

ESLUn uutiskirje



ESLUn liikunnallisia terveisiä varhaiskasvatukseen

Kevään ensimmäiset auringonsäteet kutittelevat jo poskia ja pihoilla voi jo havaita ensimmäisiä keväänmerkkejä. Nyt on hyvä hetki lähteä tutkimaan luonnon heräämistä ja nauttia ulkoilun riemusta. Annetaan kehon ja mielen virkistyä keväisessä ympäristössä.

ESLUn uutiskirjeen aiheita:

- Varhaiskasvatushenkilöstöllä merkittävä rooli liikkumisen edistäjänä
- Taapero liikkuu – annammeko siihen mahdollisuuden? Liikkumisen perusta luodaan varhaislapsuudessa
- ESLUn koulutukset
- Vinkit ja ideat

Uutisia

Varhaiskasvatushenkilöstöllä merkittävä rooli liikkumisen edistäjänä

Henkilöstö suhtautuu liikkumisen edistämiseen varhaiskasvatuksessa myönteisesti. Suurin osa henkilöstöstä kokee lasten liikkumiseen liittyvän osaamisensa hyväksi ja pitää liikkumisen mahdollistamista kaikkien tehtävänä. Liikkuva varhaiskasvatus -toiminta koetaan hyödyllisenä ja siitä saa tukea omaan työhön. Toimintaa edistävät useat henkilöstöön liittyvät asiat, kuten osaaminen, keskinäinen vuorovaikutus ja

asenteet. Lasten liikkumisen lisäksi toiminnassa voidaan edistää henkilöstön työhyvinvointia liikunnallisin keinoin.

Lue lisää Liikkuva
varhaiskasvatus -sivulta

Taapero liikkuu - annammeko siihen mahdollisuuden? Liikkumisen perusta luodaan varhaislapsuudessa

Fyysisesti aktiivinen tai passiivinen elämäntapa omaksutaan jo varhaislapsuudessa, jopa jo alle kolmivuotiaana. Tästä syystä tarvitsemme Suomeen toimenpideohjelman, joka tukee ja kannustaa lapsia jo varhain liikunnallisen elämäntavan polulle. Varhainen tuki on ratkaisevaa, jotta voimme välttää passivoituvan elämäntavan kielteiset vaikutukset ja sen sijaan luoda lapsille valmiudet aktiiviseen arkeen ja uusien liikuntataitojen oppimiseen.

Varhaiskasvatuksessa kasvattajien toiminta ja lapsiryhmä vaikuttavat lapsen liikkumisen mahdollisuuksiin. Pedagogisella otteella ja suunnitelmallisuudella aikuinen voi ottaa huomioon lasten mielenkiinnon kohteet. Kannustaminen ei ole vain lapsen kehottamista liikkumaan, vaan ennen kaikkea mielenkiinnon herättelyä. Lapsen liikunnallinen kokemus rikastuu, kun aikuinen osallistuu ja tarjoaa mallia omalla toiminnallaan. Heittäytyvä ja innostava aikuinen voi herättää lapsessa iloa, uteliaisuutta ja onnistumisen riemua, jotka motivoivat lasta oppimaan lisää. Lapsen kokema tunnetila on ratkaiseva: se voi toimia kehitystä eteenpäin vievänä voimana tai negatiivisena asiana, joka estää hänen taitojensa kehittymistä.

Fyysisesti aktiivisten leikkien määrä ja laatu toki vaihtelevat merkittävästi toimintayksiköittäin sekä lapsen yksilöllistä lähtökohdista. Useissa kunnissa ja varhaiskasvatusyksiköissä liikkumisen tärkeyteen on herätty. Se näkyy myönteisesti liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisprojektien lisääntymisenä sekä pedagogisen johtamisen vaikuttavuuden tunnistamisena. Lasten yhdenvertaisuuden näkökulmasta erot yksiköiden välillä ovat kuitenkin yhä liian suuria. Tarvitsemme pitkäjänteisyyttä ja laajempaa lapsivaikutusten arviointia.

