

TERVETULOA KOULUUN

Opas ekaluokkalaisille ja heidän vanhemmilleen



Tervetuloa kouluun Kurikassa!

Elokuussa perheenne esikoululainen jatkaa koulupolkuaan yhdessä perusopetuksen kouluistamme.

Olemme koonneet tähän esitteeseen koulunkäyntiin liittyviä asioita, joiden huomioon ottaminen omalta osaltaan helpottaa perheen sopeutumista ensiluokkalaisen arkeen. Siirtymä esikoulusta varsinaiseen kouluun on iso muutos. Sitä helpottaa kodin ja koulun välinen arvostava yhteistyö, jota meidän puoleltamme koulun henkilökunta parhaansa mukaan toteuttaa. Huoltajien aito kiinnostus koulunkäyntiä kohtaan tasoittaa osaltaan koulupolkua, jolla joskus voi tulla vastaan kuoppiakin.

Mahdollisuus koulunkäyntiin on etuoikeus, jota olemme tottuneet pitämään selvyytenä. Yhteiskuntamme tarjoaa jokaiselle ulottuvilla olevat mahdollisuudet sivistykseen ja opiskeluun juuri niin pitkälle kuin yksilön omat tavoitteet ja voimavarat kantavat.

Toivotan uudelle koululaiselle ja koko perheelle terveyttä ja uskoa tulevaan!

Anne-Mari Packalén-Reinikainen

opetuspäällikkö

Sisällys

Koulu tänään	4
Koululaiseksi kasvaminen	6
Kodin ja koulun yhteistyö tukee lapsen koulunkäyntiä	8
Lähikoulu	10
Koulumatkat	12
Oppimisen ja koulunkäynnin tuki	15
Erityisopetus	17
Oppilashuolto	18
Kuraattori	20
Tervehdys koulupsykologeilta!	22
Erityisesti ekaluokkalaisten kohdalla huomioitavaa	23
Kouluterveydenhuolto	24
Kouluruokailu – maailmanlaajuisesti ainutlaatuinen etu	26
Aamu- ja iltapäivätoiminta	29
Lopuksi	31

Koulu tänään

Koulun opetuksen ja toiminnan perustana on opetussuunnitelma, joka kertoo, mitä opiskellaan milläkin vuosikurssilla, miten opiskellaan, miten arvioidaan, mitkä arvot ohjaavat oppimista ja millainen oppimiskäsitys on opetuksen pohjana. Opetussuunnitelman perusteet ovat suomalaisille koululaisille yhteiset, mutta jokainen kunta on saanut tehdä siihen joitakin omia painotusalueita. Opetussuunnitelmat löytyvät Kurikan kaupungin verkkosivuilta ja Wilmasta.

Oppiaineiden lisäksi opetussuunnitelmassa puhutaan laaja-alaisista taidoista ja monialaisista oppimiskokonaisuuksista, jotka kulkevat läpi kaikkien oppiaineiden. Tavoitteena on, että oppilaalle rakentuu mielekkäitä, eheyttäviä oppimiskokonaisuuksia. Tarve laaja-alaiselle osaamiselle syntyy ympäröivän maailman muuttumisesta.

Jokainen oppilas opiskelee koulussa yhtä katsomusainetta. Katsomusaine määräytyy oppilaan väestörekisteriin merkityn uskontokunnan mukaisesti. Katsomusaine valitaan ensimmäiselle luokalle ilmoittautumisen yhteydessä ja valinta on sitova koko perusopetuksen ajan.

Koulun aloittaminen tarkoittaa myös ensimmäisen vieraan kielen opiskelun aloittamista. Tätä kieltä kutsutaan A1-kieleksi. Kieltä opiskellaan yksi tunti viikossa sekä ensimmäisellä että toisella vuosiluokalla. Ensimmäisinä vuosina kielten oppimisessa painotetaan suullisen kielentaidon harjoittelua. Kieltä opitaan pelien, leikkien, laulujen ja muun toiminnan kautta.

Oppimisympäristöt ovat monipuoliset. Koulussa voidaan työskennellä myös luokkahuoneen ulkopuolella tai internetissä. Opiskeltaessa liikutaan enemmän ja käytetään toiminnallisia työtapoja kuten draamaa, ryhmätöitä, roolileikkejä sekä oppimisleikkejä ja -pelejä.

Oppilaan arvioinnin tehtävänä on ohjata ja kannustaa opiskelua sekä kehittää oppilaan edellytyksiä itsearviointiin. Oppilaan oppimista, työskentelyä ja käyttäytymistä arvioidaan monipuolisesti. Kokeiden rinnalle on tullut jatkuva arviointi, joka sisältää esimerkiksi itse- ja vertaisarviointia. Koulussa arvioidaan oppimista, työskentelyä ja käyttäytymistä.



Koululaiseksi kasvaminen

Useimmat lapset odottavat innostuneina koulunkäynnin alkamista. Kai-ken hauskan ohella koulun aloittaminen asettaa kuitenkin pienelle koulu-tulokkaalle paljon vaatimuksia, joihin hänen odotetaan sopeutuvan ja pystyvän vastaamaan. Vaikka vanhempien ei tarvitse ottaa taakakseen lapsen kouluvalmiuksien kehittämistä ja kehittymistä, on kuitenkin hyvä tiedostaa, mitkä seikat tulevat merkityksellisiksi kouluiässä.

On tärkeää, että oppilas pystyy pitämään itsestään huolta. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi sitä, että pukeutuminen, vessassa käyminen ja syöminen sujuvat itsenäisesti. On myös hyvä, että lapsi on oppinut huolehti-maan omista tavaroistaan. Lapsen pitäisi myös pystyä suoriutumaan koulupäivästä ilman huoltajan läsnäoloa ja olla fyysisesti niin vahva, että jaksaa olla koulussa koko päivän.



Sosiaalisissa taidoissa on hyvä olla sillä tasolla, että pystyy ottamaan muita huomioon. On tärkeää, että oppilas uskaltaa ottaa kontaktia koulun aikuisiin ja lapsiin. Oman vuoron odottaminen ja suuressa ryhmässä (noin 20 oppilasta) toimiminen olisi myös hyvä hallita. Koska luokassa on paljon muitakin, vuorottelun ja jakamisen osaaminen helpottaa toimintaa.

