

Koulun oma liikuttaja

1/2019



Koululiikuntaliitto

Maastohiihto

16.–17.3.2019 Kemi

Kisoissa hiihdetään sekä perinteisellä että vapaalla hiihtotavalla. 1. päivänä väliaikalähtö perinteisellä ja 2. päivänä takaa-ajo vapaalla hiihtotavalla.

Sarjat: N/M 12, 13, 14, 15 ja 16-vuotiaat.

N/M 12 -sarjaan saavat osallistua 2007 ja 2008 syntyneet.

Osallistumismaksu: 15 € / lähtö / hiihtäjä.

Ilmoittautuminen: 7.3. mennessä.

Lisätietoja: kilpailunjohtaja jani.vestenius@caverion.com tai terho.tomperi@kll.fi

Power Mover – oman tanssin kisa ja näytössarja

Aluekisarjat: Hauho, Oulu, Pori, Vantaa, muut aluetapahtumat löytyvät KLL:n tapahtumat-sivuilta.

Power Mover -aluekisaan osallistutaan kilpasarjaan tai aloittelevien ryhmien näytössarjaan, johon on mahdollista osallistua myös videolla. Aluetapahtumista tuomaristo valitsee ryhmät toukokuussa käytävään finaaliin. Jokainen tanssiryhmä valitsee oman teeman, johon esitys tehdään.

Sarjat: Isoille ja pienille ryhmille alakoululaisista lukiolaisiin. Näytössarja on kaikille avoin. **UUTENA** tänä vuonna on soolosarja yläkoululaisille!

Osallistumismaksu: 30–50 € / ryhmä ja 15 € / sooloesitys.

Ilmoittautuminen: 29.3. mennessä.

Lisätietoja: terho.tomperi@kll.fi

**Koululiikunta-
liiton alueet
liikuttavat!**
Nettisivuiltamme
löydät aluetoimijoi-
demme järjestämät
koululaistapahtumat.



Maastojuoksu

16.5.2019 Vierumäki

Maastojuoksun huipputapahtuma kisataan nurmialustalla Cooke-golfkentän harjoitus-alueella. Juoksijat ovat koko ajan yleisön näköpiirissä. Samassa tapahtumassa on mukana myös opiskelijoiden mestaruuskilpailut (OSM) sekä opettajille omat sarjat! Vierumäellä suorituspaiikat, pukuhuoneet, kisakanslia, majoitus ja ravintolat ovat kävelyetäisyyden päässä.

Sarjat: N/M 11, 12, 13, 14, 16, 19-vuotiaat, sekä N/M opettajat

Osallistumismaksu: 15 €/juoksija.

Ilmoittautuminen: 9.5. mennessä.

Lisätietoja: kilpailunjohtaja ville.hautala@vierumaki.fi tai terho.tomperi@kll.fi



KUVAT: TIINA LÄMSÄ & TERHO TOMPERI

Vesisankarit-tapahtumat keväällä 2019 ympäri Suomen

Elämyksellisissä Vesisankarit-tapahtumissa harjoittele vesillä liikkumisen taitoja toiminnallisilla rasteilla ammattitaitoisten ohjaajien opastuksella. Koululais-tapahtumiin koululaiset osallistuvat luokkana opettajan johdolla. Kannusta vanhempia osallistumaan avoimiin tapahtumiin yhdessä lastensa kanssa ja tule itsekin oppimaan vesitaitoja.

Kohderyhmä: Koululaiset sekä kaikki vesitaitojen oppimisesta kiinnostuneet.

Osallistumismaksu: Avoin tapahtuma uintilipun hinnalla. **Koululaistapahtuma maksuton!**

Ilmoittautuminen: Koululaistapahtumiin Vesisankareiden nettisivulta. Avoimet tapahtumat eivät vaadi ennakkoilmoittautumista.

Lisätietoja: Koululiikuntaliitto Susanna Aulin, susanna.aulin@kll.fi tai 044 350 2602.

