



Liike ja Mihi meidän koulussa

Toimintakausi 2019–2020

Käynnä
kinttuihin!

Liike*



MIHI.FI

Tervetuloa ohjaajaksi!

LiiKe ja Mihi meidän koulussa -toiminnalla edistetään kokonaisvaltaisesti lasten ja nuorten motorista, sosioemotionaalista ja kognitiivista kehitystä. Toimintaa ohjaavat lasten liikunnan laatutekijät. Erityisesti perusliikuntataitojen riittävä hallitseminen ja monipuolinen liikkuminen tukevat liikunnallisen elämäntavan muodostumista.

LiiKe ja Mihi meidän koulussa -toiminnan tarkoituksena on uuden perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (2014) tavoin tarjota lapsille ja nuorille monipuolista, monilajista ja perusliikuntataitoja kehittävää liikuntaa jokaisen lapsen yksilöllinen kasvu ja kehitys huomioon ottaen. Tarkoituksena on ennen kaikkea tuottaa lapsille liikunnan ilon ja onnistumisen kokemuksia. Perusliikuntataitojen omaksuminen lapsena on tärkeää kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Tutkimusten mukaan lasten ja nuorten perusliikuntataidot ovat heikentyneet viime vuosikymmenten aikana johtuen yleisen fyysisen aktiivisuuden vähenemisestä ja siitä, ettei perusliikuntataitoja enää opeteta yhtä paljon kuin ennen.

Kerhotoiminnan lähtökohtana ovat koulun kasvatukselliset, opetukselliset ja ohjaukselliset tavoitteet. Toiminta on lapsille ja nuorille maksutonta ja vapaaehtoista perusopetuksen opetussuunnitelman mukaisesti. Kerhotoiminnalla tuetaan oppilaan päivän kokonaisuutta. Sitä toteutetaan koulujen sisäliikuntatiloissa, piha- ja lähiluontoalueilla sekä muissa kaupungin liikuntapaikoissa. Harrastetoiminta on koulun toimintaa, joten oppilaat kuuluvat kaupungin ryhmätapaturmavakuutuksen piiriin. Ohjaajina toimivat peruskoulujen opettajat ja koulunkäynninohjaajat sekä seurojen ja järjestöjen ohjaajat. Joissakin kouluissa harrastetoimintaryhmän ohjaajina toimii työpari, jossa toinen ohjaajista on koulun opettaja ja toinen seurasta tuleva ohjaaja. Harrastetoimintaa järjestetään kouluissa viikoittain läpi lukuvuoden.

Harrastetoiminnassa tehdään yhteistyötä Paavo Nurmi Gamesin ja Turun AMK:n fysioterapiakoulutusohjelman kanssa.

