



# Ystävyys

- Friendship

Suomen Olympia-Akatemian  
Reilusti Rioon -julkaisu 1/4, tammikuu 2016





Tämä on ensimmäinen neljästä verkkajulkaisusta, jotka johtavat Reilusti Rioon. Rion 2016 olympialaiset ja paralympialaiset innostavat koulut, päiväkodit ja liikuntaseurat iloisein liikuntatapahtumiin, olympiapäiviin. Mukana kulkevat vahvat olympia-arvot: ystävyys, kunnioitus, suvaitsevaisuus ja parhaansa tekeminen.

## Reilusti Rioon -julkaisut

1. Ystävyys – Friendship / tammikuu 2016
2. Kunnioitus – Respect / maaliskuu 2016
3. Suvaitsevaisuus – Tolerance / toukokuu 2016
4. Parhaansa tekeminen – Excellence / marraskuu 2016

Reilusti Rioon -teemavuotta järjestävät **Suomen Olympiakomitea, Suomen Paralympiakomitea, Valo ja Liikkuva koulu -ohjelma.**

### Julkaisujen työryhmä:

|                   |                                 |
|-------------------|---------------------------------|
| Oskar Breilin     | Suomen Olympia-Akatemia (SOA)   |
| Jukka Karvinen    | Valo                            |
| Leena Kummu       | Paralympiakomitea               |
| Nina Luukkainen   | Urheiluopistojen yhdistys / SOA |
| Sanna Mönkkönen   | Voltimedia Oy                   |
| Kirsi Naukkarinen | Liikkuva Koulu -ohjelma         |



Kannen kuva: Jari Mönkkönen



# Sisällys:

|  |    |
|--|----|
| Esipuhe  | 4  |
| Reilusti Rioon   | 5  |
| Lähdetään matkalle yhdessä!  | 6  |
| Urheilijaterveiset   | 7  |
| Ystävyys   | 8  |
| Ystävänäpäivän sambakarnevaalit  | 9  |
| Samba – elämäniloa Brasiliasta   | 10 |
| Yhdessä tekeminen, me-henki ja ystävyys                                  | 11 |
| Yhteisöllisyys – tuntisuunnitelma  | 12 |
| Olympia-aate   | 13 |
| Olympialiikkeen perusperiaatteet   | 14 |
| Olympiakasvatusta uuden opetussuunnitelman mukaisesti                    | 15 |
| Paralympialaiset tutuiksi  | 16 |
| Oppilaat, opiskelijat ja työyhteisö mukaan suunnitteluun ja toteutukseen | 17 |
| Olympialaiset päiväkodissa, miksi?                                       | 19 |
| Lähde mukaan Reilusti Rioon – mutta miten?                               | 20 |
| Urheiluopistojen opiskelijat mukaan järjestämään olympiapäiviä           | 21 |



# Esipuhe

Meillä on ilo kutsua Sinut ja oppilaasi Reilusti Rioon -teemavuoteen, joka huipentuu Rion olympialaisiin 5. - 21.8.2016 ja paralympialaisiin 7. - 18.9.2016.

## Reilusti Rioon – matka urheiluvuoteen 2016 voi alkaa

Lähde mukaan suunnittelemaan ja toteuttamaan oman yhteisön matkaa kohti Rion kesäkisoja.

Urheiluvuosi huipentuu Rion olympia- ja paralympiakisoihin elo-syyskuussa. Reilusti Rioon -ohjelmassa myös lapsilla on mahdollista olla osa suurta urheilujuhlaa. Suunnittele ja toteuta teille sopiva vaihtoehto niin päiväkodissa kuin koulussa.

Reilusti Rioon -teemavuoden aikana julkaistaan neljä eri nettijulkaisua. Julkaisuissa tuodaan esille hyvin ajankohtaisia ja tärkeitä kasvatuksellisia arvoja. Näitä arvoja ovat **ystävyyttä** friendship, **kunnioitus** respect, **suvaitsevaisuus** tolerance ja **parhaansa tekeminen** excellence. Voit poimia julkaisuista sopivia teemoja ja toteuttaa niitä silloin, kun se parhaiten teille sopii.

Olympiakasvatuksesta voidaan muodostaa uuden opetussuunnitelman mukaisesti monialainen oppimiskokonaisuus, yhden päivän kestävä teemapäivä tai useamman oppiaineen muodostama kokonaisuus. Haluaisin korostaa oppilaiden osallisuutta heti suunnitteluvaiheessa, tehdään tästä lasten näköiset kisat.



## Lisää liikuntaa yhteistyössä

Suomen Olympia-Akatemian tehtävänä on viedä olympiakasvatusta päiväkoteihin ja kouluihin. Samalla kun huippu-urheilijat urheilevat omalla areenalla Rioissa on hyvä muistaa, että meillä kaikilla on oikeus liikkua ja urheilla, ”jokainen meistä voi kokea olevansa olympiavoittaja”.

Reilusti Rioon-ohjelmalla voimme tehostaa ja saada uusia virikkeitä omaan kasvatustyöhömme, lisätä liikuntaa ja näin edistää lasten ja nuorten hyvinvointia.

Haluan kiittää työryhmää ja yhteistyökumppaneitamme Valoa, Paralympiakomiteaa, Liikkuvaa koulua, Liikunnan aluejärjestöjä ja Urheiluopistojen Yhdistystä erinomaisesta yhteistyöstä. Lämpimät kiitokseni myös teille kaikille opettajille, jotka olette olleet mukana työstämässä tätä materiaalia.



Elämyksiä ja yhdessä tekemisen riemua Reilusti Rioon -ohjelman parissa.

### Petri Haapanen

puheenjohtaja, Suomen Olympia-Akatemia  
rehtori, Aurinkovuoren koulu

Suomen Olympiakomitean olympiakasvatuksen asiantuntijaryhmä:

**Suomen Olympia-Akatemia**

[olympic.academy@noc.fi](mailto:olympic.academy@noc.fi)

[www.sport.fi/olympiakomitea/olympia-akatemia](http://www.sport.fi/olympiakomitea/olympia-akatemia) ,

**Facebook: Olympic Academy Finland**



# Reilusti Rioon

Kiitos, että olette lähteneet mukaan Reilusi Rioon -teemavuoteen!

Tarjoamme teille maksutta seuraavat materiaalit:

- Ideoita ja vinkkejä tapahtuman järjestämiseksi neljässä verkkojulkaisussa
- Osallistujadiplomit
- Kouludiplomi
- Reilun pelin diplomi
- Olympiajoukkueen ”Reilusti Rioon” -postikortti Brasiliasta postitse
- Paralympiajoukkueen ”Reilusti Rioon” -postikortti Brasiliasta postitse

Omakustannehintaan on tilattavissa myös Citius-Altius-Fortius -olympiakasvatuskansio, jonka mukana toimitetaan myös olympialippu.

**Reitti Rioon 2016 on avattu!**



Suomen  
Paralympia-  
komitea



**LIIKKUVA KOULU**  
skolan i rörelse

**välö**



# Lähdetään matkalle yhdessä!

**U**rheilumaailma ottaa parhaillaan loppukiriä kohti Rion olympialaisia. Kouluissa on alkanut matka kohti kevättä. Nämä kaksi matkaa voidaan kouluissa yhdistää oppilaita liikkumaan kannustavaksi, yhdessä tehtäväksi taipaleeksi. Reilusti Rioon -teema tarjoaa monia mahdollisuuksia kouluille nostaa - liikkumisen edistämisen lisäksi - lukuisia tärkeitä asioita oppilaiden kanssa käsiteltäväksi.

