



# **lisalmen varhaiskasvatuksen liikkumisohjelma**







## Sisällys

### LÄHTÖKOHTIA

Ohjelman tarkoitus ja laatimistapa .....	3
Lasten fyysisen aktiivisuuden yhteiskunnallinen haaste .....	4
Fyysisen aktiivisuuden toteutuminen lapsen arjessa .....	5
Nostoja osallistamiskyselyn tuloksista.....	6
SWOT-tarkastelu nykytilanteesta.....	7

### OHJELMAN TAVOITTEET JA TOIMENPITEET

Liikkumisohjelman tavoitteet .....	9
Ohjelman päätoimenpiteet.....	10
Alustava vuoden 2025 toimintasuunnitelma .....	12

### LIITE

Nostoja valtakunnallisista tutkimuksista.....	13
---	----

#### **lisalmen liikuntaolosuhteiden kehittämissuunnitelma**

Tekijät: Suunnitelmatyön ohjausryhmä sekä North Sport Consulting Oy

Ulkoasu ja taitto: Pirjo Uusitalo-Aura // North Sport Consulting Oy 2024

Valokuvat: lisalmen kaupunki

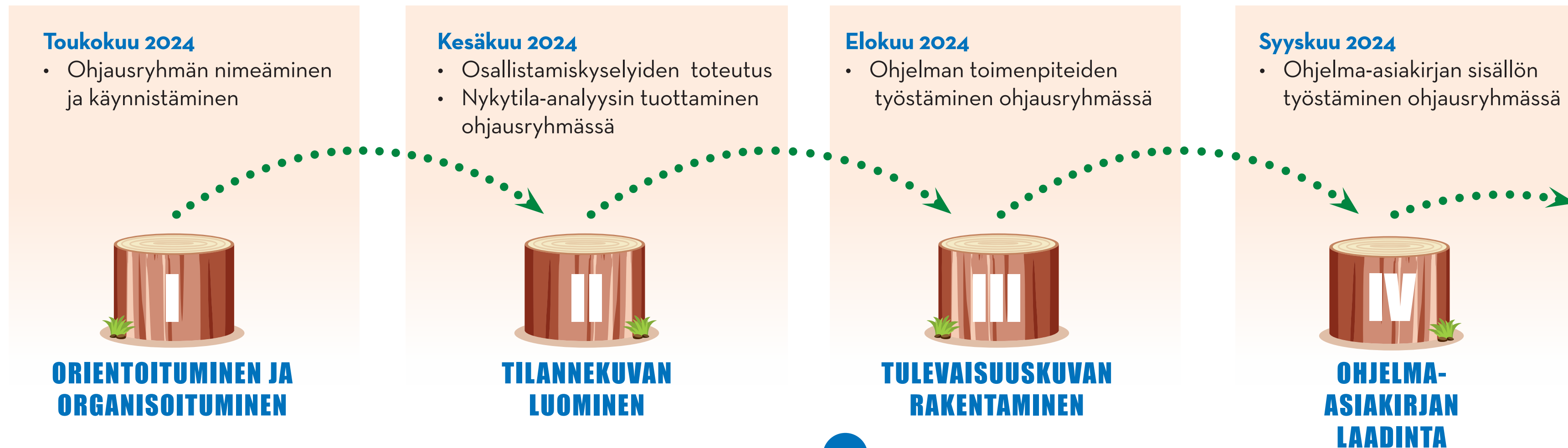
## Ohjelman tarkoitus ja laatimistapa

lisalmen kaupunkitasoisessa varhaiskasvatussuunnitelmassa linjataan varhaiskasvatuksen yhdeksi tärkeäksi tehtäväksi ”tukea lasten sisäisen liikuntamotivaation ja myönteisen liikuntasuhteen syntymistä ja siten perustan luomista liikunnalliselle elämäntavalle”. Kyseinen tehtävänanto löytyy myös varhaiskasvatuslaista ja se koskee siten kaikkia kuntia. Liikkumisen edistämistä voidaan pitää erittäin merkittävänä ja ajankohtaisena yhteiskunnallisena haasteena – vain pieni osa Suomen väestöstä liikkuu nykyisin terveytensä ja hyvinvointinsa kannalta riittävästi. Asia koskettaa tänä päivänä jo myös alle kouluikäisiä lapsia, joista merkittävä osa liikkuu omassa arjessaan liian vähän.

Tässä esiteltävän varhaiskasvatuksen liikkumisohjelman tarkoituksena on vahvistaa kaupungin varhaiskasvatuksen kautta tapahtuvaa pienten lasten liikumisen edistämistyötä selkiyttämällä työn tavoitteistoa sekä linjaamalla keskeisimpiä toimenpiteitä.

