KANGASALAN KUNNAN VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNTASUUNNITELMA

2016

SISÄLLYS

JOHDANTO 1

1 VARHAISKASVATUSSUUNNITELMAN PERUSTEET JA VARHAISVUOSIEN FYYSISEN AKTIIVISUUDEN SUOSITUKSET 2

2 KANGASALAN KUNNAN VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNTAKASVATUKSEN TAVOITTEET 4

3 VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNTAKASVATUS KANGASALLA 5

3.1 VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNNALLINEN TOIMINTAYMPÄRISTÖ KANGASALLA 9

3.3 LIIKUNTAKASVATUKSEN SUUNNITTELU 12

4 LIIKKUVAT JA LIIKUNTATIIMIT LIIKUNTAKASVATUKSEN KEHITTÄJINÄ 13

5 YHTEISTYÖTAHOT 14

6 ARVIOINTI, SEURANTA, KEHITTÄMINEN 15

JOHDANTO

Lapsen hyvinvointi koostuu monesta asiasta; turvallisista ihmissuhteista, yhdenvertaisista mahdollisuuksista kehittyä ja oppia, riittävästä ravinnosta ja levosta sekä jokapäiväisestä monipuolisesta liikkumisesta ja leikistä. Liikkuminen ja leikkiminen ovat lapselle ominaisia tapoja toimia ja oppia. Lapsi oppii leikin ja liikkumisen avulla itsestään, ympäristöstään ja toisista ihmisistä. Liikkumisen kautta lapsi oppii myös välttämättömät motoriset perustaidot, joiden avulla hän pystyy selviytymään arjen eri tilanteissa. Terveyden ja hyvinvoinnin sekä kokonaisvaltaisen kehityksen ja oppimisen tueksi lapsi tarvitsee päivittäistä monipuolista liikkumista. Lapsen kanssa toimivien aikuisten tulee mahdollistaa jokapäiväinen liikkuminen ja poistaa liikkumisen esteitä ympäristöstä. Liikunnallisen elämäntavan muotoutuminen tapahtuu varhain, jo kolmanteen ikävuoteen mennessä. Siksi lasten elinpiirissä toimivien aikuisten esimerkki ja malli ovat erityisen merkityksellisiä.

Varhaiskasvatuksen rooli lasten liikkumisen mahdollistamisessa on suuri. Lapset viettävät varhaiskasvatuksen parissa useita tunteja viikossa. Varhaiskasvattajilla on paljon tietoutta lapsen kehityksestä ja tarpeista. Yhteistyössä huoltajien kanssa lapsen liikkumista ja motorisien taitojen kehittymistä voidaan tukea hyvin varhaiskasvatuksen arjessa. Tämä vaatii varhaiskasvattajilta suunnitelmallisuutta, sitoutumista ja vahvaa tietoisuutta liikkumisen merkityksestä, mutta myös ajattelutavan muutosta toimintakulttuurissa ja myönteistä suhtautumista liikkumiseen.

Kangasalalla kehitetään varhaiskasvatuksen liikuntakasvatusta **Pienet linnut iloisesti liikkeellä** -hankkeen ja **Ilo kasvaa liikkuen** -ohjelman avulla.

Tämä varhaiskasvatuksen liikuntasuunnitelma on osa Kangasalan kunnan varhaiskasvatussuunnitelmaa ja on työtä ohjaava kokonaisuus.

-Pienestä linnusta
uljas kotka
oksalle ylimmälle-
Lapsen kasvua ja oppimista edistävä
turvallinen ja monipuolinen
varhaiskasvatus ja opetus
kesäpäivän pitäjässä

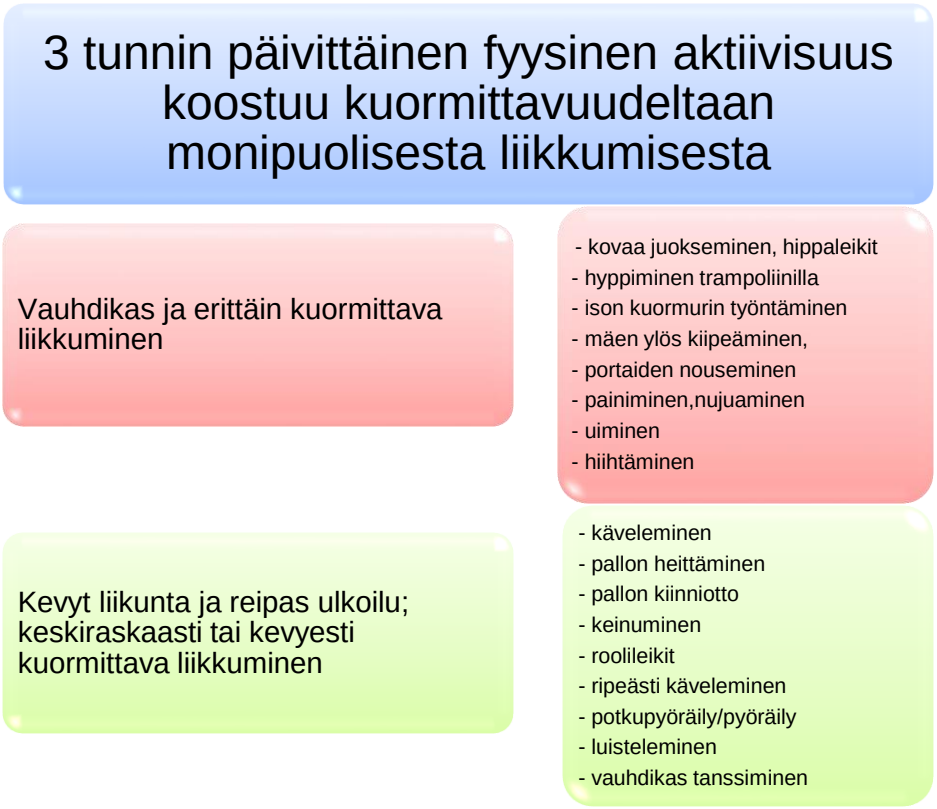
1 VARHAISKASVATUSSUUNNITELMAN PERUSTEET JA VARHAISVUOSIEN FYYSISEN AKTIIVISUUDEN SUOSITUKSET

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa (jatkossa PERUSTEET) liikuntakasvatuksesta sanotaan seuraavasti:

Lapsia ja kasvattajia kannustetaan liikunnallisiin ja terveellisiin elämäntapoihin. Varhaiskasvatuksessa liikutaan monipuolisesti sekä sisällä että ulkona ja vältetään pitkäkestoista istumista ja paikallaanoloa. Varhaiskasvatuspäivään kuuluu myös mahdollisuus rauhoittumiseen ja lepoon.

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä (jatkossa SUOSITUKSET) koostuvat yhdeksästä eri teemasta:

Suositusten uusi fyysisen aktiivisuuden määrä alle kouluikäiselle lapselle:



- Lisäksi lapselle taataan päivittäin mahdollisuus lepoon, rauhoittumiseen ja keskittymiseen
- Päivittäinen fyysinen aktiivisuus on lapselle yhtä tärkeää kuin riittävä uni ja lepo sekä terveellinen ravinto
- Fyysisellä aktiivisuudella tarkoitetaan kaikkea kehon liikettä, joka lisää energiankulutusta lepotason yläpuolelle
- Yli tunnin paikallaanolo- ja istumisjaksoja pitää välttää

2 KANGASALAN KUNNAN VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNTAKASVATUKSEN TAVOITTEET

Kangasalan kunnan varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen tavoitteena on

- mahdollistaa jokaisen lapsen päivittäinen monipuolinen fyysinen aktiivisuus suositusten edellyttämällä tavalla
- tukea jokaisen lapsen liikunnallisen ja terveyttä edistävän elämäntavan muotoutumista osaksi arkea, herättää ilo liikkumiseen
- mahdollistaa jokaisen lapsen motoristen ja havaintomotoristen perustaitojen kehittyminen
- mahdollistaa välineiden riittävyys ja saatavuus sekä ohjatun että lasten omaehtoisen liikkumisen ja leikin aikana
- käyttää liikkumista laaja-alaisen oppimisen välineenä
- toimia yhteistyössä huoltajien kanssa ja lisätä heidän ymmärrystään liikunnan merkityksestä sekä kannustaa perheen yhteiseen arkiliikkumiseen
- toimia yhteistyössä muiden yhteistyötahojen kanssa liikkumisen, terveyden ja yleisen hyvinvoinnin edistämiseksi

3 VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNTAKASVATUS KANGASALLA

Kangasalan kunnan varhaiskasvatuksen liikuntakasvatus pohjautuu Varhaiskasvatussuunnitelman perusteisiin ja Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksiin.

