Liikkuva koulu Nokialla

LIIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

Liikkuva Koulu -toiminta käynnistyi Nokialla vuonna 2013. Aluksi toiminta oli pientä ja mukana oli muutama aktiivinen koulu. Toiminnan haluttiin alusta asti olevan oman näköistä ja se sain nimen Liik-Kiss. Liikuntapalvelut tuli koulujen yhteistyökumppaniksi kouluttamalla välituntiohjaajia v. 2015.

Ensimmäisen Liikkuva koulu -tunnustuksen, alueellisen palkinnon, Nokia sai vuonna 2015. Tällöin liikunnallista pöhinää käynnisteltiin myös Nokian kaupungin varhaiskasvatuksessa nimellä Pikku Liik-Kiss. Vuodesta 2016 lähtien Liikkuvaa koulua on koordinoitu Nokialla liikuntapalveluiden ja peruskoulujen hyvin sujuneella yhteistyöllä ja mukaan ovat liittyneet kaikki koulut.

Vuonna 2017 jokaiseen peruskouluun nimettiin Liik-Kiss -vastaava tai tiimi, jotka kokoontuvat 2–4 krt lukuvuodessa. Verkostoon kuuluvat opettajat ja ohjaajat kokevat tapaamiset tärkeiksi paikoksi kuulla muiden koulujen toteutuksista. Nykyään ideoita ja kuulumisiamme jaetaan myös Liik-Kiss -blogissa, jonka kautta toiminta on myös muiden kuntien, vanhempien ja sidosryhmien nähtävillä. Lisäksi likuntapalvelut kertoo Liik-Kiss kuulumisista säännöllisesti sosiaalisessa mediassaan.

Toimintamme on siis laajentunut ja kehittynyt vuosien myötä. Erityisinä onnistumisina siihen olemme pitäneet hyvää ja monialaista koordinaatiota ja yhteistyötä koulujen, kouluterveydenhuollon, liikuntapalveluiden, varhaiskasvatuksen ja kolmannen sektorinkin kesken.

Uudenlaista yhteistyötä

Koulujen välinen yhteistyö toimii Liik-Kiss-vastaavien kokoontumisten ja koordinaation kautta. Yhteistyöllä on järjestetty mm. koulujen välisiä turnauksia ja koulujen kesken on jaettu paljon ideoita ja hyviä käytänteitä. Tapaamisten järjestäjänä on toiminut liikuntapalvelut.

Kouluterveydenhoitajien kanssa yhteistyötä on tehty jo useamman vuoden Move-mittausten ja liikuntaneuvontapalveluihin ohjaamisen osalta. Osa kouluista tekee tiivistä yhteistyötä varhaiskasvatuksen kanssa ja oppilaat ovat järjestäneet mm. liikuntatuokioita eskareille.

Myös liikuntapalvelut on ollut mukana Pikku Liik-Kiss toiminnan suunnittelussa. Nokian varhaiskasvatus on nimennyt eri yksiköihin liikuntalähettiläitä ja osa henkilöstöstä opiskelee Varalassa liikunnan ammattitutkintoa. Pidämme tärkeänä innostaa lapsia liikkumaan jo varhaiskasvatuksessa ja edelleen koululaisina.

Marraskuussa 2017 liikuntapalvelut järjesti lasten ja nuorten liikunnan edistämisen verkostoillan, johon kutsuttiin niin paikallisten peruskoulujen kuin eri seurojen ja järjestöjen edustajia. Illan kuluessa ilmeni, että Nokialla tehdään jo paljon asioita lasten ja nuorten liikunnan edistämiseksi niin seuroissa kuin kouluilla. Toteutuksissa on kuitenkin suuria eroja esim. pienten ja suurten koulujen välillä. Osa kouluista teki tiiviisti yhteistyötä paikallisten seurojen kanssa, osa ei lainkaan. Yhteistyöllä voisimme taata, että toimintaa olisi joka puolella Nokiaa tasavertaista.

