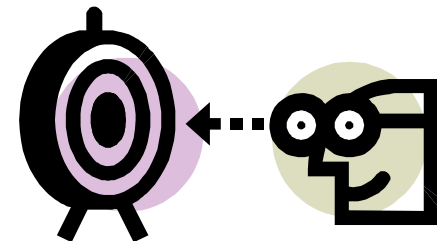


JYRÄNGÖN KOULU

KUNNOSSA
PIENESTÄ PITÄEN



TAVOITTEET



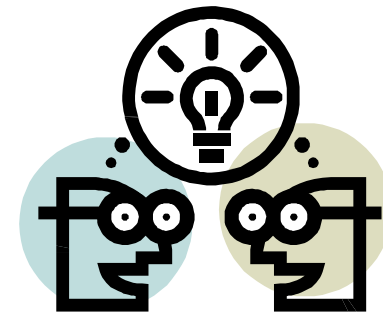
1. Lisätä lasten liikunnan määrää koulupäivän aikana (oppi- ja välitunnit).
2. Parantaa liikuntatuntien laatua. Erityishuomio fyysis-motorisiin tekijöihin.
3. Kannustaa ja motivoida terveelliseen liikunnalliseen elämäntapaan (oppilaat, henkilökunta, vanhemmat).
4. Innostaa henkilökuntaa liikuntakasvatuksen monipuoliseen kehittämiseen sekä viedä eteenpäin henkilöstön osaamista liikunnan alueella (koulutus, sisäinen keskustelu).

TAVOITTEET

5. Liikuntaympäristön aktiivinen tarkastelu, hyödyntäminen ja kehittäminen.
6. Luoda uudenlaisia malleja sisätilojen hyödyntämiseen.
7. Etsiä ja kehittää yhteistyömalleja urheiluseurojen, järjestöjen ja koulun välille.
8. Profiloitua liikuntaan (suunnannäyttäjä, edelläkävijä).

MATKAN VAIHEET ...

- Ajattelun käynnistämisen vaihe
- Konkreettisten tekojen vaihe
- Laadun parantamisen vaihe
- Kohti unelmaa ... rima edelleen korkealla.



OPPITUNNIT JA ORGANISOINTI

- Tuntikehyksen suuntaaminen liikuntaan
 - 1.-2. lk:t 3h/vko ja 3.-6.lk:t 4h/vko
- Liikuntatuntien järjestäminen eri koulupäiville
- Liikuntatuntien sisällöllinen jakaminen
 - 2 h/vko ns. perinteinen koululiikunta (ops/lajisisällöt)
 - 1h/vko kuntoliikunta
 - 1 h/vko leikit ja pelit, tutustumista eri lajeihin, motivaatiota liikkumiseen

VÄLITUNNIT

- Liikkeelle lähdetty lapsilähtöisesti
 - linkittäminen oppilaskuntatoimintaan

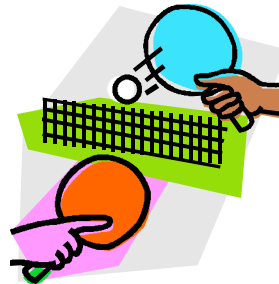
Miten voisimme lisätä koulumme ja ympäristömme viihtyisyyttä ja toiminnallisuutta?

VAIHE 1 → liikkuminen pihalla

- Liikuntavälineitä vapaasti tarjolla välitunneilla monipuoliseen liikuntaan
 - liikuntavälinekaapit
- Koulupäivän aikana ns. pitkä liikuntavälitunti
 - ympäröivä maasto mukana liikkumisessa
- Välituntiliikuttajat

VAIHE 2 → liikkuminen sisätiloissa

- Muutokset ennen kaikkea tapaan ajatella
- Aula, käytävät ja liikuntasali oppilailla vuorollaan käytössä
 - liikuntavälineitä saatavilla: hyppyrudut, curling, pingis, kroketti, twist, tasapainolaudat...
 - toiminnallisten pisteiden rakentaminen: hyppypaikat, kiipeilyseinä ...



MUUTA

- Opettajien esimerkki
 - opettajan osallistuminen, omasta liikkumisesta huolehtiminen
 - liikuntavuoro henkilökunnalle ja oppilaiden vanhemmille
- Seurapankki → lajiesittelyt
- Liikuntavälineiden lainaaminen oppilaille
 - turbokeihäät, sykemittarit ...
- Liikunnanohjaajaopiskelijoiden tutkimustyö