Ohjelma on siten ensisijaisesti työkalu varhaiskasvatuksen johdolle liikumisen edistämistyön suunnitteluun, johtamiseen ja seurantaan, mutta myös apuväline koko varhaiskasvatuksen henkilöstön innostamiseen ja sitouttamiseen. Lisäksi ohjelmalla halutaan sitouttaa liikumisen edistämistyöhön mukaan muitakin toimijoita - erityisesti lasten vanhempia ja lisalmen kaupunkiorganisaation muita palvelualueita. Lasten liikumisen edistäminen edellyttää laaja-alaista yhteistyötä.

Liikkumisohjelman laatimisprosessin vaiheistus on kuvattu tiiviisti alla. Ohjelman laatimisesta on vastannut kaupungin varhaiskasvatuksen ja liikuntapalveluiden henkilöstöstä koottu ohjausryhmä (kts. takakansi). Ohjelman laatimisprosessissa on apuna toiminut North Sport Consulting asiantuntijayritys.



# Lasten fyysisen aktiivisuuden yhteiskunnallinen haaste

Merkittävä osa alle kouluikäisistä suomalaislapsista liikkuu oman terveytensä ja hyvinvointinsa kannalta liian vähän. Yleinen yhteiskunnallinen huoli suomalaisten riittämättömästä fyysisestä aktiivisuudesta koskettaa siten myös jo varhaiskasvatusta.

Alle on luotu tiivis ja pelkistetty kokonaiskuvaus alle kouluikäisten lasten fyysisen aktiivisuuden suosituksista sekä valtakunnallisesta nykytilanteesta. Kyseinen tilannekuva toimii keskeisenä lähtökohtana lisälmen varhaiskasvatuksen liikumisohjelman tarpeelle sekä sen tavoitteille ja toimenpiteille.

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset\*

**Vähintään 3 tuntia**  
**liikkumista** joka päivä, josta

 **1 h** vauhdikasta fyysistä aktiivisuutta

..2 tuntia kokonaismäärästä **varhaiskasvatuksessa** (sisältään vähintään 40 min vauhdikasta aktiivisuutta)

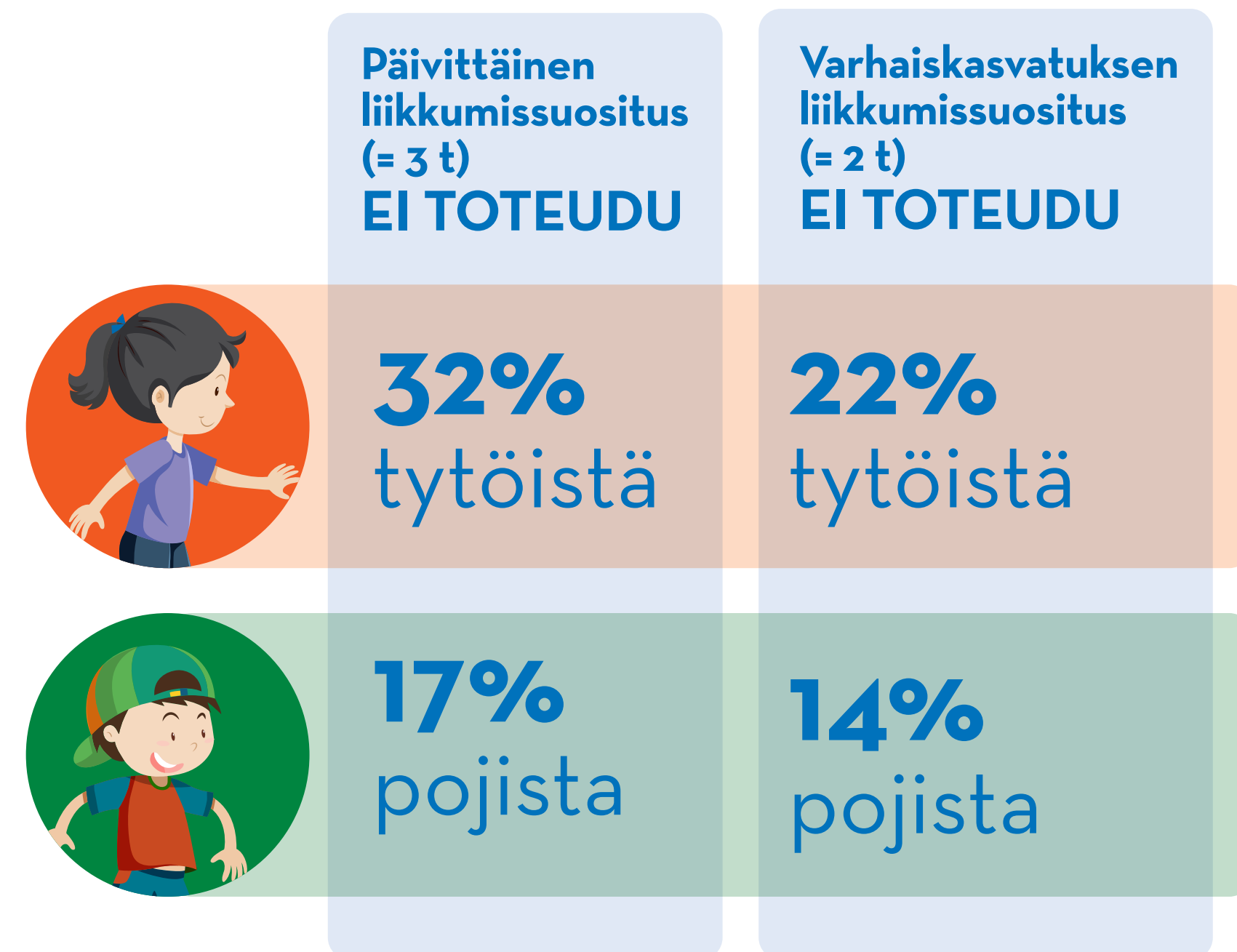
 **2 h** reipasta ulkoilua ja kevyttä liikuntaa

