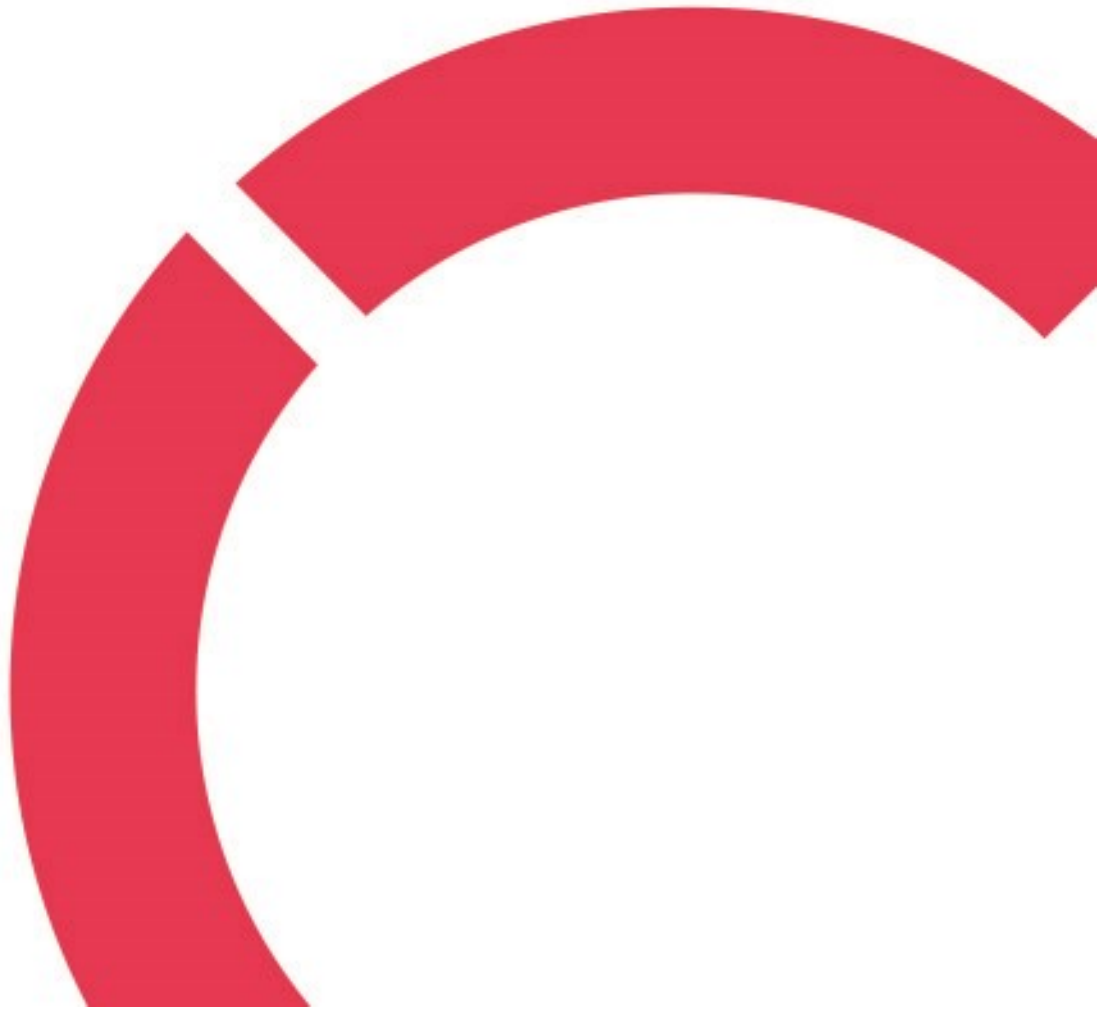


Anu Pirkola

ILO KASVAA LIIKKUEN VARHAISKASVATUKSESSA

Varhaiskasvatuksen liikuntahanke Pyhäjoella

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosionomikoulutus
Toukokuu 2022**



TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Toukokuu 2022	Tekijä/tekijät Anu Pirkola
Koulutus Sosiaalialan koulutus		<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK
Työn nimi ILO KASVAA LIIKKUEN VARHAISKASVATUKSESSA. Varhaiskasvatuksen liikuntahanke Pyhäjoella.		
Työn ohjaaja Leena Raudaskoski		Sivumäärä 20 + 8
Työelämäohjaaja Heidi Salo		
<p>Toiminnallisen opinnäytetyöni kehittämisaiheena oli Pyhäjoen kunnassa toteutettu varhaiskasvatuksen kaksivuotinen liikuntahanke. Liikuntahanke toteutettiin opinnäytetyön tekijän toimesta. Hankkeen lopputuotoksena valmistunut raportti luovutettiin Pyhäjoen kunnalle varhaiskasvatussuunnitelman sekä varhaiskasvatussektorin talousarvion laatimisen tueksi.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli tuoda varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta näkyvämmäksi osaksi varhaiskasvatuskokonaisuutta sekä lisätä siihen vaikuttavien eri osapuolten ymmärrystä siitä, mitä laadukas, monipuolinen ja tasa-arvoinen liikuntakasvatus vaatii toteutuakseen lainsäädännön ja valtakunnallisten määräysten mukaisesti.</p> <p>Raportti sisältää tietoa hankkeen vaikutuksista varhaiskasvatuspalveluiden piirissä oleviin lapsiin ja lasten liikkumiseen, henkilöstön asenteista liikuntakasvatukseen sekä resurssien vaikutuksista liikuntakasvatuksen toteuttamiseen. Työ tuli toteuttaa toimien varhaiskasvatusta koskevan lainsäädännön ja määräysten mukaisesti. Hankkeen toteuttaminen vaati opetus- ja kulttuuriministeriön sekä aluehallintoviraston antamien ohjeistuksen huolellista noudattamista.</p> <p>Hanke koettiin siihen osallistuneiden näkökulmasta positiiviseksi ja tasa-arvoista liikuntakasvatusta toteuttaneeksi kokonaisuudeksi. Hankkeen eri osioilla oli suuri merkitys varhaiskasvatuksen piirissä oleville perheille sekä työtä toteuttaville työntekijöille. Koulutusten ja materiaalihankintojen myötä on koettu, että toimintaa on helpompi toteuttaa arjessa, jolloin lapsille voidaan tarjota erilaisia oppimiskokemuksia.</p>		
Asiasanat Fyysinen aktiivisuus, Varhaiskasvatussuunnitelma, Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date May 2022	Author Anu Pirkola
Degree programme Bachelor's degree in social services		
Name of thesis JOY GROWS TROUGH PHYSICAL ACTIVITY IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION. Early childhood education sports project.		
Centria supervisor Leena Raudaskoski		Pages 20 + 8
Instructor representing commissioning institution or company Heidi Salo		
<p>The topic of my functional thesis was a two-year sports education project implemented in the municipality of Pyhäjoki. The sports project was implemented by the author of the thesis. The final report of the project was submitted to the municipality of Pyhäjoki to support the preparation of the early childhood education plan and the financing of the early childhood education sector.</p> <p>The purpose of the thesis was to make physical education a more visible part of early childhood education and increase the understanding of the various parties who can influence the financing of the early childhood sector.</p> <p>The project had to be carried out in accordance with the regulations on early childhood education. The implementation of the project required careful consideration of the instructions given by the Ministry of Education and Culture and the Regional State Administrative Agency.</p> <p>The participants perceived the project as a positive and equal way of implementing physical education. The different sections of the project were important to the participants. Through education and the acquisition of materials, efforts have been made to enable children to have different learning experiences in their daily lives.</p>		
Key words Basics of the Early Childhood Education Plan, Early childhood education, Physical Activity		

**TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS**

1 JOHDANTO	1
2 LIIKUNNALLISEN TOIMINTAKULTTUURIN KEHITTÄMINEN	2
2.1 Aloite liikuntahankkeelle	2
2.2 Toimintaympäristön kuvaus	3
2.3 Liikuntahankkeen alustava suunnittelu	4
3 VARHAISKASVATUS LIIKUNTAYMPÄRISTÖNÄ	5
3.1 Varhaiskasvatusta ohjaajat lait ja asetukset sekä toiminnan arvoperusta	5
3.2 Lapsen fyysisen aktiivisuuden tukeminen	7
4 ILO KASVAA LIIKKUEN VARHAISKASVATUKSESSA -HANKKEEN TOTEUTUS	8
4.1 Hankevuosi 2020	8
4.1.1 Hankinnat	9
4.1.2 Koulutukset	9
4.1.3 Aktiivisuuden mittaaminen	10
4.1.4 Hankevuoden lopetus	12
4.2 Hankevuosi 2021	12
4.2.1 Hankinnat	13
4.2.2 Koulutukset	13
4.2.3 Uimaleikkikoulu	14
4.2.4 Verkostoituminen	14
4.2.5 Hankevuoden päättyminen	15
5 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA ETIIKKA	16
6 POHDINTA	17
LÄHTEET	19
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Pyhäjoen varhaiskasvatuksessa ei ole aikaisemmin systemaattisesti tarkasteltu lasten aktiivisuuden ja liikkumisen toteutumista varhaiskasvatussyksiköissä vietettyjen hoitopäivien aikana tai vertailtu sen toteutumista eri yksiköiden välillä. Myöskään henkilöstön koulutusta, motivaatiota ohjaukseen sekä tarkoituksenmukaiseen havainnointiin ei ole kartoitettu. Paikallisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa on tuotu esille, että lapsilla tulee olla mahdollisuus ikätasoiseen liikkumiseen, mutta tarkemmin ei ole avattu mitä se tarkoittaa käytännön tasolla. Yleisesti on ajateltu, että liikkumista on, mutta sitä ei olla osattu tuoda näkyväksi. Liikuntahankkeelle on ollut selkeästi tarvetta, jotta saadaan selville, toteutuuko Pyhäjoen varhaiskasvatuksessa riittävästi lasten aktiivisuus hoitopäivien aikana, lasten osallisuus ja liikkuminen lapsilähtöisesti, tasapuoliset mahdollisuudet liikkumiseen ja aktiivisuuteen eri yksiköiden välillä sekä tehdäänkö liikkumisesta näkyvää myös ulospäin, jolloin perheet ja muut kunnan sektorit tulevat osalliseksi lasten varhaisen liikkumisen tukemista.

