

Opinnäytetyö (YAMK)

Terveyden edistäminen

2024

Essi Kaipainen

Liikkumisen inklusion käsikirja varhaiskasvatukseen



Opinnäytetyö YAMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Terveyden edistäminen

2024 | 46 sivua

Essi Kaipainen

Liikkumisen inklusion käsikirja varhaiskasvatukseen

Liikkuminen on tärkeä osa pienen lapsen kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja oppimista. Silti yksi neljäsosa alle kouluikäisistä lapsista liikkuu terveytensä kannalta liian vähän. Syitä vähäisen liikkumisen taustalla on monia.

Kehittämiprojektin tavoite oli lisätä varhaiskasvatushenkilöstön tietoja ja taitoja liikkumisen inklusion toteutumiseksi varhaiskasvatuksen arjessa, jotta erityisesti vähän liikkuvilla ja liikkumiseensa tukea tarvitsevilla lapsilla olisi myös mahdollisuus liikkua. Kyselyn keinoin kerätyt hyvät käytänteet sekä projektiryhmän kanssa verkostomaista työskentelyä hyödyntäen työstetyt työkalut koottiin käsikirjaksi.

Käsikirjan pilotoinnit ja lanseeraustilaisuus tavoittivat noin 300 varhaiskasvatuksessa työskentelevää henkilöä. Tilaisuuksista saatujen palautteiden perusteella käsikirja koettiin tarpeelliseksi, konkreettiseksi ja varhaiskasvatuksen henkilöstö kertoi aikovansa hyödyntää sitä omassa työyhteisössään. Palautteiden perusteella voidaan päätellä, että kehittämiprojekti oli ajankohtainen ja saavutti sille asetetut tavoitteet.

Asiasanat:

Varhaiskasvatus, liikkumisen inklusio, liikunnallinen toimintakulttuuri

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Health Promotion

2024 | 46 pages

Essi Kaipainen

Inclusive physical activity -handbook for early childhood education

Physical activity is an important part of childrens holistic growth, development and learning. Still, one quarter of children under school age do not exercise enough for their health. There are many reasons behind the lack of physical activity.

The goal of the development project was to increase the knowledge and skills of the early childhood education staff in order to realize the inclusion of physical activity in the everyday life of early childhood education. With this especially children who are not physically active enough and who need support to be physically active would also have the opportunity to be physically active. The good practices collected through the survey and the tools worked with the project team utilizing network-like working were compiled into a manual.

Pilots of the handbook and the launch event reached about 300 people who worked in early childhood education. Based on the feedback received from the events, the handbook was felt to be necessary and concrete, and the early childhood education staff said they intend to use it in their own work community. Based on the feedback, it can be concluded that the development project was topical and achieved the goals set for it.

Keywords:

Early childhood education, inclusive physical activity, physically active culture

Sisältö

| | |
|---|-----------|
| Keskeiset käsitteet | 6 |
| 1 Johdanto | 7 |
| 2 Liikkuminen varhaiskasvatuksessa | 9 |
| 2.1 Fyysinen aktiivisuus | 9 |
| 2.2 Motoriset taidot | 11 |
| 2.3 Varhaiskasvatuksen henkilöstön rooli | 12 |
| 2.4 Liikkuva varhaiskasvatus -toiminta | 13 |
| 3 Liikkuminen on jokaisen lapsen oikeus | 14 |
| 3.1 Liikkumisen polarisoituminen ja sen mahdolliset syyt | 14 |
| 3.2 Vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien lasten huomiointi | 15 |
| 4 Kehittämiprojektin lähtökohdat | 17 |
| 4.1 Kehittämiprojektin tausta | 17 |
| 4.2 Kehittämiprojektin tarve | 18 |
| 4.3 Kehittämiprojektin tavoite ja tarkoitus | 20 |
| 4.4 Toimintaympäristön ja projektiorganisaation kuvaus | 21 |
| 5 Kehittämiprojektin toteutus | 23 |
| 5.1 Kehittämisen- ja arviointimenetelmät | 23 |
| 5.2 Kehittämiprojektin vaiheet | 25 |
| 6 Kehittämiprojektin tuotos | 28 |
| 7 Kehittämiprojektin arviointi | 29 |
| 7.1 Kehittämiprojektiin liittyvät eettiset ja luotettavuuskysymykset | 29 |
| 7.2 Toiminnan arviointi | 31 |
| 7.3 Tuotoksen arviointi | 34 |
| 8 Pohdinta | 36 |
| Lähteet | 38 |

Liitteet

Liite 1. Kyselyn runko

Liite 2. Tietosuojailmoitus henkilötietojen keräämiseksi

Liite 3. Projektiryhmän tapaamisten runko ja alustavat sisällöt

Keskeiset käsitteet

Fyysinen aktiivisuus

Kaikki liike, joka kuluttaa lepotasoa enemmän energiaa (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 12).

Liikkuminen

Tässä kehittämissuunnitelmassa liikkumisella tarkoitetaan monipuolista käsitettä, joka sisältää fyysisen aktiivisuuden määrän ja laadun sekä motoristen taitojen harjoittelun. Liikkumisen käsite pohjautuu varhaiskasvatussuunnitelman monipuoliseen liikkumiseen. (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53.)

Liikkumisen inklusio

Tässä kehittämissuunnitelmassa liikkumisen inklusiolla tarkoitetaan sellaisia liikkumista edistäviä toimia, jotka soveltuvat kaikille ja edesauttavat kaikkien lasten, erityisesti vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien lasten mahdollisuuksia liikkua yksin ja osana ryhmää (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22).

Liikunnallinen toimintakulttuuri

Liikkuminen on luontainen osa varhaiskasvatuksen jokapäiväistä arkea ja jokaista hetkeä. Liikkuminen ei ole vain irrallinen tuokio, vaan ohjatun ja omatoimisen liikkumisen mahdollisuuksia on kaikessa toiminnassa varhaiskasvatuspäivän aikana. (Hentunen ym. 2022, 5–26.)

Motoriset perustaidot

Tahdonalaisia liikkeitä sekä eri liikkeiden yhdistelmiä, jotka mahdollistavat monipuolisen ja tavoitteellisen liikkumisen ja ympäristön vaatimuksiin reagoimisen (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 32).

Varhaiskasvatus

Suunnitelmallinen ja tavoitteellinen toiminta lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen tukemiseksi, jota toteutetaan päiväkodeissa, perhepäivähoidossa sekä avoimessa varhaiskasvatuksessa (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 1–2).

1 Johdanto

Liikkuminen on kirjattu Varhaiskasvatukseen lakiin (13.7.2018/540, 1:3.3) sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin (2022, 52–53), jotka ovat varhaiskasvatuksen työtä ohjaavia ja velvoittavia asiakirjoja. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen varhaislapsuudessa on tärkeää, sillä elämäntavan omaksuminen alkaa jo alle kouluikäisenä. Suomessa ensimmäistä kertaa toteutetussa pienten lasten liikkumisen seuranta-tutkimuksessa ilmenee kuitenkin huolia. Piilo-tutkimuksen mukaan jopa yksi neljäsosa alle kouluikäisistä lapsista liikkuu terveytensä kannalta liian vähän. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:10, 10-55.)

Varhaiskasvatuksen henkilöstön täyttämästä liikunnallisen toimintakulttuurin arviointityökalusta, nykytilan arvioinnista nousee esiin monenlaisia puutteita lasten liikkumisen tukemiseksi. Esimerkiksi vain 55 prosenttia toimipaikoista kertoo hyödyntävänsä kohdennettuja liikkumisen toimenpiteitä vähän liikkuvien lasten tukemiseksi. Erityistä tukea tarvitseville lapsille kohdennettuja liikkumisen toimenpiteitä hyödyntää vain 38 prosenttia. Myös muun muassa liikuntavälineiden esillä olossa, erilaisten ympäristöjen hyödyntämisessä ja motoristen taitojen havainnoinnin toteutumisessa on eroja toimipaikasta riippuen. (Liikkuvan varhaiskasvatuksen Seuranta-Virveli 2024.)

Kehittämiprojektin tavoite on lisätä varhaiskasvatuksessa työskentelevän henkilöstön ymmärrystä ja osaamista liikkumisen inklusiosta varhaiskasvatuksessa, sillä aiheesta ei ole aiemmin tuotettu materiaalia. Yleisesti inklusiolla tarkoitetaan osallistumisen ja oppimisen esteiden poistamista (Opetusalan Ammattijärjestö 2022). Kehittämiprojektin tarkoitus on luoda varhaiskasvatukseen arkeen lisää liikettä siten, että erityisesti vähän liikkuvilla ja liikkumiseensa tukea tarvitsevilla lapsilla olisi myös mahdollisuus liikkua terveytensä kannalta riittävästi.

Kehittämiprojektin tuotoksena syntyi Liikkumisen inklusion käsikirja varhaiskasvatukseen. Materiaali kokoaa yhteen hyväksi havaittuja käytänteitä liikkumisen inklusion tukemiseksi varhaiskasvatuksen arjessa. Käytänteiden

lisäksi käsikirja sisältää erilaisia työkaluja varhaiskasvatuksen liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämiseksi. Käsikirjan kuusi osiota ovat fyysisen aktiivisuuden määrä, fyysisen aktiivisuuden laatu, vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien huomiointi, inklusiivisen toimintakulttuurin tukeminen, motoristen taitojen havainnointi sekä motoristen taitojen havaintojen hyödyntäminen inklusiivisen ja pedagogisen toiminnan suunnittelussa, jotka pohjautuvat varhaiskasvatusta ohjaaviin asiakirjoihin.

2 Liikkuminen varhaiskasvatuksessa

Liikkuminen on kirjattu varhaiskasvatusta ohjaaviin asiakirjoihin.

Varhaiskasvatustilain kolmannen momentin mukaan yksi varhaiskasvatuksen tavoitteista on toteuttaa monipuolista pedagogista toimintaa, jossa myös liikkuminen ja myönteiset oppimiskokemukset ovat keskiössä (Varhaiskasvatustilain 13.7.2018/540, 1:3.3). Monipuolista liikkumista on täsmennetty varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa, joka sisältää kirjauksia muun muassa liikkumisen intensiteetistä, motoristen taitojen havainnoinnista sekä varhaiskasvatuksen henkilöstön roolista mahdollistaa lasten liikkuminen varhaiskasvatuspäivän aikana (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52).

2.1 Fyysinen aktiivisuus

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan lapselle luontaisia tapoja liikkua ja leikkiä eri tavoilla ja eri ympäristöissä. Liikkumisen tulee olla luonteva osa varhaiskasvatuksen arkea ja sen intensiteetin ja keston tulee vaihdella päivän aikana (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53). Varhaisvuosien fyysisellä aktiivisuudella on merkittäviä ja kauaskantoisia vaikutuksia pienen lapsen elämään, sillä liikuntakäyttäytyminen ja liikunnallinen elämäntapa alkavat vakiintua jo varhaislapsuudessa (Valtion liikuntaneuvosto 2019, 148; Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:10, 14). Jo ennen kouluiän saavuttamista fyysisellä aktiivisuudella on osoitettu olevan yhteys muun muassa lapsen fyysiseen kasvuun ja kehitykseen, oppimiseen ja terveyttä edistävään kehonpainoon (World Health Organization 2022, 72–77). Alle kouluikäisen lapsen tulisi liikkua päivittäin vähintään kolme tuntia, joista kaksi tuntia on kevyttä ja reipasta fyysistä aktiivisuutta ja yksi tuntia vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 12–18; World Health Organization 2019, 10–18). Kevyellä ja reippaalla aktiivisuudella tarkoitetaan esimerkiksi siirtymistä paikasta toiseen, ulkoilua sekä palloilua. Vauhdikkaalla fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan puolestaan sellaisia liikkumisen muotoja, jotka nostavat sykettä ja hengästyttävät, kuten

vauhdikkaat sääntöleikit ja uiminen. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21, 13-15.)

