

Liikkuva koulu verkosto Etelä-Karjala

Imatra 10.10.2024

klo 12.00 Mansikkalan koulukeskuksen, Suomen suurimman puukoulun toiminnallinen esittely

klo 12.30 Yhteinen osuus, jättiläisen portaat

- Mansikkalan liikkuva koulukeskus, Lasse Tiilikka rehtori, Salla Eteläpää luokanopettaja ja Tuula Ketola liikunnanopettaja
- Aluejärjestön tukipalvelut, EKLU, Lasse Heiskanen, lasten ja nuorten liikunnan kehittäjä
- Liikkuva koulu ajankohtaiset, Kirsi Naukkarinen, johtava asiantuntija

klo 13.15 - 15.00 Kahvit ja eriytetty ohjelma

- Rehtorit TILA D214
 - Hyvinvointijohtaminen arjen työssä, Langinkosken koulu, Kotka, Heidi Honkanen, rehtori
 - keskustelu
- Opettajat TILA F210A
 - Hyvien käytänteiden jakaminen
 - Henkilökunnan sitouttaminen
 - Vuosikellon rakentaminen



*Liikkumal myös
menestytää!*

Liikkeen lisääminen, keskittyminen, osallisuuden vahvistaminen, yhteiskehittäminen, yhteisöllisyys, mielen hyvinvointi, kaveritaidot...

Mihin voitte hyödyntää Liikkuvaa koulua?



Aktiivisesti kuljetut koulu- ja opiskelumatkat



Istumisen tauottaminen, taukoliikunta



Välitunnit, välineet, pitkät välkät, salit käyttöön



Toiminnallinen oppiminen



Liikuntatunnit, Move!- ja Liikkuva koulu-yhteistyö



Kohdennetut toimenpiteet mm. PT-toiminta, liikuntaneuvonta



Oppilaiden vertaisliikuttaminen, esim. liikuntatutorointi



Liikuntakerhot, harrastetoiminta, tapahtumat tempaukset



Henkilöstön hyvinvointi ja osaamisen lisääminen



Olosuhteiden ja oppimisympäristöjen kehittäminen

Liikkumal myö menestytää!

Liikkuva koulu ja Move -kehittämishankkeet Etelä-Karjala

- OKM:n kehittämishanke 7 kunnassa ja ISK:ssa
- Tukisummat 2000-79000 €

Pääteemoja

- Toiminnan organisointi, vuosikellot (kunta/koulu)
- Toiminnallinen oppiminen
- Vertaisohjaajat, välituntitoiminta, oppilaiden osallisuus
- Move-polkujen kehittäminen



*Liikkumal myö
menestytää!*

SYDÄMEN ASIANA HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN LIIKUNNAN AVULLA



LIIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT

Vaikuttaa, verkottaa, lisää osaamista ja päivittäistä liikettä.
Edistämme Liikkuvat-ohjelmakokonaisuuden paikallista toteuttamista.

S E U R A T O I M I N T A

VARHAIS-
KASVATUS

ALA-
KOULUT

YLÄ-
KOULUT

LUKIOT
2. ASTE

KORKEA-
KOULUT
TYÖIKÄISET

IKÄ-
IHMISET



liikunnaaluejarjestot.fi



Liikunnallista toimintakulttuuria luodaan ja ylläpidetään koulu yhteisössä

yhteistyö voi sitä tukea

Liikunnallista toimintakulttuuria tukevia palveluja

- Osaaminen ja hyvinvointi
- Lisää liikettä
- Viestintä
- Verkostot



*Liikkumal myös
menestytää!*

Osaaminen ja hyvinvointi

- Koulutukset, työpajat, seminaarit, webinaarit, sparraukset
- Tyhy-toiminta, mittaukset, tapahtumat
- Työyhteisöt, opettajat, koordinaattorit, oppilaat
- Koulutusesite jaossa



FYYSISEN KUNNON MITTAUKSET 

Liikkumal myö
menestytää!

