

Liikkuva koulu ALUESEMINAARI

1.11.2018 Imatran Kylpylä

OHJELMA

8.30	Aamukahvit (Liikuntasali)
9.00	Aamunavaus (Liikuntasali)
	Lasse Heiskanen EKLU ja koululiikunnanohjaajat
9.15	Koulumatkaliikunnan haasteet ja hyvät käytännöt Joonas Niemi, projektipäällikkö, Fiksusti kouluun
10.15	Oppitunti 1, työpajat
11.15	Ruokatunti (omakustanteinen)
12.15–13.15	Oppitunti 2, työpajat
13.15	Välitunti
13.30–14.30	Oppitunti 3, työpajat Kotimatka



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö



Ajankohtaista ja tulevaa

- ▶ Nuorten liikuntaneuvonta koulussa –toimijatapaamiset
15.1. klo 9– 12 Imatran Kylpylä ja 11.4. klo 9–12 Lappeenranta
- ▶ Koululiikunnanohjaajat verkostotapaaminen
15.1. klo 13–15.30 Imatran Kylpylä
- ▶ Harrasteviikko 2019, info- ja ideointitapahtuma
11.4. klo 13 – 15, Lappeenranta.

- ▶ Liikunnalliset lautapelit 2 –koulutukset
7.2. Ruokolahti klo 10–12 ja Lappeenranta klo 14–16

- ▶ Liikunnallisen elämäntavan paikalliset avustukset haku
30.11. mennessä

Huom! Tämä haku ei sisällä koulupäivän liikunnallistamista.
Liikkuva opiskelu –hankkeille on lukuvuodelle 2019–2020 oma avustushaku alkuvuodesta 2019.

- ▶ Liikunnan aluejärjestöt liikkuvien koulujen tukena
- ▶ Henkilöstön hyvinvointimittaukset
- ▶ Videot
 - Lisää aktiivisuutta yläkouluun
 - Harrastaminen koulupäivän yhteydessä



Tuloskortti 2018 lasten ja nuorten liikunnasta

YHÄ USEAMPI LIIKKUU
VÄHINTÄÄN TUNNIN PÄIVÄSSÄ



Kuvio 1. Liikuntasuosituksen täyttävien 11-15-vuotiaiden osuudet vuosina 2002-2018 (WHO-Koululaistutkimus 2002-2014, LIITU 2016-2018).

- ▶ Suomessa myönteistä kehitystä 2000-luvulla
- ▶ 11-15-vuotiailla pojilla suosituksen täyttävien osuus on noussut 18 prosentista 35 prosenttiin ja tytöillä 12 prosentista 29 prosenttiin
- ▶ Vaikka Tulostkortissa onkin positiivisia signaaleja, on muistettava, että kokonaisaktiivisuus on Suomessakin yhä heikolla tasolla
- ▶ Vähiten liikkuvilla lapsilla ja nuorilla koulu- ja opiskelupäivän aikana tapahtuva liikkuminen on erittäin merkityksellistä, lähes puolet päivän aktiivisuudesta

▶ [Tutustu Tulostkorttiin](#)

LASTEN JA NUORTEN LIIKUNNAN OSA-ALUEET



Kuvio 2. Fyysinen kokonaisaktiivisuus koostuu monista eri osa-alueista, ja siihen vaikuttavat koulu, perhe ja kaverit sekä kunta- ja valtakunnan tason toimenpiteet. (Lähde: Tulostkortti 2018)

Liikuntapoliittinen selonteko

- ▶ Valtioneuvosto on hyväksynyt eduskunnalle annettavan liikuntapoliittisen selonteon. Selonteko kattaa mm. linjaukset liikunnan lisäämisestä elämän eri vaiheissa, liikuntapaikkarakentamisesta, liikunnan kansalaistoiminnasta ja huippu-urheilusta. Päämääränä on lisätä merkittävästi ihmisten fyysistä aktiivisuutta. Jyväskylän yliopisto on tuottanut selonteon tausta-aineistoksi kattavan tutkimuskatsauksen.
- ▶ [Opetusministeriön artikkeli aiheesta](#)
- ▶ [Koko selonteko](#)

