

Liikkuva koulu –ajankohtaiset terveiset

9.9.2025 Kymenlaakson Liikkuva koulu ja harrastamisen verkosto

Kirsi Naukkarinen, johtava asiantuntija, Liikkuva koulu, Opetushallitus

kirsi.naukkarinen@oph.fi, 040-3487884



OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSSTYRELSEN

Likes
by jamk

Lisätään perusopetuslakiin liikunnallisen elämäntavan edistäminen



Liikunnallinen elämäntapa

- [Suomi liikkeelle -ohjelmassa](#) väestön liikkumista edistetään ilmiölähtöisesti eri ministeriöiden hallinnonalojen toimenpiteillä. Toimenpiteet liittyvät esimerkiksi liikunnallisen toimintakulttuurin, liikuntaneuvonnan, liikkumisen olosuhteiden ja osaamisen kehittämiseen.
- Pääministeri Petteri Orpon hallitus antoi 30.12.2024 eduskunnalle esityksen perusopetuslain muutoksesta, jossa § 2 Opetuksen tavoitteet -kohtaan lisätään kirjaus: **Esi- ja perusopetuksen tulee lisäksi edistää liikunnallista elämäntapaa.**



Perusopetuslaki muuttuu: Esi- ja perusopetuksessa tulee edistää liikunnallista elämäntapaa



- Eduskunta hyväksyi **29.4.2025** lakimuutoksen, joka koskee puhelinten ja muiden mobiililaitteiden käyttöä perusopetuksen oppitunneilla. Samassa yhteydessä Eduskunnassa hyväksyttiin hallituksen ehdotus, että liikunnallinen elämäntapa lisätään osaksi esi- ja perusopetuksen tavoitteita.
- Perusopetuslakiin (2 pykälä, 2 momentti) lisätään **1.8.2026** alkaen voimaan astuva säännös, jonka mukaan esi- ja perusopetuksessa tulee lisäksi edistää liikunnallista elämäntapaa.
- Liikunnallisen elämäntavan säännöksen tavoitteena on
 - edistää lasten ja nuorten liikkumista esiopetuksen ja perusopetuksen aikana
 - tukea ja parantaa lasten ja nuorten kokonaisvaltaista hyvinvointia
 - vahvistaa liikunnan merkitystä esiopetuksen ja peruskoulujen toimintakulttuurissa ja kokonaisvaltaisena elämäntaitona.



HE 212/2024 2 § Opetuksen tavoitteet:



Liikkuva koulu

Tässä laissa tarkoitetun opetuksen tavoitteena on tukea oppilaiden kasvua ihmisyyteen ja eettisesti vastuukykyiseen yhteiskunnan jäsenyyteen sekä antaa heille elämässä tarpeellisia tietoja ja taitoja. Lisäksi esiopetuksen tavoitteena on osana varhaiskasvatusta parantaa lasten oppimisedellytyksiä.

Opetuksen tulee edistää sivistystä ja tasa-arvoisuutta yhteiskunnassa, oppilaiden edellytyksiä osallistua koulutukseen ja muutoin kehittää itseään elämänsä aikana.

Esi- ja perusopetuksen tulee lisäksi edistää liikunnallista elämäntapaa.

Opetuksen tavoitteena on lisäksi turvata riittävä yhdenvertaisuus koulutuksessa koko maan alueella.

**Hallituksen esityksessä ei ole
kyse oppiainetasosta, vaan koko
perusopetuksen arjesta ja sen
toimintakulttuurista.**

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen velvoittavaksi elokuusta 2026 alkaen

OPH-uutinen 28.5.2025

[Perusopetuslaki muuttuu: Liikunnallisen elämäntavan edistäminen velvoittavaksi elokuusta 2026 alkaen | Opetushallitus](#)

- Opetushallituksessa aloitettu syksyllä 2025 esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden päivittäminen liikunnallisen elämäntavan osalta.
- Alustavan arvion mukaan määräys päivitetystä perusteista annetaan vuodenvaihteessa. Paikallisilla opetuksen järjestäjillä on noin puoli vuotta aikaa päivittää muutos paikallisiin opetussuunnitelmiinsa, jotta se saadaan käytäntöön 1.8.2026 alkaen.
- Paikallisille opetuksen järjestäjille tukea tulossa perustepäivityksen toimeenpanoon keväällä 2026. Hyödynnämme työssä olemassa olevia verkostoja ja toimintoja, kuten esimerkiksi Liikkuva koulu -toimintaa.





