



**LOPPURAPORTTI**  
**KISAKALLION URHEILUOPISTON HANKE LOHJAN**  
**PÄIVÄKODEISSA**

**RAMBOLL**

# SISÄLTÖ

1. Hankkeen tavoitteet ja eteneminen

2. Havaintoja interventioiden toteuttamisesta

3. Seurantajärjestelmä ja mittarit

# 1. HANKKEEN TAVOITTEET JA ETENEMINEN

# HANKKEEN TARVE JA TAUSTA

- Suomalaiset lapset liikkuvat liian vähän. Elinympäristön muutokset ovat johtaneet siihen, että varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset koettiin tarpeelliseksi päivittää vuonna 2016.
- Uusien suositusten toimivuudesta ei ole käytettävissä vielä mittaustuloksia. Onko suosituksista siis ollut hyötyä? Liikutaanko päiväkodeissa riittävästi?
- Kisakallio on ollut tiiviisti mukana järjestämässä suurien urheilutapahtumien yhteydessä koulutoimintaa (esim. Susikoulu koripallon mm-kisoissa 2015 ja koulu Rion olympialaisissa).
- Haluttiin ulottaa liikunnan tuominen lasten elämään myös jo päiväkotivaiheeseen ja osaltaan toteuttaa varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksia.
- Kisakallion hankkeen sisältö on yhdistetty liikunnanohjauksen perustutkintoon (LPT) ja opiston tavoitteena on saada opiskelijoiden työharjoittelun sisältöön entistä laajemmin toimintaa päiväkotij- ja kouluympäristöissä
- Ensimmäiset kaksi opiskelijaa suorittivat kuuden viikon työharjoittelun kahdessa lohjalaisessa päiväkodissa loka-marraskuussa 2016 ja yksi aloitti 2017 alussa.
- Hankkeelle oli vuodelle 2016 Opetus- ja kulttuuriministeriön avustus.

# HANKKEEN VISIO

- Lasten parissa työskentelevien ihmisten käytännön työssä ja jatkokoulutuksessa korostuvat monipuolisen liikkumisen tärkeys. Liikunnan hyödyt näkyvät lapsen fyysisen, emotionaalisen, sosiaalisen ja älyllisen hyvinvoinnin kehittämisessä.
- Visiona on myös muuttaa vanhoja käytäntöjä ja rutiineja. Lasten vanhemmat liikkuvat jatkossa enemmän lasten kanssa.
- Päiväkotien henkilökunta ja lasten vanhemmat osaavat hyödyntää toimintaympäristöä entistä monipuolisemmin jokapäiväisen liikunnan tukena.

# HANKKEEN TAVOITTEET

- Hankkeessa on kolme perustavoitetta:

**1) Luoda yksinkertaisia ja helposti ymmärrettäviä sekä toteutettavia malleja motoristen perustaitojen opettamiseksi/oppimiseksi päiväkotiympäristössä.**

→Tavoiteltu muutos: "kuperkeikkatakuu" lapsille ja päiväkotikohtaiset osaamistavoitteet.

**2) Pilotoida päiväkotilasten vanhemmille ohjeistus lasten motoristen perustaitojen kehittämiseksi kotioloissa.**

→ Tavoiteltu muutos: Vanhemmat tietävät riittävät asiaperusteet päivittäisen liikunnan tarpeellisuudesta ja erityisesti motoristen perustaitojen oppimisen tärkeydestä myöhemmän liikunnan harrastamisen mahdollistamiseksi.

**3) Luoda malleja, jotka auttavat hyödyntämään sekä päiväkodin että lasten oman kodin ympäristöä motoristen perusliikkumistaitojen kehittämisessä.**

→ Tavoiteltu muutos: päiväkodit ja vanhemmat käyttävät lähiympäristöä enemmän lasten motoristen taitojen kehittämiseen.

# HANKKEEN SISÄLTÖ

- Hanke koostuu kolmesta osiosta:
  - 1) Päiväkotien henkilökunnan koulutuspäivät lasten motoristen taitojen kehittämisestä
    - 1) Kisakallion henkilökunnan luomat opetuspaketit päiväkotien henkilökunnalle
  - 2) Kisakallion opiskelijoiden työharjoittelu Päiväkodeissa
    - 1) Vetävät lapsille liikuntatuokioita
    - 2) Kehittävät yhdessä päiväkotien henkilökunnan kanssa päiväohjelmaa liikuntapainotteisempaan suuntaan
    - 3) Työharjoittelun onnistumisista ja haasteista keskustellaan päiväkotien henkilökunnan ja Kisakallion opettajien kesken
  - 3) Mittareiden luominen
    - 1) Tehtiin Hyvän Mitta –hankkeen puitteissa

# HYVÄN MITAN PUITTEISSA TOTEUTETUT TOIMENPITEET

- Käynnistyskokous ja ensimmäinen työpaja 25.11.2016
- Päiväkotien henkilökunnan haastattelut 13.12.2016
- Ensimmäisten työharjoittelussa olleiden opiskelijoiden haastattelut 13.12.2016
- Toinen työpaja 13.1.2017
- Mittarityöpaja 10.2
- Mittarityöpaja II 13.3
- Mittarityöpaja III 12.4.