PERUSTEET: Varhaiskasvatuksen tehtävänä on luoda pohjaa lasten terveyttä ja hyvinvointia arvostavalle sekä liikuntaa edistävälle elämäntavalle yhdessä huoltajien kanssa.

SUOSITUKSET: Kohti liikkuvaa elämäntapaa - perhe tärkeä roolimalli

Näin Kangasalla:

Toimimme huoltajien kanssa yhteistyössä ja lisäämme heidän ymmärrystään fyysisen aktiivisuuden merkityksestä lapsen kokonaisvaltaiselle kehitykselle ja oppimiselle ja myönteisen minäkuvan muodostumiselle.

Otamme puheeksi lapsen fyysisen aktiivisuuden määrän ja suositukset, liikunnan, levon ja ravinnon määrän, motoriset taidot

- arjen kohtaamisissa aamuin ja iltapäivisin
- alkukeskusteluissa, varhaiskasvatus- ja esiopetussuunnitelmakeskusteluissa
- vanhempainilloissa ja tapahtumien yhteydessä
- mahdollistamme huoltajien osallisuuden liikunnallisen toiminnan suunnittelussa ja toimintaan osallistumisessa
- kannustamme perheitä yhteiseen liikkumiseen arjessa
- järjestämme liikunnallisia tapahtumia ja teemaviikkoja.

Tuemme jokaisen varhaiskasvatuksessa olevan lapsen liikunnallisen ja terveyttä edistävän elämäntavan muotoutumista.

- varhaiskasvattajan omalla myönteisellä suhtautumisella liikkumiseen
- varhaiskasvattajan aktiivisella esimerkillä ja toiminnalla
- innostamme ja kannustamme lapsia liikkumaan arjessa myös omaehtoisesti
- ohjaamme terveellisiin valintoihin arjessa (esim. Sapere -ruokakasvatusmenetelmä tässä apuna).

PERUSTEET: Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen tulee olla säännöllistä, lapsilähtöistä, monipuolista ja tavoitteellista.

Kasvattajien tulee suunnitella lasten päivärytmi, sisä- ja ulkoympäristö sekä toiminnalliset sisällöt niin, että liikunta on monipuolista eri tilanteissa.

SUOSITUKSET: Liikunta varhaiskasvatuksessa - jokaisen lapsen oikeus
Vauhti virkistää - vähintään 3 tuntia liikkumista joka päivä
Tekemällä taitoja - monipuolisuus kunniaan
Ohjattu liikunta - onnistumisen elämyksiä

Näin Kangasalla:

Liikuntakasvatus on suunniteltua. Jokainen varhaiskasvatusyksikkö suunnittelee liikuntakasvatustaan Kangasalan kunnan varhaiskasvatuksen liikuntasuunnitelman ja siihen liittyvän Vuosikellon avulla.

Varhaiskasvatushenkilöstö suunnittelee lapsen varhaiskasvatuksen ja lapsen toiminnan niin, että hänellä on mahdollisuus saavuttaa fyysisen aktiivisuuden suositukset myös varhaiskasvatuksessa. Suunnittelussa otetaan huomioon seuraavia seikkoja:

- sisällöt, jotka tukevat motoristen ja havaintomotoristen taitojen monipuolista kehittymistä ja toteuttavat suositusten linjauksia määrästä, laadusta ja liikkumisen kuormittavuudesta
- lasten yksilölliset iän mukaiset ja muut kehitykselliset tarpeet sekä lasten että vanhempien toiveet
- havainnoinnin toteutuminen
- ohjatun ja omaehtoisen liikunnan toteutuminen päivittäin
- laaja-alaisen osaamisen näkökulma
- selkeä arjen struktuuri ja välineiden käyttö, mitkä osaltaan myös mahdollistavat lasten omaehtoisen liikkumisen joka päivä.
- eri toimintaympäristöjen monipuolinen hyödyntäminen oppimisessa
- vuodenajat ja erilaiset juhlat liikuntakasvatuksen näkökulmasta
- yhteistyömahdollisuudet kunnan eri toimijoiden ja järjestöjen kanssa

PERUSTEET:Ohjatun liikkumisen lisäksi lapsilla pitää olla riittävästi mahdollisuuksia päivittäiseen omaehtoiseen liikuntaan sisällä ja ulkona. Liikunnan tulee olla luonteva osa lapsen koko varhaiskasvatuspäivää.

SUOSITUKSET: Liikunta varhaiskasvatuksessa - jokaisen lapsen oikeus
Ympäristö haastaa ja hauskuuttaa - ulkona unelmat todeksi
Välineet ja lelut - innosta kokeilemaan
Kuuntele - anna lapselle mahdollisuus vaikuttaa

Näin Kangasalla:

Lasten omaehtoinen liikkuminen (= lapsen omasta halusta tapahtuva fyysinen aktiivisuus yksin tai kavereiden kanssa) muodostaa suurimman osan fyysisen aktiivisuuden kokonaismäärästä alle kouluikäisillä. Varhaiskasvattaja tukee omaehtoista liikkumista kannustamalla haastamaan omia taitojaan, kokeilemaan turvallisesti erilaisia asioita kehollaan, opettamalla liikuntaleikkejä, olemalla itse esimerkkinä liikkuvasta aikuisesta sekä vähentämällä liikkumisen esteitä toimintaympäristöissä. Erilaiset liikkumaan innostavat välineet ovat saatavilla myös omaehtoisen toiminnan aikana. Omaehtoinen liikkuminen suunnitellaan myös arjen struktuuriin. Lasta ja tämän mielipiteitä kuunnellaan suunniteltaessa toimintaa ja oppimisympäristöjä. Tartutaan lapsen herättämiin ajatuksiin ja ideoihin.

PERUSTEET:Varhaiskasvatuksessa lapsia kannustetaan ulkoiluun ja liikunnallisiin leikkeihin kaikkina vuodenaikoina sekä poistetaan liikkumisen esteitä.

SUOSITUKSET: Ympäristö haastaa ja hauskuuttaa - ulkona unelmat todeksi
Kuuntele - anna lapselle mahdollisuus vaikuttaa

Näin Kangasalla:

Kangasalan varhaiskasvatuksessa päiväkodeissa ja varhaiskasvatuksen esiopetuksessa sekä perhepäivähoidossa ulkoillaan pääsääntöisesti kaksi kertaa päivässä, aamu- sekä iltapäivällä. Sää ei yleensä ole este ulkoiluille, jos vaatetus on asianmukainen. Ulkoilun pituus vaihtelee lapsen käyttämän varhaiskasvatusajan mukaan. **Avoimen varhaiskasvatuksen kerhoissa ulkoillaan pääsääntöisesti osa kerhoajasta.**

Ulkoilulla on tutkimusten mukaan merkittävä rooli lapsen motoristen taitojen kehittymisessä, sillä ulkoilussa lapsen liikkuminen on yleensä kuormittavampaa ja monipuolisempaa kuin sisätiloissa. Piha-alueiden ja metsän vaihtelevat maastonmuodot edesauttavat liikkumis- ja tasapainotaitojen kehittymistä. Lisäksi ulkoilujen kuormittava liikkuminen kehittää sekä hengitys- ja verenkiertoelimistön että luuston kuntoa.

Varhaiskasvattajat seuraavat aktiivisesti lasten liikkumisen määrää ja laatua ulkoiluissa ja kannustavat kaikkia lapsia, mutta erityisesti vähän liikkuvia lapsia liikkumaan mahdollisimman paljon ulkoilujen aikana. Varhaiskasvattajat kertovat havainnoistaan myös huoltajille. Varhaiskasvattajan aktiivinen rooli ulkoiluissa esimerkiksi liikuntaleikkien liikuttajana innostaa lapsiakin liikkumaan ja saamaan oma-ehtoiseen liikkumiseensa välineitä ja ideoita.

