Move!

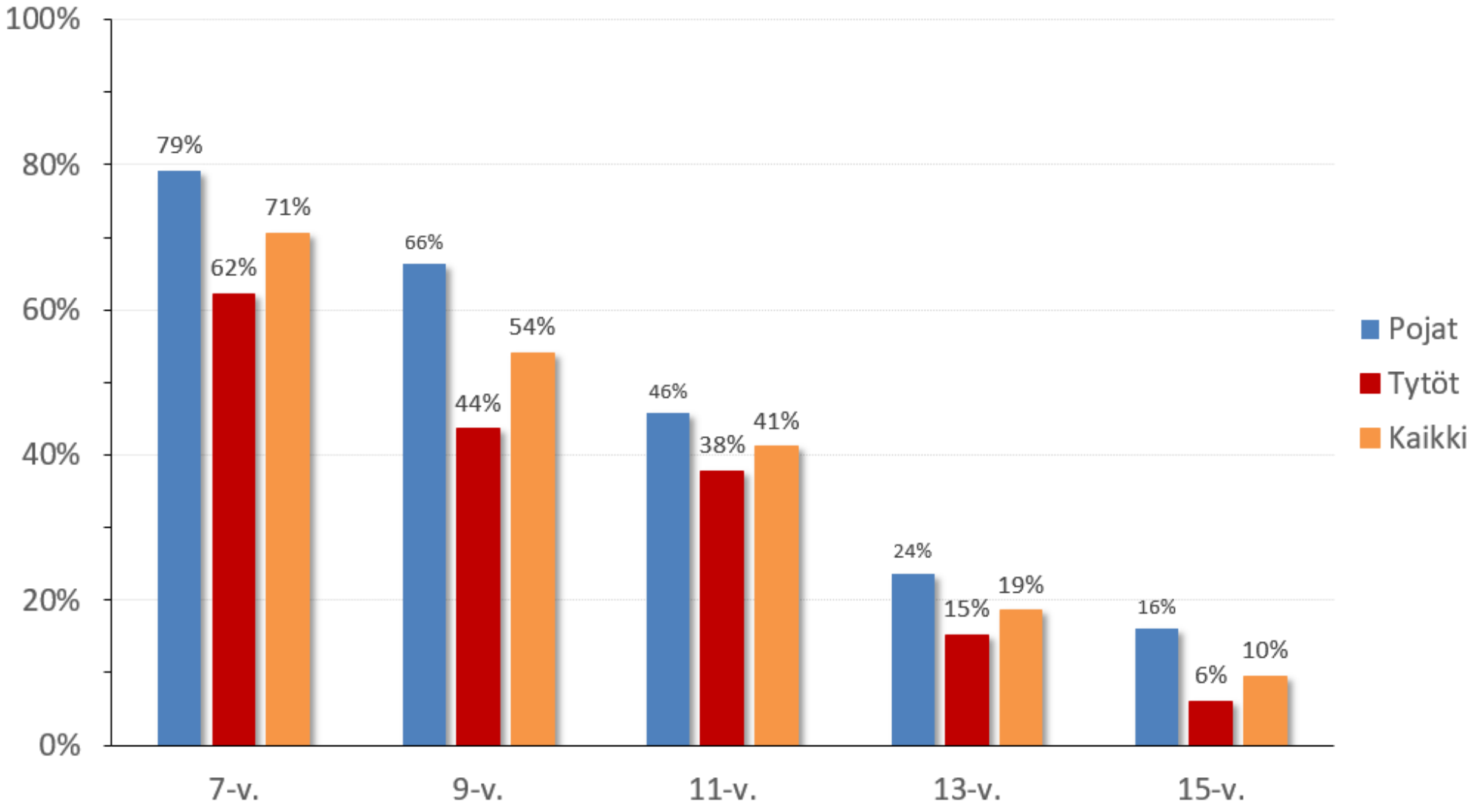
Fyysisen toimintakyvyn Seurantajärjestelmä

Ett uppföljninssystem för fysisk funktionsförmåga

Tulokset syksy 2019
Resultat hösten 2019

Opetus- ja kulttuuri-ministeriö
OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSSTYRELSEN
VALTION LIIKUNTANEUVOSTO
Statens idrottsråd
SOSIAALI- JA TERVEYSMINISTERIÖ
TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

Liikuntasuosituksen täyttyminen (>1h / päivä)



Lähde: Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa (LIITU 2018) -tutkimus

Move!:n lähtökohdat

- Huoli lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn heikkenemisestä
- Tietopohjassa oli objektiivisen mittauksen osalta suuria puutteita
- Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteiden (OPS) uudistuksessa v. 2014 (voimaan v. 2016) liikunnan opetuksen painopiste siirtyi lajitaidoista motoristen perustaitojen opettamiseen
- OPS 2014 tavoitteita:
  - *”auttaa hahmottamaan miten asiat liittyvät toisiinsa ja ’oikeaan’ elämään”*
  - *”L3: itsestä huolehtiminen ja arjen taidot”*
  - *Liikunnan opetus:*
    ”T5: kannustaa ja ohjata oppilasta arvioimaan, ylläpitämään ja kehittämään fyysisiä ominaisuuksiaan: nopeutta, liikkuvuutta, kestävyyttä ja voimaa”
- Tavoitteiksi ja arvioinnin kohteiksi oppiminen ja työskentely (ei esim. Cooper-testit)

Move!:n tavoitteet

1. **Moniammatillisen yhteistyön tukeminen** kouluissa ja kunnissa lasten ja nuorten terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.
2. **Pedagoginen työkalu** osana **liikuntakasvatusta**. Keskustelu oppilaiden kanssa oman fyysisen toimintakyvyn arvioimisesta, ylläpitämisestä ja kehittämisestä. Tavoitteena jokaisen oppilaan hyvinvointi.
3. **Tietoa** hyödynnettäväksi **kouluterveydenhuollon** laajoissa terveystarkastuksissa. Puheeksi ottamisen väline **lapsen** hyvinvointiin liittyen.
4. **Tietoa hyödynnettäväksi kouluissa, kunnissa, maakunnissa sekä koko maan** osalta hyvinvointitoimenpiteiden suunnittelussa, seurannassa ja arvioinnissa (ml. sovelletut mittaukset) (www.liikuntaindikaattorit.fi)

Mitä mitataan?

Havaintomotorisia taitoja

Fyysisiä ominaisuuksia

- Voima
- Nopeus
- Kestävyys
- Liikkuvuus

Motorisia perustaitoja

- Tasapainotaidot
- Liikkumistaidot
- Välineenkäsittelytaidot

Liikunta-oppiaineen keskeisiä elementtejä

Move!-mittausten tulosraportti
Move!-mätningarnas resultrapport
Koko maa, Hela landet

Syötettyjen mittaustulosten määrä
Antal inmatade uppmätta resultat

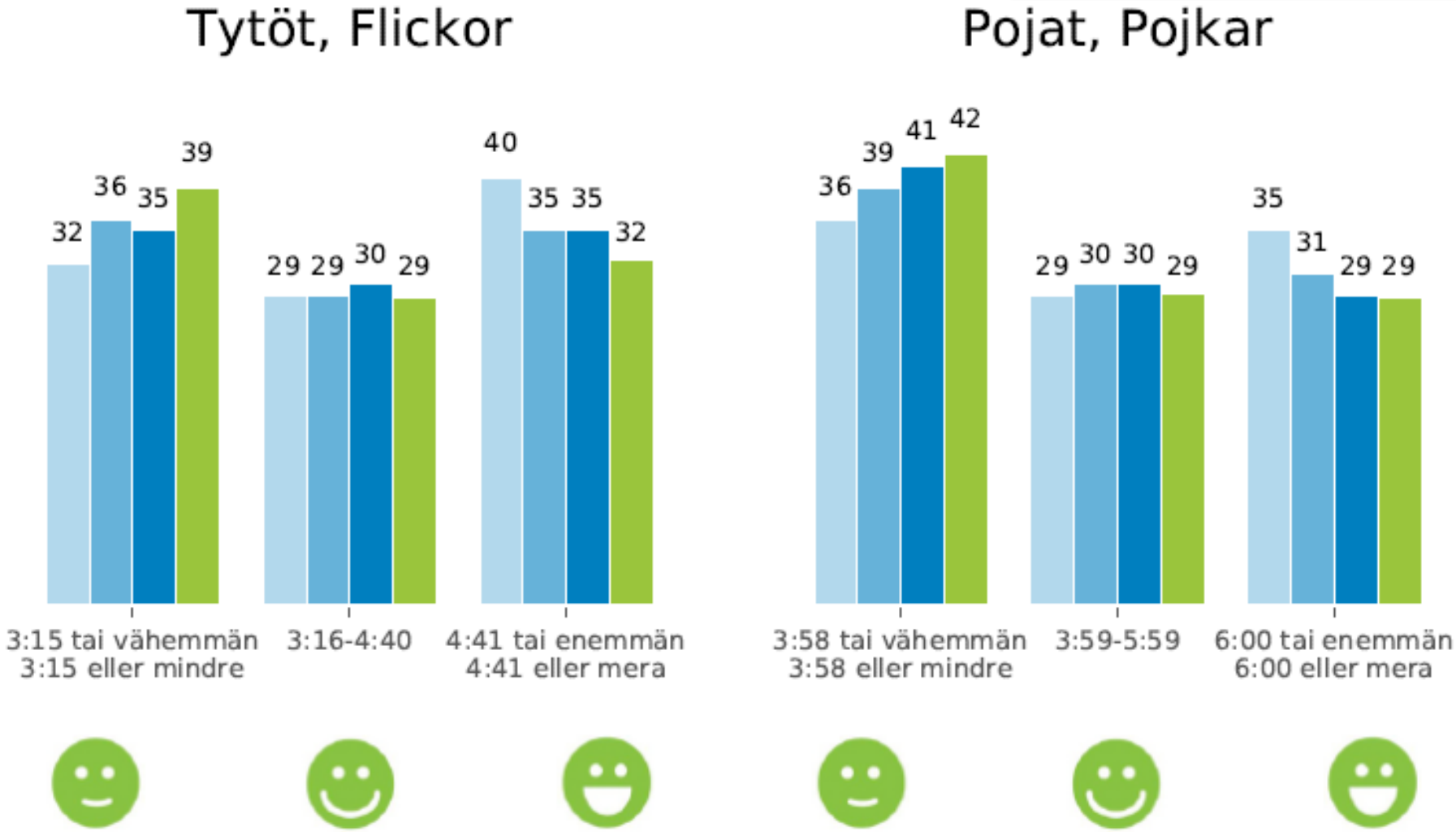
Luokka-aste Klass	Tytöt Flickor	Pojat Pojkar	Yhteensä Totalt
5.-luokkalaiset 5.-klassister	24173	24495	48668
8.-luokkalaiset 8.-klassister	24286	23944	48230
5. -luokkalaiset sovellettu 5. -klassister anpassade	166	237	403
8. -luokkalaiset sovellettu 8. -klassister anpassade	132	160	292

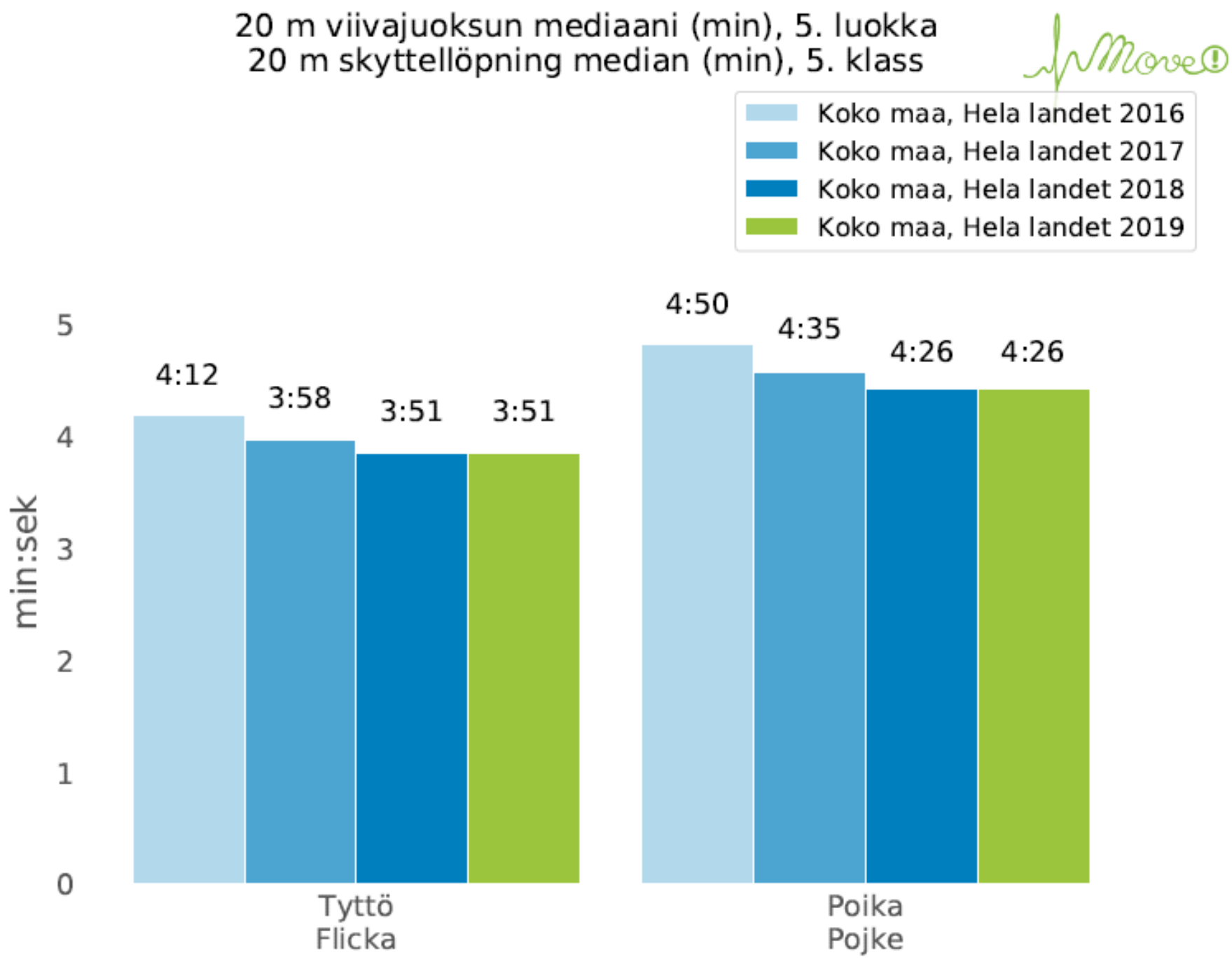
Mittaustulokset on tarkastettu mittausosioittain. Tuloksista on poistettu arvot, jotka ylittävät korkeimman mahdollisen tuloksen. Tästä johtuen mittausosiokohtaisten tulosten määrän välillä voi olla eroja.

Mätningsresultat har kontrollerats mätningsdelområdesvis. Värden som överskrider det största möjliga resultatet har raderats från data. Därför kan det finnas skillnader i antalet resultat mellan olika mätningsdelområden.

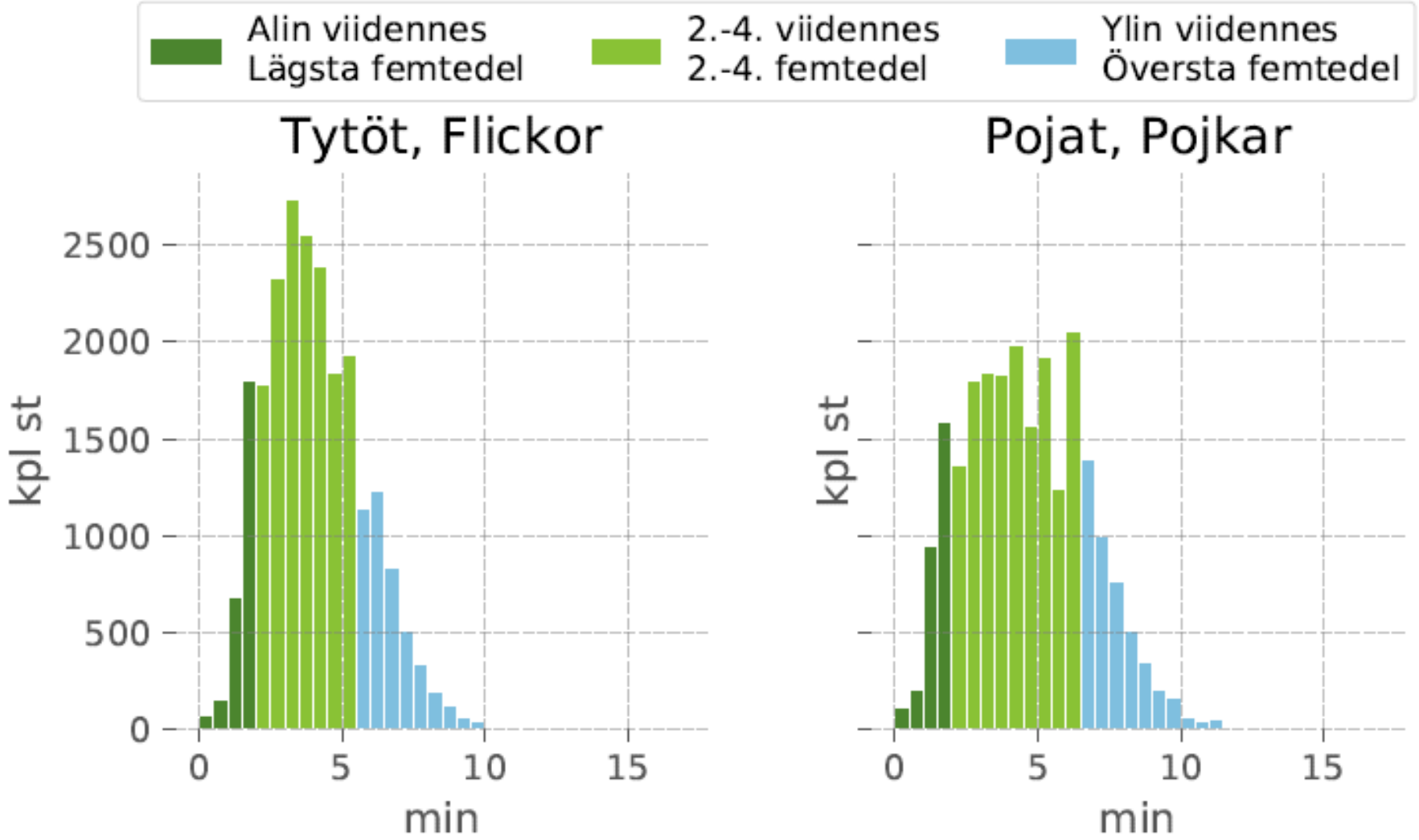
20 m viivajuoksun tulokset, 5. luokka (%)
20 m skyttellöpning resultat, 5. klass (%)