## 2. HAVAINTOJA INTERVENTIOIDEN TOTEUTTAMISESTA

# HAVAINTOJA INTERVENTIOIDEN TOTEUTTAMISESTA (13.12.)

- Ensimmäisinä interventioiden toteuttamispaikkoina toimi kaksi Lohjan päiväkotia: Ojaniittu ja Perttilä.
- Niiden fasilitteetit ovat keskenään hyvin erilaisia. Ojaniittu on aivan uusi ja kaikki fasilitteetit ovat kunnossa liikuntaa varten. Perttilä on puolestaan selkeästi pienempi, päiväkodissa on meneillään remontti, mikä vaikuttaa kaikkeen toimintaan.
- Ojaniitun henkilökunta ottanut opiskelijan työharjoittelun ilolla vastaan.
  - Lapsia on liikutettu monipuolisesti, yli ryhmärajojen.
  - Henkilökunta on innostunut liikuttamaan lapsia.
  - Vanhempia on infottu toiminnasta ja ollaan odottavalla kannalla liikunnan lisäämisen suhteen.
- Jatkossa henkilökunnan on entistä enemmän keskityttävä suunnittelemaan liikuntahetkiä → isoja ryhmiä ja vilkkaita lapsia, ryhmät toimivat huomattavasti paremmin hyvin suunniteltujen liikuntahetkien kautta
- Lasten siirtymät paikasta toiseen on tehty erilaisten liikuntatyötylien avulla (esim. yhdellä jalalla, tasajaloin hyppimällä) → "Epänormaalista liikkumisesta on tehty normaalia."

# HAVAINTOJA INTERVENTIOIDEN TOTEUTTAMISESTA

- Työharjoittelun aikana on tulevaisuudessa olennaista, ettei opiskelija keskity olemaan liikaa vain yhden tai tiettyjen ryhmien kanssa.
- Opiskelijoiden tulee jatkossa myös keskittyä enemmän siihen, että he opettajien kanssa yhdessä liikuttavat lapsia – eli osallistaa enemmän myös opettajia.
- Ylipäätään haastavaa päiväkotien “taukokulttuurissa” on se, että henkilökunta esimerkiksi ulkona valvoo, eikä kovin useasti aktivoi lapsia. → Ohjattu toiminta tulisi olla vaihtoehtona.
- Eräänä haasteena on se, että monipuolisen liikuttamisen esteenä päiväkodeissa on pelko siitä, jos sattuu jotain.
- Tulisi saada aikaan yleinen hyväksyntä sille, että päiväkotit täyttää suuren osan lapsen arjen liikunnan tarpeista.
- **Kaikkien näiden havaintojen pohjalta opiskelijoiden työharjoittelun sisältö saatiin täsmällisemmäksi ja enemmän päiväkotien liikuntatoimintaa edistäväksi.**

# 3. SEURANTAJÄRJESTELMÄ JA MITTARIT

# MITÄ SEURANTAJÄRJESTELMÄ SISÄLTÄÄ?

- Kuvaus seurantajärjestelmän kokonaisuudesta:
  - Työkalu 1., jonka avulla voidaan kerätä seurantatietoa lasten fyysisestä kehittämisestä
  - Työkalu 2. palautteen keräämiseksi lasten vanhemmilta
  - Työkalu 3. palautteen keräämiseksi päiväkodin henkilökunnalta

# MITATTAVAT ASIAT, KESKEISET MITTARIT JA TAVOITETASOT

## Välittömät mittarit

TEEMA	MITATTAVA ASIA	MITTARI	TAVOITETASO
<b>2.1. Lapsen liikunnallinen kehitys</b>	Taidot 1. kuperkeikka, 2. yhdellä jalalla hyppely 3. pallon heitto	Työkalu 1. Havainnointi (ennen – jälkeen)	Kaikki lapset osaavat kuperkeikan ja yhdellä jalalla hyppelyn, osaavat heittää ja kiinni ottaa palloa.
	Vanhempien näkemys lapsen motoristen taitojen kehityksestä	Työkalu 2. Kysely (ennen- jälkeen)	Motoristen taitojen parantuminen 90% lapsista.
<b>2.2. Vanhempien liikuntatietämys ja käyttäytyminen</b>	Vanhempien näkemys omasta liikuntakäyttäytymisestä	Työkalu 2. Kysely (ennen jälkeen)	Positiivinen muutos (ennen - jälkeen intervention) 90% perheistä.
<b>2.3. Päiväkotien toimintakulttuuri</b>	Liikunnan osuus toiminnassa, liikunnan monipuolisuus, henkilökunnan tieto ja toiminta, ohjeet ja säännöt, fyysisen ympäristön käyttö, oman pihan käyttö ja erilaisten välineiden käytön muutos	Työkalu 3. Kysely päiväkodin henkilökunnalle	Positiivinen muutos (ennen-jälkeen intervention) 80% henkilökunnasta, jatkuva kysely

