

LIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT LIKKUVIEN KOULUJEN TUKENA



LIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

Mentoroiteja ja
verkostotapaamisia

Koulutuksia ja
seminaareja
Tapahtumia ja
työhyvinvointi-
palveluja

OPETTAJAT • KOORDINAATTORIT • REHTORIT • OHJAAJAT • KUNNAT

TUKEA TYÖHÖN LIIKKUVA KOULU -OHJELMASTA




LIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

Liikkuva koulu -ohjelma tukee kuntien ja koulujen toimintaa myös kärkihankevaiheen jälkeen muun muassa koulutuksen, tutkimuksen ja viestinnän keinoin.

Maksuton työkalu auttaa valitsemaan kehittämiskohteet

Liikkuvan koulun nykytilan arviointi on työkalu kouluille toiminnan suunnitteluun, kehittämiseen ja arviointiin. Virveli-tietokantaan koottuja tuloksia voidaan hyödyntää kunnassa yhteistyön kehittämisessä ja hyvinvointikertomuksen koonnissa.

Verkkosivujen Ideat-osioista vinkkejä työhön

Liikkuvan koulun verkkosivujen Ideat-osioon on koottu koulujen ideoita ja kumppaneiden palveluita. Sivustolla on materiaalia muun muassa toiminnalliseen opetukseen, ergonomiaan ja soveltavaan liikuntaan.

Tulossa:

Liikkuva ja oppiva yhteisö 2020 -seminaari

Liikkuva ja oppiva yhteisö -seminaari tarjoaa jälleen keväällä 2020 monipuolisen kattauksen huippupuhujia ja käytännön työpajoja. Paikka ja ajankohta julkaistaan syksyllä 2019.

 liikkuvakoulu.fi

LIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖILTÄ TUKEA KOULUJEN AKTIIVISEN TOIMINTAKULTTUURIN EDISTÄMISEEN

Liikunnan aluejärjestöt tarjoavat kouluille ja kunnille asiantuntija-apua koulujen aktiivisen toimintakulttuurin suunnitteluun ja toteuttamiseen.

Mentoroinnista ideoita kehittämistyöhön

Kokeneet ja kannustavat mentorit auttavat kouluja toimintakulttuurin muutoksen toteuttamisessa aina nykytilanarvioinnista uusien toimintamallien vakiintumiseen asti. Mentorit voivat tukea myös kehittämisrahoituksen hakemisessa. Mentoroiteja voidaan toteuttaa koulukohtaisina tilaisuuksina tai kunnan useamman koulun yhteisinä tilaisuuksina.

Liikkuva koulu -työpaja (2-3t)

Liikkuva koulu työpaja toimii osana mentoroinnin kokonaisuutta. Tämä työpaja haastaa koko työyhteisöä tarkastelemaan koulupäivän aikaisen liikkumisen vaikutuksia niin oppilaiden kuin henkilökunnankin osalta. Työpajassa työskytetään ja sovitaan koulukohtaisista toimenpiteistä. Koko työyhteisölle tarkoitettu työpaja voidaan toteuttaa 2-3 tuntisena esimerkiksi yhteistyö- ja -ajalla tai veso -koulutuksena. Työpajan toteutus räätälöidään aina koulukohtaisesti.

Liikkuva koulu työpaja 2.0 – Kehitä ja vakiinnuta

Liikkuva koulu työpajan jatkoksi on tarjolla viisi teematyöpajaa Liikkuva koulu kehittämistyössä jo pidemmällä oleville kouluille. Työpajojen teemoina ovat

- Liikkuva koulu osana työyhteisön arkea
- Oppilaiden osallisuus Liikkuvissa kouluissa
- Koulupäivän uudet rakenteet
- Yhteistyöstä voimaa
- Tapahtumat osana Liikkuvaa koulua

Teemakohtaisten työpajojen pituudet vaihtelevat tunnista kahteen tuntiin. Työpajat räätälöidään koulunne yhdyshenkilöiden kanssa juuri teidän koululenne sopivaksi.

ALUESEMINAARIT JA VERKOSTOTAPAAMISET – PAIKKOJA IDEOIDEN JA KOKEMUSTEN VAIHDOLLE

Aluehallintoviranomaisten kanssa yhteistyöllä toteutetut alueelliset Liikkuva koulu –seminaarit tarjoavat ajankohtaista tietoa ja ideoita kouluille. Seminaareissa kuulet asiantuntijoita, muiden koulujen esimerkkejä sekä hyviä toimintamalleja.