..1 tunti kokonaismäärästä **kotona ja harrastuksissa**

**NORTHSPORT**  
CONSULTING

\* Soveltaen lähteistä ”Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset” (2016) ja valtakunnallinen ”Liikkuva varhaiskasvatusohjelma”

Nykytilanne 4-6 v. lasten fyysisessä aktiivisuudessa\*\*



\*\* Piilo -tutkimus / Jamk & JYY (2023)



# Fyysisen aktiivisuuden toteutuminen lapsen arjessa

Alle kouluikäisille suositeltu 3 tunnin päivittäinen liikkumismäärä syntyy pienistä puroista lapsen arjessa. **Pääosa liikkumisesta tapahtuu omatoimisesti ilman ohjausta kun lapselle annetaan tilaa, mahdollisuuksia ja lupa liikkua.**

Lisäksi erityyppisillä ohjatuilla liikuntatuokiolla ja harrastuksilla sekä muulla aikuisten johdolla tapahtuvalla säännöllisellä liikkumisella on tärkeä fyysistä aktiivisuutta edistävä rooli niin varhaiskasvatuspäivässä kuin sen ulkopuolellakin.



## Nostoja ohjelman osallistamiskyselyn tuloksista\*



Vastanneista varhaiskasvattajista lähes **90%** arvioi oman yksikkönsä **LÄHIYMPÄRISTÖSTÄ LÖYTYVÄT LASTEN LIIKKUMISMAHDOLLISUUDET** hyvälle tasolle

Vastanneista varhaiskasvattajista lähes **90%** arvioi oman yksikkönsä henkilöstön **ASENTEEN JA OSAAMISEN LASTEN LIIKKUMISEN EDISTÄMISESSÄ** hyvälle tasolle

Vastanneista lasten vanhemmista yli **90%** antoi hyvän **KOKONAISARVOSANAN LASTEN LIIKKUMISEN EDISTÄMISTYÖLLE** oman lapsensa varhaiskasvatusyksikössä.



Vastanneista varhaiskasvattajista lähes **25%** arvioi **YHTEISTYÖN LASTEN VANHEMPIEN KANSSA LIIKKUMISEN EDISTÄMISESSÄ** heikolle tasolle

Vastanneista varhaiskasvattajista lähes **15%** arvioi oman yksikkönsä **SISÄTILOJEN VIRIKKELLISYYDEN JA TOIMIVUUDEN** heikolle tasolle lasten liikkumisen edistämisen näkökulmasta

Vastanneista lasten vanhemmista yli **60%** **TIETÄÄ HEIKOSTI TAI PINTAPUOLISESTI ALLE KOULUKÄISTEN LASTEN LIIKKUMISEN SUOSITUKSET**

\* Kyselyt tehtiin touko-kesäkuussa 2024 varhaiskasvatuksen henkilöstölle sekä varhaiskasvatuksessa olevien lasten vanhemmille / huoltajille. Määräaikaan kyselyyn vastasi 174 henkilöä, joista 57 oli henkilöstön edustajaa ja 115 lasten vanhempaa / huoltajaa. Kyselyn tarkempi tulosraportti löytyy [www.isalmi.fi/](http://www.isalmi.fi/)