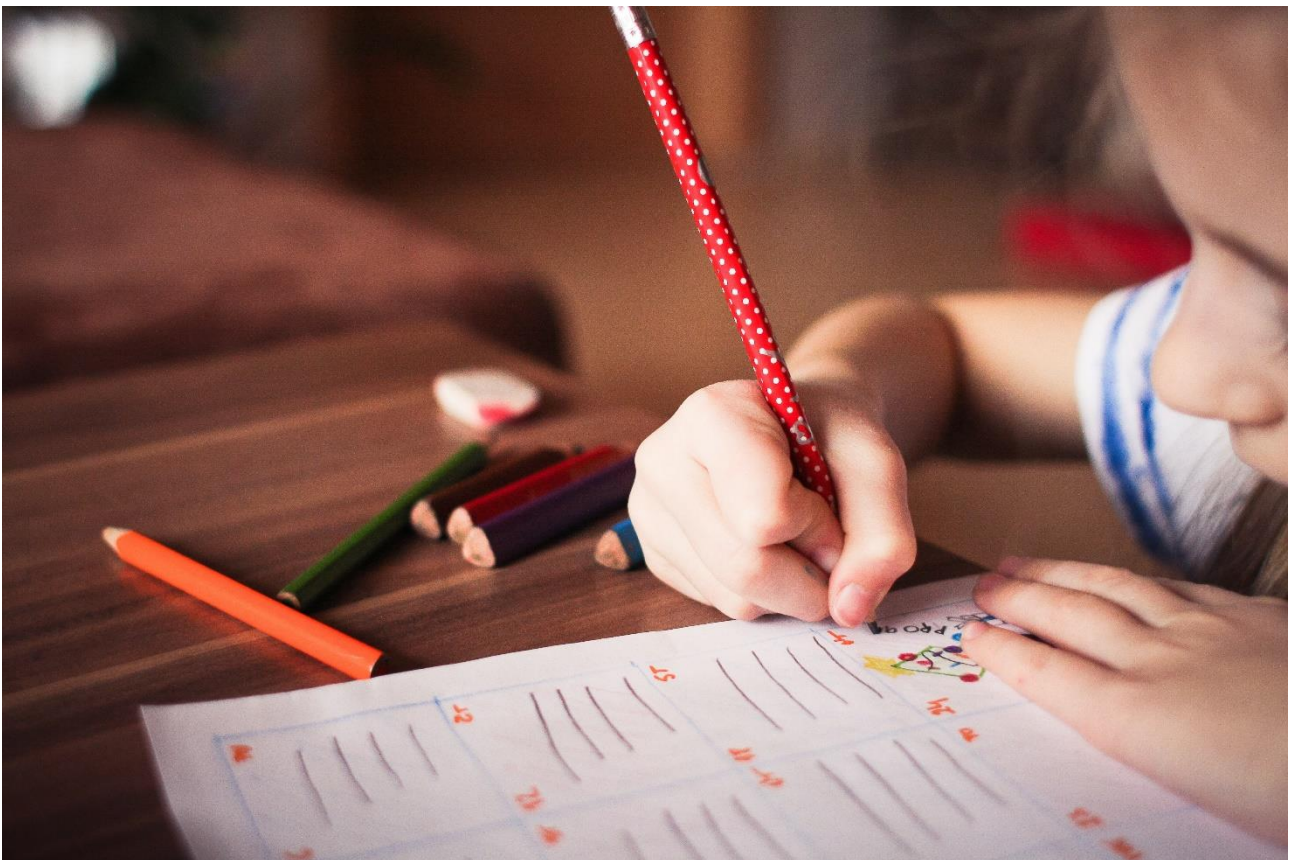
Tunnetaidoissa olisi hyvä, että lapsi olisi oppinut ilmaisemaan tunteitaan niin, ettei vahingoittaisi muita niitä kokiessaan. Olisi myös hyvä olla kokemuksia pettymyksen siedosta sekä voittamisesta ja häviämisestä.

Oppimistaidoissa olisi tärkeää, että lapsella olisi niin laaja sanavarasto, että hän ymmärtää ohjeet ja pystyy ilmaisemaan itseään. Lapsen tulisi myös pystyä kuuntelemaan aikuisia, olemaan heidän kanssaan yhteistyössä sekä ottamaan vastaan ohjausta ja tietoa. Olisi myös hyvä, että lapsi pystyisi olemaan paikallaan ja keskittyisi annettuihin tehtäviin. Tärkeää on myös se, että lapsi on kiinnostunut koulumaisista asioista kuten piirtämisestä, kirjaimista ja numeroista.



Kodin ja koulun yhteistyö tukee lapsen koulunkäyntiä

Luottamus on kodin ja koulun yhteistyön edellytys. Ilman luottamusta ei synny hyvää yhteistyötä. Kodin ja koulun välinen luottamus vahvistaa lapsen viihtymistä ja turvallisuutta koulussa, joten huoltajan ei kannata arvostella koulua lapsen kuullen. Lapselle on tärkeää, että huoltajat ovat kiinnostuneita koulunkäyntiin liittyvistä asioista ja keskustelevat lapsen kanssa päivittäin läksyistä, koulumatkasta, koulukavereista ja muista koulupäivän tapahtumista. On hyvä, että lapsi aistii huoltajien myönteisen asenteen koulunkäyntiin. Olemalla kiinnostunut koulusta huoltaja osoittaa lapselleen, että koulu on tärkeä.



Kodin ja koulun yhteistyötä tehdään sekä yksilö- että yhteisötasolla. Vanhempien kanssa keskustellaan opetuksen ja kasvatuksen tavoitteista, työtavoista, kasvun ja oppimisen tuesta ja oppilashuollosta, arvioinnista sekä koulun toimintatavoista. Olemalla aktiivisesti mukana koulun vanhempainilloissa, vanhempainyhdistyksessä tai luokan vanhempaintoiminnassa pääsee tutustumaan koulun toimintaan ja oppii tuntemaan opettajia ja muita vanhempia.

Lapsen siirtyessä esikoulusta kouluun yhteydenpitokanavat muuttuvat osittain. Lapsen ollessa päivähoidossa /esikoulussa yhteistyö on päivittäistä ja kasvattajat kohtaavat kasvokkain. Koulun alkaessa kohtaamiset harvenevat. Yhteyttä pidetään kuitenkin yllä Wilma-viestein, tekstiviestein, sähköpostein, puheluin ja sovituin tapaamisin. On tärkeää kääntyä suoraan opettajan puoleen, jos joku asia mietityttää. Näin saa nopeasti vastaukset mieltä askarruttaviin kysymyksiin.

