



LIIKUMA
KUTSUV KOOL



Kokkuvõte Laagri Kooli Liikuma Kutsuva Kooli võrgustikuga liitumiseks.

Liikuma kutsuv koolil on peamised suunad: aktiivne (aine)tund, aktiivne vahetund, koolitee ja kehalise muutumine liikumisõpetuseks.

Aktiivne ainetund – Kõige suurem väljakutse on motiveerida õpetajaid süsteemselt ja järjepidevalt tegema liikuvaid tunde ja õuetunde. Soovituslik leida paaristunde, et õues oleks aega olla.

Liikuma kutsuv kool pakub koolitusi.

Sellel on Laagri Koolis kõige keerulisem, sest hinnata, kes teeb, kus teeb ja kui palju teeb, on keeruline, kuna sellist süsteemi, mida ootab Liikuma kutsuva kooli algatus, meil pole välja kujundatud.

Õpetajad teevad hea ilmaga ainetunde õues just nooremas kooliastmes, kevaditi on elavnemist näha ka suuremate hulgas.

Aktiivne vahetund – vahetunnid õues, vahetunnid võimlas, vahetunnid tantsu ja mängudega.

Liikuma kutsuv kool pakub mängujuhtide koolitusi, et oleks mõned aktiivsed õpilased, kes vahetunde juhivad.

Laagri Koolis on jagatud **võimlavahetunnid** ja üleskutsed **iga ilmaga** vahetund õues veetma. Samuti kord kuus on **tantsuvahetunnid** aulas ja aegajalt **mängulisi** vahetunde KiVaga.

On ka mõttekohti:

*Iiiga lühikesed vahetunnid, mis ei sobi kasulikeks õuevahetundideks hästi. Koolid, kes selle korralikult ette võtnud, on **päevakavade kallale** läinud.

*Õues ei ole **korda pidavaid õpetajaid** ja nende valmisolekut iga ilmaga õue minna.

*Õues ei ole kuigi palju **õuemängu vahendeid** (nt pallid, keksukummid, reketid, korvid pallidele ja ketastele, lauatenniselauad, ronimisseinad, *slacklined*) ja peamajas kohta, kus turvaliselt ilma klaase lõhkumata palli, *discgolfi* vms mängida.

Kui päevakava on muudetud ja valmisolek iga ilmaga vahetundides õue minna, on kindlasti vaja veel kokkuleppeid vanematega, et **riietus on lastel** koolis selline, mis võimaldaks neil iga ilmaga õue minna.

Laagri Kooli peamajas on kohti ja vahendeid, aga päris head lahendust veel leidnud ei ole.

Möldre majas ei ole õues suurt midagi (seal võiks lukustatud kapp olla, et vahetunnis palle ja kekse jmt võiks saada). Samas on seal staadion.

Õuemänguvahendeid soovitati Liikuma kutsuvast koolist koostöös lapsevanemate ja laste endiga raha koguda, nii saab iga klass endale ja hoitakse ehk paremini.

Koolitee – kõige suurem koostöökoht lapsevanematega, üleskutsed lapsi rattaga ja jala kooli saata (elektritõuks ei kvalifitseeru), piisavalt turvalisi kohti, kuhu rattaid jätta, üleskutsed lapsi mitte treppi tuua vaid kaugemal ja ohutus kohas autost välja lasta. Sellega tundub Laagri Koolis päris hästi olema, edasine on lapsevanemate teha.

Liikumisõpetus – õpetada lapsi, miks ja kuipalju liikuda. Kehaline kasvatus on liikumisõpetus ning õppekavas peaks olema vajalik välja toodud. Kogu eluks vajalike liikumisharjumuste kujundamine. Eeldab hindamise muutmist arvestuslikuks.

Laagri Koolis on liikumist soodustavaid üritusi palju, millest paljud on seotud kehaliste kasvatuste tundidega.

