

4.2.3 Liikunnallisen elämäntavan edistäminen

Tavoitteena on vahvistaa lasten ja nuorten liikunnallista elämäntapaa koulupäivän aikana ja sen ulkopuolella, edistää 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 koulu yhteisön 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. Koulupäivän ulkopuolella liikunnallista elämäntapaa voidaan edistää 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.

Naantali

Lisäys kohtaan ”4.5 paikallisesti päätettävät asiat”

Liikunnallista elämäntapaa edistetään toiminnallisilla opetusmenetelmin, mahdollistamalla liikunnallinen aktiivisuus päivittäisenä osana koulupäivää, korostamalla kasvatuksellisin keinoin liikunnan vaikutusta ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin sekä kannustamalla oppilaita aktiiviseen liikkumiseen koulupäivän ulkopuolella.

Liikunnallisen elämäntavan edistämisen toteutumista seurataan, arvioidaan ja kehitetään vuosittain osana koulujen/yksiköiden lukuvuosisuunnitelmatyötä.