



Koordinaattoritapaaminen 28.-29.11.2023, Holiday Club Caribia, Turku

Hallitusohjelman näkymiä liikunnallisen elämäntavan ja Harrastamisen Suomen Mallin edistämistyöhön

Antti Blom



OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSTYRELSEN

Likes
by jamk

OPETTAJIEN TYÖINTO LASKEE JA UUPUMUS KASVAA

Last
li

URHEILU

URHEILU | MUUT LAJIT

Karu tutkimus: suomalaislapset ovat huolestuttavan huonossa kunnossa

Uusin Move!-mittaus piirtää karua kuvaa suomalaisten koululaisten fyysisestä toimintakyvystä.

URHEILU

URHEILU | MUUT LAJIT

"Käsissämme on pommi" –liikunnanopettajat kertoo karmeita esimerkkejä suomalaisten lasten heikentyneestä kunnosta

Yli 20 vuotta liikunnanopettajana toiminut Tommy Koponen vahvistaa havainnoillaan tuoreimman tutkimuksen huolestuttavat luvut. Suomalaiset lapset ovat entistä huonommalla kunnossa.

inen ei
isista

stamista

pian muisto vai
ene

u
joh
työh



Juuso Taipale
juuso.taipale@iltalehti.fi
Keskiviikko 14.12.2022 klo 6:04

Huonokuntoisista nuorista tulee huonokuntoisia aikuisia. Koponen uskoo "Islannin mallin" rantautuvan Suomeenkin. Koponen uskoo "Islannin mallin" rantautuvan Suomeenkin. Koponen uskoo "Islannin mallin" rantautuvan Suomeenkin.

jo
a – koulujen
a on paisunut ja
neikkenee edelleen



Suomalaisnuorten fyysistä suorituskkyä mitattiin jälleen. Kuvituskuva. ADOBE STOCK / AOP

Juuso Taipale
juuso.taipale@iltalehti.fi
Keskiviikko 14.12.2022 klo 0:06

oin 40 prosenttia suomalaisista lapsista ja nuorista on fyysisesti ni
nossa, että se vaikeuttaa arjen jaksamisessa.
lyviä koululaisten fyysistä toimintakykyä mitataan
rtissa.
ja 8-luokkalaisten fyysistä suorituskkyä mitattiin jälleen.
kestävyys- ja lihaskunt
ttauksiin osallist
ellisy



5 Osaava Suomi

5.4 Kulttuuri, liikunta ja nuoret

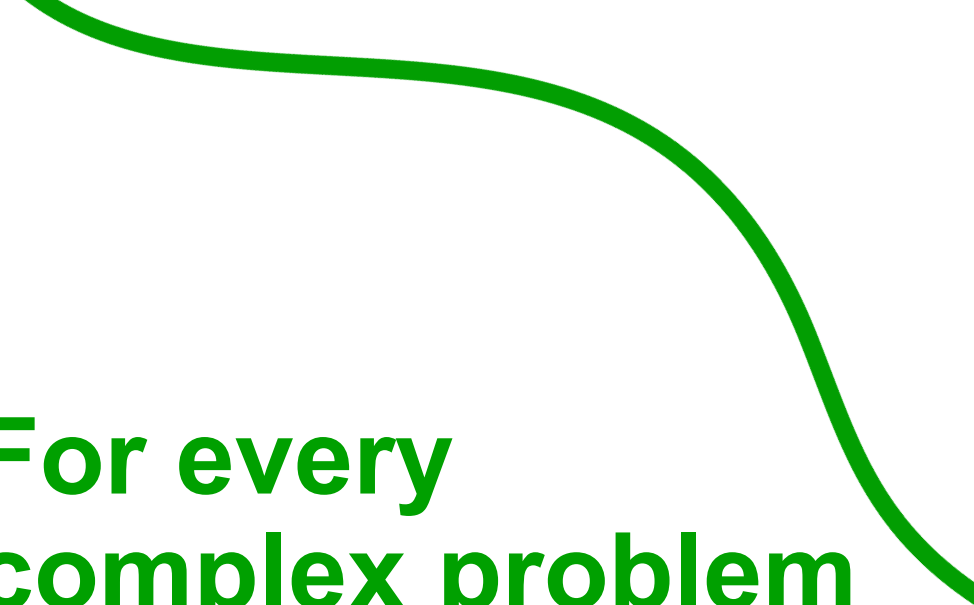
"Hallitus laatii kaikki hallinnonalat kattavan kansallisen liikunnallisen elämäntavan ja toimintakykyohjelman. Ohjelman puitteissa edistetään Liikkuvat-ohjelmia sekä luodaan uusia toimintamalleja."