# SEURANTAJÄRJESTELMÄN KÄYTÄNNÖN TOIMINTA KEVÄÄLLÄ 2017

- Työnjako Kisakallion ja päiväkotien välillä?
  - Päiväkodit tiedottaa vanhempia ja Kisakallio tekee vanhempien kyselyn valmiiksi ja avoimen nettilinkin. Samalla tavoin edetään päiväkotien henkilökunnalle suunnatun kyselyn osalta. Ensimmäinen tiedonkeruu huhti-toukokuussa 2017.
  - Kisakallio toimii tiedon kerääjänä ja analysoijana (lapsen fyysisen kehittämisen analyysi, vanhempien toiminnan analyysi, päiväkotien toiminnan analyysi, tietojen yhteenveto ja objektiivinen havainnointi päiväkodeissa)
- Kisakallio toimittaa raportit päiväkodeille (mukana olleet 2 päiväkotia) ja kaupungille touko-kesäkuussa 2017.
- Seurantajärjestelmän tukena ja täten myös itse toiminnan kehittämisen tukena käytetään opinnäytetöitä (tehdään useampi opinnäytetyö kerätyn datan pohjalta).

# ALUSTAVAT TULOKSET

- Suullisten haastattelujen perusteella päiväkotien henkilökunnan motivaatio ja innostus liikunnan lisäämiseen on kasvanut.
- Työharjoittelussa olleiden opiskelijoiden havaintojen perusteella opiskelijoiden tekemät päivittäiset harjoitteet ovat tuoneet monipuolisuutta lasten liikkumiseen.
- Tammikuussa järjestettiin 120 lapselle liikuntapäivä Kisakalliossa. Se osoitti, että päiväkotien lasten innostus eri tavoin tehtäviin liikuntasuorituksiin on erittäin suurta ja suurin osa lapsista (4-6v) pystyivät esim. tekemään kuperkeikan vähintään avustettuna hyväksyttävästi .
- Tapahtumaa tullaan kehittämään vuosittaiseksi. Samalla voidaan arvioida sitä, miten niiden päiväkotien lapset, jotka ovat mukana interventiossa osaavat motoriset taidot (ehkä) paremmin kuin niiden päiväkotien lapset, jotka eivät ole interventiossa mukana.
- Toisen opiskelijan jouduttua sairaslomalle, hänen tekemiä testituloksia harjoittelun alusta ei ole saatu tehtyä. Toisen opiskelijan alkumittauksia käytetään jatkossa vertailulukuna (syksy -17) toiminnan laajentuessa.
- Hankkeelle on saatu OKM:n jatkorahoitus ja sen johdosta mittareiden käyttö tehdään jatkuvaan seurantaan pyrkiväksi.



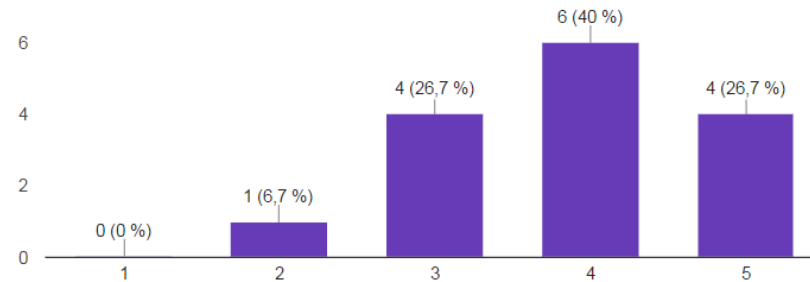
# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

## Liikunnan rooli päiväkodissa

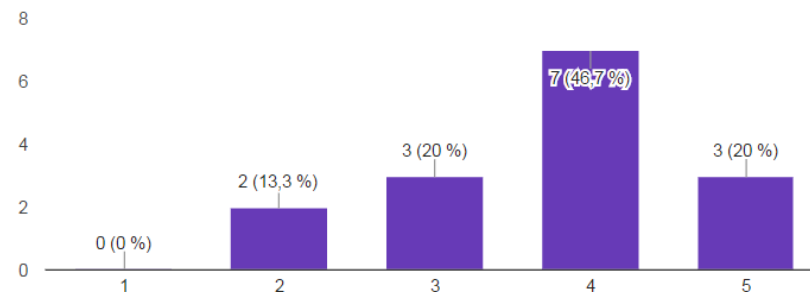
Liikunta on keskeisellä sijalla päivittäisessä toiminnassa päiväkodissamme

