

LIIKKUVA AMIS EI HÄIRIKÖI (niin paljon)

**JOS OPISKELIJA PÄASEE PURKAMAAN
ENERGIAANSA MYÖNTEISELLÄ TAVALLA, SE AUTTAA
KESKITTYMÄÄN PAREMMIN OPPITUNNEILLA.**

(MARTELA & JÄRVILEHTO 2012)

**OPETUSHALLITUKSEN TILASTOKATSAUKSEN MUKAAN
LIIKUNNAN MÄÄRÄN LISÄÄMINEN OPPILAITOSYMPÄRISTÖISSÄ
JA VÄLITUNNEILLA EDISTÄÄ KESKITTYMISTÄ SEKÄ VÄHENTÄÄ
HÄIRIÖKÄYTTÄYTYMISTÄ, MIKÄ PUOLESTAAN PARANTAA
OPINTOIHIN KIINNITTÄYTYMISTÄ JA OPPIMISTA.**

(SYVÄOJA, KANTOMAA, LAINE, JAAKKOLA, PYHÄLTÖ & TAMMELIN 2012)

WWW.SAKURY.NET

saku

WWW.ALPO.FI

SAKU ry tarjoaa liikuntamahdollisuuksia ammattiin opiskeleville. Uusia liikunnan ideoita etsitään Liikkuva Amis -hankkeessa, jonka tavoitteena on lisätä opiskelijoiden fyysistä aktiivisuutta koulupäivän aikana sekä osallisuutta oppilaitosympäristön kehittämisessä.