

Koulun oma

2•2024

liikuttaja



Koululiikuntaliitto



Pyörä-sankareita Vaasan Variskassa

VARISKAN YHTENÄISKOULULLA Vaasassa vietettiin **Pyörällä kouluun-päivää** keskiviikkona 8.5.2024. Yläluokille oli palkintoarvontoja pyörällä kouluun tulleiden kesken.

Alakoululaisilla oli Pyöräsankaritiimin toteuttama pyörä-rata koulun hiekkakentällä. Jokainen luokka kävi vuorollaan pyöräilemässä taitoradan, jossa harjoiteltiin mm. pujottelua, yhdellä kädellä ajamista, kapean solan läpi ajamista, pyörän hallintaa ja nopeusajoa. "Rata oli tosi kiva ja tuli harjoiteltua tärkeitä pyöräilytaitoja", toteaa yksi oppilaista. "Kotona laitettiin pyörä kuntoon rataa varten, niin nyt voin jatkossakin pyöräillä", jatkaa toinen oppilas. "Ihan yksinkertaisilla välineillä ja ideoilla saa kivan ja toimivan radan aikaiseksi", toteaa **luokanopettaja Kira Genas**.

Pyöräsankarit ehtivät myös auttaa pyöräilijöitä, jotka vasta opettelevat pyörällä ajoa. Pyöräsankarit arvonnassa huhtikuussa onni suosi Variskan yhtenäiskoulua. Arvonnassa palkintona koulu hankki kaksi uutta lasten pikkupyörää. "Oli hienoa, kun ekaluokkalaisetkin saivat sopivankokoisen lainapyörän tarvittaessa", iloitsee Kira Genas.

Oppilaat olivat saaneet etukäteen toivoa lempimusiikkia ja se soi kentällä taustamusiikkina ja filistä antamassa. Aurinko paistoi ja kruunasi lämmöllään tämän mukavan tapahtuman.

Yläkoulun oppilaat saivat pyöräilyhaasteen, jossa heidän piti pyöräillä ehdotettuihin kohteisiin. Käynti todistettiin siten, että otettiin kuva itsestä tai pyörästä kohteessa ja lähetettiin se Qridi-sovellukseen. "Moni yläkoululainen innostui tästä ja eräskin oppilas polki Laihialle asti", kertoo yläkoulun **liikunnanopettaja Sanna Laulaja**. Oppilaskunnan hallitus palkitsi eniten haastetehtäviä tehneet oppilaat. Alakoulun oppilaiden perheet haastettiin äitienpäiväpyöräilylle samalla idealla.

Pyöräsankareissa oppilaista koostuva tiimi ideoi ja suunnittelee toiminnan omalle koululle. "Pidämme tärkeänä, että oppilaat osallistetaan toiminnan suunnitteluun. Heillä on upeita ideoita ja paras näkemys siitä, mistä muut koulukaverit innostuvat", kertoo **liikunta-asiantuntija Paula Liljeström Koululiikuntaliitosta**. "Pyöräsankaritiimiläisenä olen iloinen siitä, että olen saanut innostettua muita pyöräilemään ja radan suunnittelu ja toteuttaminen on ollut tosi kivaa", kertoo yksi tiimiläinen ja jatkaa "olemme saaneet käyttää muutamia välitunteja radan suunnittelua varten".

Kannattaa lähteä mukaan Pyöräsankarit-koulutoimintaan ja innostaa koululaiset liikkeelle hauskein tehtävin! Ilmoita koulusi mukaan syksyn Sankarit-yhteishaussa, suosittelee Paula Liljeström.



Vesisankarit- tapahtumat

SUPERSUOSITTUJA Vesisankarit-tapahtumia on järjestetty jo yli 400 ympäri Suomen! Tapahtumissa harjoitellaan vesi- ja vesipelastustaitoja toiminnallisilla rastipisteillä ammattitaitoisten ohjaajien opastuksella. Vuoden 2024 tapahtumateemana on vesitaitoja ilon kautta ympäristöä säästään. Teeman ja uusien rastipisteiden kautta opitaan ympäristön huomioimisesta ja siitä, miten voimme vaikuttaa vesien puhtaana pitämiseen.

Yhteistyömme Piresman kanssa mahdollistaa uusia pienvälineitä Vesisankarit-tapahtumiin. Piresman monoräpylät, vesipallojen maalit sekä uimapötköjen yhdistyspalat ja liitoslevyt tuovat tapahtumien rastipisteille paljon hauskoja pelejä ja leikkejä niin pienemmille kuin isommillekin.

Vesisankarit tapahtumia järjestetään kaikille avoimina tapahtumina ja koululaistapahtumina.




Oy Piresma Ab
TRESS

KOULULIIKUNTAVÄLINEIDEN ASiantuntija

LIIKUNTA & VÄLKKÄ -kuvasto juuri ilmestynyt

- Kaikki pallot: **OSTA 6 MAKSA 5** elo-syyskuun ajan
- Lehdessä koulu-liikunnan suosikit
- Kysy tuotteista asiantuntijoiltamme. Autamme henkilökohtaisesti.