#liikuntaselonteko toimenpide-ehdotukset

1. Lisää liikuntaa elämän kaikkiin vaiheisiin
2. Koululiikunnan asteittainen lisääminen 2020-luvulla
3. Liikkuva varhaiskasvatus ja Liikkuva opiskelu -ohjelmat lasten ja nuorten liikunnan lisäämiseksi
4. Harrastuspassin käyttöönotto kunnissa
5. Liikuntahankkeet ikäihmisten koti- ja laitospalveluihin sekä varusmiesten kunnon parantamiseksi
6. Kuntien laadittava liikuntaolosuhteiden nykytilan analyysi, jossa otetaan huomioon myös kävely- ja pyörätieverkoston kehittäminen sekä luontoliikunta
7. Panostuksia liikuntapaikkarakentamiseen
8. Liikuntaneuvonta vahvemmin osaksi työterveyshuoltoa
9. Työmatkaliikunnan edistäminen
10. Valtionavustusjärjestelmän digitalisoinnilla mahdollistetaan pitkäjänteinen kehittäminen, seuranta ja arviointi
11. Huippu-urheilurahoituksen lisätukea suunnattava erityisesti urheilijan uralle valmistavaan nuoruvaiheeseen
12. Valtio varautuu omalta osaltaan olympiarahaston perustamiseen
13. Huippu-urheilun johtaminen keskitetään Olympiakomitean huippu-urheiluyksikköön
14. Liikuntaan lisätään asteittain budjettirahoitusta 2020-luvulla
15. Liikkumisvaikutusten arviointi osaksi kaikkea suunnittelua ja päätöksentekoa

Selonteon toimenpide-ehdotuksia

- ▶ On kehitettävä toimintamalleja, jotka turvaavat kaikille harrastamismahdollisuudet toimintakyvystä, sosiaalisesta taustasta tai varallisuudesta riippumatta
- ▶ Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelma vuosille 2020–2022. Ohjelman toteuttaminen edellyttäisi 4 miljoonan euron vuotuista rahoitusta 3 vuoden ajan
- ▶ Koululiikunnan asteittainen lisääminen 2020-luvulla
- ▶ Liikkuva koulu -ohjelman jatkuminen kuntien toimenpitein
- ▶ Toisella asteella Liikkuva opiskelu ohjelma 2019–2021. Jos ohjelma toteutetaan kolmivuotisena, on kokonaiskustannus noin 8 miljoonaa euroa
- ▶ Korkeakouluissa Liikkuva opiskelu -ohjelma 2022–2024, 3–4 milj. euroa.

”Koululiikunnan kehittämisessä avainasia on sen **mielekkyys**. Myös **välituntiliikuntaa** tulee kehittää ja lisätä.

Koululaisen liikunnallisesti aktiivista päivää voidaan jatkaa koulun yhteydessä myös koulupäivän jälkeen **lisäämällä erilaista harrastus- ja kerhotoimintaa**.

Koulujen ja oppilaitosten **tilojen vapaa-ajan käyttöastetta on nostettava** huomattavasti. Kuntien on luotava joustavia käytäntöjä ja varausmahdollisuuksia esimerkiksi digitalisaatiota hyödyntäen.

Alakouluikäisten **seuratoimintaa** voi myös sijoittaa **koulupäivän välittömään yhteyteen** ja koulun läheisyyteen.

Yläluokilla on mahdollistettava **urheilukoulutoiminta** ja jokaisessa koulussa tulisi olla **liikuntakerhotoimintaa**. ”

Selonteon toimenpide-ehdotuksia

- ▶ Liikuntaneuvonta kiinteäksi osaksi työterveyshuoltoa.
- ▶ Työmatkaliikunnan edistäminen.
- ▶ Työyhteisöliikunnan lisääminen yhteistyössä henkilöstön kanssa
- ▶ Sote- ja maakuntauudistuksen yhteydessä varmistetaan saumattoman **liikuntaneuvonnan palveluketjun** syntyminen kunnan, maakunnan ja eri palveluntarjoajien välillä
- ▶ Kunnat vastaavat jatkossakin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä liikunnan keinoin
- ▶ Jokaisen kunnan tulee laatia **liikuntaolosuhteiden nykytilan analyysi**, jossa otetaan huomioon myös kävely- ja pyörätieverkoston kehittäminen sekä luontoliikunnan mahdollisuudet
- ▶ Seuratoiminnan kehittämistuki kohdistetaan matalan harrastuskynnyksen toimintaan
- ▶ Harrastuspassin käyttöönotto kunnissa

”Kuntien käyttöön on kehitteillä **harrastuspassi**, joka omalta osaltaan luo alustan kuntien harrastamisen mahdollisuuksia edistävälle toimenpiteille.

