

SELVITYS VALTIONAVUSTUKSEN KÄYTÖSTÄ

Hakija Alajärven kaupunki (0177619-3)	Hankkeen tai toiminnan nimi Move!sta liikkeelle	
Diaarinumero LVV-U/38539/2026	Hakuvuosi 2025	
Myöntöpäivä 02.06.2025	Myönnetty summa 28000,00	Myöntänyt aluehallintovirasto Länsi- ja Sisä-Suomen aluehallintovirasto (LSSAVI)

Raportoiija

Sukunimi Kangastie	Etunimet Miia Marjaana
Puhelin 0405389363	Sähköposti miia.kangastie@alajarvi.fi

Toteutus

Myönnetty avustuksen käyttöaika
01.08.2025 - 31.07.2026

Toteutunut avustuksen käyttöaika
01.08.2025 - 31.07.2026

Hankkeen tai toiminnan tavoitteet hakemuksessa

Liikkuva koulussa tavoitteena on vahvistaa kuntamme Liikkuva Koulu -toiminnan organisointia. Tavoitteena on, että jokaisella koululla olisi osaava ja kehittämishaluinen Liikkuva Koulu -vastuuopettaja. Vastuuopettajien osaamista kehitetään koulutuksilla, jotta mahdollistetaan jokaiselle koulut samat mahdollisuudet fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen koulupäivissä. Lisäksi tavoitteena on kehittää lukuvuonna 2024-2025 alakouluilla aloitettua välikäritointia. Välikäritointia vakiinnutetaan pysyväksi käytännöksi koulujen arkeen kouluttamalla lisää opettajia sekä oppilaita toimintaan.

Liikkuva koulu –tavoitteet:

- Välikäritointia on aloitettu alakouluilla lv 2024-2025. Hankkeen tavoitteena on huolehtia toiminnan jatkumisesta ja vakiinnuttamisesta koulun arkeen.
- Valitaan jokaiselle koululle liikuntavastaava.
- Henkilöstön ja oppilaiden osaamisen kehittäminen. Järjestetään koulutusta, joissa opettajat ja oppilaat oppivat uusia menetelmiä fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi koulupäivän aikana.

Move! -mittaukset arvioivat lasten ja nuorten motorisia perustaitoja, jotka ovat keskeisiä liikunnan opetussuunnitelmassa ja liittyvät moniin oppimistavoitteisiin. Valtakunnallisen Move! mittaus- ja palautejärjestelmän tarkoituksena on kannustaa omatoimiseen fyysisestä toimintakyvystä huolehtimiseen. Tuloksia voidaan hyödyntää liikunnanopetuksessa, kouluterveydenhuollossa sekä hyvinvointitoimenpiteiden suunnittelussa ja arvioinnissa.

Fyysisellä toimintakyvyllä on merkittäviä vaikutuksia lasten ja nuorten terveyteen, heijastuen myös heidän psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiinsa sekä koulumenestykseen. Move! -tuloksia ei kuitenkaan hyödynnetä tällä hetkellä riittävästi, mikä korostaa yhteistyön ja toimintatapojen kehittämisen tärkeyttä.

Tavoitteena on Move! -prosessin suunnittelu, selkeyttäminen ja kehittäminen alueemme kouluissa moniammatillisessa yhteistyössä oppilaiden fyysisen toimintakyvyn, terveyden ja hyvinvoinnin tukemiseksi. Tarkoituksena on parantaa erityisesti vähän liikkuvien oppilaiden tunnistamista ja heille tarjottavaa tukea. Tarkoituksena on myös mittaustulosten hyödyntäminen ja toimenpiteet osana yhteisöllisen opiskeluhoitoryhmän toimintaa.

Tavoitteena on parantaa vähän liikkuvien oppilaiden tunnistamista ja heille tarjottavaa tukea. Tänä lukuvuonna kuluva hankkeessa on havaittu, että vähän liikkuvien oppilaiden tunnistaminen ja heidän tavoittamisensa yhdenvertaisesti on haastavaa. Move! -mittaustulokset nähdään yhtenä potentiaalisena keinona tavoittaa oppilaita yhdenvertaisesti ja leimaamatta, kunhan toimintamalli saadaan rakennettua ja vakiinnutettua. Move! -mittaustulosten hyödyntäminen

elintapaohjauksessa palvelee kouluterveydenhuoltoa, ohjaten lapsia ja nuoria sekä heidän huoltajiaan fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen arjessa. Liikuntaneuvonta voi toimia ennaltaehkäisevänä tukitoimena oppilaiden kanssa, joiden riittämättömästä toimintakyvystä ja arjen jaksamisesta nousee huolta. Tavoitteena on myös osallistaa oppilaita Move! -prosessin kehittämiseen ja sitouttaa heitä toimenpiteisiin oman fyysisen toimintakyvyn, terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

Move!-prosessin tavoitteet:

- Hyödyntää Move!-mittausten tuloksia osana yhteisöllisen opiskeluhoitoryhmän työskentelyä.
- Hyödyntää Move! -tuloksia kouluterveydenhuollon laajoissa terveystarkastuksissa. Asiasta ja yhteistyösuunnitelmista on keskusteltu kouluterveydenhoitajien kanssa keväällä 2025 ja he ovat sitoutuneet kehittämistyöhön.
- Lisätä yhteistyötä huoltajien ja oppilaiden kanssa tulosten tarkastelussa. Liikuntatoimella on meneillään perheliikuntahanke (syksy 2025), jonka kanssa voidaan tehdä yhteistyötä koko perheen liikunnallisen elämäntavan tukemiseksi.
- Sitouttaa nuoria kehittämään omaa fyysistä aktiivisuuttaan Move! -tulosten perusteella.
- Move!-tulokset sekä oppilaan oma hyvinvointiin liittyvä tavoite ja keinot kirjataan terveystarkastuksen yhteydessä LC-potilastietojärjestelmään.

Liikuntaneuvonta yläkoululla

Liikuntaneuvontaprosessi on osa laajempaa palveluketjua, jossa terveystensä kannalta liian vähän liikkuvat tunnistetaan ja tavoitetaan, liikkuminen otetaan puheeksi ja nuori ohjataan liikuntaneuvontaan sekä omatoimiseen tai ohjatun liikunnan pariin. Tavoite tähtää käyttäytymisen pysyvään muutokseen. Liikuntaneuvontaa toteutetaan valtakunnallisten suositusten mukaisesti.

Tavoitteena on tarjota oppilaille yksilöllistä ja/tai ryhmämuotoista matalan kynnyksen toimintaa fyysisen toimintakyvyn kehittämiseksi ja liikuntamotivaation parantamiseksi. Liikuntaneuvonta voi sisältää 3-5 tapaamista sovitulla aikavälillä (2-6 kk) koulupäivän aikana tai sen yhteydessä, sisältäen ohjausta ja neuvontaa, omatoimisen harjoittelun tukemista ja/tai liikuntakokeiluja. Lopuksi tehdään jatkosuunnitelma, kuinka nuori jatkaa itsenäisesti palvelun loputtua.

Liikuntaneuvonnan tavoitteet:

- Liikuntaneuvonnan käynnistäminen yläkoululla.
- Vähiten liikkuvien parempi tavoittaminen, mikä on osoittautunut haasteelliseksi aikaisemmassa hankkeessa.
- Tarjota yksilöllistä tai ryhmämuotoista tukea fyysisen toimintakyvyn kehittämiseen liikuntaneuvonnan ja lajikokeilujen kautta. Yhteistyöstä on keskusteltu alustavasti yhdessä harrastamisen Suomen malli -hankeryöntekijän kanssa.
- Tiivistää yhteistyötä kouluterveydenhuollon, opiskeluhoollon, liikunta- ja nuorisotoimen, yhdistysten ja seurojen kanssa.

Toteutuiko hanke tai toiminta pääosin hakemuksessa esitetyllä tavalla?

Kyllä

Toiminnan kuvaus

Hankkeen tavoitteena oli Move! -prosessin suunnittelu, selkeyttäminen ja kehittäminen Alajärven ja Vimpelin peruskouluissa, moniammatillisessa yhteistyössä oppilaiden fyysisen toimintakyvyn, terveyden ja hyvinvoinnin tukemiseksi. Tarkoituksena oli parantaa erityisesti vähän liikkuvien oppilaiden tunnistamista ja heille tarjottavaa tukea. Tarkoituksena oli myös mittaustulosten hyödyntäminen ja toimenpiteet osana yhteisöllisen opiskeluhoitoryhmän toimintaa.

Hankkeessa tehty kehittämistyö ajoittui lukuvuodelle 2025–2026 siten, että syyslukukaudella pääpaino oli Move! -prosessin toteutuksessa ja kevätlukukaudella liikuntaneuvonnan kokeilussa ja kehittämisessä, vaikka molemmat kulkivat mukana koko lukuvuoden ajan. Syksyllä 2025 Move! -mittauksia valmisteltiin liikuntatunneilla, mittaukset toteutettiin kouluissa ja tuloksia käsiteltiin oppilaiden kanssa. Tulosten siirtyminen kouluterveydenhuoltoon toteutui lukuvuonna aiempaa kattavammin, ja niitä hyödynnettiin laajoissa terveystarkastuksissa. Move! -tuloksia esiteltiin myös oppilashuoltoryhmissä ja kunnan tasolla, mikä vahvisti niiden roolia hyvinvointityössä. Samanaikaisesti liikuntaneuvonnan toimintaa suunniteltiin ja käynnistettiin, ja jo syyslukukauden aikana toimintaan ohjautui yksittäisiä oppilaita eri reittejä pitkin.

Kevätlukukaudella 2026 toiminnan painopiste siirtyi selkeämmin liikuntaneuvontaan, jota toteutettiin sekä yksilö- että ryhmämuotoisesti koulupäivän aikana. Liikuntaneuvontaa kokeiltiin eri kohderyhmille, ja siihen ohjaututtiin muun muassa terveydenhoitajien, opettajien ja oppilaiden oman yhteydenoton kautta.

Move! -tuloksia hyödynnettiin opetuksessa ja oppilashuoltotyössä, mutta niiden systemaattinen kytkeytyminen liikuntaneuvontaan jäi vielä osin kehittyyväksi. Lukuvuoden lopussa toimintaa arvioitiin keskustelujen pohjalta, ja prosessin tueksi annettiin opettajille ohjeistusta. Näiden pohjalta tunnistettiin kehittämiskohteita, joiden perusteella suunniteltiin toiminnan jatkoa ja vakiinnuttamista seuraavalle lukuvuodelle.

Vuoden 2025 Move! tulokset esiteltiin ja niistä keskusteltiin sekä Alajärven ja Vimpelin sivistyslautakunnan ja yhteisöllisten oppilashuoltoryhmien kanssa. Tarkoituksena oli suunnitella, selkeyttää ja kehittää Move! prosessia alueen kouluissa sekä edistää Move! mittaustulosten systemaattista hyödyntämistä osana kouluterveydenhuoltoa ja

oppilashuoltoa. Tavoitteena oli luoda yhtenäinen toimintamalli kouluissa ja kehittää liikuntaneuvontaa kiinteäksi osaksi Move! prosessia. Lisäksi hankkeessa pyrittiin vahvistamaan oppilaiden ja huoltajien osallisuutta sekä tukemaan henkilöstön osaamista ja moniammatillista yhteistyötä.

