29.1.2017.

Suomen Olympiakomitea 2017. Tietoa varhaisvuosien liikunnasta. Luettavissa:
<https://www.olympiakomitea.fi/lasten-liike/varhaisvuosien-liikunta/tietoa-varhaisvuosien-liikunnasta/>. Luettu: 10.6.2017

Suomen Olympiakomitea 2017a. Tietoa Ilo kasvaa liikkuen -ohjelmasta. Luettavissa:
<https://www.olympiakomitea.fi/lasten-liike/varhaisvuosien-liikunta/ilo-kasvaa-liikkuen/tietoa-ilo-kasvaa-liikkuen-ohjelmasta/>. Luettu: 10.6.2017

Suomen Olympiakomitea 4.4.2017. Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma ja Liikkuva koulu yhteen. Luettavissa: <https://www.olympiakomitea.fi/2017/04/04/ilo-kasvaa-liikkuen-ohjelma-ja-liikkuva-koulu-yhteen/>. Luettu: 10.6.2017

Toivonen, K. 2016. Harrastustakuu: jokaiselle lapselle ja nuorelle mahdollisuus liikunnan harrastamiseen. Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry. Luettavissa:
<https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/JulkaisuMetatieto/Documents/EDK-2016-AK-81155.pdf>. Luettu: 10.7.2017

Tuloskortti 2016. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 318. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus. Luettavissa:
<https://www.likes.fi/filebank/2501-tuloskortti2016-web.pdf>. Luettu: 14.6.2017

Valtion liikuntaneuvosto 2012. Nuorten harrasteliikunnan kehittäminen 1999-2011. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2012:2. Yhteisjulkaisu LIKES-tutkimuskeskuksen kanssa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 253. Luettavissa:
https://www.likes.fi/filebank/591-Nuorten_harrasteliikunnan_kehittaminen.pdf. Luettu 2.9.2017

Valtion liikuntaneuvosto 2015. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa - LIITU-tutkimuksen tuloksia 2014. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2015:2. Luettavissa: http://www.liikuntaneuvosto.fi/files/347/VLN_liituraportti_150317.pdf. Luettu: 2.9.2017

Valtiovarainministeriö 2014. Miten tuottavuutta ja tuloksellisuutta on kehitetty tällä hallituskaudella. Luettavissa:
<http://vm.fi/documents/10623/307649/Paatosseminaari+AMV.pdf/1b410932-6a13-4925-b7b7-fa92677f1a34>. Luettu: 5.2.2017.

Vantaan kaupunki 2017. Koulun kerhotoiminta. Luettavissa:
http://www.vantaa.fi/varhaiskasvatus_ja_koulutus/perusopetus/iltapaivatoiminta_ja_kerhotoiminta/koulun_kerhotoiminta. Luettu: 2.9.2017

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016: 21. Luettavissa:
<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf?sequence=1>. Luettu: 10.6.2017

Virtanen, A. 2017. ”Anna hali, nosta syyliin” - HJK:n iltapäiväkerhot tuovat turvaa lapsille ja työllistävät lukuisia valmentajia. Helsingin Sanomat. Urheilu 23.8.2017. Luettavissa: <http://www.hs.fi/urheilu/art-2000005336659.html>. Luettu 2.9.2017

Vuori, I. 2003. Lisää liikuntaa! Edita Prima Oy. Helsinki.

WHO 2009. Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks. Luettavissa:
[https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=Ycbr2e2WPdcC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Physical+inactivity+\(lack+of+physical+activity\)+has+been+identified+as+the+fourth+leading+risk+factor+for+global+mortality&ots=agy4_CSf4u&sig=CNjCUBJcIG9asTe5djcKGoj3cHo&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.fi/books?hl=fi&lr=&id=Ycbr2e2WPdcC&oi=fnd&pg=PR5&dq=Physical+inactivity+(lack+of+physical+activity)+has+been+identified+as+the+fourth+leading+risk+factor+for+global+mortality&ots=agy4_CSf4u&sig=CNjCUBJcIG9asTe5djcKGoj3cHo&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false). Luettu: 23.12.2017

WHO 2010. Global recommendations on physical activity for health. Luettavissa:
http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf. Luettu: 23.8.2017

Liitteet

Liite 1. Liikkuva koulu -kysely yläkoululaisille

Liikkuva koulu Järvenpäässä - kysely yläkoululaisille

Pohjatiedot

1. Mitä yläkoulua käyt? *

 ▼

2. Millä luokka-asteella olet? *

 ▼

3. Sukupuolesi? *

 ▼

Oma liikkuminen

4. Millaisessa fyysisessä kunnossa koet olevasi tällä hetkellä? *

 ▼

5. Miten tärkeäksi koet liikunnan omalle terveydelle ja hyvinvoinnillesi? *

 ▼

6. Kuinka monena päivänä viikossa liikut vähintään 60 minuuttia? (suositus tunti/päivä) *

 ▼

7. Mitä liikkumisesi sisältää viikoittain? (ohjatusti tai omatoimisesti) *

- aerobista kestävyysharjoittelua yli 10 minuuttia yhtäjaksoisesti kerralla (mm. kävely, pyöräily, uinti, hiihto, skeittaus)
- liikkuvuusharjoittelua ja venyttelyä
- lihaskunto- ja voimaharjoittelua
- nopeusvoimaharjoittelua (mm. hypyt, juoksupyrähdykset, pallopelit, kuntopallon heitely)
- pitkäaikaisia istumisjaksoja (yli 1h kerrallaan paikallaan oloa istuen tai maaten muuten kuin nukkuessa)
- hyötyliikuntaa (mm. omin voimin kuljetut välimatkat, koti- ja pihatyöt)
- liikuntalajiharjoittelua/pelailua (itsenäisesti, kaveriporukassa ja/tai urheiluseurassa)

Liikkuva koulu Järvenpäässä

8. Miten liikkumista voitaisiin lisätä ja istumista vähentää koulussa? (Valitse enintään kolme tärkeintä ja vähintään yksi vaihtoehdoista.) *

- liikkumaan kannustavalla ilmapiirillä
- toiminnallisella oppimisella (liikkumista vaativat opetusmenetelmät)
- taukoliikuntaa oppitunteihin sisällyttämällä
- liikunnallisilla aamunavauksilla
- liikunnallisilla välituntivälineillä
- ohjatulla välituntiliikunnalla, esim. laji- ja liikuntaväline-esittelyt
- liikkumaan kannustavien mobiilisovellusten hyödyntämisellä
- vertaisohjaajien järjestämällä välituntiliikunnalla
- välituntiliikuntahaastein/-turnauksin
- liikuntatapahtumilla/-teemapäivillä
- koulun sisätilojen oppimisympäristöjä muokkaamalla
- koulun piha-aluetta muokkaamalla
- liikunnallisen harrastetoiminnan koululla koulupäivän jälkeen mahdollistamalla
- muuten, miten?

9. Mitkä toimenpiteet liikuntatietoisuuden ja -mahdollisuuksien lisäämiseksi kiinnostavat sinua eniten? (Valitse enintään kolme tärkeintä ja vähintään yksi vaihtoehdoista.) *

- kirjastolta lainattaviin liikuntavälineisiin tutustuminen
- askel- ja/tai sykemittarien käyttökokeilut
- aktiivisuusrannekkeen käyttökokeilu
- liikemittarilla viikoittaisen liikkumismäärän selvittäminen
- kehonkoostumusmittaus/"kehokatsastus" ammattihenkilön ohjauksella
- liikuntaneuvonta (yksilöllisesti, pienryhmässä tai sähköisesti)
- personal trainer -tyyppinen liikunnanohjaus yksilöllisesti tai pienryhmässä
- kokeilukäynnit Järvenpäässä vapaasti käytettävillä liikuntapaikoilla (ulkoliikuntapaikat)
- kokeilukäynnit kaupungin liikuntapaikoilla (sisäliikuntapaikat, maksulliset paikat)
- kokeilu- /tutustumiskäynnit urheiluseurojen ja liikuntayritysten harrastustarjontaan (maksulliset paikat)
- vapaamuotoinen ohjattu liikuntatoiminta koululla koulupäivän jälkeen
- koulun liikuntasalin ja -välineiden vapaa yhteiskäyttö koulun jälkeen

10. Mitä toiveita/odotuksia sinulla on Järvenpään Liikkuva koulu –hankkeelle oman koulusi kohdalla?

600 merkkiä jäljellä

Liite 2. Yhteistyökysely Liikkuvan koulun toteutukseen osallistumisesta seuroille

Hei!

Olen Jyri Marjamäki, toimin Järvenpään kaupungin perusopetuksessa Liikkuva koulu –hankkeen koordinaattorina.

Liikkuva koulu –hanke kohdentuu kaikkiin Järvenpään kouluihin: yhdeksään alakouluun, kahteen yhtenäiskouluun, yhteen yläkouluun ja erityiskouluun, yhteensä yli 4000:n oppilaan arkeen.

Yksi tärkeimmistä painopistealueista tulee olemaan liikunnallisuuden ja toiminnallisuuden lisääminen oppilaiden koulupäivään.

Varhaiskasvatuksessa on käynnissä Liikkuva Lapsuus –hanke, johon perusopetuksen 1-2 –luokat tulivat mukaan loppusyksyllä 2015.

Liikkuva koulu-hankkeen kautta alkuopetuksessa toteutettuja toimintatapoja laajennetaan ja kehitetään kaikille perusopetusikäisille sopiviksi.

Liikkuvassa koulussa keväällä 2017 painotusalueena on yläkoululaisten ja 5.-6.-luokkalaisten liikkumisen tukeminen, mutta muutkin luokka-asteet huomioidaan.

Kysyn teiltä paikallisilta urheiluseuroilta (yhteystiedot poimittu Järvenpään kaupungin liikunnan sivuilta) halukkuutta ja resursseja olla mukana Liikkuvan koulun toteutuksessa Järvenpäässä nyt keväällä ja jatkossa.

Yläkoulujen oppilaille joulukuussa 2016 tehdyn kyselyn perusteella oppilaat näkevät hyvinä keinoina liikkumisen lisäämiseksi mm:

- ohjatun välituntiliikunnan
- välituntiliikuntahaasteet/-turnaukset
- liikuntatapahtumat/-teemapäivät
- koulujen väliset turnaukset
- kokeilu-/tutustumiskäynnit seurojen harrastustarjontaan
- vapaamuotoisen ohjatun liikuntakerhotoiminnan kouluilla
- seurojen toiminnan/tarjonnan mainostuksen kouluilla (lajikirjotoive on todella laaja)

Jos on seuroja, jotka ovat halukkaita yhteistyöhön esim. edellä mainittujen asioiden järjestämiseksi, niin olkaa yhteydessä.

Moni varmasti tekeekin jo yhteistyötä koulujen kanssa, olisi hienoa jos voisitte laittaa vähän mitä teette ja mitä kouluja/luokkia koskee.

Liikkuva koulu –hankkeen ja Unelmien liikuntavuoden aikana on erittäin otollinen hetki yhteistyössä järjestää jotain uutta liikunnallista sisältöä oppilaille koulupäivän oheen, ennen tai jälkeen tai loma- ja vapaa-ajalle, jos seuralla halua ja resursseja.

Jos seuralla on tarjolla harrastetoimintaa yläkouluikäisille (ja alle 18-vuotiaille) ilman aiempaa lajitaustaa, laittakaa minulle tietoa, tällaisista ryhmistä haluttaisiin tehdä listaus kouluille ja nuorisopalveluihin.

Alle kouluikäisistä ja alakouluikäisistä listaukset on tehty ja ne löytyvät kaupungin liikunnan sivuilta, toivottavasti kaikkien tarjonta on tullut ilmoitettua kun niitä on kysely.

Toteutetaan Liikkuva koulu Järvenpäässä yhdessä!

Yhteydenottoja toivoen:

Jyri Marjamäki

[Liikkuva lapsuus](#) / Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

”Minun liikuntavuoden 2017 unelmani on monipuolinen liikkuminen yhdessä lapseni kanssa”

Mikä on sinun unelmasi?

<http://jarvenpaa.unelmatliikkeelle.fi/>

#unelmatliikkeelle #jäkeliikkuu #järvenpää

Liite 3. Liikkuva koulu -kysely alakoululaisille

Liikkuva koulu Järvenpää - kysely alakoululaisille

1. Mitä koulua käyt? *

- Anttila
- Haarajoki
- Harjula
- Harjulan Vihtakadun yksikkö
- Juhola
- Kartano
- Keski-Uudenmaan kristillinen koulu
- Kinnari
- Kyrölä
- Mankala
- Oinaskatu
- Saunakallio
- Yhteiskoulu

2. Millä luokalla olet? *

- esikoulu
- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

3. Sukupuolesi? *

- tyttö
- poika
- muu
- en halua kertoa

Oma liikkuminen

4. Miten monipuolisesti liikut? *

😄 😊 😐 😞 😭

5. Miten taitava liikkuja olet? *

😄 😊 😐 😞 😭

6. Onko liikunta ja liikkuminen sinulle tärkeää? *

😄 😊 😐 😞 😭

7. Kuinka monena päivänä viikossa liikut vähintään kaksi tuntia? *

0 1 2 3 4 5 6 7

8. Mitä liikkumisesi sisältää viikoittain? *

(Valitse kaikki kohdat joita teet viikoittain.)

- kävelyä, juoksua ja/tai pyöräilyä (esim. koulu- ja kotimatkoilla)
- tasapainoilua vaativaa liikkumista
- nopeutta vaativaa liikkumista (esim. hippaleikit ja nopeuskisailut)
- voimaa ja lihaskuntoa vaativaa liikkumista (esim. peuhaleikit)
- liikuntavälineen käsittelyä (esim. pallo- ja mailapelit)
- liikunta- tai urheilulajin lajiharjoittelua (seurassa ja/tai omatoimisesti)
- venyttelyä

9. Kuinka monena päivänä viikossa liikut vähintään tunnin KOULUSSA? *

0 1 2 3 4 5

10. Miten liikumista voidaan lisätä ja istumista vähentää koulussa? *

(Valitse vähintään yksi vaihtoehdoista.)

- luokkiin vaihtoehtoja istumiselle oppitunnilla
- luokkiin liikuntahetkiä oppitunneille
- luokkiin liikuntavälineitä
- välitunneille liikuntavälineitä
- välitunneille ohjattuja pelejä ja leikkejä
- välitunneille liikuntahaasteita ja -turnauksia
- aamunavauksiin liikuntaa
- koulun käytäville liikuntapaikkoja lisäämällä
- koulun pihalle liikuntapaikkoja lisäämällä
- liikuntatunneille uusia leikkejä ja pelejä
- liikuntatunneille lajiesittelyjä ja -kokeiluja
- liikuntasalin käytön välituntisin mahdollistamalla
- liikuntasalin käytön koulupäivän jälkeen mahdollistamalla
- liikuntatapahtumilla ja -teemapäivillä
- muuten, miten?
- ei tarvitse muuttaa mitään

11. Millaista liikuntaa toivot koulullesi?

Liite 4. Ohjeistus alakoululaisten kyselyn toteuttamiseksi

Moi!

Linkki Liikkuva koulu –kyselyyn alakoululaisille: https://www.webropolsurveys.com/S/274293078D5BEFB7_par
Toivoisin kyselyyn kerättävän vastauksia jokaisella alakoululla kaikilta luokilta oppitunneilla maaliskuun aikana.

Kyselyyn oppilaiden kannattaa vastata sähköisesti joko tietokoneen tai padin tai kännykän avulla. Vastaaminen kestää parista minuutista noin viiteen minuuttiin per oppilas, kaikki voivat vastata samaan aikaan jos laitteita vaan on koululla käytettävissä.

Jos sähköisesti vastaaminen ei ole mitenkään mahdollista, voi kyselyitä tulostaa paperisena ja antaa oppilaiden vastata näin.

Paperille annetut vastaukset toivon vastaukset keränneen opettajan itse syöttävän sähköisesti linkin kautta. Jos tämä ei ole mahdollista, voi vastaukset lähettää minulle ja syötän ne itse webropol-ohjelmaan. Pyydän välttämään paperille vastausten keräämistä, koska työllistää turhaan vastausten syöttäminen erikseen.

Kun kyselyihin on vastaukset kerätty, lähetän kaikille yleisraportin ja kouluille koulukohtaiset raportit vastauksista.

Jos kyselystä tai vastausten keräämisestä jotain kysyttävää, olkaa yhteydessä.

