



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO

*Statens idrottsråd*

# Kouluyhteisö liikunnallisuuden turvaajana

---

*Minna Paajanen*

valtion liikuntaneuvoston pääsihteeri



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO  
*Statens idrottsråd*

# Esityksen sisältö

- Tuorein tieto lasten ja nuorten liikunnan tilasta
- Havaintoja lasten ja nuorten liikunnan edistämisestä
- Mitä jatkossa?



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO  
*Statens idrottsråd*

Tavoite

Toimenpiteet  
ja resurssit

Toiminnan  
tulokset

Toiminnan  
vaikutukset

Vaikuttavuus



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO  
*Statens idrottsråd*

Lasten liikkuminen  
lisääntyy.

Liikkuva koulu  
Liikuntapaikat  
Kerhotoiminta  
Seuratoiminta

x kunnostettua  
liikuntapaikkaa  
x määrä  
liikuntakerhoja  
x matalan  
kynnyksen  
seuratoimintaa

Lasten  
kokonaisaktiivisuus  
nousee

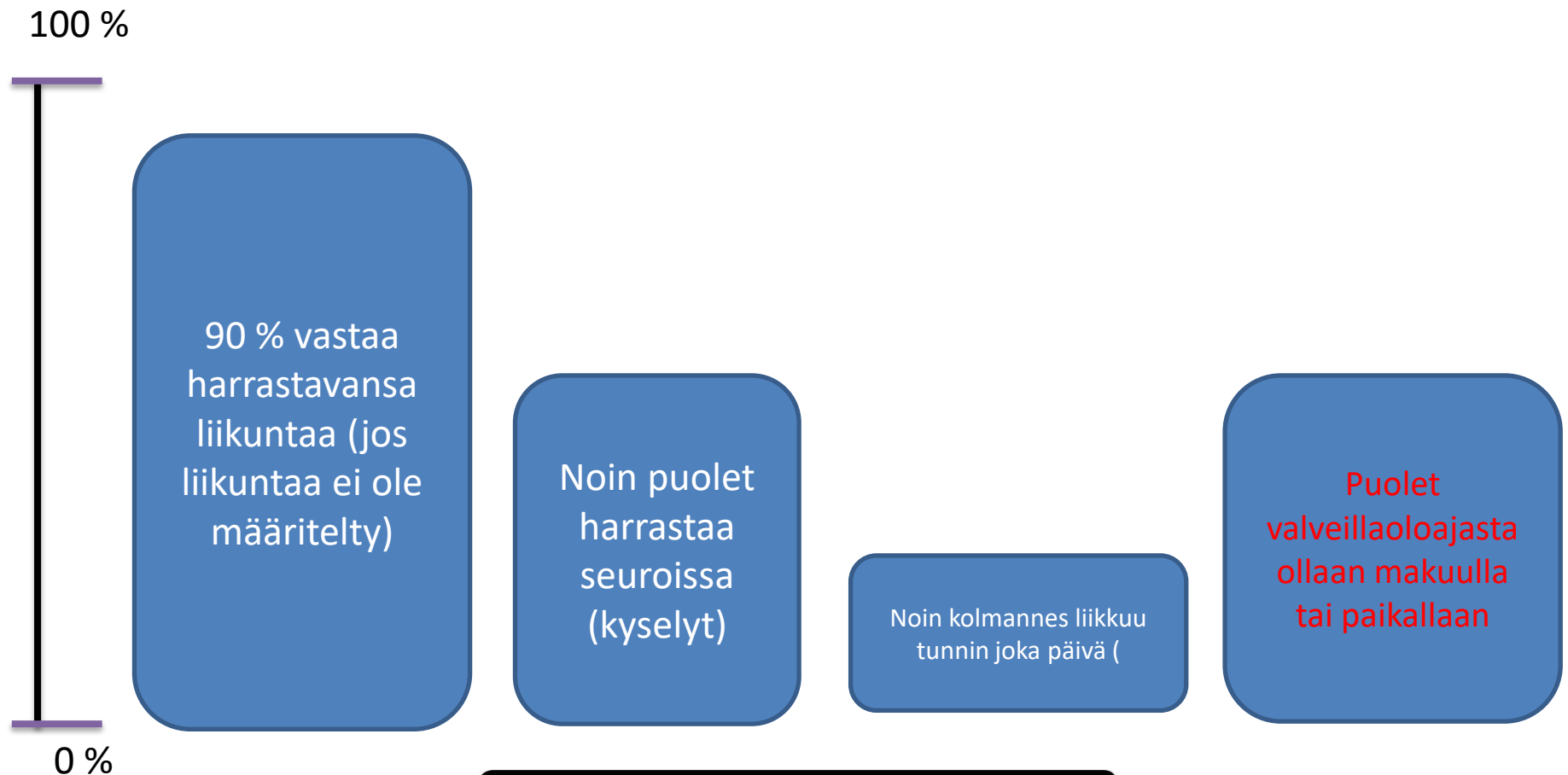
Lasten fyysinen  
toimintakyky  
paranee

LINJOJA LIIKUNTAAN VUODESTA 1920



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO  
*Statens idrottsråd*

# Mitä tavoitellaan?



LINJOJA LIIKUNTAAN VUODESTA 1920

**Fyysinen  
aktiivisuus**

**Arkiliikunta,  
hyötyliikunta  
jne.**

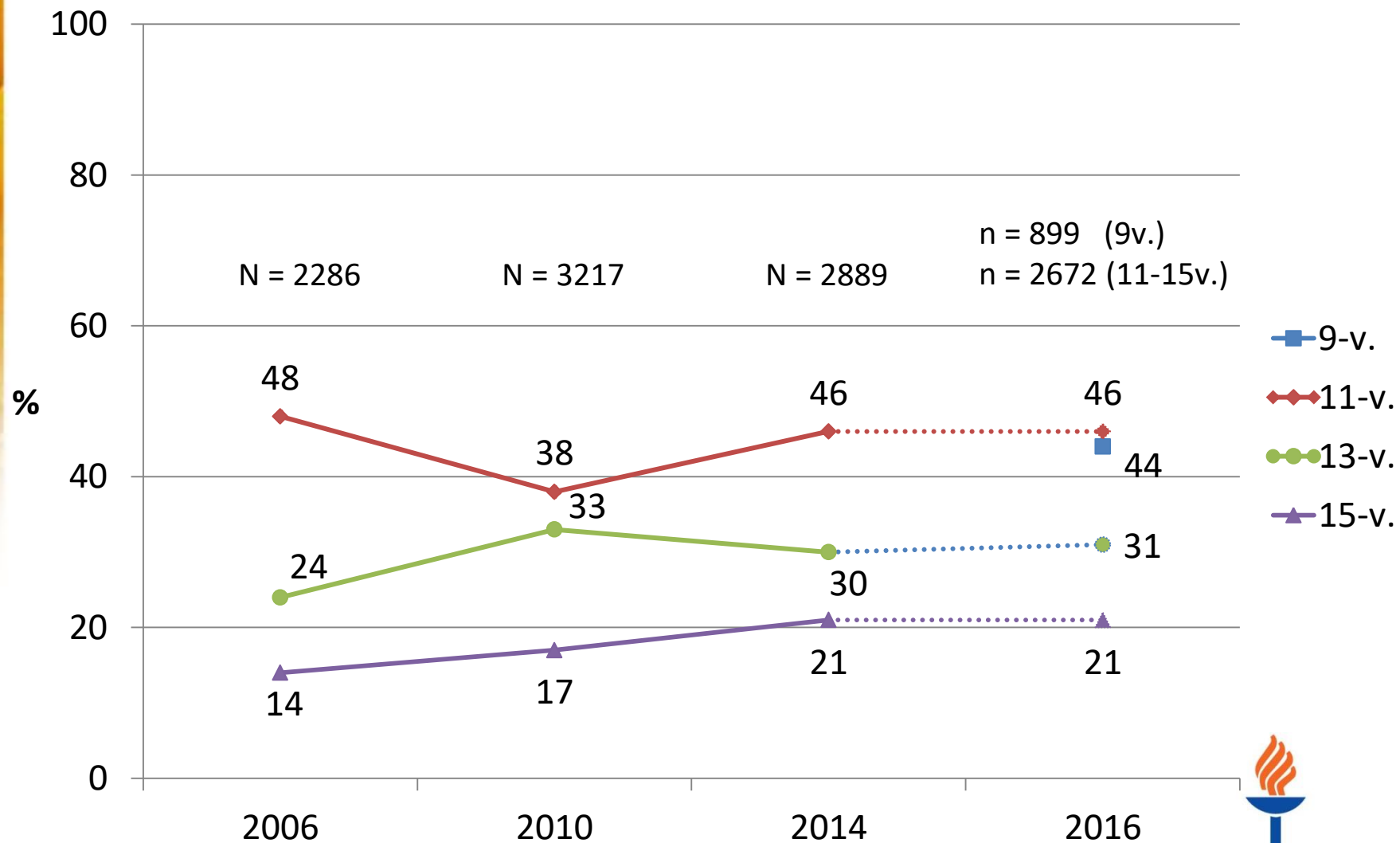
**Omatoiminen,  
ei-organisoitu/  
ei-ohjattu liikunta**

