



Oulu2026
Euroopan kulttuuri-
pääkaupunki



Tervetuloa Rajakylän koulun vanhempainiltaan!

Essi Vuopala, apulaisrehtori
Hanna Ontero, apulaisjohtaja



OULU

2.10.2026

Illan kulku

17.30 Tervetuloa!

- Koulun ajankohtaiset lukuvuodelle 26-27
- Perusopetuksen painopisteet ja opetussuunnitelman päivitykset
- Poissaolokäytännöistä
- Liikuntaneuvojan puheenvuoro 8. lk huoltajille

Jakaannutaan luokkiin luokanvalvojen johdolla



Rajakylän lukuvuosi 2026-2027

- Kulttuuripääkaupunkivuoden tapahtumat jatkuvat
- Erasmus-liikkuvuushankkeen viimeinen vuosi – oppilasliikkuvuudet
- STEAM koulun arjessa: STEAM-välitunnit ja -kerho, projektit, ToolCamp-kilpailu, robotiikkaturnaus
- Tekoäly koulun arjessa:
[Tekoälytietoa kouluihin • MyTech](#)





RajaPatelan Opinpölulla Podcast - Jakso 2
Oulun kaupunki

RAJAPATELAN OPINPOLULLA PODCAST



0:04 / 25:37



Perusopetuksen painopisteet 2026-2029

1. Perustaidot ja oppimisvalmiudet

Tarkoitus: Varmistaa, että jokaisella oppilaalla on vahvat perustaidot ja oppimisvalmiudet.

Vaikutus: Kestävä pohja oppimiselle, jatko-opintoihin siirtymiselle ja aktiiviselle osallisuudelle yhteiskunnassa.

2. Laadukas pedagogiikka ja oppimisen tuki

Tarkoitus: Juurruttaa laadukas, oppimista tukeva pedagogiikka, yhteisopettajuus ja toimivat tukikäytännöt osaksi koulun arkea.

Vaikutus: Yhdenvertaisemmat oppimismahdollisuudet ja vaikuttavampi oppimisen tuki kaikissa kouluissa.

3. Yhteisöllisyys ja osallisuus

Tarkoitus: Rakentaa kouluista hyvinvoivia yhteisöjä, joissa jokainen oppilas kokee kuuluvansa ja osallistuvansa.

Vaikutus: Vahvempi kouluun kiinnittyminen, osallisuuden kokemus ja myönteisen koulukokemuksen lisääminen.

[Arvioinnin periaatteista ks. Yläkoulun arvioinnin abc, Oulun kaupunki](#)

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen

Vuodesta 2026 lähtien esi- ja perusopetuksen tehtävään kuuluu myös liikunnallisen elämäntavan edistäminen. Tämä näkyy koulujen toimintakulttuurissa esimerkiksi:

- aktiivisempina koulupäivinä,
- liikkumisen lisäämisenä opetuksessa,
- hyvinvoinnin vahvempana huomioimisena.

Rajakylän koulussa

- Joka päivä ainakin yksi liikuntavälitunti sekä "liikkuva siirtymä" oppitunnilta toiselle
- Liikuntaneuvontapalvelut

Lukutaidon vahvistaminen kotona

1. Lukemista on hyvä sisällyttää jokaiseen päivään

- Puoli tuntia vapaa-ajan lukemista päivittäin tukee merkittävästi lapsen lukutaitoa sekä mm. matematiikan oppimista. (Lukukeskus)
- Pienestä aloittaminen riittää: myös lyhyempi, säännöllinen lukuhetki kannattaa.

2. Kirjoja kannattaa olla aina saatavilla

- Kotona saatavilla olevien kirjojen määrällä on yhteys lapsen lukutaitoon ja osaamiseen. (PISA 2012 -tutkimuksia)
- Lukuinnon herättämiseksi kirjastosta kannattaa romaanien lisäksi lainata lasta tai nuorta kiinnostavia sarjakuvia, selkokirjoja, helppolukuisia teoksia ja tietokirjoja.

