



Olisitko sinä yhdessä muiden samanhenkisten kanssa hyvinvoinnin ja liikunnan iloa ja levittävä Karhulan lukion liikuntatutor?

Liikuntatutoreiksi haetaan **aktiivisia, hyvät sosiaaliset taidot omaavia ykkös- ja kakkosvuosikurssin opiskelijoita**, jotka ovat kiinnostuneita liikunnallisemman opiskeluarjen, opiskeluhyvinvoinnin ja yhteisöllisen aktiivisuuden suunnittelusta ja toteuttamisesta sekä muiden innostamisesta näissä teemoissa.

**Hyvinvointivalmentaja Sanna Holopainen** koordinoi toimintaa ja yhdessä liikuntatutortiimin kanssa suunnittelee lukuvuoteen ohjelmaa, joka edistää lukiolaisen aktiivista arkea, hyvinvointia ja oman koulun yhteisöllisyyttä. Viestintää varten voidaan avata esim. Liikkuvaopiskelu Kalu-IG tili, jota tutorit päivittävät. Sisältönä on monipuolisesti erilaisia hyvinvointiin, liikkumiseen ja arkiaktiivisuuteen ohjaavia haasteita, tempauksia ja tapahtumia sekä mahdollisesti säännöllisempiä aktiivisuusvirikkeitä.

Työelämässä tarvittavien taitojen lisäksi aktiivisesta lukuvuoden liikuntatutor-toiminnasta saa **2 op opintojakson vapaavalintaisiin opintoihin. Kakkosvuoden** liikuntatutor voi myös suorittaa lukion TET-harjoittelun ”Liikunta-TETtinä liikuntaseurassa tai liikuntayrityksessä.

Kerätkää yhteen hiileen puhaltava pienryhmä ja ilmoittakaa kiinnostuksenne pikaisesti ja viimeistään **15.3. mennessä**: [sanna.sirola@kotka.fi](https://kotka.inschool.fi/messages/433316#OnlyHTTPAndHTTPSAllowed). Erilainen kurssisuoritus ilman tenttejä odottaa…