Liikunnallisin terveisin:

Jyri Marjamäki

[Liikkuva lapsuus](#) / Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

”Minun liikuntavuoden 2017 unelmani on monipuolinen liikkuminen yhdessä lapseni kanssa”

Mikä on sinun unelmasi?

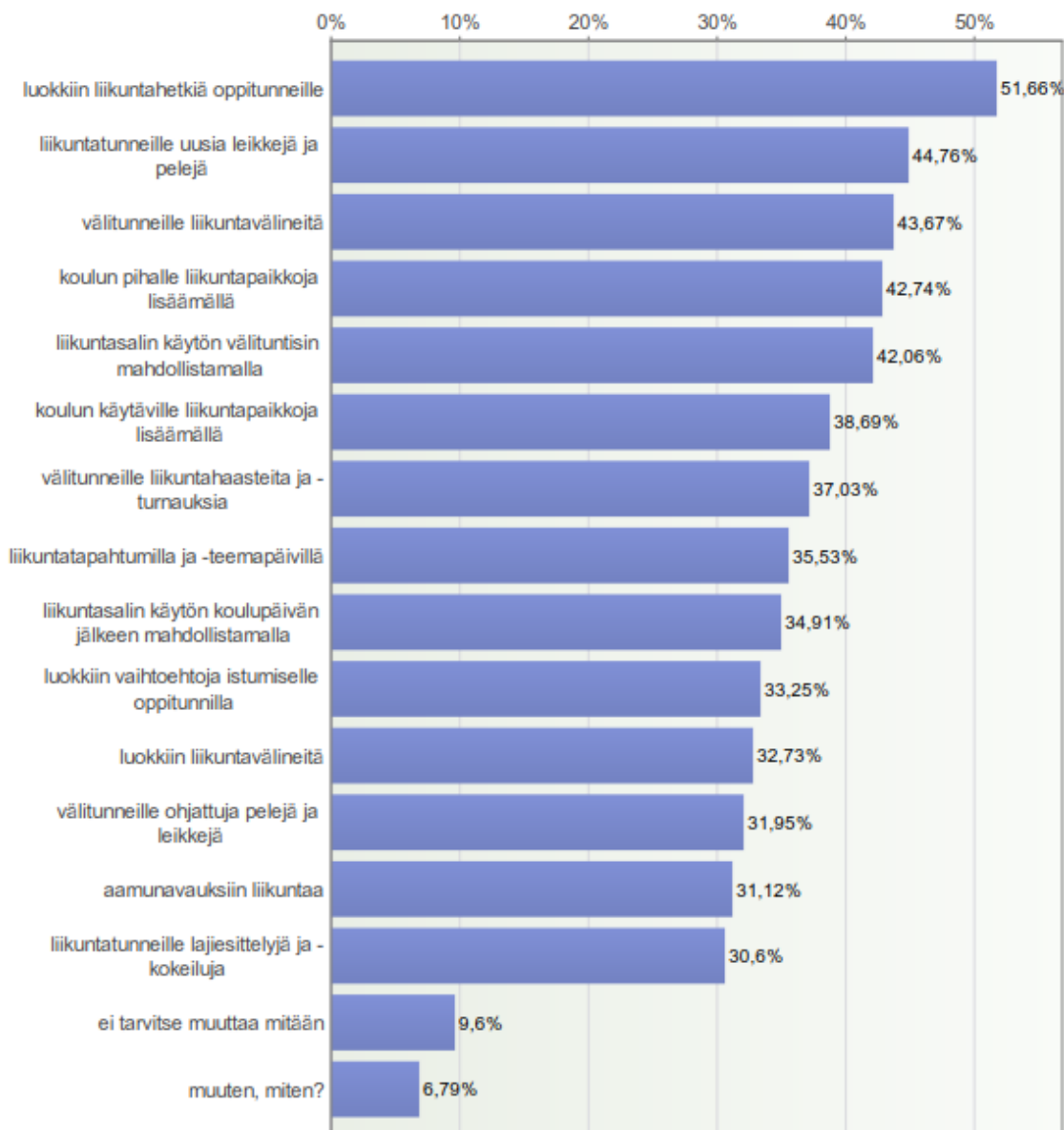
<http://jarvenpaa.unelmatliikkeelle.fi/>

#unelmatliikkeelle #jäkeliiikkuu #järvenpää

10. Miten liikkumista voidaan lisätä ja istumista vähentää koulussa?

(Valitse vähintään yksi vaihtoehdoista.)

Vastaajien määrä: 1928





Liikkuva koulu Järvenpäässä Toimintasuunnitelma 1.8.2017-31.7.2018

1. Hankkeen väliraportti

Yleistä

Liikkuva koulu –hanke kohdentuu kaikkiin Järvenpään kouluihin: seitsemään alakouluun, kahteen yhtenäiskouluun, yhteen yläkouluun ja erityiskouluun, yhteensä yli 4100:n oppilaan koulupäivään. Myös Järvenpään kristillinen koulu on mukana hankkeessa. Kaikissa kouluissa on nyt mm. välituntisin mahdollista lainata liikuntavälineistöä. Myöskin koulupäivän rakenteeseen on tehty muutoksia: lähes kaikissa kouluissa on nyt vähintään yksi pitkä välitunti. Kyseessä on kolmivuotinen hanke, jonka ensimmäinen vuosi on meneillään. Kaikki Järvenpään koulut on rekisteröity Liikkuviksi kouluiksi. Hankkeessa on käytössä – varhaiskasvatuksen Liikkuva Lapsuus Järvenpäässä -hankkeen tavoin – viestintätyökalu Joukkoenkeli, jonka avulla mm. yhteistyötä eri koulujen välillä saadaan kehitettyä.

Tämän lukuvuoden yleistavoitteena on kehittää toimintaa koko kunnan alueella niin, että lasten ja nuorten liikkuminen lisääntyy, sekä koulupäivän aikana että sen ulkopuolella. Liikunnallisuuden lisääminen onkin yksi koko Järvenpään Perusopetuksen päätavoitteista. Syksyllä 2016 kouluissa aloitettuja toimintatapoja laajennettiin ja kehitettiin kaikille perusopetusikäisille sopiviksi. Ylempiluokkalaisten liikkumattomuuden noustessa suureksi huolenaiheeksi myös Järvenpäässä, painopisteeksi valittiin keväälle 2017 erityisesti luokka-asteet 5-9. Alkuvuodesta 2017 kysyttiin oppilaiden liikkumisen unelmia. Oppilaskyselyn pohjalta päädyttiin siihen, että hankitaan askelmittareita, kohdennetusti tietyille oppilaille/luokille.

Liikunnallisia tapahtumia järjestetään pitkin lukuvuotta. Mm. 10.5. järjestetään kaikille alkuopetusluokille suunnattu IceSkating-tapahtuma ja 23.5. on kaikissa Järvenpään kouluissa liikunnallisia tapahtumia.

Koulutukset

Koko kunnan henkilöstöä on koulutettu lukuvuoden aikana aktiivisesti. Kaikki koulutukset on tilattu ES-LUsta. Syksyllä 2016 järjestettiin Jonot matalaksi -koulutus sekä toiminnallinen oppiminen-koulutus. Keväällä 2017 opettajille järjestettiin Helposti liikkeelle -koulutus ja Liikkujaksi -koulutus. Osallistujia oli koulutuksissa lähes kaikista Järvenpään kouluista. LiikkuvaKoulu-vastaavat olivat ESLUn järjestämässä seminaarissa Hyvinkäällä marraskuussa 2016. Lisäksi on osallistuttu muutamiin seminaareihin.

Välkkärikoulutuksia järjestettiin niin, että kaikilla kouluilla on nyt ollut Välkkärikoulutukset. Hankekoordinaattori on kiertänyt kaikilla kouluilla tukemassa liikunnallista ja toiminnallista koulupäivää ja tutustuttanut oppilaita Järvenpään liikuntaa tukevaan toimintaympäristöön, mm. kirjaston ja liikuntapalveluiden lainattaviin liikuntavälineisiin.

Hankinnat

Kaikissa kouluissa on hankittu/uusittu välituntivälineistöä LiikkuvaKoulu –vastuuhenkilöiden toimesta. Erillisen yksittäisen frisbeegolf-radan sijaan (jonka toteutus tyrehtyi kohteen suojelunormeihin) toteutettiin useampi pieni ratahanke yhtenäiskoulujen ja yläkoulun yhteyteen. Hankkeen myötä koulujen piha-alueita liikunnallistetaan esim. katumaalausten avulla.

Materiaaleja ja välineitä on hankittu oppituntien aktivoimiseksi. On luotu oppimisympäristöjä ohjatun ja omaehtoisen oppimisen tukemiseksi.



Vähemmän liikkuvat lapset

Motorisesti kömpelöille alakouluikäisille lapsille on järjestetty ilta-aikaan seurayhteistyönä motoriikka-kerhoja, joihin lapsia on ohjattu kouluterveydenhuollon suosituksella huoltajille. Vähemmän liikkuville lapsille ja nuorille tarjotaan ohjattua liikuntaa pilottiluontoisesti hankekoordinaattorin henkilökohtaisella ohjauksella keväällä 2017. Myös liikuntaneuvonnan aloittaminen osana nuorisokeskuksen Ohjaamo- ja vapaa-ajanohjauksella keväällä 2017. Vähemmän liikkuvien lasten liikkumaan saamiseksi tehdään myös hankeyhteistyötä Liikuntapalveluiden Aikaa sinulle! -hankkeen kanssa.

2. Tavoitteet lv. 2017-18

- a) aktivoida oppilaita liikkumaan koulupäivän aikana ja koulupäivän jälkeen
- b) virikkeiden luominen koulun piha-alueille
- c) luoda pysyviä OPSin mukaisia toimintapoja ja oppimisympäristöjä, jotka mahdollistavat ohjatun ja omaehtoisen oppimisen liikunnallisuuden avulla
- d) motivoida erityisen vähän liikkuvat liikkumaan

Lukuvuoden 2017-18 toiminnassa otetaan oppilaskyselyjen tulokset huomioon. Oppilaita motivoidaan mm. aktiivisuus- ja askelmittareiden käyttöön otolla, joita tarjotaan kohdennetusti eri ikäisille. Syksyllä 2016 tätä kokeiltiin jo pienimuotoisesti ja myönteisen palautteen johdosta kokeilua tullaan laajentamaan.

Ensi lukuvuonna kehitetään myös seurayhteistyötä, soveltaen Järvenpään LiikkuvaLapsuus –hankkeen hyväksi koettuja yhteistyötapoja myös kouluille. Tarvitaan seuratoiminnan tukea sekä koulupäivään (pitkät välitunnit) että välittömästi koulupäivän jälkeen. Myös muuta sidosryhmäyhteistyötä tullaan aktivoimaan: Nuoripalvelut sekä paikallisten oppilaitosten opiskelijat (mm. Seurakuntaopiston nuoris- ja vapaa-ajanohjauksiksi opiskelevat) tulevat jatkossa olemaan tiiviimmin mukana peruskoulujen liikunnallisuudessa ja toiminnallisuudessa.

3. Sisällöt ja suunnitellut toimenpiteet 2017-2018

yllä mainittuihin tavoitteisiin liittyvät:

- a) - hankekoordinaattorin käynnit ja tuki kaikille kouluilla
- sähköiset kyselyt oppilaille ja toiminnan suunnittelu palautteiden suuntaisesti
- opettajien koulutukset seuraavista aiheista: toiminnalliset opetusmenetelmät mm. matematiikassa, liikunta- ja hyvinvointiosaaminen, oppimisympäristöjen muokkaaminen
- liikuntasalien käyttö välituntisin
- aktiivisuus- ja sykemittareiden käyttöön otto
- yhteistyö oppilaskunnan ja vanhempainverkoston kanssa
- aloitetaan yhteistyömallien käytännön kokeilut seurojen ja muiden sidosryhmien kanssa
- b) - välitunneille ohjattua toimintaa
- mahdollistaa toiminnallinen ja aktiivinen oppiminen
- mahdollisimman toimivat välituntivälinelainaamot
- kaikilla kouluilla Liikkuva Koulu-vastaavat kehittävät koulun liikunnallista arkea yhdessä muun henkilöstön kanssa
- koulupihojen maalaukset
- c) - OPS:n mukaisia koulutuksia toiminnallisuuden näkökulmasta (kts. kohta a).
- koulurakennuksen sisätilojen hyödyntäminen osana toiminnallista oppimista
- lattia- ja seinäteippaukset
- ergonomisia, istumista vähentäviä työskentelypisteitä
- d) - vähän liikkuville tai sosiaalisesti aroille henkilökohtaista ohjausta
- yhteistyö paikallisten seurojen ja liikuntayritysten kanssa

4. Hankkeen rakenne

-hankkeen **ohjausryhmä** (jossa edustus eri kouluasteilta sekä Perusopetuspalveluista ja liikuntapalveluista): hanke kokonaisuudessaan, resurssien kohdentaminen. Ohjausryhmä arvioi ja tukee hankkeen toteutumista jatkuvasti ja kokoontuu säännöllisin väliajoin. Kokoonpano:

rehtori Pekka Tukonen (puheenjohtaja)
opettaja Suvi Sitolahti (sihteeri, alakoulut, LiikkuvaKoulu-koordinaattori)
liikuntapäällikkö Tony Konkola
hankekoordinaattori Jyri Marjamäki
apulaisrehtori Tuomo Juppi (yläkoulut)
rehtori Tarja Edry
perusopetusjohtaja Arja Korhonen (tarvittaessa sijainen: erityisasiantuntija Anne Peltola)

- **hankekoordinaattori**: organisoii hankkeen tavoitteiden toteuttamista käytännön tasolla, levittää hyviä käytänteitä kouluille (opettajien kouluttaminen, oppilaiden aktivointi tuntityöskentelyssä, välituntiliikuttaminen) ja on mm. kerännyt tärkeää tietoa kyselyjen kautta siitä, miten oppilaiden liikunnallisuutta ja toiminnallisuutta voisi lisätä.

- **LiikkuvaKoulu-koordinaattori** (oman työn ohessa toimien): LiikkuvaKoulu-vastaavien toiminnan koordinointi, välittää informaation kouluilta ohjausryhmälle (ja päinvastoin) sekä on ollut suunnittelmassa koko kunnassa toteutettavia oppilaiden ja opettajien koulutuksia. Toimintamalleja on kehitetty ja jaettu kunnan kaikkiin kouluihin.

- **koulukohtaiset LiikkuvaKoulu –vastuhenkilöt**: varmistavat liikunnallisuuden ja toiminnallisuuden kehittämisen ja hankkeeseen liittyvän tiedon kulun koulutasolla. Vastuhenkilöt kokoontuvat jakamaan kokemuksiaan ja ideoitaan kuukausittain.

- lisäksi monissa kouluissa on liikuntatiimi (tällä tai jollain muulla nimellä). Usein myös LiikkuvaKoulu –vastuhenkilö on jonkun tiimin vetäjä ja koulukohtaisessa johtoryhmässä.

Koulutasolla myös oppilaskunnat ovat aktiivisesti mukana ja kehittävät toimintaa oppilaiden tarpeiden suuntaan. Vanhempia mielipide koulukohtaisessa toteutuksessa on myös tärkeä. Heitä kuullaan pääsääntöisesti vanhempainyhdistysten kautta.

5. Hankkeen kustannusarvio

toiminta	kustannus	omarahoitus		hankerahoitus
		v.2017	v.2018	
koulutukset henkilöstölle	3 500	1 500	2 000	0
koulutuksen oppilaille	2 000	1 500	500	0
liikunnallisuutta ja toiminnallisuutta lisäävät välineet	34 000	9 000	25 000	0
koordinaattorikustannukset	31600	0	0	31600
LiikkuvaKoulu-vastuhenkilöiden koordinointi	2 300	0	0	2 300
erittäin liikkumattomien lasten liikuttaminen	4 800	0	0	4 800
yhteensä	78 200	12 000	27 500	38700

6. Muuta

Kaupunginvaltuuston 11.11.2013 hyväksymään Kasvun ja hyvinvoinnin strategiaan on kirjattu vuosille 2014- 2025 kuntalaisten hyvinvoinnin ja osallisuuden kehittäminen, jossa esiin on nostettu lapsiperheiden ja nuorten hyvinvointi sekä tuen oikea-aikaisuus. Lisäksi Järvenpään kaupunginvaltuuston 19.10.2015 hyväksymällä lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmalla ohjataan, johdetaan ja kehitetään lasten ja nuorten hyvinvointityötä kunnassa. Suunnitelmassa on keskeisessä roolissa osallisuuden vahvistaminen oppilaskuntien ja koulujen vanhempainyhdistysten kautta sekä liikkumista ja toiminnallisuutta tukevat oppimisympäristöt kouluissa.

