

Meidän koulun liikkumissuunnitelma

Hyvä koulutie vie pitkälle

Meidän koulun liikkumissuunnitelma

Hyvä koulutie vie pitkälle

Sisällys

Opuksen omistajat	3
Näin käytät tätä opusta	4
Liikkumissuunnitelman julistus	5
Liikkumissuunnitelman 8 askelta	6-7
Mitä haluamme parantaa?, Ketkä kuuluvat iskuryhmään?	8
Millaiset tiet tuovat ja vievät meidän kouluun?	9-10
Onko alkuperäistavoite vielä voimassa?	11
Miten tavoite saavutetaan?	12
Miten asiasta kerrotaan koulussa ja koulun ulkopuolella?	13
Piirustuskilpailu	14
Ryhdyimme tuumasta toimeen! Miten Liikkumissuunnitelman toteutus onnistui?	15
Tärkeitä yhteystietoja	16



Tämä opus on omistettu väelle.
(koulun nimi)

Se on otettu käyttöön / -
(päivä ja vuosi)

koulun rehtorin suosiollisella avustuksella.
(nimi)

Pääkirjuriksi on nimetty
(vastuuhenkilön nimi)

Meidän koulun liikkumissuunnitelman päätehtävä on
(alkutavoite)

.....
.....
.....

Lisäksi haluamme muuttaa näitä asioita
.....
.....
.....

Näin käytät tätä opusta

Liikkumissuunnitelma on työkalu kestävän ja turvallisen liikkumisen edistämiseen. Siinä kartoitetaan koulun nykyinen liikkumistilanne ja liikenneympäristö, asetetaan tavoitteet ja laaditaan toimenpiteet niiden saavuttamiseksi.

Tämä opus on tarkoitettu työkaluksi liikkumissuunnitelman laadintaa varten niin oppilaille kuin opettajillekin. Parhaimmillaan liikkumissuunnitelman tekoon osallistuu koko koulun väki oppilaiden vanhempia myöten. Suunnitelma syntyy kuin itsestään opuksen ohjeilla ja suunnitelmapohjaa täyttämällä. Liikkumissuunnitelman lomakepohja on ladattavissa osoitteessa www.hsl.fi/oppilaitoksille. Täytä lomakepohja ohjeiden mukaan ja tulosta lopulta valmis liikkumissuunnitelma.

Koulun liikkumissuunnitelma saa olla persoonallinen. Tämän opuksen tarkoitus on kertoa, millaisista asioista suunnitelma koostuu ja antaa vinkkejä sen toteutukseen. Koulu voi noudattaa ohjetta soveltuvin osin. Alkuperäisen ohjeen ”Koulun liikkumissuunnitelman ohje pääkaupunkiseudulla” ovat tehneet Kalle Toiskallio ja Michelle Wood LOOP-projektissa, joka sai Liikenneviraston Liikkumisen ohjauksen ohjelman hankerahoitusta. HSL oli mukana projektissa.



Koululaisen keskittymiskyky paranee useaksi tunniksi, jos hän taittaa matkan kouluun jalan tai pyörällä.

(Tanskassa vuonna 2012 tehty tutkimus)

Liikkumissuunnitelman julistus

Uskomme, että maailmaa voi muuttaa koulutie kerrallaan.

- Haluamme turvallisemmat koulutiet.
- Haluamme puhtaamman ympäristön.
- Haluamme koulumme maineen kiirivän.
- Haluamme tietää, minkälaisia ovat meidän koulumme koulutiet.
- Haluamme kasvattaa kuntoa, elää terveellisemmin ja olla pirteämpiä.
- Haluamme lisätä kävelyn, pyöräilyn ja joukkoliikenteen osuutta liikenteessä liikkumisessa.
- Haluamme valistaa vanhempiakin fiksuista tavoista liikkua.
- Haluamme fiksumpaa autoilua.
- Haluamme näyttää, että osaamme liikkua viisaasti.

Iskuryhmän allekirjoitukset

.....

