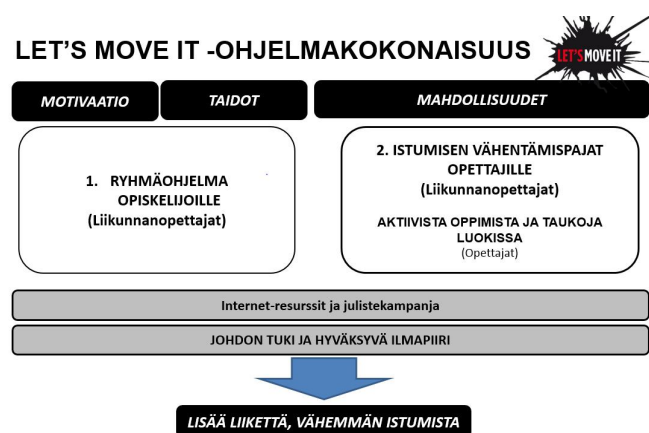


Let's Move It -kärkihanke ja sen tausta

Nuoret liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän. Kouluissa on erinomainen tilaisuus sytyttää motivaatio aktiiviseen elämäntapaan sekä tuottaa mahdollisuuksia liikkuu.

Let's Move It -liikunnan edistämisen ja istumisen vähentämishojelman vaikuttavuutta on testattu 2015-2016 kansainvälisesti laajimmassa tälle kohderyhmälle suunnatussa kenttäkokeessa (N=1100). Rahoittajina ovat toimineet OKM ja STM.

Juuri käynnistyneen Suomen Akatemian rahoittaman Let's Move It -kärkihankkeen tarkoitus on hyödyntää, jalostaa ja levittää käyttäytymistieteisiin pohjautuvia keinoja liikunnan lisäämiseksi ja istumisen vähentämiseksi (vaikuttavuustutkimuksessa testattu Let's Move It -ohjelma).



Toivomme teiltä nyt näkemyksiä, miten tehdä tämä parhaiten!

Osana levittämisvaihetta vuoden 2017 alusta alkaen ohjelmaan kuuluvia liikunnan ja terveystiedon opettajien täydennyskoulutuspaketteja testataan. Testauksen jälkeen valmistuvat Let's Move It -ohjelman lopulliset levittämismateriaalit.

Vuonna 2017-2018 ohjelmaa levitetään kansallisesti kouluttamalla opettajia (verkko- ja lähiopetus opettajien täydennys- ja peruskoulutusohjelmissa (JyU)).

Hankkeen verkosto käsittää alan tärkeimmät toimijat, ja yhteistoimintaa koordinoi Liikkuva koulu-ohjelma.

Lisätietoja antaa

Elisa Kaaja
Projektikoordinaattori
Helsingin yliopisto
elisa.kaaja@helsinki.fi
050 4160701

