

FYYSISEN TOIMINTAKYVYN SEURANTA- JA PALAUTEJÄRJESTELMÄ MOVE!

*Tuloksia ja kokemuksia ensimmäiseltä
vuodelta*

Hyvinvointiareena 14.9.2017

Mikko Huhtiniemi, LitM, tohtorikoulutettava

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto



Tavoitteena on tukea lasten ja nuorten kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä terveyttä edistävän elämäntavan omaksumista.

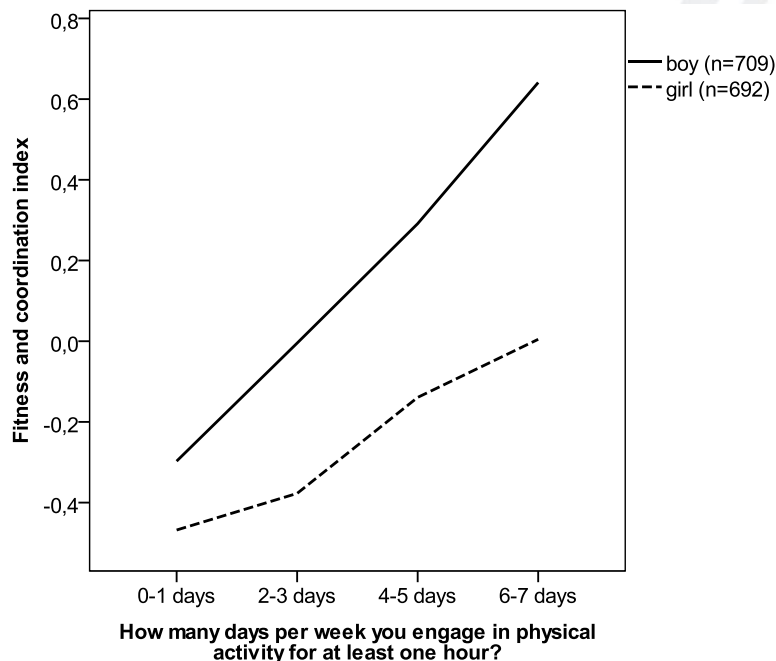
**Move! on osa
perusopetuksen
opetussuunnitelmaa**

**Move! on osa
5. ja 8. luokan laajoja
terveystarkastuksia**

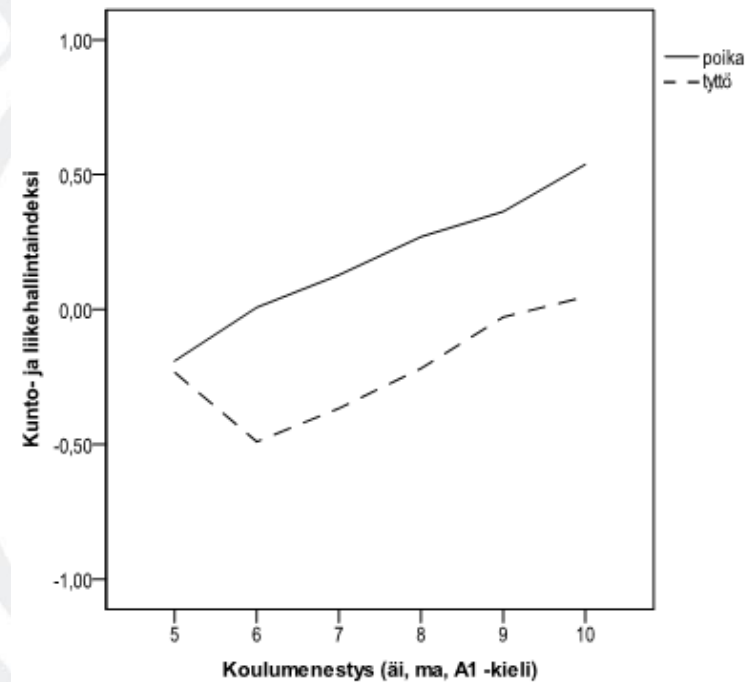
Tärkeintä on välittäminen!