Koulun on tärkeää saada kodilta tiedot koulunkäyntiin vaikuttavista seikoista. Näitä voivat olla esimerkiksi muutokset terveydentilassa tai perheen arjessa. Kun opettajalla on tiedossa lapseen liittyvät asiat, pystyy hän paremmin huomioimaan oppilaan yksilöllisiä tarpeita. Opettajalle on tärkeää, että hänen yhteydenottoihinsa ja tiedottamiseensa vastataan mahdollisimman nopeasti.

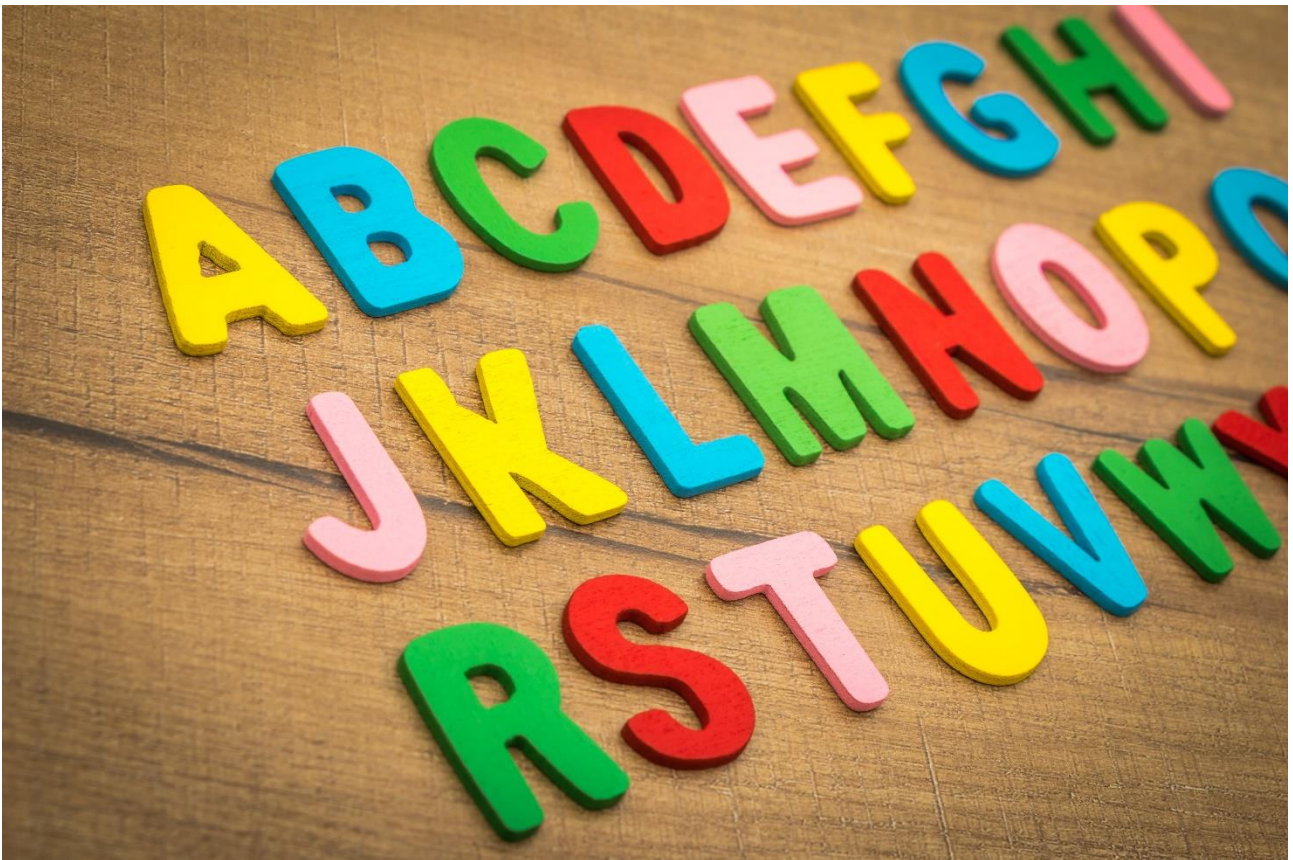
Lähikoulu

Kurikan kaupungissa on 12 koulua, joissa annetaan perusopetusta luokille 1–6. Huoltajat anovat koulun aloittavalle lapselleen koulupaikkaa erikseen ilmoitettavana ajankohtana alkuvuodesta koulunaloitusvuonna. Pääsääntöisesti oppilaalle anotaan paikkaa maantieteellisesti lähimmästä, ns. omasta lähikoulusta, johon oppilas saa myös tietyillä edellytyksillä koulukuljetusedun erikseen päätettyjen koulukuljetusperiaatteiden mukaisesti.

Huoltajilla on oikeus hakea koulupaikkaa myös ns. toissijaisesta koulusta. Näissä tapauksissa paikka voidaan myöntää, mutta kuljetusetua ei silloin voi saada, vaan huoltajat vastaavat itse oppilaan mahdollisesta kuljettamisesta järjestelyineen ja kustannuksineen. Kaupungin järjestämiä kuljetuksia on myös mahdollista käyttää matkakortilla maksaen, mikäli soveltuvia kuljetuksia on käytettävissä ja niissä on tilaa. Muun kuin lähikoulun valitsija luopuu myös oikeudesta saada koulukuljetus vaarallisen, vaikean tai rasittavan koulumatkan vuoksi tai tapaturman/lääkärin-todistuksen perusteella, sillä hän on itse saanut tehdä valinnan toissijaiseen kouluun menemisestä.

Jos huoltaja haluaa valita lapselleen jonkin muun kuin lähikoulun, hän ilmoittaa siitä kouluun hakemisen yhteydessä. Opetuspäällikkö tekee päätöksen mahdollisesta oppilaaksi ottamisesta toissijaiseen kouluun. Kaupungin ei aina tarvitse hyväksyä oppilasta muuhun kuin lähikouluun. Syynä hylkäämiseen ovat yleensä liian suureksi muodostuvat opetusryhmät. Ennen kuin tekee valintapäätöksen siitä, mihin kouluun lapsensa ilmoittaa, kannattaa asiaa tiedustella koululta tai koulutoimistolta.

Joissakin tapauksissa myös opetuksen järjestäjä voi osoittaa oppilaalle lähikouluksi muun kuin tämän kotia maantieteellisesti lähinnä olevan koulun. Näissä tapauksissa syynä voi olla erityisen tuen tai koulukuljetuksen tarkoituksenmukainen järjestäminen. Jos kunta osoittaa lähikouluksi muun kuin maantieteellisesti lähimmän koulun, oppilaalle järjestetään myös koulukuljetus. Vanhempiin pyritään tuolloin ottamaan yhteyttä jo lapsen kouluun menoa edeltävänä vuonna.



