

Lukiolaiset liikkeelle

Hankkeen taustaa

Opetus- ja kulttuuriministeriön lasten ja nuorten liikuntaohjelman 3. vaihe toteutetaan vuosina 2008–2011. Ohjelma toteuttaa hallitusohjelman linjausta, jonka mukaisesti liikuntapolitiikalla edistetään väestön hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä elämänsäkaaren eri vaiheissa. Painopiste on lasten ja nuorten liikunnassa.(OKM)

Lukiolaiset liikkeelle hankkeen suunnittelu alkoi Kajaanin ammattikorkeakoulun, Kajaanin lukion ja Kainuun liikunnan yhteistyöneuvotteluissa. Taustalla vaikuttivat Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaaja koulutuksen uusi vaihtoehtoisten ammattiopintojen suuntautumisvaihtoehto, Lasten- ja nuorten liikunta, sekä Kajaanin lukion liikunnan vapaaehtoisten kurssien kehittämistarve.

Tavoitteet

Lukiolaiset liikkeelle hankkeen tarkoituksena on kehittää toimintamalli vähän liikkuvien lukiolaisten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen Kainuun alueella. Hankkeen tavoitteena on suunnitella, toteuttaa ja arvioida vertaistukeen perustuva liikunnan edistämisen malli vähän liikkuvien lukiolaisten hyvinvoinnin edistämiseksi. Hankkeessa hyödynnetään Kajaanin lukiossa olemassa olevia liikunnan vapaavalintaisia kursseja. (LIVA) Hankkeen mahdollisena toisena toimintavuotena mallista kehitetään trainerivalinnaiskurssi=tuote, joka on mahdollista levittää muihin lukioihin. Trainerikurssista voidaan myös kehittää AHOT:n kautta yhtenevä opintojakso Kajaanin ammattikorkeakoulun liikunnanohjaajakoulutukseen.

Projektin tavoitteet tiivistetysti:

1) Vähän liikkuvien lukiolaisten liikunnallisen aktiivisuuden toimintamalli. 2) TKI-opintojakson suunnittelu, toteutus ja arviointi yhteistyössä Kajaanin lukion ja Kainuun liikunnan kanssa liikunnanohjaaja koulutuksen vaihtoehtoihin ammattiopintoihin. 3) Traineri-valinnaiskurssin kehittäminen Kajaanin/Kainuun maakunnan lukioiden liikunnan valinnaiskursseihin

Kohderyhmä

Kajaanin lukion opiskelijoiden kaksi ryhmää: seniorit ja juniorit. Senioreiksi etsitään toisen tai kolmannen vuoden lukiolaisia, jotka ovat fyysisesti aktiivisia ja kykeneviä toimimaan kannustajana junioreille. Juniorit muodostetaan liikunnallisesti passiivisista opiskelijoista.

Rahoittajat

Opetus- ja kulttuuriministeriö, Kajaanin ammattikorkeakoulu

Toteuttamisaika

1.3.2011 - 30.4.2012

Yhteyshenkilöt

Projektijohtaja

Eija Heikkinen
Puh. (08) 6189 9202
GSM 044 710 1608
etunimi.sukunimi@kajak.fi

Projektipäällikkö

Aleksi Nyström
Puh. (08) 6189 9217
GSM
etunimi.sukunimi@kajak.fi