Ulkoliikuntaan ja muuhunkin liikkumiseen liittyvät säännöt ja mahdollisuudet mietitään työyhteisössä yhdessä niin, että turvallisuus säilyy, mutta monipuolinen liikkuminen ei esty. Piha-alue on monipuolinen oppimisympäristö ja sen mahdollisuuksia ja välineitä hyödynnetään niin liikkumisen kuin laaja-alaisen oppimisenkin näkökulmasta. Varhaiskasvattajat etsivät ja luovat liikkumaan houkuttelevia oppimisympäristöjä myös muualta kuin päiväkodin piha-alueelta.

Vuodenaikojen vaihtelut huomioidaan ulkoilujen sisällöissä ja välineistössä sekä pukeutumisessa, mikä ei saa estää liikkumista. Huoltajien kanssa keskustellaan sopivasta liikkumista tukevasta vaatetuksesta ja asianmukaisista liikuntavälineistä.

PERUSTEET: Liikuntavälineiden tulee olla lasten saatavilla myös omaehtoisen liikunnan ja leikin aikana

SUOSITUKSET: Kuuntele - anna lapselle mahdollisuus vaikuttaa
Välineet ja lelut - innosta kokeilemaan

Näin Kangasalla:

Liikuntavälineet ovat toimintavälineitä kuten lelutkin. Perusvälineistöä tulee olla riittävästi ja ne ovat lasten saatavilla omaehtoiseen toimintaan ja leikkiin. Liikuntavälineet monipuolistavat lasten toimintaa ja edesauttavat käsittelytaitojen ja sitä kautta myös hienomotoristen taitojen kehitystä. Välineiden käyttäminen myös lisää fyysistä aktiivisuutta arjessa. Liikkumiseen innostava väline voi olla myös kaluste, matto, kangas, lelu tai kierrätysmateriaalista valmistettu väline. Lasten ideoita ja mielipiteitä otetaan huomioon välineiden hankinnassa, käyttämisessä ja ympäristön muokkaamisessa.

Välineitä säilytetään päiväkodeissa ja avoimessa varhaiskasvatuksessa osaksi liikuntasalissa tai -tilassa, mutta myös ryhmätiloissa omassa laatikossa/hyllyssä tai välinevaunussa. Perhepäivähoidossa välineiden paikka määräytyy käytössä olevan tilan

mukaan. Varhaiskasvatusyksiköissä sovitaan yhteisesti kuinka välineet jaetaan tasapuolisesti eri ikäryhmille ja kuinka ne ovat mahdollisimman paljon arjessa lasten saatavilla. Liikuntavastaava ja liikuntatiimi yhdessä esimiehen kanssa vastaavat välineistön hankinnasta ja kunnosta, mutta jokaisen kasvattajan vastuulla on liikkumisen mahdollistaminen myös välineitä hyväksi käyttäen.

3.1 VARHAISKASVATUKSEN LIIKUNNALLINEN TOIMINTAYMPÄRISTÖ KANGASALLA

Kaikilla Kangasalan alle kouluikäisillä lapsilla on oikeus vähintään 20 tuntiin varhaiskasvatusta viikossa. Varhaiskasvattajat suunnittelevat toiminnan niin, että liikuntakasvatukselle asetetut tavoitteet toteutuvat tässä ajassa. Yhteistyö huoltajien kanssa on kuitenkin tärkeää keskusteltaessa lapsen päivittäisen fyysisen aktiivisuuden kokonaismäärän täyttymisestä.

Kangasalan kunnan varhaiskasvatuksen toimintamuodot ovat päiväkotitoiminta, perhepäivähoito ja avoin varhaiskasvatus. Päiväkodeissa ja perhepäivähoidossa liikuntakasvatussuunnitelmaa voidaan toteuttaa sellaisenaan, mutta avoimessa varhaiskasvatuksessa soveltaen sen aikarakenteen vuoksi.

LAAJA-ALAINEN OPPIMINEN JA LIIKUNTAKASVATUS

Varhaiskasvatuksessa luodaan pohjaa lasten laaja-alaiselle osaamiselle. Laaja-alaisessa osaamisessa tiedot, taidot, arvot, asenteet ja tahto muodostavat kokonaisuuden. Kun lapsella on laaja-alaista osaamista, hän pystyy yhdistelemään erilaisia tietojaan ja taitojaan ja toimia eri tilanteiden edellyttämällä tavalla.

Liikuntakasvatuksella pyritään:

1. **kasvattamaan liikkumaan** eli oppimaan motorisia perustaitoja päivittäisen fyysisen aktiivisuuden avulla, mikä on myös normaalin fyysisen kasvun ja kokonaisvaltaisen kehityksen edellytys sekä muodostamaan myönteinen asenne liikkumista kohtaan
2. **kasvattamaan liikunnan avulla,** jolloin suunnitellun, lapsilähtöisen, monipuolisen, tavoitteellisen ja säännöllisen liikunnallisen toiminnan avulla tuetaan jokaisen lapsen fyysistä, kognitiivista, psyykkistä, emotionaalista ja sosiaalista kehitystä

Liikuntakasvatus on siis lapsen koko päivän ajalle sijoittuvaa toimintaa, jolla tuetaan lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Liikunta voi parhaimmillaan sisältyä kaikkiin oppimisen alueisiin, joita ovat Kielten rikas maailma, Ilmaisun monet muodot, Minä ja meidän yhteisömme, Tutkin ja toimin ympäristössäni, Kasvan, liikun ja kehityn. Nämä alueet eivät ole toisistaan irrallaan, vaan aihepiirejä yhdistellään ja sovelletaan lasten mielenkiinnon ja osaamisen mukaisesti. Hyvällä suunnittelulla varhaiskasvatuksen arjessa oppiminen on fyysisesti aktiivista ja toiminnallista, lapsen ominaisia toimintatapoja kunnioittavaa ja mikä samalla edistää lapsen hyvinvointia, terveyttä ja kehitystä.

OPPIMIS- JA TOIMINTAYMPÄRISTÖN MUOKKAAMINEN LIIKUNTAA TUKEVAKSI

Liikuntakasvatusta toteutetaan Kangasalan varhaiskasvatuksessa hyvin erilaisissa puitteissa ja tiloissa. Tilat eivät saa olla este laadukkaalle liikuntakasvatukselle. Varhaiskasvattaja luo olemassa oleviin tiloihin liikkumiseen houkuttelevan ja turvallisen ja esteettömän fyysisen oppimisympäristön, mikä haastaa jokaista lasta kokeilemaan ja tutkimaan erilaisia asioita kehollaan. Liikkumistilojen ei ole hyvä sisältää teräviä kulmia, rikkoutuvia sisustusesineitä tai viherkasveja, joita lapsen täytyy jatkuvasti varoa. Välineiden on oltava turvallisia, niistä ei saa irrota mitään osia eivätkä ne saa kaatua lapsen päälle.

Motoristen taitojen oppimista ja kehitystä sekä liikkuvaan elämäntapaan suuntautumista tukee myös myönteinen psyykkinen ja sosiaalinen toimintaympäristö. Fyysinen aktiivisuus koetaan myönteisenä asiana, siihen kannustetaan ja jokaisen lapsen taitoja ohjataan jokaisen lapsen omista lähtökohdista katsoen myönteisessä vuorovaikutuksessa muiden lasten ja aikuisten kanssa. Lapset saavat onnistumisen elämyksiä omasta liikkumisestaan ja kehollisista kokemuksistaan. Lapset pääsevät osallisuuden kautta vaikuttamaan omiin leikki- ja toimintaympäristöihinsä.

Kangasalan kunta tarjoaa varhaiskasvatukselle paljon erilaisia ympäristöjä liikkumiseen eri vuodenaikoina. Metsät ovat lähellä samoin harjut, luontopolut, hiihtoladut, luistelukentät, puistot ja leikkipaikat. Jäähalli, urheilukentät sekä uimahalli ovat myös varhaiskasvatuksen käytössä. Urheiluseurat voivat tarjota myös osaamistaan varhaiskasvatuksen käyttöön.

Esiopetusikäisellä lapsella on oikeus esiopetusvuoden aikana 4 uimaopetuskertaan Kangasalan uimahallissa. Opetus tulee uimahallin puolesta. Suositeltu ryhmäkoko uimahallikäynneissä on 10-13 esiopetusikäistä lasta 1 aikuista kohden. Lapsiryhmän tarpeet tulee ottaa huomioon ryhmäkokoa mietittäessä.