Koulumatkat

Huoltaja on vastuussa turvallisen koulureitin opettelusta ja harjoittelusta. Turvallista koulumatkan kulkemista on hyvä harjoitella yhdessä lapsen kanssa useita kertoja. Teiden ylitykset vaativat erityistä tarkkaavaisuutta. Aikuinen näyttää käytöksellään lapselle mallia. Koulun vastuulla ovat liikennesääntöjen ja turvallisen liikennekäyttämisen esillä pitäminen ja kertaaminen.

Koulumatkat eivät kuulu koulun vastuualueeseen. Koulun opettajan tai rehtorin tulee kuitenkin ilmoittaa tietoonsa tulleesta koulussa tai koulumatkalla tapahtuneesta häirinnästä, kiusaamisesta tai väkivallasta niihin syyllistyneen ja niiden kohteena olevan oppilaan huoltajalle tai muulle lailliselle edustajalle.

Oppilaat kuuluvat kaupungin ottaman vakuutuksen piiriin koulumatkoilla. Kuuluakseen vakuutuksen piiriin, on lasten kuljettava suorinta tietä kouluun ja takaisin. Vakuutus korvaa lähinnä hoitokulut.

Perusopetuslain mukaan oppilaalla on oikeus maksuttomaan koulukuljetukseen, kun tämän koulumatka on pidempi kuin 5 km. Kurikan kaupunki myöntää laista poiketen maksuttoman koulukuljetuksen 1–4-luokkien oppilaille jo silloin, kun näiden koulumatka ylittää 3 km. Kaikki kuljetusta tarvitsevat oppilaat anovat kuljetusta jo esiopetushakemuksen yhteydessä. Koulumatka mitataan lyhintä jalankulkukelpoista yleisessä käytössä olevaa tietä pitkin kotiportilta koulun piha-alueen portille.

Perusopetusta, lisäopetusta tai esiopetusta saavalla on oikeus maksuttomaan kuljetukseen myös silloin, kun matka oppilaan ikä ja muut olosuhteet huomioon ottaen muodostuu oppilaalle liian vaikeaksi, rasittavaksi tai vaaralliseksi. Maksuttoman kuljetuksen vaihtoehtona on oppilaan kuljettamista tai saattamista varten myönnettävä riittävä avustus. Mikäli huoltajat haluavat vedota tällaiseen poikkeukselliseen koulukuljetusoikeuteen, heidän tulee anoa kuljetusta perusteluineen ja lisäselvityksineen vapaamuotoisella hakemuksella opetuspäälliköltä.

Oppilaan terveydentilaan vedottaessa on aina toimitettava liitteenä lääkärintodistus, jossa esitetään arvio oppilaan selviytymisestä koulumatkastaan. Poikkeus terveydentilantakia myönnetään määräaikaisena. Koulumatkan vaarallisuus todetaan Koululiitu-ohjelmalla tai käynnillä paikan päällä. Anomus löytyy tarvittaessa kaupungin verkkosivuilta.

Kurikan kaupungissa noudatetaan terveyden edistämisen periaatteita. Pääsääntöisesti kaikki kuljetusoppilaatkin kulkevat aina osan koulumatkastaan kuljetusreitin varten.

Reitit suunnitellaan kokonaisuutena, toimivuus ja taloudellisuus huomioon ottaen, lähtökohtana oppilaiden kuljettamistarpeet. Näin ollen oppilaiden matka kuljetusreitin varrelle



vaihtelee. Kunta on kuitenkin määritellyt pysäkille kuljettavat enimmäismatkat. Oppilaan matkan autoonnousupaikalle on oltava perusopetuksessa enintään 3 km. Koulumatka saa kestää maksimissaan odotuksineen 2,5 tuntia, yli 13-vuotiaalla 3 tuntia, päivässä. Odotustunteja on käytössä useilla kouluilla. Odotustunnin ajaksi koulu järjestää lapset valvottuun tilaan.

Opetuksenjärjestäjä järjestää koulukuljetukset lakia noudattaen haluamallaan tavalla. Kuljetusmuotona voi olla joko linja-auto tai taksi, joskus myös molempien yhdistelmä, jolloin oppilas joutuu vaihtamaan autoa määritellyssä paikassa. Huoltaja ei voi itse tilata koulukuljetusta eikä tehdä muutoksia kuljetusreittiin.

Aamu- ja iltapäivätoiminnasta ei järjestetä kuljetuksia.

Oppimisen ja koulunkäynnin tuki

Perusopetuslain mukaan oppilaalla on oikeus saada opetussuunnitelman mukaisen opetuksen ohella oppilaanohjausta ja riittävää oppimisen ja koulunkäynnin tukea koko perusopetuksen ajan. Tukea on annettava heti, kun tuen tarve ilmenee. Oppilas saattaa tarvita oppimisessa ja koulunkäynnissä tukea tilapäisesti tai pitempiaikaisesti. Tuen tarve voi vaihdella vähäisestä vahvempaan, tai oppilas voi tarvita monenlaista tukea yhtä aikaa. Koulun antama tuki riippuu vaikeuksien laadusta ja laajuudesta. Mitä aikaisemmin oppilas saa tukea, sitä paremmin vältetään vaikeuksien lisääntyminen ja kasautuminen.



Tuen tarpeen varhaiseksi havaitsemiseksi oppilaan tilannetta seurataan ja tuen antaminen aloitetaan heti, kun siihen ilmenee tarvetta. Yhteistyö oppilaan ja huoltajan kanssa on tärkeää sekä tarpeiden selvittämisen että tuen suunnittelun ja onnistuneen toteuttamisen kannalta. Oppilaan saaman tuen tulee olla joustavaa, pitkäjänteisesti suunniteltua ja tuen tarpeen mukaan muuttuvaa.

Tukimuotoja käytetään sekä yksittäin että yhdessä toisiaan täydentävinä. Tukea annetaan niin kauan ja sen tasoisena kuin se on tarpeellista. Oppimisen ja koulunkäynnin tuen kolme tasoa ovat yleinen, tehostettu ja erityinen tuki. Näistä oppilas voi saada kerrallaan vain yhden tasoista tukea. Tukimuotoja ovat esimerkiksi tukiopetus, osa-aikainen erityisopetus, avustajapalvelut ja erityiset apuvälineet. Jokaisella tuen tasolla voidaan käyttää kaikkia eri tukimuotoja lukuun ottamatta erityisen tuen päätökseen perustuvaa erityisopetusta. Lisäksi oppilas voi saada perusopetuslaissa säädetyn oppimisen ja koulunkäynnin tuen rinnalla oppilas- ja opiskelijahuoltolaissa säädettyä yksilökohtaista oppilashuoltoa.

