

Liikuntaneuvonta

Miksi nuorten liikuntaneuvonta on tärkeää ja miten se mahdollistetaan nykyisillä resursseilla?

Terve sielu

terveessä kehossa

Hyvinvointioppimisen ydinteemat

- Sosiaalinen osaaminen (vuorovaikutustaidot)
- Arjen rytmit, lepo, ruokailu, harrastukset
- Ruokailu
- Liikunta
- Itsehoito
- Oppimaan oppiminen
- Elimistön ja mielen viestien tulkinta
- Oman ja ympäristön hyvinvoinnin arviointi

Hyvinvointioppiminen

- Hyvinvointiosaaminen
- Hyvinvointiopettaminen
- Olennaista suhde toisiin ihmisiin
 - vuorovaikutus
 - osallisuus yhteisöissä

Hyvinvointioppiminen

- antaa myönteisen perustan ja päämäärän
- selkeän teoriaperustan oppimisen ja opetuksen tutkimuksesta
- rakentaa tulevaisuutta
 - mutta ei uhkakuvilla
 - riskitekijät ja vaarat mukana, mutta eivät keskiössä
- Hyvinvointia opitaan / myös pahoinvointia opitaan
- Oppiminen on yksilöllistä ja yhteisöllistä
 - lapset ja nuoret oppivat, vanhemmat oppivat, perhe oppii yhdessä, yhteisö oppii

- Hyvinvoinnin edistämisen lähtökohtana ollut paljolti häiriöihin keskittyvä asiantuntemus
- Jos tilalle saataisiinkin rinnalle lapsen/nuoren hyvinvoinnin yleinen ja normaali kehittyminen ja siitä huolehtiminen;
 - lapsi ja nuori kokee kuuluvansa yhteisöön
- Hyvinvoinnin ja oppimisen yhteys voimakasta
 - hyvinvointi mahdollistaa oppimisen
 - myönteiset kokemukset oppimisessa vahvistavat hyvinvointia
- **Jos hyvinvointiosaamisen perusasiat kunnossa – edellytykset oppimiseen ovat**

Miten

- Kuuluuko todella opettajalle?
- Taas lisätyötä?
- Maksetaanko korvaus työajasta?
- Miten tehdään käytännössä?
- Miksi opettaja?
- Hyvinvointia voivat arvioida; oppilas itse, vanhemmat, opettajat, oppilashuoltohenkilöstö
- Seurantatutkimuksissa paras ennustaja ; opettajan arvio oppilaan hyvinvoinnista

Miten

- Rakenteen luominen / koulun toimintakulttuuri/ yhteisöllinen opiskeluhoolto
- Koulupäivän rakenne
 - oppitunnit, rytmi, kesto, työ- ja opiskelutavat
 - välitunnit
 - ruokailu, välipalat
- Hyvinvointiopettajat, liikunnanohjaajat, fysioterapeutit, urheiluakatemit
- Välkkärit
- MOVE
- Laajat terveystarkastukset 1.-, 5.- ja 8.-luokilla/ yhdistäminen, hyödyntäminen arviointikeskusteluissa
- **Jos hyvinvointiosaamisen perusasiat kunnossa – edellytykset oppimiseen ovat**