



Kouluympäristön liikunnallistaminen yläkoulussa

18.4.2016

Hanna Huhtala

Liikunnan lehtori ja apulaisrehtori, Koivukylän koulu, Vantaa

Mistä kaikki alkoi?

- Liikkuva koulu –ohjelman pilottivaihe 2010-2012. Pääsimme keväällä -12 kuulemaan tuloksia ja ideoita
- Ensimmäinen vantaalainen liikkuva yläkoulu
- Ensimmäiset toimenpiteet: pelivälkkä kerran viikossa (kevät -12) ja Jopot (syksy -12)



Mitä tehdään nyt?



Pelivälkkä joka päivä (30 min)



Mitä tehdään nyt?



2 pingispöytää ulkona

3 pingispöytää aulatiloissa

Mitä tehdään nyt?

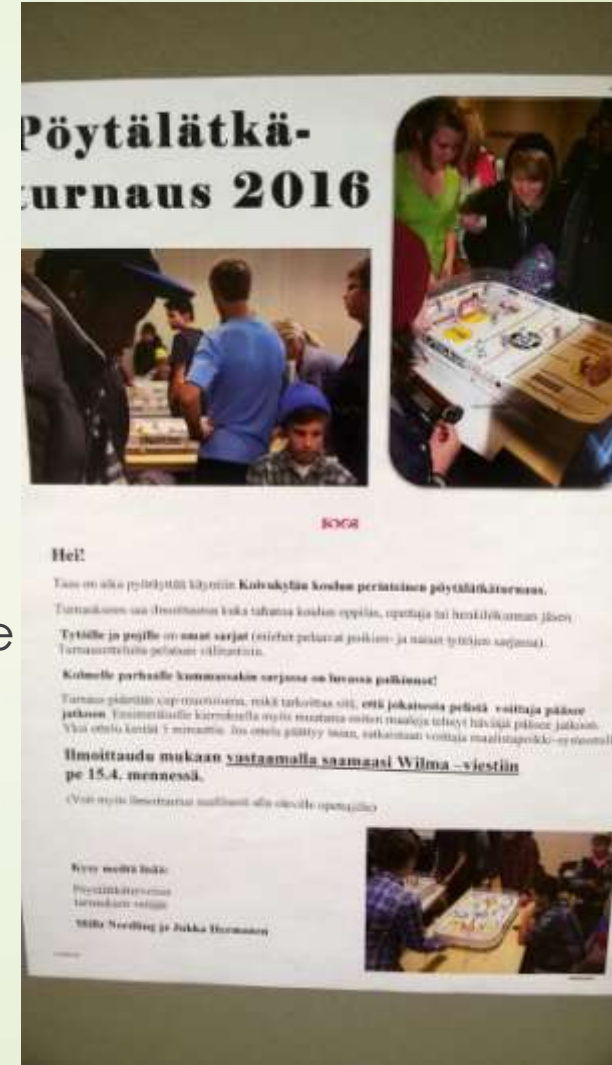


Tanssipelivälkkä perjantaisin



Mitä tehdään nyt?

- Välituntiturnaukset
 - pöytälatkä
 - pingis
- Välkkäritoiminta
- Vapaamuotoinen liikuntakerho koulupäivän jälkeen
- Terveystenhoitajalta ilmaisia uintikortteja vähän liikkuville



**Pöytälatkä-
turnaus 2016**

HEI!

Tämä on aika perinteinen tapahtuma. Kokkolassa koulun perinteinen pöytälatkäturnaus.

Turnauksessa on ilmoittautunut kuka tahansa koulun oppilas, opettaja tai harrastajien jäsen.

Tytöille ja pojille on omat sarjat (erilliset pelitavat poikien- ja naisten työttömien sarjoissa).

Turnauksessa pelataan viittä peliä.

Kolme parhaimpaa kussakin sarjassa on luovassa palkinnossa!

Turnaus pidetään vap. aamuna, mikä tarkoittaa sitä, että jokaisella pelillä voittaja pääsee jatkoon. Ensimmäiselle kierrokselle on jo muutama osittain maagista taitoa sisältävä pelaaja jatkoon. Vain otettu kättä 3 minuuttia. Jos olet päättänyt lauantai-iltaa voittoa maagisella-tyttöillä.

Ilmoittaudu mukaan vastaamalla saamaasi Wilma -viestiin pe 15.4. mennessä.

(Voi myös ilmoittautua suoraan alla olevalla lomakkeella)

Kyvyt meillä löydät:
Pöytälatkäturnaus
turnauskassa

Milla Neittling ja Jukka Thermanen

Tilojen muutoksia

Pommisuoja liikuntatilaksi



Käytävän seinä boulderointiseinäksi



Tilojen muutoksia

Tyhjä luokkatila oppilaiden välituntitilaksi



Tuulikaappiin ulkoliikuntavälinelainaamo



Tilojen muutoksia



Yhdessä luokassa pallot tuolien tilalle

Pulpettien korkeus 72 cm

Pallojen halkaisija 65 cm


Mitä on suunnitelmissa?

- ▶ Pihan kuntoon saattaminen hiljalleen
 - ▶ Skeittielementit + skeittejä & skuutteja lainattavaksi
 - ▶ Koriskentän asfaltointi
 - ▶ Monitoimikaukalo tms.
- ▶ Oppituntien passiivisuuden vähentäminen





Opettajille

- Sähly kerran viikossa
 - Lenkkikokous kerran kuukaudessa
 - Mahdollista käydä kehityskeskustelu lenkkeillen rehtorin kanssa
 - Osallistumismaksuavustus Helsinki City Run:ille
- 



Huomioitavia asioita:

► Rehtorin näkökulmasta

- INNOSTUS & TUKI
- Rahoitus
 - Yhteistyö kunnan liikuntatoimen kanssa
 - Valtakunnalliset avustukset, kampanjat & kilpailut
- Turvallisuus
- Koulupäivän rakenne
- Kuka huoltaa välineitä ja millä ajalla

► Muun henkilökunnan näkökulmasta

- Pelivälkkä lisää opettajien valvontavuoroja ja vaatii valvojalta jämäkkyyttä
- Liikunnanopetuksen ja välituntitoiminnan välineiden erottaminen
- Tilojen siivous

► Muita:

- Oppilaiden osallistaminen (esim. välkkärit, käytäväjärjestäjät, tilojen suunnittelu, välinehankintatoiveet, tapahtumien suunnittelu)
- Lainattavien välineiden kontrolli

Hyväksi havaittuja lainavälineitä:

- Sisäliikuntaan:
 - Huopapintaiset sisäjalkapallot
 - Koripallot
 - Lentopallot
 - Sulkapallomailat ja -pallot
 - Sählymailat ja -pallot
 - Pingismailat ja -pallot (ulkokäyttöön tarkoitetut mailat kestävät paremmin)
 - EzyRoller
- Ulkoliikuntaan:
 - Jalkapallot
 - Koripallot
 - Frisbeet + liikuteltava tai paikalleen asennettava kiekkogolfkori
 - Amerikkalaiset jalkapallot
 - Katusählyvälineet
 - Pingismailat ja -pallot
- En suosittele:
 - Pöytäjalkapallo ja ilmakiekko (molemmat hajonnut melko nopeasti)
 - Pienet välineet kuten footbagit tai sirkusvälineet (katoavat helposti)