Erityisopetus

Erityisopetus jakautuu osa-aikaiseen erityisopetukseen ja luokkamuotoiseen erityisopetukseen. Osa-aikaista eli laaja-alaista erityisopetusta annetaan oppituntien aikana yksilöllisesti tai ryhmässä omassa erityisopetustilassa tai samanaikaisopetuksena yleisopetuksen ryhmässä. Osa-aikaisen erityisopetuksen tavoitteena on auttaa oppilasta suoriutumaan mahdollisimman hyvin yleisopetuksessa omien edellytystensä mukaisesti. Opetus pyrkii oppimis- ja sopeutumisvaikeuksien ennaltaehkäisyyn ja oppilaan tasapainoisen kasvun ja kehityksen tukemiseen erityisvaikeudet huomioon ottaen.

Osa-aikaista erityisopetusta annetaan oppilaille, joilla on lieviä puhe-, oppimis- tai sopeutumisvaikeuksia ja jotka tarvitsevat erityistä tukea opiskelussaan. Luokkamuotoiseen erityisopetuksen voidaan päätyä, jos oppilaalla on erityisopetuspäätös eikä hänen opetustaan voida järjestää yleisopetuksen yhteydessä.

Erityisopetuksen toteuttamisessa huomioidaan oppilaan vahvuudet, yksilölliset tarpeet ja oppimisedellytykset. Sen tavoitteena on auttaa ja tukea oppilasta siten, että hänellä on tasavertaiset mahdollisuudet oppia yhdessä ikätovereidensa kanssa. Tuen antamisen syyt voivat olla moninaiset, ja ne voivat liittyä sekä oppilaan yksilöllisiin ominaisuuksiin että erilaisiin oppimisen ja koulunkäynnin vaikeuksiin.

Oppilashuolto

Oppilashuoltotyötä tehdään kahdella tasolla: yhteisöllisellä ja yksilöllisellä. Yhteisöllistä oppilashuoltoa Kurikan kouluissa toteuttaa koulukohmainen oppilashuoltoryhmä. Se keskittyy ennaltaehkäisevään oppilashuoltoon, koordinointiin ja suunnitteluun. Siihen voivat kuulua opettajat, huoltajan edustajia, kouluavustajat, kuraattori, koulupsykologi, terveydenhoitaja ja tarvittaessa muitakin asiantuntijoita. Ryhmän tehtävänä on pohtia muun muassa seuraavia teemoja:

- Koko yhteisön hyvinvointi
- Oppilaiden ja huoltajien mukaan ottaminen koulutyön suunnitteluun ja toteutukseen
- Siirtymävaiheiden sujuvuus
- Tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä mielen hyvinvointi
- Yhteistoiminta koulun ulkopuolisten tahojen kanssa
- Kiusaamisen, väkivallan ja häirinnän ehkäiseminen
- Ympäristön terveellisyys ja turvallisuus.

Ryhmä laatii koululle oppilashuoltosuunnitelman.

Yksilökohtaista oppilashuoltoa Kurikan kouluissa toteuttaa asiantuntijaryhmä, joka on monialainen ja jonka kokoonpano harkitaan tapauskohtaisesti käsiteltävän asian mukaan. Oppilashuoltotyön tavoitteena on kartoittaa, ennaltaehkäistä ja auttaa selvittämään ongelmia, jotka aiheuttavat esteitä oppilaan säännölliselle koulunkäynnille ja menestymiselle koulutyössä. Yksilökohtaiseen oppilashuoltoon kuuluu esimerkiksi koulu-terveydenhuolto, koulupsykologi- ja kuraattoripalvelut. Työtä tehdään aina huoltajan kanssa yhteistyössä. Työ on luottamuksellista ja salassa

pidettävää. Mikäli koulun henkilökunta ei ole mukana huoltotyössä, on muiden asiantuntijoiden toimitettava opettajalle opetuksen järjestämisen kannalta välttämättömät tiedot. Toiminnan on toteuduttava lakiin kirjatussa määräajassa. Tiedot kirjataan oppilashuoltokertomukseen ja asiakasrekisteriin.

Oppilashuoltoryhmän lisäksi koulussa toimii kasvun ja oppimisen tuen ryhmä. Se käsittelee opetusjärjestelyihin liittyviä asioita esim. kolmipor- taista tukea. Asian käsittelyyn ei tarvita huoltajan lupaa, mutta huoltajalle ilmoitetaan aina, jos lapsen asioita käsitellään. Tämän ryhmän kokoon- pano on hyvin samanlainen kuin oppilashuoltoryhmänkin kokoonpano.

Perusopetuslain pykälä 16 ja 17 on täsmennetty siten, että tehostetun ja erityisen tuen antamiseen liittyvien selvitysten tekemisestä sekä te- hostetusta ja erityisestä tuesta ei voi kieltäytyä. Huoltajalla ei myöskään ole oikeutta kieltää alaikäistä käyttämästä halutessaan opiskeluhuollon palveluita. Oppilashuoltoryhmä sekä kasvun ja oppimisen tuen ryhmä toimivat aina tiiviissä yhteistyössä huoltajien kanssa.

Koulun omien ryhmien lisäksi Kurikassa toimii koko kaupungin yhteinen ohjausryhmä, joka suunnittelee, kehittää ja arvioi oppilashuoltopalve- luita.

Kuraattori

Koulukuraattori on koulun sosiaalian ammattilainen, joka auttaa ja tukee työssään oppilaan ja koko kouluyhteisön hyvinvointia. Kuraattori tekee yhteistyötä oppilaan ja hänen perheensä, opettajien, koulun henkilökunnan ja muiden yhteistyötahojen kanssa. Koulukuraattori on työssään vaitiolovelvollinen, joten keskustelut ovat luottamuksellisia.

Koulukuraattori auttaa oppilaita, joilla on vaikeuksia koulunkäynnissä, ihmissuhteissa tai omaan kasvuun ja kehitykseen liittyviä ongelmia tai pulmatilanteita. Ensimmäisillä luokilla koulukuraattorille tyypillisiä asiakkaaksi tulon syitä ovat muun muassa kaveriasiat, konfliktit kavereiden kanssa, erilaiset pelot tai koulussa olemisen perustaidot (istuminen, viittaaminen, puheenvuoron odottaminen, aikuisen totteleminen).



