

**Kontioniemen koulun
huoltajailta 15.9.2026**



Yhteisen osuuden ohjelma:

- henkilöstön esittely**
- kiusaamisen vastainen toiminta**
- Prokoulu**
- liikunnallisen elämäntavan edistäminen**



Kontioniemen koulun henkilökunta lv. 2026-2027

- 1.lk Sirkku Hämäläinen
- 2.lk Sanna Huovinen
- 3.lk Kaisu Purtola
- 4.lk Janne Salin
- 5.-6.lk Riitta Ikonen ja Elisa Kinnunen
(resurssiopettaja)
- erityisopetus: Jenni Kahelin
- englanninopetus: Anna-Kaisa Nykänen
- ohjaajat: Arja Viitanen, Antti Koponen,
Sammy Pylkki ja Karita Sotti

Tukipalvelut

- Kouluterveydenhoitaja Marjut Pigg
- Koulukuraattori Jaana Saharinen
- Koulupsykologi Anna Muhonen
- Laitoshuoltaja Henna Tsurkka
- Ruokahuolto Satu Nyman
- Kiinteistönhoitaja Petteri Tirkkonen

Kontioniemen koulun suunnitelma oppilaiden suojaamiseksi kiusaamiselta, väkivallalta ja häirinnältä

- Kaikki kiusaaminen, väkivalta ja häirintä ovat kiellettyjä ja niihin puututaan Kontioniemen koulussa viivytyksettä. Kontioniemen koulussa emme hyväksy väkivaltaa, kiusaamista tai häirintää missään muodossa. Kaikki koulun henkilöstön jäsenet ovat velvollisia puuttumaan välittömästi havaitsemaansa tai tietoonsa saamaansa väkivaltaan, kiusaamiseen tai häirintään.
- Kaikesta kiusaamisesta, väkivallasta ja häirinnästä ilmoitetaan viivytyksettä huoltajalle.
- Kontioniemen koulussa on käytössä kattava toimintamalli kiusaamisen, väkivallan, häirinnän sekä rasismien ja syrjinnän ennaltaehkäisyyn ja niihin puuttumiseen.
- Koulussa hyödynnetään KiVa Koulu- ja ProKoulu-toimintamalleja, säännöllisiä kyselyjä (koulun oma kiusaamiskysely kaksi kertaa lukuvuodessa ja KiVaKoulu-kysely keväisin) sekä moniammatillista yhteistyötä. Oppilaiden osallisuutta tuetaan esimerkiksi oppilaskuntatoiminnan ja kyselyiden avulla.
- Suunnitelma on kokonaisuudessaan nähtävillä koulun pedanet-sivuilla



1. KiVa Koulu® ja kiusaaminen
2. Ennaltaehkäisy
3. Kiusaamiseen puuttuminen
4. KiVa Koulu -ohjelman vaikutukset



***KiVa Koulu® ja
kiusaaminen***

Tavoitteet

- Kiusaamisen ennaltaehkäiseminen
- Kiusaamistapausten tehokas selvittäminen
- Kiusaamisen kielteisten vaikutusten minimointi





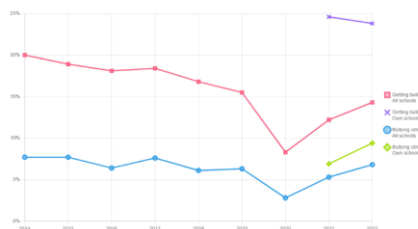
Julisteet



Opas
huoltajille

Oppilas- ja henkilökuntakyselyt ja raportit

Number of students who have bullied others or have been bullied themselves 2 or 3 times a month or more often



KiVa-
huomioliivit



KiVa-oppitunnit,
materiaalit ja pelit



KiVa-tiimi
kiusaamistapauksiin
puuttumiseen



Mitä kiusaaminen on?

