

Meijän lukio - Lukiolaisten koulupudokkuuden ennaltaehkäisy ja hyvinvoinnin tukeminen Itä-Suomessa II 1.1.2024-30.6.2026 (ESR+)

HANKE-ESITTELY 11.11.2024

Meijän lukio II -hankkeen esittely ja edeltäneen Meijän lukio I -hankkeen hyvät käytänteet nuorten hyvinvoinnin tukemiseen, projektipäällikkö Sanna Oikari

Lukio-opiskelijoiden hyvinvointivalmentajien rooli hankkeessa ja toiminnan esittely, hyvinvointivalmentajat Piia Kuusela ja Meiju Tiirikainen

Nivelvaiheen opinto-ohjaajien rooli hankkeessa ja toiminnan esittely, nivelvaiheen opinto-ohjaajat Sanna Multala ja Tytti Puuronen



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio 

Herättely



Euroopan unionin
osarahoittama

Meidän
lukio 

Meijän lukio - Nuorten
jaksaminen ja hyvinvointi
Itä-Suomessa -hanke



Meijän
lukio 

TAUSTAA: Edeltävä Meijän lukio I Nuorten jaksaminen ja hyvinvointi Itä-Suomessa -hanke

Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma



Euroopan unionin
osarahoittama

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Euroopan unioni
Euroopan aluekehitysrahasto
Euroopan sosiaalirahasto

Meijän lukio - Nuorten jaksaminen ja hyvinvointi Itä-Suomessa 1.9.2022 – 31.12.2023

Tavoitteena on ollut lisätä nuorten hyvinvointia ja jaksamista **kokonaisvaltaisesti ja ennaltaehkäisevästi, nuorten toiveita kuunnellen.**

Hankkeen piiriin kuului 13 yhteistyölukiota Itä-Suomen alueelta ja hankkeen kokonaisbudjetti oli 426 500 €.

→ Millä keinoilla nuorten jaksamista voidaan tukea?



