

Move!:sta on moneksi – kuntaesimerkki Kouvola

Move!-mittausten 2019 tulosten julkistamistilaisuus 12.12.2019

Rehtori Antti Lautala

Liikuntapäällikkö Teemu Mäkipaakkanen



Kouvolan Liikkuva koulu -rakenne

Alueellinen LK-koordinointi

AVI, Kymli,

Alueen LK-toiminnan edistäminen, tukee LK-toimintaan, mentoroi ja kouluttaa opettajia, ohjaajia ja oppilaita.

Valtakunnallinen LK-verkosto

Opetushallitus, AVI, kunnan koordinaattori

Suunnittelee, kehittää ja koordinoi valtakunnallista Liikkuva koulu-ohjelmaa, tapahtumia ja koulutuksia

Move!-ohjausryhmä

Kouluterveyshuollon kanssa koordinoitu, moniammatillinen ryhmä

Move!-toiminnan arviointi ja kehittäminen

Kouvolan LK-tiimi

Perusopetuksen rehtori, 3 opettajaa, Kouvolan ja Kymliin liikuntakoordinaattorit

Suunnittelee, kehittää ja järjestää alueellista toimintaa LK-kirjeet ja Peda.Net-sivusto

Kouvolan liikunnan hankkeiden ohjausryhmä

Rehtorit perusopetus ja lukio, Kymliin edustaja, kouluterveyshuollon edustaja, Kouvolan liikuntapäällikkö ja -koordinaattori, nuorisopalvelujen edustaja ja varhaiskasvatuksen liikuntakoordinaattori

LK-toiminnan ohjaus ja yhteisten linjausten ja tapahtumien sopiminen

Koulun LK-yhteyshenkilö

Rehtori johtaa koulun LK-toimintaa

Opettajia ja ohjaajia

LK-toiminnan kehittäminen, ohjaaminen ja koordinointi ja tapahtumien järjestäminen

Koulun LK-tiimi

Move!-mittaukset

Tiimi- tai liikuntapäivämallilla Liikuntatunnilla

Opettajia, ohjaajia, Xamkin opiskelijoita, terveydenhoitajia, nuoristyöntekijöitä, Kymli ym.

Move-ohjausryhmä

- (Perusopetuksen hallinnosta palvelualueen esimies)
- Perusopetuksen rehtori
- Perusopetuksen liikunnanopettaja(t)
- Kouluterveydenhuollon ylilääkäri
- Kouluterveydenhuollon palveluesimies (aiemmin osastonhoitaja)
- Liikuntapäällikkö
- Liikuntakoordinaattori
- Liikunnanohjaaja
- Koulujen nuorisotoimen koordinaattori
- Kymelin edustaja



Move! -avain yhteiseen päämäärään

- Moniammatillinen työryhmä kokoontui pohtimaan Kouvolan Move!-mittaustuloksia keväällä 2017.
- Perustettiin moniammatillinen Move!-ohjausryhmä.
- Syksyllä 2017 kouluille jaettiin Move!-kansiot helpottamaan mittausten tekemistä.
- Vanhemmille lähetettävien tulosten yhteydessä jaetaan tietoa liikuntapalvelut palvelutarjonnasta
- Move! -ohjausryhmä suunnitteli täsmennetyn Move! -toimintamallin Kouvolan omaksi työkaluksi syksyllä 2017.
- Keväällä 2018 koulutettiin opettajat, rehtorit, koululääkärit ja -terveydenhoitajat ja muut Move! –sidosryhmät toimintamallin käyttöön, käytiin läpi aikaisemmat Move!-tulokset ja jaettiin hyviä käytänteitä.
- Keväällä 2019 koulutettiin lisää opettajia täydennyskoulutuksena
- Keväällä 2020 yhteiskoulutus: perusopetus ja kouluterveydenhuolto



