MYLLYOJAN KOULU

Elämän eväät omasta koulusta

KUNNOSSA PIENESTÄ PITÄEN!

KPP-pilottikoulu jo vuodesta 2003 alkaen

MYLLYOJAN KOULU

TAVOITTEET

- Myönteinen liikunnallinen ilmapiiri ja hyvinvointia edistävä koulun toimintakulttuurin luominen
- Myönteinen asenne liikuntaa kohtaan jo lapsena (positiiviset monipuoliset kokemukset koululiikunnasta)
- Lapsi ymmärtää liikunnan merkityksen terveydelle
- Liikunta osana koulun jokapäiväistä toimintaa (fyysinen, motorinen, psyykkinen ja sosiaalinen näkökulma)
- Liikunta elämäntavaksi

MYLLYOJAN KOULU

Liikuntatunnit

- Koulun tuntikehyksessä on liikuntaa luokilla 1.-2. 2h/vkossa ja luokilla 3.-6. 3 h/vkossa
- Suomen Urheiluopiston opiskelijat (liikuntaneuvojat ja liikunnanohjaajat) harjoittelevat koulullamme viikoittain. Toiminnassa ovat mukana koko koulun oppilaat.
- Opiskelijat tuovat tullessaan liikunnan viimeisimmät virtaukset ja tiedot
- Eri lajien asiantuntijoiden vierailut liikuntatunneilla

MYLLYOJAN KOULU

Välitunti- ja taukoliikunta

- Joka päivä liikunnallinen pitkä välitunti (25 min)
- Liikuntavälineet ja hyvä liikuntaan kannustava piha on oppilaiden käytössä

  (esim. kaukalo, ladut, leikkitelineet)
- Oppilaille tarjotaan virikkeisyyttä liikuntaleikkien muodossa välitunnille
- Nuoren Suomen välituntitempaukseen osallistuminen

MYLLYOJAN KOULU

Muu liikunta

- Liikuntaa ja ulkoilua teemapäivinä lukuvuoden aikana (esim. syksyinen liikuntapäivä yhteistyössä Suomen Urheiluopiston kanssa)
- Kaupungin liikunnallisiin tapahtumiin osallistuminen
- Vuosittainen koulun oma kuntokampanja, jossa neljän viikon aikana kerätään kilometrejä kävellen, juosten, potkukelkkaillen ja hiihtäen. Kuntokampanjassa mukana myös henkilökunta.
- Vuosittainen hiihtoviikko helmikuussa, jonka aikana luokat hiihtävät päivittäin. Viikko huipentuu hiihtoretkipäivään.
- Vuosittainen lasketteluretki kuudesluokkalaisille
- Nuoren Suomen liikuntakampanja maapallon ympäri

MYLLYOJAN KOULU

Iltapäivä- ja kerhotoiminta

- Iltapäiväkerholla käytössään koulun tilat, ulkoalueet ja välineet toiminnassaan
- Alueen vireät seurat liikuttavat lapsia monissa kerhoissa iltaisin ja iltapäivisin

MYLLYOJAN KOULU

Koulumatkaliikunta

- Oppilaita kannustetaan liikkumaan koulumatkat jalkaisin, pyörällä tai potkukelkalla (kuntokampanja)