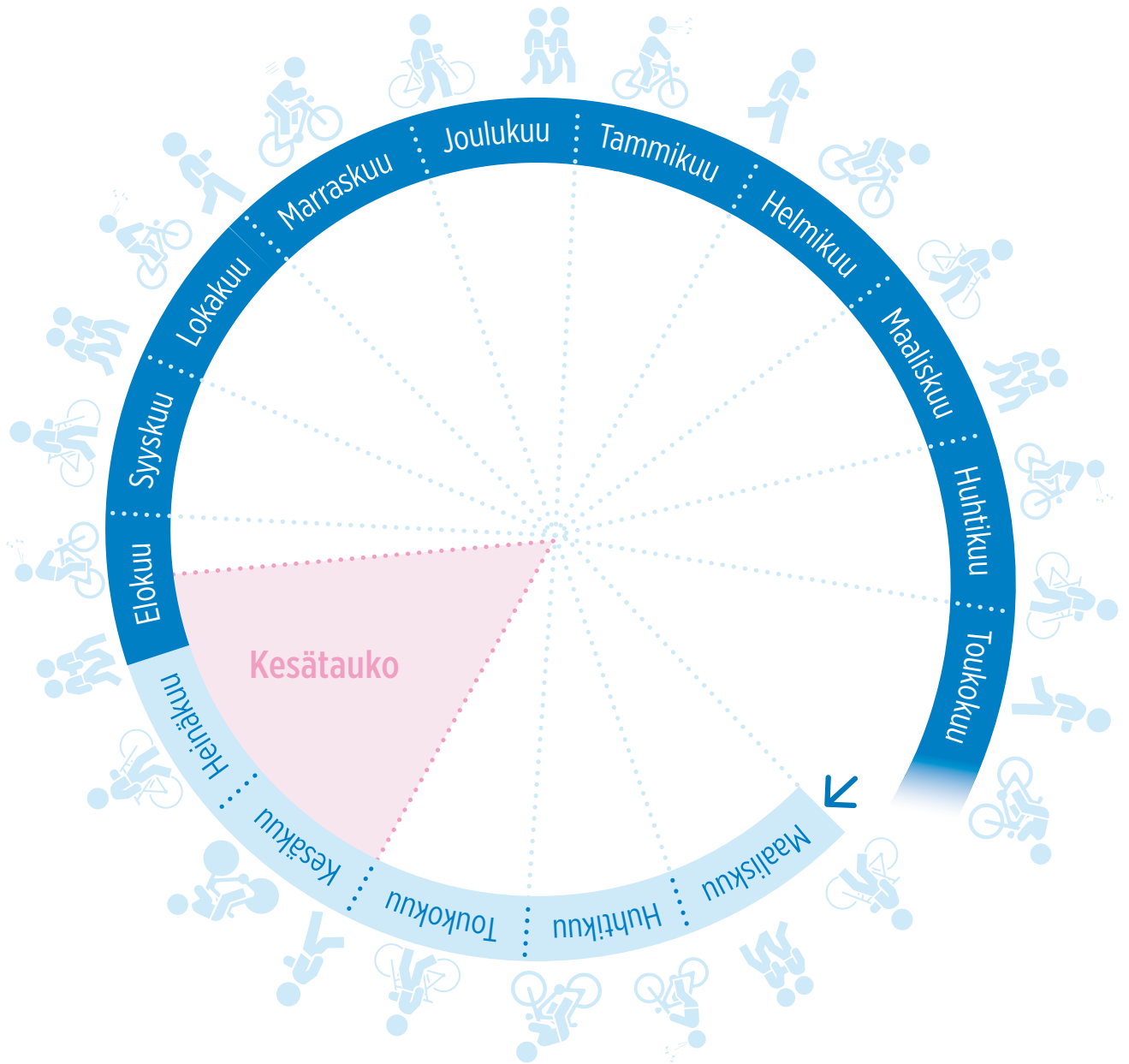
.....

Liikkumissuunnitelman 8 askelta

- 1. Mitä haluamme parantaa?**
Koulun liikenne- ja liikkumisongelmien määrittely
- 2. Ketkä kuuluvat iskuryhmään?**
Vastuuhenkilöiden nimeäminen
- 3. Millaiset tiet tuovat ja vievät meidän kouluun?**
Koulun liikkumistutkimus
- 4. Onko alkuperäistavoite vielä voimassa?**
Tavoitteiden tarkennus
- 5. Miten tavoite saavutetaan?**
Liikkumissuunnitelman laatiminen ja hyväksyminen
- 6. Miten asiasta kerrotaan koulussa ja koulun ulkopuolella?**
Markkinointisuunnitelma
- 7. Ryhdymme tuumasta toimeen!**
Suunnitelman toteutus
- 8. Miten Liikkumissuunnitelman toteutus onnistui?**
Suunnitelman seuranta ja jatkokehitys

Koulun liikkumissuunnitelmassa on **kahdeksan askelta**, joiden kesto on suunnitelma- ja koulukohtaista. Esimerkillisessä tapauksessa työ alkaisi maaliskuussa suunnitelmatyön valmistelulla ja toukokuussa tehtävällä ensimmäisellä liikkumistutkimuksella. Työ olisi kesätauolla **kesä-elokuun**, jatkuisi **syyskuussa ja päättyisi huhtikuussa**. Näin työhön voisi sisältyä 2-3 liikkumistutkimusta (askel 3) eri vuodenaikoina. Ajoitus mahdollistaisi liikkumissuunnitelmatyön sujuvan sisällyttämisen keväisin laadittavaan koulun opetussuunnitelmaan.