Järvenpäässä lisäksi vahvistetaan lasten ja nuorten osallistumista palvelujen kehittämiseen koulujen oppilaskuntien, nuorisotalotoimikuntien, Järvenpään Lasten ja Nuorten äänen sekä Nuorisovaltuuston ja yhdistysten kautta. Mm. Lasten ja Nuorten ääni –toiminnoissa keskitytään oppilaita aktivoivien toiminnallisten tapahtumien järjestämiseen tai välineistöjen hankintaan. Kouluilla järjestetään iltapäivä- ja kerhotoimintaa, liikunnan ja eri taideohjelmien harrastustoimintaa sekä koulunuorisotyötä.

Hankkeen sisäisinä yhteistyökumppaneina ovat Nuorisopalvelut sekä Uudet Juuret, Aikaa sinulle! ja Liikkuva Lapsuus –hankkeet.

Liite 7. Koulujen liikuntasalien vapaat ajat liikuntakerhotoimintaa varten

Hei!

Minulla nyt tiedossa seuraavat käytettävissä olevat ajat liikuntakerhotoimintaan:

Anttila	ke-to 15-16
Haarajoki	ei varmuutta vielä
Harjula	ma 15-16.30, ti 14-17, ke 15-17, to 15-16.30, pe 14-16.30
Vihtakatu	ei varmuutta vielä
JYK	ei vapaata
Kartano	ei vapaata
Kinnari	ei salia
Kyrölä	-
Mankala	-
Oinaskatu	ma 8-9, ti 15-16
Saunakallio	ke 15.30-17, to 15-17
Juhola	ti 15-16
Koivusaari	ke 14-16

Vielä toivoisin lopuiltakin tietoa, ja jos muillakin kuin Oinaskadulla sitten vastaavasti aamuaikoja salissa vapaana, nekin mahdollisia liikuntakerhoille.
Mutta tässäkin on ihan riittämiin varmasti kokeilua varten, en usko heti seurojakaan joka koululle riittävän.
Yritän kuitenkin syksyille useampaa paikkaa kokeiluun.

T: Jyri

Jyri Marjamäki

[Liikkuva lapsuus](#) / Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

"Minun liikuntavuoden 2017 unelmani on monipuolinen liikkuminen yhdessä lapseni kanssa"

Mikä on sinun unelmasi?

<http://jarvenpaa.unelmatliikkeelle.fi/>

#unelmatliikkeelle #jakeliikkuu #jarvenpää

Liite 8. Yhteistyöpyyntö seuroille peruskoululaisten liikuntakerhotoiminnasta

Hei!

Järvenpäässä haluttaisiin syksyllä 2017 kokeilla pilottiluontoisesti koululaisten liikuntakerhotoiminnan järjestämistä.

Tarkoituksena olisi tarjota oppilaiden toiveiden mukaista monipuolista mutta höntsamäistä liikuntaa osin ohjatuksi ja osin vain valvotusti.

Toimintaa tarjottaisiin oppilaille koulujen saleissa tai muissa kaupungin liikuntatiloissa klo 14-17 välisinä aikoina vapaiden tilojen mukaan.

Aikeissa tarjota kouluilla ensisijaisesti koulun omille oppilaille toimintaa jakaen toimintaa mahdollisesti joko 3.-4. ja 5.-6.-luokkien välille ominaan tai tytöille ja pojille ominaan.

Oppilasmääräksi yhtä tuntia kohti olisi toiveissa noin luokallisen verran oppilaita, eli ryhmäkoko 20-30 oppilasta.

Nyt tiedustelen seuroja mukaan toteutukseen kerhojen ohjaajiksi/valvojiksi

Toimintaa varten ensi syksyksi olisi tarjolla seuraavia paikkoja ja aikoja:

Harjulan alakoulu	ma 15-16.30, ti 14-17, ke 15-17, to 15-16.30, pe 14-16.30
Piirosen yläkerta	ma-ke 14-17
Saunakallion alakoulu	ke 15.30-17, to 15-17
Koivusaaren yläkoulu	ke 14-16
Anttilan alakoulu	ke-to 15-16
Oinaskadun alakoulu	ma 8-9, ti 15-16
Juholan erityiskoulu	ti 15-16

Korvaus tunnin mittaisen höntsäkerhon valvonnasta/ohjauksesta tulisi alustavasti olemaan n. 25-35€ seuralle Jos on kiinnostusta ja jo laittaa mitkä ajat ja paikat olisivat seurallenne mahdollisia, olkaa yhteydessä minuun. Kerron sitten enemmän toteutuksesta, aikatauluista ja korvauksista, jotka myös ovat vielä osin selvityksen alla.

Liikunnallisin terveisin:

Jyri Marjamäki

[Liikkuva lapsuus](#) / Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

Liite 9. Pyyntö oppilaskuntien tapaamisesta vastaaville

Moi!

Liitteenä kyselyn vastausten yleisraportti. Lähetän Liikkuva koulu -vastaaville vielä koulukohtaiset vastausraportit perään.

Yleishuomioita vastauksista:

- vastaajista n.13% ei liiku mielestään kovin monipuolisesti eikä koe liikuntaa kovin tärkeäksi.
- vastaajat liikkuvat suosituksen mukaisen kaksi tuntia päivässä 4,3 päivänä viikossa → viikonloput vai arki haasteena?
- tasapainon ja lihaskunnan osuus viikoittaisessa liikkumisessa pienintä, vaikka eletään herkkyyksikautta lihaskunnolle ja tasapainon positiivinen vaikutus oppimistuloksille tutkittua.
- vaikka liikkuvuusharjoittelua on, sitä pitäisi olla suhteessa enemmän ja sitä myös paljon toivotaan avoimissa vastauksissa.
- vastaajat liikkuvat keskimäärin 3,2 päivänä viikossa tunnin koulussa, tavoite joka koulupäivä
- suosituimmat vaihtoehdot liikkumisen lisäämiseksi mm. taukoliikunta oppitunneilla, uudet pelit ja leikit, liikuntavälineitä välitunneille ja salin käytön mahdollistaminen välituntisin.
- avoimissa vastauksissa nousee toiveiksi ohjatut ”uudet” leikit, liikkuvuus ja venyttely, pienturnaukset pallopeleissä, voimistelu- ja taitoradat lihaskunnan näkökulmasta, hauskuus ja monipuolisuus yleisesti.
- nousevia toiveita myös lasten itse valitsema liikunta ja tyttöjen ja poikien jako omiin ryhmiin.

Jos keväällä on vielä oppilaskunnan kokouksia kouluilla, tulisin mieluusti koulukohtaisesti käymään tulokset läpi ja heittämään parit jatkokysymykset mm. liikuntakerhotoimintaan liittyen.

Eli jos vastaavat voisivat laittaa minulle tiedoksi kenen kanssa koululla voisi sopia oppilaskunnan kokoukseen tulemisesta tai tätä asiaa varten sellaisen järjestämisestä.

T: Jyri

Kysymyksiä toiminnasta

- ikäryhmittäin vai tytöt ja pojat omansa?
- jos vuoroja kaksi, ketkä ensin?
- ohjattua vai vapaata toimintaa vai sekä että?
- yksi yhteinen tekeminen vai jaettu tila ja toiminta?
- toiminnan nimi? höntsäkerho, liikuntakerho, muu?
- ryhmä koko, minimi ja maksimi?
- keille ryhmä ensisijaisesti, halukkaille vai tarvitsijoille?
- paljonko aikaa tunnista lihaskunnolle, venyttelylle ja tasapainolle?
- aina salissa vai välillä ulkona lähiympäristössä?
- sopiva hinta?
- muuta?

Liikuntakerhotoiminta iltapäivällä

- 10-12 kertaa pilottikokeiluna syksyllä syys-marras välillä
- maksullista seurojen ohjaamaa/valvomaan toimintaa, n.30€/syksy
- koulujen liikuntasalien ja muiden tilojen vapaiden aikojen puitteissa
- todennäköinen ohjaava seura?

Liite 11. Liikkuva koulu -kerhojen alustava toimintamalli

Liikkuva koulu -kerhot - pilottikokeilu Järvenpäässä syyslukukaudella 2017

Yleistä:

Alkaen viikolla 38, kesto 10x, viimeiset kerrat alustavasti vko 48

Osallistujamaksu oppilaalta 30€/kurssi pilottivaiheelta, maksu järjestettävissä jos kyseessä erityinen tuen tarvitsija

Yhdelle kurssille vaaditaan vähintään 10 oppilasta toiminnan käynnistämiseksi, lähtötilanteessa enintään 20 oppilasta otetaan (kuntosalle15)

Kohderyhmistä ja kerhojen sisällöistä haastateltu neljää alakoulun oppilaskuntaa, ja menty heidän näkemyksensä edellä suunnittelussa

Yläkoululaisten näkemyksiä yritys kuulla vielä kesällä nuorisotalolla ja nuorisopalveluiden toiminnassa kohderyhmien määrittämiseksi

Liikkuva alakoulu -kerhot:

kurssinno	paikka	päivä	kloaika	kohderyhmä	ohjaava taho
1510	Harjulan koulun sali	ma	15.00-16.00	3.-6.-lk	JäV: Järvenpään Voimistelijat
1511	Oinaskadun koulun sali	ma	8.00-9.00	3.-4.-lk	KUY: Keski-Uudenmaan Yleisurheilu
1512	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ma	14.15-15.15	3.-4.-lk	JäPS: Järvenpään Palloseura
1513	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ma	15.15-16.15	5.-6.-lk	JäPS
1514	Harjulan koulun sali	ti	14.00-15.00	3.-4.-lk	JäPS
1515	Harjulan koulun sali	ti	15.00-16.00	5.-6.-lk	JäPS
1516	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ti	14.15-15.15	5.-6.-lk	KUY
1517	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ti	15.15-16.15	3.-4.-lk	KUY
1518	Anttilan koulun sali	ke	15.00-16.00	3.-6.-lk	JäV
1519	Oinaskadun koulun sali	ke	14.00-15.00	5.-6.-lk	KUY
1520	Saunakallion koulun sali	to	15.00-16.00	3.-4.-lk	JäPS
1521	Saunakallion koulun sali	to	16.00-17.00	5.-6.-lk	JäPS

Yläkoululaisten liikuntavuorot:

kurssinno	paikka	päivä	kloaika	kohderyhmä	ohjaava taho
1522	Liikuntakeskus Pirosen kuntosali	ti	15.00-16.20	7.-9.-lk tytöt	LK-hanke/Liikuntapalvelut
1523	Koivusaaren koulun sali	ke	14.00-15.00	7.-9.-lk pojat	JäPS
1524	Koivusaaren koulun sali	ke	15.00-16.00	7.-9.-lk tytöt	JäPS
1525	Liikuntakeskus Pirosen kuntosali	to	15.00-16.20	7.-9.-lk pojat	LK-hanke/Liikuntapalvelut

Markkinoinnista ja ilmoittautumisesta:

Tieto kerhoista Helmeen ma 7.8. ja oppilaille heti 10.8. koulujen alkamispäivänä infot kerhoista (vko 32).

Seuraava viikko aikaa tiedottaa kerhoilmoittautumisista (vko 33). Ilmoittautumiselle aikaa kolme viikkoa.

Kouluilta toivon suositeltavan toimintaa siitä erityisesti hyötyville oppilaille ja heidän perheille > VIP-palkat > vähän liikkuvat liikkumaan

Ilmoittautuminen liikuntapalveluiden sähköiseen Hellewi-ilmoittautumisjärjestelmään ma 21.8. klo 17.00 alkaen (vko 34).

Kerhojen toteuttamisesta syksyllä päätös siihen mennessä ilmoittautuneiden määrän perusteella ma 11.9. aikana (vko 37).

Osallistujamäärien perusteella käynnistettävien kerhojen aloitus ma 18.9. alkavalla viikolla (vko 38)

Lisätiedot Liikkuva koulu -hankekoordinaattori Jyri Marjamäeltä, jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi tai 0403152407



Sopimus

1 (4)

12.6.2017

SOPIMUS: LIIKKUVA KOULU -KERHO – OHJAAVA SEURA

SOPIMUKSEN OSAPUOLET:

Järvenpään kaupunki (jäljempänä kaupunki) y-tunnus: 0126541-4	Yhteistyökumppani (jäljempänä yhteistyökumppani) y-tunnus: seura täyttää
Sopimuksen yhteyshenkilö: Nimi Jyri Marjamäki Tehtävä Hankekoordinaattori sähköposti jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi puh.040 315 2407	Sopimuksen yhteyshenkilö: Nimi seura täyttää Tehtävä seura täyttää Sähköposti seura täyttää Puhelinnumero seura täyttää

SOPIMUKSEN TAUSTA JA TARKOITUS

Sopimuksen taustalla on Järvenpään kaupungin Liikkuva koulu -hanke, jonka tavoitteena on saada kouluikäiset lapset liikkumaan monipuolisesti liikuntasuosittelun mukaisesti arjessa. Yhtenä keinona tavoitteen saavuttamiseksi pilotoidaan peruskoululaisten liikuntakerhoja iltapäivisin koulujen salien vapaiden aikojen puitteissa.

Tämän sopimuksen tarkoituksena on vahvistaa yhteistyösopimuksen velvoitteet ja yhteistyökäytänteet, jotka edistävät kouluikäisten lasten yhteisöllistä liikuntaa. Kaupungilla on oikeus tehdä vastaavan sisältöisiä sopimuksia muidenkin yhteisöjen ja yhdistysten kanssa.

KUVAUS TARJOTTAVASTA TOIMINNASTA:

Järjestetään syyslukuvuonna 2017 10 kertaa kokoontuvia peruskoululaisten liikuntakerhoja, joissa liikutaan monipuolisesti kaupungilta annetun yleisohjelman puitteissa osallistujia kuullen ja hyödyntäen koulun liikuntavälineet ja -tilat. Tarjottavan toiminnan tulee olla vapaamuotoisesti ja osallistujalähtöisesti eri liikkumismuotoja ja -taitoja kokeilevaa, ei pelkästään yhden lajin taitojen harjoitteluun painottuvaa. Yhden liikuntakerhotunnin kesto on 60 minuuttia. Aiotut kerhot toteutetaan, jos kerhoihin ilmoittautuu osallistujia riittävästi, minimiosallistujamäärä toteutukselle on kymmenen oppilasta. Kaupunki tiedottaa ohjaavaa seuraa kerhojen toteutumisesta mahdollisimman hyvissä ajoin ennen kerhojen aiottua alkamisajankohtaa. Syyskausi alkaa viikolla 38 ja päättyy viikolla 48, tai kunnes 10 kertaa on pidetty. Kerhot ovat tauolla viikon 42 sekä arkipäivinä. Kerhojen jatkumisesta kevätkaudelle 2018 sovitaan erikseen.

Yhteistyökumppanille aiottu kerhot: paikat ja ajat sovittu erikseen



12.6.2017

SOPIMUSVELVOITTEET**Yhteistyökumppanin velvoitteet:**

- Järjestää ammattitaitoisen täysi-ikäisen ohjaajan sovituille liikuntakerhoille, vastaa ohjauksesta ja valvonnasta annetun liikuntakerhon ohjelman mukaisesti ja pitää kirjaa sekä raportoi kaupungille pitämiensä kerhojen osallistujamääristä ja muista huomioista toimintaa ja osallistujia koskien.
- Ilmoittaa kaupungin yhteyshenkilölle jos kerhoon tulee osallistuja, jonka tietoja ei ole ilmoitettu etukäteen kaupungin puolelta.
- Vastaa kaupungin yhteyshenkilön sekä liikuntakerhon osallistujien tiedottamisesta ensitilassa, jos ohjauskerta peruuntuu/siirtyy tai ohjelmasta merkittävästi poiketaan.
- Laskuttaa kaupungilta liikuntakerhon ohjauspalkkion pidettyjen liikuntakerhotuntien perusteella sovitun hinnan mukaan **30€/kerhotunti** (viitteellinen ohjaajapalkka 20€/kerhotunti + työntäjä- ja lomakorvausmaksu + seurakorvaus) → **300€/liikuntakerho/kausi**.