Yleisen käytönnön mukaan /
Enligt normal praxis: 45840 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 2828 kpl/st




20 m viivajuoksun mediaani (min), 5. luokka
20 m skyttellöpning median (min), 5. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
min:sek
0
1
2
3
4
5
4:12
3:58
3:51
3:51
4:50
4:35
4:26
4:26
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

20 m viivajuoksun jakauma (min), 5. luokka
20 m skyttellöpning distribution (min), 5. klass
Koko maa, Hela landet

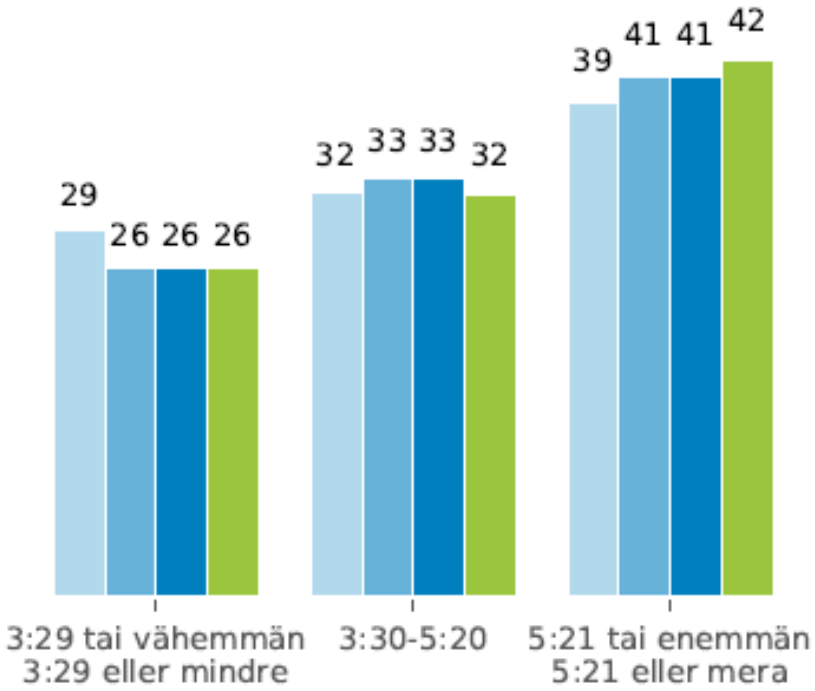


20 m viivajuoksun tulokset, 8. luokka (%)
20 m skyttellöpning resultat, 8. klass (%)

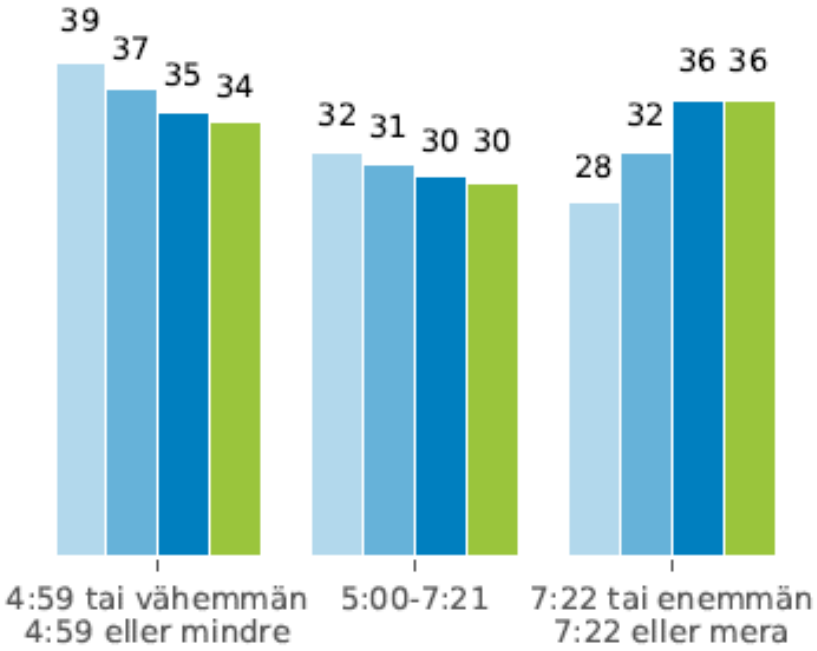
Yleisen käytönnön mukaan /
Enligt normal praxis: 41474 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 6756 kpl/st

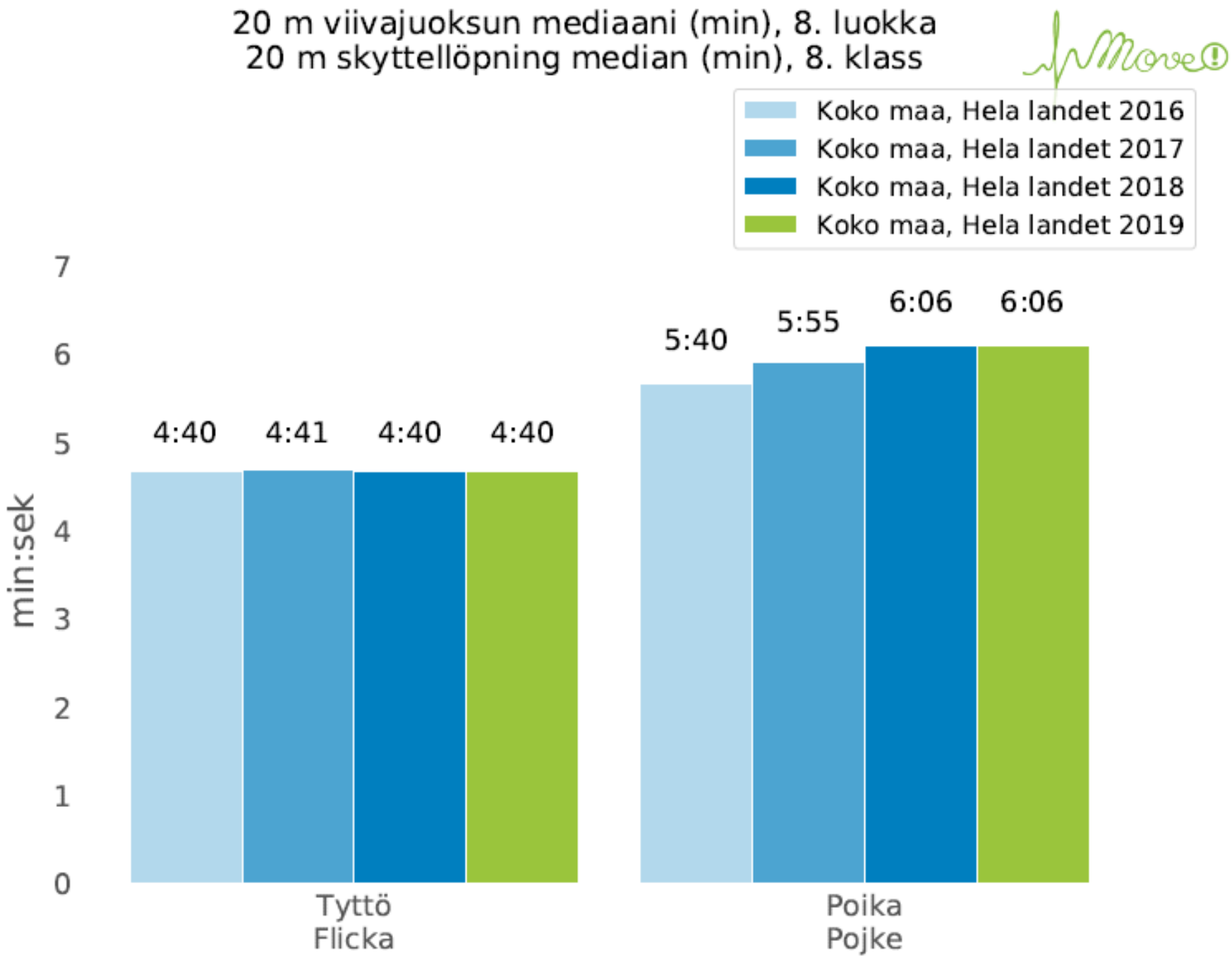
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019

Tytöt, Flickor

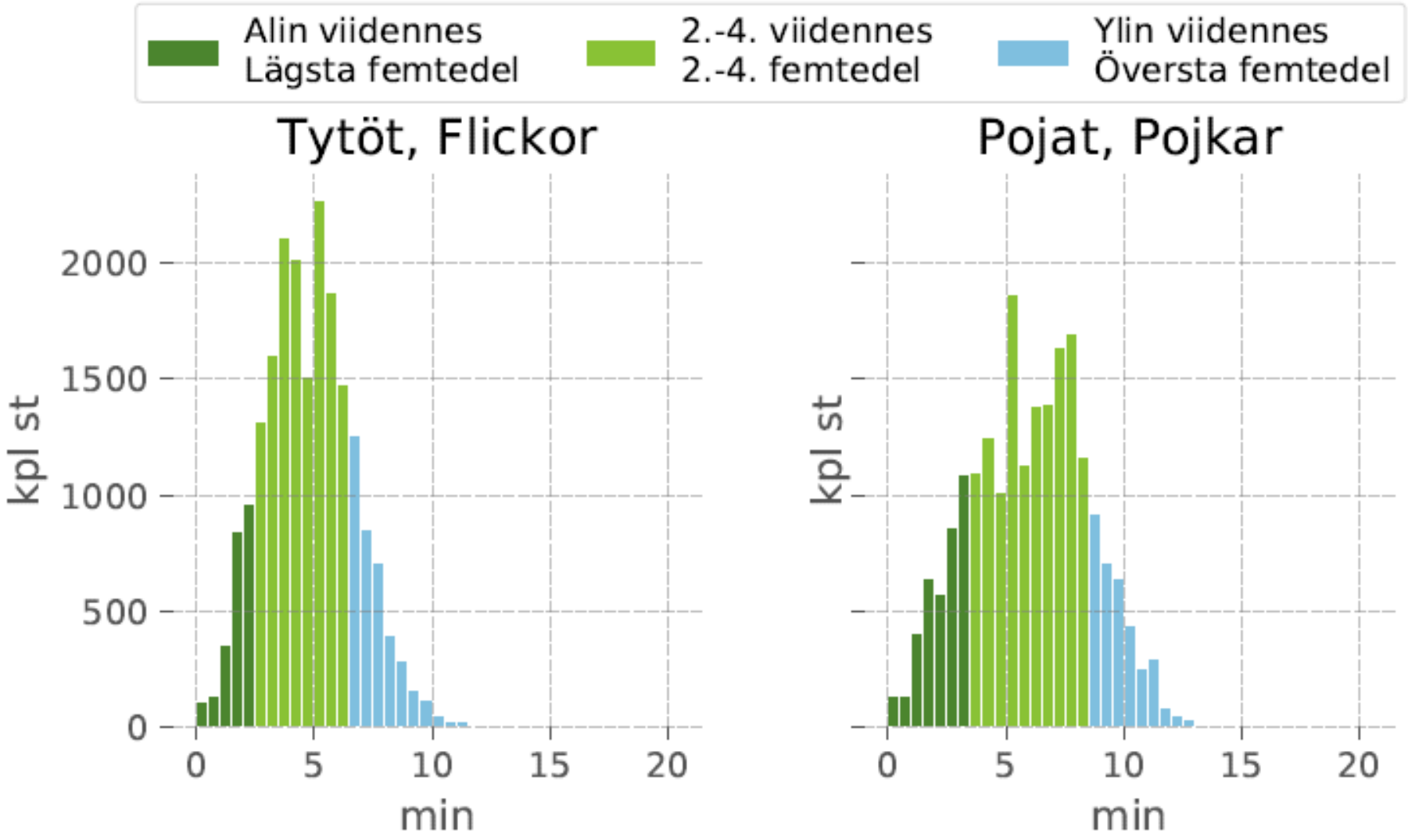


Pojat, Pojkar



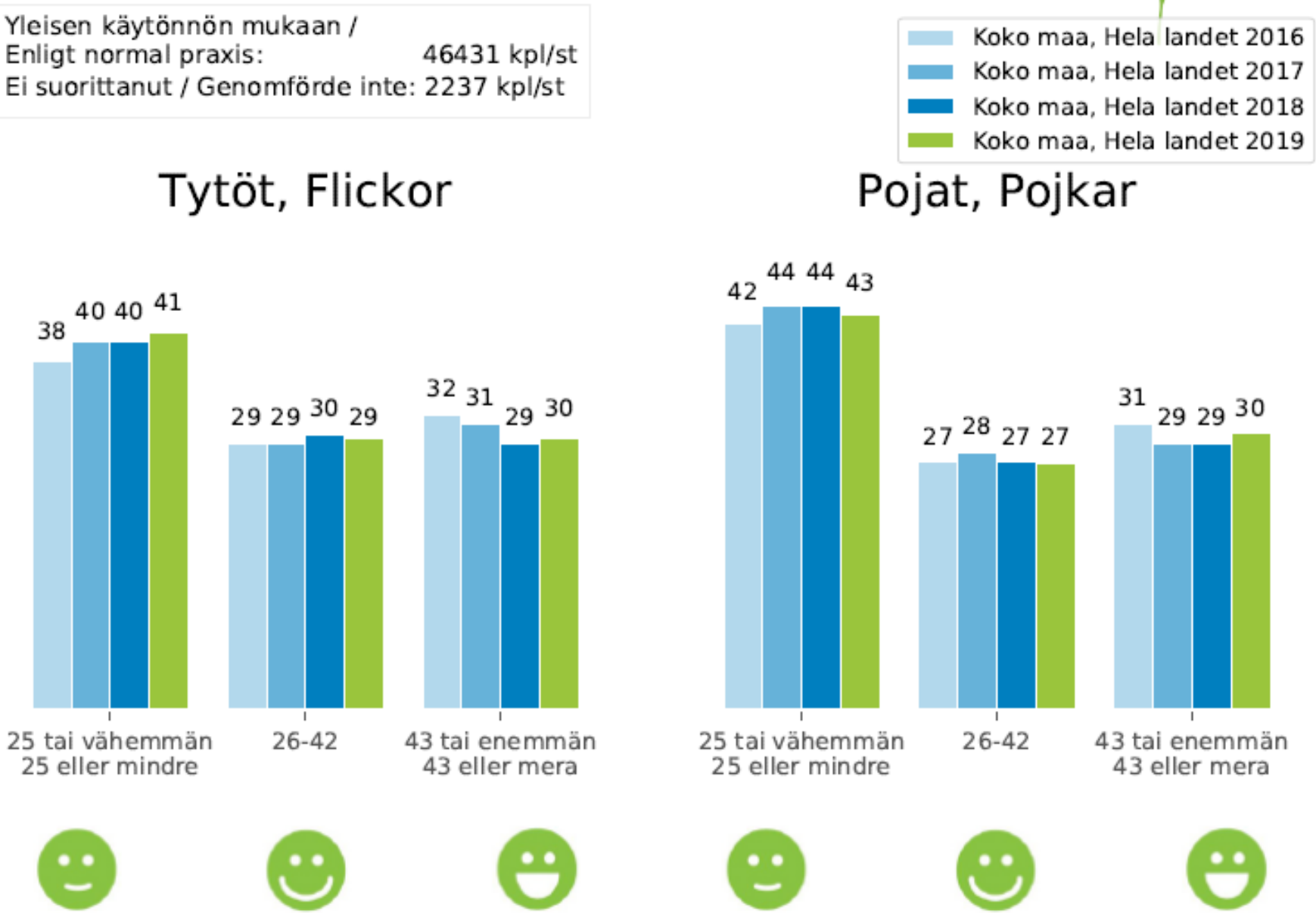

20 m viivajuoksun mediaani (min), 8. luokka
20 m skyttellöpning median (min), 8. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
min:sek
0
1
2
3
4
5
6
7
4:40
4:41
4:40
4:40
5:40
5:55
6:06
6:06
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