Keväälle varmistuneet tapahtumapaikkakunnat:

- Tornion uimahalli ma 11.2. **Koululaistapahtuma**
- Tornion uimahalli ma 11.2. **Koululaistapahtuma**
- Kylpylä Vesileppä Leppävirta la 9.3.
- Holiday Club Caribia Turku la 16.3.
- Kirkkonummen uimahalli la 23.3.
- Valkeakosken uimahalli ti 9.4. **Koululaistapahtuma 4.lk**
- Kurikan uimahalli Molskis pe 12.4.
- Oulun uimahalli ke 17.4. **Koululaistapahtuma**
- Tuusulan uimahalli to-pe 2.–3.5. **Koululaistapahtuma 7.lk**
- Rauman uimahalli to 9.5. **Koululaistapahtuma**
- Ilomantsin uimahalli pe 10.5.
- Kirkkonummen uimahalli ma 13.5. **Koululaistapahtuma**
- Imatran uimahalli ti-ke 14.–15.5. **Koululaistapahtuma**
- Kemlin uimahalli pe 17.5. **Koululaistapahtuma**
- Kemlin uimahalli pe 17.5. **Koululaistapahtuma**
- Mikkelipuisto ti-ke 21.–22.5. **Koululaistapahtuma 9.lk**
- Kannuksen uimahalli ke-to 22.–23.5. **Koululaistapahtuma**

Lisää tapahtumia on tulossa.
Päivitetty tapahtumalistaus:
www.vesisankarit.fi/tapahtumat

Kreikkalais-roomalaisen painin KLL-kisat

18.–19.5.2019

Monitoimikeskus Lumo, Korso/Vantaa

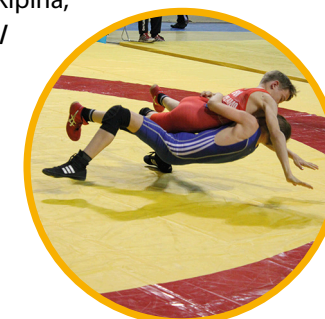
KLL-painit ovat suurin nuorisopainitapahtuma Suomessa.

Sarjat: Kolme sarjaa pojille ja kaksi tytöille, joissa kaikissa useita painoluokkia.

Osallistumismaksu: 15 € / painija.

Ilmoittautuminen: 9.5. mennessä.

Lisätietoja: Ylä-Tikkurilan Kipinä, www.y-tk.fi/yhteystiedot/paini



Kouluviestikarnevaali

23.5.2019 Ratinan Stadion, Tampere

Koululaisten valtakunnalliset viestikilpailuun ovat tervetulleita kaikki peruskoululaiset alakoulun ekaluokkaisista aina lukion ja ammatillisten koulujen opiskelijoihin asti.

Sarjat:

- Alakoulu: 1–4 lk ja 5–6 lk sukkulaviesti 16 x 80m (8T + 8P) ja ruotsalaisviesti 4 x (100+200+300+400m). Sarjat erikseen tytöille ja pojille.
- Yläkoulu ja toinen aste: Samat kuin alakoulu ja lisäksi 4 x 800m (2T + 2P)
- Erytysluokat: 4 x 80m avoin luokka, 4 x 80m kelausluokka

Osallistumismaksu: Kouluviestikarnevaalien nettisivuilla on lisätietoa osallistumismaksusta.

Ilmoittautuminen: 14.5.2019 mennessä, linkki tulee Kouluviestikarnevaalien nettisivuille kevään aikana

Lisätietoja: www.kouluviestikarnevaali.fi tai riitta.paajarvi@kouluviestikarnevaali.fi



Suunnistus

30.–31.8.2019 Keuruu

KLL:n suurin yksilölajin tapahtuma. Henkilökohtainen kisa ensimmäisenä ja viestikisa toisena päivänä.

Sarjat: 9–20-vuotiaille tytöille ja pojille, sekä viisi sarjaa viestikisan kolmihenkeille joukkueille.

Osallistumismaksu: 16 € / osallistuja, 28 € / viestijoukkue.

Ilmoittautuminen: 22.8. mennessä.

Lisätietoja: Keuruun Kisailijat,

www.keuruunkisailijat.fi/suunnistus
tai terho.tomperi@kll.fi

Let's Bowl! -keilakisa

Let's Bowl! -keilakisaan voi osallistua lähimmällä keilahallilla tammi–huhtikuussa 2019.