**"Kun hyvinvointi on keskiössä,
oppiminen löytää tilansa."**



**Millaisia mahdollisuuksia
uudistuva perusopetuslaki voi
tarjota oppilaiden
hyvinvoinnin, liikkumisen,
toimintakulttuurin ja
yhteistyön näkökulmasta?**

Mitä ajatuksia herää?



Organisointi ja toimintakulttuurin johtaminen

Koko kouluyhteisön sitoutuminen ja yhteinen ymmärrys liikumisen merkityksestä, tavoitteista ja toimenpiteistä.

- tavoitteiden, vastuiden ja toimenpiteiden kirjaaminen (opetussuunnitelma, lukuvuosisuunnitelma)
- toteutuksen seuraaminen, arviointi ja kehittäminen.



Oppimisen arki

Koulun arjen rytmi, jossa liikkuminen on luonnollinen osa oppimista. Se toteutuu pieninä tekoina, kuten tauottamisena ja toiminnallisina oppimistilantein

- istumisjaksojen katkaiseminen
- toiminnalliset opetusmenetelmät
- piha-aluetta ja lähiympäristöä hyödynnetään opetuksen tukena.
- tutoropettajuus, vertaisoppiminen



Rakenteet ja fyysinen ympäristö

Oppimisen rakenteiden ja ympäristöjen kehittäminen niin, että ne tukevat liikettä ja aktiivisuutta

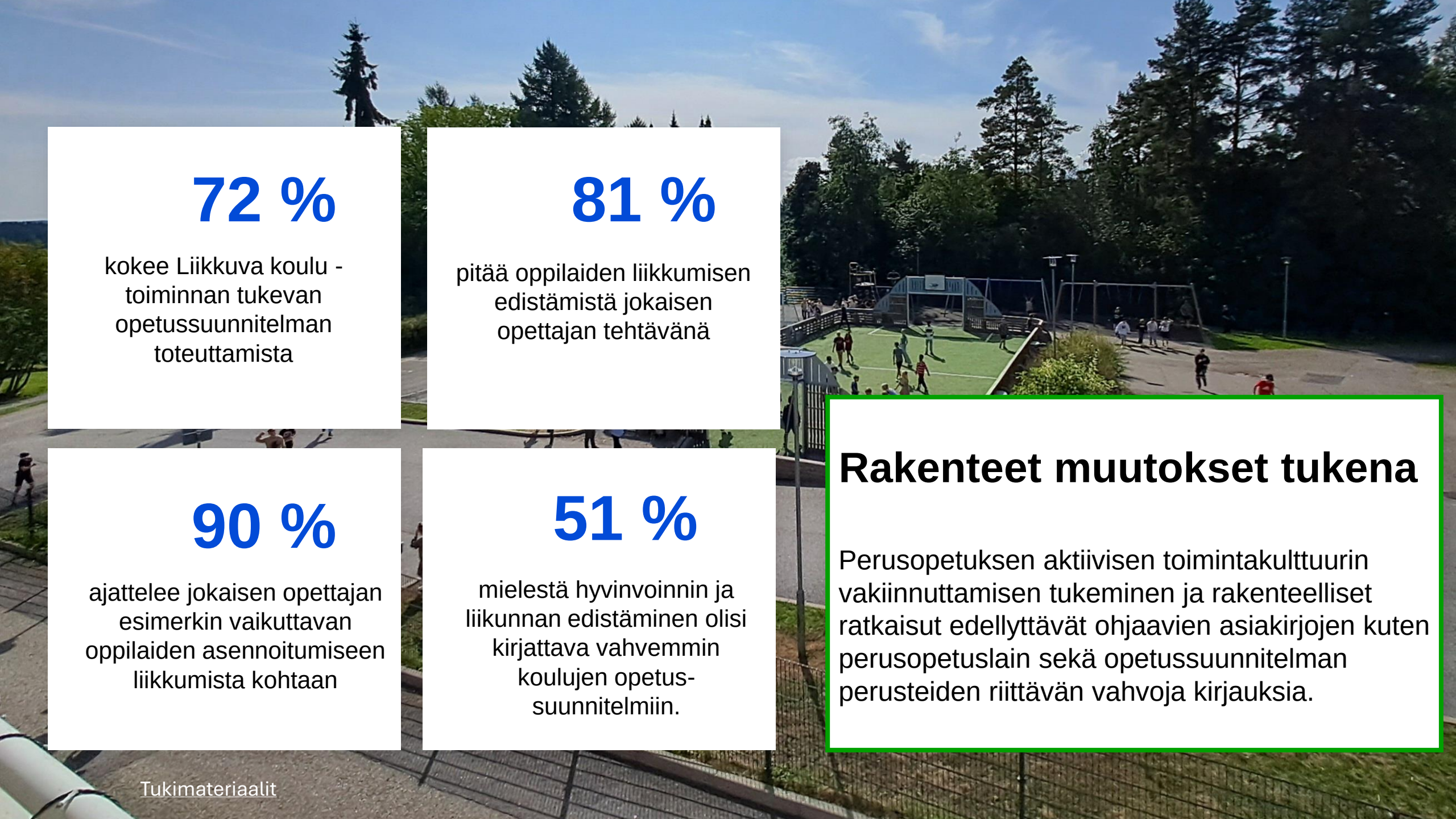
- koulupäivän rakenne
- oppimisympäristöjen monipuolinen käyttö
- siirtymät, koulumatkat ja välitunnit
- kerho- ja harrastustoiminta



