



Liikkuva koulu

# Henkilöstön kokemuksia liikkumisen edistämisestä peruskouluissa

Katja Rajala, Tuomas Kukko & Katariina Kämppi



OPETUS- JA  
KULTTUURIMINISTERIÖ



OPETUSHALLITUS  
UTBILDNINGSTYRELSEN

**Likes**  
by jamk

# Liikkuva koulu -kysely peruskoulujen henkilöstölle keväällä 2024

Kyselyn tarkoituksena oli selvittää peruskoulujen henkilöstön näkemyksiä ja kokemuksia liikkumisen lisäämisestä koulupäivään sekä Liikkuva koulu -toiminnasta.

Kyselylinkki välitettiin Liikkuva koulu -kuntakoordinaattoreiden kautta perusopetuksen henkilöstölle ja sitä jaettiin myös Liikkuvan koulun uutiskirjeen ja sosiaalisen median kanavien kautta.

Kyselyn teemat:

- Henkilöstön suhtautuminen liikkumisen edistämiseen kouluissa
- Opetukseen liittyvät käytännöt, mm. toiminnallisuus
- Kokemukset Liikkuva koulu -toiminnasta
- Henkilöstön hyvinvointi työssä

# Vastaajien taustatiedot 1/2

## Vastaajia



1229 hlöä



310 koulusta



47 kunnasta

## Sukupuoli

Nainen	76,8 %
Mies	21,1 %
Muu, määrittelemätön	0,2 %
En halua kertoa	1,9 %

## Kouluni on...

Alakoulu



48 %

Yhtenäiskoulu



27 %

Yläkoulu

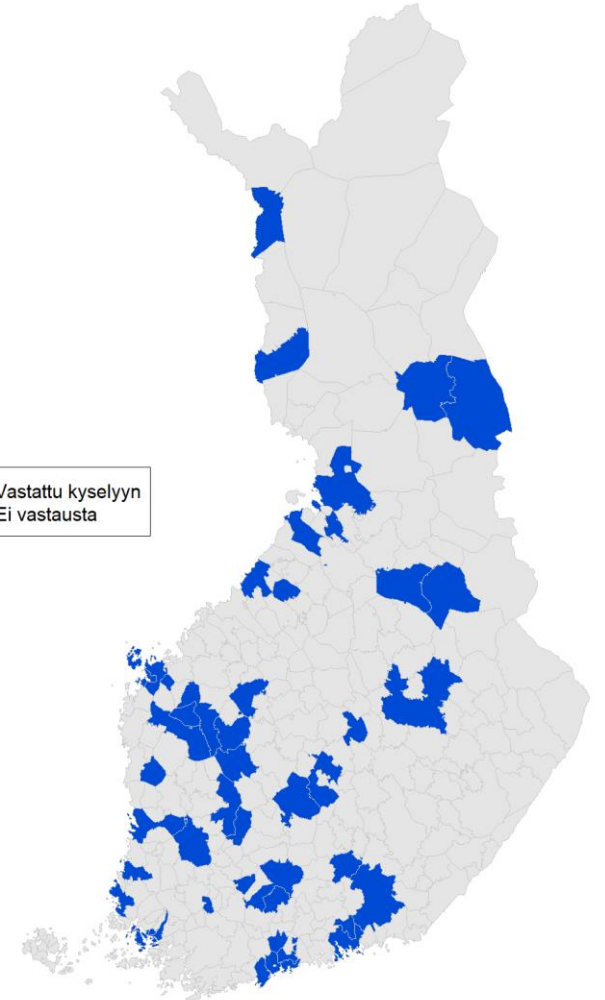
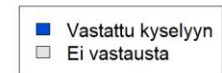


22 %

Peruskouluasteen  
erityiskoulu



3 %



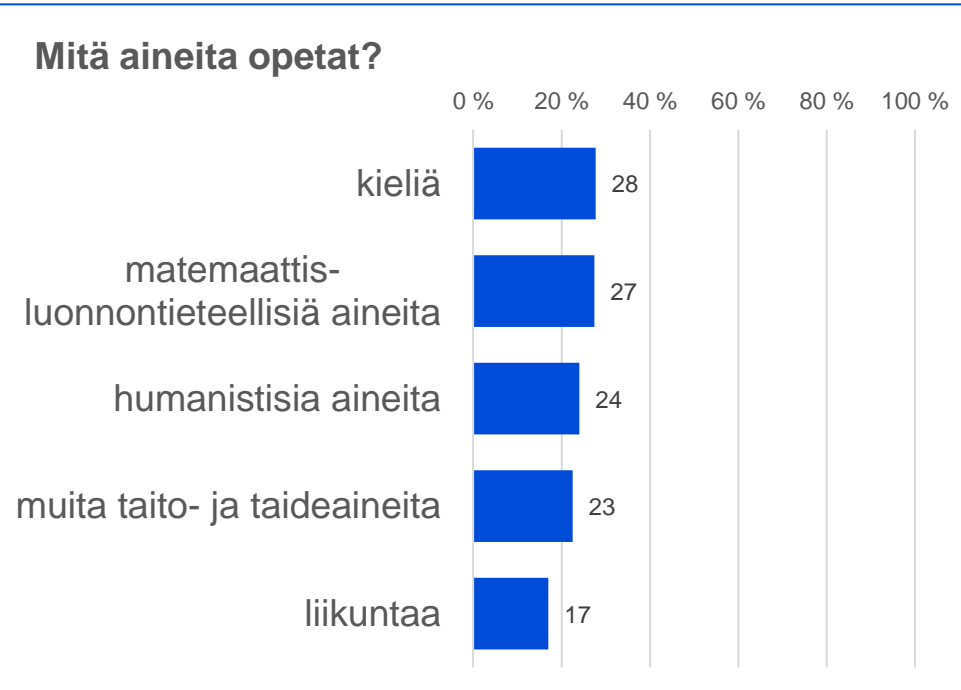
# Vastaajien taustatiedot 2/2

## Toimenkuva

Rehtori/apulaisrehtori/johtava opettaja	<b>70</b>
Luokanopettaja	<b>484</b>
Aineenopettaja	<b>308</b>
Erityisopettaja/-luokanopettaja	<b>146</b>
Päätoiminen tuntiohjaaja	<b>21</b>
Koulunkäynnin ohjaaja	<b>132</b>
Kouluyhteisöohjaaja, kouluvalmentava tmv.	<b>13</b>
Joku muu	<b>55</b>



Koulun Liikkuva koulu -tiimiin kuului 31 % vastaajista



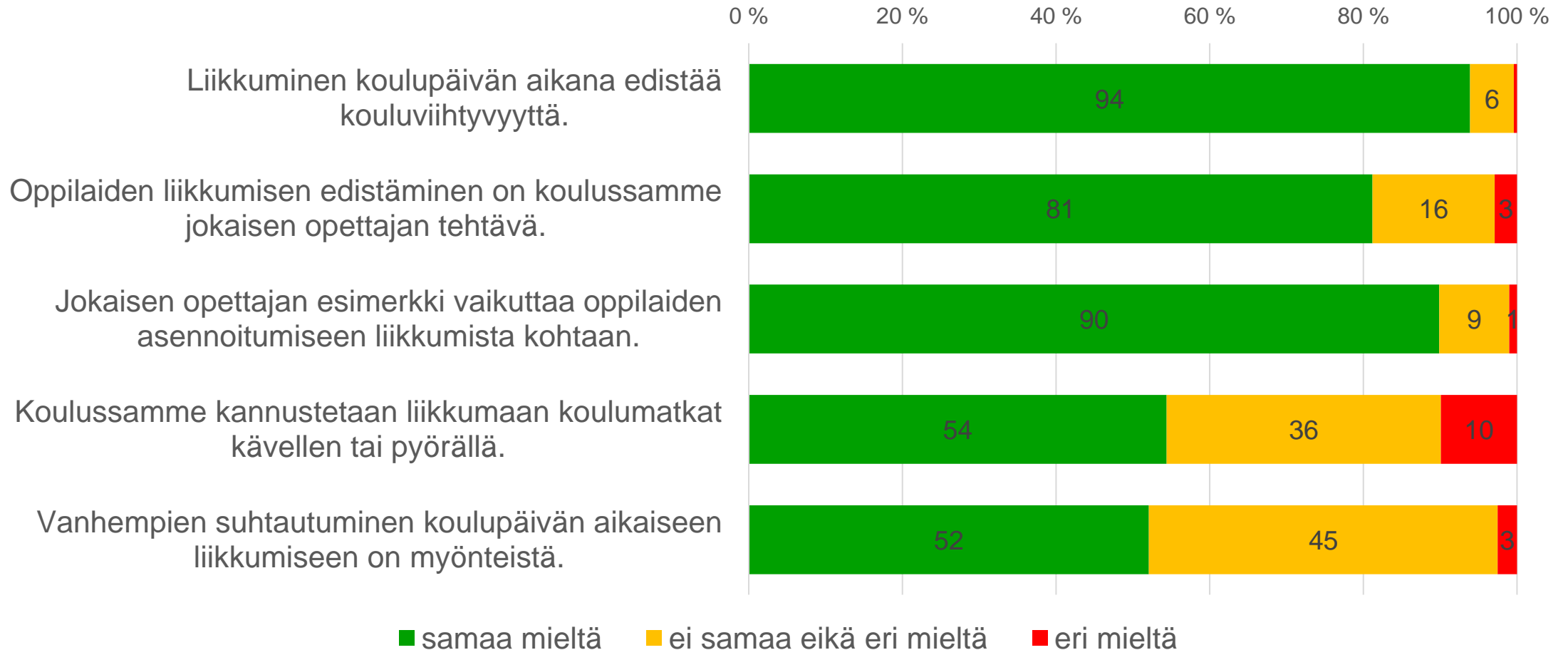
**Koulusihteeri, oppilaanohjaaja,**  
koulupsykologi, koulukuraattori, terveydenhoitaja, nuoriso-  
ohjaaja, koulunuorisotyöntekijä, valmistavan opetuksen  
opettaja, vartija, perhetyöntekijä, digihenkilö