**Harrastaminen  
ohjatusti**

**Kilpa-  
urheilu**

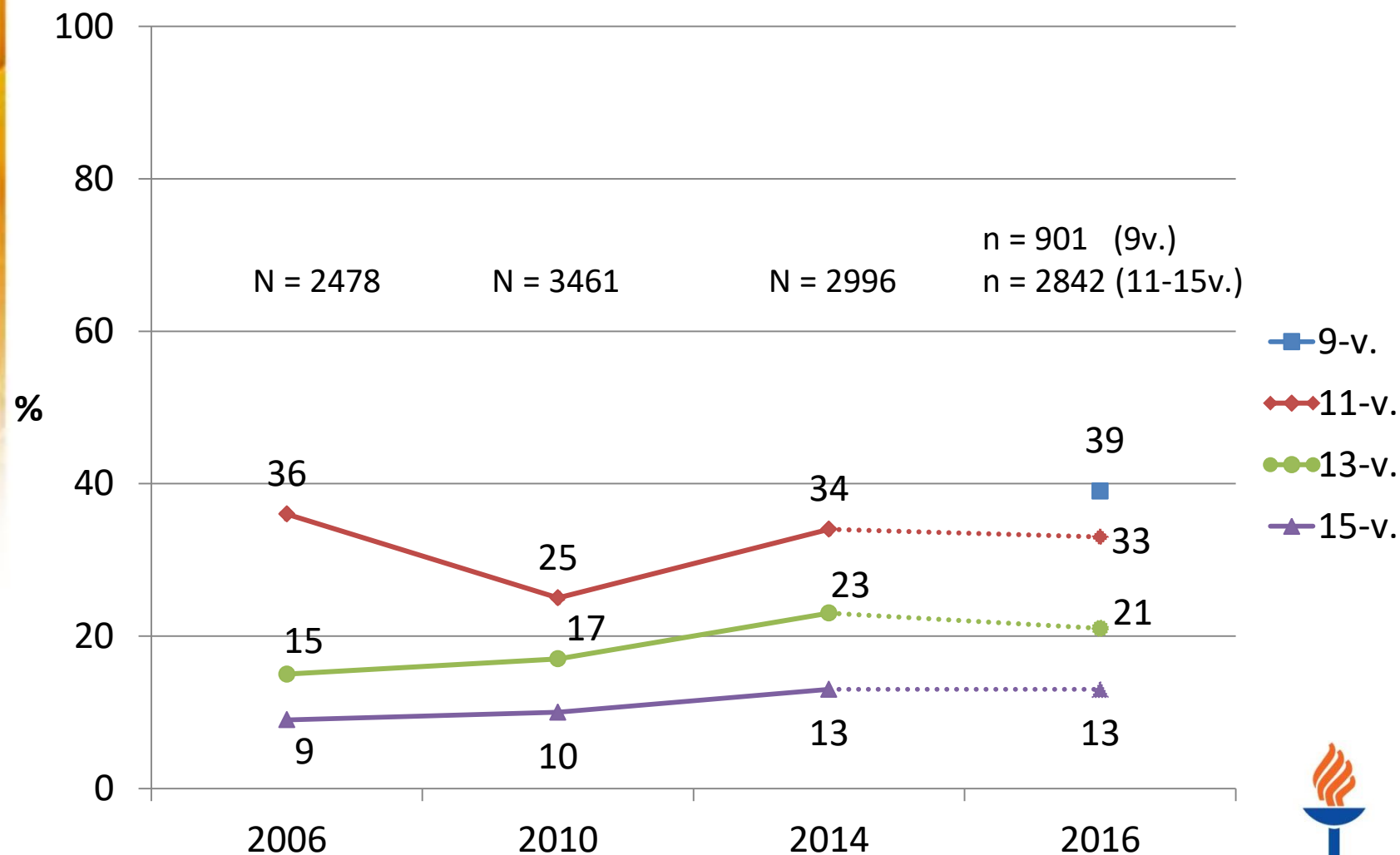
**Huippu-  
urheilu**

Liikuntasuosituksen täyttävien (liikuntaa jokaisena edeltävän viikon päivänä vähintään 60 minuuttia) **poikien** osuudet iän mukaan vuosina 2006, 2010, 2014 (WHO-koululaistutkimus) ja vuonna 2016 (LIITU) (%)



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Liikuntasuosituksen täyttävien (liikuntaa jokaisena edeltävän viikon päivänä vähintään 60 minuuttia) **tyttöjen** osuudet iän mukaan vuosina 2006, 2010, 2014 (WHO-koululaistutkimus) ja vuonna 2016 (LIITU) (%)



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

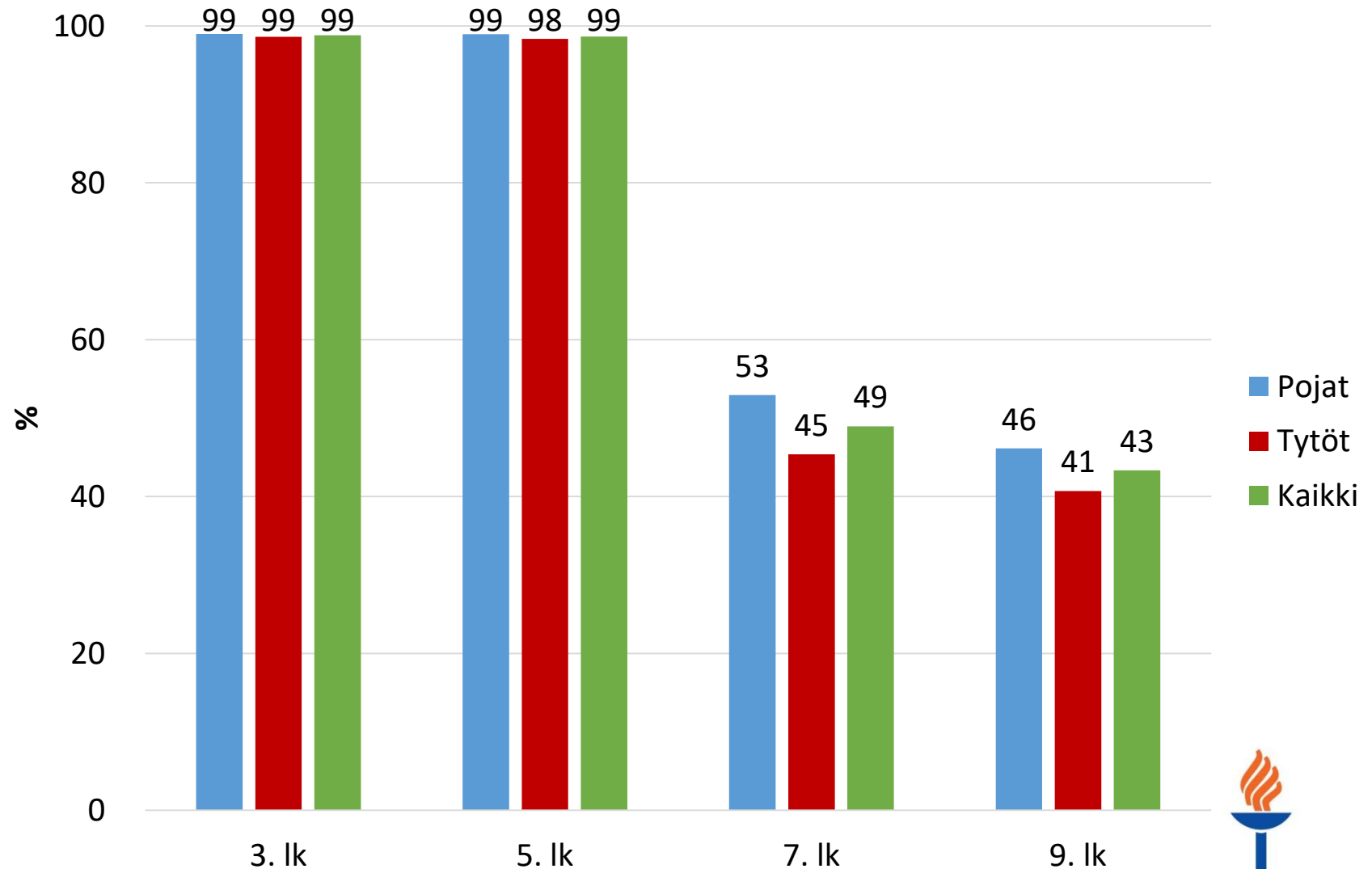




| Vähintään 4 tuntia viikossa vapaa-ajan liikuntaa harrastavat, siten että hengästyy tai hikoilee | 2011    | 2013    | 2015    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|---------|
| 8-9 -luokkalaiset                                                                               | 37 %    | 40 %    | 52 %    |
| - Pojat                                                                                         | 41 %    | 43 %    | 53 %    |
| - Tytöt                                                                                         | 32 %    | 37 %    | 50 %    |
| Lukion 1-2 -luokkalaiset                                                                        | 39 %    | 43 %    | 50 %    |
| - Pojat                                                                                         | 47 %    | 48 %    | 55 %    |
| - Tytöt                                                                                         | 33 %    | 39 %    | 47 %    |
| Ammattiin opiskelevat 1-2 -luokkalaiset                                                         | 26 %    | 27 %    | 37 %    |
| - Pojat                                                                                         | 32 %    | 31 %    | 40 %    |
| - Tytöt                                                                                         | 19 %    | 21 %    | 33 %    |
| N                                                                                               | 191 278 | 180 280 | 118 419 |

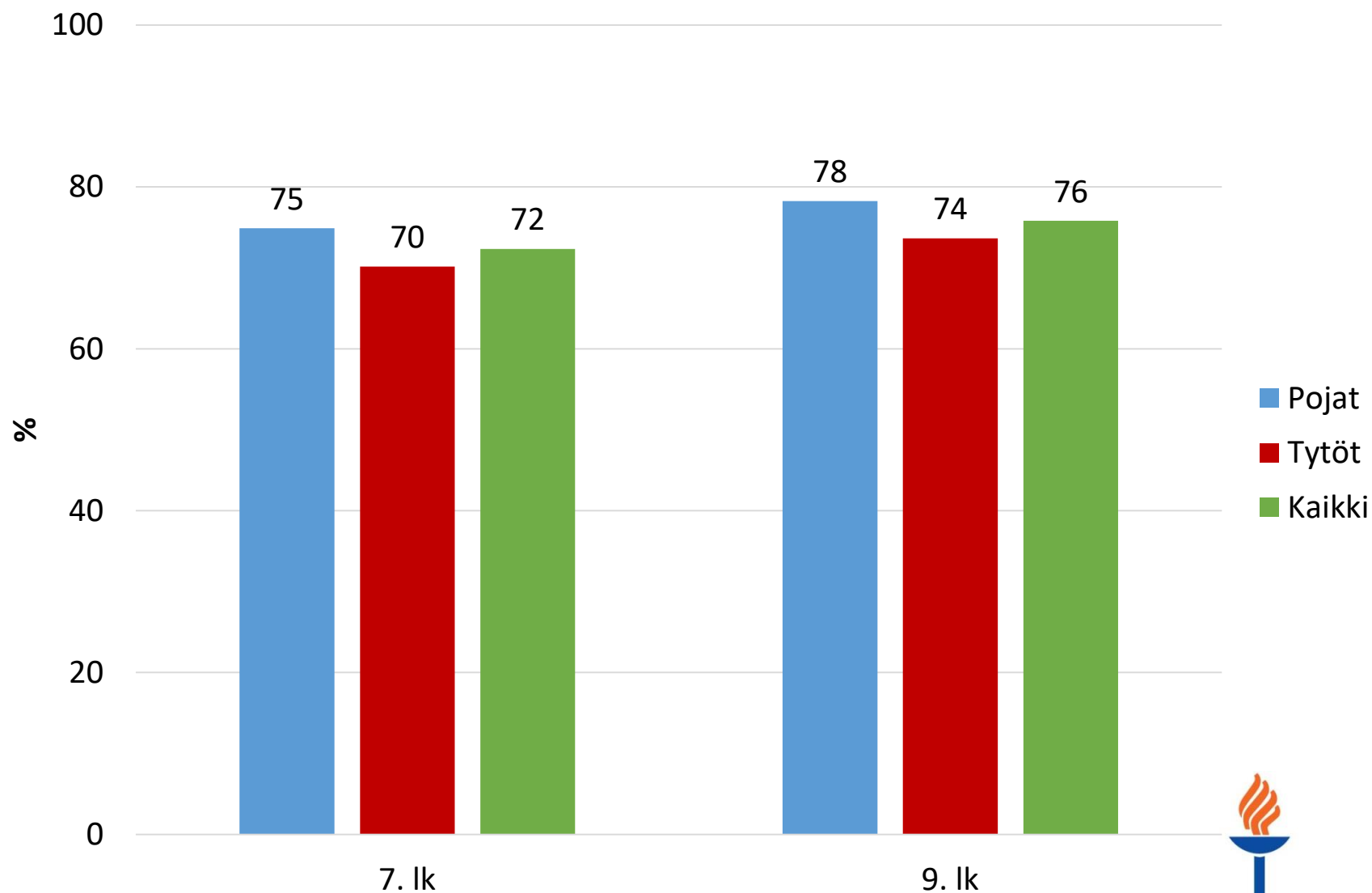


Niiden koululaisten osuudet, jotka viettivät välitunnit enimmäkseen tai aina ulkona (n = 7241) (%)