PIENRYHMÄPEDAGOGIIKKA LIIKUNTAA TUKEMASSA

Kangasalan varhaiskasvatuksessa pienryhmäpedagogiikka on toimintatapa ja myös yksi tuen muoto. Kiinteissä pienryhmissä toimiminen säännöllisesti vaihtuvan aikuisen kanssa mahdollistaa jokaisen lapsen yksilöllisemmän kohtaamisen, sensitiivisemmän vuorovaikutuksen ja pysyvämmät ihmissuhteet. Lapsen on helpompi ilmaista itseään ja aloitteitaan pienemmässä ryhmässä ja aikuisen on helpompi tarttua niihin ja suunnitella toimintaa yhdessä lasten kanssa.

Liikuntakasvatuksen näkökulmasta pienryhmäpedagogiikka tarjoaa mahdollisuuden fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen arjessa. Pienryhmätoiminnan seurauksena:

- leikkitilaa on lapsilla enemmän käytössä ja leikit voivat olla fyysisempiä myös sisätiloissa
- liikuntavälineitä on mahdollista käyttää enemmän ja niitä riittää kaikille
- lapsen taitojen havainnointi on helpompaa
- lapsen yksilöllisten taitojen ohjaaminen ja niissä tukeminen mahdollistuu paremmin
- lapsen osallisuus toiminnan suunnittelussa ja toimintaympäristön rakentamisessa on helpompi toteuttaa

3.2 LASTEN LIIKKUMISEN JA LIIKUNTATAITOJEN HAVAINNOINTI

Varhaiskasvattajilla on varhaiskasvatuslakiin perustuva velvoite havainnoida lapsen toimintaa varhaiskasvatuspäivän aikana. Järjestelmällisen havainnoinnin avulla kasvattajat saavat tietoa myös lapsen liikkumisen määrästä ja laadusta sekä motoristen ja havaintomotoristen taitojen kehityksestä. Näitä havaintoja, lasten mielenkiinnonkohteita ja aloitteita tulee hyödyntää lapsen koko varhaiskasvatuspäivän rakenteen suunnittelussa sekä liikuntakasvatuksen sisältöjen suunnittelussa ja toteutuksessa. Havainnot tukevat myös lapsen varhaiskasvatussuunnitelman/esiopetussuunnitelman laatimista yhdessä huoltajien kanssa sekä mahdollisen tuentarpeen suunnittelua ja toteutusta.

Liikuntataitojen havainnointia sisällytetään arjen eri tilanteisiin. Seuraavat toiminnot antavat paljon tietoa lapsen motorisista ja havaintomotorisista taidoista:

- ulkoilu, liikkuminen eri ympäristöissä ja maastoissa
- pukeminen/riisuminen
- ruokailu
- wc -toiminta
- leikki
- kädentaidot
- siirtymätilanteet
- ohjattu ja omaehtoinen liikkuminen, motoriset radat

Havaintoja tehdään seuraavista asioista lapsen ikätaso huomioon ottaen:

- millainen on lapsen yleinen fyysinen aktiivisuus ja omatoimisuus arjessa?
- jaksaako lapsi yrittää vai antaako helposti periksi?
- kehittyvätkö lapsen taidot eteenpäin, mitkä taidot eivät kehity?
- miten lapsi suhtautuu sääntöihin, ohjeisiin, palautteeseen?
- osaako lapsi toimia muiden lasten kanssa?
- millaiset ovat lapsen havaintomotoriset taidot (tietääkö kehonosat, kehon eri puolet, keskilinjan ylitys, kätisyys, rytmikyky, rentoutuminen, liikkeiden jäljittely mallista)?
- millainen tasapaino lapsella on eri toiminnoissa?
- millainen on motoristen perustaitojen hallinta ja motorisista tehtävistä selviytyminen?
- millainen on liikkumisen sujuvuus eri tilanteissa ja ympäristöissä?
- miten lapsi käsittelee erilaisia välineitä kehollaan ja käsillään?

Havainnot kirjataan ja tallennetaan yksikössä/ryhmässä sovitulla tavalla. Liitteenä olevaa havainnointilomaketta voi käyttää havainnoinnin apuna. *(*LIITE 4) Varhaiskasvattajien on hyvä järjestää havainnointitilanteita välillä myös niin, että havainnoija saa keskittyä pelkästään havainnointiin.

3.3 LIIKUNTAKASVATUKSEN SUUNNITTELU

Varhaiskasvatushenkilöstö suunnittelee lapsen varhaiskasvatuksen toiminnan niin, että hänellä on mahdollisuus saavuttaa fyysisen aktiivisuuden suositukset myös varhaiskasvatuksessa. Avoimessa varhaiskasvatuksessa suunnitelmaa sovelletaan kerhojen aikarakenteen vuoksi. Suunnittelussa käytetään hyväksi Kangasalan kunnan liikuntakasvatussuunnitelmaa ja liikunnan Vuosikelloa.
Liikuntakasvatusta suunniteltaessa on tärkeää käydä esimiehen johdolla keskustelua koko yksikön kesken yhteisistä liikuntakasvatuksen linjauksista ja säännöistä sekä siitä kuinka omaehtoista liikkumista arjessa voisi lisätä. Liikuntakäytäntöjen arviointilomake (LIITE 1) on väline, mitä voi käyttää hyväkseen myös suunnittelun pohjana.

Varhaiskasvatushenkilöstö suunnittelee liikuntakasvatusta vuositasolla, vuodenaikojen mukaan kuukausittain sekä tuokiotasolla.

LIIKUNNAN VUOSISUUNNITELMA ELI VUOSIKELLO

Vuosikellon (LIITE 2) avulla suunnitellaan varhaiskasvatusyksikön ja ryhmän liikuntakasvatusta vuodenaikojen mukaan eri toimintaympäristöissä. Vuosikello huomioi kaikkien alle kouluikäisten lasten fyysisen aktiivisuuden, mutta varhaiskasvattaja soveltaa sisällöt omaan lapsiryhmäänsä ja heidän ikäänsä, taitoihinsa ja kehityksellisiin tarpeisiinsa sopiviksi. Vuosikellon ohessa on liite motorista ja havaintomotorisista taidoista (LIITE 3), jota käytetään suunnittelun tukena monipuolisen liikuntakasvatuksen toteuttamisessa.

Vuosikellossa huomioidaan myös huoltajien kanssa tehtävä yhteistyö sekä se mitä muistettavaa kasvattajalla on vuodenkierron aikana omassa työssään liikuntakasvatuksen näkökulmasta, kuten havainnointi ja arviointi.

Lapsen osallisuus otetaan myös huomioon suunnittelussa: lasta ja hänen aloitteitaan, ehdotuksiaan, tarpeitaan kuunnellaan ja otetaan mukaan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin.

Vuosikellon avulla varhaiskasvattajat voivat seurata liikuntakasvatuksen tavoitteiden toteutumista. Vuosikelloa käytetään myös arvioinnin apuna.

OHJATTU LIIKUNTA

Ohjattuja pidempiaikaisia liikuntatuokioita on säännöllisesti eri vuodenaikoina sisällä ja ulkona 1-2 kertaa viikossa. Lisäksi pieniä ohjattuja hetkiä voi olla ripoteltuna jokaiseen päivään kuten aamu- ja päiväpiireillä, siirtymä- ja odottelutilanteissa tai ulkoiluissa.

Ohjattujen tuokioiden suunnittelussa otetaan huomioon:
- fyysinen aktiivisuus on runsasta eikä odottelua ja jonotusta synny turhaan
- varhaiskasvattaja luo myönteisen ja kannustavan ilmapiirin

- jokaiselle lapselle mahdollistetaan omalla taitotasolla liikkuminen ja siinä kehittyminen

- jokainen lapsi saa onnistumisen ja oppimisen elämyksiä ja iloa liikkumisesta ja toisten kanssa toimimisesta
- lasten osallisuus on mukana myös ohjatuilla hetkillä; lasta kuunnellaan ja hänen ideoihinsa tartutaan
- ohjattuja tuokioita voi olla liikuntasalin lisäksi missä tilassa tahansa sisällä ja ulkona ja lähiympäristössä.

