

Liikkuva koulu –kirje syyskuu 2023

Hyvää alkanutta lukuvuotta kaikki Kouvolan koulujen liikuntavastaavat! On tosi hieno ja tärkeä asia, että olet lähtenyt koulusi liikuntavastaavaksi tälle lukuvuodelle. Meitä on täällä Kouvolaassa muitakin ja yhdessä olemme enemmän! Siksi saat myös meiltä Kouvolan Liikkuva koulu -tiimiläisiltä säännöllisesti postia, johon kokoamme sinua, kouluasi ja Kouvola koskettavia liikunta-asioita. Ota tieto talteen ja hyödynnä sitä mahdollisuuksiesi mukaan. Ja muista, et ole yksin vaikka yksin vastaavana koulussasi toimititkin. Olemme täällä Sinua varten, joten ota yhteyttä, kun siltä tuntuu!

Tässä syksyyn liittyviä muistuteltavia asioita:

1. Liikkuvan koulun ja harrastamisen iltapäivä 18.10. kello 11:45-15:00 Mansikkamäen koululla.
TOIVOMME TÄNNE MUKAAN KAIKKI KOUVOLAN KOULUJEN LIIKUNTAVASTAAVAT!

Kyseessä on syksyn ykkösjuuttu! Tästä on infottu myös koulujen rehtoreita jo etukäteen, joten poissaolosi omasta koulusta pitäisi järjestyä!

Kymenlaakson yhteinen Liikkuvan koulun ja harrastamisen iltapäivä! - tilaisuus kasaa yhteen koulumaailman ja harrastamisen osaajia. Tilaisuudessa kuullaan ajankohtaiset kuulumiset, jaetaan osaamista ja keskustellaan kahvin äärellä. Tule mukaan edistämään aktiivista koulupäivää ja harrastamisen mahdollisuuksia!

Tilaisuudessa mukana myös Liikkuva koulu -ohjelma ja Harrastamisen Suomen malli.

Ajankohta: 18.10. kello 11:45-15:00

Paikka: Mansikkamäen koulu, Kouvola

Ohjelma:

11:45-12:00 **Tervetuloa!**

- Tutustumista Kouvolan Liikkuva koulu -tiimin liikuntavälineisiin liikuntasalissa

12:00-13:00 **Mansikkamäen koulun esittely ja koulukierros**

13:00-14:45 **Keskustelua ja verkostoitumista**

- Ajankohtaiset kuulumiset
- Liikkuvan koulu, johtava asiantuntija Kirsi Naukkarinen
- Harrastamisen Suomen malli, OPH koordinaattori Tarja Vartiainen
- Kymenlaakson Liikunta, Petteri Mäkelä
- Keskustelun teemoina
- kumppaniverkostot/ harrastusten järjestäjät
- vastuuopeverkosto/ hallinnointi
- pihasuunnitelmat/ olosuhteet
- yläkouluikäisten mukaan saaminen/ oppilaiden osallisuus

14:00 **Kahvit**

14:45-15:00 **Yhteinen lopetus/ koonti**

Hinta: maksuton

Ilmoittautuminen: alla olevalla linkillä **12.10.** mennessä.

Kohderyhmä: Tilaisuus on suunnattu kaikille, jotka ovat kiinnostuneita Liikkuvasta koulusta ja Harrastamisen Suomen mallista esim. Harrastamisen Suomen mallin kuntakoordinaattorit, Liikkuva koulu -koordinaattorit ja yhdysopettajat, harrastustoimintaa järjestävät yhteisöt kuten urheiluseurat, kulttuuritoimijat, nuorisjärjestöt sekä oppilashuollon työntekijät ja nuorisotyöntekijät.

Ilmoittautumislomake:

<https://www.kymli.fi/lapset-ja-nuoret/koulutukset/ggg/liikkuvan-koulun-ja-harrastamisen-i/>

2. Lainattavat välineet



Muistutuksena, että Liikkuva koulu ILMAINEN välinelainausta jatkaa totuttuun tapaan. Viimevuoden uutuuksena sirkusteluboxit (3kpl).