3. Äänikirjat ja digitekstit toimivat mausteena

- Kun tavoitteena on harjoitella erityisesti syvällistä ymmärtämistä, painettujen tekstien lukeminen on tärkeää. Tutkimuksen mukaan se edistää tekstin ymmärtämisen taitoja 6–8 kertaa digitekstiä enemmän. (Valencian yliopisto, 2023)
- Äänikirja voi avata kertomusten maailman ja vaikkapa rentouttaa, mutta varsinainen lukutaito harjaantuu lukemalla.
- Äänikirjan ja perinteisen kirjan yhdistelmää voi kokeilla: mitä jos lukisi ja kuuntelisi samaa kirjaa vuorotellen tai toisinaan yhtä aikaa?

4. Oulun kaupunginkirjaston kirjallisuusdiplomi kannustaa lukemaan myös kotona

- [Alakoulun kirjavinkit ja tehtävät](#)
- [Yläkoulun kirjavinkit ja tehtävät](#)
- [Selkis-](#) ja [S2-kokonaisuudet](#) eri luokka-asteille



Koulupäivän rakenne

1. tunti 8.20-9.05

2. tunti 9.05-9.50

VÄLITUNTI

3. tunti 10.05-10.50

4. tunti 10.55-11.40

RUOKAILU

5. tunti 12.30-13.15

6. tunti 13.15-14.00

VÄLITUNTI

7. tunti 14.15-15.00

8. tunti 15.00-15.45

Jokainen koulupäivä on tärkeä

Oppilaiden poissaolot ovat lisääntyneet viime vuosina kaikilla vuosiluokilla. Teemme tiivistä yhteistyötä huoltajien kanssa oppilaan koulunkäynnin sujumiseksi. Kouluissa käytetään läsnäolon tukemisen mallia, joka sisältää toimintaohjeita oppilaiden läsnäolon tukemiseen sekä koulupoissaolojen ennaltaehkäisemiseen, seurantaan ja niihin puuttumiseen.

Perheen rooli on tärkeä. Kotona huoltajat seuraavat lapsensa koulunkäyntiä ja tekevät havaintoja koulunkäyntiin liittyvistä ongelmista, käyttäytymisen muutoksista tai poissaoloista. Mallista löytyykin perheille oma osio, jossa on huoltajille tietoa, miten toimia tilanteessa, jossa koulunkäynti on haasteellista.

Huoltajalla on valvontavastuu oppivelvollisuuden suorittamisesta (Oppivelvollisuuslaki 9 §).

Lisätietoja:

- [Hyvä olla koulussa! Läsnäolon tukeminen Oulussa –opas](#) (pdf)
- [Hyvä olla koulussa! Läsnäolon tukeminen Oulussa – YouTube](#) (8:02)



Rajakylän koulun oppilashuolto

- Terveystenhoitaja Tarleena Lehtinen, yhteydenotot wilmaviestillä tai puh. 044-7034585
- Koulukuraattori Heikki Nevala koululla ma-pe, puh. 044-7039016, walk-in-aika keskiviikkona ruokavälitunnilla
- Koulupsykologipalvelut tällä hetkellä konsultointipalveluna.

Harrastamisen aarrearkku

- Maksutonta harrastustoimintaa 1.-9. luokkien oppilaille koulupäivän yhteydessä.
- Toimii kaikissa kouluissa ja pohjautuu lasten ja nuorten harrastustoiveisiin.
- Koulujen harrastuskalenterit löydät yhteiseltä sähköiseltä alustalta, jonka kautta voi myös ilmoittautua omalla koululla tarjottaviin kerhoihin ja myös lähikoulujen kerhoihin, jos kerhoissa on tilaa.
- Kouluilla on tarjolla myös kaupungin kerhorahoituksella toteutettavia harrastusryhmiä ja kerhoja. Koulut tiedottavat omista kerhoistaan lukukausien alussa.
- **Tervetuloa harrastamaan - Tutustu tarjontaan ja ilmoittaudu mukaan:**

<https://www.ouka.fi/opiskelu-perusopetuksessa/kerhot-ja-harrastaminen>

Harrastukset ja harrastamisen taloudellinen tuki

<https://www.ouka.fi/hyvinvoiva-oululainen/harrastukset-ja-harrastamisen-taloudellinen-tuki>

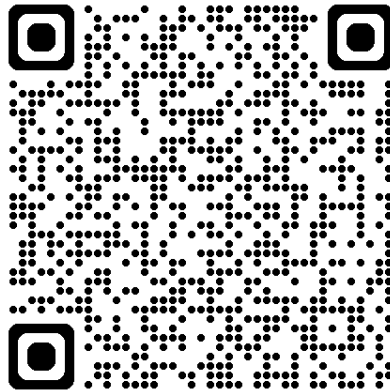


Harrastukset ja harrastamisen taloudellinen tuki

Harrastukset eivät ole vain ajanvietettä – ne tukevat lasten ja nuorten hyvinvointia, sosiaalisia taitoja ja oppimista. Mieluinen harrastus tukee lapsen kasvua ja kehitystä sekä tuo iloa ja kavereita.

