

LIKUTAAN PORVOON MITALLA! -LIKUNTAOHJELMA 2020-LUVULLE

Tiivistelmä lasten liikunnan työpajasta 19.8.2019



LIKUTAAN PORVOON MITALLA! -LIKUNTAOHJELMA 2020-LUVULLE: Työpajan toteutuksesta

- *Työpaja on osa Porvoon kaupungin – LIKUTAAN PORVOON MITALLA – Liikuntaohjelman 2020 luvulle valmistelua. Valmistelutyö alkoi 2018 laajalla asukas- ja seurakyselyllä. Kyselyn tulosten pohjalta laadittiin työpajojen sarja, jossa käsiteltiin lasten, nuorten, työikäisten, ikääntyvien, seurojen sekä yrittäjien haasteita ja ratkaisuja. Työpajoissa käsiteltävät teemat valittiin kyselyjen tulosten pohjalta.*
- *Valmistelutyön avulla luodaan suuntaviivoja ja painopistevalintoja Porvoon kaupungin eri hallintokuntien tulevien vuosien toimenpiteille liittyen liikkumisen, liikunnan ja urheilun edistämiseen kaupungissa. Ohjelman laadinnasta vastaa sitä varten perustettu työryhmä sekä ohjausryhmä.*
- Työpajan ajankohta & paikka: 19.8.2019 klo. 13.30 – 16.30, Taidetalo
- Työpajan veto: Jukka Pekkala ja Jukka Karvinen / SmartSport
- Asiantuntija -alustukset
 - Jukka Karvinen, Smartsport (materiaalit löytyvät www.porvoo.fi/liikuntapalvelut)
- Työpajan teemaryhmät:
 1. Koulujen ja päiväkotien olosuhteet ja ympäristö liikkumisen ja liikunnan lisääjänä
 2. Yhteistyö seurojen, koulujen ja päiväkotien kanssa
 3. Kehittäminen arjessa: millä toimenpiteillä saadaan koulupäivään ja päiväkotipäivään lisää liikettä?
 4. Miten vaikuttaa vanhempiin, jotta he tukisivat lasten liikkumista
 5. Villit ideat: Tarkoituksena tuottaa kaikenlaisia ideoita lapsen liikkumisen lisäämiseksi.

Työpajaan osallistujat:

	Taustataho	Työyhteisö	Etunimi	Sukinimi
1.	Borgå stad	Äppelgårdens daghem	Sebastian	Björkman
2.	Porvoon kaupunki	liikuntapalvelut	Christian	Bremer
3.	FC Futura Juniorit		Markus	Broman
4.	Porvoon kaupunki	Lapsi- ja perhepalvelut	Juha	Eslin
5.	Porvoon kaupunki	Kulloon päiväkot	Henna	Hurmalainen
6.	Porvoon kaupunki	liikuntapalvelut	Päivi	Häkkinen
7.	Borgå stad	Tjänster för småbarnspedagogik	Maria	Johansson
8.	Porvoon kaupunki	Peipon koulu	Camilla	Kallio
9.	Porvoon kaupunki	Päiväkot Helmi	Heidi-Maria	Kannas
10.	Porvoon kaupunki	Toukovuoren päiväkot	Tiina	Karvonen
11.	Porvoon kaupunki	Kuntatekniikka	Mikko	Kaunisto
12.	Porvoon kaupunki	koulutuspalvelut / IP-vastaava	Anne	Lindholm
13.	Porvoon kaupunki	Varhaiskasvatuspalvelut/Päiväkot Metsätähti	Madeleine	Nordman
14.	Porvoon kaupunki	Varhaiskasvatus	Susanne	Nyholm
15.	Porvoon kaupunki	Kuutamopolun päiväkot	Heikki	Näränen
16.	Porvoon kaupunki	siv.ltk:n jäsen	Janne	Ranta
17.	FC Futura Juniorit		Roosa	Rusanen
18.	Porvoon kaupunki	liikuntapalvelut	Pilvi	Ryynänen
19.	Porvoon Tanssiopisto		sairastunut	Schorin
20.	Mannerheimin lastensuojeluliitto,	Porvoon yhdistys ry.	Nina	Seeck
21.	Porvoo kaupunki	Kevätuulen päiväkot	Säde	Siljamo
22.			Rainer	Suvanto
23.	Porvoon kaupunki	Kulloon päiväkot	Eveliina	Tuomikoski
24.	porvoon kaupunki /	Mäntykummunpäiväkot	Niclas	Ukkola
25.	Porvoon kaupunki	Lapsi- ja perhepalvelut	Henrikki	Uosukainen
26.	FC Futura Juniorit		Emil	Vaara
27.	Porvoon kaupunki	Mäntykummun päiväkot	Reija	Vuorihuhta
28.	Porvoon kaupunki	Päiväkot Metsätähti	Sinikka	Vähäkangas