Liikunnan aluejärjestöt kokoavat alueellisia ja paikallisia verkostoja yhdessä kuntien kanssa. Esimerkiksi koulu – seura –yhteistyötapaamisilla pyritään edistämään koulujen ja paikallisten seuratoimijoiden yhteistyötä.

MONIPUOLINEN KERHOTOIMINTA OSANA KOULUPÄIVÄÄ

Tavoitteena on, että jokaisella koululla olisi tarjolla vähintään yksi liikunnallinen kerho, johon kaikilla lapsilla on mahdollisuus osallistua. Kerhot voivat toimia esimerkiksi aamuisin, pitkillä välitunneilla tai iltapäivissä koulun jälkeen.

Liikunnan aluejärjestöt tukevat monipuolisen kerhotoiminnan toteutumista järjestämällä liikuntakerho-ohjaajien perus- ja teemakoulutuksia sekä kokoamalla paikallisia toimijaverkostoja kerhotoiminnan toteuttamiseksi ja kehittämiseksi.

Aamu- ja iltapäiväkerhojen ohjaajille on tarjolla Liikkuva iltapäivä –kehittämisen prosessi työkalu, joka pitää sisällään kuntatasoisen tarpeiden määrittelyn, tavoitteiden asettamisen sekä työyhteisötason ohjaajien koulutuksen.

KOULUTUKSIA KOULUJEN HENKILÖKUNNAN TYÖN TUEKSI

Tarjoamme opettajille liikunnan täydennyskoulutuksia avoimina koulutuksina sekä tilauskoulutuksina koulu- ja kuntakohtaisesti opettajille parhaiten sopivina ajankohtina. Koulutukset voidaan toteuttaa esimerkiksi Veso –päivänä, koulupäivän aikana tai sen jälkeen.

Toiminnallinen oppiminen –koulutus alakouluille (2+2t)

Pienikin toiminnallinen tai liikunnallinen hetki kesken tunnin rauhoittaa, auttaa keskittymään sekä lisää tarkkaavaisuutta. Toiminnallisen oppimisen koulutus on tarkoitettu esiopettajille, alakoulun opettajille, avustajille sekä aamu- ja iltapäivätoiminnan ohjaajille.

Toiminnallinen oppiminen –koulutus yläkouluille (3t)

Tämä koulutus antaa ideoita ja vinkkejä yläkoulujen aineenopettajille toiminnallisten menetelmien hyödyntämiseen eri oppiaineiden opetuksessa. Istumisen tauottaminen ja aktiivinen toiminta tehostavat tutkitusti oppimista. Koulutus on käytännönläheinen ja toiminnallinen. Tämä koulutus toimii hyvin koko työyhteisön yhteisenä koulutuksena.

Toiminnallisen oppimisen työpajat (2-3t)

Toiminnallisen oppimisen työpajoista saat käytännön vinkkejä toiminnallisten opetusmenetelmien ja välineiden hyödyntämiseen osana opetusta ja istumisen tauottamista. Tarjolla on kolme käytännönläheistä työpajaa esi-, -ja alakoulun opetushenkilöstölle sekä koulunkäynninohjaajille teemoilla.

- Aktivoiva oppimisympäristö
- Toiminnallisuus tavaksi
- Materiaaleista on moneksi

Työpajat toteutetaan 2-3 tunnin mittaisina kokonaisuuksina.

Jonot mataliksi – koulutukset

Jonot mataliksi –koulutuskokonaisuuden tavoite on lisätä oppilaiden aktiivisuutta liikuntatunneilla ja antaa ideoita uuden opetussuunnitelman mukaiseen liikunnanopetukseen. Koulutuksissa keskeisenä painopisteenä ovat aktiivisuus, koettu pätevyys ja sosiaalinen tekemisen meininki. Jonot mataliksi koulutuskokonaisuus koostuu kuudesta 1,5 tunnin toiminnallisesta koulutuksesta. Koulutuksia voidaan toteuttaa yksittäisinä teemakoulutuksina tai esimerkiksi yhdistämällä kaksi teemaa kolmen tunnin koulutukseksi.