Sijoittakaa liikkumissuunnitelman 8 askelta viereisen sivun vuosikellopohjaan ja Hyvä koulutie vie pitkälle -julisteeseen. Vuosikello auttaa hahmottamaan suunnitelman etenemistä ja aikataulua juuri teidän koulussanne. Täydentäkää myös mahdollisten teemapäivien ajankohdat vuosikelloon.



1.

Mitä haluamme parantaa?

Koulun liikenne- ja liikkumisongelmien määrittely

Miettikää yhdessä, mikä koulumatkoissa ja koulun ympäristössä vaatisi eniten parannettavaa. Ongelmia voivat olla esimerkiksi koulun pihan aamuisin valtaava henkilöautoralli, skootterien pysäköinti jalkakäytävillä, suojaamattomat pyöräpaikat ja liian vähäiset suihkutilat tai vaikkapa arkiliikunnan vähäisyys. Kirjoittakaa mieleenne tulevat asiat taululle ja äänestäkää niistä tärkein. Päätehtävälle voi valita myös alatehtäviä.

VINKKI: Askeleiden 1, 2 ja 3 asioita on hyvä käsitellä ensimmäisissä liikkumissuunnitelman työpajoissa, opettajienkokouksessa ja/ tai vanhempainoimikunnassa keväällä ennen seuraavana syksynä alkavaa varsinaista suunnitelmatyötä.

Tehtävä 1.1

Kirjoittakaa suunnitelman alustava pää-tavoite ja mahdolliset alatavoitteet suunnitelmapohjaan, tämän opuksen sivulle 3 sekä Hyvä koulutie vie pitkälle julisteeseen.

2.

Ketkä kuuluvat iskuryhmään?

Vastuuhenkilöiden nimeäminen

Kootkaa vastuuhenkilöiden ryhmä, jonka toimintaa rehtori tukee. Ryhmällä tulee olla vastuuhenkilö (tai kaksi), joka toimii samalla pääkirjurina. Vastuuhenkilön nimeämisessä tärkeää on, että hän on henkilökohtaisesti innostunut aiheesta. Löytyisikö koulusta jo sopiva luokka, oppilaskunta, ympäristötiimi tai vaikkapa kestävän kehityksen kerho muodostamaan iskuryhmän? Oleellista on, että iskuryhmään kuuluu pääasiassa oppilaita. Jos suunnitelman päätavoite vaatii, kannattaa iskuryhmään ottaa mukaan myös ulkopuolisia jäseniä, kuten vaikkapa oppilaiden vanhempia tai kunnan liikennesuunnittelija. Sopikaa, miten suunnitelma toteutetaan. Varataanko siihen aikaa tietyn oppitunnin puitteissa vai perustetaanko vaikkapa kerho hoitamaan asiaa?

Tehtävä 2.1

Kopioikaa sivun 5 Liikkumissuunnitelman julistus, allekirjoittakaa se ja ripustakaa vaikka koulun yhteiselle ilmoitustaululle.

Tehtävä 2.2

Sopikaa, kuinka usein iskuryhmä tapaa, missä se tapaa ja mitä kautta se pääasiassa viestii.

3.

Millaiset tiet tuovat ja vievät meidän kouluun?

Koulun liikkumistutkimus

Laatikaa viestilappu vanhemmille kotiin vietäväksi. Lapussa kysytään lupaa siihen, että lapsilta saa kysyä koulutiehen liittyviä asioita. Selvittääkää koko koulun voimin, millaisia koulumatkat ovat ja millainen on koulun ympäristö liikkumisen kannalta. Tutkimuksen painopiste kannattaa kohdistaa alkuperäisiin tavoitteisiin. Jos tarkoitus esimerkiksi on lisätä pyöräilyn määrää, tutkikaa tarkemmin pyöräilyä ja sitä tukevia varustuksia.

Vinkki: kysykää koulun henkilökunnalta apua.

Lomake 1

Millainen on meidän koulu ja sen lähiympäristö?