29.	Porvoon kaupunki	Huktis daghem	Marina	Wackström
30.	Päiväkot Helmi	Porvoon kaupunki	Teija	Wikman
31.	Porvoon kaupunki	Haikobrinkens daghem	Åsa	Wilkman
32.	Porvoon kaupunki	Peipon koulu	Camilla	Kallio
34.	Porvoon kaupunki	liikuntapalvelut	Per	Högström
35.	Porvoon kaupunki	Liikuntapalvelut	Pasi	Liitiäinen
36.	Porvoon kaupunki	Liikuntapalvelut	Helena	Forsbäck-turunen
37.	Porvoon kaupunki	Liikuntapalvelut	Sirpa	Ekblom
38.	Porvoon kaupunki	Haikkoontörmän päiväkot	Ann-Charlotte	Holmberg
39.	Porvoon kaupunki	Omenatarhan päiväkot	Irmeli	Elonen
40.	Porvoon kaupunki	Puistopäiväkot	Tiinariitta	Nyman
41.	Porvoon kaupunki	Puistopäiväkot	Marja	Talander
42.	Porvoon kaupunki	Daghemmet Skogsstjärnan	Madeleine	Nordman
43.	Porvoon kaupunki	Varhaiskasvatuksen johtaja	Leila	Nyberg
44.	Porvoon kaupunki	Liikuntapalvelut	Päivi	Häkkinen
45.	Smartsport		Jukka	Karvinen
46.	Smartsport		Jukka	Pekkala
47.	Östnyland	Paikallislehti	Jannika	Lindén

Koulujen ja päiväkotien olosuhteet ja ympäristö liikkumisen ja liikunnan lisääjänä:

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
Vanhojen, olemassa olevien liikuntapaikkojen ylläpito ja kunnostus	17	Ei rakenneta pelkästään uutta, paljon käyttökelpoista on, mutta ne pitää pitää kunnossa
Kuljetukset liikuntapaikkoihin, esim. seurojen omiin tiloihin	16	Kuka maksaa? Mistä "budjetista"?
Pienet arjen teot ratkaisevat paljon, omia ratkaisuja, aina ei olosuhteista kiinni!	11	"Saa juosta" voi olla ratkaisevampaa kuin hienot olosuhteet
Liikuntavälinekartoitus, huomioitava turvallisuus ja vastuukysymykset, omien liikuntavälinekärärien lisääminen	7	Mitä missäkin jo on, mitä voi lainata/vuokrata/ostaa, koulut päiväkodit, kaupunki, seurat...
Päiväkotien salien iltakäyttö	4	Osa päiväkodeista rakenteeltaan hankala, osalla myös iltatoimintaa (24/7), vastuu-, siivous- ja lukituskysymykset ratkaistava
Pyöriteitä liian vähän – kouluihin pyöräily	2	Erityinen ongelma kylissä
Liikuntavaunuidea on hyvä, jatko?	2	Kerätään kokemuksia ja sitten tehdään mahdollisia lisäpäätöksiä
Liikuntasalien tehokkaampi käyttö ja tilojen tasapuolisempi jakaminen – nyt koulut "sanelevat" käytön	4	Tarvitaan yksi aikuinen paikalle (koulut ja päiväkodit), IP-kerhojen olosuhteet heikkoja: seurat ym. tulevat tiloihin klo 15 ja IP –ryhmät ovat paikalla klo 17 asti
Asemakaavoitus	2	Uusien päiväkotit – koulukokonaisuuksien viheralueiden ja liikuntamahdollisuuksien hyödyntäminen varmistaa pitkällä aikavälillä liikkumisen ratkaisuja; miten vanhojen päiväkotien ja koulujen tilanne?
Turvalliset liikkumisyhteydet liikuntapaikoille: kaava	1	Ali- ja ylikulut lasten liikennöimille reiteille
"Parakkikoulujen ja –päiväkotien" olosuhteet	1	"väliaikaiset ratkaisut" ovat lapsille ainutkertaisia kokemuksia; yksi ikäluokka ollut väliaikaistiloissa kaikki luokat 1-6. Näissä tiloissa tulisi lisätä liikuntaolosuhteita
Pienpelikenttien tehokas käyttö	1	Alle 4 v. ei löydy riittävästi vastaavia olosuhteita kuin isommille päiväkotilapsille
Välineiden jatkuva huolto ja lisätarpeen ratkaisut		
Luokahuoneet, käytävät, vast. liikuntaa edistäviksi		"Integroiva ajattelu": liikkumisen mahdollistaminen kaiken aikaa, seisomatyötilat, voimistelupallot istuimina, jne.