Koulu on lapsen sosiaalisen elämän keskus. Siellä tutustutaan uusiin ihmisiin, luodaan ystävyssuhteita ja harjoitellaan toisten kanssa toimimista. Hyvillä kaverisuhteilla on suuri merkitys lapsen kasvulle ja kehitykselle. Vanhemman ja lapsen välinen hyvä vuorovaikutus luo pohjan lapsen sosiaalisille taidoille.

Kahdenvälisten kaverisuhteiden lisäksi kaveritaitoja tarvitaan ryhmässä toimimiseen ja ystävyssuhteiden ylläpitämiseen. Kaveritaidot auttavat lasta onnistumaan kaverisuhteissa ja viihtymään muiden lasten seurassa. Vanhemmat ovat esikuvia lapselleen toisten ihmisten kanssa toimimisessa. Vanhemman tehtävä on tukea ja mahdollistaa lapsen kaverisuhteet, ja varsinkin peruskoulun ensimmäisinä vuosina tähän kannattaa panostaa.

Vanhempana voit ottaa kuraattoriin yhteyttä, jos sinulla on huoli lapsesi asioista esimerkiksi koulussa, vapaa-ajalla, kaverisuhteissa tai kotona on pulmallisia tilanteita. Kun otat yhteyttä, lähdemme yhdessä miettimään asiaa ja etsimään keinoja tilanteeseen. Myös koulun ulkopuolisten palvelujen tarpeellisuutta voidaan tarvittaessa pohtia yhdessä.

Tervehdys koulupsykologeilta!

Koulupsykologi on oman alansa laillistettu ammattihenkilö, joka toimii koululla yhteistyössä oppilaiden, koulun henkilökunnan ja vanhempien kanssa. Tuemme lasten koulunkäyntiä, oppimista ja hyvinvointia sekä annamme asiantuntija-apua koulun muulle henkilökunnalle ja vanhemmille.

Koulupsykologi auttaa oppilaita ja heidän perheitään pääasiassa kouluun liittyvissä ongelmatilanteissa sekä ohjaa tarvittaessa eteenpäin. Oppimisvaikeudet, keskittymishankaluudet tai vaikeus toimia ryhmässä sekä äkilliset kriisit oppilaan elämässä kuuluvat työhömme.

Koulupsykologi tekee psykologisia tutkimuksia oppimisvaikeuksien tarkemmaksi arvioimiseksi, auttaa tunne-elämän haasteiden selvittelyssä ja suunnittelee tukitoimia yhdessä opettajien ja vanhempien kanssa. Lisäksi koulupsykologi osallistuu koulun oppilashuoltoryhmään yhdessä muiden koulun ammattihenkilöiden kanssa, seuraa tarpeen mukaan opitunteja sekä tapaa oppilaita yksilökäynneillä.

Koulupsykologeihin saa yhteyttä helpoiten Wilman kautta. Tarkemmat yhteystiedot löytyvät Kurikan kaupungin verkkosivuilta (Varhaiskasvatus ja opetus → perusopetus → oppilashuolto).

Koulupsykologi on vaitiolovelvollinen, joten keskustelut kanssamme ovat luottamuksellisia.

Erityisesti ekaluokkalaisten kohdalla huomioitavaa

Lapsen näkökulmasta koulun aloittaminen on suuri ja jännittävä muutos. Tämän vuoksi on tärkeää, että kotona ollaan kiinnostuneita koulunkäynnistä ja koulupäivän sujumisesta sekä jutellaan koulusta myönteiseen sävyyn. Itsenäiseksi kasvaminen tapahtuu vähitellen ja pieni koululainen tarvitsee tässä vielä aikuisen tukea. Koulunsa aloittava lapsi on samanaikaisesti jo iso ja osaava, mutta vastuiden ja velvollisuuksien lisääntyessä samalla pieni ja vanhempia tarvitseva. Uuden elämänvaiheen alkaessa on tärkeä sopia yhdessä kouluarkea helpottavista pelisäännöistä, esimerkiksi läksyihin ja kaveriasioihin liittyen.

Alla linkki MLL:n verkkosivuille, josta saatavissa hyvää lisätietoa aiheesta.

<https://www.mll.fi/vanhemmille/tietoa-lapsiperheen-elamasta/elamaa-kouluikaisen-kanssa/koulu-alkaa/tarkistuslista-ekaluokkalaisten-vanhemmalle/>



Kouluterveydenhuolto

Kouluterveydenhuolto on jatkoa neuvolatoiminnalle. Työmme on luonteeltaan ennaltaehkäisevää, sisältäen terveystarkastukset, terveysneuvonnan ja oppilashuoltotyön.

Terveystarkastaja tapaa oppilaan vuosittain terveystarkastuksessa. Laajat terveystarkastukset 1., 5. ja 8. luokilla sisältävät myös lääkärin vastaanoton, joihin myös huoltajat kutsutaan mukaan.

Terveystarkastuksessa

- otetaan tarvittavat seulontatutkimukset (kasvu, ryhti, näkö, kuulo, verenpaine)
- huolehditaan rokotukset ajan tasalle. Rokotusohjelman mukaan tyttöille annetaan 5. ja 6. luokalla papilloomavirusrokote, joka ehkäisee erityisesti kohdunkaulan syöpää ja sen esiasteita. Tarvittaessa rokotusohjelmaa täydennetään puuttuvien osien.
- ohjataan ja tuetaan terveellisiin elintapoihin (ruokailu, hygienia, uni, liikunta, ruutuaika ym.)

- tuetaan ja edistetään terveyttä ja muuta hyvinvointia (kaverisuhteet, vapaa-aika, koulunkäynti, kotiarki ym.)

Ekaluokkalaisten kanssa huomioitavaa

Monet kouluikäiset lapset katsovat liian paljon televisiota ja pelaavat videopelejä. Liiallinen television katsominen ja konsoleilla pelaaminen voivat aiheuttaa silmävaivoja, päänsärkyä ja keskittymisvaikeuksia. Toivomme vanhempien valvovan, etteivät televisio ja pelit täytä lapsen vapaa-aikaa liiaksi ja vie aikaa liikunnalta ja muilta harrastuksilta.

Liikunnan tulisi olla luonnollinen osa lapsen elämää. Koululainen tarvitsee fyysistä aktiivisuutta 1–2 tuntia joka päivä monipuolisesti ja omat mieltymykset huomioiden.