Harrastuspassin kohderyhmänä ovat **peruskoululaiset**, joille kunnat voivat passin kautta tarjota monipuolisia harrastusmahdollisuuksia. Aivan erityisesti kuntien tulisi panostaa kaikille mahdollisen matalan harrastuskynnyksen liikuntaan.

Opetus- ja kulttuuriministeriö edistää harrastustakuun toteutumista siten, että jokaisella lapsella ja nuorella olisi vähintään yksi harrastus.”

Lasten ja nuorten liikuntaindikaattorit

- ▶ <https://minedu.fi/liikuntaindikaattorit>
- ▶ Lasten ja nuorten liikunnan tietokantaan on koottu keskeiset indikaattorit kouluikäisten lasten ja nuorten liikunnasta, liikunnan edistämisestä ja fyysisestä toimintakyvystä.
- ▶ Tietokantatyökalua voidaan hyödyntää liikunnan, terveyden ja hyvinvoinnin seurannassa ja edistämisessä, esimerkiksi kuntien hyvinvointikertomuksissa ja Liikkuva koulu –toimenpiteiden seurannassa.
- ▶ Tietokantaan on koottu ja yhdistetty tietoa seuraavista aineistoista:
 - Kouluterveyskysely, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)
 - TEAviisari, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)
 - LIITU-tutkimus, Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa –tutkimus, Jyväskylän yliopisto ja UKK-instituutti
 - Move!-mittaukset, valtion liikuntaneuvosto ja Opetushallitus
 - Liikkuva koulu –ohjelman seuranta ja tutkimus: rekisteri, nykytilan arviointi ja henkilökuntakysely, LIKES-tutkimuskeskus
 - Tiedot ovat tarkasteltavissa kuntakohtaisesti, maakuntakohtaisesti ja valtakunnallisesti.



Toiminnallisten opetusmenetelmien kehittäminen, istumisen vähentäminen ja oppilaiden osallisuus

Kunta

Kaikki

Maakunta

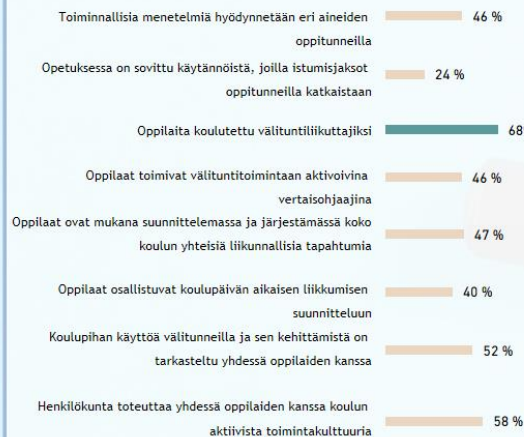
Kaikki

Oppilaat

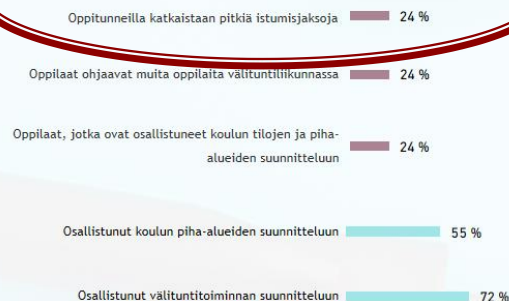
Vuosiluokat 3-6

Huomaa, että kaikkia tietoja ei välttämättä ole saatavilla valituille suodattimille. LIITU-tulokset ja Liikkuvan koulun henkilökuntakyselyn tulokset ovat valtakunnalliset.

Edellytysten luominen



Oppilaiden kokemus



Tietoa kouluilta

TEAvisiariin vastanneita kouluja 2017

2034

Nykytilan arviointiin vastanneita kouluja

1654

alakouluja

1143

yhtenäiskouluja

295

yläkouluja

217



Tietoa oppilailta

Kouluterveyskyselyyn osallistuneita 2017

169405

alakoulun oppilaita

95725

yläkouluun oppilaita

73680

LIITU-kyselyyn osallistuneita 2016

10500



Toiminnallisten opetusmenetelmien kehittäminen, istumisen vähentäminen ja oppilaiden osallisuus

Kunta

Kaikki

Maakunta

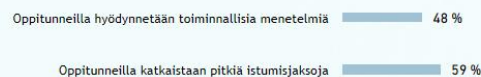
Kaikki

Oppilaat

Vuosiluokat 7-9

Huomaa, että kaikkia tietoja ei välttämättä ole saatavilla valituille suodattimille. LIITU-tulokset ja Liikkuvan koulun henkilökuntakyselyn tulokset ovat valtakunnalliset.