Yhteistyö seurojen, koulujen ja päiväkotien kanssa:

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
Ilmainen joukkoliikenne lapsille → lapset voivat vierailla eri seurojen tapahtumissa	15	
Lillii-liikuntavastaavien yhteystiedot kootaan ja välitetään tiedoksi seuroille	7	
Yhteistyön lisääminen seurojen välillä	4	Seurapoolit, yhteistyömallit
Lisää yhteistyötä liikuntapalvelujen, seurojen, koulujen ja päiväkotien välille	2	
Seuraohjaajat kouluttamaan päiväkotien ja koulujen henkilökuntaa	1	
Lapsille mahdollisuus kokeilla monipuolisesti eri lajeja – myös uusia lajeja	1	
Henkilökunnan asenteisiin vaikuttaminen		

Miten vaikuttaa vanhempiin, jotta he tukisivat lasten liikkumista:

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
Kannustaminen, oma osallistuminen ja esimerkki	14	Omatoimisuuden kannustaminen, ymmärryksen lisääminen
Lisää matalan kynnyksen harrastusmahdollisuuksia	12	Myös seuroissa: hyvä tiedottaminen ko. mahdollisuuksista, samalla voisi lisätä perheliikuntaryhmiä
Kampanja lasten somevälineiden käytön vähentämisestä	3	Miten voidaan somea hyödyntää liikkeen lisäämiseksi? Aikuisten somekäytön esimerkki
Päiväkotien rooli vähävaraisten /syrjäytyneiden lasten vanhempien aktivoimisessa	1	Sosiaalipuolen tuki, enemmän informaatiota asiasta
Konkreettiset työvälineet vanhemmille siihen, miten oma lapsi liikkuisi enemmän	1	Liikuntaläksyt ja -tehtävät kotiin – myös vanhempien tehtäväksi
Enemmän faktoja käyttöön päiväkodeissa		Vanhempien herättely tiedostamaan liikkumattomuuden vaarat, henkilökunnan esimerkki päiväkodeissa
Päiväkotien pihat ”lähiliikuntapaikoiksi”		Tilojen ja alueiden salliminen, turvallisuus ja valvontavastuu huomioitava; miten?