4 LIIKKUVAT JA LIIKUNTATIIMIT LIIKUNTAKASVATUKSEN KEHITTÄJINÄ

Liikkuvat eli liikuntavastaavat toimivat jokaisessa varhaiskasvatusyksikössä. Yksiköihin valitaan yksi ja isompiin, yli 4 ryhmän yksiköihin 2 liikuntavastaavaa. Perhepäivähoidolla on omat Liikkuvat. Avoimella varhaiskasvatuksella lisäksi oma Liikkuva, joka vastaa avoimen henkilöstön omissa palavereissa liikuntakasvatuksen esillä olemisesta ja sen kehittämisestä. Liikuntavastaava voi olla päiväkodin opettaja tai muu varhaiskasvatuksen ammattiryhmän edustaja. Liikkuva on liikuntakasvatuksen asiantuntija omassa yksikössään. Jokainen varhaiskasvattaja on kuitenkin vastuussa liikuntakasvatuksen toteuttamisesta ja toteutumisesta yksikössään.

Liikkuvan tehtävänä:

- toimia yksikkönsä esimiehen apuna liikuntakasvatuksen vastuuhenkilönä ja kehittäjänä yhdessä liikuntatiimin kanssa
- vastata välineiden hankinnasta, välineiden järjestelyistä
- toimia Ilo kasvaa liikkuen -ohjelman yhteyshenkilönä
- seurata liikuntakasvatukseen liittyvää keskustelua ja ajankohtaisia asioita ja tuoda asioita ja ideoita liikuntatiimin palavereihin, talopalavereihin, pedagogisiin ryhmiin ja Liikuntavastaavien verkostoon
- tiedottaa omaa yksikköään em. ryhmien palavereissa käydyistä keskusteluista

Liikuntatiimi:

- jokaisen varhaiskasvatusyksikön oman liikuntakasvatuksen kehittäjäryhmä
- muodostuu varhaiskasvatusyksikön jokaisen ryhmän yhdestä varhaiskasvattajasta
- tiimiä johtaa Liikkuva
- suunnittelee mm. koko yksikön liikunnallista toimintaa kuten tapahtumia, teemaviikkoja, kehittämistehtävien toteutusta, tarkastavat välineiden kuntoa ja riittävyyttä
- yksikön tarpeet määräävät kokoontumiskerrat

Liikuntakasvattajaverkoston tehtävänä:

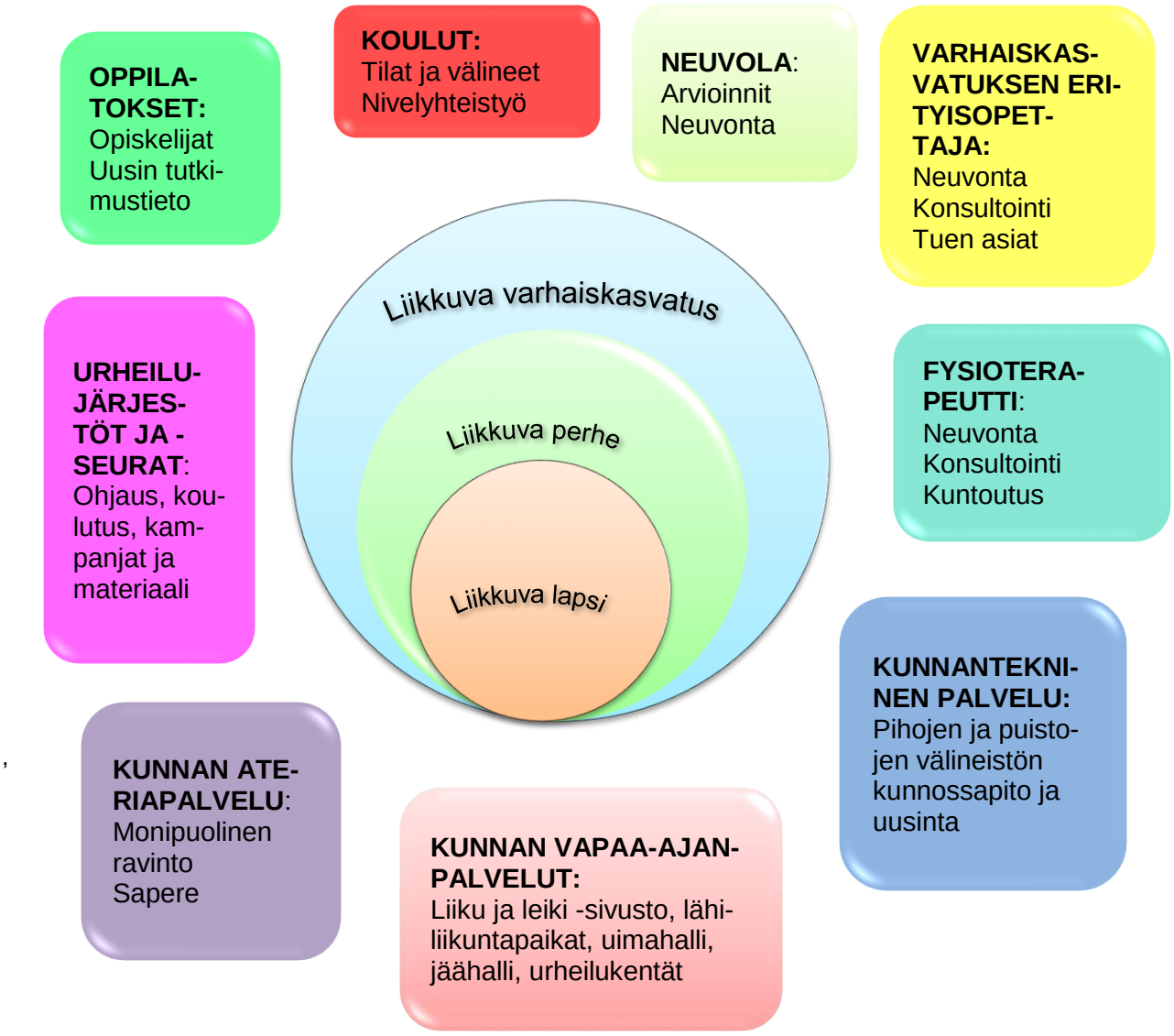
- muodostuu kaikista kunnan Liikkuvista
- lisätä liikuntakasvatuksen tietotaitoa kunnassa yhteistyön kautta
- lisätä liikuntakasvatuksen tasalaatuisuutta kunnassa
- saada hyvät ideat kiertoon yksiköistä verkostoon ja toisinpäin
- kouluttautua ja kouluttaa toinen toisiaan
- mukana esimiesedustaja
- kokoontua minimissään 2 kertaa toimintavuoden aikana

- arvioida toimintaansa ja kunnan liikuntasuunnitelmaa kerran vuodessa

5 YHTEISTYÖTAHOT

”Koko kylä liikuttaa - kaikki yhteistyössä lapsen hyvinvoinnin tukena”

Liikkuvan lapsen elinpiiri voi olla laaja. Kaikki voivat esimerkillään ja asenteillaan kannustaa lasta liikkumaan. Oman perheen, sukulaisten, kummien, naapurien ja ystävien lisäksi Kangasalan kunnan ja seutukunnan alueelta löytyy monia yhteistyötahoja.



,

6 ARVIOINTI, SEURANTA, KEHITTÄMINEN

Liikuntakasvatusta arvioidaan säännöllisesti varhaiskasvatusyksiköissä; ryhmien palavereissa, yksikön palavereissa ja yksikön toiminnan arvioinneissa. Arvioinnissa käytetään Liikkumiskäytäntöjen arviointilomaketta (LIITE 1).

Koko varhaiskasvatuksen tasolla tehtävissä asiakastyytyväisyyskyselyissä liikuntakasvatus on arvioitavissa huoltajien näkökulmasta.

Kangasalan kunnan Liikkuvaverkosto eli yksiköiden liikuntavastaavat arvioivat toimintaansa kerran vuodessa ja raportoi siitä varhaiskasvatuksen laaturyhmää.

Varhaiskasvatuksen johtoryhmä huolehtii Kangasalan varhaiskasvatuksen liikuntasuunnitelman päivittämisestä.

LÄHTEET

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016, Opetushallitus: Määräykset ja ohjeet 2016:17.
Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016:21.
Kangasalan kunnan varhaiskasvatussuunnitelma, 2013. Sivistyskeskus Kasvatus- ja opetuslautakunta
Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille, 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016:22
Pikkuväki. Varhaiskasvattajien ammattilehti. 4/2016
Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset, 2005. Sosiaali- ja terveysministeriö 2005:17
Jaakkola, T. 2014. Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaideaa motoristen taitojen parantamiseksi. PS-Kustannus.