Ekaluokkalainen tarvitsee vähintään 10 tunnin yöunen jaksakseen koulussa. Liiallinen ruutuaika hankaloittaa nukahtamista ja siirtää nukkumaanmenon liian myöhäiseksi. Riittämätön uni aiheuttaa jaksamattomuutta, levottomuutta ja keskittymisvaikeuksia, jotka haittaavat oleellisesti koulutyötä. Huolehdittehan pienen koululaisenne riittävästä unen ja levon saannista.



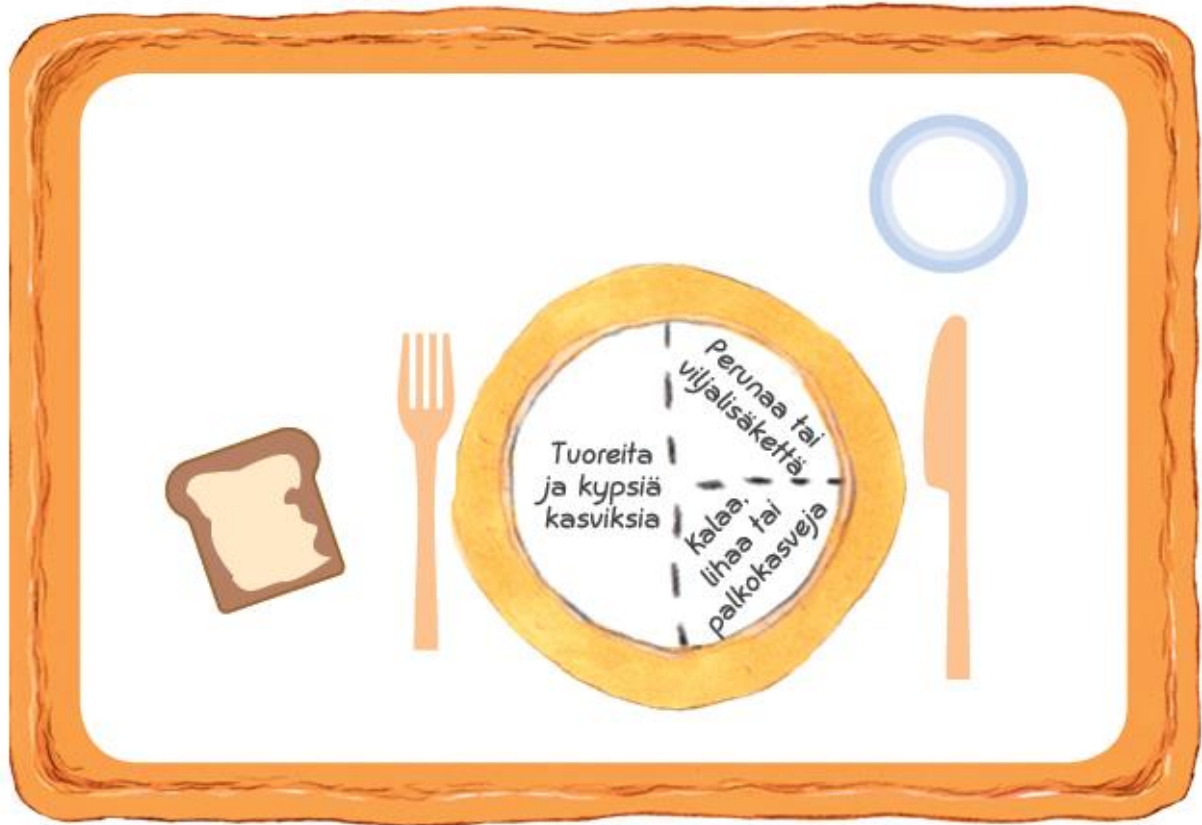
Kouluruokailu

– maailmanlaajuisesti ainutlaatuinen etu

Kurikan keskustan keskuskeittiö ja Jalasjärven koulukeskuksen keittiö toimivat keskuskeittiöinä, joista ateriat kuljetetaan palvelukeittiönä toimiville päiväkotien ja koulujen keittiöille. Jurvan oppilasravintola vastaa Jurvan yhtenäiskoulun ja lukion ruokapalveluista ja toimittaa ateriat päiväkotikunnannuppuun. Kurikan Kampuksella valmistetaan ateriat Sedun ja Kurikan lukion opiskelijoille ja henkilökunnalle. Jalasjärvellä Koskuen ja Luopajarven kouluilla toimivat pienet valmistuskeittiöt.

Koululounas tarjoaa ravitsemussuositusten mukaisen tasapainoisen ja ravitsevan kokonaisuuden, joka kattaa päivän ravitsemuksellisesta tarpeesta noin 30 prosenttia. Ruokailuhetki on ravitsemuksen ohella kulttuuri-, tapakasvatus- ja yleissivistyskasvatusta, joka tauottaa koulupäivää mukavalla tavalla.





Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2017

Lapsen lautasmalli. Lähde: © Valtion ravitsemusneuvottelukunta

Jotta varmistetaan riittävä energian ja suojaravintoaineiden saanti, tulee kokonaisuuteen kuulua aterian eri osat: pääruoka, energiasäke, salaatti, leipä ja levite sekä ruokajuomana maitotuote. Kotona on hyvä muistuttaa lasta lautasmallista, jolloin edellä mainittu kokonaisuus toteutuu automaattisesti.

THL:n uusimman kouluterveyskyselyn mukaan kouluruokailu tavoittaa Kurikassa lapset poikkeuksellisen hyvin: 84 prosenttia 8–9-luokkalaisista syö koululounaan päivittäin. Vastaava luku ympäryskunnissa ja muualla

Suomessa on paljon matalampi. Ilahduttavan korkea lounaan tavoitavuus on varmasti vanhempien valistuneisuuden ja kouluruokaan panostamisen yhteisvaikutusta: Kurikassa ruokaa valmistetaan keittiöillä paljon itse teollisten valmistusotteiden käytön sijaan, liha on 100-prosenttisesti kotimaista ja muidenkin raaka-aineiden kotimaisuusaste korkea. On hyvä muistaa, että ilman kodeissa tapahtuvaa hyvää ruokapuhetta kouluruokaa ei koettaisi maailmanlaatuiseksi ainutlaatuiseksi eduksi, jota kannattaa hyödyntää.