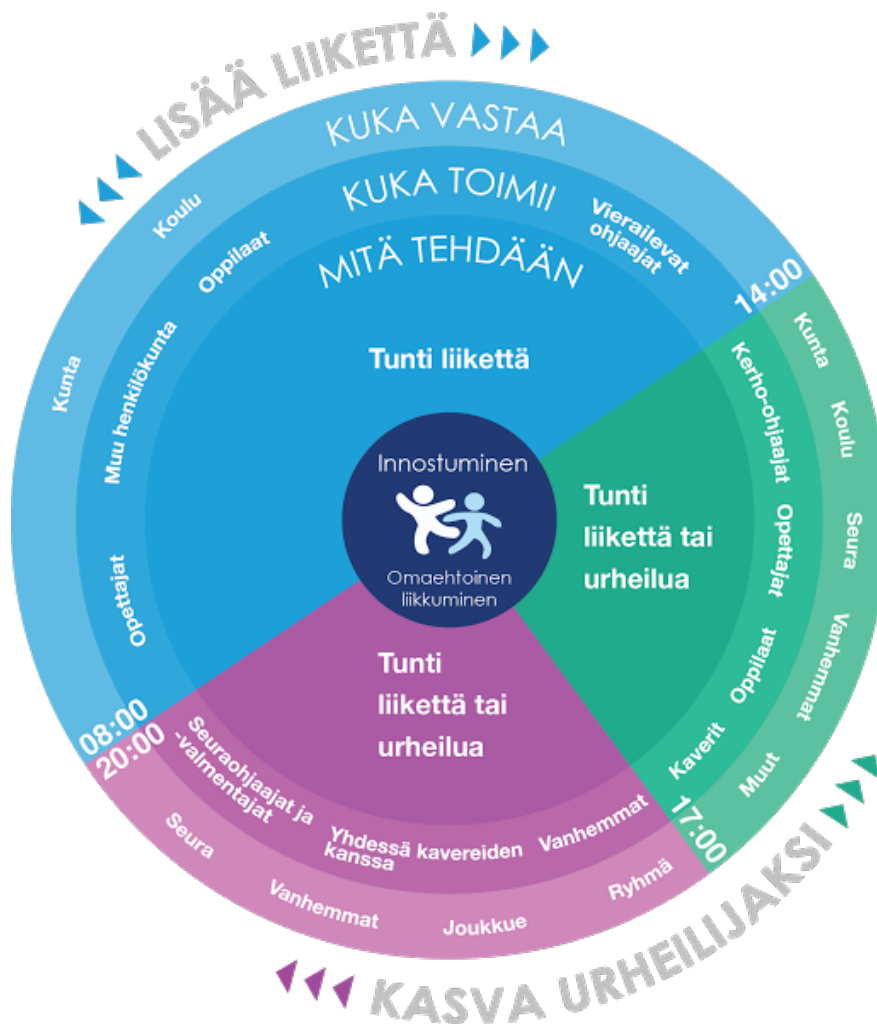
Tämän kirjeen teema ystävyys liittyy läheisesti liikkumiseen. Yhteisen tekemisen kautta on mahdollista lisätä oppilaiden keskinäistä vuorovaikutusta - sekä sanojen että liikkeiden avulla. Tässä piilee liikkeen voima yhteisöllisyyden edistäjänä.

Erilaisten pelien ja leikkien valtavasta kirjosta löytyy lukuisia yhteistyötä vaativia tehtäviä, joiden avulla voidaan tukea oppilaiden sosiaalisten ja vuorovaikutustaitojen kehittämistä. Ongelmanratkaisu menetelmänä sopii hyvin myös liikkumisen oppimiseen ja liikunnan avulla oppimiseen.

Laadimme viime keväänä yhdessä liikuntajärjestöjen kanssa tiekartan koulu yhteistyön tehostamiseksi otsikolla "Lupa liikkua ja urheilla koulussa". Lähtökohtana oli löytää yhteisiä toimenpiteitä ja niiden yhteistä viestintää koulujen suuntaan - tarjota apua arkeen. Hallituksen kärkihankkeen tavoite, tunti liikettä koulupäivän aikana jokaiselle oppilaalle, on iso haaste, jonka toteuttamisessa haluamme auttaa kuntia, kouluja, opettajia ja oppilaita. Aktiivinen koulupäivä ja liikkuva iltapäivä ovat yhteisiä tavoitteitamme.

Tehdään yhdessä oppilaille jokaisesta päivästä hyvinvoiva päivä!

**Jukka Karvinen**  
Erityisasiantuntija  
VALO

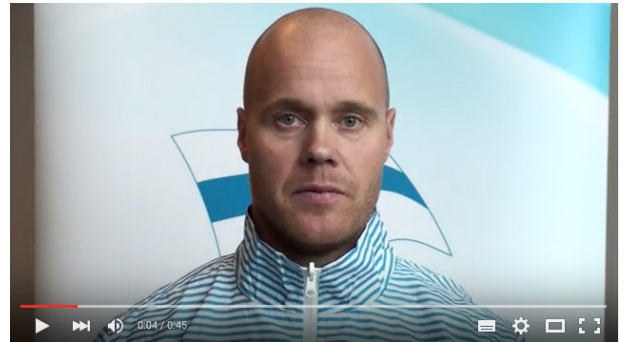




# Urheilijaterveiset

Rion olympialaisiin tähtävät urheilijat kertovat videoissa itsestään, matkastaan kohti Rioa sekä ystävyydestä ja yhteisöllisyydestä.

Reilusti Rioon -julkaisuissa ovat mukana pyörätuolikelaja **Amanda Kotaja**, beachvolley-pelaaja **Taru Lahti**, aitajuoksija **Nooralotta Neziri**, moukarinheitäjä **David Söderberg** sekä rytmisen voimistelun maajoukkue.



# Aamunavausteksti – Ystävyys

## Minkälaista on ystävyys? Mitä se vaatii? Mitä se antaa? Mistä se koostuu?

Ystävyyttä on monen eri tasoista. Nykypäivänä, kun sosiaalisen median kanavat, kuten Facebook, ovat tulleet vahvasti mukaan elämäämme, niin ystävyysdenkin määritelmä on muuttunut. Jos olet jonkun ystävä Facebookissa, ei tarkoita sitä, että olisitte parhaita kavereita. Ne ystävät voivat olla entisiä luokkakavereita, hyvän päivän tuttuja, henkilöitä, joita olet tavannut kerran tai kaksi. Tässä tapauksessa ystävyys voi olla yhteydenpidon väline.

Ystävyys liikunnassa ja urheilussa on merkinnyt minulle saman henkisiä ihmisiä, joiden kanssa on ollut samat kiinnostuksen kohteet ja on pystytty puhumaan asioista, joista toisilla ei ole käsitystä tai he eivät ymmärrä - se on eräänlaista hengen heimolaisuutta. Urheilussa hienointa on se, että pahimmat kilpakumppanit saattavat olla myös niitä parhaimpia ystäviä kilpailun ulkopuolella. Silloin olemme samalla viivalla ja meillä on paljon yhteistä jaettavaa.

Todellinen ystävyys, parhaat kaverit, sydänystävät ovat tärkeitä voimavaroja ihmiselle. Heidän kanssaan voit jakaa elämän ilot sekä surut, ja he ovat tukenasi tapahtui mitä tahansa. Hyvinvoinnille ja mielenterveydelle on hyväksi, että ystävien kanssa voimme purkaa elämässämme tapahtuneita kriisejä, eikä niitä tarvitse pitää sisällämme.



Mutta mitä todellinen ystävyys vaatii? Se vaatii rehellisyyttä, luottamusta, anteeksiantoa ja kunnioitusta. Ilman rehellisyyttä ja anteeksiantoa on vaikeaa luoda luotettavaa ystävyyttä. Toisen kunnioittaminen saa aikaan hyvänolon sekä arvostuksen tunteen, jolloin ystävä voi kokea itsensä merkitykselliseksi. Kunnioitus ja luottamus näkyvät myös siinä, että arat asiat pysyvät ystävyysten keskinäisinä eikä niitä levitellä kaikille muille kanssaihmisille.

Lopuksi haluan jakaa tarinan, joka on eräänlainen kiertokirje, jonka alkuperää en tiedä. Itse olen saanut sen aikoinaan sähköpostitse.

