

Tietoa Linnainmaan
koulutalon oppilaille
ja heidän perheilleen



Valokuva: Liikenneturva

Kivaa koulumatkaa

– jalan tai pyörällä!



Liikunta on hyväksi kaikille, senhän me jokainen tiedämme. Päivittäinen koulumatka jalan tai polkupyörällä suoritettuna lisää ikään kuin huomaamatta liikunnan määrää ja samalla hyvinvointia. Ennen koulupäivän alkua on hyvä saada kroppa ja aivot kunnolla hereille. Mikäs sen paremmin hoitaisi, kuin reipas kävely- tai pyörämatka koululle. Iltapäivällä koulupäivän päätteeksi taas hetken ulkoilu tuulettaa ajatuksia mukavasti.

Tärkeää koulumatkoja kuljettaessa on muistaa oikeat varusteet, heijastimet, pyöräilykypärät jne. Sen lisäksi liikennesääntöjen noudattaminen ja muiden kulkijoiden huomioiminen. Aina pitää muistaa olla tarkkana, kun liikenteessä kuljetaan.

Kun yhä harvempia oppilaita kuljetetaan henkilöautolla kouluun, voimme terveysvaikutusten ohessa lisätä kaikkien turvallisuutta koulun ympäristössä.

Turvallista koulumatkaa meille kaikille!

Linnainmaan 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.

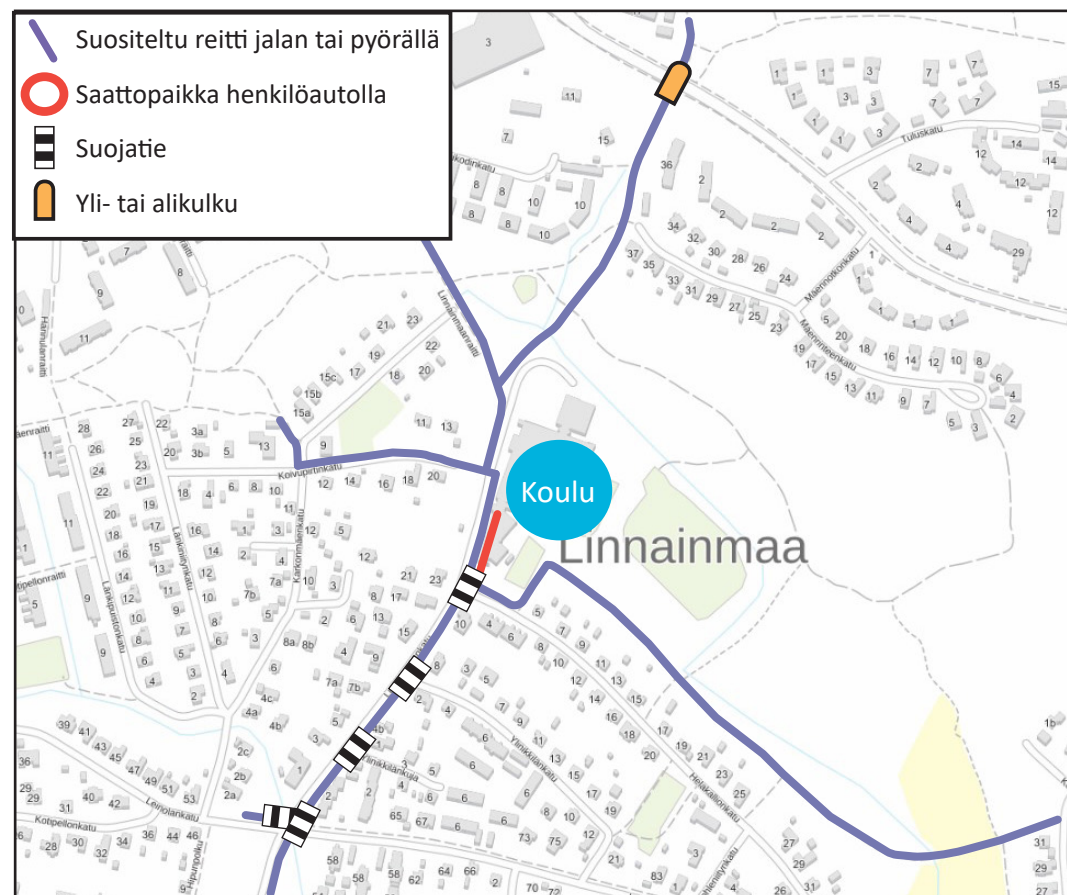
Perheiden toivotaan opettelevan turvallista koulureittiä ja liikennesääntöjä yhdessä. Lapsia on myös syytä kouluvuoden aikana muistuttaa turvallisista reiteistä.

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
pyöräillä tai kävellä
koululle?

Linnainmaan koulutalo

LINNAINMAA

10min



30min



10min



15min



5min

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.



TAMPERE