

vzalo



Det nya programmet för främjande av fysisk aktivitet och välbefinnande inom den småbarnspedagogiska verksamheten

**På upptäcktsresa mot ny praxis för främjande av fysisk aktivitet
– mot en rörligare småbarnspedagogisk verksamhet**

Mera rörelse!

Målet för det riksomfattande programmet "Glädje i rörelse" är enkelt: varje barn bör ha möjlighet att röra på sig och att uppleva rörelseglädje varje dag.

Vi vet att rörelse och motion är av största vikt för barnets hälsa och välbefinnande och för utvecklingen av inlärningsberedskapen och de sociala färdigheterna. Vi vet också att en tillräcklig och allsidig fysisk aktivitet är lika viktig för barnet som mat och vila. Trots detta rör barnen på sig för lite – i motsats till vad de flesta vuxna tror.

Treårsåldern är den viktigaste tidpunkten när det gäller barnets utveckling mot en fysiskt aktiv eller passiv livsstil: det förefaller som om de vanor som barnet tagit till sig följer med ända till vuxenlivet. Eftersom största delen av barnen är i dagvård utanför hemmet har småbarnspedagogerna en viktig roll för barnens fysiska aktivitet.

Enligt motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten (2005) bör barn röra på sig minst två timmar dagligen. För närvarande utövar barn på daghem mindre än en halv timme rask motion dagligen, och sitter eller står nästan två tredjedelar av tiden. Det behövs alltså mera rörelse!

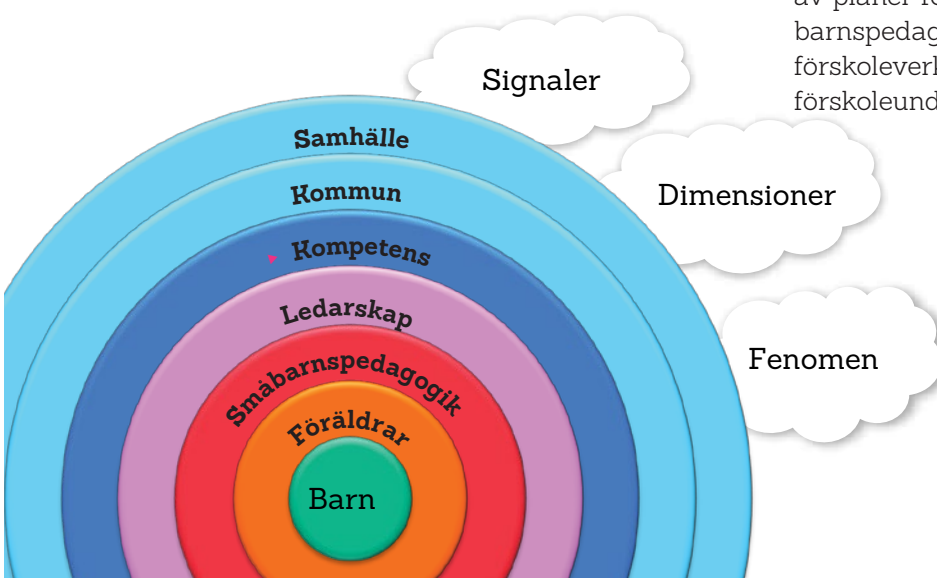
Glädje i rörelse!

År 2012 grundade vi ett multiprofessionellt nätverk i samarbete med experter och småbarnspedagoger. Målet för nätverket var att bygga upp ett program för främjande av motion och välbefinnande inom den småbarnspedagogiska verksamheten. Programmet skulle vara riksomfattande, praktiskt orienterat och enkelt att genomföra.

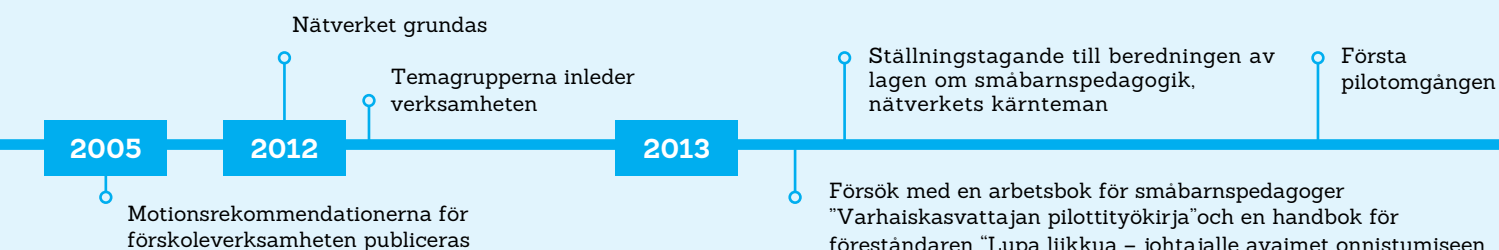
En fantastisk grupp av experter på innehåll och på nätverks- och utvecklingsarbete har varit med om att bygga upp programmet. Programmet har pilottestats i hundratals daghem. Alla verktyg har testats i praktiken och utvecklats utifrån responsen och erfarenheterna. Både barn och föräldrar har hörts i de olika faserna av nätverksarbetet.