15 vastausta



Lasten liikuntamuodot ovat päiväkodissa monipuolisia

15 vastausta

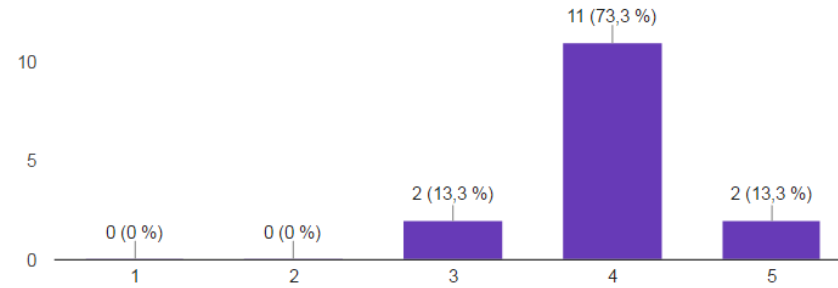


# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

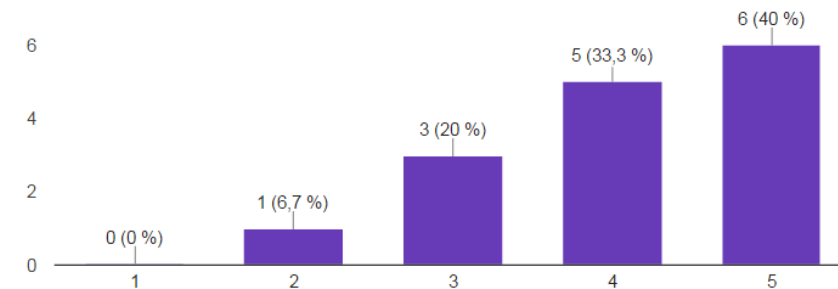
## Uskallamme antaa lasten liikkua suhteellisen vapaasti

15 vastausta



## Päiväkotimme kannustaa lapsia liikkumaan

15 vastausta



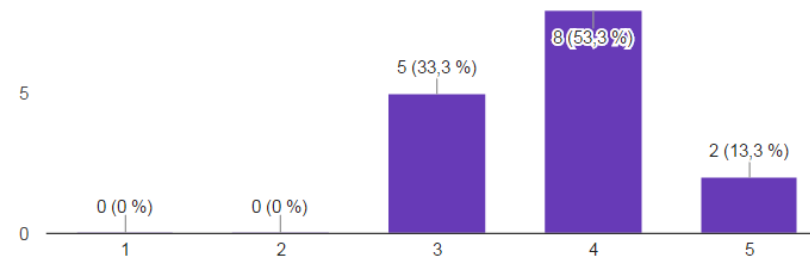
# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

## Henkilökunnan liikuntaosaaminen

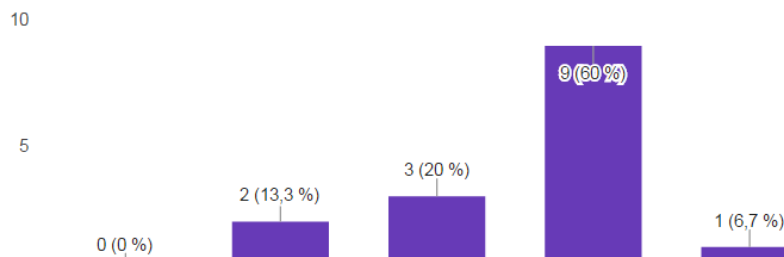
Henkilökuntamme osaa ohjata monipuolisesti erilaisia liikuntaleikkejä

15 vastausta



Henkilökuntamme käyttää monipuolisesti erilaisia liikuntaa edistäviä välineitä.

15 vastausta

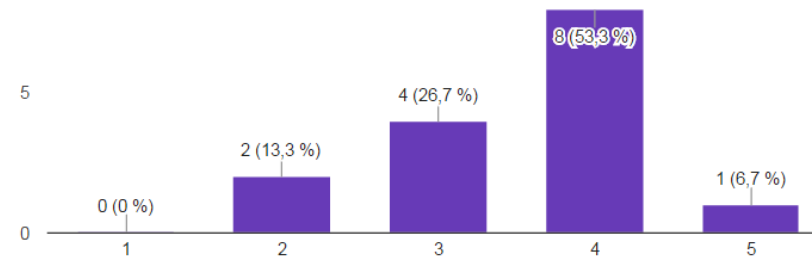


# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

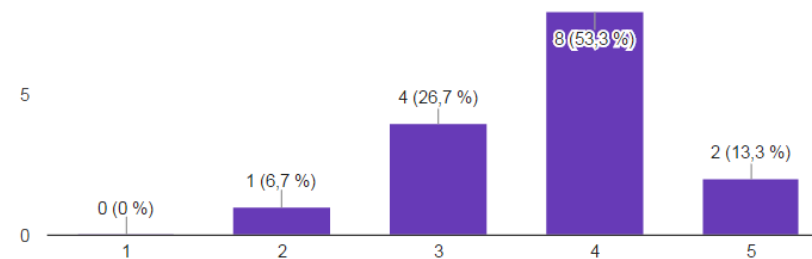
Saan riittävästi tukea muulta henkilökunnalta liikuntaleikkien toteuttamiseen.