*”Tarina kertoo ystävyksistä, jotka vaelsivat halki autiomaan. Yhdessä vaiheessa matkan aikana ystävykset joutuivat sana-harkkaan ja alkoivat riidellä. Riitely loppui, kun toinen läp-säisi toista. Ystävä, jota toinen löi, oli surullinen. Sanaakaan sanomatta hän kirjoitti hiekkaan: ”tänään paras ystäväni löi minua”. Toinenkin oli kovin pahoillaan. Ystävykset sopivat riidan ja jatkoivat matkaa, kunnes tulivat keitaan luo. Siellä oli lähde, jossa ystävykset päättivät kylpeä. Se, jota toinen oli lyönyt, luiskahti kiveltä ja oli hukkua lähteeseen, mutta ystävä ehti pelastaa hänet. Kun ystävästä se, joka oli meinannut hukkua, palautui kokemuksestaan, kaiversi hän kiveen: ”tänään paras ystäväni pelasti henkeni”. Se ystävästä, joka oli lyönyt toista ja myöhemmin pelastanut tämän, kysyi: ”Kun löin sinua, kirjoitit hiekkaan, ja nyt hakkasit sanat kiveen. Miksi?” Toinen ystävästä vastasi: ”Kun joku tekee meille jotain paha, se pitäisi kirjoittaa hiekkaan, jotta anteeksiannon tuulet voivat viedä kirjoituksen mukanaan. Mutta, kun joku tekee meille jotain hyvää, meidän tulisi kaivertaa se kiveen, jottei kukaan voisi pyyhkiä sitä pois ja unohtaa”... Opettele kirjoittamaan surusi hiekkaan ja kaivertamaan onnesi kiveen.”*

Hyvää päivän jatkoa!



### Oskar Breilin

Reilusti Rioon –työryhmän pj.  
Suomen Olympia-Akatemian jäsen  
Vääksyn Yhteiskoulun liikunnan ja terveystiedon lehtori





# Ystävänäpäivän sambakarnevaalit

**B**rasilian Rio de Janeiro tunnetaan sambasta ja sambakarnevaaleistaan. Nämä maailman suurimmat viisipäiväiset karnevaalit ovat täynnä tanssia ja riemua. Kuuden miljoonan asukkaan Rio de Janeiroon kerääntyy satoja tuhansia ulkomaalaisia vieraita sekä miljoonia brasilialaisia juhlimaan ja seuraamaan värikkäitä ja näyttäviä sambakulkueita.

Rio de Janeiron sambakarnevaalit järjestetään joka vuonna helmikuussa laskiaisen aikoihin, 40 päivää ennen pääsiäistä juuri ennen paastonajan alkua. Tänä vuonna nämä juhlat pidetään 5.-9.2.2016.

Ystävänäpäivä 14.2 sijoittuu varsin lähelle sambakarnevaaleja. Reilusti Rioon -teemavuoden kunniaksi ystävänäpäivää voi viettää sambakarnevaaliteemalla. Varsinainen ystävänäpäivä on toki sunnuntai, mutta sitä voi viettää työpaikoilla ja kouluissa vaikka jo perjantaina 12. päivä.



## Vinkkejä kouluille:

### Vietetään väripäivää

- Jokainen vuosiluokka pukeutuu omaan sovitettuun väriinsä. Kuuden vuosiluokan alakouluissa voi hyödyntää esimerkiksi olympialipun värejä: valkoinen + renkaiden värit. Opettajille voidaan valita myös oma värinsä.
- Oppilaat ja opettajat pukeutuvat oman mielen mukaan värikkäästi.

### Järjestetään

- **tanssihetki**, välitunnilla tai erillinen tanssitunti, jossa opetellaan sambaa
- **disko**
- **kulkue**, jonka musiikista vastaa esim. koulun oma bändi/musiikkiryhmä
- **taidehetki/-tunti**, jossa tehdään värikästä taidetta ja vaikka myös värikästä katutaidetta, graffiteja

### Leikitään ystävyshippaa

Ystävyshippa on perinteinen hippaleikki. Kiinnijäänyt jää paikalleen seisomaan kädet levälleen (kuin Rio de Janeiron kuuluisa Kristus-patsas). Kiinnijääneet pelastetaan halaamalla.

*Katso myös s. 16, miten toiminta tukee uutta opetussuunnitelmaa.*





## Terveiset Riosta

# Samba

## – elämäniloa Brasiliasta

**R**io de Janeiro on kansojen sulatusuuni ja maailman sambapääkaupunki. Sambaa voi kuulla joka puolella, sambakouluissa, kulmakuppiloissa, jopa rantakatujen kioskien terasseilla. Sadan vuoden aikana afrikkalaisten rytmien ja eurooppalaisten hovijuhlien yhdistelmästä on kasvanut voimakas viihdeteollisuuden runsauden sarvi, joka työllistää satoja tuhansia ihmisiä ja ennen kaikkea antaa iloa ja yhteisöllisyyttä koko 200 miljoonaiselle Brasilian kansalle.

Sambakoulussamme Mangueirassa taaperoikäiset pikkulapset ja arvokkaasti varttuneet eläkeläiset soittavat, tanssivat ja laulavat yhdessä. Sambakoulussa perinne ja tietotaito siirtyvät sukupolvilta seuraaville. Sambakoulu on yhteisö, joka kasvattaa. Kaikki ovat osa suurta perhettä, sambasuku. Erilaisuus paitsi hyväksytään, sitä myös kunnioitetaan. Vanhusten kokemus on kallisarvoista.

Samba on brasilialaisuuden käyntikortti maailmalla. Television ja internetin välityksellä karnevaalikulkueita seuraa jopa satoja miljoonia katsojia ympäri maailmaa, Suomesta Japaniin.

**Rumpuryhmä eli bateria** on sambakoulun sydän, joka saa koko monituhattapäisen karnevaalikulkueen ja satatuhatta ihmistä katsomossa laulamaan, tanssimaan ja kannustamaan esiintyvää ryhmää.

Samban ja afrobrasiliaisen rytmikan workshopit ympäri Suomea ala- ja yläkouluissa sekä päiväkodeissa ovat osoitta-

neet, kuinka yhdessä yksinkertaisten rytmien soittaminen saa tunnelman rentoutumaan ja hymyn niin oppilaiden kuin opettajienkin huulille.

Oma unelmani on pitää rytmivorkshoppeja jokaisessa Suomen koulussa ja päiväkodissa. Jos sinä ja koulusi haluatte olla ensimmäisten onnellisten joukossa, ota yhteyttä!

**sami.kontola@gmail.com**  
040 739 3116 (GSM ja WhatsApp)



Sami on soittanut Mangueiran sambakoulun bateriassa vuodesta 2011 lähtien.

## Tuntisuunnitelma – vinkkejä oppitunneille

# Yhdessä tekeminen, me-henki ja ystävyys

**Y**hteisöllisyys sanana saattaa ensin kuulostaa vaikealta. Kasvattajana kannattaa ensin miettiä, mitä yhteisöllisyys merkitsee itselle, ennen kuin alkaa käsitellä aihetta lasten ja nuorten kanssa. On hyvä pohtia, mitä se pitää sisällään juuri siinä toimintaympäristössä (koulu/seura tms.), jossa lasten ja nuorten kanssa toimitaan.

