

## Seinäjoen kaupungin peruskoulujen Liikkuva koulu -toiminnan perustaso

### Toiminnan organisoiminen

- Koululla on nimetty Liikkuva koulu vastaava
- Liikkuva koulu vastaava kerää tiimin toimintoja suunniteltaessa
- Koulupäivän aikainen liikkuminen on kirjattu osaksi koulun lukuvuoden toimintasuunnitelmaa
- Liikkumisen edistämiseksi on valittu lukuvuoden tavoitteet ja toimenpiteet

### Välitunnit ja kampanjat

- Välitunneilla mennään pääsääntöisesti ulos
- Koulussa on riittävästi välituntivälineitä ja niitä saa käyttää välituntien aikana
- Välituntivälineet ovat kaikkien saatavilla
- Koulussa toteutetaan vähintään yksi liikkumista edistävä kampanja/tapahtuma lukuvuoden aikana

### Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi

- Koulun rehtori tiedostaa Liikkuva koulu toiminnan merkityksen
- Henkilökunta kannustaa omalla esimerkillään oppilaita liikkumiseen
- Opettajia osallistuu liikunnallisiin tai toiminnallisiin oppimista tukeviin täydennyskoulutuksiin

### Oppilaiden osallisuus

- Oppilaat osallistuvat aktiivisesti koulupäivän aikaiseen liikkumiseen
- Oppilaat ovat mukana suunnittelemassa ja organisoimassa koulupäivän aikaista liikkumista
- Koululla on kohdennettuja toimenpiteitä vähän liikkuvien oppilaiden liikkumisen edistämiseen

## Koulun pihat, tilat ja ympäristö

- Koulupihan käyttöä välitunneilla ja sen kehittämistä on tarkasteltu yhdessä oppilaiden kanssa
- Koulupihan toimintamahdollisuuksia ja turvallisuutta on arvioitu liikkumisen näkökulmasta
- Koulussa on tehty pelisäännöt koulupihan käytöstä oppilaiden ja opettajien kanssa

## Oppitunnit, opetuskäytännöt ja oppimisympäristöt

- Opetuksessa on sovittu käytännöistä, joilla istumajaksoja oppitunneilla katkaistaan
- Opettajat tekevät keskenään yhteistyötä yli oppiaineiden aktiivisuuden lisäämiseksi

## Koulumatkat

- Oppilaita kannustetaan liikkumaan koulumatka kävellen tai pyöräillen
- Huoltajien kanssa tehdään yhteistyötä kävelyn tai pyöräilyn edistämiseksi

## Kerhotoiminta

- Koululla on mahdollisuuksien mukaan tarjota liikunnallista ja muuta aktiivista kerhotoimintaa oppilaille
- Kerhotarjontaa suunnitellaan yhdessä oppilaiden kanssa

# Käytännön toimenpiteet ja arviointi

Perustaso: Kirjaa vähintään 1-2 toimintoa jokaisesta aiheesta, jotka toteutuvat tällä hetkellä. Mikäli joku perustason sisällöistä jää toteutumatta, on se selkeä valinta ensimmäisen lukuvuoden kehittämiskohteeksi. Seinäjoen kaupungin tavoite on, että kaikki koulut saavuttavat perustason tulevan lukuvuoden aikana.

## Toiminnan organisointi

Toiminta	Toimenpide/nimike tms.	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Liikkuva koulu vastaavan tai vastuuhenkilön nimi	Koulun liikuntavastaava	Timo Saarimäki	asioiden hoitaminen
LK vastaava kokoaa tiimejä eri aihealueisiin liittyen	Opettajat ilmoittavat mm. edustajat kisoihin ja esittävät ajatuksia aktiviteeteista	Opettajakunta, oppilaskunnan osallisuus	
Liikkuminen kirjattu osaksi koulun toimintasuunnitelmaa			
Liikkumisen edistämisen tavoitteet/vuositasolla	Pitkä välkä	Silloin tällöin välituntiliikuttajia mm. oppilaskunnasta.	Osallistuminen

