



Kuva: Liikunnan aluejärjestöt, Tero Takalo-Eskola

## ESLU tukee kouluja aktiivisen koulupäivän kehittämässä

ESLU haluaa tukea työtänne koulupäivän liikunnallistamisessa. Järjestämme muun muassa kuntakohtaisia verkostotapaamisia sekä koulutuksia ja työpajoja opettajille ja oppilaille. Lisäksi sparraamme Liikkuva koulu -toiminnan eteenpäin viemiseksi ja vakiinnuttamiseksi. Ota yhteyttä ja katsotaan, miten voimme tukea teitä työssänne.

Liikunnallisin terveisin  
Lasten ja nuorten liikunnan tiimi

## Uutisia

### Välitunnilla lapsi on keskiössä

*Välkkäri-toiminnassa lapset saavat itse suunnitella ja kehittää välituntiliikuntaa. Motivaatiota ylläpidetään mahdollistamalla lasten omia ideoita. Kokeilemalla selviää, mikä toimii, mikä ei.*

Oululaisen Hönttämäen koulun pihalla viidesluokkalaiset **Milja, Eea, Amanda, Ebba-Liina, Pihla** ja **Friida** (jotka haluavat esiintyä jutussa etunimillään) pelaavat polttopalloa, kuten usein välituntisin. Tänä syksynä he aikovat opettaa pelin myös koulun pienemmille oppilaille.

Tytöt ovat Välkkäreitä, koulutuksen saaneita välituntiliikuttajia, jotka haluavat innostaa myös muita oppilaita mukaan liikkumaan ja leikkimään.

– Leikkiminen pienempien kanssa on kivaa. Uusia leikkejä on kiva oppia itse ja opettaa muille, Friida ja Eea miettivät.

Ebba-Liina ja Pihla uskovat, että koulun pienimmät ainakin lähtevät leikkiin mukaan. Kokemusta uusilla Välkkäreillä vielä ei ole, sillä koulutus on vasta pidetty. Uudet Välkkärit aikovat järjestää perinteisiä pihapelejä, kuten hippaa, kymmentä tikkua laudalla ja peiliä. Niitä he leikkivät usein muutekin, elleivät kävele koulun pihaa ympäri.

Lue lisää ja lähde mukaan

Lähde mukaan opettajien Sportti Cornereihin!

Liikunnan aluejärjestöt järjestävät kuusi aamuista Sportti Corneria, joista saat nopeasti ja vaivattomasti vinkkejä koulupäivän liikunnallistamiseen, työhyvinvointiin ja väkkäritoimintaan.

Lisäksi koet Lillin ja Caritan humoristisia seikkailuja koulupäivän aikana. Cornerit sisältävät myös koulujen omia esimerkkejä.

Kahvi- ja teekupposet lämpöiseksi ja lagoille. Sportti Cornerit järjestetään keskiviikkoisin klo 8.45-8.55.

## Sportti Cornerit 2022

- 16.11. Vanhempainilta
- 14.12. Harrastamisen Suomen malli

## Sportti Cornerit 2023

- 11.1. Väkkäri
- 15.2. Liikkumisen suositukset
- 15.3. Työhyvinvointi
- 12.4. Työhyvinvointi

Ilmoittaudu  
mukaan



## Valtakunnallinen Koululaiskysely käynnistynyt

Opetus- ja kulttuuriministeriö on käynnistänyt järjestyksessä viidennen valtakunnallisen Koululaiskyselyn lasten ja nuorten harrastustoiveista koulupäivän yhteydessä. Koululaiset valitsevat mieleiset harrastuksensa 81 harrastuksen valikoimasta. Valtakunnallinen Koululaiskysely on osa Harrastamisen Suomen mallin toteutusta. Vastausaikaa on 16.11. asti.

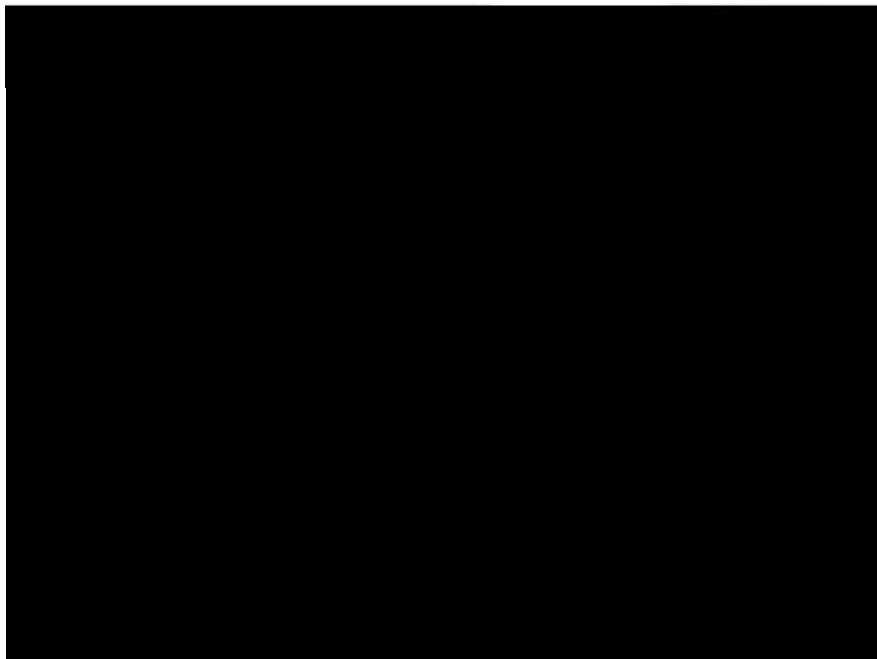
Koululaiskysely on lähetetty maamme ala- ja yläkoulujen rehtoreille ja se on tarkoitettu perusopetuksen vuosiluokkien 1–9 oppilaille. Koululaisilta kysytään toiveharrastusten lisäksi, mitä harrastuksia he haluaisivat kokeilla.