Kuvat
Kansikuvan piirroshahmot taiteilivat Vilma Järvelä, Olivia Aula, Pihla Männistö.
Vatialan päiväkoti/Peipot
Kansikuvan metsävalokuva Saija Viipuri

LIITTEET

LIITE 1

LIIKUNTAKÄYTÄNTÖJEN ARVIOINTI VARHAISKASVATUSYKSIKÖSSÄ/LAPSIRYHMÄSSÄ

- käytetään suunnittelun ja arvioinnin tukena
- arvioidaan sekä koko yksikön että lapsiryhmän näkökulmasta

1. Varhaiskasvatusyksikkö/Ryhmä:

2. Varhaiskasvatuksen muoto, jota arviointi koskee

☐ Päiväkoti
☐ Esiopetus päiväkodissa
☐ Esiopetus koulussa
☐ Perhepäivähoito
☐ Avoin varhaiskasvatus

3. Lapsimäärä:

4. Henkilökunnan määrä:

5 Liikuntavastaava/Liikuntatiimiläinen ryhmässä:

6. Miten arviointi toteutettiin?

☐ Liikuntatiimissä
☐ Tiimipalaverissa
☐ Talopalaverissa
☐ Päiväkodinjohtaja yksin
☐ Muualla, missä:

0=ei toteudu lainkaan 4= toteutuu täysin

LIIKUNTAKASVATUKSEN TOTEUTTAMINEN

7. Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten yksikön tämänhetkistä tilannetta

0 1 2 3 4

- Varhaiskasvatusyksikössä on tiimi, joka koordinoi liikuntakasvatuksen toteutumista yksikössä:
- Liikkumisen edistämiseksi on valittu tavoitteet ja toimenpiteet:
- Päivittäinen liikkuminen on kirjattu osaksi yksikön toimintasuunnitelmaa:
- Liikkumisen ja hyvinvoinnin edistäminen on kirjattu kunnan Vasussa:
- Liikuntakasvatus on kirjattu kuntastrategiaan, kunnan hyvinvointistrategiaan tai muuhun vastaavaan asiakirjaan:

LIIKKUMISEN LISÄÄMINEN JA ISTUMISEN VÄHENTÄMINEN (Vauhti virkistää)

8. Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten yksikön tämänhetkistä tilannetta

0 1 2 3 4

- Yksikön lapset liikkuvat ulkona päivittäin:
- Lasten liikkumista havainnoidaan säännöllisesti:
- Jokaiseen viikkoon sisältyy ohjattua liikuntaa sekä sisällä että ulkona:
- Lapsia kannustetaan liikkumaan siirtymätilanteissa:
- Lasten pitkäkestoista istumista pyritään tietoisesti välttämään:
- Vapaan leikin aikana lapsilla on mahdollisuus omaehtoiseen liikkumiseen:
- Yksikkö osallistuu paikallisiin tai valtakunnallisiin kampanjoihin ja tapahtumiin:
- Yksikössä huomioidaan vähän liikkuvat ja tukea tarvitsevat lapset:
- Liikkumiseensa tukea tarvitsevalle lapselle on tarvittaessa saatavilla tukea ja apua:

0=ei toteudu lainkaan 4=toteutuu täysin

HENKILÖKUNNAN OSALLISTUMINEN, OSAAMINEN JA TYÖHYVINVOINTI

9. Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten yksikön tämänhetkistä tilannetta

0 1 2 3 4

- Johtaja on sitoutunut liikuntakasvatuksen kehittämiseen:
- Henkilökunta keskustelee säännöllisesti liikuntakasvatuksesta:
- Henkilökunta osallistuu liikunnallisiin tai toiminnallista oppimista tukeviin täydennyskoulutuksiin:
- Henkilökunnalle järjestetään yhteistä liikunnallista täydennyskoulutusta:
- Henkilökunta rohkaisee, kannustaa ja antaa lapsille palautetta liikkumisesta:
- Henkilökunta kannustaa omalla esimerkillään lapsia liikkumaan:
- Yksikössä tuetaan henkilökunnan omaa hyvinvointia ja liikkumista:

LAPSEN OSALLISUUS (Kuuntele, anna mahdollisuus vaikuttaa)

10. Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten yksikön tämänhetkistä tilannetta

0 1 2 3 4

- Lapset osallistuvat aktiivisesti päivän aikaiseen liikkumiseen:
- Lasten aloitteita ja/tai toiveita kuunnellaan ja otetaan huomioon liikkumisen suhteen:
- Lapset osallistuvat päivän aikaisen liikkumisen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin:
- Lapset ovat mukana suunnittelemassa ja järjestämässä koko yksikön yhteisiä liikunnallisia tapahtumia:
- Yksikön henkilökunnalla on valmiudet tehdä yhteistyötä lasten kanssa, kuunnella heitä ja ottaa lasten mielipiteet huomioon:

VARHAISKASVATUSYKSIKÖN PIHA, TILAT JA VÄLINEET (Ympäristö haastaa ja hauskuttaa)

11. Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten yksikön/ryhmän tämänhetkistä tilannetta

0 1 2 3 4

- Pihan käyttöä ulkoilun aikana on tarkasteltu yhdessä lasten kanssa:
- Pihan toimintamahdollisuuksia ja turvallisuutta on arvioitu liikkumisen näkökulmasta:
- Pihan virikkeellisyyttä on lisätty yksikön omilla toimilla:
- Henkilökunnan ja lasten kanssa on sovittu pihasäännöt:
- Liikuntasali on käytössä monipuolisesti päivän aikana:
- Sisätiloja käytetään liikkumiseen monipuolisesti:
- Yksikön lähiympäristöä ja luontoa hyödynnetään päivittäisessä liikkumisessa:
- Liikuntavälineet ovat lasten saatavilla:
- Liikuntavälineet ovat kunnossa ja niitä on riittävästi:
- Yksikössä suunnitellaan liikuntavälinehankintoja:
- Teknologiaa hyödynnetään liikkumisen lisääjänä:

0=ei toteudu lainkaan 4=toteutuu täysin

TOIMINNALLISUUS JA MOTORINEN KEHITYS (Tekemällä taitoja)

12. Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten yksikön tämänhetkistä tilannetta

0 1 2 3 4

- Yksikössä/ryhmässä havainnoidaan lasten motoristen taitojen kehittymistä:
- Eri taitotasolla olevat lapset huomioidaan toiminnassa:
- Yksikössä/ryhmässä tuetaan lapsen oppimista toiminnallisesti ja kokonaisvaltaisesti:
- Lapsen motorinen kehitys huomioidaan toiminnassa:
- Toiminnallisia menetelmiä käytetään päivittäin tukemaan lapsen oppimista:
- Yksikössä/ryhmässä luodaan tilanteita, joissa lapset voivat oppia ja innostua toisiltaan:

YHTEISTYÖ LASTEN LIIKKUMISEN EDISTÄMISEKSI (Kaikki yhteistyössä)

13. Valitse, mikä vastausvaihtoehto kuvaa parhaiten yksikön tämänhetkistä tilannetta

0 1 2 3 4

- Vasukeskusteluissa keskustellaan liikunnan merkityksestä lapsen kasvun, kehityksen ja oppimisen näkökulmasta:
- Huoltajille tiedotetaan lasten liikkumisesta, liikuntahankkeesta:
- Huoltajat ovat mukana toteuttamassa liikunnallisia tapahtumia:
- Huoltajia ja lapsia kannustetaan liikkumaan matkat päivähoitoon kävellen tai pyöräillen:
- Neuvola on mukana lasten liikkumisen edistämisessä:
- Yksikkö tekee yhteistyötä muiden varhaiskasvatusyksiköiden kanssa:
- Yksikkö tekee yhteistyötä kunnan eri yhteistyötahojen kanssa liikunnallisen

elämäntavan edistämiseksi (mm. vapaa-aikapalvelut, ateriapalvelu, tekninen palvelu):

- Yksikkö tekee yhteistyötä esiopetuksen ja koulun kanssa lasten liikkumisen edistämiseksi:

14. Mitkä kohdat kaipaavat vielä kehittämistä?:

LIITE 2

SYKSY (elo-marraskuu)

- **Motoristen ja havaintomotoristen perustaitojen harjoittaminen päivittäin sekä arjen pedagogiikassa että ohjatussa toiminnassa**
- **Muista: sama suunniteltu ohjattu hetki voidaan toteuttaa eri ympäristöissä ja maastoissa.**