1. Onko koulu alakoulu yläkoulu lukio ammatillinen oppilaitos
2. Millaisessa paikassa koulu sijaitsee? kaupungin keskusta kerrostaloalue pientaloalue harva pientaloalue
3. Kuinka monta oppilasta, opettajaa ja muuta henkilökuntaa koulussa on?
4. Miten monta kerrosneliötä koulurakennuksessa on? Mikä on koko koulualueen pinta-ala?
5. Noudattaako koulu Kestävän kehityksen ohjelmaa? Onko koulu Vihreä Lippu -koulu tai Liikkuva koulu?
6. Onko koululla liikenneturvallisuussuunnitelmaa tai kirjattua liikennepolitiikkaa (esim. mahdolliset oppilaiden pyöräilyrajoitukset)?
7. Toimiiko koulussa fillarikerhoa?
8. Ketkä muut kuin oppilaat ja opettajat käyttävät koulua? Onko koululla ilta- tai viikonloppukäyttöä?
9. Ollaanko koulua remontoimassa lähiaikoina? Jos, niin miten?
10. Kuinka monta pysäköintipaikkaa on autoille _____, mopoille/skoottereille _____, polkupyörille _____.
11. Ovatko autojen pysäköintipaikat maksuttomia? kyllä ei

Tehtävä 3.1

Jakakaa oheisten lomakkeiden **1 ja 2 kysymykset erillisille papereille** ja antakaa ne oppilasryhmien selvitettäväksi. Voitte lisätä kysymyksiä ja selvitettäviä asioita oman koulunne mukaan. Tehkää tuloksista yhteenveto työpohjasta löytyville lomakkeille 1 ja 2.

12. Kuinka pitkään niissä saa pitää ajoneuvoa?
13. Ovatko polkupyörätelineet katoksen alla? Ovatko pyörätelineet runkolukittavia?
14. Kuinka monta suihkua koulusta löytyy? Saavatko kaikki käyttää niitä?
15. Mihin pyöräilykypärät voi jättää?
16. Onko koulussa jossain näkyvässä joukkoliikenteen aikatauluja?

Lomake 2

Miten meidän kouluun tullaan ja mennään?

1. Onko vanhemmille osoitettu solveliaat autolla saato- ja noutokohdat koulun lähistöllä?
2. Kuinka monella oppilaalla on HSL:n koululaislippu?
3. Kuinka monella opettajista ja henkilökunnasta on työsuhdelippueta käytössä?
4. Moniko oppilaista kulkee koulutaksilla?
5. Miten leirikouluihin mennään?
6. Miten retkille mennään?
7. Miten työharjoitteluun mennään?
8. Millä tai mitä kautta posteljooni tulee kouluun?
9. Millä tai mitä kautta ruoka tulee keittiöön?
10. Kuinka pitkä matka on lähimmälle joukkoliikenteen pysäkille tai asemalle?
11. Miten pitkä on keskimääräinen koulutie?

Tehkää tältä sivulta koulumatkakartoitusta varten vähintään tehtävät 3.3 tai 3.4, 3.7 A tai B ja 3.8. Nykytilakartoituksen tulokset kootaan lopuksi yhteen ja kirjataan suunnitelmapohjaan.

Karttatehtävä 3.2

Tulostakaa kartta koulun ympäriltä ja piirtäkää se tarvittaessa suuremmaksi. Merkitkää karttaan tai sen viereen asioita kuten:

1. Lähin bussipysäkki, metro- tai juna-asema.
2. Kuinka kauan niihin kestää kävellä tai kuinka pitkä matka on metreinä.
3. Kuinka usein joukkoliikenne pysäkeiltä lähtee.
4. Miten lähelle kotia kukin oppilas joukkoliikennevälineellä pääsee.
5. Kuinka monta liikennevälineen vaihtoa koulutiehen sisältyy.
6. Kuinka monta eri kävelytietä ja pyöräilytietä koulun pihalta eri suuntiin lähtee.
7. Onko koulun lähellä liikennevaloja, läpiajokieltoja (millainen liikennemerkki kertoo asiasta) tai hidastustöyssyjä.
8. Kuinka monta autojen ja pyörien pysäköintipaikkaa koululta löytyy.
9. Kuinka monta autojen pysähdyspaikkaa löytyy saattajille.

Koulumatkat

Kartoittakaa, miten pitkiä koulumatkat ovat ja millaisiin asioihin niiden varrella törmää. Kirjatkaa ylös erityiset vaaranpaikat. Laskekaa koulumatkan keskimääräinen pituus.

Tehtävä 3.3

Selvittäkää, mitkä ovat pelottavimpia, mukavimpia ja kauniimpia asioita koulutiellä. Tehtävä voidaan suorittaa luokissa kirjoittamalla tai piirtämällä. Lopuksi paikat kootaan yhteiseen karttaan luokan seinälle tai vaikkapa koulun aulaan.

Vinkki: koulutien osuudeksi kannattaa piirtää noin 2 kilometrin säde koulun ympärille.