Muut opettajien liikunnan virikekoulutukset

- Helposti liikkeelle – käytännön vinkkejä opettajille (3t)
- Liikkujaksi – innosta vähän liikkuvat onnistumaan (6t)
- Liikuntakerhojen ohjaajakoulutukset (3-6t)

Jonot mataliksi koulutusteemoina ovat

- Pelit ja leikit
- Oppilaan itsetunnon tukeminen
- Heikko sisäliikuntatila
- Kilpailu – kilpailut ja kisat liikuntatuntien toimintamuotoina
- Motoriset perustaidot luokille 1-2
- Motoriset perustaidot luokille 3-6

OPPILAAT AKTIIVISIKSI TOIMIJOIKSI

Oppilaiden osallisuuden lisääminen on osoittautunut yhdeksi tärkeäksi ratkaisuksi aktiivisen koulupäivän edistämiseksi. Oppilaat voivat toimia Välituntiliikuttajina, turnausten ja tapahtumien ideoijina ja toteuttajina yhteistyössä koulun henkilökunnan kanssa.

Välkkäri –koulutus (3-4t)

Koulutus antaa oppilaille valmiuksia toimia vertaisohjaajana. Koulutuksen aikana käydään läpi leikkien, pelien ja kisailujen ohjaimista sekä välituntitoiminnan suunnittelua yhteistyössä opettajien kanssa. Koulutuksesta on omat sisällöt ala- ja yläkouluille. Kunnat ja koulut voivat toteuttaa Välkkäri –koulutuksia myös itse.

Järkkää tapahtuma –koulutus (2-3t)

Koulutus antaa oppilaille tietoja ja taitoja toimia koulun eri tapahtumien järjestäjinä yhteistyössä opettajien kanssa.

Liikunnan aluejärjestöt saavat opetus- ja kulttuuriministeriön avustusta Liikkuva koulu tukitoimien toteuttamiseen.



LIIKUNTATAPAHTUMAT MOTIVOIVAT

Toteutamme liikuntatapahtumia eri ikäisille liikkujille. Olemme tarpeen mukaan apuna muiden toimijoiden tapahtumien suunnittelussa ja toteutuksessa.

Työpaja- / liikuntapäivät

Tarjoamme suunnittelu- ja toteutusapua koulu- ja kunta-kohtaisten työpajapäivien sekä liikuntapäivien toteutukseen. Kysy myös liikuntavälineiden lainausmahdollisuutta.

LISÄTIETOA LIIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖJEN TOIMINNASTA

www.liikunnanaluejarjestot.fi

TYÖYHTEISÖJEN LIIKUNTA- JA HYVINVOINTIPALVELUJA

Liikkumista lisäämällä on mahdollista vaikuttaa koulun henkilökunnan työhyvinvoinnin tukemisen ohella koko koulun yhteisöllisyyteen, yleiseen työssä viihtymiseen sekä jaksamiseen. Päivittäiseen liikkumiseen sitoutuneet työntekijät innostavat esimerkillään myös oppilaita liikkumaan. Työyhteisön sosiaalinen tuki on tärkeää arjen rutiinien muuttamisessa liikunnalliseksi.

Liikunnan aluejärjestöt tarjoavat työyhteisöille

- Tsemppi- ja Tyky –päiviä ja tuokioita
- Liikunta- ja terveysaiheisia luentoja
- Lajikokeiluja
- Kuntotestauksia ja terveystarkastuksia
- Tukea työyhteisön liikuntasuunnitelman laatimiseen
- Aikuisliikunnan tapahtumia

OTA YHTEYTTÄ ALUEESI LIIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖÖN

Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry
www.eklu.fi

Etelä-Savon Liikunta ry
www.esliikunta.fi

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
www.eslu.fi

Hämeen Liikunta ja Urheilu ry
www.hlu.fi

Kainuun Liikunta ry
www.kainuunliikunta.fi

Keski-Pohjanmaan Liikunta ry
www.kepli.fi

Keski-Suomen Liikunta ry
www.kesli.fi

Kymenlaakson Liikunta ry
www.kymli.fi

Lapin Liikunta ry
www.lapinliikunta.fi

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
www.liiku.fi

Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry
www.plu.fi

Pohjois-Karjalan Liikunta ry
www.pokali.fi

Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry
www.popli.fi

Pohjois-Savon Liikunta ry
www.pohjois-savonliikunta.fi

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry
www.phlu.fi