Liikuntahankkeen toteutuksen ohjaavana asiakirjana toimi Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu teoriapohjaisesta, ajantasaisesta tiedosta alle kouluikäisten lasten liikkumiseen liittyen ja siitä johdettu suositus varhaiskasvatukseen lasten liikkumiseen (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016; Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016). Varhaiskasvatuksen toiminnan järjestämistä ohjaavat lisäksi lukuisat lait, asetukset ja säädökset, jotka tuli ottaa toiminnan toteutuksessa huomioon. Lainsäädäntö määrittelee toiminnan suunnittelun perusteita ja kehyksiä toiminnan järjestämiselle. Opetushallituksen julkaisema Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022 (aiempi 2018) määrittää puolestaan toiminnan sisällön pedagogista ulottuvuutta, yhdenvertaista toteutumista sekä tasa-arvoa toiminnan kaikilla osa-alueilla. (Varhaiskasvatustilasto 13.7.2018/540, 21 §; Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022). Esimerkiksi henkilöstön koulutusten aikana henkilöstön ja lasten välisien suhdelukujen tulee toteutua (Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta 1.9.2018/753, § 1–2; Valtioneuvoston asetusvarhaiskasvatuksesta annetun valtioneuvoston asetuksen 1 §:n muuttamisesta 1.8.2020/1586, § 1). Toiminnan suunnittelun lähtökohta ja painopiste oli lasten osallisuuden mahdollistamisessa sekä eri ikä- ja erityisryhmien huomioimisessa.

2 LIIKUNNALLISEN TOIMINTAKULTTUURIN KEHITTÄMINEN

Varhaiskasvatuksen toiminnan suunnittelua, sisältöä, toteutusta ja arviointia ohjaavat Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden pohjalta tehdyt kuntakohtaiset varhaiskasvatussuunnitelmat, joissa on huomioitu paikalliset olosuhteet ja toimintaympäristöt (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 2). Liikuntakasvatus on yksi tärkeä pedagoginen osa varhaiskasvatussuunnitelmaa. Varhaisista vuosista alkaen aktiiviseen elämään kannustava toimintaympäristö edistää lasten kasvua ja kehitystä sekä lisää positiivisia vaikutuksia pitkällä aikavälillä. Varhaiskasvatuksen henkilöstön motivaatiolla on olennainen merkitys siihen, miten toimintaa toteutetaan käytännössä. Liikkuvat-ohjelmakokonaisuus on valtakunnallinen liikkumiseen ja aktiivisuuden lisäämiseen tähtäävä hallituksen ohjelma, jonka avulla on mahdollista saada kehittämisavustuksia paikallisen liikkumista edistävän toimintakulttuurin vahvistamiseen (Valtioneuvoston julkaisu 2019). Avustuksen saannin ehtona on, että hakeva toimija täyttää Nykytilan arviointi – lomakkeen, jonka avulla pystytään seuraamaan varhaiskasvatuksen toiminnan kehittämiseksi asetettuja tavoitteita. Toimintaa koordinoi kokonaisuudessaan Likes-tutkimuskeskus, ja jokaiselle eri ikä- ja väestöryhmälle on koottu runsaasti materiaalia sisältävät sivustot, jotka tukevat kyseisten ryhmien kanssa työskenteleviä. Varhaiskasvatukseen suunnattu Liikkuva varhaiskasvatus -kokonaisuus antaa tukea ja neuvoja siihen, kuinka havainnoida, konkretisoida sekä tuoda näkyväksi vahvuuksia sekä kehittää heikompia osa-alueita toimivimmiksi. Sivustot ovat kaikkien varhaiskasvatuksen ammattilaisten käytössä. (Liikkuva varhaiskasvatus 2022.)

2.1 Aloite liikuntahankkeelle

Aloite liikuntahankkeesta tuli Pyhäjoen kunnan vapaa-aikatoimelta, jolla oli hyviä kokemuksia oman liikuntahankkeen vaikuttavuudesta kuntalaisten liikkumisen lisäämisessä. Varhaiskasvatukseen liikuntahankkeella voitaisiin toiminta ja kohdistaa resurssit paremmin tiedossa oleviin epäkohtiin, jolloin hankkeen vaikuttavuus olisi tehokasta. Mikäli hankkeen vetäjä olisi varhaiskasvatuksen työntekijä, olisi hän asiantuntija-asemassa toteuttamassa hanketta.

Olellainen osa liikuntahanketta tulisi olemaan opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämän rahoituksen hakeminen oman alueen aluehallintovirastolta, joka määrittäisi myös tulevia aikatauluja sekä toteutustapaa. Rahoituksen ehtoihin puolestaan kuuluisi liittyminen valtakunnalliseen Liikkuvat-ohjelmaan sekä vuosittaisten nykytilan arviointi -selvitysten tekeminen. Rahoitus mahdollistaisi toiminnan toteutuksen laajemmin, mutta edellyttäisi myös hyvää ja huolellista toiminnan suunnittelua, aikataulutusta, kirjaamista sekä raportointia. Rahoituksen saaminen edellyttäisi myös toiminnan juurruttamista käytäntöön eli tavoitteiden saavuttamisen lisäksi toimintamalleista pitäisi tulla pysyvä osa varhaiskasvatuskulttuuria. Hankkeen lopussa tehtävä hankeraportti (LIITE 1) tulisi olemaan yhteenvedo hankkeen kokonaisvaikutuksista varhaiskasvatuspalveluissa ja sitä tultaisiin hyödyntämään paikallisen varhaiskasvatussuunnitelman uudistamisessa sekä varhaiskasvatuksen talousarvioiden laatimisissa.

2.2 Toimintaympäristön kuvaus

Pyhäjoen kunta on maaseutumaisella alueella sijaitseva kunta, joka koostuu useista pienemmistä kylistä. Varhaiskasvatuspalveluita on pyritty sijoittamaan kunnan kasvukeskuksiin, minkä vuoksi ne sijaitsevat etäällä toisistaan. Eniten varhaiskasvatusyksiköitä on keskustan alueella. Asukkaita Pyhäjoella on hieman yli 3 000 (Tilastokeskus 2021). Muutoksia kunnassa on tapahtunut ydinvoimalahankkeen myötä, jolloin paikkakunnalle on muuttanut useita perheitä niin muualta Suomesta kuin ulkomailtakin. Luonto ja liikkumismahdollisuudet ovat helposti saavutettavissa koko kunnan alueella. (Pyhäjoen kunta 2022.)

Pyhäjoen varhaiskasvatusyksiköistä neljä on ryhmäperhepäivähoitoyksiköitä ja kaksi päiväkotia, joista toinen on vuorohoitoyksikkö. Kotona tapahtuvaa perhepäivähoitoa ei hankekauteina ole ollut. Varhaiskasvatusikäisiä lapsia on noin 140, joista suurin osa on varhaiskasvatuspalveluiden piirissä. Nuorimmat lapset varhaiskasvatusyksiköissä aloittavat 9 kuukauden iässä ja vanhimmat lapset ovat seuraavana syksynä esiopetuksen aloittavia eli 5–6-vuotiaita. Esiopetus tapahtuu koulujen yhteydessä, jossa myös pääsääntöisesti järjestetään esikoululaisten ja koululaisten yhdistetty aamu- ja iltapäivätoiminta eli esioppilaiden kohdalla täydentävä varhaiskasvatus. Työntekijöitä varhaiskasvatuksessa on hankekauden aikana ollut noin 23. Luku sisältää vakituudessa työsuhhteessa työskentelevät sekä pidemmässä määräaikaisessa työsuh-

teessa olevat työntekijät. Lisäksi henkilöstössä on ollut lyhytaikaisia sijaisia. Yksiköissä työskentelevien ammattinimikkeitä ovat varhaiskasvatuksen opettaja, lastenhoitaja, perhepäivähoidaja (ryhmäperhepäiväkodeissa työskentelevät) sekä ryhmäavustaja.

2.3 Liikuntahankkeen alustava suunnittelu

Hankkeen alustavassa suunnittelussa tuli huomioida useita asioita; kuka on hankkeen koordinoija kunnassa, ketä hankkeeseen tulee osallistumaan, mihin hankkeella pyritään ensisijaisesti vaikuttamaan sekä mitkä tulevat olemaan hankkeen tavoitteet. Näillä tulisi olemaan vaikutusta myös haettavan rahoituksen määrään. Hankkeen suunnittelun aikana esille nousi alustavien toimenpiteiden tarpeellisuus, kuten kyselyjen teettäminen lapsille, henkilöstölle ja perheille. Näiden avulla kartoitettiin nykyisen toiminnan sisältöä, välineistön riittävyttä ja asianmukaisuutta, lasten kokemuksia ja toiveita liikkumiseen liittyen, henkilöstön oman työn hallintaa ja toiveita liikuntakasvatukseen liittyen sekä perheiden kokemuksia varhaiskasvatuksen liikunnakulttuurista ja tiedottamiseen liittyvistä asioista. Kyselyjen perusteella liikuntahankkeelle nousi useita kehittämiskohteita, joiden toteutus priorisoitiin tärkeysjärjestykseen.

Ensimmäisenä hankevuotena kehittämistyö tulisi kohdistaa henkilöstön koulutukseen, välineistön päivittämiseen, toiminnan yhdenmukaistamiseen sekä varhaiskasvatuksen ja kotien välisen tiedottamisen lisäämiseen. Seuraavana hankevuotena vuorossa olisi lasten ikätasoisien välineistön päivittäminen, yksiköiden välisen yhteistyön lisääminen, toimintakulttuurin vuosikellotyyppinen syventäminen sekä verkostoitumistyön lisääminen kunnan eri sektoreiden kanssa. Hankkeen kohteena tulisivat olemaan kunnan varhaiskasvatuspalveluiden piirissä olevat lapset, jotka ovat päiväkodeissa tai ryhmäperhepäivähoitoyksiköissä. Koulujen yhteydessä järjestettävä esiopetus rajautuisi hanketoiminnan ulkopuolelle, koska esikoulut sijaitsevat fyysisesti eri paikoissa kuin varhaiskasvatusyksiköt ja esiopetuksen henkilöstö työskentelee opetustoimen puolella.

3 VARHAISKASVATUS LIIKUNTAYMPÄRISTÖNÄ

Lapsella on oikeus kunnalliseen varhaiskasvatukseen tietyn ajan jälkeen syntymästä siihen asti, että on hän oppivelvollisuusikäinen. Aiemmin oikeus varhaiskasvatukseen oli vanhempainpäiväraajaksojen päätyttyä eli 263 lapsen syntymästä. Vuonna 2022 voimaan astuneen vanhempainvapaaudistuksen myötä määritelmää on muutettu niin, että oikeus syntyy sen kuun alusta jona lapsi täyttää yhdeksän kuukautta (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540, § 12). Varhaiskasvatukseen osallistuvien määrä on noussut tasaisesti, myös 1-vuotiaiden kohdalla (Tuononen 2021). Tämä on näkynyt selkeästi myös kunnan yksiköissä, kun yhä useampi lapsi aloittaa varhaiskasvatuksessa suoraan vanhempien vanhempainvapaiden päättymisen jälkeen.