Keilakisaan osallistutaan 3–5 hengen joukkueella.

Kilpailussa keilataan 4 sarjaa siten, että joukkueen jäsenet pelaavat samaan sarjaan vuororuudivuoroin.

Neljän sarjan yhteistulos on joukkueen tulos.

Sarjat: Alakoulut, yläkoulut, lukiot ja opettajat.

Osallistumismaksu: Ei ole, ainoastaan keilahallin ratavuokra ja keilakengät.

Ohje: Tulokset voi jättää keilahallille tai ottaa kuvan tuloslomakkeesta ja lähettää sen osoitteeseen keilailuliitto@keilailu.fi Näin olet mukana kilpailussa.

Lisätietoja: **www.kll.fi/koululaiset/yksilokilpailut/keilailu**

Educa-messut

25.–26.1.2019

Messukeskus, Helsinki

Koululiikuntaliiton osastolta 6 r 2 saat vinkit opetuksen liikunnallistamiseen. Tutkitusti liike koulupäivän aikana aktivoi aivoja tehostaen oppimista. Juoksu-, Pallo-, Pyörä- ja Vesisankarit-materiaalien avulla lisää liikettä ilmiöviikkoihin, teemapäiviin sekä oppi-, kerho- ja välitunteihin. Tieto-lavalla la 26.1.2019 klo 11.30 tutkija-opettaja **Hannu Moilanen** (kuvassa) antaa eri kouluasteilla työskenteleville käytännössä testattuja vinkkejä liikkeen lisäämiseksi opetuksessa.

Rekisteröidy kävijäksi ja lisätietoja:
www.educa.messukeskus.com



Opettajien kaukalopallon veteraanisarja (+40-v)

16.–17.3.2019 Vierumäki

OAJ:n paikallisyhdistysjoukkuein pelattavaan opettajien kaukalopallon veteraanisarjan turnaukseen otetaan mukaan 16 joukkuetta.

Osallistumismaksu: 500 € / joukkue.

Ilmoittautuminen: 14.2.2019 mennessä.

Lisätietoja: jani.kangasniemi@kll.fi

Opettajien kaukalopallon A-sarja

30.–31.3.2019 Kuopion Tuplajäät

OAJ:n paikallisyhdistysjoukkuein pelattavaan opettajien kaukalopallon A-sarjan turnaukseen otetaan mukaan 16 joukkuetta.

Osallistumismaksu: 500 € / joukkue

Ilmoittautuminen: 1.3.2019 mennessä.

Lisätietoja: jani.kangasniemi@kll.fi

Opettajien Ope-300 lentopallo

6.–7.4.2019 Vierumäki

Ope-300 pelataan OAJ:n paikallisyhdistysjoukkuein normaalein lentopallon säännöin. Pelaajien yhteenlaskettu ikä kentällä tulee olla koko ajan 300 vuotta tai enemmän. Jokaisesta kentällä olevasta naisesta hyvitetään 5 vuotta.

Osallistumismaksu: 200 € / joukkue.

Ilmoittautuminen: 5.3.2019 mennessä.

Lisätietoja: jani.kangasniemi@kll.fi



Opettajien frisbeegolf

18.5.2019 Jyväskylä

Frisbeegolf on viime vuosina lisännyt huomattavasti suosiotaan Suomessa. Ensimmäistä kertaa järjestettävät opettajien frisbeegolfin mestaruuskisat keräävät lajista kiinnostuneet OAJ:n jäsenet yhteen. Kisat heitetään 18-reiän kilpailuna ja sarjoja löytyy eritasoisille pelaajille.

Ilmoittautuminen: 4.5.2019 mennessä.

Lisätietoja: jani.kangasniemi@kll.fi

Koululiikuntaliiton alueet liikuttavat!
Nettisivuiltamme löydät aluetoimijoidemme järjestämät opetapahtumat.