- tässä linkissä lista lainattavista liikuntavälineistä ja ohjeet lainaamiseen => [Lainattavat välineet \(peda.net\)](https://www.kymli.fi/lapset-ja-nuoret/koulutukset/ggg/liikkuvan-koulun-ja-harrastamisen-i/)
- Koriolla ei ole enää lainausvälineitä, vaan kaikki ovat nykyisin joko Mansikkamäen koululla tai Eskolanmäen koululla

3. Uusi kokoonpano

Lukuvuonna 2023–2024 Kouvolan Liikkuva koulu -tiimin kokoonpano on seuraava:

Tiimiä vetää Kaunisnurmen koulun rehtori Antti Lautala.

Muut tiimiläiset ovat:

Matti Saukko ja Sari Vääränen, Mansikkamäen koulu

Suvi Taimisto, Eskolanmäen koulu

Laura Mänttari, Kouvolan Yhteiskoulu

Petteri Mäkelä, Kymenlaakson Liikunta ry

Marika Peltonen, Kouvolan kaupungin liikuntakoordinaattori

Kia Ojanen, Kouvolan kaupungin kehittämisvastaava, kasvun ja oppimisen tuki

4. Hankeraha

Muistutamme yläkouluja Kouvolan kaupungille myönnetystä liikkuva koulu -kehittämisyavustuksesta. Avustus on käytettävissä 1.12.2022-31.12.2023 välisellä ajanjaksolla. Kehittämisyavustuksen tarkoituksena on tukea liikunnallisen toimintakulttuurin vahvistumista ja koronapandemiasta elpymistä **peruskoulujen vuosiluokilla 7.–9.** Keväällä kouluille koottu ohjeistus hankerahan hyödyntämisestä on liitteenä. Moni yläkoulu on käyttänyt hankerahaa viime keväänä osana liikuntapäivää esimerkiksi lasketteluun tai keilaamisen kustannuksiin.

5. Some



Kouvolan liikkuva koulu - tiimillä on Facebook-sivusto nimellä Liikkuva koulu Kouvola. Ryhmä on tarkoitettu liikkuva koulu –vastaaville. Ryhmässä jaetaan vinkkejä lk-toimintaan sekä tietoa ajankohtaisista koulutuksista ja kampanjoista. Vierellä olevan qr-koodin kautta pääset liittymään ryhmään.

Tämän lisäksi Instagramiin on perustettu 8/2023 tili kouvolaaliikkuvakoulu. Ota seurantaan! Kohderyhmänä on kaikkien liikkuva koulu toiminnasta kiinnostuneiden lisäksi se tärkein porukka eli lapset ja nuoret. Muistathan markkinoida tiliä nimenomaan nuorille – olemme yhteisellä asialla!

6. LIIKUNTAVINKKI

Viimevuoden tapaan lopetamme kirjeen liikuntavinkkiin. Move! -mittauksien innoittamana vinkkaamme yläkouluikäisille kohdistetusta Sisu-treenistä. Treenivideoissa on eritasoisia haasteita, joissa treenataan monipuolisesti koko kehoa: voimaa, liikkuvuutta ja taitoa. Löydät treenivideot ja haasteet täältä-> [Sisu-treenit - Liikkuva koulu](#)

Treenivideoiden lisäksi sivustolla on tarjolla myös Sisu-taukovinkejä. Niiden avulla saat toiminnallisuutta ja uusia ideoita katkaisemaan istumisjaksoja.

Lk-vastaavat, välitättehän tämän kirjeen sanomaa koulunne henkilökunnalle. Kirjeen voi esimerkiksi tulostaa opehuoneen ilmoitustaululle tai ottaa yhteisissä opekokouksissa käyttöön Liikkuva koulu kuulumiset -puheenvuoron.

Reipasta alkusyksyä kaikille!

- Kouvolaan liikkuva koulu -tiimi