

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 toiminnallista 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	on nimetty Timo Jouppila ja Laura Ruuska	Syyslukukauden alussa valitaan Liikkuva koulu vastaava tai vastaavat	Kevätlukukaudella arvioidaan lukuvuoden onnistumisia ja kehittämiskohteita
Liikkuva koulu vastaava (t) kokoaa tiimejä eri aihealueisiin liittyen.	Esimerkiksi liikkuva koulu -tapahtumien järjestäminen	Palavereissa/opekouksissa päätetään roolit ja tehtävät	Otetaan hyvät suunnitelmat ja käytänteet muistiin ja käyttöön myös tulevaisuudessa
Liikkuminen kirjattu osaksi koulun toimintasuunnitelmaa (vuosisuunnitelmaa)	Liikkuminen on kirjattu osaksi koulun toimintasuunnitelmaa	Kehitetään edelleen liikkuva koulu toiminnan vuosikelloa	Arviointi keväällä
Liikkumisen edistämisen tavoitteet/vuositasolla	Liikkumisen edistämisen tavoitteet kirjataan liikkuva koulu toiminnan vuosikelloon ja koulumme toimintasuunnitelmaan (vuosisuunnitelma)	Liikkuva koulu vastaavat suunnittelevat vuosikellon ja esittelevät sen muulle henkilökunnalle syyslukukauden alussa→tehdään tarvittaessa muutoksia vuosikelloon yhteisen pohdiskelun jälkeen	Arvioidaan kevätlukukaudella tavoitteiden onnistumista ja sen pohjalta kehitetään vuosikelloa

Välitunnit ja kampanjat

Toiminta	Toimenpide/nimike/ tms.	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Välitunneilla mennään pääsääntöisesti ulos	Toteutuu koulussamme	areena -vuorot, sisävälitunnit, kahdella pihalla välitunnit (talvella luistelu/hiihto	

		mahdollisuus) polkuauto, potkulauta, pyöräily- välitunnit	
Liikuntavälineitä on riittävästi ja niitä saa käyttää välituntien aikana	Liikkuva koulurahoilla ja vanhempaintoimikunnan lahjoittamilla rahoilla olemme lisänneet välituntitavaroiden määrää.	Tarpeen vaatiessa	Oppilaspalaute Henkilökunnan palaute ja havainnot
Liikuntavälineet ovat kaikkien saatavilla ja nimetty henkilö tai liikkuva koulu vastaava vastaa välineistä	Välineet ovat saatavilla Liikkuva koulu vastaavat tsekkaavat ja vastaavat välineistä	läpi lukuvuoden	Oppilaspalaute Henkilökunnan palaute ja havainnot
Välituntimaraton, välituntiliikuttajat toimessa	Järjestämme välituntimaratonin (Laura vastaa) Välituntiliikuttajien koulutus ja organisointi (Pia ja Timo)	Syksyllä	

Henkilökunnan osallistuminen, osaaminen ja työhyvinvointi

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Koulun rehtori on sitoutunut Liikkuva koulu ideologiaan	Koulun rehtori sitoutuu LK ideologiaan ja antaa mahdollisuuksia toteuttaa liikkuva koulu toimintaa	materiaalihankinnat liikuntatapahtumat Liikkuva koulu ja liikuntakoulutuksiin osallistumisen mahdollistaminen oma esimerkki	lukuvuoden lopussa
Henkilökunta kannustaa esimerkillään oppilaita liikkumiseen	Kannustamme omalla esimerkillä hyötyliikkumiseen (esim. työmatka liikkuminen) ja sopivien varusteiden ja vaatetuksen käyttämiseen liikkeessä	Koko henkilökunta omalla esimerkillään	lukuvuoden lopussa
Henkilökunnasta osallistutaan liikuntaa edistäviin koulutuksiin	Liikuntataitojen ja -tietojen päivittäminen koulutuksien avulla	Lukuvuoden aikana sopivien koulutuksiin osallistuminen Koulutuksista saatujen tietojen, taitojen ja materiaalin jakaminen muulle henkilökunnalle	lukuvuoden lopussa