Euroopan unionin osarahoittama

2023

Meijän lukio

Yleiskatsaus toteutetuista tapahtumista

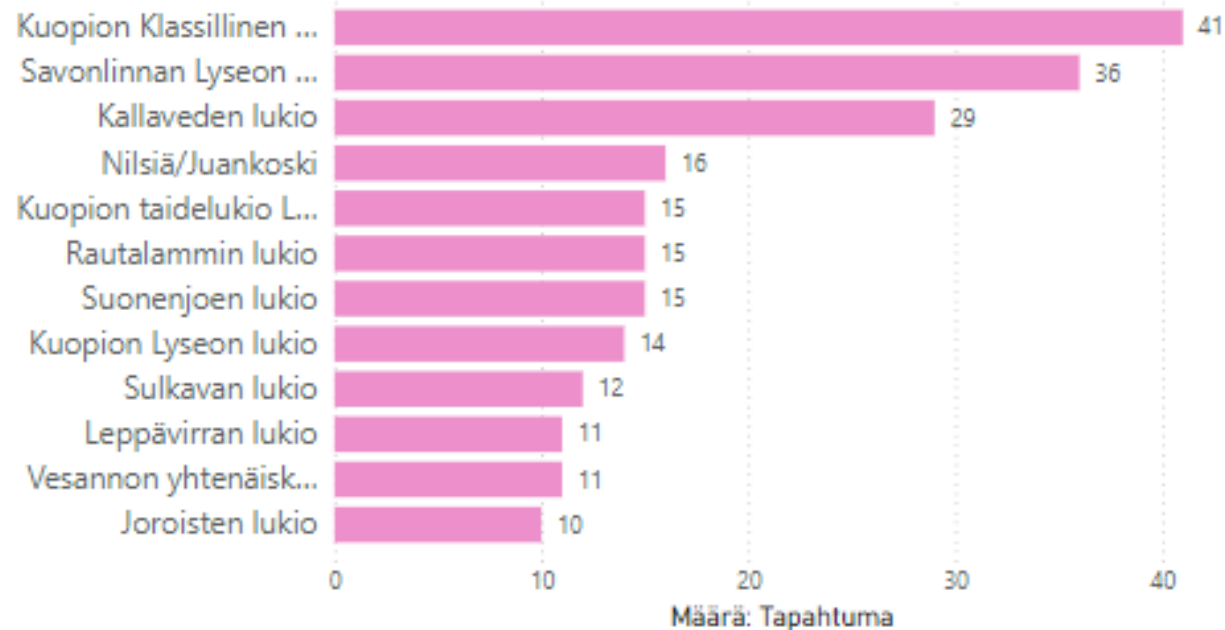
13

Hankelukiota

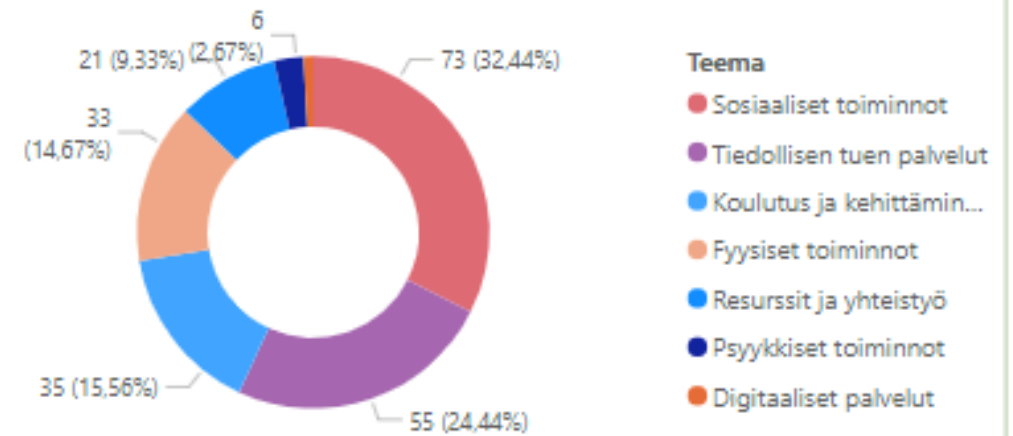
225

Tapahtumakokonaisuutta

Tapahtumien määrä lukioittain



Tapahtumien teemat



Tapahtumaluokat



Tutorkoulutukset

- Aloitus (Hanketiimin esittely, päivän kulku)
- Osallistavat tutustumisleikit (tutorin käsikirjan leikkipankin leikkejä hyödyntäen)
- Yhteinen keskustelu tutoroinnista
- Ryhmäytymisleikit (tutorin käsikirjan leikkipankin leikkejä hyödyntäen)
- Yhteenvedo + palaute

<https://lms.nestcentre.eu/zine/35/article-1104>



50 vinkkiä opiskelijan hyvinvointiin, esimerkkejä

Omaa hyvinvointia voi lisätä myös **tuottamalla hyvää mieltä toisille.**

Soita spontaanisti isovanhemmalle, leiki pikkusisaruksen kanssa, hymyile tuntemattomalle.



Meijän lukio

Onko sinulla **tarpeeksi aikaa palautumiselle?** On tärkeää, että sinulla on joka päivä hetkiä, suorittamatta, opiskelematta tai tekemättä mitään tuottavaa.



Meijän lukio



Euroopan unionin osarahoittama

Opiskelijan Pohjois-Savo:

<https://online.fliphtml5.com/fsixn/zmia/#p=23>

Meijän lukio

Meijän lukio II -hanke yleisesti

- Jatkoa Meijän lukio – Nuorten jaksaminen ja hyvinvointi Itä-Suomessa –hankkeelle (1.9.2022-31.12.2023)
- 14 hankelukiota ja 2 pilottiyläkoulua
- EU- ja valtion rahoitus 1 052 855 €, kuntien omarahoitus 263 214 €, kokonaisrahoitus **1 316 069 €**



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio 

Henkilöstö ja hankelukiot (14), pilottiyläkoulut(2)

Projektipäällikkö Sanna Oikari

Hyvinvointivalmentaja Meiju Tiirikainen / Alue 1

(Kuopion lyseon lukio, Kuopion taidelukio Lumit, Vesannon lukio, Suonenjoen lukio ja Rautalammin lukio)

Nivelvaiheen opinto-ohjaaja 1, Sanna Multala / Alue 1

(Kuopion lyseon lukio, Kuopion taidelukio Lumit, Vesannon lukio, Suonenjoen lukio ja Rautalammin lukio sekä pilottiyläkoulut Minna Canthin koulu ja Neulamäen koulu)

Hyvinvointivalmentaja Piia Kuusela / Alue 2

(Kallaveden lukio, Kuopion klassillinen lukio, Nilsiä lukio, Juankosken lukio ja Siilinjärven lukio)

sekä hyvinvointivalmentaja Jasmin Riekkinen (50 %)