KUVAT: JANI LAPPALAINEN, TERHO TOMPERI, JIRI HALTTUNEN & JANI KANGASNIEMI

Opettajien sulkapallo

Opettajien sulkapallokisoissa on sarjoja kaiken tasoisille naisille, miehille ja sekajoukkueille. Hyvä henkisessä tapahetkessä on liikunnan iloa ja riemu käsin kosketeltavissa. Katso aika ja paikka Koululiikuntaliiton nettisivuilta.

Osallistumismaksu: 20 € / sarja.

Ilmoittautuminen: **www.kll.fi**

Lisätietoja: jani.kangasniemi@kll.fi



Opettajien Sopulivaellus

21.–26.7.2019 Kebnekaise, Ruotsi

Ensi kesän KLL:n perinteinen Sopulivaellus suuntautuu Ruotsin korkeimman huipun, Kebnekaisen maisemiin. Liki 2100 metrin korkeuteen nouseva vuori tarjoaa henkeäsalpaavia maisemia. Heitä sinäkin rinka selkääsi ja vaelluskengät jalkaasi ja lähde mukaan huikealle vaellusreissulle! Joukkoon mahtuu niin kokeneita vaellusguruja kuin ensikertalaisia. Mukaan tarvitset reipasta mieltä, peruskunnon ja retkeilyvälineet.

Ilmoittautuminen: 30.5. mennessä.

Lisätietoja: jani.kangasniemi@kll.fi



Hannu Moilanen liikunnallistaa oppituntejaan. Yläkoululaiset pysyvät vireinä, vaikka koulupäivä onkin jo pitkällä.

Aivot liikkeelle!

Päivän aikana kannattaa liikkua, sillä se aktivoi aivoja ja tehostaa oppimista.

AIVOTUTKIJAT OVAT viimeisen parin vuosikymmenen aikana selvittäneet uusien kuvantamismenetelmien avulla, kuinka ihmisen aivot oppivat ja muistavat. Liikuminen vilkastuttaa aivojen oppimisen ja keskittymisen kannalta tärkeiden välittäjäaineiden vapautumista. Liike aktivoi aivoja ja oppiminen tehostuu.

Aivotutkijoiden mukaan jo lyhytkin päivittäinen liikunta oppitunneilla tai niiden lomassa saa aivot liikkeelle.

Useassa tutkimuksessa on myös havaittu, että kehon käyttö oppimisessa vaikuttaa asian muistamiseen. Lisäksi useimmat opiskelijat kokevat tutkimusten mukaan liikunnallistavat työtavat motivoiviksi ja mielekkäiksi.

Lisää liikettä yläkouluihin ja toiselle asteelle

Tutkimusten valossa olisi kannattavaa liikkua riittävästi myös opiskelupäivien aikana. Liikkeen lisäämisestä hyötyvät kaikki.

”Aineenopettajat ja toisen asteen opettajat arkailevat liikkeen lisäämisessä osaksi opiskelupäivää. Rohkeasti vaan liikkumaan osana eri tunteja, kannustaa tutkija-opettaja **Hannu Moilanen**.

MOILANEN ANTAA VINKIN joka sopii minkä tahansa tunnin liikunnallistamiseksi eri kouluasteilla.

Tutkijan vinkit liikunnan lisäämiseksi

Lisää Hannu Moilasan liikunnallistamisvinkkejä Educa-messuilla Tieto-lavalla lauantaina 26.1.2019 klo 11.30. Tervetuloa kuulolle!



”Herättele aivot liikkeelle tunnin aluksi tai ennen vaativaan asiaan siirtymistä. Nouse seisomaan ja laita oikean käden peukalo ja vasemman käden etusormi pystyyn. Vaihda toisin päin eli ylös oikean käden etusormi ja vasemman käden peukalo. Teen niin, että muut sormet eivät nouse ylös. Nopeuta liikettä, kun se alkaa sujua ja kokeile eri sormiyhdistelmiä”, innostaa Moilanen.

Raitis ilmakin virkistää ja lyhyt pyrähdys pihalla voi auttaa keskittymään seuraavaan oppituntiin.

”Muutaman minuutin happihyppely ulkona ja samalla keskustelu tunnin aiheesta saa aivot liikkeelle ja opiskelu luokassa sujuu paremmin”, sanoo tutkija Moilanen.



Sankariainesta!

Koululiikuntaliiton Sankarit-toiminta on kasvanut muutamassa vuodessa oikeaksi Sankarit-perheeksi.

KOULULIIKUNTALIITON Vesi- Juoksu-, Pallo-, Pyörä- ja Temppusankarit (vanhimma nuorim-paan) tuottavat materiaalia taitojen oppimiseen, järjestävät tapahtumia sekä kouluttavat opettajia.

”Sankarit-toiminnalla haluamme tarjota jokaiselle koululaiselle mahdollisuuden tulla mukaan ja kokea liikkumisen iloa omista lähtökohdistaan. Kaikki tavat liikkua ovat yhtä tärkeitä ja merkityksellisiä”, sanoo Sankarit-toiminnasta vastaava Koululiikuntaliiton liikunta-asiantuntija **Sari Turunen**.

Erilailla liikkumiseen motivoituvat koululaiset ja opettajat tarvitsevat monenlaisia lähestymistapoja, jotta liikkumisesta tulee elämäntapa. Opettajan kannustetaan hyödyntämään monipuolista materiaalia eri tavoin: oppitunneilla, kerhotunneilla, teemapäivissä, ilmiöviikoilla, välitunneilla tai tykypäivissä.

Hyödynnä Sankareidemme tarjonta osana opetustasi!

Liikunta lisää tutkitusti oppimisen mielekkyyttä.

Liikunnallista opetustasi. Aivot tykkää.



Musiikki liikuttaa ja vie mukanaan Anna Puun biisin hienoon tunnelmaan.

Anna Puu

Keho Puhuu!

Vuoden 2019 uudella Power Mover -videolla opetellaan koreografia Anna Puun Keho puhuu -kappaleeseen.

UUSI POWER MOVER -VIDEO on jälleen ilmestynyt ja se sisältää tanssin perusopetusta alku- ja loppuverryttelyineen, yhteistanssin sekä liikuntavinkkejä Koululiikuntaliiton Sankarit-toiminnoista. Pyöräsankarit-osiossa on mukana **Miikka Mäkelän** ilmeikäs "fillaritanssi".

Lisäksi videolla muistutetaan tanssikisasta, jossa on uutuutena mukana soolosarja yläkoululaisille.

Vuoden 2019 Power Mover -videolla (USB-muistitikku) **Tiia Redsven-Heino** opettaa uuden yhteistanssin **Anna Puun Keho Puhuu** -biisiin.

Anna Puun kappaleessa puhutaan tunteista ja niiden ilmaisemisesta kehon kautta. Power Mover 2019 -tanssissa keho puhuu erilaisilla liikekielillä ja avaa rohkeasti tanssijan omaa ilmaisua improvisaatio-osuuksien kautta. Jokaisella on mahdollisuus tehdä Power Mover -tanssista oman näköisensä, jolloin koreografia näyttäytyy aina erilaisena eri tanssijan esittämänä.

Uusi tanssi on tyyliltään show-tanssia ja se soveltuu koko peruskouluasteelle. Videolla näet myös biisin esittäjän Anna Puun!

KOULULIIKUNTALIITON vuosittain kouluille tuottaman uuden Power Mover -ohjelman saa liittymällä Power Mover -klubikouluksi 39 euron vuosimaksulla. Ohjelmassa opetetut tanssit ovat energisiä, mukaansatempaavia ja monipuolisia sekä riittävän helppoja toteuttaa koulu- luokassa. Power Mover -yhteistanssia tanssitaan lisäksi aluekilpailuissa sekä koulujen omissa tilaisuuksissa.

