

# Liikkuvan koulun nykytilan arviointi yläkoulun oppilaille



Liikkuminen voi olla monella tapaa osa koulupäivää. Tämän lomakkeen avulla voit arvioida omaa liikkumistasi koulupäivän aikana sekä oman koulusi liikkumiseen liittyviä käytäntöjä.

## TAUSTAKYSYMYKSET

### 1. Millä luokalla olet?

7.            8.            9.            10.

### 2. Kotikielesi?

suomi          ruotsi          saame          venäjä          viro          englanti          arabia  
somalil          kurdi          kiina          persia/farsi          joku muu, mikä?

### 3. Sukupuolesi

tyttö          poika          muu          en halua kertoa

### 4. Koulu

### 5. Kunta

### 6. Meidän koulumme on Liikkuva koulu

kyllä          ei          en osaa sanoa

### 7. Kuinka usein koulupäivinä...

1 = 4-5 päivänä viikossa 2 = 1-3 päivänä viikossa 3 = harvemmin kuin kerran viikossa  
4 = en koskaan 5 = ei mahdollista

**1    2    3    4    5**

Liikun välitunneilla koulun pihalla.

Liikun välitunneilla koulun sisätiloissa (esim. liikuntasalissa tai aulatiloissa).

Osallistun välitunneilla muiden oppilaiden ohjaamaan liikuntaan.

Ohjaan välitunneilla liikuntaa muille oppilaille.

Kuljen koulumatkat kävellen tai pyöräillen.

Osallistun oppitunneilla taukoliikuntaan.

## 8. Mikä sinua motivoisi liikkumaan koulupäivän aikana?

## 9. Mitä mieltä olet seuraavista asioista?

1 = ei 2 = kyllä 3 = en osaa sanoa

1 2 3

Välitunneilla on minua kiinnostavia mahdollisuuksia liikuntaan.

Koulussa on riittävästi välituntivälineitä.

Välituntivälineet ovat käytettävissä, kun niitä tarvitsen.

Minulla on mahdollisuus suunnitella koulumme välituntiliikuntaa tai liikunnallisia tapahtumia.

Osallistun kouluni välituntiliikunnan tai liikunnallisten tapahtumien suunnitteluun ja toteuttamiseen.

Minulta on kysytty ideoita koulupihan kehittämiseksi.

Haluaisin, että oppitunneilla opiskeltaisiin enemmän toiminnallisesti.

Haluaisin, että oppitunneilla opiskeltaisiin välillä ulkona, esimerkiksi koulun pihalla tai lähiympäristössä.

Haluaisin, että oppitunneilla olisi välillä taukoliikuntaa.

Koulussa kannustetaan liikkumaan koulumatkat kävellen tai pyöräillen.

Koulun pihalla on tilaa polkupyörille.

Koululla on minua kiinnostavia liikunnallisia kerhoja.

Olen saanut tukea tai kannustusta liikkumiseeni opettajilta tai muilta koulun aikuisilta.

Olen keskustellut kouluterveydenhoitajan kanssa liikkumiseen liittyvistä asioista.

## 10. Miten lisäisit oppilaiden liikkumista omassa koulussasi koulupäivän aikana?