Erityisenä painopisteenä oli vähän liikkuvien oppilaiden tunnistamisen ja heille tarjottavan tuen parantaminen, sillä Move! mittaustulokset nähtiin yhtenä potentiaalisena keinona tavoittaa oppilaita yhdenvertaisesti ja ilman leimaamista. Mittaustulosten hyödyntäminen elintapaohjauksessa tukee kouluterveydenhuollon työtä ja ohjaa lapsia, nuoria ja heidän huoltajiaan lisäämään fyysistä aktiivisuutta arjessa. Tavoitteena oli myös kannustaa oppilaita toimenpiteisiin oman fyysisen toimintakyvyn, terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

MOVE! PROSESSIN PILOTOINTI JA TOTEUTUS KOULUISSA

Hankekaudella Move! prosessia pilotoitiin ja kehitettiin kahdeksassa Alajärven ja Vimpelin alueen koulussa, joista neljä osallistui aktiivisesti prosessin kehittämiseen. Liikkuva koulu hanketyöntekijä tuki kouluja joustavasti niiden tarpeiden mukaan, osallistuen Move! mittausten suunnitteluun, toteutukseen ja tulosten käsittelyyn. Osa kouluista toivoi tukea yksittäisiin mittaustilanteisiin, kun taas toiset tarvitsivat apua koko Move! prosessin läpivientiin. Yläkouluissa hanketyöntekijä osallistui mittausten toteuttamiseen ja jatkotoimenpiteiden ohjeistamiseen.

Yhteistyötä kouluterveydenhuollon kanssa tehtiin hankekauden aikana. Terveystarkastuksia informoitiin alkusyksystä Move! prosessin kehittämisestä ja hankkeen tavoitteista, ja yläkoulujen terveydenhoitajien kanssa oltiin uudelleen yhteydessä 8. luokkalaisten laajojen terveystarkastusten käynnistyessä. Yläkoulun terveydenhoitajia informoitiin myös alkavasta liikuntaneuvonnasta yläkouluilla ja heitä ohjeistettiin toiminnan markkinoimisessa oppilaille terveystarkastusten yhteydessä.

Kevätlukukaudella 2026 kartoitettiin Move! mittaustulosten siirtymistä kouluterveydenhuollon käyttöön. Lukuvuonna 2025–2026 lähes kaikkien koulujen terveydenhoitajat olivat saaneet Move! mittaustulokset käyttöönsä laajoissa terveystarkastuksissa, ja vain yhden koulun osalta käytäntö ei ollut vielä toteutunut. Tämä edusti selkeää kehitystä aikaisempiin vuosiin verrattuna, jolloin mittaustulosten siirtyminen ei ollut yhtenäinen käytäntö.

MOVE! -TOIMINTAMALLI JA PROSESSIKUVAUS

Hankekaudella 2025–2026 Alajärvelle ja Vimpeliin laadittiin Move! -toimintamalli (liitteenä), joka kuvaa perusopetuksen Move!-mittausten toteutuksen, tulosten käsittelyn ja jatkotoimenpiteet koulutasolta kuntatasolle saakka. Toimintamalli kattaa koko prosessin ennakkotiedotuksesta mittausten toteuttamiseen, palautteen antamiseen ja tulosten hyödyntämiseen yhteistyössä opetustoimen, kouluterveydenhuollon ja oppilashuollon sekä muiden kunnan toimijoiden kanssa.

Move! mittaukset toteutetaan perusopetuksen opetussuunnitelman mukaisesti vuosiluokilla 5 ja 8 liikunnanopetuksen yhteydessä. Ennen mittauksia oppilaille ja huoltajille tiedotetaan mittausten tarkoituksesta, aikataulusta ja toteutuksesta, ja huoltajilta pyydetään suostumus Move! tulosten siirtämiseen kouluterveydenhuollon käyttöön. Mittaukset toteutetaan Opetushallituksen ohjeiden mukaisesti, ja tulokset kirjataan oppilaskohtaisille lomakkeille sekä Move! järjestelmään. Huoltajan suostumuksella oppilaan Move! tulokset toimitetaan kouluterveydenhuollolle hyödynnettäväksi laajoissa terveystarkastuksissa. Koulukohtaisia ja kuntakohtaisia Move! tulosraportteja hyödynnetään lisäksi liikunnan opetuksen suunnittelussa, Liikkuva koulu toiminnan arvioinnissa sekä yhteisöllisessä oppilashuoltotyössä.

Hankekauden aikana Move! prosessin läpivientiä kokeiltiin yhdessä hanketyöntekijän kanssa kokonaisuudessaan kahdessa koulussa ja osittain useammassa koulussa. Prosessista laadittiin visuaalinen toimintapolku ja opettajille jaettiin infopaketti prosessin läpivientiin. Käytännön toteutuksessa tunnistettiin kuitenkin, että Move! prosessin jalkautuminen, tulosten systemaattinen hyödyntäminen sekä erityisesti Move! mittauksista liikuntaneuvontaan ohjautuminen vaihtelivat kouluittain. Toimintamalli ei ole vielä yhdenmukaisesti vakiintunut koulujen arkeen, minkä vuoksi jatkossa keskeisenä tavoitteena on mallin laajamittainen jalkauttaminen ja toimintatapojen yhdenmukaistaminen koulujen välillä.

Keväällä 2026 aloitettiin Move!-mittauksiin valmistautuminen luodun prosessimallin mukaisesti 4. luokkalaisten kanssa. Jokaiselle alakoululle tarjottiin mahdollisuutta käyttää hanketyöntekijän pitämiä liikuntatunteja, joissa harjoiteltiin tulevia mittauksia ja niiden osa-alueita. Viisi alakoulua kutsui hanketyöntekijän tutustuttamaan ja harjoittelemaan tulevia mittauksia yhdessä 4. luokkalaisten kanssa. Näiden koulujen kanssa sovittiin 1-5 liikunnan oppituntia, jotka hanketyöntekijä kävi ohjaamassa. Lisäksi opettajille jaettiin ohje- ja vinkkimateriaaleja Move!-mittauksien harjoitteluun. Move!-prosessin tueksi laadittiin visuaalinen toimintaohje ja koottu tiivis infopaketti, joka on jaettu opettajien käyttöön. Prosessiohje on laadittu yhteistyössä Alajärven yläkoulun liikunnanopettajan kanssa, ja se sisältää kuvauksen prosessin etenemisestä sekä linkit Opetushallituksen ohjeisiin ja mittauksissa tarvittaviin materiaaleihin. Tuotos on esitelty alueen rehtoreille, ja materiaali on kaikkien opettajien saatavilla kaupungin intrassa.