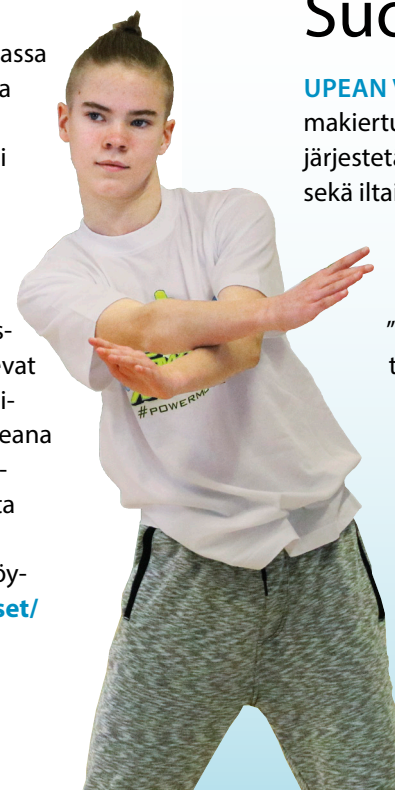
Power Mover – oman tanssin kisa

Tanssikisa uudistuu tulevana keväänä niin, että näytös-sarjaan voivat osallistua kaikki peruskoulujen aloittelevat ryhmät omalla teemalla ja musiikilla. Uutuutena tanssikisaan otetaan mukaan soolosarja, jota on toivottu useana vuonna. Soolotanssin esittävät tänä keväänä yläkoululaiset. Tähän sarjaan järjestäjä nimeää kaksi biisiä, joista tanssija valitsee itselleen sopivamman.

Tanssikisaan ilmoittautuminen, säännöt ja hinnat löytyvät Koululiikuntaliiton sivuilta: www.kll.fi/koululaiset/power-mover/oman-tanssin-kisa



Tiia Redsven-Heino



KUVAT: TERHO TOMPERI, TIINA LÄMSÄ, KARI KUUKKA, EMMI HOLOPAINEN, HELMI HOLLO & MATTI HANNIKAINEN

Juoksusankareiden harjoitteilla juoksuiloa

Juoksuleikit, viestit, hipat ja juoksuradat tarjoavat mukavia elämyksiä erilaisille juoksijoille.

JUOKSUHARJOITTELU on hauskaa ja innostavuutta lisätään vaihtelevilla juoksumaastoilla. Monipuolinen juokseminen tukee jokaisen koululaisen liikkumista.

Oheinen Juoksutesti sopii hyvin alkuverryttelyksi. Se löytyy kokonaisuudessaan sivulta: www.kll.fi/koululaiset/juoksusankarit

JUOKSUTESTI:

- 30 sekuntia takaperinjuoksua.
- 5 aitaa aitoen ensin oikea ja sitten vasen jalka edellä.
- Ulkona 30 sekuntia ylämäkeen tai salissa patjojen tai muiden esteiden yli vauhdikkaasti juosten.
- Tarkkuusjuoksu (ulkona 200 m tai salin ympäri 1–3 kertaa) tähdäten esim. 60 sekuntiin.



JUOKSUSANKARIT-SIVUILTA

löytyy paljon muitakin juoksuharjoitteita, treenivideoita ja esimerkkejä juoksuradoista. Yhdistämällä juoksuun lihaskuntotehtäviä ja välineen käsitteilyä tai tekemällä eri tehtävät takaperin saa variaatioita juoksuharjoitteluun.

Harjoittelun edetessä voi osallistua juoksutapahtumiin. Kevään valtakunnallisia koululaisten juoksutapahtumia

ovat KLL:n Maastajuoksut Vierumäellä ja Kouluviestikarnevaali Tampereella.

Sarjoja on eri-ikäisille ja kisat soveltuvat monentasoisille juoksijoille. Massalähdöt antavat hienon liikuntakokemuksen niin koululaiselle kuin opettajalle.

KLL-maastoissa Opettajille on omat sarjat, joten nyt voi lähteä tapahtumaan yhteisen tekemisen merkeissä.

Vesisankareiden Suomen valloitus jatkuu

UPEAN VASTAANOTON saanut Vesisankarit-tapahtumakiertue jatkuu vuonna 2019. Vesisankarit-tapahtumia järjestetään uimahalleissa koululaisille koulupäivän aikana sekä iltaisin ja viikonloppuisin kaikenikäisille uimareille.

Tapahtumien osallistujat ovat kiitelleet erityisesti tehtävien monipuolisuutta ja toiminnallisuutta. Osa kertoo saapuneensa paikalle sattumalta. "Kehitämme tapahtumaviestintää ja markkinointia", kertoo **Sari Turunen** Koululiikuntaliitosta.