Tehtävä 3.4

Jakakaa paperilomakekyselyjä koulumatkan vaaranpaikoista oppilaille, opettajille ja vanhemmille. Valmiita kartoituspohjia täältä: <http://www.liikenneturva.fi/fi/testiosionetusivu/liikennekasvatus/liikenneturvallisuussuunnitelma/vaaranpaikkakartoitus> Käykää tulokset läpi yhdessä ja tehkää niistä yhteen-

veto. Onko jokin paikka tai asia koulumatkassa erityisen monen mielestä vaarallinen? Pohtikaa, mitä asialle voi tehdä.

Tehtävä 3.5

Miettikää yhdessä, mitä hyötyä koulumatkasta on?

Tehtävä 3.6

Millainen olisi unelmien koulumatka? Entäpä painajaisen koulumatka? Piirtäkää, kirjoittakaa tai näytelkää kohtauksina.

Tehtävä 3.7

Suorittakaa tutkimus, jonka aihe on:

Miten tulit kouluun tänään? Voitte käyttää suunnitelmapohjan lopussa liitteenä olevaa taulukkoa tai suunnitella oman taulukon. Jos haluatte kilpailla luokkien kesken, kerätkää ja tallentakaa luokkakohtaiset tulokset kilpailun ajaksi.

A) Tehkää kysely luokissa. ”Käsi ylös, jotka tulitte kouluun aamulla pyörällä/kävellen/autolla/ joukkoliikenteellä, koulutaksilla, mopolla, jollain muulla” ja kirjatkaa tulokset ylös. Toistakaa kysely kerran tai kaksi kertaa parin kuukauden välein.

B) Jalkautukaa koulun pihalle ja kadun varsille aikaisin aamulla. Laskekaa, kuinka moni tulee pyörällä, mopolla, autolla tai kävellen kouluun. Toistakaa kerran tai kaksi kertaa parin kuukauden välein ja kirjatkaa tulokset liikkumissuunnitelmaan.

Vinkki: antakaa tehtävä keskusradion kautta jokaisen luokan laskettavaksi ja kootkaa tulokset samana päivänä luokan taululta.

Koulun säännöt koulumatkoille

Onko koulussanne esimerkiksi pyöräilyrajoituksia ala-asteen oppilaille? Onko opettajilla käytössä työsuhdematkalippuja? Suunnitellaanko autoille lisää pysäköintipaikkoja?

Tehtävä 3.8

Selvittäkää esimerkiksi rehtoria haastatteleamalla millaisia sääntöjä ja kannustimia koulullanne on eri liikku- mismuodoille. Kysykää, miten ja miksi koulu säätelee kouluun tuloa. Valmistelkaa kysymykset huolellisesti etukäteen ja kirjatkaa vastaukset ylös suunnitelma- pohjan taulukkoon.

4.

Onko alkuperäistavoite vielä voimassa?

Tavoitteiden tarkennus

Nyt käytössä on tutkimustuloksia. Pohtikaa yhdessä, mitä liikkumistutkimus kertoo koulumatkoista. Ovatko liikkumistavat parhaat mahdolliset. Tukevatko olosuhteet viisasta koulumatkaliikkomista? Verrataka tuloksia alkuperäistavoitteisiin. Onko tavoitteita syytä muokata? Miettikää myös, miten voitte saavuttaa tavoitteet. Pilkkokaa iso tavoite pienempiin osiin, jotta niiden toteuttaminen on helpompaa ja tulokset voidaan mitata. Esimerkiksi jos ylätavoite on ollut lisätä arkiliikunnan määrää, tavoitteeksi voidaan ottaa vaikkapa pyöräkatoksen rakentaminen, vaatekaappien lisääminen ja autoton päivä kerran kuukaudessa. Älkää ahnehtiko; liikkumissuunnitelmaa on tarkoitus jatkaa ja parantaa seuraavinakin vuosina, joten kaikkea ei pidä tehdä yhden lukuvuoden aikana!

Mikä tai mitkä ovat lopullisen liikkumissuunnitelman tavoitteet?



Tehtävä 4.1

Miettikää, voisiko liikkumissuunnitelman tavoitteet yhdistää ainakin osittain johonkin koulun toiseen käynnissä olevaan hankkeeseen kuten kestävän kehityksen oppitunteihin tai liikuntapäivään.

Vinkki: Haastatelkaa asian suhteen kolmea sellaista opettajaa tai muuta henkilökuntaa, jotka eivät ole iskuryhmässä mukana.



Joukkoliikenteen käyttäjä ottaa päivittäin noin 2 000 askelta enemmän kuin autolla kulkeva.

(UKK-instituutti)

5.

Miten tavoite saavutetaan?

