

Liikkuva koulu verkosto Etelä-Karjala

Ruokolahti

15.10.2025

*Liikkumal myös
menestytää!*

Liikkuva koulu verkosto Etelä-Karjala

15.10.2025 Ruokolahti

Klo 11.45 Toiminnallinen tutustuminen Ruokolahden kouluun

klo 12.15 Ruokolahden liikkuva, oppiva ja hyvinvoiva koulu – liikunnallinen elämäntapa strateginen valintamme

- rehtori Salla Heikkinen orkestereineen

Klo 12.45 Liikunnallinen elämäntapa perusopetuslakiin 2026

- Kirsi Naukkarinen (etä), johtava asiantuntija, Liikkuva koulu –ohjelma, Opetushallitus
- Keskustelu aiheesta

13.25 EKLU:n palvelut kunnille ja kouluille

- Lasse Heiskanen, lasten ja nuorten liikunnan kehittäjä, EKLU

Toiminnallinen kahvitauko

Klo 13.50 - 15.00 Eriytetty ohjelma rehtoreille ja henkilöstölle

- Rehtorit: Kuulumistenvaihtoa ja keskustelua hyvinvoinnin johtamisesta, rehtori Salla Heikkisen johdolla
- Henkilöstö: Verkostoitumista ja hyvien käytäntöjen jakamista

klo 15.00 tilaisuus päättyy



*Liikkumal myös
menestytää!*

Avustushaut

[Suomi liikkeelle -toimenpiteiden avustushaut 2025-2026 - Suomiliikkeelle.fi](https://Suomiliikkeelle.fi)

**Suomi liikkeelle -ohjelman
investointiavustukset päiväkotien ja
koulujen liikuntaedellytysten
parantamiseen pihojen
luonnonmukaistamisella**

Kohderyhmä: lapset, nuoret, perheet,
peruskoulujen ja päiväkotien
henkilökunta

Hakijataho: kunnat

Hakupaikka ja -aika: aluehallinnon
asiointipalvelu 25.11.-31.12.2025

- **Suomi liikkeelle -ohjelman
Liikkuva koulu ja Move!-
kehittämisavustukset**
- Kohderyhmä:
peruskoululaiset
Hakijataho: kunnat ja
yksityiset koulutuksen
järjestäjät
Hakupaikka ja -aika:
aluehallintovirastot 24.2.-
31.3.2026

*Liikkumal myös
menestytää!*

Koulutukset

Koulutukset - Liikunnan aluejärjestöt c/o PLU

- Vertaisohjaajakoulutukset
 - Välkkäri
 - Vamos välkälle
 - Järkkää sporttitapahtuma
- Henkilöstön koulutukset
 - Uutta buugia liikkuva koulu toimintaan
 - Sumeneeko ajatus – liike freesaa (oppilaat ja opet)
 - Move! Vinkkipankki –työpaja
- Sparrausapu koululle ja kunnalle



*Liikkumal myös
menestytää!*



Liikuntavinkit- videopankista käytännön vinkkejä lasten liikuttajille

Videopankista löydät liikuntavinkkejä ja harjoitteita arjen aktiivisuuden lisäämiseksi eri toimintaympäristöissä ja eri-ikäisille lapsille ja nuorille.

Varhaiskasvatus ja perheet →

Move! →

Etusivu

Varhaiskasvatus ja perheet

Move!-vinkkipankki



Liikkumal myös
menestytää!



Järjestämme syksyllä 2025 viisi maksutonta Move! Vinkkipankki –työpajaa liikuntaa opettaville opettajille

Ilmoita koulusi kiinnostus 27.10. mennessä lasse.heiskanen@eklu.fi



Move! -vinkkipankki työpaja

**LISÄÄ
LIIKETTÄ**
Liikunnan aluejärjestöt

2 h työpajan tavoitteet

- Osallistujat tutustuvat Move! –vinkkipankin käytännön harjoitteisiin
- Osallistujat oppivat koululaisen fyysisen toimintakyvyn osatekijöiden harjoittamisen keskeisiä periaatteita
- Osallistujat saavat vinkkejä Move! –vinkkipankkiharjoitteiden käytännön organisointiin

*Liikkumal myö
menestytää!*

- Etelä-Karjalan Eräviikko, 16-22.2.2026
- #koulumaraton – tapahtuma syyskuu 2026
- Kouluviestikarnevaali, syyskuu 2027
- Sporttitoiminta (HSM)
- Koulujen tapahtumat ja teemapäivät



LAIN NIMESSÄ LIIKKEELLE -VIDEOCAST JULKAISUAIKATAULU



**LISÄÄ
LIIKETTÄ**
Liikunnan aluejärjestöt

Videocast rehtoreille ja opetushenkilöstölle: Liikunnallinen elämäntapa
perusopetuslakiin 2026

