

LIITE 2. Tiedotekirje ja lupalappu

Hei 5 -luokkalainen ja vanhemmat!

Olemme Seinäjoen ammattikorkeakoulun, sosiaali- ja terveysalan yksikön, fysioterapian koulutusohjelman opiskelijoita. Teemme opinnäytetyötä viidesluokkalaisten oppilaiden liikunnallisen aktiivisuuden selvittämiseksi. Olemme suunnitelleet tätä varten alakoulun liikuntadiplomin, jonka oppilaat suorittavat. Liikuntadiplomin avulla selvitämme, lisääntyykö oppilaiden fyysinen aktiivisuus diplomin keinoin. Liikuntadiplomin tavoitteena on innostaa lasta liikkumaan ja jakaa tietoa terveellisistä elämäntavoista. Diplomi koostuu lapsen liikkumiskerroista, tehtäväkirjasta, liikkumispäiväkirjasta ja perheretkestä.

Tarkoituksenamme on ohjata liikkumisryhmää Lintuviidan koululla ja koulun ympäristössä. Ryhmä kokoontuu kaksi kertaa viikossa, aina maanantaisin ja torstaisin klo 15.–16.00. Vuorokerron liikumme sisällä ja ulkona, säätilan huomioiden. Ohjaamme ryhmää kuuden viikon ajan, jonka aikana oppilaat suorittavat liikuntadiplomin. Liikkumiskerroilla tärkeintä on liikunnan ilo ja uudet liikuntakokemukset. Oppilaat saavat itse vaikuttaa kertojen sisältöön. Liikuntadiplomiin kuuluvan tehtäväkirjan jaamme oppilaille ensimmäisellä liikkumiskerralla ja siihen kuuluvat tehtävät tehdään osittain kerroilla ja osittain kotona.

Ensimmäinen ryhmän kokoontuminen on Lintuviidan koulun liikuntasalissa maanantaina 17.1.2011 klo 15.00.

Ryhmään osallistuminen on vapaaehtoista ja täysin maksutonta. Mukaan tarvitetset sisäliikuntavaatteet.

Ilmoittaudu mukaan ryhmäämme liikkumaan kanssamme!

Palauta ilmoittautumislomake opettajallesi viimeistään keskiviikkona 12.1.2011.

Toteutamme ensimmäisellä ja viimeisellä liikkumiskerralla vapaaehtoisen kyselyn, joka selvittää oppilaiden liikunnallisuutta, suhtautumista liikuntaan, ravitsemusta ja unen määrää. Kysely on luottamuksellinen ja käytämme sillä saatua aineistoa vain opinnäytetyöhömme. Kyselyyn vastataan nimettömänä, joten vastauksia ei voida yhdistää tiettyihin henkilöihin.

Mikäli ilmenee kysyttävää, ottakaa meihin rohkeasti yhteyttä.

Terveisin fysioterapiaopiskelijat:

Outi Kotoneva, 050-3593870

Mari Ronkainen, 050-4913508



Ilmoittautumislomake

Osallistuuko lapsenne alakoulun liikuntadiplomin suorittamiseen?

Kyllä ____ Ei ____

Saako lapsenne vastata elämäntapakyselyyn?

Kyllä ____ Ei ____

Saako lapsestanne ottaa valokuvia, joita voimme hyödyntää opinnäytetyössämme?

Kyllä ____ Ei ____

Oppilaan nimi: _____

Pvm ja paikka: _____

Vanhemman allekirjoitus: _____