Yhteistyökumppani vastaa siitä, että sillä on toimintaa varten asianmukaisen kelpoisuuden omaava ohjaaja, joka on tietoinen miten liikuntakerholle tilat tarjoavan koulun tilojen ja välineiden kanssa tulee toimia. Liikuntakerhon ohjaajan tulee itse olla yhteydessä koulun Liikkuva koulu -vastaavaan sopiakseen itselleen sopivan tutustumisajankohdan tilaan ja välineisiin sekä ensiapuvälineistöön. Liikuntakerhon vastuuhjaajan nimi- ja yhteystiedot tulee luovuttaa kaupungin yhteyshenkilölle tiedonkulun parantamiseksi ja nopeuttamiseksi. Yhteistyökumppanin tulee pitää kirjaa liikuntakerhon osallistujamääristä/kerta, ja ilmoittaa tiedot kaupungin yhteyshenkilölle heti kauden loputtua tai erikseen pyydettyessä.

Yhteistyökumppanin tulee ilmoittaa mahdollisista ohjauskertojen peruuntumisista ensitilassa kaupungin yhteyshenkilölle sekä liikuntakerhon osallistujille, ja ensisijaisesti korvata tunnit pitämällä ne samalla aikataululla heti kun mahdollista. Kysymyksistä tai ongelmista tiloihin ja välineisiin liittyen yhteydessä tulee olla ensisijaisesti kerhotilat tarjoavan koulun Liikkuva koulu -vastaavaan. Ohjausryhmiin ja kerhon sisältöihin ja järjestelyihin liittyen yhteydessä tulee olla ensisijaisesti sopimuksen yhteyshenkilöön.

Yhteistyökumppani vastaa siitä, että toiminta tunneilla on liikuntakerhoihin osallistuvilla turvallisuusvaatimusten mukaista. Liikuntakerhoon osallistujat kuuluvat kaupungin ryhmätapaturmavakuutuksen piiriin.

Yhteistyökumppanilla on oikeus laskuttaa kaupunkia ainoastaan siitä, mistä on laskutusperusteissa etukäteen sovittu. Lasku ohjauksesta toivotaan kertamaksuna pilottivaiheen päättyessä.



12.6.2017

Kaupungin veloitteet:

- Kaupungin toimesta laaditaan kerho-ohjelma, josta ilmenee, minkälaista liikuntaa yhteistyökumppanin oletetaan liikuntakerhoissa kauden aikana ohjaavan.
- Kaupunki vastaa liikuntakerhojen markkinoinnista ja osallistujien keräämisestä ryhmiin sekä yhteistyökumppanin tiedottamisesta ensitilassa, jos sovittu kerho ei toteudu osallistujien vähyyden vuoksi.
- Koulu, jonka tiloissa kerhotoiminta on alkamassa, järjestää kerhon ohjaajalle tutustumiskäynnin koululla käytössä oleviin tiloihin ja välineisiin. Yhteistyökumppanille huolehditaan tarvittavat avaimet ja koodit toiminnan toteuttamiseen.
- Yhteistyökumppanille lähetetään osallistujien nimilista yhteystietoineen ennen kerhojen alkua, jonka avulla yhteistyökumppani pitää kirjaa käyntimääristä ja voi tarvittaessa olla yhteydessä kerholaisiin tai heidän huoltajiin. Kesken kauden mukaan tulevista osallistujista tiedotetaan yhteistyökumppania heti kun mahdollista.
- Liikuntakerhoon osallistujat kuuluvat kaupungin ryhmätapaturmavakuutuksen piiriin.
- Liikuntapalvelut toimii maksajana yhteistyökumppanin laskuttaessa kaupunkia ja laskuttaa osallistujilta kerhomaksut.

Yhteistyökumppanille lähetetään liikuntakerho-ohjelma aikatauluineen, jota kerhojen ohjauksessa toivotaan pääpiirteissään noudatettavan, koska tämä helpottaa osallistujien varustautumista tunneille ja vähentää tiedottamisen tarvetta. Osallistujien toiveiden kuuleminen ja ohjelman muokkaaminen osallistujatoiveiden mukaan on kuitenkin sallittua ja toivottavaakin.

Kaupungin liikuntapalvelut toimii ensisijaisena tiedottajana niin yksittäisiä liikuntakerhoja koskevissa asioissa kuin yleisessä liikuntakerhoja koskevassa tiedottamisessa ja markkinoinnissa. Yleinen tiedottaminen kerhoista hoidetaan eri palvelualueiden nettisivujen ja asiakaskanavien kautta. Liikuntapalvelut järjestää avoimen ilmoittautumisen liikuntakerhoihin. Liikuntapalvelut yhteistyössä muiden palvelualueiden kanssa huolehtii liikuntakerhojen matalan kynnyksen asiakaspaikoista ja asiakkaiden sekä yhteistyökumppanin tiedottamisesta kerhojen toteutumisen ja asiakaspaikkamuutosten suhteen.

Koulu, jonka tiloissa kerhotoiminta on alkamassa, järjestää kerhon ohjaajalle tutustumiskäynnin päiväkodilla käytössä oleviin tiloihin ja välineisiin. Tällöin käydään läpi kerhossa käytetyt ovet ja kulkureitit, ensiapuvälineiden säilytyspaikat, hälytysjärjestelmät ja niiden toiminta sekä muut toiminnan kannalta tarpeelliset asiat.

Järvenpään kaupungilla on Pohjolasta tapaturmavakuutus nro 16-458-853-0 Kuntien ja kaupunkien ryhmätapaturma, joka kattaa mahdolliset tapaturmat Järvenpään kaupungin järjestämissä tilaisuuksissa. Mikäli osallistujalle sattuu kerhossa jotain, mikä vaatii enemmän kuin paikan päällä tehtyjä ensiavullisia hoitotoimenpiteitä, tulee hänen ottaa ensitilassa yhteys kaupungin edustajaan, joka neuvoo jatkotoimenpiteiden kanssa. Ensihoidossa syntyneet kulut asiakas maksaa ensin itse, kaikki kuitit tulee säästää.



12.6.2017

LASKUTUSOSOITE

sähköinen lasku:
Järvenpään kaupunki/Liikuntapalvelut/
Liikunnanohjauspalvelut
Verkkolaskuosoite/OVT: 003701265414
Operaattori/välittäjä: CGI 003703575029

paperilasku:
Järvenpään kaupunki/Liikuntapalvelut/
Liikunnanohjauspalvelut
Ostolaskujen käsittely
PL 321
28601 PORI

laskun viitenumero: 18600691

YHTEISTYÖ

Sopimuksen osapuolet neuvottelevat liikuntakerhojen toteutuksesta ja siihen liittyvistä toimintaa ja taloutta koskevista asioista sekä muista yhteistyökysymyksistä tarpeen mukaan. Yhteistyökumppanilla on mahdollisuus osallistua liikuntakerhotoiminnan toteutuksen arviointiin ja toimivuuden kehittämiseen omalta osaltaan.

SOPIMUKSEN VOIMASSAOLO JA PÄÄTTYMINEN SEKÄ ERIMIELISYYKSIEN RATKAISEMINEN

Sopimus tulee voimaan, kun se on allekirjoitettu. Sopimus on voimassa syyskauden 2017 loppuun. Mikäli toinen osapuoli toimii vastoin sopimuksen ehtoja tai muutoin moitittavalla tavalla eikä kirjallisesta kehotuksesta huolimatta muuta menettelyään taikka mikäli osapuolen toiminta ei vastaa sopimuksen tarkoitusta, on toisella osapuolella oikeus irtisanoa sopimus sopimuskauden aikana. Irtisanominen on tehtävä kirjallisesti 4 viikon irtisanomisajalla.

Kummallakin osapuolella on oikeus purkaa sopimus päättymään välittömästi, mikäli toinen osapuoli toimii olennaisesti vastoin sopimuksen ehtoja tai menettelee muutoin toista osapuolta kohtaan moitittavalla tavalla. Purkamisen on tehtävä kirjallisesti. Sopimusta voidaan muuttaa osapuolten allekirjoittamalla muutossopimuksella. Tätä sopimusta ei saa siirtää kolmannelle.

ALLEKIRJOITUKSET

Tätä sopimusta on tehty kaksi saman sisältöistä kappaletta, yksi kummallekin sopijapuolelle.

Järvenpäässä _____ / _____ 2017

Järvenpään kaupunki

Yhteistyökumppani

Tony Konkola_____
Nimi **seura täyttää**

Liikuntapäällikkö

Tehtävä **seura täyttää**

Liite 13. Palaverikutsu seuroille liikuntakerhojen ohjauksesta

Hei!

Teidän seuroistanne oltiin kiinnostuneita toimimaan vetäjinä peruskoululaisten liikuntakerhoille.

Nyt ajatuksena olisi 10-12 kerran pilottiluontoinen kokeilu syksyllä alkaen viikosta 36 tai myöhemmin, viimeistään viikolla 38.

Yhdestä ohjaus-/valvontatunnista korvattaisiin seuralle 30€, jolloin yhdestä viikotunnista tulisi kaudessa 300-360€, riippuen pilottivaiheen pituudesta.

Seura saisi käyttää toimintaan koulun liikuntavälineitä.

Minimiosallistujamäärä tulisi olemaan kymmenen lasta ja maksimi 25, kuitenkin ilmoitettu maksimi lähtötilanteessa 20 oppilasta.

Jos kerhoon ei kymmentä oppilasta saataisi, kerho peruuntuisi ja sitten ei maksujakaan kyllä tulisi.

Oppilaskyselyiden perusteella alakouluissa toiveissa on vapaamuotoinen toiminta, jossa olisi kuitenkin yhteistä alkua ja lopetusta.

Toivottiin jaettavaa salia, että olisi tempurataa toisella puolella ja yhteistä peliä/leikkiä toisella puolella.

Alakoulupuolella suosittaisiin alustavasti ikäryhmäjakoja, jolloin 3.-4.-luokkalaisille oma tunti ja 5.-6.-luokkalaisille oma.

Yläkoulupuolella jako olisi sitten sukupuolen mukaan mieluummin. Kyselyitä sisällöstä ei ole vielä yläkoulujen oppilaskunnilta kuultu.

Alla on listausta mitä vuoroja toivoitte tai mitä teiltä toivoisin:

Piironen yläkerta	ma-ke 14-17	→ JäPS? KUY?
Harjulan alakoulu	ma 15-16, ti 14-17, ke 15-17, to 15-16.30, pe 14-16.30	→ JäV ma 15-16. Cavalier pe 14-15. JäPS?
Koivusaaren yläkoulu	ke 14-16	→ Cavalier ke 14-15. JäPS?
Saunakallion alakoulu	ke 15.30-17, to 15-17	→ JäPS?
Oinaskadun alakoulu	ma 8-9, ti 15-16	→ KUY?
Anttilan alakoulu	ke-to 15-16	→ JäV ke 15-16. KUY?

Jos olette vielä halukkaita olemaan mukana, voisi olla palaverin paikka, missä voisoin kertoa mitä kaupunki ja koulut itse toivovat sisällöltä ja toki kuulla myös mitä seurat toivovat.

Sopisiko tapaaminen viikolla 20 tai 22 joku iltapäivä asiasta? Paikka voi olla esim. uimahallin kokoustila.

Ystävällisin terveisin:

Jyri Marjamäki

[Liikkuva lapsuus](#) / Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jiyi.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

"Minun liikuntavuoden 2017 unelmani on monipuolinen liikkuminen yhdessä lapseni kanssa"

Mikä on sinun unelmasi?

<http://jarvenpaa.unelmatliikkeelle.fi/>

#unelmatliikkeelle #jäkeliihkuu #järvenpää

Kuvausta liikkakerhojen toiminnasta:

- Järjestetään syyslukuvuonna 2017 10 kertaa kokoontuvia peruskoululaisten liikuntakerhoja, joissa liikutaan monipuolisesti kaupungilta annetun yleisohjelman puitteissa osallistujia kuullen ja hyödyntäen koulun liikuntavälineet ja -tilat.
- Tarjottavan toiminnan tulee olla vapaamuotoisesti ja osallistujalähtöisesti eri liikkumismuotoja ja -taitoja kokeilevaa, ei pelkästään yhden lajin taitojen harjoitteluun painottuvaa. Yhden liikuntakerhotunnin kesto on 60 minuuttia.
- Aiotut kerhot toteutetaan, jos kerhoihin ilmoittautuu osallistujia riittävästi, minimiosallistujamäärä toteutukselle on kymmenen oppilasta. Kaupunki tiedottaa ohjaavaa seuraa kerhojen toteutumisesta mahdollisimman hyvissä ajoin ennen kerhojen aiottua alkamisajankohtaa.
- Syyskausi alkaa viikolla 38 ja päättyy viikolla 48, tai kunnes 10 kertaa on pidetty. Kerhot ovat tauolla viikon 42 sekä arkipyhinä. Kerhojen jatkumisesta kevätkaudelle 2018 sovitaan erikseen.



Kaupungin veloitteet:

- Kaupungin toimesta laaditaan kerho-ohjelma, josta ilmenee, minkälaista liikuntaa yhteistyökumppanin oletetaan liikuntakerhoissa kauden aikana ohjaavan.
- Kaupunki vastaa liikuntakerhojen markkinoinnista ja osallistujien keräämisestä ryhmiin sekä yhteistyökumppanin tiedottamisesta ensitilassa, jos sovittu kerho ei toteudu osallistujien vähyyden vuoksi.
- Koulu, jonka tiloissa kerhotoiminta on alkamassa, järjestää kerhon ohjaajalle tutustumiskäynnin koululla käytössä oleviin tiloihin ja välineisiin. Yhteistyökumppanille huolehditaan tarvittavat avaimet ja koodit toiminnan toteuttamiseen.
- Yhteistyökumppanille lähetetään osallistujien nimilista yhteystietoineen ennen kerhojen alkua, jonka avulla yhteistyökumppani pitää kirjaa käyntimäärästä ja voi tarvittaessa olla yhteydessä kerholaisiin tai heidän huoltajiin.
- Liikuntapalvelut toimii maksajana yhteistyökumppanin laskuttaessa kaupunkia



30.5.2017

3

Yhteistyökumppanin velvoitteet:

- Järjestää ammattitaitoisen täysi-ikäisen ohjaajan sovituille liikuntakerhoille, vastaa ohjauksesta ja valvonnasta annetun liikuntakerhon ohjelman mukaisesti ja pitää kirjaa sekä raportoi kaupungille pitämiensä kerhojen osallistujamääristä ja muista huomioista toimintaa ja osallistujia koskien.
- Ilmoittaa kaupungin yhteyshenkilölle jos kerhoon tulee osallistuja, jonka tietoja ei ole ilmoitettu etukäteen kaupungin puolelta.
- Vastaa kaupungin yhteyshenkilön sekä liikuntakerhon osallistujien tiedottamisesta ensitilassa, jos ohjauksesta peruuntuu/siirtyy tai ohjelmasta merkittävästi poiketaan.
- Laskuttaa kaupungilta liikuntakerhon ohjauspalkkion pidettyjen liikuntakerhotuntien perusteella sovitun hinnan mukaan 30€/kerhotunti (viitteellinen ohjaajapalkka 20€/kerhotunti + työntäjä- ja lomakorvausmaksu + seurakorvaus) + 300€/liikuntakerho/kausi.



30.5.2017 4

Ohjelmasisältöä pilottivaiheeseen

- 1.krt: venyttelyä + toiveleikkejä ja sisältökyselyä
 - 2.krt: venyttelyä + parkour/voimistelu-rataa
 - 3.krt: venyttelyä + parkour/voimistelu-rataa
 - 4.krt: kehonhallintaa + pallopelejä (jalis, lentis)
 - 5.krt: kehonhallintaa + pallopelejä (säbä, koris)
 - 6.krt: kehonhallintaa + ryhmäleikkejä (kaikki polttaa)
 - 7.krt: lihaskuntoa + ryhmäleikkejä (kaupunkisota)
 - 8.krt: lihaskuntoa + miniturnaus
 - 9.krt: lihaskuntoa + miniturnaus → palautekyselyä
 - 10.krt: toivekerta → palautekyselyä
- > tarkempi ohjelma mahdollinen, mutta osallistujien kuuleminen tärkeämpää



30.5.2017 6



Aluehallintovirasto

Etelä-Suomi
Opetus- ja kulttuuritoimi -vastuualue

Päätös

ESAVI/3396/07.03.02/2017

1.6.2017

Järvenpään kaupunki, perusopetus
Hallintokatu 2
04400 Järvenpää

Hakemuksenne 9.3.2017

Erityisavustuksen myöntäminen Liikkuva koulu-ohjelman kehittämishankkeelle lukuvuodelle 2017 -2018

Järvenpään kaupunki, perusopetus on hakenut 38700 euroa valtionavustusta *Liikkuva koulu Järvenpäässä* -kehittämishankkeelle. Hankkeen hakemuksessa esitetyt kustannukset ovat 78200 euroa.