"Hallitus tukee nuorten hyvinvointia laaja-alaisessa yhteistyössä yhteiskunnan eri toimijoiden kanssa. Osana yhteistyötä määritellään viitekehys hyvinvointialueiden, kuntien, koulujen, kolmannen sektorin ja seurakuntien yhteistyölle."

Petteri Orpon hallitusohjelma.

Tavoite 5 Osaava Suomi: *"Kaiken ikäiset suomalaiset liikkuvat enemmän."*

11 Suomi liikkeelle -ohjelma: *"Hallituksen tavoitteena on kääntää liikkuminen kasvuun jokaisessa ikäryhmässä."*



**For every
complex problem
there is an
answer that is
clear, simple and
wrong**

H. L. Mencken

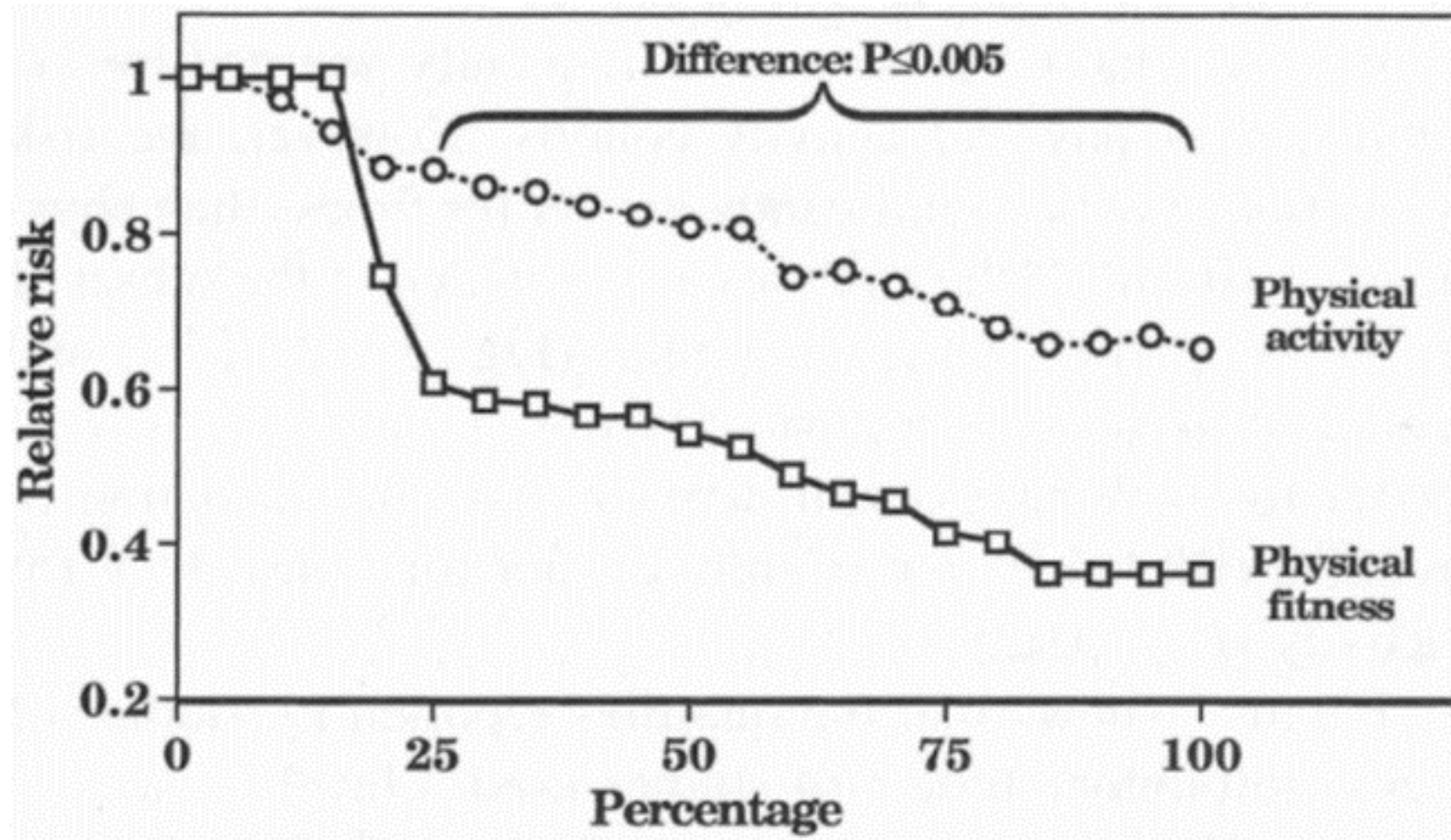


SUOMI LIIKKEELLE – NYT TARVITAAN MUUTAKIN KUIN LIIKUNTAAN KAHLITTU KATSE



Kuva: Antero Aaltonen

”Liikunnallista elämäntapaa ja toimintakykyä voidaan tehokkaammin edistää vaikuttamalla liikkumattomuuden taustatekijöihin kuin kahlitsemalla katse liikuntaan ja urheiluun.”



Relative risk for CHD or CVD in 8 physical fitness (317,908 person-years of follow-up) and 30 physical activity cohorts (2,286,806 person-years of follow-up) for studies cited in, and subsequent to, the Report of the Surgeon General.

Williams PT, Physical fitness and activity as separate heart disease risk factors: a meta-analysis. *Med Sci Sports Exerc.* 2001 May ; 33(5): 754–761.

