

Lautakuntaan menevä OPS-muutos (Liikunnallisen elämäntavan edistäminen perusopetuksessa)

Paikallisesti päätettävää:

Miten opetuksen järjestäjä toteuttaa liikunnallisen elämäntavan edistämistä ja miten toteutumista seurataan, arvioidaan ja kehitetään **(Luku 4.5)**

4.5. Paikallisesti päätettävät asiat

Lestin koulun kaikessa toiminnassa vahvistetaan jokaisen oppilaan kokemusta osallisuudesta. Se merkitsee, että oppilas kuuluu kouluyhteisöön tasa-arvoisena jäsenenä, hänen toiminnallaan on merkitystä ja hän voi vaikuttaa ympäristöönsä ja yhteisönsä asioihin.

Oppilaan osallisuutta omaan opiskeluunsa ja koulunkäyntiinsä vahvistetaan ohjaamalla häntä omien ja oman oppilasryhmänsä tavoitteiden asettamisessa sekä oppimisen suunnittelussa ja arvioinnissa.

Oppilasta ohjataan tekemään valintoja ja vaikuttamaan omaan oppimiseensa ja koulunkäyntiinsä sekä löytämään parhaat tapansa oppia ja työskennellä. Häntä kannustetaan ottamaan vastuuta omista asioistaan ja toimimaan yhdessä toisten kanssa ympäristönsä hyväksi. Elämänhallinnan taitoja harjoitellaan monipuolisesti.

Meillä on rauhallista ja turvallista.

- Olemme rauhallisia ja kiireettömiä.
- Havaittuihin epäkohtiin puututaan ajoissa.
- Koulussa kaikki toimivat järjestyssääntöjen mukaisesti, ja sääntörikkomusten seuraukset ovat kaikkien tiedossa.
- Ymmärrämme koulumatkaliikenteen turvallisuusriskit, ja varaudumme niihin.

Huomaamme ja hyväksymme toisemme.

- Tervehdimme ja noudatamme hyviä tapoja, hyvä käytös kasvaa sisällämme.
- Olemme inhimillisiä ja tasapuolisia.
- Erilaisuus hyväksytään ja sitä pidetään vahvuutena.

- Siistijät, keittiöhenkilökunta, kiinteistöhoitajat ovat osa toimivaa kasvatusyhteisöämme.

Teemme yhdessä, kannustamme toisiamme.

- Kannustamme jokaista yrittämään parhaansa.
- Oppilaat, opettajat ja muu henkilökunta perehdytetään ja sitoutetaan koulun sääntöihin ja toimintakulttuuriin.
- Lukuvuoden toiminnan suunnittelu tehdään pääpiirteissään jo edellisen lukuvuoden lopulla. Suunnittelussa kuullaan henkilöstöä ja otetaan huomioon oppilailta ja huoltajilta saatu palaute.
- Arvioinnin kriteerit käydään läpi oppilaiden ja huoltajien kanssa.
- Palkintoja ja stipendejä jaetaan yhdessä sovittujen periaatteiden mukaisesti.

Otamme ja jaamme vastuuta.

- Luotamme oppilaisiin, tarjoamme mahdollisimman monelle vastuuta.
- Oppilaskunnan hallitus on aloitteellinen ja merkittävällä tavalla mukana toiminnan suunnittelussa.
- Vuorovaikutusilmapiiri on sellainen, että kukin voi kokea voivansa vaikuttaa asioihin.
- Kaikki tietävät ja tuntevat koulun henkilökunnan ja oppilaat osaavat hakea tarvittaessa tukea koulun opettajilta, terveydenhoitajalta tai kuraattorilta.

Käytämme monipuolisia oppimisympäristöjä

- Koulua ja sen ympäristöä käytetään monipuolisesti.
- Vierailut ja vieraat ovat normaali osa arkea, teemme yhteistyötä paikallisten toimijoiden kanssa.
- Teemaopetus ja teemapäivät ovat merkittävä osa oppimista.
- Työturvallisuuskulttuurimme on kunnossa, kussakin oppimisympäristössä pidetään huolta vaadittavasta perehdytyksestä.

Huolehdimme ympäristöstä ja tulevaisuudesta.

- Pidämme koulurakennuksen ja -alueen siistinä ja viihtyisänä, jokainen korjaa omat jälkensä.

- Kierrätämme jätteet, teemme kestäviä hankintoja.
- Opimme toimimaan aktiivisina kansalaisina ja vastuullisina kuluttajina.

Pyrimme hyvään ja tasapainoiseen elämään.

- Oppimisen tavoite on kokonaisuuksissa.
- Opiskelemme elämää, ei koulua varten.

Oppilaan osallisuus Lestin koulussa

Lestin koulun oppilaat muodostavat oppilaskunnan. Jokaiselta luokalta valitaan edustaja oppilaskunnan hallitukseen. Edustajan kautta tieto kulkee jokaisesta luokasta oppilaskunnan hallitukseen ja hallituksesta luokkaan. Oppilaskunnan hallitus toimii vuorovaikutuksessa rehtorin ja koulun muun henkilöstön kanssa. Yläkoulun oppilaskunnan hallitukselle valitaan puheenjohtaja, sihteeri ja rahastonhoitaja. Oppilaskunnan edustajat osallistuvat koulun henkilöstökokouksiin ja koulukohtaisen oppilashuoltoryhmän kokouksiin aina silloin, kun käsiteltävässä asiassa tarvitaan oppilaiden näkökulmaa.