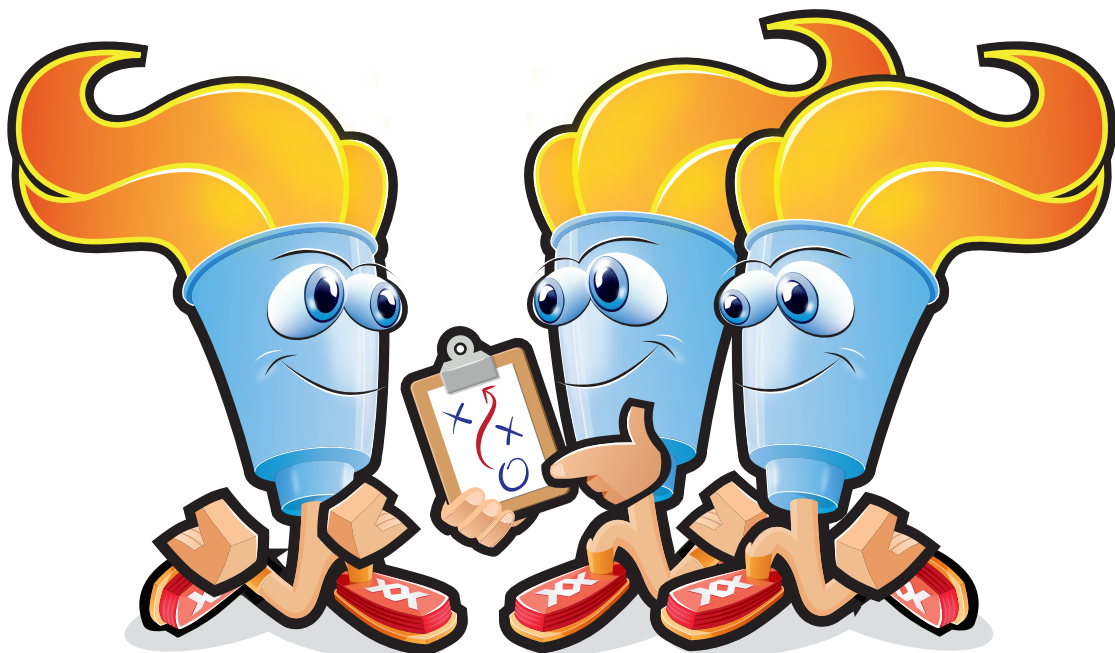
### Yhteisöllisyys on

- me-henkeä (joukkue-, ryhmä-, luokkahenki), kuulamista ryhmään/yhteisöön  
→ pohdittavaksi – miten yhteisöllisyys eroaa, jos kyseessä on ryhmä, joukkue, yhteisö tai yksi iso yhteisö (esim. kaveriporukka/joukkueen sisäinen ryhmä, luokka/joukkue, koulu/seura, kunta/kaupunki, kansalaisuus)
- yhteinen ”koodisto”: tyyli, pukeutuminen, toimintatavat, rituaalit, symbolit (logot, maskotit jne.), säännöt (lajin säännöt, koulun järjestyssäännöt, laki)
- yhdessä tekemistä yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi
- hyväksytään kaikki mukaan (suvaitsevaisuus)
- tehdään töitä sen eteen, että kaikki pysyvät mukana – yhteishengen kasvattaminen (ryhmytyminen/kotoutuminen, yhteiset tapahtumat, työelämässä TYHY-päivät)

Yhteisöllisyyden muodostumisen kannalta (uusi luokka /joukkue, maahanmuuttajat) on hyvin tärkeää muistaa ryhmäytymisen voima – mitä paremmin ryhmän jäsenet oppivat tuntemaan toisensa, niin yhteisöllisyys, me-henki voimistuu. Uudet jäsenet on tärkeä ottaa huomioon ja toivottaa heidät tervetulleiksi, jotteivat he tunne itseään ulkopuolisiksi. Mitä paremmin tulokkaat saadaan tietoisiksi yhteisön säännöistä ja muusta ”koodistosta”, niin sitä paremmin he osaavat toimia yhteisössä ja voivat kokea itsensä yhteisön jäseneksi.

Yhteisöllisyyttä kannattaa vaalia tutunkin ryhmän kanssa – tehdä jotain yhteistä mukavaa ja arjesta poikkeavaa (teemapäivät, luokkaretket, pelailua yhdessä, elokuvailta jne.). Kaikkein paras vaihtoehto on, jos tämä pystytään suunnittelemaan ja toteuttamaan yhdessä tai ainakin siten, että yhteisön jäsenillä on ollut halutessaan mahdollisuus olla vaikuttamassa yhteiseen toimintaan.

Oman yhteisön kanssa järjestetyt olympialaiset, olympiapäivät/-viikot tarjoavat hyvän mahdollisuuden ryhmytyseen ja me-hengen/yhteisöllisyyden lisäämiseen.





# Yhteisöllisyys – tuntisuunnitelma

Tässä esimerkki, miten yhteisöllisyyttä voi käsitellä lasten ja nuorten kanssa.

## 1. Aloitus:

- [X-breikki yhteisöllisyydestä](#)
- Mitä kuuluu yhteisöllisyyteen?
- Vastaukset pareittain / kolmen hengen ryhmissä.

## 2. Aiheen käsittely

- Mitkä sanat olivat outoja X-breikissä, miten ne liittyivät yhteisöllisyyteen?
- Tuliko erilaisia vastauksia joidenkin sanojen kohdalla - miksi?
  - *Riidat* – yhteisöllisyydessä pyritään välttämään riitoja, mutta jos ja kun niitä syntyy, niin ne pyritään selvittämään.
  - *Suru* – ilot ja surut voidaan jakaa yhteisössä. Yhteisön koko tosin vaikuttaa jakamiseen ja se vaatii luottamuksellisen ilmapiirin.
  - *Erilaisuus* – yhteisöissä olemme monista asioista samaa mieltä ja meillä voi olla yhteiset symbolit, motto sekä pukeutuminenkin, mutta silti voimme olla ja olemme erilaisia persoonia (hyväksyminen / suvaitsevaisuus).
  - *Vastustaja ja kilpailu* – yhteisön sisällä ei kuuluisi olla kilpailua ja vastustajia, mutta voivatko nämä olla yhteisöllisyyteen yhteydessä olevia asioita, jos miettii kilpaurheilua?
- Mitä yhteisöllisyys on?

## 3. Me-henkeä toiminnallisesti

### Ihmispiramidi – ryhmäakrobatia

- Muodostakaa 2 - 6 hengen ryhmissä kuvan mukainen pyramidi. Katso esimerkkejä pyramideista [Reilusti Rioon -teemavuoden pääsivulta](#).
- Koko ryhmä mukana – muodostakaa itsestänne sana Rio tai Kristus -patsas (yksi Rio de Janeiron kuuluisimmista nähtävyyksistä)
- Edelliset voidaan suorittaa myös pienen kilpailun muodossa. Esimerkkipyramidit voivat olla vaikka vastakkaisella seinällä, pyramidit numeroituna. Harjoituksen vetäjä antaa suoritettavan pyramidin numeron, jolloin yksi ryhmästä menee katsomaan, minkälainen pyramidi tulee suorittaa. Hänen tehtävänä on ohjeistaa oma ryhmänsä toteuttamaan pyramidi, joko niin, että hän on mukana pyramidissa tai sitten vain antaa ohjeet.

Tehtävää voidaan muokata niin, että ohjeistaja:

- ei saa puhua lainkaan tai
- saa puhua vain englantia

### Köydenveto

### Lakanalenttis

Tehdään 4 - 6 hengen ryhmät, joista jokaiselle annetaan iso lakana ja pallo. Ryhmien tehtävänä on saada pallo lentämään lakanalta toiselle samanaikaisesti. Aloita pallon lennättämisellä omassa lakanassa. Samalla periaatteella voit pelata kahden joukkueen välistä lakanalenttistä verkon yli.

### ”Happy Hippous”

Alkuvalmistelut:

- tässä leikissä tarvitaan pyörillä liikkuvia alustoja (esim. laatikkoalusta, jossa tasainen taso joko vaneria tai vastaavaa materiaalia tai sitten alustana skeittilautaa)
- tarkistakaa ja testakaa välineet ennen käyttöä (mm. alustojen kestävyys - painorajat)
- toisten huomioonottaminen on turvallisuuden takia tärkeää tässä leikissä – leikki on nopeampainen, vauhdikas ja toiminta tapahtuu lähellä muita osallistujia
- valitkaa leikkialustaksi tasainen paikka
- muodostetaan 3-4 joukkuetta
- jokaisella joukkueella on yksi pyörillä liikkuva alusta sekä astia esim. kuoppa tai pieni pesuvati
- joukkueiden keskelle muutaman metrin päähän joukkueista pistetään reilusti esim. tennis- ja salibandy-palloja
- yksi joukkueesta menee mahalleen alustan päälle ja ottaa astian käsiinsä
- toinen joukkueen jäsen ottaa mahallaan olevaa jaloista kiinni liikuttaakseen häntä

Tavoitteena on yhteistyöllä saada niin monta pikkupalloa joukkueelleen kuin mahdollista (piste/pallo). Pelataan niin kauan kuin palloja on jäljellä. Koska kerralla toiminnassa on mukana kaksi pelaajaa/joukkuetta, niin voidaan pelata muutama erä sekä vaihtaa myös rooleja. Lasketaan erien pisteet yhteen.