Toimintakyvyn merkitys

Toimintakyky ja liikunnan määrä

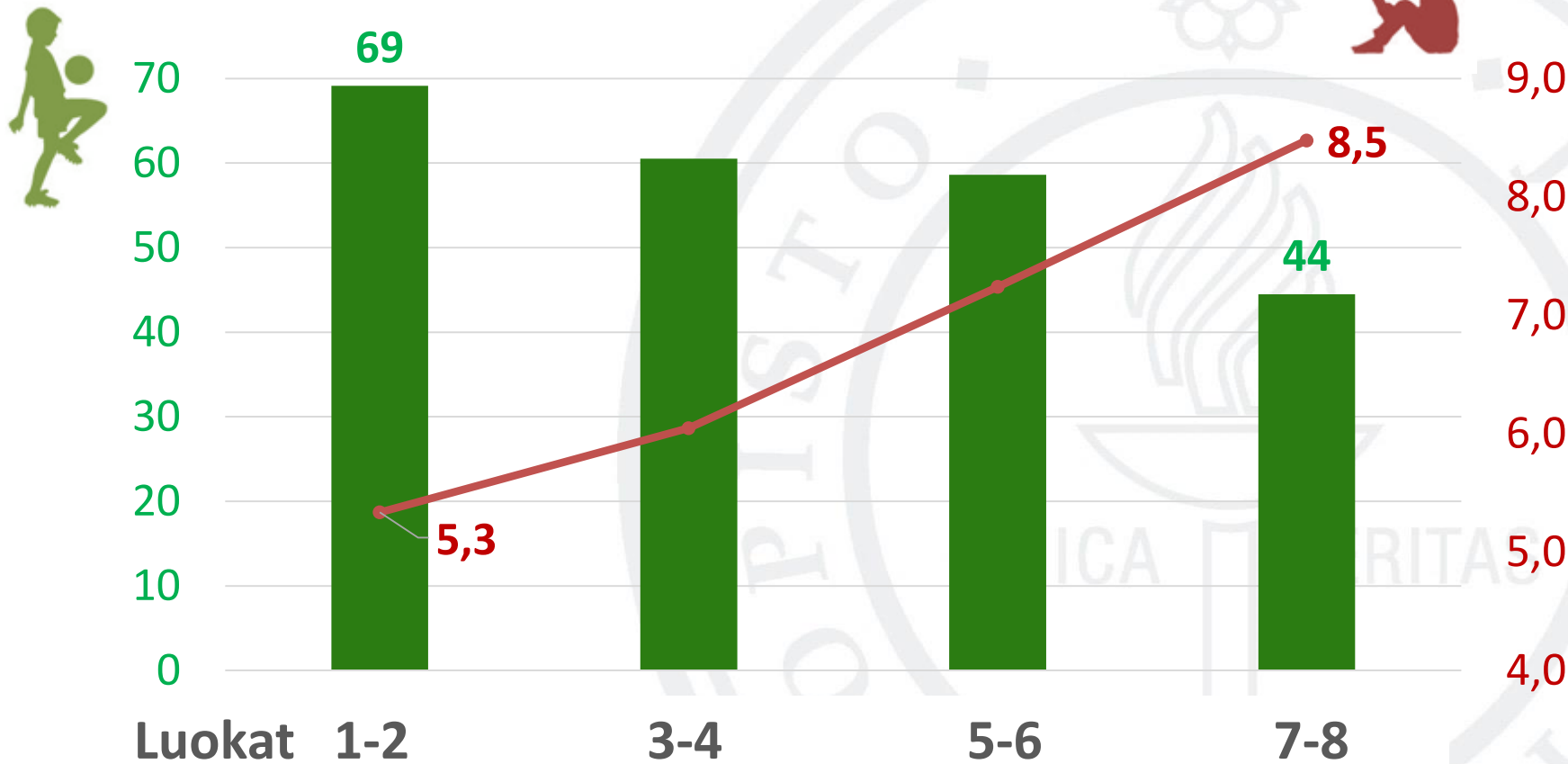


Toimintakyky ja koulumenestys



Reipas liikunta & liikkumaton aika

Koko päivä



 **Reipas liikunta**
min/päivä

 **Liikkumaton aika**
h/päivä

Koettu fyysinen toimintakyky oli parempi 5. luokalla kuin 7. ja 9. luokalla

	5. lk		7. lk		9. lk	
Kestävyys						
Voima						
Notkeus						
Tasapaino						
Pallonkäsittely						
Liikunta ja pelit yleensä						



Move! -fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä

Move!

