

Liikunnallisen elämäntavan ops muutos 4.5. paikallisesti päätettävät asiat

1.Tavoite

Tornion kaupungin perusopetuksessa edistetään oppilaiden hyvinvointia liikettä lisäävillä arjen taidoilla. Tavoitteena on lisätä oppilaiden päivittäistä liikkumista koulupäivän aikana ja luoda kouluille toimintakulttuuri, jossa liike on luonnollinen osa koulupäivää oppitunneilla, välitunneilla, koulumatkoilla sekä muissa koulun arjen rakenteissa. Kouluilla keskitytään turvallisen, yhdenvertaisen ja liikkumaan kannustavan ilmapiirin luomiseen ja ylläpitämiseen. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen on osa koulun yhteisöllistä opiskeluhuoltoa ja opiskeluhuoltosuunnitelmaa. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen kuuluu koko koulun henkilöstölle ja heidän tulee olla tietoisia liikunnallisen elämäntavan myönteisistä vaikutuksista oppilaiden hyvinvointiin ja kehitykseen.

2.Toimintatavat

Koulujen toimintakulttuureihin rakennetaan liikkumista tukevia ratkaisuja ja toimintakulttuuria kehitetään systemaattisesti siten, että liikkuminen on luonteva ja näkyvä osa koko koulupäivää, eikä rajoitu yksinomaan liikuntatunneille. Tämä edellyttää koulujen henkilöstön sitoutumista yhteisiin tavoitteisiin. Henkilökunnan sitoutumista ja osaamista vahvistetaan mm. organisaation sisäisillä ja ulkopuolisilla koulutuksilla sekä helposti saatavilla olevilla valmiilla materiaaleilla ja ideoilla, joita löytyy mm. kaupungin intran opettajien materiaalipankista.

Liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämisestä vastaa koulukohtainen tiimi. Tiimin vastuulla on huolehtia välituntivälineiden saatavuudesta ja toimivuudesta, koordinoita liikuntatapahtumien järjestämistä sekä välituntitoimintaa. Tiimi täyttää Liikkuva koulun nykytilan arvioinnin keväisin. Koulu voi perustaa oman liikkuva tiimin tai hyödyntää olemassa olevia tiimejä tai toimikuntia.

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen kirjataan koulujen lukuvuosisuunnitelmaan sekä osaksi opiskeluhuoltosuunnitelmaa. Lukuvuosisuunnitelmaan kirjataan tavoitteet, vastuut sekä toimenpiteet. Toiminnan suunnittelussa, toteutuksessa ja seurannassa voi hyödyntää Liikkuvan koulun vuosikelloa.

Oppitunneilla liikkumista vahvistetaan hyödyntämällä toiminnallisia opetusmenetelmiä oppiaineisiin soveltuvalla tavalla. Oppituntien aikana paikallaan oloa pyritään katkaisemaan säännöllisesti lyhyillä aktiivisilla tauoilla, jotka tukevat oppilaiden keskittymistä ja jaksamista. Opetuksessa hyödynnetään lähiliikuntapaikkojen -ja luonnon tarjoamat mahdollisuudet. Opetukseen integroidussa liikkumisessa tulee huomioida oppilaiden erilaiset motoriset taitotasot ja mahdolliset motorisen oppimisen vaikeudet. Koulupäivän rakenteessa hyödynnetään siirtymätilanteita liikkumisen lisäämiseksi ja sisällytetään pitkä välitunti koulupäivään. Opettajia kannustetaan jakamaan hyviä käytänteitä sekä kokeilemaan uusia toimintamalleja osana koulun yhteistä kehittämistyötä. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen huomioidaan myös aamu- ja iltapäivätoiminnassa.

Kiinnitetään huomiota koulukuljetuksesta opetukseen siirtymiseen, jota kehitetään tulevina vuosina koulukuljetuksien jättöpaikan muutoksilla siten, että oppilaille muodostuu luontevia mahdollisuuksia liikkua ennen koulupäivän alkua. Oppilaita ohjataan ja kannustetaan kulkemaan koulumatkoja kävellen ja pyöräillen aina, kun se on mahdollista. Koulu tukee oppilaiden kulkemista kävellen tai pyöräillen esimerkiksi järjestämällä teemaviikkoja, haasteita sekä säännöllisellä liikenne- ja pyöräilykasvatuksella. Huoltajia kannustetaan tukemaan oppilaiden liikunnallista elämäntapaa kotona ja koulumatkoilla.