- Jaksojen julkaisut torstaisin YouTubessa, Liikunnan aluejärjestöjen kanavalla:
 - <https://www.youtube.com/@liikunnanaluejarjestot474>
 - 15.1.2026: Kirsi Naukkarinen, OPH
 - 29.1.2026: Jari Noponen, Seinäjoki
 - 12.2.2026: Kirsi Lavikka, Savitaipale
 - 26.2.2026: Hanna Kiviaho, case-esimerkki Kankaisten koulu, Kangasniemi

*Liikkumal myös
menestytää!*

Viestintä

- www.eklu.fi
- www.liikunnanaluejarjestot.fi
- Sähköpostit liikuntavastaavat, rehtorit
- Uutiskirjeet
- Instagram, Facebook, Youtube, LinkedIn: eklury
- Seurafoni -podcast

Uutiskirje



EKLU lähettää tietoa koulutuksista, palveluista, tapahtumista ja muista ajankohtaisista asioista sähköpostitse uutiskirjeen muodossa.

Uutiskirjeet on luotu aiheittain. Tilaa alta aihe, josta uutiskirjeen haluat!

Käytämme Creamailer-utiskirjetyökalua, joten ensimmäinen kirje saattaa helposti mennä roskapostiin. Kurkkaa siis roskaposti ja merkitse, että kirje ei ole roskapostia.

Seuratoiminnan uutiskirje

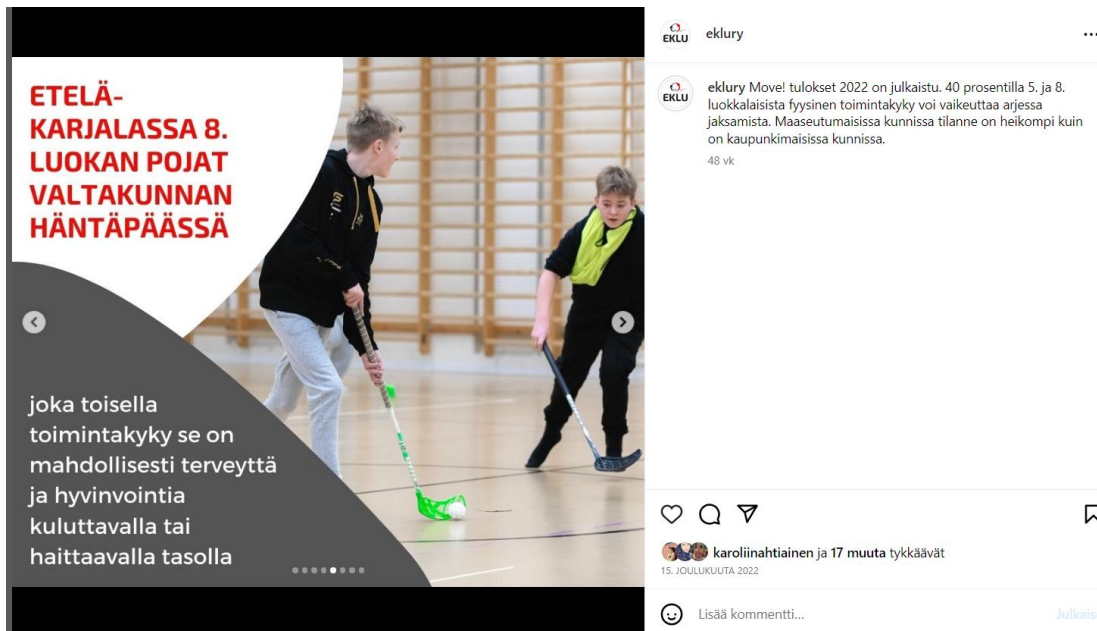
Varhaiskasvatuksen uutiskirje

Koulujen ja oppilaitosten uutiskirje

Urheiluakatemia uutiskirje

Terveysliikunnan uutiskirje

[EKLU:n tietosuojaseloste](#)



Liikkumal myös
menestytää!

Etelä-Karjalan Liikkuva koulu –verkoston jatko

- Seuraava tapaaminen (ehdotus)
keskiviikko *18.3.2026*

Äänestä teemasta kahville mennessäsi

-  Liikuntatapahtumat ja koululaisurheilu
(yhteisöllisyyden rakentajana koulussa)
-  Toiminnallinen oppiminen ja opetus



*Liikkumal myö
menestytää!*

Speed dating

- Keskustelua 3 min / aihe, parit vaihtuvat
- Aiheiden välissä yhteinen purku, ilmianna paras käytäntö
- Mitä mahdollisuuksia kännyköiden käytön rajoittaminen tuo välituntien liikkeen lisäämiseen?
- Miten oppilaita osallistetaan koulussanne liikunnallisen elämäntavan edistämiseen?
- Miten jaatte (voisitte jakaa) henkilökunnan kesken toiminnallisen opettamisen hyviä käytäntöjä
- Mikä jäi kertomatta: koulumme helmi-idea liikkeen lisäämiseen tai opettajien sitouttamiseen



*Liikkumal myös
menestytää!*

Yläkoululaisten liikkumisen edistäminen Tampereen kaupunkiseudulla

1. Liikunnallisen elämäntavan toteutuksen kirjaaminen lukuvuosisuunnitelmaan

Apukysymykset:

Jokainen kouluyksikkö kirjaa vuosittain lukuvuosisuunnitelmaan, miten liikunnallista elämäntapaa edistetään käytännössä.

