



SAKU ry:n toiminta oppilaitosten arjessa

Ammatillisen koulutuksen
hyvinvointipäivät

Saija Sippola

12.12.2012

saku

SAKU ry:n uuden strategian neljä päämäärää



- SAKU ry...

...yhdistää

Ihmiset ovat järjestömme tärkein voimavara ja toimimme sen mukaisesti.

...on läsnä arjessa

Toimintamme on osa oppilaitoksen arkipäivää ja siellä tehtyä hyvinvointityötä.

...tarjoaa elämyksiä

SAKU-henki on voiman lähde, fiilistä, onnistumisia ja yhdessä tekemistä.

...muuttaa maailmaa

Toiminnallamme on konkreettinen vaikutus hyvinvointiin ammatillisessa koulutuksessa.

SAKU ry on läsnä arjessa

- Edistämme jäsenistön hyvinvointityötä luomalla ja levittämällä paikallistason toimintamalleja.
- Tuemme jäsenistön hyvinvointityötä organisoimalla aiempaa enemmän toimintaa paikallistasolla.
- Pidämme hyvinvointityön merkitystä esillä aktiivisesti viestinnän keinoin.
- Tarjoamme jäsenistölle tarpeiden mukaisia palveluita. Ennakoimme tulevia tarpeita aktiivisesti ja olemme valmiita muuttamaan toimintaamme.

Mitä arjessa mukana oleminen tarkoittaa?

- Toiminta tuottaa lisäarvoa jäsenille.
- Jäsenkunta aktivoituu paikallistason toiminnan järjestäytymisen
- Viestintä on enestystekijät suunnitelmallista.
- Ymmärrämme oppilaitoksen arkea ja tunnistamme eri kohderyhmät ja niiden tarpeet.

Lyhyesti

SAKU ry tuottaa ideoita, toimintamalleja ja toimintaa oppilaitosten paikallistasolla hyödynnettäväksi.

Tavoite:

- aiempaa enemmän paikallistason toimintaa
- yhä useampi opiskelija osallistuu toimintaan
- toiminta edistää opiskelua ja auttaa opintoihin kiinnittymisessä

Edellytys:

- innokas ja osaava henkilöstö oppilaitoksissa
- opiskelijat mukaan tekemään!

Mitä se voisi käytännössä olla?

- liikettä niveliin?
- harrastamisen intoa?
- onnistumisen iloa?
- työ- ja toimintakykyisyyttä?
- parempaa porukkahenkeä?
- ylpeyttä omasta oppilaitoksesta?

Neljä pääajatus – mikä se paikallinen SAKU oikein on?

- 1) Valtakunnallinen toiminta –
paikalliset vaikutukset
 - liikunnan kilpailutoiminta,
harrasteliikunta, kulttuuritoiminta
- 3) Säpinää paikallistasolle
 - teemapäivät, Ammattiosaajan
liikuntavuosi, kampanjat
- 2) Otetaan opiskelijat mukaan
 - tutorkoulutus, nuorten oman
toiminnan tukeminen
- 4) Hyvät mallit hyödynnettäväksi
 - työkykypassi, hyvinvoivan
oppimisympäristön tarkistuslista,
Arjen arkki

Valtakunnallinen toiminta – paikalliset vaikutukset

Liikunnan kilpailutoiminta



Harrastusmielellä hiihdän. Vähän vaihtelevasti harjoittelen, miten harjoittelu sattuu aikatauluun sopimaan. Koulujen väliset kisat ovat ihan mukavia. Sinne voi tulla hyvin mukaan, vaikka ei muuten kilpailisikaan.

*Minna Rönkkö,
Ylä-Savon ammattiopisto*

Valtakunnallinen toiminta – paikalliset vaikutukset

Liikunnan kilpailutoiminta



Tapahtuma [jalkapallon lopputurnausta] tarjoaa kivaa koulun aikana. Ja samalla saa breikkiä koulusta. Aina on kiva liikkua, eikä peli ole täällä liian vakavaa.

*Vera Saastamoinen,
Koulutuskeskus Salpaus*

Valtakunnallinen toiminta – paikalliset vaikutukset

- nivelvaihe toiselle asteelle tyypillisin drop-out-ikä seuratoiminnasta ja liikuntaharrastuksista > matalan kynnyksen kilpailutoiminta pitää liekin liikuntakipinäessä
- mahdollisuus kilpailuun motivoi harrastamaan
- innostaa jopa aloittamaan uuden harrastuksen, kun rima ei ole liian korkealla

Matalan kynnyksen liikuntaa

//

Ope, ota meistä kuva, me juostaan!