Nivelvaiheen opinto-ohjaaja 2, Tytti Puuronen Alue 2

(Kallaveden lukio, Kuopion klassillinen lukio, Nilsiä lukio, Juankosken lukio ja Siilinjärven lukio sekä pilottiyläkoulut Minna Canthin koulu ja Neulamäen koulu)

Hyvinvointivalmentaja Sanna Ruotsalainen / Alue 3

(Savonlinnan lyseon lukio, Sulkavan lukio, Joroisten lukio ja Leppävirran lukio)

Koulunuorisotyöntekijä Lester Silvennoinen Alue 3

(Savonlinnan lyseon lukio, Sulkavan lukio, Joroisten lukio ja Leppävirran lukio)



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio

Hankkeen tavoitteet



1. Kehitetään koulujen toimintakulttuuria yhteisölliseksi ja tasavertaiseksi



2. Vahvistetaan nuorten kouluun kiinnittymistä, vähennetään uupumusta ja keskeyttämistä, ehkäistään syrjäytymistä ja yksinäisyyttä



3. Vahvistetaan nuorten osallisuutta, toimijuutta ja minäpystyvyyttä opinnoissa sekä opiskelutaitoja



4. Lisätään opetushenkilöstön osaamista ja kohdennetaan tukea heidän jaksamiseensa



5. Lisätään huoltajien osallisuutta ja vahvistetaan ymmärrystä nuoren hyvinvointiin liittyvissä asioissa



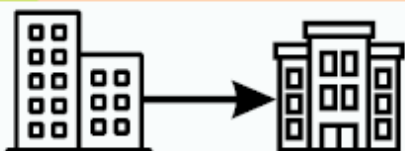
Euroopan unionin
osarahioittama

Meijän
lukio

Hankkeen toimenpiteet



1. Opiskelijoiden koulupudokkuutta ennaltaehkäisevän mallin ja digitaalisten ratkaisujen tuottaminen



2. Nivelvaiheen (yläkoulusta lukioon) opinto-ohjauksen käynnistäminen



3. Koulupudokkuutta ja syrjäytymistä ehkäisevien sekä osallisuutta lisäävien toimintojen käynnistäminen ja jalkauttaminen



4. Opiskelijoiden koulunkäyntiä tukevan, omaa osaamista ja hyvinvointia vahvistavan opintojakson kehittäminen ja sisältöjen tuottaminen



5. Opetushenkilöstön osaamisen ja hyvinvoinnin vahvistaminen opettajan osaamispassin avulla



6. Huoltajien osaamisen vahvistaminen nuorten lukio-opintojen rinnallakulkijana

Toiminta ja kohdennukset

Kevät 2024, syksy 2024-kevät 2025, syksy 2025-kevät 2026 / Nuoret

- Tuetaan nuorten jaksamista ja hyvinvointia monitasoisesti
- Tuetaan kouluyhteisöön kiinnittymistä ja opinnoissa etenemistä

Syksy 2024-kevät 2025 / Opetushenkilöstö

Osaamisen lisääminen sekä hyvinvoinnin ja jaksamisen tukeminen:

- Osoitetaan käytännön työkaluja lasten ja nuorten koulusitoutumisen, motivaation sekä hyvinvoinnin tukemiseen sekä opetushenkilöstön hyvinvoinnin ja jaksamisen lisäämiseen

Syksy 2025-kevät 2026 / Huoltajat

Huoltajien osallisuus, tukeminen ja tiedon lisääminen lukio-opinnoista:

- Osoitetaan käytännön työkaluja lasten ja nuorten motivaation ja koulusitoutumisen tukemiseen, huoltajien tukeminen poissaoloissa.

- Toiminnoilla lisätään nuorten kykyä selviytyä lukio-opinnoista sekä tuetaan opintoihin kiinnittymistä
 - Nuorten toimintakyky sekä resilienssi kasvavat
- Lukio-opintojen jälkeen nuoret kykeneviä siirtymään jatko-opintoihin sekä työelämään



Euroopan unionin
osarahoittama

Meidän
lukio 

Hankkeen tuotoksia ja indikaattorit

Hankkeen konkreettisia ammattipätevyyttä lisääviä tuotoksia ovat:

- 1. Opiskelijoiden osaamista ja hyvinvointia lisäävä hyvinvointi -opintojakso (500 opiskelijaa) sekä**
- 2. Opettajien osaamista ja hyvinvointia lisäävä osaamispassi (55 opettajaa)**



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio 

Hankkeen yhteistyö

- Hankekoulujen opiskelijat ja oppilaat, opiskelijakunnan hallitus, tutorit, hyvinvointi- ja liikuntatutorit
- Rehtorit, opettajat, koulujen yhteyshenkilöt
- Koulukohtaiset opiskelijahuoltoryhmät
- Yhteistyöhankkeet
- Pohjois-Savon hyvinvointialueen toimijat
- Oppilaitosyhteistyö (mm. harjoittelijat, toiminnot oppilaitoksilta)
- Hanketoimintojen yhteistyötahot (järjestöt, seurakunta jne.)



