

## **Hankkeen nimi: Varhaiskasvatuksen arki liikkuvaksi**

### **Tiivistetty kuvaus hankkeesta:**

**Kohderyhmä:** Alle kouluikäiset lapset

**Avustuksen suunniteltu käyttöaika:** 1.5.2021–31.12.2021

**Ohjausryhmä:**

**Organisaatio:** Helsingin kaupunki

**Toteutusalue:** Helsingin varhaiskasvatus

### **Toimintaympäristö:**

Helsingin kaupungin liikkumishjelma käynnistyi vuonna 2018 yhtenä kaupunkistrategian kärkihankkeista. Sen tavoitteena on palauttaa fyysinen aktiivisuus osaksi jokapäiväistä elämää kaiken ikäisillä helsinkiläisillä ja kaupungin työntekijöillä ja samalla vähentää passiivisesti vietettyä aikaa. Tavoitteena on, että yhä useampi kaupunkilainen liikkuisi terveytensä kannalta riittävästi vuoteen 2023 mennessä.

Ohjelman myötä kaupunkiin on luotu yhteistyössä eri toimialojen kanssa terveyden ja hyvinvoinnin sekä liikkumisen edistämisen rakenteita. Liikkumista edistetään toimenpideohjelmalla, johon kaikki kaupungin toimialat ovat suunnitelleet omat liikkumista lisäävät keinonsa. Lähes 60 toimenpiteen avulla kaupunkiympäristöä sekä varhaiskasvatuksen, perusopetuksen, vanhuspalveluiden ja työyhteisöjen toimintaa kehitetään liikkumiseen kannustavaksi.

Liikkumishjelman erityisenä kohderyhmänä ovat pienet lapset ja heidän vanhempansa. Liikkuminen on tärkeä osa lapsen suotuisan fyysisen, psyykkisen, motorisen ja kognitiivisen kehityksen näkökulmista. Tiedetään, että liikunnalliset tottumukset alkavat urautua jo 3-vuotiaana ja liikunnallisuus lapsena kantaa läpi elämän. Perheiden elämäntilanne ja valinnat ovat keskeisessä roolissa liikkumisen kysymyksissä. Lapsuus ei ole enää automaattisesti liikunnallinen. Arkielämän kiireet ja turvallisuushakuisuus, johtavat herkästi kieltoihin ja rajoituksiin ja sen myötä liikkumisen vähenemiseen.

Helsingissä on haluttu keskittyä liikkumisen monipuolisten mahdollisuuksien näkyväksi tekemiseen ja tutkimusyhteistyöhön. Kaupungissa on tällä hetkellä käynnissä kaksi laajaa pienten lasten liikkumiseen liittyvää tutkimusta alle kouluikäisten lasten liikkumisesta ja motorisista taidoista (Toimi ja opi –tutkimus, Helsingin yliopisto ja PILO-tutkimus, Jyväskylän yliopisto ja LIKES-tutkimuskeskus). Yhteistyössä eri alojen ammattilaisten ja tutkijoiden kanssa on kehitetty materiaalia, jonka tavoitteena on ollut lisätä tietoutta liikkumisen tärkeydestä.

Alla kouluikäisten lasten arjen askeleita kerrytetään osana varhaiskasvatusta. Helsingin uudessa varhaiskasvatussuunnitelmassa (2019) todetaan, että varhaiskasvatuksen tehtävänä on luoda pohja lasten terveyttä ja hyvinvointia arvostavalle sekä fyysistä aktiivisuutta edistävälle elämäntavalle yhdessä huoltajien kanssa. Varhaiskasvatussuunnitelma luo mahdollisuuden

innostaa lasta monipuoliseen liikkumiseen sisällä sekä ulkona. Liikunnan avulla lapsi oppii myös muita elämäntaitoja, kuten vuorovaikutustaitoja sekä kehontuntemusta ja –hallintaa. Lisäksi liikkuminen tuo lapsille iloa, joka vaikuttaa positiivisesti liikuntasuhteeseen myöhemmässä elämässä.

Helsingin liikkumisohjelmassa tavoitteeksi on asetettu, että suositusten mukaan liikkuvien alle kouluikäisten lasten osuus kasvaa nykyisestä 10–20 prosentista 40 prosenttiin seuraavan viiden vuoden aikana sekä se, että pienten lasten motoriset perustaidot paranevat kansallisessa vertailussa.

