

4.2.3 Liikunnallisen elämäntavan edistäminen (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014)

Perusopetuksessa liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteena on vahvistaa jokaisen oppilaan liikunnallista elämäntapaa, opetukseen osallistumista ja oppimisen edellytyksiä sekä liikunnan merkitystä kokonaisvaltaisena elämäntaitona. Liikunnallisella elämäntavalla on myönteinen vaikutus oppilaiden vireystilaan, keskittymiseen, oppimiseen, motoriseen kehitykseen sekä fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Se tukee myös osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja sosiaalisia taitoja sekä myönteistä koulun toimintakulttuuria.

Liikunnallista elämäntapaa edistetään koulupäivän aikana kokonaisvaltaisesti osana opetusta ja koulun arkea. Opetuksessa hyödynnetään toiminnallisuutta vahvistavia pedagogisia ratkaisuja sekä erilaisia oppimisympäristöjä. Liikkumista tuetaan välitunneilla, siirtymätilanteissa, koulun yhteisissä tilaisuuksissa sekä aamu- ja iltapäivätoiminnassa. Lisäksi liikunnallista elämäntapaa edistetään kerho- ja harrastustoiminnalla sekä koulumatkoihin ja kuljetuksiin liittyvillä ratkaisuilla.

Liikunnallisen elämäntavan edistämässä huomioidaan oppilaiden erilaiset lähtökohdat sekä heidän tasa-arvoinen ja yhdenvertainen oikeutensa osallistua. Toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa painotetaan turvallisuutta, lapsen edun ensisijaisuutta ja liikkumisen mielekkyyttä. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen toteutuu yhteistyössä oppilaiden, kotien ja koulun ulkopuolisten toimijoiden kanssa.

4.5 Paikallisesti päätettävät asiat: liikunnallisen elämäntavan edistäminen Uudessakaupungissa

Miten liikunnallista elämäntapaa edistetään?

Uudenkaupungin perusopetuksessa liikunnallista elämäntapaa edistetään osana koko koulu yhteisön toimintakulttuuria. Liikkumista lisätään koulupäivän aikana oppitunneilla, välitunneilla ja siirtymissä sekä koulujen kerho- ja harrastustoiminnassa. Koulut hyödyntävät monipuolisesti sisä- ja ulkotiloja, koulupihoja, lähiluontoa ja kaupungin liikuntapaikkoja.

Koulupäivän liikunnallistamista kehittää ja tukee Koulut liikkuu -työryhmä, johon kuuluu jokaisesta koulusta Liikkuva koulu -vastaava ja liikuntatoimen edustus. Ryhmän tehtävänä on koordinoita ja jalkauttaa valtakunnallista Liikkuva koulu -ohjelmaa kouluihin. Tavoitteena on:

- kehittää rakenteita eli koulujen toimintaympäristöjä (koulujen pihat)
- varmistaa liikunta- ja välituntivälineiden riittävyys ja monipuolisuus
- kehittää koulupäivien rakennetta (pitkät välitunnit kaikissa kouluissa)
- koulujen toimintakulttuuria, johon kuuluu mm. liikkumisen mahdollistaminen koulupäivän aikana, erilaisten liikuntalajien / liikunnan taitojen harjoittelu niin välitunneilla kuin osana oppitunteja, välituntiliikunnan lisääminen, liikuntakasvatus ja positiivinen suhtautuminen liikkumiseen.

Kaupungin koulujen ja urheiluseurojen välistä yhteistyötä lisätään järjestämällä koulujen välisiä urheilutapahtumia, jotka on kirjattu ja suunniteltu osaksi koulujen lukuvuosisuunnitelmia. Kouluja ja oppilaita kannustetaan osallistumaan koulujen välisiin urheilukisoihin ja järjestämään sekä yhteisiä että omia liikuntatapahtumia.

Oppilaiden osallisuutta vahvistetaan tarjoamalla mahdollisuuksia vaikuttaa koulun liikunnallisiin käytäntöihin. Toiminnassa huomioidaan oppilaiden yksilölliset tarpeet ja edistetään yhdenvertaisia mahdollisuuksia liikkumiseen. Yhteistyötä tehdään huoltajien sekä paikallisten liikunta-, nuoris- ja hyvinvointitoimijoiden kanssa.

Miten toteutumista seurataan, arvioidaan ja kehitetään?

Liikunnallisen elämäntavan edistämisen toteutumista seurataan osana koulujen hyvinvointityötä ja perusopetuksen itsearviointia. Arvioinnissa hyödynnetään koulukohtaista seuranta (koulut kirjaavat koulupäivien liikunnallistamisen toimenpiteet lukuvuosisuunnitelmiin), koulut tekevät säännöllisesti Liikkuva koulu -ohjelman nykytilanarvioinnin sekä keräävät tarvittaessa oppilas- ja henkilöstöpalautetta.

Saadun tiedon pohjalta toimintaa kehitetään suunnitelmallisesti osana opetuksen ja toimintakulttuurin jatkuvaa kehittämistä. Arvioinnissa painotetaan toimintakulttuurin kehittymistä, oppilaiden osallisuutta ja myönteisen liikuntasuhteen vahvistumista.