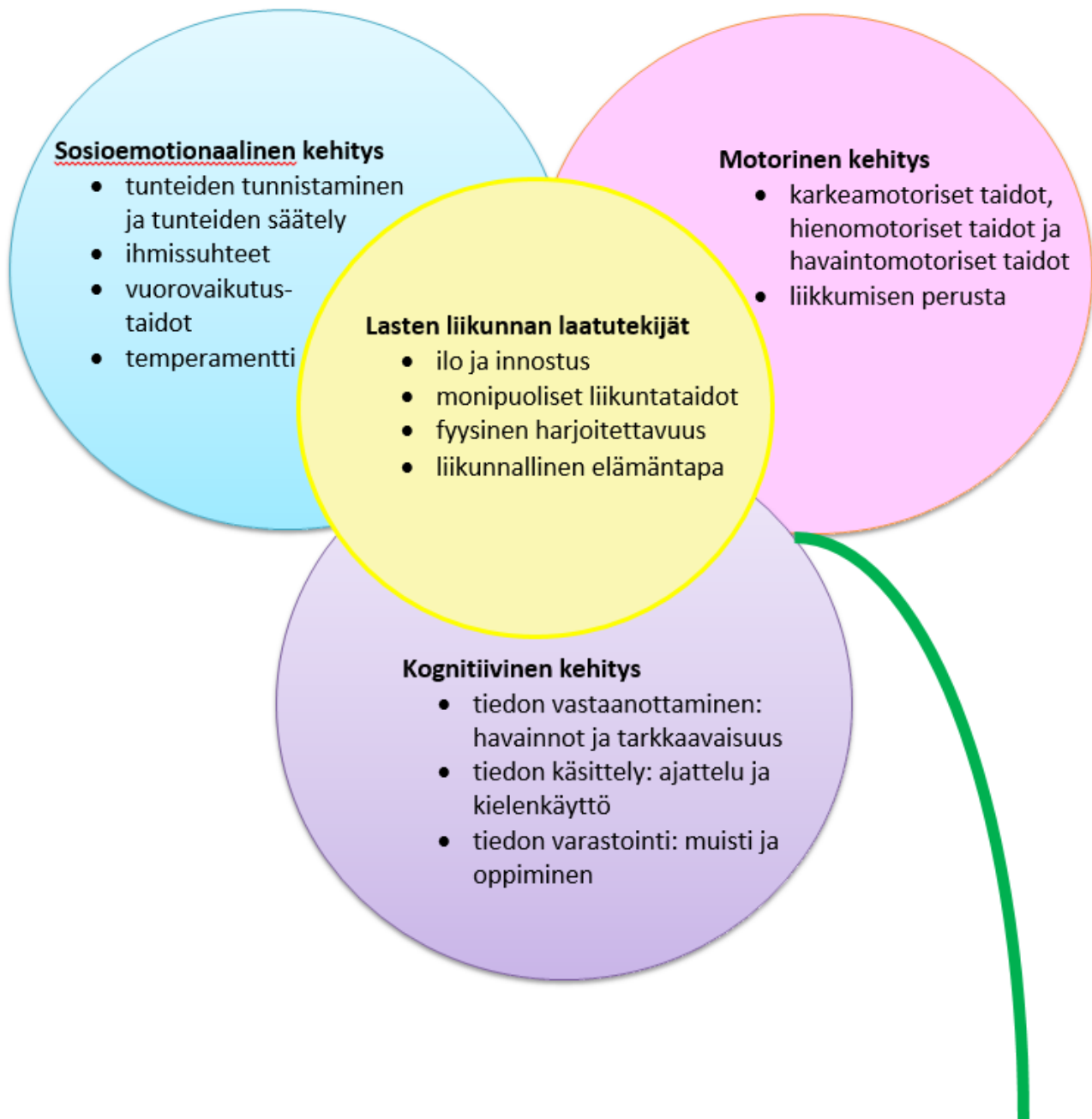
Tervetuloa mukaan edistämään lasten ja nuorten liikkumista!



LiiKe on maksutonta liikunnallista kerhotoimintaa, jota järjestetään koulupäivien yhteydessä alakouluissa.

Mihi meidän koulussa on maksutonta liikunnallista pt-, pienryhmä-, höntsä- tai kerhotoimintaa, jota järjestetään yläkouluissa koulupäivien yhteydessä.

LiiKe ja Mihi meidän koulussa -toiminnan tavoitteet



Yksilön motorinen, kognitiivinen ja sosioemotionaalinen kehitys kulkevat rinta rinnan läpi elämän ja ovat jatkuvassa yhteydessä toisiinsa. Liikunta kehittää lasta kokonaisvaltaisesti, kun lasten liikunnan laatutekijät toteutuvat arjessa.

Motorinen kehitys on koko eliniän kestävä prosessi. Nopeinta liikuntataitojen oppiminen on lapsuudessa. LiiKe ja Mihi meidän koulussa -toiminnan tavoitteena on motoristen perustaitojen harjaantuttaminen monipuolisesti sekä perusliikkeiden ja niiden yhdistelmien harjoittaminen. Perusliikuntataitojen harjoittamisessa tavoitteena on jokapäiväisten liikunnallisten taitojen hallitseminen. Perusliikuntataidot ovat lasten ja nuorten liikunnan ja urheilun perusta ja ne luovat pohjan eri liikuntalajeissa.

tarvittaville lajitaidoille. Hyvät liikunnalliset perustaidot myös suojaavat tapaturmilta ja rasitusvammoilta. Alakouluiässä keskeistä on motoristen perustaitojen opettelu leikinomaisesti ja myöhemmillä luokka-asteilla taitojen vakiinnuttaminen ja monipuolistaminen. Liikuntaan liittyvät myönteiset kokemukset ovat tärkeitä, jotta lapsi voi aidosti innostua liikunnasta. Yläkouluiässä pääpaino siirtyy taitojen ja fyysisten ominaisuuksien soveltamiseen monipuolisesti eri liikuntamuotoihin ja -lajeihin.