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio 

Hyvinvointivalmentajan toiminta lukioilla

- Hyvinvointia edistävien toimintojen kehittäminen ja jalkauttaminen lukioille
 - Opiskelijoiden ja opettajien hyvinvointiosaamisen lisääminen
 - Hyvät käytänteet jakoon lukioden välillä
 - Tutor-toiminnan kehittäminen
- Yhteistyö lukion henkilöstön kanssa (opot, opiskeluhuolto, opettajat)
 - Hyvinvointiteema esillä esim. opo-tunneilla
 - Lisää läsnäolevia aikuisia lukioille
- Teemat nousevat hankkeen tavoitteista ja lukioden toiveista
 - Osallisuus ja yhteisöllisyys suunnittelutyössä



Euroopan unionin
osarahoittama

Meidän
lukio 

Hyvinvointivalmentajan toiminta lukioilla

- Ryhmäytymistapahtumat ja –retket
- Lukion arjessa tapahtuvat kohtaamiset
 - opo-tunnit tai muut oppitunnit
 - välituntitoiminta
 - kerhotoiminta
- Pienryhmävalmennus koulupäivän aikana tai sen jälkeen
 - Stressinhallinta, motivaatio, koeviikkoihin valmistautuminen
 - Yksilövalmennus-kokeilut opiskelijalähtöisesti
- Huoltajien illat
- Hyvinvointiopintojakso



Euroopan unionin
osarahoittama

Meidän
lukio 

Syksyn 2024 hankkeen hyvinvointitoimintoja

Opiskelijoiden aloituskysely, huhti-toukokuu 2024 (koulujen yhteistulokset kootusti suluissa):

- Koulussa jaksamista lisäävät tekijät (koulukaverit ja lepo)
- Koulussa kuormittavat tekijät (pitkät koulupäivät, tehtävien määrä, koeviikot)
- koulu yhteisöön kuulumisen (ka 3.71)
- Kouluun kiinnittymistä lisäävät tekijät (koulukaverit, ryhmäytyminen ja koulun yhteiset tapahtumat)
- Lukio-opintojen keskeyttäminen (17 % miettinyt lukio-opintojen keskeyttämistä)
- Hanketyöntekijöiden toiminnan kohdennukset (hengailu/juttelu, välituntitoiminta, kuukausittaiset hyvinvointiteemat)

Olet
huippu



SYYSLUKUKAUSI 2024

Päivämäärä	Tapahtuma
7.8.2024	Tutorkoulutus
7.8.2024	Ykkösten ryhmäytys
7.8.2024	Ryhmäytyspäivä
14.8.	Ykkösten ryhmäytys
16.8.2024	Ryhmäytyspäivä
21.8.2024	Tutorkoulutus
21.8.2024	Ryhmäytyspäivä
22.8.2024	2.vsk ryhmäytys
23.8.2024	Liikuntakerho
27.8.2024	Ryhmäytyspäivä
28.8.2024	Tutorkoulutus osa2
29.8.2024	Hyvinvointiaamupäivä
29.8.2024	Liikunta-iltapäivä
30.8.2024	Liikuntakerho



Euroopan unionin
osarahoittama

Meidän
lukio



Hyvinvointiopintojakso

- Monipuolisesti lukiolaisen hyvinvointiin, jaksamiseen ja koulu kiinnittymiseen liittyviä teemoja (kouluterveyskyselyt, opiskelijoiden toiveet ja hankeen tavoitteet)
- Toiminnallisesti ja yhdessä tehden, käytännössä konkreettisesti kokeillen

OPINTOJAKSON TEEMAT ja RAKENNE

1. Iloa ja virtaa (liikunta, kulttuuri)
2. Osaan ja opin (opiskelutaidot)
3. Mielen ja ajattelun voima (resilienssi, positiivinen ajattelu, itsemyötätunto)
4. Motivaatio ja jaksaminen
5. Ihmissuhteet
6. Uni ja palautuminen
7. Aivoterveys (vierailijat)
8. Ympäristöhyvinvointi (Luonnosta virtaa)
9. Hyvinvointi ja seksuaalisuus
10. Onnellisuus