## Välitunnit ja kampanjat

Toiminta	Toimenpide/nimike/ tms.	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Välitunneilla mennään pääsääntöisesti ulos	Välitunnit vietetään ulkona, pl. kovat pakkaset ja rankkasade.	Sali käytettävissä korvaavana tilana	
Liikuntavälineitä on riittävästi ja niitä saa käyttää välituntien aikana	Oma ulkourheiluvälinevarasto, josta oppilaat saavat hakea välineitä. Oppilaskunta huolehtii siisteydestä, järjestäjävuorot	Välituntivalvoja vastuussa, että tavarat tuodaan takaisin. Aina pitkän välkän jälkeen välineet kootaan varastoon.	Välituntivalvoja seuraa välineiden eheyttä ja välittää tiedon, jos jotakin on vialla.
Liikuntavälineet ovat kaikkien saatavilla ja nimetty henkilö vastaa välineistä	Välituntivalvoja oppilaskunta apunaan.		

Vuosittainen liikuntakampanja	Liikuntatuntien lajijaksot sovitaan syksyn aloitusvesossa. Kampanjoihin liitytään mahdollisuuksien mukaan.	Sähköpostitiedotus tms. opettajien aktiivisuus	
-------------------------------	--	--	--

### Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Koulun rehtori on sitoutunut LK ideologiaan			
Henkilökunta kannustaa esimerkillään oppilaita liikkumiseen			
Henkilökunnasta osallistutaan liikuntaa edistäviin koulutuksiin	Nostetaan esiin tulleet spostit ja käsitellään opepalaverissa.	Kiinnostuneet	

### Oppilaiden osallisuus

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Oppilaat osallistuvat aktiivisesti koulupäivän aikaiseen liikkumiseen	Pitkä välkkä 10.05-10.35.	Välkkäriliikuttajia esim. oppilaskunnasta	Oppilaiden innokkuus
Oppilaat ovat mukana suunnittelemassa ja organisoimassa koulupäivän aikaista liikkumista		Oppilaskunnan kokoukset ja opettajille esitetyt vinkit	
Koululla on kohdennettuja toimenpiteitä vähän liikkuvien oppilaiden liikkumisen edistämiseen	Kannustus	Havainnot liikuntatunneilla.	

### Koulun pihat, tilat ja ympäristö

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Koulupihan käyttöä välitunneilla ja sen	Havainnot	Otetaan vastaan, mitä oppilaat kertovat ja	

kehittämistä on tarkasteltu yhdessä oppilaiden kanssa		ryhdytään tarvittaessa toimenpiteisiin.	
Koulussa on tehty pelisäännöt koulupihan käytöstä oppilaiden ja opettajien kanssa	Leikki- ja keinu- ym. paikkojen käyttövuorot	Leikkimökki ja kiipeilytelineympäristö, jääkenttä jaettu luistelijoiden ja pelaajien kesken	Sujuvuus
Koulupihan toimintamahdollisuuksia ja turvallisuutta on arvioitu liikkumisen näkökulmasta	Remontin yhteydessä piha-alueen toimintapisteet suunniteltiin.	Jää/pesis/jalkkiskenttä, asfaltoitu koriskenttä, johon maalataan lisäksi hyppyrudut. Lisäksi kiipeilyteline, kiikut, hiekkalaatikko ja leikkimökki. Nurmialue talven rientoja varten (Lumileikit ja -rakentelut)	Välituntivalvoja ja opettajakunta seuraa turvallista toimintaa jatkuvasti

#### Oppitunnit, opetuskäytännöt ja oppimisympäristöt

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Opetuksessa on sovittu käytännöistä, joilla istumajaksoja oppitunneilla katkaistaan Opettajat tekevät keskenään yhteistyötä yli oppiaineiden aktiivisuuden lisäämiseksi	Kukin opettaja hoitaa tavallaan		Oppilaiden jaksaminen tuntityössä

#### Koulumatkat

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Oppilaita kannustetaan liikkumaan koulumatka kävellen tai pyöräillen	83% oppilaista kuljetuksessa pitkien koulumatkojen vuoksi.		
Huoltajien kanssa tehdään yhteistyötä kävelyn tai pyöräilyn edistämiseksi	Kannustetaan vapaa-ajan pyöräilyyn.	Pyöräily olisi hieno asia, mutta hankala toteuttaa.	