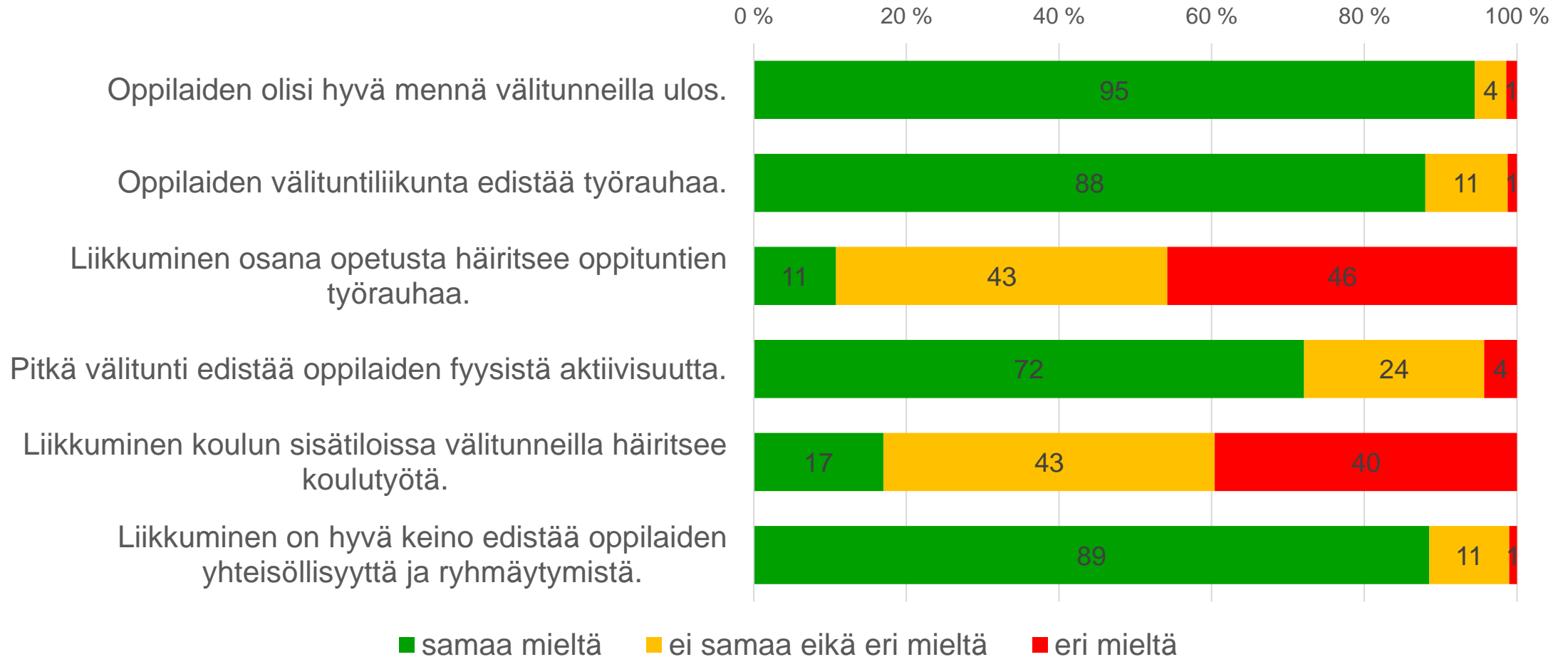
Liikkuva koulu

# Henkilöstön suhtautuminen liikkumisen edistämiseen koulussa

# Liikkumisen edistäminen koulussa (1/2)



# Liikkumisen edistäminen koulussa (2/2)



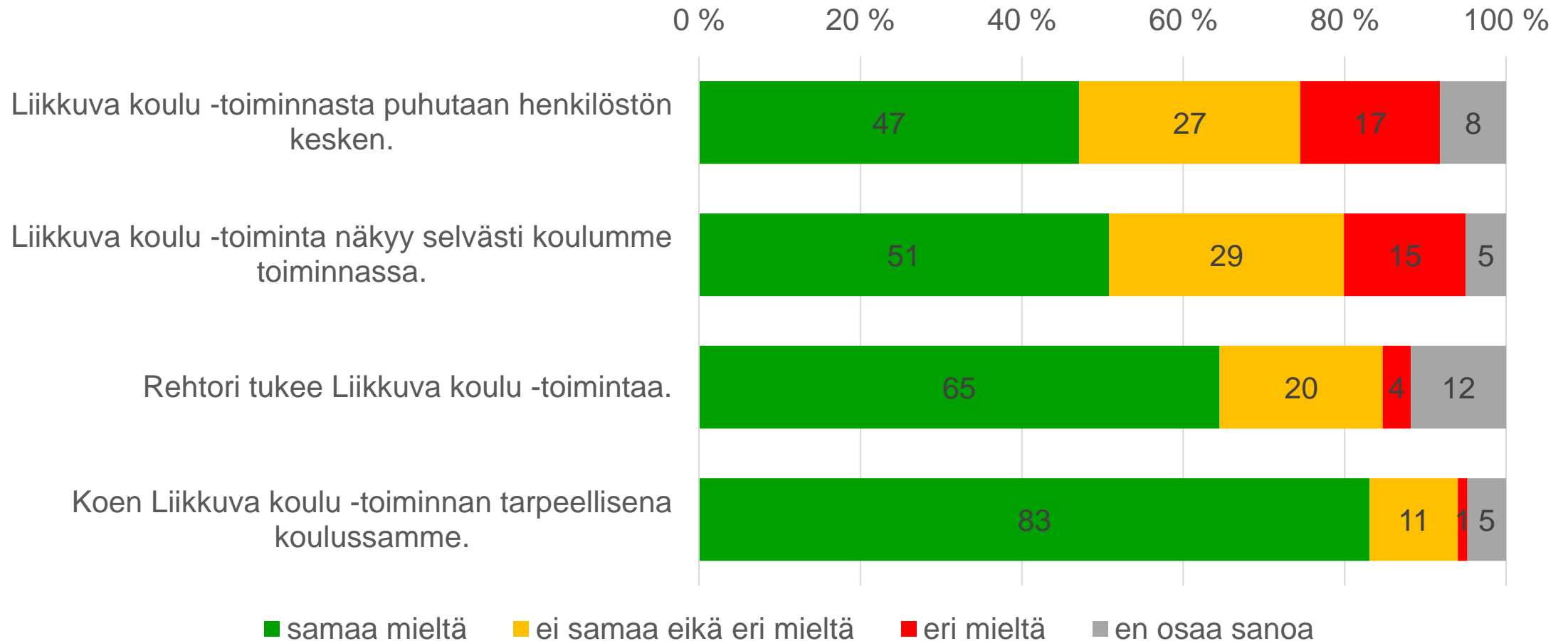


Liikkuva koulu

# Henkilöstön kokemukset Liikkuva koulu -toiminnasta



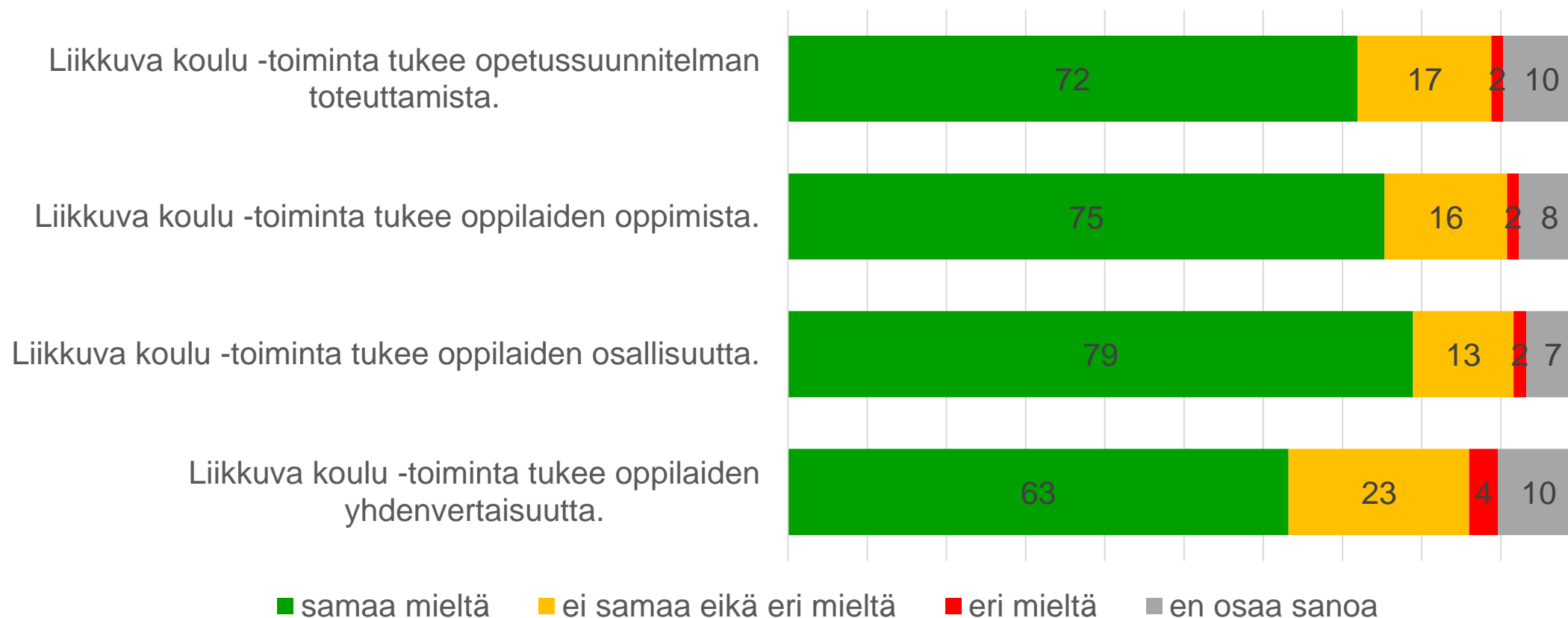
# Kokemukset Liikkuva koulu -toiminnasta (1/3)