Fyysinen passiivisuus puolestaan on yhteydessä heikompaan terveyteen. Fyysisellä passiivisuudella tarkoitetaan paikallaanoloa, kuten istumista ja muuta paikallaanoloa. Seisominen ei kuitenkaan sisälly fyysiseen passiivisuuteen. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 12.) Rungas paikallaanolo muun muassa lisää riskiä sairastua sydän- ja verisuonitauteihin sekä myötävaikuttaa ylipainon kertymiseen ja lihavuuteen (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 12–34; WHO 2019, 9–17; Tulokortti 2022, 26–28).

Alle kouluikäisten lasten fyysistä aktiivisuutta on tutkittu Suomessa pienillä otannoilla. Esimerkiksi Kolmevuotiaiden päiväkotilasten mitattu fyysinen aktiivisuus -tutkimukseen (Soini ym. 2011, 4) osallistui 99 lapsiperhettä, 3–4-vuotiaiden lasten fyysinen aktiivisuus päiväkodeissa eri vuoden aikoina - tutkimukseen (Jämsen ym. 2013, 69) osallistui 110 lapsiperhettä sekä Piilo tutkimus- ja kehittämishankkeeseen (Sääkslahti, A. ym. 2021, 4) noin 800 lapsiperhettä.

Vuonna 2023 Suomessa toteutettiin ensimmäinen laajempi valtakunnallinen pienten lasten fyysisen aktiivisuuden systemaattinen seurantatutkimus Piilo. Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittaman tutkimuksen toteuttivat Jyväskylän ammattikorkeakoulu Likes ja Jyväskylän yliopisto. Tutkimukseen kutsuttiin yli 7000 osallistujaa eripuolilta Suomessa. Piilon eli pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen tutkimuksen mukaan 76 prosenttia 4–6-vuotiaista lapsista liikkuu varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaisesti. Tutkimuksen mukaan pienet lapset liikkuvat keskimäärin kolme tuntia vuorokaudessa kevyesti sekä 74 minuuttia reippaasti tai rasittavasti. Suositus toteutuu pojilla 15 prosenttia paremmin kuin tytöillä. Vaikka suositus toteutuu kohtalaisen hyvin, paikallaanoloa kertyi lapsille vuorokauden aikana jopa 9,4 tuntia. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:10, 10-55.)

2.2 Motoriset taidot

Liikkumisella on tärkeä merkitys lasten kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja motoriselle oppimiselle. Motorisilla taidoilla tarkoitetaan tahdonalaisia liikkeitä sekä eri liikkeiden yhdistelmiä, jotka mahdollistavat monipuolisen ja tavoitteellisen liikkumisen erilaisissa ympäristöissä (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 32; Innostun liikkumaan 2018, 6-7; Sääkslahti, A ym. 2021, 75). Motoriset perustaidot jaotellaan tasapainotaitoihin, liikkumistaitoihin sekä välineenkäsittelytaitoihin. Myös kehon hahmottaminen on tärkeä osa motoristen taitojen oppimista. (Innostun liikkumaan 2018, 7; Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52.) Motorisilla taidoilla on todettu olevan yhteys fyysisen aktiivisuuden määrään (Sääkslahti, A ym. 2021, 75; Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 45-46).

Motoristen taitojen havainnointi varhaiskasvatuksessa on tärkeää, jotta jokainen lapsi voi kokea liikunnan iloa ja onnistumisen kokemuksia (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52). Varhaisella motoristen taitojen kehittymisellä on yhteys myös lapsen kokonaiskehitykseen, kuten muun muassa sosiaaliseen yhteenkuuluvuuteen, koettuun pätevyYTEEN sekä osallisuuteen. Tämän vuoksi on tärkeää, että lasten motorisia taitoja havainnoidaan ja dokumentoidaan systemaattisesti jo varhaiskasvatuksessa. (Innostun liikkumaan 2018, 12–13; Sääkslahti, A ym. 2021, 13–130.)

Motorisella kehityksellä tarkoitetaan toimintaa, joka mahdollistuu hermoston, luuston ja lihaksiston yhteistoiminnasta. Motorinen kehitys on hyvin yksilöllistä, sillä siihen vaikuttavat geenit, ympäristöstä havaittu aistitieto sekä ympäristön mahdollisuudet liikkua ja harjoitella taitoja. Jo varhaislapsuudessa voidaan havaita motorisen oppimisen vaikeutta. Oireita ovat muun muassa kömpelyys, toiminnan hitaus ja epätarkkuus sekä haasteet kehon hahmottamisessa. Jopa 5–6 prosentilla lapsista esiintyy motorisen oppimisen vaikeutta (Innostun liikkumaan 2018, 6–13.) Motorisen oppimisen vaikeuden diagnosointia, joka tehdään terveydenhoitohenkilöstön toimesta, ei kuitenkaan suositella tehtäväksi alle 5-vuotiaille lapsille (Sääkslahti, A ym. 2021, 100).

Motorisen oppimisen vaikeudesta käytetään useita eri termejä, kuten motoriikan kehityshäiriö sekä kehityksellinen koordinaatiohäiriö. Termin valintaan vaikuttaa ympäristö, jossa termiä käytetään. Varhaiskasvatuksessa ja koulussa käytetään eri termiä, kuin terveydenhuollossa tai tutkimuksessa. (Asunta 2018, 29-31.)

2.3 Varhaiskasvatuksen henkilöstön rooli

Varhaiskasvatuksessa jokaisella lapsella tulee olla mahdollisuus liikkua sekä ohjatuksi että omatoimisesti osana jokaista varhaiskasvatuspäivää. Henkilöstön tulee suunnitella liikkuminen luontevaksi osaksi varhaiskasvatuspäivää hyödyntäen erilaisia ympäristöjä ja välineitä. Ohjatuissa hetkissä harjoitellaan kehontuntemusta ja -hahmotusta ja lasten omaehtoista liikkumista tuetaan mahdollistamalla tiloja ja välineitä. (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53.)

Nykytilan arviointi on valtakunnallisen Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan työkalu, jonka keinoin varhaiskasvatuksen henkilöstö voi itsearvioida liikunnallista toimintakulttuuria vuosittain. Arvioinnin kysymykset pohjautuvat varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden kirjauksiin. Nykytilan arviointiin on vuosina 2018–2024 vastannut yhteensä 4185 varhaiskasvatuksen toimipaikkaa eri puolilta suomea. Arvioinnin tuloksia tarkastellessa on huomattavissa, että varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa esitetyt liikkumisen kirjaukset toteutuvat varhaiskasvatuksen arjessa vaihtelevasti. Esimerkiksi liikuntavälineet eivät ole kaikkialla lasten saatavilla, eri ympäristöjen hyödyntämisessä on hajontaa ja motoristen taitojen havainnoinnissa ja havaintojen kirjaamisessa on eroavaisuuksia. (Liikkuvan varhaiskasvatuksen Seuranta-Virveli 2024.) Tuloksia tarkastellessa tulee olla kriittinen kysymysten tulkinnan ja henkilöstön itsearvioinnin vuoksi. On kuitenkin selvää, että varhaiskasvatussuunnitelman kirjausten ja liikunnallisen toimintakulttuurin toteutuminen varhaiskasvatuksen arjessa on sidonnaista varhaiskasvatuksen henkilöstön toimintaan ja asenteisiin.

Liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisessä johtajuudella on keskeinen rooli. Liikkuminen on kirjattu varhaiskasvatusta ohjaaviin asiakirjoihin, joten se on osa

jokaisen varhaiskasvatuksessa työskentelevän työtä. Liikunnallisen toimintakulttuurin johtamisessa rakenteet, havainnointi, ohjaaminen, motivointi ja sitouttaminen ovat johtajan keskeisiä tehtäviä. (Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 383. 2015, 3-70.) Positiivinen, kehittämismyönteinen ja muovautuva toimintakulttuuri lisää parhaimmillaan henkilöstön motivaatiota, sitoutumista, suorituskykyä, sekä hyvinvointia (ResearchGate 2023, 2–11).

2.4 Liikkuva varhaiskasvatus -toiminta

Liikkuva varhaiskasvatus on vuonna 2015 perustettu valtakunnallinen liikkumisen ja hyvinvoinnin edistämisen toimintamalli osana Liikkuvat-kokonaisuutta. Liikkuvat -kokonaisuuden tavoite on edistää liikunnallista elämäntapaa eri väestöryhmissä. Liikkuva varhaiskasvatus –toiminnan päämäärä on mahdollistaa varhaiskasvatuskäisille lapsille liikunnan iloa sekä terveyden kannalta riittävää fyysistä aktiivisuutta. Tavoitteena on, että varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksesta toteutuisi kaksi kolmasosaa varhaiskasvatuspäivän aikana ja yksi kolmasosa kotona. Liikkuva varhaiskasvatus -toiminta tarjoaa ratkaisuja varhaiskasvatussuunnitelmaan kirjatun liikkumisen mahdollistamiseksi varhaiskasvatuksen arjessa. (Hentunen ym. 2022,1–32; Opetushallitus n.d.)

Kunnat, varhaiskasvatusyksiköt ja varhaiskasvatuksen eri toimijat, kuten perhepäivähoidon tiimit ja avoimen varhaiskasvatuksen toimijat voivat ilmoittautua mukaan Liikkuva varhaiskasvatus -toimintaan. Vuonna 2021 toiminta tavoitti 59 prosenttia Suomen kunnista ja 64 prosenttia varhaiskasvatuksen hallinnollisista yksiköistä. Käytännössä tämä tarkoittaa noin 43 000 varhaiskasvatuksessa työskentelevää henkilöä sekä 210 000 varhaiskasvatuksen piirissä olevaa lasta. (Hentunen ym. 2022, 17.)

3 Liikkuminen on jokaisen lapsen oikeus

Varhaiskasvatuksen arvopohjan muodostavat lapsuuden itseisarvo, ihmisenä kasvaminen, lapsen oikeudet, yhdenvertaisuus, tasa-arvoisuus, moninaisuus, perheiden moninaisuus sekä terveellinen ja kestävä elämäntapa. Arvopohjan taustalla ovat YK:n Lapsen oikeuksien sopimus, varhaiskasvatuslaki ja YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevan yleissopimus. (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 20.) Lasten oikeuksien 17. yleiskommentin mukaan jokaisella lapsella on oikeus osallistua liikuntakasvatukseen, fyysiseen aktiivisuuteen ja urheiluun (Unesco 2022). Varhaiskasvatuslain (13.7.2018/540, 1:3.3) mukaan yksi varhaiskasvatuksen tavoitteista on toteuttaa monipuolista liikuntakasvatusta, joka mahdollistaa myönteisiä oppimiskokemuksia.