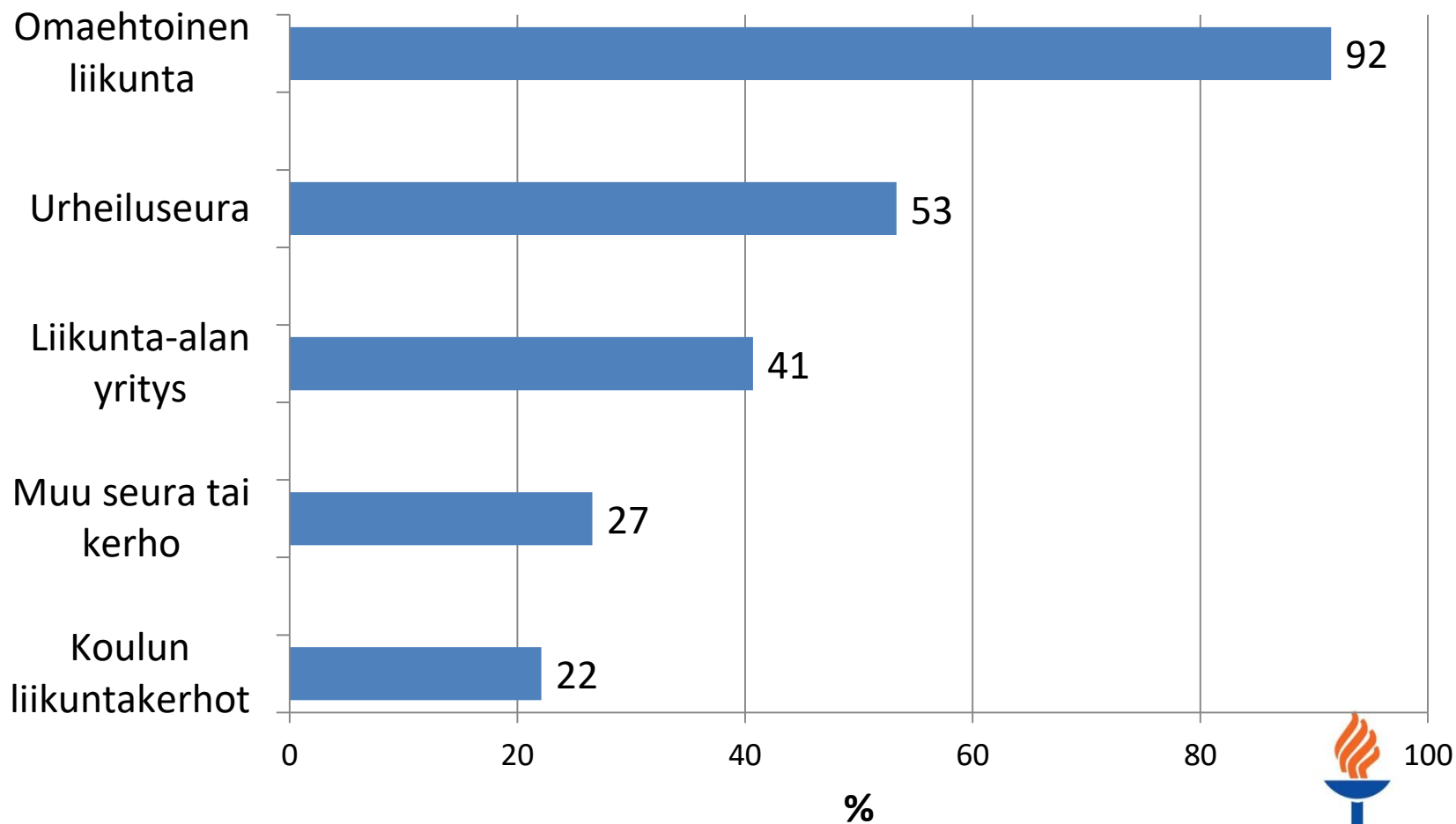
JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Niiden yläkoululaisten osuudet, jotka viettivät useimmat tai kaikki sisävalitunnit istuen (n = 2923) (%)



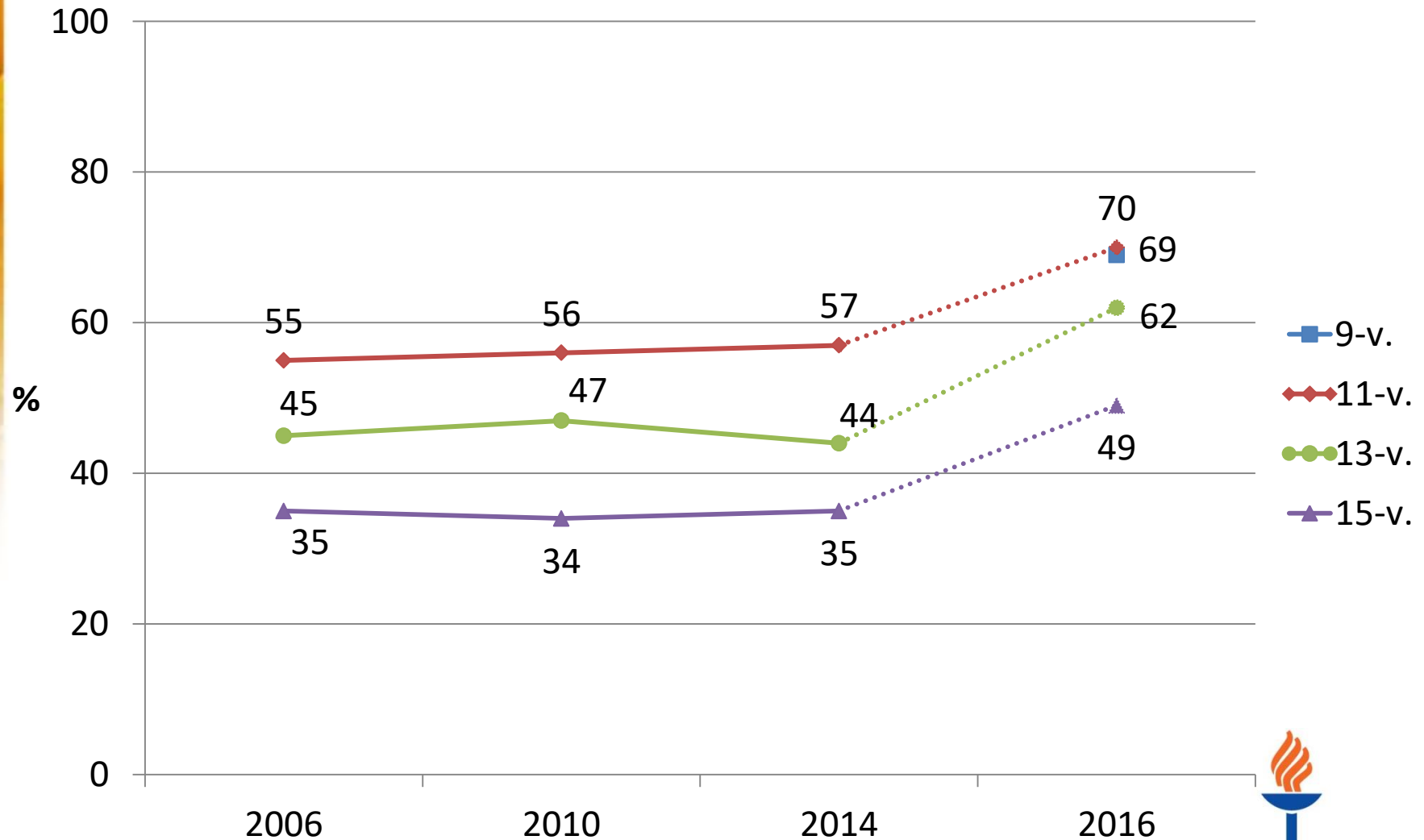
JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Vähintään kerran viikossa erilaisissa liikunta- ja urheilutilaisuuksissa liikkuvien lasten ja nuorten osuudet (%).



