

Tietoa Ikurin koulun oppilaille ja heidän perheilleen

## Kivaa koulumatkaa – jalan tai pyörällä!

” Iloa ja liikunnallisuutta koulumatkoihin!

Kannustamme kaikkia koulumme oppilaita liikkumaan koulumatkat itsenäisesti Tesoman koulussa. Omin voimin kuljettu koulumatka antaa hienon startin koulupäivään ja kivan siirtymän koulusta kotiin. Samalla kunto kasvaa ja jokainen oppilas omalta osaltaan voi edistää kestävä elämäntapaa.

Olethan mukana kannustamassa oppilaita liikkumaan. Koulumatkojen turvallisuus on meidän kaikkien asia!

*Ikurin koulutalon opettajat ja muu henkilökunta*

## Turvalliset koulumatkat kaikille

### Suosittelut reitit kävellen ja pyörällä

Jalan ja pyörällä kulkevat lapset oppivat liikennetaitoja ja saavat tarpeellista liikuntaa koulumatkoillaan.

Karttaan merkityt suositellut reitit ja tienlytykset ovat mahdollisimman turvallisia kulkea jalan tai pyörällä. Risteämistä vilkkaan autoliikenteen kanssa on vältetty.

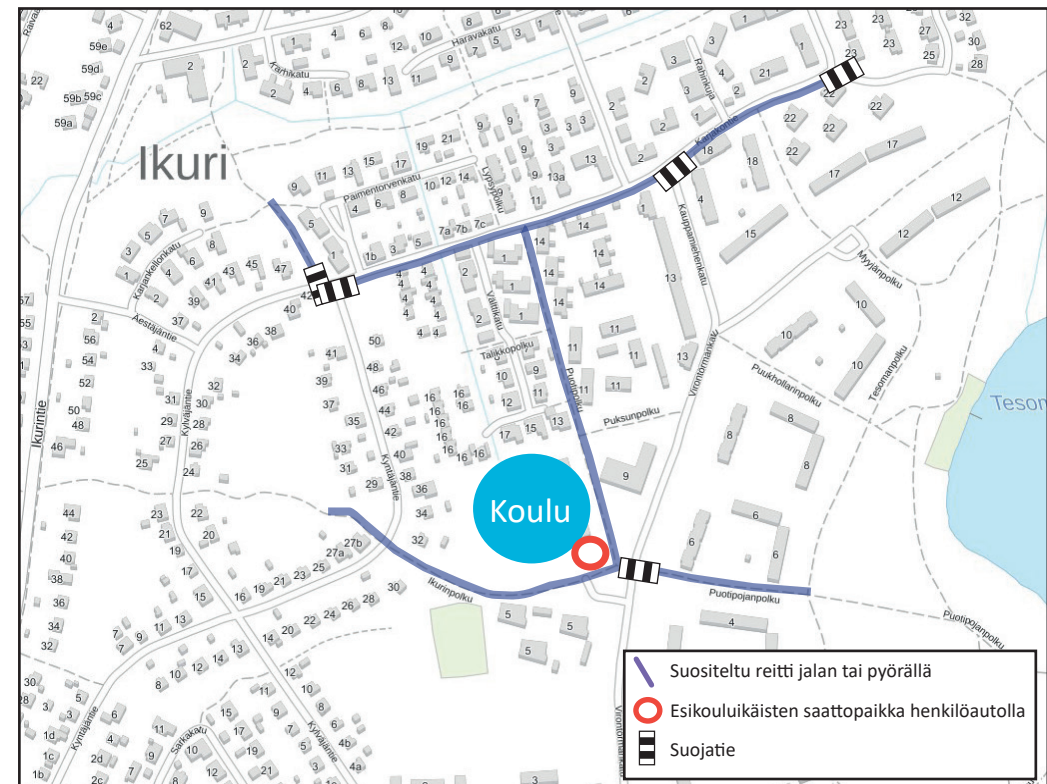
Perheiden toivotaan opettelevan turvallista koulureittiä ja liikennesääntöjä yhdessä. Lapsia on myös syytä kouluvuoden aikana muistuttaa turvallisista reiteistä.

### Saattoliikenne

Lapsi kannattaa saattaa kouluun kävellen tai pyörällä. Saattoliikenne autolla aiheuttaa ruuhkaa koulun ympäristössä ja lisää liikeneriskejä.

Jos lapsi on välttämätöntä tuoda kouluun autolla, suositellaan esikouluikäisten saattoon kartalla merkittyä saattopaikkaa.

Isommat koululaiset kannattaa jättää kyydistä kauempana. Saattoliikenteen rauhoittaminen turvaa kävellen ja pyörällä liikkuvien matkoja.



Kuinka kauan  
sinulla kestää  
pyörällä tai kävellä  
koululle?

30min  
10min

15min  
5min

10min

Tesoman koulu  
Ikurin koulutalo

# Matkat ovat mahdollisuus

Liikunta virkistää mieltä ja  
edistää oppimista.

Koulumatkat opettavat  
itsenäistä liikkumista.

Vähintään 1–2 tuntia päivässä  
monipuolista ja ikään sopivaa liikuntaa.

Kaverin kanssa kulkeminen edistää  
vuorovaikutustaitoja.

Vähemmän ruutuaikaa,  
lisää ulkoilua ja liikuntaa.

Kävely ja pyöräily auttavat  
koulupäivästä palautumista.