

Valtakunnallisia malleja, paikallista toimintaa

Lisää liikettä ammatilliseen koulutukseen -webinaari | 21.1.2026



Toiminnanjohtaja
Saija Sippola



Kehittämispäällikkö
Maria Käkelä

Saammeko esittäytyä?

SAKU ry hyvinvoinnin tukena



- ammatillisen koulutuksen oma liikunta- ja kulttuurijärjestö sekä hyvinvoinnin edistämisen yhteistyöorganisaatio
- perustettu 1949
- jäsenenä 67 ammatillisen koulutuksen järjestäjää
 - toiminnan piirissä noin 85 % ammattiin opiskelevista
 - oppilaitosten henkilöstöä noin 19 000



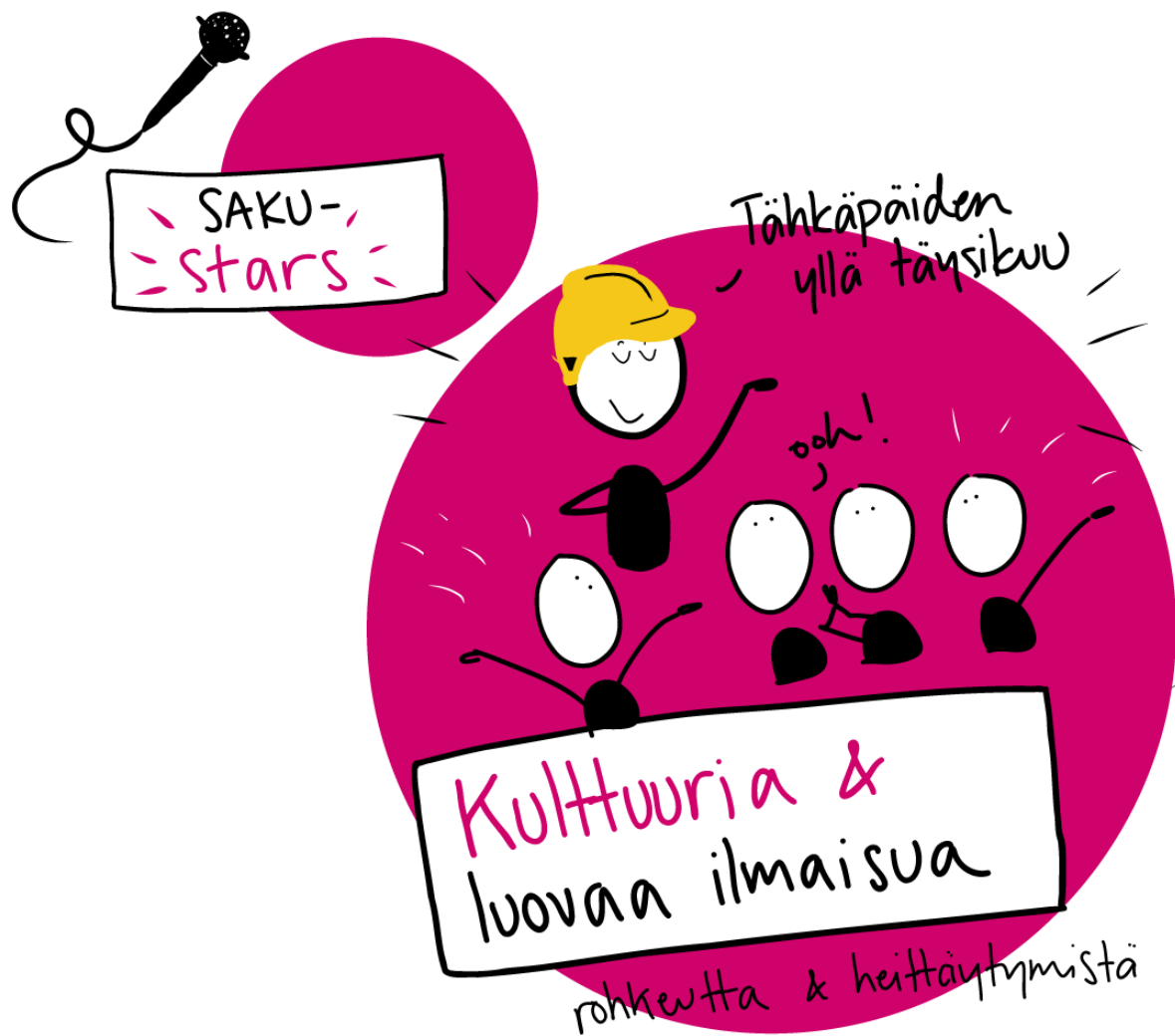
Toiminnan osa-alueet opiskelijoille



Toiminnan osa-alueet opiskelijoille



Toiminnan osa-alueet opiskelijoille



Toiminnan osa-alueet opiskelijoille



Toiminnan osa-alueet henkilöstölle

Valtakunnallinen malli: kotiratakisat



- valtakunnallinen kilpailu, osallistuminen omalla paikkakunnalla
- lajeina [keilaus](#), [ilma-aseammunta](#), [juoksu](#), [pyöräily](#), [frisbeegolf](#) ja [sisäsoutu](#)

Osallistumisen idea tiivistettynä:

- 1) Tee suoritus
- 2) Ilmoittaudu ja ilmoita tulos
- 3) Parhaat palkitaan mitaleilla, kaikki osallistuvat arvontaan!