Fyysisen toimintakyvyn seuranta- ja palautejärjestelmä

www.edu.fi/move



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö



OPETUSHALLITUS



SOSIAALI- JA
TERVEYSMINISTERIÖ

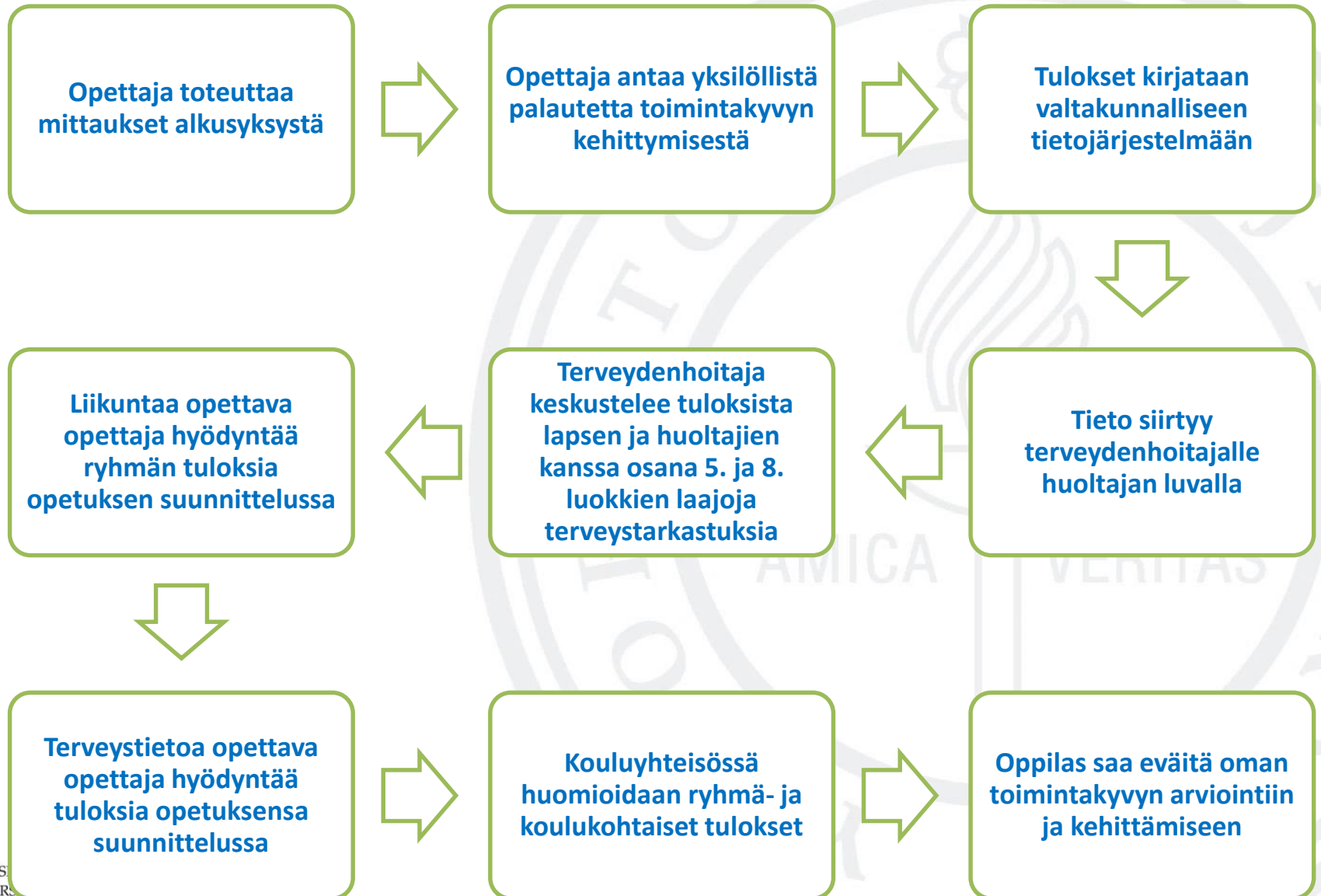


TERVEYDEN JA
HYVINVOINNIN LAITOS



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

Move! –järjestelmän toiminta



	MITTAUSOSIO	OMINAISUUDET, TAIDOT
1	20 metrin viivajuoksu	Kestävyys, liikkumistaidot
2	Vauhditon 5-loikka	Alaraajojen voima, nopeus, dynaamiset tasapainotaidot, liikkumistaidot
3	Heitto-kiinniotto-yhdistelmä	Käsittelytaidot, havaintomotoriset taidot sekä yläraajojen voima
4	Ylävartalon kohotus	Keskivartalon voima
5	Etunojapunnerrus	yläraajojen voima
6	Kehon liikkuvuus 1. asento: kyykistys	Lantion alueen ja alaraajojen liikkuvuus
	Kehon liikkuvuus 2. asento: Alaselän ojennus täysistunnassa	Alaselän ja lonkan alueen nivelien liikelaajuus
	Kehon liikkuvuus 3. asento: Oik ja vase olkapään liikkuvuus	Yläraajojen ja hartian alueen liikkuvuus



