



Liikuma Kutsuva Kooli sügisseminar
"Liikumine koolis – kohustus või võimalus?"
15.-16. oktoobril 2025 Tallinnas

KOLMAPÄEV, 15. oktoober

Ettekannete, töötubade ja messi päev Kultuurikatlas

8.30-9.30 Osalejate saabumine ja tervituskohv

Alates 8.30 Liikuma Kutsuv Mess

9.30-11.45 Sügisseminari avamine ja avaettekanded

- Tervitused: [Eesti Vabariigi haridus- ja teadusminister Kristina Kallas](#) ja [Tallinna abilinnapea Kaarel Oja](#)
- Sügisseminari sissejuhatus TÜ liikumislabori poolt, [Merike Kull](#) ja [Katrin Mägi](#)
- Avaettekanne: "Liikumine koolis – kas kohustus või võimalus?" [Kristi Mumm](#), [Tartu Forseliuse Kool](#)
- Keynote (tõlkega ettekanne): "Move Your Brain – Enhancing Learning Through Movement" [Hannu Moilanen](#), [University of Jyväskylä](#)

11.45-12.30 Liikuma Kutsuv Mess ja sirutuspaus

12.30-13.30 Töötoad I

- Kooli päevakava muutuste protsess – miks, kuidas ja kellega? [Küllike Pedaste](#) ja [Pille Saadjärv](#) ([Tartu Kivilinna Kool](#))
- Õpetajate liikumisrõõm – kuidas hoida õpetajate tass täis? [Maiken Sarv](#) ([Tallinna Mustamäe Riigigümnaasium](#)); [Maret Kivistu](#), [Piret Urmet](#) ja [Kaidi Selberg](#) ([Kehra Gümnaasium](#)); [Ulvi Laneman](#) ja [Erge Saare](#) ([Paikuse Kool](#))
- Mängurõõmu igasse vahetundi. [Linda Marii Aljasmäe](#) ([LKK koolitaja](#), [Gustav Adolfi Gümnaasium](#)) ja [Margit Mathiesen](#) ([Räpina Ühisgümnaasium](#))
- Liikumisvõimalused koolis – õpilase kehalise aktiivsuse ja üldise heaolu suurendaja. [Getter Marie Lemberg](#) ja [Evelin Mäestu](#) ([Tartu Ülikooli liikumislabor](#))
- LKK 2.0: hullud ideed ja unistused. [Marko Uibu](#) ([Tartu Ülikooli ühiskonnateaduste instituut](#) ja [TÜ liikumislabor](#))
- Liikudes targemaks: aktiivõppe võtted III kooliastmele ja gümnaasiumile. [Kristiina Vaikmets](#) ([LKK koolitaja](#), [Tallinna Pelgulinna Riigigümnaasium](#))
- Valikainetega liikuma! [Rena Kruus](#) ([Tartu Kivilinna Kool](#)); [Teli Pree](#) ja [Eigo Loorius](#) ([Luunja Keskkool](#))
- Nutiseiklus õues: ActionBoundi kasutamine II-III kooliastme ainetundides. [Maarika Vällik](#) ([Miina Härma Gümnaasium](#)) ja [Lembe Lõhmus](#) ([Tabivere Põhikool](#))
- [Siim Tõnissoni](#) raamatu „Õpime liikudes“ esitlus

13.30-14.30 Lõuna ja Liikuma Kutsuv Mess

14.30-15.30 Töötoad II

- **JÄÄB ÄRA:** Õuemaa – Eesti. Identiteet – eestlane.
ASENDUS: Liikumisvõimalused koolis – õpilase kehalise aktiivsuse ja üldise heaolu suurendaja. [Getter Marie Lemberg](#) ja [Evelin Mäestu](#) (Tartu Ülikooli liikumislabor)
- Kooliolümpiamängud – spordipidu kogu koolile. [Leelo Paju](#) (Läänemaa Ühisgümnaasium, EOA), [Liis Tähiste](#) (Tartu Rahvusvaheline Kool, EOA) ja [Marit Rauk](#) (Ülenurme Gümnaasium, EOA)
- Active Learning in Action – Tools and Ideas for Moving Classrooms. [Hannu Moilanen](#) (University of Jyväskylä)
- Kuidas ühendada aktiivne ja ohutu koolitee ning teha kooliümbrus päriselt ohutumaks? [Eve-Mai Valdna](#) (Transpordiamet), [Leene Korp](#) (Tallinna Linnaplaneerimise Amet), [Birgit Sagar](#) (Ristiku Põhikool), [Marina Aleksejeva](#) (Politsei- ja Piirivalveamet)
- Tantsu- ja liikumisteraapia tehnikate kasutamine liikumisõpetuse tundides. [Christin Taul](#) (Kaarli Kool)
- Liikumine kui strateegiline valik: kuidas kujundada kestlikku liikumiskultuuri koolis? [Kreet Poolma](#) ja [Piret Hartman](#) (MTÜ Hea hariduskorraldus)
- Muutusi juhtides Liikuma Kutsuvaks Kooliks. [Kristina Pikas](#) ja [Aimar Arula](#) (Avinurme Gümnaasium)
- Aktiivsed õppemeetodid I kooliastme õuetundides. [Hanna Tulp](#) ja [Sirli Vahula](#) (Rakvere Reaalkool)

