

Koulun oma

1•2026

KLL  
80  
vuotta

# liikuttaja



Mika Poutala KLL:n juhluvuoden  
suojelija – tavattavissa Educa-  
messuilla



Koululiikuntaliitto

# Lisää vain liike koulupäivään

**LISÄÄ VAIN LIIKE!** Tämä on hallituksemme Suomi liikkeelle -ohjelman slogan, jonka avulla kannustamme ihmisiä lisäämään liikettä arkeen. Sloganin viesti on yksinkertainen: lisää liikettä missä ja milloin vain, koska jokainen liike on arvokas. Pienilläkin teoilla on suuri merkitys yksilöiden ja yhteisöjen hyvinvoinnille.

Koulun tärkein tehtävä on oppiminen ja liikkumisen avulla voidaan tukea sitä. Liike ei ole erillinen elementti vaan osa eheää koulupäivää. Koulun liikunnallisen toimintakulttuurin keinoin voidaan lisätä koulussa viihtymistä ja jaksamista, ehkäistä kiusaamista ja syrjäytymistä sekä tukea tunnetaitoja ja itseluottamusta erityisesti silloin, kun oppilaat itse osallistuvat sen suunnitteluun ja toteutukseen.

Tällä hallituskaudella panostamme mittavasti väestön liikunnallisen elämäntavan edistämiseen poikkihallinnollisen Suomi liikkeelle -ohjelman myötä. Ohjelmassa on 35 toimenpidettä eri ministeriöiden hallinnonaloilla ja yhteensä 80 miljoonan euron rahoitus.

Yksi ohjelman toimenpiteistä on perusopetuslain muutos, jossa lakiin kirjattiin tavoitteeksi liikunnallisen elämäntavan edistäminen. Tämä tärkeä muutos tulee voimaan 1.8.2026 voimaan ja velvoittaa esi- ja perusopetusta edistämään liikunnallista elämäntapaa. Kouluilla on jatkossa sekä mahdollisuus että vastuu tuoda liike luontevaksi osaksi

opetusta, palauttavia hetkiä ja koko toimintakulttuuria niin, että se tukee oppimista ja lisää hyvinvointia.

Suomi liikkeelle -rahoitusta kohdistetaan esimerkiksi Liikkuva koulu- ja Move!-toiminnan kehittämiseen kunnissa. Onkin hienoa, että olemme voineet näiden toimien turvin jatkaa ja syventää jo vuosia tehtyä Liikkuva koulu -työtä koulupäivän liikunnallisen toimintakulttuurin vahvistamiseksi.

Koulu yhteisöllä on keskeinen merkitys lasten ja nuorten hyvinvoinnin, osallisuuden ja tulevaisuususkon vahvistamisessa. Kuten hyvin tiedämme, mikään strategia tai toimintasuunnitelma ei kanna, jos kulttuuri ei sitä tue. Koulun toimintakulttuuri ratkaisee, juurtouko muutos arkeen. Siksi tarvitsemme kouluja, joissa liike ei ole vain toimenpide, vaan tapa oppia ja elää koulun arkea.

Lämpimät onnittelut 80 vuotta täyttävälle Koululiikuntaliitolle! Liitolla on pitkä ansiokas historia ja tärkeä merkitys koululaisten liikunnallisen elämäntavan edistäjänä niin strategisella kuin käytännön tasoilla.

**Mika Poutala**  
Liikunta-, urheilu- ja nuorisoministeri



## KLL:n aluetoiminta tuo liikunnan osaksi koulupäivää eri puolilla Suomea

**KLL -ALUEILLA** on liiton historiassa pitkät perinteet! Alueet tarjoavat opettajavetoisesti ja pedagogisella osaamisella positiivisia liikunta- ja tunnekokemuksia liikunnasta kaikki ikäluokat tavoittaen.

**Vuonna 2025 alueista eniten koululaisia ja opettajia liikuttivat Turku ja Satakunta, heti perässään Keski-Suomi ja Oulun kaupunki.**

### 1. Liikunnan mahdollistaja eri kokoisissa kunnissa ja kaupungeissa

Aluetoiminta varmistaa, että koululaiset saavat liikunnallisia kokemuksia myös niissä kunnissa, joissa ei ole isoja urheiluseuroja tai laajoja palveluja.