## Swot tarkastelu nykytilanteesta\*

### VAHVUUDET / MAHDOLLISUUDET

- Osaava ja lasten hyvinvointiin vahvasti sitoutunut varhaiskasvatushenkilöstö. Henkilöstössä on vahvaa kehittämishalua lasten liikkumiseen liittyen.
- Varhaiskasvatusyksiköissä pääosin pihat ja sisätilat ovat liikkumisen näkökulmasta hyviä – liikkumiseen liittyvään välineistöön on panostettu kaupungissa pitkäjänteisesti.
- Kaupunkitasoisesti on tarjolla paljon laadukkaita ja innostavia liikkumisympäristöjä erilaiseen varhaiskasvatusyksikön ulkopuolella tapahtuvaan liikuntaan (mm. monipuolinen lähiluonto sekä rakennetut liikuntapaikat, esim. uusi uimahalli).
- Yhteistyö kaupungin varhaiskasvatuksen ja liikuntapalveluiden välillä on erittäin sujuvaa ja matalakynnyksistä. Liikuntapalveluissa pienten lasten liikuntakin nähdään erittäin tärkeänä.
- Esiopetusryhmille suunnattu liikuntakalenteri konsepti on ollut erittäin suosittu – toimintaa on mahdollista laajentaa tulevaisuudessa myös pienempiin lapsiin.
- Lasten liian vähäisen liikkumisen yhteiskunnallinen haaste on yleisesti tiedostettu – päättäjillä ja lasten vanhemmilla on vahvaa halua tukea eri tavoin lasten liikkumisen edistämistyötä.

### HEIKKOUEDET / UHAT

- Varhaiskasvatuksessa on kehittämistarpeita ymmärryksen lisäämisessä pienten lasten liikkumiseen liittyvistä erityispiirteistä ja -haasteista. Kehittämistarpeita on erityisesti mm. lasten motoristen haasteiden tunnistamisessa ja niihin reagoimisen toimintamalleissa sekä vauhdikkaan liikkumisen lisäämisessä.
- Liikkumisen edistämistyön tavoitteellisuus ja suunnitelmallisuus vaatii edelleen kehittämistä – epäselvyyttä on mm. lasten liikkumisen edistämistyön päätavoitteista ja ydintoimenpiteistä yksikkötasolla.
- Varhaiskasvatuksen arjessa on erilaisia lasten liikkumisen edistämistyön haasteita, joita tulisi nykyistä aktiivisemmin yhdessä arvioida ja ratkoa, mm. turvallisuusriskien arvioinnit, varhaiskasvatuspäivän organisoiminen / rytmittämisen toimintatavat, henkilöstön omat liikkumisrajoitteet yms.
- Eri varhaiskasvatusyksiköiden ja -muotojen välillä on yhdenvertaisuushaasteita liikkumisen edistämistyön toteuttamismahdollisuuksissa – mm. erot toimintaolosuhteissa (yksiköiden sisätilat) sekä kaupunkitasoisten palveluiden saavutettavuudessa (etäisyydet keskeisille liikuntapaikoille) ja kustannuksissa (yksityiset päiväkodit joutuvat maksamaan joistakin kaupungin liikuntapaikoista).
- Yhteistyö ja vuorovaikutus lasten huoltajien kanssa liittyen lasten liikkumiseen vaatii vielä kehittämistä.

\* Nykytila-analyysi tehty ohjelmatyön ohjausryhmän toimesta tausta-aineistoja hyödyntäen





Ohjelman tavoitteet  
ja toimenpiteet



# Liikkumisohjelman tavoitteet

## Liikkumisohjelmaa ohjaavat ylätason tavoitteet

### KAUPUNKISTRATEGIA



- Olemme hyvinvointia ja osaamista aktiivisesti kehittävä kaupunki, jossa toimintaa uudistetaan rohkeasti kouluttamalla henkilöstöä, tarjoamalla uusia palveluja sekä olemalla mukana kokeiluissa.
- Edistämme kuntalaisten hyvinvointia kannustamalla omatoimiseen liikunnan ja kulttuurin harrastamiseen sekä tarjoamalla monipuoliset ja saavutettavat kulttuuri- ja vapaa-ajan palvelut yhteistyössä kolmannen sektorin kanssa

### VARHAISKASVATUSSUUNNITELMA



- Varhaiskasvatuksessa tuetaan lasten liikkumisen mahdollisuuksia varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaisesti.
- Varhaiskasvatuksessa tuetaan lasten sisäisen liikuntamotivaation ja myönteisen liikuntasuhteen syntymistä, luoden perustaa liikunnalliseen elämäntapaan kasvamiselle. Varhaiskasvatuksessa henkilöstöllä on tärkeä rooli eräänlaisena asennekasvattajana ja suunnanäyttäjänä.
- Arjen tilanteissa ja erilaisissa ohjatuissa toimintahetkissä huomioidaan, että ne mahdollistavat ja sallivat liikkumisen tilanteeseen sopivalla tavalla.