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio 

Nivelvaiheen opinto-ohjaus / NOPO

- Tavoitteena on nuoren tulevaisuuden suunnitelmien selkiinnyttäminen ja perusopetuksen päättävän nuoren kiinnittyminen suoraan toisen asteen opintoihin.
- Toimintaa suunnitellaan yhteistyössä koulujen kanssa tarpeita vastaavaksi. NOPO-toiminta käynnistetään ja sen sisältö suunnitellaan aina yhteistyössä nuoren oman opinto-ohjaajan kanssa.
- NOPOt järjestävät tuen tarpeessa oleville peruskoululaisille ja TUVA-opiskelijoille yksilöllisiä tutustumiskäyntejä lukioon. Näissä on pyrkimyksenä luoda realistinen kuva lukio-opiskelusta jo ennen hakuaikaa.
- NOPO voi jatkaa nuoren tukena lukiossa vielä ensimmäisen syyslukukauden ajan.
- Työmuotona ohjauksessa on yksilö- ja pienryhmäohjaus.



Euroopan unionin
osarahoittama

Meidän
lukio

Nivelvaiheen opinto-ohjaajat eli NOPot

NOPot aloittivat työnsä 1.8.2024. Mitä on tehty tähän mennessä?

- Infokirjeet koulujen henkilöstöille
- Esittelykäynnit pilottiyläkoulujen 9. luokissa + NOPO -pop-upit
- Esittäytymiset lukioiden opiskeluhuoltoryhmissä
- Esittäytymiset peruskoulujen opettajapalaverissa
- Yhteistyö muiden vastaavien toimijoiden kanssa valtakunnallisesti (hankkeet ja vakiintuneet NOPot)
- Yhteiset jalkautumiset hyvinvointivalmentajien kanssa hankekouluille
- NOPOjen ohjauksessa/tutustumiskäynneillä ollut tähän mennessä 22 peruskoululaista/TUVAn opiskelijaa ja 18 lukiolaista (tilanne 8.11.2024)



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio 

Mitä NOPO –ohjaus käytännössä on?

Peruskoulussa NOPO voi toimia lisäopona, jos:

- Nuori haluaa lisää vahvistusta omiin ajatuksiin ja päätöksentekotaitoihin
- Nuori haluaa tutustua lukioon tai TUVAAan yksilöllisesti ja kokeilla, millaista opiskelu oikeasti on
- Nuoresta tuntuu hankalalta osallistua isoihin tapahtumiin kuten avoimien ovien päivät
- Voi toimia tukena siirryttäessä peruskoulusta lukioon
- Ohjaus voi tarvittaessa jatkua lukiossa/TUVAlla ensimmäisen lukukauden ajan

Lukiossa NOPO voi tukea esim. silloin kun:

- Nuori pohtii siirtymistä lukiosta johonkin toiseen oppilaitokseen
- Nuori tarvitsee tukea päätösten teossa ja koulumotivaation ylläpitämisessä
- Kouluun tuleminen ja erilaiset siirtymätilanteet tuntuvat vaikeilta
- Nuori on ennen lukio-opintoja opiskellut hyvin yksilöllisen suunnitelman mukaan tai esim. TUVAA-koulutuksessa



Hankehenkilöstön yhteystiedot:

Projektipäällikkö Sanna Oikari
+358 44 718 4884, sanna.oikari@kuopio.fi

Hyvinvointivalmentaja Meiju Tiirikainen / Alue 1
+358447185290, meiju.tiirikainen@kuopio.fi

Nivelvaiheen opinto-ohjaaja 1, Sanna Multala / Alue 1
+358 44 718 4133, sanna.multala@kuopio.fi

Hyvinvointivalmentaja Piia Kuusela / Alue 2
+358 44 718 4990, piia.kuusela@kuopio.fi

Nivelvaiheen opinto-ohjaaja 2, Tytti Puuronen / Alue 2
+358 44 718 5292 tytti.puuronen@kuopio.fi

Hyvinvointivalmentaja Sanna Ruotsalainen / Alue 3
+358 44 7184562, sanna.ruotsalainen@kuopio.fi

Koulunuorisotyöntekijä Lester Silvennoinen / Alue 3
+358 44 718 5291, lester.silvennoinen@kuopio.fi



nestcentre.eu/meijan-lukio-2/



Euroopan unionin
osarahoittama

<https://nestcentre.eu/>

Meijän
lukio 

KYSYMYKSIÄ / KOMMENTEJA?



Euroopan unionin
osarahoittama

Meijän
lukio 