10 000 askeleen myytti on jälleen kumottu – Tutkimus selvitti, mistä terveyshyödyt alkavat

Tuoreen kansainvälisen tutkimuksen mukaan jo 4 000 askelta päivässä lisää elimistön hyvinvointia. Mutta mitä enemmän liikkuu, sitä pidempään voi olettaa elävänsä.

”Jo niinkin pieni askelmäärä kuin 2 300 riittää hyödyttämään sydäntä ja verisuonistoa.”



Suomi liikkeelle -ohjelman vaikutukset LV, LK, LO -ohjelmiin ja HSM:iin



HARRASTAMISEN
SUOMEN MALLI

- Liikkuva varhaiskasvatus, koulu ja opiskelu ovat osa Suomi liikkeelle toimintakykyohjelman toteutusta
- Ohjelmassa on 16 toimenpidettä, joista 8 liittyy suoraan ohjelmien toteutukseen ja kolme välillisesti -> Yksi suoraan HSM
- Harrastamisen Suomen malli on myös osa Liikkuvan koulun toimenpiteitä paikallisella tasolla (harrastamisen toimenpiteenä)
- Toimeenpanoon varatun 20 M€ kohdennus 16 toimenpiteen toteutukseen vaikuttaa paljon myös ohjelmien toteutustapaan tällä hallituskaudella
- Kohdennuksesta vastaa poikkihallinnollinen ministerityöryhmä
- **Ohjelmien toimenpiteiden kautta on mahdollisuus vahvistaa lasten ja nuorten osallisuutta, oppimisen edellytyksiä ja koulusta pitämistä/koulutukseen kiinnittymistä**