Etelä-Suomen aluehallintoviraston päätös

Etelä-Suomen aluehallintovirasto (Etelä-Suomen AVI) on myöntänyt hakemuksenne perusteella hakijalle valtionavustuksena 38000 euroa käytettäväksi *Liikkuva koulu Järvenpäässä* -hankkeeseen.

Perustelut

Päätös perustuu avustuksen hakuilmoituksessa kerrottuun avustuksen käyttötarkoitukseen ja käytettävissä olleisiin varoihin. Avustusta myöntäessään Etelä-Suomen AVI on painottanut pitkäjänteistä ja laadukasta liikunnan kehittämistoimintaa. Lisäksi avustusta myönnettäessä on otettu huomioon suunnitellun toiminnan sisältö, toteuttamisen realistisuus ja hankkeen rahoituspohja.

Avustuksen käytön ehdot

Avustus on tarkoitettu käytettäväksi ajalla 1.8.2017 -30.6.2018 hakijan hakemuksessaan esittämään *Liikkuva koulu-ohjelman* kehittämistoimintaan. Mikäli hankkeen sisältöön tulee oleellisia muutoksia, on niistä ilmoitettava aluehallintovirastolle.

Avustuksen kohteena oleva toiminta on käynnistettävä ja siitä on ilmoitettava oheisella maksatuspyyntölomakkeelle Etelä-Suomen AVille 30.9.2017 mennessä. Mikäli hakija ei toimita maksatuspyyntöä edellä mainittuun päivämäärään mennessä, hankkeen katsotaan peruuntuneen ja Etelä-Suomen AVI peruuttaa myönnetyn avustuksen. Valtionavustuksen määrä ei yhdessä muun julkisen tuen kanssa saa ylittää kehittämishankkeeseen kohdistuvia menoja. Avustuksen saaja ei voi jakaa avustusta edelleen.

Mikäli valtionavustuksen saamiseksi on esitetty virheellisiä tietoja tai jos avustus on käytetty vastoin *Liikkuva koulu-ohjelman* kehittämisavustuksen hakuilmoituksessa määriteltyä käyttötarkoitusta, voidaan avustus tai osa siitä määrätä maksettavaksi takaisin.

Avustuksen saajan on osallistuttava toiminnan seurantaan ja arviointiin valtionapuviranomaisen edellyttämällä tavalla.

ETELÄ-SUOMEN ALUEHALLINTOVIRASTO

puh. 0295 016 000
fax 03 570 8002
kirjaamo.etela@avi.fi
www.avi.fi

Hämeenlinnan päätoimipaikka
Birger Jaarlin katu 15
PL 150, 13101 Hämeenlinna

Helsingin toimipaikka
Ratapihantie 9
PL 110, 00521 Helsinki

Kouvolan toimipaikka
Kauppamiehenkatu 4
PL 301, 45101 Kouvola

Valtionavustuksen maksatus ja selvitys avustuksen käytöstä

Avustus maksetaan hakijan ilmoittamalle tilille yhdessä erässä, kun Etelä-Suomen AVI on saanut oheisella maksatuspyyntölomakkeella tiedon toiminnan alkamisesta.

Selvitys avustuksen käytöstä annetaan oheisella lomakkeella heti toiminnan päätyttyä tai viimeistään 31.7.2018.

Maksatuspyyntö sekä selvitys avustuksen käytöstä lähetetään skannattuna osoitteeseen kirjaamo.etela@avi.fi tai postitse Etelä-Suomen aluehallintovirasto, opetus- ja kulttuuri -vastuualue, PL 150, 13101 Hämeenlinna.

Kirjanpito

Avustuksen saajan tulee kohdentaa toiminnasta saadut tulot ja siitä aiheutuneet menot kirjanpidossa omalle, hanketta varten perustetulle kustannuspaikalle. Avustuksen saajan tulee tarvittaessa osoittaa avustuksen käyttö maksutositteiden avulla.

Sovelletut säädökset ja ohjeet

Liikuntalaki (390/2015), laki opetus- ja kulttuuritoimen rahoituksesta (1705/2009), valtionavustuslaki (688/2001), hallintolaki (434/2003), opetusministeriön päätös määrärahan käyttöön asettamisesta (OKM/1060/625/2017) ja opetus- ja kulttuuriministeriön hakuohje Liikkuva koulu-ohjelman kehittämisavustukset lukuvuodelle 2017 -2018.

Muutoksenhaku

Tähän päätökseen ei saa hakea muutosta valittamalla. Päätöksen saajalla on kuitenkin oikeus hakea Etelä-Suomen AV:llä oikaisua päätökseen. Oikaisuvaatimus on tehtävä 30 päivän kuluessa tämän päätöksen tiedoksisaannista kirjallisesti Etelä-Suomen AV:lle. Oikaisuvaatimuksen on oltava viimeistään määräajan viimeisenä päivänä ennen virka-ajan päättymistä Etelä-Suomen AV:n kirjaamossa.

Kulttuuriyksikön päällikkö


Sanna Puura

Ylitarkastaja


Kristian Åbacka

Lisätietoja tästä päätöksestä antaa ylitarkastaja Kristian Åbacka
p. 0295 016 537, kristian.abacka@avi.fi

LIITTEET

Oikaisuvaatimusosoitus
Maksatuspyyntö/peruutusilmoitus
Selvitys valtionavustuksen käytöstä

LIIKKUVA KOULU -KERHOT - PILOTTIKOKEILU SYSSLUKUKAUDELLA 2017

Liikuntakerhot ovat Järvenpään kaupungin ja paikallisten urheiluseurojen yhteistyöllä järjestämiä. Liikuntakerho on monipuolinen ja höntsähenkinen liikuntaharrastus, jossa ei ole lajipainotusta eikä vakavamielistä kilpailullisuutta. Liikuntakerho toimii vapaamuotoisena harrastuksena, jossa osallistujat pääsevät vahvasti vaikuttamaan toimintaan.

Kerhon ohjelma: Kerhossa on ohjelmassa sekä ohjattua että vapaata toimintaa. Kerhojen alustava ohjelma on suunniteltu järvenpääisillä ala- ja yläkouluilla tehdyn Liikkuva koulu -oppilaskyselyn vastausten sekä oppilaskuntakuulemisten pohjalta. Tuntisisältöä suunnitellaan vielä tarkemmin kerhoissa osallistujien kanssa.

Toiminta: Pilottikokeilu kestää 10 kertaa, toiminta alkaa viikolla 38. Kerhot ovat tauolla viikolla 42 ja arkipyhinä. Alustavasti pilottikerhot päättyvät viikolla 48. Aikataulumuutoksista ilmoitetaan ohjaajan toimesta tai tekstiviestillä.

Liikkuva alakoulu -kerhot:					
kurssinnro	paikka	päivä	kloaika	kohderyhmä	ohjaava taho
1510	Harjulan koulun sali	ma	15.00-16.00	3.-6.-lk	JäV: Järvenpään Voimistelijat
1511	Oinaskadun koulun sali	ma	8.00-9.00	3.-4.-lk	KUY: Keski-Uudenmaan Yleisurheilu
1512	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ma	14.15-15.15	3.-4.-lk	JäPS: Järvenpään Palloseura
1513	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ma	15.15-16.15	5.-6.-lk	JäPS
1514	Harjulan koulun sali	ti	14.00-15.00	3.-4.-lk	JäPS
1515	Harjulan koulun sali	ti	15.00-16.00	5.-6.-lk	JäPS
1516	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ti	14.15-15.15	5.-6.-lk	KUY
1517	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ti	15.15-16.15	3.-4.-lk	KUY
1518	Anttilan koulun sali	ke	15.00-16.00	3.-6.-lk	JäV
1519	Oinaskadun koulun sali	ke	13.00-14.00	5.-6.-lk	KUY
1520	Saunakallion koulun sali	to	15.00-16.00	3.-4.-lk	JäPS
1521	Saunakallion koulun sali	to	16.00-17.00	5.-6.-lk	JäPS

Liikkuva yläkoulu -kerhot:					
kurssinnro	paikka	päivä	kloaika	kohderyhmä	ohjaava taho
1522	Liikuntakeskus Pirosen kuntosali	ti	15.00-16.20	7.-9.-lk tytöt	Liikkuva koulu -hanke
1523	Koivusaaren koulun sali	ke	14.00-15.00	7.-9.-lk pojat	JäPS
1524	Koivusaaren koulun sali	ke	15.00-16.00	7.-9.-lk tytöt	JäPS
1525	Liikuntakeskus Pirosen kuntosali	to	15.00-16.20	7.-9.-lk pojat	Liikkuva koulu -hanke

Maksu: Kausimaksu 10 kerran pilottiryhmästä on 30€. Kausimaksun voi maksaa ilmoittautumisen yhteydessä verkkopankissa tai kotiin lähetettävällä laskulla. Kerhopaikka tulee peruuttaa Liikuntapalveluihin tai Sivistyksen ja vapaa-ajan palvelupisteelle jos lopettaa kerhossa käymisen, jotta varallaolijoita saataisiin mukaan. Peruutetusta paikasta veloitetaan 12 euron käsittelymaksu, jos osallistuminen perutaan vähintään viikkoa ennen kerhon alkua. Tämän jälkeen kausimaksu on maksettava kokonaisuudessaan. Jos kerho peruuntuu osallistujien vähyyden vuoksi, maksetut kurssimaksut palautetaan.

Ilmoittautuminen: alkaa ma 14.8.2017 klo 17.00. Ilmoittautua voi osoitteessa www.kuntapalvelut.fi/jarvenpaa, puhelimitse 09 2719 2498 tai Järvenpää-talolla Sivistyksen ja vapaa-ajan palvelupisteellä. **Ilmoittautuminen on sitova.** Kerhoihin ei lähetetä erillistä kutsua, toteutuvat kerhot alkavat ilmoitetun aikataulun mukaan. Mikäli johonkin kerhoon ei ilmoiteta riittävästi osallistujia ma 11.9.2017 mennessä, kerhon peruuntumisesta ilmoitetaan tekstiviestillä/ sähköpostilla kerhoon ilmoittautuneille/huoltajille. Liikuntakerhoihin varasijoille ilmoittautuneille ilmoitetaan vapautuvista paikoista varasijajärjestyksessä heti jos paikkoja vapautuu. Käynnistyviin kerhoihin voi ilmoittautua kesken pilottivaiheen jos kerhoissa on tilaa.

Lisätiedot: Liikkuva koulu -hankekoordinaattori Jyri Marjamäki, jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi tai 0403152407



Liikuntapalvelut pidättää oikeuden muutoksiin

Liite 17. Sähköpostiviesti rehtoreille toimintamallin pilottikokeilusta

Hei!

Liitteenä alustava suunnitelma liikuntakerhojen toteutuksesta syyslukukaudella, josta kävin rehtorikokouksessakin lyhyesti kertomassa.

Powerpointissa olevaan kerhojen aiottuun sisältöön ja toteutustapaan olen hyödyntänyt keväällä tehdyt liikkuva koulu -kyselyt ja neljän tapaamani oppilaskunnan näkemyksiä.

Toimintaa pyritään tekemään mahdollisimman oppilaslähtöisesti, joten varsinaiset osallistujat pääsevät vielä vahvasti vaikuttamaan kerhojen sisältöön.

Kerhot ovat kaikille kohderyhmään kuuluville oppilaille avoimia, ei tarvitse olla sen koulun oppilas.

Silti valtaosan potentiaalisista osallistujista kuvittelisin tulevan siltä (tai lähikoululta) jossa toimintaa on.

Suunniteltujen kerhojen aikataulujen toimivuuden suhteen olisi äärimmäisen tärkeää, että ne eivät menisi päällekkäin koulujen lukujärjestyksien kanssa.

Koska ehdottomasti pyrkimys tarjota aikoja, jotka ovat oppilaille mahdollisia osallistua toimintaan.

Esimerkiksi, Oinaskadulle on nyt suunniteltu liikuntakerho maanantai-aamuksi klo 8-9, ja kohderyhmäksi ajattelin 3.-4.-luokkalaisten.

Jos kuitenkin noilla luokka-asteilla alkaa kaikilla koulu maanantaina jo klo 8, niin turhaan kerhoa sitten päällekkäin tarjoaa.

Jos 5.-6.-luokkalaisten taas pääsisivät maanantai-aamuna lukujärjestyksen puolesta osallistumaan ja 3.-4.-luokkalaisten sopia 5.-6.:lle suunniteltu keskiviikko klo 13-14, niin kannattaa suunnitellut ajat vaihtaa.

Liikuntakeskus Pirosen suhteen taas lähikoulujen, kuten etenkin Kartanon ja Vihtakadun ja varmaan Harjulan ja Mankalankin toivoisi mieltävän, onko Pirosen maanantain ja tiistain kerhot yläkerrassa aikataulullisesti oppilaidenne saavutettavissa koulutuntien jälkeen kumpanakaan päivänä?

Pirosen kuntosalin suhteen taas kaikkien yläkoulujen kannalta olisi hyvä, että päivistä tiistai tai torstai olisi mahdollinen oppilaille. Tähän kuntosalitoimintaan voisi hyvin yrittää kouluilta houkutella vähän liikkuvia mukaan.

Toivottavasti teillä olisi aikaa hieman katsoa suunniteltua aikataulua oman koulunne oppilaiden näkökulmasta ja kommentoida lyhyesti uusin aikataulu ehdotuksin, jos tarpeellisia.

Tämä toive etenkin niille kouluille, joiden tiloissa tai läheisyydessä toimintaa ollaan pilotoimassa syksyllä.

Liikunnallisin terveisin:

Jyri Marjamäki

[Liikkuva lapsuus](#) / Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jiiri.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

"Minun liikuntavuoden 2017 unelmani on monipuolinen liikkuminen yhdessä lapseni kanssa"

Mikä on sinun unelmasi?

<http://jarvenpaa.unelmatliikkeelle.fi/>

#unelmatliikkeelle #jäkeliiikkuu #järvenpää

LIIKKUVA ALAKOULU -KERHOT PILOTTIKOKEILU SYSSLUKUKAUDELLA 2017

Liikuntakerhot ovat Järvenpään kaupungin ja paikallisten urheiluseurojen yhteistyöllä järjestämiä. Liikuntakerho on monipuolinen ja höntsähenkinen liikuntaharrastus, jossa ei ole lajipainotusta eikä vakavamielistä kilpailullisuutta. Liikuntakerho toimii vapaamuotoisena harrastuksena, jossa osallistujat pääsevät vahvasti vaikuttamaan toimintaan.

Kerhon ohjelma: Kerhossa on ohjelmassa sekä ohjattua että vapaata toimintaa. Kerhojen alustava ohjelma on suunniteltu järvenpäälaisillä alakouluilla tehdyn Liikkuva koulu -oppilaskyselyn vastausten sekä oppilaskuntakuulemisten pohjalta. Tuntisisältöä suunnitellaan vielä tarkemmin kerhoissa osallistujien kanssa.

Toiminta: Pilottikokeilu kestää 10 kertaa, toiminta alkaa viikolla 38. Kerhot ovat tauolla viikolla 42 ja arkipyhinä. Alustavasti pilottikerhot päättyvät viikolla 48. Aikataulumuutoksista ilmoitetaan ohjaajan toimesta tai tekstiviestillä.

Liikkuva alakoulu -kerhot:					
kurssinno	paikka	päivä	kloaika	kohderyhmä	ohjaava taho
1510	Harjulan koulun sali	ma	15.00-16.00	3.-6.-lk	JäV: Järvenpään Voimistelijat
1511	Oinaskadun koulun sali	ma	8.00-9.00	3.-4.-lk	KUY: Keski-Uudenmaan Yleisurheilu
1512	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ma	14.15-15.15	3.-4.-lk	JäPS: Järvenpään Palloseura
1513	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ma	15.15-16.15	5.-6.-lk	JäPS
1514	Harjulan koulun sali	ti	14.00-15.00	3.-4.-lk	JäPS
1515	Harjulan koulun sali	ti	15.00-16.00	5.-6.-lk	JäPS
1516	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ti	14.15-15.15	5.-6.-lk	KUY
1517	Liikuntakeskus Pirosen yläkerta	ti	15.15-16.15	3.-4.-lk	KUY
1518	Anttilan koulun sali	ke	15.00-16.00	3.-6.-lk	JäV
1519	Oinaskadun koulun sali	ke	14.00-15.00	5.-6.-lk	KUY
1520	Saunakallion koulun sali	to	15.00-16.00	3.-4.-lk	JäPS
1521	Saunakallion koulun sali	to	16.00-17.00	5.-6.-lk	JäPS

Maksu: Kausimaksu 10 kerran pilottiryhmästä on 30€. Kausimaksun voi maksaa ilmoittautumisen yhteydessä verkkopankissa tai kotiin lähetettävällä laskulla. Kerhopaikka tulee peruuttaa Liikuntapalveluihin tai Sivistyksen ja vapaa-ajan palvelupisteelle jos lopettaa kerhossa käymisen, jotta varallaolijoita saataisiin mukaan. Peruutetusta paikasta veloitetaan 12 euron käsittelymaksu, jos osallistuminen perutaan vähintään viikkoa ennen kerhon alkua. Tämän jälkeen kausimaksu on maksettava kokonaisuudessaan. Jos kerho peruuntuu osallistujien vähyyden vuoksi, maksetut kurssimaksut palautetaan.