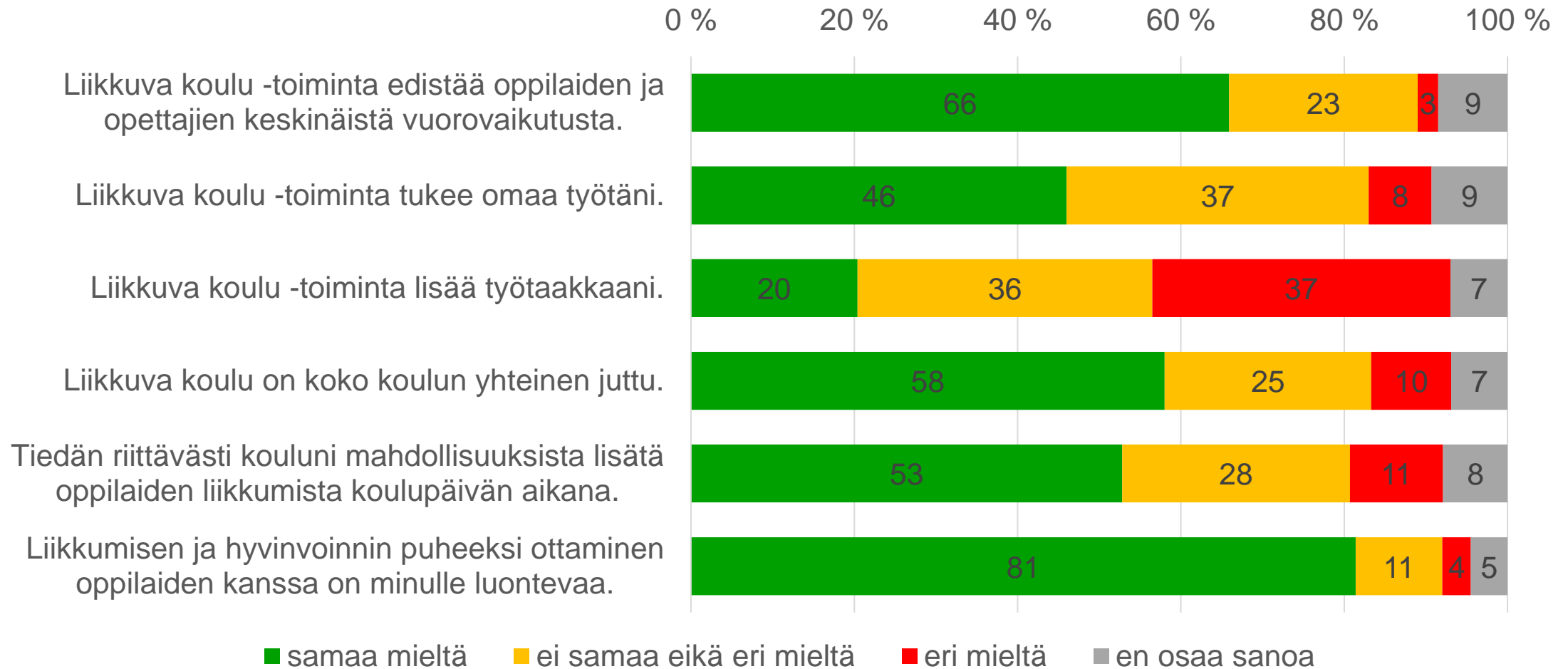
# Kokemukset Liikkuva koulu -toiminnasta (2/3)



0 % 10 % 20 % 30 % 40 % 50 % 60 % 70 % 80 % 90 % 100 %



# Kokemukset Liikkuva koulu -toiminnasta (3/3)



# Liikkuva koulu -toiminnalle koetut esteet



”Koulussa porrastetut välitunnit ja pienentynyt välituntialue, jotka estävät oppituntien pitämisen ulkona liikkuen, sillä oppituntien aikana käynnissä myös välitunteja. Liikuntasali käytössä jokaisena tuntina, kuten myös käytävät. Luokassa tilaa 21 m<sup>2</sup>, oppilaita 25 ja jokaisella oma pulpetti. Tähän päälle opettaja & pöytä, joten luokassa liikkuminen myös haastavaa.”

”Liikkuva koulu -tiimimme ei pidä asiaa riittävästi esillä.”

”Kouluvalmentaja pois koko kevätlukukauden.”

”Välitunnilla ei tarvitse mennä ulos.”

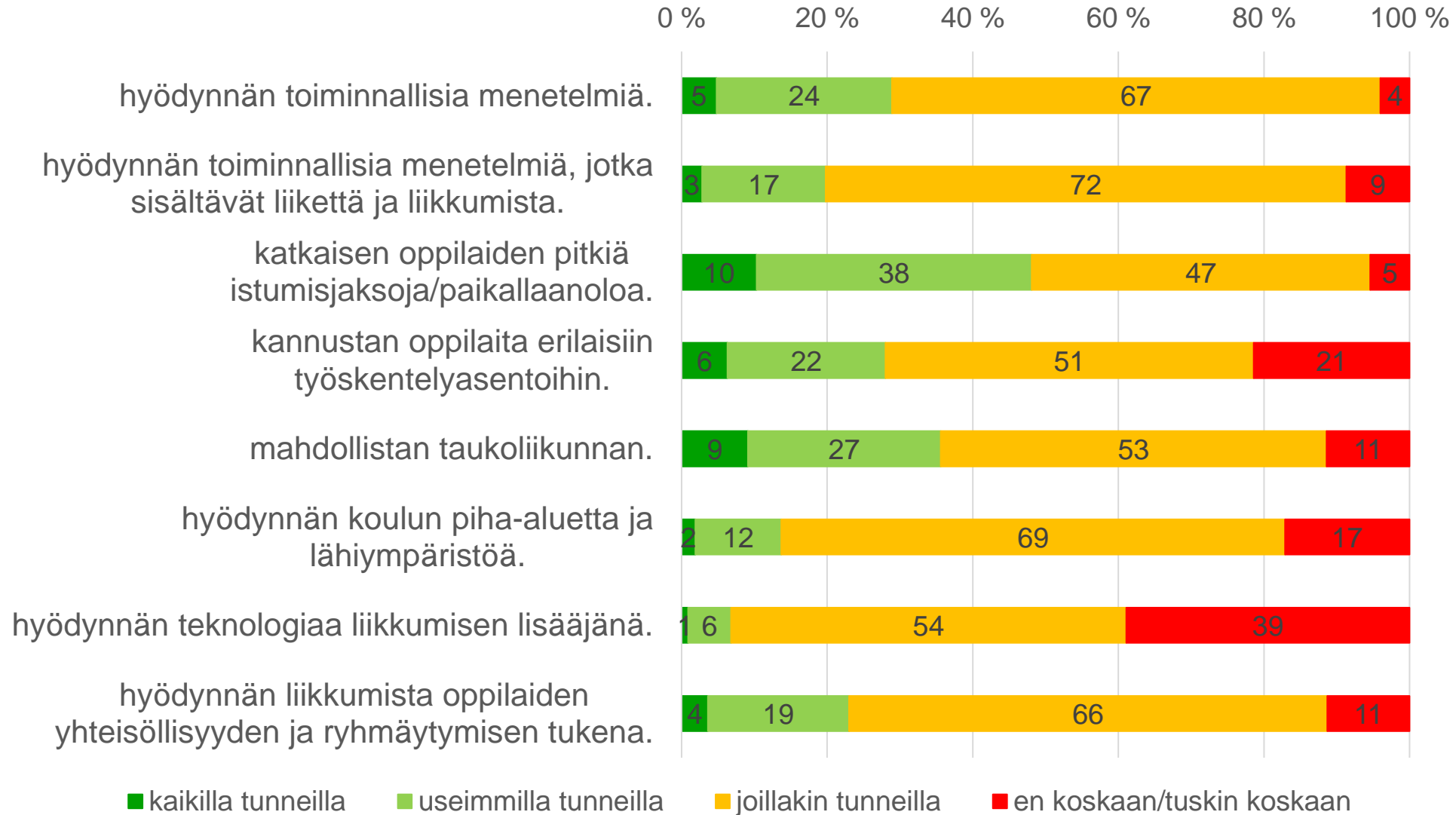
”Kännykät vievät yläkoululaisten huomion välitunneilla. Sisävälitunnit salissa on jouduttu lopettamaan koska oppilaat tulivat sinne vain tuijottamaan puhelimia. Niitä ei kuitenkaan saa kieltää välitunneilla oppilailta. Yritä siinä sitten.”



Liikkuva koulu

# Liikkuminen osana opetusta

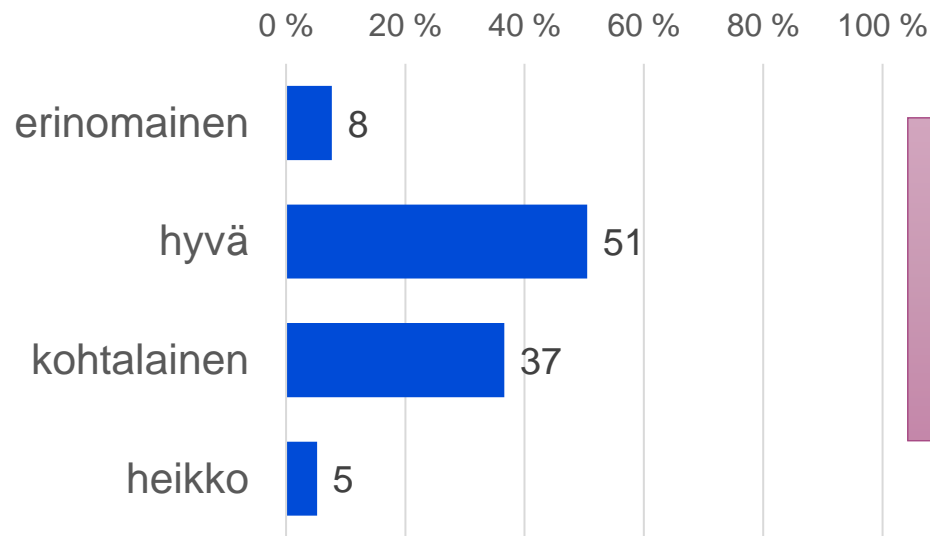
# Opetuksessa...



# Toiminnalliseen opetukseen liittyvä osaaminen



Millaiseksi arvioit oman osaamisesi toiminnalliseen opettamiseen liittyen?