Nätverkets arbete är en del av ett mer omfattande nationellt välfärdsprogram. Programmet "Glädje i rörelse" har planerats så att det ska utgöra en del av vardagen i den småbarnspedagogiska verksamheten. Det ger ett konkret stöd för verkställandet av planer för småbarnsfostran, lagen om småbarnspedagogik, motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten och de nya grunderna för förskoleundervisningens läroplan.

Glädjen i att experimentera, arbeta och lyckas tillsammans har varit den röda tråden i nätverkets arbete ända från början. Om detta vittnar också namnet på programmet, "Glädje i rörelse", som offentliggjordes våren 2015. Vi är stolta över vad vi har åstadkommit hittills och ser fram emot allt det som följer!



Steg för steg mot en stor förändring



De vuxnas attityd avgör

Det är de vuxna kring barnet som antingen uppmuntrar till eller begränsar de fysiska aktiviteterna. Säkerhetsaspekten är ett av de största hindren: i rädsla för stötar förbjuder man barnet att springa eller klättra.

För att verksamhetskulturen ska förändras behövs en justering av attityderna och handlingssätten. Med hjälp av programmet kan vi förändra såväl verksamhetskulturen inom småbarnspedagogiken som pedagogiken i vardagen och integrera fysiska aktiviteter i all verksamhet.

Det avgiftsfria, rikstäckande programmet erbjuder både småbarnspedagoger och ledningen inom den småbarnspedagogiska verksamheten konkreta riktlinjer och verktyg för främjandet av fysiska aktiviteter. Den utstakade vägen kan färdas enligt en egen tidtabell med beaktande av egna behov och möjligheter. Med små steg i taget kan vi gå tillsammans mot en rörligare livsstil.

Också du behövs!

I programmets försöksfas i januari 2015 medverkade 15 kommuner (även sextetten Helsingfors, Esbo, Vanda, Åbo, Tammerfors och Uleåborg) samt ca 70 aktörer på enhetsnivå. Det arbete som gjorts hittills har alltså redan fått tusentals barn att röra på sig mer!

För att den småbarnspedagogiska verksamheten ska bli rörligare i hela Finland behövs alltjämt fler aktörer, påverkare och beslutsfattare – med andra ord förändringsfaktorer.

Kom med och berätta vilka små steg du tänker ta!



Nätverkets struktur

2014

Andra pilotomgången.

Tredje pilotomgången

Ställningstagande till arbetsgruppens förslag till lag om småbarnsfostran

2015

Arbetet med att förankra programmet börjar. I slutet av året medverkar 1 000 daghem. Nätverket påverkar läroplanerna för den småbarnspedagogiska verksamheten.

Kommunernas arbetsbok tas i bruk

Kommuner, enheter och andra aktörer som medverkade i försöksfasen



Fem teman utgör kärnan

Det nya programmet för främjandet av fysisk aktivitet och välbefinnande inom den småbarnspedagogiska verksamheten grundar sig på fem huvudteman.

1. Barn ska varje dag ha rätt att röra på sig och uppleva glädje i detta.

Fysisk aktivitet bör ses som en verksamhet som stöder en sund utveckling och inläring. Den är ett villkor för att barnet ska växa och utvecklas, ha beredskap att lära sig och få en god allmän hälsa.

2. Småbarnspedagogerna ska bereda alla barn möjlighet att få tillräckligt med fysiska aktiviteter varje dag.

Den småbarnspedagogiska verksamheten har till uppgift dels att fostra till fysisk aktivitet, dels att fostra med hjälp av fysisk aktivitet. Barnet ska ha rätt att finnas till, leva, handla och lära sig på barnavis.

3. Verksamhetskulturen inom småbarnspedagogiken görs mer rörelsebetonad genom bindande normstyrning.

Reformen av lagstiftningen borde lyfta fram barnets övergripande välbefinnande som den grundläggande uppgiften för den småbarnspedagogiska verksamheten. Det bör stadgas att daglig lek och fysisk aktivitet i tillräcklig omfattning är en av barnets rättigheter.

4. Pedagogisk kompetens och ledarskap lyfts i fokus.

Inom den småbarnspedagogiska verksamheten behövs ansvarstagande, pedagogiskt utbildade medarbetare som förstår sig på barns uppväxt, utveckling och inläring.

5. Det ges utrymme för rörelse.

Platser inomhus och inomhus där barnen kan röra på sig och tillräckliga basredskap inom räckhåll för barnen säkerställer en stimulerande och rörlig lärmiljö.

Mål: nätverket arbetar aktivt och omfattar samtliga kommuner i Finland, 3 000 daghem och aktörerna inom familjedagvården.