Tavoitteita on edistetty varhaiskasvatuksen osalta poikkihallinnollisella yhteistyöllä päiväkotien, leikkipuistojen, liikuntapalveluiden, neuvoloiden ja lapsiperheiden kotipalvelun kanssa sekä Liikkuvan arjen rakenteita varhaiskasvatukseen – hankkeessa. Tavoitteena on ollut edistää ymmärrystä ja tiedon jakoa kaupungin sisällä sekä löytää niitä tekijöitä ja ilmiöitä, jotka ovat keskeisiä pienten lasten liikkumisen edistämiseksi. Liikkuvan arjen rakenteita varhaiskasvatukseen – hankkeessa on pilotoitu viimeisen kahden ja puolen vuoden ajan erilaisia toimintamalleja varhaiskasvatuksen toimipaikoissa ja yksiköissä sekä järjestetty lukuisia koulutuksia ja tapahtumia sekä edistetty varhaiskasvatuksen olosuhteita. Lähes 90 % varhaiskasvatusyksiköistä on liittynyt Liikkuva varhaiskasvatus – ohjelmaan. Toimenpiteiden edistymistä voidaan seurata reaaliaikaisesti liikkumisohjelman seuranta-alustalla osoitteessa <https://liikkumisvahti.hel.fi/>.

Varhaiskasvatuksen arki liikkuvaksi – hankkeen tavoiteasettelu sekä toimenpidesuunnitelma on laadittu edellä mainittujen ilmiöiden ja olemassa olevan tiedon pohjalta. Liikkuvan arjen rakenteita varhaiskasvatukseen – hankkeessa on kerätty tietoa varhaiskasvatuksen henkilöstöltä. Lisäksi on hyödynnetty Liikkuva varhaiskasvatus – ohjelman nykytilan arvioinnin tuloksia. Hankesuunnitelmassa olevilla toimenpiteillä pyritään vastaamaan näihin tarpeisiin.

### **Tavoitteet:**

**Liikkuva arki varhaiskasvatuksessa -hankkeessa** keskiössä on pienten lasten liikkumisen edistäminen varhaiskasvatuspäivän aikana lisäämällä varhaiskasvatuksen henkilöstön osaamista, motivaatiota, tietoa ja keinoja pienten lasten liikkumisesta. Ajatuksena on rakentaa varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumiseksi toimivat olosuhteet ja tehdä liikkumisen mahdollisuudet näkyväksi. Hanketta tukee valtakunnallinen Liikkuva varhaiskasvatus- ohjelma ja ohjelman nykytilan arviointia hyödynnetään hanketoiminnan suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa. Hankkeessa hyödynnetään moniammatillista osaamista varhaiskasvatuksen ja liikunnan ammattilaisten kesken. Hankkeen tavoitteisiin pyritään vastaamaan eri toimenpitein sekä käytännön ratkaisuin.

### **Hankkeen tavoitteet ovat:**

- A. Edistää liikkumiseen tukevaa toimintakulttuuria varhaiskasvatuksessa
- B. Edistää perheiden yhteistä liikkumista
- C. Vahvistaa poikkihallinnollista yhteistyötä alle kouluikäisten lasten liikkumisen lisäämiseksi

## Hankkeen toimenpiteet ovat:

### A. Liikkumista tukevan toimintakulttuurin edistäminen varhaiskasvatuksessa

- a. Tuetaan varhaiskasvatussyksiköiden systemaattista työtä Liikkuva varhaiskasvatus – ohjelman sisältöjen jalkauttamisessa sekä nykytilan arvioinnin täyttämässä ja hyödyntämässä osana toimintaa.
- b. Järjestetään varhaiskasvatuksen toimipaikoissa Hyppää liikkuvaan varhaiskasvatukseen - koulutuksia (2\*45min). Koulutuksissa vahvistetaan henkilöstön osaamista liikkumisen mahdollistajana sekä vahvistetaan osaamista motoristen perustaitojen ja fyysisen aktiivisten suositusten osalta. Koulutuksia on pilotoitu pienimuotoisesti (N=4) nykyisessä Liikkuvan arjen rakenteita varhaiskasvatukseen – hankkeessa. Pilottikoulutuksista saatu palaute huomioidaan koulutuksen jatkokehittämisessä. Tavoitteena on luoda varhaiskasvatukseen sisällöllinen konsepti, jota voidaan pitkäjänteisesti hyödyntää varhaiskasvatushenkilöstön osaamisen kehittämisessä.
- c. Toteutetaan Hyvinvoinnista oppimisen iloa- seminaari yhteistyössä pääkaupunkiseudun kanssa syksyllä 2021.
- d. Varhaiskasvatuksen Liikkuvan verkoston (LIVE) kehittäminen ja toimintamuodon vakinaistaminen. Verkosto muodostuu varhaiskasvatusalueiden henkilöstö- ja esihenkilöedustajista. Toiminta on käynnistynyt syksyllä 2020 ja siitä saatu palaute on osoittanut, että verkostomainen työskentely on tärkeää.
- e. Varhaiskasvatuksen liikkumisen olosuhteita kehitetään ja edistetään välinehankinnoilla ja toiminnallisia menetelmiä hyödyntämällä
- f. Pilotoidaan varhaisiän uimaopetusta osana varhaiskasvatuspäivää