Lestijärven perusopetuksessa ns. luokan omilla tunneilla oppilaalla on mahdollisuus ottaa kantaa ja vaikuttaa heitä koskeviin asioihin. Jokainen oppilas tulee kuulluksi ja saa vaikuttamisen mahdollisuuden omassa perusopetusryhmässään. Luokkatuntien järjestämisen periaatteet kirjataan lukuvuosisuunnitelmaan.

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen Lestin koulussa

Lestin koulussa pyritään edistämään liikunnallista elämäntapaa ja toimintakulttuuria monin eri tavoin. Lestin koulun tavoitteena on tuoda liikkuminen ja fyysinen aktiivisuus osaksi oppitunteja, välitunteja, kerhoja ja koulumatkoja. Tavoitteena on, että oppilas ymmärtää liikkumisen merkityksen kokonaisvaltaisena elämäntaitona. Liikunnallisen elämäntavan tukemisessa voidaan hyödyntää muun muassa seuraavia keinoja:

- Oppituntien tauottaminen taukoliikunnalla.
- Vaihtelevat työskentelyasennot oppitunneilla.
- Toiminnalliset tunnit, joissa liike on tarkoituksenmukainen osa oppimista.
- Liikunnallisesti aktiiviset välitunnit mahdollisuuksien mukaan.

- Koulun lähiympäristön hyödyntäminen opetuksessa.
- Oppilaiden kannustaminen liikunnallisiin kerhoihin ja harrastuksiin.
- Leikkimieliset kilpailut tai liikunnalliset haasteet.
- Oppilaiden suunnittelema ja toteuttama liikuntatuokio tai välituntitoiminta.

Lestin koulussa seurataan, arvioidaan ja kehitetään liikunnallista elämäntapaa erilaisin keinoin. Liikunnallista elämäntapaa pyritään edistämään ja kehittämään yhteistyössä koulun ulkopuolisten toimijoiden kanssa.

- Jokainen sitoutuu omalta osaltaan yhteisiin sääntöihin koskien liikunnallisen elämäntavan edistämistä.
- Liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteita ja niiden toteutumista arvioidaan säännöllisesti esimerkiksi vuosikellon avulla.
- Täytetään yhdessä liikkuvan koulun tarkistuslista vuosittain.
- Oppilaita osallistetaan liikunnallisen toimintakulttuurin suunnitteluun ja arviointiin.
- Pidetään huolta olemassa olevista liikuntavälineistä ja hankitaan uutta välineistöä tarpeen mukaan.

Liikunnallisen elämäntavan vuosikello (muokattava):

<https://liikkuvakoulu.fi/ideapankki/idea/vuosikellosta-liiketta-koulupaiviin-vuoden-ympari/>

Liikkuvan koulun tarkistuslista opettajalle:

<https://liikkuvakoulu.fi/tyokalut/tarkistuslistat/>

Lestijärven esiopetussuunnitelma

Paikallisesti päätettävää (LUKU 2.6)

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen Lestijärven kunnan esiopetuksessa.

Lestijärven esiopetuksessa pyritään edistämään liikunnallista elämäntapaa ja toimintakulttuuria monin eri tavoin. Lestijärven esiopetuksessa tavoitteena on tuoda liikkuminen ja fyysinen aktiivisuus osaksi oppitunteja, välitunteja ja koulumatkoja. Tavoitteena on, että oppilas oppii ymmärtämään liikkumisen merkityksen kokonaisvaltaisena elämäntaitona. Liikunnallisen elämäntavan tukemisessa voidaan hyödyntää muun muassa seuraavia keinoja:

- Oppituntien tauottaminen taukoliikunnalla.
- Vaihtelevat työskentelyasennot oppitunneilla.
- Toiminnalliset tunnit, joissa liike on tarkoituksenmukainen osa oppimista.
- Liikunnallisesti aktiiviset välitunnit mahdollisuuksien mukaan.
- Koulun lähiympäristön hyödyntäminen opetuksessa.
- Oppilaiden kannustaminen liikunnallisiin kerhoihin ja harrastuksiin.
- Leikkimieliset kilpailut tai liikunnalliset haasteet.
- Oppilaiden osallistamista suunnittelemaan ja toteuttamaan liikunnallista toimintaa.

Lestijärven esiopetuksessa seurataan, arvioidaan ja kehitetään liikunnallista elämäntapaa erilaisin keinoin. Liikunnallista elämäntapaa pyritään edistämään ja kehittämään yhteistyössä koulun ja koulun ulkopuolisten toimijoiden kanssa.

- Jokainen sitoutuu omalta osaltaan yhteisiin sääntöihin koskien liikunnallisen elämäntavan edistämistä.
- Liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteita ja niiden toteutumista arvioidaan säännöllisesti esimerkiksi vuosikellon avulla.
- Täytetään yhdessä liikkuvan koulun tarkistuslista vuosittain.
- Oppilaita osallistetaan liikunnallisen toimintakulttuurin suunnitteluun ja arviointiin.

- Pidetään huolta olemassa olevista liikuntavälineistä ja hankitaan uutta välineistöä tarpeen mukaan.