UUTISKIRJE | SYKSY 2022

OPISKELUVUOSIEN LIIKUNTA

OPETTAJILLE: Uutta Buugia liikkuva opiskelu toimintaan

Työpajassa hyödynnetään työkauluna nykytilan arviointia. Sen avulla pääsemme kiinni, mitkä käytänteet ovat juurtuneet oppilaitoksenne toimintaan ja mitkä osa-alueet kaipaavat kehittämistä ja uusia ideoita. Työpaja on toiminnallinen. Opettaja pystyy ottaamaan menetelmät ja vinkit käyttöön ja muokkaamaan ne omaan työhön sopivaksi. Työpajassa syntyy hyvinvoinnin vuosikello. Työpajan kesto 2-3 tuntia. Tilaa työpaja omaan oppilaitokseen teille sopivaan aikaan. Työpajan hinta 150€.

OPETTAJILLE: Tauoilla energiaa opiskeluun

Koulutuksen tavoitteena on miettiä, mitä hyötyä on tauottamisesta opiskelupäivän aikana, miten se vaikutaa oppimiseen, vireystilaan ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Keskeinen tavoite koulutuksessa on konkretiassa ja antaa runsaasti vinkkejä ja ideoita fyysisesti aktiivisemman opiskelupäivän tiimoilta. Koulutus on pääosin toiminnallinen. Koulutuksen kesto 2 tuntia. Koulutuksen hinta 230€. Tilaa koulutus oppilaitokseesi teille sopivaan aikaan.

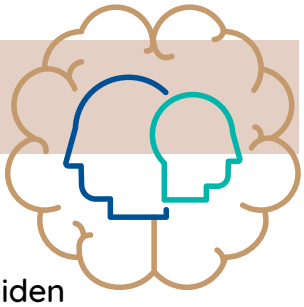
WWW.POHJOIS-SAVONLIIKUNTA.FI

Aluekehittäjä Anne Kekäläinen anne.kekalainen@pohjois-savonliikunta.fi 050 560 5437

UUTISKIRJE | SYKSY 2022

OPISKELUVUOSIEN LIIKUNTA

OPETTAJILLE: toiminnallinen opetus aineenopetuksessa



Aika: **26.9. klo 12.00-15.15.**
Paikka: Savon Ammattiopisto, Savilahden kampus, KUOPIO
Kouluttaja: Nina Loukkola, Yliopisto-opettaja, liikuntakasvatus, Kasvatustieteiden tiedekunta, Oulun yliopisto
Ilmoittautuminen **14.9. mennessä** https://avi.fi/tapahtuma/-/c/1069876

Fyysisesti aktiivinen toimintakulttuuri vaikuttaa myönteisesti oppilaiden hyvinvointiin ja oppimiseen. Vahvista omaa osaamistasi hyödyntää liikkumista oppimisen tukena yläkoulussa ja toisella asteella. Koulutuksessa:

- perustellaan tutkimustietoon pohjautuen liikunnan ja oppimisen välistä yhteyttä
- tarjotaan valmiita työtapoja eri oppiaineryhmille oppituntien aktivoimiseen ja istumisen katkaisemiseen
- jaetaan oppiaineryhmittäin kokemuksia ja ideoita fyysisen aktivoinnin toteuttamisesta oppitunneilla.

Toiminnallisten koulutustyöpajojen tarkoituksena on tuoda toiminnallisen opetukset menetelmiä tutuksi niin aineenopettajille kuin ammatillisille opettajille. Osallistuja voi ottaa mukaan oman koneen tai tabletin, jotta jokainen pääsee tutustumaan materiaaleihin koulutuksen aikana.

OPPILAILLE: fyysisesti aktiivinen opiskelupäivä

Koulutuksen tavoitteena on miettiä, mitä hyötyä on tauottamisesta opiskelupäivän aikana, miten se vaikutaa oppimiseen, vireystilaan ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Keskeinen tavoite koulutuksessa on konkretiassa ja antaa runsaasti vinkkejä ja ideoita fyysisesti aktiivisemman opiskelupäivän tiimoilta. Koulutus on pääosin toiminnallinen.
Koulutuksen kesto 1,5-2 tuntia. Koulutuksen hinta 230€. Tilaa koulutus omalle koulullesi.

WWW.POHJOIS-SAVONLIIKUNTA.FI
Aluekehittäjä Anne Kekäläinen anne.kekalainen@pohjois-savonliikunta.fi 050 560 5437

UUTISKIRJE | SYKSY 2022

OPISKELUVUOSIEN LIIKUNTA

Buusti 360

Buusti360 työhyvinvointipalvelut henkilöstölle

Syksyllä 2022 erikoiskampanjoita !

- Break Pro-kampanja
- Firstbeat-mittaukset kampanjahintaan
- Liikunnalliset iltapäivät henkilöstölle
- InBody kehonkoostumusmittaus

Hyvinvointiluennot

- Buustia painonhallintaan
- Unen ja levon merkitys osana hyvinvointia
- Buustia liikuntaan - osana työssäjaksamista
- Istumisen tauottaminen ja taukoliikunta

Tilaamalla Pohjois-Savon Liikunnan palveluita (koulutus, luento,työpaja tms.) **lokakuun loppuun mennessä saatte** kolmen webinaarin sarjan maksutta kaupanpäälle !

WWW.POHJOIS-SAVONLIIKUNTA.FI
Aluekehittäjä Tanja Tukiainen tanja.tukiainen@pohjois-savonliikunta.fi 050 571 8400