



**KOULUTUS
TEKEE
HYVÄÄ.
LÄPI
ELÄMÄN.**

Aktiivinen Sakky – timanteista parhaimmat jakoon

Aktiivisen Sakkyn Annika Jäntti ja Tanja Piira





Aktiivinen Sakky ajalla 1.8.2019-30.6.2020 ja Aktiivinen Sakky 2.0 ajalla 1.8.2020-30.6.2021

**Aktiivinen Sakky on
Liikkuva opiskelu – rahoituksella
toteutettavaa toimintaa, jonka
tavoitteena on kehittää toiminnallista,
aktiivista ja liikunnallista
toimintakulttuuria Savon
ammattiopiston Varkauden, Kuopion,
Siilinjärven ja Iisalmen toimipisteissä
sekä Varkauden lukiossa**



**”Aktiivinen Sakky on tavoite, se
olemme me kaikki yhdessä”**

**”Tehdään Aktiivisen Sakkyn
hengessä”**



Toiminnan ilme, [brändi Aktiivinen Sakky](#)



Vuosijuhlissa aktivointi

Vuosijuhla 2019 (Kuopion kaupunginteatterilla)
"Aktiivinen Sakky aktivoi" - taukoliikunta seminaarin osana

Vuosijuhla 2020 (Teams live event)
"Savon suurin yhteisöllinen aktiivisuuspaussi", ohjaajina sakkylaiset

[Vuosijuhlien videot Savon ammattiopiston Youtubessa](#)



Sosiaalinen media #aktiivinensakky



Blogi



Aktiivinen tiedottaminen pitkin hankekautta talon sisällä ja myös yhteistyöverkostolle





Valitse kokoustarjoiluista mieluinen juotava ja syötävä.

Kerro oma nimesi ja mitä valitsit kokoustarjoiluista.

Esittäytyessä kaikki osallistujat toistavat jokaisen valinnat liikkeet tehden.

Tarjoiluja voi ottaa myös kesken webinaarin/kokouksen jokainen vuorollaan tai ohjatusti.



Kahvi = taivutus ylös



Tee = kurkotus kohti varpaita



Virvoitusjuoma = sivutaivutus



Voileipä = vartalon kierto



Hedelmä = yläkropan avaus



Kampaviineri = kyykky



Smoothie = tasapainoilu yhdellä jalalla, molemmat jalat



Maahanmuuttajataustaiset opiskelijat ja liikkuva opiskelu / Tanja Piira



IDEOITA JA INNOSTUSTA TULEVAISUUTEEN: WWW.SAKKY.FI





Liikuntaa maahanmuuttajille



- Liikkuva opiskelu ja Aktiivinen Sakky yhteistyössä Amos-hankkeen ja OPVA-opintojen kanssa (opiskeluvalmiuksia tukevat opinnot)
- Tavoitteena tutustuttaa opiskelijat koulun tarjoamiin liikuntamahdollisuuksiin (tilat, koulun pelivuoro, liikuntakokeilut), opettaa suomen kieltä liikunnan ja liikkeen kautta sekä ryhmäyttää
- Opiskelijat ovat olleet innostuneita ja hyvin motivoituneita liikkumaan
- Liikunnan opetus on tarjonnut uudenlaisen oppimisympäristön ja vapauttanut ”ujoimpia” opiskelijoita käyttämään suomen kieltä



Liikunnan jalkauttaminen OPVA-opintoihin



- Tavoitteena on saada Liikunta ja hyvinvointi-kurssi OPVA-opintoihin syksyllä 2021, jolloin opiskelijat pääsisivät heti opintoihin käsiksi ja osp:tä kartuttamaan
- Toiveena on, että liikuntaa olisi maahanmuuttajaopiskelijoilla 1krt/1-2 vkossa, jotta liikkumisesta tulisi säännöllistä ja vahvistaisi liikkumista elämäntapana
- Haasteena ryhmänmuodostamiselle mm. musliminaiset ja heidän liikkuminen naisryhmässä. Ratkaisuna eriyttäminen (tilat) ja rinnakkaisopettajuus tai vain naisista koostuva liikuntaryhmä (resurssi)



Matkan varrelta poimittua

Blogi : [Aktiivinen Sakky ja AMOS timanttisia yhteistyökuvioita | Savon ammattiopisto](#)

Videoita: [Aktiivinen Sakky - YouTube](#)



Alakohtaiset Aktiivisen Sakkyn työpajat/jalkautuminen aloille ammatin työkykyvaatimusten näkökulmasta



Eri alat hyvin erilaisia opiskelupäivien muotoutumisen osalta, eri aloille erilaiset työkykyvaatimukset + lukio teoriaopiskelua, tämä työ vie aikaa etenkin isossa organisaatiossa



Ennen koronaa live-työpajat ehdittiin tehdä osalle aloista, niitä jatkettu tänä vuonna



Kaikilta aloilta koottu alakohtaisen kehittämisen tueksi alan työkykyvaatimusten perusteella ”Liikkuva opiskelu alalla x-lista”, jota hyödynnetään aloilla



Uutena ja isona tulevaisuuteen yhteistyö Savonia AMK fysioterapiakoulutuksen kanssa ”oppilaitosfysioterapia” → Alojen ergonomia- ja taukoliikuntaopastus, taukoliikunnat Teamsissa → tässä on käsissä ”iso timantti!”



Kiitos!
SANA VAPAA KOMMENTEILLE



Kehittämistyö on ollut tässä esitettyä
laaja-alaisempaa, kerromme
mielellämme lisää toiminnan
kehittämisestä

Annika Jäntti, koordinaattori

annika.jantti@sakky.fi

p. 044-7858778