3.1 Liikkumisen polarisoituminen ja sen mahdolliset syyt

Liikkumisen polarisoitumisella tarkoitetaan sitä, että osa lapsista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi ja osa taas liian vähän. (Valtioneuvosto 2018, 4-35; Valtioneuvoston selvitys ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 24/2016, 10). Tarkemmin polarisoituminen kuvaa ihmisten käyttäytymisen muutosta siten, että molemmat ääripäät yleistyvät (Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 24/2016, 10). Piilo-tutkimuksen mukaan yksi neljäsosa lapsista liikkuu terveytensä kannalta liian vähän. On kuitenkin mahdollista, että luku voi olla suurempikin, sillä PIILoon kutsutuista perheistä vain 30 prosenttia osallistui tutkimukseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisu 2024:10, 17-145.)

Alle kouluikäisten lasten vähäiseen liikkumiseen ja liikkumisen esteisiin on mahdotonta löytää tutkimustietoa, sillä pieni lapsi ei itse pysty ymmärtämään asiaa tai arvioimaan sitä realistisesti ja luotettavasti. Alle kouluikäiset lapset ovat vielä hyvin riippuvaisia ympärillä olevista aikuisista. Tämän vuoksi on syytä tarkastella asiaa lasten kanssa toimivien henkilöiden näkökulmasta.

Varhaiskasvatuksen nykytilan arvioinnista ilmenee, kuinka varhaiskasvatuksen henkilöstöllä on puutteita vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien

lasten tukemisessa. Vain 45 prosenttia toimipaikoista ilmoittaa, että heillä on kohdennettuja liikkumisen toimenpiteitä vähän liikkuville lapsille. Lisäksi vain 38 prosenttia toimipaikoista ilmoittaa, että heillä on kohdennettuja liikkumisen toimenpiteitä toimintarajoitteisille lapsille. (Liikkuvan varhaiskasvatuksen Seuranta-Virveli 2024.) Perheliikuntabarometrissä puolestaan perheiden yhteisen liikkumisen yleisimpiä esteitä ovat vanhempien työ, omat voimavarat sekä saamattomuus (Suomen Latu ry 2021, 35–38). Myös perheen sosioekonomisella asemalla, kuten tulostasolla ja koulutustasolla on yhteyttä lasten liikkumisen määrään (Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:2, 33-39).

Juurisyyt voivat kuitenkin olla luettavissa rivien välistä muun muassa varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksista: aikuisten liiallinen turvallisuushakuisuus, turhat kiellot, aikuisen määrittelemät pelisäännöt eri toiminnoissa sekä eri ympäristöissä sekä liikkumisen aiheuttama melu ja vaaratilanteet. Aikuisella on merkittävä rooli lapsen liikuntasuhteen ja liikunnallisen elämäntavan tukijana tai estäjänä. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21, 9-37.)

3.2 Vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien lasten huomiointi

On ymmärrettävää, ettei liikkuminen ole tai tarkoita kaikille samaa. Kaikki eivät pidä kilpailemisesta, tietyistä liikuntalajeista tai liikkua yksin tai ryhmässä. Tämä sama pätee myös lapsiin, jotka ovat liikuntasuhteen muodostamisen alkutaipaleella. Monet liikkumiseen liittyvät tilat, tilanteet tai kokemukset voivat olla lapselle uusia ja jännittäviä. On tärkeää, että varhaiskasvatuksen henkilöstö tunnistaa vähän liikkuvat ja liikkumiseensa tukea tarvitsevat lapset. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21, 4–34; Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53.)

Tärkeä keino vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien lasten tunnistamiseen on havainnointi. Systemaattinen havainnointi tuottaa henkilöstölle tietoa lapsen taidoista, mielekkäistä liikkumiskokemuksista sekä liikkumisen mahdollisista haasteista. Havaintojen pohjalta henkilöstön on

mahdollista suunnitella ja toteuttaa lapsilähtöistä, tavoitteellista ja monipuolista liikuntakasvatusta. (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21, 31–34; Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53.) Varhaiskasvatuksen henkilöstön tulee poistaa liikkumiseen liittyviä esteitä sekä suunnitella inklusion periaatteiden mukaista toimintaa eli sellaista toimintaa, johon jokainen lapsi voi osallistua (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 35-57). Inklusion periaatteilla tarkoitetaan sitä, että kaikkia lapsia koskevat yhtäläiset oikeudet. Jokaisella lapsella on oikeus liikkua ja osallistua toimintaan tasa-arvoisesti ja yhdenvertaisesti ilman syrjintää ja rasismia. (Open library.)

4 Kehittämiprojektin lähtökohdat

Varhaiskasvatuslaki uudistui lapsen tuen tarpeen osalta ja uusi laki astui voimaan 1.8.2022. Lapsella on oikeus saada varhaiskasvatuksessa tarvitsemaansa tukea, joka voi olla pedagogista, hoidollista tai rakenteellista tukea. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2022.) Tukea tarjotaan kolmitasoisien mallien keinoin, joista ensimmäinen taso on yleinen tuki, toinen taso tehostettu tuki ja kolmas taso erityinen tuki. Jos yleinen tuki ei ole riittävää, lapsella on oikeus saada tehostettua tai erityistä tukea. Yleisellä tuella tarkoitetaan tukitoimia osana varhaiskasvatuksen laadukasta perustoimintaa, tehostetulla tuella säännöllisesti toistuvia useita toimenpiteitä ja erityisellä tuella jatkuvaa ja kokoaikaista tukea. (Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540, 3a:1-3.; Opetus- ja kulttuuriministeriö 2022; Valteri 2022.)

4.1 Kehittämiprojektin tausta

Kasvaakseen, kehittyäkseen ja oppiakseen alle kouluikäinen lapsi tarvitsee monipuolista ja vaihtelevaa fyysistä aktiivisuutta joka päivä. Monipuolinen liikkuminen vaihtelevalla intensiteetillä muun muassa vahvistaa luustoa ja toimintakykyä, kehittää motorisia taitoja sekä ehkäisee terveydellisten riskitekijöiden kasautumista (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:10, 19–99; Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 14–17.) Fyysisen aktiivisuuden on osoitettu edistävän alle 5-vuotiaiden lasten kielellistä kehitystä ja toiminnanohjausta (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 15).

Normaalin kasvun, kehityksen ja oppimisen edellyttämän riittävän fyysisen aktiivisuuden näkökulmasta lapset ovat kuitenkin hyvin eriarvoisessa asemassa. 24 prosenttia lapsista liikkuu terveytensä kannalta liian vähän (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:10, 145) ja noin 5–6 prosentilla lapsista ilmenee motorisen oppimisen vaikeutta. Ongelmilla on tapana kertaantua, jos lapsi jää vaille tarvitsemaansa tukea. (Innostun Liikkumaan 2018, 11–13.) Vaikka motorisen oppimisen vaikeus on yksi yleisimmistä kehityksellisistä poikkeavuuksista (Terveyskylä 2023), tuntuu että siihen puututaan harvemmin kuin esimerkiksi kielen kehityksen häiriöihin tai

käyttäytymisen häiriöihin. Ehkä ymmärrys motoristen taitojen merkityksestä lapsen kasvulle ja kehitykselle on vasta yleistymässä, sillä kehitykselliseen koordinaatiohäiriöön ei ole vielä ollut käypä hoito -suositusta (Asunta 2018, 97-102; Duodecim, 2020), toisin kuin muihin kehityksellisiin häiriöihin.

Liikkumisen inklusiosta kirjoitettaessa yleensä viitataan usein esimerkiksi eriarvoisuuden vähentämiseen ja toimintarajoitteisten huomioimiseen (Liikuntalaki 10.4.2015/390, 1:2.8; Valtioneuvosto 2018, 5-47).

Yksinkertaisuudessaan inklusiolla tarkoitetaan oppimisen ja osallistumisen esteiden poistamista, joka voi tarkoittaa montaa eri asiaa yksilön tarpeista riippuen (Opetusalan Ammattijärjestö 2022). Tässä kehittämissuorituksessa tarkastellaan liikkumisen inklusiota varhaiskasvatuksessa erityisesti vähän liikkuvien ja liikkumiseen tukea tarvitsevien lasten näkökulmasta.

Liikkumattomuuden taustalla voi olla oppimisen haaste, eriarvoisuus tai toimintarajoite, mutta syitä on muitakin. Syy voi olla esimerkiksi aiemmin teoreettisessa viitekehyksessä mainitut perheen liikuntatottumukset ja sitä kautta vähäiset toistot, puutteellinen tuki liikuntakasvatuksessa ja liikunnallisessa toimintakulttuurissa tai aikuisten turhat kiellot ja säännöt.

4.2 Kehittämissuorituksen tarve

Liikkuminen on kirjattu varhaiskasvatuslakiin (2022, 1:3.3), varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53) sekä perusteiden pohjalta laadittaviin paikallisiin varhaiskasvatussuunnitelmiin. Lasten liikkumisen ja motoristen taitojen havainnointi ja harjoittaminen ovat asiakirjoihin pohjautuen jokaisen varhaiskasvatuksessa työskentelevän työtä. Varhaiskasvatuksella on merkittävä rooli lapsen terveyden kannalta riittävän liikkumisen mahdollistajana sekä yhdenvertaisen liikkumisen takaajana jokaiselle lapselle, sillä lapsi saattaa viettää jopa 70 prosenttia hereillä oloajasta varhaiskasvatuksessa. Suomessa 77 prosenttia 1–6-vuotiaista lapsista osallistuu kokoaikaiseen varhaiskasvatukseen. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2021, 1–4.)

Liikuntakasvatus on osa varhaiskasvatuksen laadukasta perustoimintaa (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53), mutta ohjaavassa asiakirjassa ei ole mainintaa toiminnan eriyttämisestä tai taitotasolle soveltuvasta liikuntakasvatuksesta, toisin kuin perusopetuksen opetussuunnitelmassa. Opetussuunnitelmassa eriyttämisellä tarkoitetaan lapsen yksilöllisyyden huomioimista siten, että lapsella on mahdollisuus kokea onnistumisen ja pätevyyden kokemuksia. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.)

Nykytilan arvioinnissa (Liikkuvan varhaiskasvatuksen Seuranta-Virveli 2024) varhaiskasvatuksen henkilöstö ilmoittaa puutteista vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien lasten tukemiseksi. Toimintakaudella 2022–2023 yhteensä 659 varhaiskasvatuksen toimipaikkaa eri puolilta Suomea on täyttänyt arvioinnin. Henkilöstön oman arvioinnin mukaan 70 prosentissa toimipaikoista havainnoidaan lasten liikkumista yhteisesti sovituilla tavoilla ja 63 prosentissa toimipaikoista havainnoidaan lasten motorisia taitoja yhteisesti sovituilla tavoilla. Arviointien mukaan kuitenkin 55 prosenttia toimipaikoista vastaa, ettei heillä ole vähän liikkuvien lasten liikkumisen tukemiseksi kohdennettuja toimia ja toimintarajoitteisten lasten liikkumisen tukemiseksi luku on edellistäkin suurempi, jopa 62 prosenttia. Erityisvälineitä puuttuu 72 prosentilla toimipaikoista. (Liikkuvan varhaiskasvatuksen Seuranta-Virveli 2024.) Hallinnollisia varhaiskasvatuksen toimipaikkoja on Suomessa yhteensä 3617 (Kansallinen koulutuksen arviointikeskus 2019), joten nämä liikunnallisen toimintakulttuurin arviot pienellä otoksella (n=659) saattavat olla vain jäävuoren huippu vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien lasten tilanteesta. Voiko tästä päätellä, että asian annetaan vain olla varhaiskasvatuksessa? Tai että riittää, kun eriyttäminen huomioidaan vasta koulussa? Vai pitäisikö varhaiskasvatuksessa kuitenkin huomioida vähän liikkuvat ja liikkumiseensa tukea tarvitsevat paremmin osana ryhmän toimintaa?