Ilmoittautuminen: alkaa ma 21.8.2017 klo 17.00. Ilmoittautua voi osoitteessa www.kuntapalvelut.fi/jarvenpaa, puhelimitse 09 2719 2498 tai Järvenpää-talolla Sivistyksen ja vapaa-ajan palvelupisteellä. **Ilmoittautuminen on sitova.** Kerhoihin ei lähetetä erillistä kutsua, toteutuvat kerhot alkavat ilmoitetun aikataulun mukaan. Mikäli johonkin kerhoon ei ilmoiteta riittävästi osallistujia ma 11.9.2017 mennessä, kerhon peruuntumisesta ilmoitetaan tekstiviestillä/ sähköpostilla kerhoon ilmoittautuneille/huoltajille. Liikuntakerhoihin varasijoille ilmoittautuneille ilmoitetaan vapautuvista paikoista varasijajärjestyksessä heti jos paikkoja vapautuu. Käynnistyviin kerhoihin voi ilmoittautua kesken pilottivaiheen jos kerhoissa on tilaa.

Lisätiedot: Liikkuva koulu -hankekoordinaattori Jyri Marjamäki, jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi tai 0403152407



Liikuntapalvelut pidättää oikeuden muutoksiin

Liite 19. Liikkuva koulu -kerhojen mainos Helmi-järjestelmään

LIIKKUVA ALAKOULU -LIIKUNTAKERHOT:

Liikuntakerhot ovat Järvenpään kaupungin ja paikallisten urheiluseurojen yhteistyöllä järjestämiä. Liikuntakerho on monipuolinen ja höntsähenkinen liikuntaharrastus, jossa osallistujat pääsevät vahvasti vaikuttamaan toimintaan. Kerhojen alustava ohjelma on suunniteltu järvenpäälaisillä alakouluilla tehdyn Liikkuva koulu -oppilaskyselyn vastausten sekä oppilaskuntakuulemisten pohjalta. Kerhot ovat osa Järvenpään Liikkuva koulu -hanketta.

Toiminta ja maksu: Pilottikokeilu liikuntakerhoista kestää 10 kertaa, aloitus viikolla 38. Kausimaksu on 30€.

Kerhojen kohderyhmät ja kokoontumispaikat/-ajat:

- **3.-4.lk:** Oinaskadun koulu ma klo 8-9, Liikuntakeskus Piironen ma klo 14.15-15.15 tai ti klo 15.15-16.15, Harjulan koulu ti klo 14-15 ja Saunakallion koulu to klo 15-16
- **3.-6.lk:** Harjulan koulu ma klo 15-16 ja Anttilan koulu ke klo 15-16
- **5.-6.lk:** Liikuntakeskus Piironen ma klo 15.15-16.15 ja ti klo 14.15-15.15, Harjulan koulu ti klo 15-16, Oinaskadun koulu ke klo 14-15 ja Saunakallion koulu to klo 16-17

Ohjaavat seurat: Järvenpään Palloseura, Keski-Uudenmaan Yleisurheilu ja Järvenpään Voimistelijat

Ilmoittautuminen: alkaa ma 21.8.2017 klo 17.00. Ilmoittautua voi osoitteessa www.kuntapalvelut.fi/jarvenpaa.

Lisätietoa: www.jarvenpaa.fi/liikunta ohjatuista liikuntaryhmistä, [linkistä](#) tai

Liikkuva koulu -hankekoordinaattori Jyri Marjamäeltä, jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi tai 0403152407

Liite 20. Kaupungin sähköpostijakelulistoilla lähetetty viesti liikuntakerhoista

Hei!

Syyslukukaudella 2017 Liikkuva koulu -hankkeen pilottikokeiluna tarjolla liikuntakerhoja ala- ja yläkoululaisille koulupäivän kylkeen.

Liikuntakerho on monipuolinen ja höntsähenkinen liikuntaharrastus, jossa osallistujat pääsevät vahvasti vaikuttamaan toiminnan sisältöön.

Liikuntaharrastetoimintaa järjestetään yhteistyössä kaupungin ja paikallisten seurojen kesken.

Pilottikokeilu kestää 10 kertaa, aloitus viikolla 38. Kausimaksu on 30€. Jos pilottivaihe onnistuu, keväällä toimintaa tarkoitus jatkaa vastaavanlaisena.

Tarkemmat tiedot alakoululaisten liikuntakerhoista ja yläkoululaisten liikuntavuoroista oheisista liitteistä ja liikuntapalveluiden sivuilta www.jarvenpaa.fi/liikunta ohjatuista liikuntaryhmistä ja palveluista, tai linkistä https://www.jarvenpaa.fi/--Ohjatut_liikuntaryhmät_ ja_palvelut--/sivu.tmpl?sivu_id=175

Kerhot ovat jo kaikkien nähtävissä liikuntapalveluiden ilmoittautumisjärjestelmässä osoitteessa www.kuntapalvelut.fi/jarvenpaa ja niihin voi ilmoittautua ma 21.8.2017 klo 17.00 alkaen. Anne Peltola laittaa erilliset mainokset alakoululaisten ja yläkoululaisten osalta Helmiin lomilta palattuaan.

Erittäin tärkeää on kuitenkin, että oppilaille ja perheille kerrotaan tällaisesta uudesta liikuntaharrastusmahdollisuudesta mahdollisimman usealta taholta heti lukuvuoden alettua.

Jos on vähän liikkuvia tai muuten erityisesti tällaisesta matalan kynnyksen liikuntaharrastustoiminnasta hyötyviä, paikkakyselyitä ennakkoon voi laittaa minulle.

Jokainen ryhmä vaatii käynnistyäkseen vähintään kymmenen ilmoittautunutta oppilasta. Ilmoittautua voi mihin tahansa oman ikäluokan ryhmään, ei tarvitse olla sen koulun oppilaita.

Koitetään saada lapset ja nuoret mukaan liikkumaan ja tällä toiminnalla vastata osaltaan harrastustakuun vaatimuksiin.

Liikunnallisin terveisin:

Jyri Marjamäki

[Liikkuva lapsuus](http://www.jarvenpaa.fi/liikkuva_lapsuus) / Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jury.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

"Minun liikuntavuoden 2017 unelmani on monipuolinen liikkuminen yhdessä lapseni kanssa"

Mikä on sinun unelmasi?

<http://jarvenpaa.unelmatliikkeelle.fi/>

#unelmatliikkeelle #jäkeliiikkuu #järvenpää

Alakoululaisten liikuntakerho - osallistujakysely

1. Mitä koulua käyt? *

- Anttila
- Haarajoki
- Harjula
- Harjulan Vihtakadun yksikkö
- Juhola
- Kartano
- Kinnari
- Kyrölä
- Mankala
- Oinaskatu
- Saunakallio
- Yhteiskoulu
- Muu, mikä

2. Monennella luokalla olet? *

- 3.lk
- 4.lk
- 5.lk
- 6.lk
- Muulla, millä?

3. Sukupuolesi? *

- Tyttö
- Poika
- Muu
- En halua kertoa

4. Missä liikuntakerhossa käyt? *

- 5.-6.lk liikuntakerho Piironen ma klo 15.15-16.15
- 3.-4.lk liikuntakerho Harjula ti klo 14-15
- 3.-6.lk liikuntakerho Anttila ke klo 15-16

5. Mistä sait tiedon tästä liikuntakerhosta? (Voit valita useamman vaihtoehdon) *

- Vanhemmilta
- Kavereilta
- Oman luokan opettajalta
- Liikunnanopettajalta
- Muulta oman koulun opettajalta
- Kouluterveydenhoitajalta
- Koulun ilmoitustaululta
- Muualta, mistä?

6. Oletko viihtynyt liikuntakerhossa? *

- Kyllä, miksi?
- En, miksi?
- En osaa sanoa

7. Oliko sinulla turvallinen olo liikuntakerhossa? *

- Kyllä
- Ei, miksi?
- En osaa sanoa

8. Oletko saanut vaikuttaa siihen, mitä liikuntakerhossa tehdään? *

- Kyllä, miten?
- En
- En osaa sanoa

9. Oletko liikkunut aiempaa enemmän tähän liikuntakerhoon osallistumalla? *

- Kyllä
- En
- En osaa sanoa

10. Haluaisitko osallistua uudelleen vastaavaan liikuntakerhoon? *

- Kyllä, miksi?
- En, miksi?
- En osaa sanoa

11. Mistä haluaisit tiedon uudesta liikuntakerhosta?
(Voit valita useamman vaihtoehdon) *

- Vanhemmilta
- Kavereilta
- Oman luokan opettajalta
- Liikunnanopettajalta
- Muulta oman koulun opettajalta
- Kouluterveydenhoitajalta
- Koulun ilmoitustaululta
- Muualta, mistä?

12. Mitä tekisit liikuntakerhon toteutuksen suhteen toisin? / vapaa sana:

<-- Edellinen

Lähetä

Alakoululaisten liikuntakerho - palautekysely huoltajille

Toivomme huoltajilta palautetta Liikkuva alakoulu -kerhojen pilottikokeilun järjestelyistä ja toteutuksesta, jotta voimme parantaa toimintaamme ja kehittää palvelua sen tarjoamiseksi jatkossakin.

1. Mihin liikuntakerhoon lapsesi osallistui? *

- 5.-6.lk liikuntakerho Piironen ma klo 15.15-16.15
- 3.-4.lk liikuntakerho Harjula ti klo 14-15
- 3.-6.lk liikuntakerho Anttila ke klo 15-16

2. Millä perusteella valitsitte tämän liikuntakerhon? (Voitte valita useamman vaihtoehdon) *

- Kohderyhmä
- Ohjaava seura
- Paikka
- Aika
- Hintaa
- Lapsi itse toivoi
- Muu, mikä?

3. Mistä saitte tiedon toiminnasta? (Voitte valita useamman vaihtoehdon) *

- Omalta lapselta
- Tutuilta

- Lapsen omalta luokanopettajalta
- Liikunnanopettajalta
- Muulta koulun opettajalta
- Kouluterveydenhoitajalta
- Koulun vanhempainillasta
- Vanhempainyhdistyksestä
- Sähköpostina
- Helmi-viestinä
- Koulun ilmoitustaululta
- Kaupungin nettisivuilta
- Facebookista
- Muualta, mistä?

Kysymysten 4. - 10. vastausvaihtoehtojen perään voi halutessaan kirjoittaa lyhyen perustelun vastaukselleen, mutta tämä ei ole välttämätöntä.

4. Oliko tietoa toiminnasta saatavilla riittävästi? *

- Kyllä, perustelut
- Ei, perustelut
- En osaa sanoa

5. Oliko liikuntakerhoon ilmoittautuminen toimivaa? *

- Kyllä, perustelut
- Ei, perustelut
- En osaa sanoa

6. Saitteko liikuntakerhoon ilmoittautumisen jälkeen riittävästi tietoa toiminnasta? *

- Kyllä, perustelut
- En, perustelut
- En osaa sanoa

7. Toimiko liikuntakerhojen laskutus? *

- Kyllä, perustelut
- Ei, perustelut
- En osaa sanoa

8. Viihtyikö lapsenne liikuntakerhossa? *

- Kyllä, perustelut
- Ei, perustelut
- En osaa sanoa

9. Onko liikuntakerhoon osallistuminen lisännyt lapsenne liikkumista? *

- Kyllä, perustelut
- Ei, perustelut
- En osaa sanoa

10. Ilmoittaisitteko lapsenne uudelleen vastaavaan toimintaan? *

- Kyllä, perustelut
- En, perustelut
- En osaa sanoa

11. Mistä haluaisitte tiedon toiminnasta jatkossa? (Voitte valita useamman vaihtoehdon) *

- Omalta lapselta
- Tutuilta
- Lapsen omalta luokanopettajalta
- Liikunnanopettajalta
- Muulta koulun opettajalta
- Kouluterveydenhoitajalta
- Koulun vanhempainillasta
- Vanhempainyhdistyksestä
- Sähköpostina
- Helmi-viestinä
- Koulun ilmoitustaululta
- Kaupungin nettisivuilta
- Facebookista
- Muualta, mistä?

12. Mitä tekisitte toiminnan suhteen toisin? / vapaa sana:

Liite 23. Sähköpostiviesti vanhempainverkostolle toimintamallin kehittämiseksi

Hei!

Toimin Järvenpään Liikkuva koulu -hankkeen koordinaattorina, ja olen päätoimijana ollut kehittämässä vapaa-ajan liikuntakerhotoimintamallia Järvenpään ala- ja yläkoulujen oppilaille seurayhteistyössä.

Kerhojen piti alkaa jo viikolla 38, mutta vähäisen ilmoittautumismäärän vuoksi pilottitoiminnan aloitusta siirrettiin viikolle 43, jotta osallistujia saataisiin lisää.

Ainoastaan yläkoululaisille suunnatut kuntosalivuorot Pirosella saivat osallistujia heti niin, että toiminta kannatti käynnistää (ja hyvin on alku mennyt ☺).

Halusin olla vanhempainverkostoon yhteydessä, jos teillä olisi ajatuksia ja kehitysehdotuksia, miten toimintamallia tulisi muuttaa, jotta se tavoittaisi osallistujia paremmin.

Olisiko teillä antaa kehitysehdotuksia asiaan, ja ihan vaikka näin sähköpostitse laittaa päähuomiot palvelun haasteista?

Tulin mielelläni tapaamiseenne kertomaan Liikkuva koulu -hankkeestamme ja kuulemaan ajatuksia ja ideoita liikuntakerhotoimintaan ja muuhun oppilaiden fyysiseen aktivointiin liittyen.

Ystävällisin terveisin:

Jyri Marjamäki

Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

[jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi](mailto: jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi)

www.jarvenpaa.fi

”Minun liikuntavuoden 2017 unelmani on monipuolinen liikkuminen yhdessä lapseni kanssa”

Mikä on sinun unelmasi?

<http://jarvenpaa.unelmatliikkeelle.fi/>

#unelmatliikkeelle #jäkeliihkuu #järvenpää

Liite 24. Kysely rehtoreille kevään vapaista liikuntasalivuoroista

Hei!

Olen ensi viikolla tapaamassa seurojen edustajia matalan kynnyksen liikuntakerhojen tarjoamiseksi keväällä koulupäivien yhteyteen. Tapasin vanhempainverkoston puheenjohtajaa, ja sieltä toivottiin tarjontaa keväälle ihan samalla tyyllillä kuin nyt syksylle, vaikka syksyn kerhot eivät osallistujia oikein saaneetkaan. Epäily oli, että tiedon tavoittaminen uudesta toiminnasta ottaa aikaa, ja siksi keväällä kannattaa yrittää uudemman kerran samalla konseptilla.

Nyt haluaisin varmistaa ennen seuratapaamista, että ovatko syksylle kerhotoimintaan varatut koulujen salit edelleen käytettävissä keväällä, tai onko jotain uusia salivuroja tarjolla kerhoille? Alla listaus viime keväänä saamistani käytettävissä olevista salivuoroista:

Anttila	ke-to 15-16
Haarajoki	ei vapaata
Harjula	ma 15-16.30, ti 14-17, ke 15-17, to 15-16.30, pe 14-16.30
Vihtakatu	ei vapaata
JYK	ei vapaata
Kartano	ei vapaata
Kinnari	ei salia
Kyrölä	ei salia
Mankala	ei vapaata
Oinaskatu	ma 8-9, ti 15-16
Saunakallio	ke 15.30-17, to 15-17
Juhola	ti 15-16
Koivusaari	ke 14-16

Voitteko kuitata oman koulun kohdalta onko tieto edelleen validi, vai onko muutoksia?