### 2. Koko alue hyötyy: näkyvyys, verkostot ja hyvinvointi

Koulut ja kunnat saavat lisää liikuntatapahtumia, yhteistä

tekemistä ja positiivista näkyvyyttä — liikunta lisää hyvinvointia ja yhteishenkeä. Eniten hyötyvät ne, jotka saavat liikkua!

### 3. Vapaaehtoisten ja koulujen tuki

Aluetoiminta keventää koulujen kuormaa: valmiit materiaalit, konseptit ja yhteyshenkilöt tekevät liikunnallistamisesta helpompaa.

### Tule mukaan ja lähde tekemään OAJ-alueellasi teidän näköistä toimintaa!

KLL alueliikuntavastaava koordinoi ja raportoi tilastoja. Monet toimivat yhteistyössä toimikuntiansa ja alueen muiden verkostojen ja toimijoiden kanssa.

Kysy lisätietoa: [kristiina.jakobsson@kll.fi](mailto:kristiina.jakobsson@kll.fi)

# Jonkun täytyy palaa, jotta toiset syttyvät

**SODAN JÄLKEISESSÄ** Suomessa nähtiin tärkeänä, että uudet sukupolvet saavat harrastaa liikuntaa laadukkaasti. Vuonna 1946 perustettiin opettajien liikunnanopetuksen tueksi Kansakunnan liikuntakasvatusliitto, josta tuli vuonna 1973 Koululiikuntaliitto ry (KLL). Liiton tehtävänä on tukea ja täydentää koulun opetussuunnitelman mukaista liikunnanopetusta. KLL on kouluttanut opettajia ja oppilaita, kehittänyt koululiikuntaa hankkeilla sekä järjestänyt harraste- ja kilpailutapahtumia.

Koululiikuntaliiton kilpailut ovat olleet suosittuja kautta historian. Koululaisten ja opettajien Suomen mestaruuskilpailut ovat olleet tärkeitä, ja suurimmissa lajeissa kuten hiihdossa, yleisurheilussa ja suunnistuksessa ovat osallistujamäärät olleet jopa lajiliittojen tapahtumia suurempia. Power Mover on tanssittanut lähes kahta miljoonaa lasta ja nuorta, ja viime vuosien suosituin joukkuepeli on ollut salibandy. Myös matalan kynnyksen Sankarit-toiminta on vakiintunut.

Alusta asti liiton toiminta on nojannut liikunnasta innostuneiden opettajien vapaaehtoisuuteen. Sanonta ”jonkun täytyy palaa, jotta toiset syttyvät” kuvaa tätä

edelleen. Työ suomalaisen koululiikunnan eteen on nähty merkityksellisenä, ja opettajien rooli takaa toiminnan laadun ja pedagogisen osaamisen. KLL täydentää liikunnan kenttää tavalla, joka mahdollistaa sellaista toimintaa, mitä ei muuten olisi – ainakaan kaikkialla tai kaikille.

Koululiikuntaliiton rooli koulujen ja lasten arjessa ei aina näy. KLL kehittää työkaluja, joilla rakennetaan yhteisöllisyyttä, liikkumisen iloa ja osallisuutta. Liikunta yhdistää ja tuo vireyttä koulupäivään. Säännöllinen liikkuminen parantaa oppimisvalmiuksia ja tukee työrauhaa, ja liikkuva lapsi oppii myös sosiaalisia taitoja. Koulu on päivittäinen kohtaamispaikka, ja liikunta siellä on todella merkityksellistä. KLL:llä on jatkossakin annettavaa tämän kokonaisuuden vahvistamiseen. Arjessa on monia syitä juhlia – eikä liikunnan tuoma ilo ole niistä vähäisin.