Tasapainotaidot	Liikkumistaidot	Välineenkäsittelytaidot
Staattinen ja dynaaminen tasapaino <ul style="list-style-type: none"> • pystyasennot • pää alaspäin asennot • pyöriminen • heiluminen • pysähtyminen • väistäminen • koukistaminen • ojentaminen • kieriminen 	Perustaidot ja liikeyhdistelmät <ul style="list-style-type: none"> • käveleminen • juokseminen • loikkiminen • rytmisessä hyppiminen • hyppeleminen • kiipeileminen • laukkaaminen • liukuminen • kinkkaaminen 	Itsestä pois päin tapahtuvat ja vastaanottavat liikkeet <ul style="list-style-type: none"> • vierittäminen • heittäminen • potkiminen • työntäminen • lyöminen • pomputtaminen • kiinniottaminen
↓	↓	↓
Lajitaidot esimerkiksi uinnissa, joukkuepeleissä, voimistelussa, jääpeleissä, hiihdossa, yleisurheilussa, mailapeleissä, tanssissa, jne.		

Perusliikuntataitojen yhteys lajitaitoihin

Sosioemotionaalinen kehitys on yhteydessä motoriseen kehitykseen. Motoristen taitojen kehityksessä myös lapsen sosiaaliset taidot kehittyvät leikkien ja pelien myötä. Lapset ja nuoret, joilla on heikot perusliikuntataidot, ovat vaarassa jäädä näiden leikkien ja pelien ulkopuolelle. Harrastetoiminnan tavoitteena on, että lapsi ja nuori kokee mielihyvää ja iloa, oppii luottamaan omiin kykyihinsä sekä oppii ottamaan muut huomioon.

Kognitiivisella kehityksellä tarkoitetaan tiedon vastaanottamiseen, käsittelyyn ja varastointiin liittyvää kehitystä. Tiedon vastaanotolla tarkoitetaan havaintoja ja tarkkaavaisuutta, tiedonkäsittelyllä ajattelua ja kielenkäyttöä sekä tiedon varastoinnilla muistin toimintaa ja oppimista. Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että perusliikuntataidot ovat positiivisesti yhteydessä kognitiivisiin taitoihin, kuten tarkkaavaisuuteen, muistiin ja toiminnanohjaukseen. LiKe- ja Mihi meidän koulussa -harrastetoiminnassa harjoitetaan lasten ja nuorten kognitiivisia taitoja monipuolisesti erilaisin harjoittein ja tehtävin.

Lasten liikunnan laatutekijät kokonaisvaltaisen kehityksen tukena

LiKe ja Mihi meidän koulussa -toimintaa ohjaavat lasten liikunnan laatutekijät. Lasten liikunnan laatutekijät on valtakunnallisena asiantuntijatyönä laadittu määritelmä lasten liikunnan päälinjoista. Laatutekijät ovat innostus ja ilo liikuntaan, monipuoliset liikuntataidot, fyysinen harjoitettavuus sekä liikunnallinen elämäntapa. Laatutekijöiden edistäminen harrastetoiminnassa vaatii lapsen kasvun ja kehityksen kokonaisvaltaista huomiointia sekä eri toimijoiden välistä yhteistyötä. Tarkoituksena on tarjota mielekästä ja motivoivaa tekemistä sekä luoda lapsille ja nuorille fyysiseen aktiivisuuteen kannustava ympäristö.

<p>Innostus ja ilo liikuntaan <u>syntyy</u>, kun</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ lapsella on hauskaa, kun hän saa leikkiä ja kisailla ✓ lapsi saa vapaasti kokeilla uusi asioita ✓ ympäristö on innostava ja oppimiseen kannustava ✓ lapsi tuntee kuuluvansa ryhmään 	<p>Hyvä harjoitettavuus rakentuu, kun</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ harjoittelussa huomioidaan lapsen yksilöllinen kehitys ✓ lapsi saa harjoittaa liikuvuutta, voimaa, nopeutta ja kestävyyttä monipuolisesti ✓ liikunta on pitkäjänteistä ja lepo ja kuormitus tasapainossa
<p>Monipuoliset liikuntataidot karttuvat, kun</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ lapsi kokeilee ja harjoittelee erilaisia liikuntataitoja monipuolisesti ✓ lapsi harjoittelee virikkeellisissä ympäristöissä ✓ lapsen yksilölliset taitonsa oppia otetaan huomioon 	<p>Liikunnallinen elämäntapa tarttuu, kun</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ se on oleellinen osa lapsen ja perheen arkielämän kokonaisvaltaista hyvinvointia ✓ lapsi tottuu säännölliseen päivärytmiin ✓ lapsen lähipiirissä toimivat aikuiset näyttävät käyttäytymisellään ja asenteillaan hyvää esimerkkiä