Liikkuessuunnitelman laatiminen ja hyväksyminen

Kirjatkaa, mitä konkreettisesti tehdään, jotta tavoitteet saavutetaan. Tämä vaatii todennäköisesti enemmän paneutumista ja taustatyötä kuin mikään muu liikkuessuunnitelman vaihe. Laatikaa suunnitelman toteutukselle aikataulu ja päättäkää vastuuhenkilöstä. Voitte käyttää kirjaamiseen apuna työpohjasta löytyvää taulukkoa. Jos toimenpiteitä on useita, ne voi aikatauluttaa tärkeysjärjestyksen mukaan. Toisaalta paljon työtä ja aikaa vievät toimenpiteet on syytä aloittaa hyvissä ajoin, jotta niiden toteutukselle on riittävästi aikaa. Perustakaa suunnitelman toteutusta varten oma projekti tai tarvittaessa useampia projekteja.

Lisätkää suunnitelmaan vielä ne asiat, jotka mielestänne ovat oleellisia, mutta joita ei aiemmin suunnitelmapohjassa ole käsitelty.

Huomioikaa muut kuukausi- ja vuosisuunnitelmanne, kun suunnittelette liikkuessuunnitelman toteutusta. Tehkää kullekin toimenpiteelle tai projektille toteutussuunnitelma vaihe vaiheelta. Pilkkokaa työ tarvittaessa ja mahdollisuuksien mukaan pienempiin osiin ja jakakaa työ useamman tekijän kesken. Kirjatkaa liikkuessuunnitelman vaiheet muihinkin vuosisuunnitelmiinne sekä Meidän koulun liikkuessuunnitelma -julisteeseen, jotta ne ovat laajasti nähtävillä ja tulevat osaksi koulun toimintaa. Kun suunnitelma on valmis, tulostakaa se ja pyytäkää siihen kommentit ainakin koulun rehtorilta, HSL:n yhteyshenkilöltä ja niiltä kunnan koulutoimen ja liikennesuunnittelun vastuuhenkilöiltä jotka ovat suunnitelmatyön kannalta oleellisessa asemassa. Kommenttikierroksen jälkeen kirjoittakaa suunnitelma vielä kerran puhtaaksi. Hyväksykää suunnitelma allekirjoituksin.



Vinkki

Viettäköö koulussa Askelpäivä. Koko koulun väki laskee jokaisen koulutiellä ottamansa askeleen. Apuna voi käyttää myös askelmittaria. Laskekaa askelet yhteen. Asettakaa tavoite seuraavalle askelpäivälle vuoden päähän ja haastakaa lähikoulut mukaan.

Perustakaa Kävelevä tai Pyöräilevä koulubussi. Ideana on, että aikuiset vuorottelevat lasten saattamisessa ja ”bussit” kulkevat ennalta sovittujen saattopysäkkien kautta koululle yhdessä kävellen tai pyöräillen. <http://www.poljin.fi/fi/pyorailevat-ja-kavelevat-koulubussit>

Tilaa HSL:n Matkakummi kouluusi. Matkakummi pitää kouluissa liikkuessaiheisia oppitunteja; opastaa joukkoliikenteen käyttöön ja kannustaa koulumatkojen itsenäiseen liikkuemiseen kävellen ja pyöräillä. Oppitunti on oppilaitoksille maksuton. Tilaukset osoitteesta: gritysinfo@hsl.fi.

Järjestäkää koulussa Polkupyörän huoltopäivä. Polkupyöräily on ekologisesti kestävä liikkuessuunnitelma sekä terveellistä liikuntaa ja ulkoilua. Polkupyörän säännöllinen huolto lisää sen käyttöikä. Pitäkää koulullanne huoltopäivä, jossa on paikalla alan ammattilainen auttamassa ja kertomassa huoltoon liittyvistä asioista. **Päivän aikana voidaan tutustua myös liikennesääntöihin ja testata ajotaitoja tarkkuusradalla.**

Polkupyörän huolto-ohjeet Pyöräilykuntien verkoston sivuilla: http://www.poljin.fi/pyoraillijoille/pyoran_huolto
Polkupyörän varusteiden tarkastuskortti Liikenneturvan sivuilla: http://www.liikenneturva.fi/www/tyokalupakki/toimintavinkkejä/kolhuitta_kouluunII/liitetiedostot/Katsastus_polokupyora.pdf.

Osallistukaa koulujen Kilometrikisaan. <http://www.kilometrikisa.fi/koulut>

6.

Miten asiasta kerrotaan koulussa ja koulun ulkopuolella?

Markkinointisuunnitelma

Miettikää, missä vaiheessa markkinointi olisi mahdollisimman hyödyllistä. Onko teillä vaikkapa tarvetta saada yhteistyökumppaneita mukaan tavoitteen saavuttamiseen vai riittäisikö, että kerrotte, mitä olette saaneet aikaiseksi? Esimerkiksi viesti voi olla joko ”Auta meitä rakentamaan hidastetöyssy koulutielle” tai ”Meidän koulu teki tiehen töyssyn”.