*nimetön opiskelija SAKUsports-
tapahtumassa norsupalloperin
tiimellyksessä*





Matalan kynnyksen liikuntaa

- 16–18-vuotiaiden nuorten liikunta-aktiivisuuteen voidaan vielä vaikuttaa
- 16–18-vuotiaiden nuorten liikunta-aktiivisuus tuottaa tutkittua tulosta aikuisuuteen asti
- SAKU ry tarjoaa:
 - Tansanialainen jalkapallo, SAKU-sähly
 - SAKUsports
 - harrasteliikuntatapahtuma ilman kilpailullista henkeä
 - ideoita oppilaitoksen liikuntatapahtumiin
 - liikuntaa kaikille, tarjontaa myös erityisopiskelijoille
- Ammattiosaajan liikuntavuosi ja muut paikalliset liikuntatapahtumat



SAKUstars

//

Kisoissa on tosi hyvä fiilis. Olen tykännyt olla kisoissa. Siellä tapaa uusia ihmisiä, saa uusia ystäviä ja saa tehdä hyvien tyyppien kanssa sitä, mistä tykkää. Tärkeintä on päästä pitämään hauskaa kavereiden kanssa, mutta on siellä kiva tietysti pärjätäkkin. Tavoittelen kisassa hauskaa meininkiä. Ylimielisenä kisaan ei kannata lähteä, kun koskaan ei tiedä, millaista jätkää on vastassa. Niin tosissaan ei kannata olla.

*Leo Mäkinen,
Tampereen ammattiopisto*



SAKUstars

“ SAKUstars-kisoissa kaikki kannustavat toisiaan. Yleisön reaktiot olivat hienoja. Tapahtuman yksi tärkeä tarkoitus on tuoda ihmiset yhteen.

*Ebunoluwa Kivinen,
Omnia*



SAKUstars

Hyvän fiiliksen ja kulttuuritaitojen lisäksi SAKUstars opettaa elämän ja työelämän kannalta oleellisia taitoja, kuten rohkeutta heittäytyä ja esiintymiskokemusta.

Valtakunnallinen toiminta

Kaikelle valtakunnalliselle liikunta- ja kulttuuritoiminnalle on yhteistä

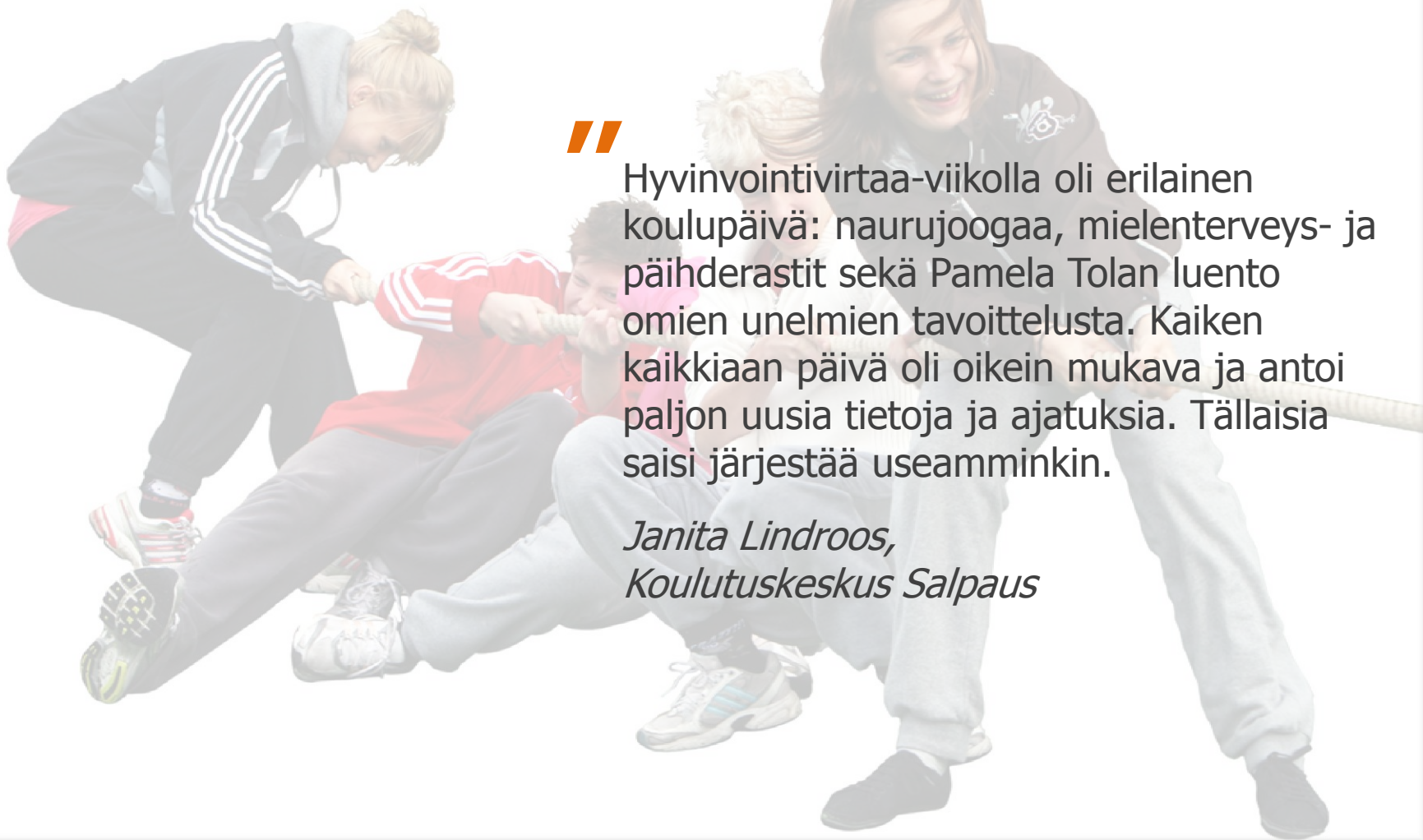
- ryhmäytyminen
- uudet ystävät
- yhteishenki ja ylpeys omasta oppilaitoksesta
- työ- ja toimintakykyisyyden edistäminen

Säpinää paikallistasolle



Hyvinvointivirtaa-viikolla oli erilainen koulupäivä: naurujoogaa, mielenterveys- ja päihderastit sekä Pamela Tolan luento omien unelmien tavoittelusta. Kaiken kaikkiaan päivä oli oikein mukava ja antoi paljon uusia tietoja ja ajatuksia. Tällaisia saisi järjestää useamminkin.

*Janita Lindroos,
Koulutuskeskus Salpaus*



Säpinää paikallistasolle

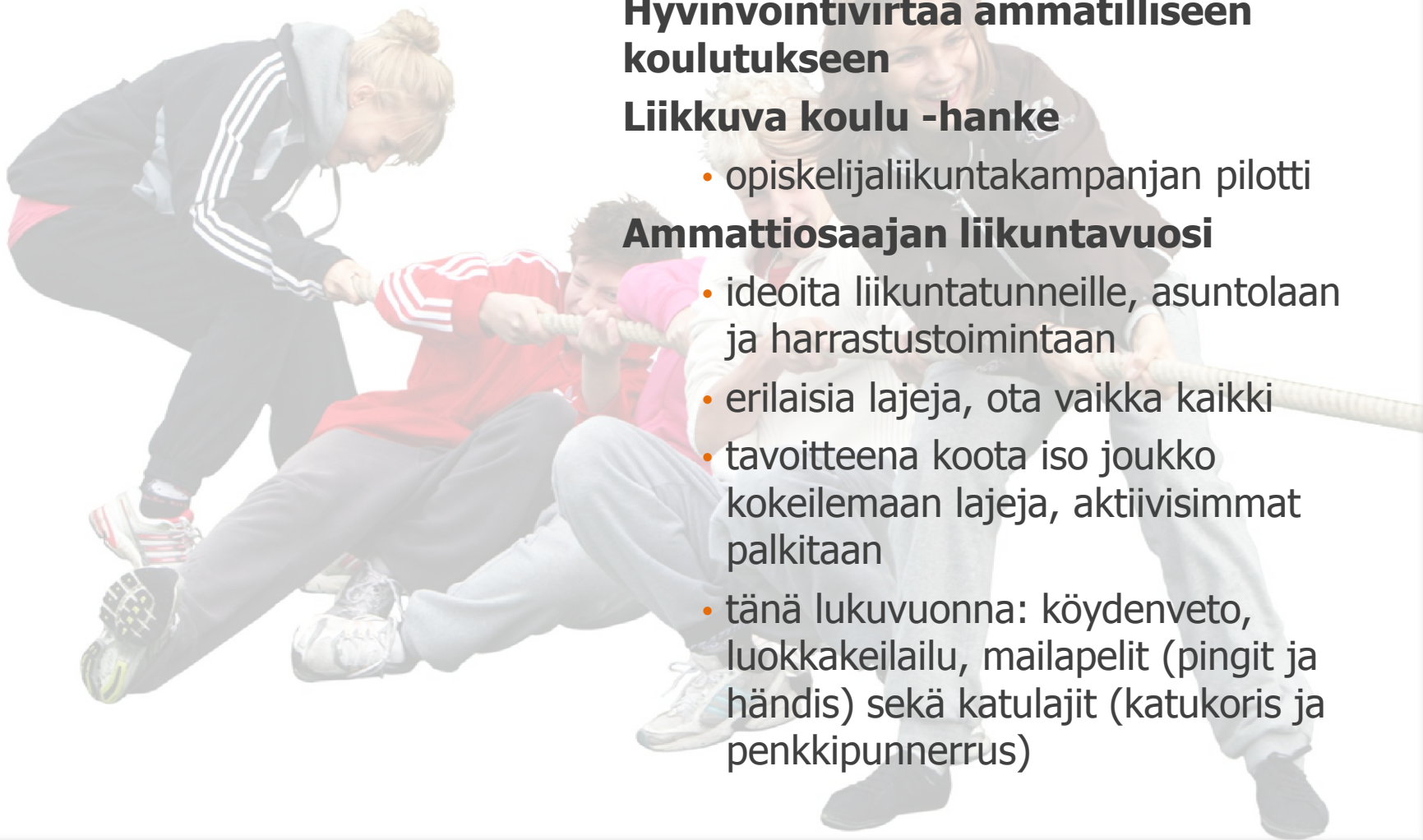
Hyvinvointivirtaa ammatilliseen koulutukseen

Liikkuva koulu -hanke

- opiskelijaliikuntakampanjan pilotti

Ammattiosaajan liikuntavuosi

- ideoita liikuntatunneille, asuntolaan ja harrastustoimintaan
- erilaisia lajeja, ota vaikka kaikki
- tavoitteena koota iso joukko kokeilemaan lajeja, aktiivisimmat palkitaan
- tänä lukuvuonna: köydenveto, luokkakeilailu, mailapelit (pingit ja händis) sekä katulajit (katukoris ja penkkipunnerrus)

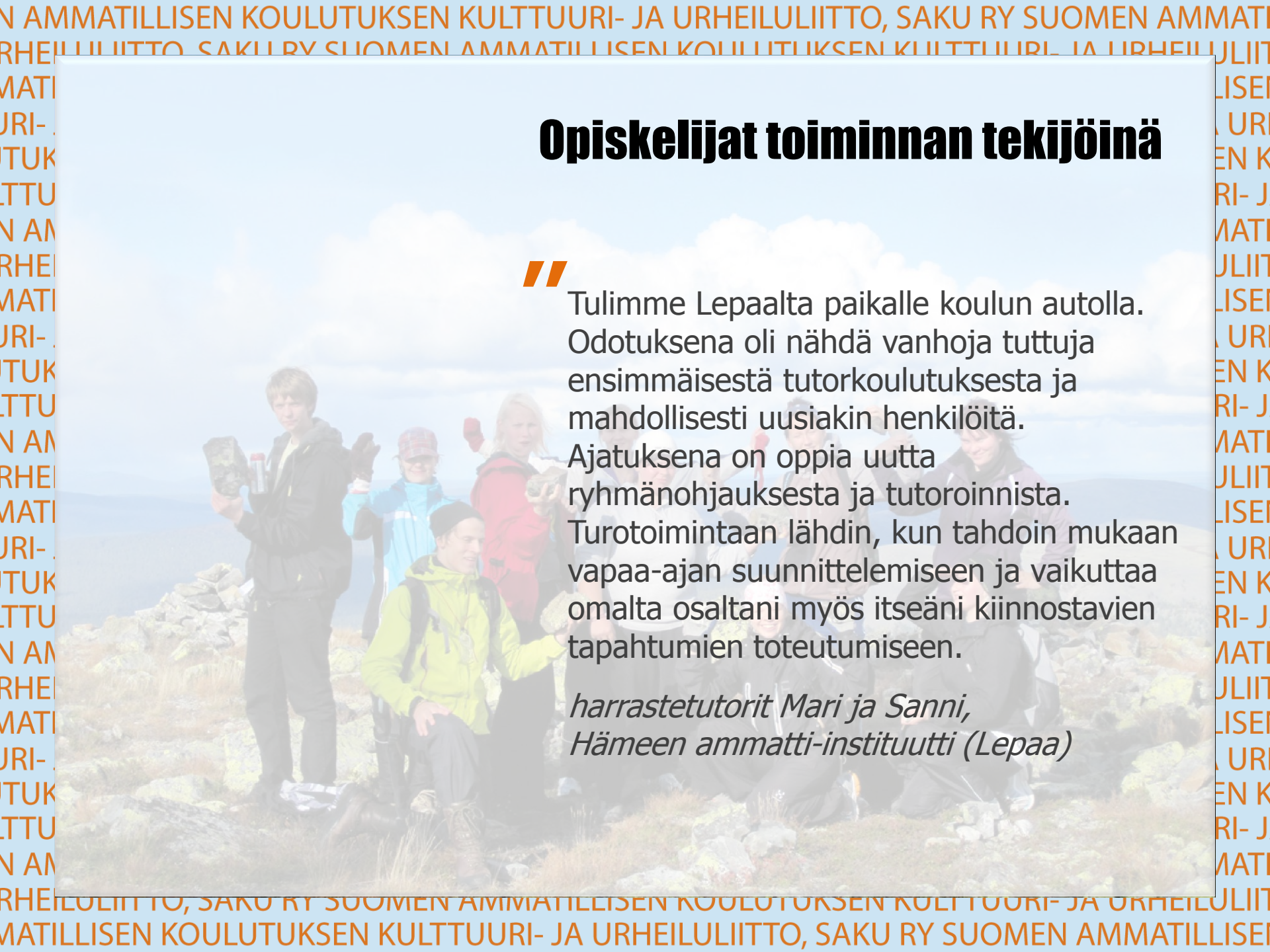


Opiskelijat toiminnan tekijöinä



Tulimme Lepaalta paikalle koulun autolla. Odotuksena oli nähdä vanhoja tuttuja ensimmäisestä tutorkoulutuksesta ja mahdollisesti uusiakin henkilöitä. Ajatuksena on oppia uutta ryhmänohjauksesta ja tutoroinnista. Turotoimintaan lähdin, kun tahdoin mukaan vapaa-ajan suunnittelemiseen ja vaikuttaa omalta osaltani myös itseäni kiinnostavien tapahtumien toteutumiseen.