Harrastamisen Suomen mallin toteutus perustuu koululaisten harrastustoiveisiin. Kuntien tulee valita ja järjestää harrastukset kuulemisesta saatavien tulosten pohjalta. Harrastukset järjestetään koulun tiloissa tai muissa tiloissa kuten urheiluhallilla tai museossa.

Opetus- ja kulttuuriministeriön Koululaiskysely on osallistujamäärällä mitattuna maamme merkittävimpiä lasten ja nuorten kuulemisen välineitä. Edellisen kerran opetus- ja kulttuuriministeriö toteutti koululaiskyselyn vuonna 2020. Silloin siihen vastasi 215 000 oppilasta.

Kyselyn tulokset julkaistaan joulukuussa ja ne on katsottavissa ministeriön verkkosivulta.

[Lue lisää](#)



[ESLUn koulutukset](#)



**Sähköpostin liitteestä löydät lisää ESLUn koulutuksia!**

## Välkkäri – välituntiohjaajakoulutus lapsille ja nuorille (3 h)

*"Kiitos, että tulit tänne meidän kouluun!" oppilaan palaute Välkkäri-koulutuksesta.*

Välkkäri-koulutuksen tavoitteena on saada nuoret itse suunnittelemaan ja toteuttamaan liikunnallisia välitunteja sekä kannustamaan toisiaan liikkumaan.

Koulutuksessa osallistujat saavat valmiuksia toimia oman koulunsa välitunneilla liikuntaan innostajina, leikkien ja pelien käynnistäjinä sekä ohjaajina. Koulutuksessa suunnitellaan valmiiksi oman koulun välituntiliikuntaa ja liikutaan itsekin. Osallistujamateriaali sisältää paljon käytännön vinkkejä välituntiliikuntaan.

Koulutuksen keskeisiä teemoja ovat välituntiliikunnan erityispiirteet, unelmien välitunti, liikuntatuokion mallileikkejä ja -pelejä, vihjeitä välituntileikkien ja -pelien ohjaamiseen sekä Välkkäritoiminnan käynnistäminen koulussa. Välkkäri-koulutus on tarkoitettu liikunnasta kiinnostuneille 4.–9. luokkalaisille.

Kysy tarjousta

## Uutta buugia -työpaja - tilaa buustipläjäys koululenne

Työpaja pureutuu juuri teidän koulunne liikkuvaan arkeen ja toimii Liikkuvan koulun buustaajana. Hyödynnäme työkaluna nykytilan arviota. Sen avulla pääsemme kiinni, mitkä käytänteet ovat juurtuneet koulunne toimintaan ja mitkä osa-alueet kaipaavat kehittämistä ja uusia ideoita.

Työpaja on pääosin toiminnallinen. Olemme uusineet aikaisemmissa koulutuksissamme olleet toiminnalliset työtavat ja taukoliikuntavinkit. Menetelmät ja vinkit ovat sellaisia, jotka opettaja pystyy ottamaan käyttöön ja muokkaamaan omaan työhönsä sopiviksi. Työpajassa käytämme myös teknologiaa liikkumisen lisäämisen mahdollistajana. Työpajassa syntyy myös hyvinvoinnin vuosikello.

Työpajan hinta on 150 euroa. Lisätietoja työpajasta antaa ESLUn nuorisopäällikkö [Tarja Nieminen](#), puh. 0400 894 559.

## Vinkki

### Temppusankarit-kouluskaba

Temppusankarit-kouluskaba on 1.-9.-luokkalaisille suunniteltu, perinteisen voimistelun rajoja rikkova matalankynnyksen tuntimalli ja kisailukonsepti kouluihin ja iltapäiväkerhoihin. Päätaavoite on saada lisää monipuolista liikettä kouluarkeen. Samalla innostetaan lapset kokeilemaan uusia lajeja ja saamaan onnistumisen kokemuksia.

Lue lisää



#### Lasten ja nuorten liikunnan tiimi

##### **Tarja Nieminen**

Nuorisopäällikkö  
0400 894 559  
tarja.nieminen@eslu.fi

##### **Sari Lähdesmäki**

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

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU  
[www.eslu.fi](http://www.eslu.fi)

ESLUn koulutustarjonnan löydät [täältä](#).



Osoitelähde: ESLUn asiakasrekisteri.  
[Peru uutiskirje](#) | [Tietosuojaseloste](#)