

NUORTEN AKATEMIA

A photograph of four teenagers walking on stone steps outdoors. From left to right: a girl in a blue hoodie with 'LOUISVILLE COLLEGE TEAM' text, a boy in a blue quilted jacket over a striped shirt, a girl in a black jacket over a red 'UCLA' t-shirt, and a girl in a pink top. They are all looking towards the camera. The background shows green trees and a clear sky.

**LUKIOLAISET
LIIKUTTAVAT
YLÄKOULULAISIA**

www.omavalinta/materiaalit



”Liikettä ja
työelämä-
valmiuksia!”

Lukio-yläkouluyhteistyön tavoitteena on saada lukiolaiset liikuttamaan peruskoululaisia ja siten tarjota lukiolaisille työelämävalmiuksia.

Toimintamalli on todettu hyväksi muun muassa Sveitsissä, missä lukioikäiset vetävät säännöllisesti kerhotoimintaa koulupäivän aikana nuoremmille oppilaille osana opintojaan.

Tempauksilla saadaan lisää liikettä koulupäivään.

- ✓ Lisää liikettä koulupäivään
- ✓ Lukiolaisille työelämävalmiuksia
- ✓ Lukio-yläkouluyhteistyö

MITÄ JA MITEN?

Välituntiliikunta voi olla esimerkiksi jalkapallon pelaamista, tanssia välituntidiscossa ja temppuilua temppuradalla.

Lukiolaisista kootaan oppilasryhmä, joilta löytyy halukkuutta ja innokkuutta vetää liikuntaa yläkoululaisille. Nuorempien liikuttaminen voi olla myös osa opintoja, jolloin se on valinnaisena liikunta-aineena. Tällöin lukiolaiset saavat kurssimerkinnän toiminnasta. Lukiolaisten toimesta suunnitellaan ja toteutetaan liikuntatuokiot. Arviointi tehdään yhdessä yläkoululaisten osallistujien ja opettajan kanssa.

STEP BY STEP

1. Lukiolaiset tekevät oppilaskyselyn yläkoululaisille, jossa selvitetään yläkoululaisten toiveita välituntiliikunnaksi.
2. Lukiolaiset suunnittelevat välituntitoimintaa yläkoululaisten toiveiden pohjalta. Suunnittelukertoja olisi hyvä olla kaksi. Ensimmäisellä suunnittelukerralla otetaan yhteyttä yläkouluun ja sovitaan sopiva päivä liikuntavälitunneille.
3. Lukiolaiset jalkautuvat yläkouluun yhden koulupäivän ajaksi ja pitävät siellä välituntisin aktiviteetteja.
4. Osallistujilta kerätään liikuntavälitunnin jälkeen arviot esimerkiksi peukkuäänestyksillä tai vaihtoehtoisesti päivän jälkeen nopealla ja lyhyellä sähköisellä kyselyllä.
5. Liikuntavälitunteja voidaan jatkossa pitää sovitusti esimerkiksi kerran viikossa tai kerran kuussa.



”Hyviä alustoja sähköisen kyselyn laatimiseen ovat esimerkiksi Google Forms, Webropol, Kahoot ja SurveyMonkey!”

LIITE

SUUNNITTELUPOHJA LIKUNTAVÄLITUNNILLE YLÄKOULUUN

LIIKUNTATUOKION AIHE:	TAVOITE:
MISSÄ PIDETÄÄN:	KESTO:
TARVITTAVAT VÄLINEET:	ARVIOINTI:
KUKA TEKEE MITÄKIN:	MUUTA MUISTETTAVAA: