



Yläkoululaisten liikkumisen edistäminen Tampereen kaupunkiseudulla

Hannamari Laitinen
Asiantuntija, lasten ja nuorten liikunta
Hämeen Liikunta ja Urheilu ry

Tampereen kaupunkiseutu

Vastaa yhdessä useista kehittämisteemoista, kuten:

- koulutus ja hyvinvointi
- liikenne ja asuminen
- elinkeinoelämän kehittäminen

Tavoitteena on **luoda yhtenäisiä käytäntöjä** ja hyötyä yhteistyöstä koko alueen hyväksi.

Kaupunkiseudulla on yli 420 000 asukasta.



Kärkihankkeet 2023+



Seutuliike -ohjelma

Ensimmäinen käsittely opetuspalvelutyöryhmässä **maaliskuussa**, jossa päätettiin kerättävästä tiedosta:

- Koulumatkat kävellen ja pyöräillen (Lähde: Koulumatka- ja liikkumiskysely, 2021)
- Ulkovälitunnit (Lähde: Liikkuva koulu -nykytilan arviointi)
- Koulupäivän aikainen aktiivisuuden edistäminen (Lähde: Liikkuva koulu-nykytilan arviointi)
- Move! -tulokset. Tarkastellaan kunta- ei koulukohtaisesti (resurssikysymys)
- Koulupäivän yhteydessä oleva liikkumiseen aktivoiva harrastustoiminta: (Tiedot kuntien Suomen harrastamisen mallin koordinaattoreilta)
- TEA-viisarin koulupäivän liikuntaa sisältävät toimenpiteet
- Tyttöjen liikkumisen edistäminen -erot poikiin 8.-luokalla n. 10 % - strateginen kehittämiskohde tuleville vuosille (Lähde: Move-raportit)

→ Opetuspalvelutyöryhmä päätti perustaa pienryhmän, joka valmistelee toimenpide-ehdotukset opetuspalvelutyöryhmälle kootun tiedon pohjalta



Pienryhmä kokoontui **huhtikuussa** käsittelemään koottua tietoa sekä tekemään toimenpide-ehdotukset opetuspalvelutyöryhmälle.

Työskentelyyn osallistuivat:

- Hannamari Laitinen, HLU (koollekutsuja)
- Laura Ylikoski, Kangasala
- Jarkko Liuha, Kangasala
- Eero Rahomäki, Lempäälä
- Katja Hautamäki, Nokia
- Jussi-Pekka Maunuksela, Pirkkala
- Annika Urvikko, Tampere
- Tiina Toivola, Vesilahti
- Tapio Ala-Rautalahti, Ylöjärvi
- Merja Nordling, TKS
- Katja Rajala, Likes (Nykytilan arviointien koosteet)



Toimenpiteet yläkoululaisten liikkumisen edistämiseksi lukuvuonna 2025–2026



1. Liikunnallisen elämäntavan toteutuksen kirjaaminen lukuvuosisuunnitelmaan

Apukysymykset:

Jokainen kouluyksikkö kirjaa vuosittain lukuvuosisuunnitelmaan, miten liikunnallista elämäntapaa edistetään käytännössä.

Kirjauksessa tarkastellaan erityisesti:

- Miten liikunnallisen elämäntavan edistäminen näkyy yksikön tiimirakenteessa?
- Miten rakennettu ympäristö edistää liikkumista? (koulumatkan rakennettu liikenneympäristö -> mm. polkupyöräparkit)
- Miten koulupäivän rakenne mahdollistaa liikkumisen edistämistä koulupäivän aikana? (välituntien aikainen toiminta, välituntien pituus, välituntien viettopaikka)
- Miten opetuksen aikana mahdollistetaan toiminnallisuus ja tauottaminen liikkeellä?
- Miten laaja-alainen opiskeluhuoltotyö toteutuu liikunnallisen elämäntavan edistämisen näkökulmasta? Toteutuuko MOVE-toiminta osana tätä?
- Miten oppilaita osallistetaan liikunnallisen elämäntavan edistämiseen?
- Millainen on oppilaiden käyttöön hankittavien välineiden resursointi ja ylläpitosuunnitelma?

2. Yksiköiden säännöllinen itsearviointi ja kehittäminen

- Liikunnallisen elämäntavan edistämistä tarkastellaan ja arvioidaan säännöllisesti.
- Arviointiin hyödynnetään Liikkuva koulu -ohjelman Nykytilan arviointia, josta saadaan tietoa pitkällä aikavälillä (edellytetään valtionavustushauissa)

3. Move! -mittausten tavoitteellinen hyödyntäminen

Jokainen koulu/kunta laatii selkeän toimintapolun Move! – tulosten hyödyntämiseen:

- Miten vähän liikkuvat ja heikossa kunnossa olevat oppilaat tunnistetaan?
- Miten heitä tuetaan yksilöllisesti esimerkiksi liikuntaneuvonnan tai harrastustoiminnan avulla

4. Opetushenkilöstön koulutuksen vahvistaminen

Tampereen seudun kasvatus- ja opetusalan henkilöstön oma osaamisen kehittämisen palvelu. Kaupunkiseutu (OSAKE) tarjoaa opettajille (erityisesti aineenopettajille) täydennyskoulutuksia, joissa painotetaan:

- Toiminnallisuuden ja tauottamisen hyötyjä oppimisen ja hyvinvoinnin tukena
- Käytännön keinoja liikkeen lisäämiseen eri oppiaineissa
- Tutkimustietoa liikkumisen ja koulumenestyksen yhteydestä

5. Jokainen kunta nimeää ”Liikkuva koulu” - vastuuhenkilön



Yhteenveto

- Opetuspalvelutyöryhmä hyväksyi esityksen **toukokuussa** ja Sivistyspalvelutyöryhmä (SIPA) **elokuussa**.
- Yläkoululaisten liikkuminen on yhteinen asia.
- Tampereen kaupunkiseutu ottaa käyttöön konkreettiset toimenpiteet 2025–2026.
- Tavoitteena: jokaiselle nuorelle mahdollisuus aktiiviseen, hyvinvoivaan koulupäivään.
- Yläkoululaisten liikkumisen edistäminen ei ole irrallinen hanke, vaan se halutaan **juurruttaa osaksi koulun rakenteita ja arkea**.

Ollaan yhteyksissä!



Hannamari Laitinen

Asiantuntija, lasten ja nuorten liikunta

hannamari.laitinen@hlu.fi

+358 408414229