Osallisuus ja yhteisöllisyys

Oppilaat, huoltajat ja eri toimijat otetaan mukaan suunnitteluun ja toteutukseen. Osallistaminen lisää motivaatiota ja sitoutumista

- oppilaiden aktiivinen rooli/toimijuus
- kouluyhteisön sitoutuminen/yhteisöllisyys
- yhteistyö mm. kotien, kolmannen sektorin, yhteisöllisen opiskeluhoollon kanssa



72 %

kokee Liikkuva koulu -
toiminnan tukevan
opetussuunnitelman
toteuttamista

81 %

pitää oppilaiden liikkumisen
edistämistä jokaisen
opettajan tehtävänä

90 %

ajattelee jokaisen opettajan
esimerkin vaikuttavan
oppilaiden asennoitumiseen
liikkumista kohtaan

51 %

mielestä hyvinvoinnin ja
liikunnan edistäminen olisi
kirjattava vahvemmin
koulujen opetus-
suunnitelmiin.

Rakenteet muutokset tukena

Perusopetuksen aktiivisen toimintakulttuurin
vakiinnuttamisen tukeminen ja rakenteelliset
ratkaisut edellyttävät ohjaavien asiakirjojen kuten
perusopetuslain sekä opetussuunnitelman
perusteiden riittävän vahvoja kirjauksia.

Nykytilan arviointi

Nykytilan arviointi - Liikkuva koulu



Mikä?

Itsearviointin työkalu koulun liikunnallisen toimintakulttuurin **toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen**

Miksi?

- Auttaa hahmottamaan
 - toiminnan nykytilan: niin vahvuudet kuin kehittämisen kohteet
 - kokonaisuuden: mitä kaikkea liikkumisen edistäminen voi pitää sisällään
- Toimii herättelijänä ja apuna henkilökunnan välisessä keskustelussa
- Lisää yhteisöllisyyttä, kun lapset ja nuoret osallistuvat mahdollisuuksien mukaan prosessiin
- Varmistaa toiminnan jatkuvuuden ja asia ei jää unholaan (vuosikello)
- Vuosittain tehtävä arviointi auttaa **seuraamaan toiminnan kehittymistä**
- Dokumentoi toiminnan tilaa esim. **avustushakemuksia** ja hyvinvointikertomusta varten

"Ehkä joskus osa oppitunneista voitaisiin pitää ulkona. Mutta useimmiten tahdon vain pitää niitä sisällä"

"Olisi mukavaa jos vaikka kerran viikossa jokainen luokka saisi yhden pidemmän välitunnin "