JAMI HOLMBERG
Etelä- & Eteläinen
Itä-Suomi
puh. 0504116153
jami.holmberg@piresma.fi



JARNO HAUTAMÄKI
Keski- & Pohjois-Suomi,
Pohjanmaa
puh. 0504070051
jarno.hautamaki@piresma.fi

www.piresmanet.fi

Sankarit-yhteishaku syksyllä

LIITY MUKAAN Sankarit-kouluksi! Haluamme helpottaa Sankarit-toimintaan ilmoittautumista ja jatkossa koulut voivat ilmoittautua mukaan samalla sähköisellä lomakkeella Vesisankarit-, Pyöräsankarit-, Juoksusankarit- ja/tai Temppusankarit-kouluksi.

Liittyessäsi Sankarit-kouluksi saat maksutta monipuolisia tehtävävinkkejä eri oppitunneille kerran kuussa Sankarit-uutiskirjeestä ja viikoittain Koululiikuntaliiton ja Vesisankareiden somekanavista. Lisäksi Vesisankarit-koulut saavat maksutta lainata välinepaketin vesi- ja vesipelastustaitojen harjoitteluun.

Jokaisella koululla kootaan oppilastiimi, jokaideoi ja suunnitellee Sankarit-toimintaa ja toimii opettajan apukäsinä. Yksi tiimi voi toimia kaikissa Sankareissa tai kuhunkin voi olla oma tiimi. Näin saadaan oppilaiden mahtavat ideat mukaan toimintaan! Järjestämme Sankarit-kouluksi ilmoittautuneille opettajille ja tiimiläisille yhteisen infotilaisuuden, jossa kerromme, miten voi hyödyntää Sankarit-toimintaa opetuksessa tai järjestää esim. Vesisankarit- tai Pyöräsankarit päivän.

Toimintaan liitytään lukuvuodeksi, mutta tehtäviä voi toteuttaa kouluun sopivalla aikataululla ja esim. syksyllä voi toteuttaa Vesisankareiden ja Temppusankareiden tehtäviä luokassa/liikuntasalissa ja keväällä Juoksusankareiden ja Pyöräsankareiden tehtäviä ulkona.

Ilmoittautuminen on auki 15.9. asti!
Lähtekää mukaan! ▶



Power Mover klubikoulu innostaa tanssimaan!

POWER MOVER ON TANSSITTANUT jo yli kahta miljoonaa koululaista ja opettajaa! Tanssin suosiosta kertoo mm. Oman Tanssin kisaan ilmoittautuneiden joukkueiden määrä, joka tänä keväänä oli ennätykselliset 234 joukkuetta eri puolilta Suomea. Syksyllä kisataan Soolokisassa, johon voi osallistua lähettämällä videon.

Liittymällä satojen klubikoulujen joukkoon, saatte koulunne käyttöön laadukkaat tanssivideot, joissa on selkeät ohjeistukset. Niin selkeät, että opettajan ei itse välttämättä tarvitse osata tai opetella tanssia, vaan koululaiset pystyvät videon avulla opettelemaan tanssin itse. Seuraavat videot julkaistaan tammikuussa. Lisäksi klubikoulut saavat kuukausittain ohjeet lyhyisiin TikTok-tansseihin sekä alennuksia Power Mover kisoihin. **Liity nyt klubikouluksi, niin saatte käyttöönnne syksyksi vuoden 2024 videot ja tammikuussa upeat vuoden 2025 videot!**

Jokainen osaa tanssia, kukin omalla tavallaan ja hyvä musiikki vie mennessään!

Loppuvuosi hintaan 15,00 eur!

Tarjous on voimassa 29.9. asti. Jatkossa hinta 41,00 eur/vuosi.

Lue lisää ja ehdot: <https://www.kll.fi/kouluille/power-mover/klubikoulut/>



Ilmoittaudu Klubikouluksi tästä ▶





Power Mover 2024



SOOLOKISA

**Osallistu videokisaan!
Parhaat videot palkitaan!**

- Osallistumisaika 2. - 29.9.
- Teemana "Tunteet"
- Tanssityyli vapaa
- Sarjat:
 - 4-6.lk
 - 7-9.lk
 - toinen aste
- Ilmoittautumismaksu 15 €
- Lisätiedot:
kll.fi/tapahtumat/power-mover-soolokisa/

Ilmoittaudu:



LISÄTIETOA KLL.FI/TAPAHTUMAT



Salibandyn riemua Säbäkipinästä

KOULULIIKUNTALIITON JA SALIBANDYLIITON

Säbäkipinän kouluvuosi starttaa heti syksyllä! Säbäkipinään osallistuvat saavat materiaalityökalupaketin, liikuntavinkit ja ohjeita tuntisisältöihin. Säbäkipinässä tietysti myös pelataan sekä punnitaan tekniikkataitoja.