### B. Perheiden yhteisen liikkumisen edistäminen

- a. Liikuntapalvelut käynnistivät Perheulinat vuonna 2019. Perheulinoiden tavoitteena on mahdollistaa lapsiperheille mielekäs liikkuminen yhdessä perheen kesken. Toimintaa toteutetaan koulujen liikuntasaleissa ja toiminta perustuu alueelliseen yhteistyöhön. Toimintamalli on vielä kehittämisvaiheessa ja hanke tukee toiminnan juurtumista rakenteisiin.
- b. Kaupungissa on toteutettu laaja Anna Arjen Liikuttaa viestintäkampanja pienten lasten liikkumisen edistämiseksi. Viestintäkampanjasta syksyllä 2020 kerättävän arviointiaineiston perusteella kampanjointia jatkokehitetään ja luodaan lisämateriaalia varhaiskasvatuksen henkilöstön tueksi.

### C. Vahvistetaan poikkihallinnollista yhteistä lasten liikkumisen tukemiseksi

Alle kouluikäisten lasten liikkumisen edistämiseen on luotu poikkihallinnollisia rakenteita kevästä 2019 lähtien. Liikuntapalveluiden, neuvolan, leikkipuistojen ja lapsiperheiden kotipalvelun henkilöstölle toteutettiin kysely, jossa selvitettiin millaisia tukitoimia eri ammattiryhmät kaipaavat työhönsä, jotta he voivat vahvistaa lapsen fyysistä aktiivisuutta ja motorisia taitoja. Yhteistoiminnan keskiössä on ollut tavoite siitä, että kaikki kaupungin palvelut puhuvat perheille yhteistä kieltä ja ymmärtävät entistä laaja-alaisemmin liikkumisen mahdollisuudet.

Helsingin liikkumishjelmaa on toteutettu valtuustokaudella 2017–2021 ajatuksella, että liikkumisen edistämisen tavoitteet ja toimenpiteet sulautetaan vähitellen pysyväksi osaksi kaupungin toimintaa. Alustavat havainnot osoittavat, että liikkumisen käsite ymmärretään kaupunkiorganisaatiossa aiempaa laajemmin ja yhä useampi kaupungin palvelu tunnistaa roolinsa sen edistämisessä.

Poikkihallinnollinen yhteistoiminta on kuitenkin vielä vaiheessa. Vuonna 2021 keskeisessä roolissa onkin poikkihallinnollisen rakenteen vahvistaminen ja juurtuminen. Lähtökohtana on, että mm. päiväkotien, neuvoloiden ja liikuntapalveluiden yhteistoiminta konkretisoituu Helsingissä jatkossa alueellisesti eri kaupunginosissa ja kohdentuu erityisesti eniten tukea tarvitsevien perheiden tueksi.

### **Arviointi, seuranta ja vaikuttavuus sekä suunnitelma toimenpiteiden vakiinnuttamisesta osaksi normaalia palvelujärjestelmää**

Hankkeelle luodaan ohjausryhmä, joka seuraa hankkeen tavoitteiden ja toimenpiteiden toteutumista. Ohjausryhmä koostuu varhaiskasvatuksen, liikuntapalveluiden, neuvoloiden ja perhetyön johdon henkilöistä, asiantuntijoista sekä projektityöntekijöistä. Ohjausryhmä kokoontuu kahden kuukauden välein. Lisäksi hankekokonaisuudella on kaupungin vakituisista työntekijöistä ja hankerahalla palkatuista hanketyöntekijöistä koostuva työryhmä, joka suunnittelee, toteuttaa ja varmistaa, että hankkeen tavoitteet ja toimenpiteet etenevät ja toteutuvat suunnitellusti. Hankkeen toimenpiteiden toteutumista seurataan seuraavilla mittareilla:

- Hyppää liikkuvaan varhaiskasvatuksen – koulutusten ja osallistujien määrä
- Liikkuva varhaiskasvatus – ohjelman nykytilan arvioinnin indikaattorit: henkilöstön osaaminen, moniammatillinen yhteistyö ja olosuhteet
- Liikkuva verkoston tapaamisten määrä, osallistujamäärä sekä arviointi

**Hankkeen kotipaikka kaupunkiorganisaatiossa:** Alle kouluikäisten lasten ja heidän perheidensä liikkumista edistetään kaupunkitasoisena tavoitteena yhteistyössä kulttuurin ja vapaa-ajan toimialan, kasvatuksen ja koulutuksen toimialan ja sosiaali- ja terveystoimialan kanssa. Hanke hallinnoidaan liikuntapalveluiden ja varhaiskasvatuksen yhteistyöllä.

