

18. Liikkuva opiskelu (LI18)

Lukiokohtainen soveltava

Laajuus: 1 kurssi

Kurssi sisältää lukion liikkuva opiskelu toiminnan suunnittelua, mahdollista ohjaamista ja toteuttamista yhdessä ohjaavan opettajan kanssa. Kurssi toteutetaan oppituntien ulkopuolella ja se sisältää koko lukion opiskelijoiden ja opettajien sekä henkilökunnan liikuttamista muun muassa välituntiliikunnan (pelit, pallottelu, tanssi- ja rentoutustuokiot jne.), liikuntatapahtumien, liikuntapäivien, lukiomme sisäisten turnausten (esimerkiksi futsal, salibandy, koripallo, biljardi, pingis) kautta.

Liikkuva Opiskelu kurssi kestää opiskelijalla vähintään yhden lukuvuoden mutta opiskelija voi opiskella Li-18 kurssia myös kolme lukuvuotta.

Liikkuva opiskelu kurssin päätavoite on istumisen vähentäminen, fyysisen aktiivisuuden lisääminen ja mielen hyvinvoinnin ja virkeyden lisääminen.