



Meriluonto liikunnan lähteenä 2, 01.01.2020 - 31.12.2020

Tiivistelmä

Pohjois-Suomen Aluehallintoviraston (AVI) rahoittaman Liikunnallisen elämäntavan paikallisen kehittämisprojektin, Meriluonto liikunnan lähteenä, perustana on meriluonto liikuntaympäristönä ja liikkumisen innoittajana. Vesi, hiekka ja saaristo ovat elementtejä, joista Kalajoki tunnetaan. Ne ovat tuhansien tarinoiden taustalla sekä toimivat virkistäytymispaikkoina että inspiraation lähteinä. Kohderyhmänä ovat erityisesti varhaiskasvatukseen sekä seniorikansalaiset, jotka pyrimme saattamaan yhteen tapahtumien ja tarinoiden kautta. Meriluonto voi olla myös armoton vaatien liikkujalta taitoja, jotta veden ja hiekan suomista virkistäytymismahdollisuuksista voi turvallisesti nauttia. Näitä taitoja painotetaan kesällä kuin talvella oppimissisällöissä ja niiden ympärille rakennetaan ohjattua liikuntatoimintaa, yhdessä seurojen, yhdistysten ja liikuntamatkailuyritysten kanssa.

Hankkeen tavoitteet

Tavoitteena on varhaiskasvatukseen lasten ja heidän perheidensä ohjatun liikunnan, liikuntaneuvonnan, liikunnallisten seikkailuiden, tapahtumien ja retkien avulla edistää liikunnallisen elämäntavan omaksumista, ryhmäytymistä ja sitä kautta syntyvää hyvinvoinnin lisääntymistä. Hanke antaa tiedollisia ja taidollisia valmiuksia turvalliseen meriluonnossa liikkumiseen ja retkeilyyn. Tavoitteena on vaihtelevassa maastossa ja meriluonnossa tapahtuvan liikkumisen kautta hakea kehittäviä ärsykeitä elimistölle, jotka parantavat motorisia taitoja, tasapainoa ja fyysistä suorituskykyä. Sukupolvien välisten kohtaamisten kautta tavoitteenamme on virikkeellisten ja voimaannuttavien kokemusten tuominen arkeen sekä yhteistyönä että luontoympäristön kautta lisätä yhteisöllisyyttä ja sosiaalista hyvinvointia.

Toimenpiteet

Toimenpiteet suunnitellaan varhaiskasvatussuunnitelman mukaan ja niitä sovelletaan ikäihmisten liikunnan virikkeellistämiseen. Sen mukaan lapset oppivat tekemällä ja ovat kiinnostuneita tutkimaan ympäröivää maailmaa monipuolisen fyysisesti aktiivisen leikin avulla. Rahoituksella luodaan mielenkiintoisia tapahtumia ja ympäristöjä, joissa tarinoiden ja seikkailuiden kautta syntyy innostavia liikuntaelämyksiä ja rohkeutta liikkua sekä kokeilla uusia liikuntalajeja: 1) liikunnalliset peuhupäivät (6 kpl), jossa tutustumista urheilu- ja seikkailulajeihin, 2) Tutustuminen veteen, vesiliikuntaan, vesillä liikkumiseen ja veneilyturvallisuuteen, 3) Tutustuminen ja seikkailu kiipeily-ympäristössä (Seikkailupuisto Pakka), 4) luontoretket, 5) ohjatut liikunta- ja kaverikerhot. 6) seniorien liikuntapäivien kuntotestaus ja elämäntapaohjauksen seuranta.

Tulos: Liikunnallisen elämäntavan omaksuminen.

Kustannukset ja rahoitus

Pohjois-Suomen aluehallintovirasto on hyväksynyt hankkeen kustannukseksi 40 000 €, siitä palkkoihin ja työpalkkioihin käytetään hankkeen koordinoimiseen, liikuntaneuvontaan, opetus- ja ohjauspalkkioihin (534h), 23 700 €. Ryhmien matka- ja kuljetuksiin (42 kpl) liikuntapaikoille on varattu 4 500€, kursseihin ja koulutuksiin, mm. elämys- ja seikkailupedagogiikan ohjaajakoulutukseen 1 500 €, välinehankintoihin, mm. liikuntavälineisiin tapahtumien tarpeiden mukaisesti 2 500 €. Luontoretkien ja liikuntatapahtumien järjestämiskustannuksia, 6 kpl, 5 000 €. Muut kulut muodostuvat liikuntatilojen ja välineiden vuokrakuluista (100 tuntia), yhteensä n. 1 500 € sekä tiedottamisesta, mainostamisesta ja oheismateriaalien tuotosta 3 300 €.

Pohjois-Suomen aluehallintovirasto on myöntänyt 50 % rahoituksen hankkeelle, yhteensä 20 000 €, ja Kalajoen kaupungin oma osuus on 20 000 €.

Vastuuorganisaatio;

Hankkeen vastuuorganisaatio on Kalajoen kaupungin sivistyspalvelut ja hankkeen johtaja on hyvinvointipalvelujohtaja Anne Mäki-Leppilampi. Hankkeen yhteyshenkilö on kehitys- ja valmennuspäällikkö Juha Isolehto.

Muut yhteistyökumppanit ovat: Kalajoen Latu, Kokkolan Meripelastajat, MLL:n Pohjois-Pohjanmaan piiri, Kalajoen 4H -yhdistys, Kalajoen Junkkarit, Junkkarit Hockey Team (JHT), Kalajoen Nuorisoseura, Kalajoen Pallo, Himangan Urheilijat ja yritykset.