

Koululiikunnan ohjaaja

Kimpisen koulu Anna Punkkinen

Mitä?

- Tavoitteena fyysisesti aktiivisempi koulupäivä jokaiselle:
 - Aktivointi
 - Välituntitoiminta
 - Liikuntakerhot
 - Henkilöstön hyvinvointi
 - Liikuntatunnit
 - Tapahtumat
 - TUKI
- Monipuolista toimintaa koko koulupäivän ajan.

Miten?

- Matala kynnyys
- Kutsukerhot
 - Yhteistyö terveydenhoitajien kanssa
- Mainonta ja tiedotus
- Oppilaiden osallistaminen

Kenelle?

- Oppilaitos:
 - Oppilaat
 - Opettajat
 - Muu henkilökunta

Miksi?

- Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen (LIITU-tutkimus)
 - Älypuhelimet ja ruutuaika syrjäyttämässä vapaa-ajan liikunnan/hyötyliikunnan
 - Liikunnallisesti aktiivinen elämäntapa → askelia ja liikettä
- Tavoitettavuus
 - Koulut otollinen paikka tavoittaa lapsia ja nuoria
 - Vietettävä aika
 - Yhteisöllisyys

Toiminta

- Välituntitoiminta
 - Välkkärit
 - Skabat
 - Välineet
 - Taukoliikuntapelit



- Oppituntien aktivointi
 - Taukojumpat
 - Vinkkejä opettajille → materiaaleja

Toiminta

- Liikuntakerhot
 - Alakoulu ja yläkoulu
 - Kattava lajikirjo
 - Matalakynnys
 - Oppilaiden osallistuminen suunnitteluun ja toteutukseen
- Henkilöstön hyvinvointi
 - Opejumpat (hiitit)
 - Liikuntaneuvonta
 - Tsemppi



Toiminta

- Tapahtumat
 - Kimpisen kovin
 - Liikuntajoulukalenteri
 - Äiti ja lapsi -päivä äitienpäivänä
 - Amazing Race –Kimpinen
- Tuki
 - Helppo lähestyä
 - Neuvonta



Amazing Race







Äiti ja – lapsipäivä







Välituntitoimintaa





Mäenlaskua



Liikuntakerholaiset luistelemassa



Tonttujumppaa



Hiitin jälkeisiä fiiliksiä..





Liikunnanohjaaja koulussa