Kouluruoalla on monta roolia, ja se ei tästä syystä voi olla joka päivä kaikkien lempiruokaa. Vanhempien ja ruokapalvelu- ja opetushenkilöstön yhteinen tehtävä on kuitenkin saada oppilaille aikaan mukavia ruokamuis-toja, elämyksiä ja sivistystä pelkän ravitsemuksellisen näkökohdan ohella. Tämä näkökanta vaatii myös koulupäivän ulkopuolella keskustelua, kiinnostusta ja joskus jopa kommenttien kyseenalaistamista.

Kodissa tapahtuva ruokailu kattaa valtaosan, kaksi kolmasosaa lapsen energia- ja suojaravintoaineiden saannista: monipuolisuus ja ravitsemuksellinen laatu on hyvä muistaa myös aamu- ja välipaloissa, päivällisessä sekä iltapalassa. Lapsen ruokailuun tulisi sisältyä paljon kasviksia, marjoja ja hedelmiä, runsaskuituista leipää, pehmeää rasvaa, vähärasvaisia maitotuotteita, hyvälaatuista proteiinin lähdettä (lihaa, kalaa tai broileria) ja energialisukkeena perunaa, täysjyväpastaa tai -riisiä. Liiallista sokerin ja suolan käyttöä on hyvä välttää. Lapsiperheille on laadittu Valtion ravitsemusneuvottelukunnan toimesta ruokasuositus, joka löytyy linkin takaa:

http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137459/URN_ISBN_978-952-343-254-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Koululaisten vanhemmat ovat halutessaan lämpimästi tervetulleita tutustumaan kurikkalaiseen kouluruokaan vaikkapa lautasen äärellä. Omaan valmistuskeittiöön voi aina olla yhteydessä, jos jokin asia mietityttää tai haluat piipahtaa tutustumassa kouluruokailuun.

Aamu- ja iltapäivätoiminta

Kurikan kaupungin sivistystoimi järjestää perusopetuslain mukaista koululaisten aamu- ja iltapäivätoimintaa 1. ja 2. vuosiluokan oppilaille, mikäli koulun toimipaikkaa kohden ilmoittautuu vähintään 8 oppilasta. Jos ilmoittautuneita on enemmän kuin paikkoja on mahdollista tarjota, ensisijaisesti paikan saavat 1-luokkalaiset ja tukea tarvitsevat lapset. Kyyditystä ei järjestetä tai kustanneta.

Toimintaa järjestetään koulujen työpäivien mukaan. Loma-aikoina tai viikonloppuisin toimintaa ei ole. Vanhemmat voivat hakemuksessaan ilmoittaa todellisen tarpeensa. Vahvistetut toiminta-ajat ja yksiköt ilmoitetaan hakuajan jälkeen.

Toiminnan tavoitteena on tukea koulun ja kodin kasvatustyötä sekä antaa turvallinen ympäristö lapsen vapaa-ajalle tarjoamalla monipuolista ja virkistävää toimintaa. Toiminta sisältää ohjattuja leikkejä, pelejä, lukemista, askartelua sekä vapaata yhdessäoloa. Toiminnan lomassa nautitaan aamu- ja/tai välipala. Lapsille annetaan mahdollisuus tehdä läksyt sekä levätä. Ulkoilua on joka päivä, joten lasten vaatetus pitää olla sään mukainen. Kurikan kaupungin aamu- ja iltapäivätoiminnan toimintasuunnitelma on luettavissa kaupungin verkkosivuilta.

Aamu- ja/tai iltapäivätoimintapaikkaa haetaan aina lukuvuodeksi kerrallaan. Hakuaika on edellisen lukuvuoden helmikuussa. Jos toimintaa tarvitaan hakuajan jälkeen, tulee paikan saamiseksi olla yhteydessä suoraan palveluohjaajaan. Tarpeen päättyessä toimintapaikka tulee irtisanoa kirjallisesti, esimerkiksi sähköpostilla. Laskutus päättyy irtisanomiskauden loppuun. Haku tapahtuu epalvelulomakkeella.

Jokaiselta toimintakuukaudelta peritään kiinteä toimintamaksu osallistumispäivistä riippumatta. Perheillä on oikeus sisaralennukseen. Sivistyslautakunnan vahvistamat aamu- ja iltapäivätoiminnan maksut 27.8.2019 alkaen ovat:

- Aamupäivätoiminta 100 e/kk
- Iltapäivätoiminta 130 e/kk
- Aamu- ja iltapäivätoiminta 160 e/kk

Maksu on jätettävä perimättä tai sitä on alennettava, jos huoltajan elatusvelvollisuus, toimeentuloedellytykset tai huollolliset näkökulmat huomioon ottaen siihen on syytä. Maksuvapautusanomukset osoitetaan opetuspäällikölle. Lomake löytyy kaupungin verkkosivuilta.



Lopuksi

Hyvä lukutaito on yksi koulunkäynnin tärkeimmistä työkaluista. Vanhempana voit tehdä paljon lapsen lukutaidon vahvistamisessa. Lukeminen kasvattaa lapsen sanavarastoa, kehittää kielellistä ilmaisua, ajattelukykyä sekä ongelmanratkaisutaitoja. Lue lapselle ääneen päivittäin myös sen jälkeen, kun lapsi on oppinut lukemaan itse.

Ensimmäisellä luokalla lapset ovat usein innoissaan läksyistä, koska ne ovat merkki siitä, että he ovat koululaisia. Läksyt ovat tärkeitä, sillä ne opettavat lapsia ottamaan vastuuta koulutyöstään. Kotona on hyvä tehdä läksyjen tekemisestä rutiini. Mieti, missä ja milloin läksyt tehdään. Välipala ja liikunta ennen läksyjen tekemistä voi auttaa lasta keskittymään.

Monet vanhemmat ovat huolissaan siitä, että omaa lasta kiusataan tai hän kiusaa muita koulussa. Kiusaaminen tunnetaan ja tiedostetaan tämän päivän kouluissa aikaisempaa paremmin. Koulujen tulee puuttua kiusaamiseen heti, kun sitä epäillään. Koulut tekevät myös kiusaamista ehkäisevää työtä. Vanhempien aktiivinen toiminta ehkäisee tehokkaasti kiusaamista. Kun vanhemmat ovat tekemisissä keskenään, puhuvat myönteisesti toisista vanhemmista ja heidän lapsistaan, kiusaamista voidaan ennaltaehkäistä. Vanhemman kannattaa myös olla heti yhteydessä koululle, jos havaitsee tai kuulee kiusaamisesta.

Kaikista käytännön asioista saat lisätietoa lapsen omasta lähikoulusta ja sen kotisivuilta.