Lisäksi olisi iso apu, jos voisitte ehdottaa mille luokka-asteille toimintaa milläkin vapailla salivuorolla kannattaisi tarjota, ettei ole päällekkäisyyksiä kohderyhmän ja oppituntien kanssa.

Tyyliin Oinaskadulla ma klo 8-9 kerho 1.-3.-luokkalaisille lukujärjestyksellisesti toimiva ajankohta ja ti klo 15-16 toimiva ajankohta 3.-5.-luokkalaisille.

Jos ehtisitte oman koulun kohdalta tällaisen tehdä vaikka Liikkuva koulu -vastaavan avustuksella, niin saataisiin ensi viikolla seurojen kanssa kevään paletti hyvissä ajoin kuntoon ja perheille ajoissa tiedotettavaksi.

Liikunnallisin terveisin:

Jyri Marjamäki

Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

Matkapuhelin 040 315 2407

jury.marjamaki@jarvenpaa.fi

Koulujen vapaat liikuntasalivuorot:

Alakoululaisten liikuntakerhoihin:

Anttila JäV ke klo 15-16 3.-6.lk (to 15-16)

Haarajoki Hanke ma klo 14-15 1.-3.lk, klo 15-16 4.-6.lk (ti 14-16, ke 16-21, to 14-16, pe 13-16)

Harjula JäPS ti klo 14-15 1.-3.lk, klo 15-16 4.-6.lk (ma 15-16, ti 16-17, ke 15-17, to 15-16.30, pe 14-16.30)

Vihtakatu ei vapaata > kulku Harjulaan

JYK JäPS ma klo 14-15 1.-3.lk, klo 15-16 4.-6.lk (ma 8-10 (2.,3. ja 5.lk), 14-16 (luokat 1.-5.), ti 12-13 (1.lk), 15-16 (luokat 1.-5.), ke 15-16 (luokat 1.-5.), to 8-10 (koko koulu), pe 14-16 (luokat 1.-5.))

Kartano ei salia

Kinnari ei salia

Kyrölä ei salia

Mankala ei vapaata

Oinaskatu KUY ma klo 8-9 1.-3.lk, ke klo 15-16 4.-6.lk

Saunakallio JäPS to 15-16 3.-6.lk (ti 15-18.30, to 16-19)

Juhola ei vapaata

Piironen JäPS ke 15.15-16.15 3.-6.lk

Yläkoululaisten liikuntavuoroihin:

Koivusaari ke 14-16 → höntsävuoro (itse/nuorisopalvelut/vapaaehtoiset)

Piironen sali ti 15-16.20 (16.30?), to 15-16.30 (itse/liikuntapalvelut/nuorisopalvelut)

Alustava aikataulu ja ohjaajat keväälle:

Ma Haarajoki klo 14-15 1.-3.lk ja 15-16 4.-6.lk Hanke (Jyri)

JYK alakoulu klo 14-15 1.-3.lk ja 15-16 4.-6.lk JäPS

Oinaskatu klo 8-9 1.-3.lk KUY

Ti Harjula klo 14-15 1.-3.lk ja 15-16 4.-6.lk JäPS

Piironen kuntosali klo 15.20-16.20 7.-9.lk pojat Hanke (Jyri)

Ke Anttila klo 15-16 3.-6.lk JäV

Oinaskatu klo 15-16 4.-6.lk KUY

Piironen (tatamit) klo 15.15-16.15 3.-6.lk JäPS

To Saunakallio klo 15-16 3.-6.lk JäPS

Piironen kuntosali klo 15.30-16.30 7.-9.lk tytöt Liikuntapalvelut (Emilia)

Pe

Liite 26. Palaverikutsu ohjaaville seuroille kevään 2018 liikuntakerhoista

Moi!

Ehdotan palaveriajaksi ensi viikon keskiviikkoa 1.11. klo 10.30 uimahallin kokoustilassa. Aiheena olisi siis koululaisten liikuntakerhojen kevään toteutus ja aikataulu.

Alustavasti aikataulu alakoululaisten kerhojen suhteen keväälle voisi olla seuraava:

- Ilmoittautuminen ryhmiin auki heti kun sovittu kerhopaikat ja -ajat, mielellään jo marraskuun aikana.
- Kerhojen aloitus viikolla 6 ma 5.2. - to 8.2. sovituissa paikoissa, tavoitteena 10 kerran mittainen kevätkausi.
- Kaksi ensimmäistä kertaa kaikille avoimia kokeilukertoja, jolloin voi tulla sitoutumatta kokeilemaan kaverien kanssa. Seuroille normaali korvaus (30€/h) näistä kerroista.
- Ilmoittautuminen kerhoihin mahdollista viikon 7 loppuun su 18.2. mennessä
- Kevään loppuun asti jatkavien kerhojen varmistus viikon 8 (talviloma) aikana ilmoittautumismäärien perusteella.
- Viikosta 9 alkaen loput kerhokerrat ilmoittautuneille.
- Kevään vikat kerrat ti-to ryhmissä 17.-19.4., ma ryhmissä 24.4. mennessä tai kunnes kymmenen kertaa pidetty.

Ohjelma pidettäisiin samana kuin mikä nyt oli tarkoitus syksylle, tämä vaan laitettaisiin nähtäväksi kerhojen mainoksen yhteyteen, kuitenkin maininnalla suuntaa-antava ohjelma.

Varmistakaa, oletteko pääsemässä tuolloin 1.11. palaveriin.

Jos ei onnistu, ehdottakaa muutamia teille sopivia aikoja tuolta viikolta.

Ystävällisin terveisin:

Jyri

Liite 27. Kysely seuroille kevään 2018 alakoululaisten liikuntakerhojen ohjaamisesta

Hei!

Ensi keväälle etsitään lisää ohjaavia seuroja alakoululaisten liikuntakerhoihin.

JäPS, KUY ja JäV ovat jo mukana tarjoamassa pääosin iltapäiviin sijoitettavia liikuntakerhoja 1.-3. ja 4.-6. -luokkalaisille

Nyt kaivattaisiin vielä ohjaajia ainakin Haarajoelle, mielellään myös keskustan ala-asteelle ja Anttilaan.

Haarajoelle toivottaisiin ohjausta kahdeksi tunniksi (1.-3.lk ja 4.-6.lk omat ryhmät), Keskustaan ja Anttilaan yhdeksi

Haarajoelle vapaita aikoja olisivat ma klo 13-16, ti klo 14-16, ke klo 16-21, to klo 14-16, tai pe klo 13-16

Keskustan ala-asteella vapaita aikoja ma klo 14-16, ti klo 15-16, ja pe klo 14-16

Anttilassa vapaa aika olisi to klo 15-16

Nämä liikuntakerhot olisivat siis kyseisen koulun liikuntasalissa.

Korvaus kerhon ohjauksesta on 30€/h toteutuneiden tuntien mukaan seuralle, kaudesta 300€/kerho

Jos joltakin seuralta löytyy ohjaaja johonkin paikkaan joksikin tai useammaksi ajaksi keväälle viikosta 6 alkaen (kerhon kesto 10 kertaa),

ilmoittakaa asiasta minulle ensi viikon loppuun 12.11. mennessä.

Asialla kiire, jotta tilavaraukset ja tiedottaminen toiminnasta saadaan tehtyä ajoissa.

Kerron mielelläni tarkemmin toiminnasta, jos kysymyksiä on.

Liikunnallisin terveisin:

Jyri Marjamäki

Liikkuva koulu -hankekoordinaattori

JÄRVENPÄÄN KAUPUNKI

Matkapuhelin 040 315 2407

jiyi.marjamaki@jarvenpaa.fi

www.jarvenpaa.fi

Liite 28. Markkinoinnin opettajan palaute liikuntakerhojen toimintamallista

Peruskoululaisten liikuntakerhot

tekninen:

- pitäisi lisätä yksi dia, jossa esität missä, miten ja miten kauan tämä kestää ja miten eri vaiheen sisällöt käytännössä toteutetaan. Kuva voisi kertoa enemmän kuin sanat
- teknisesti koulun roolin selkiyttäminen voisi auttaa hahmottamaan sitä, kenelle tätä voidaan tarjota/myydä

sisällöllinen:

- tuotepaketin sisältö ehdottoman tärkeä ja selkeä (koululaiset liikkumaan)
- liikunnan harrastemahdollisuuksien integrointi koulunkäyntiin hyvä ”uusi” idea
- Liikkuva koulu –kerhojen toimintamalli periaatteessa hyvä rakenne ja selkeyttää ajatuksen esittämistä, tekstiä voisi olla 85% vähemmän
- eri toimijoiden roolit pitäisi avata selkeämmin, jotta vastuut ja palvelun tuotannon toteuttamisen logiikka (mitä tekevät seurakunta, mitä kaupungin liikuntatoimi, mitä koulut jne.) selkiytyisi ostajalle (koulut, huoltajat).

kaupallinen:

- kohderyhmän kirkastaminen ja keskeisimpien hyötyjen/kohderyhmä erittelemine esityksessä olisi eduksi. Mitä saa oppilaitos, mitä oppilas, mitä vanhemmat jne.
- mitä tämä maksaa? Hinnoittelumalli ja perusteet hieman epäselvät. Hinnoittelutiedon ja/tai kustannusten perusteet olisivat varmaan olemassa ja olisivat tärkeä lisä myyntiargumentteina!

brändi:

- palvelun nimi hyvä alku perusajatuksen ilmaisemiseen, mutta kohderyhmää (erityisesti nuorten kohderyhmä) ajatellen nimeämisessä voisi olla enemmän erottuvuutta. Tutkimustiedon käyttö ja soveltaminen konseptin kehittämisessä iso +!!

Ostaisin idean, mutta en voisi tuon esityksen perusteella tietää, miten ostaa pakettia. Hinta, ja selkeä sisältö puuttuu!

T:rr



Sopimus

1 (4)

20.11.2017

SOPIMUS: ALAKOULULAISTEN LIIKUNTAKERHON OHJAAVA SEURA

SOPIMUKSEN OSAPUOLET:

Järvenpään kaupunki (jäljempänä kaupunki)	Yhteistyökumppani (jäljempänä yhteistyökumppani)
y-tunnus: 0126541-4	y-tunnus: seura täyttää
Sopimuksen yhteyshenkilö: Nimi Jyri Marjamäki	Sopimuksen yhteyshenkilö: Nimi seura täyttää
Tehtävä Hankekoordinaattori	Tehtävä seura täyttää
sähköposti jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi	Sähköposti seura täyttää
puh.040 315 2407	Puhelinnumero seura täyttää

SOPIMUKSEN TAUSTA JA TARKOITUS

Sopimuksen taustalla on Järvenpään kaupungin Liikkuva koulu -hanke, jonka tavoitteena on saada kouluikäiset lapset liikkumaan monipuolisesti liikuntasuosittelun mukaisesti arjessa. Yhtenä keinona tavoitteen saavuttamiseksi järjestetään alakoululaisille liikuntakerhoja iltapäivisin koulujen salien vapaiden aikojen puitteissa.

Tämän sopimuksen tarkoituksena on vahvistaa yhteistyösopimuksen velvoitteet ja yhteistyökäytännöt alakoululaisten liikuntakerhojen toteutusta koskien. Kaupungilla on oikeus tehdä vastaavan sisältöisiä sopimuksia muidenkin yhteisöjen ja yhdistysten kanssa.

KUVAUS TARJOTTAVASTA TOIMINNASTA:

Järjestetään kevätlukukaudella 2018 10 kertaa kokoontuvia alakoululaisten liikuntakerhoja, joissa liikutaan monipuolisesti kaupungilta annetun yleisohjelman puitteissa hyödyntäen koulun liikuntavälineet ja -tilat. Liikuntakerhon ohjelmasta tulee kuulla osallistujia ja heidän toiveidensa mukaan ohjelmasisältöä voidaan muokata vapaasti. Tarjottavan toiminnan tulee kuitenkin olla eri liikkumismuotoja ja -taitoja kokeilevaa, ei pelkästään yhden lajin taitojen harjoitteluun painottuvaa. Yhden liikuntakerhotunnin kesto on 60 minuuttia. Aiotut kerhot toteutetaan, jos kerhoihin ilmoittautuu osallistujia riittävästi, minimiosallistujamäärä toteutukselle on kymmenen oppilasta. Kauden kaksi ensimmäistä kertaa ovat avoimia kokeilukertoja, joille osallistujia voi tulla vapaasti liikkumaan ennen ilmoittautumista kerhoon. Näille kerhoille ei ole osallistujamaksimia, ohjaaja valvoo ja tarvittaessa ohjaa toimintaa yleisohjelman mukaisesti. Seuroille maksetaan sovittu ohjauskorvaus kokeilukerhoilta. Kaupunki tiedottaa ohjaavaa seuraa kerhojen jatkumisesta kokeilukertojen jälkeen mahdollisimman hyvissä ajoin ennen kerhojen aiottua alkamisajankohtaa. Kausi alkaa viikolla 6 ja päättyy kun 10 kertaa on pidetty, alustavasti viikoilla 16-17. Kerhot ovat tauolla viikon 8 sekä arkipyhinä.

Yhteistyökumppanille aiottu kerhot: paikat ja ajat sovittu erikseen



20.11.2017

SOPIMUSVELVOITTEET**Yhteistyökumppanin velvoitteet:**

- Järjestää ammattitaitoisen täysi-ikäisen ohjaajan sovituille liikuntakerhoille. Liikuntakerhon ohjaajan on esitettävä rikostaustaote seuralle ja pyydettyä kaupungille (Laki lasten kanssa työskentelevien rikostaustan selvittämisestä (504/2002)).

- Vastaa liikuntakerhon ohjauksesta ja valvonnasta annetun ohjelman mukaisesti ja pitää kirjaa sekä raportoi kaupungille pitämiensä kerhojen osallistujamääristä ja muista huomioista toimintaa ja osallistujia koskien.

- Ilmoittaa kaupungin yhteyshenkilölle jos kerhoon tulee osallistujia, jonka tietoja ei ole ilmoitettu etukäteen kaupungin puolelta.

- Vastaa kaupungin yhteyshenkilön sekä liikuntakerhon osallistujien tiedottamisesta ensitilassa, jos ohjauksesta peruuntuu/siirtyy tai ohjelmasta merkittävästi poiketaan.

- Laskuttaa kaupungilta liikuntakerhon ohjauspalkkion pidettyjen liikuntakerhotuntien perusteella sovittun hinnan mukaan 30€/kerhotunti (viitteellinen ohjaajapalkka 20€/kerhotunti + työntäjä- ja lomakorvausmaksu + seurakorvaus) → **300€/liikuntakerho/kausi**.

Yhteistyökumppani vastaa siitä, että sillä on toimintaa varten asianmukaisen kelpoisuuden omaava ohjaaja, joka on tietoinen miten liikuntakerholle tilat tarjoavan koulun tilojen ja välineiden kanssa tulee toimia. Liikuntakerhon ohjaajan tulee itse olla yhteydessä koulun Liikkuva koulu -vastaavaan sopiakseen itselleen sopivan tutustumisajankohdan tilaan ja välineisiin sekä ensiapuvälineistöön. Liikuntakerhon vastuuhjaajan nimi- ja yhteystiedot tulee luovuttaa kaupungin yhteyshenkilölle tiedonkulun parantamiseksi ja nopeuttamiseksi. Yhteistyökumppanin tulee pitää kirjaa liikuntakerhon osallistujamääristä/kerta, ja ilmoittaa tiedot kaupungin yhteyshenkilölle heti kauden loputtua tai erikseen pyydettyä.

Yhteistyökumppanin tulee ilmoittaa mahdollisista ohjauksetojen peruuntumisista ensitilassa kaupungin yhteyshenkilöille sekä liikuntakerhon osallistujille, ja ensisijaisesti korvata tunnit pitämällä ne samalla aikataululla heti kun mahdollista. Kysymyksistä tai ongelmista tiloihin ja välineisiin liittyen yhteydessä tulee olla ensisijaisesti kerhotilat tarjoavan koulun Liikkuva koulu -vastaavaan tai rehtoriin. Ohjausryhmiin ja kerhon sisältöihin ja järjestelyihin liittyen yhteydessä tulee olla ensisijaisesti sopimuksen yhteyshenkilöön.

Yhteistyökumppani vastaa siitä, että toiminta tunneilla on liikuntakerhoihin osallistuvilla turvallisuusvaatimusten mukaista. Liikuntakerhoon osallistujat kuuluvat kaupungin ryhmätapaturmavakuutuksen piiriin.

Yhteistyökumppanilla on oikeus laskuttaa kaupunkia ainoastaan siitä, mistä on laskutusperusteissa etukäteen sovittu. Lasku ohjauksesta toivotaan kertamaksuna kauden päättyessä.