Oppilaiden osallisuus

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Oppilaat osallistuvat aktiivisesti koulupäivän aikaiseen liikkumiseen	Mennään ulos välitunneilla, kannustetaan lapsia liikkumaan		lukuvuoden lopussa
Oppilaat ovat mukana suunnittelemassa ja organisoimassa koulupäivän aikaista liikkumista	Välituntiliikuttajat suunnittelevat oppilaille mieluisia liikuntahetkiä Oppilastoimikunnan hallituksen tempaukset	Ohjaava opettaja apuna tuokioiden suunnittelemisessa ja pitämisessä	lukuvuoden lopussa
Koululla on kohdennettuja toimenpiteitä vähän liikkuvien oppilaiden liikkumisen edistämiseen Kaupungin liikuntavastaavat apuna	Välituntiliikuttajat pitävät liikuntatuokioita välitunneilla, opettajat innostavat lapsia liikkumaan välitunnilla, sisäliikuntavälitunnit liikuntakerhot	Välituntiliikuttajien koulutus ja ohjaava opettaja apuna tuokioiden pitämisessä Vähemmän liikkuvien lapsien mielenkiinnon selvittäminen ja liikuntahetkien kohdistaminen mielenkiinnon mukaan	lukuvuoden lopussa

Koulun pihat, tilat ja ympäristö

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Koulupihan käyttöä välitunneilla ja sen kehittämistä on tarkasteltu yhdessä oppilaiden kanssa	Oppilastoimikunnan hallituksen tekemä kysely koulupihan käytöstä ja sen kehittämisestä	Tehdään kysely oppilaille kehitys ja parannuskohteista kevätlukukaudella	lukuvuoden lopussa
Koulussa on tehty pelisäännöt koulupihan käytöstä oppilaiden ja opettajien kanssa	Henkilökunnan kanssa sovitaan pelisäännöistä. Huomioidaan oppilaiden kanta ja kehitysideat	Lukuvuoden alussa ja tarpeen vaatiessa käydään koulupihan pelisäännöt läpi	Lukuvuoden lopussa
Koulupihan toimintamahdollisuuksia ja turvallisuutta on arvioitu liikkumisen näkökulmasta	Huomioidaan turvallisuus, mutta pyritään myös karsimaan tai korjaamaan ”turhat säännöt”	Lukuvuoden alussa ja tarpeen vaatiessa sovitaan koulupihan pelisäännöt	Lukuvuoden lopussa

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	Tauotetaan istumisjaksoja oppitunneilla, suositetaan liikuntahetkiä ja toiminnallista oppimista, hyödynnetään erilaisia oppimisympäristöjä	LK-vastaavat kertovat koulumme toiminnallisista käytännöistä, jaetaan henkilökunnan hyviä käytäntöjä toisillemme	lukuvuoden lopussa

Koulumatkat

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Oppilaita kannustetaan liikkumaan koulumatka kävellen tai pyöräillen	Oppilaiden informointi liikkumisen tärkeydestä Vaikuttaminen Hyötyliikunta kampanjat ja teemaviikot	Teemaviikko (t) Vaikuttaminen vanhempainilloissa	Lukuvuoden lopussa
Huoltajien kanssa tehdään yhteistyötä kävelyn tai pyöräilyn edistämiseksi	Vanhempien informointi liikkumisen tärkeydestä Vaikuttaminen Hyötyliikunta kampanjat ja teemaviikot	Teemaviikko (t) Vaikuttaminen vanhempainilloissa	Lukuvuoden lopussa