15.45-16.45 Töötoad III

- Nutivaba kool – kohustus või võimalus? [Kadri Vahula](#) (Rakvere Reaalkool); [Kadri Lepik](#) ja [Birgit Purju](#) (Tallinna Lilleküla Gümnaasium)
- Impromängudega ajud pausile! [Kersti Loim](#) ja [Tiina Tooding](#) (Tartu Tamme Kool)
- Kool pildis ehk atraktiivne sotsiaalmeedia. [Magnus Liir](#) (Tallinna Laagna Gümnaasium) ja [Kadri Marie Õunpuu](#) (Rocca al Mare Kool)
- Pikk ainetund, lühike ettevalmistus – koostöö AI-ga. [Kristi Lõbu](#) (Illuka Kool, koolitaja ja raamatute autor)
- Kuidas koolipere läbi väljakutsete liikuma saada? [Raina Kaus](#) ja [Ravo Vaga](#) (Tallinna Järveotsa Gümnaasium)
- Aktiivse ainetunni õppevahendi meisterdamine. [Kerli Oks](#) (Vinni-Pajusti Gümnaasium)
- SPIN+ praktikum: sotsiaal-emotsionaalsete oskuste arendamine liikumisõpetuses. [Snežana Stoljarova](#) (MTÜ SPIN) ja [Margit Randver](#) (SK Fortis, Emili Kool ja Vanalinna Hariduskolleegium)
- Könniloenguga liikuma (TÜ liikumislabor)

17.00-17.30 Päeva kokkuvõtted

- Liikumine koolis – kas siis ikkagi kohustus või võimalus? [Kaarel Zilmer](#) (liikumisõpetaja aastast 1964)

19.00-23.00 Öhtune programm Kultuurikatlas

NELJAPÄEV, 16. OKTOOBER

Ühisvunk ja kokkuvõtted Kultuurikatlas ning koolikülastused ja praktilised liikumisrõõmu töötoad üle linna

6.30-8.45 Hommikusaun ja -suplus (eelregistreerimisega 45-minutilised saunatuurid)

9.00-10.00 Ühisvunk "Liikumine – kohustus või võimalus?" [Andero Teras](#) ([Mõttemaru](#)) (Kultuurikatel)

10.00-10.30 Sügisseminari kokkuvõtted ning teeale asumine koolikülastustele ja praktilistesse töötubadesse

Koolikülastused*

11.30-12.30

- Gustav Adolphi Gümnaasium (Kotzebue õppehoone: Vana-Kalamaja 9)
- Tallinna Südalinna Kool (Liivalaia 23)
- Tallinna Kunstigümnaasium (Kopli tn 102a/1)
- Tallinna Järveotsa Gümnaasium (Järveotsa tee 31)

14.00-15.00

- Tallinna 32. Keskkool (Kiili tn 10)
- Tallinna Mustamäe Riigigümnaasium (Akadeemia tee 25)
- Gustav Adolphi Gümnaasium (Kotzebue õppehoone: Vana-Kalamaja 9)
- Tallinna Südalinna Kool (Liivalaia 23)

Praktilised liikumisrõõmu töötoad*

11.00-12.30

- Orienteerumine (Kultuurikatla ümbrus, kogunemine Kalasadama 6)

11.30-13.30

- Kurling (Tondiraba Jäähall, Varraku 14)

11.30-13.00

- Padel (Padel Arenas, Akadeemia tee 45)
- Kergejõustik (Tallinna Kergejõustikuhall, Herne 30)
- Discgolf (Tallinna 32. Keskkool, Kiili 10)

13.30-15.00

- Võrkpall (Sõle Spordikeskus, Sõle 40A)

14.00-15.30

- Boulderling ronimistreening (Mustika keskuse Ronimisministeerium, Karjavälja 4)

*Koolikülastustele ja töötubadesse liikumine toimub osaleja enda organiseeritud transpordiga