



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSTYRELSEN

Opetushallituksen asiantuntijalausunto puhelimen ja mobiililaitteiden käytön rajoitukset, aluehallintoviraston toimivalta ja liikunnallinen elämäntapa

Sivistysvaliokunta 10.2.2025
Laura Francke Johtamisen tuki yksikön päällikkö
Matti Pietilä Liikunnan opetusneuvos
Opetushallitus



Puhelinten ja muiden mobiililaitteiden käytön rajoittaminen ja aluehallintovirastojen toimivalta

- Opetushallitus pitää puhelinten ja muiden mobiililaitteiden rajoittamisen, aluehallintovirastojen toimivallan lisäämisen sekä säädösmuutosten esitystä perusopetuksessa tarpeellisena.
- Puhelinten ja muihin mobiililaitteisiin liittyvä esitys luo perusopetukseen työrauhaa, edistää oppimista ja keskittymiskykyä oppimiseen, rajoittaa oppimista häiritsevää käyttöä, edistää liikunnallista elämäntapaa ja tunne- ja vuorovaikutustaitojen oppimista kasvokkain sekä mahdollistaa oppimiseen liittyvän pedagogisen ja terveydellisiin syihin liittyvän käytön.
- Opetushallitus päivittää järjestyssääntöohjeen ja mobiililaitteoppaan sekä tarjoaa aiheesta koulutusta.
- OPH ja THL laativat suosituksia lasten ja nuorten vapaa-ajan digilaitteiden käyttöön.
- Aluehallintovirastojen toimivallan lisääminen edistää perusopetuksen oppilaiden oikeussuojaa.

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen

HE 212/2024 2 § Opetuksen tavoitteet: Opetuksen tulee edistää sivistystä ja tasa-arvoisuutta yhteiskunnassa, oppilaiden edellytyksiä osallistua koulutukseen ja muutoin kehittää itseään elämänsä aikana. *Esi- ja perusopetuksen tulee lisäksi edistää liikunnallista elämäntapaa.*”

- **Koulupäiväisen aikaisen liikkumisen hyödyistä on paljon niin kansallista kuin kansainvälistä tutkimusnäyttöä.** Merkittävien positiivisten terveysvaikutusten lisäksi voidaan kiinnittää huomiota liikunnallisen elämäntavan edistämisen kouluyhteisön arkea ja toimintakulttuuria tukeviin hyötyihin, kuten esimerkiksi oppimisen edistämiseen, yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen.
- Kansainvälisten meta-analyysien mukaan liikunnalla on todettu olevan positiivinen merkitys muun muassa keskittymiseen, oppimiseen sekä fyysiseen ja psyykkiseen hyvinvointiin. Liikunnan on osoitettu olevan vahvasti yhteydessä hyvinvointiin, resilienssiin ja masennuksen vähenemiseen. Lisäksi myönteinen yhteys on todettu muun muassa koulussa viihtymiseen, vähäisempään ahdistuneisuuteen sekä mielenterveyteen. (Andermo, S. et al. 2020. School-related physical activity interventions and mental health among children: a systematic review and meta-analysis. Sports Med - Open 6, 25; Ryan, D. et al. 2017. School- based physical activity interventions and physical activity enjoyment: A meta-analysis, Preventive Medicine, 103, 84—90; Spruit, A. et al. (2016). The effects of physical activity interventions on psychosocial outcomes in adolescents: A meta-analytic review. Clinical Psychology Review, 45, 56—71.)
- Hallitusohjelman mukainen kirjaus liikunnallisen elämäntavan edistämisen lisäämisestä perusopetuslakiin on **tahdon ilmaus ja konkreettinen reagointi** myös suomalaisten lasten ja nuorten toimintakykyä, terveyttä ja hyvinvointia kuormittavaan **ns. istuvan elämäntavan globaaliin haasteeseen**.
- Kyse on suomalaisen **kansanterveyden ja -talouden ennaltaehkäisevistä tukitoimista sekä oppilaiden kokonaisvaltaisen toimintakyvyn, hyvinvoinnin ja oppimisen tukemisesta**.
- **Opetushallitus päivittää opetussuunnitelman perusteet** liikunnallisen elämäntavan osalta. Opetushallituksen **Liikkuva varhaiskasvatus ja Liikkuva koulu** edistävät liikunnallista elämäntapaa.