Move! syksyllä 2016

- **Merkittävä uudistus liikunnan opetussuunnitelmassa**
- **Järjestelmä tavoittaa laajasti**
 - Mittaustuloksia tallennettiin ensimmäisen syksyn osalta 44 763 oppilaalta (1481 peruskoulua)
 - **Huom:** valtakunnalliset tulokset saatavilla:
www.edu.fi/move/
- **Kysymys- ja kommenttivyöry**



Valtakunnalliset tulokset 2016

(5.luokka / mediaani)

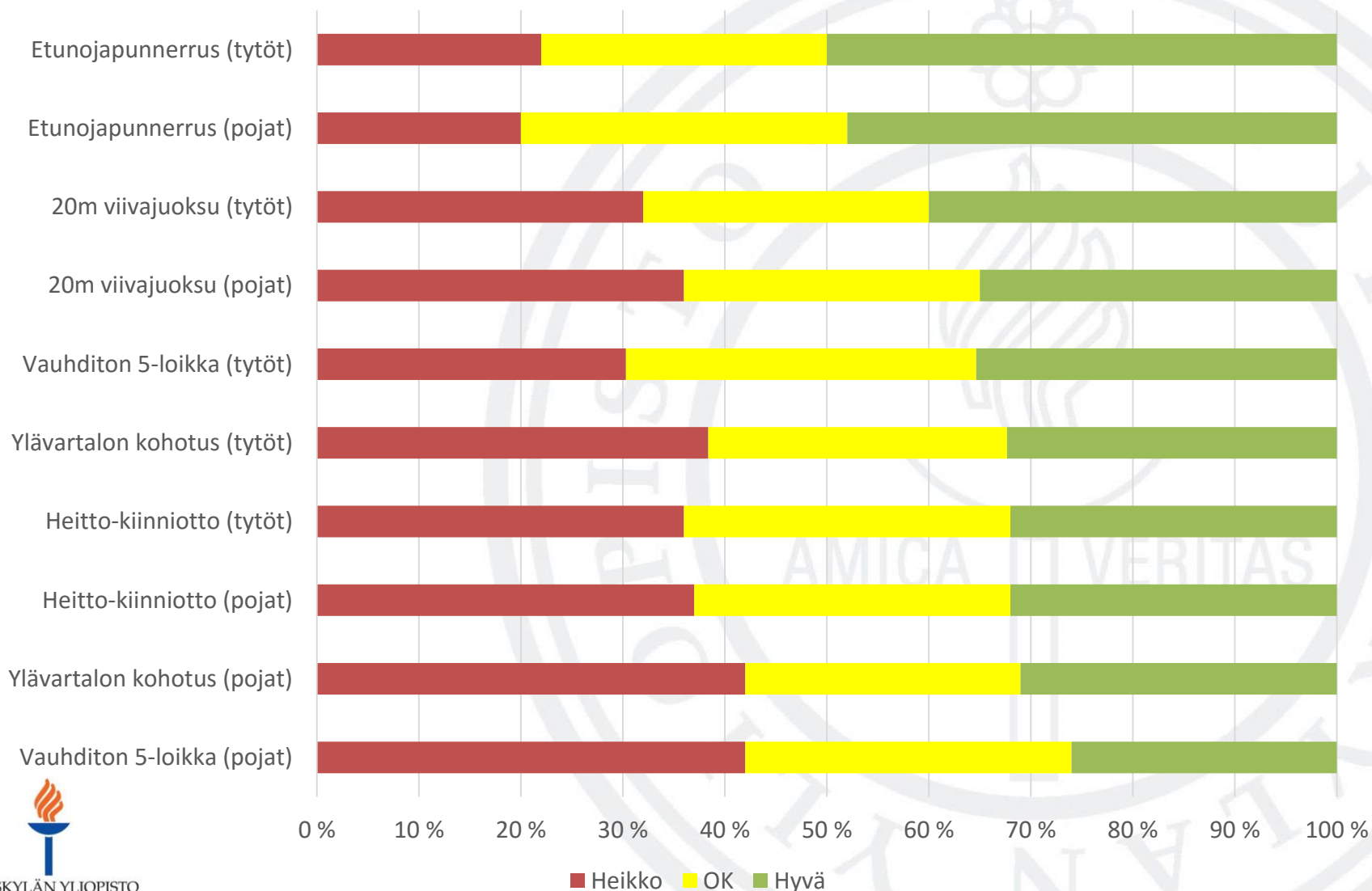
Osio	5.luokka pojat	5.luokka tytöt
20 metrin viivajuoksu	4,8 min	4,2 min
Vauhditon 5-loikka	7,7 m	7,7 m
Punnerrus*	16 krt	26 krt
Ylävartalon kohotus	30 krt	30 krt
Heitto-kiinniotto-yhdistelmä	13 krt	11 krt
Liikkuvuus: kyykistys	84 %	90 %
Liikkuvuus: alaselän ojennus täysistunnassa	80 %	93 %
Liikkuvuus: oik. olkapää	70%	85%
Liikkuvuus: vas. olkapää	85 %	94 %