## Vesa Haapala

Koululiikuntaliiton puheenjohtaja



## Liity mukaan tukijoukkoihin – liikutetaan koululaisia yhdessä!

**KOULULIIKUNTALIITTO** sai vuoden 2025 alussa virallisen rahankeruuluvan. Tämä avaa uuden mahdollisuuden kehittää ja turvata valtakunnallista toimintaa koulujen arjen ja koulujen liikuttamisen tueksi, ja kuka vain voi liittyä mukaan tukijoukkoihin!

Lahjoitusvaroja käytetään muun muassa matalan kynnyksen liikuntatoiminnan, tapahtumien sekä liikuntamateriaalien tuottamiseen. Opettajat ja koulut voivat halutessaan olla mukana tukemassa tätä työtä. Osallistuminen voi tarkoittaa kertaluonteista tukea, kuukausittaista kannatusta tai viestin jakamista eteenpäin koulun omissa kanavissa.

Lue lisää  
varainkeruu-  
kampanjastamme:  
[www.kll.fi/lahjoita](http://www.kll.fi/lahjoita)



KLL  
80  
vuotta

# POWER MOVER – tanssien 30 v!

TÄNÄ VUONNA Power Mover täyttää upeat 30 v! Se on tanssittanut yli kahta miljoonaa koululaista sadoissa kouluissa ympäri Suomen. Ja tanssit jatkuvat edelleen, juhluvuonna aiempaa laajemmin. Tutustu QR- koodista mielenkiintoiseen Power Moverin historiaan ja lue, miten **Aira Samulin** on vaikuttanut sen syntyyn sekä miten **Jorma Uotinen** ja **Lasse Norres** ovat liittyneet Power Moveriin.



**Tarja Reini**, liikunnan opettaja (eläkkeellä), Power Moverissa mukana lähes 30 v.

”Tärkeintä Power Moverissa on ollut innostus tanssia kohtaan ja yhdessä tekeminen! Power Mover on kehittänyt koululaisten ilmaisua ja luovuutta sekä lisännyt valmiuksia esiintymiseen. Power Mover on siis ollut monin tavoin merkityksellinen koko kouluyhteisölle”, toteaa Tarja Reini. ”Samalla sitkeys ja pitkäjännitteisyys ovat kasvaneet, kun treenitkään eivät aina ole sujuneet kuin tanssi. Lopuksi kuitenkin jotain merkityksellistä on saatu aikaan” iloitsee Reini. ”Osa koululaisista on saanut jopa kipinän jatko-opiskeluun tanssin ja sen opetuksen pariin. Liikunnasta oppiaineena on Power Moverin myötä saatu useana vuonna valinnaisaineeksi tanssi”, tietää Reini.



## Oman Tanssin Kisassa vietetään ”juhlia”

**HUHTIKUUSSA** kisataan jälleen Oman tanssin kisoja aluetasolla. Juhlavuoden tanssien teema on ”Juhlat”. Aluekisoihin on saatu kaksi uutta kisakaupunkia, Lahti ja Lappeenranta. Lisäksi aluekisat käydään Tampereella, Oulussa, Porissa ja Vaasassa. Finaali on toukokuussa Kokkolassa. Myös videokarsinnan kautta on mahdollista osallistua karsintaan. Viime vuonna Oman tanssin kisaan osallistui huikat ja ennätyskelliset 296 joukkuetta eri puolilta Suomea!

Sarjoja löytyy kaikille luokka-asteille aina toiseen asteeseen asti. Ilmoittautuminen aukeaa 15.1. ja päättyy 15.3.

Lisätietoja: [www.kll.fi/tapahtumat/power-mover-aluefinaalit-ja-videokarsinta-2/](http://www.kll.fi/tapahtumat/power-mover-aluefinaalit-ja-videokarsinta-2/)

**Ilmoittaudu linkistä tai QR-koodista →**

**Seuraa @kllpowermover**  
Instagram, Facebook ja TikTok



**Juhlavuoden Power Mover 2026 -tanssivideot** julkaistaan alkuvuodesta. Juhlavuoden kunniaksi videoita on neljä, entisen kolmen sijaan. Opettajien toiveista mukana on tänä vuonna mm. rivitanssi ja salsa!