## Liikkumisohjelman tavoitteet

- 1 Iisalmen varhaiskasvatuksen toimintatavat, olosuhteet ja osaaminen varmistavat jokaiselle varhaiskasvatuksessa olevalle lapselle edellytykset suositusten mukaiselle päivittäiselle fyysiselle aktiivisuudelle.
- 2 Varhaiskasvatuksen liikkumisen edistämistyön tukena on pitkäjänteinen suunnitelma sekä toimivat johtamis- ja ohjauskäytännöt.
- 3 Varhaiskasvatuksessa olevien lasten vanhemmat tietävät alle kouluikäisten lasten liikkumiseen liittyvät suositukset.
- 4 Varhaiskasvatuksessa tapahtuvaa liikkumisen edistämistä vahvistaa sujuva kaupunkitasoinen poikkihallinnollinen yhteistyö sekä aktiivinen yhteistyö valtakunnallisten ja paikallisten liikuntatoimijoiden kanssa.

## Ohjelman päätoimenpiteet

Kehittämialue	Tavoitteet	Toimenpiteitä
<b>"ARJEN TOIMINTATAVAT" YKSIKÖISSÄ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vahvistetaan ulkoilun roolia osana jokaista varhaiskasvatuspäivää.</li> <li>Lisätään vauhdikkaan fyysisen aktiivisuuden osuutta jokaisen lapsen varhaiskasvatuspäivässä.</li> <li>Luodaan ja jalkautetaan varhaiskasvatusyksiköihin yhtenäisiä käytäntöjä lasten päivittäisen liikkeen lisäämiseksi.</li> </ul>	<p><b>NOPEAT TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jalkautetaan kaikkiin varhaiskasvatusyksiköihin olemassa olevia hyviä käytänteitä ja apuvälineitä, jotka tukevat fyysistä aktiivisuutta ja motoristen taitojen oppimista (mm. leikkikansiot, toiminnallinen oppiminen ja pihapedagogiikka)</li> <li>Lasten liikkumisen edistämistyö huomioidaan yksiköiden tiimisopimuksissa ja pedagogisissa suunnitelmissa - huomioita erityisesti motoristen taitojen oppimisen sekä riittävän ulkoilun ja vauhdikkaan liikkeen varmistamiseen.</li> <li>Osallistetaan lapsia arjen toimintatapojen suunnitteluun ja käytäntöön vientiin.</li> </ul> <p><b>PITKÄN JÄNTEEN TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Luodaan varhaiskasvatukselle lasten liikkumisen edistämistyötä kaupunki- ja yksikkötasoisesti selkeyttävät ja sitouttavat pelisäännöt - esim. "Varhaiskasvatuksen liikkumislupauksen" muodossa.</li> <li>Kehitetään ja toteutetaan rohkeasti arjen toimintatapojen kehittämistä edistäviä tempauksia, kisoja ja kokeiluja yhteistyössä eri toimijatahojen kanssa (esim. kaupungin liikuntapalvelut, paikalliset järjestöt ja aluejärjestö).</li> </ul>
<b>TILAT JA VÄLINEET VARHAISKASVATUKSEN YKSIKÖISSÄ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Varmistetaan, että yksiköissä on toimivat ja turvalliset ulko- ja sisätilat lasten päivittäisen liikkumisen mahdollistamiseksi.</li> <li>Varmistetaan, että yksiköissä on tarjolla riittävästi laadukasta lasten liikumista tukevaa irtovälineistöä.</li> </ul>	<p><b>NOPEAT TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Selvitetään varhaiskasvatusyksiköiden liikkumisolosuhteisiin ja välineisiin liittyvät kehittämistarpeet (esim. hyödyntäen ohjelman kyselyaineistoja ja teknisen toimialan tietoja/aineistoja).</li> <li>Esitetään varhaiskasvatuksen talousarvioihin vuosittaista määrärahaa liikuntavälinehankintoihin</li> </ul> <p><b>PITKÄN JÄNTEEN TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Päiväkotipihojen kehittämistyötä tehdään yhteistyössä liikuntapalveluiden ja teknisen toimialueen kanssa. Kehittämistyölle varataan riittävät määrärahat.</li> <li>Luodaan välineistöön liittyen kustannustehokkaita toimintamalleja esim. mahdollistetaan välineiden lainaus toisista toimintayksiköistä</li> </ul>
<b>YHTEISET PALVELUT JA TAPAHTUMAT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kehitetään nykyistä Liikuntakalenteri-toimintamallia varhaiskasvatuksen kannalta entistä toimivamaksi</li> <li>Haetaan aktiivisesti ideoita varhaiskasvatuksen yhteisten palveluiden ja tapahtumien kehittämiseksi ja toteuttamiseksi.</li> </ul>	<p><b>NOPEAT TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uudistetaan liikuntakalenteri toimintamallia mm. sisältötarjonnan osalta ja selvitetään sen laajentamismahdollisuuksia nuorempiin ikäryhmiin.</li> </ul> <p><b>PITKÄN JÄNTEEN TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Seurataan aktiivisesti valtakunnallisia ja alueellisia varhaiskasvatuksen liikkumisen edistämisen kehittämistoimenpiteitä (mm. Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma) ja kannustetaan kaikkia yksiköitä myös rohkeaan omaan palvelukehittämisen ideointiin sekä ideoiden jakamiseen yksiköiden kesken.</li> <li>Lisätään yhteistyötä paikallisten järjestöjen kanssa pienten lasten liikuntatarjonnan lisäämiseksi.</li> </ul>