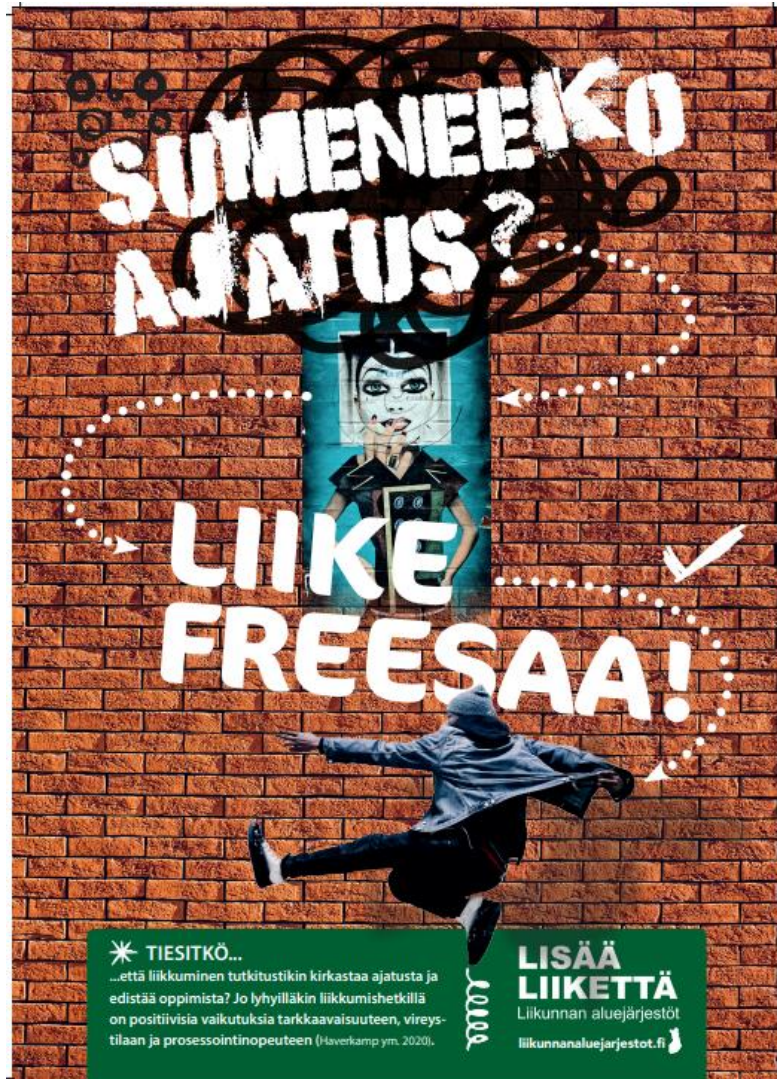
Uutta buugia Liikkuva koulu toimintaan –työpaja



- 3 h
- Henkilökunta / Liikkuva koulu –tiimi + oppilaita
- Nykytilan arviointi, vahvuudet, kehityskohteet, hyvinvoinnin vuosikello
- 400 €

Liikkumal myös menestytää!

Sumeneeko ajatus, liike freesaa - yläkoulu



- EKLU toteuttaa 5 maksutonta tapahtumapäivää yläkouluihin loppuvuodesta 2024
- Istumisen katkaiseminen, tietoa ja toimintaa
- Oppilaiden ideoiden kerääminen
- Toteutus koulun valitsemille luokille
- Ilmoittautuminen lasse.heiskanen@eklu.fi lokakuun aikana

Liikkumal myös menestytää!