Liikuntapalveluiden tahtotila oli, että kaikilla nokialaisilla lapsilla ja nuorilla olisi jokaisessa peruskoulussa mahdollisuus tutustua paikallisten seurojen toimintaan ja löytää näin liikunnaniloa niin koulupäivään kuin vapaa-aikaankin. Tästä syntyi idea liikuntapolku-toimintamallista.

Liikuntapolku-toimintamalli

Liikuntapolku-toimintamalli noudattaa yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoa. Sen tavoitteena ovat niin aktiivinen ja hyvinvoiva koululainen kuin liikunnallisen elämäntavan edistäminenkin. Liikuntapolku-toimintamallissa jokaisella luokka-asteella on oma liikuntamuoto, johon tutustutaan ohjatusti lukuvuoden aikana. Tulevaisuudessa on tarkoitus rakentaa toimintaa ohjaava materiaalipankki opettajien avuksi toteuttaa kunkin luokka-asteen teemaa esim. oppituntien toiminnallistamisessa. Tällä hetkellä toimintamallia pilotoidaan järjestämällä lajikokeiluja eri luokka-asteille. Tulevaisuudessa on tarkoituksena, että jokainen luokka-aste saisi oman lajikokeilunsa lukuvuoden aikana.

Lukuvuosille 2018–19 palkkasimme Liikkuva koulu -hankkeeseen seuratoiminnan koordinaattorin, jonka tehtävänä oli mallintaa ja suunnitella liikuntapolusta toimiva toimintamalli kaikkiin Nokian peruskouluihin. *(Seuratoiminnankoordinaattori Mirka Tuiskun opinnäytetyö Liikuntapolku-toimintamallin tuottamisesta os. www.theseus.fi/handle/10024/167061).*

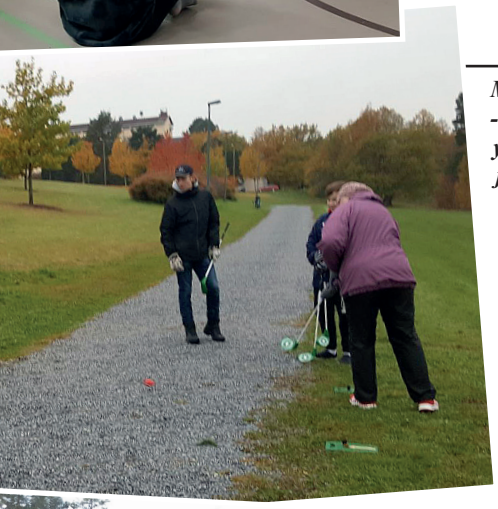
Lukuvuoden aikana jatkettiin liikuntapolun pilotointia 3., 4. ja 8. luokkalaisille. 3. luokkalaisille järjestettiin liikuntapalveluiden ja Kankaantaan Kisan kanssa yhteistyöllä hiihtopäivät, joista ei hymyä puuttunut.

Trialpyöräilypäivässä nähtiin trialmoottoripyöränäytös, kokeiltiin sähkömopolla ajoa sekä testattiin esterataa omalla polkupyörällä. Osaan tapahtumista tuotiin trialpolkupyöriä sekä yksipyöräisiä oppilaiden ja opettajien testattavaksi.

Liik-Kiss -hankkeen kautta kouluille on hankittu lainattavia polkupyöriä oppilaiden käyttöön. Tämä on mahdollistanut esimerkiksi kuljetusoppilaiden helpomman osallistumisen koulujen erilaisiin tapahtumiin. Koulumatkan pituus ei siis ole este.

Hiihtopäivässä harjoiteltiin ohjatusti sauvoitta hiihtoa, mäennousu ja laskutekniikoita ja erilaisia hiihtoleikkejä. Lisäksi oli opastuskyltein varustettu tehtävärata kierrettiäväksi opettajan kanssa.