- Tahallista pahan mielen aiheuttamista, joka
 - on toistuvaa
 - kohdistuu suhteellisen puolustuskyvyttömään lapseen tai nuoreen
- Kiusaamisen määrittelyssä keskeistä ei ole teon muoto (esim. sanallinen / fyysinen) vaan sen **tahallisuus** ja **systemaattisuus**
- Kiusattu lapsi tai nuori kokee yleensä **monenlaista** kiusaamista



Kiusaamisen muodot

- Useimmiten sanallista (pilkkaamista, nimittelyä)
- Epäsuora kiusaaminen (ryhmän ulkopuolelle sulkeminen, ilkeiden juttujen levittäminen) on melko yleistä
- Nettikiusaaminen on yleistynyt huimasti. Netissä kiusattuja kiusataan **lähes aina myös muilla tavoin.**
- Fyysinen kiusaaminen ei ole yhtä tavallista



Mitä kiusaaminen ei ole?

- Kiusaamisessa ei ole kysymys...
 - konfliktista
 - riidasta
 - tappelusta
- ... vaan alistussuhteesta, vallan tai voiman väärinkäytöstä

Ennaltaehkäisy

Kiusaaminen ei kosketa vain kiusaajia ja kiusattuja

- Suurin osa oppilaista ei hyväksy kiusaamista
- Kuitenkin nähdessään kiusaamista he asettuvat hiljaisiksi hyväksyjiksi, ja kiusaaminen siten jatkuu
- Vain harvat tukevat kiusatuksi joutuvaa oppilasta
- Kiusaamiseen liittyvät ryhmänormit edellyttävät usein, että kiusatun kanssa ei saa olla kaveri, häntä ei “kuulu” hyväksyä
 - Kiusatun asema ryhmässä muuttuu ajan myötä yhä huonommaksi
- Tärkeää saada kaikki lapset ymmärtämään, että jokaisen asenteella ja toiminnalla on merkitystä

Lopetetaan kiusaaminen yhdessä!

Oppituntien keskeisimmät tavoitteet

- Saada lapset ymmärtämään mitä kiusaaminen on ja mitä siitä voi seurata
- Saada lapset ymmärtämään ryhmän merkitys kiusaamisessa
- Lisätä empatiaa kiusattuja kohtaan
- Opetella keinoja tukea kiusattuja ja ottaa vastuuta siitä, ettei kiusaamista ryhmässä sallita



Mitä voit tehdä vähentääksesi kiusaamista?

1. Suhtaudu **vakavasti** ilmi tulevaan kiusaamiseen
2. Toimi **yhteistyössä** koulun kanssa
 - ilmoita kiusaamiseen liittyvästä huolesta
 - luota koulun kykyyn hoitaa asia
 - osallistu aktiivisesti koulun ja kodin yhteistyömuotoihin, esim. tapahtumat ja vanhempainillat
3. **Keskustele** lapsen/nuoren kanssa kiusaamisesta, vaikka tämä ei itse olisikaan kiusattu eikä kiusaisi toisia
 - rohkaistaan lapsia/nuoria olemaan menemättä mukaan kiusaamiseen, tukemaan kiusattuja ja kertomaan kiusaamisesta aikuisille!
 - kysellään luokan ilmapiiristä; onko lasta kiusattu, onko hän huomannut kiusaamista, otetaanko kaikki mukaan porukoihin jne...

Seurantatutkimusten perusteella tiedetään, etteivät lapset ja nuoret välttämättä itsestään ”kasva eroon” kiusaamisesta. Kiusaaminen ei siis lopu itsestään, vaan **lapsilla, jotka kiusaavat muita toistuvasti, on suurempi riski kehittyä aikuisiksi, jotka ovat taipuvaisia aggressiiviseen ja väkivaltaiseen käyttäytymiseen.**

Kodin asenteet heijastuvat koulun kiusaamisen vastaisen työn **onnistumiseen.**

Kiusaamiseen puuttuminen

1. KiVa-tiimi

- Puuttuu esille tuleviin kiusaamistapauksiin yhteistyössä kiusatun oppilaan luokanopettajan kanssa

2. Onko kyseessä kiusaamistapaus?

- Kun koululle tulee tieto tai epäily kiusaamisesta, tiedon saanut aikuinen
 - kerää tarvittavat taustatiedot
 - ohjaa tapauksen KiVa-tiimille, jos kyseessä kiusaaminen

3. Keskustelut

- **KiVa-tiimi**: selvittämiskeskustelut kiusaajan/kiusaajien ja kiusatun kanssa
- **Luokanopettaja**: keskustelu muutaman sosiaalisesti taitavan luokkatoverin kanssa: ”Teidän apuanne tarvitaan!”
- Seurantakeskustelut kiusaajan/kiusaajien sekä kiusatun kanssa

