



Päiväys  
13.10.2016

Dnro

Eduskunta  
Sivistysvaliokunta

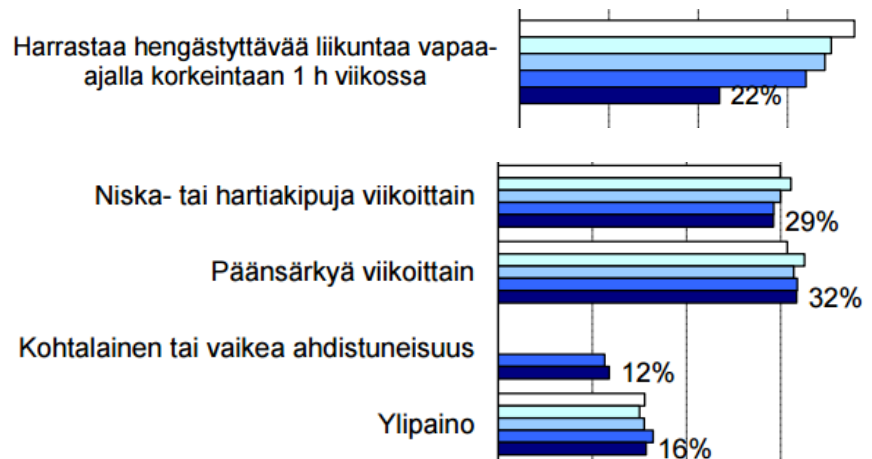
Viite

**Liikunnan merkitys osana nuorten terveyden edistämistä ja syrjäytymisen ehkäisyä.  
Harrastustakuu keinona ohjata nuoret eri harrastusten ja liikunnan pariin.**

Liikunta edistää lasten ja nuorten terveyttä merkittävästi. Liikunta vaikuttaa sekä fyysiseen että psykososiaaliseen hyvinvointiin. Liikunnan avulla voidaan lisäksi parantaa lapsen ja nuoren vireystilaa oppimisen edistämiseksi.

Vaikka 8. ja 9. luokkalaisten terveystottumukset ovat kouluterveyskyselyiden perusteella kehittyneet viime vuosina liikkumisen osalta myönteiseen suuntaan, on liian vähän liikkuvien osuus edelleen liian korkea. Lasten ja nuorten ruutuajan lisääntyminen uhkaa vähentää lasten ja nuorten liikkumista ja liikunnan harrastamista.

Kouluterveystutkimusten tuloksista käy ilmi myös se, että huolestuttavan suurella osalla vastanneista on niska- ja hartiakipuja sekä päänsärkyä viikoittain. Samoin ylipainoisten nuorten määrä on huolestuttavan korkea.



Liikkuva koulu-hankkeen avulla koulujen toimintaa on saatu kehitettyä merkittävästi oppilaiden fyysistä aktiivisuutta edistäväksi. Tällä on ollut vaikutusta myös koulun toimintakulttuuriin. Liikunta on lisännyt yhteisöllisyyttä ja mahdollistanut esimerkiksi muutoin yksin jääville oppilaille mahdollisuuden osallistua ohjattuun liikuntaan välitunneilla.

**Kasvatus- ja opetustoimi**

Uuden tuntijaon myötä valinnaiset aineet alkavat jo 3. luokalla. Useat koulut ovat päätyneet siihen, että oppilaat voivat itse valita taito- ja taideaineiden valinnaisaineen. Liikunta on ylivoimaisesti suosituin valinnaisaine. Uskon, että lapsilla ja nuorilla on erittäin korkea motivaatio liikkua ja harrastaa liikuntaa. Aikuisten tulisikin poistaa esteet liikuntasuosistusten mukaisen liikkumisen määrän toteutumiseksi jokaisen lapsen ja nuoren osalta.

Liikunnan harrastaminen tarjoaa lapsille ja nuorille mahdollisuuden kiinnittyä yhteisöön. Tällä on keskeinen merkitys syrjäytymisen ehkäisyssä. Harrastusympäristössä lapsi ja nuori saa myös mahdollisuuden vuorovaikutukseen ohjaavan aikuisen kanssa. Liikunta on myös erittäin hyvä keino maahanmuuttajataustaisten lasten integroitumiseksi yhteisöön.

