



LIKKUVA KOULU – LIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖN TUKIPALVELUT

Lasse Heiskanen

Lasten ja nuorten liikunnan kehittäjä



Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry

KESKEISET PALVELUT KOULUILLE

- Mentorointi
- Koulutukset
- Kampanjat (VALO ry)
- Opintomatka Mikkelin liikkuviin kouluihin

→ Koulun ja kunnan tukeminen kohti liikkuvampaa ja aktiivisempaa koulupäivää



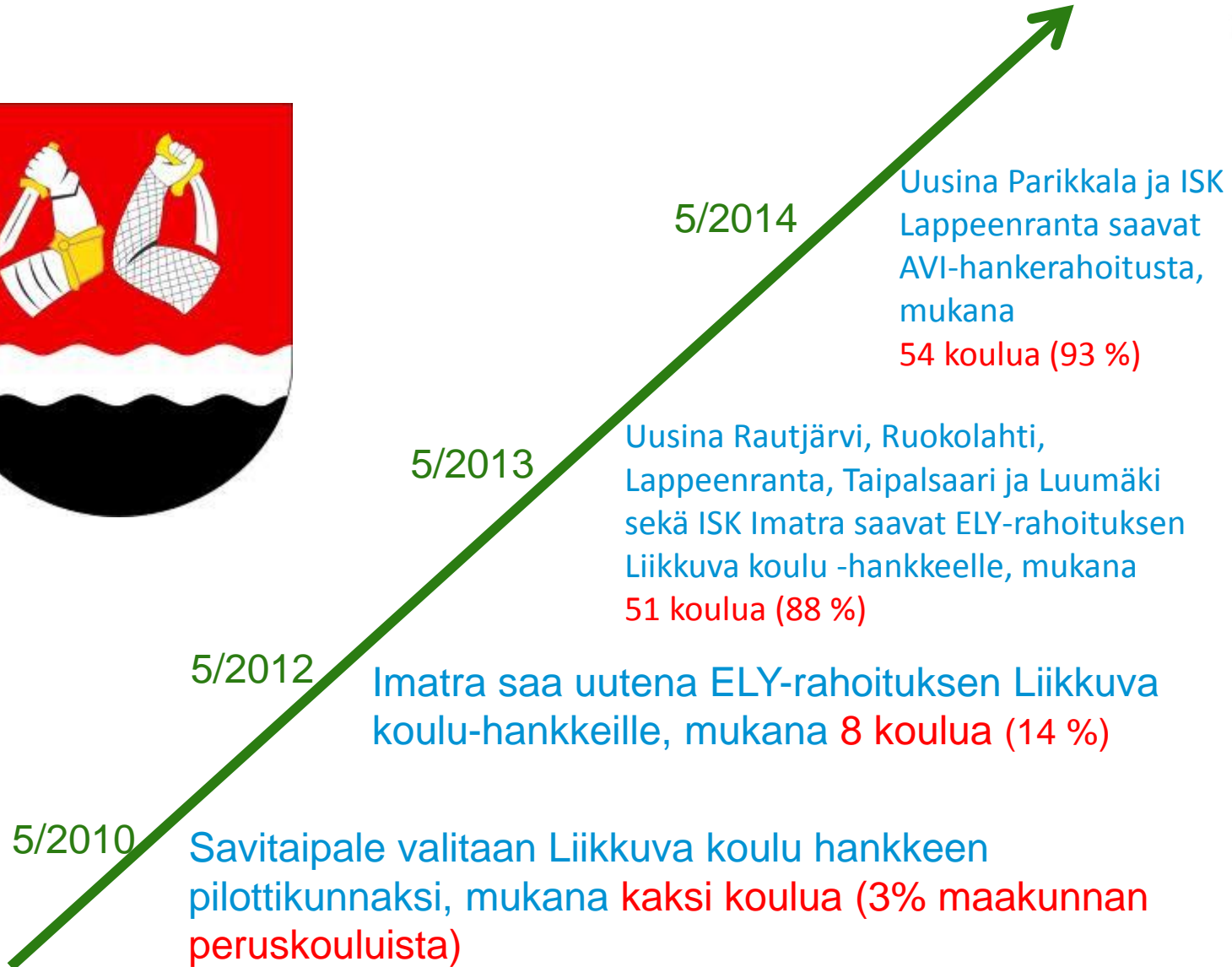
Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry



UUTTA NÄKÖKULMAA KOULUPÄIVÄN LIIKUNNALLISTAMISEEN

- **Järjestöjen LK-tukipalveluista kertova lehtinen ilmestyi Opettajalehden liitteenä 19.9.**
 - Liikkuva koulu: rekisteröityminen ja käsikirja
 - Mentoroinnista ideoita ja tukea
 - Tehdään liikuntalupaus
 - Osallisuuden polku aktivoi
 - Kokeilemalla helposti liikkeelle
 - Kampanjat innostajina
 - Lajikampanjat ja –tutustumispäivät
 - Koulutuksista osaamista
 - Liikkumalla työhyvinvointia
 - Monipuolista kerhotoimintaa
 - Aamu- ja iltapäivätoiminta
 - Liikuntaolosuhteiden kehittämisen askeleet

ETELÄ-KARJALAN LIIKKUVAT KOULUT



KOULUPÄIVÄN AKTIVOINNIN MAHDOLLISUUDET

Koulun henkilökunnan
fyysinen aktiivisuus
(oma jaksaminen)

Liikuntatunnit
(määrä, ajoitus, sisältö)

Opettajien
Liikunnan
täydennyskoulutus

Toiminnalliset oppimismenetelmät
muissa oppiaineissa

Lasten vanhemmat
(tieto, perheliikunta)

Kuntakohtainen
opettajien
liikuntaverkosto

Aamunavaus/
taukojumppa

Olosuhteet
- pienet ratkaisut
- rakennetut ratkaisut

Koulumatkat lihasvoimin

Tunti liikuntaa
Koulupäivän aikana
-> oppilaiden hyvinvointi,
oppiminen, osallisuus,
Työrauha...

Koulupäivän rakennemuutos

Liikuntavälinepankki

Välituntiliikunta
(pidennetty välitunti)

Aamu- ja iltapäivä-
Toiminta
(liikunta osana päivittäistä
kerhotoimintaa)

Oppilaiden osallisuus
heitä koskevassa
asioissa

Liikuntakerhotoiminta
(huomioi eritasoiset liikkujat)

Koulun
liikuntatapahtumat

Urheiluseurat ja muut
yhdistykset

LIIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT TARJOAVAT

- **Tukea kehittämistyöhön -> mentorointi**
 - Kunnille tukea hankkeiden suunnitteluun
 - Tukea koululle tavoitteidensa saavuttamisessa
 - Valo:n ja aluejärjestöjen toteuttamaa Liikkuva koulu – ohjelmaan kuuluvaa maksutonta toimintaa
 - Mentoreina aluejärjestöjen työntekijöitä sekä tehtävään koulutettuja opettajia (myös muita taustoja)
 - Mentori on hankkeen tukihenkilö, viestinviejä ja – tuoja, verkottaja... mutta ei suinkaan kaikentietävä ongelmanratkaisija



MENTOROINNIN PALAUTE LUKUVUOSI 2013-2014

Koulujen vastauksia valtakunnallisesti 105

- Luokanopettajia 56, aineenopettajia 15, rehtoreita 28, muut 17
- Arvioi seuraavia mentorointiin liittyviä väittämiä (asteikko 1 – 5)