Uutena Vesisankarit-koordinaattorina on vastikään aloittanut **Susanna Aulin**. Susannalla on laaja vesiliikuntatausta ja kokemusta uimahallin palvelupäällikkönä.

"Näin tuhansien järvien maassa hyvien vesitaitojen merkitys korostuu ja siksi haluan olla innostamassa uusia uimahalleja mukaan Vesisankarit-tapahtuman toteuttajiksi", Aulin kertoo.



Joko teidän koulussanne on tehty Vesisankareita?



VESISANKARIT KANNUSTAA OPETTAJIA edistämään vesitaitoja myös koulussa vaihtelevien tehtävien avulla, joita opetellaan osana oppitunteja, teemapäiviä, ilmiöviikkoja ja kerhoja. Ideoita löytyy myös välitunneille.



Pyöräsankareiden hahmot
auttavat jokaisen sisäisen
pyöräilijän metsästyksessä.

Pyöräsankarit kurvaa oppitunneille

Ilmiö nimeltä pyöräily kuuluu tällä hetkellä kovaa vauhtia kaupunkipyörien, sähköpyörien ja ilmastomuutoskeskusteluiden myötätuulessa.

MYÖS KOULUT OVAT innostuneet pyöräilystä ja koulun omat pyörät ovatkin yhä yleisempi näky koulujen pihilla ja retkillä. Tämän vuoksi Koululiikuntaliiton Pyöräsankarit on laittanut ketjut kireälle, ja lähtenyt polkemaan koulujen päähän ajatusta: pyöräily oppitunneille!

Pyöräily ja pyörän käyttäminen kouluissa on saattanut rajoittua vain pyöräilyviikolle tai koulun omaan retkipäivään. Pyörä on kuitenkin paljon muutakin kuin vain tapa siirtyä paikasta toiseen. Se on lisäksi monelle lapselle mieluisa väline, joka innostaa liikkumaan joskus jopa huomattavasti.

PYÖRÄSANKAREIDEN OPETUSMATERIAALEISTA löytyy ideoita pyöräilyn lisäämiseksi koulun arjessa. Näitä ovat mm. ohjevideo, kuinka oman koulun pihaan voi rakentaa pyöräradan helposti ja halvalla. Materiaaleista löytyy myös

BMX Helsingin tekemä laaja pyöräilytaitokortisto, jossa pyöräilyssä vaadittavat eri perusliikuumistaidot on esitelty eri sovelluksin ja jaoteltu eri tasoille.

PYÖRÄSANKAREIDEN MATERIAALIT mukailevat perusopetuksen opetus suunnitelman monialaista oppimiskokonaisuusajatus, jossa pyöräilyä hyödynnetään eri aineiden oppitunneilla, tietenkin toiminnallisissa oppimismenetelmin.

Eri oppiaineisiin integroituja demoja on kokeiltu jo opettajille: "Nyt oli kiva huomata rajattomat integrointimahdollisuudet".

Pyöräillääkö siis seuraavaksi sinun äidinkielen tai fysiikan tunnilla? Tutustu Pyöräsankareiden materiaaleihin täältä: www.kll.fi

Lisätiedot: miikka.makela@kll.fi, 040 186 8306

Liikekehittelyvinkit videolla!

KOULULIIKUNTALIITTO JA SUOMEN VOIMISTELULIITTO tuottavat yhteistyönä **Temppusankarit-videoita**, joista löytyvät liikekehittelyt yleisempiin voimisteluliikkeisiin kuten kuperkeikkoihin, käärynpyörään, loikkiin sekä välineen käsittelyihin. Välineistä mukana ovat vanne, pallo ja hyppynaru.

"Haluamme tarjota opettajille ja ohjaajille helposti omaksuttavat opetusmallit, joissa liikkeet opetetaan vaihteittain. Näin oppiminen helpottuu ja jokainen koululainen kokee onnistumisen elämyksiä", kertoo **Sari Turunen** Koululiikuntaliitosta.

Videomateriaalit julkaistaan Educassa 25.1.2019, jolloin ne on ladattavissa Koululiikuntaliiton nettisivuilta.



Kannusta
sinäkin ja jaa
tsempparille
tunnustus.

