



Liikkuuko oppilaitoksesi kohti yhteisöllisyyttä?

SAKU ry 75 vuotta -juhlaseminaari
19.9.2024

Pekka Tiitinen, johtava asiantuntija, Liikkuva opiskelu (pekka.tiitinen@oph.fi)
Saara Koskinen, asiantuntija, Jamk, Likes (saara.koskinen@jamk.fi)

Sisältö

Liikkumalla



Lisää



Yhteisöllisyyttä



Mitä yhteisöllisyys on?



LIVE LAUGH
Liikkuva
opiskelu
LOVE LEARN

TAUKOTARRA
Aktiivinen ja hyvinvoiva korkeakoulu

5
minuuttia
LIIKUSKELEMAANI!

Liikkumattomuus

Hyvinvoinnin vaje

BUDJETTI

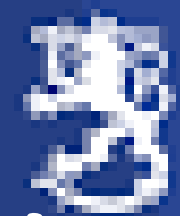
2024

Yhteisöllisyys

Opiskeluhuollon
kehittäminen

Opetus/oppiminen

Oppimisen tuki



VALTIONEUVOSTO
STATSRÅDET



LIVE LAUGH
Liikkuva
opiskelu
LOVE LEARN

Enintään tunnin viikossa vapaa-ajalla hengästyttävästi liikkuvat

(Kouluterveyskysely 2023)

- Pojat 35,7%
- Tytöt 45,9%



Vähintään tunnin päivässä liikkuvien osuus


(Kouluterveyskysely 2023)

- Pojat 20,4%
- Tytöt 13,4%



Liikkuva opiskelu -toiminnan tavoitteena on toimintakulttuurin muutoksella lisätä liikkumista ja opiskelukykyä toisella asteella ja korkeakouluissa.





Kun hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä edistetään liikkumisen keinoin, pitää pohtia tarkasti, mikä on paras tapa eri kohderyhmille.



LIVE LAUGH
Liikkuva
opiskelu
LOVE LEARN



Kriittiset menestystekijät

Ohjaavat asiakirjat

Opiskeluhoitosuunnitelma

Pedagoginen linjaus





Oppilaitos

Yhteisöllinen opiskeluhoolto
ensisijaista, ehkäisevää

Yksilökohtainen opiskeluhoolto
ehkäisevää, tukea antavaa

12

Opiskeluhooltoryhmä



Opiskeluhooltopalvelut

Opiskeluterveydenhuolto, psykologi- ja kuraattoripalvelut

Monialainen
asiantuntijaryhmä

Erityisoppilaitoksissa
järjestettävät sosiaalipalvelut



Yhteisö

Rakennetaan osallisuutta, hyvinvointia
ja terveyttä tukevaa toimintakulttuuria
liikkumisen keinoin

- Liikkuvan elämäntavan näkyväksi tekeminen ja siihen kannustaminen
- Liikkumisen puheeksi ottaminen
- Opintoihin integroitu liikkuminen
- Opiskelijalähtöinen toiminta esim. liikunta-/hyvinvointitutorointi, oppilas- ja opiskelijakuntatoiminta
- Opiskelupäivän tauoilla tapahtuva toiminta
- Tapahtumat, lajikokeilut ja muu ryhmätoiminta mm. seurayhteistyö
- Henkilöstön osaamisen vahvistaminen



Ympäristö

Luodaan hyvinvointia tukevia
rakenteita, jotka mahdollistavat
yhdenvertaisen liikkumisen
opiskelupäivän aikana

- Aktiiviset opiskelumatkat
- Aktiivisuuteen kannustava opiskeluympäristö
- Toiminnalliset opetusmenetelmät
- Aktiiviset tauot
- Liikuntatilojen ja välineiden vapaa käyttö



Yksilöllinen tuki

Tarjotaan yksilöllistä
tukea liikkumiseen

- Liikkumisen ammattilainen osana opiskeluhooltoryhmää
- Liikkumisen puheeksi ottaminen
- Vertaistuellinen pienryhmätoiminta
- Omaehtoiseen liikkumiseen ja arkiaktiivisuuteen kannustaminen
- Liikuntaneuvonta ja -ohjaus

mieli
LIIKKEELLE

LIVE LAUGH
Liikkuva
opiskelu
LOVE LEARN

Liikkumalla lisää yhteisöllisyyttä.

LIVE LAUGH
Liikkuva
opiskelu
LOVE LEARN



kiitos!

WWW.LIIKKUVAOPISKELU.FI