Lasten oikeuden, yhdenvertaisten, tasa-arvon ja parhaan mahdollisen terveyden kannalta riittävän liikkumisen mahdollistamiseksi tulee edistää varhaiskasvatuksen liikunnallista toimintakulttuuria, jossa toteutuu inklusion

periaatteet. Tässä kehittämissuunnitelmassa keskitytään liikkumisen inklusioon ja etsitään sellaisia hyväksi havaittuja käytänteitä liikkumisen lisäämiseksi, jotka hyödyttävät kaikkia lapsia, erityisesti vähän liikkuvia ja liikkumiseensa tukea tarvitsevia lapsia. Tämä edellyttää varhaiskasvatuksen henkilöstöltä sekä toimintakulttuurin että pedagogisen toiminnan kehittämistä siten, että ne edistävät kaikkien lasten oppimista sekä kasvua ja kehitystä (Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:30, 28).

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteiden (2022, 32) mukaan inklusiivisuuden toteutuminen edellyttää johtamista, kehittämistä sekä arviointia. Toiminta linkittyy vahvasti pedagogisen toiminnan toteuttamiseen sekä varhaiskasvatuksen laatuun.

4.3 Kehittämissuunnitelman tavoite ja tarkoitus

Kehittämissuunnitelman tavoitteena on lisätä varhaiskasvatuksessa työskentelevän henkilöstön ymmärrystä ja osaamista liikuntakasvatuksen ja liikunnallisen toimintakulttuurin inklusiivisesta kehittämisestä. Hyvät käytänteet inklusiivisen ja liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämiseksi laajentavat varhaiskasvatuksen henkilöstön näkemyksiä siitä, miten toimintakulttuurin ja pedagogisen toiminnan muokkaaminen yhdenvertaistaa jokaisen lapsen mahdollisuutta liikkua ja harjoittaa motorisia taitoja varhaiskasvatuspäivän aikana. Lapsen ei tarvitse muuttua, vaan toiminta ja oppimisympäristö muuttuvat lasten tarpeisiin.

Kehittämissuunnitelman tarkoitus on nostaa esiin näkökulmaa liikkumisen inklusion toteutumiseksi ja liikkumisen mahdollistamiseksi varhaiskasvatuksen jokapäiväisessä arjessa. Hyväksi todetut käytänteet pohjautuvat varhaiskasvatushenkilöstön työtä velvoittaviin ja ohjaaviin asiakirjoihin.

Tarkoituksena on havahduttaa varhaiskasvatuksen henkilöstöä huomioimaan vähän liikkuvat ja liikkumiseensa tukea tarvitsevat lapset paremmin, jotta myös heillä olisi mahdollisuus liikkua terveytensä kannalta riittävästi ja monipuolisesti omatoimisesti ja osana ryhmää.

4.4 Toimintaympäristön ja projektiorganisaation kuvaus

Kehittämiprojektin toimeksiantajana toimi Liikkuva varhaiskasvatus, joka edistää ja koordinoi valtakunnallisesti varhaiskasvatuksen liikkumista ja hyvinvointia. Toimintaa hallinnoi Opetushallitus. Työn ohjaajana eli mentorina toimi ohjelmien yhteyspäällikkö. Liikkuva varhaiskasvatus toiminnan seuranta ja arviointia toteuttaa Liikunnan ja kansanterveyden edistämissätiö by Jyväskylän ammattikorkeakoulu, joten Likes oli myös tiiviisti mukana ja yhteistyökumppanina prosessissa. Likesin yhteyshenkilöt ovat lasten ja nuorten liikunnan edistämishelmien tutkija sekä liikunnan ja terveyden tutkija. Yhteistyökumppanit mahdollistavat Liikkuva varhaiskasvatus toimintaan liittyvien kyselyiden, raporttien ja seurantatiedon hyödyntämisestä osana kehittämiprojektia. Toimeksiantaja, yhteistyökumppanit, projektipäällikkö (kehittämiprojektia toteuttava opiskelija) sekä Turun ammattikorkeakoulun opettajatuutori muodostivat kehittämiprojektin ohjausryhmän. Ohjausryhmän tehtävä oli seurata työn etenemistä.

Kehittämiprojektille muodostettiin lisäksi myös projektiryhmä, joka koostui projektipäällikön lisäksi halukkaista jäsenistä. Projektiryhmän kokoonpano varmistui vasta kehittämiprojektin työstövaiheessa, sillä koordinaattorit ilmoittautuvat projektiryhmään kehittämiprojektin tiedonkeruun eli kyselyn yhteydessä. Jäsenet työskentelevät varhaiskasvatuksen liikkumisen koordinaattoreina eri puolilla Suomea. Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan verkostoon kuuluvat koordinaattorit ovat moninainen joukko, sillä osa koordinoi hanketta kokopäiväisenä ja osa osa-aikaisena. Osa koordinaattoreista työskentelee liikuntapalveluilla ja osa varhaiskasvatuksessa. Koordinaattorit ovat yleensä liikunta-alan tai varhaiskasvatuksen koulutettuja.

Projektiryhmän toiminta oli ikään kuin verkostomaista työskentelyä, jonka tarkoitus oli laajentaa näkökulmia ja ajattelua. Ryhmän jäsenet toivat näkemyksiä ja osaamista siten, että sisältö todella on liikkumisen inklusiota tukevaa sekä materiaali helppolukuinen ja palvelee varhaiskasvatuksessa työskentelevää henkilöstöä. Koordinaattorit tekevät päivätyötä, joten oli tärkeää,

että he pääsevät itse vaikuttamaan projektiryhmän toimintaan eli työskentelyn aikatauluun ja tapaamisiin liittyviin logistisiin näkökulmiin. Verkostomaista työskentelyä kuvataan tarkemmin kohdassa 5.1. Kehittämisen- ja arviointimenetelmät.

5 Kehittämiprojektin toteutus

Kehittämiprojekti käynnistyi syksyllä 2022 yhteisellä suunnittelulla toimeksiantajan kanssa. Lakimuutoksen ajankohtaisuus sekä uusimman tutkimustiedon myötä syntyi ajatus Liikkumisen inklusion käsikirjasta. Jo suunnitteluvaiheessa oli havaittavissa, että projekti toteutuu useissa eri vaiheissa.

Kehittämiprojektin tutkimuskysymykset muodostuivat varhaiskasvatusta ohjaavista asiakirjoista sekä teoreettisesta viitekehyksestä. Tämän kehittämiprojektin tutkimuskysymyksiä olivat:

1. Millaisin keinoin on mahdollista tukea jokaisen lapsen mahdollisuuksia liikkumia (määrä ja laatu) varhaiskasvatuspäivän aikana?
2. Millaisin keinoin on mahdollista tukea jokaisen lapsen mahdollisuuksia harjoittaa motorisia perustaitoja varhaiskasvatuspäivän aikana?
3. Millaisin keinoin on mahdollista tukea jokaisen lapsen osallistumista varhaiskasvatuspäivän aikaiseen liikkumiseen yksilönä ja osana ryhmää?

5.1 Kehittämisen- ja arviointimenetelmät

Kysely on yleinen tiedonkeruumenetelmä, jonka keinoin kootaan kirjallisesti vastauksia ennalta määriteltyihin kysymyksiin. Menetelmä sopii erityisen hyvin, kun vastaajajoukko on iso ja hajallaan. Kyselyn hyvä puoli on myös sen anonymiteetti, eli kyselyn vastaajan henkilöllisyys jää tuntemattomaksi. (Vilka 2015.) Tämän kehittämiprojektin tiedonkeruumenetelmänä toimi kysely, sillä kehitystyötä liikunnallisen toimintakulttuurin edistämiseksi on tehty Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan toimesta jo vuodesta 2012. Toiminnan ideologia on kehittää liikunnallista toimintakulttuuria pala kerrallaan, pienin askelin, jolloin kuvataan lähtötilanne, pohditaan tavoitetilanne ja pohditaan konkreettisia tavoitteita siitä, miten tavoitteeseen pyritään. Kehittämiskaskelta kokeillaan

käytännössä, jonka jälkeen sitä arvioidaan. (Soukainen ym. 2015, 1–48.) Kunnissa ja hankkeissa on paljon osaamista, joten hyvät käytänteet tulisi saada jakoon ja parastettavaksi eli paranneltavaksi omaan toimintaan. Kyselyn keinoin pyrittiin löytämään näitä hyviä käytänteitä eli pieniä askelia.

Kehittämiprojektissa hyödynnettiin kyselyn rinnalla verkostomaista työskentelyä, jonka keinoin oli tarkoitus luoda laajempaa näkemystä ja parempaa kohderyhmän huomiointia kehittämiprojektia tekevän projektipäällikön teoreettisten näkemysten ja kyselyn vastausten rinnalle. Verkostomaisen työskentelyn keinoin oli mahdollista saada laajempi tunnettuus käsikirjalle ja sen jalkauttamiselle.

Verkostomainen työskentely pohjautuu vapaaehtoisuuteen, vuorovaikutukseen ja luottamukseen, jossa verkosto itse luo toimintatapaa ja yhteistyötä. Työskentely edellyttää koordinoitua, sitoutumista sekä yhteistä päämäärää. Kun verkoston kanssa yhdessä luodaan toimintasuunnitelma, syntyy yhteiset tavoitteet ja jokainen verkostoon kuuluva jäsen kokee kuuluvansa ryhmään. On tärkeää ymmärtää, että verkoston toimivuus pohjautuu siihen, että jokainen jäsen antaa verkostolle esimerkiksi tietoa, kokemuksia tai hyviä käytänteitä sekä tietää saavansa verkostolta jotain vastineeksi. (Järvensivu 2019.)

Verkostomaisen työskentelyn koordinoinnin perustehtävä on koota toimijat ja resurssit yhteistä työskentelyä varten. Verkoston yhteisessä työskentelyssä koordinoinnin näkökulmasta olennaista on dialogisuuden tukeminen ja työskentelyn mahdollistavien alustojen mahdollistaminen. Ne luovat toimintaedellytykset verkoston toiminnalle ja yhteiskehittämiselle. (Järvensivu 2019.) Kehittämiprojektissa verkostomaisen työskentelyn alustana toimivat viestintä- ja yhteistyöalusta Teams sekä pilvitallennustila ja tiedonjakoalusta Google Drive. Alustat valikoituvat verkostomaiseen työskentelyyn niiden maksuttomuuden, vapaan käytön ja tuttuuden vuoksi.

5.2 Kehittämiprojektin vaiheet

Kehittämiprojekti koostui suunnitelmavaiheessa tiedonkeruusta, projektiryhmän työskentelystä sekä käsikirjan julkaisusta. Projektin edetessä ilmaantui tarpeita ja mahdollisuuksia lisätiedon hankinnalle sekä käsikirjan pilotoinnille, jotka päätettiin yhdessä projektiryhmän kanssa hyödyntää.