20.11.2017

Kaupungin velvoitteet:

- Kaupungin toimesta laaditaan kerho-ohjelma, josta ilmenee, minkälaista liikuntaa yhteistyökumppanin oletetaan liikuntakerhoissa kauden aikana järjestävän.
- Kaupunki vastaa liikuntakerhojen markkinoinnista ja osallistujien keräämisestä ryhmiin sekä yhteistyökumppanin tiedottamisesta ensitilassa, jos sovittu kerho ei toteudu osallistujien vähyyden vuoksi.
- Koulu, jonka tiloissa kerhotoiminta on alkamassa, järjestää kerhon ohjaajalle tutustumiskäynnin koululla käytössä oleviin tiloihin ja välineisiin. Yhteistyökumppanille huolehditaan tarvittavat avaimet ja koodit kerhotoiminnan toteuttamiseen.
- Yhteistyökumppanille lähetetään osallistujien nimilista yhteystietoineen ennen kerhojen alkua, jonka avulla yhteistyökumppani pitää kirjaa käyntimääristä ja voi tarvittaessa olla yhteydessä kerholaisiin tai heidän huoltajiin. Kesken kauden mukaan tulevista osallistujista tiedotetaan yhteistyökumppania heti kun mahdollista.
- Liikuntakerhoon osallistujat kuuluvat kaupungin ryhmätapaturmavakuutuksen piiriin.
- Liikuntapalvelut toimii maksajana yhteistyökumppanin laskuttaessa kaupunkia ja laskuttaa osallistujilta kerhomaksut.

Yhteistyökumppanille lähetetään liikuntakerho-ohjelma aikatauluineen, jota kerhojen ohjauksessa toivotaan pääpiirteissään noudatettavan, koska tämä helpottaa osallistujien varustautumista tunneille ja vähentää tiedottamisen tarvetta. Osallistujien toiveiden kuuleminen kerhon sisällön suhteen on tärkeää, ja ohjelman muokkaaminen osallistujatoiveiden mukaan on täysin sallittua.

Kaupungin Liikkuva koulu -hanke toimii ensisijaisena tiedottajana niin yksittäisiä liikuntakerhoja koskevissa asioissa kuin yleisessä liikuntakerhoja koskevassa tiedottamisessa ja markkinoinnissa. Yleinen tiedottaminen kerhoista hoidetaan eri palvelualueiden nettisivujen ja asiakaskanavien kautta. Liikuntapalvelut järjestää avoimen ilmoittautumisen liikuntakerhoihin Hellewi-järjestelmän kautta. Liikkuva koulu -hanke yhteistyössä kaupungin palvelualueiden kanssa huolehtii liikuntakerhojen matalan kynnyksen asiakaspaikoista ja asiakkaiden sekä yhteistyökumppanin tiedottamisesta kerhojen toteutumisen ja asiakaspaikkamuutosten suhteen.

Koulu, jonka tiloissa kerhotoiminta on alkamassa, järjestää kerhon ohjaajalle tutustumiskäynnin käytössä oleviin tiloihin ja välineisiin. Tällöin käydään läpi kerhossa käytetyt ovet ja kulkureitit, ensiapuvälineiden säilytyspaikat, hälytysjärjestelmät ja niiden toiminta sekä muut toiminnan kannalta tarpeelliset asiat.

Järvenpään kaupungilla on Pohjolasta tapaturmavakuutus nro 16-458-853-0 Kuntien ja kaupunkien ryhmätapaturma, joka kattaa mahdolliset tapaturmat Järvenpään kaupungin järjestämässä tilaisuuksissa. Mikäli osallistujalle sattuu kerhossa jotain, mikä vaatii enemmän kuin paikan päällä tehtyjä ensiavullisia hoitotoimenpiteitä, tulee hänen ottaa ensitilassa yhteys kaupungin edustajaan, joka neuvoo jatkotoimenpiteiden kanssa. Ensihoidossa syntyneet kulut asiakas maksaa ensin itse, kaikki kuitit tulee säästää.



20.11.2017

LASKUTUSOSOITE

sähköinen lasku:
Järvenpään kaupunki/Liikuntapalvelut/
Liikunnanohjauspalvelut
Verkkolaskuosoite/OVT: 003701265414
Operaattori/välittäjä: CGI 003703575029

paperilasku:
Järvenpään kaupunki/Liikuntapalvelut/
Liikunnanohjauspalvelut
Ostolaskujen käsittely
PL 321
28601 PORI

laskun viitenumero: 1860356

YHTEISTYÖ

Sopimuksen osapuolet neuvottelevat liikuntakerhojen toteutuksesta ja siihen liittyvistä toimintaa ja taloutta koskevista asioista sekä muista yhteistyökysymyksistä tarpeen mukaan. Yhteistyökumppanilla on mahdollisuus osallistua liikuntakerhotoiminnan toteutuksen arviointiin ja toimivuuden kehittämiseen omalta osaltaan.

SOPIMUKSEN VOIMASSAOLO JA PÄÄTTYMINEN SEKÄ ERIMIELISYYKSIEN RATKAISEMINEN

Sopimus tulee voimaan, kun se on allekirjoitettu. Sopimus on voimassa kevätkauden 2018 loppuun. Mikäli toinen osapuoli toimii vastoin sopimuksen ehtoja tai muutoin moitittavalla tavalla eikä kirjallisesta kehotuksesta huolimatta muuta menettelyään taikka mikäli osapuolen toiminta ei vastaa sopimuksen tarkoitusta, on toisella osapuolella oikeus irtisanoa sopimus sopimuskauden aikana. Irtisanominen on tehtävä kirjallisesti 4 viikon irtisanomisajalla.

Kummallakin osapuolella on oikeus purkaa sopimus päättymään välittömästi, mikäli toinen osapuoli toimii olennaisesti vastoin sopimuksen ehtoja tai menettelee muutoin toista osapuolta kohtaan moitittavalla tavalla. Purkaminen on tehtävä kirjallisesti. Sopimusta voidaan muuttaa osapuolten allekirjoittamalla muutossopimuksella. Tätä sopimusta ei saa siirtää kolmannelle.

ALLEKIRJOITUKSET

Tätä sopimusta on tehty kaksi saman sisältöistä kappaletta, yksi kummallekin sopijapuolelle.

Järvenpäässä _____ / _____ 2017

Järvenpään kaupunki

Yhteistyökumppani

Tony Konkola

Nimi **seura täyttää**

Liikuntapäällikkö

Tehtävä **seura täyttää**

AAMU- JA ILTAPÄIVIEN LIIKUNTAKERHOT ALAKOULULAISILLE KEVÄELLÄ 2018

Liikuntakerhot ovat Järvenpään kaupungin ja paikallisten urheiluseurojen (JäPS, KUY ja JäV) yhteistyöllä järjestämiä. Liikuntakerho on monipuolinen ja höntsähenkinen liikuntaharrastus, jossa ei ole lajipainotusta eikä vakavamielistä kilpailullisuutta. Liikuntakerho toimii matalan kynnyksen harrastuksena, jossa osallistujat pääsevät vaikuttamaan toiminnan sisältöön.

Kerhon ohjelma: Kerhossa on ohjelmassa sekä ohjattua että vapaata toimintaa. Kerhojen alustava ohjelma on suunniteltu järvenpäälaisillä alakouluilla tehdyn Liikkuva koulu -oppilaskyselyn vastausten sekä oppilaskuntakuulemisten pohjalta. Tuntisisältöä suunnitellaan vielä tarkemmin kerhossa osallistujien kanssa. Alustava ohjelma löytyy www.jarvenpaa.fi/liikunta ohjattujen liikuntaryhmien alta sivua selaamalla.

Toiminta: Kausi kestää 10 kertaa, toiminta alkaa viikolla 6 helmikuussa. Kerhot ovat tauolla viikon 8 ja arkipyhinä. Viikkojen 6 ja 7 kerrat ovat kaikille halukkaille avoimia kokeilukertoja, jolloin voi osallistua ilman ilmoittautumista. Käyminen kerhossa viikosta 9 alkaen vaatii osallistujan ilmoittautumisen haluttuun kerhoon ja sitoutumisen kausimaksun maksamiseen. Kerhojen osallistujaminimi on 10, ja osallistujamaksimi 20 osallistujaa. Aikataulumuutoksista ilmoitetaan ohjaajan toimesta tai tekstiviestillä.

liikuntakerhot alakoululaisille:				
kurssinno	kohderyhmä	paikka	päivä	kloaika
1510K	1.-3.lk	Oinaskadun koulun sali	ma	8.00-9.00
1511K	1.-3.lk	Haarajoen koulun sali	ma	14.00-15.00
1512K	1.-3.lk	JYK alakoulun sali	ma	14.00-15.00
1513K	1.-3.lk	Harjulan koulun sali	ti	14.00-15.00
1514K	3.-6.lk	Anttilan koulun sali	ke	15.00-16.00
1515K	3.-6.lk	Piirosen yläkerran tatamit	ke	15.15-16.15
1516K	3.-6.lk	Saunakallion koulun sali	to	15.00-16.00
1517K	4.-6.lk	Haarajoen koulun sali	ma	15.00-16.00
1518K	4.-6.lk	JYK alakoulun sali	ma	15.00-16.00
1519K	4.-6.lk	Harjulan koulun sali	ti	15.00-16.00
1520K	4.-6.lk	Oinaskadun koulun sali	ke	15.00-16.00

Maksu: Kausimaksu liikuntakerhosta on 30€. Kausimaksu maksetaan huoltajalle postissa lähetettävällä laskulla. Kerhopaikka tulee peruuttaa Liikuntapalveluihin tai Sivistyksen ja vapaa-ajan palvelupisteelle jos osallistuja lopettaa kerhossa käymisen, jotta varallaolijoita saataisiin mukaan. Peruutetusta paikasta veloitetaan 12 euron käsittelymaksu, jos osallistuminen perutaan vähintään viikkoa ennen toiminnan alkua. Tämän jälkeen kausimaksu on maksettava kokonaisuudessaan.

Ilmoittautuminen: alkaa ma 27.11.2017 klo 9.00. Ilmoittautua voi osoitteessa www.kuntapalvelut.fi/jarvenpaa, ilmoittautumisjärjestelmästä löydät haluamasi kerhon helpoiten hakemalla sitä kurssinumerolla. Ilmoittautua voi myös puhelimitse 09 2719 2498 tai Järvenpää-talolla Sivistyksen ja vapaa-ajan palvelupisteellä sen aukioloaikoina. **Ilmoittautuminen on sitova.** Kerhoihin ei lähetetä erillistä kutsua, kerhot alkavat ilmoitetun aikataulun mukaan. Mikäli johonkin kerhoon ei ilmoitautu riittävästi osallistujia to 15.2.2018 mennessä, kerhon peruuntumisesta ilmoitetaan tekstiviestillä/ sähköpostilla kerhoon ilmoitettujen osallistujien huoltajille. Liikuntakerhoihin varasijoille ilmoittautuneille ilmoitetaan vapautuvista paikoista varasijajärjestyksessä heti, jos paikkoja vapautuu. Käynnistyviin liikuntakerhoihin voi ilmoittautua kesken kauden jos ryhmässä on tilaa.

Lisätiedot: Liikkuva koulu -hankekoordinaattori Jyri Marjamäki, jyri.marjamaki@jarvenpaa.fi tai 0403152407



Liikuntapalvelut pidättää oikeuden muutoksiin

Liite 31. Kevään 2018 liikuntakerhojen alustava ohjelma



ALAKOULULAISTEN LIIKUNTAKERHON KEVÄTKAUDEN 2018 ALUSTAVA OHJELMA

Kerhon alustava ohjelma on koostettu Järvenpään Liikkuva koulu -oppilaskeselyn vastausten pohjalta
Ohjelma on alustava, liikuntakerhon varsinaisesta sisällöstä sovitaan ilmoittautuneiden osallistujien kanssa

KRT	TEEMA JA OHEISHARJOITTELU	TUNNIN KESKEINEN SISÄLTÖ/LEIKIT
1 vko6	PARKOUR-/VOIMISTELURATA > venyttely + toiveleikkien kysely	KAIKILLE AVOIN TUTUSTUMISKERTA! tutustuminen liikuntakerhon ohjaajiin, tiloihin ja käytettävissä oleviin välineisiin
2	TOIVELEIKIT > sisältökysely + venyttely	KAIKILLE AVOIN TUTUSTUMISKERTA! osallistujien toiveleikkejä mahdollisuuksien mukaan ja kyselyä jatkon sisältötoiveista
3 vko9	PARKOUR-/VOIMISTELURATA > sisältökysely + venyttely	JATKO VAATII ILMOITTAUTUMISEN JA KAUSIMAKSUN MAKSAMISEN! varsinaisten osallistujien kanssa kerhon ohjelmasta keskustelu ja sopiminen
4	PALLOPELIT > kehonhallinta	pallopelejä välineiden ja osallistujien toiveiden pohjalta mm. jalkapallo, lentopallo, kahden tulen välissä ja kin-ball oppilaskeselyn toivelistalla
5	PALLOPELIT > kehonhallinta	pallopelejä välineiden ja osallistujien toiveiden pohjalta mm. sähly, koris, salamapallo ja ultimate oppilaskeselyn toivelistalla
6	RYHMÄLEIKIT > kehonhallinta	ryhmäleikkejä osallistujien toiveiden pohjalta mm. kaikki polttaa sekä erilaiset sokko- ja hippaleikit oppilaskeselyn toivelistalla
7	RYHMÄLEIKIT > lihaskunto	ryhmäleikkejä osallistujien toiveiden pohjalta mm. kaupunkisota, lipunryöstö sekä erilaiset piilosleikit oppilaskeselyn toivelistalla
8	MINITURNAUS > lihaskunto + palautekysely	useampia lyhyitä joukkueleikkejä mm. polttopallo, pesän ryöstö, este- ja tarkkuuskisat oppilaskeselyn toivelistalla
9	MINITURNAUS > lihaskunto + palautekysely	joukkuepelejä ja palaute- sekä toiveleikkikysely liikuntakerhon osallistujille mm. yleisurheilu, joukkuevoimistelu, mailapelit ja hyllypallo toivelistalla
10	TOIVEKERTA	osallistujien toiveleikkejä mahdollisuuksien mukaan mm. tanssi, kamppailulajit ja moninaiset ryhmäleikit oppilaskeselyn toivelistalla



Kerhoa ei pidetä arkipäivinä eikä viikolla 8 (talvilomaviikko)
Liikuntapalvelut pidättää oikeuden muutoksiin

AAMU- JA ILTAPÄIVIEN LIIKUNTAKERHOT ALAKOULULAISILLE KEVÄÄLLÄ 2018:

Liikuntakerhot ovat Järvenpään kaupungin ja paikallisten urheiluseurojen (JäPS, KUY ja JäV) yhteistyöllä järjestämiä. Liikuntakerho toimii matalan kynnyksen harrastuksena, jossa osallistujat pääsevät vaikuttamaan toiminnan sisältöön. Kerhojen [alustava ohjelma](#) on suunniteltu järvenpäälaisillä alakouluilla tehdyn Liikkuva koulu -oppilaskyselyn vastausten sekä oppilaskuntakuulemisten pohjalta. Lisätietoa liikuntakerhoista kausimaksuineen löydät [esitteestä](#)

Kerhojen kohderyhmät ja kokoontumispaikat/-ajat (sulkeissa kurssinumerot):

- **1.-3.lk:** Oinaskadun koulun sali ma klo 8-9 (1510K), Haarajoen koulun sali ma klo 14-15 (1511K), JYK alakoulun sali ma klo 14-15 (1512K) ja Harjulan koulun sali ti klo 14-15 (1513K)
- **3.-6.lk:** Anttilan koulun sali ke klo 15-16 (1514K), Liikuntakeskus Piiposen yläkerta ke klo 15.15-16.15 (1515K) ja Saunakallion koulun sali to klo 15-16 (1516K)
- **4.-6.lk:** Haarajoen koulun sali ma klo 15-16 (1517K), JYK alakoulun sali ma klo 15-16 (1518K), Harjulan koulun sali ti klo 15-16 (1519K) ja Oinaskadun koulun sali ke klo 15-16 (1520K)

Ilmoittautuminen liikuntakerhoihin alkaa ma 27.11.2017 klo 9.00 osoitteessa www.kuntapalvelut.fi/jarvenpaa.

Ilmoittautumisjärjestelmästä löydät haluamasi kerhon helpoiten hakemalla ryhmää kurssinumerolla.