Lapsen sisäisen motivaation ja innostuksen perustana on tarve tuntea pätevyden, autonomian sekä yhteenkuuluvuuden tunteita. Pätevyden kokemukseen vaikuttavat lapsen omat tuntemukset liittyen tehtävän suorittamiseen sekä tehtävän suorittamisesta saatava ulkoinen palaute. Autonomialla tarkoitetaan sitä, että lapsi saa itse tehdä valintoja ja vaikuttaa omaan liikkumiseensa. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus tarkoittaa tunnetta hyväksytyksi tulemisesta sekä ryhmään kuulumisesta.

Vuosiohjelma ja tunnin rakenne

Vuosiohjelma

Liike -harrastetoiminnan toimintavuosi lukuvuonna 2019-2020 jaksottuu kolmeen saman runkoi-
seen taitojaksoon, joista jokainen koostuu kolmesta kolmen viikon mittaisesta teemajaksosta ja mah-
dollisesta yhdestä vapaavalintaisen ohjelman viikosta. Teemajaksojen teemasisältöjä ovat liikkumis-
taidot, välineenkäsittelytaidot, tasapainotaidot ja vapaavalintaiset perusliikuntataidot. Toiminta on
monipuolista ja monilajista läpi toimintakauden. Harrastetoimintaa ei ole talvilomalla eikä muina
koulujen lomapäivinä. Toimintaa voidaan järjestää koulujen sisäliikuntatiloissa, koulujen piha-alueilla
ja lähiympäristöissä (metsä- ja puistoalueet) sekä muissa mahdollisissa Turun kaupungin liikuntapai-
koissa.

Yläkouluissa **Mihi meidän koulussa** -toiminta perustuu monipuolisiin liikkumismuotoihin ja eri liikun-
talajeihin. Yläkouluissa voidaan järjestää harrasteryhmiä, yksilö- tai pienryhmäohjausta tai tukea
nuorten omaehtoista liikkumista höntsävuoroilla. Myös yläkoulujen toiminnassa on kehitettävä osal-
listujien perusliikuntataitoja ohjaajan sopimaksi katsomalla tavalla.

Toiminnan vuosisuunnittelussa tulee osallistaa toimintaan osallistuvia lapsia ja nuoria. Toiminnassa
tulee olla sopivassa suhteessa sekä omatoimista että ohjattua liikuntaa.

LiiKe-kerhojen vuosiohjelma toimintavuonna 2019–2020 (Mihi meidän koulussa -toiminnassa vuosiohjelmaa mukailten)

Taitojakso 1
vko 36 (2.9.) - vko 45 (8.11.2019)
(syysloma 17.-18.10.)

- **Viikko 36:** Vapaavalintaisia perusliikuntataitoja
- **Viikot 37, 38 ja 39:** Liikkumistaidot: kiipeäminen, hyppääminen, laukkaaminen, juokseminen, rytmisissä hyppääminen, käveleminen
- **Viikot 40, 41 ja 42:** Välineenkäsittelytaidot: heittäminen, potkaiseminen, kiinniottaminen, iskeminen, pomputtaminen, vierittäminen, vangitseminen
- **Viikot 43, 44 ja 45:** Tasapainotaidot: väistäminen, kääntyminen, tasapainoilu, taittaminen, kieriminen, heiluminen, ylösalaiset asennot, alastulo- ja pysähtyminen, pyöriminen
- **Viikot 36-45:** Monipuolisesti eri liikuntamuotoja ja -lajeja

Taitojakso 2
vko 46 (11.11.2019)-vko 6 (3.2.2020)
(joulutauko vko 51 - vko 1: 16.12.-7.1.)