LIIKKUMINEN ULKONA:

- ulkoilua 1-2 krt/pvä: jokaisen lapsen liikkumisen mahdollistaminen, aikuisen aktiivisuus ulkoilussa
- retkeily ja luontoliikunta: oppimisympäristöön tutustuminen ja tutkiminen toiminnallisesti metsässä ja lähiympäristössä: tasapainoilu, kiipeäminen, roikkuminen
- suunnistusleikit
- ohjatut ulkoleikit, sääntöleikit
- Yleisurheilu: juoksu, hyppy, heitto
- liikennekasvatus: turvallinen liikkuminen liikenteessä
- pyöräilytaitojen opettaminen (esiopetus), pyöräilyn mahdollistaminen kaikille ulkoiluissa
- pihatyöt, haravointi yms.
- pihaleikkivälineiden monipuoliseen käyttöön kannustaminen

LIIKKUMINEN SISÄLLÄ:

- toiminnalliset ja liikunnalliset ryhmäytymis- ja laululeikit arjen eri toiminnoissa
- siirtymäpolut arjen struktuuriin
- tutustuminen oppimisympäristöön sisällä, missä voi liikkua ja miten?
- liikunnalliset toimintavälineet saatavilla lasten omaehtoiseen toimintaan/leikkiin
- tutustuminen omaan kehoon: kehonosat, kehon eri puolet ja sen toimintamahdollisuuksiin
- ohjattu liikunta: ryömiminen, konttaaminen, kieriminen, kävely, juoksu, hyppääminen eri tavoin
- syksyn juhlien ja perinteiden hyödyntäminen liikunnallisesti

YHTEISTYÖ HUOLTAJIEN KANSSA:

- alkukeskustelut/ vasut/eopsit, päivittäiset kuulumiset-> lapsen liikkuminen, määrä ja taidot
- vanhempainillat, liikkumisen merkityksestä kertominen, liikuntahankkeesta tiedottaminen
- liikunnallinen tapahtuma syksylle/ liikuntahaaste perheille

VARHAISKASVATTAJAN TOIMINNASSA MUISTETTAVAA:

- oppimisympäristön rakentaminen liikuntaa tukevaksi, lapset mukaan suunnitteluun ja toteutukseen, välineet saataville
- arjen struktuurin ja toiminnan suunnittelu niin, että liikkuminen mahdollistuu usein joka päivä, liikkumisen esteitä vähennetään/poistetaan
- liikkuminen oppimisen välineenä ja tukena eri oppimisen alueilla
- lasten motoristen taitojen aktiivinen havainnointi arjen eri tilanteissa
- aikuisen aktiivisuus ulkoiluissa: liikutetaan kaikkia lapsia

RYHMÄN OMAT MERKINNÄT

TALVI (joulu-helmikuu)

- **Motoristen ja havaintomotoristen perustaitojen harjoittaminen päivittäin sekä arjen pedagogiikassa että ohjatussa toiminnassa**
- **Muista: sama suunniteltu ohjattu hetki voidaan toteuttaa eri ympäristöissä ja maastoissa .**

LIIKKUMINEN ULKONA:

- ulkoilua 1-2krt/päivä: aikuinen aktiivinen, jokainen lapsi liikkumaan ja hengästymään
- lumileikit
- talviurheilu
- retkeily metsässä ja lähiympäristössä
- jäähallin hyödyntäminen

LIIKKUMINEN SISÄLLÄ:

- omaehtoinen liikkuminen mahdollista arjessa (leikki, Jumppaleikki, tanssi, pelailu)
- välineet saatavilla-> lasten omat jumpparadat
- kehonhallintataidot/temppuilu , sirkus (kts. Kulttuurisuunnitelma, eskarit)
- ohjattu liikunta: palloilu, välineen peruskäsittelytaidot (vieritys, heitto, kiinniotto)
- ohjattu liikunta: tanssi, perinneleikit
- musiikkiliikunta
- siirtymäpolut
- talviajan juhlien hyödyntäminen liikkumisessa

YHTEISTYÖ HUOLTAJIEN KANSSA:

- tiedottaminen sopivista välineistä ja vaatetuksesta
- mahdollisuus kierrättää liikuntavälineitä
- mahdollisuus järjestää talvinen liikuntatapahtuma/tempaus vanhemmille

VARHAISKASVATTAJAN TOIMINNASSA MUISTETTAVAA:

- liikkumisen käyttö oppimisen välineenä ja tukena eri oppimisen alueissa
- lasten motoristen taitojen havainnointi ja syksyn arviointi: onko taidoissa menty eteenpäin?
- oppimisympäristön arviointi: mahdollistuuko liikkuminen arjessa? mitä voisi kehittää kevätkaudella?

RYHMÄN OMAT MERKINNÄT

KEVÄT (maalis-toukokuu)

- **Motoristen ja havaintomotoristen perustaitojen harjoittaminen päivittäin, sekä arjen pedagogiikassa että ohjatussa toiminnassa**
- **Muista: sama suunniteltu ohjattu tuokio voidaan toteuttaa eri ympäristöissä ja maastoissa.**

LIIKKUMINEN ULKONA:

- ulkoilua 1- 2krt/pvä: aktiivinen aikuinen, jokainen lapsi liikkumaan ja hengästymään
- retkeilyä ja toimintaa metsässä ja lähiympäristössä, kevätretket kauemmaksikin
- vesileikit, kuraleikit
- keväiset pihatyöt
- ohjatut pihaleikit: vanhoja tuttuja ja uusia
- Hyppimisleikit: mm. hyppynarut, ruutuhypyt
- ohjattu liikunta: palloilu, välineen käsittelyn perustaidot: potku, kuljetus, pomputus
- jalkapallo ja muita pallopelejä
- pyöräilyn mahdollistaminen ulkoiluissa
- liikennekasvatus
- sisäliikuntavälineitä myös ulkoleikeissä

LIIKKUMINEN SISÄLLÄ:

- ohjatut uinnit Kuohussa mahdollista esiopetusikäisille 4 krt/lapsi
- ohjattu liikunta: kehonhallinta, voimailu: esim. Nassikkapaini
- ohjattu liikunta: luova liikunta (kts.Kulttuurikasvatussuunnitelma)
- ohjattu liikunta: välineen käsittely, mm. vanteet, hernepussit, narut, huivit
- vesileikit, veteen totuttautuminen
- välineet saatavilla arjessa
- siirtymäpolut
- kevään juhlien hyödyntäminen liikunnassa

YHTEISTYÖ HUOLTAJIEN KANSSA:

- vasuvartit/eopsit/tiedonsiirto kouluun: motoristen taitojen huomiointi näissä
- asiakastyytyväisyyskysely: liikunnan näkökulma
- liikunnallinen tapahtuma/tempaus keväälle

VARHAISKASVATTAJAN TOIMINNASSA MUISTETTAVAA:

- liikkuminen oppimisen välineenä ja tukena eri oppimisen alueissa
- arviointia: kuinka lasten taidot kehittyneet toimintavuoden aikana
- aikuisen aktiivisuus ulkoiluissa

RYHMÄN OMAT MERKINNÄT

KESÄ (kesä-heinäkuu)

- **Motoristen ja havaintomotoristen perustaitojen harjoittaminen , sekä arjen pedagogiikassa että ohjatussa toiminnassa.**
- **Muista: sama suunniteltu ohjattu tuokio voidaan toteuttaa eri ympäristöissä ja maastoissa.**

LIIKKUMINEN ULKONA:

- ulkoilua kesäaikaan mahdollisimman paljon
- retkeilyä lähiympäristössä
- kesän pihapelit
- vesileikit
- tuttuja pihaleikkejä päivittäin, myös ohjattuja
- liikuntavälineiden hyödyntäminen myös ulkoleikeissä (esim. leikkivarjo, pallot, huivit, köydet)

LIIKKUMINEN SISÄLLÄ:

- lasten omaehtoista liikkumista ja leikkiä sisällä ryhmän tiloissa ja salissa
- välineet saatavilla
- kesäajan hoidon liikunnallistamista yhdessä lasten kanssa suunnitellen: mitä olisi kiva kesällä tehdä?