**Vaikuttavuus ja vakiinnuttaminen:** Vuoden 2018 lopussa Helsingissä varhaiskasvatusikäisistä lapsista 75,8 prosenttia oli varhaiskasvatuksessa (kunnallinen päiväkotitoimi ja perhepäivähoito, kunnan ostopalveluna hankkima varhaiskasvatus sekä yksityisen hoidon tuella tuettu varhaiskasvatus). Helsingin varhaiskasvatussuunnitelman tavoitteena on luoda koko kaupungin kattava oppimisverkosto, joka houkuttelee päivittäiseen liikkumiseen. Hanke tukee varhaiskasvatussuunnitelman toimeenpanoa ja valtakunnallisen Liikkuva varhaiskasvatus – ohjelman toimeenpanoa keskittymällä varhaiskasvatushenkilöstön osaamisen, taitojen ja olosuhteiden kehittämiseen. Liikkuminen päiväkodeissa luo perustan pienten lasten motoristen perustaitojen kehittymiselle, liikkuvaan elämäntyyliin kasvamiselle sekä lasten ja nuorten oppimisedellytyksille.

## **Muut yhteistyötahot**

Hanke jatkaa toimivaa yhteistyötä Etelä-Suomen Liikunnan ja Urheilun, Neuvokas perheen sekä Suomen Ladun kanssa. Lisäksi jatketaan ja kehitetään yhteistyötä pääkaupunkiseudun kuntien kanssa.

## **Kustannusarvio ja rahoitus**

### **Palkkio- ja palkkamenot: 75 000€**

Summa pitää sisällään kahden liikunnanohjaajan palkkamenot, asiantuntija- ja ohjaajapalkkiot yhteistyökumppaneille sekä kolmannen sektorin toimijoille, kuten yhdistykset ja liikuntaseurat. Lisäksi kokonaisuudessa on huomioitu hankkeen hallinnoinnista aiheutuneet kustannukset.

### **Matka- ja kuljetuskustannukset: 2 000€**

Summa pitää sisällään kierrätettävän välineistön kuljettamisesta yksiköstä toiseen aiheutuvista kuluista.

### **Kurssi- ja koulutuskustannukset: 15 000 €**

Rahaa varataan kaupungin henkilökunnan kouluttamiseen, koulutusmateriaalin hankintaan sekä Hyvinvoinnista oppimisen iloa-seminaariin toteutukseen, jossa huomioidaan sijaiskulut.

### **Materiaali- ja välinekustannukset 20 000€**

Rahaa käytetään päiväkotien välineistön päivittämiseen. Hankinnat pitävät sisällään erilaista pienvälineistöä, mutta myös suurempia hankintoja, jotka tukevat varhaiskasvatusikäisten lasten motoristen taitojen opettelua.

### **Yksittäinen toiminta ja tapahtumat: 10 000€**

Rahaa varataan liikunnallisten tapahtumien järjestämiseen, kuten erilaiset Pop Up -kiertueet ja liikunnalliset tapahtumat toimipaikoissa.

### **Muut kustannukset: 5 000€**

Rahaa varataan materiaalin tuottamiseen sekä sidosryhmä- ja verkostotyöskentelyyn, jossa edistetään kaupunkilaisten osallisuuden käytännön toteuttamista. Lisäksi mahdolliset markkinointi- ja viestintätoimet vaativat taloudellista resursointia.

Haettava summa: 120 000 € **60 000 + 60 000€ (omarahoitus)**

Hakemuksen liitteenä on sekä sitoumus omavastuusuuden varaamisesta. **Taloudesta vastaa Johanna Simpanen, johanna.simpanen@hel.fi, +358 9 310 87754.**

Hanke on hyväksytty kulttuuri ja vapaa-ajan hallintojohtajalla viikolla 48.

**Helsingissä**

Laura Pirhonen, liikunnansuunnittelija  
[laura.e.pirhonen@hel.fi](mailto:laura.e.pirhonen@hel.fi)  
Liikuntapalvelut, liikunnan edistämisyksikkö