Leena Lahtinen

*Reunamo Education Research, väitöskirjatutkija Helsingin yliopisto, Liikkuva
varhaiskasvatus- johtajuustyöryhmän puheenjohtaja*

Lue koko juttu



ESLU kouluttaa

Pienten lasten liikuttajat -verkostotapaaminen: Jekku-jänön materiaalit sekä luontoliikunta 24.4.2025

Pienten lasten liikuttajat -verkoston tapaaminen järjestetään huhtikuussa. Ajankohtaisten asioiden lisäksi tutustutaan uusiin Jekku-jänön materiaaleihin sekä saadaan vinkkejä pienten ulkoiluun ja luontoliikuntaan.

Uudet Jekku-jänö-materiaalit varhaiskasvatukseen. Jekku-jänön uudet materiaalit tuovat lisää liikettä arjen hetkiin, positiivista vuorovaikutusta ja tukea lapsiryhmän motoristen taitojen havainnointiin. Virpi Koivula esittelee uudet materiaalit ja käy lisäksi läpi varhaiskasvatuksen liikunnan muut ajankohtaiset asiat.

Pilit pihalle! Tärkeintä on ulos lähteminen, siitä alkaa piltin liikuntaseikkailu. Parasta on epätasainen maasto, mutta pihakin tarjoaa monta tapaa harjoitella motorisia taitoja. Ja kas, huomaamatta kehittyvät sosiaaliset ja kognitiiviset taidot sekä kokonaishyvinvointi. Puheenvuorossa saat käytännönläheisiä vinkkejä pienten ulkoiluun sekä kannustusta lisätä luontoliikuntaa arkeen.

Aika ja paikka: to 24.4.2025 klo 12.30 - 13.45, etäyhteyksin (Teams)

Hinta: Tilaisuus on maksuton.

Pienten lasten liikuttajat -verkostossa jaetaan ajankohtaista tietoa sekä hyviä vinkkejä ja käytänteitä pienten lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämisestä. Verkosto on tarkoitettu ESLUn alueella toimiville henkilöille, jotka ovat kiinnostuneita alle kouluikäisten lasten liikunnan lisäämisestä. Verkostoon ovat tervetulleita niin varhaiskasvatuksen kuin seuratoiminnan parissa toimivat sekä muut asiasta kiinnostuneet. Verkostotapaamisia järjestetään 2-3 kertaa vuodessa ja tilaisuudet ovat maksuttomia.

Ilmoittaudu mukaan 21.4.
mennessä

Innostava luonnonmukainen ja liikuttava oppimisympäristö 7.5.2025 - maksuton seminaari

Innostava luonnonmukainen ja liikuttava oppimisympäristö -seminaari koostuu luennoista, työpajoista ja verkostoitumisesta.

Ohjelma

8.00 Aamukahvi ja sämpylä

9.00 Lapsi tarvitsee luontoa ja luonto lasta, emeritusprofessori Tari Haahtela

9.15 Kuinka tehdä tyhjistä asfalttipihasta luonnonmukainen, oppimista ja tervettä kasvua tukeva koulupiha, luokanopettaja Cedric Ryckaert, luokanopettaja, Sint-Pauluksen koulu (Kortjik, Belgia). Puheenvuoro on englanniksi.

10.00 Positiivinen riskinotto leikissä, maisema-arkkitehti Jussi Virta

10.30 Tauko

10.45 Paneeli hyvistä käytännöistä

11.30 Lounas

12.30 Työpajat tai vierailu Kirkkonummella

Tarkemmat tiedot ohjelmasta, työpajoista ja vierailusta Kirkkonummella löydät alla olevasta linkistä.

Aika ja paikka: ke 7.5.2025 klo 8.00 - 15.15, Olympiastadion Helsinki

Hinta: Maksuton seminaari sisältää ohjelman, aamukahvit ja lounaan.

Seminaarin järjestävät yhteistyössä: Etelä-Suomen aluehallintovirasto, Liikkuva varhaiskasvatus, Opetushallitus, Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry sekä Kirkkonummen kunnan varhaiskasvatus

Ilmoittaudu mukaan 21.4.
mennessä

Tilauuskoulutuksia:

Digiloikka liikkuen (3 t)

Koulutuksen teoriaosuudessa perehdytään digitaalisen osaamisen, medialukutaidon ja ohjelmointiosaamisen kirjauksiin varhaiskasvatusta ohjaavissa asiakirjoissa ja pohditaan, miten teknologia ja media vaikuttavat lasten elämään. Käytännön osioissa opitaan, miten digilaitteet voivat passivoimisen sijaan liikuttaa lapsia. Lisäksi käydään läpi, miten lasten kanssa voidaan koodata ilman ensimmäistäkään digilaitetta. Koulutuksessa opetellaan tekemään QR-koodeja ja hyödyntämään niitä lasten liikuttamisessa.