Ennen liikuntahankkeen aloittamista tehdyssä henkilöstölle suunnatussa kyselyssä nousi esille ajatusmalli, että lapset liikkuvat aina. Henkilöstö ei kyennyt kuitenkaan määrittelemään aktiivisuuden määrää tai 1–2-vuotiaiden liikunnallisuutta esimerkein. Konkreettisia lasten liikkumiseen ja aktiivisuuteen negatiivisesti vaikuttavia asioita nousi esille useita. Tästä esimerkkinä pienen lapsen nostaminen tuoliin tai alas sen sijaan, että häntä olisi rohkaistu harjoittelemaan tuolille ja alas itse kipeämistä. Toinen esimerkki oli lasten juoksuleikkien kieltäminen sisätiloissa ja ohjaaminen pöytäpuuhiin sen sijaan, että heille olisi osoitettu paikka missä juoksuleikkejä voi turvallisesti harrastaa. Lasten fyysinen kehitys etenee yksilöllisesti, mutta tietyllä kaa-valla eri ikäkausittain. Tietyn taidon oppiminen mahdollistaa siirtymisen seuraavan taidon harjoitteluun ja sen haltuun ottamiseen. Kehon lihakset ja hallinta sekä lapsen liikkeiden koordinaointi vahvistuvat harjoittelun myötä. (Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016, 32.)

3.1 Varhaiskasvatusta ohjaajat lait ja asetukset sekä toiminnan arvoperusta

Varhaiskasvatuksen toiminnan perustana ovat lainsäädäntö sekä muut toimintaa ohjaavat julkaisut ja asiakirjat. Lait ja asetukset määrittelevät oikeuksista, velvollisuuksista ja vastuista, esimerkiksi kenelle toiminta on tarkoitettu, kenellä on järjestämisvastuu, järjestelytavoista, asiakkaiden oikeuksista ja palveluntarjoajien velvollisuuksista sekä henkilöstörakenteesta ja mitoitussuhteista. Valtakunnalliset asiakirjat velvoittavat järjestämään toimintaa eri näkökulmat ja

osa-alueet huomioiden. (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540; Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022.)

Opetushallituksen laatima valtakunnallinen Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet -asiakirja ohjaa jokaiseen kuntaan tehtävää paikallista varhaiskasvatussuunnitelmaa. Paikallisessa suunnitelmassa varhaiskasvatusta toteuttava henkilöstö veloitetaan sitoutumaan suunnitelman ja lainsäädännön mukaiseen toimintaan. Varhaiskasvatuksen sisällön tulee olla pedagogisesti suunniteltua, tavoitteellista ja merkityksellistä lapsen ikä- ja kehitystaso huomioiden. (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540, § 2–3.) Varhaiskasvattajan tulee pystyä perustelemaan toimintamallinsa pedagogisesta näkökulmasta. Lapsen kasvun ja kehityksen tukemisessa tulee huomioida yksilöllisyyden lisäksi yleiset kehitysvaiheet, jolloin motoristen taitojen tukemisella ja herkkyyskausien huomioimisella voidaan edistää lasten hyvinvointia. Jokaiselle lapselle kirjataan henkilökohtainen varhaiskasvatussuunnitelma, jossa määritellään lasta tukevia ja tämän oppimista mahdollistavia menetelmiä konkreettisella tasolla sekä muita lapsen kasvuun ja kehitykseen oleellisesti liittyviä asioita. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet, 2022.) Varhaiskasvatussuunnitelman sisällössä on huomioitava erilaisia pedagogisia painopisteitä ja osa-alueita, joiden toteutus vaihtelee yksiköittäin lasten ikätason mukaisesti.

Opetus- ja kulttuuriministeriön valmisteleva alle kouluikäisten lasten liikkumiseen kohdentuva julkaisu tukee varhaiskasvatuksen suunnittelutyötä, jossa tulee huomioida fyysisen aktiivisuuden suosituksen toteutuminen (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 13–14). Liikunnallisuuden ja aktiivisuuden tukeminen eri ikäkausittain on tärkeää ja vaatii varhaiskasvatuksen ammattilaisilta riittävää ja ajanmukaista koulutusta. Liikuntakasvatus, mahdollisuus liikkumiseen sekä toiminnallinen oppiminen ovat yksi osa-alue varhaiskasvatussuunnitelmassa, joiden toteuttaminen tulee huomioida jokaisen lapsen kohdalla yksilöllisesti (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 31). Tavoitteiden toteutumista seurataan ja arvioidaan säännöllisesti, ja lapsen varhaiskasvatussuunnitelmaa arvioidaan ja päivitetään tarvittaessa, kuitenkin vähintään vuositasoin.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ovat saamassa päivitystä ja uudistetut perusteet otetaan käyttöön elokuussa 2022. Tämän myötä myös paikallisia varhaiskasvatussuunnitelmia eli kuntien omia vasuja tulee päivittää vastaamaan kansallisia ohjeistuksia ja näissä tulee huomioida varhaisvuosien liikkumisen suositukset. Liikuntasuosittelun kirjaaminen paikalliseen vasuun ja henkilöstön ohjaus toimimaan uudistuneen varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden

mukaisesti on ehdottoman tärkeää toiminnan laadun takaamiseksi ja näkyväksi tekemisessä (Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016, 10).

3.2 Lapsen fyysisen aktiivisuuden tukeminen

Maailmanlaajuisesti on havaittu, että eri ikäryhmien fyysinen aktiivisuus on laskenut viimeisten vuosikymmenien aikana sekä aktiivisuuden laatu on heikentynyt. Nuorten ja lasten kohdalla yksi merkittävä tekijä on ollut ruutuajan lisääntyminen. Fyysisen aktiivisuuden vähentyminen kokonaisuudessaan ja aktiivisuuden kuormituksen aleneminen liittyvät olennaisesti ylipainon lisääntymiseen, joka edesauttaa negatiivisten haittavaikutusten esiintymistä myöhemmin aikuisiällä. (Haapala, Haapala, Lakka & Pulakka 2016, 12.) Näin ollen voidaan todeta, että varhaiskasvatusikäisten lasten hyvä fyysinen aktiivisuus ja positiiviset elintavat heijastuvat pitkällä aikavälillä positiivisesti kansanterveyteen. Vanhemmilla on ensisijainen vastuu lapsen kasvatukseen liittyen ja kunnan tulee järjestämässään palveluissa vanhempia siinä tukea (YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus, artikla 18). Lapsen osallistuessa varhaiskasvatuspalveluihin, kunnan tulee huolehtia riittävät resurssit laadukkaan toiminnan järjestämiseksi, jolloin varhaiskasvatuksen henkilöstö voi mahdollistaa monipuolisen ja riittävän liikkumisen ja aktiivisuuden.

Toiminnan pedagoginen suunnittelu ja toiminnallisen oppimisen mahdollistaminen tukevat lasten kasvua ja kehitystä. Oppimisympäristön virikkeellisyys ja innostaminen liikkumiseen vähentävät alhaisen aktiivisuuden määrää. Varhaiskasvatuksen toimintaympäristö ja -kulttuuri tulisi rakentaa niin, että lapselle syntyy luontaisesti mahdollisuuksia liikkua koko varhaiskasvatuksessa viettämänsä ajan. Toiminnallisessa oppimisessä hyödynnetään lasten luontaista halua tutkia ja kokeilla, jolloin oppiminen tehostuu lapsen liikkuessa fyysisesti. Istumisen ja pitkäkestoisen paikallaanolon välttäminen on hyvä asia, jolloin lasten päivärytmiä kannattaa tarkastella aktiivisuuden näkökulmasta. Onko päivälepoaika jokaisen lapsen kohdalla pedagogisesti perusteltua vai tulisiko lapsella olla mahdollisuus lähteä lounaan jälkeen leikkimään ulos sellaisten lasten kanssa, jotka eivät nuku päiväunia? Monipuoliset työtavat ovat tärkeä osa varhaiskasvatusta (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 24).

4 ILO KASVAA LIIKKUEN VARHAISKASVATUKSESSA -HANKKEEN TOTEUTUS

Opinnäytetyö toteutettiin Pyhäjoen kunnan varhaiskasvatuspalveluihin. Hieman yli kaksivuotisen liikuntahankkeen tavoitteena oli tukea lasten liikkumisen mahdollisuuksia varhaiskasvatuksen eri yksiköissä, lisätä tasavertaistavia menetelmiä ja toimenpiteitä liikkumisen mahdollistamiseksi sekä löytää mahdollisia korjattavia epäkohtia, jotka vaikuttavat negatiivisesti lasten liikkumiseen varhaiskasvatuksessa. Kehittämistyön konkreettinen lopputuotos on raportti hankkeen toteuttamisesta ja sen vaikutuksesta Pyhäjoen varhaiskasvatuksen arkeen sekä kehittämideoita hankkeen positiivisten vaikutusten ylläpitämiseksi (LIITE 1). Minä toimin hankkeen vastuuhenkilönä ja vastasin suunnittelusta, anomuksista, raportoinnista sekä käytännön asioista. Ohjausryhmään kuuluivat itseni lisäksi varhaiskasvatusjohtaja sekä yksiköiden liikuntavastaavat. Ennen varsinaisen toiminnan aloittamista aloitettiin hankevuoden 2020 valmistelu edellisenä syksynä hankesuunnitelman luonnostelulla, kustannusarvion laatimisella sekä valtionavustushakemuksen täyttämällä.

4.1 Hankevuosi 2020

Vuonna 2020 hankkeen piirissä oli 120 lasta ja 23 varhaiskasvattajaa (sis. vakituisessa työsuhteessa olevat sekä määräaikaiset työntekijät). Ensimmäisen hankevuoden tärkeimmät tavoitteet olivat yksiköiden liikuntavälineiden päivittäminen, henkilöstön kouluttaminen, uimaleikkikoulun toteutus yli 3-vuotialle sekä kiertävien liikuntavälinesettien hankinta. Näiden kokonaisuutena tavoite oli lisätä lasten tasa-arvoisia mahdollisuuksia erilaisiin liikkumisen kokemuksiin. Henkilöstön ja perheiden tiedottamiseksi valittiin jokaisesta yksiköstä oma liikuntavastaava, josta tuli myös ohjausryhmän jäsen. Hankkeen rahoituksesta vastasivat Pyhäjoen kunta yhdessä Pohjois-Suomen aluehallintoviraston kanssa, joka myönsi hankkeelle opetus- ja kulttuuriministeriön paikallisille liikkuvan elämäntavan kehittämishankkeille varattua avustusta. Hankerahoituksesta vähintään 50 % tuli koostua kunnan omasta rahoituksesta. Rahoituksen saamisella oli merkittävä osuus hankkeen toteutumisessa, sillä hankekausi kesti tammi-kuusta joulukuuhun, mutta rahoituksen varmistuminen selvisi vasta maaliskuussa. Toiminnan alussa tehtiinkin maksuttomia alustavia valmisteluja, kuten kyselyjä yksiköiden liikuntavälineiden tarpeesta, kyselyjä henkilöstölle koulutusten sisällöstä sekä uimaopetuksen ajankohdan ja ryhmäjakojen suunnittelua. Koronapandemian alku hankevuoden aikana vaikutti kevään

osalta radikaalisti; lapsia oli hoidossa vain murto-osa normaaliin määrään nähden ja henkilöstöä lomautettiin ja määräaikaisuuksia irtisanottiin. Tilanne rauhoittui kesän jälkeen, jolloin toimintaa jatkettiin voimassa olleiden rajoitusten puitteissa.