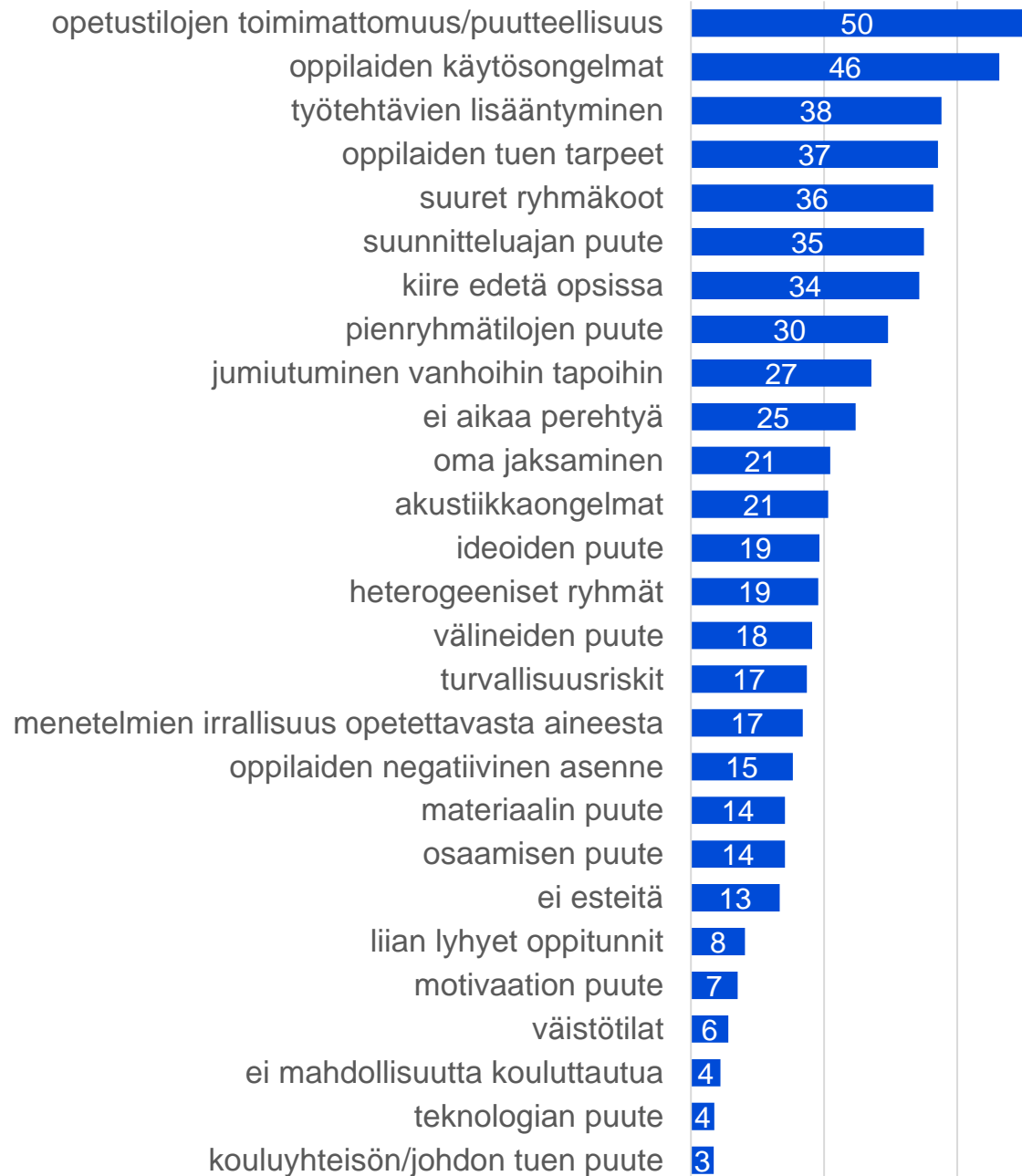
Aineenopettajat arvioivat oman osaamisensa heikommaksi verrattuna luokanopettajiin ja erityisopettajiin.

Vastaajista viidennes (21 %) oli osallistunut viimeisen kahden vuoden aikana toiminnalliseen opetukseen liittyvään koulutukseen.



**Tiinan toiminnalliset, Peppu irti penkistä, Ulkoluokka-koulutus, Restoratiivisuus, Matematiikka, Toiminnallinen oppiminen, Aineenopettajien Liikkuva koulu -koulutus, LJOY-seminaari, värikoodikoulutus, Liikkuva koulu -koulutus, Exercisemaster, Liikkuvuusharjoittelua kouluun, Koira-avusteinen kasvatus ja kuntoutus, Oppimista liikkumalla, Ryhmytyminen, Kasvion tekemiseen liittyvä koulutus, Musiikin aineenopettajien koulutus, Kemian kokeelliset työt, Veso, Ype-koulutus, Yhteispeli, Ympäristökasvattaja, Soveltava liikunnan opetus, Lasten liikunnan edistäjä, Koulunsisäiset koulutukset, Alueelliset verkostopäivät, Liikunnan ammattitutkinto, Äidinkieli, Tunnetaitokasvatus, Lions Quest, YPE-koulutus, Varmennettu englantti, aluejärjestön koulutus, LIITO-päivät, Drama, Lukemisen toiminnallisuus, Action Track**

0 % 20 % 40 % 60 % 80 % 100 %



**Mitkä asiat ovat estäneet toiminnallisten menetelmien käyttämistä opetuksessasi?**





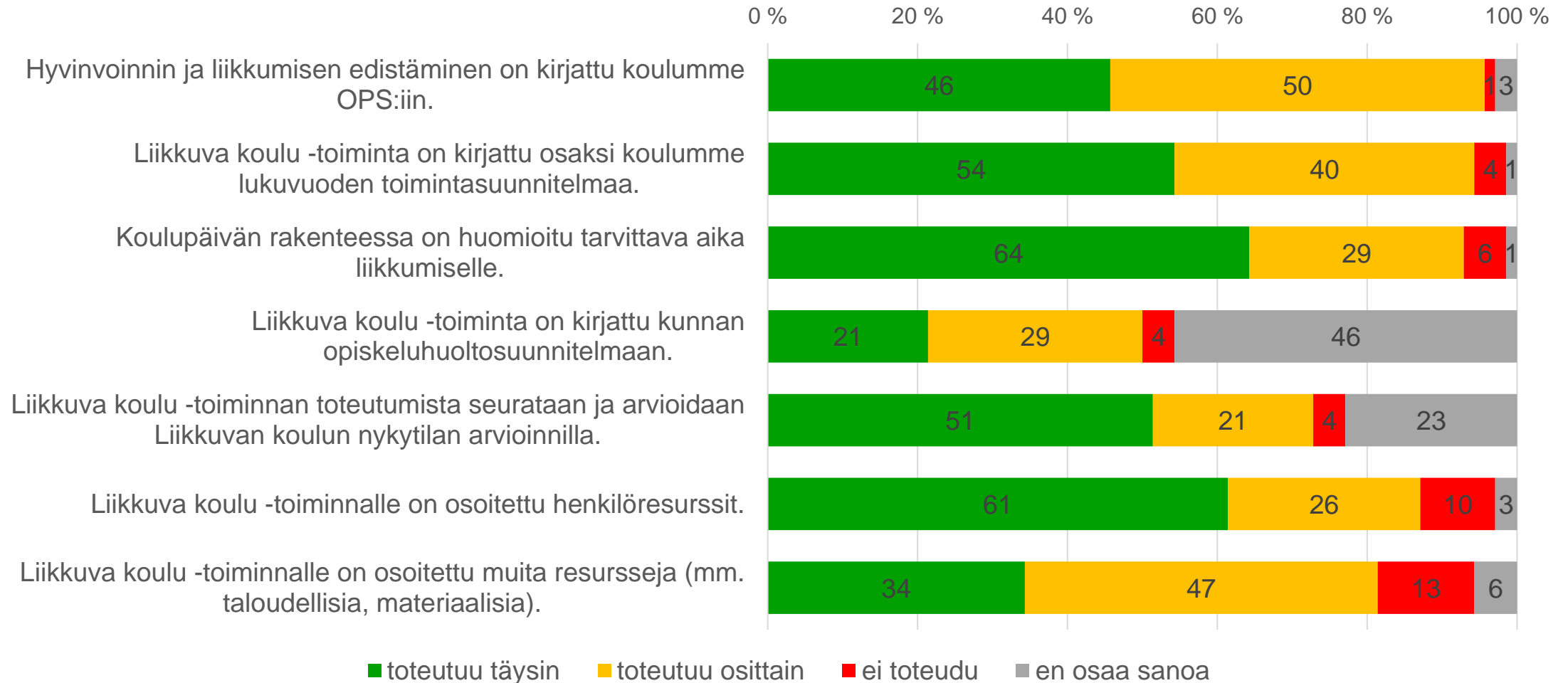
Liikkuva koulu

# Liikkuva koulu -toiminnan tila peruskouluissa

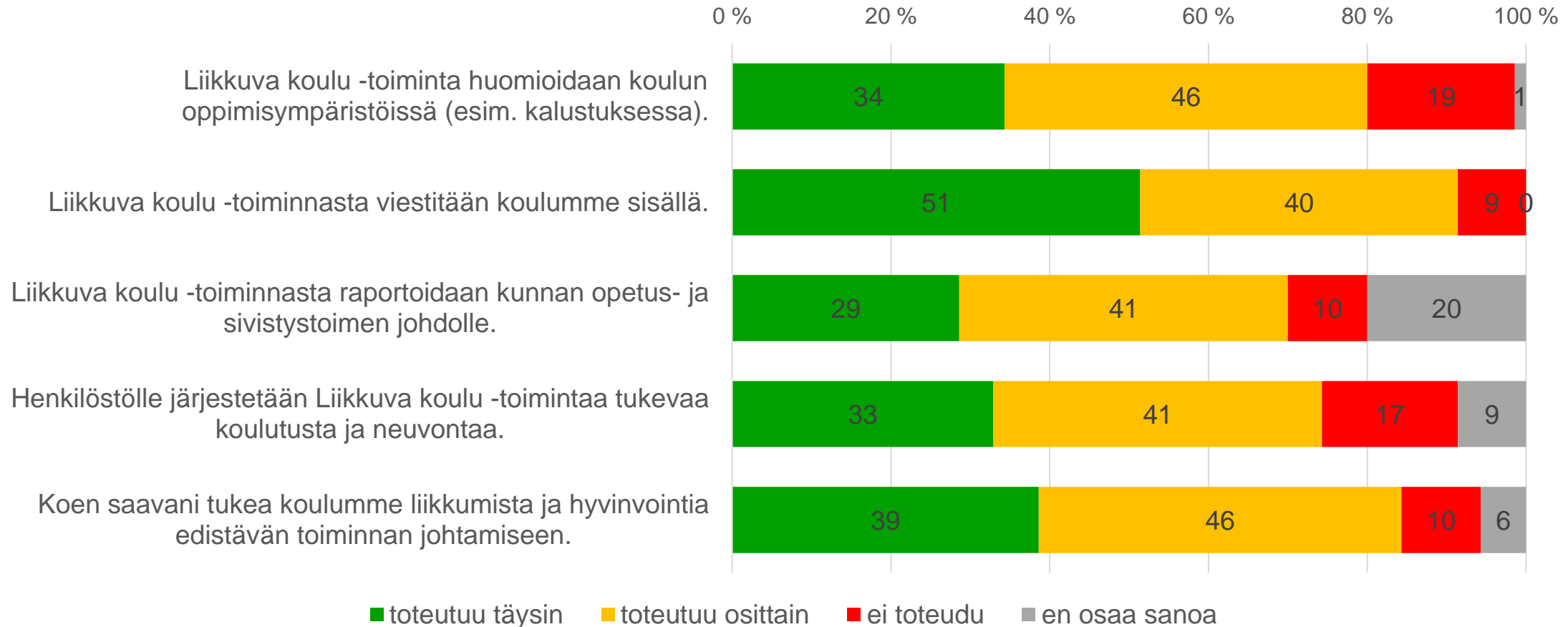
Rehtorit n=70

Liikkuva koulu -vastaavat n=174

# Liikkuva koulu -toiminnan toteutuminen (1/2) (Rehtorit, n=70)



# Liikkuva koulu -toiminnan toteutuminen (2/2) (Rehtorit, n=70)



# Liikkuva koulu -vastuuhenkilöiden työajan korvaus

(Liikkuva koulu -vastaavat, n=174)