15 vastausta



Lisään liikkumista arjen tekemisiin, kuten siirtymisiin ja vapaaseen leikkiin.

15 vastausta

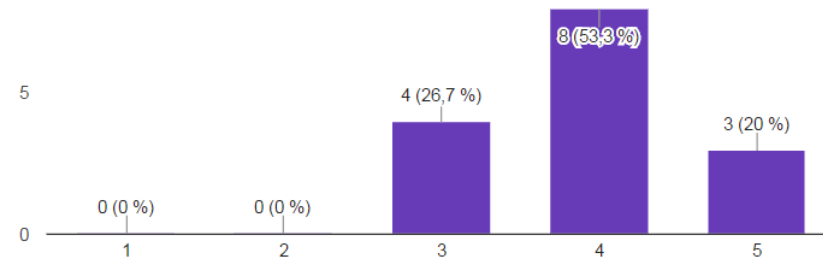


# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

## Liikutan lapsia musiikin, taiteen ja lorujen avulla.

15 vastausta



## Mikäli haluat voit kommentoida edellisiä vastauksia

3 vastausta

Rohkeutta ja tekemisen meininkiä lisää henkilökunnalle

Halu ja rohkeus liikuttaa lapsia on selvästi lisääntynyt ryhmässä projektin myötä, siihen on mielestäni vaikuttanut aktiiviset Kisakallion opiskelijat, kivat liikuntavinkit, suunnitelmallinen panostus liikuntavälineisiin ja henkilökunnan lisääntynyt tietoisuus liikunnan merkityksestä lapsen kehitykseen ja terveyteen.

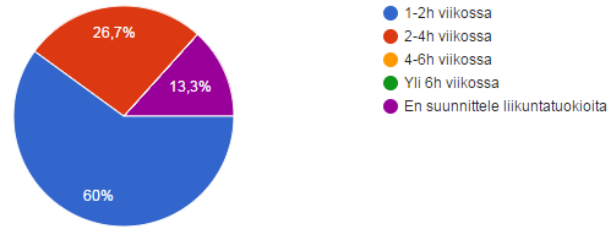
En ole käytännön lapsityössä

# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

Suunnittelen ja toteutan järjestelmällisellä tavalla erilaisia liikuntatuokioita

15 vastausta



Kommentoi edellistä vastausta

15 vastausta

Liikuntasalivuoro kerran viikossa, myös liikuntaa pihaleikeissä on otettu suunnitelmallisemmin käyttöön.

Oman tiimin kanssa. Kävely/metsäretki toteutamme kerran viikossa ja liikunta isossa salissa.

Kyllä, olen kiertävä ja suunnittelen ja toteutan liikuntahetkiä viikottain

Saliliikuntaa

Suunnittelen monipuolisia liikuntatuokioita myös huomioiden lasten toiveet.

Eryityisesti spontaani, lasten ehdoilla tapahtuva liikkuminen on jokapäiväistynyt ja kynnyks ottaa pallot/mailat/vanteet yms. liikuntavälineet käyttöön eri tilanteissa on lisääntynyt.

Ei ole suunnittelu aikaa.

toiset suunnittelee

Suunnittelemme ryhmässä yhdessä liikuntahetkiä ja tuon omat ajatukseni esille.

En ole käytännön lapsityössä

liikunta kuuluu viikottaiseen suunniteltuun ohjelmaan

Ryhmä on melko vilkas. Ioten esimerkiksi lauluhetkiin ino on hvvä ottaa liikettä mukaan.

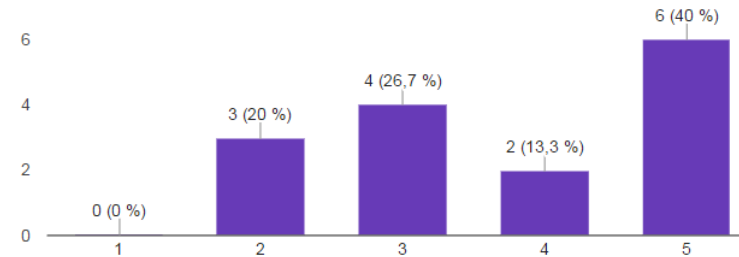
# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

## Päiväkodin toimintaympäristö

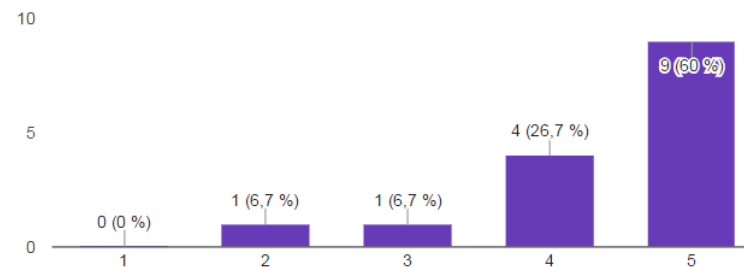
Päiväkotimme sisätilat sopivat hyvin erilaisten liikuntatuokioiden ja -leikkien toteuttamiseen

15 vastausta



Päiväkotimme piha- ja ulkoympäristö sopivat hyvin erilaisten liikuntatuokioiden ja -leikkien toteuttamiseen.