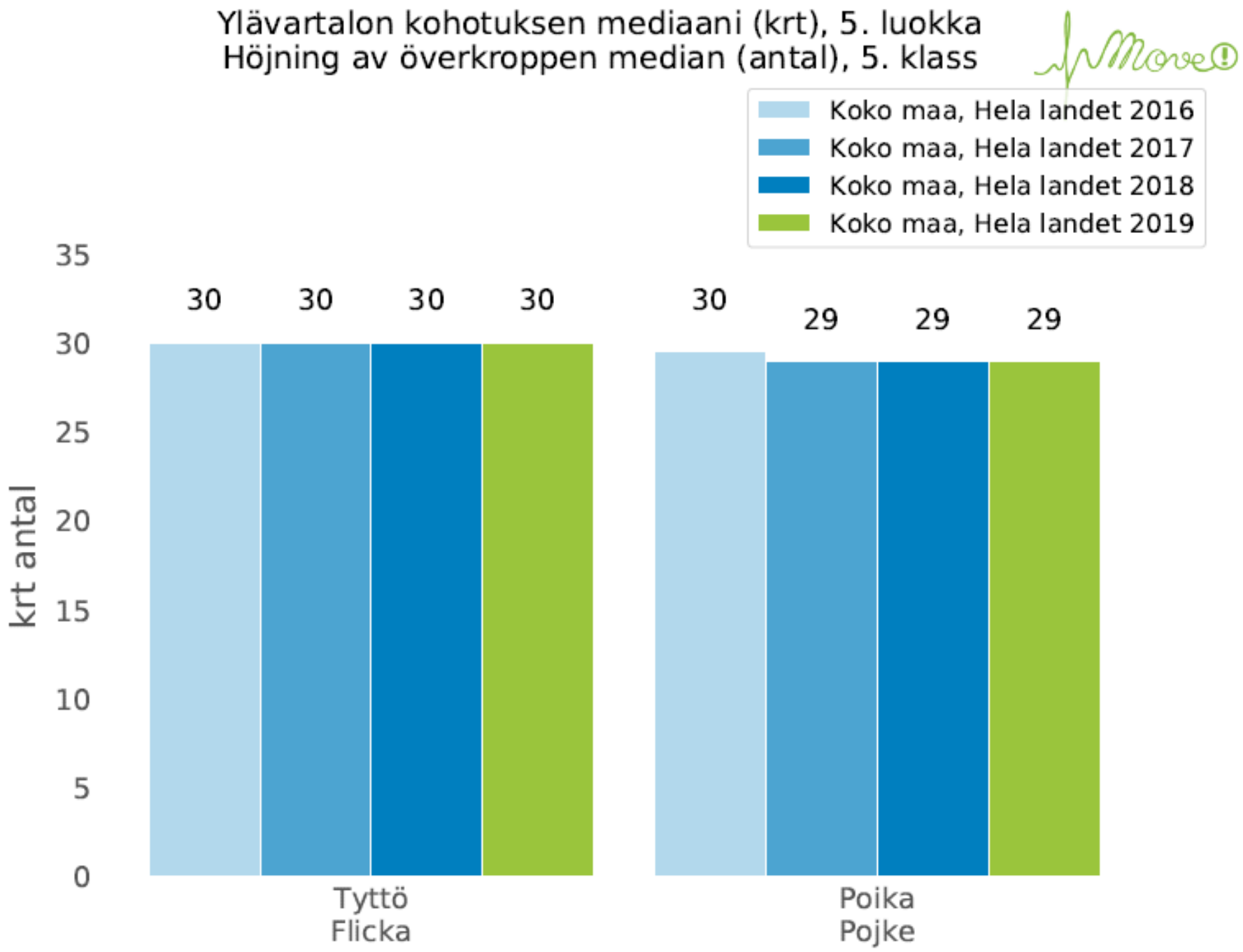
20 m viivajuoksun jakauma (min), 8. luokka
20 m skyttellöpning distribution (min), 8. klass
Koko maa, Hela landet



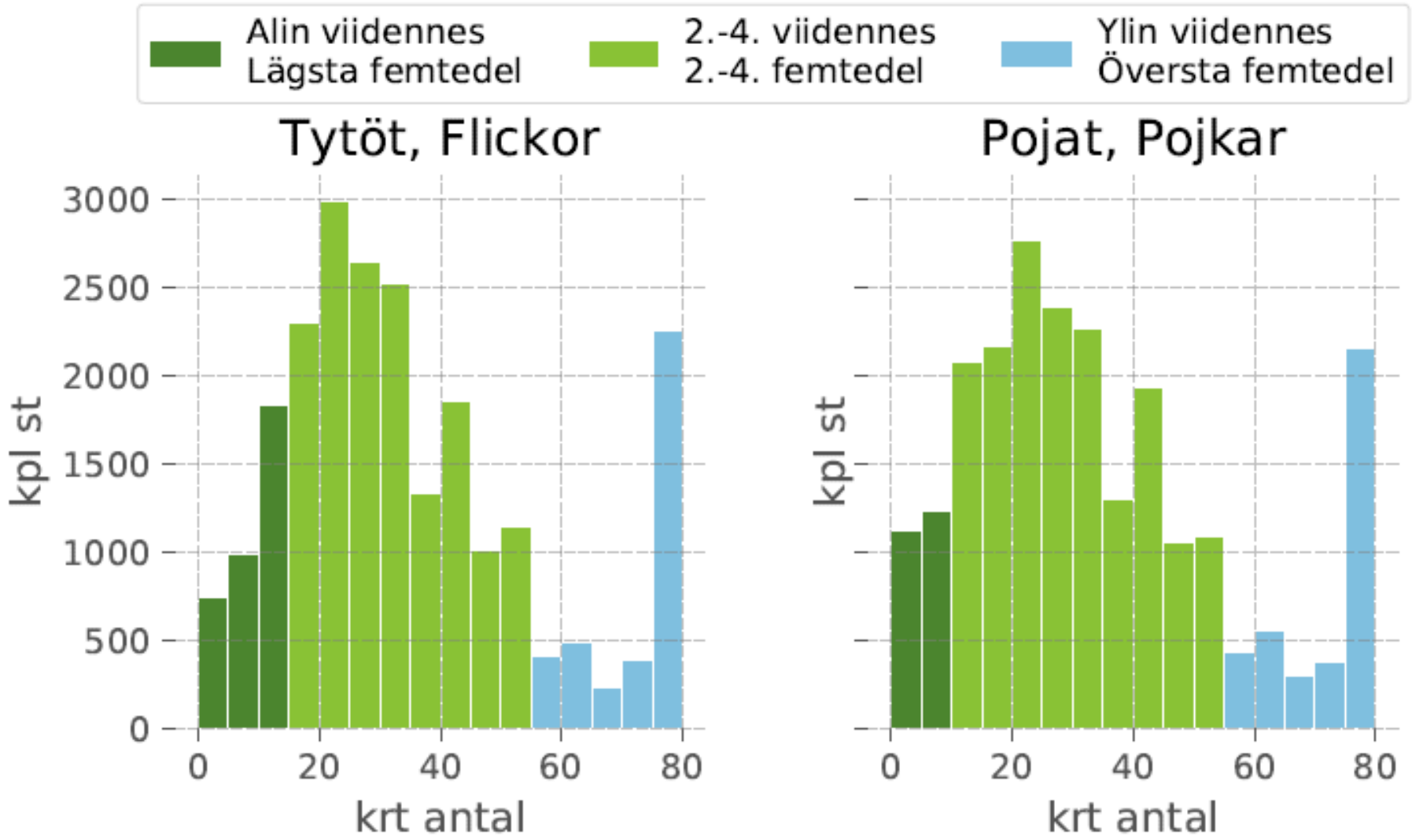
Ylävartalon kohotuksen tulokset, 5. luokka (%)
Höjning av överkroppen resultat, 5. klass (%)

Yleisen käytännön mukaan /
Enligt normal praxis: 46431 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 2237 kpl/st



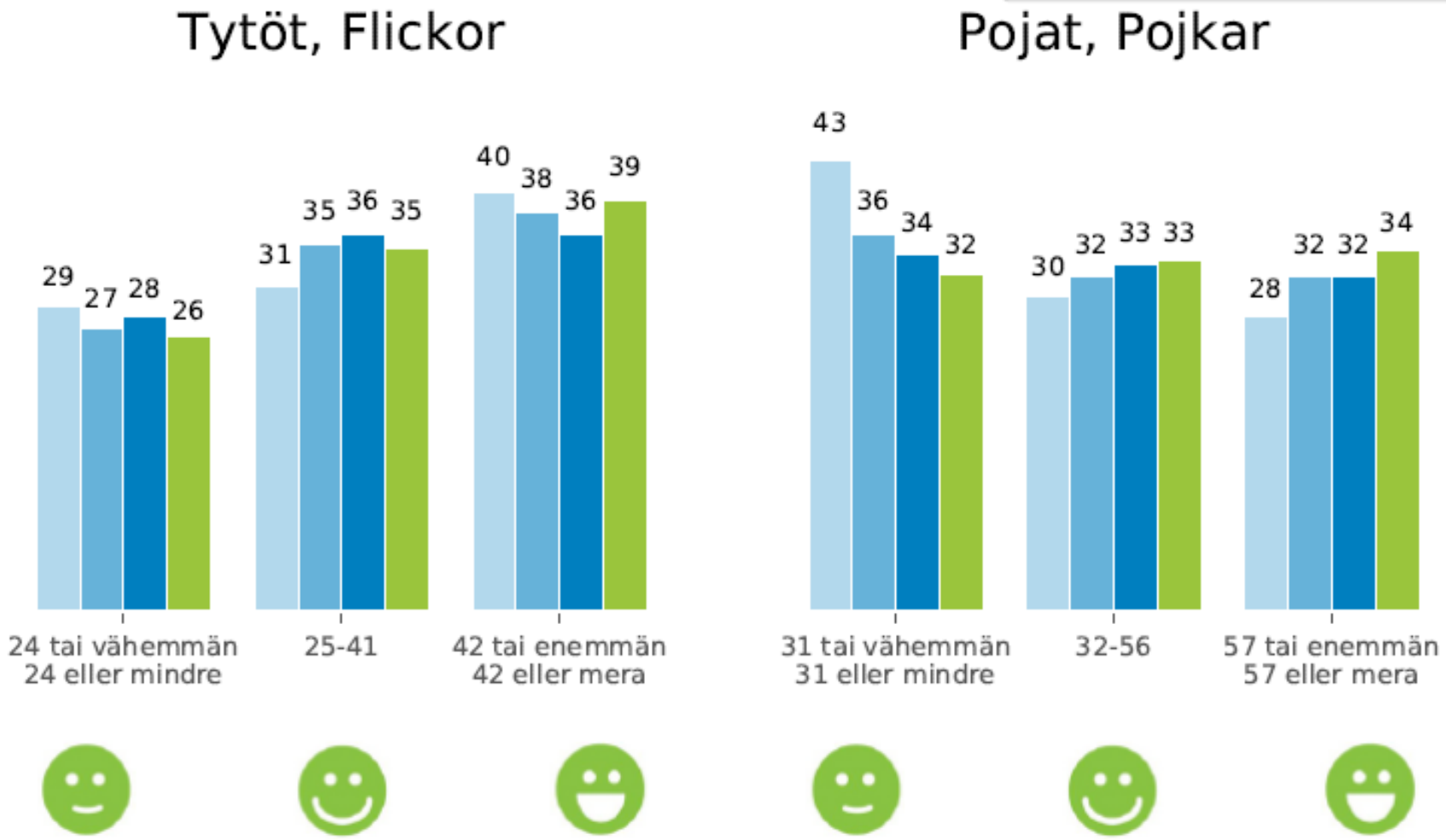

Ylävartalon kohotuksen mediaani (krt), 5. luokka
Höjning av överkroppen median (antal), 5. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
krt antal
35
30
25
20
15
10
5
0
30
30
30
30
30
29
29
29
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

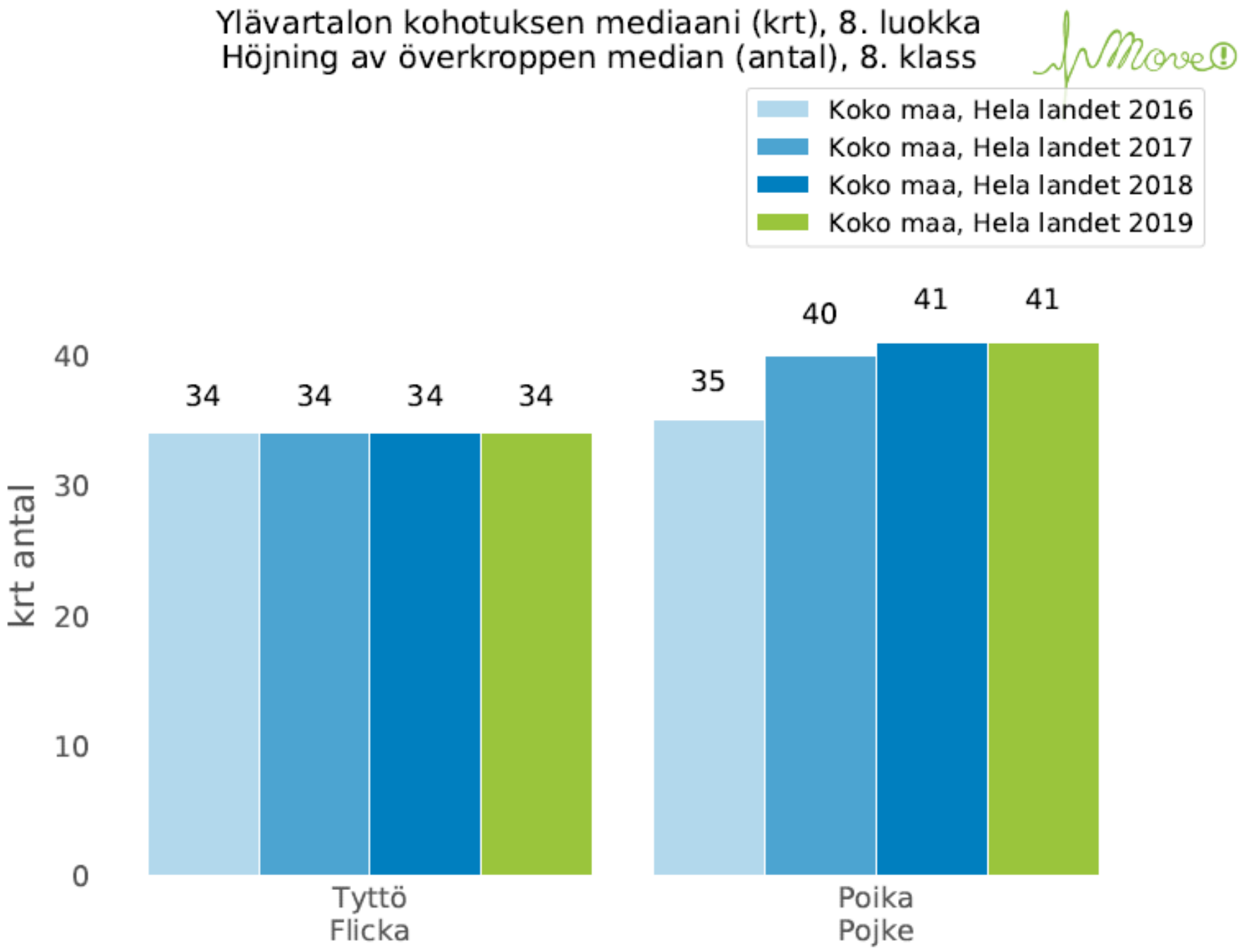
Ylävartalon kohotuksen jakauma (krt), 5. luokka
Höjning av överkroppen distribution (antal), 5. klass
Koko maa, Hela landet



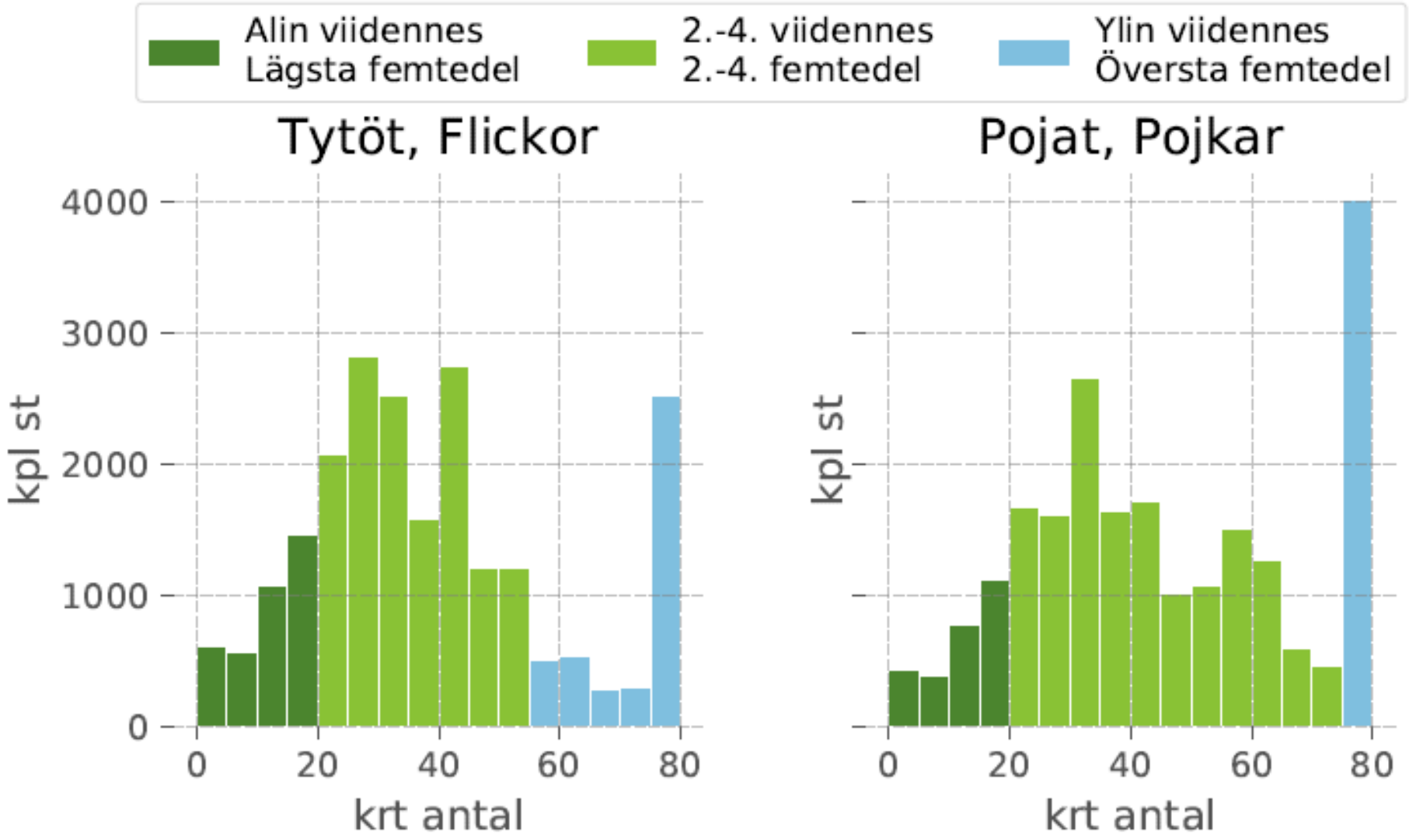
Ylävartalon kohotuksen tulokset, 8. luokka (%)
Höjning av överkroppen resultat, 8. klass (%)

Yleisen käytännön mukaan /
Enligt normal praxis: 44182 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 4048 kpl/st