**eri suoritustekniikka*



Syksyn 2016 tuloksia

5.Luokan oppilaat (n=38785)



Poimintoja positiivista asioista

- Move! on koettu tärkeäksi työkaluksi ja kokonaisuutena idea on kerännyt kiitosta
- Ideologiaa pidetään pääosin hyvänä
 - *”oppilaan tukeminen, tuloksia ei käytetä oppilasarvioinnissa”*
- KytKentä terveys- ja opetuspuolen välillä koetaan tärkeäksi ja tervetulleeksi



Poimintoja kehittämisesityksistä

- Mittaukset tulivat osalle yllätyksenä, ohjeistus tuli myöhään
- Mittausten ajankohta koettiin huonona
- Mittaukset toteuttaminen osin haastavaa (ajankäyttö, tilat)
- Yhteistyökulttuurin syntyminen ottaa oman aikansa
- Osa koki mittaukset opetussuunnitelman ideologian vastaisena



Move! sai kehuja...

"Tiedonkulku ja syöttöongelmista huolimatta kiva juttu. Toteutimme mittaukset yhdessä kunnan pikkukoulujen kesken move!-päivän merkeissä. Se oli kivaa ja onnistunutta yhdessäoloa."

"... Saimme myös arvokasta tietoa oppilaiden kunnosta ja kehon toimivuudesta. Parannettavaa on paljon ja opetuksessa kehitettävää nimenomaan kuntoon ja oman kehon hallintaan liittyen. Oppilaiden palautteissa korostui se, että yhteisöllisyys ja yhdessä tekeminen oli parasta (myös niiden mielestä, jotka eivät suoriutuneet kovinkaan hyvin tuloksin)."

"On tosi kiva että kouluterveydenhoidolla ja liikunnanopettajalla on nyt mahdollisuus vieläkin parempaan yhteistyöhön..."



Mutta myös lunta tupaan...

"Move on turhinta mitä liikunnanopetuksessa on omalla urallani ollut. Hei, oikeesti, vatsarutistuksia piipausten tahtiin!? Liikunnan ilo tapetaan kyllä pienemmälläkin vaivalla. Ajankohta, syyskuu, aivan väärä, ulkoliikuntakausi menossa. Tietellinen arvo lähellä nollaa, vaikka koetettu saada testi kaikille samanlaisiksi, mutta jokainen ope kuitenkin toteuttaa hiukan omalla tavallaan... Move on harha-askele, josta toivottavasti luovutaan nopeasti tai ainakin tehdään isoja muutoksia."

"Meillä 5.luokan terv.tarkastukset aloitetaan heti syyslukukauden alussa, eli siihen ei taida ehtiä; voisikohan mittaukset tehdä sitä silmällä pitäen jo 4. lk:n keväällä..."

"Kun testit oli tehty: mitä sitten? Minulla ei ole mitään kerhoa mihin ohjata oppilaita liikkumaan! Terkkana minulla ei ole mitään tukitoimia tarjoita ja perheillä ei ole varaa viedä harrastamaan..."



