

OPETUSSUUNNITELMAN PERUSTEET

4 Yhtenäisen perusopetuksen toimintakulttuuri

4.1 Toimintakulttuurin merkitys ja kehittäminen

...

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen

Tavoitteena on vahvistaa jokaisen oppilaan liikunnallisen elämäntavan edistämistä, opetukseen osallistumista ja oppimisen edellytyksiä sekä liikunnan merkitystä kokonaisvaltaisena elämäntaitona. Liikunnallisella elämäntavalla on myönteinen vaikutus muun muassa oppilaiden vireystilaan, keskittymiseen, oppimiseen, motoriseen kehitykseen sekä kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Liikunnallinen elämäntapa on myös yhteydessä mielen hyvinvointiin, psyykkiseen sopeutumiseen ja selviytymiskykyyn sekä jaksamiseen. Terveys- ja oppimisvaikutusten lisäksi liikunnallisen elämäntavan edistäminen ja oppilaiden osallisuuden kokemus tukevat kouluyhteisön arkea ja toimintakulttuuria.

Koulupäivien aikana liikunnallista elämäntapaa edistävät oppituntien toiminnallisuutta vahvistavat pedagogiset ratkaisut, erilaisten oppimisympäristöjen hyödyntäminen, liikuntavälineiden monipuoliset käyttömahdollisuudet sekä liikkumista edistävät ratkaisut välitunneilla, siirtymätilanteissa ja koulun yhteisissä tilaisuuksissa.

Liikunnallista elämäntapaa edistetään myös aamu- ja iltapäivätoiminnassa, kerho- ja harrastustoiminnalla, koulumatka- ja kuljetusjärjestelyillä sekä huomioimalla monipuoliset liikkumisen edellytykset koulujen ja niiden toimintaympäristöjen rakentamisessa ja käyttömahdollisuuksissa.

Liikunnallisen elämäntavan edistämistä suunniteltaessa ja siihen liittyvissä järjestelyissä otetaan huomioon lapsen edun ensisijaisuus, oppilaiden tasa-arvoinen ja yhdenvertainen oikeus osallistumiseen sekä oikeus turvalliseen opiskelu-ympäristöön. Liikunnallisen elämäntavan edistämiseen perusopetuksessa kuuluu yhteistyö oppilaiden, kotien ja koulun ulkopuolisten toimijoiden kanssa.

4.5. Paikallisesti päätettävät asiat:

- **miten opetuksen järjestäjä toteuttaa liikunnallisen elämäntavan edistämistä ja miten toteutumista seurataan, arvioidaan ja kehitetään**

Sastamalan perusopetuksen opetussuunnitelma:

Sastamalan perusopetuksessa liikunnallista elämäntapaa edistetään osana yhtenäisen perusopetuksen toimintakulttuuria suunnitelmallisesti, tavoitteellisesti ja koulukohtaiset erityispiirteet huomioon ottaen. Liikkumista lisätään koulupäivän aikana monipuolisesti oppitunneilla, välitunneilla, siirtymätilanteissa, aamu- ja iltapäivätoiminnassa sekä koulun yhteisissä tapahtumissa.

Opetuksessa hyödynnetään oppituntien toiminnallistamista, vaihtelevia työasentoja, erilaisia oppimisympäristöjä sekä lähiympäristöä ja luontoa. Välituntiliikuntaa edistetään muun muassa pitkien välituntien, sisä- ja ulkoviikintuntien, välituntivälineiden, koulupihojen ja lähiliikuntapaikkojen sekä oppilaiden ohjaaman välkäratoiminnan avulla. Koulumatkoilla kannustetaan aktiiviseen liikkumiseen esimerkiksi kävellen tai pyöräillen. Lisäksi kouluissa toteutetaan liikunnallisia kampanjoita, turnauksia ja yhteisiä liikuntatapahtumia sekä liikuntakerho- ja harrastustoimintaa yhteistyössä eri sidosryhmien ja liikuntaseurojen kanssa.

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen perustuu myönteiseen ja kannustavaan toimintakulttuuriin, jossa henkilökunnan asenteella ja esimerkillä on keskeinen merkitys. Toiminnassa huomioidaan oppilaiden yhdenvertaiset osallistumismahdollisuudet, turvallisuus sekä lapsen edun ensisijaisuus.

Liikunnallisen elämäntavan toteutumista seurataan ja kehitetään osana koulujen toimintaa. Koulut kirjaavat lukuvuosisuunnitelmaansa vuosittain keinot ja tavoitteet, joilla liikunnallista elämäntapaa tuetaan. Tavoitteiden toteutusta arvioidaan lukuvuosikertomuksessa ja osana koulun arviointityötä sekä koulukohtaista opiskeluhoitotyötä. Teemaa käsitellään henkilöstökokouksissa ja arviointipäivissä sekä koulukohtaisessa opiskeluhoitoryhmässä. Suunnittelu- ja seurantatyössä voidaan hyödyntää mm. Liikkuva koulu – toimintasuunnitelmaa ja -arviointia, Hyvinvointiprofiilin ja MOVE-arvioinnin tietoja sekä erillisiä kyselyjä ja kartoituksia. Oppilaiden osallisuutta liikunnallisen elämäntavan edistämässä tuetaan oppilaskuntatoiminnan ja muun oppilasvaikuttamisen kautta. Arvioinnin perusteella toimintaa kehitetään suunnitelmallisesti osana kouluyhteisön jatkuvaa toimintakulttuurin kehittämistä.