

Liikunnallisen elämäntavan paikallinen OPS kirjaus

Liikkumisen lisääminen koulupäivän aikana tukee oppimista, hyvinvointia, työrauhaa ja oppilaiden myönteistä minäkuvausta sekä kouluviihtyvyyttä. Opetuksen järjestäjä edistää liikunnallista elämäntapaa osana koulun toimintakulttuuria ja **täsmentää toteutustavat koulukohtaisissa lukuvuosisuunnitelmissa.**

Kouluissa edistetään Liikkuva koulu -toimintaa suunnitelmallisesti siihen nimetyn Liikkuva koulu -tiimin tai Liikkuva koulu -vastaavien johdolla. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen toteutuu koko koulun yhteisenä toimintana eri tiimien ja henkilöstön yhteistyönä. Koulupäivän rakenne, opetusmenetelmät, välituntikäytännöt ja oppimisympäristöt suunnitellaan tukemaan toiminnallisuutta, istumisen tauottamista ja monipuolista liikkumista.

Oppilaat otetaan aktiivisesti mukaan toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen, mukaan lukien välituntitoiminta ja yhteiset tapahtumat. Kouluissa mahdollistetaan liikuntasalin välituntikäyttö (varaustilanne huomioiden), ulkona oppiminen ja opettajien kouluttautuminen liikunnallista elämäntapaa edistävien toiminnallisten opetusmenetelmien käyttöön. Jokaisella oppilaalla on vähintään yksi ulkovälitunti päivässä.

Koulumatkoilla kannustetaan aktiivisiin kulkutapoihin yhteistyössä huoltajien kanssa. Liikunnallista elämäntapaa tuetaan kerhoilla ja yhteistyöllä eri toimijoiden kanssa. Liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteet ja toimenpiteet kirjataan lukuvuosisuunnitelmaan, toteutumista seurataan ja arvioidaan säännöllisesti muun muassa Liikkuva koulu -nykytila-arvioinnin, Move!-mittausten, kouluterveyskyselyn ja kaupungin omien vakiintuneiden kyselyiden avulla.

Koulun liikunnallisen elämäntavan lukuvuosisuunnitelmasta tulee ilmetä:



Millaisia välituntitoimintoja, liikuntapäiviä, retkiä, tapahtumia, haasteita ja rauhoittumisen paikkoja ym. toimenpiteitä koululla toteutetaan liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi?



Miten henkilöstön liikunnallisen elämäntavan osaamista tuetaan ja miten koulun sisällä jaetaan kokemuksia, osaamista ja materiaalia henkilöstön kesken?



Miten koulussa on huomioitu lähiympäristön hyödyntäminen ja luokkatilojen toiminnallisuus?



Millaisia pedagogisia ratkaisuja ja tauottamista koulussa tehdään oppituntien aikaisen liikkumisen lisäämiseksi.



Millä tavalla oppilaat osallistetaan toiminnan suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin (oppitunnit, kerhotoiminta, välitunnit, tapahtumat, haasteet jne.)



Miten terveytensä kannalta liian vähän liikkuvat oppilaat huomioidaan? Miten Move!-tietoa hyödynnetään?



Miten oppilaita kannustetaan kulkemaan koulumatkat ja koulupäivän aikaiset siirtymät kävellen ja pyörällä?



Millaista yhteistyötä huoltajien kanssa tehdään liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi ja miten huoltajille kerrotaan Liikkuva koulu -toiminnasta?



Miten oppilashuolto osallistuu liikunnallisen elämäntavan edistämiseen?