Harrastamisen Suomen malliin liittyviä hallitusohjelmakirjauksia



5.4 Kulttuuri, liikunta ja nuoret -> Nuorisotyö ja -politiikka

- Hallitus turvaa, että jokaisella lapsella ja nuorella on mahdollisuus vähintään yhteen mieluisaan harrastukseen.
- Lasten ja nuorten harrastamisen kokonaisuutta kehitetään yhteistyössä harrastustoimijoiden kanssa. Huomioidaan erityisesti ilman harrastusta olevat ja harrastuspudokkuudesta kärsivät lapset ja nuoret.

- Selvitetään harrastus- ja kerhotoiminnan rakenteiden sekä rahoituksen kokonaiskuva ja huolehditaan siitä, että Harrastamisen Suomen malli täydentää olemassa olevaa harrastuskenttää.
- Harrastamisen Suomen mallia koskeva lainsäädäntö arvioidaan. Osana työtä selvitetään harrastustoiminnan tukemista koulujen loma-aikoina.

30. Lasten ja nuorten harrastustoiminta (siirtomääräraha 3 v)
- Momentille myönnetään 14 500 000 euroa.

Määrärahaa saa käyttää:

1) lasten ja nuorten harrastustoiminnan järjestämisestä ja kehittämisestä aiheutuvien menojen ja avustusten maksamiseen

Harrastamisen Suomen malli



- Toteutus lukuvuonna 2023-2024
 - 262 kuntaa, yli 2000 koulua, noin 11 000 harrastusryhmää, avustus kunnille 17 M€
 - 17 kehittämishanketta, avustus yhteisöille 1,8 M€
- Edistetään kuntien, harrastusten järjestäjien ja kehittämishankkeiden välistä yhteistyötä kokoamalla ja koordinoimalla verkostoja
- Kerätään ja jaetaan hyviä käytänteitä
- Tuotetaan, kerätään ja jaetaan materiaaleja
- Autetaan kuntia ja harrastusten järjestäjiä löytämään toisensa
- Tarjotaan asiantuntijoiden tukea ongelmien ratkaisuun
- Ylläpidetään ja kehitetään palvelusivustoa harrastamisensuomenmalli.fi



Ohjelmien toteutuksen tilanne 2023

- 2 021 peruskoulua 291 kunnasta
 - 92 % kaikista peruskouluista
 - 94 % Suomen kunnista
 - 96 % kaikista oppilaista
- 345 oppilaitosta
 - 252 lukiota (69 % kaikista lukioista)
 - 71 ammatillista oppilaitosta (63 %)
 - 27 korkeakoulua (71 %)
- 3 032 varhaiskasvatustoimipaikkaa (n. 73%)
 - 241 kunnasta yksiköitä mukana ohjelmassa (n. 78%)
- **Toimenpiteiden piirissä yhteensä noin 1 257 000 lasta ja nuorta**



Suomi liikkeelle toimeenpano

- Hallitusohjelma julkaistiin **6/2023**
- Suomi liikkeelle ohjelman ohjauksesta vastaa liikunnallisen elämäntavan ja toimintakyvyn ministerityöryhmä
- Poikkihallinnollinen ministerityöryhmä aloitti **9/23**
- [Ministerityöryhmä sopi Suomi liikkeelle -ohjelman rahoituksesta ensi vuodelle](#) **11/23**
- ”Suomi Liikkeelle-ohjelman tavoitteena on kääntää liikkuminen kasvuun jokaisessa ikäryhmässä. **Liikkumattomuuden torjuminen vaatii kokonaisvaltaista lähestymistapaa ja uusien ratkaisujen löytämistä.** Tämä näkyy selvästi myös vuoden 2024 määrärahojen pääkohdennuksissa”
- Haetaan päätoimista määrääaikaista sihteeristöä. Aloittaa työnsä **2024**

Suomi liikkeelle toimeenpano



- **Ohjelman toimeenpanoon on varattu 20 M€ -> 2024**
 - **Liikkuvat-kokonaisuuden vahvistamiseen 6 M€**
 - **Liikuntaneuvonnan laajentamiseen 5 M€**
 - Muihin valtionavustuksiin, innovaatiohakuihin ja kokeiluihin **3,7 M€**
 - Eri hallinnonalojen toimenpiteisiin, kuten esimerkiksi lähivirkistysalueiden kunnostamiseen ja kehittämiseen tarkoitettuihin avustuksiin kunnille, liikunnan ja toimintakyvyn lisäämiseen osaksi kutsuntojen sisältöä ja **elintapaohjauksen vahvistamiseen hyvinvointialueilla. 3,7 M€**
 - Ohjelman viestintään, selvitystöihin ja yleiseen toimeenpanoon **1,6 M€**



Suomi liikkeelle toimeenpano



- **Liikkuvat-kokonaisuuden vahvistamiseen 6 M€**

- *Lisäksi Liikkuvat-kokonaisuutta kehitetään ja vaikuttavuutta vahvistetaan entisestään.*



- **Liikuntaneuvonnan laajentamiseen 5 M€**

- *Suomi liikkeelle -ohjelmassa liikuntaneuvonta laajennetaan koskemaan kaiken ikäisiä ja sitä kohdennetaan erityisesti liian vähän liikkuville tai terveytensä sekä toimintakykynsä kannalta eniten hyötyville.*
- *Hallitus pyrkii laajentamaan liikuntaneuvontaa muun muassa peruskouluissa tehtävien laajojen terveystarkastusten yhteyteen. **Näin liikuntaneuvontaa voitaisiin kohdentaa Move!-tulosten perusteella***
- ***Koululaisten liikuntaneuvontaa voidaan järjestää esimerkiksi siten, että liikuntaneuvoja on koulupäivän arjessa ja toiminnassa mukana.***



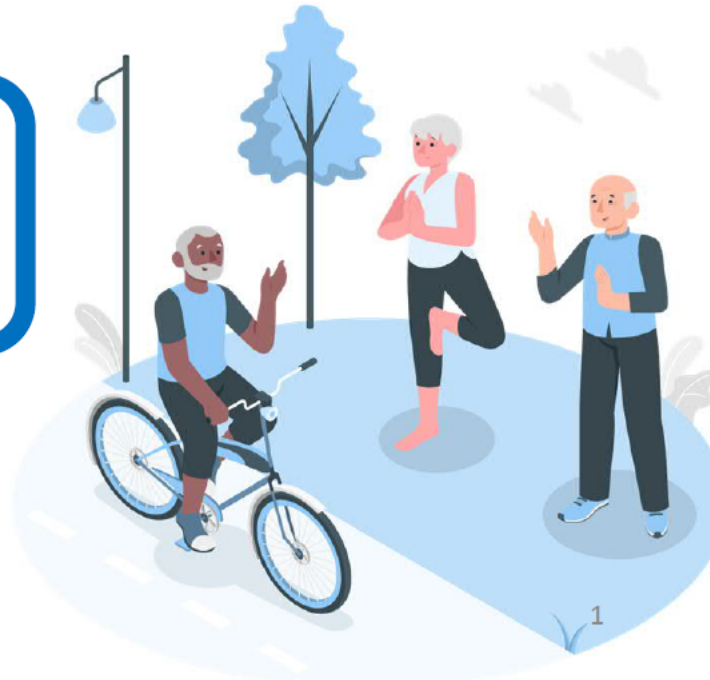
Yksilölliset tekijät vaikuttavat liikkumiseen kunnan liikuntaan käyttämiä resursseja enemmän

”Yhdenvertainen liikunnallinen lähiö (YLLI)” –hanke 16.3.2023

Apea mieliala (47 %), ajanpuute (42 %), sairaus (29 %) tai liikuntakaverien puute (25 %) ovat merkittävimmät liikunnan esteet lähiöiden asukkailla.