4.1.1 Hankinnat

Rahoituspäätöksen varmistuttua aloitettiin suunniteltu toiminta ja ensimmäisenä toteutettiin liikuntavälinetilaus. Tilauksessa huomioitiin yksiköiden toiveet, ja lisäksi jokaiseen yksikköön hankittiin tasapuolisesti paketit, jotka sisälsivät sisätrampoliinin, ryömimistunnelit, leikkivarjot, pehmofrisbeet sekä palloja sisäleikkeihin. Toisissa yksiköissä välineitä oli runsaammin jo valmiiksi, kun taas toisissa yksiköissä ei juuri lainkaan. Tilauksen myötä saatiin tasapainotettua yksiköiden liikuntavälineiden määrää niin, että jokaisessa yksikössä oli heidän lapsiryhmänsä huomioiden ikätasolle sopivia välineitä. Kiertävät liikuntavälinesetit puolestaan sisälsivät hankintahinnaltaan kalliimpia liikuntavälineitä, niin että jokaisessa yksikössä oli yksi setti ja näitä vaihdettiin määräajoin.

Liikuntavälineiden hankinnassa yksi tavoitteista oli, että välineet tulisi sijoittaa niin, että ne ovat lasten vapaassa käytössä kuten muutkin leikkivälineet. Tähän liittyen nousi esiin haasteita henkilöstön suhtautumisessa äänekkäisiin ja tilaa vieviin leikkeihin. Liikuntavälineiden tulisi olla lasten vapaassa käytössä ja hyödynnettävissä spontaanissa leikissä (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022, 31). Lasten mahdollisuus erilaisiin leikkeihin ja vapaaseen liikkumiseen omaehtoisessa toiminnassa lisää oppimisen kokemuksia sekä fyysistä aktiivisuutta arjessa. Henkilöstön asenteisiin voidaan vaikuttaa säännöllisellä koulutuksella sekä yhteisesti sovituilla käytänteillä. Hankevuotena toteutetut koulutukset toivat toivottua tulosta ja lisäsivät henkilöstön ymmärrystä liikuntavälineiden sijoittelun tärkeydestä.

4.1.2 Koulutukset

Kaikki koulutukset suunniteltiin yhdessä paikallisen liikunnan aluejärjestön kanssa, jolla oli asiantuntemusta varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukseen liittyen. Paikalliset liikunnan aluejärjestöt järjestävät kurssi- ja koulutustoimintaa, aktiivista elämäntapaa tukevaa ohjelmaa sekä erilaisia toimintoja urheiluseuroille, kouluille sekä muille tilaajille (Pohjois-Pohjanmaan Liikunta

ja Urheilu 2022). Henkilöstön koulutus aloitettiin koko työyhteisön yhteisellä motivointikoulutuksella, joka alkaneen koronapandemian vuoksi toteutettiin etäyhteydellä omien yksiköiden työntekijöiden kesken. Koulutuksen tavoitteena oli pysähtyä arjen tilanteiden edessä ja nähdä niissä lapsen liikkumisen tarkoitus sekä henkilöstön mahdollisuudet lapsen liikkuttamisen mahdollistajana eri tilanteissa. Koulutuksessa harjoiteltiin konkreettisesti refleksitaitoja sekä käytiin läpi lapsen fyysistä kehitystä ja lapsen tarpeita eri ikäkausina. Koulutus oli innostava ja henkilöstön palaute hyvää, vaikka koulutusajankohdan löytäminen olikin aiheuttanut haasteita. Positiivista oli se, että koulutus herätti ajatuksia valloilla olevista toimintamalleista ja, siitä olivatko nämä pedagogisesti perusteltavissa.

Seuraavaksi järjestettiin liikuntavastaavien liikuntaleikkikouluohjaaja-koulutus, jonka myötä saatiin jokaiseen yksikköön oma Liikkari-ohjaaja vetämään viikoittaisia Liikkari-tuokioita. Liikkari eli Liikuntaleikkikoulu on Suomen Olympiakomitean valmis ohjelmakonsepti, jonka avulla lasten liikkuttaminen toteutuu laadukkaasti ja lapsilähtöisellä tavalla. Käytännössä tämä tarkoittaa toimintakaudeksi koottua viikoittain toteutettavaa tuntiohjelmaa, jossa lapsen motorisia taitoja vahvistetaan monipuolisesti ikätason mukaisesti. Tuntikonaisuudet on jaettu kolmeen osaan: 2–3-vuotiaiden Perheliikkariin, 4–5-vuotiaiden Liikkariin ja 6-vuotiaiden Liikkariin. Niissä on huomioitu tuntisisällön eri variaatiot sekä tarvittavien oheismateriaalien määrä. (Suomen Olympiakomitea.) Liikkarituokiot otettiin mukaan jokaisen yksikön viikkosuunnitelmaan, joka lähetetään perheille kerran viikossa. Säännöllisesti toistuvat liikuntatuokiot lisäsivät näkyvyyttä perheille ja mahdollistivat lapsille tasapuolisen osallistumismahdollisuuden ohjattuihin liikuntatuokioihin.

4.1.3 Aktiivisuuden mittaaminen

Uimaleikkikoulun toteutuminen epäonnistui koronarajoitusten tiukentumisen, liikuntapaikkojen sulkemisen sekä henkilöstöresurssien vähäisyyden takia. Uintia oli jouduttu lykkäämään keväältä syksylle ja lähelle hankevuoden loppua. Lasten fyysisen aktiivisuuden mittaus varhaiskasvatuksessa oli tarkoitus toteuttaa seuraavana hankevuotena, joten rahoituksen käyttötarkoituksen muutoshakemuksessa pyydettiin lupaa tämän toteuttamiseen uimaleikkikoulun sijaan. Lasten fyysisen aktiivisuuden mittaus kertoisi, kuinka paljon lapset liikkuvat päivän aikana, kuinka aktiivisesti sekä milloin liikkuminen olisi vähäistä. Mittaus tulisi suorittaa tietyllä

aikavälillä kaikille vapaaehtoisesti mittaukseen osallistuville ja sitä varten tulisi olla sopiva mittausvälineistö. Aluehallintovirasto hyväksyi rahoituksen muutoshakemuksen, jonka myötä kunnalta pyydettiin lisärahoitusta mittauksen toteuttamiseksi.

Aikataulu mittauksen toteutukselle tuli olemaan tiukka, jotta se ehdittiin toteuttaa ennen vuoden loppua. Yhteistyökumppaniksi valikoitui UKK-instituutti, jolla oli runsaasti kokemusta aktiivisuuden mittaamisesta ja valmiit toimintamallit sen toteuttamiseksi. Haasteena oli ainoastaan se, että aikaisemmin aktiivisuutta ei ollut mitattu alle kouluikäisiltä lapsilta, minkä vuoksi heille piti tilata erikseen lantio- ja rannevyöt, joihin aktiivisuutta mittaava sensori sijoitettiin. Alkuvalmisteluihin kuului mittausvälineistön valmistelu, perheiden tiedottaminen ja lupakyselyiden täyttäminen sekä henkilöstön tiedottaminen ja ohjaus mittausvälineistön käyttöön. Alkuvalmistelujen jälkeen mittaus toteutettiin viikon mittaisena. Noin 90 % kunnallisessa varhaiskasvatuksessa olevista lapsista osallistui mittaukseen, joka oli erittäin hyvä osallistumisprosentti. Palaute mittauksesta oli positiivinen ja lähes kaikki lapset perheineen olisivat valmiita myös uuteen mittaukseen.

Mittauksen tuloksissa tarkasteltiin, miten lasten aktiivisuus erosi kodin ja varhaiskasvatuksen välillä, oliko yksiköiden välillä eroja lasten aktiivisuuteen liittyen, milloin lapset olivat aktiivisimmillaan varhaiskasvatuksessa ja vastaavasti milloin lasten aktiivisuus laski. Näiden perusteella voitiin todeta, että lapset liikkuvat yksiköissä pääsääntöisesti tiettyinä aikoina, kuten ulkoillessaan tai liikuntatuokioissa. Isommat lapset liikkuvat pääsääntöisesti enemmän kuin pienet, joilla muun muassa päiväunien määrä ja kesto vähensivät aktiivista aikaa. Kotona lasten aktiivisuus sijoittui eri aikaan kuin varhaiskasvatuksessa, jolloin kotipäivinä oletettavasti lapset nukuivat pidempään ja vastaavasti ulkoilu ja aktiivinen aika sijoittui myöhemmälle vuorokaudenajalle. Perheet saivat koonnin oman lapsen päivittäisestä aktiivisuudesta ja askelten määrästä sekä lyhyen raportin, oliko lapsen aktiivisuus toteutunut suositusten mukaisesti ja aktiivisuus ollut riittävää.

4.1.4 Hankevuoden lopetus

Hankevuoden loppupuolella tehtiin rahoitushakemus seuraavalle hankevuodelle sekä päivitetiin hankesuunnitelmaan uimaleikkikoulun toteutus aktiivisuuden mittauksen tilalle. Uimaleikkikoulun tavoitteena on valmistaa lapsen uimataittoa mahdollistaen lapsen positiiviset kokemukset vettä kohtaan jo pienestä pitäen leikin ja ilon kautta. Uimahallissa käynti on myös tasapuolisten liikuntakokemusten kehityskohde, sillä kaikilla perheillä ei ole mahdollisuutta tarjota uinitokokemuksia lapsille. Kokonaisuudessaan hanketoiminta oli sujunut lähes suunnitellusti, vaikka koronapandemia aiheutti haasteita. Osa koulutuksista siirtyi, minkä vuoksi rahoitusta olisi jäänyt käyttämättä, jolleivat aktiivisuuden mittauksen kustannukset olisivat olleet uimaleikkikoulua suuremmat. Raportti aluehallintovirastolle valmistui ohjeistuksen mukaisesti kahden kuukauden kuluessa hankeajan päätyttyä ja se sai hyväksytyt päätökset. Perheille ja henkilöstölle toteutettiin kysely, jonka avulla kartoitettiin, oliko liikuntahanke näkynyt jotenkin arjessa, oliko se tuonut lisää mahdollisuuksia lasten liikkumiseen varhaiskasvatuksessa ja oliko perheillä tai työntekijöillä toiveita seuraavalle hankekaudelle. Kysymyksiä oli useita ja niiden sisältö vaihteleva; miten liikuntahanke oli näyttäytynyt arjessa kuluneen toimintakauden aikana, olivatko lasten kokemukset välittyneet kotiin, millaisina henkilöstö koki koulutusten vaikutukset sekä oliko varhaiskasvatuksessa tapahtuvan liikkumisen määrä ja laatu tullut näkyväksi perheille. Tulosten mukaan liikuntahanke koettiin positiivisena ja toiminnan sisältöä lisäävänä asiana lasten, perheiden ja henkilöstön näkökulmasta. Tulosten perusteella voitiin todeta, että liikuntahanketta kannattaa jatkaa myös seuraavana toimintakautena ja lisätä siihen perheiden toivomia asioita.

