LIIKUNNAN ALUEJÄRJESTÖT LIIKKUVIEN OPPILAITOSTEN TUKENA

Liikunnan aluejärjestöt ovat olleet mukana Liikkuva koulu -ohjelman edistämisessä aivan ohjelman alkuvuosista lähtien. Vuosien mittaan aluejärjestöjen toimijoille on kertynyt kokemusta ja osaamista lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden ja hyvinvoinnin edistämisestä sekä toimintakulttuurin kehittämisestä. Tuota osaamista ja kokemusta olemme valmiita tuomaan valtakunnallisesti myös lukioiden ja ammatillisten oppilaitosten Liikkuva opiskelu -työn tueksi.

PALVELUJA LUKIOILLE JA AMMATTIOPPILAITOKSILLE

- **Toiminnan suunnittelun ja toteutuksen tuki – sparraus**
- **Liikkuva opiskelu -työpaja**
- **Liikuntatutor -koulutus**
- **Työyhteisöjen liikunta- ja työhyvinvointipalvelut**

Toiminnan suunnittelun ja toteutuksen tuki - sparraus

Liikunnan aluejärjestöjen asiantuntijat auttavat oppilaitoksia toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa sekä kehittämishankkeiden suunnittelussa.

Liikkuva opiskelu -työpaja

Työpajassa oppilaitoksenne henkilökunta ja opiskelijoiden edustajat pääsevät keskustelemaan yhdessä, mitä Liikkuva opiskelu -toiminta tarkoittaa käytännössä juuri teidän oppilaitoksessanne. Työpajassa saatte esimerkkejä muissa oppilaitoksissa hyviksi todetuista käytänteistä. Työpajassa pääsette suunnittelemaan Liikkuva opiskelu -toimintaa. Työpaja on oppilaitoksille maksuton ja tilattavissa elokuusta 2019 eteenpäin.

Liikuntatutor -koulutus opiskelijoille

Opiskelijat ovat keskeinen voimavara Liikkuva opiskelu -toimenpiteiden toteutuksessa. Liikuntatutor -koulutuksessa opiskelijat saavat tietoja ja taitoja toiminnan suunnitteluun, toteutukseen sekä toisten opiskelijoiden ja henkilökunnan aktivointiin. Liikuntatutor -koulutus on tilattavissa kaikilta liikunnan aluejärjestöiltä elokuusta 2019 eteenpäin.

Työyhteisöjen liikunta- ja hyvinvointipalvelut

Liikkumista lisäämällä on mahdollista vaikuttaa oppilaitoksen henkilökunnan työhyvinvoinnin tukemisen ohella koko oppilaitoksen yhteisöllisyyteen, yleiseen työssä viihtymiseen sekä jaksamiseen. Päivittäiseen liikkumiseen sitoutuneet työntekijät innostavat esimerkillään myös opiskelijoita liikkumaan. Työyhteisön sosiaalinen tuki on tärkeää arjen rutiinien muuttamisessa liikunnallisemmiksi.

Liikunnan aluejärjestöt tarjoavat työyhteisöille

- Tsemppi- ja Tyky–päiviä ja -tuokioita
- Liikunta- ja terveysaiheisia luentoja
- Lajikokeiluja
- Kuntotestauksia ja terveysmittauksia
- Tukea työyhteisön liikuntasuunnitelman laatimiseen
- Liikuntatapahtumien suunnittelun ja toteutuksen apua

LIVE LAUGH Liikkuva opiskelu LOVE LEARN

Ota yhteyttä

Liikunnan aluejärjestöt toimivat 15 aluejärjestön voimin joka puolella Suomea. Perustehtävämme on suomalaisten hyvinvoinnin edistäminen liikunnan ja urheilun avulla sekä liikuntakulttuurin elinvoimaisuuden ja monipuolisuuden varmistaminen - erityisesti paikallisella tasolla.

Etelä-Karjalan Liikunta ja Urheilu ry
lasse.heiskanen@eklu.fi
p. 040-500 1849

Keski-Pohjanmaan Liikunta ry
emilia.hirvi@kepli.fi
puh. 0440916 076

Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry
kirsi.martinmaki@plu.fi
p. 040-740 3849

Etelä-Savon Liikunta ry
anna.parta@esliikunta.fi
p. 044-341 0077

Keski-Suomen Liikunta ry
jouni.vatanen@kesli.fi
p. 050-552 4997

Pohjois-Karjalan Liikunta ry
toimisto@pokali.fi
p. 050 441 7327

Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
tarja.nieminen@eslu.fi
p. 0400 894 559
sari.lahdesmaki@eslu.fi
p. 040-544 7771

Kymenlaakson Liikunta ry
petteri.makela@kymli.fi
p. 044-013 7081

Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry
mari.patanen@popli.fi
p. 040-720 7960

Hämeen Liikunta ja Urheilu ry
kaisa.bjorn@hlu.fi
p. 040 7108451

Lapin Liikunta ry
anssi.kiuru@lapinliikunta.fi
p. 0400693321

Pohjois-Savon Liikunta ry
anne.kekalainen@pohjois-savonliikunta.fi
p. 050-560 5437

Kainuun Liikunta ry
tanja.niskanen@kainuunliikunta.fi
p. 044 7711755

Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
karita.toivonen@liiku.fi
p. 040-900 0841

Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu ry
krista.pollanen@phlu.fi
p. 050-543 5934