LIIKUNTANEUVONNAN KÄYNNISTYMINEN JA MARKKINOINTI

Hankkeessa käynnistettiin koulupäivän aikainen liikuntaneuvonnan kokeilu yläkouluissa. Liikuntaneuvonnan markkinointi käynnistyi varsinaisesti syyslukukauden 2025 lopussa. Tätä ennen liikuntaneuvontaan ohjautui yhteensä kolme oppilasta: yksi Vimpelin yhteiskoulun 8. luokalta sekä kaksi Alajärven yläkoulun 9. luokalta.

Liikuntaneuvonnasta tiedotettiin Wilma-viesteillä sekä koulujen ilmoitustauluille sijoitetuilla infojulisteilla. Viesti sisälsi linkin ja julisteet QR-koodin, joiden kautta oppilaat pystyivät jättämään yhteydenottopyynnön. Käytännössä suurin osa oppilaiden omista ilmoittautumisista tapahtui kuitenkin kasvokkain suoraan hanketyöntekijälle.

Toimintaa pyrittiin markkinoimaan matalan kynnyksen, leimaamattomana palveluna ilman tarkkoja osallistumiskriteerejä. Vaikka liikuntaneuvonta on suunnattu erityisesti vähän liikkuvien tueksi, kaikille halukkaille tarjottiin mahdollisuus osallistua. Toiminnan laajuus ja kesto määräytyivät oppilaan yksilöllisten tarpeiden ja toiveiden mukaan. Muille palvelupolkuun kuuluville toimijoille viestittiin kuitenkin, että toiminta on ensisijaisesti kohdennettu vähän liikkuville.

Markkinointiin liittyvänä haasteena oli, että omaehtoisesti mukaan hakeutuneet oppilaat olivat usein jo valmiiksi liikunnallisia ja motivoituneita. Sen sijaan muiden tahojen kautta ohjautuneet oppilaat eivät aina sitoutuneet toimintaan, ja osa saattoi kokea osallistumisen velvoittavana. Tämä korostaa jatkossa tarvetta kehittää viestintää ja kohdentamista entistä vaikuttavamiksi.

Liikuntaneuvontaan ohjaututtiin useiden eri tahojen kautta. Keskeisimpiä ohjautumisreittejä olivat opettajat, erityisopettajat, terveydenhoitajat, huoltajat sekä oppilaiden omat yhteydenotot. Eniten yhteydenottoja tuli terveydenhoitajien kautta sekä oppilaiden omasta aloitteesta. Ohjautumisen taustalla oli erilaisia syitä, kuten liikuntamotivaation tukeminen, uuden harrastuksen löytäminen, omatoimisen liikkumisen vahvistaminen sekä liikuntatuntien soveltaminen tai korvaaminen.

Toteutustavat ja sisällöt:

Liikuntaneuvontaa toteutettiin koulupäivän aikana pääasiassa koulun tiloissa. Kahden oppilaan kohdalla osa tapaamisista järjestettiin koulun ulkopuolella, mm. kuntosalilla. Syyslukukaudella 2025 toimintaa haastoi sopivien työskentelytilojen puute.

Liikuntaneuvonta toteutettiin pääosin yksilöohjauksena, mutta lisäksi kokeiltiin ryhmä- ja pienryhmämuotoista toimintaa. Vimpelin yhteiskoululla liikuntaneuvontaa järjestettiin ryhmämuotoisena kaikille 7. luokan oppilaille, koska omaehtoisia ilmoittautumisia ei tullut. Toisen luokan ohjauksesta vastasi hanketyöntekijä ja toisen liikunnan- ja terveystiedon opettaja. Lisäksi alakoulun 5. luokan kolmelle oppilaalle liikuntaneuvontaa tarjottiin kokeiluluontoisesti liikuntatunnin korvaavana toimintana.

Liikuntaneuvontaa toteutettiin kokeiluluontoisesti Alajärven yläkoulussa yhteistyössä nuorisotyöntekijän kanssa pienryhmälle oppilaita, jotka eivät osallistuneet liikuntatunneille ja joilla esiintyi runsaasti selittämättömiä poissaoloja. Myös läsnä ollessaan oppilaat jäivät usein liikuntatuntien toiminnan ulkopuolelle. Toiminta perustui poikkihallinnolliseen yhteistyöhön, jossa tavoitteena oli tukea oppilaiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja koulunkäyntiä. Liikunnan edistämisen rinnalla huomioitiin myös muita keskeisiä tekijöitä, kuten syrjäytymisriski ja oppimiseen liittyvät haasteet, ja pyrittiin löytämään oppilaiden tilanteisiin heidän tarpeitaan vastaavia ratkaisuja.

Liikuntaneuvontatapaamisissa kartoitettiin oppilaiden elin- ja liikkumistapoja keskustelun avulla. Tapaamisissa hyödynnettiin kartoituslomaketta sekä elintapojen "tikkataulu"-tehtävää, joka toi visuaalisesti esiin kehittämiskohteita. Toiminta toteutettiin Liikkuva koulu -ohjelman Perusopetusikäisten liikuntaneuvonta -oppaan mukaisesti, rennolla ja leimaamattomalla työotteella.