Tälle sivulle on koottu erityisesti lapsille ja nuorille tarkoitettua harrastustoimintaa sekä tietoa harrastamisen taloudellisen tuen tarjoajista.

QR-KOODI



[Harrastukset ja harrastamisen taloudellinen tuki | Hyvinvoiva oululainen | Oulun kaupunki](#)



**Hyvinvointia
kOuluun**
liikuntaneuvonta

1.10.2026

**8. lk vanhempainilta Rajakylän
koululla**

**Move!-mittaukset
ja liikuntaneuvonta**



**Nuoren toimintakyky tukee
paitsi tämänhetkistä arkea,
myös tulevaa hyvinvointia,
työkykyä ja elämänlaatua.**

**Kun nuori oppii liikkumaan ja huolehtimaan omasta
hyvinvoinnistaan, hän rakentaa voimavaroja
tulevaisuuteen.**

= Fyysisen toimintakyvyn mittaus- ja palautejärjestelmä peruskouluikäisille

Mittaukset tehdään kaikille Suomen 5. ja 8. luokkalaisille vuosittain

Mitataan eri osa-alueita:

- Kestävyyskuntoa
- Lihasvoimaa
- Liikkuvuutta
- Motorisia taitoja

Tavoitteena on

- Seurata ja tukea lasten ja nuorten fyysistä toimintakykyä
- Kannustaa heitä omatoimiseen fyysisestä toimintakyvystä huolehtimiseen
- Tukea koulun, huoltajien, kouluterveydenhuollon ja muiden toimijoiden roolia liikunnallisen elämäntavan edistämisessä

Kouluterveydenhuollon laajoissa terveystarkastuksissa (huoltajan luvalla)

Koulujen liikunnanopetuksessa

Valtakunnallisten, alueellisten ja paikallisten hyvinvointitoimenpiteiden suunnittelussa, seurannassa ja arvioinnissa

Nuori saa tietoa omasta toimintakyvystään: omista vahvuuksistaan ja kehityskohteistaan

*Move!-mittaustuloksia **EI** käytetä liikunnan arvioinnissa*

Miten tuloksia tulkitaan?

Move!-mittauspalaute

	Tällä osa-alueella oppilaan fyysinen toimintakyky on hyvällä tasolla, jolloin päivittäiset toimet sujuvat helposti. Fyysistä toimintakykyä ei voi varastoida, joten eri osa-alueiden säännöllinen monipuolinen harjoittaminen on tärkeää toimintakyvyn ylläpitämiseksi. Kannusta oppilasta jatkamaan samaan malliin!
	Kyseisellä osa-alueella oppilaan fyysinen toimintakyky on tasolla, jolloin päivittäiset toimet sujuvat. Fyysistä toimintakykyä ei voi varastoida, joten eri osa-alueiden säännöllinen monipuolinen harjoittaminen on tärkeää toimintakyvyn kehittämiseksi ja ylläpitämiseksi. Pienellä lisäharjoituksella oppilaan jaksaminen ja hyvinvointi edistyvät.
	Oppilaan fyysinen toimintakyky tarvitsee harjoitusta kyseisellä osa-alueella. Kehitystä kaipaavia toimintakyvyn osa-alueita voi helposti parantaa pienen harjoittelun avulla lisäämällä liikuntaa arkisiin toimiin, esimerkiksi koulumatkoilla tai välitunneilla. Oppilasta tulee kannustaa kokeilemaan myös uusia aktiivisia vapaa-ajanviettotapoja tai liikuntamuotoja.

Miten tuloksia tulkitaan?