Voitte käyttää suunnitelmapohjasta löytyvää taulukkoa avuksi suunnitelman teossa. Yhdistäkää markkinointisuunnitelma myös toimenpidesuunnitelmaan.

Ennen markkinointitoimenpiteitä miettikää:

Mitä haluatte saada viestillänne aikaan?

Mikä on tärkein viestinne?

Kenelle haluatte viestinne osoittaa?

Miten viesti saadaan parhaiten perille?



Esimerkkitehtäviä liikkumissuunnitelmasta viestimiseen:

Tehtävä 6.1

Tehkää äänimainoksia päätavoitteenne saavuttamisen puolesta. Soittakaa niitä koulun keskusradiossa ja äänestäkää paras.

Tehtävä 6.2

Miettikää, millä tavoin tavoitteenne kannattaa muotoilla eri kohderyhmille. Tehkää puhuttelevat valistusjulistet ekaluokkalaisille, lukiolaiselle, kunnanjohtajalle, äidille, isälle, presidentille, mummulle, vaarille...

Tehtävä 6.3

Järjestäkää mielenilmaus asianne puolesta. Ottakaa selvää, mitä lupia tapahtuman järjestämiseksi tarvitsette.

Tehtävä 6.4

Suunnitelkaa kampanjastanne banneri koulun kotisivuille.

Tehtävä 6.5

Miettikää, mikä olisi mahdollisimman erottuva ja yllättävä tempaus nostaa koulun liikkumissuunnitelman pääaihe kaupunkilaisten yleiseksi puheenaiheeksi.

Tehtävä 6.6

Perustakaa liikkumissuunnitelmalenne blogi ja pitäkää sitä vähintään kuukauden ajan. Vaihdelkaa kirjoittajia joka päivä. Miettikää keinoja saada blogille mahdollisimman paljon lukijoita.

Tehtävä 6.7

Miettikää, miten saisitte paikallislehden tai -radion toimittajan tekemään koulustanne jutun.

Järjestäkää piirustuskilpailu, aiheena lehtimainos asiastanne. Ilmoituksessa saa olla yksi kuva ja yksi lause sekä koulunne nimi ja iskulause: Hyvä koulutie vie pitkälle. Liittäkää voittajateos liikumissuunnitelmaanne.

7.

Ryhdyimme tuumasta toimeen!

Suunnitelman toteutus

Nyt on aika toteuttaa suunnitelmaa ja tehdä siinä so-
vittuja toimenpiteitä. Seuratkaa aikataulun pitävyyttä
ja päivittääkää suunnitelmaa tarpeen mukaan. Seurat-
kaa projektien ja osaprojektien etenemistä ja rapor-

toikaa ja viestikää tarvittaessa. Kun suunnitelman
mukaiset toimenpiteet on tehty, muistakaa kirjata ne
myös seurantataulukkoonne.



Ylipainoisten nuorten osuus on kasvanut:
11-25 prosenttia 7-18-vuotiaista arvioidaan
olevan ylipainoisia. Lihomisen yksi syy on
arkiliikunnan väheneminen.

(UKK-instituutti)

8.

Miten Liikkumissuunnitelman toteutus onnistui?

Suunnitelman seuranta ja jatkokehitys

Kokoontukaa vielä kerran iskuryhmän ja mahdollisten
ulkopuolisten neuvonantajien kanssa ja miettikää vas-
taukset näihin kysymyksiin.

Miksi toteutus onnistui tai epäonnistui?

Mikä suunnitelmassa oli haasteellisinta toteuttaa?

Miten yhteistyö sujui?

A) Iskuryhmän välillä

B) Koko koulun välillä

C) Oppilaiden vanhempien kanssa

D) Kunnan kanssa

E) HSL:n kanssa

F) Keiden muiden kanssa

Milloin aloitetaan uuden Liikkumissuunnitelman
laadinta?

Onko sille jo alustava tavoite tiedossa?

Tärkeitä yhteystietoja

Kunnan koulutoimen yhteyshenkilö:

.....