- **Viikko 46:** Vapaavalintaisia perusliikuntataitoja
- **Viikot 47, 48 ja 49:** Liikkumistaidot: kiipeäminen, hyppääminen, laukkaaminen, juokseminen, rytmisissä hyppääminen, käveleminen
- **Viikot 50, 2 ja 3:** Välineenkäsittelytaidot: heittäminen, potkaiseminen, kiinniottaminen, iskeminen, pomputtaminen, vierittäminen, vangitseminen
- **Viikot 4, 5 ja 6:** Tasapainotaidot: väistäminen, kääntyminen, tasapainoilu, taittaminen, kieriminen, heiluminen, ylösalaiset asennot, alastulo- ja pysähtyminen, pyöriminen
- **Viikot 46-6:** Monipuolisesti eri liikuntamuotoja ja -lajeja

Taitojakso 3
vko 7 (10.2.)- vko 18 (30.4.2020)
(talviloma vko 8: 17.-21.2.)

- **Viikko 7:** Vapaavalintaisia perusliikuntataitoja
- **Viikot 9, 10 ja 11:** Liikkumistaidot: kiipeäminen, hyppääminen, laukkaaminen, juokseminen, rytmisissä hyppääminen, käveleminen
- **Viikot 12, 13 ja 14:** Välineenkäsittelytaidot: heittäminen, potkaiseminen, kiinniottaminen, iskeminen, pomputtaminen, vierittäminen, vangitseminen
- **Viikot 15, 16 ja 17:** Tasapainotaidot: väistäminen, kääntyminen, tasapainoilu, taittaminen, kieriminen, heiluminen, ylösalaiset asennot, alastulo- ja pysähtyminen, pyöriminen
- **Viikko 18:** Vapaavalintaisia perusliikuntataitoja
- **Viikot 7-18:** Monipuolisesti eri liikuntamuotoja ja -lajeja

LiKe-kerhon rakenne

Alakoulujen LiKe-kerhot ovat pituudeltaan pääsääntöisesti 60 minuuttia. Kaikkiin tunteihin sisältyy huolellinen alkulämmittely, perusliikuntataitoja kehittäviä harjoitteita ja loppurauhoittuminen. Toimintakauden aikana ryhmässä liikutaan monipuolisesti ja eri liikuntalajeja harrastaen. Omatoimista ja ohjattua toimintaa on sopivassa suhteessa läpi toimintakauden ja niitä molempia voi sisältyä vaikka jokaiseen tuntiin. Keskeistä on lasten ja nuorten osallistaminen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Ohjaaja voi aktiivisesti ehdottaa osallistujille uusia pelejä ja leikkejä sekä antaa vaihtoehtoisia tehtäviä.

Tunnin jälkeen ohjaaja huolehtii, että ryhmäläiset poistuvat koulun tiloista. Ohjaaja poistuu tilasta viimeisenä ja järjestää välineet niille tarkoitetuille paikoille.

Linkistä <http://www.valmennustaito.info/taitokartta/liikkumistaidot.php> löytyy liikemalleja, joita ohjaaja voi soveltaa pelien ja leikkien muotoon. Valmiita pelejä ja leikkejä ohjeineen löytyy esimerkiksi linkistä <http://www.skillilataamo.fi/>.

Valmiita tuntisuunnitelmia löytyy esimerkiksi Timo Jaakkolan teoksista (2016) Juokse, hyppää, heitä, ota kiinni! Perusliikuntataitojen opettaminen lapsille ja nuorille ja Krokotiilijuoksu ja 234 muuta toimintaidea motoristen taitojen kehittämiseksi (PS-kustannus). Teokset löytyvät jokaisesta Turun peruskoulusta.



Toiminnan suunnittelu ja raportointi

Ohjaaja tekee toimintaan osallistuvia lapsia ja nuoria osallistaen vuosisuunnitelman ja suunnittelee tarkemmin kunkin tunnin tai ohjaukserän sisällön. Toiminnan suunnittelussa lähtökohtina ovat lapsilähtöisyys, monipuolisuus ja turvallisuus. Lapset pyritään huomioimaan yksilöinä. On hyvä muistaa myös, että harrastetoimintaan osallistuvien lasten ja nuorten liikuntataustat voivat olla hyvin erilaisia. Yläkouluissa ohjaaja suunnittelee ohjaukseröiden sisällön lisäksi myös ohjaukseröiden aikataulutuksen yhdessä ohjattavien kanssa. Yläkouluissa toimintaan on käytettävissä aikaa kolme tuntia viikoittain.