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

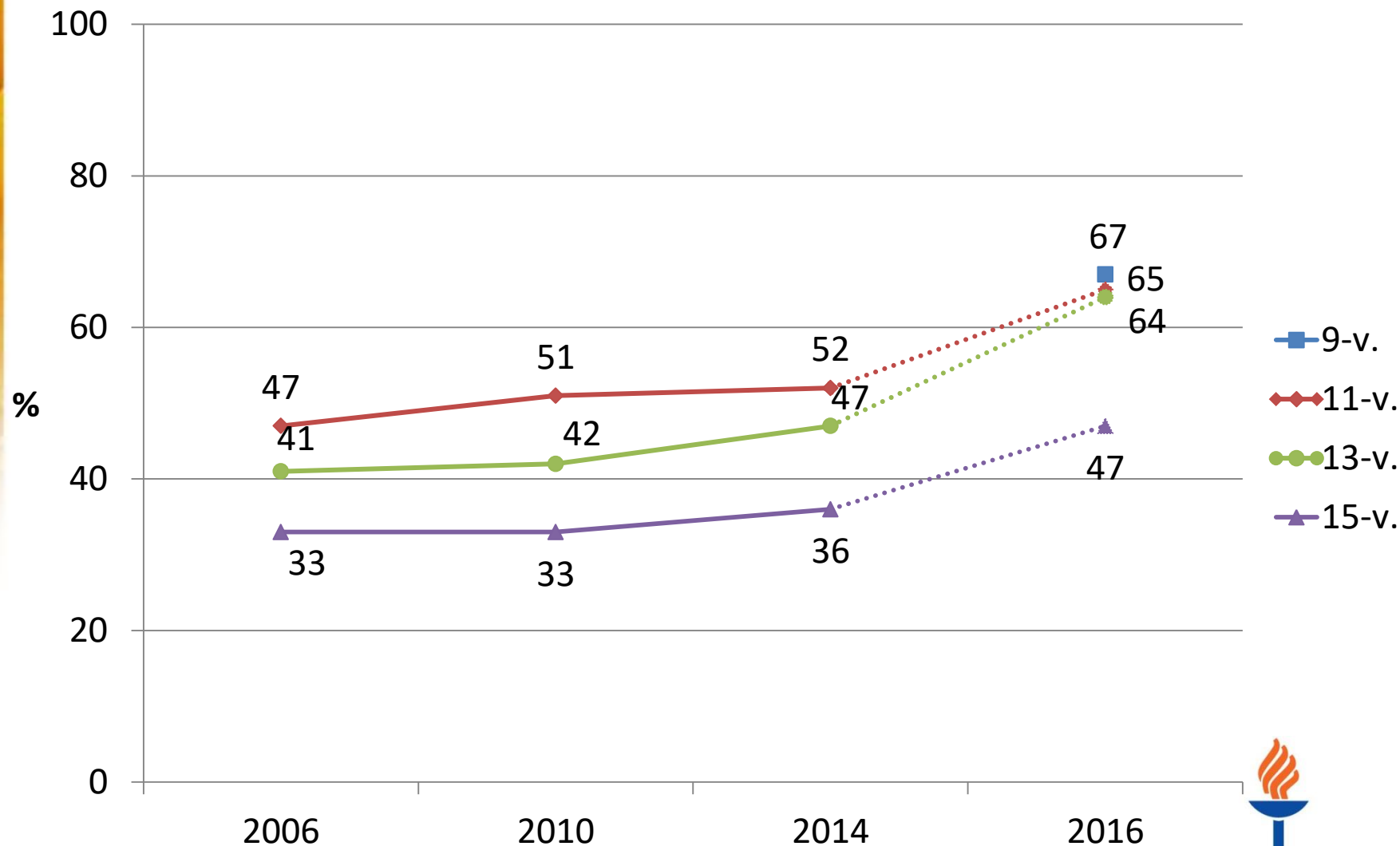
Urheiluseuratoimintaan osallistuvien **poikien** osuudet iän mukaan vuosina 2006, 2010, 2014 (WHO-koululaistutkimus) ja vuonna 2016 (LIITU) (%)  
\*hieman erilainen kysymys



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

Urheiluseuratoimintaan osallistuvien **tyttöjen** osuudet iän mukaan vuosina 2006, 2010, 2014 (WHO-koululaistutkimus) ja vuonna 2016 (LIITU) (%)

\*hieman erilainen kysymys

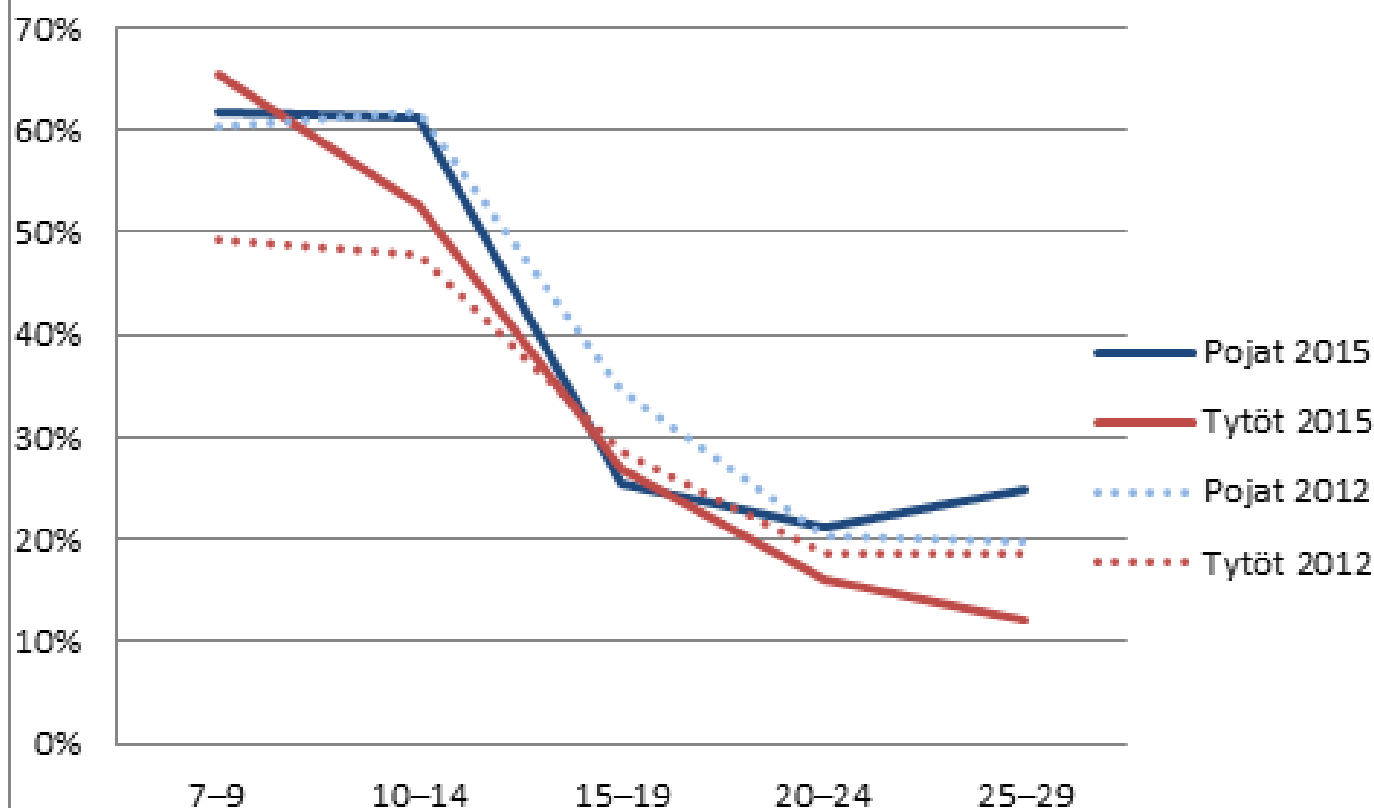


JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO  
*Statens idrottsråd*

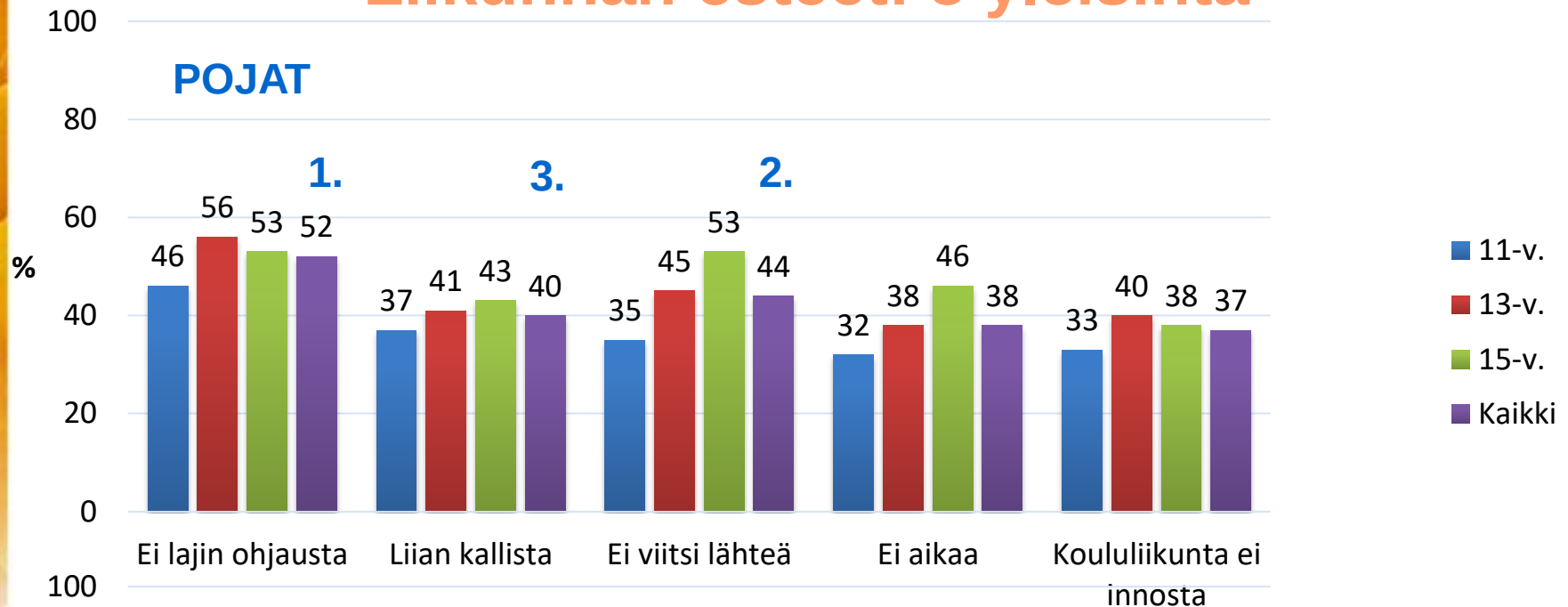
## "Harrastatko nykyisin liikuntaa urheilu- tai liikuntaseurassa?" Kyllä-vastausten %-osuus.