Nostoja oppilaskyselystä 2022



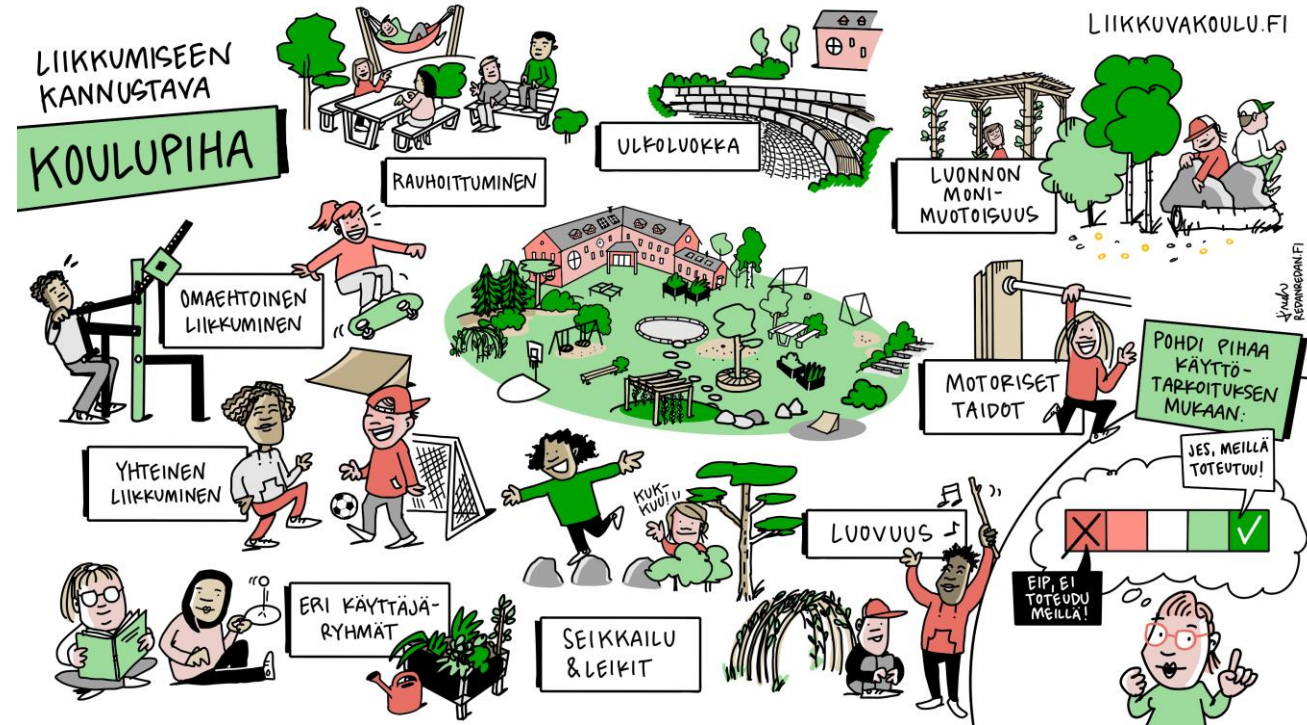


Syksyn muut
ajankohtaiset

Olosuhteiden ja oppimisympäristöjen kehittäminen



- **Liikkuvan koulun olosuhdekysely**
Kyselyllä kerätään koulun piha-alueeseen, sisätiloihin, välineisiin ja kulkemiseen (kävely, pyöräily) liittyviä tietoja. Luvassa on paljon tietoa liikkumisen olosuhteista kouluissa. Kysely on lähetetty syyskuun alussa Liikkuva koulu -toimintaan rekisteröityneiden koulujen yhteyshenkilöille. Toivomme teidän kannustavan heitä vastaamiseen! 😊 Kyselyn viimeinen vastauspäivä on **tiistai 30.9.**
- **Suomi liikkeelle -ohjelman investointiavustukset päiväkotien ja koulujen liikuntaedellytysten parantamiseen pihojen luonnonmukaistamisella**
Kohderyhmä: lapset, nuoret, perheet, peruskoulujen ja päiväkotien henkilökunta
Hakijataho: kunnat
Hakupaikka ja -aika: aluehallinnon asiointipalvelu 25.11.-31.12.2025