Kouvolan kaupunki / MOVE!-kansion sisältö

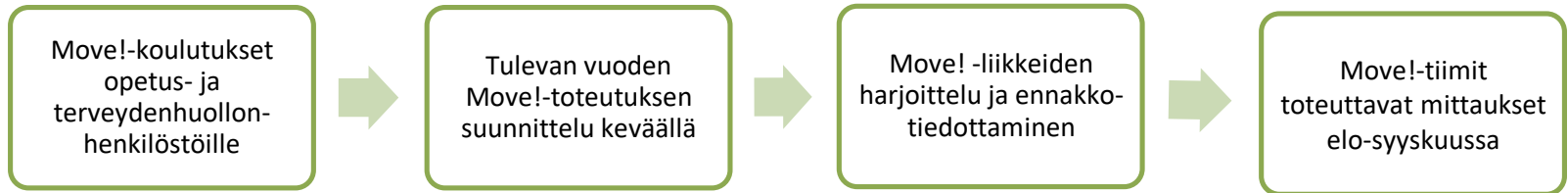
- Kouvolan MOVE! -toimintamalli
- Kouvolan MOVE! -tiimimallin esimerkki / alakoulu
- Kouvolan MOVE! -päivämallin esimerkki / yhtenäis- ja yläkoulu
- Opetushallituksen MOVE!-sivustolta kopioitu materiaali:
 - Tarvittavat välineet toimintapaikoittain
 - Mittauksiin valmistautuminen
- Mittausten suorittaminen
- Ohjeet (sis. alkuverryttelyn) ja kuvat eri toimintapaikoille
- Henkilökohtaiset tuloslomakkeet
- Opettajan ryhmäkohtainen tuloslomake
- Peruskoululaisten fyysisen toimintakyvyn mittaristo / opettajan käsikirja
- MOVE!-vertailuarvot 4.-9. luokkien tytöille ja pojille
- Liito ry:n MOVE!-mittausten harjoituspaketti
- Kolme erilaista tapaa toteuttaa MOVE!-mittaukset / Liito ry
- Kouvolan kaupungin oma lisäsivu jaettavaksi MOVE!-mittausten yhteydessä (terveydenhoitaja)
- Usein kysytyjä kysymyksiä –moniste



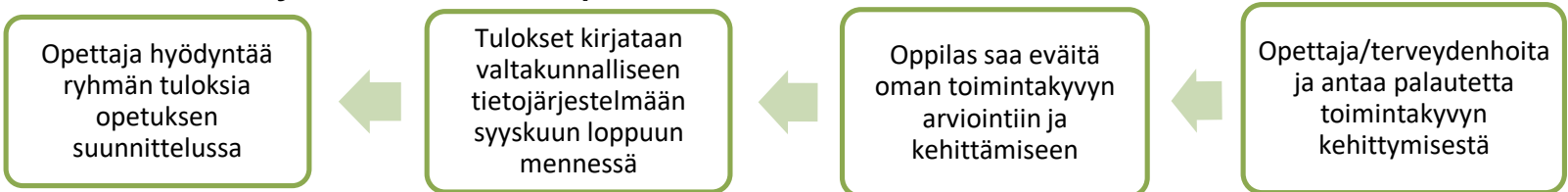
Jokaiselle Kouvolan peruskoululle on jaettu samanlainen kansio. Kansiota voidaan täydentää sekä yhteisesti että koulun toimesta omilla materiaaleilla.