4.2 Hankevuosi 2021

Toiminnan päätavoitteet olivat yhteistyötahojen verkostoitumisessa ja kunnan eri sektoreiden kanssa tehtävän yhteistyön kehittämisessä, uimaleikkikoulukäynnin toteuttamisessa, varhaiskasvatuksen näkyvyyden parantamisessa sekä erityisesti pienimpien lasten välinehankinnoissa. Vuoden 2021 hankkeen piirissä oli 131 lasta ja 24 varhaiskasvattajaa (sis. vakituisessa työsuhteessa olevat sekä määräaikaiset työntekijät). Alun perin hankevuoden oli tarkoitus alkaa tammikuussa ja loppua joulukuussa. Koronarajoitukset vaikeuttivat jälleen toimintaa, minkä vuoksi hankerahoitukselle anottiin hankevuoden syksyllä käyttöajan pidennystä seura-

van vuoden helmikuun loppuun. Toiminnan suunnittelun ja toteutuksen kannalta koronarajoitukset vaikuttivat enemmän kuin edellisenä kautena, sillä esimerkiksi varhaiskasvatusryhmien yhdistämistä ei suositeltu, joten uimahalli käyntiä jouduttiin siirtämään rajoitusten jatkuessa. Toinen haaste oli henkilöstöressurssien vähäisyys. Alueella alkoi esiintyä koronavirusta aiempaa enemmän ja pitkittyneet henkilöstön kuin myös lasten poissaolot vaikeuttivat toiminnan suunnittelua ja toteutusta.

4.2.1 Hankinnat

Hankinnoissa haluttiin mahdollistaa pienten lasten tasapainotaitojen harjoittelua. Jokaiseen yksikköön tilattiin pehmopalikkasetit, joiden avulla kiipeilyn harjoittelua voisi harjoitella turvallisesti ja riittävän matalalla korkeudella. Lisäksi yksiköihin tilattiin eri kokoisia potkupyöriä, jolla harjoitella tasapainoa myös ulkona. Varhaiskasvatuksen näkyvyyttä haluttiin parantaa tilaamalla kaikkiin varhaiskasvatusyksiköihin heijastinliivit painatuksella ulkoilua ja retkiä varten. Reippaan pinkin, limen ja turkoosin väristen liivien selässä oli teksti ”Pyhäjoen varhaiskasvatus”. Joitain hankintoja jäi tekemättä, kuten kiertävän liikunnallisen vanhempainillan paketti, johon oli tarkoitus kerätä materiaalia, jota hyödyntää eri yksiköissä vanhempainilloissa. Koronan vuoksi vanhempainillat peruuntuivat kerta toisensa jälkeen, jolloin paketin keräämiseen suunnitellut resurssit päätettiin kohdistaa muuhun toimintaan. Näitä olivat mm. omien yksiköiden liikuntapolun järjestäminen, jota perheet pystyivät hyödyntämään vapaa-ajalla varhaiskasvatusyksikön lähimaastossa sekä lapsille kotiin laitettavat liikuntatehtävät, kuten kotimatka-bingo, jossa piti löytää tietty määrä asioita / tehdä tehtäviä kotimatkan varrelta ja tämä piti mahdollisuuksien mukaan toteuttaa kävelemällä. Sama koski yhteisen liikunnallisen vuosikellon toteutusta, jonka tavoitteena oli lisätä yksiköiden välistä toimintaa ja mahdollistaa vuosittaisia säännöllisiä tapaamisia eri liikuntatapahtumien puitteissa.

4.2.2 Koulutukset

Henkilöstön koulutustoiveita kartoitettiin alkuvuodesta kyselyn avulla, jossa vaihtoehtoina oli eri ikäryhmille sekä eri sisällöllisiä koulutuksia. Näiden perusteella valittiin neljä koulutusta, joihin osallistumiseen henkilöstö pystyi vaikuttamaan itse. Jokaiseen koulutukseen sai osallistua yksi ihminen jokaisesta yksiköstä niin, että kaikki osallistuivat eri koulutuksiin. Näin jokaiseen

yksikköön saatiin laajemmin erilaisia koulutustaustoja. Koulutukset toteutettiin kaikille työntekijöille, myös määräaikaisille sekä avustajille. Toteutuneiden koulutusten sisällöt olivat pienten lasten liikunta, tanssiliikunta, erityisliikunta, seikkailuliikunta sekä koko henkilöstön yhteinen motivointikoulutus, jossa keskityttiin toiminnalliseen oppimiseen. Koulutusten järjestely osoitautui hyvin haasteelliseksi puutteellisten henkilöstöresurssien sekä sijaispulan vuoksi. Koulutukset saatiin kuitenkin toteutettua ja palaute koulutusten sisällöistä oli hyvää. Koulutusten säännöllisyyden merkitys näkyi hyvin, sillä motivointikoulutukseen osallistujien asenne oli hieman muuttunut edellisestä kerrasta ja toiminnallinen oppiminen ymmärrettiin mahdollisuutena oppia uutta liikkumisen avulla.

4.2.3 Uimaleikkikoulu

Uimaleikkikoulun toteutuksen muotoa jouduttiin hieman muuttamaan henkilöstöresurssien vuoksi. Alun perin se oli tarkoitettu kaikille yli 3-vuotialle, mutta toteutus tapahtui 4–5-vuotiaiden kanssa. Aikaisempi kokemus Pyhäjoen kunnan liikuntatoimen hankeaikana tehdystä uintikäynnistä helpotti käytännön järjestelyiden suunnittelua, jolloin ryhmäjako, henkilöstön sijoittelu eri ryhmien välillä, kyydityksien järjestely sekä muut toimenpiteet järjestyivät vanhan pohjan mukaan. Uimaleikkikoulun aikana osa lapsista oli palloiluhallissa, osa siirtymätilassa tai syömässä eväitä. Hyvällä järjestelyllä toiminta oli sujuvaa ja niin lapset kuin aikuisetkin nauttivat retkestä. Uimaleikkikoulun tavoitteena oli, että lapsilla olisi jo varhaiskasvatuksen aikana mahdollisuus totuttautua veteen, oppia toiminaan uimahallissa sekä tarjota kaikille lapsille tasavertainen mahdollisuus uimaleikkikouluun osallistumiseen. Uimataidon määrästä on tutkimustietoa, jonka mukaan uimaopetusta saavilla on useammin uimataidoksi katsotut edellytykset. (Hakamaäki 2016, 2, 7–8). Uimataito on yksi kansalaistaidoista, joten sen tukeminen on erittäin tärkeää ja siihen kannattaa panostaa jo varhaiskasvatusiässä.

4.2.4 Verkostoituminen

Jo ennen hankevuoden alkua oli tiedossa mahdollisuus, että verkostoituminen voi osoittautua haasteelliseksi toimintakauden aikana. Henkilöstön vaihdokset ja muutokset varhaiskasvatuksessa, opetustoimessa sekä kulttuuri- ja liikuntapalveluissa aiheuttivat tietokatkoja sekä vaikeuttivat yhteistyön suunnittelua. Muutoksien tiedettiin jatkuvan vielä seuraavalle vuodelle, kun

opetustoimen puolelle oli tulossa paljon muutoksia uudistuvan keskuskoulun sekä kyläkoulujen vähentämisen myötä. Varhaiskasvatuksessa henkilöstömuutokset sekä fyysisten varhaiskasvatussyksiköiden sijaintien muuttuminen lisäsivät epävarmuutta siitä, missä henkilöstö tulee työskentelemään. Yhdistysten ja liikuntaseurojen kanssa suunniteltua yhteistyötä sovittiin jatkettavaksi, kunhan koronapandemia ja rajoitukset hellittäisivät. Loppuajasta seurat pääsivätkin järjestämään omaa toimintaa, kuten leijonakirkkokouluja, jonka ilmoituksia jaettiin varhaiskasvatuksen yksiköihin. Harmillisesti verkostoituminen jäi varhaiskasvatuksen osalta odottamaan nykyisten ja tulevien muutosten toteutumista, jonka jälkeen sitä voitaisiin jatkaa.

4.2.5 Hankevuoden päätyminen

Toisen hankevuoden aikana muutoksia ja vastoinkäymisiä oli ensimmäistä hankevuotta enemmän. Suurin osa johtui vähäisistä henkilöstöresursseista sekä koronaviruksen aiheuttamista rajoitteista. Hankkeen päätyminen kuluvan vuoden aikana lisäsi tietoisuutta siitä, että toimintaa tai rahoitusta ei voida siirtää enää seuraavalle hankevuodelle. Rahoituksen käyttö jäi vähäisemmäksi, minkä vuoksi sitä jouduttiin palauttamaan aluehallintoviraston määräyksen mukaisesti. Hankeraportti toimitettiin aluehallintovirastolle ja sen hyväksyntä selviää loppuvuoden 2022 aikana. Kunnalle laadittu raportti liikuntahankkeen vaikutuksista toimitetaan virallisesti eteenpäin rahoitusraportin hyväksynnän jälkeen. Raportin hyödyntäminen jää kunnan vastuulle.

5 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA ETIIKKA

Hankkeen kaikissa vaiheissa tuli huomioida varhaiskasvatusta koskeva lainsäädäntö ja määräykset, valtionavustukseen liittyvät määräykset ja vaatimukset sekä myös opinnäytetyötä koskeva ohjeistus, etiikka ja luotettavuus. Opinnäytetyön toiminnallisuus ei poista vaadetta huolellisuudesta ja rehellisyydestä sekä kunnioituksesta toisten tutkijoiden työtä kohtaan. Työn aikana teetetyt kyselyt toteutettiin hyvän tutkimustavan mukaisesti ja nimettöminä ja koonti niistä toimitettiin osarahoituksesta vastaavan aluehallintoviraston raportin liitteeksi. Toiminta koko hankkeen aikana ja siitä raportoidessa on ollut avointa ja läpinäkyvää. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013.) Kehittämistyön tarve oli selkeä. Loppukyselyn perusteella toiminta saavutti pääasiassa asiakkaiden näkökulmasta tavoitteet tasa-arvoiseen liikkumiseen ja aktiivisen arjen turvaamiseen.

Opinnäytetyön tuotos eli raportti koostuu pitkän aikavälin työskentelystä ja sen on tarkoitus tukea kyseisessä kunnassa varhaiskasvatustyön suunnittelua tulevaisuudessa. Hankkeen kokonaistavoitteena oli mahdollistaa ja lisätä lasten luontaista aktiivisuutta kehittämällä heidän varhaiskasvatusympäristöänsä niin välineistöllä kuin toiminnan sisällöllä. Käytännössä tämä tarkoittaa lasten mahdollisuuksia liikkumiseen ja aktiiviseen elämäntapaan, joka eettisyyden näkökulmasta katsottuna on perusteltua ja varhaiskasvatuksen ideologian mukaista eli tavoitteellista, lapsen osallisuutta lisäävää sekä kasvua ja kehitystä tukevaa toimintaa. Hankkeen loputtua hyväksi koettujen käytänteiden pysyvyydestä ja muuttuneisiin varhaiskasvatuspalveluiden sisällön tarpeista tulee vastaamaan kunta.