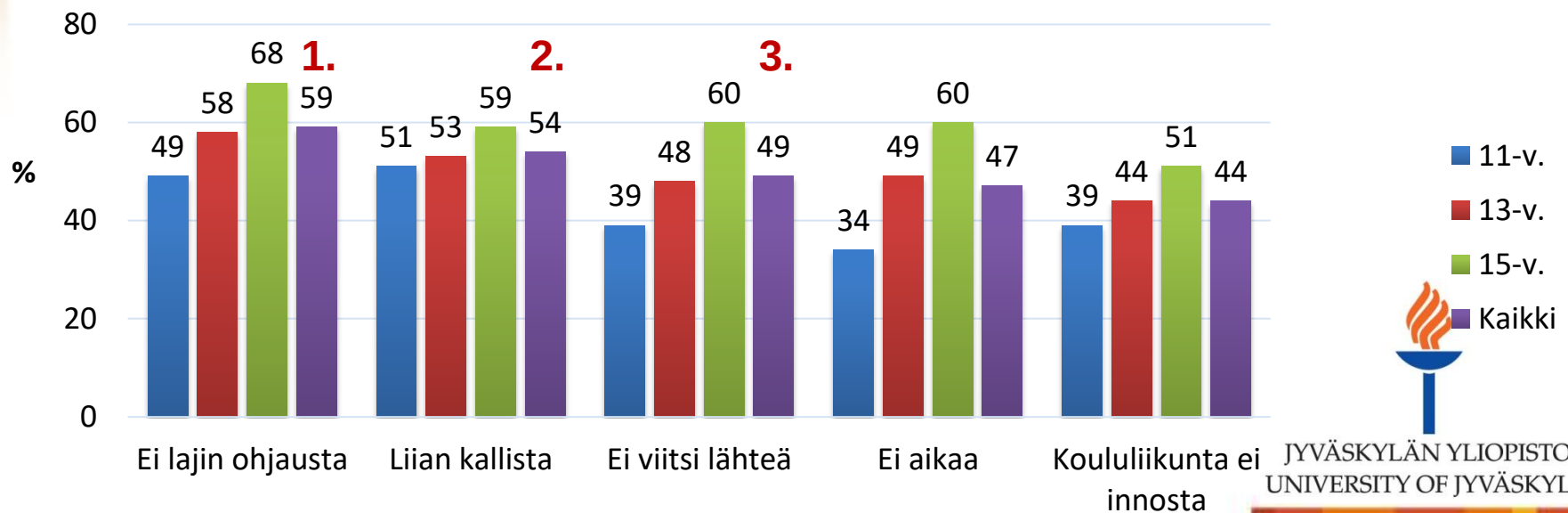
Huom! Vuoden 2012 tutkimuksessa 7-14-vuotiaiden haastatteluissa kysymys esitettiin lapsen

# Liikunnan esteet: 5 yleisintä

## POJAT



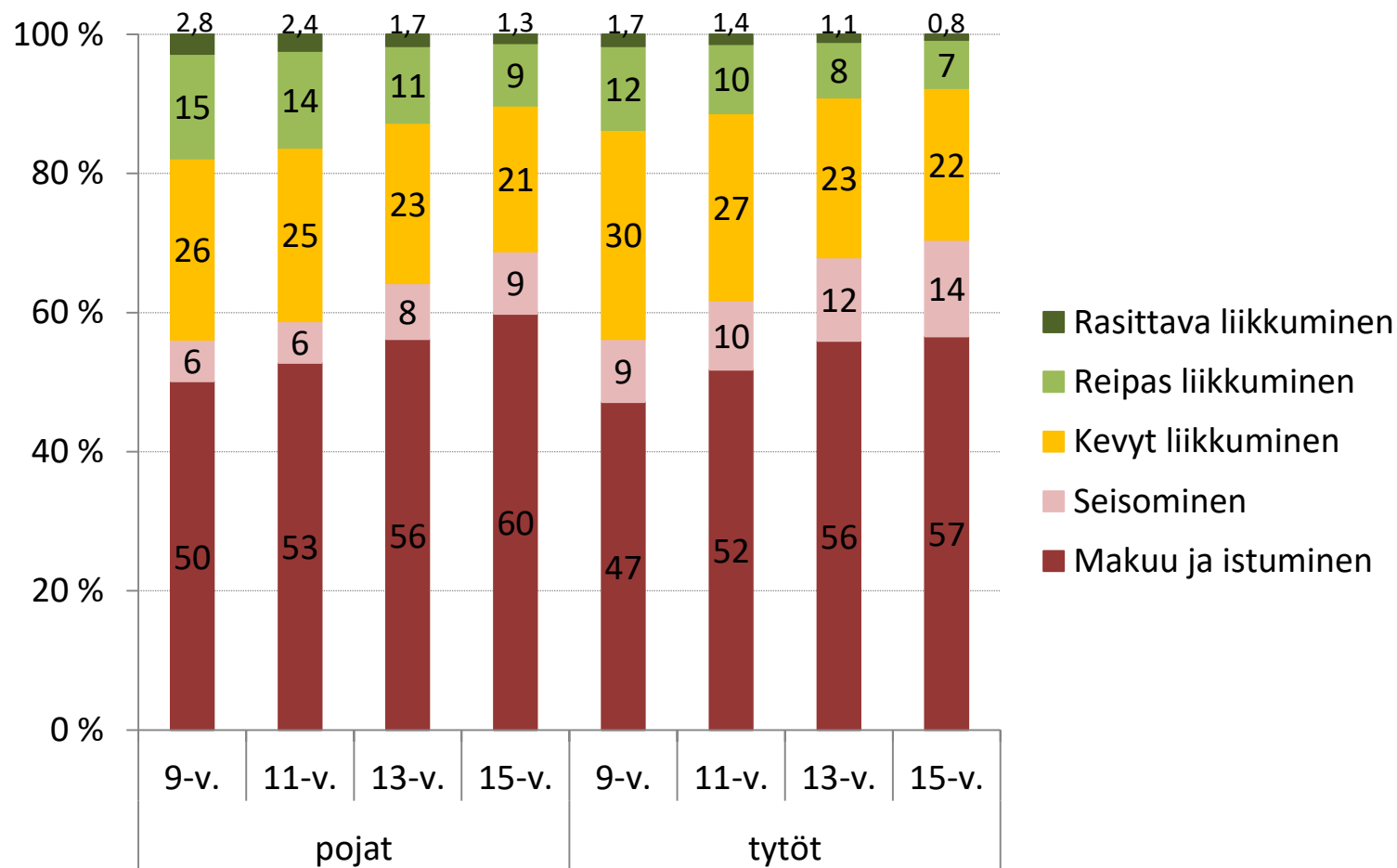
## TYTÖT



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO  
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