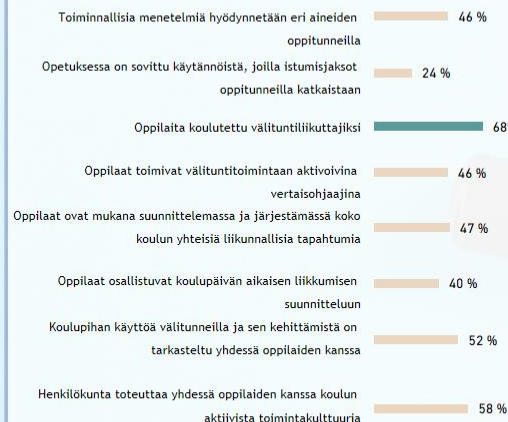
Opettajien toiminta



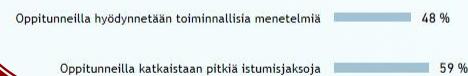
Osallistunut

Hyvä

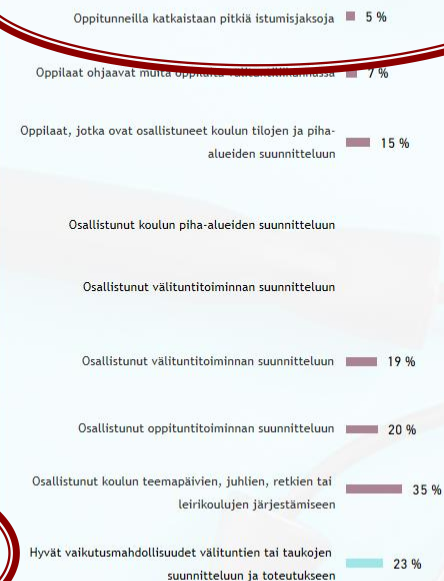
Edellytysten luominen



Opettajien toiminta



Oppilaiden kokemus



Henkilökunnan vs. oppilaiden kokemus samasta asiasta



Koulupihat, koulumatkaliikunta ja kerhotoiminta

Kunta

Kaikki

Maakunta

Kaikki

Oppilaat

Vuosiluokat 7-9

Huomaa, että kaikkia tietoja ei välttämättä ole saatavilla valituille suodattimille. LIITU-tulokset ovat valtakunnalliset.

Edellytysten luominen

Koulupihat

Koulun pihaa kehitetty innostavaksi lähiliikuntapaikaksi 81 %

Pihan virikkeellisyyttä on lisätty koulun omilla toimilla 49 %

Koulumatkat

Oppilaiden aktivointi koulumatkaliikuntaan 70 %

Koululla on toimivat polkupyörien ja kypärien säilytysmahdollisuudet 64 %

Kerhotoiminta

Koulu tekee yhteistyötä paikallisten järjestöjen kanssa kerhotoiminnan toteuttamisessa 42 %

Oppilaiden kokemus

Koulupihat

Koulun pihalla on pelialue ja riittävästi muita liikunnallisia toimintapaikkoja 36 %

Koulun pihalla on pihamaalauksia 16 %

Koulumatkat

Koulussa kannustetaan oppilaita liikkumaan koulumatkat kävellen tai pyöräillen 7 %

Koululla on toimivat polkupyörien ja kypärien säilytysmahdollisuudet 33 %

Kulkee alle viiden km koulumatkan kävellen tai pyöräillen 53 %

Kävelee tai pyöräilee koulumatkoilla vähintään 10 min päivässä 28 %

Kerhotoiminta

Osallistuu koulun järjestämiin liikuntakerhoihin 16 %

Seminaarin jälkeen

- ▶ Seminaarin materiaalit kerätään EKLUn sivuille, saat linkin sähköpostiisi
- ▶ Seminaarin palautelomakkeen saat myös sähköpostiisi, vastaathan!

Antoisaa seminaaria!



Etelä-Karjalan Liikkuvat koulut