Hienot ja lähellä olevat liikuntapaikat eivät takaa, että niitä käytetään.

Asukkaista 90 % kokee, että liikuntapaikan sijainti tai sen kunto ei muodosta heille estettä harrastaa liikuntaa. Heillä on kuitenkin monenlaisia muita esteitä harrastaa liikuntaa.



By People illustrations Storyset

Liikunnanilo yhdistettynä terveyshyötyjen tavoitteluun lisää liikuntaa parhaiten

Ei havaittuja muutoksia
liikkumiskäyttäytymisessä

Liikkumisen terveysvaikutukset kiinnostivat hiilijalanjälkilaskurin käyttäjiä

Uutinen | 24.5.2023 09:57

Tampereella selvitettiin, voisiko liikunnan terveysvaikutuksiin vetoamalla saada ihmiset autoilun sijaan kävelemään tai pyöräilemään. Osa Tampere.Finland-sovelluksen hiilijalanjälkilaskurin käyttäjistä sai käyttöönsä aktiivisuuslaskurin. Heille myös lähetettiin viestejä heidän havaitusta liikkumisestaan ja siitä, miten se vaikuttaa terveyteen. Terveysviestit kiinnostivat vastaanottajia, mutta liikkumisen valintoja ne eivät muuttaneet.

<https://www.tampere.fi/ajankohtaista/2023/05/24/liikkumisen-terveysvaikutukset-kiinnostivat-hiilijalanjalkilaskurin>

<https://www.uef.fi/fi/artikkeli/ttm-virpi-kuvaja-kollner-vaitos-16122022-liikunnanilo-yhdistettyna-terveyshyotyjen-tavoitteluun>

Hyvinvointi

Liikuntapaikkojen rakentaminen ei automaattisesti lisää liikkujien määrää – liikunnasta pitää saada iloa, jotta se muuttuu osaksi arkea

Suomalaiset elävät liikuntamahdollisuuksien keskellä, joita lisäämällä on vaikea lisätä liikkujien määrää.



Tutkijan mukaan suomalaiset elävät lukuisten liikunta- ja harrastusmahdollisuuksien keskellä.
Kuva: Ville Välimäki / Yle

ANNE-PAULIINA RYTKÖNEN

3.12.2022 14:37

↗ Jaa

Suurten liikuntamäärien taustalta löytyy pääasiassa kaksi tekijää: tunne liikunnan ilosta ja ajatus siitä, että haluaa parantaa omaa terveyttään.

- Liian vähäinen liikkuminen aiheuttaa merkittäviä haasteita suomalaiselle yhteiskunnalle
- Lapsista ja nuorista sekä aikuisista vain noin kolmannes ja ikäihmisistä muutama prosentti liikkuu terveytensä kannalta riittävästi
- Liikkuvat-kokonaisuus vastaavat toiminnallaan liikuntalaissa asetettuihin liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteisiin eri ikä- ja väestöryhmissä koko elämänkulku huomioiden



