

Liikuntaneuvonta lapsille ja lapsiperheille & KouluPT –toiminta

Case Asikkala



Taustaa

- Asikkalassa palvelualueiden välinen yhteistyö tärkeässä roolissa (tässä tapauksessa kunnan liikuntapalvelut ja kasvatus- ja opetuspalvelut)
- Aktiivinen hankehaku
- Hankkeen (Koronan jälkeisiä tukitoimia) kautta kunnan liikunnanohjaaja kunnan kaikkiin kouluihin toteuttamaan liikuntavalmentajan työnkuvaa lukuvuodeksi 2023-2024
 1. Liikuntavalmentaja 60% & liikunnanohjaaja 40%
- Työnkuvan kaksi pääkokonaisuutta
 1. liikuntaneuvonnan kehittäminen kunnan kaikissa peruskouluissa
 2. Move! -prosessin kehittäminen Asikkalan kunnassa
- Muita kokonaisuuksia mm. koulujen liikunnalliset tapahtumat, välkkätoiminnan kehittäminen sekä kunnan kerhotoiminnan organisointi ja kehittäminen



Mitä tehtiin?

- Jalkautuminen rehtori-, ope- ja oppilashuollon kokouksiin
- Jalkautuminen koulujen arkeen, lähtökohtana oli olla kouluilla kolmena päivänä viikossa
- Move! -testiprosessin organisointi syksyllä 2023
- Move! -tulosten kuntakohtainen koonti + esittelyrehtoreille – isojen linjojen miettiminen yhdessä
- Move! -polun rakentaminen liikuntaneuvonnan ja kouluPT-toiminnan pohjalta
- Liikuntaneuvonnan palveluketjun (alakoulut 5 kpl) ja KouluPT-toiminnan palveluketjun (yläkoulu) rakentaminen + esittely/markkinointi
- Vanhempainillat



Mitä tehtiin?

- Yhteydenottojen madaltaminen mahdollisimman pieneksi
- KouluPT-toiminnan osalta oppilaiden tapaaminen koulupäivän aikana
- Palveluketjut sekä koko liikuntaneuvonta/kouluPT-toiminta kulki käsi kädessä kaiken muun toiminnan rinnalla (yläkoulun kuntosalikerho, alakoulun välkkätoiminta, 4-8 –vuotiaiden motoriikkakerho yms.)



Liikuntaneuvonta lapset ja lapsiperheet

- Tukea perheitä omaksumaan terveellisiä elintapoja ja tukea perheen kokonaisvaltaista hyvinvointia
- Oppilashuollolle ohjauskanava, jonne ohjata perheitä, jotka hyötyvät kohdennetusta ja prosessimaisesta liikuntaneuvonnasta

Ohjaamisen kriteereitä:



KouluPT-toiminta, yläkoulu

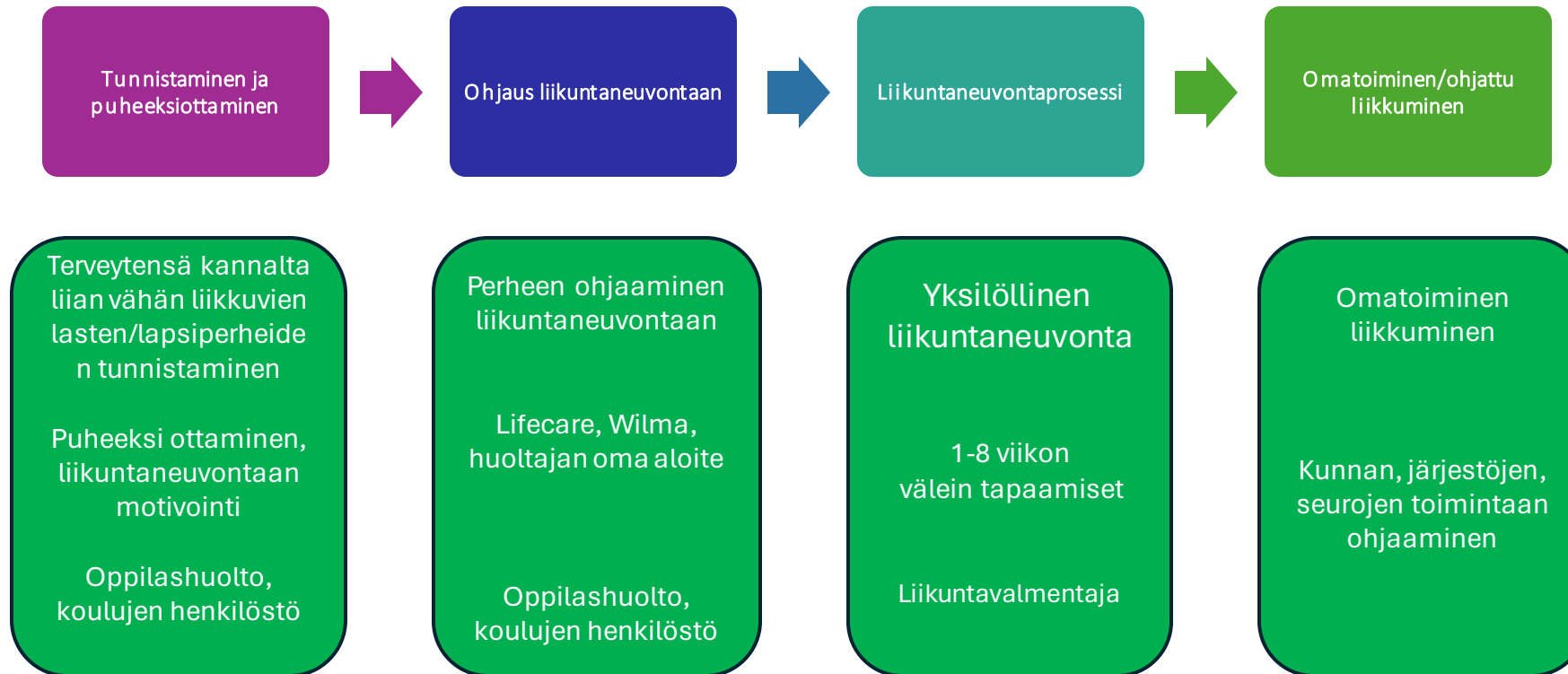
- Liikuntaneuvontaa yläkoululaisille
- PT on lyhenne sanoista Personal trainer
- Tapahtuu koulupäivän aikana koululla, liikuntahallilla tai lähiympäristössä
- Mahdollisuus yksilöohjaukseen, kaverin kanssa tai mahdollisuuksien mukaan pienryhmätoimintaan

Ohjaamisen kriteereitä:

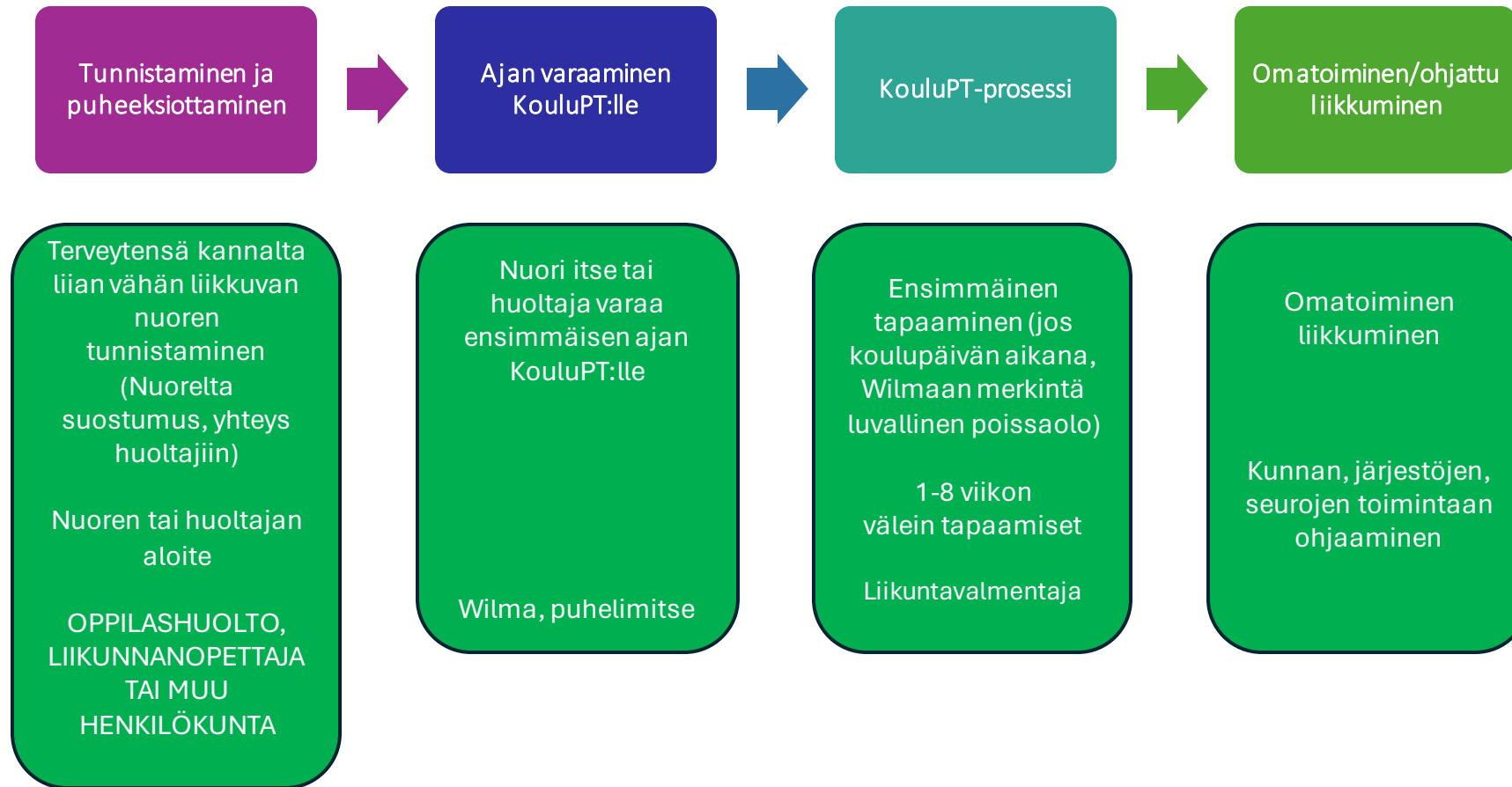
Move-mittausten alaiset pisteet	Arkiliikunta vähäistä	Elämäntavat, ylipaino	Kaipaa neuvoja muutokseen, motivointia	Tarvitsee ohjausta liikuntaan
Negatiiviset, ikävät kokemukset liikunnasta	Epävarmuus omia taitoja kohtaan	Vapaa-aika yksipuolista, tekemistä ruudun tilalle	Kaipaa harrastusta	Yksinäisyys
	Taloudellinen tilanne	Vanhempien tuki liikuntaan kannustamiseen		



Palveluketju lapset ja lapsiperheet



Palveluketju KouluPT-toiminta



ASIKKALAN MOVE! -POLKU

Move!-mittaukset kaikille kunnan 5.-8. luokkalaisille elo-syyskuussa

Mittaukset koostuvat 6 osa-alueesta, jotka mittaavat kestävyys- ja lihaskuntoa, liikkuvuutta sekä motorisia taitoja

Tulosten läpikäynti yleisellä tasolla luokissa

5. luokilla
luokanopettaja

8. luokilla
luokanvalvoja

Tulokset terveydenhoitajille (lupa huoltajilta)

Oppilaan fyysisen toimintakyvyn haasteiden tunnistaminen

Puheeksiottaminen 5. ja 8. luokkien laajempien terveystarkastuksien yhteydessä

Liikunta-valmentajan kontaktointi huoltajan luvalla

Liikkumisen lisäämisen työkalut



Liikkumisen lisäämisen työkalut

Lapsille ja lapsiperheille suunnattu liikuntaneuvonta (5. luokat)

KouluPT-toiminta yläkoululaisille (8. luokat)

Kerhotoiminta



ASIKKALA

Lukuvuoden 2023-2024 tilastoja

- Kirjattuja tapaamisia liikuntaneuvonnan sekä KouluPT-toiminnan osalta noin 15 kpl
- Näiden lisäksi iso määrä kirjaamattomia (wilma-viestit, puhelut, tekstiviestit, tapaamiset)
- Välkkätoiminta, koulujen väliset yleisurheilukilpailut ja hiihtokilpailut sekä muut liikunnalliset tapahtumat



Tulevaisuus

- Liikuntavalmentajan työnkuva ei jatku lukuvuonna 2024-2025
- Toiminnan turvaaminen tavoitteena
- Liikuntaneuvonnan sekä kouluPT-toiminnan jatkokehittäminen ja kynnyksen madaltaminen entisestään



Kiitos!