Onko luokallasi Tsemppari 2019?

Hae Tsemppari- palkintoa 29.4.2019 mennessä!

TSEMPPARI-DIPLOMI kannustaa liikkumaan – yrittämisestä palkitaan jälleen keuhkujuhlassa 2019! Tsemppari- diplomi on tarkoitettu koululaiselle, jonka yrittäminen, asenne ja kannustus ovat kohdillaan! Pienellä kannustuksella voi olla elämänpituinen vaikutus. On tärkeää huomata ja palkita eri tavoin liikuntaan motivoituneita – vahvuuksia on monenlaisia! Emme hae lajinsa parasta, vaan haemme koululaisia, jotka uskaltavat kokeilla ja kannustaa.

ILMAISTA MATERIAALIA löydät linkin kautta. Voit hakea erityisen ansiokkaalle Tsempparille Moshotavarapalkintoa!

www.kll.fi/koululaiset/tsemppari



N.Y.T! liikutaan!

Koululiikuntaliiton kuuden erilaisen N.Y.T!-materiaalin avulla harjoitutat peruskoululaisten ja esi-koululaisten perusliikuntataitoja monipuolisesti.

N.Y.T!-materiaalikokonaisuudet antavat ohjeet välineenkäsittely-, liikkumis-, tasapaino- ja yhteistyötaitojen opettamiseen. Taitoja opetetaan salissa, pihassa tai metsässä. Peli-ilo ja yhdessä onnistuminen on teemana N.Y.T!-pelataan materiaalissa.

Yksi materiaalikokonaisuus maksaa 25 € /tilaaja. PDF-tiedostona lähetettävä materiaali on jaettavissa kaikille koulun tai päiväkodin opettajille.

Tilaukset: www.kll.fi





Palkitse liikkujat mitaleilla!

Koululiikuntaliitosta löydät mitalit niin koulullasi kuin päiväkodillasi järjestämiisi liikuntatapahtumiin. Valitse uudistuneista mitaleista sopivimmat tapahtumaanne.



Lajimitalit nauhalla:

- Hiihto-, yleisurheilu- ja yleismitali (soihtu)
- Piirimitali (vain Koululiikuntaliiton alueet)
- 2,50 € / kpl sis. nauhan

Kaiverrukset mitaleihin:

0,25 € / 15 merkkiä.

Davos-lasi:

18,50 € / kpl sisältäen kaiverrukset ja KLL logon.

Toimitusaika:

2 viikkoa ja kaiverrettavilla tuotteilla 3 viikkoa. Kaikista toimituksista veloitamme lähetyskulut painon mukaan.

Tilaukset: www.kll.fi

HUOM!
Edullisemmat
mitalit poisto-
myynnistä.



Tyylikkäällä
Davos-lasilla
palkitset
menestynyttä
oppilasta.

Koululiikuntaliitto – Koulun oma liikuttaja



Koululiikuntaliitto

Liikutamme koululaisia alakoululaisista lukiolaisiin sekä OAJ:n jäseniä. Koulun oma liikuttaja -tiedote ilmestyy tammi- ja elokuussa. Tiedotteeseen kokoamme koululais- ja opettaja-tapahtumat, kampanjat sekä materiaalit. Se postitetaan kaikille peruskouluille ja lukioille.



Koululiikuntaliiton toimistolla liikkumiseen innostavat:

Kristiina Jakobsson
toiminnanjohtaja
kristiina.jakobsson@kll.fi
040 500 2661

Terho Tomperi
kehittämispäällikkö
terho.tomperi@kll.fi
050 514 2498

Miikka Mäkelä
Pyöräsankarit-
koordinaattori
miikka.makela@kll.fi
040 186 8306

Susanna Aulin
Vesisankarit-koordinaattori
susanna.aulin@kll.fi
044 350 2602

Jani Kangasniemi
liikuntakoordinaattori
jani.kangasniemi@kll.fi
040 551 3488

Sari Turunen
liikunta-asiantuntija
sari.turunen@kll.fi
044 713 0821

Hanna-Liisa Mäkinen
myyntireskontranhoitaja
hanna-liisa.makinen@kll.fi