



AKTUELLT 30.11.2005

Från planering till handling

Det skapande och effektiva arbetet under våren 2005 resulterade i utmärkta utgångspunkter, och nu har skolorna börjat starta egna experiment och verksamheter.

Cygnaeus' elever hittade på nya lekar.

I skolan arrangerades en tävling om lekar som eleverna själva hittade på. Det skapande arbetet utfördes klassvis och eleverna valde sedan de bästa lekarna i sin klass. De nya lekarna antogs till tema för höstens motionsdag - på det sättet utkom Cygnaeus lekdag. På lekdagen indelades eleverna i mindre grupper så, att det i alla grupperna fanns representanter för varje klass och en lärare. På det här sättet kom varje elev och varje lärare i skolan att lära sig alla olika klassers lekar!

Nummen koulu tog i bruk en daglig motionsrast eller **motionskvart**. Motionskvarten hålls alltid på den rast som börjar kl. 9.45. Fem lärare och tre skolgångsbiträden deltar som lekledare; var och en av dem har en egen uppgift. Lekrasternas teman varierar från dansraster till fadderraster för eleverna i klasserna 1 och 6. Lekrasterna ger upphov till motion för hela dagen, eftersom eleverna fortsätter med samma lekar på de övriga rasterna.

Jäkrlän koulu utvidgade rastområdet genom att ta i bruk skolans sportplan.

Det betydde att övervakningen på rasterna måste utökas, men åtgärden har trots det setts som något positivt i skolan. Under två raster om dagen tar rastövervakaren eleverna med sig till sportplanen för att spela fotboll och kasta frisbee. Eleverna står i rad vid väggkanten och väntar på läraren redan då rasten börjar. På vintern kommer den här verksamheten att fortsätta med skidåkning och snöbollskastning.

Också högstadie- och gymnasieeleverna testade rastutrustningen.

Verksamheten sköttes i Luostarivuoren koulu och Klassikon koulu av "tränare", som själva är elever i skolan. De svarar för utrustningen och aktiverar eleverna. Tränarna har ett rockmärke som ger dem förtur i matsalen. I Luostarivuoren koulu har man också tagit i bruk en rastrunda, som eleverna kan gå eller springa under några av rasterna.

Luostarivuori högstadium har ett helhetsinriktat grepp om motionsaktiveringen. Kontinuitet eftersträvas så, att olika verksamhetsformer inriktas på olika

klasser. Till klubbverksamheten inbjuds sådana elever i klass sju som inte motionerar så aktivt. I klass åtta kan eleverna anlita skolans egen "personal trainer" och få råd om lämplig motion och individuella motionsprogram. I klass nio satsar man på kompismotion i grupp.

KLUBBVERKSAMHETEN har kommit i gång. Stråvan har varit att få med sådana elever som inte motionerar särskilt aktivt. Nu söker projektet nya finansieringsmöjligheter bl.a. genom hälsofrämjandet.

Skolornas praxis - verksamhetskulturer - varierar ganska mycket. Den här variationen kommer också till synes i det sätt på vilket projektets kontaktlärare arbetar. Goda exempel är Cygnaeus skola och Sirkkala skola. I Cygnaeus finns det ett speciellt team för Skolorna motionerar: fyra lärare och vid behov en hälsovårdare, som kläcker idéer och planerar verksamheten. Sirkkala har för motsvarande uppgifter en utvecklingsgrupp, där tre lärare och rektor deltar.

MOTION GER VÄLBEFINNADE OCH TRIVSEL I SKOLORNA

Projektet SKOLORNA MOTIONERAR (2004-2007) har som mål att utöka elevernas möjligheter till motion under skoldagen. I projektet deltar 18 lågstadieskolor, 3 högstadieskolor och gymnasier samt Åbo yrkesinstitut, inalles nästan 9 000 elever. Verksamheten i skolorna får stöd i form av kurser för ledare, material, produkter av olika slag etc. Bakgrundsstöd ger också det breda samarbetet mellan de olika förvaltningsgrenarna och föreningen Ung i Finland r.f. Projektet är en del av det EU-finansierade programmet Shape up, vars mål är att förebygga övervikt hos barn och unga. Utvecklingsobjekt är bl.a. motionen under rasterna och förhållandena på skolgården, och projektet vill också främja motionen på vägen till och från skolan, den hälsorelaterade klubbverksamheten, motionsrådgivningen, kompismotionen i grupp samt informationen om motion och hälsa. Meningen är, att de idéer som uppstår inom projektet framdeles skall bli en del av den normala verksamheten.

1/05

Projektets huvudlinjer 2006-