Power Mover klubikoulut saavat videot heti julkaisun jälkeen käyttöönsä. Jos ette ole vielä liittyneet klubikouluksi, kannattaa lähteä mukaan! Selkeän ohjeistuksen ansiosta kaikki tanssit ovat helppo oppia ja opettaa. Videoita voi hyödyntää myös liikunnan valinnaisaineena. Videot innostavat kaikenikäisiä koululaisia liikkumaan tanssin askelin!

Lisätietoja: [www.kll.fi/kouluille/power-mover/klubikoulut/](http://www.kll.fi/kouluille/power-mover/klubikoulut/)

**Ilmoittaudu linkistä tai QR-koodista →**



# Ilmoittautuminen **Sankarit-**koulutoimintaan on auki!

**SANKARIT-KOULUTOIMINTA** on kouluille **maksutonta** ja se tarjoaa opettajille valmiita tehtäviä paitsi liikunta- ja välitunneille myös eri oppiaineisiin kuten ympäristöoppi tai äidinkieli. Koululaisille tehtävät tarjoavat innostavaa ja hauskaa tekemistä ja aktiivisuutta koulupäiviin.

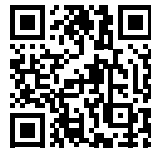
**Jos ilmoittautuminen syksyllä meni ohi, ehtii vielä ilmoittautua mukaan keväälle 2026.** Syksyllä mukaan ilmoittautuneet jatkavat automaattisesti myös kevään, heidän ei tarvitse enää erikseen ilmoittautua.

Yksittäiset opettajat ilmoittautuvat mukaan toimintaan, koko koulun ei siis tarvitse olla toiminnassa mukana. Ilmoittautuminen on helppoa ja mukaan voi lähteä yhteen tai useampaan Sankarit-toimintaan: Vesisankarit-, Pyöräsankarit-, Juoksusankarit- ja/tai Tempusankarit.  
**Ilmoittautuminen on auki 30.1. asti.**

Mukaan ilmoittautuneet opettajat saavat kuukausittain monipuolisia tehtäviä, jotka ovat yhden klikkauksen takana. Tehtävvinkeistä opettaja voi hyödyntää ne, jotka parhaiten soveltuvat omaan opetukseen. Jos opettaja haluaa, voidaan koulun tai luokan oppilaista koota Sankarit-tiimi, joka toimii opettajan apukäsinä Sankarit-toiminnan suunnittelussa ja järjestelyissä. Kaikille ilmoittautuneille järjestetään helmikuun alussa lyhyt startti-info.

Lisätietoja:  
[kll.fi/kouluille/sankarit/](http://kll.fi/kouluille/sankarit/)

Ilmoittaudu mukaan  
linkistä tai →



**JUOKSU-**  
**SANKARIT**

**TEMPPU-**  
**SANKARIT**

**PYÖRÄ**  
**SANKARIT**  
KLL.FI

**VESI-**  
**SANKARIT**

## Vesisankarit innostavat vesiturvallisuustaitojen harjoitteluun!

- Vesisankarit-hanke (2015) edistää vesi- ja vesiturvallisuustaitoja tapahtumissa ja kouluissa.
- Vesisankarit-tapahtumissa harjoitellaan vesi- ja vesipelastustaitoja ammattilaisten tai opettajan johdolla innostavilla rastipisteillä.
- Tapahtumia järjestetään uimahalleilla ja uimarannoilla, **kaikille avoimena ja peruskoululaisille suunnattuina tapahtumina.**
- Koululaisten tapahtumia järjestetään erillisinä koululaistapahtumina, joihin ilmoittaudutaan sekä koulu-uintien yhteydessä. **Kannustamme luokan opettajia järjestämään rastipisteitä koulu-uintien yhteydessä!**
- Tarjoamme tapahtumiin maksutta valmiin konseptin, Vesisankarit-välineet, ohjeet rastipisteille ja etätukea järjestelyihin.