Lisää liikettä

- Kouluviestikarnevaali, syyskuu 2025
- Etelä-Karjalan Eräviikko 17.-23.2.2025
- #koulumaraton – onko kunnolla väliä, toukokuu 2024
- Sporttitoiminta (HSM)
- Koulujen tapahtumat ja teemapäivät




sporttitoiminta

*Liikkumal myö
menestytää!*

Verkostot

- Liikkuva koulu
 - Rehtorit
 - Opettajat
- Harrastamisen Suomen malli
 - Kuntakoordinaattorit
 - Seuratoimijat
- [Kaakon työhyvinvointifoorumi](#)



*Liikkumal myö
menestytää!*

Viestintä

- www.eklu.fi
- Sähköpostit
- Uutiskirjeet
- Some

Uutiskirje



EKLU lähettää tietoa koulutuksista, palveluista, tapahtumista ja muista ajankohtaisista asioista sähköpostitse uutiskirjeen muodossa. Uutiskirjeet on luotu aiheittain. Tilaa alta aihe, josta uutiskirjeen haluat!

Käytämme Creamailer- uutiskirjetyökalua, joten ensimmäinen kirje saattaa helposti mennä roskapostiin. Kurkkaa siis roskaposti ja merkitse, että kirje ei ole roskapostia.

Seuratoiminnan uutiskirje

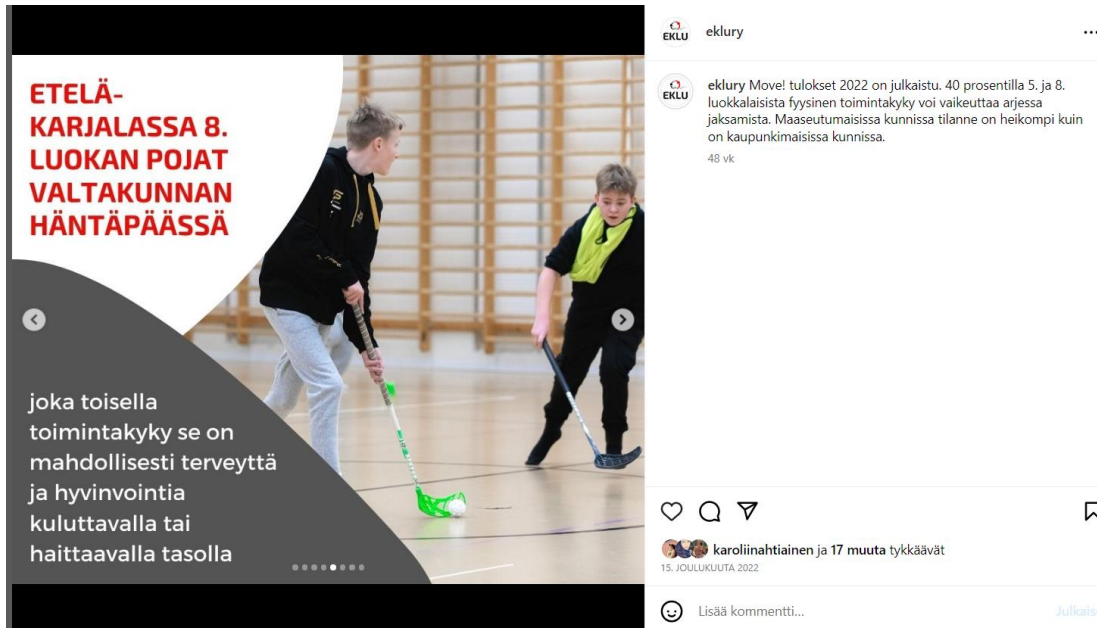
Varhaiskasvatuksen uutiskirje

Koulujen ja oppilaitosten uutiskirje

Urheiluakatemian uutiskirje

Terveysliikunnan uutiskirje

[EKLU:n tietosuojaseloste](#)



Liikkumal myö
menestytää!

Mistä te hyötyisitte?

- Oppilaiden koulutukset
 - esim. välkkäri
- Henkilöstön koulutukset
 - esim. Uutta buugia Liikkuva koulu -toimintaan
- Henkilöstön tyhy-päivä
- Osallistuminen tapahtumiin ja kampanjoihin
- Koulun liikuntatiimin tai johdon sparraus
- Verkostotapaamiset ja ideoiden jakaminen
 - esim. Move-polku
- Liikuntaharrastuksia kouluun

- Jotain muuta...?