6 POHDINTA

Liikuntahankkeen valikoituminen opinnäytetyön aiheeksi oli hyvin työelämälähtöinen ja sen tarjoutuminen minun tehtäväkseni sopi hyvin opiskelujen yhteyteen. Hanketyöskentelystä minulla ei ollut aikaisempaa kokemusta, joten etenkin alussa vallitsi suuri epätietoisuus, koska ei voinut tietää millainen kokonaisuus hankkeesta tulee muodostaa, mitä kaikkea se vaatii toteutuakseen ja miten siihen liittyvien osapuolten roolitukset ja tehtävänjako sujuisivat. Lähiesimiehen tuki hankkeen suunnittelussa tuli tarpeen, jotta muun muassa rahoitukseen liittyvät asiat saatiin hoidettua rahoitusanomuksen yhteydessä sekä loppuraporttiin liittyvät viimeistelyt selvitettyä ajoissa.

Liikuntahanke itsessään oli pitkäkestoinen ja varsinaisen varhaiskasvattajan opettajan työn lisäksi hyvin työllistävä projekti. Varsinaista työaika ei hankkeen toteutukselle ollut laskettu, minkä vuoksi sijaisen palkkaaminen hanketyön toteuttamiseksi ei tullut kyseeseen. Hanketyö painottuikin sellaisiin päiviin, kun lapsiryhmässä oli paikalla vähemmän lapsia tai toimintaa yhdistettiin eri ryhmien kanssa. Hankkeelle asetettujen aikataulujen noudattaminen osoittautui välillä haasteelliseksi, mutta esimerkiksi rahoituksen saamisen kannalta oli ehdottoman tärkeää toimittavaa tarvittavat dokumentit tiettyjen aikataulujen mukaisesti. Henkilöstöressurssien vähäisyys ja aikataulujen noudattaminen pakottivat toisinaan jatkamaan työskentelyä kotona varsinaisen työajan ulkopuolella, mikä lisäsi stressiä. Työnantaja tuli vastaan näissä tilanteissa ja korvaukset sovittiin suoritettavaksi työehtosopimuksen mukaisesti. Liikunnan kuntakoordinaattorina työskentely mahdollisti osallistumisen Suomen kattavaan varhaiskasvatuksen kuntakoordinaattoreiden verkostoon, joiden tapaamisten tavoitteena oli välittää ajantasaista tietoa, vaihtaa kuulumisia ja lisätä voimavaroja omaan työskentelyyn.

Koronaviruspandemiana vaikutukset liikuntahankkeelle olivat suuret. Hankkeen yksi tärkeimmistä tavoitteista oli henkilöstön kouluttaminen ja työmotivaation kohottaminen lasten aktiivisuuden lisäämiseksi. Kokoontumisrajoitusten myötä koulutukset siirrettiin toteutettavaksi etäyhteyksillä, jos mahdollista. Osa koulutuksista vaati osallistumista fyysisesti, joten näitä siirrettiin eteenpäin rajoitusten mukaan. Koulutusmuutokset sekä näkeminen Teams-yhteydellä eivät motivoineet henkilöstöä samalla tavoin kuin live-koulutukset. Henkilöstön työmotivaatioon vaikuttivat lisäksi jatkuva resurssipula sekä vähäinen yhteistyö yksiköiden välillä. Mikäli omasta yksiköstä oli lapsia pois, joutui henkilöstö usein liikkumaan toiseen yksikköön paikkaamaan

henkilöstövajetta. Tämä luonnollisesti vaikutti oman yksikön suunnitellun toiminnan lykkäämiseen tai peruuntumiseen. Palaute koulutuksista oli positiivista, mutta koulutusten sisällön siirtäminen käytäntöön vaatii henkilöstön sitoutuneisuutta ja innostusta työhön. Jatkuvat muutokset lisäsivät perustyön määrää erityisesti yksiköissä, joissa oli enemmän alle 3-vuotiaita lapsia. Tämän myötä myös toiminnan pedagogisen suunnittelun ja toteutuksen ulottuvuus kaventui huomattavasti.

Hanke on tuottanut paljon hyviä asioita Pyhäjoen kunnan varhaiskasvatuksen piirissä oleville lapsille perheineen sekä työntekijöille, joten koen tehneeni hankkeen myötä merkityksellistä työtä kokonaisuuden haasteellisuudesta huolimatta. Erityisesti lasten tasa-arvoisten liikkumiskokemusten mahdollistaminen on toteutunut mielestäni erittäin hyvin, sillä välinepäivitysten ja koulutusten myötä lapsille on avautunut uusia mahdollisuuksia saada kokea liikkumisen iloa. Uimaleikkikoulun vakiinnuttaminen kunnan käytänteisiin on ehdottoman tärkeää ja siihen tulee varata riittävästi resursseja. Lasten ilo ja riemu olivat ylimmillään, kun jännittävän linja-automatkan jälkeen saavuttiin uimahalliin, jossa osa lapsista siirtyi ensin leikkimään palloiluhalliin ja osa suoraan uintipuuhiiin. Epätasa-arvoisuuden vaikutusten vähentäminen on tärkeää, sillä huomattavan usealta perheeltä tuli kiitosta hankkeen myötä saaduista välineistä ja toiminnan sisällöstä, sillä heillä itsellään ei niihin olisi ollut mahdollisuuksia.

Oma oppimisprosessini kehittämistyön aikana on ollut valtava. Hankkeeseen liittyvä tiedon hankkiminen, koostaminen, toiminnan suunnittelu, organisointi, delegointi, toiminnan toteutus ja raportointi ovat lisänneet tietoa oman alan lisäksi myös muista sektoreista, jotka väistämättä ovat yhteydessä omaani. Kokemusten myötä työote on muuttunut varmemmaksi, joskin aina on parempi kysyä neuvoa epävarmuuden edessä. Kehittämistyön raportointi ja opinnäytetyön kirjoitusprosessi osoittautuivat hyvin haasteellisiksi oman työn ohessa. Kouluaikana kirjoittamiseen, tekstinsisältöön ja opinnäytetyön oikeaoppiseen ulkoasuun liittyviin ohjeistuksiin hyvin perehtyminen helpottivat kokonaisuuden valmistumista.

LÄHTEET

- Haapala, E., Haapala, H., Lakka, T & Pulakka A. 2016. *Fyysisen aktiivisuuden ja fyysisen passiivisuuden yhteydet terveyteen ja hyvinvointiin lapsilla*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Julkaisu 2016:22. Saatavissa: <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/fi/download/file/fid/132>. Viitattu 14.3.2022.
- Hakamäki, M. 2016. *Kuudesluokkalaisten uimataito Suomessa*. Saatavissa: https://www.suh.fi/files/2876/Uimataitotutkimus_LIKES_2016.pdf. Viitattu 16.4.2022.
- Liikkuva varhaiskasvatus*. Saatavissa: <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/fi>. Viitattu 1.3.2022.
- Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry*. Saatavissa: <https://www.popli.fi/>. Viitattu 8.3.2022.
- Pyhäjoen kunta. 2022. Saatavissa: www.pyhajoki.fi. Viitattu 27.5.2022.
- Suomen Olympiakomitea. *Liikuntaleikkikoulu*. Saatavissa: <https://www.olympiakomitea.fi/seuratoiminta/harrastaminen/lasten-harrastustoiminta/liikuntaleikkikoulu/>. Viitattu 5.3.2022.
- Tilastokeskus. 2021. Kuntien avainluvut. Väkiluku, 2021. Saatavissa: https://pxnet2.stat.fi/PXWeb/pxweb/fi/Kuntien_avainluvut/Kuntien_avainluvut_2021/kuntien_avainluvut_2021_viimeisin.px/table/tableViewLayout1/. Viitattu 27.5.2022.
- Tuononen, M. 2021. *Varhaiskasvatukseen osallistuminen yleistyy nopeasti Suomessa ja kansainvälisesti*. Saatavissa: <https://www.stat.fi/tietotrendit/artikkelit/2021/varhaiskasvatukseen-osallistuminen-yleistyy-nopeasti-suomessa-ja-kansainvalisesti/>. Viitattu 7.3.2022.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta*. 2013. Saatavissa: https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Viitattu 17.5.2022.
- Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta*. 1.9.2018/753. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180753>. Viitattu 2.3.2022.
- Valtioneuvoston asetus varhaiskasvatuksesta annetun valtioneuvoston asetuksen 1 §:n muuttamisesta*. 1.8.2020/1586. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2019/20191586>. Viitattu 2.3.2022.
- Valtioneuvoston julkaisuja. 2019. *Osallistava ja osaava Suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta*. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161931/VN_2019_31.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 2.3.2022.
- Varhaiskasvatuslaki*. 13.7.2018/540. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2018/20180540#L1P1>. Viitattu 1.3.2022.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2022. Opetushallitus. Saatavissa (word): <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/varhaiskasvatussuunnitelmien-perusteet>. Saatavissa (pdf): <https://eperusteet.opintopolku.fi/eperusteet-service/api/dokumentit/8274670>. Viitattu 1.3.2022.

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016: 21. Saatavissa: <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/fi/download/file/fid/135>. Viitattu 1.3.2022.

YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus. 2011. Somero: Sälekarin kirjapaino Oy. Saatavissa: https://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/lapsen_oikeudet_paino.pdf. Viitattu 5.4.2022.



Ilo kasvaa liikkuen varhaiskasvatuksesta

- Pyhäjoen varhaiskasvatuksen liikuntahanke 2020–2021

Hankkeen kokonaistavoite on ollut varhaiskasvatuksessa olevien lasten liikkumisen ja liikunnan määrä lisääntyminen ja tuleminen näkyväksi osaksi toimintaa. Lisäksi tavoitteena on ollut edistää perheiden tietoisuutta liikunnan positiivisista vaikutuksista. Lisäämällä liikettä ja liikuntaa on pyritty juurruttamaan liikunnallisia elämäntapoja osaksi varhaiskasvatuksen ja perheiden arkea.

Liikunnan ja aktiivisuuden merkitys varhaiskasvatuksessa

Varhain omaksutut positiiviset elämäntavat kantavat pitkälle aikuisuuteen asti. Liikunnan mahdollistaminen olosuhteista riippumatta on tärkeää, jolloin leikin varjolla voi liikkua milloin ja missä tahansa. Toisaalta motivoivat puitteet edistävät lasta kokeilemaan erilaisia asioita, jolloin oman kehon tuntemus ja hallinta vahvistuvat pienin askelin. Tämä on erityisen tärkeää, jos lapselle on kehityksellisiä haasteita tai rajoitteita. Kunta on hyötynyt hankkeen tuomasta positiivisesta vireestä laadukkaana varhaiskasvatuksen sekä lapsien terveydestä huolehtivan ja liikunnallisuutta tukevan näkökulman myötä. Pyhäjoen imago liikunnallisuutta ja terveitä elämäntapoja edistävänä kuntana nousee ja liikunnallisen varhaiskasvatuksen yhteistyöverkostoa voidaan laajentaa koskettamaan kunnan muita sektoreita. Liikuntapalvelujen vaikutukset näkyvät yhteisöllisyyden, hyvinvoinnin ja liikunnallisen elämäntavan lisääntymisenä.