	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä	Yhteensä	Keskiarvo
Mentori (-t) hallitsi asiansa	1	1	9	37	57	105	4,41
Mentorointi vastasi odotuksiani	1	4	13	49	38	105	4,13
Mentoroinnista oli koulullemme hyötyä	1	4	8	51	41	105	4,21
Mentoroinnista oli hyötyä itselleni	1	3	16	56	29	105	4,04
Mentorointi vei liikaa aikaa	40	40	19	3	3	105	1,94
Suosittelun mentorointia muille kouluille	0	1	12	39	53	105	4,37

- Miten koulusi hyötyi mentoroinnista?
 - "Saimme vinkkejä ja homman alkuun", "Koulutustarjonta", "Ideoita pihan toimivuuden parantamiseen", "Koulumme sai tukea ja vahvistusta ajatuksilleen", "Lisäpotkua toimintaan", "Ideoita muilta kouluilta"...
- Toivon, että kouluamme mentoroidaan myös jatkossa?
 - Kyllä 96 %
 - Ei 4 %



KOULUTUKSIA

- **Opettajille**
 - **Liikunta työyhteisön tukena 2-3 t**
 - **Toiminnallinen oppiminen – koulutus (2+2t / 3 t)**
 - **Helposti liikkeelle (3t) 0-2 lk opettajille/avustajille/kerho-ohj.**
- **Oppilaille**
 - **Välkkäri – välituntiohjaajan koulutus (3t) alakoulu ja yläkoulu**
 - **Järkkää tapahtuma – koulutus nuorille (3t)**
- **Aamu- ja iltapäiväkerho-ohjaajille**
 - **Liikkuva iltapäivä –prosessikoulutus (3x3t) -> liikunnan vuosisuunnitelman työstäminen**
 - **Räätälöidyt koulutukset / työpajat**
- **Liikuntakerhojen ohjaajakoulutusta**
 - **Liikuntakerhon -ohjaajakoulutus (3-6t)**
 - **Liikkujaksi – innosta vähän liikkuvat onnistumaan (6t)**

MUUTA

- **Vanhempainiltojen puheenvuoroja**
- **Koulujen henkilöstön hyvinvointimittaukset**



OPINTOMATKA MIKKELIN LIIKKUVIIN KOULUIHIN

- Tiistaina 3.2.2015 Kalevankankaan koululle, paikalla myös muiden koulujen opettajia
- EKLU järjestää bussikyydin
- Sisältö
 - Kokeilukulttuurin hyödyntäminen koulussa – täydellinen liikuntakuukausi Mikkelissä
 - Unelmien koulupiha – Kalevankankaan koulu
 - Opetusteknologia – live syke seuranta liikunnanopetuksessa
 - Keskustelua ja kokemusten vaihtoa koulupäivän liikunnallistamisesta opettajien kanssa alakoulu/yläkoulu ryhmissä
- Ilmoittautuminen aukeaa syksyn 2014 aikana, maksullinen

KOULUJEN TUKI 2014 - 2015

Koulu päättää itse mitä käyttää / mihin osallistuu



MENTOROINTI

LK alueseminaari
2.10.2014

LK tiimi
1. koulutapaaminen
marraskuu 2015

LK opintomatka
Mikkeli 3.2.2015

2. koulutapaaminen
huhtikuu 2015

KOULUTUKSET

Välkkärikoulutus
ak/yk

Liikunta
työyhteisön
tukena -koulutus

Henkilökunnan
hyvinvointimittaukset

Toiminnallinen oppiminen
-koulutus

Mun liike –koulutus yk

Koulutukset järjestetään
koulun tilauksesta ja
toivomana ajankohtana

KAMPANJAT/MUUT

Rekisteröityminen
Liikkuvaksi kouluksi
liikkuvakoulu.fi

Yläkoulujen
sportti kevät haku
27.10-28.11.

Liikuntaseikkailu
(alakoulu) ilm. 1.12.
alkaen

Opettajien
liikuntaseikkailuristeily
5.-7.2.

Taisto – yläkoulun
lihaskuntokampanja

Mun Liike – 13.4-8.5.