Ryhmän ohjaaja pitää kirjaa ryhmän kävijämäärästä. Osallistumismerkinnät tehdään osallistujalistaan jokaisen tunnin osalta erikseen.

Ryhmänhallinta, säännöt ja ryhmiin jako

Ryhmänhallinnalla tarkoitetaan sitä, että ohjaaja hallitsee ryhmän toimintaa toivotulla tavalla. Ryhmänhallintaa parantavat yhteisesti sovitut säännöt, rutiinit ja niiden noudattaminen. On tärkeää, että jokainen voi tuntee kuuluvansa ryhmään ja että hänellä on siinä myös hyvä ja turvallinen olla. Pareihin, pienryhmiin ja joukkueisiin jaon yhteydessä on tärkeää hyödyntää lasten tuntemusta siten, että esimerkiksi kahta häiriköivää lasta ei laiteta toistensa pareiksi tai samaan pienryhmään tai joukkueeseen. Jakaessaan lapsia ryhmiin ohjaajan tulee huolehtia, ettei yksikään lapsi joudu kokemaan huononmuuden tai ryhmästä ulkopuolelle jättämisen tunnetta. Ohjaajan on hyvä vaihdella ryhmien kokoonpanoja.

Ryhmiin jakamisen vaihtoehtoja ovat esimerkiksi:

- jako kahteen, kolmeen jne.
- ryhmä sattumanvaraisesti keskeltä kahtia
- vaatteiden väri (esim. samanväriset housut)
- pelivälineen värin perusteella
- arvonta
- nimen alkukirjan
- syntymäkuukausi

Harrastetoiminnan ohjaamisesta maksettava palkkio

Liike ja Mihi meidän koulussa -harrastetoiminnasta maksettava palkkio on 28 €/harrastetunti tai ohjaukserä/ohjaaja. Palkkiot maksetaan ohjaajana toimiville opettajille palkkiolomaketta vastaan ja seuroista, järjestöistä tai muista organisaatioista tuleville ohjaajille ostopalvelusopimuksen perusteella.

Palkkiolomaketta käytettäessä ohjaaja kirjaa lomakkeeseen pitämänsä harrastetoimintatunnit ja jokaisen tunnin osallistujamäärät kuluneelta kuukaudelta. Palkkiolomake toimitetaan viikon sisällä kuun viimeisestä ohjaukserästä osoitteeseen liikkuvakoulupalkkiot@turku.fi. Palkkiolomakkeiden

käsittelystä vastaa liikuntapalveluvastaava Marianna Ylinampa. Palkkiot maksetaan kerran kuukaudessa palkkiolomaketta vastaan. Palkkioiden maksuun liittyvissä kysymyksissä (palkkioiden maksuaikataulu tms.) ohjaaja ottaa yhteyttä Taitoan (p. 020 6399 400).

Ostopalvelusopimuksista neuvotellaan seurojen, järjestöjen ja muiden organisaatioiden kanssa erikseen ja myös niissä laskutuksen yhteydessä on esitettävä kunkin ohjauskerran osallistujamäärät.

Muut käytänteet

Seuroista tai järjestöistä nimetään varsinaisen ryhmän ohjaajan lisäksi myös hänen sijaisensa. Sijainen osallistuu varsinaisen ohjaajan kanssa Liike ja Mihi meidän koulussa -toimintaa koskevaan perehdytykseen ja Turun Liikkuvan koulun koulutuksiin. Sekä varsinaisen ohjaajan että sijaisen on toimitettava rikosrekisteriotteensa nähtäväksi liikuntapalveluvastaava Jorma Fiskille (jorma.fisk@turku.fi) ennen toiminnan alkua. Ohjaajien poissaolotapauksia varten kootaan myös lista mahdollisista sijaisista. Jokaiselta ohjaajalta kysytään suostumus hänen nimensä ja yhteystietojensa lisäämisestä listaan. Poissaolotapauksissa ohjaaja ilmoittaa aina tulevasta poissaolostaan koulun Liikkuva koulu -harrastetoiminnan yhdysopettajalle ja sopii hänen kanssaan sijaisjärjestelystä. Lähtökohteisesti ohjaajaa tuuraa hänelle seurastaan tai järjestöstään nimetty sijainen ja toissijaisesti ohjaaja Liikkuva koulu -sijaislistalta. Ohjaajaa voi sopimuksen mukaan sijaistaa myös koulun opetushenkilöstöön kuuluva henkilö tai Turun kaupungin liikuntapalvelukeskuksen ohjaaja. Ohjaajana toimivan opettajan ollessa estynyt hän pyrkii ensisijaisesti järjestämään sijaisen itselleen koulun henkilökunnasta.