Kerhotoiminta

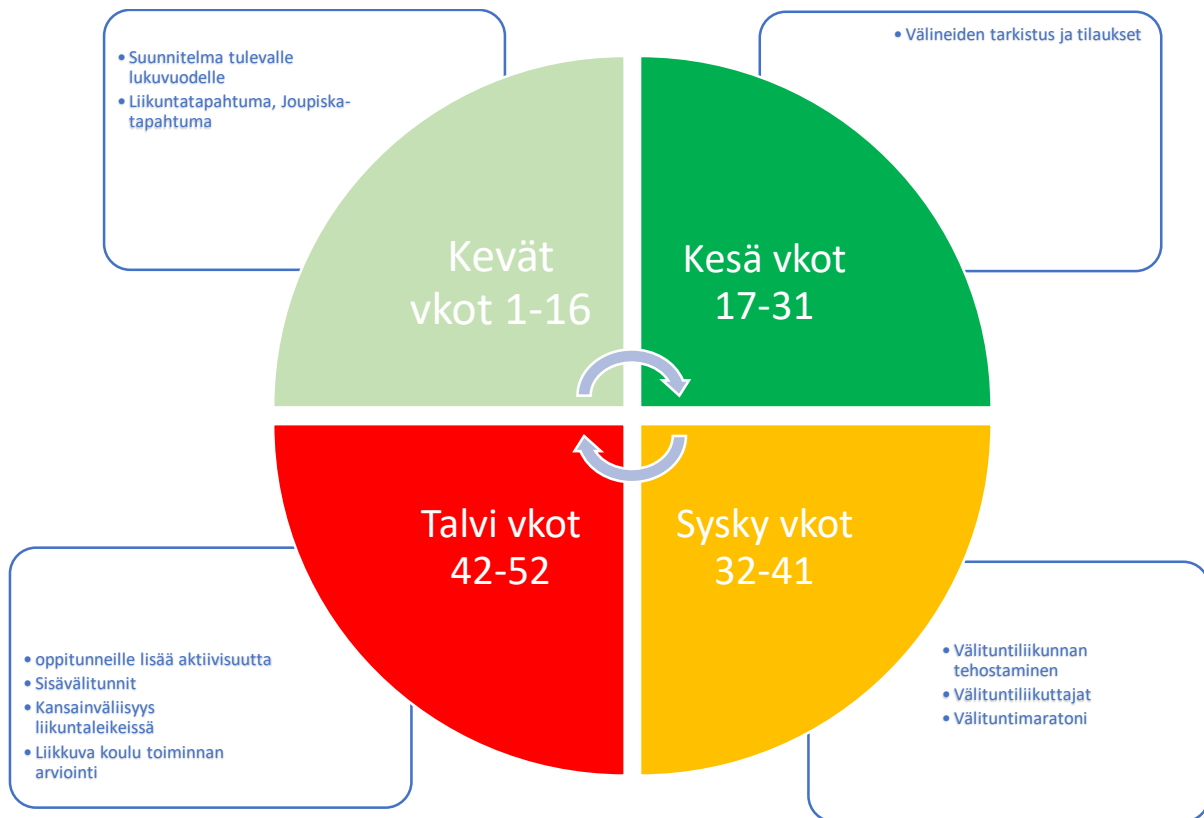
Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Koululla on mahdollisuuksien mukaan tarjota liikunnallista ja muuta aktiivista kerhotoimintaa oppilaille	Liikuntakerhojen tarjoaminen Koulun ulkopuolisten tahojen mukaan saaminen kerhotoiminnan tarjontaan	Syksyllä liikkuva koulu vastaavat pyrkivät saamaan koululle kattavan liikuntakerhotarjonnan	Lukuvuoden lopussa
Kerhotarjontaa suunnitellaan yhdessä oppilaiden kanssa	Oppilastoimikunnan kautta kerätään oppilaiden toiveita	Kevätlukukauden lopussa toteutetaan	Lukuvuoden lopussa

	kerhotarjontaan, oppilaskunnassa kootaan ja ”työstetään” toiveita	kysely tulevan vuoden kerhotoiveista	
--	--	---	--

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.