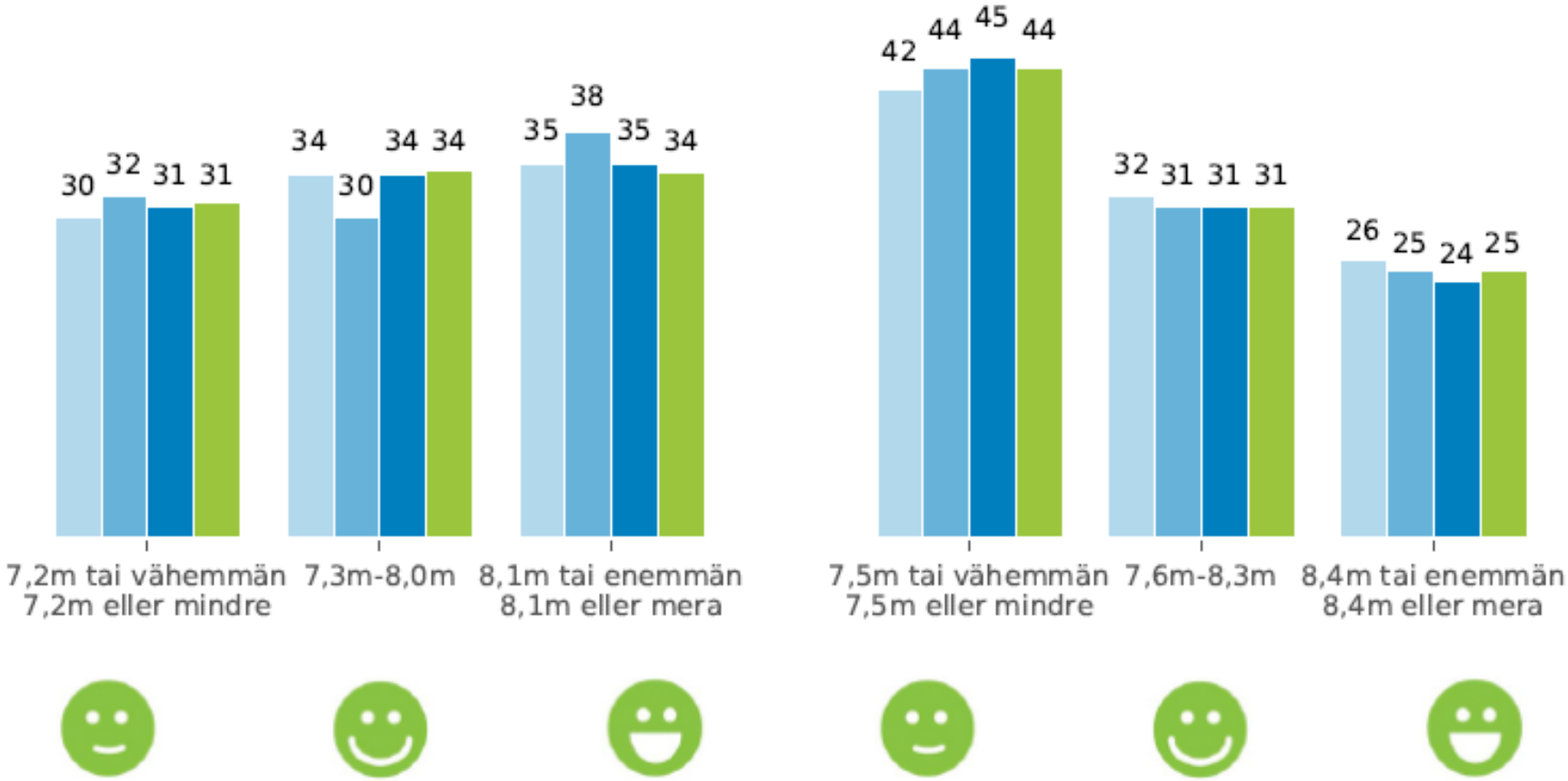

Ylävartalon kohotuksen mediaani (krt), 8. luokka
Höjning av överkroppen median (antal), 8. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
krt antal
0
10
20
30
40
34
34
34
34
35
40
41
41
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

Ylävartalon kohotuksen jakauma (krt), 8. luokka
Höjning av överkroppen distribution (antal), 8. klass
Koko maa, Hela landet

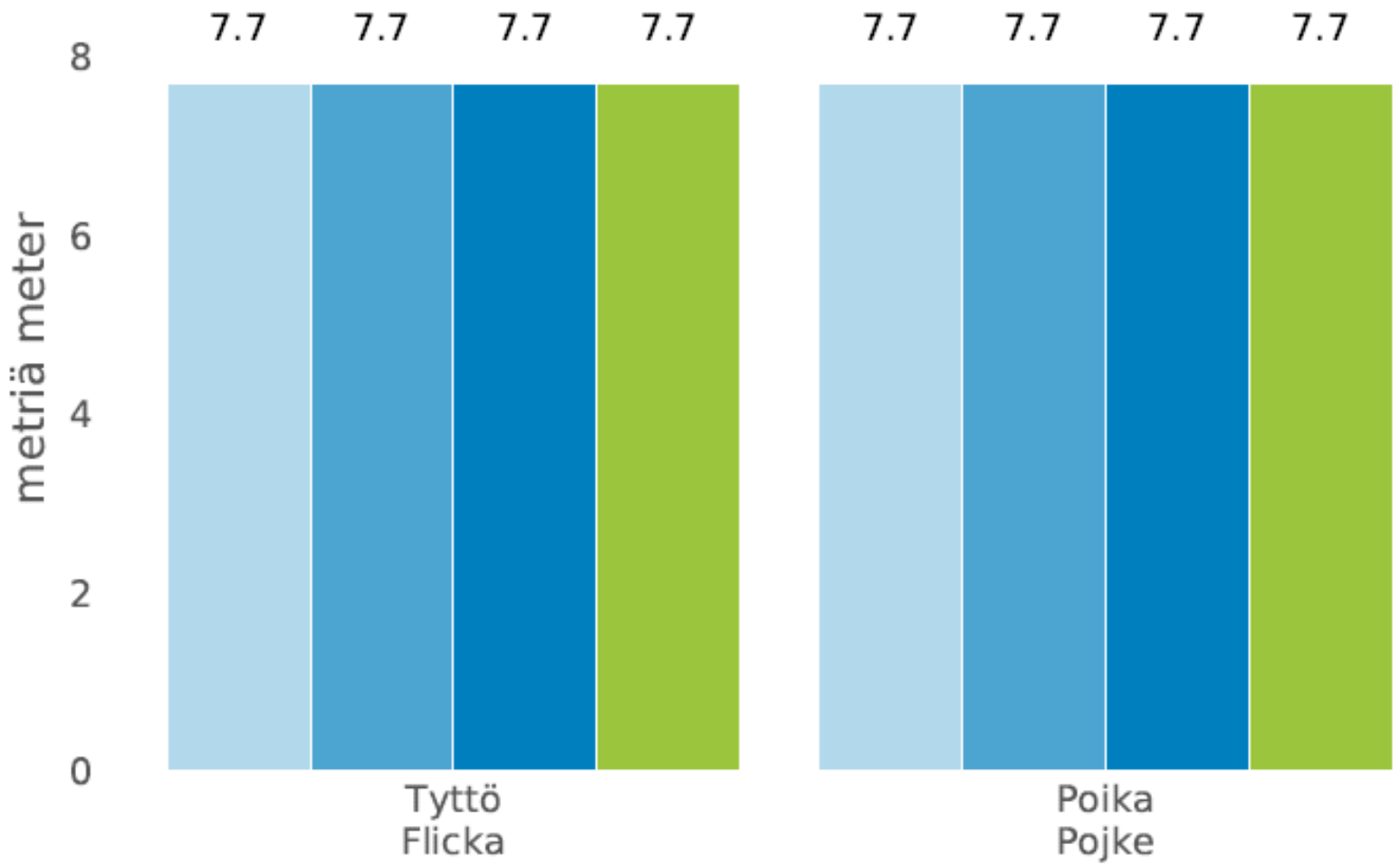


Vauhdittoman 5-loikan tulokset, 5. luokka (%)
5-steg utan ansats resultat, 5. klass (%)

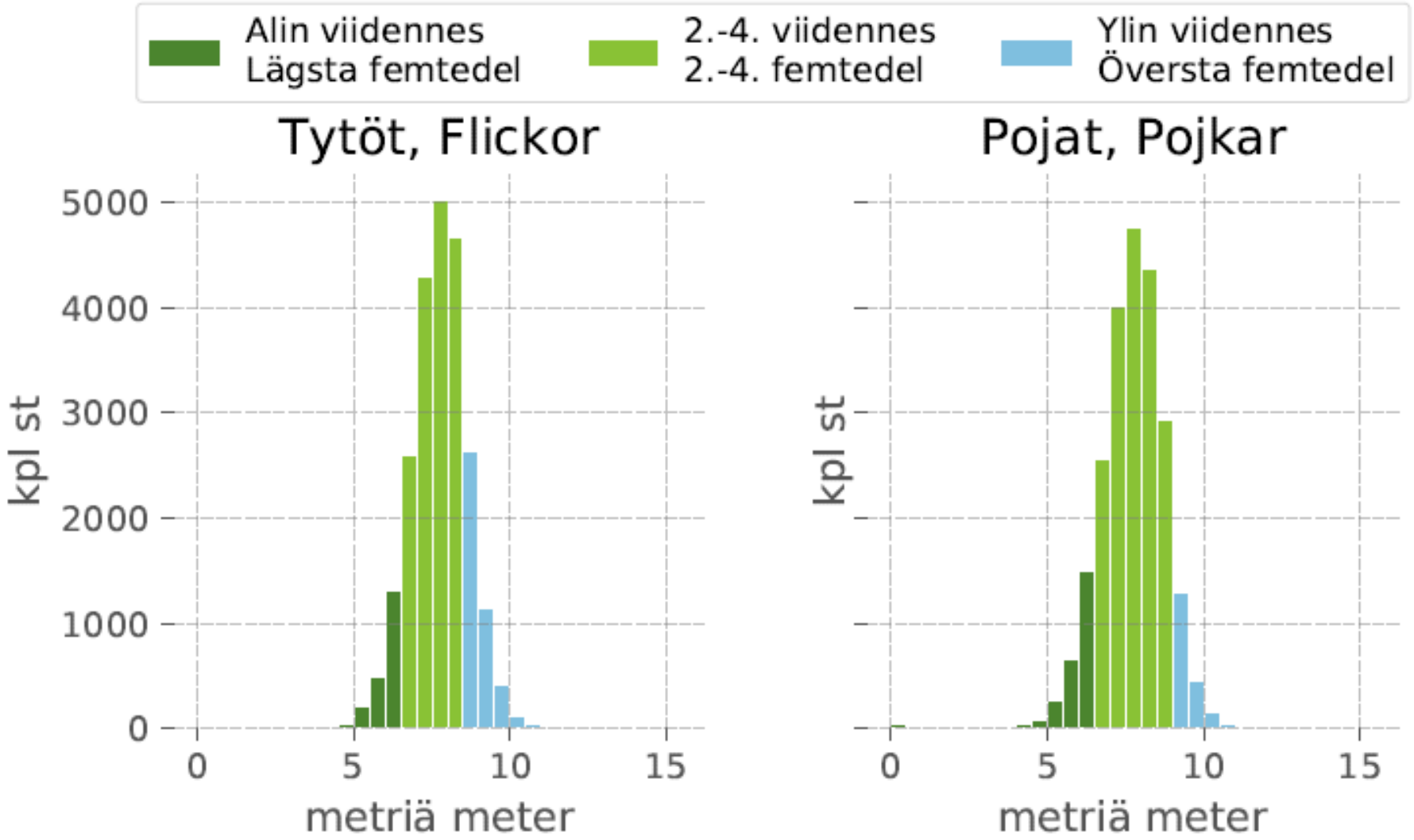
Yleisen käytönnön mukaan / Enligt normal praxis: 46378 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 2290 kpl/st



Vauhditon 5-loikka, mediaani (metriä), 5. luokka
5-steg utan ansats, median (meter), 5. klass

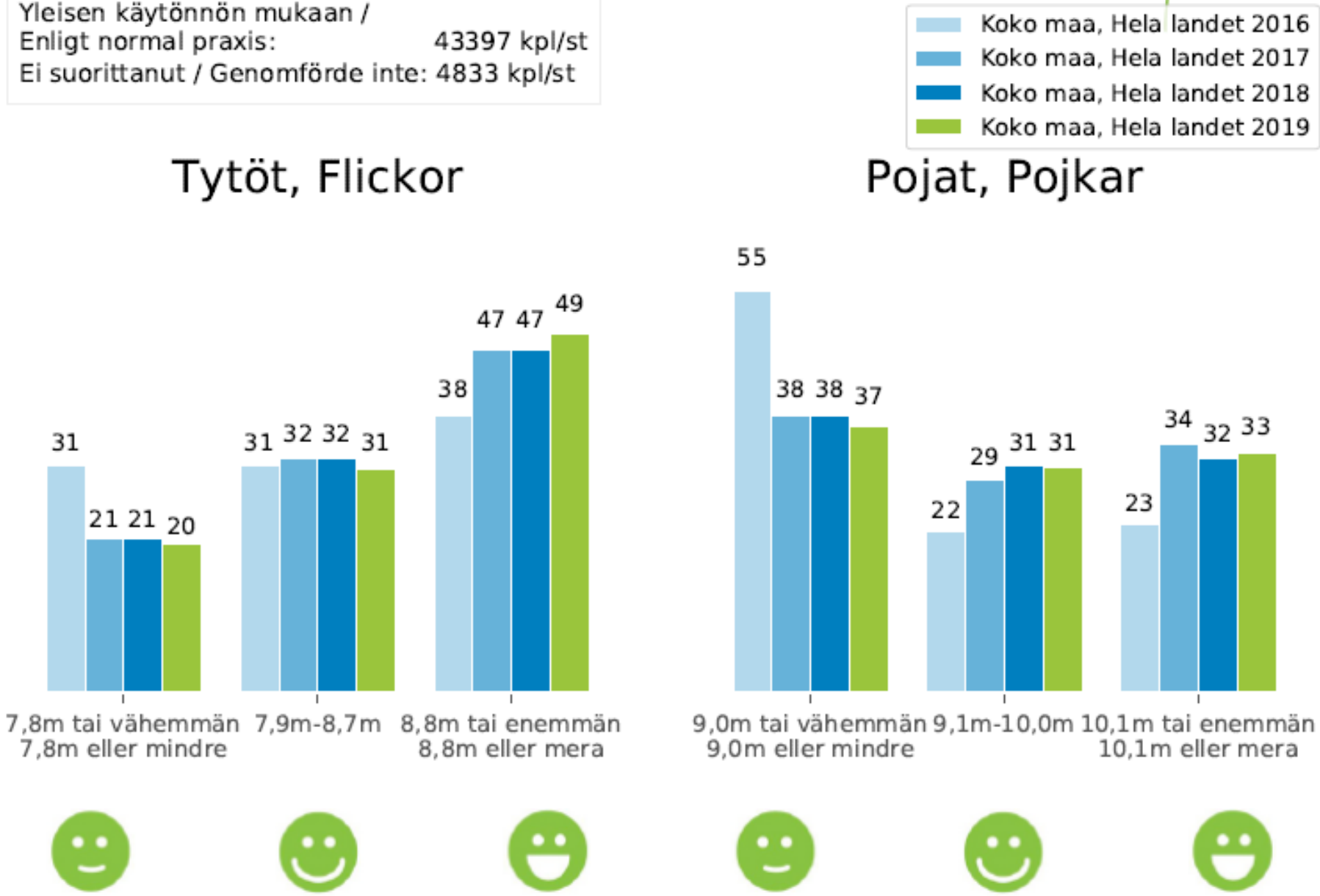


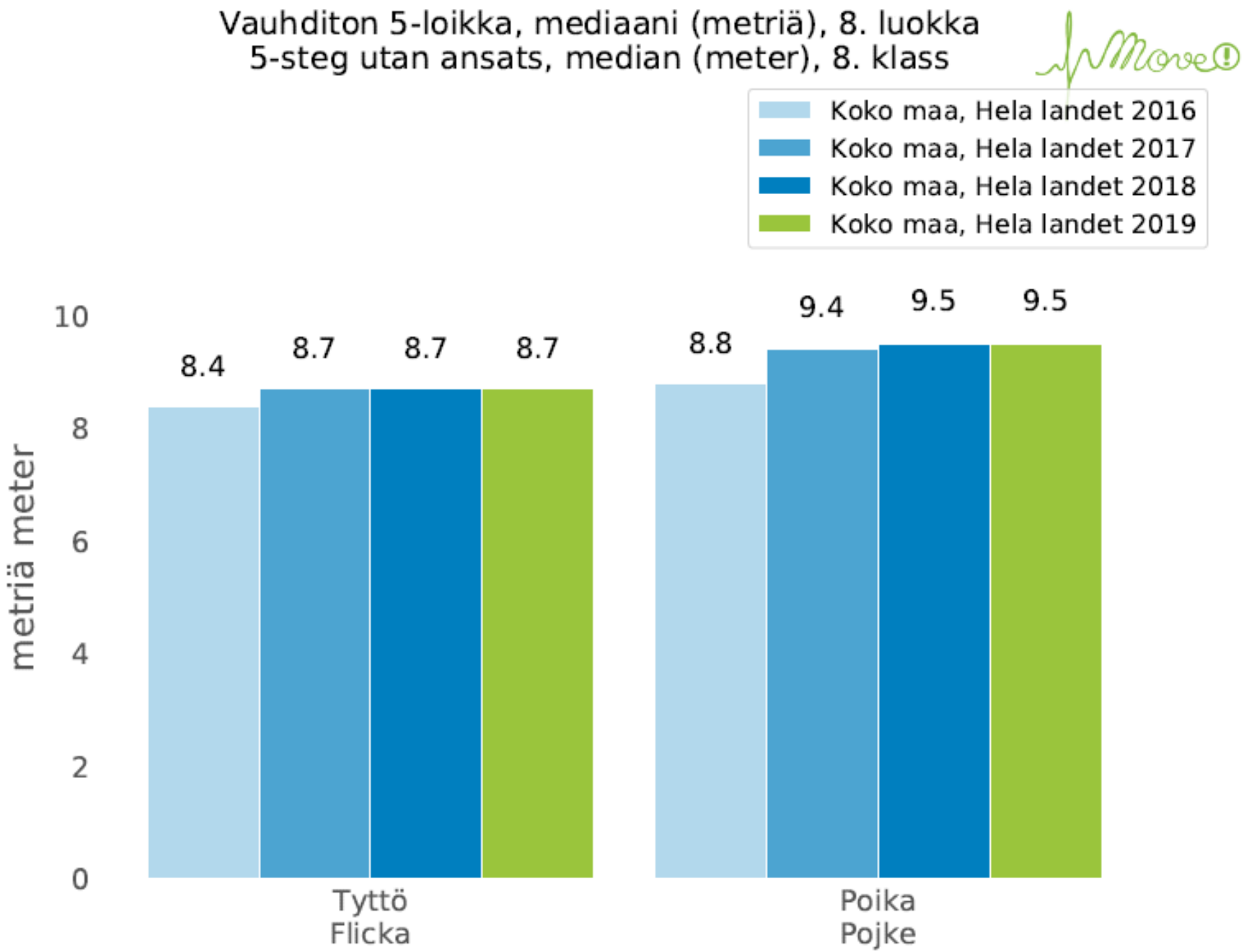
Vauhditon 5-loikka, jakauma (metriä), 5. luokka
5-steg utan ansats, distribution (meter), 5. klass
Koko maa, Hela landet