Tiedonkeruu

Projekti käynnistyi kyselyn lähettämällä, jonka toimeksiantaja lähetti sähköpostitse valtakunnallisille varhaiskasvatuksen liikuntakoordinaattoreille (n=42). Kysely toteutettiin Webropol-työkalulla ja vastaamisaikaa oli noin kolme viikkoa. Kyselyn kuusi ensimmäistä sisältöä nousivat varhaiskasvatusta ohjaavista asiakirjoista ja seitsemäntenä kysymyksenä kartoitettiin koordinaattoreiden halukkuutta liittyä kehittämiprojektin projektiryhmään, jonka kanssa yhdessä kokosimme lopullisen käsikirjan (liite 1).

Kyselyyn tuli yhteensä 9 vastausta ja kyselyyn vastanneista koordinaattoreista 8 ilmoittautui kehittämiprojektin työryhmään. Koska kyselyyn vastasi vain noin 20 prosenttia koordinaattoreista, päätettiin toimeksiantajan kanssa toteuttaa pienimuotoinen lisätiedon hankinta seuraavassa valtakunnallisessa koordinaattoreiden tapaamisessa. Paikalla oli 35 koordinaattoria, joiden kanssa kerättiin lisää hyviä käytänteitä kyselyn kysymyksiin.

Projektiryhmän muodostaminen ja työskentely

Kun kyselyn vastausaika päättyi, projektipäällikkö otti yhteyttä projektiryhmään ilmoittautuneisiin henkilöihin sopiakseen ensimmäisen tapaamisen.

Tapaamisten sopimisessa hyödynnettiin maksutonta Doodle-työkalua yhteisten tapaamisaikojen sopimiseksi ja tapaamiskerrat pidettiin etäyhteyksin, sillä projektikoordinaattorit asuivat eri puolilla Suomea.

Projektiryhmän tapaamiskerroilla muodostettiin yhteistä käsitystä ja ymmärrystä aiheesta ja lopullisesta tuotoksesta sekä käsiteltiin aineistoa luokittelemalla sitä

tärkeisiin asioihin ja hyviin käytänteisiin. Tärkeillä asioilla tarkoitetaan sellaisia toimia, jotka projektiryhmä kokee minimivaatimukseksi. Jos nämä asiat toteutuisivat varhaiskasvatuksen arjessa, liikunnallinen toimintakulttuuri olisi jo hyvällä mallilla. Hyvillä käytänteillä puolestaan tarkoitetaan sellaisia toimia, jotka tukevat tärkeiden asioiden toteutumista ja liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämistä varhaiskasvatuksen arjessa. Aineiston luokittelua tehtiin kolmella tapaamiskerralla pienryhmissä siten, että jokaisella pienryhmällä oli oma tema eli yksi kyselyn kysymys ja sen vastaukset. Luokittelut tehtiin Google Drivessä, johon kaikilla oli pääsy. Projektipäällikkö kokosi pienryhmien työskentelyn käsikirjan luonnokseen aina seuraavaa tapaamista varten, kunnes tuli aika viimeistellä ja julkaista käsikirja.

Verkostomainen työskentely pohjautuu verkoston yhteiseen suunnitelmaan toimintatavoista ja päämäärästä. Työskentely on joustavaa ja suunnitelman muutokset ovat mahdollisia, jos niille koetaan yhdessä tarve. (Järvensivu 2019). Yhteisen ymmärryksen pohjalta projektiryhmä totesi, että varhaiskasvatussuunnitelman (2022, 52-53) mukainen inklusiivinen ja liikunnallinen toimintakulttuuri ei voi toteutua ilman, että varhaiskasvatuksen henkilöstö on valmis ja kiinnostunut arvioimaan ja kehittämään omaa toimintaansa. Toisin sanoen käsikirjan hyvillä käytänteillä ei tee mitään, jos varhaiskasvatuksen henkilöstö ei ymmärrä liikkumisen merkitystä tai tunnista kehittämistarpeita omassa toimintakulttuurissa ja toimintatavoissa. Projektiryhmä päätti luoda tärkeiden asioiden ja hyvien käytänteiden lisäksi jokaiseen teemaan työkaluja henkilöstön toiminnan ja asenteiden tarkasteluun. Lisäyksenä projektiryhmän työskentelyyn tuli myös muutamat välitehtävät silloin, kun aineiston käsittely jäi kesken. Välitehtävän tarkoitus oli aina tehdä kesken jäänyt tehtävä valmiiksi ennen seuraavaa tapaamiskertaa. Projektiryhmä hyödynsi myös suunnitelmasta poiketen myös yhden ylimääräisen tapaamiskerran materiaalin viimeistelyä varten, jolloin päätettiin käsikirjan visuaalisesta ilmeestä sekä valmiin tuotoksen jalkauttamisesta ja hyödyntämisestä.

Käsikirjan pilotointi ja lanseeraus

Käsikirjaa esiteltiin ensimmäistä kertaa Liikkuva ja oppiva yhteisö -seminaarissa Lahdessa 26.4.2023, jossa työpajaan osallistui 42 varhaiskasvatuksessa työskentelevää henkilöä. Käsikirja herätti kiinnostusta, mutta ilmeni myös lisätarpeita pilotoida käsikirjaa lisää. Projektiryhmä päätti järjestää omien kuntien varhaiskasvatuksen työntekijöille pilotointiwebinaarin, johon osallistui 43 henkilöä. Lisäksi projektipäällikölle tarjottiin mahdollisuutta pilotoida käsikirjaa vielä Liikunnan aluejärjestöjen ja Aluehallintoviraston yhteisissä toiminnallisissa työpajoissa Kotkassa (1.9.2023) ja Imatralla (6.9.2023). Näihin työpajoihin osallistui yhteensä lähes 100 varhaiskasvatuksessa työskentelevää henkilöä. Pilotointien määrä lisääntyi alkuperäisestä suunnitelmasta merkittävästi, mutta niistä saadun käyttäjälähtöisen palautteen keinoin käsikirjasta tuli entistäkin konkreettisempi. Palautteiden myötä esimerkiksi inklusiota vahvistavaa kuvatukea lisättiin ja työkaluihin tehtiin pieniä muutoksia. Myös projektipäällikön ymmärrys liikkumisen inklusion sanoittamisesta lisääntyi.

Valmis käsikirja julkaistiin valtakunnallisen Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan järjestämässä webinaarissa 7.9.2023. Teamssissa pidetyssä webinaarissa oli linjoilla 94 varhaiskasvatuksessa työskentelevää henkilöä eri puolilta Suomea ja lisäksi 140 henkilöä oli tilannut ennakkoon webinaarin tallenteen. Tallenne on katsottavissa Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan Youtube-kanavalla osoitteessa <https://www.youtube.com/watch?v=ekjgCdqougE>.

6 Kehittämiprojektin tuotos

Kehittämiprojektin tuotoksena syntyi käsikirja, jonka rajatut teemat ja sisällöt nousivat kehittämiprojektia varten tehdystä teoriaviitekehuksesta sekä varhaiskasvatusta ohjaavista asiakirjoista. Käsikirja kokoaa hyviä käytänteitä liikkumisen inklusion tukemiseksi ja liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämiseksi varhaiskasvatuksen arjessa. Käsikirjan rakenne ja käytettävyys on saanut inspiraation aiemmin Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnassa toteutetuista käsikirjoista. Aiemmissa käsikirjoissa rakenne koostuu teoretiedosta, herättelevistä kysymyksistä sekä hyvistä käytänteistä, jotka on koottu yhteistyössä verkostoimaista työskentelyä hyödyntäen. (Hentunen ym. 2022, 15.)

Käsikirjan kuusi osiota ovat fyysisen aktiivisuuden määrä, fyysisen aktiivisuuden laatu, vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien huomiointi, inklusiivisen toimintakulttuurin tukeminen, motoristen taitojen havainnointi sekä motoristen taitojen havaintojen hyödyntäminen inklusiivisen ja pedagogisen toiminnan suunnittelussa. Lopullisen käsikirjan rakenteeksi muodostui varhaiskasvatussuunnitelman nostoista koostuvat etusivut, ymmärrystä lisäävät ja ajatuksia herättävät tietoisuusivut, henkilöstölle suunnatut työkalut, projektiryhmän mielestä kyselyn tärkeimmät vastaukset, jotka pitäisi toteuttaa jokaisessa toimipaikassa eri puolilla Suomea sekä hyvät käytänteet. Sama rakenne toteutuu kaikissa käsikirjan kuudessa osiossa. Lisäksi käsikirja sisältää pohdintakysymyksiä, jotka on merkitty kysymysmerkein sekä ”Google-vinkkauksia”, jotka on merkitty Googlen logolla. Google-vinkkauksilla tarkoitetaan tietyllä hakusanalla löytyviä materiaaleja. Näin ollen käsikirja ei sisällä linkkejä tai qr-koodeja, joita pitäisi ajan saatossa päivittää.

Valmis käsikirja on ladattavissa, tulostettavissa ja vapaasti hyödynnettävissä osoitteessa

<https://sites.google.com/edu.kirkkonummi.fi/liikkumiseninklusionkäsikirja>.

Varhaiskasvatuksen henkilöstö voi käyttää sitä parhaaksi katsomallaan tavalla.

7 Kehittämiprojektin arviointi

Kehittämiprojektin arvioinnissa on tärkeää arvioida projektin eettisyyttä ja luotettavuutta, tutkimus- ja kehittämistoiminnan osaamista, oman alan tietoja ja itsensä kehittämistä sekä organisaatio- ja yhteistoimintaosaamista (Turun ammattikorkeakoulu 2024). Nämä arvioinnin kohteet sisältyvät eettisyyden ja luotettavuuden arviointiin, toiminnan arviointiin ja tuotoksen itsearviointiin.

7.1 Kehittämiprojektiin liittyvät eettiset ja luotettavuuskysymykset

Kehittämiprojekti pohjautui eettisesti ja luotettavasti toteutettuun prosessiin, jossa peruseriaatteet läpi leikkasivat koko prosessin. Yleisiä eettisyyden periaatteita ovat ihmisarvon kunnioittaminen, osallistujan yksityisyyden kunnioittaminen sekä osallistumisen vapaaehtoisuus (Hallintolaki 6.6.2003/434, 2:6; Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019, 7). Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluvat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012, 4-11). Pätevyydellä tarkoitetaan sitä, että valitut menetelmät vastaavat juuri siihen tarkoitukseen, mitä niillä on tarkoitus mitata. Pätevyyteen vaikuttavat esimerkiksi tarkka käsitteiden määrittely, perusjoukon määrittely sekä se, että kysymykset vastaavat tutkimuskysymyksiin. Luotettavuudella tarkoitetaan tulosten tarkkuutta ja sitä, että tutkimus, sen vaiheet sekä tulos on toistettavissa. (Vilkkä 2015; National Institutes of Health 2016.)

Kehittämiprojektin kirjallinen osio pohjautui varhaiskasvatuksen työtä ohjaaviin asiakirjoihin, sillä ne ovat lakisääteisiä ja velvoittavia. Liikkumisesta on kirjattu ja määritetty tiettyjä tavoitteita, keinoja ja menetelmiä, joiden tulisi toteutua varhaiskasvatuksen arjessa kaikkialla Suomessa. Tukena kehittämiprojektin suunnitelman teoreettisessa taustassa toimivat uusimmat pienten lasten liikkumista käsittelevät tutkimustulokset sekä varhaiskasvatuksessa käytetyt tiedonlähteet, kuten nykytilan arvioinnin tulokset. Liikunnallisen toimintakulttuurin kehittäminen on tärkeää erityisesti siksi, että liikkuminen on

lapsen oikeus ja perustarve. Lapsella on myös oikeus vaikuttaa itseään koskevissa asioissa, kasvaa kohti omia mahdollisuuksia sekä saada nauttia oikeuksista ilman syrjintää. (United Nations, 1989).