## Ohjelman päätoimenpiteet

Kehittämisa-alue	Tavoitteet	Toimenpiteitä
<b>HENKILÖSTÖN OSAAMINEN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vahvistetaan varhaiskasvatuksen henkilöstön ymmärrystä ja osaamista alle kouluikäisten lasten fyysisen aktiivisuuden erityispiirteistä ja -tarpeista.</li> <li>Eryteisesti lisätään kasvattajien osaamista lasten liikkumiseen liittyvien haasteiden tunnistamisessa sekä vauhdikkaan liikkeen lisäämisessä.</li> </ul>	<p><b>NOPEAT TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tehdään henkilöstössä lasten liikkumiseen liittyvä osaamiskartoitus, jolla selvitetään henkilöstön osaamisen kehittämisen tarpeita sekä henkilöstössä jo olemassa olevia liikuntaan liittyviä osaamisia / kiinnostuksen kohteita, joita hyödynnettävissä yksikkö tai kaupunkitasoisesti.</li> <li>Edistetään henkilöstön oman osaamisen jakamista ja kannustetaan osallistumaan liikuntaan liittyviin koulutuksiin.</li> </ul> <p><b>PITKÄN JÄNTEEN TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Luodaan kaupunkitasoinen liikkumisen koulutus suunnitelma, millä varmistetaan riittävä osaaminen jokaiseen kaupungin varhaiskasvatusyksikköön. Koulutus suunnitelma tehdään yhdessä varhaiskasvatusyksiköiden kanssa yksikkökohtaiset tarpeet ja koulutustapoihin liittyvät toiveet huomioiden.</li> </ul>
<b>YHTEISTYÖ LASTEN HUOLTAJIEN KANSSA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Luodaan käytännöt, mitkä varmistavat aktiivisen vuorovaikutuksen huoltajien kanssa lasten liikkumiseen liittyen.</li> <li>Vahvistetaan huoltajien ymmärrystä ja osaamista pienten lasten liikuntaan liittyen.</li> </ul>	<p><b>NOPEAT TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Toteutetaan lasten liikkumisviikko, jonka aikana aihe on aktiivisesti mukana huoltajien kanssa tehtävissä arkikohtaamisissa sekä esim. päiväkodin liikuntatapahtumissa (kokeilu esim. osana ohjelman julkistamista/jalkauttamista).</li> </ul> <p><b>PITKÄN JÄNTEEN TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kehitetään kaupungin varhaiskasvatukseen pysyväluonteisia käytäntöjä, joiden kautta voidaan lisätä ja vahvistaa lasten huoltajien kanssa tehtävää vuorovaikutusta lasten riittävän fyysisen aktiivisuuden varmistamiseksi (mm. arkikohtaamiset, Vasu -keskustelut yms.).</li> </ul>
<b>OHJELMAN KOORDINOINTI JA YHTEISTYÖ ERI TOIMIJATAHOJEN KANSSA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liikkumisohjelmalle syntyy toimiva ohjaus- ja seurantamekanismi.</li> <li>Yhteistyö kaupunkiorganisaation sisällä sekä muiden toimijatahojen kanssa vahvistuu liikkumisohjelman tavoitteiden ja toimenpiteiden suunnassa.</li> </ul>	<p><b>NOPEAT TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Liikkumisohjelmaa ohjataan ja seurataan suunnitelmallisesti liikuntapalveluiden ja varhaiskasvatuksen Lasten liikkumisen -työryhmässä.</li> <li>Kehitetään liikkumisohjelman käytännön jalkauttamisen tueksi yksikkökohtaisten liikuntavastaavien -toimintamalli tms.</li> </ul> <p><b>PITKÄN JÄNTEEN TOIMENPITEET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vahvistetaan varhaiskasvatuksen liikkumisohjelmaan liittyvien tavoitteiden ja toimenpiteiden huomioimista muiden kaupunkiorganisaation yksiköiden toiminnassa - liittyen esim. kaupungin perheliikunnan palveluiden kehittämiseen, liikunta- ja leikkipaikkaverkoston suunnitteluun ja rakentamiseen, puistojen ja luontoalueiden kaavoittamiseen ja julkisen liikenteen yhteyksien kehittämiseen.</li> <li>Luodaan toimintatavat, joilla varmistetaan säännöllinen yhteistyö pienten lasten liikuntaan kytkeytyvien paikallisten toimijatahojen kanssa.</li> </ul>

