



LIKKUVA KOULU JA HYVINVOINTI

LIKKUVA KOULU –RE START 10.4.2024

KENEN HYVINVOINTIIN LIIKKUVA KOULU TOIMINNALLA ON MAHDOLLISUUS VAIKUTTAA? OPPILAIDEN? HENKILÖKUNNAN?

- *Tuomalla liikkuminen osaksi koulupäivää voidaan lisätä oppilaiden fyysistä aktiivisuutta, edistää oppilaiden tiedollista toimintaa, oppimista, kouluviihtyvyyttä, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä parantaa koulun työrauhaa.*
- *Jokainen opettaja voi toteuttaa Liikkuvaa koulua omalla tavallaan. Oleellisinta on edistää lasten hyvinvointia päivittäin. Kun liikkuminen on osana oppitunteja, tavoitetaan kaikki oppilaat. Oppitunnit tarjoavat mahdollisuuksia myös paikallaanolon katkaisemiseen.*
- *Henkilökunnan liikkumisen edistäminen ja työssäjaksamisen tukeminen voivat myös olla osa Liikkuvaa koulua. Työpäivän aikainen liikkuminen on mahdollista kytkeä ainakin osittain oppilaille suunnattuihin toimintoihin. (liikkuva koulu.fi)*

MIKSI?

- HYVINVOINNIN JOHTAMINEN → Mahdollisuus lisätä sekä oppilaiden että henkilökunnan yhteisöllisyyttä, osallisuutta, aktiivisuutta, terveyttä, koulumotivaatiota = LISÄÄ HYVINVOINTIA KOULUUN!
- MOVE –tulokset Lappeenrannassa! → Fyysinen toimintakyky mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia KULUTTAVALLA TAI HAITTAAVALLA TASOLLA:

5. LK – 35,1 %

8. LK – 38,6 %

- Kouluissa ovat kaikki lapset ja nuoret → Mahdollisuus vaikuttaa massoihin!
- Lappeenrannassa GR-teema lukuvuonna 2024-2025 – ”Kestävä liikkuminen”
- ”Fiksusti kouluun” –tietopajat

MITÄ VARMISTAN ENSI SYKSYNÄ?

TOIMINNAN ORGANISOINTI

- 1) Koulullasi on Liikkuva koulu -vastaava ja –tiimi!
 - 2) Ohjaa Liikkuva koulu vastaavaa/-tiimiä hyödyntämään ”Nykytilan arviointia” teidän koulunne tärkeimpien kehityskohteiden löytämiseksi. [Nykytilan arviointi - Liikkuva koulu](#)
- Tehdään myös jatkossa LV-suunnitelman osana Lappeenrannassa.
- Mahdollistaa kuntakohtaisen Liikkuva koulu –avustuksen haun.

OSALLISTUMINEN JA OSALLISUUS

- 3) Oppilaiden osallisuus → välkärit, oppilaskunta/LI-koulu tiimin yhteistyö
- 4) Asian esille nosto/muistuttelu säännöllisesti henkilökunnan parissa (Li-koulu tiimi/vastuuopettaja/rehtori)
- 5) Kohdennetut toimenpiteet vähän liikkuville lapsille → Kutsukerhot, Harrastereseptit, KouluPT-palvelut?

OPETUS

- 6) ”Opetuksessa on sovittu käytänteistä, joilla katkaistaan istumajaksot” → n. 70 % vastannut arvoilla 0-2
- 7) Materiaali- /vinkkipankit luokkiin. [Ideapankki - Liikkuva koulu](#)

VÄLITUNNIT JA KOULUMATKAT

- 8) Liikuntasalin käyttö välituntisin?
- 9) Käpytellen kouluun! Viestintä –pohjia tulee ”Fiksusti kouluun” –toiminnan kautta. Laitetaan jakoon.



LIIKE ON LÄÄKE!