Henkilöstön koulutus ja resurssit työn toteuttamiseen

Henkilöstön koulutukset toteutuivat hankekauden aikana lähes suunnitellusti. Koulutukset tarjottiin niin vakituisille, määräaikaikaisille kuin myös avustajille. Muutoksia tuli usein aikataulujen

suhteen, koska henkilöstön poissaoloja on ollut hankekaudella hyvin paljon eikä sijaisia saatu toivotusti ryhmiin koulutusten ajalle ja koronapandemia vaikutti osaltaan haastavasti. Poissaolojen vuoksi henkilöstö joutui paikkamaan useasti toisissa yksiköissä työvoimavajetta, joka tarkoitti muutoksia edelleen oman yksikön toimintaan. Koko henkilöstön koulutukset saatiin toteutettua niin, että varhaiskasvatusyksiköt suljettiin tavallista aikaisemmin ja tästä tiedotettiin hyvissä ajoin perheille. Henkilöstön mielenkiinnon kohteiden mukaan räätälöidyt koulutukset (1/hlö) lisäsivät teoretietoa eri näkökulmista, innostuneisuutta ja motivaatiota liikuntamyönteiseen kasvatukseen. Koulutukset järjestettiin siten, että yhdestä yksiköstä kaikki työntekijät osallistuivat eri koulutuksiin, jolla pyrittiin saamaan myös mahdollisimman paljon uutta informaatiota jokaiseen työpisteeseen. Liikuntavastaavien työ on jatkunut yksiköissä suunnitellusti, mutta haasteena koetaan jonkin verran työajan riittämättömyys toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen omassa yksikössä. Tämä korostuu henkilöstön poissaolojen aikana, jolloin suunnitelmiin joudutaan tekemään muutoksia ja esimerkiksi liikuntasaliin tai retkelle ei voida lähteä vähäisen henkilöstömäärän ja lasten turvallisuuden vuoksi.

Palautekyselyn mukaan henkilöstö on ottanut koulutuksista saamaansa tietoa käytäntöön sekä jakanut vinkkejä myös muille oman yksikön työntekijöille. Yhteiskoulutukset herättävät ajatuksia ja lisäävät vuoropuhelua yksikön sisällä, että miten toimintaa kannattaa toteuttaa juuri meidän talossamme. Lasten näkökulmasta koulutukset monipuolistavat toiminnan sisältöä ja tarjoavat uudenlaisia tapoja liikkumisen kokemuksiin. Monipuolinen ja säännöllisesti toteutuva koulutustarjonta on tärkeää henkilöstölle, jotta heillä on motivaatiota ylläpitää lasten liikkumista päivittäin ja löytää keinoja liikkumiseen. Muutos toimintamalleissa vie aikaa ja vaatii sen aktiivista ajattelua ja toteuttamista sekä näkyväksi tuomista. Henkilöstön pitkään jatkunut kuormitus vähentää motivaatiota toimia tavoitteellisesti, jolloin toiminnasta tulee pelkkää suorittamista. Koulutuksista on siis ehdottomasti hyötyä, mutta vain silloin kun henkilöstöllä on riittävästi voimavaroja sen toteuttamiseen käytännössä

Henkilöstöresursseihin tulisi kiinnittää huomiota päättäjätasolla, jotta henkilöstöresursseja ei suunnitella liian tiukoiksi, jolloin henkilöstöllä on riittävästi aikaa toiminnan suunnitteluun sekä suunnitellun toiminnan mahdollistamiseen myös poissaolojen aikana. Poissaolojen aikana toimitaan liukuhihnamallilla eli turvataan ensisijaisesti lasten perushoito ja välttämättömät tarpeet, jonka vuoksi arjessa voi jäädä huomioimatta lasten yksilölliset tarpeet sekä liikunnallisuuden

tukeminen ja mahdollistaminen eri tilanteissa. Myös vaihtuvuus henkilöstössä vaikuttaa negatiivisesti lasten liikkumiseen, koska sijaisilla ei välttämättä ole riittävästi taitoa tukea liikkumista yksilöllisesti.

Liikuntavälineiden päivitys

Toimivalla ja virikkeellisellä ympäristöllä on suuri merkitys lasten leikkitaitojen tukijana. Lähtötilanteessa yksiköiden käytettävissä olevien liikuntavälineiden taso vaihtelu paljon. Toimintaympäristöjä saatiin kehitettyä lapsia innostavimmiksi ja huomioitua paremmin lasten eri ikäluokat. Eri ikäluokissa löydettiin positiivisia vaikutuksia, kun välineistöä päivitettiin ikätason mukaisesti; esim. alle 2-vuotiaiden kohdalla tärkeitä olivat vedettävät ja työnnettävät lelut sekä sopivan kokoiset ja helposti tartuttavat pallot, hernepussit, yms. Isompien, 3–4-vuotiaiden lasten kohdalla sisällä liikkumista mahdollistivat esimerkiksi tasapainoradat, hyppynarut, korit ja pallot. 5–6-vuotiaiden lasten kohdalla trampoliinit sekä erilaiset pelit nousivat innostaviksi tekojoiiksi. Yksiköiden välillä kierrätettävillä liikuntavälineillä lisättiin selkeästi mielenkiinnon ylläpysymistä liikuntavälineisiin. Viikkaiden ja keskittymisvaikeuksista kärsivien lasten kohdalla liikunnan tuominen osaksi hoitopäivää huomattiin edistävän työskentelyrauhaa toisten lapsien kohdalla. Kehitettävää olisi vielä liikuntarajoitteisten ja aivan pienten lasten kohdalla, jolloin turvallisella ympäristöllä ja omatoimisuuden mahdollistamisella on suuri merkitys.

Seuraavana hankevuotena varhaiskasvatuksen tasa-arvoisen liikkumisen mahdollisuuksia edistettiin huomiolla erityisesti pienimpien lasten liikkumistaitojen tukemista hankkimalla jokaiseen yksikköön pehmopalikkasarjat sekä potkupyöriä kiipeily- ja tasapainotaitojen tukemiseksi. Lisäksi lapsille hankittiin suojaliivit painatuksella mahdollistamaan turvalliset ulkoiluhetket varhaiskasvatusyksikön ulkopuolella sekä lisäämään näkyvyyttä.

Liikunnallisen vuosikellon päivittäminen

Liikunnallisen vuosikellon alustavat suunnitelmat jaettiin eri yksiköille liikuntavastaavien palaverissa hankekauden alussa. Tuolloin oli myös tiedossa, että varhaiskasvatussuunnitelman perusteet tulevat uudistumaan 2022, ja että kuntamme yksiköissä tulee tapahtumaan muutok-

sia vuoden 2022 aikana (uuden yksikön avaaminen, vanhan sulkeminen, lapsien ja työntekijöiden uudelleen sijoittamisia, perhepäivähoitajan aloittaminen, jne.). Vuosikellon hiominen päätettiin jättää odottamaan varhaiskasvatussuunnitelman uudistumista, jonka vuoksi myös paikallinen vasu tehdään uudelleen ja sisällytetään vuosikello siihen sekä yksiköiden omiin vasuihin. Toimintaa jatkettiin aiemman vuosikellon mukaisesti tämän hankekauden ajan. Vuosikellon uudistamisessa tavoitteena on yhtenäistää yksiköiden toimintaa, lisätä yksiköiden välistä yhteistyötä ja yhteisiä tapahtumia. Paikallisessa vasussa huomioidaan yleiset liikkumiseen liittyvät asiat liikunnallisen vuosikellon kanssa, sisältäen myös varhaiskasvatuksen yhteiset liikuntapäivät. Yksikkökohtaisissa vasuissa tuodaan esille vuosikellon mukaiset toimintamallit huomioiden yksikön lasten ikäjakauman, ryhmäkoon, liikuntaympäristöt, jne. Paikallista uutta varhaiskasvatussuunnitelmaa alettiin työstämään 2022 maaliskuussa ja se tulee käyttöön 1.8.2022. Tuohon mennessä myös muutokset varhaiskasvatuksen yksiköissä ja henkilöstöissä tulisi olla selvillä, jonka jälkeen uuden vuosikellon vakiinnuttaminen käytäntöön voi alkaa.

Lasten uintikokeilun mahdollistaminen /uimaleikkikoulu

Lasten uintikokeilun mahdollistaminen toteutui osittain. Tähän vaikuttivat ensisijaisesti koronaviruksen aiheuttamat paikalliset kokoontumisrajoitukset, yksiköiden toiminnan yhdistämiseen liittyvät rajoitteet sekä uimahallien aukioloihin liittyvät rajoitukset. Oman lisähaasteen toi henkilöstöressurssien puute, jonka vuoksi toiminnan ajankohtaa oli vaikea suunnitella niin, että uintiin mukaan lähtisi riittävästi henkilöstöä ja myös varhaiskasvatusyksiköihin jäisi riittävästi henkilöstöä toisten lasten kanssa. Uinti saatiin järjestettyä niin, että se toteutettiin 4–5-vuotiaille kahden päivän aikana. Kumpanakin päivänä uimaleikkikouluun osallistui kolme ryhmää niin, että jokainen lapsi pääsi osallistumaan yhdesti. Kahden erityislapsen osalta vanhempia pyydettiin mukaan toimintaan ja oman lapsen ohjaajaksi. Uimahallin sijainti, kuljetuskustannukset ja henkilöstöressurit määrittivät toiminnan supistamista, jonka vuoksi 3-vuotiaita ei voitu ottaa mukaan. Uimaopettajien vähäisen määrän ja osallistuvien lasten suuren määrän vuoksi toiminnan järjestäminen vaati erityistä huomiota, kuten toiminnan porrastamista ja muun ohjatun toiminnan järjestämistä toisten ryhmien uimaopetuksen ajalle palloiluhallin puolella. Osallistuvia varhaiskasvattajia sijoitettiin niin, että altaalla aikuisia oli eniten ja muissa tiloissa hieman vähemmän. Tällä varmistettiin turvallinen toiminta ja siirtymätilanteet. Uimahallin ja uimaopetuksen korkeaan varausprosenttiin olisi pitänyt varautua huomattavasti aikaisemmin, sillä

toista kertaa ei saatu järjestettyä niin, että ryhmät olisivat voineet olla paikalla yhtä aikaa. Yksiköiden käyminen omina päivinä olisi lisännyt kuljetuskustannuksia ja henkilöstön määrä olisi ollut riittämätön. Hyvällä suunnittelulla uintikokeilu oli kuitenkin positiivinen yllätys ja etenkin miellyttävä kokemus niin lapsille kuin henkilöstöllekin.