- **Reilu puolet vastuuhenkilöistä (57 %) saa korvausta** Liikkuva koulu -toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja seurantaan käyttämästään työajasta.
- Yleisimmin kuukausittain maksettava rahallinen korvaus:
  - 25–100 euroa/kk
  - TVA-korvaus
  - 0,5 wt korvaus
  - Erilliskorvaus tehtyjen tuntien mukaan
- Muita yksittäisiä esiin tulleita korvaustapoja:
  - Ei välituntivalvontoja
  - Työajan käyttö

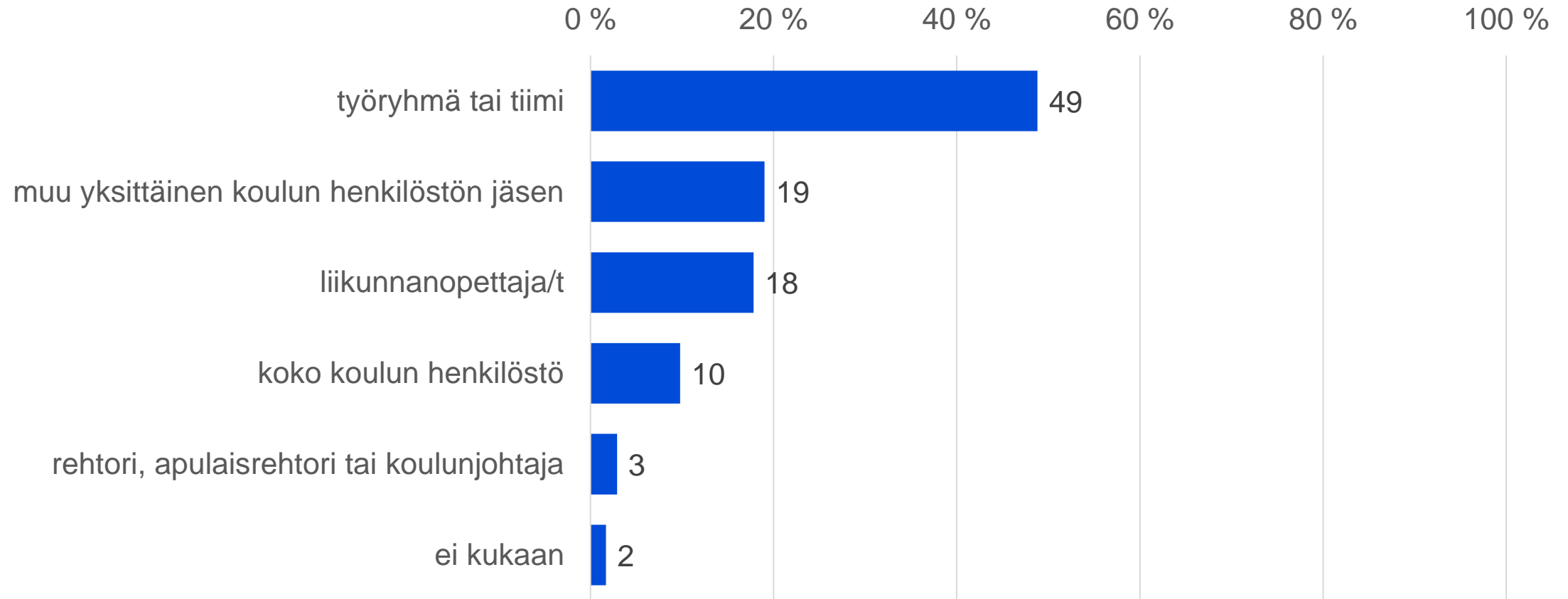
”Hankkeen kautta korvattu kuluja. Jos on käyttänyt omaa aikaa on voinut hankkeesta laskuttaa, koululta ei.”

”Tällä hetkellä menee hankerahasta. Jatkossa pienempi kuukausikorvaus TVA-rahasta.”

”Saan rahallisen korvauksen ja sen lisäksi 1-2 työpäivän sijaiskulut korvataan, jolloin voin hoitaa ko. työtä työajalla.”

”Rahallinen korvaus, joka sisältää kaikki liikuntaan liittyvät vastuut, muutkin kuin Liikkuva koulu -asiat.”

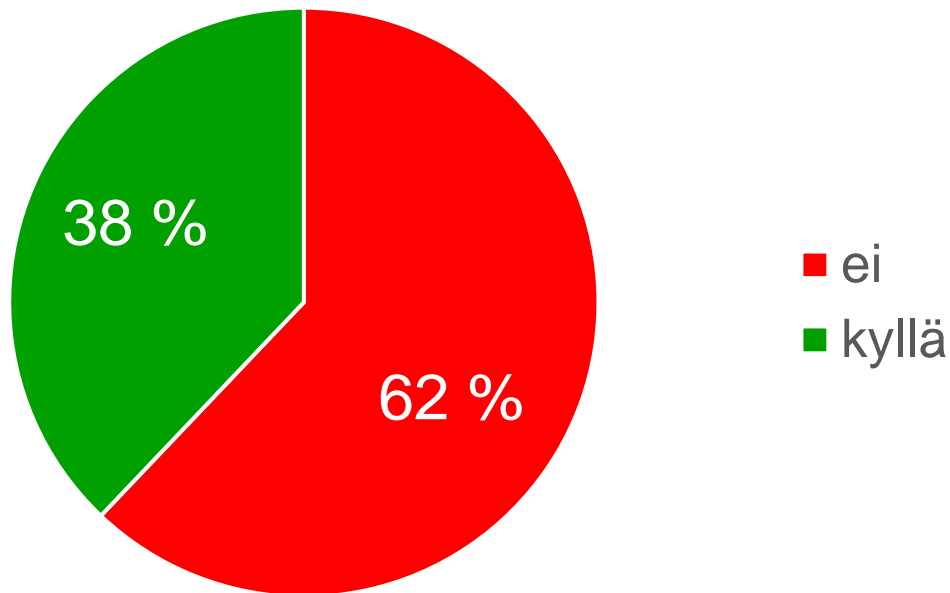
# Ketkä vastaavat Liikkuva koulu -toiminnasta koulussanne? (Liikkuva koulu -vastaavat, n=174)



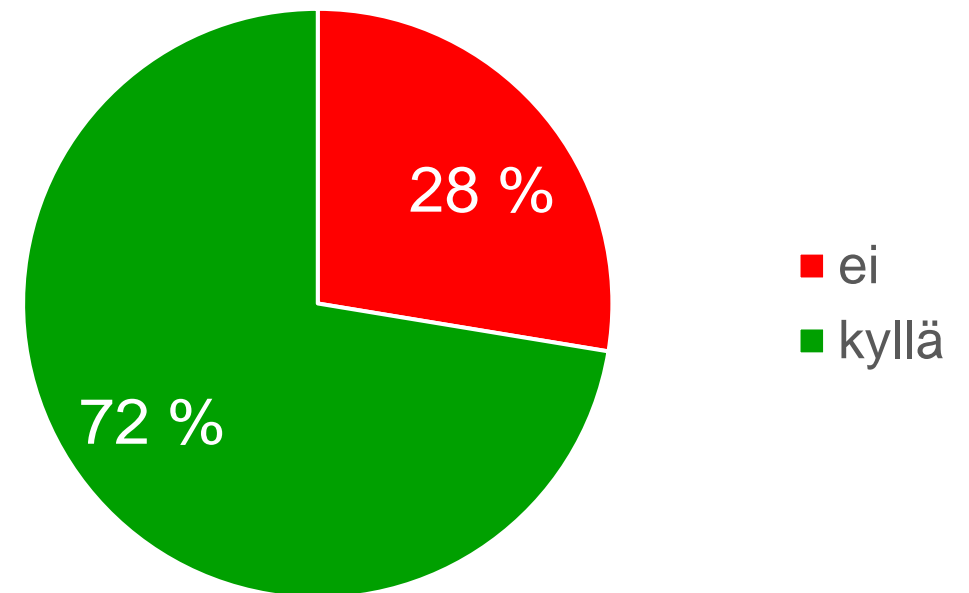
# Liikkuva koulu -toiminnan suunnittelu, seuranta ja arviointi (Liikkuva koulu -vastaavat, n=174)



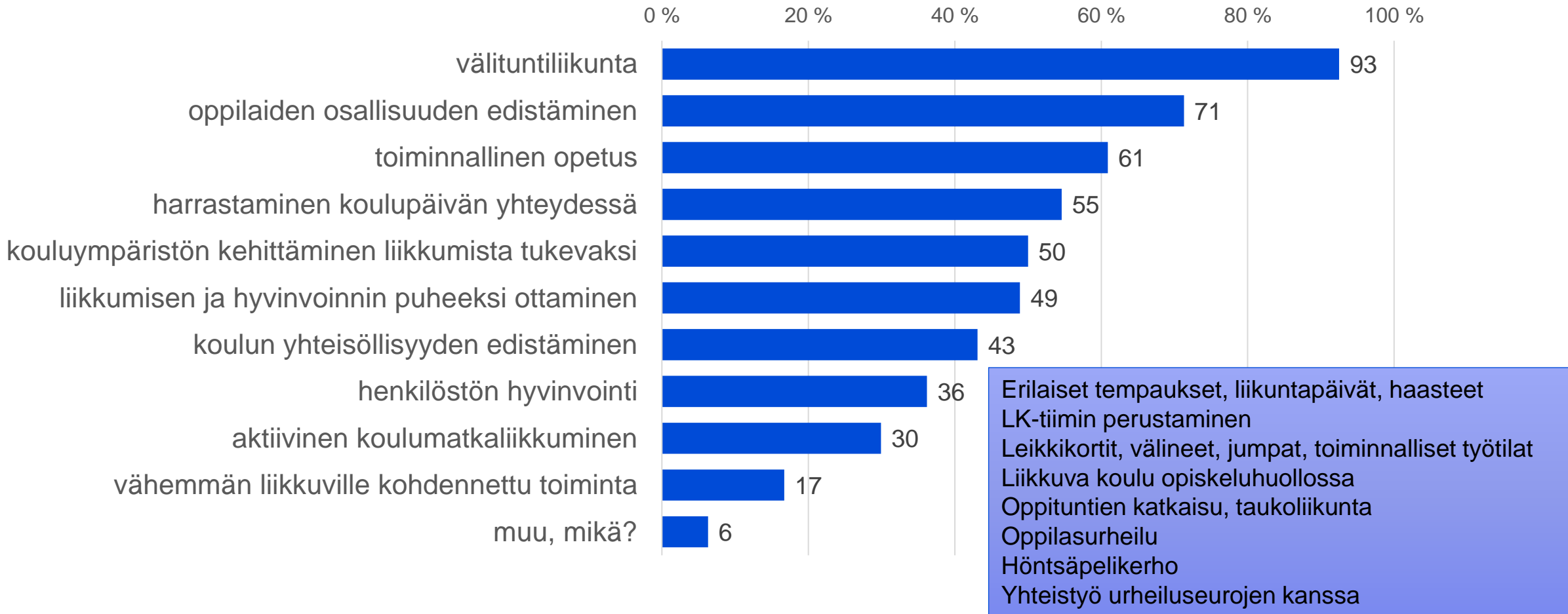
Onko koulussasi laadittu  
Liikkuva koulu -vuosikello?



