



ESLU toivottaa hyvää joulua ja onnea vuodelle 2018!

Vuoden aikana ESLU on kohdannut noin 230 koulua, joissa on aktivoitunut koulupäivän liikunnallistamisessa. Osa kouluista on ottanut kanssamme ensiaskeleita ja osa puolestaan vinyt toimintaa hienosti jo pidemmälle. Tuemme, koulutamme ja sparraamme kouluja, jotta Liikkuva koulu -hankkeet onnistuvat ja asetetut tavoitteet saavutetaan.

Haluamme kiittää kuluneesta vuodesta kaikkia tapaamiamme aktiivisia rehtoreita, innostuneita opettajia ja muita koulutoimijoita. Terveisiä myös innokkaille oppilaille, jotka olemme tavanneet Väykkäri-koulutuksissa. Nähdään taas ensi vuonna ja tehdään yhdessä teidänkin koulusta liikkuvampi koulu!

Toiminnallisuus rauhoittaa luokkaa ja parantaa oppimista

Liikkumisen, liikkeen ja toiminnallisuuden tuominen oppitunneille on todettu lisäävän tarkkaavaisuutta, rauhoittavan sekä parantavan oppimista. Syksyllä 2016 tuli voimaan peruskoulun uusi opetussuunnitelma. Siinä korostetaan monipuolisia työtapoja, joiden tehtävänä on kehittää oppimista, ajattelun ja ongelmaratkaisun taitoja sekä aktiivista osallistumista.



[Lue lisää](#)

Koulutusta toiminnalliseen oppimiseen

ESLUlta saa tukea ja koulutusta koulupäivän liikunnallistamiseen.

Alakoululle suunnatussa Toiminnallisen oppimisen koulutuksessa käsitellään muun muassa liikunnan vaikutukset oppimiseen, toiminnallisuus oppiaineissa, toiminnallinen oppimisympäristö sekä välipalaliikunta ja taukoliikunta.

Yläkoululle suunnatussa koulutuksessa käydään läpi ideoita toiminnallisen oppimisen toteutukseen, toiminnallisuutta ja taukoliikuntaa sekä koulupäivän rakenteen muokkaamista aktiivisuutta lisääväksi. Koulutukset antavat konkreettisia työkaluja toiminnallisen oppimisen toteuttamiseen koulun arjessa.



Lue lisää

Seurayhteistyöllä lisää liikettä ja aktiivisuutta koulupäiviin!

Liikkuvissa kouluissa liike lisääntyy koulupäivän aikana hyödyntämällä välitunnit ja koulumatkat, lisäämällä toiminnallisuutta oppitunneille ja tarjoamalla monipuolisia liikkumisen mahdollisuuksia. Aktiivisempia koulupäiviä syntyy toimijoiden välisellä yhteistyöllä – seurayhteistyö tuo uusia mahdollisuuksia koulujen toimintakulttuurien kehittämiseen. Yhteistyön avulla voidaan kehittää uusia malleja liikuntakerhojen ja harrastusmahdollisuuksien toteuttamiseen sekä tiivistää paikallisten ja alueellisten toimijoiden yhteistyötä.



Lue lisää

Ideoita liikkuvaan koulupäivään

Olympiakomitea on kerännyt koululaisten liikuntavinkkejä yhdelle sivulle. Tutustu vinkkeihin, materiaaleihin ja ota tarvitsemasi vinkit helposti käyttöösi. Sivulta löytyvät muun muassa **Liikuntaseikkailu/Muovit!** sekä yläkoululaisille suunnatun **Taisto-**liikuntakampanjan materiaaleja, joista löytyy monipuolisia ja innostavia treenikortteja sekä opettajan oppaita. Materiaalit on mahdollista myös tulostaa.



Lue lisää

Unelmien liikuntapäivä 2018 kannustaa koulut liikkeelle!

Millainen on luokkasi tai koulusi unelmien liikuntapäivä? Onko se koko koulun yhteinen liikuntahetki pihalla tai kenties luokan oma retki lähimetsään?

Nyt on loistava aika kerätä lasten ja nuorten liikunnallisia unelmia ja toteuttaa niiden pohjalta kevään liikuntapäivä. Unelmien liikuntapäivää vietetään **helatorstaina 10.5.2018**.



Vuonna 2018 Unelmien liikuntapäivä kannustaa erityisesti ulkoilemaan luontoon. Tapahtumapäivä on osa kansainvälistä YK:n terveysjärjestön WHO:n Move for Health -teemapäivää.

Lue lisää

Suunnittelen liikuntaa

Suunnittelen liikuntaa -sivusto sisältää yli 2 000 liikuntavinkkiä. Sivuilta löydät hyviä vinkkejä liikuntatuokion järjestämiseen.



Lue lisää

Uusittu Liikunnan aluetiedote

Olemme uudistaneet Liikunnan aluetiedotetta palvellaaksemme teitä entistä paremmin. Tiedote lähetetään tällä hetkellä 3 400 osoitteeseen. Olisimme iloisia, jos jakaisit tiedotetta työyhteisössäsi. Tiedotteen voi tilata omaan sähköpostiin [tästä](#).

Ideoita ja toiveita tiedotteen sisällöstä voi lähettää ESLUn markkinoinnin ja viestinnän suunnittelija [Minttu Koivumäelle](#).



Lasten ja nuorten liikunnan tiimi

Tarja Nieminen

Nuorisopääliikkö
0400 894 559
tarja.nieminen@eslu.fi

Sari Sivonen

Lasten ja nuorten liikunnan kehittäjä
040 544 7771
sari.sivonen@eslu.fi

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU on monipuolinen yli laji- ja kuntarajojen toimiva seura- ja liikuntatoiminnan edistäjä ja yhteistyön koordinoija. Tarjoamme Liikkuville kouluille ja kunnille asiantuntija-apua koulujen aktiivisen toimintakulttuurin suunnitteluun ja toteutukseen.

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU
Hämeentie 103 E
00550 Helsinki
www.eslu.fi

ESLUn koulutustarjonnan löydät [täältä](#).



Osoitelähde: ESLUn rekisteri
Peruuta uutiskirje [tästä](#), jos et halua jatkossa ESLU:ta sähköpostia.