Laagri Kooli spordikoordinaatori Tiina kokkuvõtte tegevustest:

Meil on erinevaid koolisiseseid võistlusi:

- Spordinädal, mille raames toimub igal päeval erinevaid väljakutseid ja sportlike liikumisi
- Matkapäev (spordinädala viimane päev)
- Klassidevaheline jalgpallivõistlus
- Penaltiässa võistlus
- Välekala (ujumisvõistlus)
- Kevadplärts (ujumisvõistlus)
- Vilistlaste korvpallilahing
- Talvelaagrid (2 päevane aktiivsete tegevustega laager)
- Laagri Kooli paadimees
- Lauatennise võistlus
- Suur kevadine spordipäev
- Varasematel aastatel on olnud ka sisespordipäev (suure õpilaste arvu tõttu viimased 2 aastat pole olnud)
- Isadepäeva üritus on 3.klassidele sportlik, liikumist soodustav

Koolipäeva aktiivsust tõstavad:

- Võimla on vahetundidel õpilastele avatud
- Sisehoov õues
- Tantsuvahetunnid iga kuu viimasel neljapäeval
- Keksud ja footbagid, mis on I kooliastme õpetajatele klassidesse jagatud
- Lauatenniselauad
- Ronimissein
- Kõrguhüppematid koridoris
- Aktiivne koolitee – jalgratta ja tõukerataste hoidlad
- Suusalaenutus talvisel perioodil
- Ujumis- ja rütmikatunnid

Puudu:

- Sisehoovi kas mõni seiklusrada? Vahendid?
- Möldre majja samuti õue pingid? Seiklusradad? Vahendid mängimiseks?
- Kuidas on meil lood ainetundide aktiivsusega? Kui paljud õpetajad kasutavad oma tundides liikumispause?
- Koolitee võiks olla veel aktiivsem – kooli sõidutavad õpilased võiks varem maha panna, et saaksid kooli jalutada, nt poe juures asuvas bussipeatuses – täppide kogumise idee
- Lapsevanemate kaasamine sportlikesse tegevustesse?

Mida on Laagri Koolil vaja, et ühineda Liikuma kutsuva kooliga?

- selget soovi ja valmisolekut toetada oma koolipere liikumisvõimalusi;
- oma **meeskonna** loomist, kelle eesmärgiks on süsteemsete muutuste kavandamine ja toetamine Liikuma Kutsuvaks Kooliks kujunemisel (soovitati kaasata kindlasti üks juhtkonna liige ja ka lapsevanemaid);
- iga-aastase koolide eneseanalüüsitööriista ehk **KENA täitmist** ning selle põhjal oma kooli **tegevuskava koostamist**;
- valmisolekut **jagada** oma kooli kogemusi teiste võrgustiku koolidega;
- aktiivset osalemist programmi tegevustes, sh **liikumisuuringutes**.

Mis on koolil kasu liitumisest?

Kool saab võimaluse osaleda

- **ideeseminaril**. Ideeseminar on võrgustiku avaüritus, kus tutvustame Liikuma Kutsuvat Kooli põhimõtteid, jagame ideid ja koolide kogemusi;
- aktiivse vahetunni kavandamise ja läbiviimise seminaridel, sealhulgas **mängujuhtide koolitustel** õpilastele;
- aktiivsete ainetundide **koolitustel**;
- **sügiseminaril**;
- muudel **võrgustiku sündmustel** ja kokkusaamistel, nt võimalus külastada teisi võrgustikukoole ning jagada kogemusi.

Rahalist tuge Liikuma kutsuv kool ei paku, küll aga ideid, kuidas kogukonda kaasates vahendite soetamiseks toetust leida. Kui ise on panustatud, püsivad ka vahendid kauem ja neid hoitakse hoolikamalt (igale klassile oma vahendid)
Soovitus kasutada teema-aastaid, mitte kogu täie kallale esimese hurraaga lennata.

<https://www.liikumakutsuvkool.ee/kuidas-osaleda/>

Kokkuvõtte koostas
Triinu Künstler
Laagri Kooli huvijuht