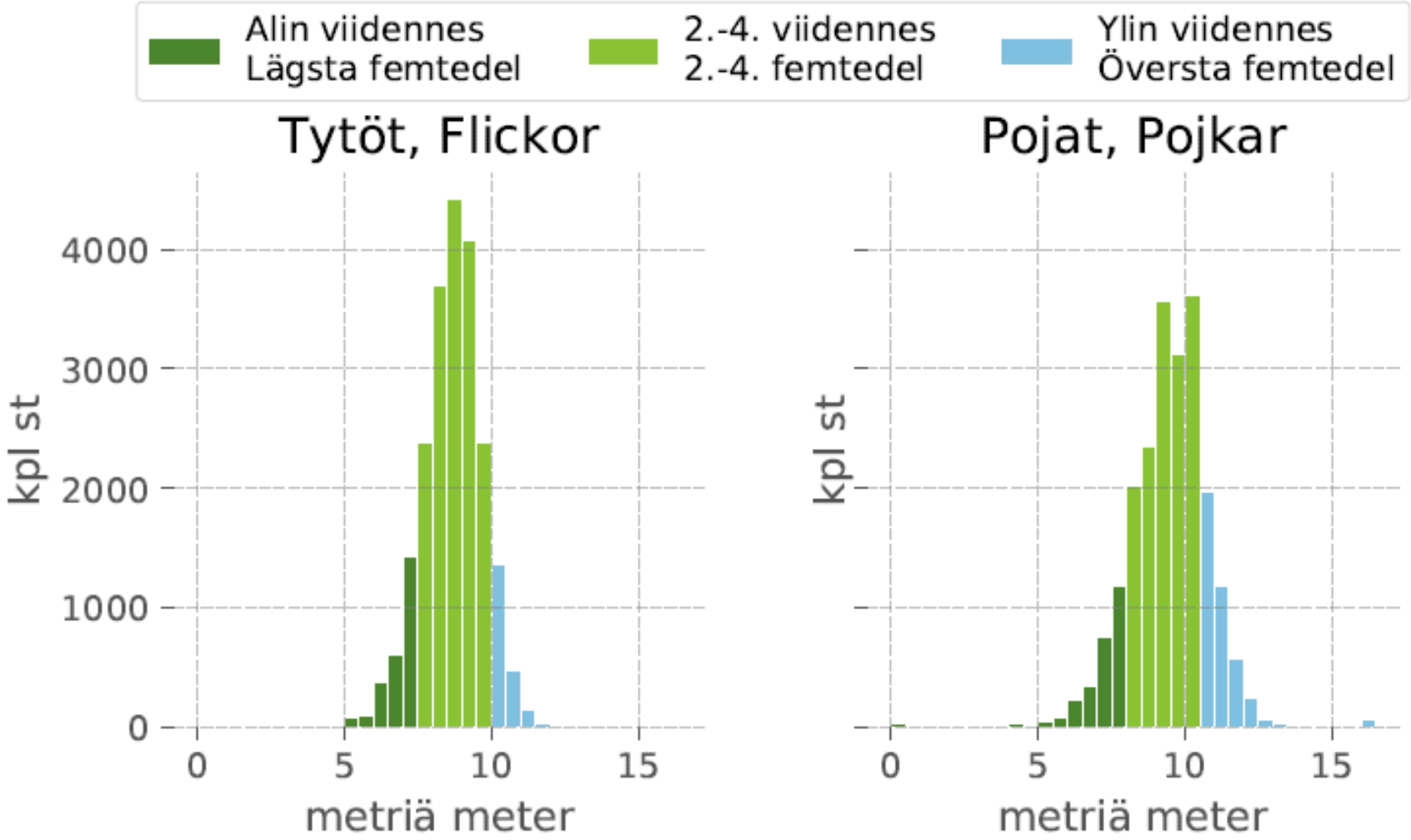
Vauhdittoman 5-loikan tulokset, 8. luokka (%)
5-steg utan ansats resultat, 8. klass (%)

Yleisen käytännön mukaan /
Enligt normal praxis: 43397 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 4833 kpl/st



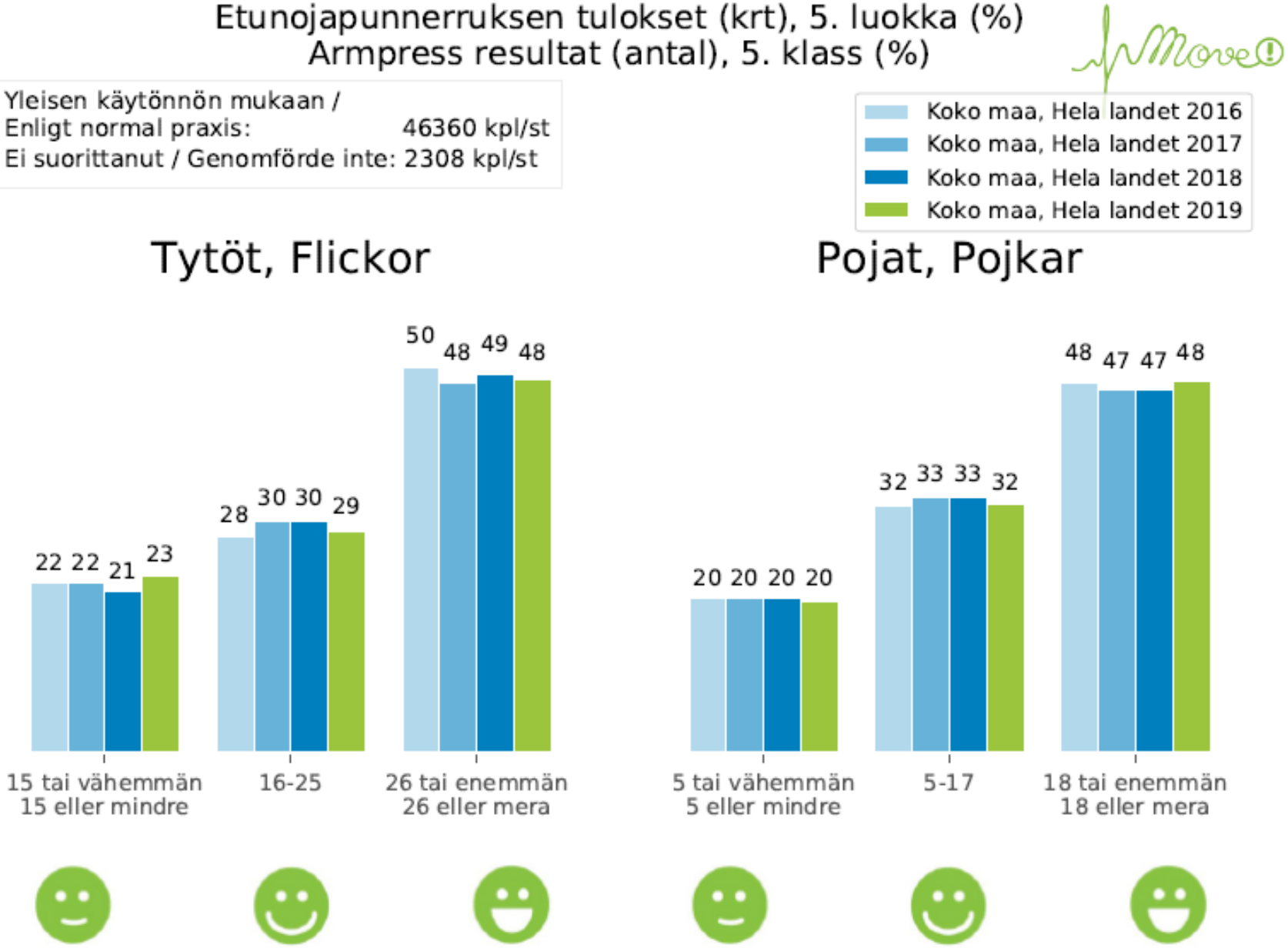

Vauhditon 5-loikka, mediaani (metriä), 8. luokka
5-steg utan ansats, median (meter), 8. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
metriä meter
10
8
6
4
2
0
8.4
8.7
8.7
8.7
8.8
9.4
9.5
9.5
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

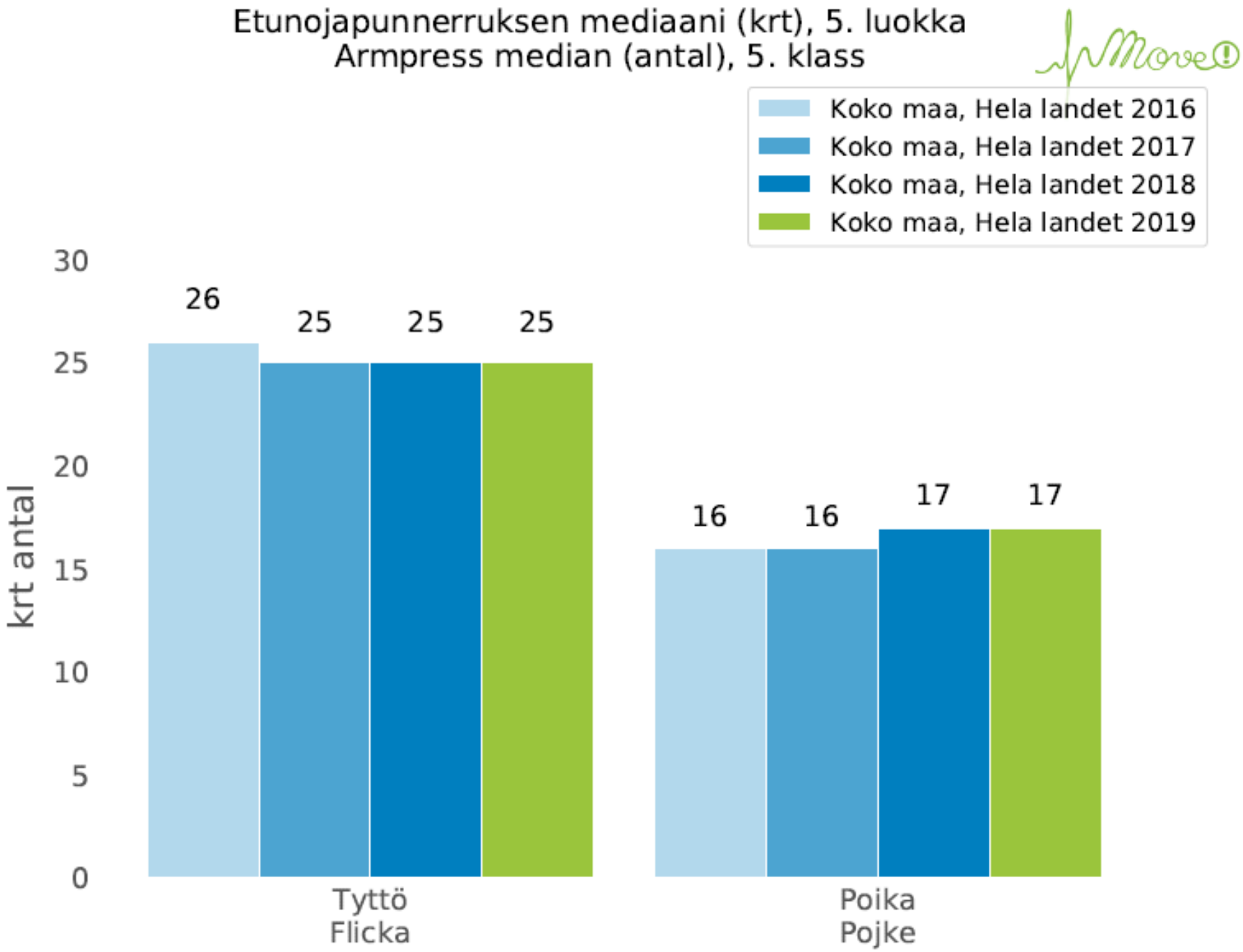
Vauhditon 5-loikka, jakauma (metriä), 8. luokka
5-steg utan ansats, distribution (meter), 8. klass
Koko maa, Hela landet



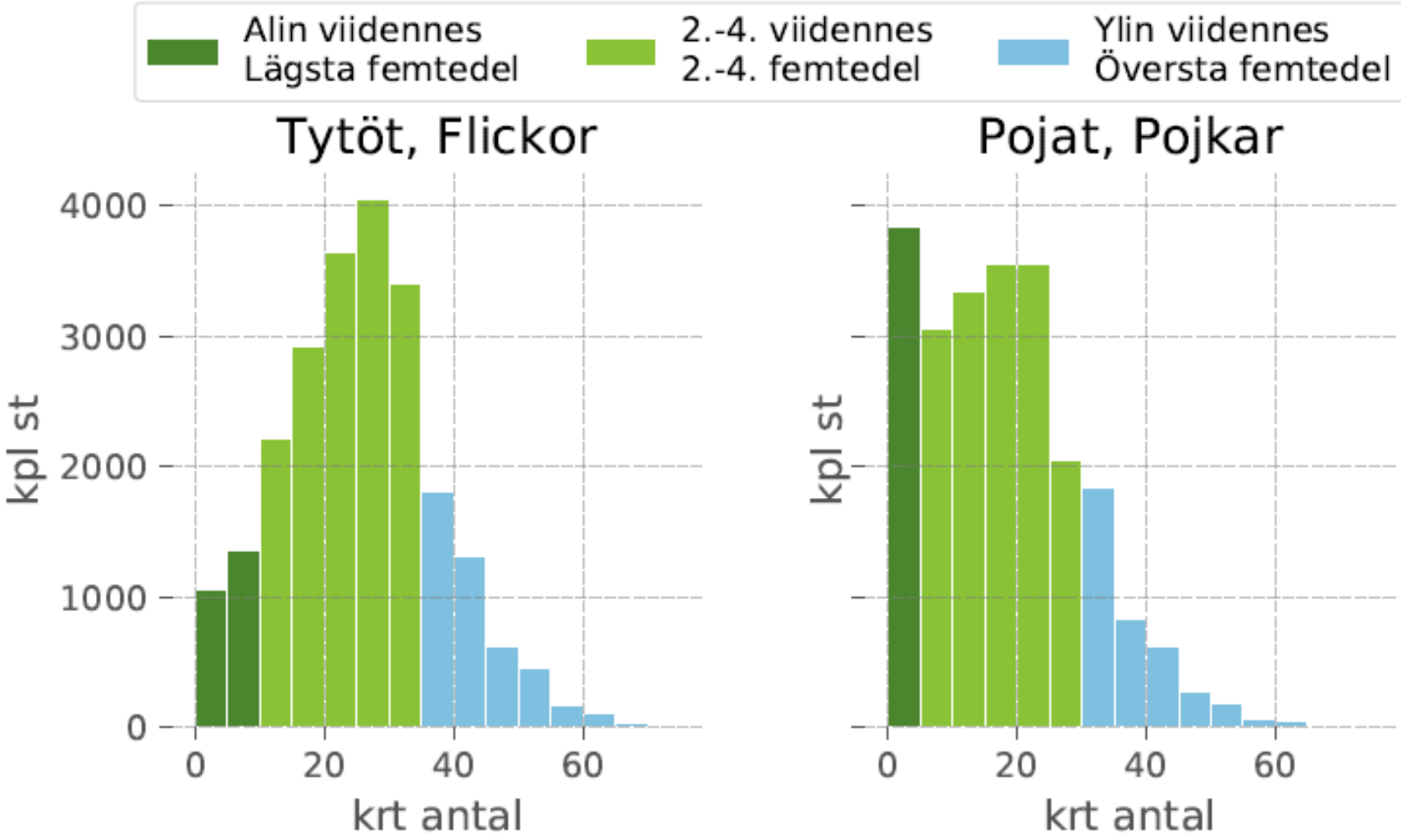
Etunojapunnerruksen tulokset (krt), 5. luokka (%)
Armpress resultat (antal), 5. klass (%)

Yleisen käytönnön mukaan /
Enligt normal praxis: 46360 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 2308 kpl/st