Seuroista ja järjestöistä tulevat ohjaajat ottavat yhteyttä ennen toiminnan alkamista Liikkuva koulu - yhdysopettajiin niistä kouluista, joihin ovat menossa ryhmiä ohjaamaan. Ohjaaja ja Liikkuva koulu - yhdysopettaja sopivat yhdessä etenkin siitä, miten ohjaaja pääsee sisään kouluun, miten koulun liikuntavälineet saa käyttöön jokaiselle ohjauskerralle ja missä ensiapuvälineet sijaitsevat sekä mitä täytyy huomioida tilasta poistuttaessa. Ohjaaja saa Liikkuva koulu - yhdysopettajalta tiedon siitä, milloin ryhmät koulussa alkavat ja mille oppilasryhmille ryhmät ovat kohdennettu. Turun Liikkuva koulu - yhdysopettaja kerää ilmoittautumislomakkeet ja toimittaa ne ohjaajalle ennen kerhon aloittamista. Oppilas voi tulla toimintaan mukaan myös kesken kerhokauden. Ohjaajan perehdyttämisen tueksi kouluhin on jaettu perehdyttämislomake, johon on koottu kouluun tulevan ohjaajan kanssa läpikäytävät asiat. Rehtori allekirjoittaa ja arkistoi lomakkeen.

Ohjaajille järjestetään toimintakauden aikana koulutuksia, joiden tarkoitus on tukea ohjaajaa ja antaa hänelle käytännön vinkkejä ohjaustyöhön. Kaikkien toiminnassa mukana olevien ohjaajien tulee osallistua vähintään kahteen, mielellään kaikkiin koulutuksiin. Koulutusten järjestäjä on Turun kaupungin liikuntapalveluiden koordinoima Lupaus innosta -lasten liikunnan laatutekijät seuratoiminnassa - hanke.

Ohjaajan ja sijaisohjaajan tulee olla täysi-ikäinen ja ohjaustoiminnan kilpailutukseen osallistuvien osalta kilpailutuksen ehdot täyttävä.

Linkkejä ja lähteet

<http://www.valmennustaito.info/taitokartta/liikkumistaidot.php>

<http://www.skillilataamo.fi/>

www.tervekoululainen.fi

<http://www.innostunliikkumaan.fi/tiedosta/motorinen-kehitys>

<http://www.kll.fi/materiaalit/liikuntakerhomateriaalit>

Hämäläinen, Kirsi (2015): Urheilijan polku -lasten ja nuorten urheilun suomalainen malli. Teoksessa Hämäläinen, K., Danskanen, K., Hakkarainen, H., Lintunen T., Forsblom, K., Pulkkinen, S., Jaakkola, T., Pasanen, K., Kalaja S., Arajärvi, P., Lehtoviita, T. & Riski, J. 2015. Lasten ja nuorten hyvä harjoittelu. VK-Kustannus.

Jaakkola, Timo (2016): Juokse, hyppää, heitä, ota kiinni! Perusliikuntataitojen opettaminen lapsille ja nuorille. PS-kustannus, Jyväskylä.

Opetushallitus (2016): OPS 2016 liikunnan tukimateriaali. Saatavissa sähköisenä: http://www.edu.fi/download/166299_ops2016_liikunnan_tukimateriaalit.pdf

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014

Kuva sivulla 2: Liikkuva koulu/Jouni Kallio

Lisätietoja ja yhteydenotot:

Alakoulut:

Koululiikunnanohjaaja Harri Karjalainen

p. 050 590 7462

harri.karjalainen@turku.fi

Koululiikunnanohjaaja Pikita Lempiäinen-Koponen

p. 050 516 7209

pikita.lempiainen-koponen@turku.fi

Yläkoulut:

Liikuntapalveluvastaava Jorma Fisk

p. 050 554 6250

jorma.fisk@turku.fi

Erityiskoulut:

Liikuntapalveluvastaava Marianna Ylinampa

p. 050 554 6226

marianna.ylinampa@turku.fi

Erityiskiitos LitT Sami Kalajalle asiantuntija-avusta tämän toimintamalli rakentamisessa.