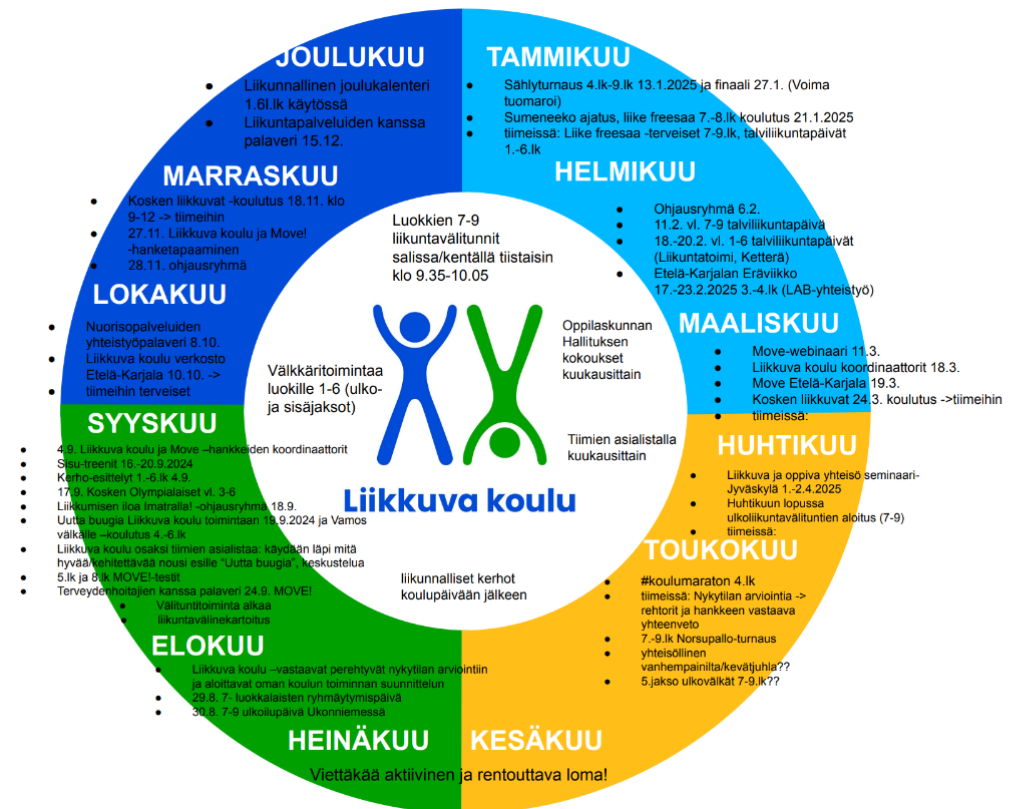
Kirjauksessa tarkastellaan erityisesti:

- Miten liikunnallisen elämäntavan edistäminen näkyy yksikön tiimirakenteessa?
- Miten rakennettu ympäristö edistää liikkumista? (koulumatkan rakennettu liikenneympäristö -> mm. polkupyöräparkit)
- Miten koulupäivän rakenne mahdollistaa liikkumisen edistämistä koulupäivän aikana? (välituntien aikainen toiminta, välituntien pituus, välituntien viettopaikka)
- Miten opetuksen aikana mahdollistetaan toiminnallisuus ja tauottaminen liikkeellä?
- Miten laaja-alainen opiskeluhoitotyö toteutuu liikunnallisen elämäntavan edistämisen näkökulmasta? Toteutuuko MOVE-toiminta osana tätä?
- Miten oppilaita osallistetaan liikunnallisen elämäntavan edistämiseen?
- Millainen on oppilaiden käyttöön hankittavien välineiden resursointi ja ylläpitosuunnitelma?

*Liikkumal myös
menestytää!*

Case Lappeen koulu

- Keskustelu: Miten liikunnallisen elämäntavan toteutus kirjataan lukuvuosisuunnitelmaan?
 - toisin sanoen miten koulussa varmistetaan että kaikki opettajat ovat mukana?



Kiitos osallistumisesta

- Materiaalit sähköpostiin
- Arvostamme palautettasi

Ollaan yhteydessä

lasse.heiskanen@eklu.fi

Puh. 0405001849



*Liikkumal myö
menestytää!*