Osallistujat ja käyntimäärät:

Kokonaisuudessaan kevatlukukauden 2026 aikana liikuntaneuvontaan osallistui 33 nuorta, joista 12 Alajärveltä ja 21 Vimpelistä. Osallistujien määrää kasvatti erityisesti ryhmämuotoinen toiminta. Osallistujien lähtökohdat vaihtelivat. Syitä liikuntaneuvontaan osallistumiselle olivat muun muassa motivaation puute, harrastuksen puuttuminen, omatoimisen harjoittelun vahvistaminen sekä liikuntatuntien korvaaminen.

Suurin osa tapaamisista oli kertaluonteisia, mutta pisimmillään liikuntaneuvonta sisälsi kuusi tapaamiskertaa. Itsenäisesti liikuntaneuvontaan hakeutuneet oppilaat osallistuivat pääasiassa yksilöohjaukseen, kun taas muiden tahojen kautta ohjautuneet oppilaat osallistuivat usein pienryhmissä. Ryhmämuotoisen toiminnan tavoitteena oli paitsi tarkastella omia elintapoja myös madaltaa kynnystä hakeutua yksilölliseen liikuntaneuvontaan myöhemmin.

Yhteistyö Harrastamisen Suomen mallin kanssa:

Hankkeessa tehtiin yhteistyötä Harrastamisen Suomen mallin kanssa. Yhteistyössä suunniteltiin lajikokeilukerhotoiminnan käynnistämistä, mutta toimintaan ei saatu riittävästi osallistujia. Yhteistyö tuotti kuitenkin yksilötasolla tuloksia: kahdelle liikuntaneuvontaan osallistuneelle nuorelle löytyi uusi harrastus Harrastamisen Suomen mallin kautta, ja yhdelle oppilaalle mahdollistui uuden lajin kokeilu harrastuskerhon kautta vielä myöhään keväällä.

haasteita:

Liikuntaneuvonnan keskeisiksi haasteiksi tunnistettiin vähän liikkuvien nuorten tavoittaminen ja sitouttaminen sekä perheiden tuen merkitys nuorten liikkumisessa. Sitoutuneimpia olivat omaehtoisesti mukaan hakeutuneet nuoret, joilla oli jo liikuntataustaa. Sen sijaan muiden reittien kautta ohjautuneet nuoret eivät aina olleet motivoituneita. Tämä korostaa jatkokehittämisen tarvetta erityisesti kohdentamisessa, viestinnässä ja perheiden mukaan ottamisessa. Liikunnanopettajien kautta liikuntaneuvontaan ohjautui vain yksi pienryhmä. Tämän ohjautumiskanavan kautta olisi oletettavaa ohjautuvan suurempi määrä opiskelijoita, joten tätä yhteistyötä tulisi kehittää.

Toinen haaste oli nuorten tavoittaminen ja sitouttaminen toimintaan. Sitoutuneimpia olivat itse liikuntaneuvontaan hakeutuneet nuoret, mutta usein heiltä löytyi jo liikuntataustaa ja -harrastuksia, ja he hakivat liikuntaneuvonnasta tukea omalle harrastuneisuudelleen. Muita reittejä kautta ohjautuneet nuoret eivät olleet kovin motivoituneita lisäämään liikunta-aktiivisuuttaan.

Liikuntaneuvontaa pyrittiin markkinoimaan siten, että sen ei koettu olevan leimaavaa. Kuitenkin omaehtoisesti liikuntaneuvontaan ohjautuvat nuoret olivat jo valmiiksi liikunnallisia ja sosiaalisia, eikä ongelmana ollut vähäinen liikkuminen. Terveystietäjän kautta liikuntaneuvontaan ohjautuneet nuoret ehkä kokivat "joutuvansa" liikuntaneuvontaan. Jatkossa markkinointiin tulisikin panostaa ja kiinnittää huomiota.

YHTEISÖLLINEN OPPILASHUOLTO JA VÄLITUNTITOIMINTA

Liikkuva koulu-hanketyöntekijä osallistui sekä Alajärven yläkoulun että Vimpelin yhteiskoulun yhteisölliseen opiskelijahuoltoryhmään. Vimpelissä toimii myös välituntitoiminnan ohjausryhmä, mihin Liikkuva koulu-hanketyöntekijä osallistui. Yhteisöllinen oppilashuolto käsitteli hyvinvointiin liittyviä teemoja lukuvuoden aikana, mihin liikunta liittyi oleellisena osana. Kouluterveyskyselystä nousseiden tulosten pohjalta YHOH-ryhmä kohdensi toimiaan hyvinvoinnin lisäämiseksi.

Aikaisemmassa 2024-2025 lukuvuonna toteutetussa hankkeessa saatiin aloitettua Vimpelin yhteiskoululla viikoittain järjestettyä välituntitoimintaa ulkopuolisten yhteistyötahojen toimesta (liikkuva koulu-hanke, Vimpelin liikunta- ja nuorisotoimi ja seurakunta). Nyt toimintaa jatkettiin samojen yhteistyötahojen toimesta. Toimintaa kuitenkin haastoi tilojen puute, sillä Vimpelin liikuntahallin tuhoutuminen tulipalossa edellisenä kesänä haittasi yhteiskoulun liikuntatuntien järjestämistä ja tämän myötä myös välituntitoiminnan tiloja jouduttiin käyttämään liikuntatuntien järjestämiseen.

Alajärven yläkoululla viikoittaista välituntitoimintaa on järjestetty jo usean vuoden ajan ulkoisten toimijoiden taholta. Liikkuva koulu oli toiminnassa mukana koko kouluvuoden tukien toiminnan suunnittelua ja toteutusta sekä tuoden siihen liikunnallisia ja hyvinvointia tukevia sisältöjä.

Välituntitoiminnan kautta pyrittiin lisäämään oppilaiden päivittäistä liikkumista sekä tukemaan yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja kouluhyvinvointia.