**Liikunta on siis keskeinen terveyttä edistävä tekijä ja ehkäisee syrjäytymistä tehokkaasti. Riittävä fyysinen aktiivisuus parantaa myös oppimisedellytyksiä.**

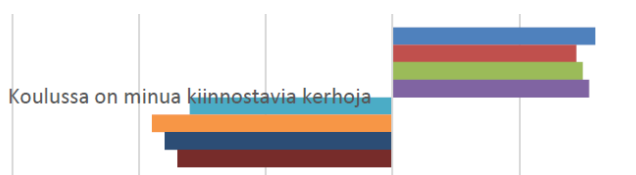
Valitettavasti kaikilla lapsilla ja nuorilla ei ole mahdollisuutta harrastaa liikuntaa esimerkiksi korkeiden harrastusmaksujen tai harrastuksiin kuljettamisongelmien takia. Harrastustakuu olisi erittäin hyvä toimenpide harrastamisen esteiden poistamiseksi.

Lappeenrannan kaupunki on uudistanut koulupäivän rakennetta ja viime vuosina kehittänyt koulun kerhotoimintaa myös yhdessä urheiluseurojen ja taiteen perusopetuksen toimijoiden kanssa. Näyttää siltä, että tällä toimenpiteellä pystytään parantamaan oppilaiden kouluhyvinvointia ja samalla tarjoamaan matalan kynnyksen harrastustoimintaa. ”Risteyttämällä” lasten ja nuorten mielekkääksi kokema liikunta ja koulunkäynti voidaan luoda uudenlainen koulu oppilaille.

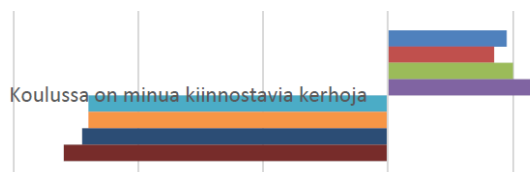
Koulupäivän rakennetta on uudistettu edellä kuvatulla tavalla koulun kerhotoimintaa varten osoitetulla valtionavustuksella. Urheiluseurat ovat itse voineet anoa seuratuksia, jolla matalan kynnyksen harrastustoimintaa on voitu kehittää. Taiteen perusopetuksen oppilaitokset sekä muut lasten kulttuurin toimijat ovat voineet hakea valtionavustusta matalan kynnyksen harrastustoiminnan kehittämiseen.

Myös koululaisten aamu- ja iltapäivätoiminta linkittyy kokonaisuuteen siten, että sen sisältöjä kehittämällä on voitu ratkaista alimpien vuosiluokkien oppilaiden mahdollisuus liikunnan harrastamiseen. Olemme esimerkiksi palkanneet liikunnanohjaajan iltapäivätoimintaan tämän kehittämiseksi.

Kaikille 5. ja 9. luokkalaisille tehdyn koulun hyvinvointiprofiilin perusteella oppilaiden mielestä koulussa ei ole riittävästi heitä kiinnostavia kerhoja. 5-luokkalaisista vain noin kolmannes on tyytyväinen koulun kerhotarjontaan:



9. luokkalaisista alle viidennes on tyytyväinen koulun kerhotoimintaan:



Tulevaisuuden kannalta, jos harrastustakuuta halutaan edistää, olisi järkevää keskittää määrärahoja yhteen ja valtuuttaa kunnat organisoimaan harrastustoiminta eri koulujen yhteyteen. Kunnat voisivat luoda eri laajuisia harrastustarjottimia koulun koko, oppilaiden ikäjakauma ja koulun sijainti huomioiden. Mikäli haluttaisiin, määrärahan kohdentamisessa eri kouluille voitaisiin huomioida Opetus- ja kulttuuriministeriön määrittelemät niin sanotut syrjäytymisindikaattorit.

Kun asiaa on paikallisesti valmisteltu lasten ja nuorten kanssa, esille on tullut myös heidän halukkuus omaehtoiseen liikkumiseen. Nuoret ovat toivoneet, että heillä olisi esimerkiksi mahdollisuus käyttää koulun jälkeen liikuntasalia, jossa he itse voisivat ohjata toisilleen liikuntaa tai pelata yhdessä. Muutoinkin lapsia ja nuoria tulisi aktiivisesti osallistaa kerho- ja harrastustoiminnan sisältöjen suunnitteluun. Tästä erinomainen esimerkki oli Opetus- ja kulttuuriministeriön viime keväänä tekemä kysely kaikille Suomen peruskoululaisille.

Edellä kuvattu toimintamalli antaisi pienille lapsille mahdollisuuden tutustua matalan kynnyksen harrastusten kautta eri liikuntalajeihin ja taidemuotoihin. Tämä olisi hyvä perusta intensiivisemmän harrastuksen valintaan. Toisaalta matalan kynnyksen harrastustoiminta nuorille mahdollistaisi harrastuksen jatkamiseen niille nuorille, jotka päätyvät lopettamaan intensiivisen harrastamisen.

Mari Routti  
 perusopetusjohtaja  
 Lappeenrannan kaupunki  
[mari.routti@lappeenranta.fi](mailto:mari.routti@lappeenranta.fi)  
 040 8372646