MOVE! VINKKI-PANKKI
LISÄÄ LIIKETTÄ
Liikunnan aluejärjestöt

Move!-vinkkipankki työpaja ja videokirjasto



Move!-vinkkipankki sisältää käytännön harjoitteita fyysisen toimintakyvyn eri osa-alueisiin: kestävyyden, voiman, liikkuvuuden ja nopeuden kehittämiseen. Harjoitteiden valinnassa on painotettu eri tasoisten oppilaiden huomioimista ja kehittymisen mahdollisuuksia.

Move! -vinkkipankki on maksuton videokirjasto, josta löytyy Move!-mittauksissa mitattavien fyysisen toimintakyvyn osatekijöitä kehittäviä käytännön harjoitteita liikunnan oppitunneille, välitunneille sekä oppilaiden omaehtoiseen liikkumiseen.

Tutustu Move!-vinkkipankin videoihin:
liikuntavinkit.fi/move/

Move!-vinkkipankki -työpajassa (2h) osallistujat saavat lisätietoa videoilla esitettyjen harjoitteiden käytännön toteutuksesta ja organisoinnista erikokoisissa oppilasryhmissä. Työpajan tavoitteena on tarjota konkreettisia työkaluja, joiden avulla fyysisen toimintakyvyn osa-alueiden harjoittelu monipuolistuu. Työpajassa jaetaan kattava osallistujamateriaali.

Tilaa Move!-vinkkipankki -työpaja oman alueesi liikunnan aluejärjestön lasten ja nuorten liikunnan kehittäjältä.

Hanketta tukee opetus- ja kulttuuriministeriö.