Projektipäälliköllä oli vastuu koko projektin ajan siitä, että työ ja työskentely oli luotettavaa, arvostavaa ja rehellistä. Jo suunnitelmavaiheessa keskeiset käsitteet avattiin huolella. Myös kyselylomakkeessa täydennettiin kyselyssä ilmeneviä termejä, jotta varmistettiin kysymyksen ymmärtäminen samalla tavalla. Kyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista ja vastaaminen tapahtui nimettömästi. Henkilötietoja kerättiin ainoastaan siinä tapauksessa, jos henkilö halusi ilmoittautua projektiryhmään. Kyselyn mukana kaikille koordinaattoreille toimitettiin selkeät ohjeet kyselyyn vastaamiseen sekä tietosuojailmoitus henkilötietojen keräämisestä. Tietosuojailmoituksessa (liite 2) vastaajille ilmoitettiin kyselyyn osallistumisen vapaaehtoisuudesta, mihin henkilötietoja kerätään, miten pitkään tietoja säilytetään ja mitkä ovat projektiryhmäläisten tekijänoikeudet materiaaliin.

Kehittämiprojektin suurin haaste oli pieni vastausprosentti, joka on yksi tyypillisimmistä kyselyn haasteista (Vilkkä 2015). Vain 20 prosenttia koordinaattoreista (n=42) vastasi kyselyyn. Vaikka kyselylle toteutettiin lisätiedonkeruu (n=35), vastausten otanta jäi kovin pieneksi. Voidaan pohtia, vaikuttaako pieni otanta kehittämiprojektin luotettavuuteen, mutta toisaalta kehittämiprojekti ei ollut tieteellinen tutkimus, vaan hyviin käytänteisiin pohjautuva tiedonkeruu. Käytännön hyväksi havaitseminen ei edellytä tieteellistä näkökulmaa vaan käytännön kokemusta. Vaikka vastausprosentti oli pieni, kyselyn keinoin saatiin todella paljon materiaalia, jota oli jopa haastavaa tiivistää käsikirjaan.

Inklusiivinen ajattelu- ja toimintatapa ei ole mikään uusi asia, mutta liikkumisen inklusiosta varhaiskasvatuksessa ei ole aiemmin tuotettu tietoa tai materiaalia. Syynä tähän voi olla se, että inklusion käsitettä on enemmän käytetty ryhmän ja yleisemmin varhaiskasvatuksen toiminnan tasolla eikä termiä ole aiemmin yhdistetty liikkumiseen. Kehittämiprojekti oli siis ainutlaatuinen.

Tässä raportissa on pyritty kuvaamaan kehittämisprojektin prosessi mahdollisimman tarkoin, jotta kehittämistyö on toistettavissa. Luotettavuutta tukevat myös asianmukaiset lähdemerkinnät ja niiden ajankohtaisuus sekä lopputyön tarkistus plagiointiohjelmalla.

7.2 Toiminnan arviointi

Käytetyt menetelmät

Webropol -kysely oli toimiva tapa kerätä hyviä käytänteitä eri puolilta Suomea. Järjestelmän käyttö mahdollistui oppilaitoksen tunnuksilla, se oli helppokäyttöinen ja toimi käyttötarkoitukseen erinomaisesti. Järjestelmä mahdollisti myös tiedon analysoinnin, koska raportit sai tallennettua työskentelyyn sopivaan muotoon. Myös verkostomainen työskentelytapa osoittautui lopputuloksen näkökulmasta kehittäväksi menetelmäksi, sillä sen keinoin materiaalista tuli konkreettisempi ja käyttäjälähtöisempi.

Projektiryhmän jäsenet olivat innokkaita, ammattitaitoisia ja sitoutuneita yhteiseen kehittämisprojektiin ja antoivat arvokasta aikaansa työskentelyyn. Yhteinen kiinnostus ja ymmärrys liikkumisen inklusion ja liikunnallisen toimintakulttuurin edistämisestä tuki projektiryhmän työskentelyä. Verkostomainen työskentely ei olisi toiminut missä tahansa projektissa tai ympäristössä, sillä se edellyttää luottamusta (Järvensivu 2019). Tässä kehittämisprojektissa projektiryhmäläiset olivat toisilleen entuudestaan tuttuja, jonka takia verkostomaisen työskentelyn perusta eli luottamus oli mahdollista tällä aikataululla. Myös valtakunnallinen Liikkuva varhaiskasvatus -toiminnan koordinoima koordinaattoreiden verkosto hyödyntää verkostomaista työskentelytapaa, joten myös menetelmä oli projektiryhmäläisille entuudestaan tuttu. Verkostomainen työskentely tuotti kehittämisprojektille paljon lisäarvoa. Se mahdollisti asian laaja-alaisen tarkastelun, tiedon jäsentämisen sekä uusien työkalujen kehittämisen. Myös käsikirjan jalkauttamisen yhteinen pohdinta toi uusia pilotoinnin mahdollisuuksia ja niiden ansiosta käsikirja sekä kehittyi entisestään, että jalkautui samalla varhaiskasvatuksen henkilöstölle.

Projektiryhmän työskentely

Kehittämiprojektissa oli kuvattu ennakkoon tapaamisten runko (liite 3). Kehittämiprojektissa projektiryhmän työskentelyn suunnitelma oli alustava, jotta oli mahdollista huomioida verkostomaisen työskentelyn periaatteet (Järvensivu 2019). Tapaamiskertojen runko sisälsi yhteisen ymmärryksen ja käsityksen luomista, yhteistä ideointia sekä vastausten käsittelyä, viimeistelyä ja materiaalin jalkauttamisen pohdintaa. Toiminnassa oli siis tilaa projektiryhmän jäsenten ajatuksille ja ideoille sekä toiminnan muutoksille, joita ilmeni projektin edetessä.

Haasteena projektiryhmän työskentelyssä oli työn rajaaminen. Hyviä käytänteitä oli paljon ja niiden lisäksi myös projektiryhmäläisillä oli paljon hyviä ideoita ja innokkuutta. Verkostomaisen työskentelyn ja ison projektiryhmän (n= 8) ansiosta projektiryhmä pystyi tuottamaan lopulliseen tuotokseen kuusi osiota. Tapaamiskertojen runkoa noudatettiin pääosin, mutta aina alun perin suunniteltu ja varattu aika ei riittänyt, vaan sovimme yhteisesti välitehtävistä ennen seuraavaa tapaamiskertaa. Lisäksi sovimme yhden ylimääräisen tapaamisen materiaalin viimeistelyyn. Kaikkinensa kehittämiprojektin vaiheet ja projektiryhmän työskentely oli sujuvaa ja ratkaisukeskeistä. Työskentelyn lomassa tunnistettiin keskeneräisyyksiä, muutettiin aikataulua ja sovittuja työskentelytapoja tilanteen niin vaatiessa. Kaikki nämä vaiheet johtivat siihen, että lopputuloksesta tuli entistä enemmän käyttäjälähtöisempi ja viimeistellympi.

Muutos kuuluu osaksi projektia silloin, kun muutoksia on tarpeen tehdä (Järvensivu 2019). Vaikka työkalujen suunnittelu ja toteutus ei kuulunut varsinaiseen kehittämiprojektin suunnitelmaan, ne ovat olleet henkilöstön kaipaamia ja toivomia työkaluja. Niiden avulla on helpompi synnyttää keskustelua oman työyhteisön toimintakulttuurista ja sen kehittämistarpeista. Työkalut ovat perusteltuja myös sen vuoksi, että ne pohjautuvat varhaiskasvatusta ohjaaviin asiakirjoihin.

Käsikirjan pilotointi ja lanseeraus

Alun perin käsikirja oli tarkoitus julkaista Liikkuvat -kokonaisuuden järjestämässä Liikkuva ja oppiva yhteisö -seminaarissa Lahdessa 26.4.2023, mutta käsikirja ei vielä ollut valmis. Seminaarissa esiteltiin työn ideologiaa ja valmiita osia sekä kerrottiin käsikirjan lanseerauksen siirtyvän syksylle 2023. Projektiryhmä totesi, että materiaalin pilotointi olisi järkevin tapa materiaalin viimeistelemiseksi. Näin saisimme kohderyhmältä eli varhaiskasvatuksessa työskentelevältä henkilöstöltä kohdennettua palautetta käsikirjasta. Kehittämishanke aikataulu venyi, mutta jälkikäteen ajateltuna se oli pelkästään hyvä asia. Materiaali kehittyi vielä entisestään ja vastaa paremmin varhaiskasvatuksen henkilöstön toiveisiin ja tarpeisiin.

Projektipäällikön työskentely

Projekti oli kaikin puolin antoisa ja opettava. Sen aikana tuli kerrattua keskeisimmän asiakirjat sekä perehdyttyä uuteen lakimuutokseen tarkemmin. Lisäksi prosessin aikana käydyt keskustelut kollegoiden ja varhaiskasvatuksessa työskentelevien henkilöiden kanssa olivat antoisia ja ammatillisesti kehittäviä. Projektipäällikkö loi konkreettisen ja realistisen suunnitelman, jonka avulla prosessi vietiin läpi. Myös joustoa löytyi, kun suunnitelmaan tarvittiin muutoksia.

Suurin onnistuminen oli verkostomaisen työskentelyn hyödyntäminen. Projektipäällikkö sai onnistuneesti sitoutettua ja motivoitua projektiryhmäläiset, jotka antoivat ansiokkaasti oman panoksensa ja ammattitaitonsa käsikirjalle. Projektiryhmän työskentely oli projektipäällikölle iso voimavara, joka antoi energiaa ja kannustusta saattaa työ valmiiksi. Suurin haaste puolestaan oli liikkumisen inklusion riittävä teoreettinen määrittely, sillä varhaiskasvatuksessa siitä ei ole aiemmin tuotettua tietoa.

7.3 Tuotoksen arviointi

Pilotoinneissa materiaalia esiteltiin varhaiskasvatuksessa työskentelevälle henkilöstölle ja heiltä kysyttiin kommentteja sekä palautetta materiaalin toimivuudesta varhaiskasvatuksen arjessa. Erityisesti työkalut kiinnostivat varhaiskasvatuksen henkilöstöä ja osallistujat olivat kiinnostuneita, mistä materiaali löytyy, jotta sitä voisi hyödyntää omassa työssä ja työyhteisössä. Monesti liikkumisen teemaisiin koulutuksiin ja webinaareihin osallistuu sellaisia henkilöitä, jotka ovat kiinnostuneita liikkumisesta ja liikunnallisen toimintakulttuurin kehittamisestä. Näin kävi tämänkin työn osalta. Osallistujat kuitenkin kokivat, että pystyvät työkalujen ja materiaalien keinoin ottamaan liikkumisen tärkeyttä puheeksi omassa toimipaikassaan ja siten pyrkiä edistämään kaikkien lasten mahdollisuuksia liikkua.