Toiminnan kehittämisessä on kuitenkin tunnistettu, että välituntitoiminnan laajentaminen ja vakiinnuttaminen edellyttää jatkossa entistä vahvempaa koulun henkilöstön osallistumista, erityisesti välituntivalvonnan ja toiminnan ohjauksen näkökulmasta. Samalla tavoitteena on vahvistaa välikäritointia, jossa oppilaat toimivat vertaisohjaajina ja ovat mukana innostamassa muita oppilaita liikkumaan aktiivisemmin välituntien aikana. Tämä on yksi keskeisistä kehittämiskohteista tulevalle lukuvuodelle.

KOULUTUKSET JA HENKILÖSTÖN TUKEMINEN

Hankkeen aikana Liikkuva koulu-hanke järjesti erilaisia koulutuksia liikunnallisen elämäntavan tukemiseksi, istumisen tauottamiseksi ja toiminnallisen oppimisen lisäämiseksi. Koulutuksilla pyrittiin tukemaan aktiivisuuden lisäämistä koulupäivän aikana ja tukemaan opettajia lisäämään aktiivisuutta koulupäiviin ja oppitunneille tulevan lakimuutoksen myötä. Koulutuksia järjestettiin tukioppilaille, sekä ala- että yläkoulujen opettajille, alakoulujen liikuntavastaaville sekä alakoulujen oppilaille. Oppilaiden koulutukset liittyivät välituntitoiminnan vertaisohjaamiseen.

Koulutusten tavoitteena oli lisätä koulupäivän aikaisen liikkumisen mahdollisuuksia ja vahvistaa liikunnallista toimintakulttuuria. Yläkouluilla opettajien koulutuksiin osallistuminen oli velvoittavaa, mikä lisäsi sitoutumista. Sen sijaan alakoulujen opettajille suunnatussa koulutuksessa osallistumisaktiivisuus jäi vähäiseksi.

Alakoulujen opettajat:

Alakoulujen opettajille järjestettiin etäkoulutus opetuksen toiminnallisuuden lisäämiseksi. Koulutukseen osallistuminen pyrittiin tekemään mahdollisimman vaivattomaksi toteuttamalla koulutus etäyhteyksin. Koulutuskutsu lähetettiin kaikille Alajärven ja Vimpelin alakoulujen opettajille, yhteensä yli 60 opettajalle. Tästä huolimatta koulutukseen ilmoittautui 12 opettajaa, joista varsinaisena koulutuspäivänä osallistui neljä opettajaa.

Vähäistä osallistumista voidaan tarkastella useasta näkökulmasta. Opettajien ajankäyttö ja työkuorma ovat todennäköisesti vaikuttaneet merkittävästi osallistumishalukkuuteen, sillä koulutyö on usein jo valmiiksi kuormittavaa, eikä lisäkoulutuksille välttämättä löydy aikaa arjen keskellä. Vaikka koulutus järjestettiin etänä osallistumisen helpottamiseksi, etämuoto ei välttämättä lisännyt sitoutumista, vaan koulutus on voinut jäädä muiden työtehtävien varjoon tai tuntua vähemmän velvoittavalta kuin lähikoulutus. Lisäksi osa opettajista ei välttämättä ole kokenut koulutuksen teemaa omassa työssään ajankohtaiseksi tai keskeiseksi kehittämiskohteeksi, mikä on voinut heikentää motivaatiota osallistua. Myös viestinnän näkökulmasta on mahdollista, että koulutuksen sisällön ja hyötyjen konkretisointi ei tavoittanut opettajia riittävän vaikuttavasti, jolloin osallistumispäätös on jäänyt tekemättä.

Yläkoulujen opettajat:

Yläkoulujen opettajille järjestettiin koulutus opetuksen tauottamiseksi ja toiminnallisen opetuksen lisäämiseksi. Vimpelin yhteiskoululla koulutus järjestettiin 14.1.2026 ja Alajärven yläkoululla 21.1.2026. Molemmissa kouluissa koulutus oli suunniteltu YS-ajalle, joten opettajilla oli velvollisuus osallistua koulutukseen. Kummassakin koulutuksessa osallistumisaktiivisuus olikin korkea.

Alakoulujen liikuntavastaavat:

Alakoulujen liikuntavastaaville järjestettiin tapaaminen, jonka yhteyteen toteutettiin myös koulutusosio. Tilaisuuteen oli kutsuttu lisäksi Harrastamisen Suomen mallin hankekoordinaattori, jotta kouluilla oli mahdollisuus keskustella ja suunnitella koulupäivän yhteydessä järjestettäviä kerhoja yhdessä hänen kanssaan. Kaikkien koulujen liikuntavastaavat osallistuivat tapaamiseen. Tilaisuuden tavoitteena oli myös vahvistaa verkostoitumista, tarjota vertaistukea sekä mahdollistaa hyvien käytänteiden ja ideoiden jakaminen eri koulujen välillä.

Tukioppilaat:

Alajärven yläkoulun ja Vimpelin yhteiskoulun tukioppilaille järjestettiin yhteinen välkäriohjaajakoulutus, joka toteutettiin Alajärvellä. Koulutukseen osallistui yhteensä 20 oppilasta sekä heitä ohjaavat opettajat. Koulutuksen tavoitteena oli vahvistaa oppilaiden valmiuksia toimia vertaisohjaajina, innostaa muita oppilaita liikkumaan aktiivisemmin koulupäivän aikana sekä tukea oppilaiden aktiivista roolia liikunnallisen toimintakulttuurin edistäjinä tukioppilastoiminnassa. Samalla koulutus tarjosi mahdollisuuden oppilaiden keskinäiseen verkostoitumiseen ja ideoiden jakamiseen koulujen välillä. Taustalla oli ajatus oppilaslähtöisen aktiivisuuden lisäämisestä koulun arjessa: kun oppilaat itse suunnittelevat toimintaa, syntyy heille mielekästä ja motivoivaa tekemistä.