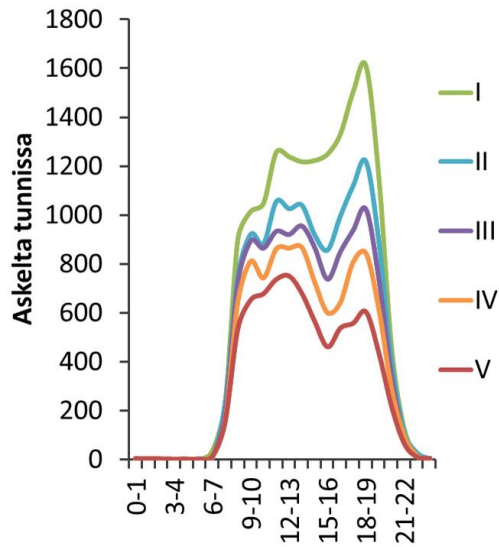


# Liikkumisen ja paikallaanolon osuudet (%) mittausajasta

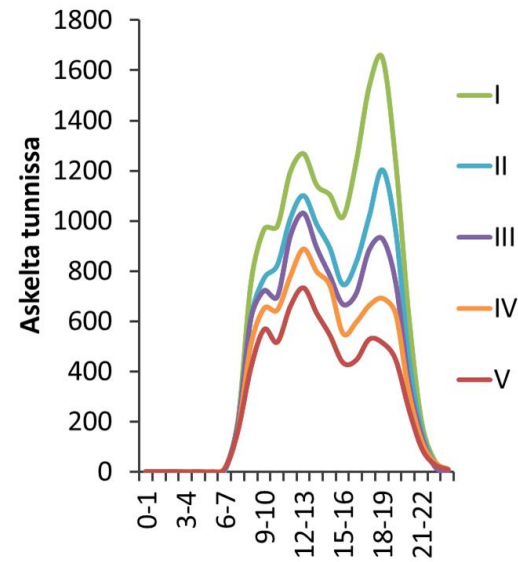


# Arjen askeleet tunneittain

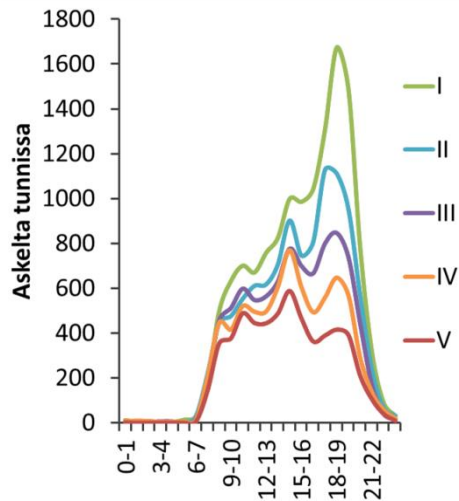
3 lk



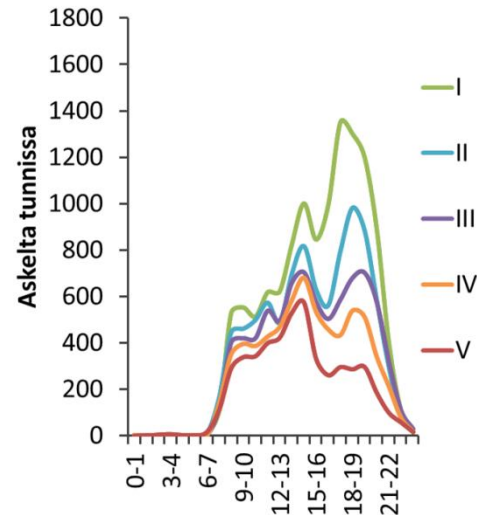
5 lk



7 lk

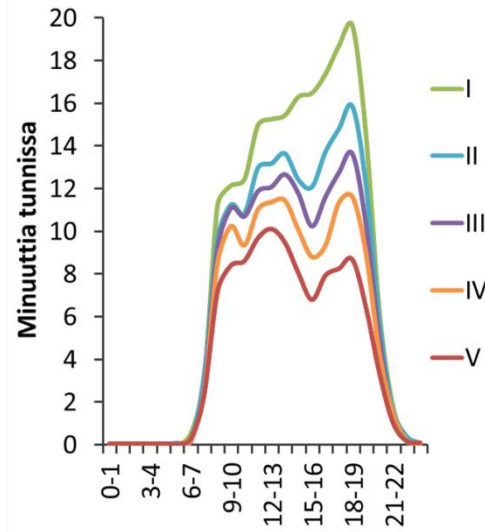


9 lk

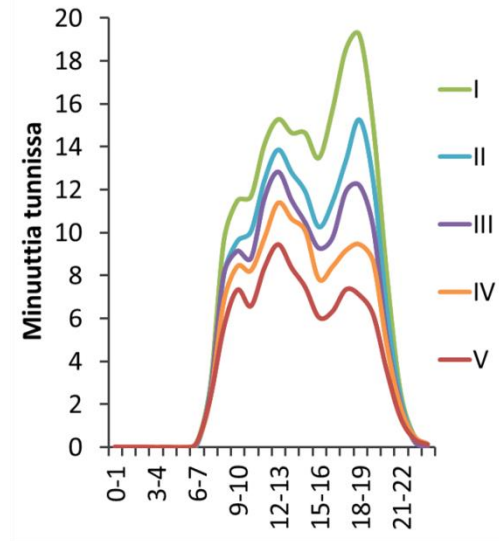


# Reipas ja rasittava liikkuminen arkena

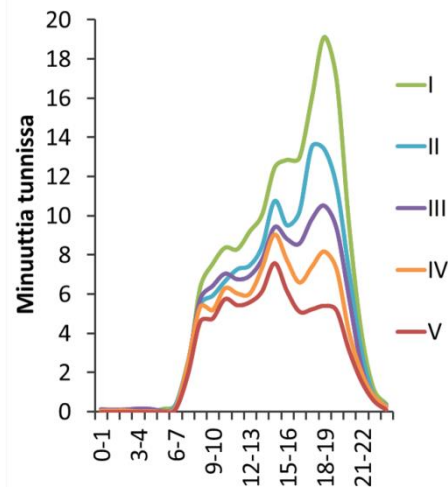
3 lk



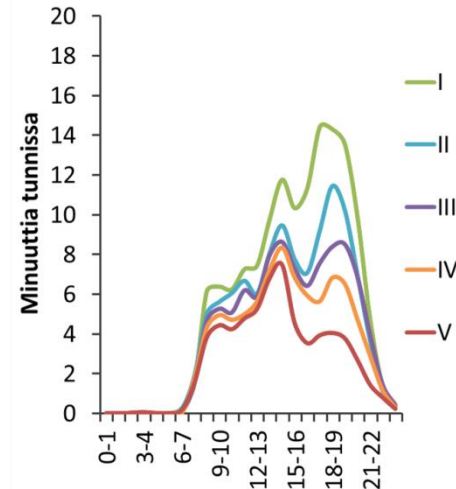
5 lk



7 lk

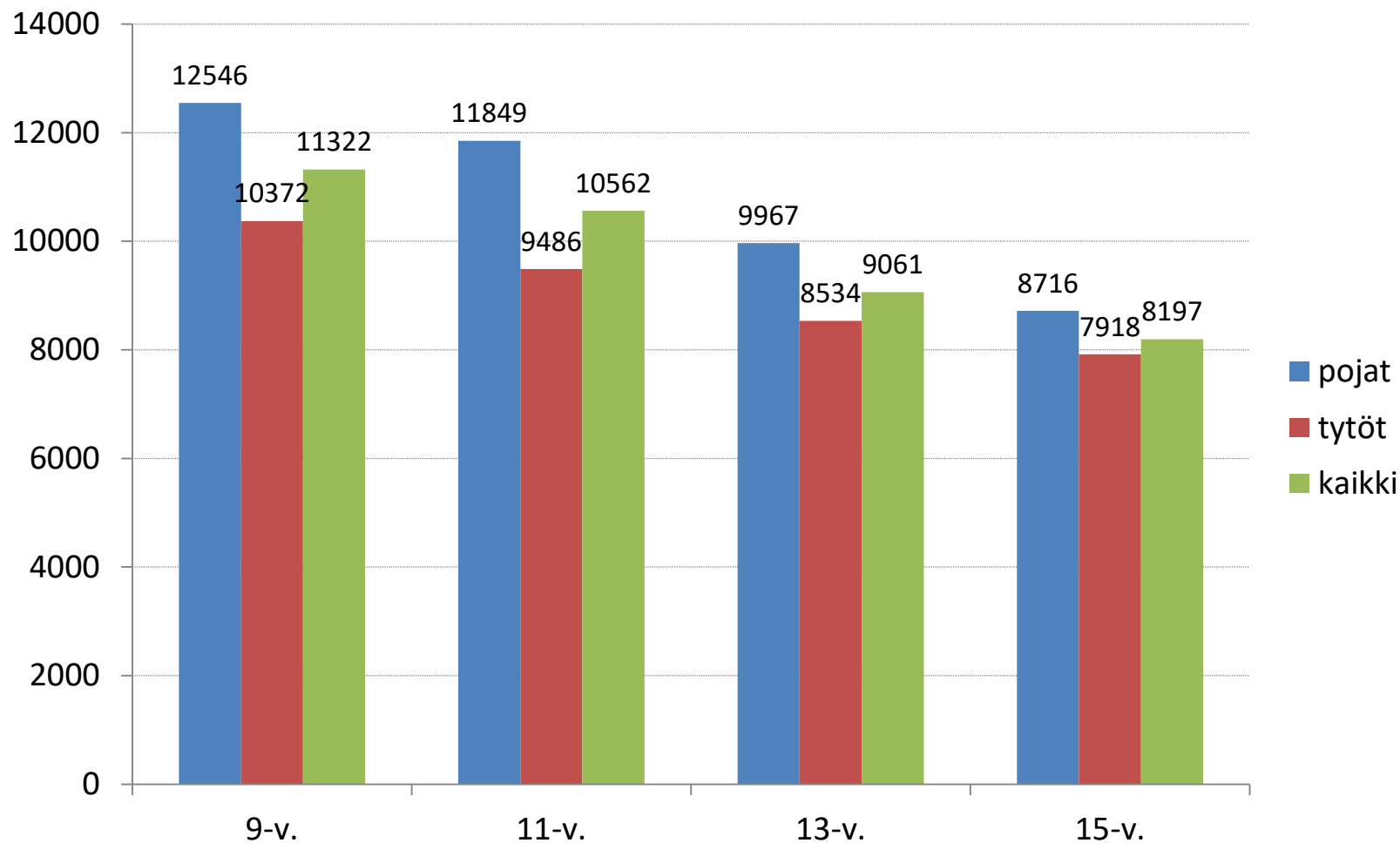


9 lk



# Askelten keskimääräinen lukumäärä päivässä

lukumäärä



# Move! - mikä ja miksi?

- ☐ Fyysisen toimintakyvyn mittaus-, seuranta- ja palautejärjestelmä
- ☐ Uuden opetussuunnitelman mukaisesti osa liikunnanopetusta
- ☐ Maailmanlaajuisesti harvinainen järjestelmä ollen kytköksissä laajoihin terveystarkastuksiin
  - ☐ Ennaltaehkäisevän terveydenhuollon rakenneosa
  - ☐ Koulujen toimintakulttuurin liikunnallistamisen tuki.



**Tärkeintä on oppilaasta välittäminen!**

Move! -tavaramerkin rekisteröinti / Patentti- ja rekisterihallitus 31.8.2012

Opetushallituksen diaari: 1/025/2012



Mittausosiot mittaavat  
oppilaan kestävyyttä,  
voimaa, nopeutta,  
liikkuvuutta, tasapainoa  
ja motorisia perustaitoja.

**Arjessa jaksaminen.**

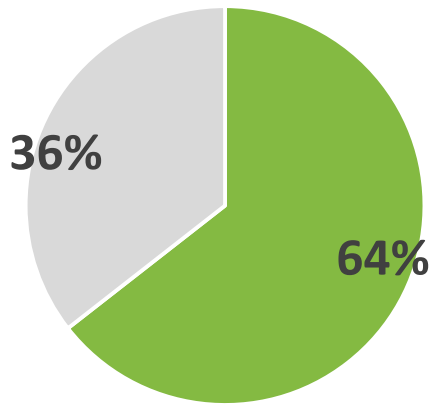
# Move! pähkinäkuoressa



*Move!*

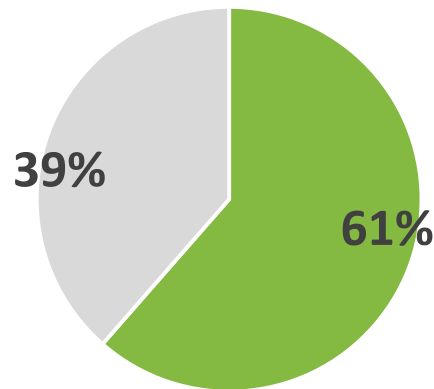
# Syötetyt tulokset 5.- luokkaiset

## Oppilaat



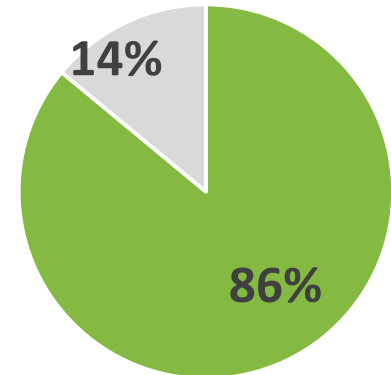
■ Vastannut  
■ Ei vastannut

## Koulut



■ Vastannut  
■ Ei vastannut

## Kunnat



■ Vastannut



Mittaukset  
myöhästyivät  
kouluissa

Koulua ei  
tavoitettu

Tulosten syöttö  
viivästyi

Tuloksia ei saatu syötettyä  
teknisistä syistä

Move! "tuli  
puskista"