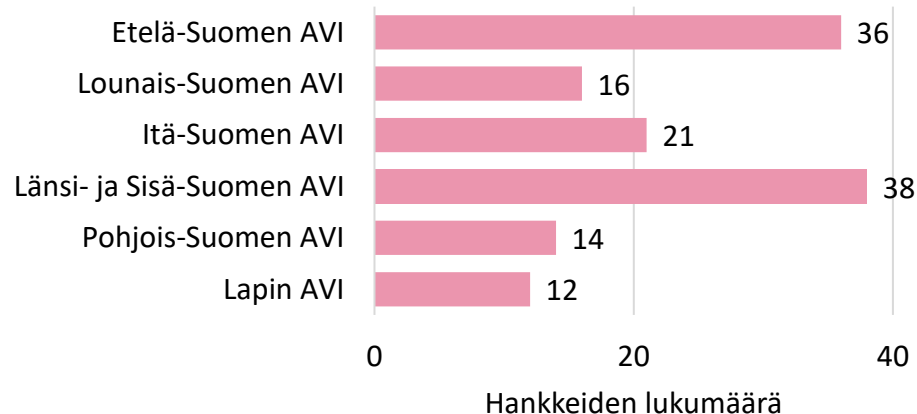
Myönnetyt avustukset keväällä 2025



Suomi liikkeelle -ohjelman Liikkuva koulu ja Move! -kehittämisavustuksia myönnettiin lukuvuodelle 2025–2026 yhteensä 137 hankkeelle, 134 kuntaan yhteensä 4 752 000 euroa.

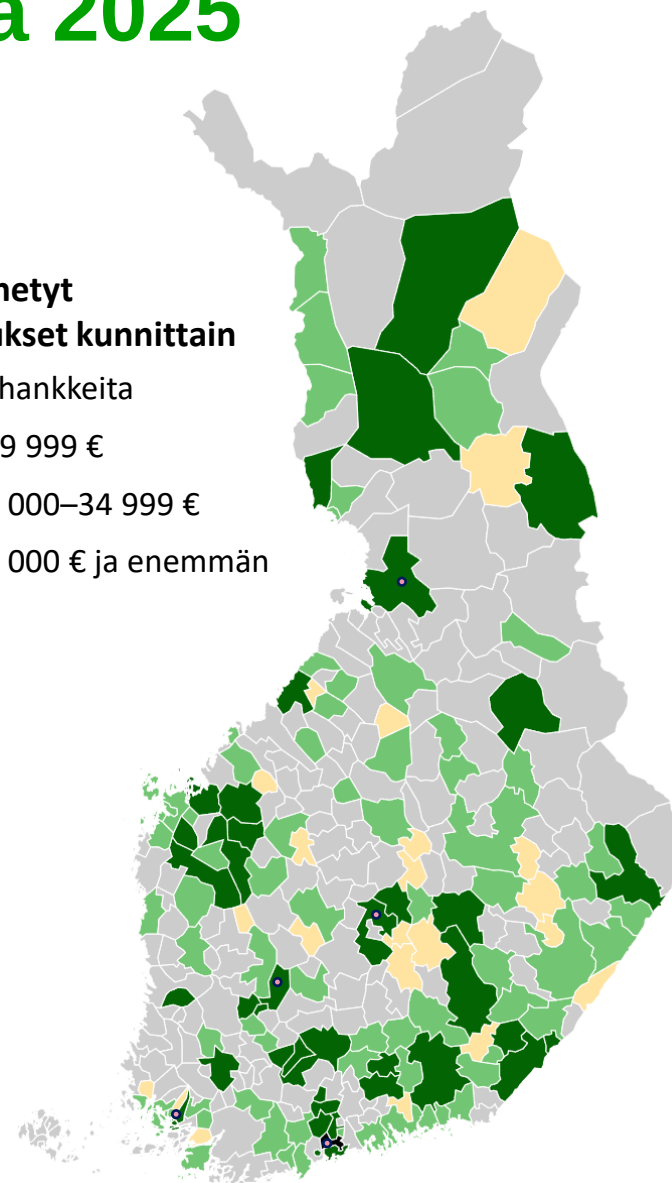
Avustusta myönnettiin 105 jatkohankkeelle ja 32 käynnistyvälle hankkeelle. Edelliselle lukuvuodelle 2024–2025 avustusta myönnettiin 123 käynnistyvälle hankkeelle yhteensä noin 4,3 miljoonaa euroa.