1 Kirjaa mittaustulokset tyhjille viivoille

2 Ympyröi tulosta vastaava kategoria tai sovellettu mitta

3 Kirjaa mahdolliset huomiot alareunaan

4 Tutustu palautteeseen verkkosivuilla

Mittausosio	Tulos	 1p	 2p	 3p	Sovellettu
20 M VIIVAJUOKSU kestävyys ja liikkumistaidot	_____ viivaa	tytöt: ≤ 24 viivaa pojat: ≤ 37 viivaa	tytöt: 25-40 viivaa pojat: 38-59 viivaa	tytöt: ≥ 41 viivaa pojat: ≥ 60 viivaa	S
VAUHDITON 5-LOIKKA alaraajojen voima, tasapaino- ja liikkumistaidot	_____ m	tytöt: ≤ 7,8 m pojat: ≤ 9,0 m	tytöt: 7,9-8,7 m pojat: 9,1-10,0 m	tytöt: ≥ 8,8 m pojat: ≥ 10,1 m	S
HEITTO-KIINNIOTTO ylävaralon voima, liikkumis- ja käsittelytaidot	_____ krt	tytöt: ≤ 11 krt pojat: ≤ 11 krt	tytöt: 12-15 krt pojat: 12-15 krt	tytöt: ≥ 16 krt pojat: ≥ 16 krt	S
YLÄVARTALON KOHOTUS keskivartalon voima ja kestävyys	_____ krt	tytöt: ≤ 24 krt pojat: ≤ 31 krt	tytöt: 25-41 krt pojat: 32-56 krt	tytöt: ≥ 42 krt pojat: ≥ 57 krt	S
ETUNOJAPUNNERRUS ylävaralon voima ja kestävyys	_____ krt	tytöt: ≤ 19 krt pojat: ≤ 13 krt	tytöt: 20-30 krt pojat: 14-26 krt	tytöt: ≥ 31 krt pojat: ≥ 27 krt	S

Kestävyysmittaus tutkituin, eniten ennustearvoa tulevasta fyysisestä toimintakyvystä.

Miten tuloksia tulkitaan?

Kehon liikkuvuus	 0p	 1p	Sovellettu
KYYKISTYS <i>lantion alueen ja alaraajojen liikkuvuus</i>	Ei	Kyllä	S
ALASELÄN OJENNUS TÄYSISTUNNASSA <i>alaselän ja lonkan alueen liikkuvuus</i>	Ei	Kyllä	S
OLKAPÄIDEN LIIKKUVUUS, OIKEA KÄSI YLHÄÄLLÄ <i>yläraajojen ja hartioiden alueen liikkuvuus</i>	Ei	Kyllä	S
OLKAPÄIDEN LIIKKUVUUS, VASEN KÄSI YLHÄÄLLÄ <i>yläraajojen ja hartioiden alueen liikkuvuus</i>	Ei	Kyllä	S
Laske itsellesi fyysistä toimintakykyä kuvaava yhteispistemäärä:		Yhteensä: _____ / 19 pist.	

- **HYVIÄ UUTISIA! Fyysisen toimintakyvyn osa-alueita voi kehittää!**
- Jos nuori kaipaa apua ja tukea hyvinvointiin ja liikkumiseen liittyen, Rajakylän koululla on liikuntaneuvoja tavattavissa torstaisin
- Palvelu on maksuton ja tapaamiset toteutuvat koulupäivän aikana
- **Liikuntaneuvoja voi auttaa esimerkiksi:**
 - Oman jutun löytämisessä, arjen liikkumisen lisäämisessä
 - Harrastukseen ohjaamisessa, lajikokeilut mahdollisia
 - Omien vahvuuksien tunnistamisessa, liikunnallisen pystyvyyden ja itseluottamuksen kasvattamisessa
 - Harrastustukiasioissa



Hyvinvointia kOuluun
liikuntaneuvonta

KOULULIIKUNTANEUVONTA
Lukuvuonna 2026-2027

VARAA AIKA
liikkumiseen, toimintakykyyn ja hyvinvointiin liittyvissä asioissa

Skannaa ja varaa!

Mikä ois sun juttu?
Lapkoeläjä
Tukea just sulle!

OULU SIVISTYS- JA KULTTUURIPALVELUT

Nuori (tai huoltaja) voi varata ajan Bookings-kalenterista tai viestillä / WhatsAppilla suoraan liikuntaneuvojalta

Liikuntaneuvoja Rajakylän koululla **torstaisin**

Anu Karp

040 353 4649