Lue lisää tapahtumien  
järjestämisestä  
[www.vesisankarit.fi/  
toimijoille](http://www.vesisankarit.fi/toimijoille)

tai QR-koodista! →



# Uusi laji vahvistaa kilpailutoimintaa - KLL SM-katujuoksut juostaan Helsingissä jo toiseen kertaan.

**KOULULIIKUNTALIITON** kilpailukalenteriin saatiin keväällä 2025 hieno lisäys, kun historian ensimmäiset KLL SM-katujuoksut järjestettiin osana HCR-tapahtumaa. Koululaiset pääsivät mukaan Suomen suurimpaan juoksujuhlaan, jossa maaliin juostaan Olympiastadionilla.

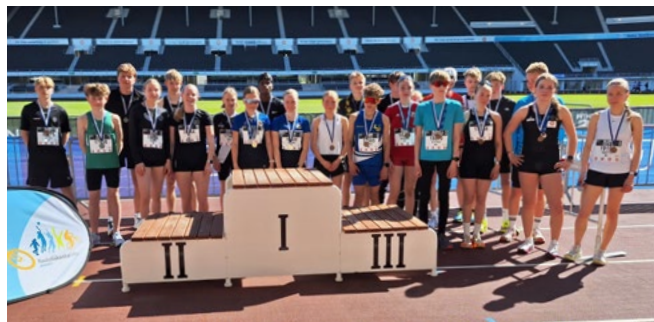
Kilpailun virallinen 5 km:n reitti suuressa tapahtumassa tarjosivat elämyksellisen kokemuksen. Olympiastadionin maali, yleisön kannustus ja tuhansien juoksijoiden joukko loivat kilpailijoille ikimuistoisen hetken.

Yhteistyö Suomen Urheiluliiton kanssa toimi erinomaisesti, ja järjestelyt saivat kiitosta niin oppilailta, valmentajilta kuin kouluilta.

– Kilpailevat nuoret toivat vauhdikkaalla juoksullaan loistavan piristysruiskeen tapahtumaan, toteaa SUL:n juokсутapahtumajohtaja **Harri Hänninen**.

**Katujuoksu saa jatkoa myös keväällä 2026**, jolloin KLL SM-sarjojen rinnalle tuodaan uutuutena matalan kynnyksen KLL Fun Run -sarja ilman ajanottoa. Tavoitteena on innostaa yhä useampi mukaan ja vakiinnuttaa katujuoksu pysyväksi osaksi KLL:n virallista lajivalikoimaa.

Lisäksi kevään 2025 yleisurheilun KLL SM-kisat keräsivät yli 500 osallistujaa ja lähes 1000 lajisuoritusta Nurmijärvellä järjestetyissä kisoissa. Huikeita osallistujamääriä nähtiin myös muissa KLL SM-tapahtumissa: Puijolla hiihdettiin ja mäkipotkat hyppäsivät ennätysmäärillä, suunnistuksessa Salon maastot keräsivät tuhat koululaista ja painikisoissa on palattu pandemiaa edeltäviin osallistujamääriin.



Koululiikuntaliiton kilpailutoimintaa kehitetään kuuntelemalla osallistujia, järjestäjiä ja yhteistyökumppaneita. Katujuoksun SM-kisojen pilotti oli osa tätä kehitystyötä: uusi laji, uusi ympäristö ja yhteistyömalli. Tälle vuodelle tapahtumaa kehitetään ja mukana on KLL Fun Run, jonka avulla liikkeelle lähtemisen kynnystä madalletaan ja tuodaan osallistumisen ilo laajemmalle joukolle koululaisia.



## Opettajiakaan ei ole unohdettu!

OAJ:n jäsenille on luvassa kaikkien HCR matkojen osanottohinnasta 20% alennus! Myös Naisten Kypille on tarjolla alennus.



## Kentällä, ladulla ja matolla – KLL-kisojen tekijät kertovat



**KOULULIIKUNTALIITON** valtakunnalliset SM-kilpailut syntyvät yhteistyössä seurojen, kuntien ja koulujen kanssa, kisajärjestäjähaku on vuosittain lokakuussa. Kisojen järjestäminen on monelle yhteisölle kunnia-asia – ja samalla mahdollisuus tarjota nuorille unohtumattomia kokemuksia. Kysimme vuoden 2025 ja 2026 kisajärjestäjiltä, mikä heitä motivoi ja mitä he haluavat sanoa tuleville järjestäjille.