4. Yhteistyö huoltajien kanssa

- Huoltajia informoidaan aina tiimin käsiteltävinä olleista tapauksista.
- Yhteyttä otetaan vasta, kun keskustelu oppilaan kanssa on käyty
 - Lapsille/nuorille halutaan antaa tilaisuus ensin itse kertoa tapahtuneesta ilman huoltajien puuttumista tilanteeseen.
 - Myös kiusatun kotiin täytyy aina ilmoittaa kiusaamisesta ja lapsen/nuoren osallistumisesta keskusteluun.
- Tarpeen mukaan huoltajat voidaan kutsua koululle selvittämään asiaa, tämä ei kuitenkaan tapahdu rutiininomaisesti kaikissa tapauksissa
 - lapsille/nuorille itselleen annetaan ensin tilaisuus muuttaa käyttäytymistään

Mitä tapauksia ei ohjata KiVa-tiimille

- Esimerkiksi:
 - Konfliktit ja riitatilanteet
 - Erimielisyydet, väärinymmärryksistä johtuvat mielensä pahoittamiset
 - Yksittäiset kiusaamistapaukset (teko on harmillinen ja tahallinen, mutta se on tapahtunut vain kerran)
- sen sijaan koulun omat riitatilanteiden toimintamallit, esim. kasvatuskeskustelu

prokowlu



- Tutkittuun tietoon perustuva toimintamalli
- Tarkoitus ehkäistä käyttäytymisen haasteita
- Tehdään näkyväksi se, millaista hyvän käytöksen toivotaan olevan



1. Käytöksen ohjaaminen yhdessä
2. Tavoitteiden muotoilu
3. Toimintaohjeet käyttäytymisodotuksista
4. Toivotun käyttäytymisen opettaminen
5. Positiivinen palaute & palkitseminen
6. Yhteiset keinot ei toivottuun käyttäytymiseen (PKS)
7. Ylläpito, kehittäminen ja seuranta

Kuuntelen aikuisen
antaman ohjeen ja toimin
sen mukaisesti.



Ohjeiden kuuntelu

- hiljennyn
- katson puhujaa
- laitan tavarat
syrjään
- kysyn lopuksi

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen Kontioniemen koulussa

15.9.2026

REIPASTA
JA RASITTAVAA
LIKKUMISTA VÄHINTÄÄN

TUNTI PÄIVÄSSÄ

7-17-vuotiaan
lapsen ja nuoren liikumissuosittus



PYSY VIRKEÄNÄ

Tauota runsasta ja pitkä-kestoista paikallaanoloa.



PARANNA KESTÄVYYTTÄ

Nosta reilusti sykettä ja hengästy.

3 krt
viikossa



VAHVISTA LIHAKSIA JA LUUSTOA

Huomioi notkeus, tasapaino ja ketteruus.

3 krt
viikossa



LISÄÄ HYVÄÄ OLOA

Liiku aina kun voit. Täydennä liikunta-harrastuksia arjen liikkumisella.



PALAUDU PÄIVÄSTÄ

Nuku riittävästi. Anna aivoille aikaa jäsentää ajatuksia ja rakentaa uutta.



Perusopetuslain 2 § 2 momentti

Opetuksen tavoitteet

Opetuksen tulee edistää sivistystä ja tasa-arvoisuutta yhteiskunnassa, oppilaiden edellytyksiä osallistua koulutukseen ja muutoin kehittää itseään elämänsä aikana. Esi- ja perusopetuksen tulee lisäksi edistää liikunnallista elämäntapaa.

Liikunnallisen elämäntavan säännöksen tavoitteena on

- **edistää** lasten ja nuorten **liikkumista** esiopetuksen ja perusopetuksen aikana
- **tukea** ja parantaa lasten ja nuorten kokonaisvaltaista **hyvinvointia**
- **vahvistaa liikunnan merkitystä** esiopetuksen ja peruskoulujen **toimintakulttuurissa** ja kokonaisvaltaisena elämäntaitona.