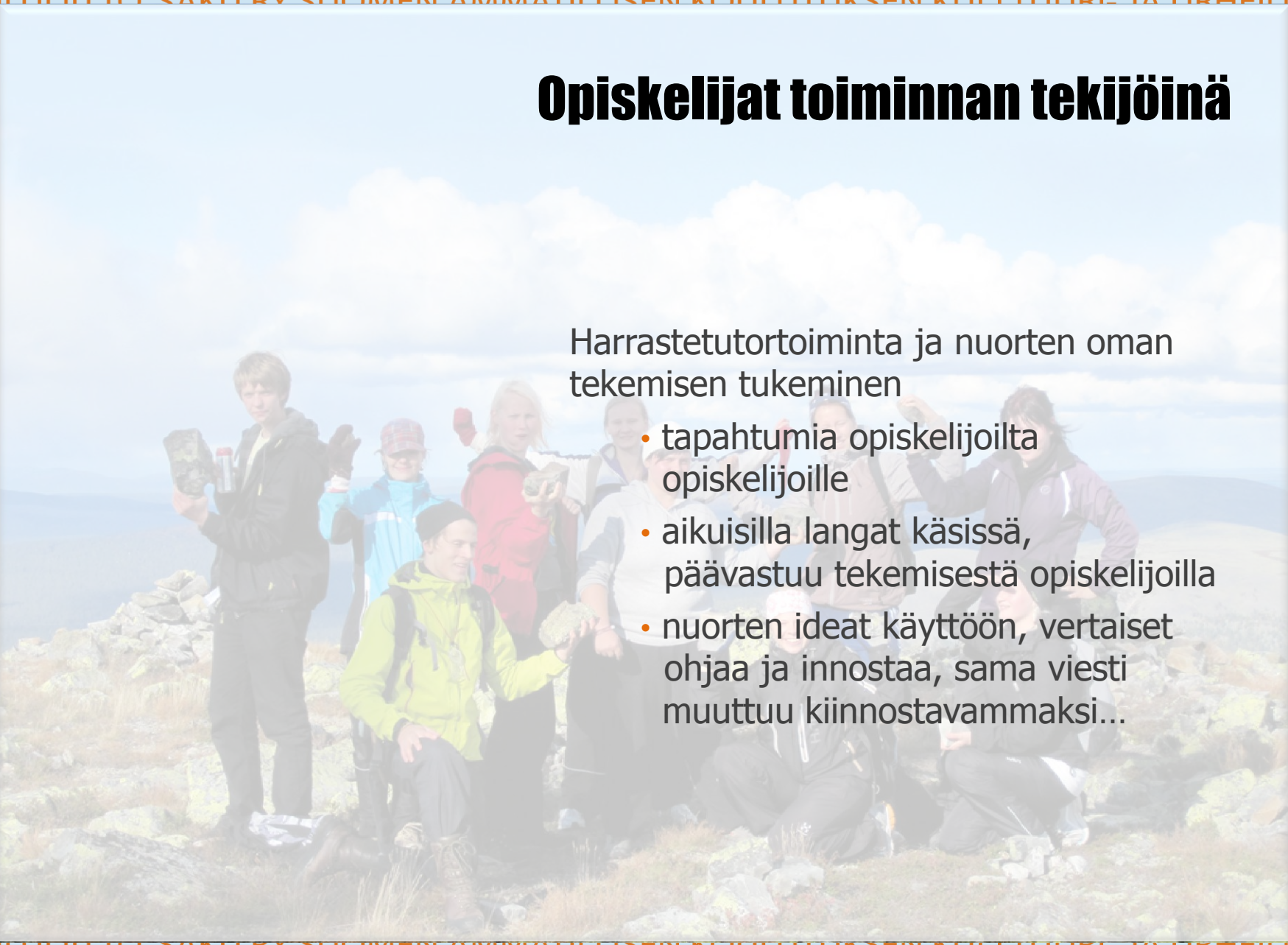
*harrastetutorit Mari ja Sanni,
Hämeen ammatti-instituutti (Lepaa)*



Opiskelijat toiminnan tekijöinä

Harrastetutortoiminta ja nuorten oman tekemisen tukeminen

- tapahtumia opiskelijoilta opiskelijoille
- aikuisilla langat käsissä, päävastuu tekemisestä opiskelijoilla
- nuorten ideat käyttöön, vertaiset ohjaa ja innostaa, sama viesti muuttuu kiinnostavammaksi...