Kouvolan Move! -toimintamalli

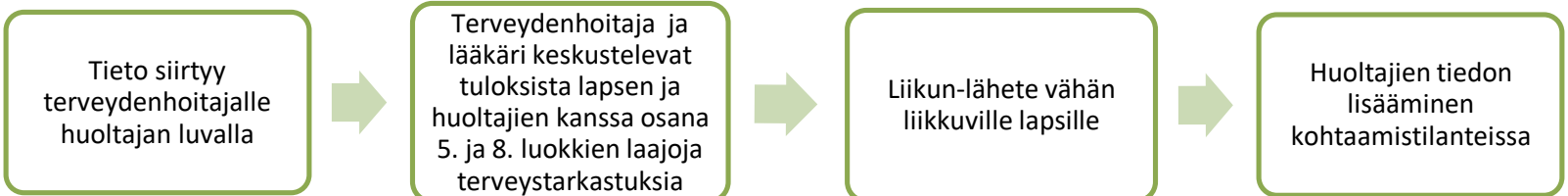
Move!-mittausten suorittaminen



Tulosten siirtyminen toimenpiteisiin



Oppilaan toimintakyvyn edistäminen



Move!-tulosten hyödyntäminen yhteisössä



Toimenpiteitä kouluterveydenhuollossa

- Uusille työntekijöille Move-ohje ja kerran vuodessa mahdollisuus osallistua kaupungin järjestämään Move-koulutukseen
- Move-esite vastaanotoille (Move-kuvat) ja vinkkejä liikunnan ja hyvinvoinnin puheeksi ottoon ja kaupungin liikuntatarjontaan
- Ohje Move-tuloksen kirjaamiseen potilastietojärjestelmään
- Ohje liikunnanohjaajalle lähettämiseen
- Nimetty Move-vastaava terveydenhoitaja ja lääkäri
- Terveydenhoitajien osallistuminen kouluilla Move-suunnitteluun, mittauksiin ja seurantaan



Toimenpiteitä koulun arjessa

- Move! -mittaukset tiiminä, Move!-mittausten suunnittelu, harjoittelu ja aikatauluttaminen jo keväällä.
- Tulosten käsittely opetus- ja oppilashuoltohenkilöstön kanssa ja toimenpiteen koulun suunnitelmiin (yhteisöllinen oppilashuoltotyö, oppilashuoltosuunnitelma, koulun toimintasuunnitelma esim. kokonaisvaltainen hyvinvointi lukuvuoden teemana).
- Koulupäivän rakenteen suunnittelu ja yhdenmukaistaminen sekä harrastustoiminnan lisääminen osaksi koulupäivää.
- Kehonhuoltovälitunnit liikkuvuuden parantamiseksi.
- Suunnitteilla Move! -mittausten toteuttaminen 7., 8. ja 9. luokalla => tulosten kokoaminen yläkoululaisen kuntokorttiin, jonka avulla edistystä voidaan seurata yhdessä nuoren kanssa.
- Hankittu 50 aktiivisuusmittaria oppilaille mittausten tueksi



Aktiivisen koulupäivän tukeminen

- Liikkuva koulu avustuksessa painopisteenä on ollut Move! – mittaustulosten hyödyntäminen koulun arjessa vuodesta 2017 lähtien
- Liikkuva koulu -yhdyshenkilöiden tukeminen liikunnan aktivoijana
=> Säännölliset koulutusmuotoiset tapaamiset 2 krt / lukuvuosi
- Nuorisopalvelut tarjoavat aktivoivaa toimintaa koulun arjessa ja vapaa-ajalla.
- Kolmas sektori (KymLi) mukana toimintakykyä edistävän arjen kehittämisessä ja toteuttamisessa.
- Terveystieteiden opiskelijat, kaupungin liikunnanohjaaja, seurat ym. sidosryhmät mukana Move! -mittauksissa.



Mitä ongelmia Move! -mittausten toteuttamisessa ja tulosten hyödyntämisessä on havaittu?

- Henkilöstön vaihtuminen aiheuttaa haasteita, tieto hyvistä toimintamalleista ei aina siirry tehokkaasti
- Tuloslomake ei palaudu koululle terveystarkastukseen => käytön lupa oppilastietolomakkeeseen!
- Osa testiliikkeistä on vaikeita tehdä ja arvioida
- Testien ajankohta alkusyksyssä
- Koululääkärien aikataulut tiukkoja, kaikki mittaustulokset eivät ole koottuina laajojen terveystarkastusten alkaessa
- Huoltajat eivät ole kiinnostuneita Move!-sta
- Tulosten hyödyntäminen kouluissa vaihtelee



Mikä on vaikuttanut Move-toiminnan käynnistymisen onnistumiseen Kouvolassa ?

- Innokkaat, innovatiiviset ja sitoutuneet työntekijät, joilla usko Moveen ja liikuntaan lasten parhaaksi
- Toiminnan suunnittelun aloitus oikea-aikaisesti
- Sopivan kokoinen Move-ohjausryhmä
- Yhdessä tekeminen ja toisilta oppiminen
- Konkreettiset toimenpiteet, koulutus ja ohjeet
- Selkeiden toimintamallien jalkautus kouluissa
- Säännölliset kokoontumiset
- Jokainen ryhmäläinen alkoi toteuttaa liikuntaa omalla sektorilla Moven innoittamana



Ihmeen
hieno
Kouvola®