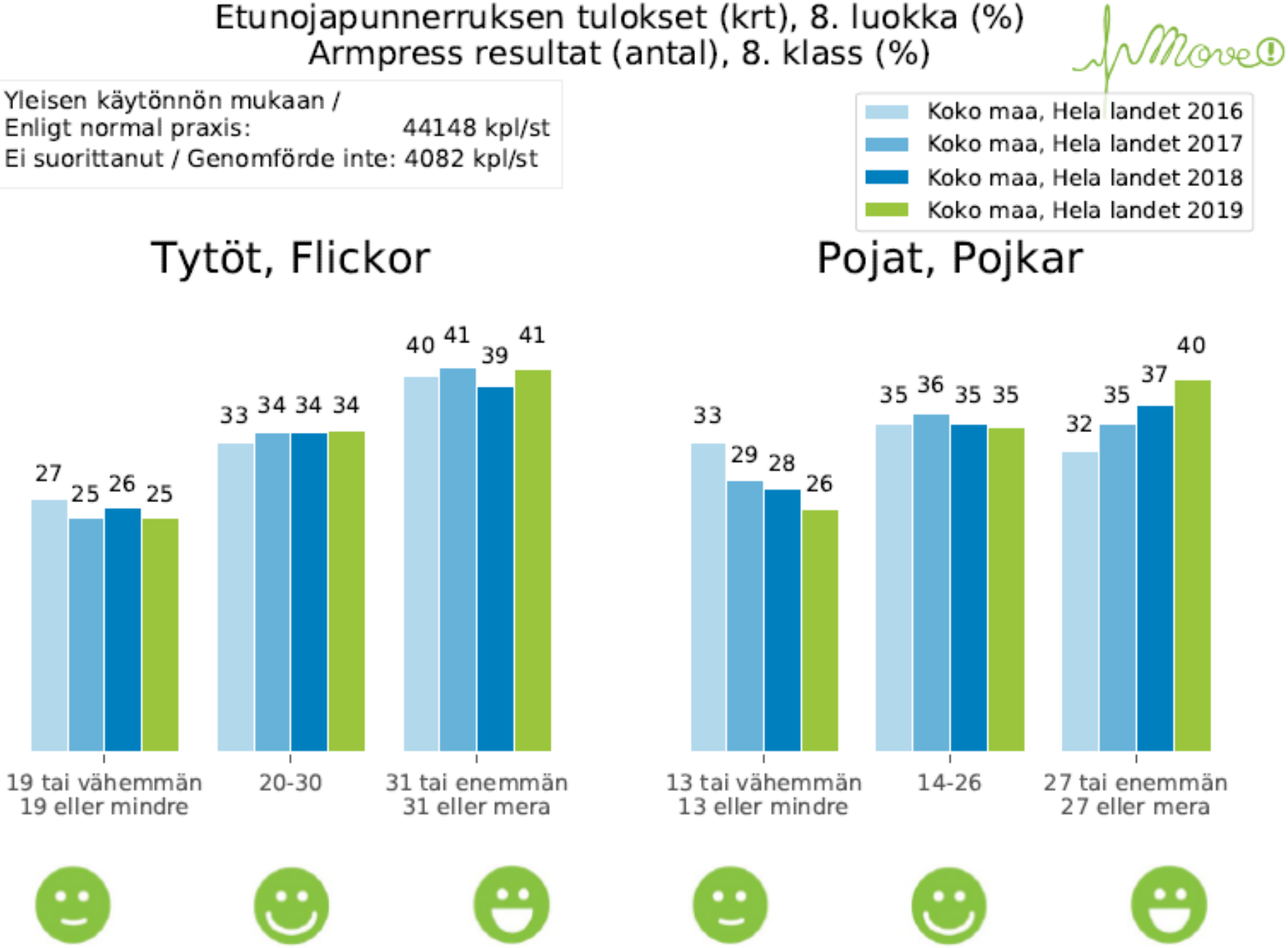

Etunojapunnerruksen mediaani (krt), 5. luokka
Armpress median (antal), 5. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
krt antal
30
25
20
15
10
5
0
26
25
25
25
16
16
17
17
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

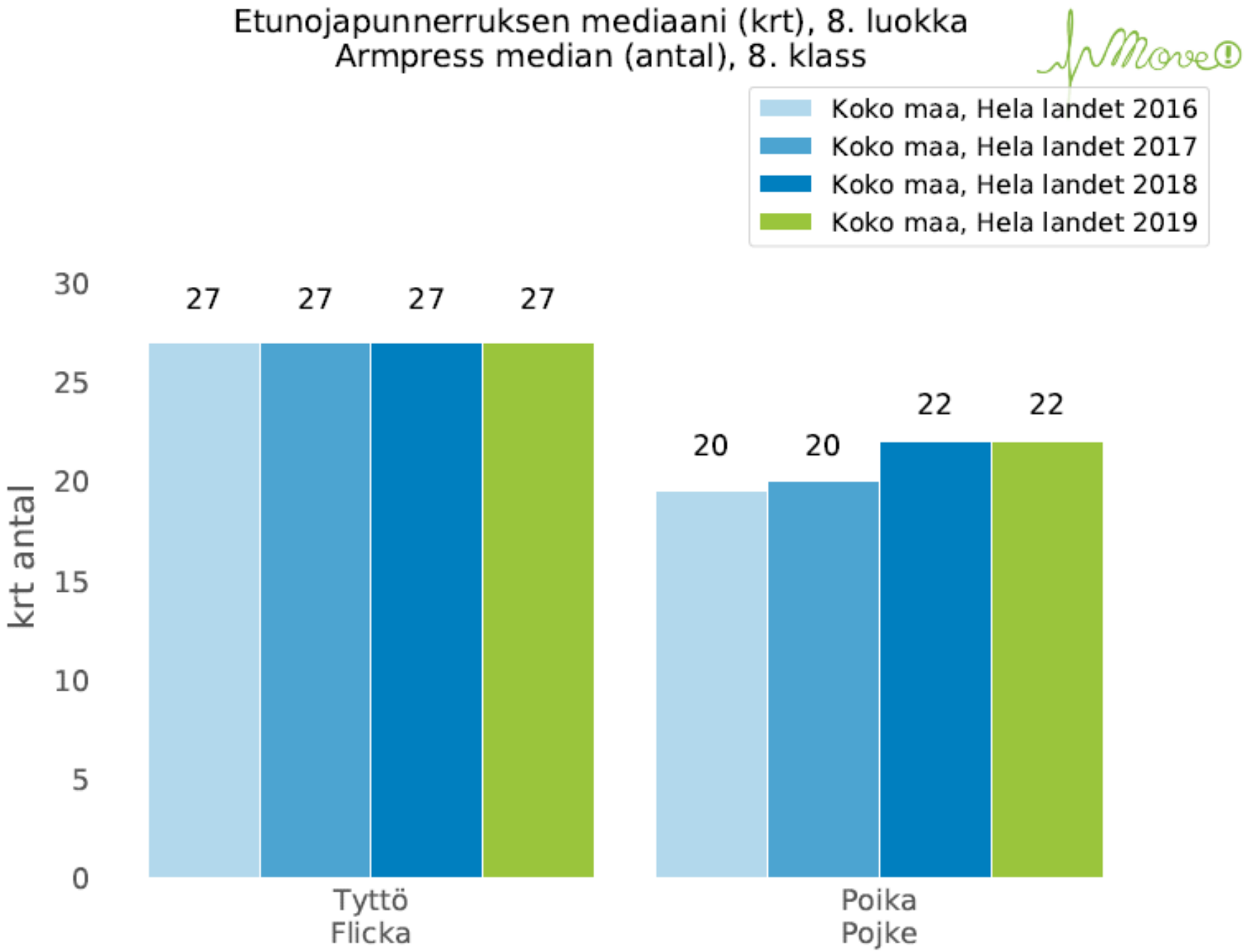
Etunojapunnerruksen jakauma (krt), 5. luokka
Armpress distribution (antal), 5. klass
Koko maa, Hela landet



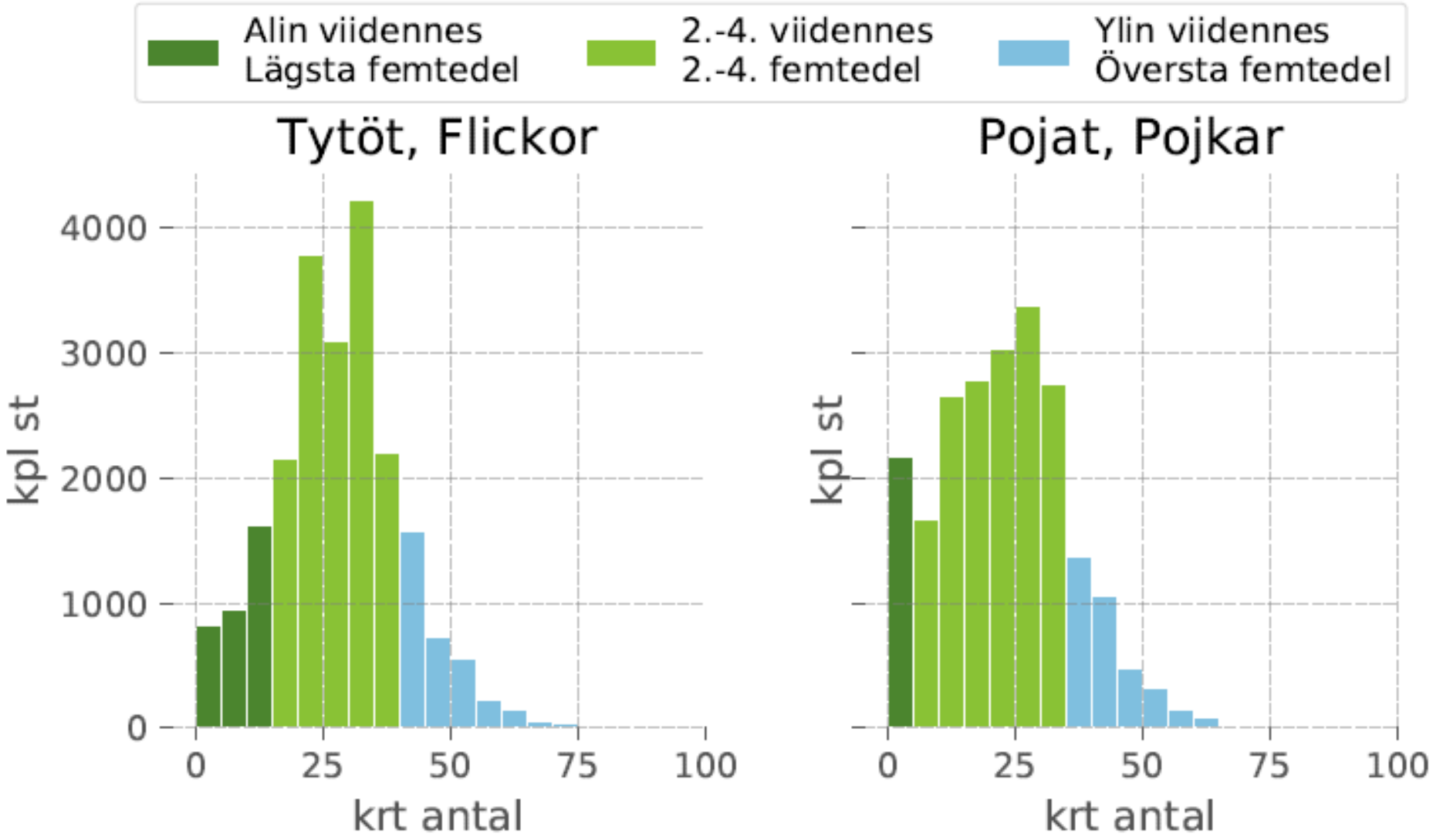
Etunojapunnerruksen tulokset (krt), 8. luokka (%)
Armpress resultat (antal), 8. klass (%)

Yleisen käytönnön mukaan /
Enligt normal praxis: 44148 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 4082 kpl/st



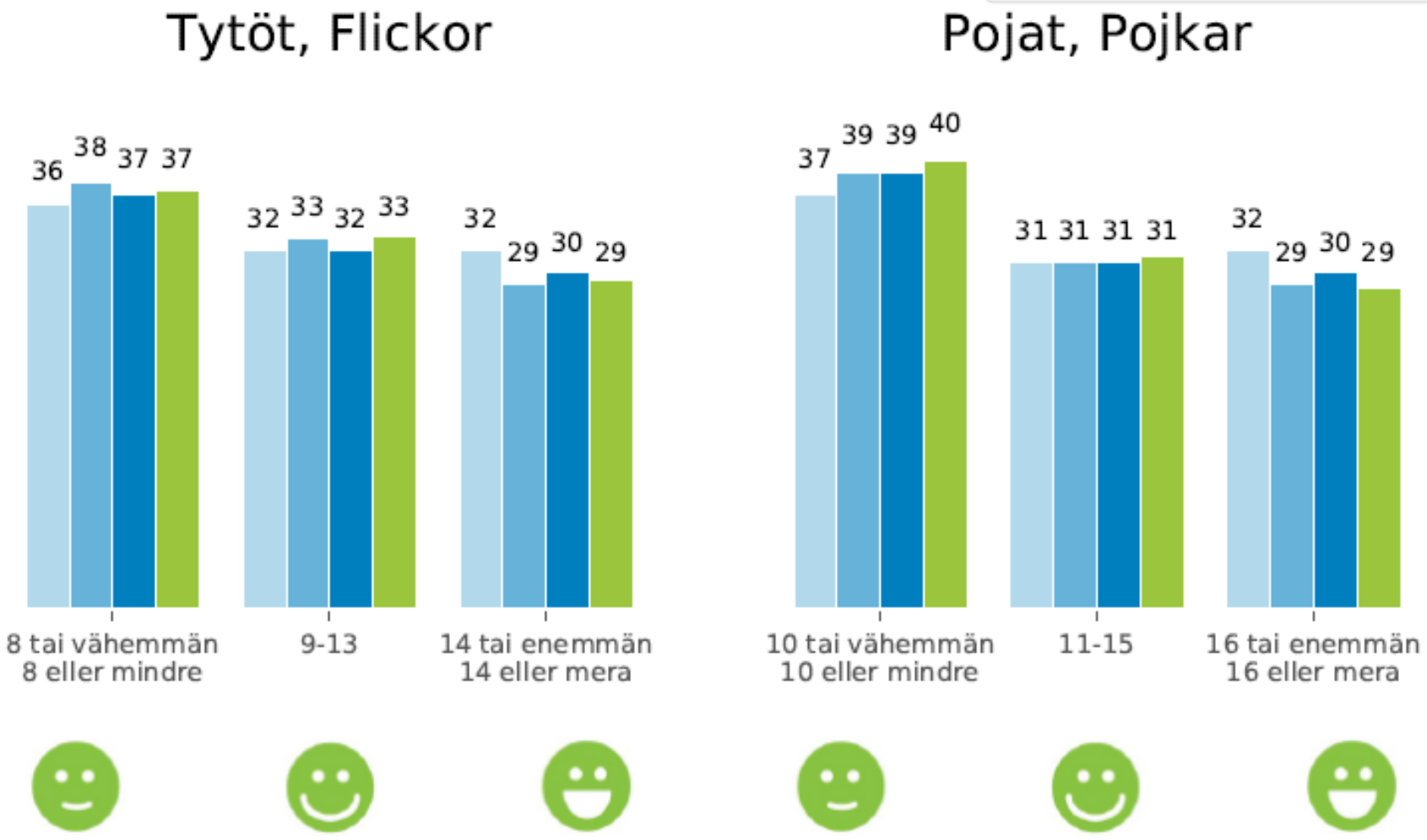

Etunojapunnerruksen mediaani (krt), 8. luokka
Armpress median (antal), 8. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
krt antal
30
25
20
15
10
5
0
27
27
27
27
20
20
22
22
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

Etunojapunnerruksen jakauma (krt), 8. luokka
Armpress distribution (antal), 8. klass
Koko maa, Hela landet

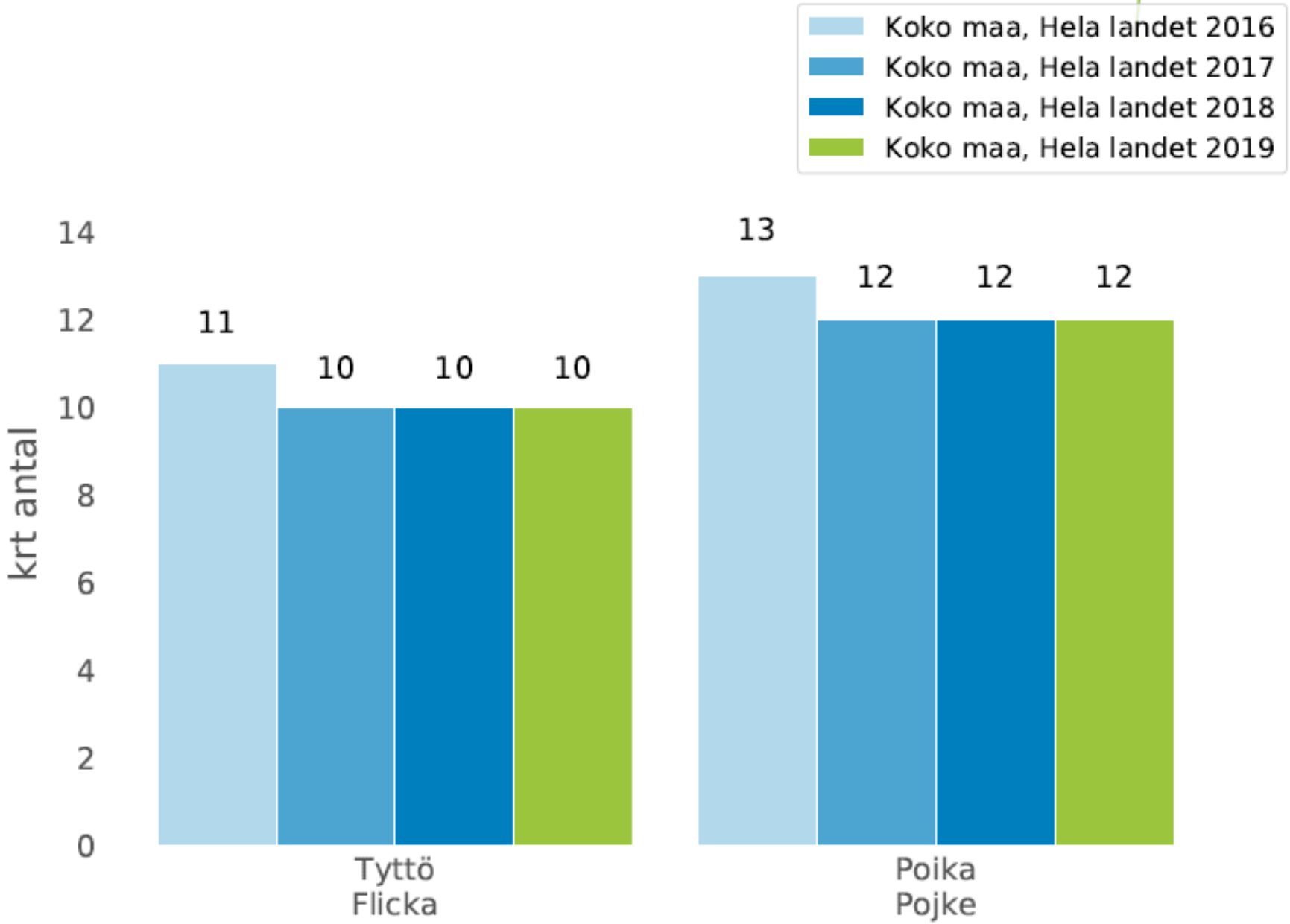


Heitto-kiinniottoyhdistelmän tulokset (krt), 5. luokka (%)
Kast med lyra resultat (antal), 5. klass (%)