# Olympia-aate

Olympismi eli olympia-aate yhdistää urheilun, kulttuurin ja kasvatuksen. Tavoitteena on kehittää elämäntapaa, jossa ilo löytyy yrittämisestä, kasvatukselliset arvot hyvästä esimerkistä, ja jossa kunnioitetaan maailmanlaajuisia eettisiä periaatteita.

Olympismi pohjautuu ranskalaisen paronin, pedagogin ja historioitsijan Pierre de Coubertinin (1863 - 1937) kasvatuksellisiin näkemyksiin ja ajatuksiin. Coubertin näki, että antiikin olympialaisista johdetut, modernit olympialaiset, olivat hyvä väylä tavoitteiden edistämiseen.

Pierre de Coubertin toivoi, että kansainvälinen urheilu voisi edistää yksilöllistä ja yhteisöllistä hyvántahtoisuutta sekä maailman rauhaa.

Coubertinin ajatukset olympismista voidaan tiivistää neljään periaatteeseen:

1. Fyysinen kunto ja terveys johtavat parempaan moraaliin.
2. Urheilijan tulisi olla amatööri, jotta hän voisi hyötyä urheilukokemuksestaan parhaiten.
3. Urheilun kansainvälinen yhteistyö lisää ymmärtämystä eri ihmisten ja kansojen välillä.
4. Urheilu ja estetiikka tulisi yhdistää taiteen ja kirjallisuuden kautta.



*Jokaisissa Olympialaisten avajaisissa julistetaan Pierre de Coubertinin olympiasanomaa: tärkein asia olympialaisissa kilpailuissa ei ole voittaminen, vaan osallistuminen. Samoin kuin ihmisen elämässä tärkeintä ei ole voitto vaan taistelu.*



# Olympialiikkeen peruseriaatteen

1. Nykyaikainen olympialiike perustettiin ranskalaisen Pierre de Coubertinin aloitteesta kansainvälisen urheilukongressin yhteydessä vuonna 1894. Kansainvälisen Olympiakomitean (KOK) perustamispäivämäärä oli 23. kesäkuuta 1894.
2. Olympia-aate on elämänfilosofia, jossa yhdistyvät ihmisen kehon, tahdon sekä mielen tasapainoinen kehittäminen.
3. Olympia-aatteen päämääränä on edistää urheilun avulla ihmisten harmonista kehitystä, jonka kautta edistetään yhteisöjen rauhaa ja huolehditaan ihmisarvon säilymisestä. Tällä tavoin olympialiike yksin ja yhdessä muiden järjestöjen kanssa pyrkii edistämään maailmanrauhaa.
4. Olympialiike, jota johtaa KOK, juontaa juurensa modernista olympismista.
5. Olympialiike, jota hallitsee KOK, käsittää kaikki ne organisaatiot, urheilijat ja muut henkilöt, jotka hyväksyvät peruskirjan säännöt. Olympialiikkeeseen jäseneksi liittymisen kriteereistä päättää KOK.
6. Olympialiikkeen pyrkimyksenä on rakentaa rauhallisempaa ja parempaa maailmaa kasvattamalla nuoria urheilun avulla, ilman syrjintää ja Olympian hengessä ymmärtämään paremmin toinen toisiaan ystävyyden, solidaarisuuden ja reilun pelin periaatteiden mukaan.
7. Olympialiikkeen toiminta, jota symbolisoi viisi toisiinsa liittynyttä olympiarengasta, on maailmanlaajuisia ja pysyviä. Toiminta käsittää kaikki viisi maanosaa ja saavuttaa huippunsa saattamalla yhteen kaikki maailman urheilevat kansat suureen urheilujuhlaan, olympialaisiin.
8. Urheilun harjoittaminen on ihmisoikeus. Jokaisella ihmisellä tulee olla oikeus harjoittaa urheilua omien tarpeidensa mukaan.
9. KOK:n peruskirja on kokoelma olympialiikkeen peruseriaatteita, sääntöjä ja niiden tarkennuksia, jotka ovat KOK:n hyväksymiä. Se kattaa olympialiikkeen organisaation sekä toiminnan ja asettaa reunaehdot olympiakisojen järjestämiselle.

Lähde: KOK:n peruskirja (Olympic Charter 2006), peruseriaatteen





# Olympiakasvatusta uuden opetus- suunnitelman mukaisesti

Olympiakasvatuksen tavoitteena on henkisesti ja fyysisesti tasapainoinen, yhteistyökykyinen, suvaitsevainen, rauhantahtoinen, hyväkuntoinen ja reilun pelin säännöt omaksunut nuori.

Olympiakasvatusta voidaan toteuttaa säännöllisesti kahden vuoden välein. Saatujen kokemusten myötä erilaiset **olympiatapahtumat ovat juuri sitä toimintaa mitä lapset päiväkodeissa ja kouluissa toivovat.**

Reilusti Rioon -teemavuoden tavoitteena on luoda yhteisöön toimintakulttuuria, joka on avoin ja vuorovaikutteinen sekä tukea yhteistyötä niin koulun sisällä kuin kotien ja muun yhteiskunnan kanssa. Myös oppilaalla tulee olla mahdollisuus osallistua koulun toimintakulttuurin luomiseen ja sen kehittämiseen.

Reilusti Rioon -materiaali tarjoaa aihekokonaisuudet ”ylittävät” oppiainerajat ja sellaisia kasvatusta ja opetustyön keskeisiä painoalueita, joiden tavoitteet ja sisällöt sisältyvät useisiin oppiaineisiin. Ne ovat kasvatusta ja opetusta eheyttäviä teemoja. Niiden kautta vastataan myös OPS2016 monialaisiin oppimiskokonaisuuksiin.

Monialainen oppimiskokonaisuus voi olla:

- saman teeman opiskelua kahdessa tai useammassa oppiaineessa samanaikaisesti tai peräkkäin
- toiminnallisia aktiviteetteja, kuten teemapäiviä ja erilaisia tapahtumia
- pidempikestoisia oppimiskokonaisuuksia, joiden toteuttamiseen osallistuu useampia oppiaineita
- oppiaineista muodostettuja integroituja kokonaisuuksia
- kokonaisopetusta, jossa kaikki opetus toteutetaan ehytettynä.

Muutamia esimerkkejä siitä, miten olympiakasvatuksen ja Reilusti Rioon -teemavuoden toiminnot vastaavat monialaisiin oppimiskokonaisuuksiin ja niiden tavoitteisiin:

- Opiskellaan perustietoa **Brasiliasta ja Rio de Janei-rosta**
  - ✓ missä sijaitsevat, välimatka Suomesta Rioon
  - luokat 3-6 ympäristöoppi, ”T16 ohjata oppilasta maantieteelliseen ajatteluun, hahmottamaan omaa ympäristöä ja koko maailmaa”
  - luokat 7-9 maantieto, ”T1 tukea oppilaan jäsen-tyneen karttakuvan rakentamista maapallosta”

- ✓ ilmasto
  - luokat 7-9 maantieto, ”T2 ohjata oppilasta tutkimaan luonnonmaantieteellisiä ilmiöitä sekä vertailemaan luonnonmaisemia Suomessa ja muualla maapallolla”
- ✓ terveys- ja kulttuurierot
  - luokat 3-6 ympäristöoppi, ”T19 Ohjata oppilasta ymmärtämään terveyden osa-alueita, arjen terveystottumusten merkitystä”
  - luokat 3-6 yhteiskuntaoppi, ”T3 Ohjata oppilasta hahmottamaan itsensä yksilönä ja erilaisten yhteisöjen jäsenenä, ymmärtämään ihmisoikeuksien ja tasa-arvon merkityksen.”
  - luokat 7-9 terveystieto, ”ohjata oppilasta ymmärtämään ympäristön, yhteisöjen, kulttuurin ja tieto- ja viestintäteknologian merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille.”
  - luokat 7-9 uskonto, ”T7 auttaa oppilasta pohtimaan uskontojen ja katsomusten maailmanlaajuista merkitystä ihmisten valintojen perusteina ja ohjaajina.”

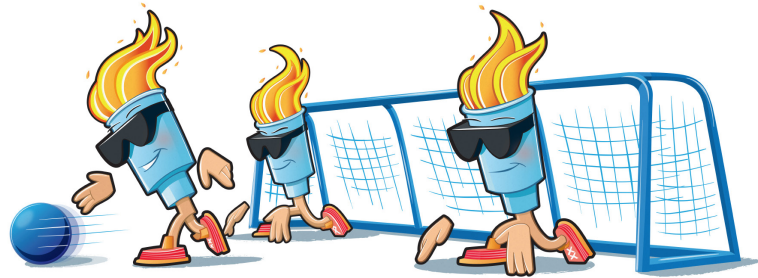
- Oman **kisapassin tekeminen**, edustettavan valtion valinta ja siihen tutustuminen. Kansalaisuuden voi valita itse joko olemassa olevista valtioista tai käyttää mielikuvitusta ja keksiä uuden
  - ✓ luokat 3-6 suomen kieli ja kirjallisuus, ”T7 ohjata oppilasta tiedonhankintaan, monipuolisten tiedonlähteiden käyttöön” sekä
  - ✓ T15 ”tukea oppilasta kielellisen ja kulttuurisen identiteetin rakentamisessa ja ohjata arvostamaan eri kulttuureja ja kieliä sekä luoda oppilaalle mahdollisuuksia media- ja kulttuuritarjontaan tutustumiseen sekä oman kulttuurin tuottamiseen”
- **Maskottien valmistaminen**
  - ✓ oma maskotti – luokat 3-6 käsityö, ”T3 opastaa oppilasta suunnittelemaan ja valmistamaan yksin tai yhdessä käsityötuote tai -teos luottaen omiin esteettisiin ja teknisiin ratkaisuihin”





- ✓ viralliset maskotit – luokat 3-6 käsityö, ”T6 opastaa oppilasta käyttämään tieto- ja viestintäteknologiaa käsityön suunnittelussa, valmistamisessa ja käsityöprosessin dokumentoinnissa”
- Sambakarnevaaleihin tutustuminen ja **samban opettelu**
  - ✓ luokat 3-6 musiikki, ”T1 rohkaista oppilasta osallistumaan yhteismusisointiin ja rakentamaan myönteistä yhteishenkeä yhteisössään” sekä
  - ✓ ”T6 kannustaa oppilasta kokemaan ja hahmottamaan kuulemaansa ja ilmaisemaan ideoita, kuvia, tarinoita tai esimerkiksi tunnetiloja kehollisesti kokonaisvaltaisesti liikkuen”
- **Kisalajit pantomiimeinä**
  - ✓ luokat 3-6 liikunta, ”T1 kannustaa oppilaita fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan erilaisia liikunta-tehtäviä ja harjoittelemaan parhaansa yrittäen” sekä
  - ✓ ”T9 ohjata oppilasta toimimaan reilun pelin periaatteella sekä kantamaan vastuuta yhteisistä oppimistilanteista”

Olympiakasvatus on hyvä kirjata joko koulun vuosittaiseen työsuunnitelmaan tai kulttuurikasvatusohjelmaan, vaikka seuraavasti: ”Vuosittain toistuvia tapahtumia voivat olla esimerkiksi teemapäivät tai monialaiset oppimiskokonaisuuudet urheilutapahtumien yhteydessä, kuten MM-kisat tai olympialaiset.”



## Paralympialaiset tutuiksi

- Järjestäytynyt vammaisurheilutoiminta alkoi toisen maailmansodan jälkeen, kun tuhannet vammautuneet nuoret miehet palasivat sodasta kotiin.
- Kuntoutustoiminnan käynnistäjänä toimi tohtori **Ludwig Guttman**. Guttman haaveili maailmanlaajuisesta tapahtumasta henkilöille, joilla on jokin liikuntarajoitus.
- Ensimmäiset liikuntavammaisille tarkoitettut urheilukilpailut järjestettiin vuonna 1948 Stoke Mandevilllessä.
- Ensimmäiset paralympialaiset pidettiin Roomassa 1960. Rooman kisoihin osallistui 400 urheilijaa 23 maasta. Lajeja oli tuolloin kahdeksan, joista kuusi on edelleenkin paralympialaisten lajeina (jousiammunta, uinti, miekkailu, koripallo, pöytätennis ja yleisurheilu).
- Talviparalympialaiset alkoivat vuonna 1976. Itse nimi ”paralympialaiset” hyväksyttiin virallisesti Kansainvälisessä Olympiakomiteassa 1983.
- Paralympialaisissa kilpailevat liikunta- ja näkövammaiset urheilijat.
- Kesäparalympialajeja on 22, talvilajeja 6.
- Kesäparalympialaisiin osallistuu yli 4200 urheilijaa noin 165 eri maasta, talviparalympialaisissa kilpailee noin 600 urheilijaa yli 50 eri maasta.
- Suomi on menestynyt kesäparalympialaisissa erityisesti maalipallossa, yleisurheilussa ja jousiammunnassa. Talvilajeista vahvoja ovat maastohiihto, lumilautailu ja pyörätuolicurling.
- [Vinkki: Taukoliikunnaksi sopiva X-breikki paralympialaisten urheilusta.](#)





# Oppilaat, opiskelijat ja työyhteisö mukaan suunnitteluun ja toteutukseen

## Aikataulu

Seuraavassa oppilasneuvoston kokouksessa kerrotaan lasten/nuorten mahdollisuudesta osallistua Reilusti Rioon -teemavuoden tapahtumien suunnitteluun, ”nuorilta nuorille”.

## Ohjeistus ja sisältö

Olympiakasvatusinfoa järjestävälle ryhmälle:

- Järjestävänä ryhmänä voi toimia esim. oppilasneuvosto, tukioppilaat tai kiinnostunut oppilasryhmä. Koulut, joiden yhteydessä tai lähellä toimii lukio, voivat kysyä apua lukiolaisopiskelijoilta. Voisiko lukiolaisille muodostua kurssi tai osa sitä tapahtuman järjestämisestä? Muistakaa myös urheiluopistojen tarjoama apu tapahtumien järjestämisessä!
- Ryhmää voi motivoida esim. Olympia-Akatemian videolla, joka on kuvattu Liikkuen Lontooseen 2012 kouluprojektista.



- [Suomen Olympia-Akatemian -sivuilta](#)
  - voi materiaalit-alasivulta katsoa [Olympiahuumaa -prezi-esityksen](#), mitä olympialaiset ja olympiakasvatus ovat
  - löytyvät Reilusti Rioon -sivut, jonne tulevat julkaisut, materiaalit ja vinkkipankki, mitä teemavuosi/-päivä voi sisältää.
- Ryhmä tai osa siitä voi osallistua yhdessä opettajan kanssa Olympia-Akatemian järjestämään koulutukseen maaliskuussa 2016.

- Ryhmä toimii opettajien ”vasempana kätenä” sekä roolimallina koko koululle.

Sopikaa koulussa käytännöt:

- Millä ajalla oppilasryhmä tekee tätä työtä?
- Miten oppilasryhmä voitaisiin palkita tekemästään työstä (diplomi, jäätelö, yhteinen ruokailu, toiminnallinen ilta esim. keilaaminen, tai lukiolaisille kurssi tai osa sitä)?

Kyselyn järjestäminen oppilaille:

- Voidaan järjestää kysely oppilaille olympiapäivän olympiapäivän sisällöistä ja toiminnasta.
- Miettikää annetaanko raamit/ehdotukset ennakkoon, joista oppilaat valitsevat kiinnostavimmat + lisäksi avoin vaihtoehto.

Teemavuoden suunnittelu

- aikataulu
- mille luokka-asteelle tarjotaan mitään
- yhteiset tapahtumat
- vastuhenkilöiden nimeäminen
- tarvittavat välineet

Oppilaspari voi käydä kertomassa asiasta vanhempainyhdistykselle

- miten vanhempainyhdistys voisi olla mukana tukemassa toimintaa (rahallisesti / toiminnallinen apu)?

## Työyhteisön innostaminen mukaan TYHY-päivän mini- olympialaisilla

- TYHY-päivän voi järjestää Reilusti Rioon -teemalla ja tässä yhteydessä järjestävä ryhmä (oppilaat, opiskelijat tms.) voi toteuttaa 1-2 tunnin miniolympialaiset, joilla voidaan nostattaa työyhteisön yhteishenkeä ja samalla tutustua teemaan. Työryhmä saa samalla harjoituskerran kokeilla tulevia ryhmäytymis- ja kislalajeja. Sen jälkeen voi pohtia, missä olisi mahdollisesti kehitettävää itse H-hetkeä varten.
- TYHY-päivä voi sisältää miniolympialaisten lisäksi vaikka kreikkalaisen jumalnäytelmän, brasilialaisen ruokailun ja samban opettelua.

## Seuranta

Kampanjan aikainen seuranta

- oppilasryhmän vetäjä toimii aikuisena tukihenkilönä

Kampanjan jälkeinen seuranta

- oppilasryhmä voi keskustella keskenään mikä meni hyvin, missä on parannettavaa
- oppilasneuvosto voi tehdä pienimuotoisen kyselyn koko koululle, miten päivä sujui – mitä hyvää, mitä kehitettävää



## Antiikin jumalien vuoropuhelu

(Lähde: Citius-Altius-Fortius koulujen olympiakasvatusmateriaali. Toim. Suomen Olympiakomitea)

### 1) ZEUS:

Taas on vierähtänyt olympiadi, neljä vuotta. On aika sopia kisojen järjestelyistä. Sinä vaimoni, Hera saat valvoa kilpailijoiden omaisten viihtymisestä.

### 2) HERA:

Niin myyntikojut, kioskit ja majoitustilat pystytetään kilpailualueen ulkopuolelle. Voinko ottaa Afroditen avukseni? Hänen kauneutensa voi viihdyttää kansaa.

### 3) AFRODITE:

Kauneudestani puhutaan paljon, mutta ei pidä unoh-  
taa, että olen myös rakkauden jumalatar. Ystävyys  
ja reilun pelin hengen valaminen kuuluu myös minun  
tehtäviini.

### 4) HERMES:

Olen jumalten sanansaattaja, panen pojat asialle  
tarkistamaan, että kilpailukutsut ovat menneet asial-  
lisesti perille asti. Itse kilpailussa voin tarkistaa, että  
kilpa-ajoneuvot ovat lainmukaisessa kunnossa.

### 5) APOLLON:

Minä muusikkona vastaan fanfaareista. Järjestän  
myös viihdemusiikkia kansalle, että heidän olonsa on  
mahdollisimman mukava majoitusalueella.

### 6) HEFAISTOS:

Minä seppänä ja tulen jumalana hoidan olympiatulen  
paikalle ja huolehdin siitä kisojen ajan.

### 7) PALLAS ATHENE:

Koska olen myös Ateenan suojelujumalatar, olen  
itseioikeutettu kisojen suojelijatar. Kisojen ajaksi sodat  
taukoavat ja rauha ja ystävyys vallitsevat kansojen  
kesken.

### 8) ZEUS:

Huomaan, että osaatte tehtävänne. Voin siis luottaa  
kisojen onnistumiseen.  
Eläköön kisat Kreikan Olympiassa,  
eläköön kisat!



# Olympialaiset päiväkodissa, miksi?

Pikku-Muotialan päiväkoti Tampereella järjesti keväällä yhdessä naapurissa sijaitsevan Muotialan päiväkodin kanssa yhteiset kaksipäiväiset lasten olympialaiset.

”Olympialaisilla haluttiin opettaa lapsille toisten huomioimista, ystävällistä kaverin kohtelua, kannustamista, me-hengen luomista, oman vuoron odottamista, ohjeiden kuuntelemista ja sääntöjen noudattamista”, kertoo olympialaiset järjestänyt päiväkodin lastenhoitaja **Elina Kovalainen** tavoitteista.

Päivien aikana haluttiin nähdä ennen kaikkea liikunnan iloa ja riemua sekä onnistumisten kokemuksia. Lisäksi tavoitteena oli harjoitella pettymysten sietämistä.

Olympialaiset toteutettiin jakamalla lapset alle ja yli kolmi-vuotiaiden ryhmiin, jolloin liikuntalajit voitiin suunnitella lasten motorisen osaamisen mukaan. Valmistelut aloitettiin jo edellisellä viikolla erilaisin askarteluin ja tutustumalla eri maiden lippuihin sekä kulttuureihin. Vanhemmat osallistettiin teemaan jakamalla koteihin paperille tulostetut olympiarenkaat. Vanhempia pyydettiin kirjaamaan renkaiden sisään viikon ajan lasten harrastamat lajit tai yhdessä toteutetut arkiliikunnat.

”Liikunta ja liikkuminen on koko perheen yhteinen asia”, Elina kertoo päiväkodin liikunnan linjauksesta.

## Liikunnalla pitkäaikaisia ystävyyssuhteita

Vanhempien kannustus on erittäin tärkeää lapsen liikkumisen motivoinnissa. Kannustuksen kautta tulee tunne, että minusta välitetään ja minusta ollaan kiinnostuneita. Liikunta parhaimmillaan myös yhdistää perheitä ja luo sosiaalisia suhteita.

Päiväkodin Olympialaisten tarkoituksena oli luoda jokaiselle lapselle iloinen mieli ja tarjota onnistumisen kokemuksia sekä huomata kannustamisen voima. Jokaiselle haluttiin luoda tunne siitä, että liikkuminen on mukavaa – ja kaverin kanssa vieläkin kivempaa. Yhdessä voi tehdä parhaansa ja kaveria on mukava tsemptää. Yhdessä myös pettymysten jakaminen on helpompaa.

”Olympialaisten aikana lapset olivat innoissaan uusista lajikokeiluista ja he saivat harjoitella motorisesti haastaviakin taitoja. Pienemmät oppivat isommilta lapsilta mallioppimisen muodossa”, Elina tiivistää kokemuksia.

## Seuraavana vuonna Rion Olympialaiset

Vuonna 2016 päiväkoti aikoo järjestää lasten olympialaiset Rio-teemalla. Olympialaisten järjestämiseen on ajateltu pyytää apua lähellä olevilta urheiluseuroilta tai urheiluo-piston opiskelijoilta. Samalla eri lajit pääsisivät tuomaan osaamistaan lapsille ja saisivat mahdollisesti uusia harrastajia.

*Teksti ja kuvat: Nina Luukkainen*





## Osallistu koulutukseen!

# Lähde mukaan Reilusti Rioon – mutta miten?

Tule kuuntelemaan ja keskustelemaan siitä, mitä Reilusti Rioon -teemavuosi voisi sisältää, miten olympiakasvatus tukee uuden OPSin monialaista oppimiskokonaisuutta sekä siitä, miten voit järjestää olympiakisat omassa yhteisössäsi.

### Sisältö:

Koulutustilaisuudessa saat vastaukset seuraaviin kysymyksiin:

- Miten olympiakasvatus tukee monialaista oppimiskokonaisuutta?
- Miten innostat työyhteisön mukaan olympiajuhlaan?
- Miten lapset / nuoret osallistetaan tapahtumien suunnitteluun?
- Mitä Reilusti Rioon -teemavuosi ja koulun omat olympialaiset voivat sisältää?

Suosittellemme, että samalta koululta, päiväkodista tai muusta yhteisöstä on paikalla useampi henkilö.

Koulutustilaisuus on maksuton ja kestää noin 2 ½ - 3 tuntia sisältäen 1h teorian + toiminnallisen osuuden.

Koulutustilaisuudet sijoittuvat talvilomien jälkeisille viikoille seuraavasti:

- Helsinki ke 2.3 klo 13-16
- Turku to 3.3 klo 13-16
- Lahti ti 8.3 klo 13-16
- Seinäjoki to 10.3 klo 13-16
- Kuopio ti 15.3 klo 13.30-16
- Rovaniemi to 17.3 klo 13-16

[Ilmoittaudu mukaan teemavuoden sivuilta](#)

*“Jokaisella meistä on mahdollisuus onnistua ja tuntea olevansa olympiavoittaja”*

---

## Lähde mukaan olympiaseikkailuun!

Muovit-liikuntaseikkailu tarjoaa tänä keväänä perinteisen seikkailun lisäksi myös olympia-aiheisen teemaseikkailun. Tämä tuo mielenkiintoisen lisän Reilusti Rioon teemavuoden toteuttamiseen.

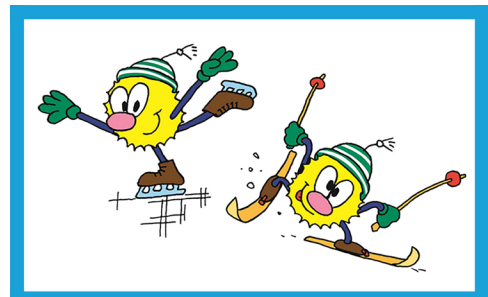
Vielä ehtii ilmoittautua: viimeinen ilmoittautumispäivä kevään seikkailuun on **5.2.2016**.  
Materiaalit postitetaan kouluille viikolla 8.

Välituntiliikunnan toteuttaminen vertaisohjaajien avulla on helppo tapa lisätä oppilaiden liikettä koulupäivään. Muovit-liikuntaseikkailua odotellessa voitte vahvistaa koulunne Välkkäriverkostoa.

[Katso videovinkki toiminnasta](#)

[Lisää ideoita välitunneille](#)

[Tietoa koulutuksista](#)



---

## Olemme mukana myös Educa-messuilla!

Lämpimästi tervetuloa messuille keskustelemaan lisää Reilusti Rioon -materiaalista!

*Educa-messut, Helsingin Messukeskus 29.-30.1.2016, pe 10-18 ja la 10-17*



# Urheiluopistojen opiskelijat mukaan järjestämään olympiapäiviä

Urheiluopistot ovat mukana toteuttamassa Reilusti Rioon 2016 -olympiakasvatusta!

Varalan Urheiluopisto ja Suomen Urheiluopisto ovat toteuttaneet useita olympiakasvatusprojekteja, joissa liikunta-alan opiskelijat toteuttivat olympiakasvatusta Liikunnanohjauksen perustutkinnon työssäoppimisjaksoilla sekä yksittäisinä liikuntatapahtuman järjestämisen näyttöinä.

Olemme kannustaneet muutkin urheiluopistot ja liikunnan alan opiskelijat mukaan Reilusti Rioon -kouluprojektiin, olympiahengessä!

Käytännössä urheiluopiston opiskelija suunnittelee ja toteuttaa Reilusti Rioon -olympiapäivän tai kokonaisen olympiaviikon päiväkodissa, koulussa tai urheiluseurassa, jossa hän suorittaa työssäoppimistaan. Kohteena voi olla myös jokin muu oppilaitos tai yhteisö tai yksittäinen tapahtuma.

Olympialaiset pohjautuvat olympismin arvoihin: kunnioitus, ystävyys, suvaitsevaisuus ja parhaansa yrittäminen – tunteella, yhdessä, suvaiten.

**Ota rohkeasti yhteyttä oman alueesi urheiluopistoon** ja tiedustele hyvissä ajoin mahdollisuuksia järjestää olympiapäivä omassa toimintaympäristössä! Urheiluopistoissa opiskelevat nuoret ovat kotoisin ympäri Suomea ja useat

heistä suorittavat työssäoppimisjaksonsa mielellään myös kotipaikkakuntansa läheisyydessä.

## Lisätiedot:

Urheiluopistojen Yhdistys, Nina Luukkainen

[nina.luukkainen@urheiluopistot.fi](mailto:nina.luukkainen@urheiluopistot.fi)

Varalan Urheiluopisto, Heli Valkama

[heli.valkama@varala.fi](mailto:heli.valkama@varala.fi)

*Urheiluopistot ovat liikunnan koulutuskeskuksia, huippu-urheilun valmentautumisen ja koko kansan vapaa-ajan liikuntaharrastuksen keskuksia. Urheiluopistot järjestävät liikunta-alan ammatillista perus- ja lisäkoulutusta sekä vapaa-ajan kurssitoimintaa. Urheiluopistojen Yhdistys ry. on 11 urheiluopiston kattojärjestö, joka huolehtii edunvalvonnasta, toiminnan kehittämisestä ja yhteisten asioiden koordinoimisesta. Yhdistyksen toimipiste sijaitsee Tampereella, Varalan Urheiluopiston tiloissa.*





**Löydä Sinulle sopivin  
urheiluopisto sekä liikkumisen  
ja oppimisen ilo:  
[www.urheiluopistot.fi](http://www.urheiluopistot.fi)**

**URHEILUOPISTOT JA YHTEYSTIEDOT**

**Folkhälsan Utbildning Ab / Solvalla idrottsinstitut**  
Stefan Backman, rehtori (040 567 7070)

**Eerikkilän Urheiluopisto**  
Olli-Pekka Hakala, rehtori (040 072 5213)

**Kisakallion Urheiluopisto**  
Pauliina Hyvönen, apulaisrehtori (044 771 6997)

**Kuortaneen Urheiluopisto**  
Atte Hotti, koulutuskeskuksen johtaja (040 779 1630)

**Lapin Urheiluopisto**  
Ritva Pekkala, rehtori (020 798 4259)  
Timo Kalmakoski, työssäoppimisen  
koordinointi (020 798 4226)

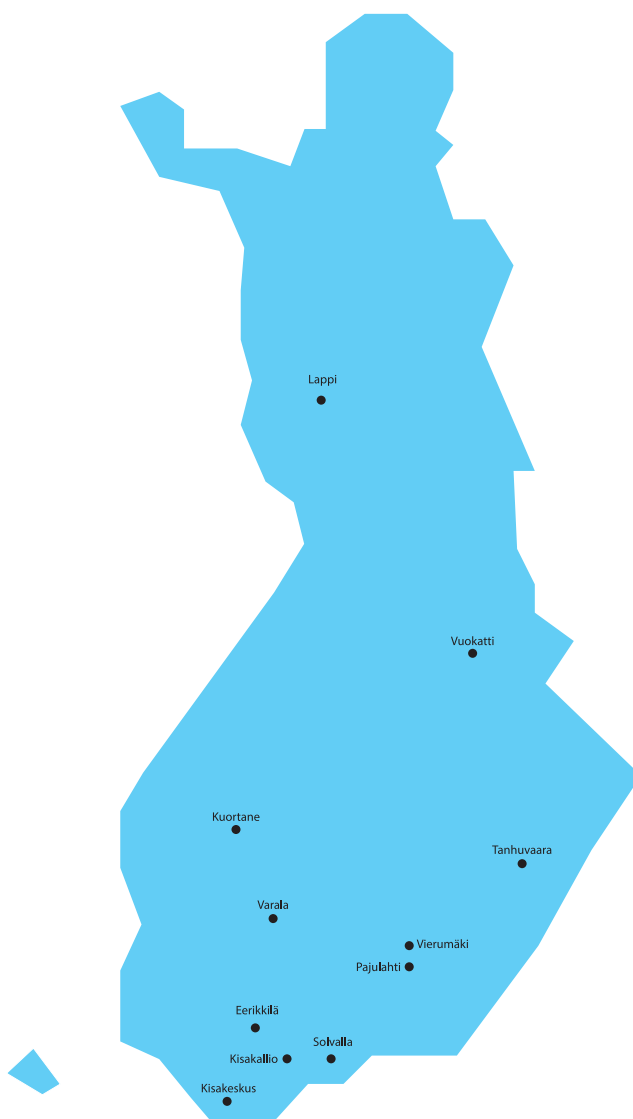
**Liikuntakeskus Pajulahti**  
Marjukka Tiainen, koulutuspäällikkö (044 7755 336)  
Hanna Junes, ammattiosaamisen  
näytöt&työssäoppiminen (044 77 55 331)

**Suomen Urheiluopisto, Vierumäki**  
Jukka Leivo, rehtori (010 5777 250)

**Tanhuvaaran Urheiluopisto**  
Niina Uronen, koulutuspäällikkö (040 742 8470)

**Varalan Urheiluopisto**  
Marjaana Eskelinen, koulutuspäällikkö (050 566 3313)

**Vuokatin Urheiluopisto**  
Mika Tuononen, koulutuspäällikkö, (050 5272 507)





[Tutustu Reilusti Rioon 2016 -sivustoon!](#)

Suomen Olympia-Akatemia  
toteuttaa olympiakasvatusta Suomessa

Seuraava Reilusti Rioon-julkaisu ilmestyy maaliskuussa!

Yhteistyössä:

