



Viite: Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi perusopetuslain muuttamisesta (HE 212/2024)

Eduskunnan sivistysvaliokunnalle

Suomen Liikunnan Alueet ry:n ja liikunnan aluejärjestöjen lausunto hallituksen esityksestä laiksi perusopetuslain muuttamisesta

Suomen Liikunnan Alueet ja liikunnan aluejärjestöt kiittävät lämpimästi mahdollisuudesta lausua hallituksen esityksestä laiksi perusopetuslain muuttamisesta.

Liikunnallisen elämäntavan lisääminen perusopetuslakiin

Suomen Liikunnan Alueet ry ja liikunnan aluejärjestöt kannattavat lämpimästi liikunnallisen elämäntavan lisäämistä esi- ja perusopetuksen tavoitteisiin.

Vuoden 2024 MOVE! -mittaustulosten mukaan viidesluokkalaisista vajaa 36 prosenttia ja kahdeksaluokkalaisista yli 40 prosenttia on fyysiseltä toimintakyvyltään mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla. Tulosten mukaan lasten ja nuorten toimintakyvyssä on merkittäviä alueellisia eroja ja erityisesti maaseudulla asuvien kahdeksaluokkalaisten tyttöjen toimintakyky on heikentynyt. Yleisesti ottaen maaseudun lapset ja nuoret ovat fyysisesti huonommassa kunnossa kuin kaupunkien lapset. Luvut ovat yhteiskunnallisesti erittäin merkittäviä ja siksi Petteri Orpon hallituksen esitys liikunnallisen elämäntavan lisäämisestä esi- ja perusopetuksen tavoitteisiin on erittäin tärkeä ja kannatamme sitä lämpimästi. Tutkimusten mukaan liikkeen ja liikunnan lisääminen lasten ja nuorten päivään lisää niin fyysistä, henkistä kuin sosiaalistakin hyvinvointia. Esi- ja perusopetuksen kautta tavoitetaan kaikki ikäluokkien lapset ja nuoret, joten liikunnallisen elämäntavan lisäämisen juuri esi- ja perusopetukseen voidaan olettaa olevan yhteiskunnallisesti vaikuttava toimenpide.

Kannatamme myös lämpimästi ehdotuksen mukaisesti sitä, että Opetushallitus tekee lainsäädännön muutoksen myötä tarvittavat muutokset esiopetuksen ja perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin liikunnallisen elämäntavan vahvistamiseksi osana esiopetuksen ja koulun toimintakulttuuria. Opetussuunnitelmien päivittämisessä on ensinnäkin tärkeää määrittää se, mitä liikunnallinen elämäntapa tarkoittaa. Tältä osin haluamme painottaa, että liikunnallisen elämäntavan edistämisessä keskeistä on fyysisen toimintakyvyn tukeminen, pitkäkestoisen istumisen vähentäminen ja liikkeen lisääminen arkeen. Liikkuvat-ohjelman hyödyntäminen on erittäin kannatettavaa.

Koulupäivissä tämän tulee toteutua monipuolisesti: liikuntatuntien lisäksi keskeistä ovat aktiiviset välitunnit, toiminnallinen oppiminen ja ergonomiset ratkaisut. Oppilaita kannustetaan aktiivisiin siirtymiin ja ulkona oppimiseen, mikä tukee hyvinvointia ja oppimista.

Vanhempien, yhteisöjen ja urheiluseurojen kanssa tehtävä yhteistyö sekä perheliikuntatapahtumat vahvistavat liikunnan asemaa myös koulun ulkopuolella. Monipuolinen liikuntakasvatus tarjoaa mahdollisuuksia kokeilla eri lajeja, kun taas oppilaiden itsearviointi ja henkilökohtaiset tavoitteet lisäävät motivaatiota. Opettajien esimerkki ja jatkuva koulutus ovat ratkaisevassa roolissa.

Haluamme myös painottaa sitä, että esi- ja perusopetuksen toimintaympäristöä kehitetään aktiivisuutta tukeväksi esimerkiksi liikuntavälineiden saatavuuden ja monikäyttöisten tilojen avulla. Liikuntaa tuetaan myös palkitsemisella, yhteisöllisillä haasteilla ja oppilaiden osallistamisella, esimerkiksi vertaisohjaajina toimimisella. Tavoitteena tulee olla lisätä liikettä ja luoda pohja liikunnalliselle elämäntavalle.

Puhelimet ja muut mobiililaitteet

Suomen Liikunnan Alueet ry ja liikunnan aluejärjestöt haluavat muistuttaa kännykkävapaiden välituntien merkityksestä kouluarjessa. Lakiesityksen mukaan perusopetuksen järjestäjän olisi määrättävä oppilaan puhelimen ja mobiililaitteiden käytöstä ja säilytyksestä koulun työpäivän aikana. Huomioimme ilolla, että lakiesityksessä koulun työpäivä käsittäisi oppituntien lisäksi myös välitunnit, ruokailun ja esimerkiksi siirtymiset paikasta toiseen.

Itä-Suomen yliopiston teettämässä tutkimuksessa tultiin samaan tulokseen kuin monissa aiemmissa tutkimuksissa: "Välitunnin viettäminen tehostaa oppimista ja antaa mahdollisuuden muun muassa liikkumiseen ja vapaaseen vuorovaikutukseen koulupäivän aikana" (H. Kangasniemi & J. Koskinen, Itä-Suomen yliopisto 19.4.2022). Kännykkä vie valitettavan usein huomion ja passiivinen paikallaan olo jatkuu oppituntien jälkeen. Tämä on haitallista fyysisen terveyden näkökulmasta sekä se heikentää myös oppimista edistävää vireystilaa ja keskittymiskykyä. Lyhyetkin liikuntahetket ja tauot, joissa lapset purkavat energiaansa ja osallistuvat leikkiin tai liikuntaan, parantavat huomattavasti heidän kykyään keskittyä ja oppia oppitunneilla. Välitunnit ovat olennainen osa koulupäivää, jonka merkitystä ei voida korvata. Toivomme, että oppilaiden hyvinvointi ja oppimistulokset asetetaan etusijalle, ja että puhelimen käytön rajoittaminen laajennetaan lakiesityksen mukaisesti koskemaan myös muita

kuin oppitunteja, kuten välitunteja. Näin voimme varmistaa, että lapset ja nuoret saavat mahdollisimman hyvät edellytykset sekä oppimiseen että terveelliseen kasvuun ja kehitykseen.

Heidi Pekkola

Pääsihteeri

Suomen Liikunnan Alueet ry

Suomen Liikunnan Alueet ry on liikunnan aluejärjestöjen palvelu- ja yhteistyöjärjestö. 15 liikunnan aluejärjestöä toimivat koko Suomessa yli laji- ja kuntarajojen. Aluejärjestöjen perustehtävänä on päivittäisen liikkeen lisääminen, elinvoimaisen seuratoiminnan ja kuntien liikuntatoiminnan tukeminen. Vaikuttamistyöllä aluejärjestöt yhdessä Suomen Liikunnan Alueet ry:n kanssa edistävät liikunnan edellytyksiä.