Tuija Tammelin, tutkimusjohtaja, LIKES-tutkimuskeskus
Asiantuntijalausunto

Eduskunnan tulevaisuusvaliokunta, asiantuntijan kuuleminen 18.1.2019
Asia: VNS 6/2018 vp Valtioneuvoston selonteko liikuntapolitiikasta

Liikkumisen edistäminen eri elämänvaiheissa - ensimmäiset 25 vuotta

Liikkuminen tukee lasten ja nuorten kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia monin tavoin. Liikunnan edistäminen ensimmäisten 25 vuoden aikana on erittäin merkityksellistä myös aikuisiän fyysisen toimintakyvyn, työkyvyn ja terveyden näkökulmasta. Pohja aikuisiän terveille tottumuksille ja hyvälle terveydelle ja työkyvylle luodaan jo nuoruudessa.

Varhaiskasvatusyksiköt, koulut ja oppilaitokset tavoittavat yhdessä lähes kaikki lapset ja nuoret riippumatta perheen sosioekonomisesta taustasta ja aiemmista liikuntatottumuksista. Lasten ja nuorten kautta on mahdollista tavoittaa myös heidän perheensä, vanhempansa ja isovanhempansa. Suomessa lasten ja nuorten liikunta on ollut liikuntapolitiikan strateginen painopiste. Uusi selonteko ottaa vahvasti kantaa varhaiskasvatuksen ja toisen asteen opiskelijoiden liikunnanedistämisohjelmien toteuttamisen ja vahvistamisen puolesta seuraavan viiden vuoden aikana.

Selonteko tarjoaa selkeitä toimenpide-ehdotuksia, joissa esitetään Liikkuva varhaiskasvatus -ohjelmaa vuosille 2020–2022, Liikkuva opiskelu -ohjelmaa toisen asteen oppilaitoksiin vuosille 2019–2021 ja Liikkuva opiskelu -ohjelmaa korkeakouluihin vuosille 2022–2024. Kunkin kolmen ohjelman kustannusvaikutukseksi on ilmoitettu 3–4 miljoonaa euroa vuodessa. Kunnilta ja koulutuksen järjestäjiltä edellytettäisiin Liikkuvan koulun tapaan vähintään 50 prosentin omarahoitusosuutta, minkä tarkoituksena olisi edistää toimintatapojen muuttumista pysyviksi käytännöiksi.

Toimenpide-ehdotukset ovat hyvin perusteluja. Taustalla ovat hyvät kokemukset perusopetuksessa vuosina 2010–2018 toteutetun Liikkuva koulu -ohjelman toimintamalleista. Liikkuva koulu -ohjelmalla on onnistuttu muuttamaan peruskoulujen toimintakulttuuria aktiivisempaa koulupäivää tukevaksi. Selonteossa kuvataan, että *”Ohjelma on onnistunut erinomaisesti ja se on saavuttanut noin 90 prosentin kattavuuden kunnista, peruskouluista ja peruskoululaisista.”*

Liikkuva koulu -toiminta kattaa lähes kaikki peruskoulut. Selonteossa kuitenkin tunnistetaan edelleen tarve liikunnan lisäämiseksi kouluissa. Edelleen merkittävä osa lapsista ja nuorista liikkuu liian vähän.

Peruskouluissa tarvitaan lisää toimenpiteitä, syventäviä toimenpiteitä ja erityisesti yläkouluihin ja vähän liikkuviin lapsiin ja nuoriin kohdistettuja toimenpiteitä.

Selonteossa esitetään liikkumisen määrän asteittaista lisäämistä kouluissa 2020-luvulla: *”Tämä voitaisiin toteuttaa esimerkiksi lisäämällä liikuntatuntien määrää ja Liikkuva koulu -ohjelman kaltaisilla toimenpiteillä, joilla lisätään liikunnallisuutta ja aktiivisuutta koulupäivään.”*

Selonteon mukaan vuosikustannus yhden viikkotunnin lisäyksestä on noin 2,5 miljoona euroa luokka-astetta kohti. Selonteko ei kuitenkaan esitä rahoituksen jatkamista perusopetuksen Liikkuva koulu -toiminnan tukemiseksi kunnissa.

Rahallinen tuki perusopetuksen Liikkuva koulu -toimintaan vuosina 2016–2018 on ollut vertaansa vailla. Siitä huolimatta toimivaa peruskoulutoimijoiden verkostoa on tärkeää tukea edelleen myös jatkossa.

Kohtuullisella esimerkiksi puolen miljoonan euron vuotuisella kokonaisrahoituksella olisi mahdollista varmistaa, että myös jatkossa aktiivisen koulupäivän tavoite säilyisi mukana kuntien päätöksenteossa ja perusopetuksen kehittämistyössä sekä vakiintuisi kuntien toimintaan kaikilla alueilla, myös pienemmissä kunnissa.

Koulun liikunnallinen toimintakulttuuri vaatii vaalimista vuodesta toiseen. Vuosien varrella kouluissa vaihtuvat niin oppilaat kuin opettajatkin, mikä myös perustelee tuen jatkumisen tarvetta. Aktiivinen ja viihtyisämpi koulupäivä ei ole asia, joka voitaisiin tehdä kerralla valmiiksi vaan sitä pitää ylläpitää.

Nyt on luotu alusta ohjelmakokonaisuudelle, joka kattaa ensimmäiset 25 vuotta ja mahdollistaa toiminnan saumattoman jatkumisen varhaiskasvatuksesta, perusopetuksen kautta toiselle ja korkea-asteelle. Selonteossa tähän kytkeytyy myös ehdotus varusmiespalvelukseen valmistavasta ohjelmasta. Tämä ohjelmakokonaisuus on ainutlaatuinen, sen yhdenvertainen leviäminen valtakuntaan ja toimiminen on varmistettava nyt käynnistymisvaiheessa valtion rahoituksella, ohjauksella ja muulla tuella, jotta toimenpiteet juurtuvat kuntien perustoiminnaksi.

Myös toiminnan syventämiselle on edelleen tarvetta perusopetuksessa. Vain noin reilu kolmasosa peruskoululaisista liikkuu suositusten mukaan, tunnin päivässä. Tätä vähäisen liikkumisen haastetta koulu ei pysty yksin ratkaisemaan. Liikuntamittausten mukaan arkipäivisin noin kolmasosa peruskoululaisten fyysisestä aktiivisuudesta kertyy koulupäivän aikana. Kaksi kolmasosaa aktiivisuudesta kertyy koulupäivän ulkopuolella. On myös havaittu, että viikonlopun päivinä liikutaan vähemmän kuin arkipäivinä. Vapaa-ajan liikkumisen lisäämiseen tarvitaan mukaan perheet ja järjestöt. Liikkuva koulu -toiminta rakentaa yhteistyötä ja siltaa järjestöjen ja koulujen välillä tuomalla nämä eri toimijat yhteen ja tarjoamalla yhteisen keskustelufoorumin. Koulupäivän yhteyteen tarvitaan lisää erilaista harrastus- ja kerhotoimintaa.

Koulupäivänaikaisen liikkumisen sisällöissä on edelleen kehittämistä ja syventämistä, erityisesti yläkouluissa ja vähiten liikkuvien keskuudessa.

Tutkittua tietoa tarvitaan tiedolla johtaminen pohjaksi. Selonteossa arvioidaan, että tiedolla johtamisen merkitys liikuntapoliittisessa päätöksenteossa on kasvamassa. Liikkuva koulu -ohjelmaan on vuosina 2010–2018 liittynyt poikkeuksellisen kiinteästi seuranta ja tutkimus, joka on rakennettu tukemaan ohjelman toteutusta ja kehittämistä.

On tärkeää seurata liikunnanedistämistoimien toteutumista ja niiden vaikutuksia. Lisäksi on tärkeää saada tietoa lasten ja nuorten fyysisestä aktiivisuudesta ja toimintakyvystä sekä niiden muutoksista. Kouluikäisille on 2010-luvulla rakennettu erinomaiset seurantajärjestelmät. Kouluikäisten osalta tilanne on hyvä. Alle kouluikäisten osalta tämä seurantajärjestelmä puuttuu ja sen rakentamiseen on tarvetta. Samoin toisen asteen opiskelijoiden osalta nykyisiä seurantajärjestelmiä on syytä täydentää

Tiedon tuottamisen rinnalla myös tiedon hyödyntämiseen on panostettava. Kouluikäisten osalta kerätty liikuntatieto on saatavilla verkossa kuntatasolla avoimessa tietokannassa, josta tuloksia voi tarkastella kunnittain ja maakunnittain. Tämä valtion liikuntaneuvoston koordinoima ja useiden tutkimuslaitosten yhteistyönä kokoama tietokanta (www.liikuntaindikaattorit.fi) julkaistiin opetus- ja kulttuuriministeriön verkkosivuilla lokakuussa 2018. Tämä yhteistyö on ollut merkittävä askel sirpaleisen liikuntatiedon kokoamisessa ja mahdollistaa seuraavan askeleen, eli liikunnan seurantatiedon tehokkaamman hyödyntämisen myös kunnissa.

Samankaltaiseen koontiin on tarvetta myös muiden ikäryhmien osalta.

Jyväskylässä 18.1.2019

Tuija Tammelin
tutkimusjohtaja
LIKES-tutkimuskeskus

tuija.tammelin@likes.fi, puh. +358 400 247 998