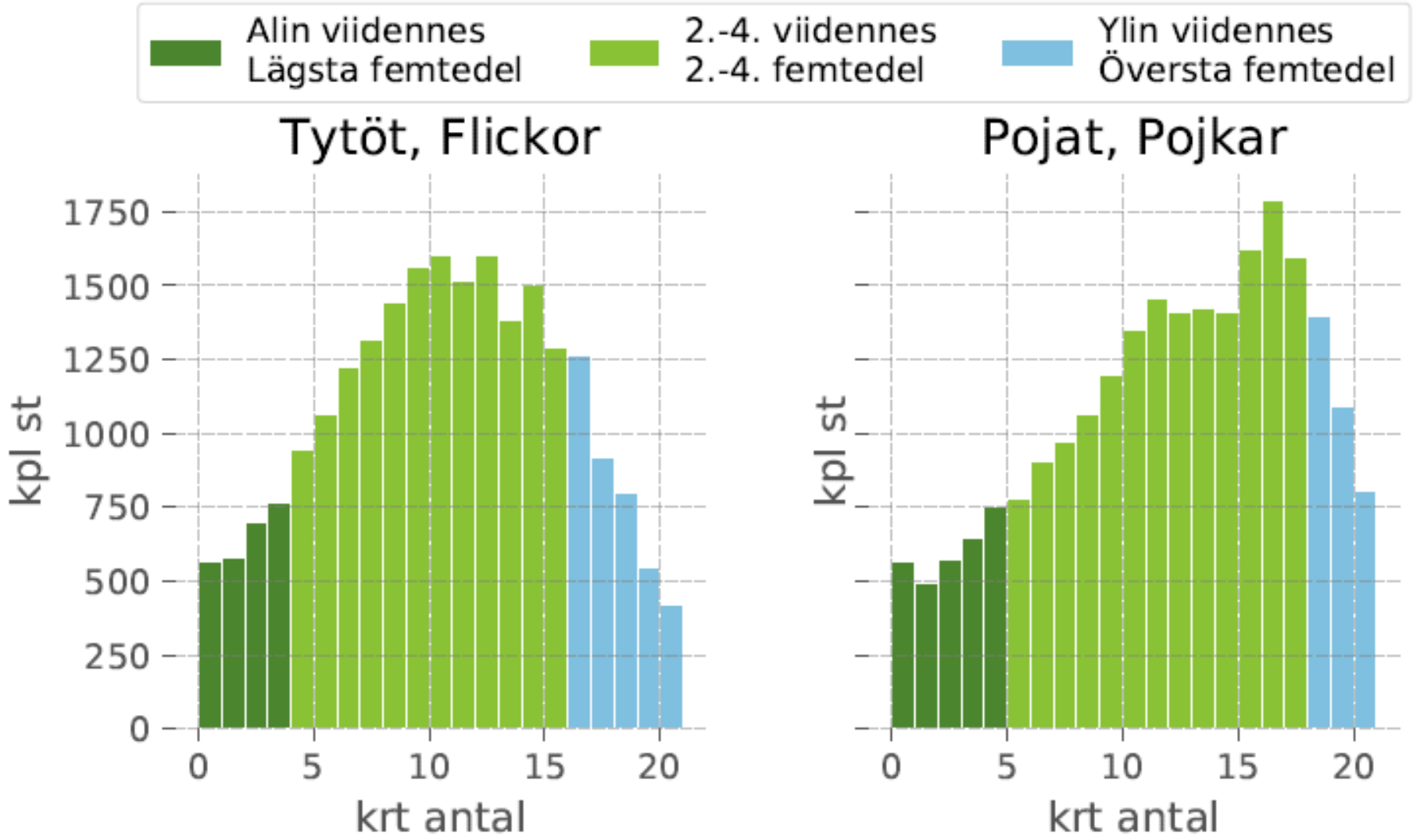
Yleisen käytönnön mukaan /
Enligt normal praxis: 46323 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 2345 kpl/st



Heitto-kiinniottoyhdistelmän mediaani (krt), 5. luokka
Kast med lyra median (antal), 5. klass

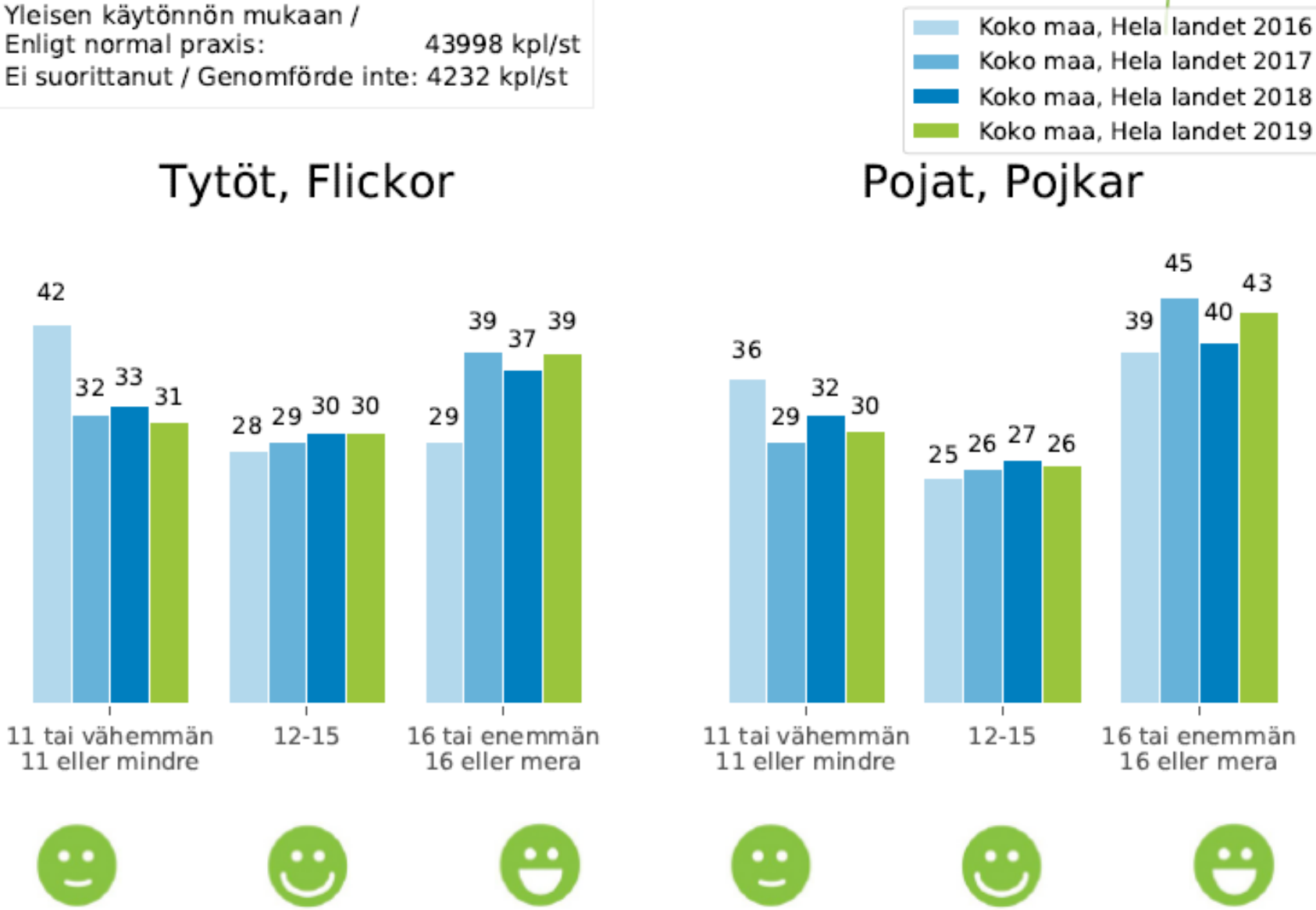


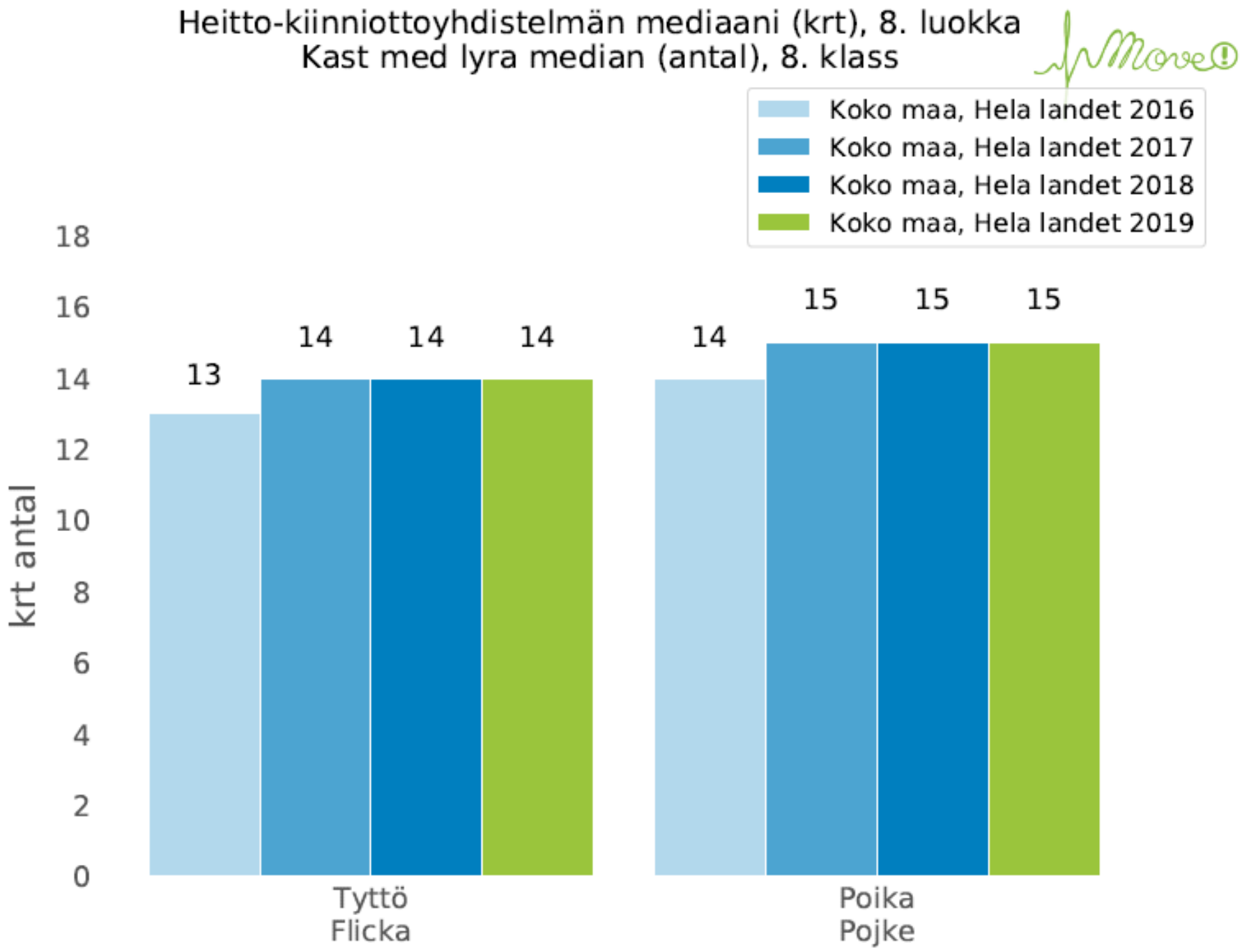
Heitto-kiinniottoyhdistelmän jakauma (krt), 5. luokka
Kast med lyra distribution (antal), 5. klass
Koko maa, Hela landet



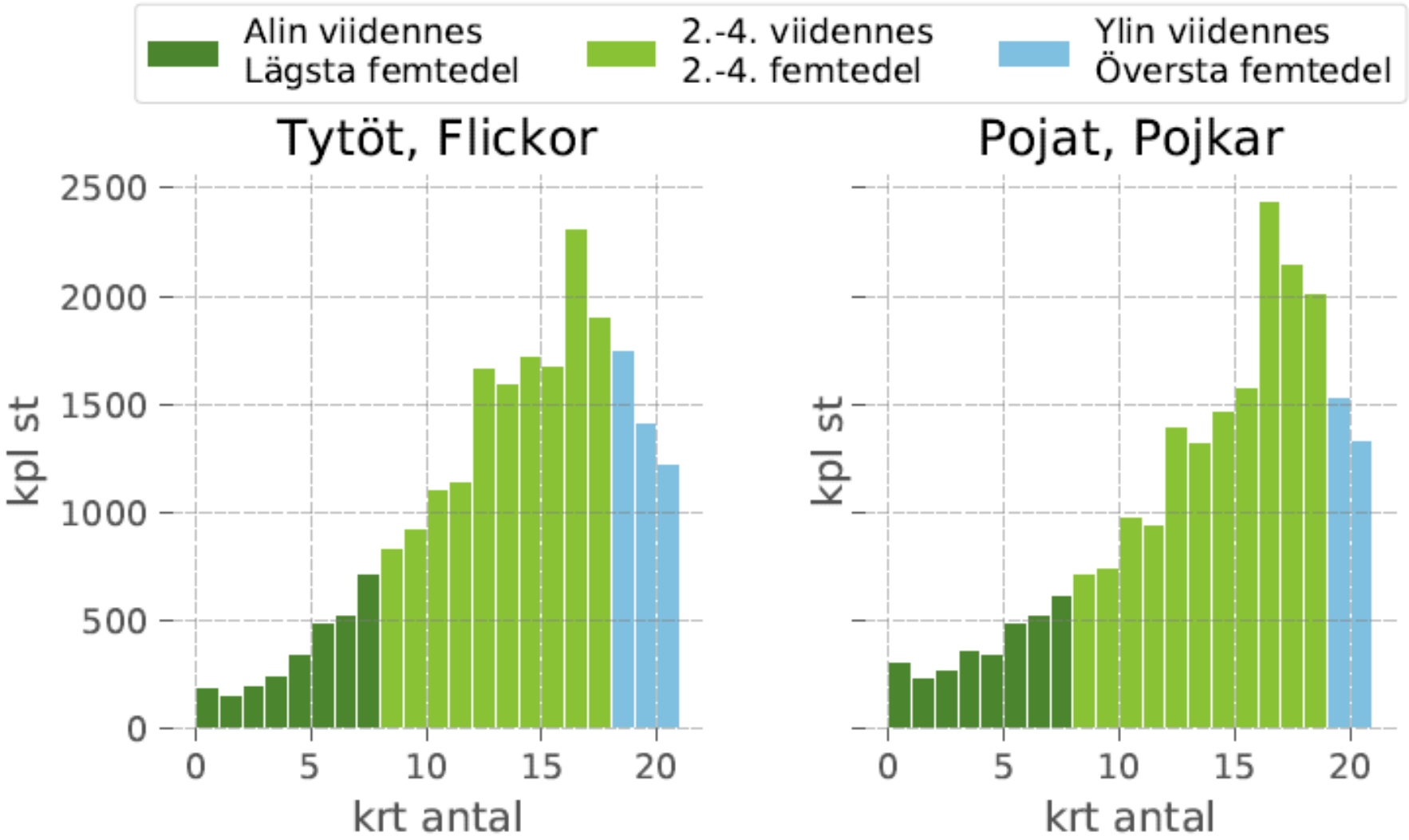
Heitto-kiinniottoyhdistelmän tulokset (krt), 8. luokka (%)
Kast med lyra resultat (antal), 8. klass (%)

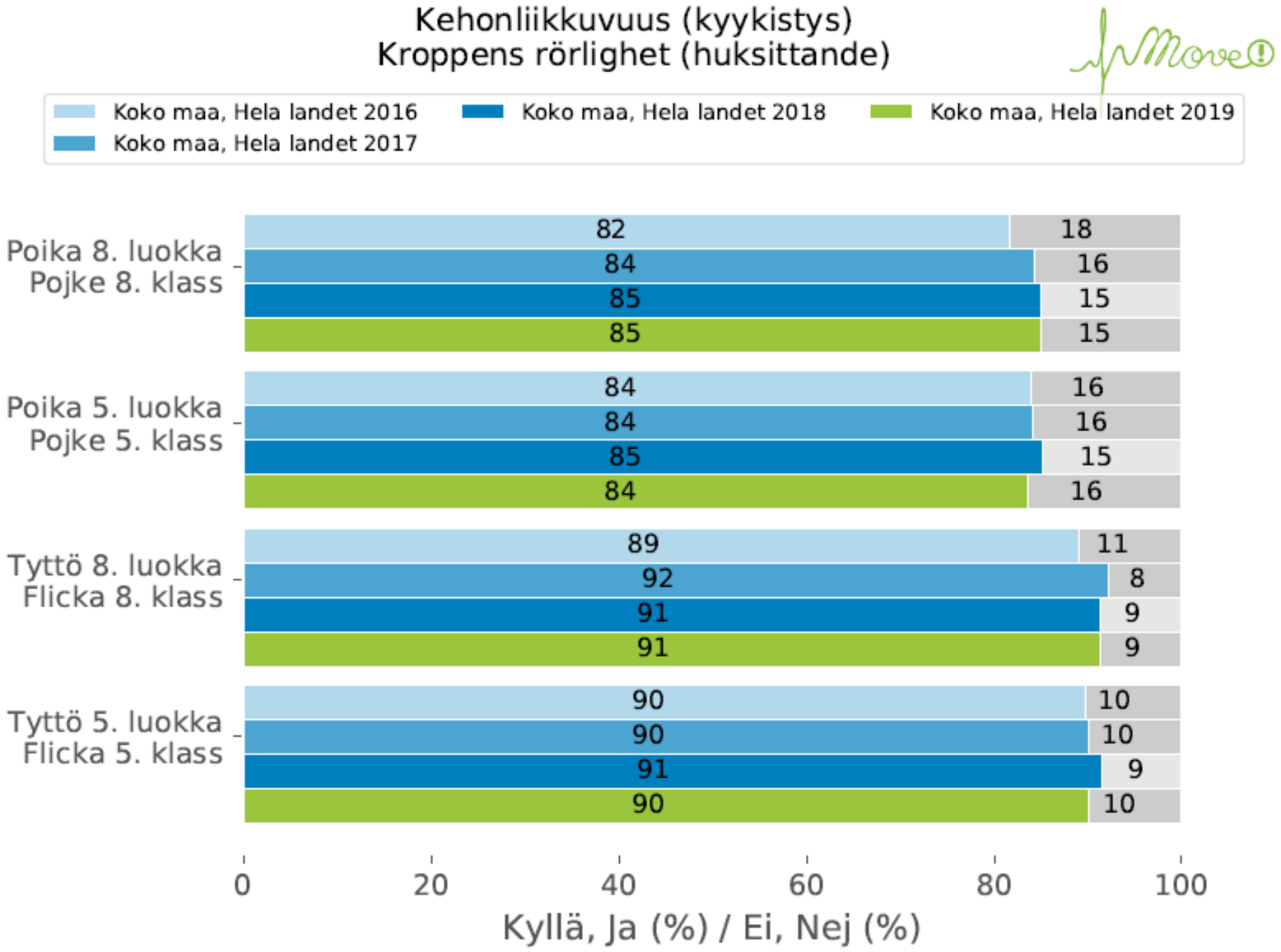
Yleisen käytännön mukaan /
Enligt normal praxis: 43998 kpl/st
Ei suorittanut / Genomförde inte: 4232 kpl/st