Lapsille uintikokeilu uimaleikkikouluineen ja palloiluhalleineen oli onnistunut kokemus ja selkeästi kaivattu elämys tavallisiin hoitopäiviin verrattuna. Kyselyn perusteella jokainen lapsi olisi valmis lähtemään uudestaan. Uintikokeilun tärkein tavoite oli veteen totuttautuminen, mutta myös muut uimahallikäyntiin liittyvät asiat, kuten toimintamallit uimahalliin saavuttaessa, pukutiloissa, suihkussa ja altaalla. Hankkeen myötä lapsille tarjoutui tasa-arvoinen mahdollisuus uimahallissa käyntiin. Osallistuneista lapsista kaikki eivät olleet aiemmin käyneet uimahallissa. Vanhemmilta toiminnasta tuli paljon kiitosta ja myös toiveita siitä, että uinneista muodostuisi pysyviä käytänteitä jokaisessa yksikössä. Uimataito on yksi kansalaistaidoista ja siihen valmistelu veteen totuttautumisella on tärkeää tehdä mahdollisimman varhain, kun lapsilla on vielä luontainen halu kokeilla uusia asioita. Uintikokeilun vuosittainen mahdollistaminen hankkeen kaltaisilla järjestelyillä tulisi jatkossa sisällyttää liikunnalliseen vuosikelloon. Uinnista aiheutuvat kustannukset ovat tiedossa ja niiden sisällyttäminen talousarvioon on tärkeää toiminnan vakiinnuttamisen kannalta. Toiminnan vakiintuessa myös varauksien tekeminen uimahallin kanssa helpottuu, kun sinne saadaan kiinteät varaukset riittävälle määrälle lapsia. Liikkumisen tärkeyden viestiminen kotiin tulee näkyä monin eri tavoin, jotta perheet näkevät kuinka yksiköissä liikutaan ja kuinka se tukee lapsen kehittymistä.

Verkostoituminen ja yhteistyö

Vanhempainiltojen järjestäminen ei ollut hankekautena mahdollista koronarajoitusten vuoksi. Toiminnallisen vanhempainillan suunnittelu aloitettiin ohjausryhmän keskuudessa, mutta koronarajoitusten jatkuessa toiminta keskitettiin muihin toimintoihin. Vanhempainiltojen tilalla olivat yksikkökohtaiset tiedotteet koteihin sekä muut koteihin toimitettavat materiaalit, jotka tukevat perheiden tietoisuutta lasten liikkumisen tärkeydestä. Kahta yksikköä lukuun ottamatta toimintaa järjestettiin talvipäivätempaus-tyyppisesti niin, että perheet pystyivät halutessaan käymään omatoimisesti liikkumassa varhaiskasvatusyksikön pihalla / lähialueella hoitopäivän jälkeen. Verkostoituminen ja toiminnan yhteinen suunnittelu eri sektoreiden kanssa oli haastavaa koronarajoitusten sekä henkilöstömuutosten vuoksi, joita tapahtui kaikissa toimipisteissä. Jo

viime hankekaudella aloitettujen yhteisten suunnitteluiden jatkaminen pysähtyi muutosten edessä, kun uusilla toimijoilla oli isoja kokonaisuuksia haltuun otettavana. Näin esimerkiksi keskuskoulun ja vapaa-aikatoimen kanssa suunnitellut yhteiset liikunta- ja liikennepäivät jouduttiin jättämään koulun rakennustyövaiheen vuoksi, kun koulun läheiset piha-alueet eivät olleet käytettävissä. Haasteiden vuoksi verkostoitumista ja toiminnan yhteistä suunnittelua päätettiin jatkaa, kun toimijat saavat oman työpisteen haltuun ja uusi keskuskoulu valmistuu ja siihen liittyvät käytänteet saadaan toimiviksi. Lajikokeilujen osalta koronarajoitusten päättymisen oli edellytys sille, että yksiköissä pääsee vierailemaan ulkopuolisia. Rajoitusten jatkuessa päätettiin yhteistyötä jatkaa, kun koronarajoitukset väistyvät.

Vanhempainiltojen järjestäminen on koronaviruksen vuoksi ollut tauolla yli kahden vuoden ajan. Tämän myötä ohjausryhmän tapaamisessa nousi esille, että onko varsinaisten vanhempainiltojen järjestäminen edes tarpeen. Eniten lasten liikunnallisuuteen on pystytty vaikuttamaan järjestämällä varhaiskasvatusyksiköiden omia liikunnallisia tempauksia lapsille sisällä sekä ulkona. Liikunnallisten vanhempainiltojen tavoitteena on ollut saada vanhemmille tietoa liikkumisen tärkeydestä sekä tarjota mahdollisuus yhteiseen liikkumishetkeen. Tietoa liikkumisen tärkeydestä on tuotu perheille esiin eri tavoin, kuten lähettämällä perheille sähköisesti liikkumisbingo päiväkotimatkojen varrella tehtäväksi sekä kuvasuunnistus lasten päiväkotiretken kuvien perusteella. Nämä ovat myös ilmaisia materiaaleja, joiden valmistelu toki pitää huomioida työajassa. Toimintamalliin ehdotettiin lisäksi yksiköiden pihalle / lähialueille laitettavia tehtävärasteja, jolloin perheet voivat käydä siellä liikkumassa hakiessaan lasta hoidosta tai vapaaajalla. Perheet olivat näitä hyödyntäneet jonkun verran. Toiminnan tulisi kuitenkin olla pysyvää, jotta perheet huomaisivat alkaa tätä hyödyntämään. Verkostoitumisen haasteet eivät varsinaisesti vaikuttaneet toiminnan toteuttamiseen lasten näkökulmasta. Verkostoitumisen mahdollisuuksia olisi ollut toiminnan sisällön lisääminen, jolloin lapsilla olisi ollut mahdollisuuksia erilaisiin liikkumisen kokemuksiin esim. yhteisöjen lajikokeilujen kautta.

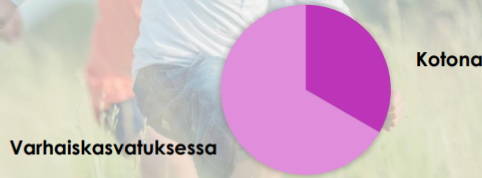
Edelleen viikoittaiset Liikkari-tuokiot, kausiluonteiset liikkumismuodot, retket, teemapäivät, jne. lisäävät monipuolista tapaa liikkua yksiköissä. Vasukeskustelut perheiden kanssa ovat tärkeitä lisäämään tietoa millä tavoin lapsen yksilöllistä liikkumista tuetaan, jonka vuoksi tähän tulee panostaa jokaisessa varhaiskasvatusyksikössä. Lapsille kotiin annetut liikuntapassit, liikkumisbingot ja kaikki muut tämän tyylliset tehtävät lisäävät myös perheiden tietoisuutta liikkumisesta ja motivoivat osallistumaan lapsen kanssa liikkumaan.

Kunnassa tapahtuvat muutokset niin henkilöstössä kuin konkreettisissa rakenteissa varhaiskasvatus- ja opetustoimessa tulee saattaa loppuun ennen kuin verkostoituminen voidaan kunnolla aloittaa. Verkostoitumisen jatkaminen hankekauden jälkeen ei kuitenkaan ole haaste vaan silloin sen toteuttaminen tulee olemaan mielekkäämpää, kun toimijat ovat asettuneet paikoilleen ja koronarajoitukset alkavat olla ohi. Yhteistyötä on tehty jo aiemminkin, joten toimijat ovat toisistaan tietoisia ja siitä, että yhteistyö on toivottua kaikkien osapuolten toimesta.

Tiesitkö?

- Lapsille suositellaan päivittäin 3 h liikummista
- Tästä 1 h tulisi olla hengästyttävää liikummista

PÄIVITTÄISEN LIIKKUMISEN OSUUS LAPSEN OLLESSA KOKOPÄIVÄHOIDOSSA



Olethan yhteydessä, mikäli haluat lisätietoa hankkeesta tai sinulla on ehdotuksia hankkeeseen liittyen!

Katso myös:
www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi

Liikunnallisin terveisin,

Anu Pirkola
anu.pirkola@pyhajoki.fi
puh. 044 5356916

ILOKAS - ilo kasvaa liikkuen varhaiskasvatuksessa

Haluamme taata jokaiselle lapselle mahdollisuuden monipuoliseen liikkumiseen hoitopäivän aikana. Pienten lasten liikkumisen tärkeyttä korostetaan, sillä varhain omaksutut liikuntatottumukset mahdollistavat uuden oppimisen ja kantavat pitkälle tulevaisuuteen!

Hankevuosi 2021

Koronapandemia on vaikuttanut myös meidän toimintaamme, joten hanketta on jatkettu vuoden 2022 kevääseen. Rahoituksesta vastaavat Pyhäjoen kunta sekä aluehallintovirasto. Tavoitteitamme ovat mm:

- Liikunnallisen vuosikellon rakentaminen
- Henkilöstön monipuolinen koulutus
- Ohjattu uimakoulukäynti yli 3-vuotiaille
- Vinkkien ja virikkeiden jakaminen koteihin



Ilo kasvaa liikkuen varhaiskasvatuksessa-hanke

MITEN SINUN LAPSESI LIIKKUU?

Liikunta toteutuu monin eri tavoin lasten hoitopäivän aikana. Se on liikummista arkipuuhiissa, seikkailua mielikuvitusleikkien avulla, ohjattua liikuntaa sekä välineurheilua, kuten hiihtoa, jalkapalloa tai pyöräilyä. Välillä hengästyään hyppiessä, kun hetken päästä rentoudutaan venytellen.

TAVOITTEENA LASTEN LIIKUNNALLISUUDEN TUKEMINEN VARHAISKASVATUKSESSA

Lasten tulisi liikkua päivittäin 3 tuntia, joista yksi tunti fyysisesti rasittavampaa, kuten hyppelyä, juoksua, kiipeilyä, pyöräilyä tai hiihtoa.

Tavoitteena on edistää lasten liikummista eri ikäryhmissä innostamalla ja lisäämällä liikummisen mahdollisuuksia. Samalla lisäämme varhaiskasvatuksen ja perheiden tietoisuutta liikummisen tärkeydestä.

Pyhäjoen kunnassa hanke toteutetaan kaksivuotisena eli 2020-2021.

TOIMINTA KÄYTÄNNÖSSÄ

Ohjelmaa toteutetaan kunkin yksilön lähtökohdista, pienten askelten ideologialla sekä jatkuvan kehittämisen mallia hyödyntäen.

- Keräämme ja jaamme kokemuksia toiminnasta ja hyväksi koetuista asioista hoitopaikkojen välillä
- Yhteistyö järjestöjen, seurojen, koulun ja vanhempien kanssa edistää projektin monipuolisuutta
- Kokeilemme mm. untia, leikkipuistovierailuja ja varhaiskasvatuksen liikunnallisia teemapäiviä

KATSO MYÖS

www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi

Olethan yhteydessä, mikäli haluat lisätietoa hankkeesta tai sinulla on ehdotuksia hankkeeseen liittyen!

LIKUNNALLISIN TERVEISIN

Anu Pirkola
anu.pirkola@pyhajoki.fi
puh. 044 5356916