Lakimuutoksen taustalla



Lasten ja nuorten liikkumisen nykytilanne

Liikkumisen määrässä on eroja, ja osa oppilaista ei vielä saavuta riittävää päivittäistä aktiivisuutta. Lakimuutos luo yhteisen suunnan ja tukee tasa-arvoisia mahdollisuuksia liikkua.

Koulupäivän aikaisen liikkumisen hyödyt

Liikkuminen vahvistaa vireyttä, keskittymistä, oppimista ja mielen hyvinvointia. Kun liike tuodaan osaksi koulupäivän rakenteita, sen vaikutukset näkyvät oppimisessa, työrauhassa ja hyvinvoinnissa

Rakenteet ja ohjaavat asiakirjat

Lakikirjaus ja päivitetyt OPS-linjaukset vahvistavat yhdenvertaisuutta ja auttavat juurruttamaan toimivat käytännöt pysyviksi. Rakenteellinen kirjaaminen selkeyttää tavoitteet ja tukee pitkäjänteistä kehittämistä.

Liikkuva koulu-toiminta

on toimiva ja laajasti käytössä, ja se on jo vahvistanut koulun toimintakulttuuria kohti aktiivista arkea. Lakimuutos auttaa juurruttamaan nämä ratkaisut pysyviksi ja tukee niiden pitkäjänteistä kehittämistä

Koulupäivän aikaisen liikkumisen hyödyt



40 %

vähän liikkuvan lapsen reippaasta liikunnasta tapahtuu koulupäivän aikana.¹



Aktiivinen osallistuminen välituntiliikuntaan oli positiivisesti yhteydessä oppilaiden vertaissuhteisiin koulussa.²

94 %

koulujen henkilöstöstä kokee koulupäivän aikaisen liikkumisen edistävän kouluviihtyvyyttä.³

89 %

89 % koulujen henkilöstöstä on sitä mieltä, että liikkuminen on hyvä keino edistää oppilaiden yhteisöllisyyttä ja ryhmäytymistä.³

79 %

koulujen henkilöstöstä kokee Liikkuva koulu -toiminnan tukevan oppilaiden osallisuutta.³

88 %

koulujen henkilöstöstä kokee oppilaiden välituntiliikunnan edistävänä työrauhaa.³

¹Tammelin ym. 2015, ²Haapala 2017, ³Rajala ym. 2024



Tutkimustulokset liikkumisen ja oppimisen yhteydestä osoittavat, että liikkumista on tarkoituksenmukaista lisätä rakenteisiin ja toiminnan sisältöihin perusopetuksessa.

Liikkuminen oppitunneilla edistää oppimista



Lyhytkin liikuntatuokio vilkastuttaa aivojen verenkiertoa ja lisää niiden aktivaatiotasoa. Se kohottaa vireystilaa ja parantaa mielialaa, mikä helpottaa keskittymistä ja lisää motivaatiota tehtävien tekemiseen. ^{1,2,3,4}



Toiminnallinen liikkumista sisältävä opetus ja taukoliikunta oppitunneilla edistävät oppimistuloksia, tehtäviin keskittymistä ja oppitunneilla viihtymistä. Tämä lisää kiinnittymistä opetettavaan asiaan. ^{4,5,6,7,8}

75 %

koulujen henkilöstöstä kokee, että **Liikkuva koulu -toiminta tukee oppilaiden oppimista.** ⁹

36 %

kouluista on **sopinut käytännöistä**, joilla istumisjaksot katkaistaan oppitunneilla. ¹⁰



¹Hilman ym. 2019, ²Fogarty ym. 2023, ³Ekkekakis ym. 2005, ⁴Syväoja ym. 2024, ⁵Norris ym. 2020, ⁶Bedard ym. 2019, ⁷Daly-Smith ym. 2018, ⁸Watson ym. 2017, ⁹Rajala ym. 2024, ¹⁰Hakonen ym. 2025



Koulumatkat

Omin voimin
kouluun eli
koulumatkat
kävellessä tai
pyörällä



Välitunnit

Välineitä käytössä
Yhteiset pelit
Pelivuorot
Kaikki liikkuvat



Oppitunnit

Tavarat haetaan itse
Toiminnalliset tehtävät
Liikuntavälikalat
Aivojumpat



Teemapäivät ja retket

Lomalle lomps
Hiihtolomalle humps
Mestareiden liiga
Kunnan urheilukilpailut