YHTEISTYÖ HUOLTAJIEN KANSSA:

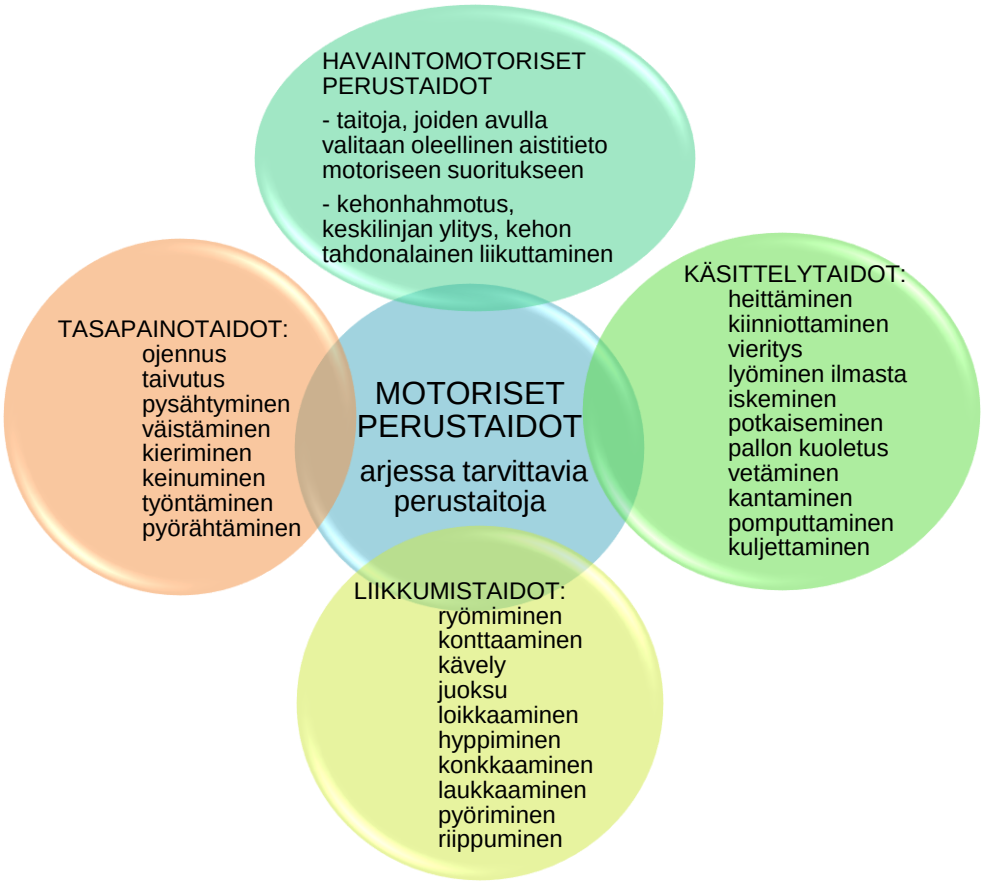
- alkukeskustelut uusien perheiden kanssa: lapsen ja perheen liikkumiskäytänteet, mitä taitoja lapsella jo on? Kerrotaan varhaiskasvatuksen käytänteet.

VARHAISKASVATTAJAN TOIMINNASSA MUISTETTAVAA:

- koko toimintavuoden arviointia liikunnan näkökulmasta; kuinka on toteutunut arjessa? ovatko lasten taidot kehittyneet? liikkuuko jokainen lapsi riittävästi? vastaako toimintaympäristö liikunnan tavoitteita? missä on kehitettävää? (muista myös Liikuntakäytäntöjen arviointilomake)
- uuden toimintakauden suunnittelua: vuosisuunnitelman hahmottelua, sovitaan oman tiimin liikuntakäytänteet

RYHMÄN OMAT MERKINNÄT

LIITE 3



Gallahue&Donnelly 2003

Liikutaan säännöllisesti edellä mainittuja taitoja muunnellen:

ERI YMPÄRISTÖISSÄ	ERI TAVOIN
PIHASSA	ETEEN, TAAKSE, SIVUILLE
LEIKKIPUISTOSSA	YLÖS, ALAS
METSÄSSÄ JA LUONNOSSA	KESKITASOSSA, ALATASOSSA, YLÄTASOSSA
SISÄTILOISSA	KEVYESTI, RASKAASTI
HIEKALLA, ASFALTILLA	HITAASTI, NOPEASTI
LUMELLA, JÄÄLLÄ, VEDESSÄ	YKSIN, KAKSIN, PARIN KANSSA, RYHMÄSSÄ

LIITE 4

MOTORISTEN JA HAVAINTOMOTORISTEN TAITOJEN HAVAINNOINNIN TUEKSI

- havainnoidaan säännöllisesti syksyisin ja keväisin lapsiryhmää
- havainnot ohjaavat suunnittelua ja lapsen tarpeista lähtevää toimintaa
- suluissa olevat ikäryhmät ovat vain suuntaa antavia, jokainen kehittyy omaan yksilölliseen tapaansa

YLEISESTI HAVAINNOITAVIA ASIOITA KAIKENIKÄISILLÄ:

- sinnikkyys yrittää rohkeasti / periksi antaminen
- taitojen kehittyminen toimintakauden aikana/ kehittymisen vaikeus
- yhteisiin sääntöihin, ohjeisiin ja palautteeseen suhtautuminen
- muihin lapsiin suhtautuminen, taidot toimia muiden kanssa
- yleinen fyysinen aktiivisuus arjessa
- kiinnostuksen kohteet ja vahvuudet toiminnassa

HAVAINTOMOTORISET TAIDOT
Millainen kehonhahmotus lapsella on?

- kehonosien nimeäminen ja osoittaminen pyydettäessä?
- muiden liikkumisen jäljittely (alle 3v)
- kehon eri puolien tunnistaminen (yli 3v)
- kehon samanaikaiset liikkeet kehon molemmilla puolilla (yli 3v)
- mallin mukaisten liikkeiden jäljittely (yli 3v)
- kehon keskilinjan ylittävät liikkeet (yli 3v)
- kätisyyden vahvistuminen (5-6v)
- rytmin ja musiikin mukaan liikkuminen (yli 3v)
- tahdonalainen rentoutuminen

MOTORISET TAIDOT
Millainen tasapaino lapsella on?

- istuminen kaatumatta (alle 3v)
- seisominen kaatumatta (alle 3v)
- käveleminen kaatuilematta (alle 3v)
- keinuminen itsenäisesti
- pystyssä pysyminen erilaisissa maastoissa ja alustoilla
- seisominen yhdellä jalalla (yli 3v)
- käveleminen penkin tai puomin päällä
- liikkuminen luistimilla
- liikkuminen suksilla
- pyöräileminen/potkupyöräily
- pysähtyminen vauhdista
- kuperkeikan tekeminen eteenpäin

Millaisista motorisista tehtävistä selviytyy itsenäisesti?

- ryömiminen
- konttaaminen
- juokseminen
- laukkaaminen
- tasajalkaponnistus ylös ja eteen
- konkkaaminen yhdellä jalalla (yli 3v)
- portaiden nouseminen ja laskeutuminen

- itsenäisen pukeutumisen yrittäminen (alle 3v)
- itsenäinen pukeutuminen (yli 3v)
- itsenäinen ruokailu

Onko lapsen liikkuminen sujuvaa?

- kävelyn sujuvuus (jalkapohjan kosketus alustaan, jalkaterien suunta)
- vuorotahtisuuden näkyminen liikkumisessa
- liikkumisnopeuden sujuva vaihtelu
- hyppiminen eri tavoin (yli 3v)
- kiipeileminen

Millaiset lapsen käsittelytaidot ovat?

- käsien yhteen taputtaminen (alle 3v)
- vilkuttaminen (alle 3v)
- välineen vetäminen (alle 3v)
- välineen työntäminen (alle 3v)
- paikallaan olevan pallon potkaiseminen (yli 3v)
- liikkuvan pallon potkaiseminen (yli 3v)
- pallon heittäminen kahdella kädellä
- pallon heittäminen yhdellä kädellä
- pallon kiinniotto kahdella kädellä
- pallon pomputtaminen yhdellä kädellä (yli 3v)
- palloa lyöminen ilmasta (yli 3v)
- pallon kuljettaminen jalalla/mailalla (yli 3v)
- kynien, siveltimien, saksien, muovailuvahan käyttäminen

Miten havainnot ohjaavat ryhmän toimintatapoja jatkossa? Millainen toiminta tukee ryhmän lapsien taitojen kehittymistä?