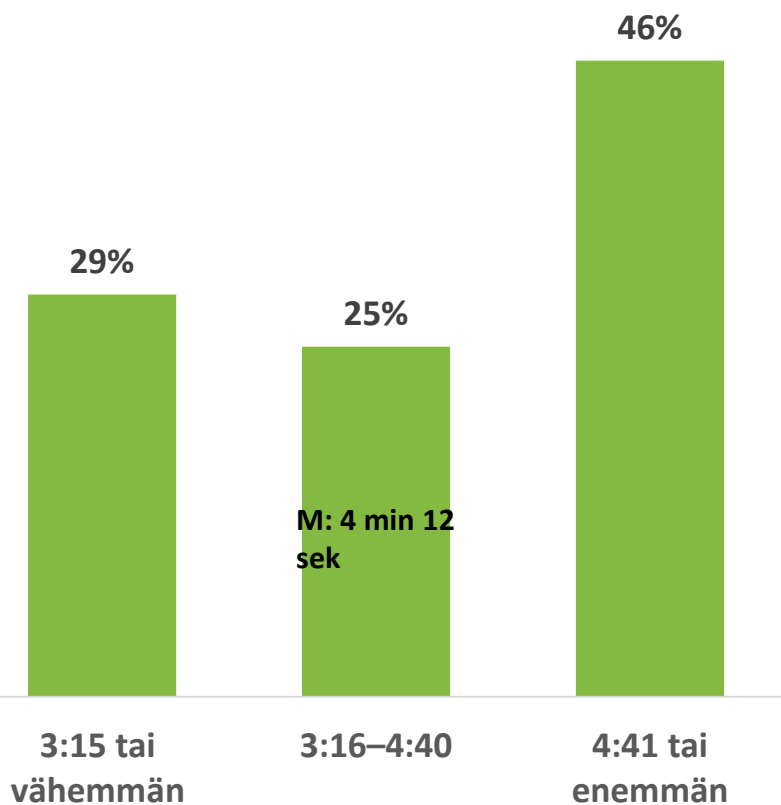
59 500

# 20 m viivajuoksun tulokset 5.luok

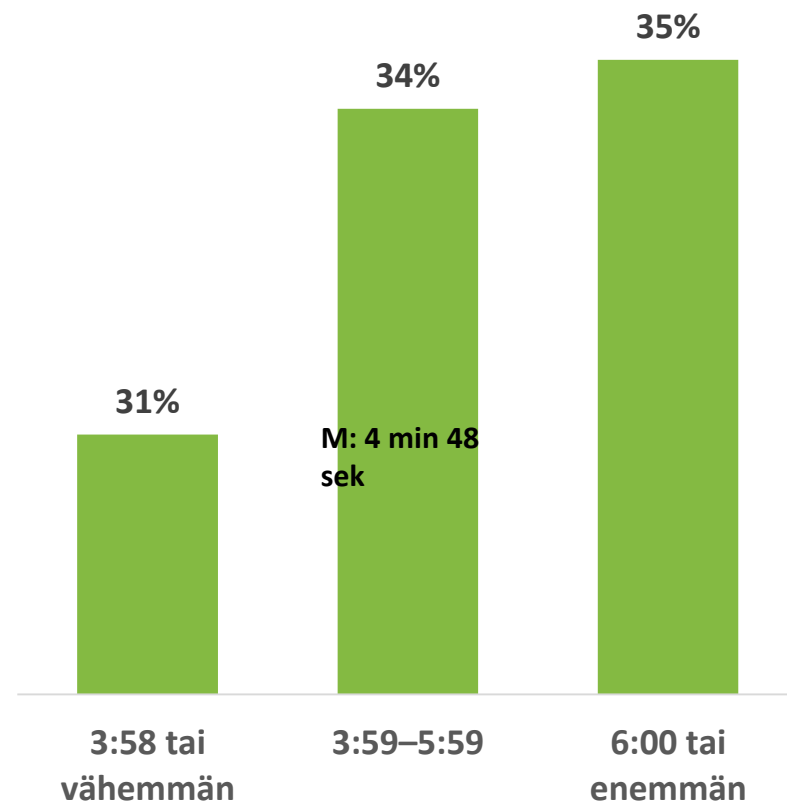
<https://www.youtube.com/watch?v=7yYE31svnNQ>



Tytöt



Pojat



# Etunojapunnerruksen tulokset 5.luokka (krt)

(mittaa yläraajojen voimaa ja kestävyyttä)

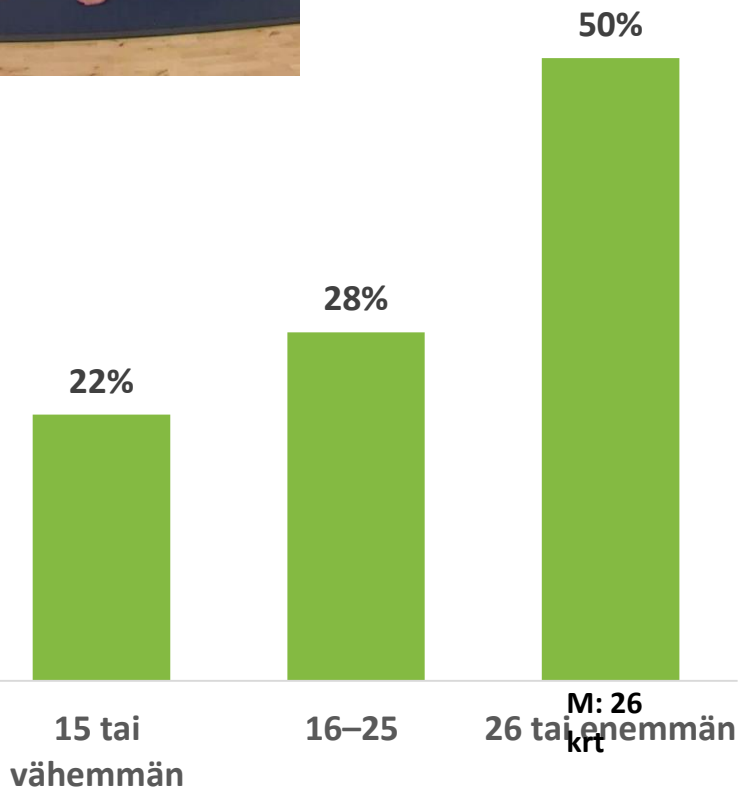
Tytöt: <https://www.youtube.com/watch?v=zxUWUwdEl3s>

[https://www.youtube.com/watch?v=HdBSa\\_2CWWk](https://www.youtube.com/watch?v=HdBSa_2CWWk)

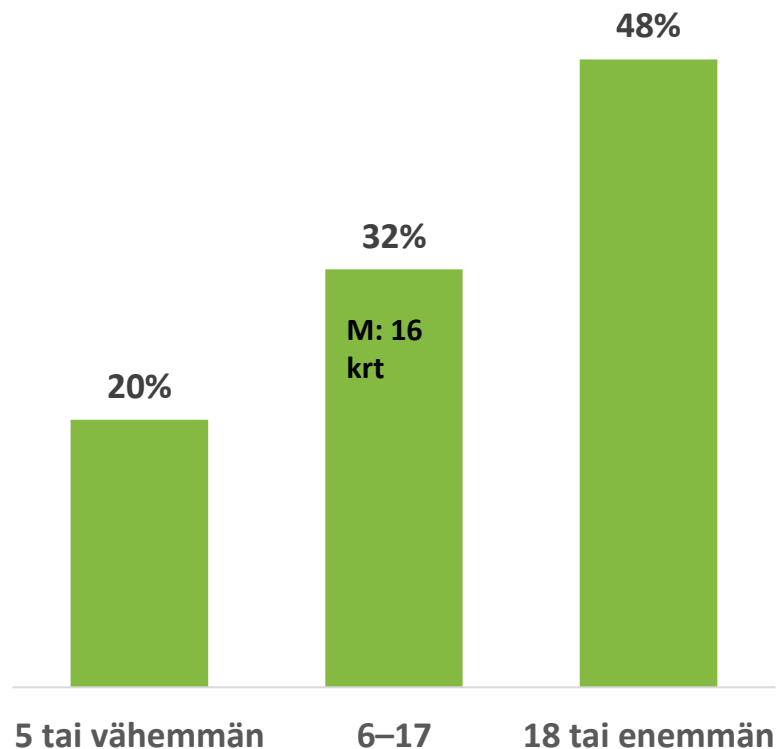
Pojat:



Tytöt

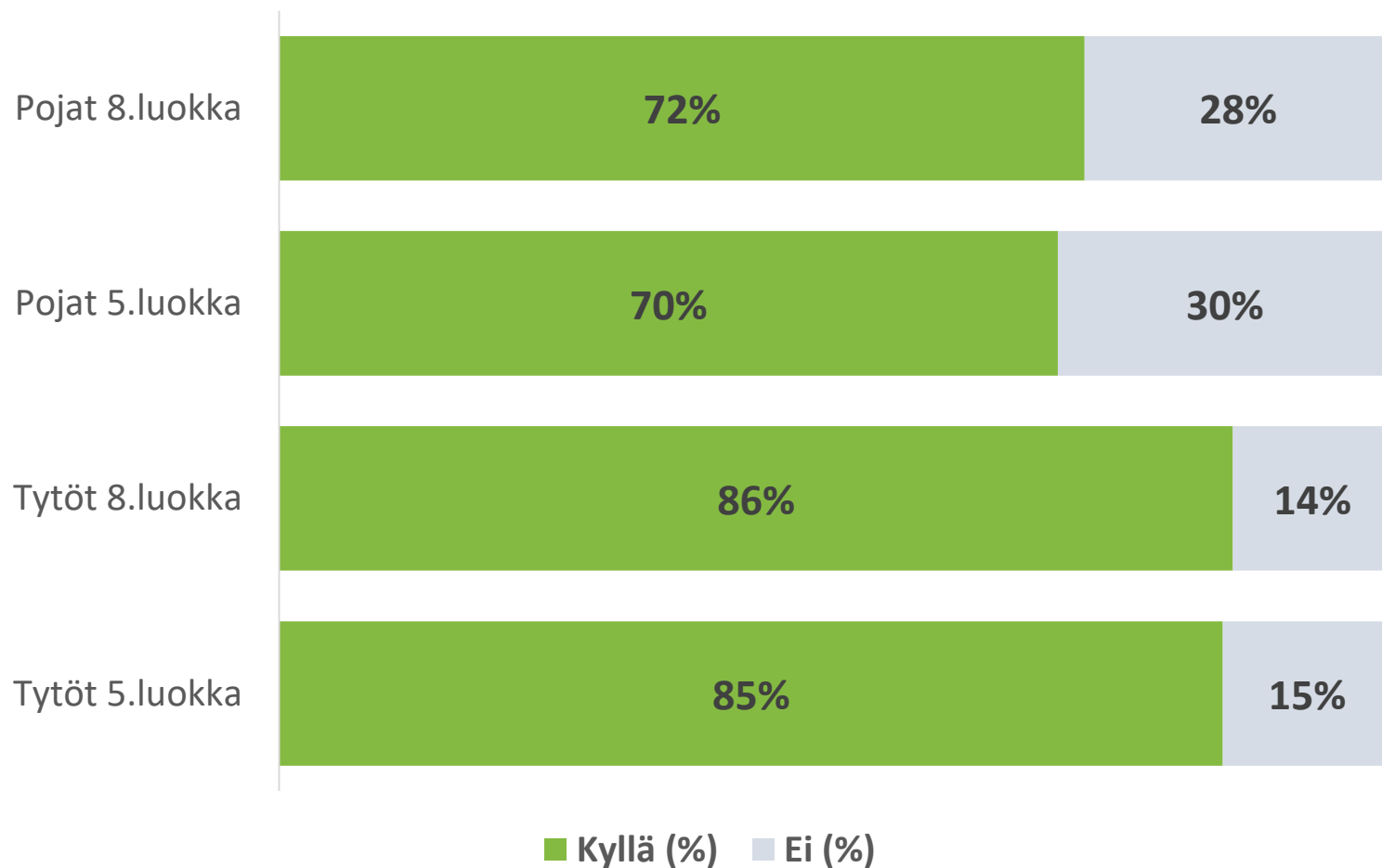


Pojat



# Kehonliikkuvuus

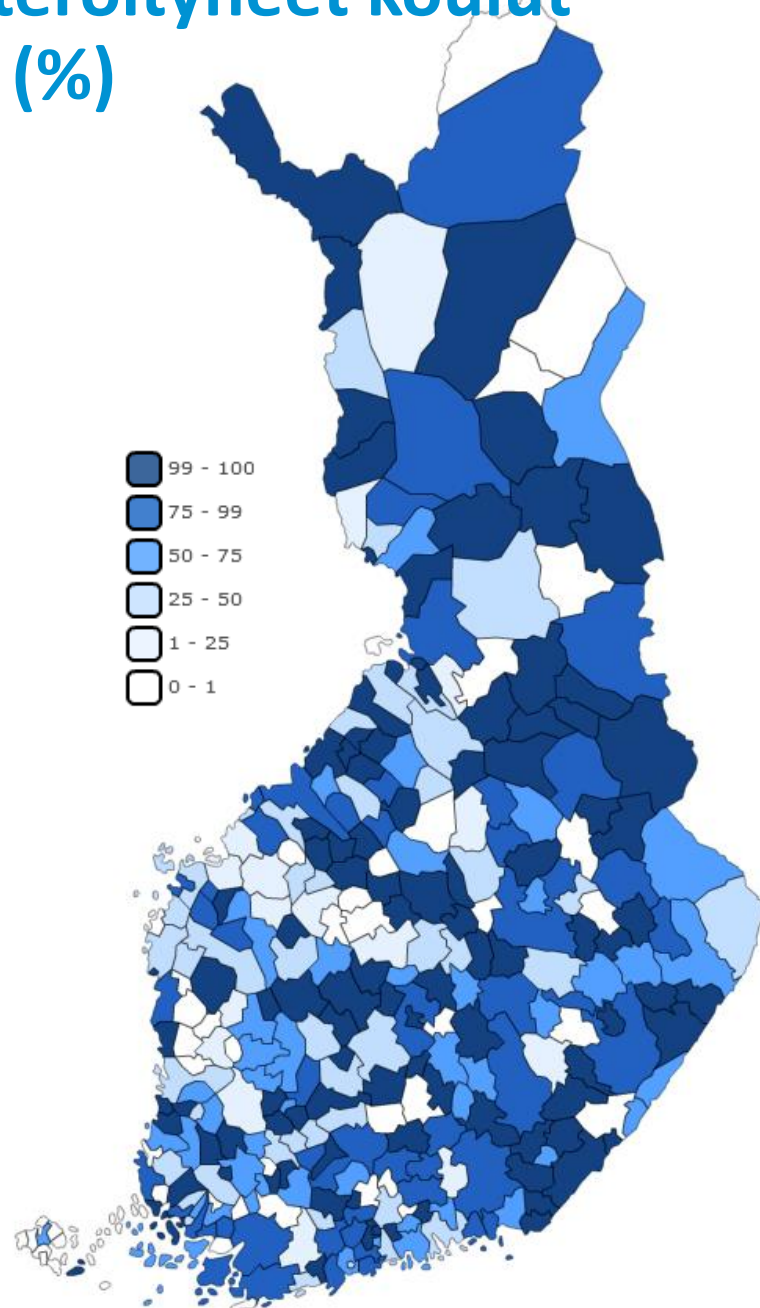
(olkapään liikkuvuus, vasen ylhäällä)



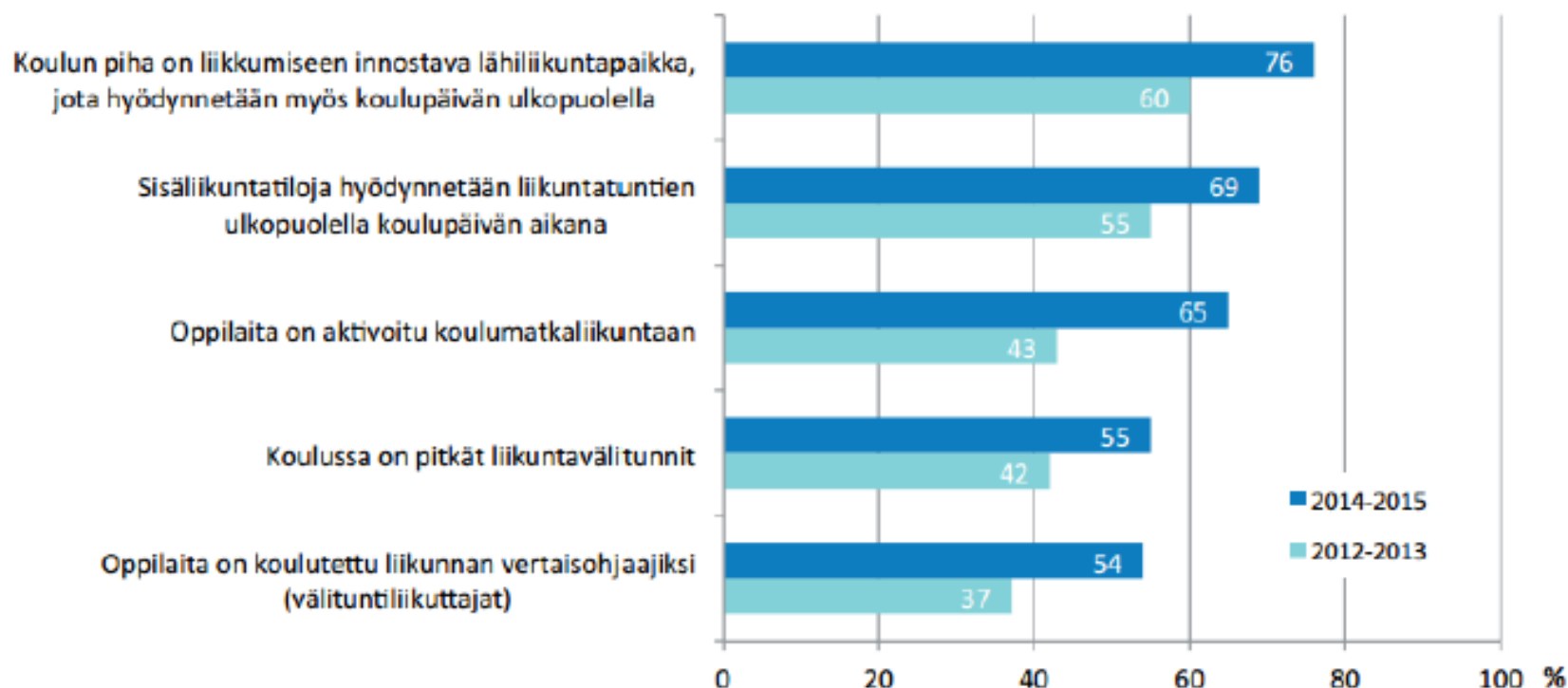
# Liikkuva koulu, Rekisteröityneet koulut kaikki kunnan koulut (%)



1763 koulua 261 kunnasta on  
rekisteröitynyt 24.10.2016  
mennessä



# Koulupäivän liikuntaa lisäävät toimenpiteet lukuvuosina 2012–2015, koulujen prosenttiosuudet



(n=1982-1994 peruskoulua)

(THL. Tilastokatsaus 2/2016)





Tietoa sekä toimenpiteistä että tuloksista tulee koko ajan lisää.

Seuraharrastamisen suosio kasvaa alle 14-vuotiaiden keskuudessa

Murrosikäisten liikunta-aktiivisuus on hälyttävällä tasolla.

Valtion ja kuntien resursointi lisääntynyt

Kokonaisaktiivisuus on täysin riittämätöntä.

Liikunnan asema kuntien strategiatyössä vahvistuu.

Liikunnan polarisaatio on jyrkkää.

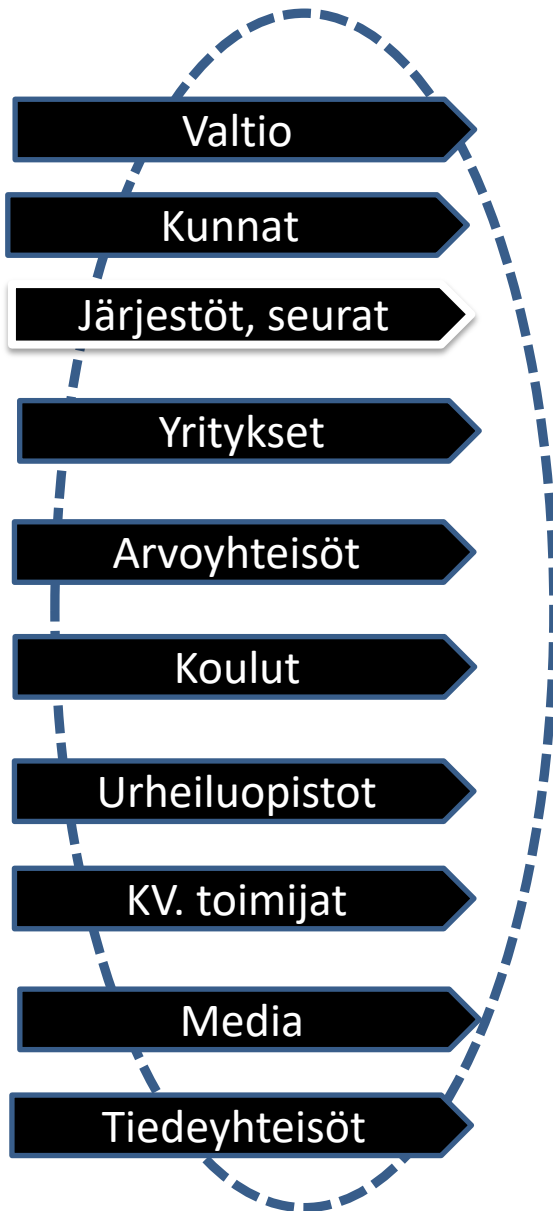
Liikunnan asema terveydenhuollon kentässä olematon

Liikkuva koulu -ohjema jalkautuu

Ylipaino ja motoriset ongelmat yleisiä



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO  
*Statens idrottsråd*



Harrastaminen  
omatoimisesti

Harrastaminen  
ohjatusti

Kilpaurheilu

Huippu-urheilu





## VAIKUTTAVUUSTIETO JA MALLINNUS





VALTION LIIKUNTANEUVOSTO  
*Statens idrottsråd*

Imatra

Kunnan  
kohdentamat  
määrärahat  
liikuntaan

Liikunta-  
paikkojen  
määrä

Liikkuvat  
koulut  
kunnassa (%  
kouluista)

TEA-VIISARI  
PISTEET

Imatralaisten  
lasten  
liikunnan  
määrä

Imatran  
koulujen  
Move!-  
tulokset

LINJOJA LIIKUNTAAN VUODESTA 1920



VALTION LIIKUNTANEUVOSTO

*Statens idrottsråd*

# KIITOS!

LINJOJA LIIKUNTAAN VUODESTA 1920