

# MUISTILISTA LIKKUVAMPAAN ARKEEN

## Päivittäin

- Liikutaan ulkona ja sisällä
- Järjestetään useita liikuntahetkiä huomioiden myös odottelut, siirtymiset, vapaa leikki, ym.
- Muokataan sisätiloja liikuntaa salliviksi
- Pidetään liikuntavälineitä lasten saatavilla
- Innostetaan liikuntaan omalla esimerkillä
- Kerrotaan vanhemmille lasten liikkumisesta



## Viikoittain

- Ohjataan liikuntaa ulkona ja sisällä, vältetään jonottamista
- Huomioidaan perusliikkeet ja liiketekijät
- Tuetaan oppimista liikunnan avulla
- Tutustutaan lähiympäristöön retkeillen



## Kuukausittain

- Käytetään monipuolisesti läheisiä liikuntapaikkoja
- Arvioidaan liikuntatoimintaa ja motorisia taitoja
- Suunnitellaan toimintaa
- Jaetaan ideoita työkavereiden kesken
- Huolletaan ja uusitaan liikuntavälineitä



## Vuosittain

- Päivitetään liikuntasuunnitelma ja liikkumiseen liittyviä sääntöjä
- Osallistutaan liikuntakampanjaan
- Tiedotetaan vanhemmille lasten liikunnan harrastusmahdollisuuksista
- Tuetaan henkilöstön liikunta-osaamista (vähintään yksikön sisäisellä koulutuksella)

