

**TERVIST EDENDAVATE LASTEAEDADE VÕRGUSTIKU  
VII SUVEKOOL  
„LIIKUDA ON TORE!“**

**11.–12. juunil 2014  
Harjumaal, Nelijärve Puhkekeskuses**

**11. juuni**

- |               |  |
|---------------|--|
| 8.30–10.45    | Saabumine ja majutumine.<br>Terviseamps  |
| 10.45–11.30   | <b>Suvekooli avamine ja sissejuhatus.<br/>Uute liikmete vastuvõtmine TEL võrgustikku.</b><br>Tiia Pertel ja Liana Varava, Tervise Arengu Instituut (TAI)<br><br><b>Saame tuttavaks.</b> Paikkondade esindajad. |
| 11.30 – 13.00 | <b>Lasteaedade liikumise valdkonna heade praktikate esitlemine.</b><br>Lasteaedade esindajad<br>Sessiooni juhib Liana Varava   |
| 13.00–14.00   | Lõunasöök  |
| 14.15 –16.00  | <b>Lasteaedade liikumise valdkonna heade praktikate esitlemine jätkub.</b>   |
| 16.00–16.30   | Terviseamps  |
| 16.30–18.00   | <b>Kuidas alustada treeninguga tervist kahjustamata?</b><br>Merle Leiner, MTÜ Vireo Tervis ja Sport  |
| 18.00-18.15   | <b>Õhtuse matka tutvustus.</b><br>Tiina Paltser, Riigimetsa Majandamise Keskus (RMK)   |
| 18.15 – 19.15 | Õhtusöök   |
| 19.15 – 21.15 | <b>Maastikumängu põhine matk „Nuputamist metsarajal“</b><br>RMK Aegviidu looduskeskus  |
| 21.15         | Ööamps   |



## 12. juuni

7.30 - 8.45 Hommikusöök

8.45 – 9.00 Päeva sissejuhatus saalis.

9.00 - 9.45

1. grupp: **Tervisetreening õues.** Merle Leiner, MTÜ Vireo Tervis ja Sport

2. grupp: **Joogatund kõigile=kontorijooga saalis.** Merle Vau

10.15-11.45 **Töötoad**

1. **Kuidas kavandada ja lõimida liikumistegevusi lasteaias teiste õppevaldkondadega.** Anna Sõõrd

2. **Nutikas liikumine tööpäeva vältel?** Külli Luuk, TAI

3. **Selg sirgu.** MTÜ Vireo Tervis ja Sport füsioterapeudid

4. **Kuidas jooga toetab tervist?** Merle Vau

5. **Hinda ise oma tervist ja treenitust.** Merle Leiner, MTÜ Vireo Tervis ja Sport

11.45–12.45 Lõunasöök

13.00–14.30 **Töötoad**

14.30–14.45 Terviseamps

14.45–15.15 **Tunnustamine ja suvekooli lõpetamine.**