

# SOVELTAVAN LIIKUNNAN KOULUTUSTA SYKSYLLÄ 2016

Tulossa syksyllä 2016 koulutuksia kaikille ohjaajille, opettajille ja muille toimijoille, jotka kaipaavat uusia vinkkejä ja käytännön neuvoja liikunnan ohjaamiseen ja soveltamiseen erilaisille liikkujille sopivaksi.

ti 30.8. klo 17-20 **Liikuntaa kaikille – ohjaajana toimiminen** (Raatin uimahallin liikuntasali)  
ti 20.9. klo 17-20 **Pelien ja leikkien soveltaminen** (Värtön liikuntahalli, salibandysali )  
ti 18.10. klo 17-20 **Lapsen kokonaisvaltaista kehitystä tukeva liikunta (Sherborne)** (Kasarmin liikuntasali, palloilusali )  
ti 15.11. klo 17-20 **Motoasemat** (Raatin uimahallin liikuntasali)

**Hinta 45€/koulutus. Ilmoittaudu viimeistään kaksi viikkoa ennen koulutusta osoitteessa [www.popli.fi](http://www.popli.fi).**

## **Liikuntaa kaikille – ohjaajana toimiminen**

Koulutuksen tavoitteena on, että osallistuja saa perusvalmiudet ohjata liikuntaa ryhmissä, joissa on mukana erityistä tukea tarvitsevia liikkujia. Koulutuksessa painotetaan hyvän suunnittelun merkitystä liikuntatuokion toteutuksessa ja harjoitellaan toiminnan selkeää jäsentämistä sekä harjoitteiden soveltamista erilaisille liikkujille.

## **Pelien ja leikkien soveltaminen**

Koulutuksesta osallistuja saa ideoita ja vinkkejä erilaisiin matalan kynnyksen peleihin ja leikkeihin. Koulutuksessa käydään läpi keinoja, joiden avulla erilaiset liikkujat voivat toimia yhdessä ja saada onnistumisen kokemuksia. Lisäksi harjoitellaan pelien ja leikkien kehittelyä ja soveltamista siten, että ne vastaavat osallistujien erilaisia tarpeita ja taitotasoa.

## **Lapsen kokonaisvaltaista kehitystä tukeva liikunta (Sherborne)**

Veronica Sherbornen kehittelemä Sherborne-liikunta tukee kokonaisvaltaisesti lapsen oppimisvalmiuksia sekä motoriikan ja sosiaalisten taitojen kehittymistä. Rauhoittuminen ja rentoutuminen kuuluvat myös tärkeänä osana harjoitteluun. Sherbornessa opitaan havainnoimalla ja tekemällä ja siten tavoitellaan mm. parempaa tietoisuutta omasta kehosta. Monipuolisuutensa ja muunneltavuutensa ansiosta Sherborne sopii kaikille lasten ja nuorten liikunnan parissa toimiville niin päivähoitossa, koulussa kuin harrastusryhmissäkin. Koulutuksesta osallistuja saa työkaluja mm. lapsen liikunnallisen kehityksen tukemiseen ja erilaisiin vuorovaikutustilanteisiin.

## **Motoasemat**

Motoristen perustaitojen hallinta auttaa paitsi lajitaitojen oppimisessa myös jokapäiväisessä elämässä ja arkirutiineissa selviytymisessä. Kolmetuntisessa Motoasemat-koulutuksessa ohjaajat oppivat toteuttamaan ja ohjaamaan alkulämmittelyt, kuusi erilaista motoristen taitojen kehittymiseen tähtäävää liikunnallista harjoitteluasemaa sekä loppuleikit. Tehtäviä voidaan helpottaa, vaikeuttaa, soveltaa sekä eriyttää ja siten kannustaa oppimaan motorisia taitoja asettamalla sopivia haasteita ja tuomalla onnistumisen elämyksiä.

## **Yhteystiedot:**

Mari Patanen

lasten ja nuorten liikunnan päällikkö  
Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu  
puh. 040 720 7960, mari.patanen@popli.fi