Välitunneilla liikkumista edistetään monipuolisilla ja suunnitelmallisilla ratkaisuilla. Koulun oppilaita koulutetaan välituntiohjaajiksi, joiden tehtävänä on järjestää toisille oppilaille välituntitoimintaa.

Koulun piha-alueita hyödynnetään aktiivisesti, ja käytössä olevien välineiden tulee mahdollistaa monipuolista liikkumista. Välituntivalvojat tukevat oppilaiden aktiivisuutta ohjaamalla ja kannustamalla osallistumaan erilaisiin toimintoihin. Koulut hyödyntävät mahdollisuuksien mukaan sisätiloja liikkumiseen. Oppilailla on päivittäin useampi ulkoviikintunti.

Kouluissa järjestetään liikunnallisia tapahtumia, teemapäiviä ja kampanjoita, joiden avulla vahvistetaan yhteisöllisyyttä ja innostetaan oppilaita liikkumaan. Koulut suunnittelevat vähintään yhden jokaista (tapahtuma, teemapäivä, kampanja) lukukauden aikana. Oppilaita osallistetaan toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen.

Koulukohtaisia Move! -tuloksia käydään läpi oppilaiden kanssa. Mittaustulosten perusteella vähän liikkuville oppilaille kohdennetaan tukitoimia ja liikuntaneuvontaa. Move! -testeistä vastaavat opettajat tekevät yhteistyötä Lapin hyvinvointialueen kanssa ja varmistavat tiedon siirtymisen kouluterveydenhuoltoon. Hyvinvointialueentoimijoiden ja kolmannen sektorin kanssa tehdään yhteistyötä. Erityistä huomiota kiinnitetään vähän liikkuvien oppilaiden tukemiseen, ja heille pyritään rakentamaan myös jatkossa selkeä polku liikunnallisen elämäntavan vahvistamiseksi.

Yhteistyö eri toimijoiden kanssa on keskeinen osa toimintaa. Kaupungin liikuntapalveluiden ja tilapalveluiden kanssa tehdään yhteistyötä erityisesti liikuntamahdollisuuksien kehittämisessä, asiantuntijuudenhyödyntämisessä ja vähän liikkuvien oppilaiden tukemisessa. Lisäksi mm. liikuntapaikkojen asianmukainen hoito ja kehittäminen sekä monipuolinen harrastustarjonta edellyttävät toimivaa kaupungin sisäistä yhteistyötä.

Harrastamisen Suomen mallin harrastustunnit oppilaiden toiveisiin perustuen täydentävät koulupäivän aikaista liikumista. Tarjoamalla oppilaille mahdollisuuksia osallistua liikunnalliseen toimintaan myös koulupäivän jälkeen. Harrastuksista on kuljetusoppilaille myös kuljetusmahdollisuus kotiin jokaisen osallistumisen mahdollistamiseksi.

3. Seuranta ja arviointi

Toiminnan toteutumista seurataan ja arvioidaan säännöllisesti osana koulun hyvinvointityötä. Koulun liikunnallisen toimintakulttuurin arvioinnissa hyödynnetään liikkuva koulun nykytilan arviointia, valtakunnallisia mittareita, kuten Move! -mittauksia. Oppilaiden näkemyksiä kerätään esimerkiksi kyselyn avulla. Kaikki tulokset tuodaan koulun yhteisölliseen opiskelijahuoltoryhmään ja sivistystoimen johtoryhmään arvioitavaksi. Kerättyä tietoa käytetään toiminnan kehittämiseen siten, että tunnistetut kehittämiskohteet huomioidaan seuraavan lukuvuoden suunnittelussa ja toimivia käytänteitä vahvistetaan edelleen.

4. Jatkuva kehittäminen

Tornion kaupungin perusopetuksessa liikunnallisen elämäntavan edistäminen nähdään jatkuvana kehittämisprosessina. Liikunnallisen elämäntavan edistämisen toteutumista käytännössä ja sen vaikutuksia seurataan, arvioidaan ja kehitetään systemaattisesti. Toimintaa kehitetään arviointitiedon pohjalta, henkilöstön osaamista vahvistamalla sekä oppilaiden osallisuutta lisäämällä. Lisäksi yhteistyötä eri toimijoiden kanssa syvennetään, jotta liikunnallisen elämäntavan edistäminen muodostaa eheän ja vaikuttavan kokonaisuuden oppilaiden arjessa.