Onko koulussasi tehty Liikkuvan koulun  
nykytilan arviointi viimeksi kuluneen  
vuoden aikana?



# Mitä seuraavista teemoista on painotettu Liikkuva koulu -toiminnassanne viimeksi kuluneen vuoden aikana? (Liikkuva koulu -vastaavat, n=174)



# Liikkumista edistävät käytännöt: välitunnit (n=174)

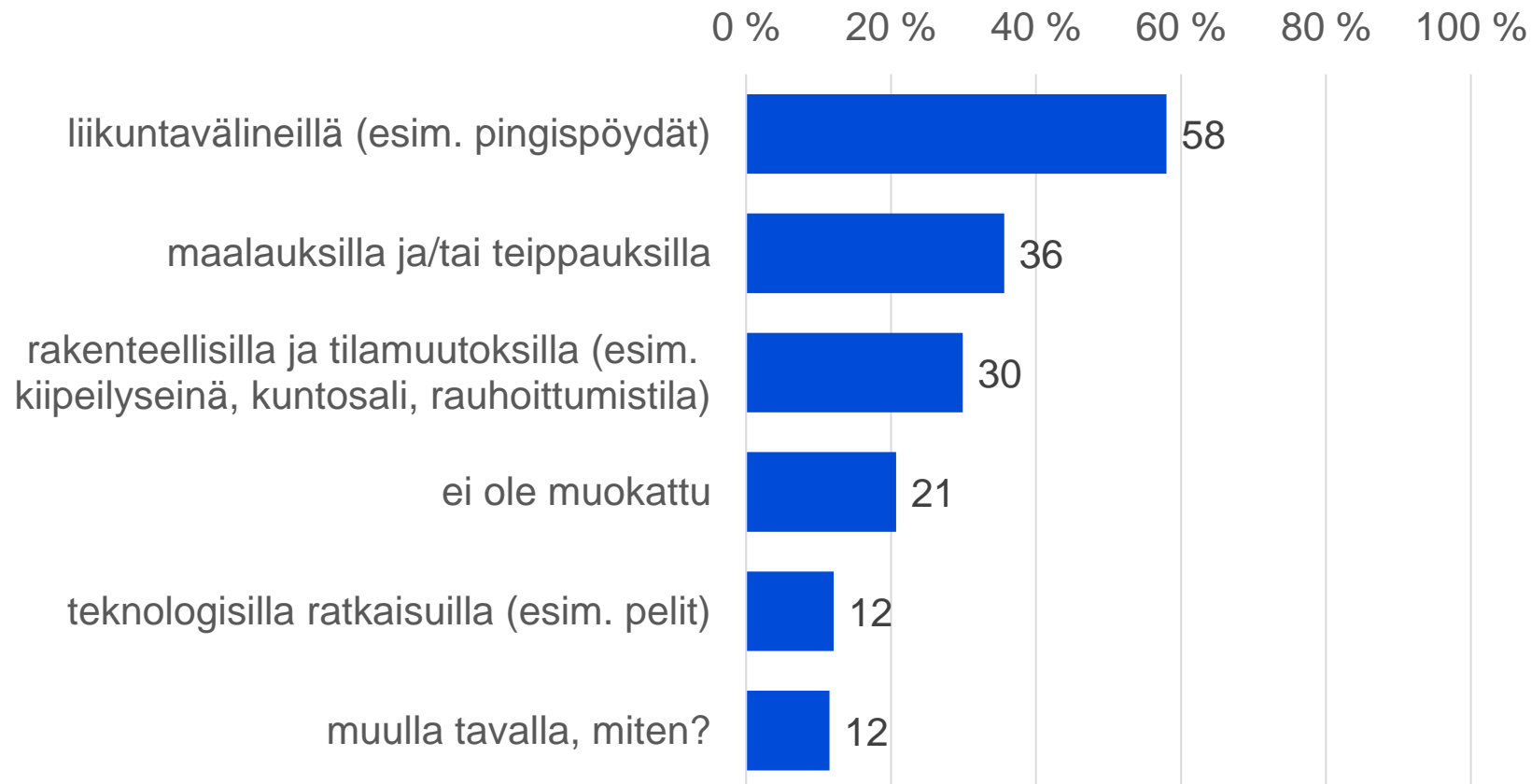
- Välitunnit vietetään pääsääntöisesti ulkona kahdessa koulussa kolmesta (66 %).
- Pakollisia ulkovälitunteja ei ole kahdeksassa prosentissa kouluista.
- Suuressa osassa kouluja (70%) on pitkä (yli 25 min) välitunti kerran tai kaksi kertaa päivässä.
- Viidenneksessä kouluista (20 %) ei ole lukujärjestyksessä pitkää välituntia.
- Lähes puolessa kouluista (44 %) liikuntasali ei ole oppilaiden käytössä sisävälituntien aikana.



# Liikkumista edistävät käytännöt: olosuhteet (Liikkuva koulu -vastaavat, n=174)



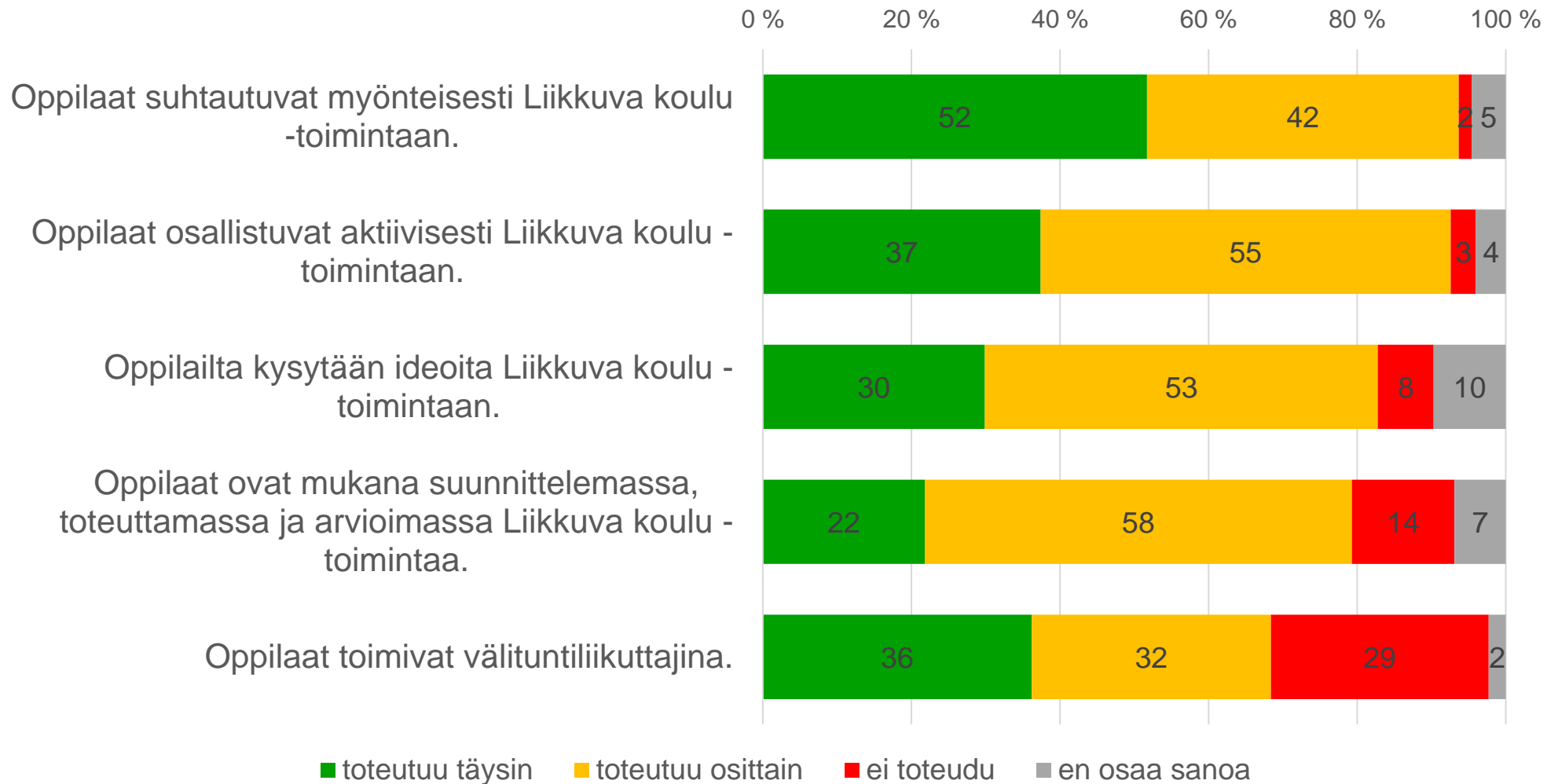
Onko koulusi tiloja muokattu liikkumista tukeviksi?