2017

2020

Självständiga Finland fyller 100 år. Mål: regionala nätverk har bildats, i programmet medverkar 1 700 daghem, och nya forskningsrön om motion bland barn stöder förankringen av programmet.

Själv men inte ensam

Programmet "Glädje i rörelse" hjälper småbarnspedagoger att på egen hand förbättra de förhållanden som knyter an till barnens fysiska aktiviteter. Som stöd för förändringen erbjuder programmet bl.a. konkreta verktyg och regionala seminarier. Tillsvidare har endast programdokumentet översatts till svenska:

- **Små steg (Pienet askeleet).**

- Ett tänkesätt och ett koncept där stora helheter bryts ner till mindre lätthanterliga bitar. Verktuget är ett konkret hjälpmedel för att planera, beskriva och utvärdera åtgärder samt att dra slutsatser och göra nödvändiga justeringar.

- **Arbetsböcker för olika aktörer:**

- kommuner: Kuntatyökirja Ilo kasvaa liikkuen - ohjelman rakentamiseen 2015
- daghemsföreståndare: Johtajan työkirja Ilo kasvaa liikkuen - ohjelman mahdollistamiseen 2015
- småbarnspedagoger: Varhaiskasvattajan työkirja Ilo kasvaa liikkuen - ohjelman toteuttamiseen 2015

- **Guide (Pienten askelten ideaopas 2014) och rapport (Raportti pienistä askeleista 2013).**

Kan laddas på programmets webbplats.

- **Programdokumentet** Riktat sig särskilt till beslutsfattare, centrala aktörer, förtroendemän och tjänsteinnehavare på riksnivå, kommunnivå och inom småbarnspedagogiken. Dokumentet redogör för bakgrunden till programmet.

- **Programmets webbplats (på finska)** Stödmaterial och verktyg för genomförandet av programmet på www.ilokasvaaliikkuen.fi. Deltagande i programmet förutsätter registrering.

- **Seminarier om ämnet "Glädje i rörelse"** Programmet förankras med hjälp av regionala seminarier och andra möten på olika håll i Finland under år 2015.



Programdokumentet redogör för bakgrunden och arbetsböckerna ger stöd för det praktiska genomförandet.



KVALITETSLÖFTE

KUND-
LÖFTE

4:E KONTROLLEN

- Fysisk aktivitet för barn integreras i daghemmets dagsschema
- Personalen är kunnig och inspirerande
- Enheten iakttar motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten

VERK-
SAMHETS-
KULTUR

3:E KONTROLLEN

- Motionen är systematisk och målinriktad. Antecknas i enhetens och gruppens verksamhetsplaner.
- Enheten tillämpar motionsrekommendationerna för förskoleverksamheten
- Motion hör till rutinerna i vardagen

Stödmaterial för programmet

- God praxis inom nätverket

VERK-
SAMHETS-
SÄTT

2:A KONTROLLEN

- Nya handlingsätt och strukturer
- Självutvärdering av arbetet
- God praxis inom nätverket

Stödmaterial för programmet

- Arbetsbok för småbarnspedagoger
- Arbetsbok för daghemsföreståndare

Arbetsbok för småbarnspedagoger

- Arbetsbok för daghemsföreståndare
- Introduktion för ibruktagandet av arbetsboken

RÖRELSE

1:A KONTROLLEN

- Utvecklingsarbete utifrån enhetens behov och nuläge
- Snabb igångsättning och experiment
- Barnets delaktighet, ökad motion
- Sparring i par

Stödmaterial

- Blankett ("Pienet askeleet")

INSIKT

START

- Kartläggning och utvärdering av nuläget
- Observationer
- Arbetskollektivets engagemang
- Inspiration

Stödmaterial för programmet

- Programdokumentet
- Arbetsbok för kommuner
- Kampanjamaterial

Inskolningsmaterial

- Introduktion ("Pienet askeleet")

Programprocessen. Programmet "Glädje i rörelse" fortskrider steg för steg med beaktande av enhetens situation och behov. Resan fortsätter även efter den sista kontrollen: det finns alltid frågor som kan förbättras!

SÅ HÄR GÅR DET TILL!

Kom med i det viktiga och inspirerande programarbetet!

1

Delta

i programmet "Glädje i rörelse":
www.ilokasvaaliikkuen.fi
Det kostar ingenting att delta.

2

Ni får tillgång till stödmaterial för utvecklingen, planeringen och utvärderingen av verksamheten. Ni tas med i det riksomfattande nätverket.

3

Utveckla sådana rutiner som bäst passar er enhet och verkställ programmet "Glädje i rörelse" i den dagliga verksamheten!

Mer information: www.sport.fi/varhaiskasvatus · nina.korhonen@valo.fi, heli.ketola@valo.fi

Valo är en riksomfattande idrotts- och sportorganisation. Ett av organisationens mål är att varje barn ska ha möjlighet att uppleva rörelsegädje.

Tutkimusmatkalla
varhaiskasvatuksen verkosto

valo

Yhteistyössä:
Opetus- ja
kulttuuriministeriö