Maksuttomaan Säbäkipinään ilmoittaudutaan 13.9. mennessä KLL:n sivuilla. Ilmoittautuneille lähetetään materiaalia viikosta 38 eteenpäin.

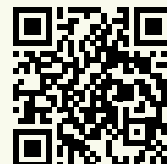


FutsalSkaba ei jätä paitsioon



VIIME LUKUVUONNA yli 15.000 koululaista pelasi FutsalSkabaa! Opettaja, ilmoita luokkasi mukaan 30.11 mennessä KLL:n sivuilla.

Jokaiselle osallistuvalla koululla on luvassa osallistumislahja ja materiaalia! Maksuton FutsalSkaba on Koululiikuntaliiton ja Suomen Palloliiton organisoima, omalla koululla toteutettava kiva kisailu eskareille ja 1.–6.-luokkalaisille. FutsalSkabassa koko luokka osallistuu peleihin ja pelien järjestämiseen. Yhdessä opetellaan tärkeitä asioita; yhteishenkeä, yhteistyötä, kaveruutta ja Reilun Pelin arvoja. FutsalSkabaa pelataan aikavälillä 20.1.–14.2.2025, niinä päivinä kuin koululle parhaiten sopii.



Koululiikuntaliiton tapahtumat



Syksy 2024 • Ilmoittautumiset tapahtumiin ja lisätietoja ► www.kll.fi/tapahtumat

Koululaiset

Suunnistus

6.–7.9.2024 Uusikaarlepyy

Frisbeegolf KLL-Discmania tour finaali

7.9.2024 Lapua



Golf

19.9.2024 Vierumäki

Vapaapaini

23.11.2024 Rauma

Power Mover –soolokilpailu

2.–29.9.2024 videokilpailu

Yläkoulujen ja lukioden palloilusarjojen ilmoittautuminen:

Pesäpallo, 23.8. mennessä

Jalkapallo, 23.8. mennessä

Koripallo, 13.9. mennessä

Lentopallo, 13.9. mennessä

Salibandy, 25.10. mennessä

Käsipallo, 20.9. mennessä



Alakoulut, ilmoittautuminen

SäbäKipinä, 15.9. mennessä

FutsalSkaba, 30.11. mennessä

Vesisankarit tapahtumat

8–12/2024 ympäri Suomen



Opettajat

Salibandy

2.–3.11.2024 Tampere

Kaukalopallo Vet-sarja

11/2024



KLL:n tapahtumien vuosikello

● Oppilastapahtumia ● Opettajatapahtumia

TALVI

- Hiihto
- Salibandy
- Käsipallo
- Kaukalopallo Vet-sarja
- Salibandy

KEVÄT

- KR-paini
- Yleisurheilu
- Power Mover Oman Tanssin Kisa
- Frisbeegolf
- FutsalSkaba
- Kaukalopallo A-sarja
- Lentopallo
- Frisbeegolf

VESI-SANKARIT

tapahtumat
ympäri
vuoden.

SYKSY

- Maastot
- Suunnistus
- Maastot
- Vapaapaini
- Pesäpallo
- Jalkapallo
- Koripallo
- Lentopallo
- Golf
- Power Mover -soolokisa

KESÄ

- Padel
- Sopulivaellus
- Golf

Koululiikuntaliitto – Koulun oma liikuttaja



Koululiikuntaliitto

Liikutamme koululaisia alakoululaisista lukiolaisiin sekä OAJ:n jäseniä. Koulun oma liikuttaja -tiedote ilmestyy tammi- ja elokuussa. Tiedotteeseen kokoamme koululais- ja opettaja-tapahtumat, kampanjat sekä materiaalit. Se postitetaan kaikille peruskouluille ja lukioille.



Koululiikuntaliiton toimistolla liikkumiseen innostavat:

Kristiina Jakobsson

toiminnanjohtaja
kristiina.jakobsson@kll.fi
040 500 2661

Jani Kangasniemi

liikuntakoordinaattori
jani.kangasniemi@kll.fi
040 551 3488

Virpi Hautamäki

tapahtumakoordinaattori
yksilökisat ja järjestöviestintä
virpi.hautamaki@kll.fi
12.8.2024 lähtien

Susanna Aulin-Uusikartano (perhevapaalla)

liikunta-asiantuntija
susanna.aulin-uusikartano@kll.fi
044 350 2602

Paula Liljeström

liikunta-asiantuntija
paula.liljestrom@kll.fi
040 5070 322

Mette Lammi

Vesisankarit-koordinaattori
mette.lammi@kll.fi
040 350 2713

Åsa Närhi

myyntireskontran hoitaja
asa.narhi@kll.fi



KLL - Koululiikuntaliitto



koululiikuntaliitto



KLL_tweet