Oppilaiden suhtautuminen

- Ei vielä tutkittua tietoa Moven osalta
 - Kiinnostuksen kohteena mm. mittaustilanne, laaja terveystarkastus, tulosten hyödyntäminen liikunnanopetuksessa ja laajemmin kouluyhteisössä, vanhempien/perheiden kokemukset
- Aikaisempien tutkimusten perusteella valtaosa osallistuu mielellään koulun kuntotesteihin
 - Motivaatio mittauksia ja liikuntaa kohtaan?
- Mittaamisessa myös negatiivisia puolia
 - Pyrittävä siihen, että mahdollisimman vähän vertailua, keskinäistä kilpailua, tulosten kommentointia



Eri tapoja toteuttaa mittaukset

- Liikuntatuntien aikana
 - Kahden kaksoistunnin aikana (2x90min)
 - Kolmen yksöistunnin aikana (3x45min)
 - Osa raportoinut huomattavasti pidempiä aikoja (esim. 8-10h/ryhmä)
- **Move! –päivä**
 - Liikunnan ja toimintakyvyn teemapäivä
 - Luokat vuorotellen toteuttamaan mittauksia
 - Koulun ammattilaisten hyödyntäminen
- Muita huolenaiheita
 - Kenttätestaamisen haasteet?
 - Miten toimitaan tunnilta puuttuvien oppilaiden kanssa?



Kouluterveydenhuolto ja Move!

Terveystenhoitaja ja koululääkäri keskustelevat tuloksista oppilaan ja hänen huoltajansa kanssa osana laajaa terveystarkastusta 5. ja 8. luokalla

1. Prosessin **suunnittelu** yhdessä opettajien ja koulun muiden toimijoiden kanssa
2. Positiivinen ja kannustava **keskustelu** toimintakyvyn eri osa-alueista
3. Yksilölliset **jatkotoimenpiteet**, tavoitteet ja tuki



Kouluterveydenhuolto ja Move!

Prosessin suunnittelu yhdessä opettajien ja koulun muiden toimijoiden kanssa

- 4. ja 7. luokan keväällä, tai alkusyksystä
- Mittausten toteutus, tarkastusten aikataulut
- Tiedonsiirtoluvat
- Oppilashuoltoryhmä, moniammatillinen yhteistyö
- Tiedottaminen koteihin

Tulosten käsittely laajassa terveystarkastuksessa

- Osioittain, positiivisesta liikkeelle
- Verkkosivujen hyödyntäminen (palautemateriaalit, liikuntavinkit)
- Mahdollisesti etukäteen: ryhmän tulosten käsittely yhdessä opettajan kanssa

Jatkotoimenpiteet, tavoitteet ja tuki

- Tavoitteiden asettaminen, seuranta (yksilöllisesti ja/tai integroiden opetukseen)
- ”Oppilashuollollinen tukipolku”
- ”Pedagoginen tukipolku”
-  Koulun tulokset oppilashuoltoryhmässä

Hyviä käytänteitä ja vinkkejä

- **Koulun Move-prosessin työstäminen**
 - Oppilaan näkökulmasta
 - Yksilökohtainen ja yhteisöllinen oppilashuolto?
 - Pedagoginen tuki?
- **Tulosten hyödyntämisestä sovitaan**
 - Opettajan ja terveydenhoitajan roolit
 - varmistetaan, että jokainen saa palautteen (esim. oppilas- ja huoltajakysely, käsittely luokissa, monialaiset oppimiskokonaisuudet)
 - sovittu toimenpiteistä niiden oppilaiden kohdalla, joilla selkeitä puutteita toimintakyvyssä
 - resurssit
- **Tulosten hyödyntäminen ja kytkeminen OPS:aan**
 - Laaja-alainen osaaminen: *”itsestä huolehtiminen ja arjen taidot”*
 - Monialaiset oppimiskokonaisuudet: *”auttaa hahmottamaan miten asiat liittyvät toisiinsa ja ’oikeaan’ elämään”*



Sidosryhmät: Esim. nuoriso-,
liikunta ja vapaa-aikatoimi,
seurat

Miten tulokset vaikuttavat?

Kokemukset
mittaustilanteesta?

Oppilas

Luokanopettaja

Erityisopettaja

Liikunnanopettaja

Opettajat

Rehtori

Oppilashuoltoryhmä

Opinto-ohjaaja

Liikkuva koulu

Koulu

Perhe ja
ystävät

Isä, äiti, sisarukset

Kaverit

Kodin ja koulun
yhteistyö tiivistyy

Terveyden-
huolto

Terveydenhoitaja

Lääkäri

Muu asiantuntija?

MOVE!



Kiitos!

Mikko Huhtiniemi

Tohtorikoulutettava, LitM

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Email: mikko.huhtiniemi@jyu.fi

Puh: +358 40 508 1157