Opiskelijat toiminnan tekijöinä

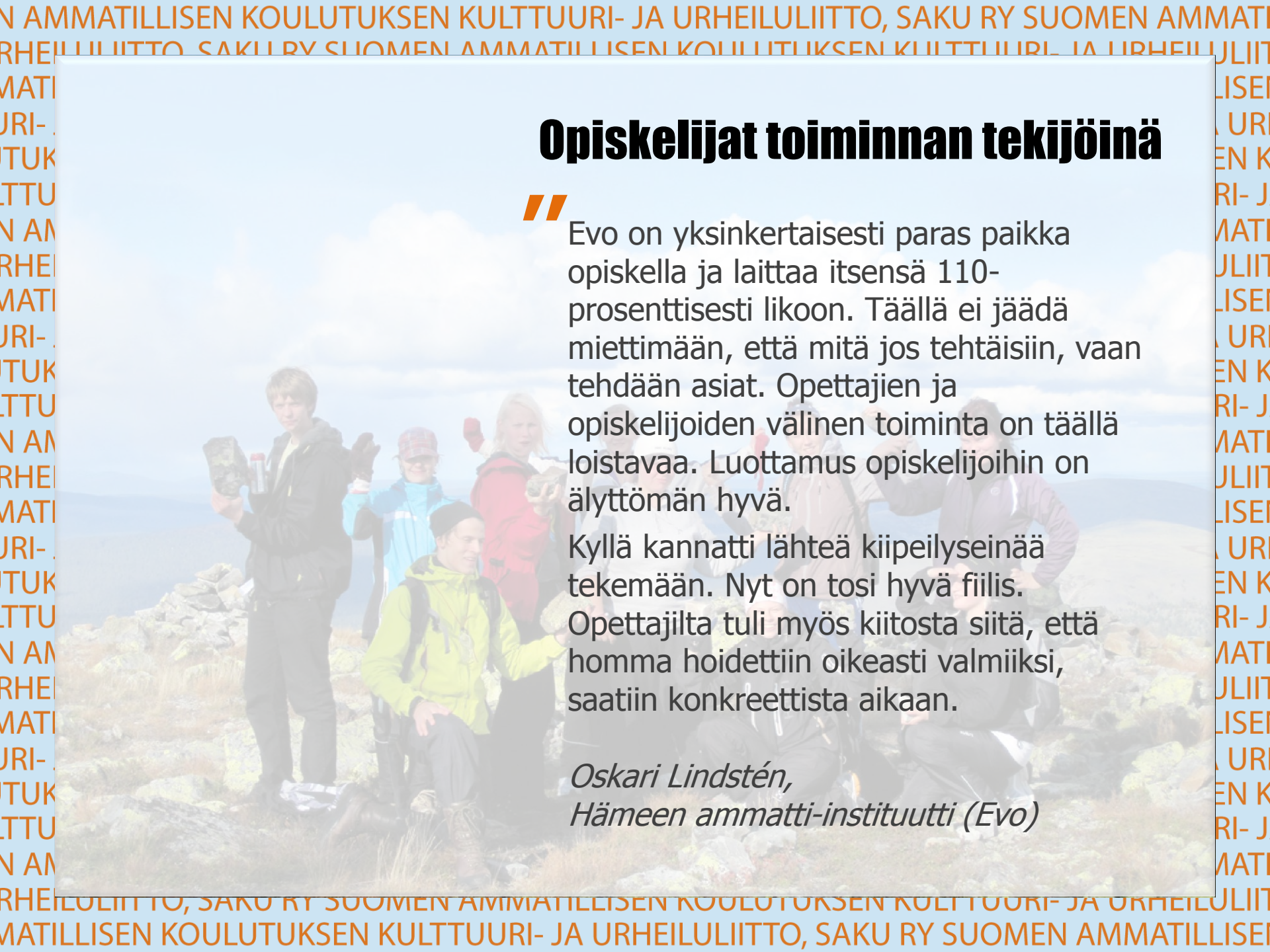


Evo on yksinkertaisesti paras paikka opiskella ja laittaa itsensä 110-prosenttisesti likoon. Täällä ei jäädä miettimään, että mitä jos tehtäisiin, vaan tehdään asiat. Opettajien ja opiskelijoiden välinen toiminta on täällä loistavaa. Luottamus opiskelijoihin on älyttömän hyvä.

Kyllä kannatti lähteä kiipeilyseinää tekemään. Nyt on tosi hyvä fiilis.

Opettajilta tuli myös kiitosta siitä, että homma hoidettiin oikeasti valmiiksi, saatiin konkreettista aikaan.