Liikuntaa pienissä tiloissa (3 t)

Koulutuksessa pohditaan, miten pienissä ja ahtaissa tiloissa voidaan turvallisesti mahdollistaa lasten riittävä fyysinen aktiivisuus. Voisiko odotteluhetki olla jumppahetki? Voisiko siirtymätilanteessa harjoitella motorisia taitoja? Koulutuksessa opitaan, miten muutat huonekalut ja kierrätysmateriaalin liikuntavälineiksi. Käytännön osioissa käydään läpi pieniin tiloihin sopivia liikuntaleikkejä ja ideoidaan, miten liikkuminen ja toiminnallisuus voidaan tuoda mukaan kaikkiin arjen hetkiin.

Ihan pihalla (3 t)

Piha, lähiympäristö ja ulkona liikkuminen tarjoavat lapselle mahtavan ympäristön erilaisten taitojen oppimiseen. Liikkumisen mahdollisuuksien luominen edellyttää varhaiskasvatuksen henkilöstöltä päivittäin tietoisia valintoja. Koulutuksessa perehdytään Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksiin käytännön harjoitusten avulla.

Kiinnostuitko? Tarjouspyynnöt ja lisätiedot: [Virpi Koivula](#), puh. 040 717 0792

Vinkit ja ideat

Jekku-jänön liikunnallinen kevätseuranta

Jekku-jänö on lähtenyt pesäkolostaan lähiympäristöön tutkimaan kevään merkkejä ja oikomaan raajojaan. Mitä kaikkea Jekku-jänö on jo löytänyt? Mitä muita merkkejä voitte löytää luonnosta?

Jekku-jänön kevätseurannassa etsitään kevään merkkejä yhdistäen löytöihin motoristen taitojen harjoittelua. Lasten kanssa on hauska tutkia yhdessä Jekku-jänön kevätseuranta julistetta.



liikunnal aluejärjestöt.fi

#JekkuJänö

Tutustu Jekku-jänön
kevätseurantaan

Liikunnallinen Jekku-jänön muistipeli

Jekku-jänön muistipelikorteissa pääsette sukeltamaan perinteisen lautapelin liikunnalliseen versioon. Muistipelikortit sopivat moneen käyttötarkoitukseen. Ne lisäävät lasten liikettä ja kehittävät motorisia perustaitoja sekä ulkona että sisällä.

Liikunnallisen Jekku-jänön muistipelin avulla voi harjoitella taitoja niin tasapainossa, liikkumisessa kuin välineenkäsittelyssä. Korteilla voi pelata Jekku-jänön muistipeliä pareittain tai ryhmässä. Korteja voi hyödyntää myös taskunopassa, lorupusseissa tai kehokortteina.

Tutustu Jekku-jänön
liikunnalliseen muistipeliin

Liikkuva ja oppiva yhteisö 2025 - Nähdään Jyväskylässä

Liikkuva ja oppiva yhteisö -seminaari järjestetään Jyväskylän Paviljongissa 1.-2.4.2025. Luvassa on kiehtovia keskusteluita, liikuttavia luentoja, uusia oppeja ja ideoita sekä kohtaamisia samoista aiheista kiinnostuneiden kanssa. Lisäksi seminaarissa on yli 80 työpajaa ja luentoja.

Mukana myös liikunnan aluejärjestöjen työpajoja ja meitähän voit moikata myös ständillä.



Lue lisää

Ota yhteyttä - ESLUn Lasten ja nuorten liikunnan tiimi

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU tarjoaa monipuolista tukea varhaiskasvatuksen liikunnallistamiseen.



Virpi Koivula

Asiantuntija, Lisää liikettä -hanke
040 717 0792
virpi.koivula@eslu.fi

**Tarja Nieminen**

lasten ja nuorten liikunnan päällikkö

0400 894 559

tarja.nieminen@eslu.fi

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU
Olympiastadion
Paavo Nurmen tie 1, 00250 Helsinki
www.eslu.fi



[Tutustu ESLUn varhaisvuosien liikunta -sivustoon.](#)