#### Kerhotoiminta

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Koululla on mahdollisuuksien mukaan tarjota liikunnallista ja muuta aktiivista kerhotoimintaa oppilaille	Yhdessä vanhempainyhdistyksen kanssa järjestetyt kodin ja koulun päivät	Valitaan kohde, patikoidaan, pelaillaan puuhaillaan	
Kerhotarjontaa suunnitellaan yhdessä oppilaiden kanssa	Koulujen yhteiset kerhot, tarjotin kootaan lukuvuoden alussa. Tähän voi esittää toiveita.		

## Liikkuva koulu - toiminnan vuosikello

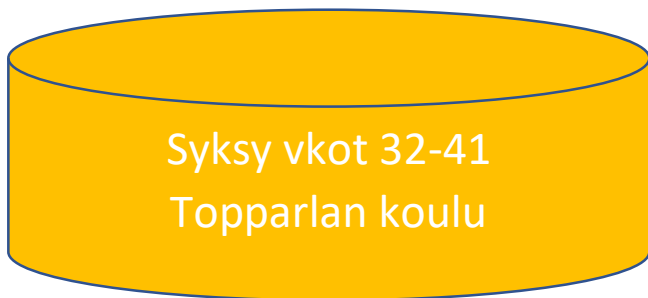
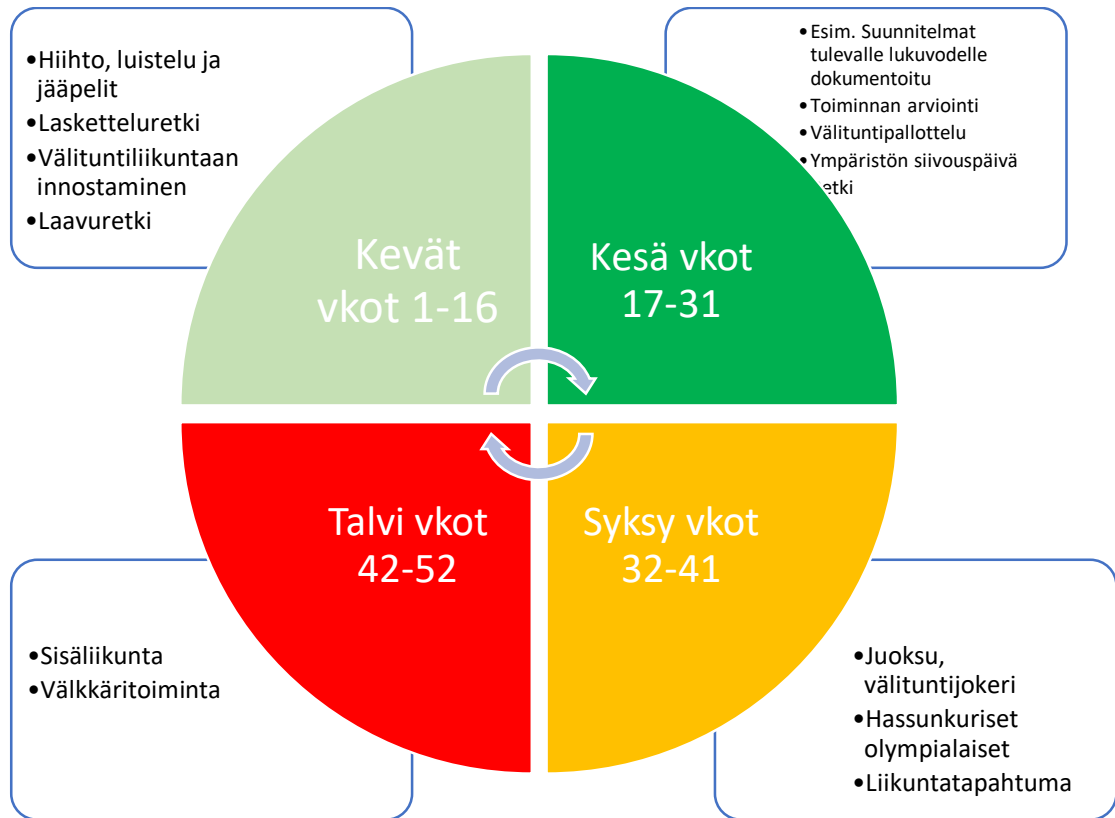
**Kirjaa alle tulevan lukukauden kehittämistoimenpiteen aihe. Kirjaa myös kahden seuraavan lukukauden kehittämiskohteet. Tee vuosikelloon tarkemmat toiminnot, ajat ja toteuttamistavat. Ympyrän ulkopuolelle voit tehdä karkean ”muistilistan” mitä missäkin jaksossa tapahtuu.**

