



maksuton

Liike ja toiminnallisuus osaksi opetusta

-koulutus toisen asteen opettajille

Tavoite

Saada tietoa ja ideoita, miksi ja miten lisätä liikettä ja toiminnallisuutta oppitunneille. Saada kipinä lisätä liikettä ja toiminnallisuutta omaan opetukseen.

Sisältö

Tiivis alustus perustelee, miksi aihe on tärkeä ja miksi se koskettaa jokaista: liikkeen ja toiminnallisuuden lisäämisellä ei pelkästään edistetä opiskelijoiden terveyttä vaan myös oppimisen edellytyksiä ja yhteisöllisyyttä. Työpajassa pohdintaa ja yhteistä ajatustenvaihtoa harjoitetaan toiminnallisesti, samalla erilaisista toiminnallisista työtavoista esimerkkiä saaden.

Kesto

1–4 tuntia mahdollisuuksien mukaan. Pidemmällä ajalla kerkeää monipuolisemmin käymään läpi ajatuksia ja kokeilla erilaisia toiminnallisia työskentelytapoja.

Koulutukseen osallistuneille esitettyjä kysymyksiä ja heidän vastauksiaan

Kun liikutamme kaikkia, liikutamme myös niitä, jotka liikkuvat hyvin vähän. Juuri näiden opiskelijoiden tavoittaminen on erityisen tärkeää.

Mitä ajatuksia sinussa herää roolisi opiskelijoiden liikuttajana?

- Merkityksellinen rooli. Mahdollisuus motivoida opiskelijaa liikkumaan myöhemminkin.
- Rooli on erittäin tärkeä koska voi olla, että olen ainoa liikuttaja.
- Haluan olla aktiivinen siinä.
- Liikkumisen ujutaminen normi koulupäivään, se ei tarvitse olla big deal. Haluan löytää sellaisen tavan innostaa nuoria, mikä ei ole liian "päällekkävyä".
- Esimerkkinä toimiminen, myös omasta hyvinvoinnista huolehtiminen.
- Innostajan rooli, esimerkin näyttö.

Mitä uutta olet oppinut tai oivaltanut tämän työpajan aikana?

- Pienikin liikunta edesauttaa hyvinvointia.
- Oppimisen iloa
- Liikunta on tärkeää! Ei ehkä uutta, mutta muistuttaa liikkumisen hyödyistä.
- Että koululiikuntaan saa ja pitää panostaa!
- Uusi kiva sovellus. Tätä voi hyödyntää jatkossakin.
- Liikunta virkistää mieltä!

smartmoves.fi

Ota yhteyttä

Olga Kilkki

Smart Moves -hankekoordinaattori
olga.kilkki@ukkinstituutti.fi