*Liikkumal myö
menestytää!*

Seuraava verkostotapaaminen

- 19.3.2025 klo 12-15 Lappeenranta
Move-polut Etelä-Karjalan
kouluissa
 - Opettajat ja rehtorit
 - Kouluterveydenhoitajat



Liikkuva koulu verkosto Etelä-Karjala

Imatra 10.10.2024

**HUOM! Etsi paikkasi
pöydästä, jossa muut ovat
sinulle uusia tuttavuuksia**

klo 13.15 -15.00 Opettajat

- Hyvien käytänteiden jakaminen
- Henkilökunnan sitouttaminen
- Vuosikellon rakentaminen



*Liikkumal myö
menestytää!*

Hyvien käytänteiden jakaminen

- Esittäytyminen: kuka, mistä, rooli?
- kerro jokin hyvä Liikkuva koulu -käytäntö
 - Esim. hyväksi koettu toiminnallinen opetusmenetelmä
 - tai jokin muu oivallus miten lisäätte liikettä / yhteisöllisyyttä ...
- Aikaa 5 min
 - Kertokaa pöytänne 1-2 parasta käytäntöä muille
- VINKKI HYVIEN KÄYTÄNTÖJEN JAKAMISEEN
 - Liikkuva koulu ideoiden / toiminnallisten opetusmenetelmien jakaminen henkilökunnan kokousten/tiimien asialistalle



Mahtavat yhteistyökumppanit, jotka tulivat esittelemään ja kertomaan toiminnastaan. Oppilaat tykkäsivät kovasti

Etelä-Karjalan Eräviikko

Parasta oli yhdessä oleminen ja lähiympäristön hyödyntäminen



- 17-23.2.2025
- Luontotieto ja -taidot
- Toiminnallinen oppiminen
- Ilmoittautuminen aukeaa tammikuussa 2025
- Voitte hyödyntää ytkumppanien palveluita
 - Mm. EKLU jalkautuu kouluihin järjestämään ekoaseammuntaa

Eräviikko yhdisti koko yksikön ja toimintaa toteutettiin yli ryhmärajojen. Erityisesti luonnossa liikkuminen ja koko talon yhteinen ulkoilupäivä oli lasten mieleen. Opimme paljon, mutta parasta oli yhteisöllisyys ja se, että asiat tehtiin yhdessä.

menestystä!

Oulun kaupungin liikkuva koulu - ideamateriaali

- [Vuosikellosta liikettä koulupäiviin vuoden ympäri - Liikkuva koulu](#)
- Lisää liikettä koulupäivään - vuosikello on Anne-Maria Ilon opinnäytetyönä laatima työkalu, jonka tarkoituksena on
 - lisätä tietoa sekä lasten ja nuorten liikkumissuosituksista että liikkumisen hyvinvointihyödyistä.
 - esitellä liikuntaideoiden monipuolista kirjoa
 - kannustaa vuodenkierron aikana kokeilemaan erilaisia tapoja lisätä liikettä koulupäiviin.

LISÄÄ LIIKETTÄ KOULUPÄIVÄÄN -VUOSIKELLO



Kivi – sakset – paperi
HÄVIÄ!



*Liikkumal myö
menestytää!*

Henkilökunnan sitouttaminen

- Case Koski – tiimien tiimi
- Case Lappeenranta – tutorope malli
- Keskustelu:
 - Miten teidän koulussa henkilökunta otetaan mukaan liikunnallisen toimintakulttuurin rakentamiseen
 - Miten oppilaita osallistetaan suunnitteluun, toteutukseen, arviointiin?
 - Aikaa 10 min



Se oli kekseliästä ja
auttaa monia
parentamaan omaa
kuntoa

#Koulumaraton



Super hyvin osasitte tehdä
tämän tapahtuman

Kiitos erittäin tärkeän asian
arkeen pureutuvasta
nostosta!