Millä toimenpiteillä saadaan päiväkotit- ja koulupäivään lisää liikettä

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
Vinkkejä lasten omaehtoiseen ja perheiden liikuntaan	14	
Henkilökunnan täydennyskoulutus	13	Asenteeseen vaikuttaminen, laadun kehittäminen, urheiluseurojen osaamisen hyödyntäminen
Liikunnanohjaajat varhaiskasvatukseen ja kouluun (oppituntien ulkop. liikunnan suunnittelu ja toteutus yhdessä lasten kanssa)	13	Yhdistelmätoimien mahdollistaminen (koulunkäynnin, ip-kerhon ja urheiluseuran ohjaaja). Myös nuoriso-ohjaajat kouluihin.
Seurat esittelemään toimintaansa päiväkoteihin ja kouluihin	8	Harrastusmahdollisuuksien esittely, seurojen välisen yhteistyön hyödyntäminen (esim. kuukauden jaksoissa vaihtuva toiminta)
Kieltojen vähentäminen arjessa	4	
Päiväkotien ja koulujen eri tilojen hyödyntäminen	3	Päiväkotien ja koulujen kaikki sisätilat ja pihat liikuntakäyttöön arkiliikunnan lisäämisessä
Lapset mukaan suunnitteluun ja toteutukseen	2	Tarvitaan työkaluja ja ideoita osallistamiseen
Vaihtuvia toimintaratoja pihoihin (tempuradat, pyöräilyn taitoradat, tasapainoradat, kiipeilyradat jne.)	2	
Objektiivisten mittareiden hyödyntäminen fyysisen aktiivisuuden seurannassa	1	Kunnan yhteishankinta kiertävät mittaripaketit päiväkodeille ja kouluille
Koulu- ja päiväkotimatkojen kulkemista kävellen edistävät kampanjat ja teemaviikot		Tärkeä viestiä vanhemmille asiasta ja muistuttaa turvallisesta liikkumisesta
Vanhemmille varhaiskasvatuksen ja koulun kautta ideoita lasten ja perheen yhteiseen liikkumiseen	1	Kampanjoita, tapahtumia, vanhempainiltoja, vinkkitauluja, seurantamittareita myös perheille kokeiluun
Kisat päiväkotien ja koulujen välillä erilaisissa aktiivisuuden muodoissa	1	Valtakunnallinen viestintä tai kampanja tueksi
Päiväkotien ja koulujen lähiympäristö liikuntakäyttöön	1	Yhdyskuntasuunnittelulla varmistettava lähiympäristöjen turvallisuus
Varhaiskasvatuksessa ryhmäkokojen ja henkilöstömitoituksen normit ja sijaisjärjestelyt kuntoon	1	Varmistettava riittävät resurssit aktiivisen päivätoteutukseen myös sairastumistapauksissa
Henkilökunnan osallistaminen tilojen varustamiseen ja kunnostamiseen		
Varhaiskasvatuksessa tarvitaan selkeät vastuut eri toimenpiteiden toteuttamiseen		Vuorottelun periaate
Valmiita tunti- ja tuokiomalleja kasvattajille		Motoristen perustaitojen oppiminen, fyysisen aktiivisuuden lisääminen
Kiertävä välinevaunu päiväkotien ja koulujen käyttöön		Kunta vastaa hankinnasta ja toiminnan organisoinnista, kunnan liikunnanohjaajan demonstraatiot vaunun välineiden hyödyntämisestä

Villit ideat

Kehittämiskohde / -asia	Äänimäärä	Tarkennuksia, täydennyksiä
Harrastustoimintaa päiväkotipäivään	18	Harrastuksiin tutustumista päivän aikana, maksuttomuus!
"Tolkkisten malli"	13	Liikuntaa iltapäivisin
Nettisivut kaikille harrastuksille	11	Esimerkkinä "Harrastelahti.fi"
Liikunnanohjaajia päiväkoteihin ja kouluihin	6	
Leikkipuistojen hyödyntäminen	3	Puistokartta, ohjaaja/aktivaattori paikalla
Harrastuskaruselli	2	Useita lajeja viikossa, seurojen kanssa yhteistyötä, iltapäivien hyödyntäminen
Miten "ruutu" saadaan aktivoimaan lasten ja nuorten liikkumista	1	
Päiväkotien sisätilat		Harrastuskäyttöön iltaisin ja viikonloppuisin
Tapahtumat päiväkotien/koulujen välillä		Turnaukset, kisat, jne.
Liikuntakärry		Lainattava välinekärry (on jo olemassa!)
Harrastustoiminnan esittely		Toimintaa koulujen iltapäiväkerhoihin
Liikuntakummi/liikuntamummi/pappa		Löytyisikö vapaaehtoisia, jotka voisivat toimia kummeina päiväkodeissa, kouluissa?
Ruutuajan vähentäminen		Vanhempien vastuu, seuranta appeja hyödyntämällä

*"Jos jokin on tärkeää ja haastavaa,
sitä ei kannata tehdä yksin.."*

KIITOS OSALLISTUMISESTASI TYÖPAJAAN!

WWW.SMARTSPORT.FI

SMART  SPORT