## Muulla tavalla, miten?

- Leuanvetotangot
- Lähimetsän hyödyntäminen
- Liikuntavälineitä aulatiloissa
- Huippuhyvä ja virikkeellinen piha
- Trampoliini sisäpihalla
- Taukojumppavideot
- Erlaisia ohjeita seinillä
- Tasapainolauta luokassa
- Välituntilainaamo

# Liikkumista edistävät käytännöt: oppilaiden osallisuus (Liikkuva koulu - vastaavat, n=174)



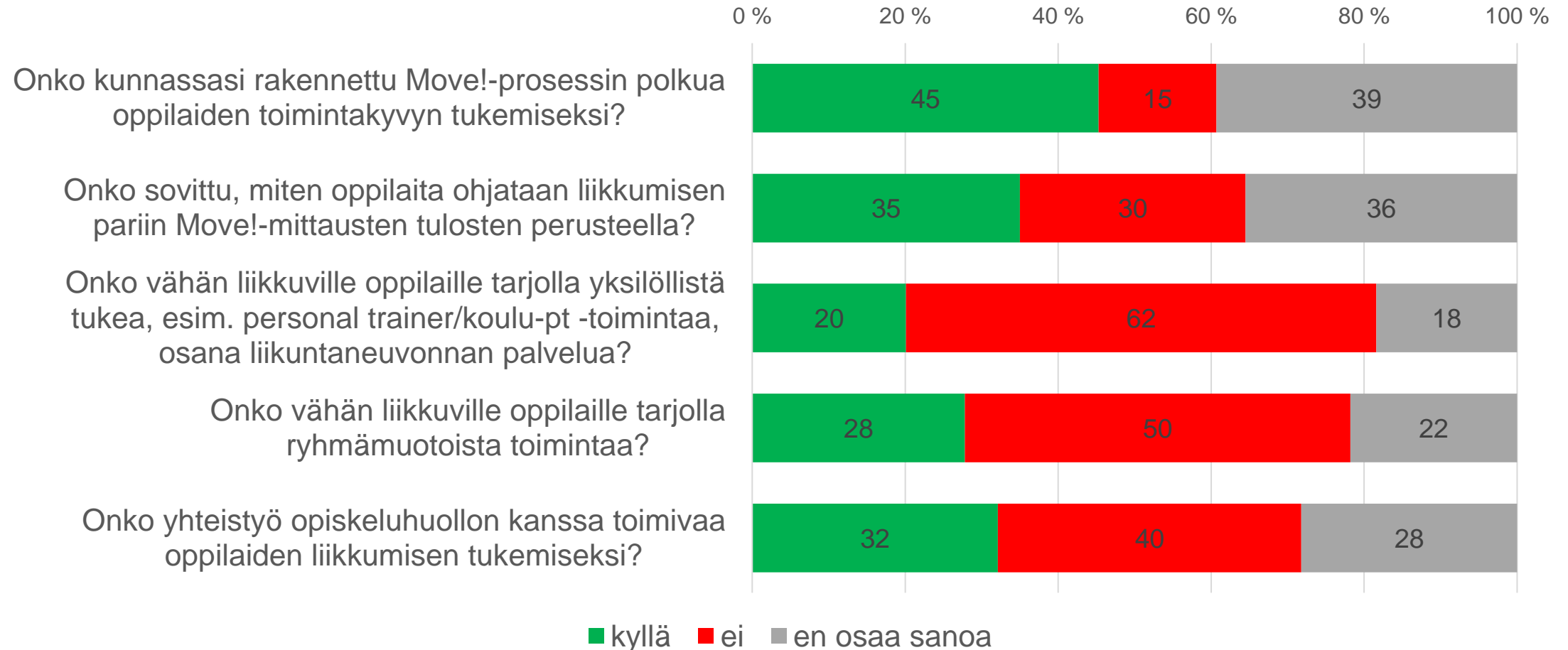
# Liikkumista edistävät käytännöt: koulumatkat (Liikkuva koulu -vastaavat, n=174)



Koulussamme...



# Liikkumista edistävät käytännöt: liikuntaneuvonta (LK-vastaavat ja rehtorit, n=244)



# Millaista tukea tarvitsisitte oppilaiden liikuntaneuvonnan toteuttamiseksi? (65 vastausta)



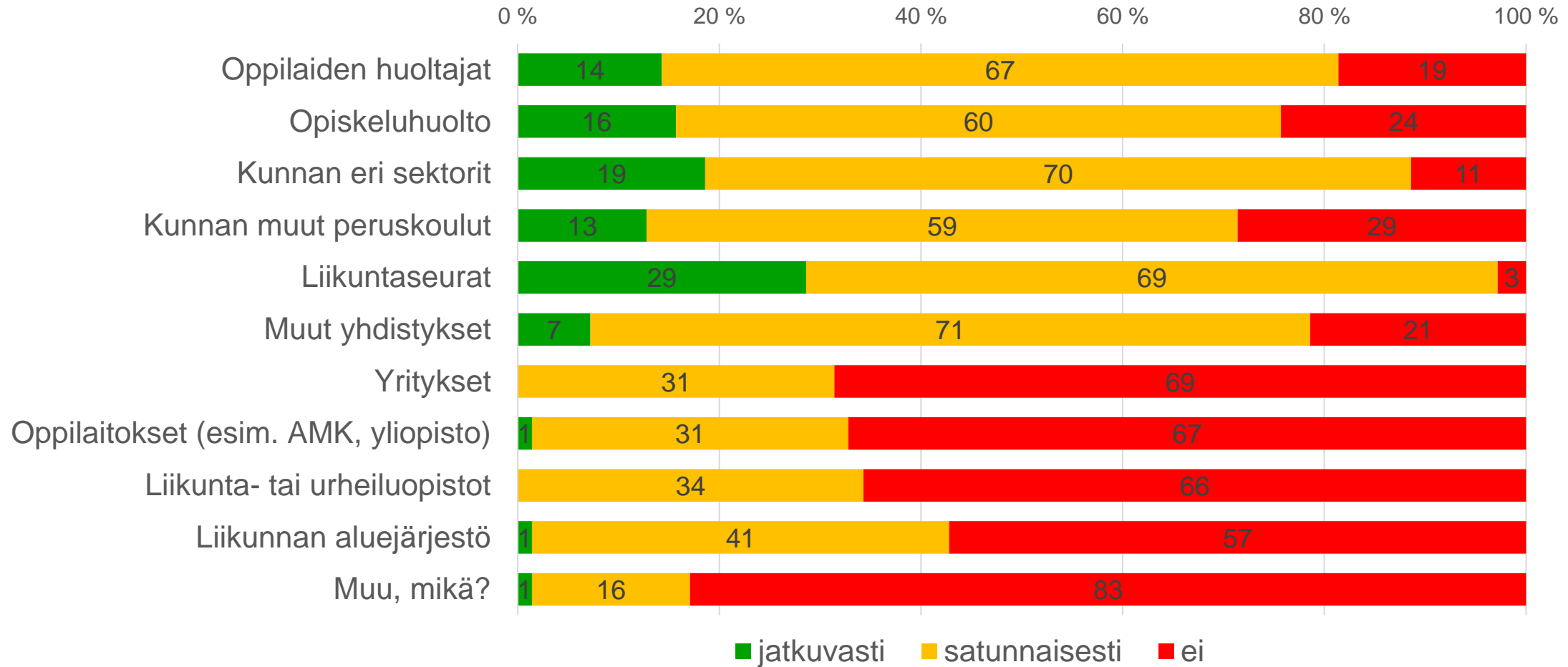
- Selkeä kunnallinen ohjaus ja linjaus – Move!-polku
  - Työnjako ja vastuut eri toimijoiden kesken
  - Miten liikuntaneuvonta saadaan osaksi koulupäivää?
- Resursseja
  - Henkilöresurssit (koulu-pt, kerhohetäjiä, liikuntaan erikoistunut koulunkäynninohjaaja)
  - Yhteistä suunnittelu-aikaa eri tahojen kesken
  - Lisää työ-aikaa asian edistämiseksi
- Tietoja liikuntaneuvonnan mahdollisuuksista sekä liikuntaryhmistä ja -palveluista, joihin vähän liikkuvia oppilaita voi ohjata
- Yhteistyötä
  - Opiskelu-huolto (mm. terveystarkastusten ajankohta)
  - Liikuntaseurat
  - Liikunnanohjaajaopiskelijat (harjoittelujaksot)
- Materiaaleja
- Tukea oppilaiden koteihin (yksilöllinen ohjaus)

”Selkeää polkua Move!-mittauksista eteenpäin. Ja henkilöä, joka ottaa vastuuta toiminnasta. Meillä ei ole erikseen vähän liikkuville mitään. Kerhotoiminta on kaikille avointa.”

”Yhteistyötä, ideointia...yksilötasolla tietyille oppilaille matalan kynnyksen toimintaa koulun tiloissa.”

”Ohjeistusta huoltajien suuntaan. Liikkuminen ja lapsen liikunnallinen toiminta on pääasiassa huoltajien vastuulla.”

# Koulun yhteistyötahot liikunnan edistämiseksi (Rehtorit, n=70)

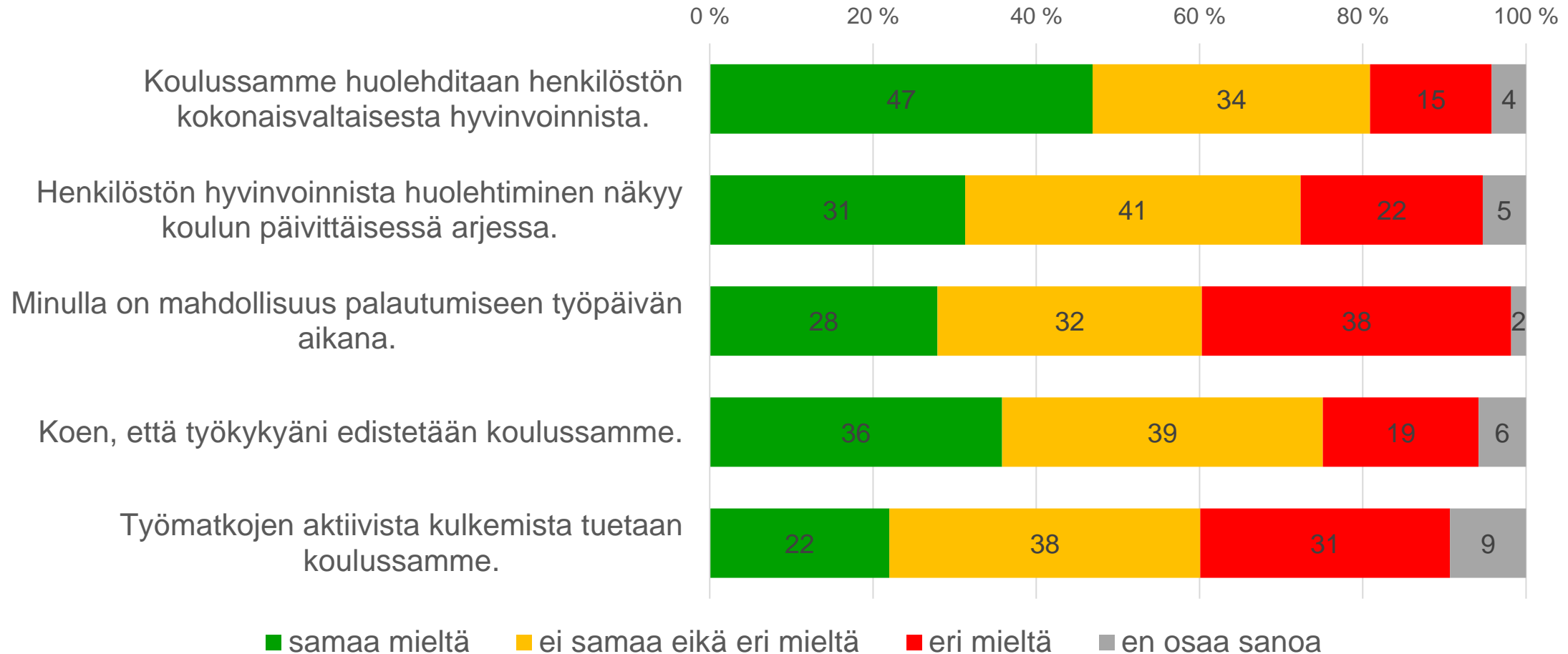




Liikkuva koulu

# Työhyvinvointi

# Kokemukset työhyvinvoinnin edistämisestä





# Koettu työkyky

Oletetaan, että työkykysi on parhaimmillaan saanut 10 pistettä.  
Minkä pistemäärän antaisit nykyiselle työkyvyillesi?