Hankkeiden lukumäärä AVI-alueittain



Myönnetyt avustukset kunnittain

- ei hankkeita
- 1–9 999 €
- 10 000–34 999 €
- 35 000 € ja enemmän



TOP5: Myönnetty avustus

Oulu: Hyvinvointia kOuluun 2025–2026, 197 000 €

Jyväskylän Liikkuva koulu ja KouluPT – toiminta, 103 000 €

Tampere: Lupa liikkua – Liikkuva koulu ja Move!, 217 500 €

Turku: Pulssihetkiä perusopetukseen 2.0, 96 500 €

Vantaa: Move! Your koulu, 349 500 €

2016



LIIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

PERSONAL TRAINER -TOIMINTAMALLI LIIKKUVASSA KOULUSSA

Mallin pohjana käytetty Kemrin Hepolan koulun PT-toimintaa "Liikkuva perjantai".



Personal trainer (PT) toimii peruskoulussa ensisijaisesti oppilaiden kuntovalmentajana, liikuntakaverina ja ryhmäohjaajana. Hän opastaa nuoria vahvistamaan liikuntataitoja ja lisäämään liikunta-aktiivisuutta sekä kannustaa ja ohjaa elintapojen muutoksessa. PT toimii tiiviissä yhteistyössä koulun henkilökunnan ja terveydenhoitajan kanssa, sekä tiedottaa oppilaan huoltajille toiminnasta.

Personal trainer:

- > PT-koulutus ja/tai fysioterapeutti, liikunnanopettaja tai -ohjaaja.
- > Ammattitaidon lisäksi tärkeää osata kuunnella nuorta ja ymmärtää nuorten maailmaa.

[Personal trainer -toimintamalli -
Liikkuva koulu](#)



2025



Liikkuva koulu

Perusopetusikäisten liikuntaneuvonta

– lapsen ja nuoren tukena liikkumisen polulle



[Perusopetusikäisten liikuntaneuvonta
- Koulu PT lasten ja nuorten
liikkumisen tukena - Liikkuva koulu](#)



Liikkuva koulu

Liikuntaneuvontaa perusopetusikäisille

Koulu PT lasten ja nuorten liikkumisen tukena

Tiivistelmä kokoa yhteen perusopetusikäisten liikuntaneuvonnan erityispiirteitä ja onnistumisen avaimia.



[2 VERKKOON_Lyhennetty
KouluPT_raportti.pdf](#)

Oppimisen iloa ja liikettä arkeen! Tukimateriaalia tarjolla: www.liikkuvakoulu.fi



**Vinkkejä toiminnallisen
opetustilanteen
luomiseen**



**Videopankki – Kaikki
Sisu-treenien videot**



**Koripalloliiton Miljoona
koria! –haaste**

**Move!-vinkkipankki –
koululaiselle lisää
voimaa, kestävyyttä,
nopeutta ja liikkuvuutta**

Move!-vinkkipankki on liikunnan aluejärjestöjen tuottama videokirjasto, jossa on paljon käytännön harjoitteita, jotka kehittävät Move-mittauksissa mitattavia fyysisen suorituskyvyn osatekijöitä. Lue lisää alta!



HARRASTAMISEN
SUOMEN MALLI

Ajankohtaista Harrastamisen Suomen mallista

- Päätetty pysyvästä 5 miljoonan euron tasokorotuksesta
- Uutta Harrastamisen Suomen mallin toteutukseen 2025-2026: Hyviä käytäntöjä ja tutkimustuloksia kunnista -[webinaarin tallenne](#) katsottavissa 18.9. saakka

Ilmoittaudu mukaan

- 9.10. [Digitaaliset harrastukset osana Harrastamisen Suomen mallia –webinaari](#)
- 11.-12.11. [HSM-koordinaattoreiden livetapaaminen Jyväskylässä](#)



kuva: Opetushallitus/Annika Rauhala.



Rakennetaan yhdessä liikkuvaa arkea, kiitos!
www.liikkuvakoulu.fi