

Kannanotto hallituksen esitykseen perusopetuslain muuttamisesta 18.2.2025
Esityksessä ehdotetaan, että liikunnallinen elämäntapa lisätään osaksi esi- ja perusopetuksen tavoitteita.

Minna Huotilainen, kasvatustieteen professori, Helsingin yliopisto

Peruskoulun opetussuunnitelman perusteissa liikunnan oppiaineen tavoitteista (yht. 10 kpl) ensimmäinen kuuluu näin:

“kannustaa oppilasta fyysiseen aktiivisuuteen, kokeilemaan itsenäisesti ja yhdessä uusia, erilaisia liikuntatehtäviä sekä rohkaista ilmaisemaan itseään liikunnan avulla”.

Liikunnan oppiainetta kuvataan näin: “Oppiaineessa tärkeitä ovat yksittäisiin liikuntatunteihin liittyvät positiiviset kokemukset ja liikunnallisen elämäntavan tukeminen. Liikunnassa oppilas saa valmiuksia terveytensä edistämiseen.”

Liikunnallisuus mainitaan lisäksi musiikin oppiaineen kohdalla (musiikin ilmaiseminen liikkeen avulla), äidinkielen ja kirjallisuuden oppiaineen kohdalla (draama- ja teatteritoiminnan liikunnallisuus), opetustilojen kohdalla (opetustilat tukevat liikkuvaa oppimista, vierailut liikuntakeskuksissa) ja koulun yhteistyössä muiden tahojen kanssa (liikuntakeskukset).

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen on tärkeä tavoite, ja siinä onnistuminen lasten ja nuorten kohdalla vaikuttaisi yhteiskunnassamme moneen asiaan: se edistäisi lasten ja nuorten somaattista terveyttä ja mielenterveyttä, parantaisi oppimistuloksia, kohentaisi unen laatua ja vuorokausirytmii sekä vähentäisi terveyseroja. Lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan edistämisen olennaisimmat keinot ovat:

- liikuntaharrastusten mahdollistaminen kaikille, myös matalalla kynnyksellä, myös ilmaiseksi, myös heille joilla on liikkumiseen liittyviä haasteita kuten ylipainoa, nivelvaivoja, pitkäaikaissairauksia tai huono fyysinen kunto
- liikunnallinen koulumatka: turvalliset ja valaistut pyöräily- ja kävelyreitit koululle, koulumatkan pituus alle 3 km alakoulussa, alle 5 km yläkoulussa
- opetustilojen koulun sisällä ja ulkona soveltuminen liikkuvaan opetukseen, esimerkiksi kalusteet, akustointi, opettajien systemaattinen täydennyskoulutus liikkuvaan opetukseen

Koulut siis edistävät lasten ja nuorten liikunnallista elämäntapaa jo nyt ilman perusopetuslain nimeonmaista kirjausta, sillä liikunnallinen elämäntapa on jo nyt osa perusopetuksen tavoitteita.

Sen sijaan voisi tarkastella aluehallintovirastojen ohjeistusta kunnille liittyen koulumatkojen pituuteen ja kevyen liikenteen väylien turvallisuuteen sekä ilmaisiin liikuntapaikkoihin ja -harrastuksiin liittyen voisi tarkastella lasten ja nuorten liikunnallisen elämäntavan näkökulmasta.