Pilotointien keinoin käsikirjasta ja sen toimivuudesta saatiin palautetta kehittämisprojektin kohderyhmältä eli varhaiskasvatuksen henkilöstöltä. Muokausehdotukset otettiin huomioon ja tarvittavat muokkaukset tehtiin ennen käsikirjan lanseerausta. Lanseerauswebinaarissa oli runsas osallistujajoukko, joka ilmaisi aiheen kiinnostavan ja olevan ajankohtainen. Myös lanseeraustilaisuudesta saadut palautteet vahvistavat materiaalin olevan hyödyllinen. Osallistujat arvioivat webinaarin yleisarvosanaksi 1,46 asteikolla 1 erinomainen – 5 välttävä. Sanallisissa palautteissa korostuvat ymmärrys inklusiivisen liikkumisen tietoisesta suunnittelusta merkityksestä kaikkien lasten mahdollisuuksiin osallistua toimintaan, tietoisuus siitä, että liikkumisen integrointi osaksi kokopäiväpedagogiikkaa hyödyttää kaikkia lapsia sekä aikomukset ottaa käsikirja käyttöön omassa työyhteisössä.

Lanseerauksen jälkeen projektipäällikkö on esitellyt käsikirjaa useissa paikallisissa, alueellisissa ja valtakunnallisissa verkostoissa. Lisäksi Liikkuva varhaiskasvatus -toiminta teki loppu vuodesta 2023 käsikirjan kuudesta osiosta postaussarjan sosiaalisen median kanaviinsa Instagramissa ja Facebookissa. Edelleen vastaanotto on ollut positiivista ja innostunutta. Käsikirja koetaan tarpeelliseksi ja liikkumisen inklusiiviseksi sekä varhaiskasvatuksen liikunnallista

toimintakulttuuria kehittäväksi materiaaliksi. Liikkumisen tulisi olla yksi varhaiskasvatuksen tukimuoto muiden joukossa, todetaan eräässä palautteessa.

Kehittämiprojektin tavoite oli lisätä varhaiskasvatuksessa työskentelevän henkilöstön tietoisuutta ja osaamista varhaiskasvatuksen liikunnallisen toimintakulttuurin inklusiivisesta kehittämisestä. Palautteiden perusteella voidaan päätellä tavoitteen toteutuneen.

8 Pohdinta

Varhaiskasvatus on jatkuvassa murroksessa. Esimerkiksi työtä ohjaavia asiakirjoja päivitetään suhteellisen usein, kirjallista arviointia on enenevässä määrin ja uusia järjestelmiä otetaan käyttöön (mm. varhaiskasvatuksen laadunarviointijärjestelmä Valssi). Työn tekemistä ei helpota jatkuva henkilöstövaje ja haasteet löytää pätevää, koulutettua henkilöstöä. Julkisten ja hyvinvointialojen liiton kyselyn mukaan varhaiskasvatuksen henkilöstöllä ei ole riittävästi aikaa lasten yksilölliseen tukemiseen, henkilöstöä on liian vähän, palkka ja työn vaativuus eivät kohtaa eikä työn suunnitteluun ole riittävästi aikaa (Motiivi 2023). On kuitenkin tosi asia, että tämän päivän lasten lapsuus on tässä ja nyt. Jos jäädään odottamaan hyvää hetkeä tai sitä, että epäkohdat ratkaistaan, on hyvin todennäköistä käydä niin, ettei sitä hetkeä ikinä tule. Varhaiskasvatuksen tehtävä edistää lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä ja oppimista yhteistyössä huoltajien kanssa. Liikkuminen, motoriset taidot, liikkuminen erilaisissa ympäristöissä ja erilaisten välineiden hyödyntäminen on kirjattu varhaiskasvatuksen työtä ohjaaviin asiakirjoihin (Määräykset ja ohjeet 2022:2a, 52-53). Liikunnallisen toimintakulttuurin edistäminen on osa jokaisen varhaiskasvatuksessa työskentelevän työtä.

Liikkumisen inklusion käsikirja varhaiskasvatukseen on tuotos, joka kokoaa yhteen hyväksi havaittuja käytänteitä. Kehittämiskäsitteet ovat pieniä ja hyvin konkreettisia, joita on mahdollista ottaa kokeiluun ja käyttöön joko suullisella sopimuksella tai pienen suunnitteluajan turvin. Olennaista on kuitenkin se, että pienet toimenpiteet edistävät varhaiskasvatuksen liikunnallista toimintakulttuuria, josta kaikki lapset, erityisesti vähän liikkuvat ja liikkumiseensa tukea tarvitsevat lapset hyötyvät. Käsikirjan sisällöt auttavat parhaimmillaan varhaiskasvatuksen henkilöstön työtä mahdollistamalla jokaisen lapsen oikeuksia ja tasa-arvoa liikkumiseen varhaiskasvatuksessa.

Käsikirja on selkeä ja helppolukuinen, ja sen työkalut voidaan tulostaa varhaiskasvatuksen ryhmätiloihin sekä aikuisten että lasten nähtäville. Näkyvään työkaluun kiinnittää useammin huomiota ja myös lapset voivat kertoa

mielipiteensä asiaan. Esimerkiksi he voivat äänestää kiinnostavaa motorista taitoa, jos motoristen taitojen check -lista on ryhmässä näkyvillä. Käsikirjan näkyvillä oleminen muistuttaa varhaiskasvatuksen henkilöstöä liikkumisen inklusion mahdollistamisesta varhaiskasvatuksen arjessa.

Varsinaisia jatkosuunnitelmia ei tällä hetkellä ole. Käsikirja on vapaasti varhaiskasvatuksen henkilöstön käytettävissä. On toivottavaa ja palautteiden myötä odotettavaa, että liikkumisen inklusion pohdinta ja huomioiminen varhaiskasvatuksen arjessa lisääntyy, kun käsikirja on nyt saavuttanut varhaiskasvatuksessa työskentelevät henkilöt.

Lähteet

Asunta, P. 2018. Motorisen oppimisen vaikeuden tunnistaminen ja tukeminen kouluympäristössä. Viitattu 4.5.2024.

https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/59850/Piritta_Asunta_screen_korjattu.pdf?sequence=4

Duodecim. 2020. Kehityksellinen koordinaatiohäiriö, Käypä hoito -suosituksen historiatiedot. Viitattu 4.5.2024. <https://www.kaypahoito.fi/nix02841>

Hallintolaki 6.6.2003/434. Viitattu 20.5.2024.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2003/20030434>

Hentunen, J.; Moilanen, N. & Mehtälä, A. 2022. Verkostotyöllä lisää liikettä varhaiskasvatukseen - Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelman toteutus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 403. Viitattu 14.11.2022.

https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/wp-content/uploads/2023/01/Liikkuva_varhaiskasvatus_raportti2022.pdf

Innostun liikkumaan -hanke. 2018. Motoriikan haasteet varhaiskasvatuksessa. Viitattu 14.11.2022. https://innostunliikkumaan.fi/wp-content/uploads/2020/02/Motoriikan_haasteet_netti.pdf

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2022. Tulokortti. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 401. Viitattu 14.11.2022. https://www.likes.fi/wp-content/uploads/2022/03/Tulokortti_2022.pdf

Jämsen, A.; Villberg, J.; Mehtälä, A.; Soini, A.; Sääkslahti, A. & Poskiparta, M. 2013. 3-4-vuotiaiden lasten fyysinen aktiivisuus päiväkodissa eri vuodenaikoina sekä varhaiskasvattajan kannustuksen yhteys lasten fyysiseen aktiivisuuteen. Journal of Early Childhood Education Research, 2013(2(1)), 63-82. Viitattu 14.5.2024. <https://journal.fi/jecer/article/view/114030>

Järvensivu, T. 2019. Verkostojen johtaminen: Opi ja etene yhdessä. Viitattu 18.5.2024. <https://www.ellibs.com/fi/book/9789528013662/verkostojen-johtaminen-opsi-ja-etene-yhdessa>. Vaatii käyttäjätunnuksen.

Kansallinen koulutuksen arviointikeskus 2019. Tilastoraportti varhaiskasvatuksen järjestämisestä. Viitattu 15.11.2022.

<https://www.karvi.fi/fi/tilastoraportti-varhaiskasvatuksen-jarjestamisesta-2019>

Liikkuvan varhaiskasvatuksen Seuranta-Virveli. 2024. Nykytilan arviointi varhaiskasvatukseen – seuranta-aineisto 2018– 2024. Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Viitattu 17.11.2022.

<https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/nykytilan-arviointi/>

Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 383. 2015. Johtajan työkirja - Johtamisen teot ja rakenteet tukevat lasten hyvinvointia. Viitattu 4.5.2024.

https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/wp-content/uploads/2022/10/johtajan_tyokirja_liikkuva_varhaiskasvatus2020.pdf

Liikuntalaki 10.4.2015/390. Viitattu 18.5.2024.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150390>

Motiivi. 2023. Riittämättömyyden tunne ja henkilöstövaje kuormittavat varhaiskasvatuksen ammattilaisia. Viitattu 14.5.2024.

<https://motiivilehti.fi/lehti/artikkeli/varhaiskasvatus-kriisiytynyt-henkilostovaje-ja-riittamattomyyden-tunne-kuormittavat/>

Määräykset ja ohjeet 2022:2a. Opetushallitus. 2022.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. Viitattu 14.11.2022.

https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Varhaiskasvatussuunnitelman_perusteet_2022_1.pdf

National Institutes of Health. 2016. Guiding Principles for Ethical Research.

Viitattu 4.5.2024. <https://www.nih.gov/health-information/nih-clinical-research-trials-you/guiding-principles-ethical-research>

Open library. The Principles of Inclusion & Diversity. Viitattu 20.5.2024.

<https://ecampusontario.pressbooks.pub/qualitycourses/chapter/the-principles-of-inclusion-diversity/>

Opetusalan Ammattijärjestö. 2022. Mitä inklusio oikeasti on? Keskustelu käy kuumana, mutta käsite ymmärretään kirjavasti. Viitattu 18.5.2024.

<https://www.oaj.fi/ajankohtaista/uutiset-ja-tiedotteet/2022/mita-inkluisio-oikeasti-on-keskustelu-kay-kuumana-mutta-kasite-ymmarretaan-kirjavasti/>

Opetushallitus. Inklusio varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa. Viitattu

14.5.2023. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja->

[tutkinnot/varhaiskasvatus/varhaiskasvatuksen-tueksi/inkluusio-varhaiskasvatuksessa-ja-esiopetuksessa](#)

Opetushallitus. Liikkuva varhaiskasvatus – Varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma. Viitattu 14.5.2024.

<https://www.oph.fi/fi/kehittaminen/liikkuva-varhaiskasvatus-varhaiskasvatuksen-liikkumis-ja-hyvinvointiohjelma>

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2024:10. Pienten lasten liikunnan ilo, fyysinen aktiivisuus ja motoriset taidot Suomessa. Piilo-tutkimuksen tuloksia 2023. Viitattu 4.5.2024.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165465/OKM_2024_10.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2022. Lapsen tuki varhaiskasvatuksessa. Viitattu 4.5.2024. <https://okm.fi/lapsen-tuki-varhaiskasvatuksessa>

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2021:30. Oikeus oppia - Oppimisen tuen, lapsen tuen ja inklusion edistämistoimia varhaiskasvatuksessa sekä esi- ja perusopetuksessa valmisteleva työryhmän väliraportti. Viitattu 17.11.2022.

