

Tervehdys!

Olen Niina Hakala, Hattulan kunnan koulun liikuntakoordinaattori. Ilokseni sain Hattulassa lämpimän vastaanoton; ensimmäisenä työpäivänäni tutustuin mukaviin ihmisiin sekä idyllisen oloiseen ympäristöön Vanajaveden laaksossa. Saapuessani Hattulaan kunnan vapaa-aikatoimen väki oli jo ehtinyt tiedottaa kouluja tulevasta hankkeesta. Näin ollen töiden aloittaminen sujui jouhevasti.

Ensimmäisiä konkreettisia toimiani Hattulassa ovat Välkkäri-koulutukset 5. ja 6. -luokkien oppilaille. Koulutukset innostavat ja antavat valmiuksia välituntiliikunnan suunnitteluun ja ohjaamiseen omassa koulussa. Parolan yhteiskoulussa nuoria aktivoidaan liikkumaan esimerkiksi erilaisten liikuntatapahtumien ja -kampanjoiden avulla. Tarkoituksena on myös osallistaa nuoria liikuntatoiminnan suunnitteluun ja organisoimiseen. Lukioon suunnitellaan jalkapalloerotuomarin peruskurssia, joka mahdollisesti toteutetaan jo tämän kevään aikana.

Työni liikunnan parissa on merkityksellistä ja antoisaa. Liikunta on tärkeää lapsen ja nuoren fyysiselle, psyykkiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille. Liikunnassa saadut kokemukset vaikuttavat merkittävästi minäkäsityksen ja itsetunnon kehittymiseen luoden terveen pohjan kasvulle. Monille liikunta tarjoaa tärkeän sosiaalisen kentän, jossa voi opetella yhteistyötaitoja ja solmia ystävyys-suhteita. Liikunnallisen elämäntavan omaksuminen jo lapsuudessa on tärkeää, sillä usein opitut tavat säilyvät aikuisuuteen. Parhaimmillaan liikunnasta saa iloa ja nautintoa läpi koko elämän!

Liikunnallisen koulupäivän kehittämisessä on tarpeen huomioida monenlaiset mieltymykset ja liikkumisen mahdollisuudet. Suhtaudun liikuntaan avarakatseisesti. Esimerkiksi koulumusikaalin harjoittelu tai vaikkapa marjastaminen saattavat olla mitä parhaita liikuntaa. Toivon saavani koululaisilta ja heidän vanhemmiltaan, opettajilta ja koulun muulta henkilökunnalta sekä koulun nykyisiltä ja mahdollisilta tulevilta sidosryhmiltä uusia ideoita ja ehdotuksia liikunnallisen koulupäivän kehittämiseksi. Liikutaan ja liikutetaan yhdessä!

Yhteistyöterveisin,

Niina Hakala
Koulun liikuntakoordinaattori,

KOLIKO-hanke
Hämeen Liikunta ja Urheilu ry.
p. 044 7748841
niina.hakala@hlu.fi
Myllytie 33, 13720 Parola