*Oskari Lindstén,
Hämeen ammatti-instituutti (Evo)*

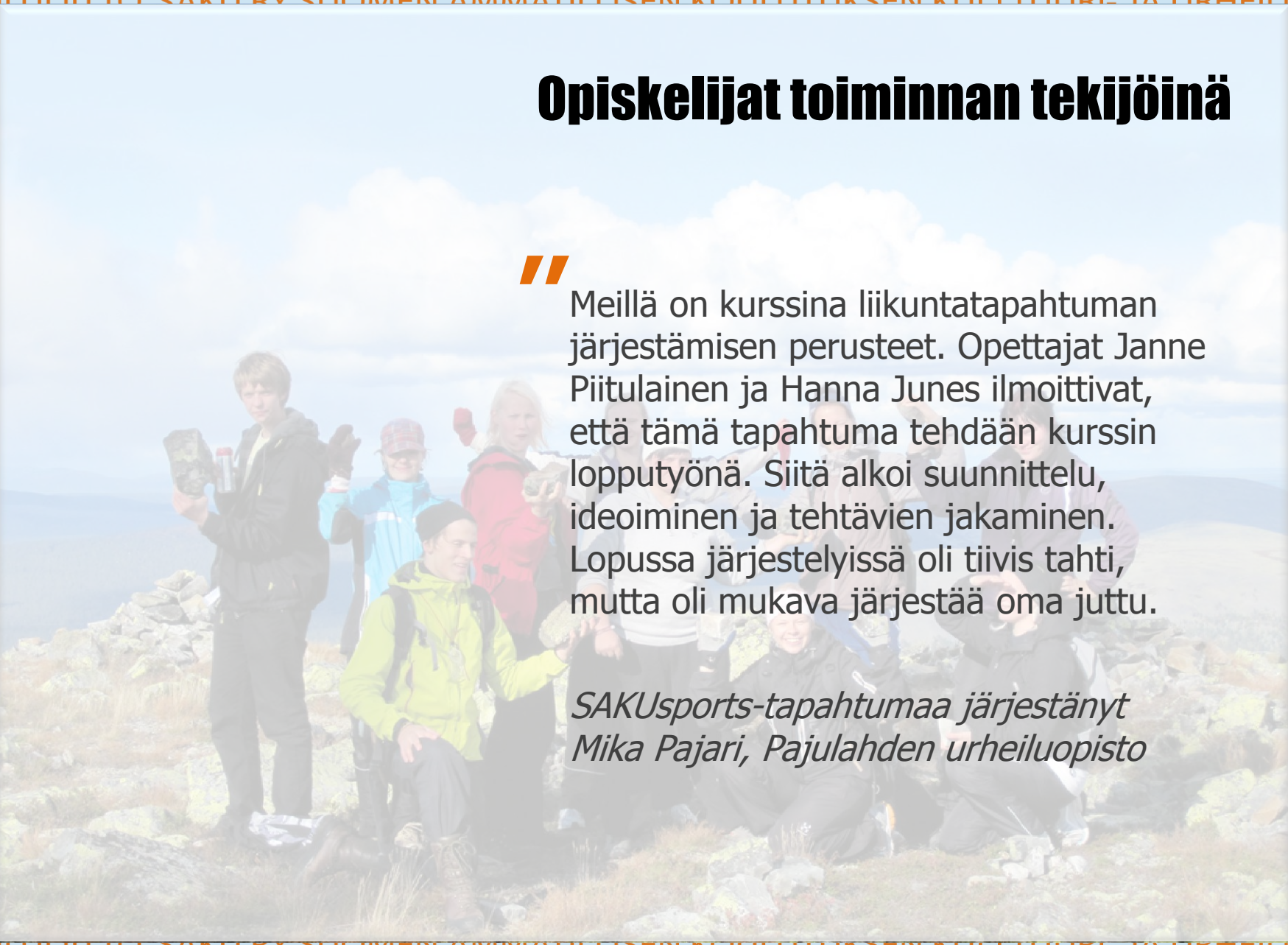


Opiskelijat toiminnan tekijöinä



Meillä on kurssina liikuntatapahtuman järjestämisen perusteet. Opettajat Janne Piitulainen ja Hanna Junes ilmoittivat, että tämä tapahtuma tehdään kurssin lopputyönä. Siitä alkoi suunnittelu, ideoiminen ja tehtävien jakaminen. Lopussa järjestelyissä oli tiivis tahti, mutta oli mukava järjestää oma juttu.