15 vastausta

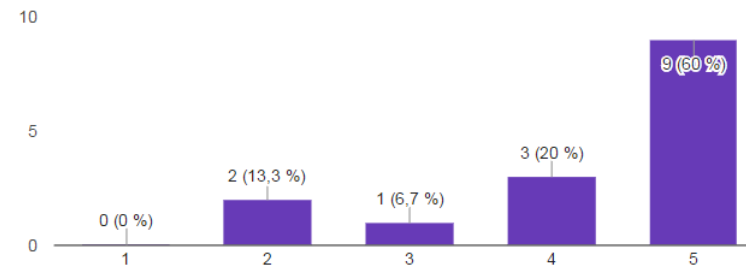


# ALUSTAVAT TULOKSET

- Päiväkotien henkilökunnan vastauksien tiivistelmät:

Päiväkodissamme on riittävästi välineistöä erilaisten liikuntatuokioiden ja leikkien toteuttamiseen

15 vastausta



Miten kehittäisit sisätilaratkaisuita ja ulkoympäristöä enemmän liikuntaa suosivaksi

15 vastausta

Meille on tulossa pihaliikuntapaikka.

Lisäämällä henkilökunnan osaamista

Sisällä kaikki ok, mutta ulkona voisi olla kiipeilypaikkoja ja muita innostavia elementtejä.

Piha pieni suhteessa lapsimäärään, lähiympäristöön lisää liikuntaa edistäviä toimintoja

Puolapuita myös muualle kuin liikuntasaliin. Lattioille kiinteitä tasokuvioita jotka mahdollistaisivat erilaisia liikuntaleikkejä ja omaehtoista liikkumista.

Liikuntasali voisi olla käytössä myös aikaisin aamulla. Ulkoympäristöä suunnitellaan/kehitetään parhaillaan lasten, vanhempien, henkilökunnan ja asukkaiden kanssa.

Sisällä, säilytystilaa liikuntavaroille yms niihin tiloihin missä voi liikkua, aulat. Nyt ne ovat yhdessä ryhmässä ja toiminnan aikana ei voi hakea. Estää spontaanin välineiden käytön ja usein lasten toiveen, osallisuuden. Ulkona, millä pihaa voisi rajata johonkin tiettyyn toimintaan?! Lippusiimaa tms leikki, pelialue ja pihapelit, ohjatut pihaleikki tuokiot. Turvallisuus näkyvämpää!

sisällä enemmän välineistöä



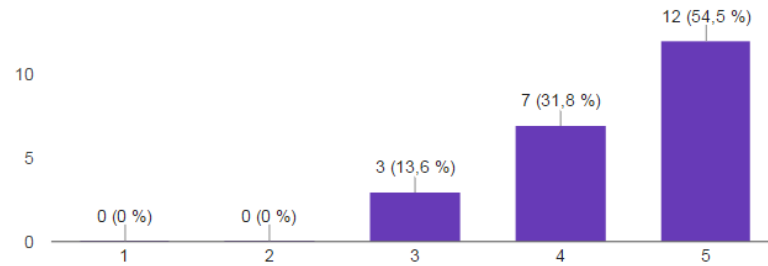
# ALUSTAVAT TULOKSET

- Lasten vanhempien vastauksien tiivistelmät:

## Panostaminen lapsen liikuntaan

Liikumme yhdessä lapsen kanssa säännöllisesti

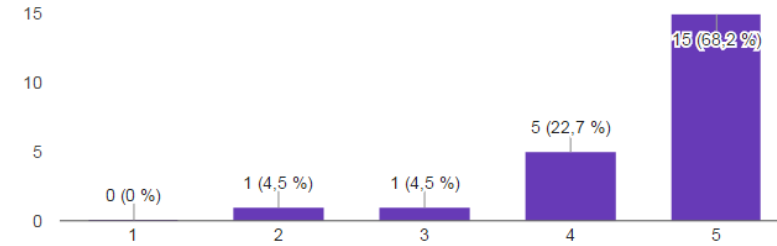
22 vastausta



## Lapseni kehitys liikunnassa

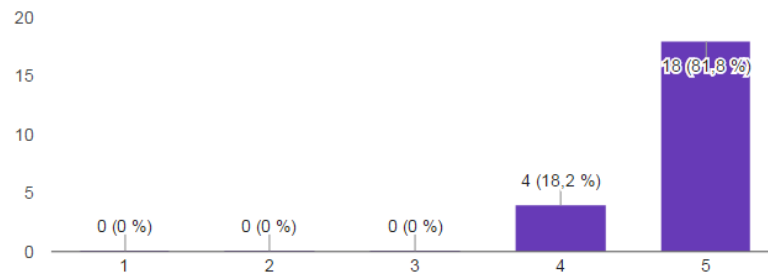
Lapseni haluaa liikkua omatoimisesti

22 vastausta



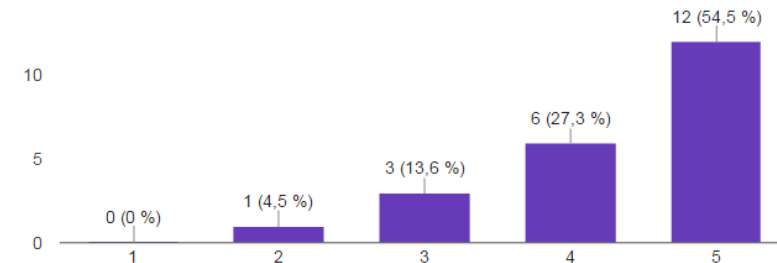
Yhdessä liikkuminen on lapsen kehittymisen kannalta tärkeää

22 vastausta



Lapseni opettelee innolla erilaisia liikuntamuotoja

22 vastausta

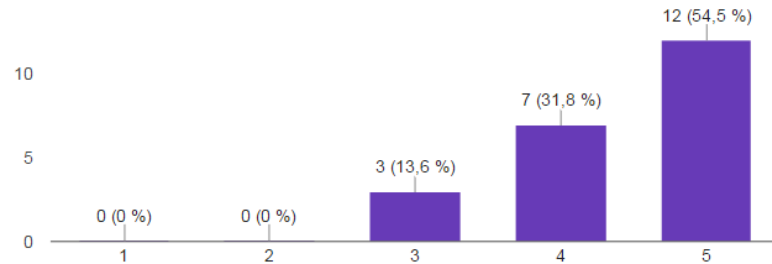


# ALUSTAVAT TULOKSET

- Lasten vanhempien vastauksien tiivistelmät:

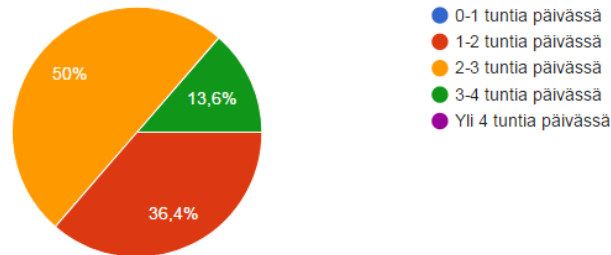
## Lapseni on taitava liikkuja

22 vastausta



## Lapseni liikkuu kotiloissa

22 vastausta



## Millaista lapsesi liikkuminen kotioloissa on?

22 vastausta

Ulko leikki, sisäällä leikki

Liikkumisen määrää on aika vaikea arvioida, leikkien lomassa ulkona tehdessä. Potkupyöräily/pyöräily nut kevään tullen

Luontaista juoksemista ja hyppimistä sisällä, joskus temppuilua ja esim. ryömimistä. Ulkona liikutaan kävellen, pyörällä ja potkulaudalla. Ulkonakin luonnollisesti juostaan ja pelataan pallolla, heitetään frisbeetä. Välillä pyritään liikkumaan myös vaihtelevissa ympäristöissä, kuten puistoissa tai metsissä.

Ulkona tai sisällä leikkimistä, trampoliini, pihapelit, urheiluharrastukset (yleisurheilu), tapahtumat, hoplop jne urheilua, leikkiä, omatoimista liikkumista yhdessä ja erikseen.

trampoliinilla hyppiminen, tanssiminen, temppuilu, pyörällä ajo, kävely, juoksu

Monipuolista, pyöräilyä, luonnossa liikkumista, kiipeilyä

Ulkoilua pihalla, kävelyteillä, retkeilyä, metsässä liikkumista, leikkipuistoissa liikkumista, urheilukentillä tms. liikkumista.

Ulkoilua, trampoliinilla hyppimistä, pyöräilyä, juoksemista

Ulkona juoksemista, nassikkapainia, liikuntasalissa pomppimista, juoksemista jne

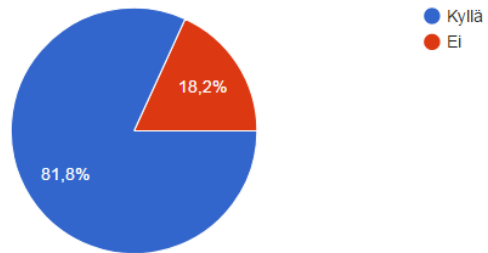
# ALUSTAVAT TULOKSET

- Lasten vanhempien vastauksien tiivistelmät:

## Lapseni liikuntataidot

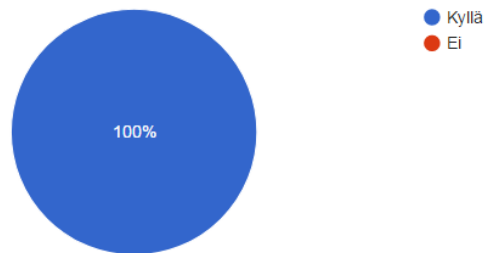
Lapseni osaa suorittaa kuperkeikan

22 vastausta



Lapseni osaa seisoa yhdellä jalalla

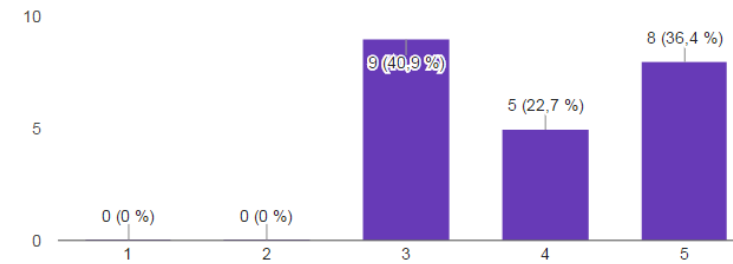
22 vastausta



## Päiväkodin toiminta

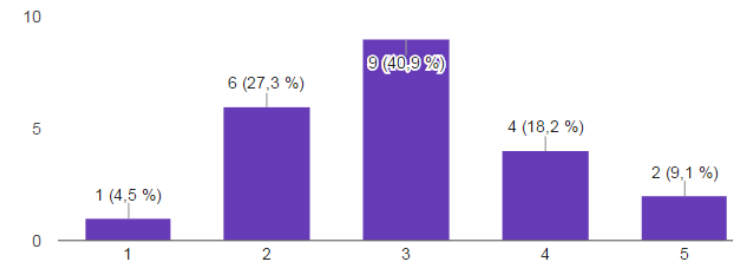
Päiväkodin liikuntatoiminta on aktivoinut lastani

22 vastausta



Saamme päiväkodista riittävästi tietoa erilaisten liikuntataitojen ja -muotojen oppimisesta

22 vastausta



# ALUSTAVAT TULOKSET

Voit halutessasi kommentoida päiväkodin toimintaympäristöä, välineistöä ja tiedottamista liikunnan ja liikkumisen osalta.

8 vastausta

Minusta lapseni ryhmä ulkoilee turhan vähän. Monesti neljän aikaan kun menee hakemaan, ovat vielä sisällä.. liikuntatunnit isossa salissa huippuja, lapsi innoissaan tekee ja näyttää kotona niitä harjoitteita

En osaa vastata, olemme vasta aloittaneet ko. päiväkodissa

Viikottainen liikuntasalivuoro on ollut lapselle mieluisa samoin metsäretket ym. aktiviteetit. Myös vanhempina arvostamme sitä, että jaksatte järjestää tällaista toimintaa lapsille normaalin arkiliikunnan lisäksi. Tiedotus toiminut hyvin.

Yleensä tiedottaminen on lähinnä kertomista, että jumppasalissa on käyty. Joskus kerrotaan, että on esim pelattu polttopalloa

On mahtavaa, että lapset pääsevät liikkumaan myös salissa, sisätiloissa. Oman lokemuksen mukaan lapset tykkäävät siitä todella paljon.

Odotimme ehkäpä syksyn jälkeisen Kisakallio-yhteistyön tuovan enemmän tietoa ja ideaa myös kotiinpäin. Hienot välineet on Ojaniitussa, vaikka piha onkin vähän ankea. Erityiskiitos pyöristä ja tehtävistä metsäretkistä!

salin käyttö lasten liikuttamiseen on ollut lapsellemme oikein mieluisaa, samoin retket metsään

Pedanetissa on viikko-ohjelma,jossa on kivasti huomioitu retket,jumppapäivät , liikuntasalin käyttö ym.

# SEURANTAJÄRJESTELMÄN JATKOKEHITTÄMINEN

- OKM:n jatkorahoitus mahdollistaa hankkeen levittämisen Lohjan kaikkiin päiväkoteihin ja mahdollisesti johonkin lähikuntaan.
- Lisäksi hankkeessa analysoidaan seurantatietoa, joita kerätään edellä mainittujen mittareiden avulla siten, että toiminnan hyötyinä voidaan löytää myös laajempia yhteiskunnallisia vaikutuksia (esim. Vanhempien lisääntynyt kunnan liikuntapalvelujen käyttö, perheiden terveystiikunnan lisääntyminen).
- Kisakallio Applikaation avulla tuotetaan lasten vanhemmille lisää tietoa ja ohjeita liikunnasta ja sen monipuolisuuden merkityksestä.
- Seuraavan vuoden aikana hankkeessa myös levitetään vaikuttavuustietoa valtakunnallisesti urheiluopisto- ja varhaiskasvatusverkostoissa.
- Jatkorahoituksen avulla kehitetään koulutusjärjestelmää päiväkotien henkilökunnalle, joka painottuu motoristen liikkumistaitojen kehittämiseen.
- Lisäksi suunnitteilla on toimintamallin levittäminen myös Kisakallion kansainvälisten kumppanien avulla (esimerkiksi Kiina).