- 4-6 luokkalaisten
kestävyyskunnan kehittäminen
- Toteutus toukokuu 2025
- Ilmoittautuminen maaliskuussa
2025
- Koulu – ja luokkahaaste
 - Välituntimaraton (EKLU:n
järjestämänä maksullinen)
 - Haasteviikot - haastevideot
 - #Koulumaraton tapahtuma
23.5.2025 Imatran urheilutalo

Kampanja oli mukava tapa
tuoda kestävyyskunnan
merkitystä esille lasten
arjessa. Kiitos
kampanjasta!

myö
menestytää!



*Liikkumal myös
menestytää!*

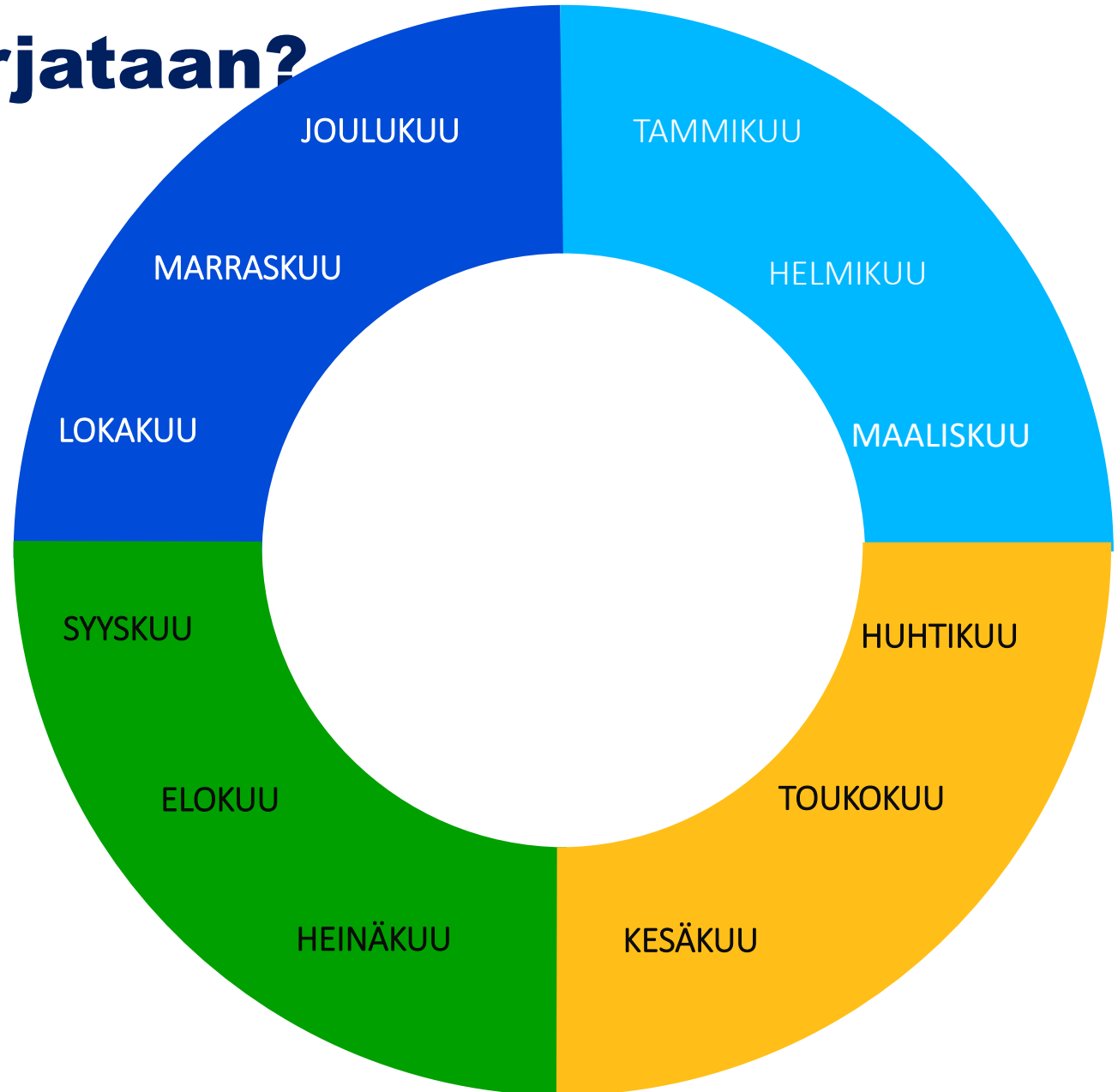
Tulevaisuuden muistelu

- On vuosi 2030 ja koulunne oppilaiden kouluterveyskyselyn tulokset ovat valtakunnan kärkeä, henkilökunta voi hyvin ja koulun positiivinen ilmapiiri tukee oppilaidenne häikäiseviä oppimistuloksia ja liikunnallinen toimintakulttuuri kukoistaa. Epäilet vahvasti, että liikkuva koulu toiminta on ainakin osasyys kaikkeen tähän.
- Kirjoita runo tai muu lyhyt kuvaus, jossa kerrot mitä onnistuneita valintoja teitte koulussanne 2020-luvulla ja miten ihmeessä siinä onnistuitte?
- Aikaa 3 min
- Kirjaa max 200 merkkiä
