

Osallisuuden helmet



Opiskelijat mukaan edistämään liikkumista ja hyvinvointia oppilaitoksissa



Yhteisöllinen opiskeluhuoltoryhmä

Liikkumisen merkitys opiskelukyvyyn edistäjänä tunnetaan ja siksi se on osa yhteisöllistä opiskeluhuoltoa.

Koko oppilaitoksen henkilöstöllä on vastuu liikkumisen edistämisestä ja toiminnan on tärkeä vastata opiskelijoiden tarpeita.

Varmistakaa, että opiskeluhuoltoryhmään on pyydetty opiskelijajäsen mukaan.

Opiskelijakunta ja tutorit mukana hyvinvoinnin edistämisessä

Opiskelijakunnan on mahdollista tuoda opiskelijoiden ehdotuksia hyvinvoinnista oppilaitoksen johdolle.

Tutoreilla on tärkeä vertaisrooli edistää opiskelukykyä, hyvinvointia ja liikkumista.

Huomioikaa tutortoiminnassa liikkumisen edistäminen.

Palveluiden kehittäminen yhdessä

Olemassa olevan tiedon hyödyntäminen ja opiskelijoiden osallistaminen palveluiden suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa.

Kootkaa kaikki palvelut yhdeksi selkeäksi kokonaisuudeksi.

Opiskelijoiden toiveet ja tarpeet näkyväksi

Henkilöstöllä on keskeinen rooli tukea ideointia, niin että kaikki huomioidaan.

Kysykää, mitä opiskelijat haluavat.

Ideapostilaattikkoon jokainen voi matalalla kynnyksellä ehdottaa toimintaa.

”Hei, mitä kuuluu?” Läsnäoleva kohtaaminen

On tärkeää luoda turvallinen ilmapiiri, jossa opiskelija saa aidosti olla oma itsensä.

Henkilöstöllä on aikaa kuunnella ja kohdata opiskelija.

Kysykää opiskelijoilta kuulumisia.

Kannusta erilaisiin opiskeluasentoihin

Välineiden käytössä kaivataan aluksi ohjausta ja ohjeistusta, jotta niitä käytetään ja ne muodostuvat rutiineiksi.

Ohjatkaa ja kannustakaa opiskelijoita käyttämään vaihtoehtoisia opiskeluasentoja, kuten seisomapöytää tai jumppapalloa.

Kokeilkaa uutta ja nähkää mahdollisuudet toiminnallisuuteen

Uskaltakaa kokeilla opetuksessa jotain uutta opiskelijoiden kanssa.

Nähkää mahdollisuudet toiminnallisuuteen oppilaitoksen ympäristössä.

Haasteet ja kampanjat kannustavat yhdessä tekemiseen.

Vaihtakaa oppimisympäristöä tai tehtävätyyppejä opetuksen aikana.

Yhteiset liikkumisen mahdollisuudet

Kaikilla on yhdenvertaiset mahdollisuudet liikkua.

Kirjatkaa yhteiset pelisäännöt ja ohjeet tilojen ja välineiden käyttöön.

Viestikää niistä monikanavaisesti.

Viestinnällä toiminta näkyviin

Mitä kaikkea on tarjolla? Toiminnasta ja palveluista viestissä on hyvä pohtia:

- Kenet haluamme viestillä tavoittaa?
- Millainen viesti puhuttelee kohderyhmää?
- Mikä on paras viestintäkanava tavoittamaan kohderyhmän?

Ilmoitustaulu, kuulutukset ja luokissa tiedottaminen tavoittavat hyvin opiskelijoita.

Yhteistyössä

Lappeenrannan Lyseon lukio

Oulun Suomalaisen Yhteiskoulun lukio

Savon ammattiopisto

Turun ammatti-instituutti

Varkauden lukio

Likes
by jamk

LIVE LAUGH
*Liikkuva
opiskelu*
LOVE LEARN

OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