Syksyllä Nokialla järjestettiin Para school day viikko, johon osallistuivat kaikki Nokian 5. ja 8.-luokkalaiset. Päivässä oppilaat pääsivät kokeilemaan erilaisia paraurheilulajeja paralympian opastuksella. Saimme päivässä käytetyt välineet kuntaamme, joten tarkoituksena olisi järjestää samantyylinen päivä osana liikuntapolkua.



Mummut ja papat puistoon -tapahtumassa Emäkosken yläkoulun oppilaita oli ohjaamassa toimintapisteitä. Tapahtuma oli osa Vie vanhus ulos -kampanjaa, järjestäjinä Nokian kaupungin liikuntapalvelut, ikäihmistenpalvelut, Nokianvirran ja Emäkosken yläkoulujen oppilaat sekä vanhusneuvosto. Tapahtumaan osallistui noin 60 henkilöä.

Liikkuva koulu -hanke on pyrkinyt aktivoimaan oppilaiden liikkumista sekä ulkona että sisällä esimerkiksi välituntivälinelainaamoiden ja välkkäreiden avulla. Samoin useassa koulussa järjestetään oppilaille erilaisia kuukausikisoja ja -tempauksia.

Kampanjoita ja luovaa toteutusta

Liikuntapalvelut on ollut mukana Liik-Kisksessä erilaisten tapahtumien ja kampanjoiden myötä. Viimeisimpänä se järjesti yhteistyössä Emäkosken yläkoulun liikunnan valinnaiskurssilaisten kanssa ikääntyneiden ulkoilupäivän 10.10. Liikuntapalvelut on haastanut koulut mukaan Vie vanhus ulos -kampanjaan ja Unelmien liikuntapäivään jo useamman vuoden.

Yhteistyön lisäksi koemme, että toiminta on kehittynyt myös siksi, että on annettu vapaat kädet toimia ja on luotettu eri tahojen itsenäiseen toteutukseen.Tavoitteet toiminnalle ovat olleet kaikille samat, mutta kaikki koulut ovat saaneet toteuttaa hanketta tavoitteiden raameissa omalla tavallaan. Pidämme rikkautena, että ideointia on aina tehty useassa koulussa ja kaikkialla liikkumisesta on tehty oman koulun oppilaiden ja ympäristön näköistä toimintaa. Toisilla kouluilla vahvuutena on hyvät lähiluonto-olosuhteet ja toisilla taas iso piha tai liikuntasali.

Onnistunut vakiinnuttaminen

Nokia on luonut hankkeen kautta tulleista hyvistä käytänteistä jo useita pysyviä toimintamalleja ja jatkaa liikunnan tiellä myös tulevaisuudessa. Vakiinnuttamisen tukena on ollut se, että jo hankevuosina toiminnassa on ollut mukana johdon tuki opetuspalveluiden johtavan rehtorin ja liikuntapalvelupäällikön kautta. Toimintaa ohjaa myös kunnan strategia, jossa tavoitellaan samoja asioita kuin hankkeessa, hyvinvoivia ja aktiivisia nokialaisia. Liikkuva koulu hankkeen kautta aloitettuja Liik-Kiss -tapaamisia niin seurojen kuin koulujenkin kanssa jatketaan edelleen säännöllisesti ja niissä jatkossa käydään läpi myös uuteen toimintamalliimme Liikuntapolkuun liittyviä asioita.

Tänä lukuvuonna myös toinen aste on otettu mukaan toimintaan Nokian Lukion liittyessä liikkuva opiskeluhankkeeseen. Liikkuva opiskelu hanketta koordinoidaan Nokialla liikuntapalveluiden ja lukion yhteistyöllä.

Liik-Kiss terveisin,
Liik-Kiss ohjaustyöryhmä:
Katri Manninen, Petri Suojoki, Katja Hautamäki ja Harri Pirttimäki.

Lue lisää Liik-Kiss blogista: https://liikkissnokia.wordpress.com/