*SAKUsports-tapahtumaa järjestänyt
Mika Pajari, Pajulahden urheiluopisto*

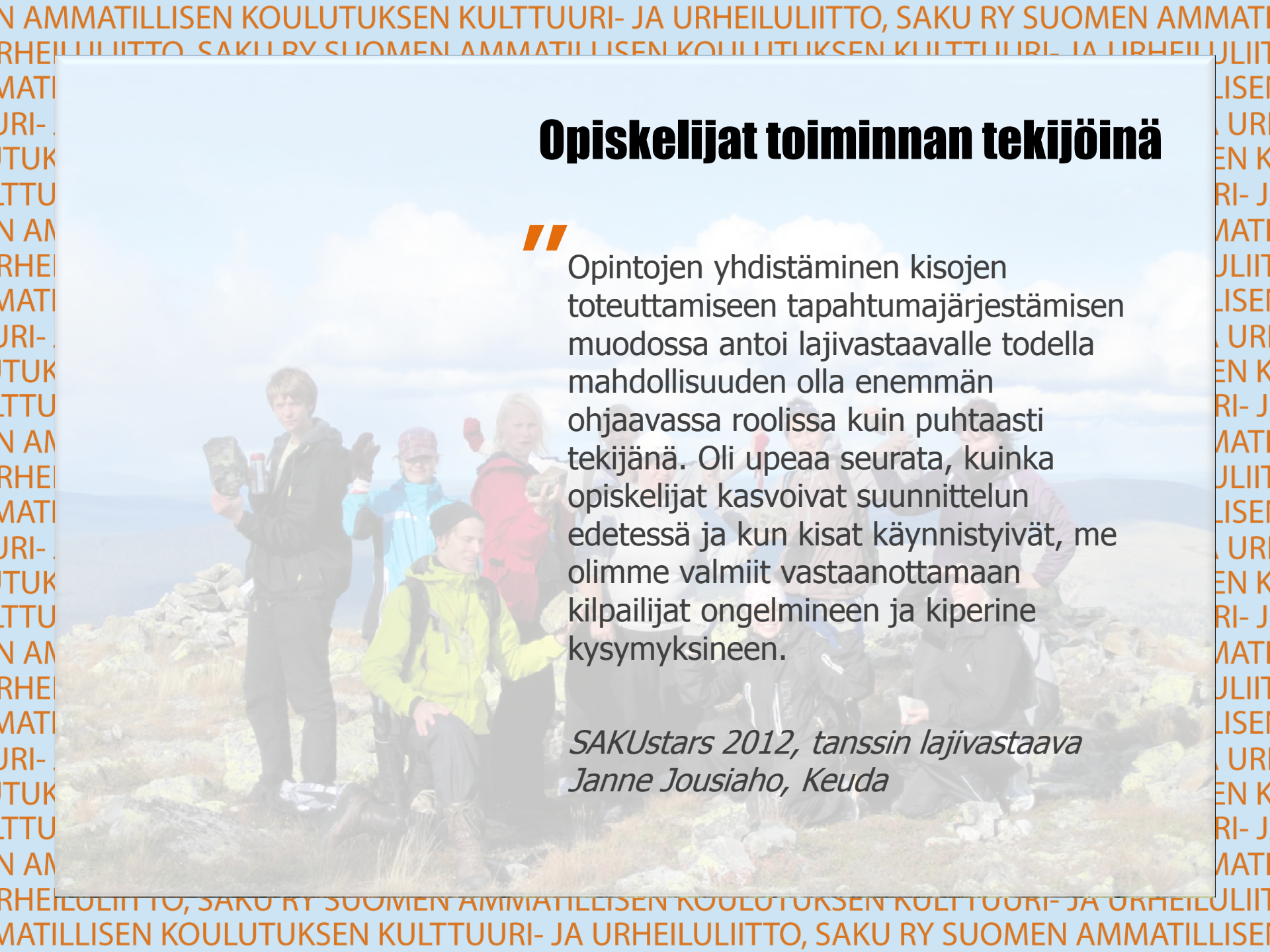


Opiskelijat toiminnan tekijöinä



Opintojen yhdistäminen kisojen toteuttamiseen tapahtumajärjestämisen muodossa antoi lajivastaavalle todella mahdollisuuden olla enemmän ohjaavassa roolissa kuin puhtaasti tekijänä. Oli upeaa seurata, kuinka opiskelijat kasvoivat suunnittelun edetessä ja kun kisat käynnistyivät, me olimme valmiit vastaanottamaan kilpailijat ongelmineen ja kiperine kysymyksineen.

*SAKUstars 2012, tanssin lajivastaava
Janne Jousiaho, Keuda*





Hyvät mallit hyödynnettäväksi

Työkykypassi



Ammattiosaajan työkykypassin suorittaminen on työnantajalle merkki työnhakijan aktiivisuudesta. Passin suorittamiseen minua motivoi omasta hyvinvoinnista huolehtiminen ja työn tuloksien näkyminen. Minulle ei ollut vaikeaa kirjata suorituksia ylös, vaan seuraaminen päinvastoin aktivoi tekemään enemmän.

*Katri Hatanpää,
Tampereen ammattiopisto*



Hyvät mallit hyödynnettäväksi

Työkykypassi

- työkykypassin toteuttamisen hyvät käytännöt
- tukimateriaalit ja koulutukset henkilöstölle
- herättelevä materiaali opiskelijoille
- uusittu alpo.fi käyttöön ensi vuoden alusta



Hyvät mallit hyödynnettäväksi

Hyvinvoivan oppimisympäristön tarkistuslista



Hyvinvoinnin määrittely on edennyt hyvinvoivan oppimisympäristön tarkistuslistan avulla. Arjen tilanteissa elävän hyvinvointityön sisältö on tehty näkyväksi ja kaikkien arvioitavaksi. Toimintajärjestelmäämme on peilattu tarkistuslistaan ja hyvinvoiva oppimisympäristö saanut Sataedussa pysyvän raaminsa.

*projektipäällikkö Riitta Hirsikoski,
Satakunnan ammattiopisto*

Hyvät mallit hyödynnettäväksi

Arjen arkki

- mikä se on?
- astu laivaan, niin näet!

Paikallinen SAKU – oliko se sitä?

- liikettä niveliin?
- harrastamisen intoa?
- onnistumisen iloa?
- työ- ja toimintakykyisyyttä?
- parempaa porukkahenkeä?
- ylpeyttä omasta oppilaitoksesta?

Jos oli, ota siitä hyöty irti.

Jos ei ollut, kerro meille, mitä sen pitäisi olla!

[Asiantuntijapuheenvuoro](#)



Kiitos!

Saija Sippola

saija.sippola@sakury.net

puh. 0207 55 10 14

www.sakury.net

sakur