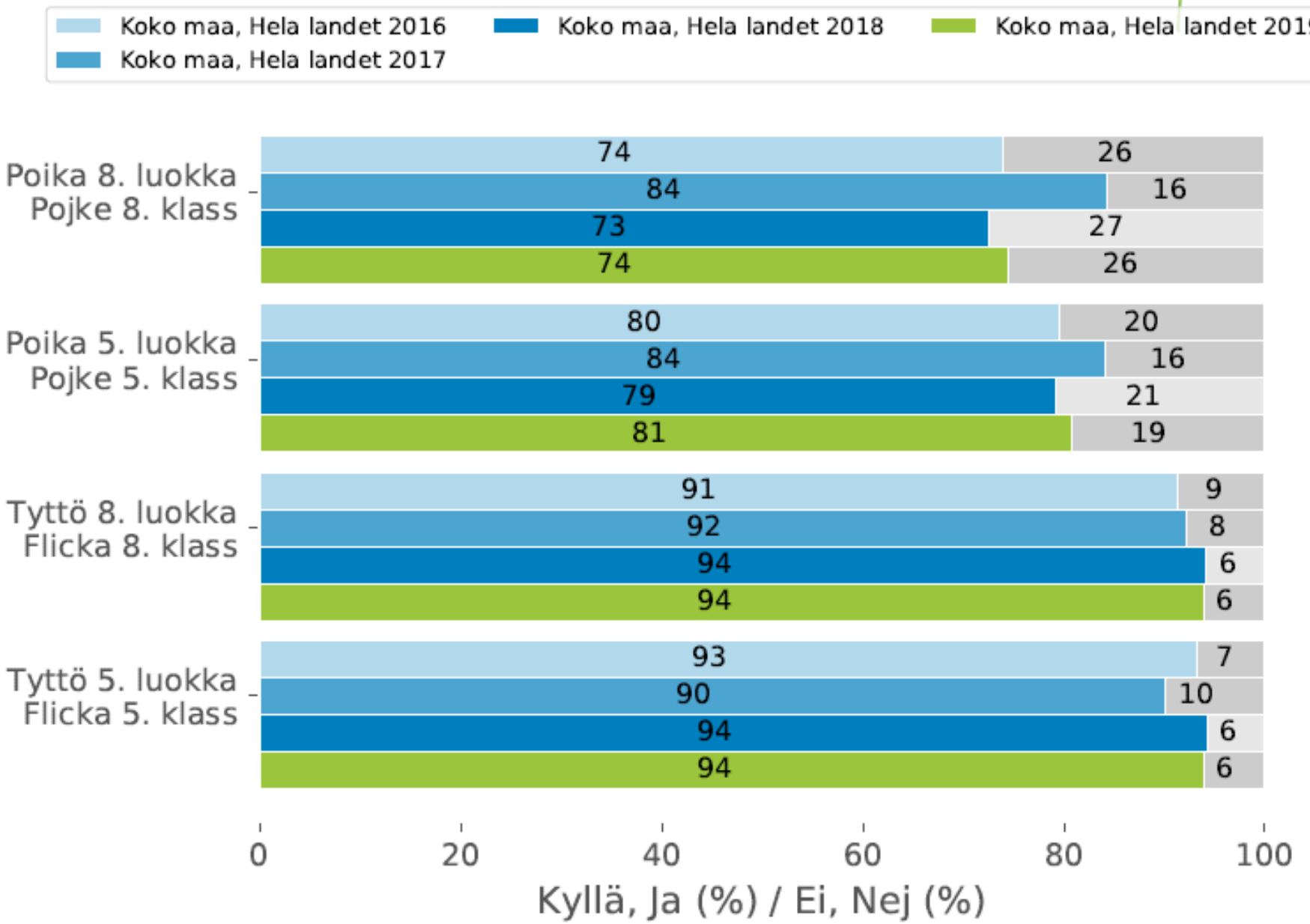

Heitto-kiinniottoyhdistelmän mediaani (krt), 8. luokka
Kast med lyra median (antal), 8. klass
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
krt antal
0
2
4
6
8
10
12
14
16
18
13
14
14
14
14
15
15
15
Tyttö
Flicka
Poika
Pojke

Heitto-kiinniottoyhdistelmän jakauma (krt), 8. luokka
Kast med lyra distribution (antal), 8. klass
Koko maa, Hela landet

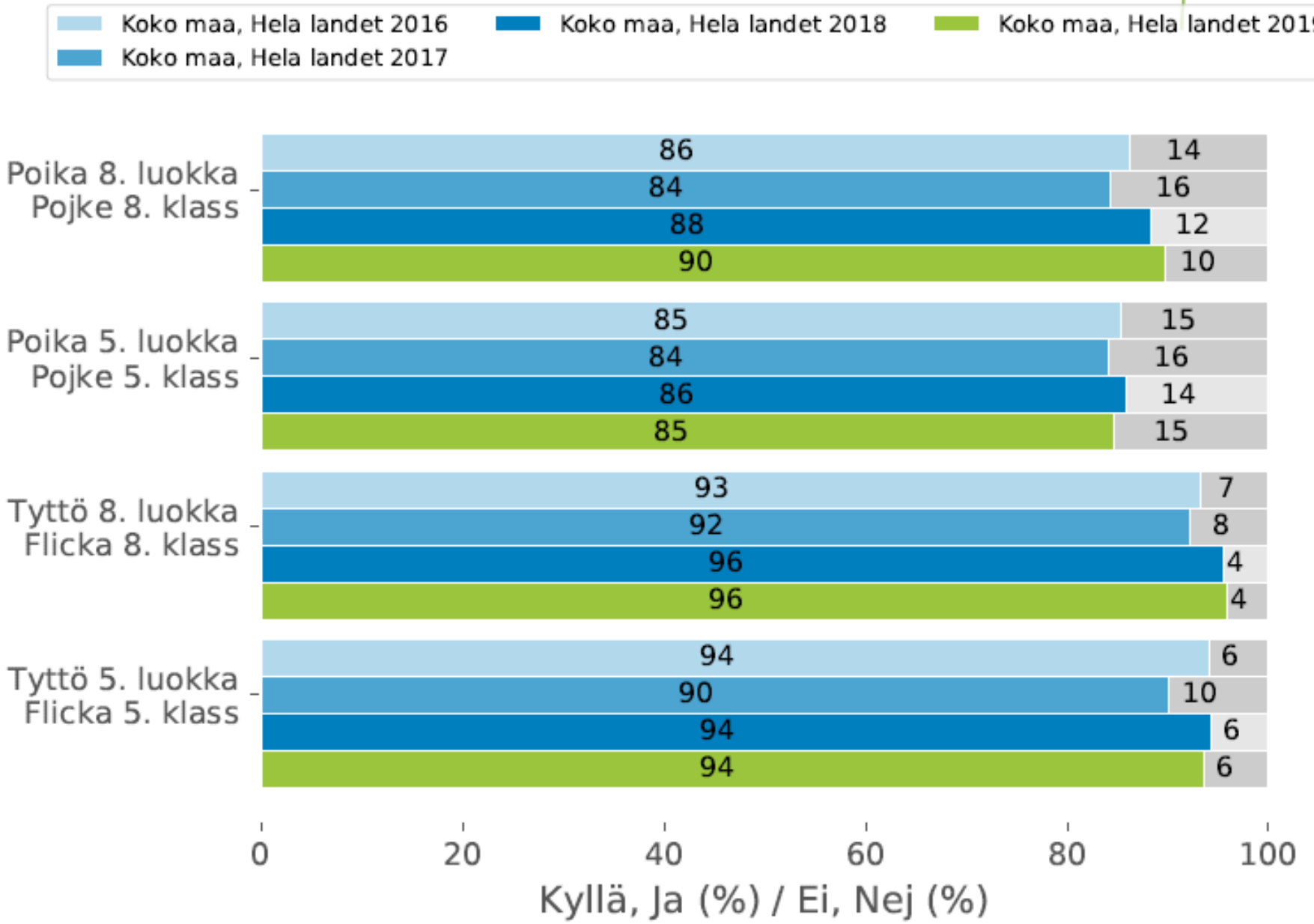



Kehonliikkuvuus (kyykistys)
Kroppens rörlighet (huksittande)
Koko maa, Hela landet 2016
Koko maa, Hela landet 2017
Koko maa, Hela landet 2018
Koko maa, Hela landet 2019
Poika 8. luokka
Pojke 8. klass
82
18
84
16
85
15
85
15
Poika 5. luokka
Pojke 5. klass
84
16
84
16
85
15
84
16
Tyttö 8. luokka
Flicka 8. klass
89
11
92
8
91
9
91
9
Tyttö 5. luokka
Flicka 5. klass
90
10
90
10
91
9
90
10
0
20
40
60
80
100
Kyllä, Ja (%) / Ei, Nej (%)

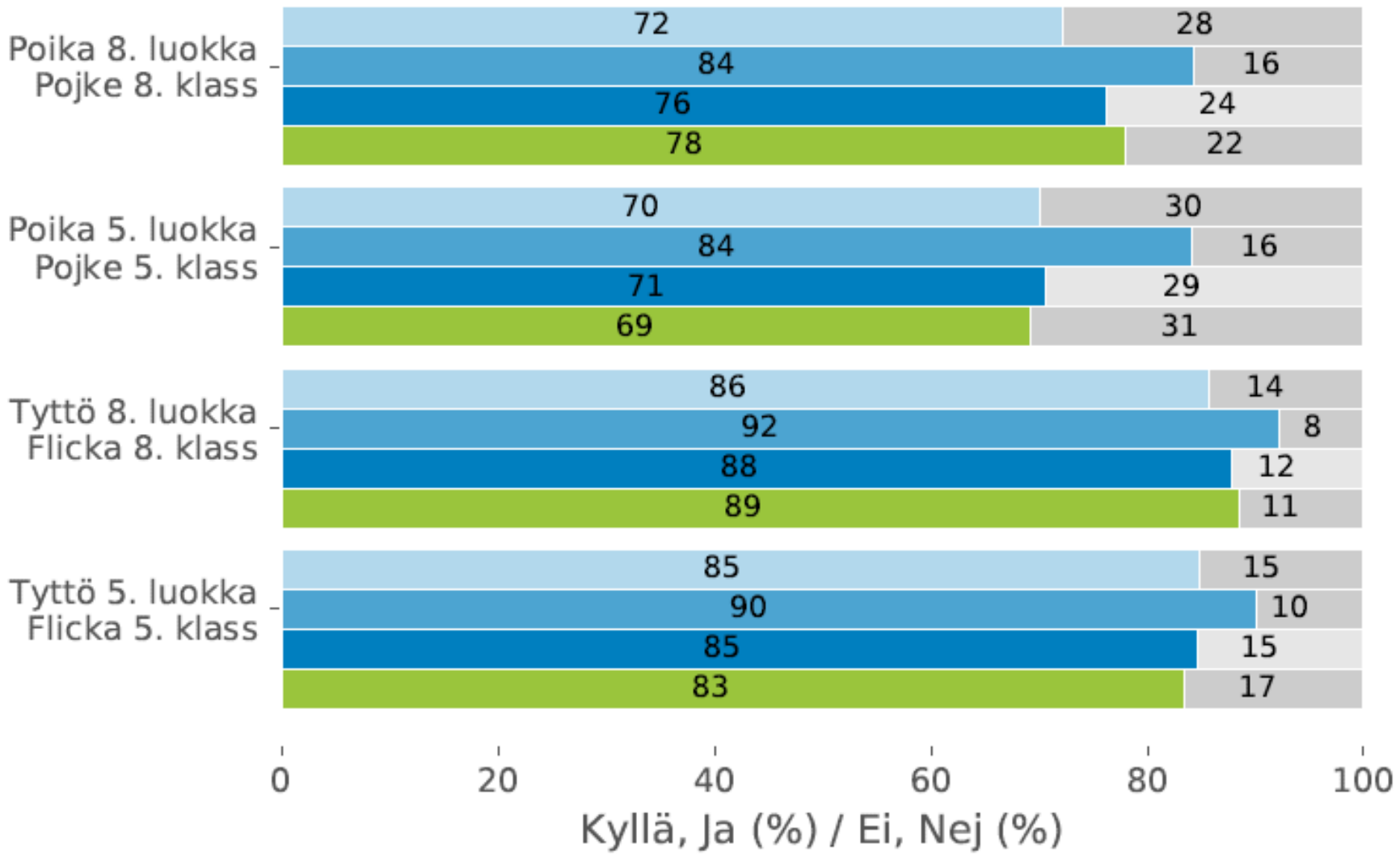
Kehonliikkuvuus (alaselän ojennus täysistunnassa)
Kroppens rörlighet (sträckning av nedre ryggen i sittande ställning)



Kehonliikkuvuus (olkapään liikkuvuus/oikea ylhäällä)
Kroppens rörlighet (axels rörlighet/höger uppe)



Kehonliikkuvuus (olkapään liikkuvuus/vasen ylhäällä)
Kroppens rörlighet (axels rörlighet/vänster uppe)



Keskeisiä havaintoja

- **Kestävyyskunto:** Viidesluokkalaisten kestävyyskunnossa näkyy heikkenemistä, mutta kahdeksasluokkalaisten tilanteesta ei ole todennettavissa muutosta.
- **Lihaskunto:** Viidesluokkalaisilla ei ole havaittavissa merkittäviä muutoksia aiempien vuosien tuloksiin. Kahdeksasluokkalaisten lihaskunnossa (etunojapunnerrukset ja ylävartalon kohotus) näkyy positiivista kehitystä.
- **Heitto-kiinniottoyhdistelmä:** Viidesluokkalaisten osalta ei ole havaittavissa muutoksia, mutta kahdeksasluokkalaisten osalta on nähtävissä myönteistä kehitystä.
- **Liikkuvuus:** Kummankaan ikäluokan kehon liikkuvuudessa ei näy merkittäviä muutoksia, mutta tytöillä on merkittävästi parempi liikkuvuus kuin pojilla. Istuvan elämäntavan vaikutukset näkyvät etenkin pojilla. Viidesluokkalaisista pojista kolmasosalla on vaikeuksia tehdä ylävartalon luonnollista liikkuvuutta osoittava käsien liike. Neljännes kahdeksasluokkalaisista pojista ei onnistu alaselän ojennuksessa täysistunnassa.

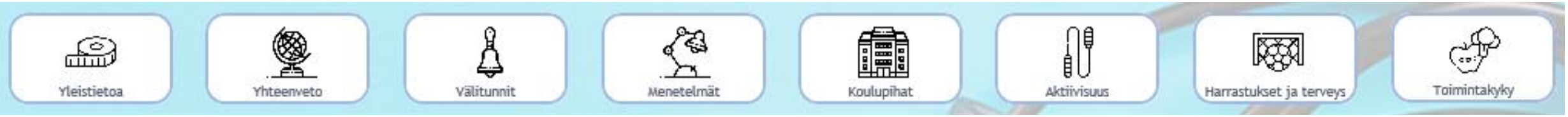
Keskeisiä havaintoja

- Tuloksissa on paikoin selkeitä alueellisia eroja
- Fyysisen toimintakyvyn edistäminen on keskeistä liikunnanopetuksessa. Tarkoituksena on tukea monipuolisesti lasten ja nuorten toimintakykyä arjen tilanteista selviämiseksi. Move!-mittausten tulosten mukaan perusopetusikäisten fyysistä toimintakykyä on onnistuttu jo osittain edistämään. Ensimmäistä kertaa viidennellä luokalla vuonna 2016 mittauksiin osallistuneet oppilaat ovat nyt vuonna 2019 kahdeksasluokkalaisina nostaneet kahdeksasluokkalaisten tuloksia.

Move!-tulosten julkaisu

- Move!-tulokset julkaistaan lasten ja nuorten liikunnan tietokannassa (kunta, maakunta, valtakunta)
- Tietokantaan on koottu keskeiset indikaattorit kouluikäisten lasten ja nuorten liikunnasta, liikunnan edistämisestä ja fyysisestä toimintakyvystä.
- Linkki tietokantaan löytyy osoitteesta: **liikuntaindikaattorit.fi**
- Move-tulokset löytyvät tietokannasta välilehdeltä ”toimintakyky”

Move!-tulokset



Mittaaminen ei ole itseisarvoista, vaan arvo syntyy siitä, mitä tuloksilla tehdään ja mihin ne vaikuttavat.

Kiitos!