_____ Liikkuvakouluvuosikellon suunnitleminen ja
toteuttaminen _____



Syksy vkot 32-41
Toukolanpuiston koulu

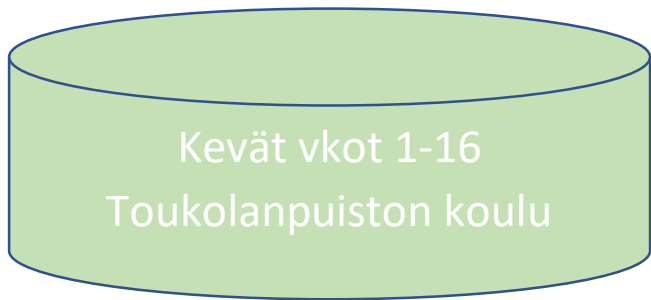
Teema

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Välituntiliikunnan tehostaminen Liikuntakampanja	Välituntiliikuttajien koulutus ja välituntiliikuttajien pitämät tuokiot	Liikkuva koulu- vastaavat ja koko koulun henkilökunta ohjaavat	Lukuvuoden lopussa

Talvi vkot 42-52
Toukolanpuiston koulu

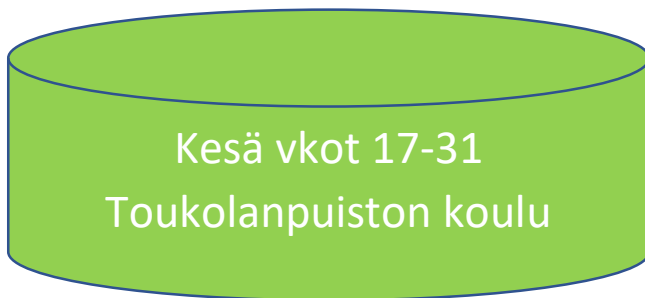
Teema

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Oppitunneille lisää aktiivisuutta Sisävälitunnit	Hyvät käytänteet jakoon, kiinnitetään huomiota istumisjaksojen tauottamiseen, aktiivisuuden lisäämiseen oppitunneilla	Kaikki opettajat	Tehostusviikkojen jälkeen
Liikuntatapahtuma	Talviliikuntatapahtuma	Henkilökunta suunnittelee ja organisoii	Liikuntatapahtuman jälkeen
Liikkuvakoulu toiminnan arviointi	Arvioimme yhdessä henkilökunnan kanssa liikkuva koulu toimintaamme		



Teema

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä arvioidaan tehtyä toimintoa)
Liikuntakampanjan toteutus	Esim. Liikunta-aktiivisuuden lisääminen koulussa ja vapaa-ajalla	Henkilökunta suunnittelee ja organisoii oppilaiden ideat huomioon	Liikuntakampanjan jälkeen
Liikkuvakoulun suunnitelman teko	Liikuntavastaavat tekevät alustavan suunnitelman. Yhdessä henkilökunnan kanssa täydennetään ja hyväksytään	Liikuntavastaavat ja koulun henkilökunta	



Teema

Toiminta	Toimenpide	Käytännön toimenpiteet (aikataulu, mitä, miten, kuka/ketkä)	Arviointi (millä mitataan tehtyä toimintoa)
Suunnitelman tulevalle lukuvuodelle	Arvioidaan liikkuva koulu -toiminnan onnistumisia ja kehityskohteita	Liikkuva koulu - vastaavat Henkilökunnan ja oppilaiden palaute ja kehitysideat	Koulunjohtajan ja henkilökunnan palaute

Kirjaa toisen ja kolmannen vuoden kehittämistoimenpiteet alla oleville rivistöille karkeasti.

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

-Liikkuva koulu: koulun liikkuva koulu toimintakulttuurin edistäminen, toiminnan kehittäminen

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

- Liikkuva koulu: kodin ja koulun yhteistyö liikunnan lisäämiseen (Liikkuva koulu-vanhempainilta, liikuntakampanja liikunnan lisäämiseen ja ”ruutuajan vähentämiseen”, liikuntatapahtuma kodin ja koulun yhteistyönä