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163069/OKM_2021_30.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä - Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Viitattu 14.11.2022.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22. Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. Viitattu 14.11.2022.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75406/OKM22.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2021. Varhaiskasvatukseen osallistuvan lapsen oikeus tukeen vahvistuu merkittävästi 1.8.2022. Viitattu 17.11.2022.

<https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/varhaiskasvatukseen-osallistuvan-lapsen-oikeus-tukeen-vahvistuu-merkittavasti-1.8.2022>

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014. Liikunta. Viitattu 18.5.2023.

<https://eperusteet.opintopolku.fi/#/fi/perusopetus/419550/oppiaineet/530525>

ResearchGate. 2023. The Role of Leadership in Changing Organizational Culture. Viitattu 4.5.2024.

https://www.researchgate.net/publication/374000466_The_Role_of_Leadership_in_Changing_Organizational_Culture

Soini, A.; Kettunen, T.; Mehtälä, A.; Sääkslahti, A.; Tammelin, T.; Villberg, J. & Poskiparta, M. 2012. Kolmevuotiaiden päiväkotilasten mitattu fyysinen aktiivisuus. Liikunta & Tiede, 49(1), 52-58. Viitattu 14.5.2024.

<https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/41248/lt112tutkimusartikkelisoini.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Soukainen, U.; Karvinen, J.; Korhonen, N.; Kuusisto, A.; Kämppi, K.; Moilanen, N.; Sääkslahti, A. & Tarkka, K. 2015. Ilo kasvaa liikkuen -ohjelma-asiakirja. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisu 357. Viitattu 12.12.2022.

https://liikkuvavarhaiskasvatus.fi/wp-content/uploads/2022/10/iloKasvaaLiikkuen_ohjelma-asiakirja_www.pdf

Suomen Latu ry. 2021. Perheliikuntabarometri. Viitattu 4.5.2024.

<https://www.liikkuvaperhe.fi/media/perheliikuntabarometri-2021-raportti.pdf>

Sääkslahti, Arja. Mehtälä, Anette. Tammelin, Tuija. Asunta, Piritta. Haapala, Eero. Hakonen, Harto. Hartikainen, Jani. Husu, Pauliina. Iivonen, Susanna. Inkinen, Virpi. Juutinen-Finni, Taija. Kukko, Tuomas. Kulmala, Janne. Kyhälä, Anna-Liisa. Kämppi, Katariina. Laasonen, Kaisu. Laine, Kaarlo. Laukkanen, Arto. Lindfors, Heidi. Määttä, Suvi. Niemistö, Donna. Pulakka, Anna. Reunamo, Jyrki. Soini, Anne. Syväoja, Henni. Wennman, Heini. Viholainen, Helenalivonen, S. Niemistö, D. Laukkanen, A. Kulmala, J. Mehtälä, A. Viholainen, H. Laasonen, K. Tammelin T. Sääkslahti, A. (2021). Piilo – Pienten lasten liikunnan ilon, fyysisen aktiivisuuden ja motoristen taitojen seuranta : kehittämissivaiheen 2019–2021 tulosraportti. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisu, (398). Viitattu 18.5.2024. https://static.jamk.fi/likes/Piilo_tulosraportti.pdf

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2021. Varhaiskasvatus 2020. Tilastoraportti 32/2021. Viitattu 16.11.2022.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143153/Tr32_21.pdf?sequence=5

Terveyskylä. 2023. Tietoa lapsen kehityksellisistä poikkeavuuksista ja oppimisvaikeuksista. Viitattu 18.5.2024.

<https://www.terveyskyla.fi/lastentalo/tietoa-lasten-sairauksista/kehitykselliset-poikkeavuudet-ja-oppimisvaikeudet-lapsilla/tietoa-lapsen-kehityksellisista-poikkeavuuksista-ja-oppimisvaikeuksista>

Turun ammattikorkeakoulu. 2024. Opinnäytetyön (yamk) Arviointilausunto. Viitattu 18.5.2023.

https://tuas365.sharepoint.com/sites/Messi-Opiskelija/Shared%20Documents/Forms/AllItems.aspx?id=/sites/Messi-Opiskelija/Shared%20Documents/Opinn%C3%A4ytety%C3%B6/Arviointi_YAM_K-opinn%C3%A4ytety%C3%B6.pdf&parent=/sites/Messi-Opiskelija/Shared%20Documents/Opinn%C3%A4ytety%C3%B6. Vaatii käyttäjätunnuksen.

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 20.5.2024.

https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Viitattu 17.11.2022.

https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2020.pdf

Unesco. 2022. International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport. Viitattu 4.5.2024.

<https://www.unesco.org/en/sport-and-anti-doping/international-charter-sport>

United Nations 1989. Convention on the Rights of the Child. Viitattu 14.11.2022.

<https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>

Valteri. 2022. Varhaiskasvatuksen lakimuutos päivitti oppimisen tuen tienviitat samalle kielelle perusopetuksen kanssa. Viitattu 16.11.2022.

<https://www.valteri.fi/varhaiskasvatuksen-lakimuutos-paivitti-oppimisen-tuen-tienviitat-samalle-kielelle-perusopetuksen-kanssa/>

Valtioneuvosto. 2018. Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta. Viitattu 14.5.2023.

https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/JulkaisuMetatieto/Documents/VNS_6+2018.pdf

Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 24/2016.

Epäterveellinen ruokavalio, vähäinen liikunta ja polarisaatio – syyt, kustannukset ja ohjaustoimet. Viitattu 18.5.2024.

https://tietokayttoon.fi/documents/10616/2009122/24_Ep%C3%A4terveellinen+ruokavalio,+v%C3%A4h%C3%A4inen+liikunta+ja+polarisaatio.pdf/374e8208-7f72-4538-81ca-b72fcdc7efca/24_Ep%C3%A4terveellinen+ruokavalio,+v%C3%A4h%C3%A4inen+liikunta+ja+polarisaatio.pdf?version=1.0&t=1463032994000

Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:2. Mikä maksaa? Sosioekonomisen taustan yhteys lasten ja nuorten liikuntaan. Viitattu 4.5.2024.

<https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/Mik%C3%A4-maksaa.pdf>

Valtion liikuntaneuvosto 2019. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2018. Viitattu 17.11.2022.

https://www.liikuntaneuvosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/VLN_LIITU-raportti_web-final-30.1.2019.pdf

Varhaiskasvatuslaki 13.7.2018/540. Viitattu 17.11.2023.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2018/20180540>

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Viitattu 17.11.2022.

<https://www.finna.fi/Record/helmet.2205810>. Vaatii käyttäjätunnuksen.

World Health Organization. 2022. Global status report on physical activity 2022.

Viitattu 17.11.2022. <https://www.who.int/teams/health-promotion/physical-activity/global-status-report-on-physical-activity-2022>

World Health Organization. 2019. Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. Viitattu 17.11.2022.

<https://www.who.int/publications/i/item/9789241550536>

Kyselyn runko

1. Millaisia hyviä käytänteitä varhaiskasvatuksessanne toteutetaan lasten fyysisen aktiivisuuden määrän lisäämiseksi?
2. Millaisia hyviä käytänteitä varhaiskasvatuksessanne toteutetaan lasten fyysisen aktiivisuuden laadun parantamiseksi (erityisesti vauhdikas fyysinen aktiivisuus)?
3. Millaisia hyviä käytänteitä varhaiskasvatuksessanne toteutetaan vähän liikkuvien ja liikkumiseensa tukea tarvitsevien lasten tukemiseksi yleisen tuen näkökulmasta?
 - *Yleisellä tuella tarkoitetaan varhaiskasvatuksen laadukasta perustoimintaa, johon jokaisella lapsella tulee olla oikeus ja mahdollisuus osallistua*
4. Millaisia hyviä käytänteitä varhaiskasvatuksessanne toteutetaan inklusiivisen toimintakulttuurin tukemiseksi?
 - *Inklusion keinoja ovat esimerkiksi kuvatuki, pienryhmätoiminta ja leikin soveltaminen. Voit nostaa esiin myös jonkun muun näkökulman*
5. Millaisia hyviä käytänteitä varhaiskasvatuksessanne toteutetaan lasten motoristen taitojen havainnoimiseksi?
6. Millaisia hyviä käytänteitä varhaiskasvatuksessanne toteutetaan motoristen taitojen havaintojen hyödyntämisestä inklusiivisen ja pedagogisen toiminnan suunnittelussa?
7. Haluatko liittyä kehittämisprojektin projektiryhmään, jonka kanssa yhdessä kootaan lopullinen käsikirja? Jos kyllä, jätähän alle nimesi ja sähköpostiosoitteesi.

Tietosuojailmoitus henkilötietojen keräämiseksi

Kehittämiprojektissa hyvät käytänteet kerätään anonyymisti. Projektiryhmään ilmoittautumiseen tarvitaan nimi ja sähköpostiosoite. Henkilötietoja käytetään ainoastaan projektiryhmän kokoamista varten. Ilmoittautumalla projektiryhmään hyväksyt henkilötietojen keräämisen. Henkilötiedoista ei muodosteta erillistä rekisteriä. Henkilötietoja säilytetään opinnäytetyöprosessin ajan, jonka jälkeen ne hävitetään.

Projektiryhmään ja työpajoihin osallistuminen on vapaaehtoista eikä siitä makseta erillistä korvausta. Projektiryhmään haetaan 3–10 henkilöä. Jokaisella projektiryhmän jäsenellä on mahdollisuus saada tekijänoikeus materiaaliin.

Projektiryhmän tapaamisten runko ja alustavat sisällöt

1. tapaaminen:

- Sijainti: Työryhmä saa itse päättää tavataanko lähitapaamisena Kirkkonummen kunnantalolla vai etätapaamisena Microsoft Teamssissa.
- Ajankohta: Kysytään projektiryhmältä
- Sisältö: Suostumuksen allekirjoitus, yhteisen ymmärryksen ja käsityksen muodostaminen, käsikirjan rungon luonnostelu, käytännön asioista sopiminen

2. tapaaminen:

- Sijainti: Työryhmä saa itse päättää tavataanko lähitapaamisena Kirkkonummen kunnantalolla vai etätapaamisena Microsoft Teamssissa.
- Ajankohta: Kysytään projektiryhmältä
- Sisältö: Käsikirjan rungon muodostaminen sisällön yhteinen ideointi. Kyselyn vastauksiin perehtyminen ja sisältöjen luokittelu.

3. tapaaminen:

- Sijainti: Työryhmä saa itse päättää tavataanko lähitapaamisena Kirkkonummen kunnantalolla vai etätapaamisena Microsoft Teamssissa.
- Ajankohta: Kysytään projektiryhmältä
- Sisältö: Käsikirjan sisältöalueiden luonnostelu teorian tiedon, herättelevien kysymysten ja hyvien käytänteiden osalta. Visuaalisen ilmeen ja materiaalin erilaisten käyttömahdollisuuksien pohdinta. Käsikirjan lopullinen muoto alkaa hahmottua.

4. tapaaminen:

- Sijainti: Työryhmä saa itse päättää tavataanko lähitapaamisena vai etätapaamisena.
- Ajankohta: Kysytään projektiryhmältä
- Sisältö: Käsikirjan sisältöjen ja visuaalisen ilmeen viimeistely. Keskustelu valmiin tuotoksen jalkauttamisesta ja hyödyntämisestä.