[menti.com 27114470](https://www.menti.com/join/27114470)



Mitä vuosikelloon kirjataan?

- Muistilista asioista, jotka halutaan tehdä
- Toimintaa
 - Yksilökilpailut luokka-, koulujen ja kuntien sekä valtakunnallisella tasolla
 - Turnaukset
 - Välituntitoiminta/tapahtumat
 - Valtakunnalliset tapahtumat ja kampanjat
 - Kaupungin tai kunnan yhteiset tapahtumat
 - Yhteistapahtumat vanhempien kanssa
 - Liikunnallisesti/toiminnallisesti toteutetut juhlat, vanhempainillat tai tms. tapahtumat
- Rakenteet ja kehittäminen
 - Tiimit ja organisointi
 - Koulutukset ja osaamisen lisääminen
 - Kehittämiskohteen kokeilu tai jalkauttaminen
 - Nykytilan arviointi



Liikkuva koulu -vuosikello

KESKUSTELKAA

- Millaisia vuosikelloja Liikkuva koulu toimintaan teillä on (ollut) käytössä?
- Miten varmistetaan, että vuosikello tulee käyttöön ja auttaa toiminnan toteuttamisessa (ts. ei tehdä vain koska "pitää tehdä")
- Miten vuosikello saadaan pysyväksi osaksi koulun toimintasuunnitelmaa?