Liikkumisen iloa ja uusia lajikokeiluja
matalalla kynnyksellä!

Paikallista toimintaa: kotiratakisojen opinnollistaminen



- Moodle-kurssi tai vastaava oppimisalusta
- kurssi tarjoaa valmiin oppimisprosessin, jossa
 - tutustutaan ja valmistaudutaan
 - liikutaan ja kisataan 1-6 lajissa
 - raportoidaan ja reflektoidaan oppimista
- kurssi sisältää tiedot kisasta ja lajeista sekä osallistumisohjeet
- kurssi auttaa opettajaa kiinnittämään osallistumisen osaksi opintoja
- kurssin tilaukset: sakury@sakury.net

Valtakunnallinen malli: Liikevirtaa-liikuntakampanja



- [valtakunnallinen kampanja](#) huhtikuussa
- tavoitteena nostaa esille liikkumisen merkitystä kahdesta näkökulmasta:
 - vihreän kädenjäljen kasvattaminen
 - oman hyvinvoinnin parantaminen
- kampanjaan osallistuminen tarkoittaa esimerkiksi
 - teemapäiviä ja tempauksia
 - rentoja liikuntatapahtumia
 - työpajoja eri teemoilla
 - yhteisöllisyyttä vahvistavia aktiviteetteja
- opiskelijat ovat mukana sekä osallistujina että toteuttajina, osana opintojaan

Paikallista toimintaa: roskakävely ja kirppispäivä



Tervetuloa mukaan verkostoon!

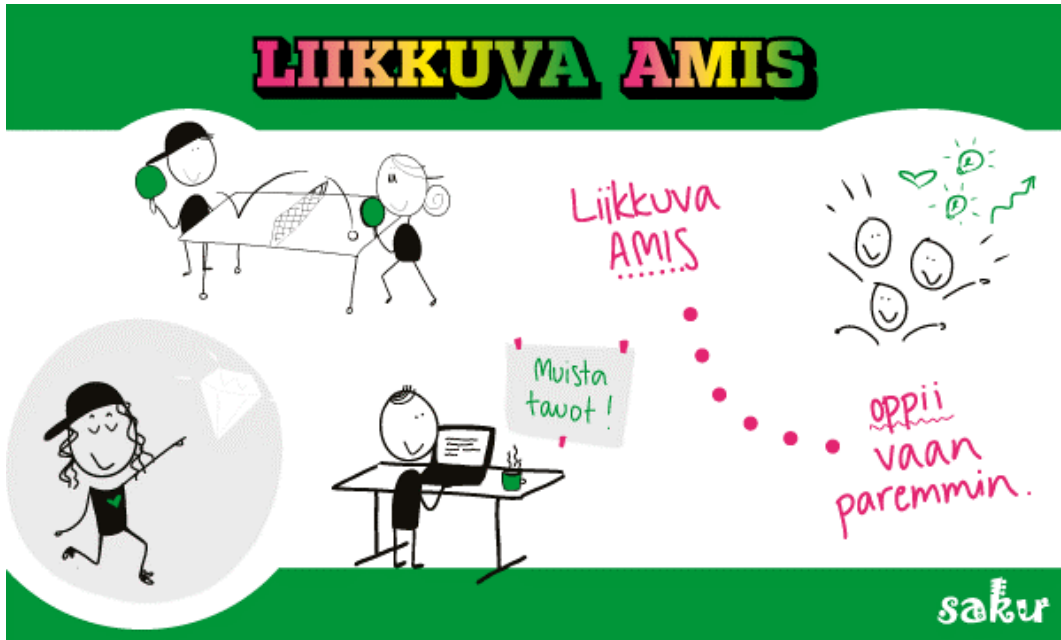


- SAKU ry:n Liikkuva amis -verkosto keskittyy vähän liikkuvien liikuttamiseen
- verkosto kohtaa kaksi kertaa vuodessa
Ideoidenvaihtopäivillä
 - tutustutaan jonkin oppilaitoksen aktiiviseen arkeen ja toimintatapoihin
 - jaetaan ideoita ja ajankohtaisia asioita

Seuraava kohtaaminen:
9.4.2026 klo 13.00–15.00

Lisätietoja tulossa [tapahtumakalenteriin](#).

Pysy ajan tasalla: uutiskirje, some ja verkkosivut



- tilaa SAKU ry:n uutiskirjeet sakury.net-sivustolta ([etusivun alalaita](#)):
 - SAKU ry:n uutiskirje
 - Liikkuva amis -liikuntaimpulssi
- nettisivuilla kattavasti lisätietoa:
 - sakury.net – järjestön yleissivusto
 - liikkuvaamis.fi – ideat ja vinkit liikkeen lisäämiseen oppilaitoksen arkeen
- seuraa meitä myös somessa



Suomen ammatillisen koulutuksen
kulttuuri- ja urheiluliitto, SAKU ry

Kiitos!