## Alustava vuoden 2025 toimintasuunnitelma

Toimenpiteet	Vastuu	Aikataulu
<b>LIKKUMISOHJELMAN KOORDINOINTI JA SEURANTA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Liikkumisohjelman esittely ja jalkauttaminen varhaiskasvatuksen yksiköille</li> <li>Kootaan poikkihallinnollinen liikkumistyöryhmä, joka toimii liikkumisohjelman toimenpiteiden jatkosuunnittelun ja toteutuksen tukena. Liikkumistyöryhmä kokoontuu 4 kertaa vuodessa liikuntapalveluiden koordinoimana.</li> <li>Toteutetaan kysely liikkumisohjelman toteutumisesta</li> <li>Selvitetään varhaiskasvatuksen liikkumisympäristön virikkeellisyyttä ja kehittämistarpeita yhdessä teknisen toimialan kanssa</li> <li>Selvitetään toiminnan kehittämismahdollisuudet hankerahoituksen kautta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vakan johto</li> <li>Liikuntapalvelut</li> <li>Liikkumistyöryhmä ja Vakan johto</li> <li>Vaka -johtaja, Kuva -johtaja ja tekninen toimiala</li> <li>Liikuntapalvelut</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>01/2025</li> <li>01/2025</li> <li>04/2025</li> <li>jatkuva</li> <li>Hankehaun mukaisesti</li> </ul>
<b>ARJEN TOIMINTATAPOJEN KEHITTÄMINEN VARHAISKASVATUSYKSIKÖISSÄ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Varhaiskasvatuksen yksiköiden liikkumislupaus – lisätään tiimisopimuksiin ja pedagogisiin suunnitelmiin</li> <li>Tehdään Vakan Teamsiin liikkumisen vinkkikansio, jossa voi jakaa arjen liikkumiseen ideoita ja linkkejä</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liikkumistyöryhmä ja Vakayksiköt yhdessä lasten kanssa</li> <li>Liikkumisvastaavat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>01-02/2025</li> <li>01-02/2025</li> </ul>
<b>TILAT JA VÄLINEET VARHAISKASVATUKSEN YKSIKÖISSÄ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Liikkumisvälineistön yhtenäistäminen – huolehditaan, että kaikilla on käytössä yhteisesti määritelty perusvälineistö</li> <li>Kartoitetaan varhaiskasvatusyksiköistä näkemyksiä ja ideoita liikuntavälineistä</li> <li>Huomioidaan liikkumisvälineiden hankinta vuosittain varhaiskasvatuksen talousarvion laadinnassa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liikkumistyöryhmä ja liikkumisvastaavat</li> <li>Liikkumistyöryhmä</li> <li>Varhaiskasvatusjohtaja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>01-02/2025</li> <li>02/2025</li> <li>Jatkuva</li> </ul>
<b>YHTEISET PALVELUT JA TAPAHTUMAT</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Yhdenvertaistetaan kunnallisen ja yksityisen varhaiskasvatuksen liikuntatilojen- ja alueiden varaukset maksuttomalla käytöllä</li> <li>Yhtenäistetään ja kehitetään toimintatapoja uinti- ja jäävuorojen määrään ja varaamiseen</li> <li>Yhteisten liikuntatapahtumien suunnittelu huomioiden eri ikäkaudet</li> <li>Tehostetaan tiedottamista olemassa olevista liikuntapalveluista ja -tapahtumista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Varhaiskasvatusjohtaja ja Kulttuuri- ja vapaa-aikajohtaja</li> <li>Liikuntapalvelut ja liikkumistyöryhmä</li> <li>Liikkumistyöryhmä ja liikuntapalvelut</li> <li>Liikuntapalvelut ja Vaka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>04/2024</li> <li>02/2025</li> <li>jatkuva</li> <li>Jatkuva</li> </ul>
<b>HENKILÖSTÖN OSAAMINEN JA HYVINVOINTI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kysely henkilöstölle koulutustarpeista ja -tarpeista</li> <li>Nostetaan koordinoitusti ja yhteisesti esille työntekijän ja työyhteisöjen hyvinvoinnin edistämiseen liittyviä teemoja</li> <li>Yhteistyö Pohjois-Savon Liikunta ry:n (PSL), Liikkuva Varhaiskasvatuksen ja paikallisten liikuntajärjestöjen kanssa</li> <li>Koulutuksen järjestäminen / koulutussuunnitelman tekeminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Liikkumistyöryhmä</li> <li>Liikuntapalvelut ja liikkumistyöryhmä</li> <li>Liikkumistyöryhmä ja PSL</li> <li>Vakan johto ja PSL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>01/2025</li> <li>Kvartaaleittain</li> <li>Jatkuva</li> <li>Koulutussuun. mukaisesti</li> </ul>
<b>YHTEISTYÖ LASTEN HUOLTAJIEN KANSSA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Toiminnallisten vanhempainiltojen järjestämien yhteistyössä PSL:n kanssa, jossa mukana henkilöstö, lapset ja vanhemmat</li> <li>Liikkumismateriaalin ja ajankohtaisten liikkumisasioiden jakaminen vanhemmille hyödyntäen Muksunettiä, Wilmaa ja ilmoitustauluja. Tarkoituksena kannustaa liikkumiseen arjessa, yhteisiin ulkoiluhetkiin ja liikuntaleikkeihin.</li> <li>Vakassa ”liikkumispuheen” esillä pitäminen päivittäisissä kohtaamisissa ja vasu-keskustelussa (kirjataan lapsen vasuun)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vakan yksiköt ja PSL</li> <li>Liikuntapalvelut ja vaka</li> <li>PKjohtaja (pedagoginen johtaminen) ja henkilöstö</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>02 ja 03 / 2025</li> <li>jatkuva</li> <li>jatkuva</li> </ul>



