

Niemelän Yhtenäiskoulu – Terve koulu

Terve koulu on painotusarvo, jota on pidetty johtotähtenä Niemelän koulussa jo muutaman vuoden ajan. Vuonna 2003 koulustamme tuli yhtenäiskoulu ja vuodesta 2005 lähtien täällä on toimineet luokat 1-9. Terveessä koulussa liikunnan tavoitteena on luoda kaikille oppilaille myönteisiä liikuntakokemuksia ilman suorituspaineita.

TULOSSA TAPAHTUMIA:

Keskiviikkona 20.2.2008 koulun talviliikuntapäivä

- o pienille Unicef hiihto ja luistelu
- o isommille talvirieha urheilupuiston alueella

Koulun piha

Olemme erityisen ylpeitä Koulumme **piha-alueesta**. Pihan suunnittelussa on ollut ns. asiantuntijoita ja varsinaisia asiantuntijoita. Suunnittelussa ovat olleet mukana koulumme oppilaat, joiden ideoiden pohjalta toteutus tehtiin. Uskomme juuri tästä johtuvan, että piha-alue toimii hyvin 1-9 luokkalaisille. Pihalla on monipuolisia telineitä, jotka soveltuvat erikikäisille.



Kuva yläpihan liukumäestä

Aikaisemmin opettajien parkkipaikkana toiminut tila muutettiin kaavamuutoksella koulun piha-alueeksi ja nyt parkkipaikan tilalla on oppilaiden käytössä oleva **pallokenttä**. Alapihalta on jaettu omat päivänsä eri luokka-asteiden käyttöön. Aikaisemmat käsitykset siitä, että vain alaluokkalaiset käyttävät telineitä eivät pidä paikkaansa.



Alapihalla sujuvat monenlaiset liikuntaleikit

Koulumme liikunnan tuntikehykset

1-2 luokat 2 tuntia, 3-7 luokilla 3 tuntia, 8-9 luokilla 2 tuntia ”pakollista” ja lisäksi valinnaisaineena liikuntaa A- ja B-valinnoissa.

Liikuntapainotteisuus näkyy mm. siinä että koulu maksaa tutustumiskäynnit kuntosalille 5-6 luokille ja keilaamaan 7-9 luokille. Koulussamme on toiminut ja toimii liikuntakerhoja alaluokkalaisille.

Koulussa liikuntamyönteisyys näkyy myös siinä, että liikuntavälineitä voidaan hankkia tarpeen mukaan.

Opettajien ja muun henkilökunnan liikunta-aktiivisuuteen on panostettu mm. tarjoamalla henkilökunnan vuoroja salista ja allasosastolta. Tyhy-toiminnassa koulumme on panostanut liikuntaan. Oman esimerkin merkitys on tiedostettu. Koulussa on paljon liikuntaan erikoistuneita luokanopettajia.

Välitunnit

Oppilailla on käytössään liikuntavälineitä sisältävät välituntikärryt. Päivittäin kaikilla on yksi ns. LiKi-välitunti, jolloin oppilailla mahdollisuus valvottuun liikunta- ja kirjastohetkeen. Välitunnin aikana on yläkoulun oppilailla mahdollisuus olla ulkona, lueskella kirjastossa, pelata pöytätennistä aulassa ja pelailla eri pelejä liikuntasalissa. Alakoulun oppilailla on liikuntavälkän vietto koulun pihalla. LiKi välitunnin kesto on 30 minuuttia.

Liikuntapäivät

Vähintään kerran lukukauden aikana syksyisin ja keväisin. Olemme osallistuneet erilaisiin liikuntakampanjoihin (mm. Liikuntaseikkailu, Vipinää välkälle, Unicefin hyväksi liikkuminen) sekä kaupungin koulujen välisiin tapahtumiin. Menestystä on tullut myös Hese-kisassa jossa oppilaat ovat päässeet kerran palkintomatkalle Helsinkiin. **Vanhempaintiimi** on mukana koulumme liikuntapäivillä.

Ravinto: terveellisiin elämäntapoihin kannustetaan myös painottamalla oikeaan ravintoon. Koulussa on tarjolla maksullista välipalaa.

Ergonomia: Oppilailla on säädettävät työtuolit ja pöydät. KPP – toiminnan kautta on koulumme toimintaan saatu mukaan entistä enemmän seuroja. Teemme yhteistyötä myös Suomen Urheiluopiston kanssa. KPP on tarjonnut erilaisia koulutuksia henkilökunnalle. Nuoren Suomen kursseista aina Lasten liikunnan ammattitutkintoon saakka.

Välineistä: paljon erilaisia välinehankintoja mahdollistunut projektin kautta, mutta erityisesti kannattaa mainita koulullemme hankitut hiihtovarusteet. 16 paria suksia, monoja ja sauvoja. Tämä on mahdollistanut hiihtämisen kaikille oppilaille.

Niemelän yhtenäiskoulu on toinen pilottina toimineista kouluista. Olemme tehneet KPP-kuntotestausta jo useamman vuoden ajan.



Allasosastolla pääsee liikkumaan, kun on paljon liikuntaryhmiä