"Vuonna 2025 järjestimme Kuopiossa maastohiihdon, yhdistetyn ja mäkihypyyn KLL SM-kilpailut. Parasta on saada koululaiset kautta Suomen mukaan omiin kisoihin sillä kyse

on perinteestä, jonka soisi jatkuvan pitkälle tulevaisuuteen. KLL-hiihtojen järjestäminen on reilun vuoden ponnistus, mutta lopulta siitä jää suuri tyytyväisyys. Hakekaa kisajärjestäjäksi, tehkää siitä oman paikkakunnan näköinen tapahtuma ja olkaa rohkeasti yhteydessä edellisiin järjestäjiin. Koululiikuntaliitto on järjestäjälle kannustava ja positiivinen kumppani, jonka kanssa on ilo tehdä tapahtumaa."

### Esko Valikainen

Kuopion kaupunki / Puijon Hiihtoseura

**Lue lisää kisajärjestäjien kommentteja kotisivuiltamme →**



# Koululiikuntaliiton tapahtumat



Kevät 2026 • Ilmoittautumiset tapahtumiin ja lisätietoja ► [www.kll.fi/tapahtumat](http://www.kll.fi/tapahtumat)

## Koululaiset

### KLL SM maastohiihto

20.–22.2.2026 Asikkala

### Power Mover Oman tanssin kisa/videokarsinta

15.1. – 15.3.2026

### Power Mover Oman tanssin kisa/aluekarsinta

Oulu 1.4.  
Tampere 8.4.  
Lahti 10.4.  
Pori 15.4.  
Vaasa 16.4.  
Lappeenranta 21.4.



### KLL SM Kaukalopallo

8.4.2026 Varkaus

### KLL SM Kreikkalais-roomalainen paini

16.5.2026 Vantaa

### KLL SM Katujuoksu 5 km

15.5.2026 Helsinki

### Helsinki City Run

15.5.2026 Helsinki

### KLL SM Yleisurheilu

23.–24.5.2026 Alavus

### Power Mover Oman tanssin kisa, finaali

13.5.2026 Kokkola

## Koululaiset

### SäbäKipinän taiturikisa

tammi-helmikuu Kotirata

### FutsalSkaba

19.1.–13.2.2026 Kotirata



### Vesisankarit-tapahtumat

Ympäri vuoden

## Opettajat



23.–24.1.2026 HELSINGIN MESSUKEKUS

### Educa-messut

23.–24.1.2026

► **KLL mukana messuilla osastolla 6r2!**



### Helsinki City Run

15.–16.5.2026 Helsinki

### Naisten Kymppi

23.5.2026 Helsinki

### Frisbeegolf

23.5.2026 Mänttä-Vilppula

### Golf

9.6.2026 Vierumäki

### Sopulivaellus

26.–31.7.2026 kolmen valtakunnan vaellus

## KLL:n tapahtumien vuosikello

● Oppilastapahtumia ● Opettajatapahtumia

TALVI

- Maastohiihto, mäkihyppy ja yhdistetty
- Salibandy
- Käsipallo
- Kaukalopallo Vet-sarja
- Salibandy

KEVÄT

- Kaukalopallo
- Yleisurheilu
- Power Mover Oman Tanssin Kisa
- Katujuoksu 5 km
- FutsalSkaba
- Kaukalopallo A-sarja
- Lentopallo
- Frisbeegolf

VESI-SANKARIT

-tapahtumat  
ympäri  
vuoden

SYKSY

- Suunnistus
- 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

**Susanna Aulin-Uusikartano**  
liikunta-asiantuntija  
susanna.aulin-uusikartano@kll.fi  
044 350 2602

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

KLL - Koululiikuntaliitto

koululiikuntaliitto

**Jani Kangasniemi**  
liikuntakoordinaattori  
jani.kangasniemi@kll.fi  
040 551 3488

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

**Åsa Närhi**  
myyntireskontran hoitaja  
asa.narhi@kll.fi

KLL\_tweet