



# Aktiivinen koulupäivä joka päivä

- Istumisen katkaiseminen
- Aktiiviset välitunnit
- Toiminnallinen oppiminen
- Aktiiviset koulumatkat
- Move!-polku
- Haasteet ja kampanjat

## Syyslukukausi

**Koulu alkaa!**

Elokuu

### Liikkuminen puheeksi:

Sovitetaan yhdessä lukuvuoden yhteiset tavoitteet, toimenpiteet ja vastuut, ja kirjataan ne vuosikelloon.

Käynnistetään kodin ja koulun yhteistyö aiheesta

Syyskuu

**Kerhotoiminta alkaa**



30.9. mennessä Move!-tulokset kirjattu

Lokakuu

Marraskuu

Joulukuu

**Joululoma**

## Kevätlukukausi

**Koulu alkaa!**

Tammikuu



Move! -tulosten käsittely opiskelu-huoltoryhmässä, huoltajaedustus mukaan

Helmikuu

Maaliskuu



31.3. mennessä Liikkuva koulu nykytilan arviointi jorjyssa

Huhtikuu

Toukokuu

**Kesä!**

Oppilaan oikeus oppia **liikunnalliseen elämäntapaan**

### UKK-instituutin 7-17-vuotiaiden liikkumissuosituks:

- Monipuolista, reipasta ja rasittavaa liikkumista vähintään tunti päivässä!
- Tauota runsasta ja pitkäkestoista paikallaanoloa.