Oppilaiden osallistaminen-omat toiveet liikunnan lisäämisestä, välkkäritoiminnan kehittäminen, pelejä ja leikkejä, hassunkuriset olympialaiset, pesispelit, maasto/metsäretket, luistelut, hiihdot, laskettelut, unelmien liikuntapäivä, toiminnallinen opetus, liikunnallinen onnenpyörä, noppa vauhdittajana, luokkien omat välituntivälinekorit, teemapäivät applikaatiot liikuntaan innostajina, välituntidisco, tanssiaiset

---

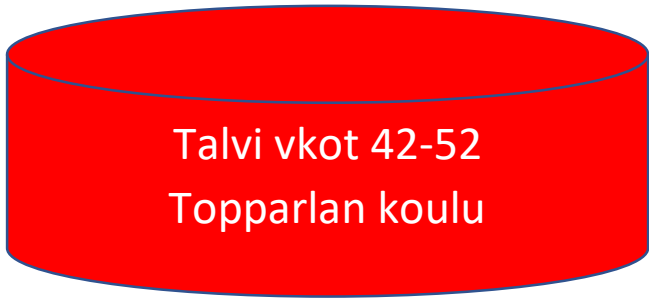
\_\_\_ Siirretään näsitä myös seuraaville vuosille

---



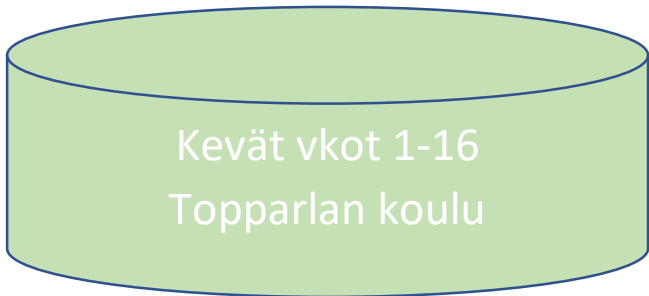
**Teema**

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Juoksu			



**Teema**

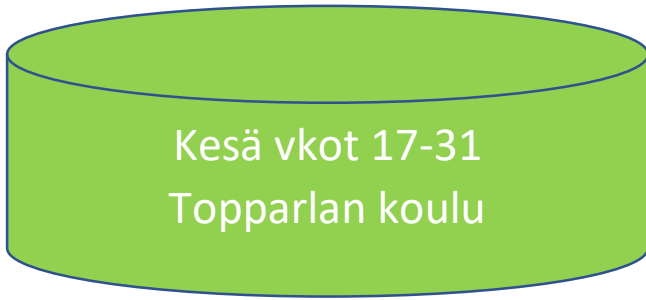
Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Hiihtäminen ja luistelu		välituntisin, liikuntatoimi vastaa puitteista	



**Teema**

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Hiihto, luistelu, jääpelit, laskettelu			





**Teema**

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä mitataan tehtyä toimintoa)
Suunnistus	YKV:n suunnistuskoulu		
Pesäpallo			

**Kirjaa toisen ja kolmannen vuoden kehittämistoimenpiteet alla oleville rivistöille karkeasti.**

**Toinen vuosi (kirjaa tähän toisen lukuvuoden kehittämisteema ja karkeasti toimenpiteet)**

**Liikuntavälineistön hankinta välituntikäyttöön, tukea vanhempainyhdistykseltä**

kävelyvälitunnit, askelmittarit, sykemittarit

---

---

---

---

**Kolmas vuosi (kirjaa tähän kolmannen lukuvuoden kehittämisteema ja karkeasti toimenpiteet)**

---

---

---

---