## Nostoja valtakunnallisista tutkimuksista

### 4-6 vuotiaiden fyysinen aktiivisuus varhaiskasvatuspäivän aikana\*

- Fyysisesti aktiivista aikaa varhaiskasvatuspäivän aikana keskimäärin **2,6 h.**
- Paikallaanoloa varhaiskasvatuspäivässä keskimäärin **4,7 h.**
- Reipasta liikkumista pojilla varhaiskasvatuspäivässä **45-55 min.**
- Reipasta liikkumista tytöillä varhaiskasvatuspäivässä **37-43 min.**

\* Piilo-tutkimus/Jamk & JYY (2023)



### Varhaiskasvattajien näkemyksiä liikkumisen edistämisen tilanteesta\*

- **18%** varhaiskasvattajista arvioi, että omassa varhaiskasvatusryhmässä on toteutettu suunnitelmallista toimintaa, joissa kaikki lapset hengästävät
- **50%** varhaiskasvattajista arvioi, että lapsilla on päivittäin vapaassa käytössä erilaisia liikuntavälineitä
- **66%** varhaiskasvattajista arvioi, että henkilöstö aktivoi päivittäin kaikkia lapsia liikkumaan ulkoilun aikana

\* Varhaiskasvatuksen henkilöstön kysely/Liikkuva varhaiskasvatusohjelma (2020)

### 4-6 vuotiaiden vapaa-ajan liikkuminen\*

- **43%** ulkoilee yli kaksi tuntia päivässä viikonloppuisin
- **70%** ulkoilee arkisin varhaiskasvatuspäivän jälkeen vähintään 30 min./päivä
- **51%** harrastaa ohjattua liikuntaa (iikuntaseura tms.)
- **45%** vanhemmista liikkuu lapsensa kanssa vähintään kolmesti viikossa

\* FinLapset-kysely (2018) & Liikkuva varhaiskasvatus kysely vanhemmille (2020)





## Ohjausryhmän kokoonpano

### **Katja Koskela**

varhaiskasvatusjohtaja

### **Maija Kahelin**

pohjoisen päiväkotihoidon  
toimintayksikön johtaja

### **Tanja Järveläinen**

perhepäivähoidon ohjaaja

### **Päivi Rönkkö**

eteläisen päiväkotihoidon  
toimintayksikön johtaja

### **Hanna Kauppinen**

esiopetuksen johtaja

### **Minna Vainikainen**

päiväkodin johtaja

### **Tuula Rissanen**

päiväkodin johtaja

### **Pekka Partanen**

kulttuuri- ja vapaa-aikajohtaja

### **Elina Juntunen**

liikuntasuunnittelija