Liikkuva koulu -vuosikello



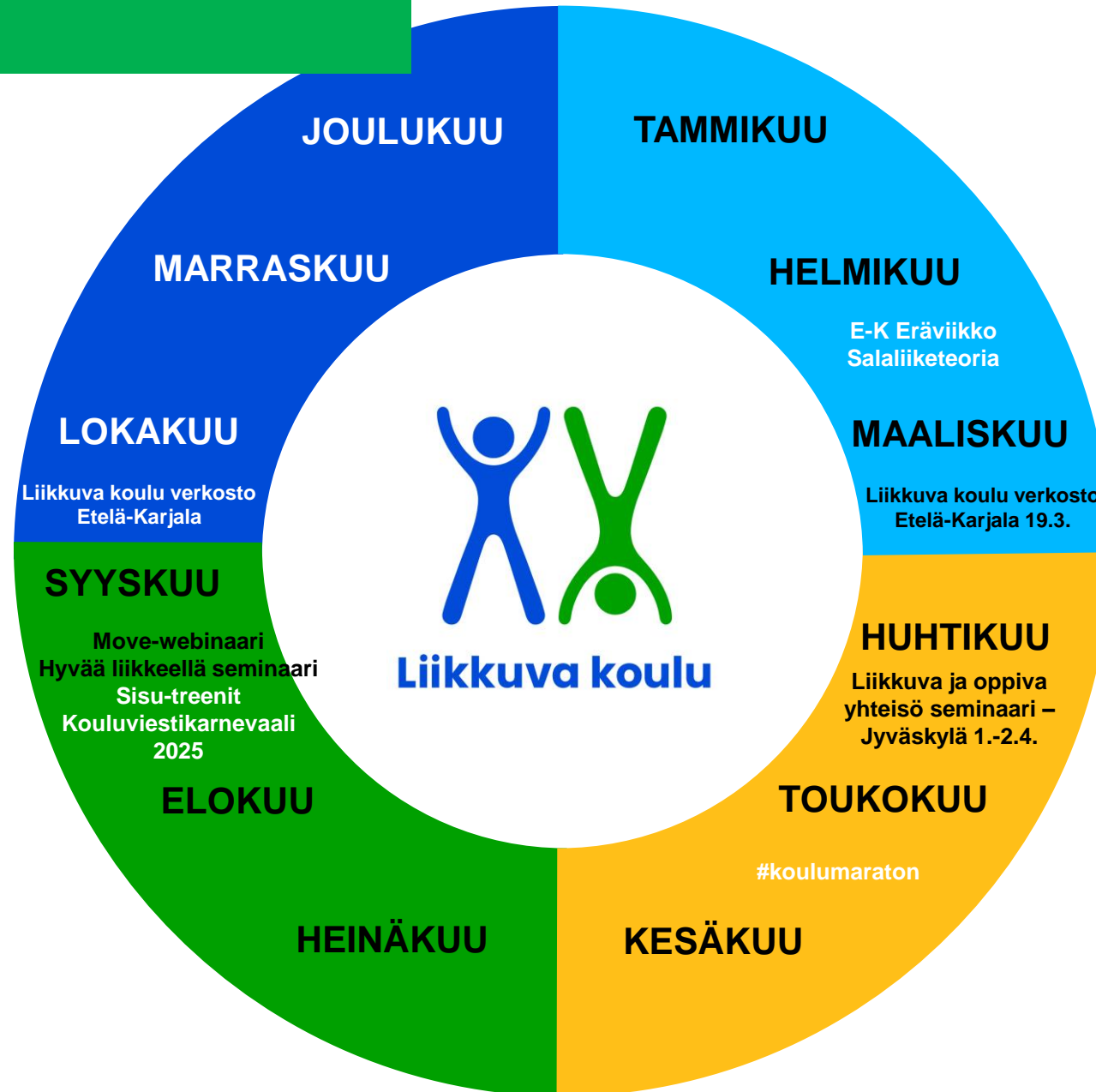
- Joka pöytään tyhjä vuosikello --> rakentakaa keskustellen pöytäkunnan vuosikello (josta voitte varastaa parhaat palat myöhemmin omaan vuosikelloon)
- Esittely klo 14.45

*Liikkumal myö
menestytää!*

Tukipalveluita kouluille vuosikelloon

Osaamisen lisääminen

Toimintaa



Kouluviestikarnevaali



Hyvin organisoitu.
Selkeät ohjeet
etukäteen ja paikan
päällä. Hyvän mielen
tapahtuma!

- Liikkumisen ilo ja yhteisöllisyys
- Luokat 1-9 ja toinen aste, erityisluokat
- Sukkulaviesti, ruotsalaisviesti
- Tapahtumatori
- Seuraavan kerran syksy 2025

Viestikarnevaalit on loistotapahtuma

Liikkumal myös menestytää!

Kiitos osallistumisesta!

*Liikkumal myös
menestytää!*