(0=täysin työkyvytön, 10=työkyky parhaimmillaan)

**Kaikkien  
vastaajien  
keskiarvo**



**7,81**

**Työkykynsä  
heikentyneeksi  
arvioineiden osuus  
(0–7 vastanneet)**



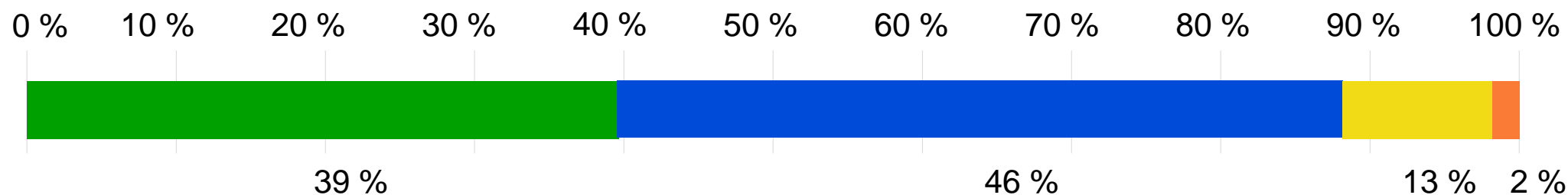
**32 %**

## Työkyky (keskiarvo)

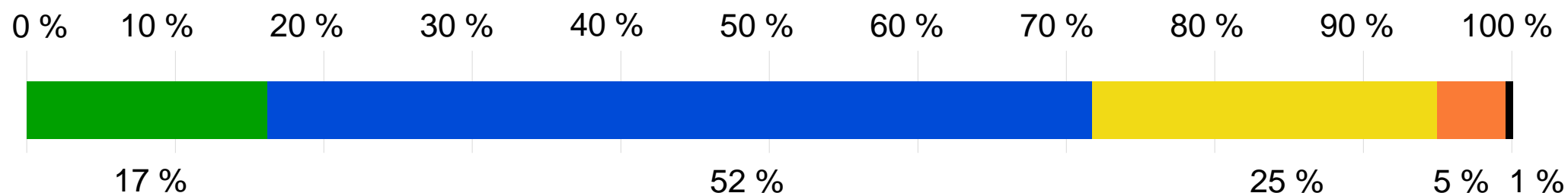
<b>8,05</b>	Muu työntekijä
<b>7,98</b>	Erytisopettaja/-luokanopettaja
<b>7,92</b>	Luokanopettaja
<b>7,62</b>	Aineenopettaja
<b>7,57</b>	Koulunkäynnin ohjaaja

# Koettu työkyky työn ruumiillisten ja henkisten vaatimusten kannalta

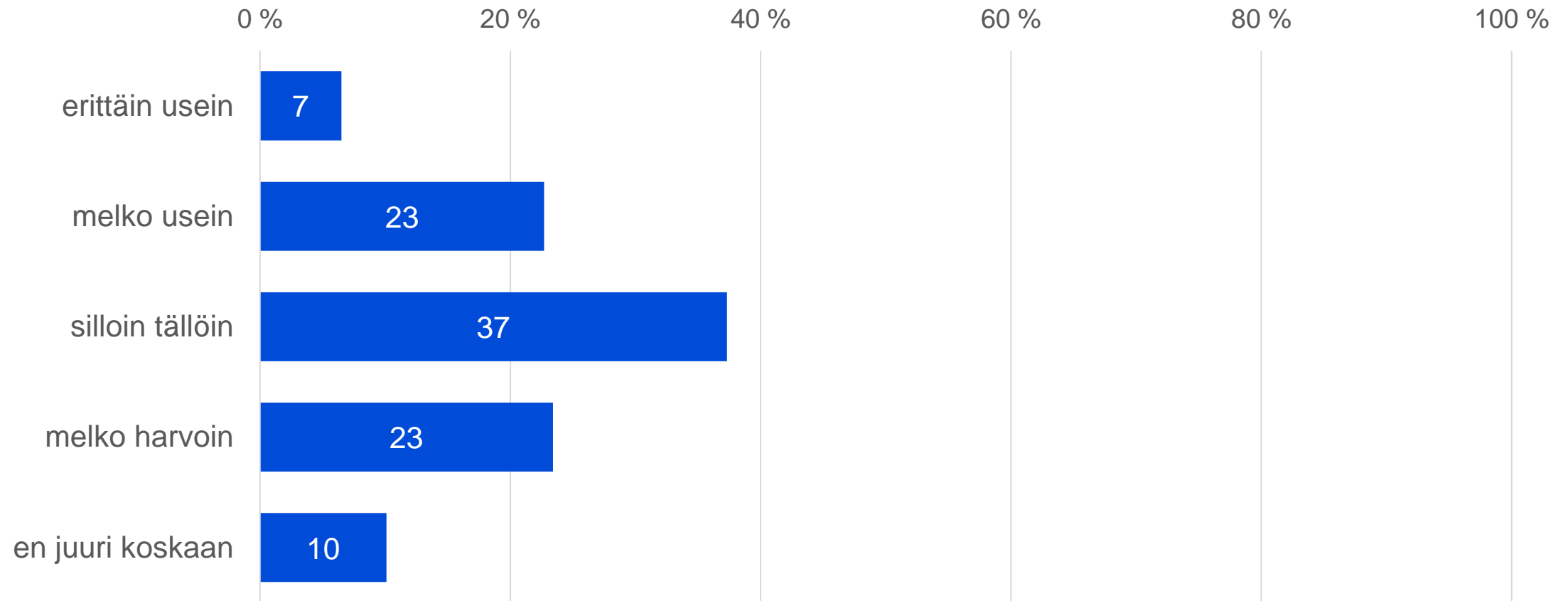
## Ruumiillisten vaatimusten kannalta



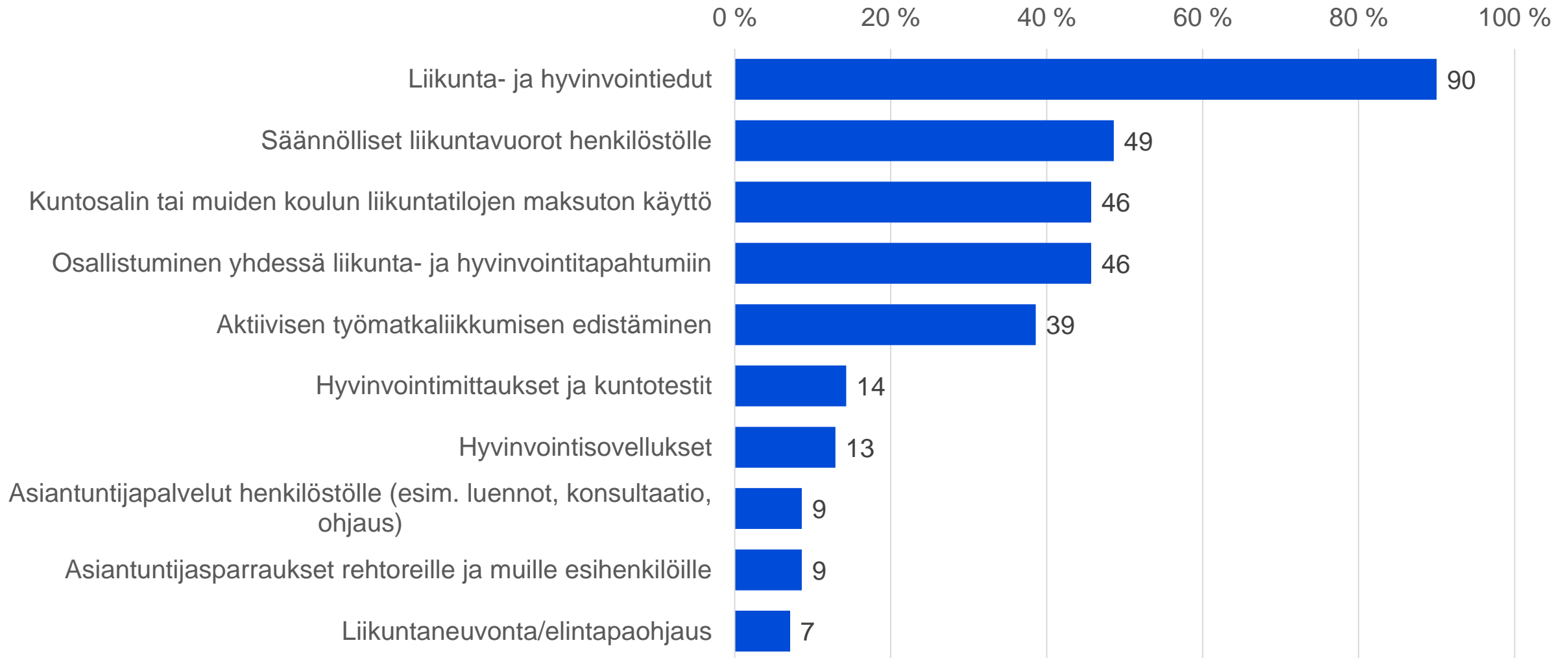
## Henkisten vaatimusten kannalta



# Kuinka usein tunnet itsesi kohtuuttoman uupuneeksi työpäivän jälkeen?



# Mitkä seuraavista perusopetuksen henkilöstön hyvinvointiin liittyvistä tukimuodoista ovat käytössä koulullanne? (Rehtorit, n=70)





**Liikkuva koulu**

   @LIKKUVAKOULU