



Fyysisen toimintakyvyn Move!-mittaukset toteutettiin syksyllä 5.- ja 8.-luokkalaisille oppilaille osana peruskoulujen liikunnanopetusta. Move!-mittaustulokset raportoitiin yli 100 000 lapselta ja nuorelta. Valtakunnalliset sekä maakunta- ja kuntakohtaiset mittaustulokset julkaistiin 9.12.2020.

Valtion liikuntaneuvoston kannanotto: Lasten ja nuorten kestävyyskunnan laskukierre voidaan pysäyttää yhdessä

Move!-mittaustulokset osoittavat, että erityisesti 5.-luokkalaisten kestävyyskunto on heikentynyt tasaisesti jo viiden vuoden ajan. Vastaavaa viestiä on saatu jo useamman vuosikymmenen ajan varusmiesten kuntotesteistä. Huolestuttavien tulosten taustalla ovat istuvan elämäntavan lisääntyminen ja arki liikunnan vähentyminen. Tästä kehityksestä seuraa merkittäviä haittoja kansanterveydelle. Tulevien sukupolvien terveys ja hyvinvointi sekä opiskelu- ja työkyky ovat vaarantumassa.

Move!:n lähtökohtana on kannustaa, motivoida ja tukea lapsia ja nuoria omasta fyysisestä toimintakyvystä huolehtimisessa. Move!-sta on puhuttu joissain yhteyksissä vain tutkimuksena, mikä ei kuitenkaan ole mittausten päätarkoitus. Move!-ssa ensijaista on mittausten tuottama tieto lapselle ja huoltajille. Mittaustulosten avulla päästään esimerkiksi liikuntatunneilla ja terveystarkastuksissa keskustelemaan fyysisen toimintakyvyn merkityksestä lapsen ja nuoren hyvinvoinnille, oppimiselle ja arjessa jaksamiselle. Kyseessä on maailmanlaajuisestikin hyvin ainutlaatuinen järjestelmä.

Kuluneiden viiden vuoden aikana Move!-järjestelmässä on edetty pisteeseen, jossa mittaukset tehdään kattavasti lähes kaikille viides- ja kahdeksaluokkalaisille. **Oleellista on keskittyä jatkossa etenkin siihen, mitä tapahtuu ennen mittauksia ja niiden jälkeen.**

Move!-mittausten jälkeen on tärkeää huolehtia, että **tulokset käsitellään oppilaiden ja perheiden kanssa, ja tuetaan erityisesti niitä lapsia ja nuoria, joilla todetaan fyysisen toimintakyvyn haasteita.** Tällä hetkellä Move!-tulokset ovat käytössä arvion mukaan noin 40 %:ssa viides- ja kahdeksaluokkalaisten laajoja terveystarkastuksia. Samoin tulosten hyödyntämistä voidaan vielä kehittää liikunnanopetuksen suunnittelussa. Move!:n parempaan hyödyntämiseen tarvitaan entistä enemmän eri alojen ammattilaisten yhteistyötä.

Fyysisen toimintakyvyn lasku ei ole vääjäämätön kehityskulku, vaan asiaan voidaan vaikuttaa. Liikkuksen kokonaismäärä muodostuu arkipäiväisistä teoista, tavoista ja valinnoista. **Keskeistä on saada arkiliikunta palautettua osaksi lasten ja nuorten jokapäiväistä elämää.** Tähän työhön tarvitaan mukaan kaikki lasten ja nuorten elämään vaikuttavat tahot, kuten vanhemmat, koulut, harrastustoimijat, media, terveydenhuolto sekä yhdyskunta- ja liikennesuunnittelu.

Paavo Arhinmäki
puheenjohtaja
valtion liikuntaneuvosto

Minttu Korsberg
pääsihteeri
valtion liikuntaneuvosto

Valtion liikuntaneuvoston liikuntalaissa määriteltynä tehtävänä on käsitellä liikunnan kannalta laajakantoisia ja periaatteellisesti tärkeitä asioita ja erityisesti arvioida valtionhallinnon toimenpiteiden vaikutuksia liikunnan alueella, tehdä aloitteita ja esityksiä liikunnan kehittämiseksi sekä antaa lausuntoja toimialansa liikuntamäärärahojen käytöstä