Koulutuksen jälkeen tukioppilaita pyrittiin aktivoimaan osallistumaan koulujen liikunnallisen toimintakulttuurin kehittämiseen esimerkiksi välituntitoimintaa kehittämällä. Tämä sopi hyvin tukioppilastoimintaan, sillä heidän tehtävänsä on muutenkin vahvistaa yhteisöllisyyttä ja edistää hyvää kouluilmapiiriä.

Hanketyöntekijä oli mukana tukemassa tukioppilastoimintaa ja suunnittelemassa kevään 2026 toimintaa. Vimpelin yhteiskoululla tukioppilaat järjestivätkin viikoittain välituntitoimintaa alakoulun oppilaille.

Välkäriohjaajakoulutukset:

Alakouluille tarjottiin mahdollisuutta uusien välkäriohjaajien koulutukseen. Yksi alakoulu ilmoitti, ettei sillä ole koulutustarvetta, ja yksi alakoulu oli jo saanut vastaavan koulutuksen toisen tahon järjestämänä. Lisäksi kaksi alakoulua ei vastannut koulutustarjoukseen. Näin ollen neljä halukkuutensa ilmoittanutta alakoulua osallistui hankkeen kautta järjestettyyn koulutukseen, joka toteutettiin heille suunnitellusti.

TAPAHTUMAT JA TEEMAPÄIVÄT

Oppilaiden osallisuutta vahvistettiin erityisesti tukioppilastoiminnan ja välituntitoiminnan kautta. Liikkuva koulu - hanketyöntekijä oli mukana useassa teemapäivässä ja tapahtumassa, kuten lajikoetilupäivässä, hämäräseikkailussa, talvilomaviikon tapahtumissa, MOK-messuilla sekä Alajärven kesätapahtumissa. Tapahtumat tavoittivat laajasti lapsia, nuoria ja perheitä.

lajikoetilupäivä:

Liikkuva koulu-hanke oli mukana useista eri toimijoista koostuvan lajikoetilutapahtuman järjestämisessä. Lajitapahtumapäivä järjestettiin ympäri Alajärveä syyslomaviikon tiistaina 14.10.2025 klo 17-20. Illan aikana oli etenkin lapsiperheille ja nuorille suunnattua ilmaista toimintaa erilaisten lajikoetilupisteiden merkeissä. Lajitapahtumapäivässä eri urheiluseurat ja toimijat järjestivät maksutonta lajiin tutustumista omilla toimipisteillään ja antoivat tietoa harrastusmahdollisuuksista. Mukana oli Alajärven kaupungin liikunta- ja nuorisopalvelut, Liikkuva koulu-hanke, Harrastamisen Suomen malli -hanke, Perheliikuntaneuvonta Alajärvi -hanke, Alajärven Ankkurit pesäpallo, Alajärven

Ankkurit lentopallo, Alajärven Ankkurit yleisurheilu, eläkeliitto, voimistelukoulu Vilkas, Järvisseudun pallokerho jääkiekko, Järvisseudun pallokerho jalkapallo, kuntosali FitFactory, Boreal Hanmoodoo Alajärvi, 4H Alajärvi, Lehtimäen ratsastajat ry, Rantakujan talli ja Järvi-pohjanmaan ratsastajat ry.

Liikkuva koulu-hanketyöntekijä teki lajikokeilupäivään sähköisen opaskartan ja infon digitaalisella seppo-pelialustalla. Tapahtumassa kannustettiin osallistumaan mahdollisimman moneen toimintapisteeseen jakamalla bingolappuja, johon osallistujat keräsivät merkintöjä pisteellä käymisestä. Bingolapun palauttaneiden kesken arvottiin tuotepalkintoja. Tapahtumaan osallistui arviolta 150-200 kävijää.

Hämäräseikkailu 31.10.2025:

Liikkuva koulu-hanke oli Vimpelissä mukana järjestämässä lapsille, nuorille ja perheille suunnattua halloweentapahtumaa, hämäräseikkailua. Tapahtuma järjestettiin Vimpelissä 31.10.2025 klo 17-19. Tapahtumaa oli järjestämässä Vimpelin liikunta- ja vapaa-aikatoimi, Liikkuva koulu-hanke, 4H, MLL ja Vimpelin palokuntalaiset. Tapahtumassa järjestettiin ilta-aikana seikkailurata läheisellä pururadalla, missä oli erilaisia toiminta- ja tehtäväpisteitä.

Talvilomaviikon tapahtumat:

Liikkuva koulu oli mukana toteuttamassa talvilomaviikon ohjelmaa Alajärvellä yhdessä liikunta- ja nuorisopalveluiden kanssa. Talvilomaviikon tapahtumiin kuului mm. laskettelupäivä, tempurata monitoimihallilla, kaupunkipelit sekä jäädisko. Tapahtumiin osallistui 50-200 osallistujaa/tapahtuma.

teemapäivät:

Liikkuva koulu -hanke oli mukana erilaisissa teemapäivissä ja tapahtumissa. Alajärven yläkoululla hanketyöntekijä osallistui teemapäivän suunnitteluun osana suunnittelutyöryhmää. Lisäksi Alajärvellä hanketyöntekijä oli ohjaamassa 9.-luokkalaisten patikkaretkeä.

PLU:n maksuttomat Sumeneeko ajatus – liike freesaa -toimintapisteet toteutettiin Alajärven yläkoululla syksyn 2025 teemapäivässä välituntitoiminnan lisäämiseksi. Sama tapahtuma järjestettiin myös Vimpelin yhteiskoululla joulukuussa. Vimpelissä toimintapäivää laajennettiin yhteistyössä seurakunnan ja liikuntatoimen kanssa, mikä mahdollisti tapahtuman kasvattamisen laajemmaksi kokonaisuudeksi.

Vimpelissä Liikkuva koulu -hanke oli mukana myös KiVa-päivässä ideoimassa ja toteuttamassa päivän toimintaa.