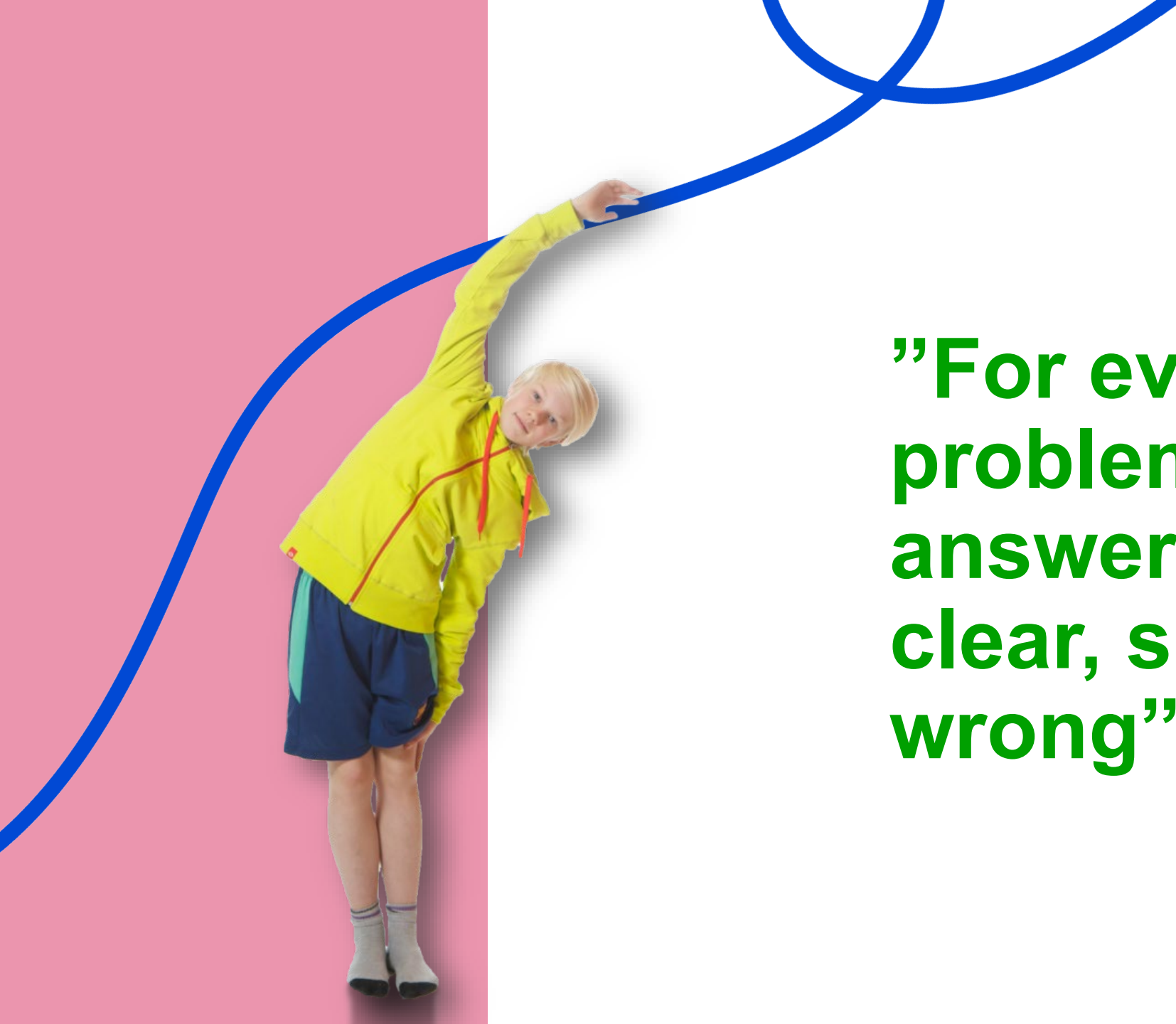
Pystyporinat

Mitä ajatuksia hallitusohjelmakirjaukset
herättävät oman työsi näkökulmasta?

**Kunnan liikuntatoimi on myös
vetovoimatekijä. Liian vähän
liikkuvien ohjaamiseen tarvitaan
kaikki toimialat mukaan.**

**Tarvitaan uusia rutiineja, jotka
eivät edellytä tietoista valintaa.**

**Harrastaminen koulupäivän yhteydessä on
myös hyvä säännöllinen toimenpide sen
toteutukseen.**



”For every complex problem there is an answer that is clear, simple and wrong”



**”Erialaisten fyysisesti
passivoivien tekijöiden määrä
tulee jatkossa vain
lisääntymään, mikä asettaa
länsimaaiset ihmiset pysyvästi
luontaisen liikkumattomuuden
tilaan”**

Dosentti, tutkija Mikko Salasuo 12.9.2012



Kiitos!