Kunnan liikennesuunnittelun yhteyshenkilö:

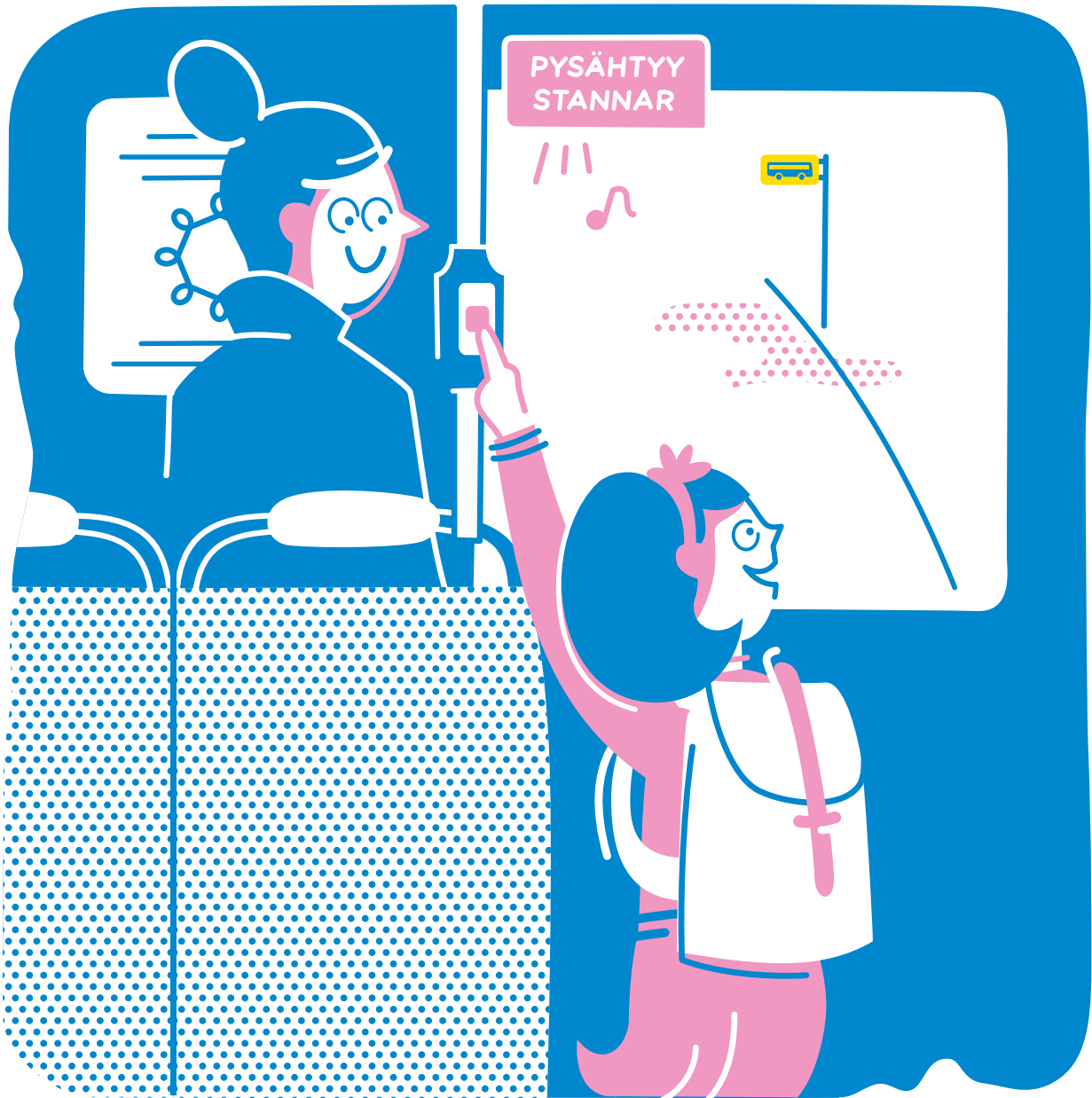
.....

Muita:

.....

.....

.....





Liikuntasuositus oppilailla on 1-2 tuntia päivässä. Jalan tai pyörällä tehdyt koulumatkat ovat osa sitä.
(UKK-instituutti)

Tämä opus kertoo siitä, miten meidän koulun koulutiet laitettiin vielä parempaan kuntoon.

Samalla pelastettiin vähän maailmaa ja parannettiin kuntoa. Hillittiin ilmastonmuutosta ja vähennettiin terveydelle haitallisia lähipäästöjä. Koulun väen terveyden tilakin parani, kun arkiliikunnan määrä lisääntyi kuin huomaamatta. Äkkiä koulutiet olivat turvallisempia ja matkat sujuivat sutjakammin. Oppilaista tuli ihmeellisen itsenäisiä liikkujia ja vanhemmatkin saivat valistustyöstä osansa. Meidän koulu on ollut vaikuttamassa siihen, että puistoja ja metsiä ei jää niin paljon uusien autoteiden alle. Todennäköisesti oletkin jo kuullut meidän koulusta, sillä hyvä koulutie vie pitkälle.

Liikuttavia lukuhetkiä!

1/2014