Liikkuva koulu ja seurakunta järjestivät yhteisen toimintapisteen, johon oli suunniteltu oppilaille erilaisia aivopähkinöitä ratkaistavaksi.

Maaliskuussa 2026 Liikkuva koulu tarjosi oppilaille koulutuksena kokemusasiantuntijan luennon Vimpelin yhteiskoulun 7.-9.-luokkalaistilalle. Aiheeksi valikoitui syömishäiriöt, sillä kouluterveyskyselyn tulosten perusteella merkittävä osa Vimpelin yläkoulun tytöistä oli vastannut, ettei syö kouluruokaa päivän aikana. Tämä herätti huolta oppilashuoltoryhmässä, ja tilanteeseen haluttiin puuttua.

MOK-messut:

Liikkuva koulu -hanke oli mukana Vimpelin yhteiskoulun Monialainen oppimiskokonaisuus- messuilla, jonka aiheena oli kestävä kehitys. Liikkuva koulu piti liikunnallista messupistettä yhteistyössä Vimpelin liikunta- ja vapaa-aikatoimen kanssa. Messut järjestettiin 25.5.2026 ja siihen osallistuivat kaikki Vimpelin yhteiskoulun 7.-9. luokat.

Kesä palotorilla:

Liikkuva koulu -hanke oli esillä Alajärven kaupungin kesä palotorilla tapahtumissa 3.6.2026, jolloin tapahtuman aiheena oli liikunta sekä 10.6.2026, jolloin aiheena oli luonto. Kesä Palotorilla tapahtumaan osallistuminen tuki hankkeen tavoitteita vahvistaa yhteistyötä ja lisätä liikunnan edistämisen näkyvyyttä kunnassa. Tapahtuma mahdollisti yhteistyön eri toimijoiden kanssa sekä tarjosi tilaisuuden tavoittaa lapsia, nuoria ja perheitä matalan kynnyksen ympäristössä. Yhteistyö tapahtumassa edisti toiminnan tunnettuutta ja tuki liikunnallisten elämäntapojen edistämistä osana laajempaa hyvinvointityötä.

VERKOSTOYHTEISTYÖ

Hanketyöntekijä osallistui alueellisiin ja maakunnallisiin verkostoihin sekä koulujen yhteisöllisiin oppilashuoltoryhmiin. Yhteistyö eri toimijoiden kanssa vahvisti liikunnan edistämisen kokonaisuutta kunnassa.

Liikkuva koulu-hanketyöntekijä osallistui Etelä-Pohjanmaan hyvinvointialueen koordinoimaan Lasten, nuorten ja perheiden liikuntaneuvonnan kehittämisverkostoon syksyllä 2025. Harmillisesti em. hanke kuitenkin päättyi loppuvuoteen mennessä. Verkosto jatkui kuitenkin kuntien kiertävällä vastuulla.

Paikallista yhteistyötä tehtiin Alajärvellä ja Vimpelissä mm. nuoriso- ja liikuntatoimen, seurakunnan, 4H:n sekä Harrastamisen Suomen mallin hankkeen kanssa. Lisäksi yhteistyötä tehtiin loppuvuodesta 2025 käynnissä olleen perheliikuntaneuvonta Alajärvi -hankkeen kanssa.

Yhteistyö eri toimijoiden kanssa toimi tärkeänä kehittämisalustana hankkeelle. Verkostojen kautta saatiin uusia näkökulmia, jaettuja käytäntöjä sekä ajankohtaista tietoa, jotka tukivat toiminnan suunnittelua ja kehittämistä sekä lisäsivät toiminnan vaikuttavuutta ja yhteensovittamista alueella.

Yhteistyö konkretisoitui myös erilaisten tapahtumien ja toimintapäivien yhteiskehittämisenä ja toteuttamisena. Liikkuva koulu -hanke oli mukana useiden eri toimijoiden kanssa järjestämässä monipuolisia tapahtumakokonaisuuksia, joissa yhdistyivät liikunnan edistäminen, matalan kynnyksen osallistuminen sekä paikallisten toimijoiden näkyvyys. Esimerkiksi lajikoetilupäivä toteutettiin laajassa yhteistyössä eri urheiluseurojen, hankkeiden ja yhdistysten kanssa. Tapahtuma tarjosi osallistujille mahdollisuuden tutustua eri harrastusmahdollisuuksiin omissa toimintaympäristöissään ja madalsi kynnystä löytää itselle sopivia liikuntamuotoja. Samalla tapahtuma vahvisti toimijoiden välistä yhteistyötä ja tiedonkulkua sekä lisäsi yhteistä ymmärrystä paikallisesta harrastuskentästä.

Vastaavasti yhteistyö toteutui myös muissa tapahtumissa ja teemapäivissä, kuten hämäräseikkailussa, talvilomaviikon ja kesän toiminnossa sekä koulujen teemapäivissä. Näissä toiminnossa eri toimijat yhdistivät resurssejaan ja osaamistaan, jolloin tapahtumista pystyttiin rakentamaan laajempia ja vaikuttavampia kokonaisuuksia kuin yksittäisen toimijan toteuttamana. Yhteistyö mahdollisti myös eri ikäryhmien ja kohderyhmien tavoittamisen monipuolisemmin.

Tapahtumien yhteissuunnittelu ja toteutus vahvistivat verkostomaista toimintatapaa, jossa eri toimijat täydentävät toistensa osaamista. Tämä lisäsi toiminnan vaikuttavuutta, paransi resurssien käyttöä sekä tuki liikunnan edistämisen integroimista osaksi laajempaa hyvinvointityötä kunnassa.

Arvioi hankkeen tai toiminnan vaikutuksia **TOIMINNAN VAIKUTUKSET KOULUYHTEISÖSSÄ**

Liikkuva koulu -toiminnan kehitystä Alajärven kaupungin ja Vimpelin kunnan kouluissa tarkasteltiin lukuvuosien 2024–2025 ja 2025–2026 välillä Liikkuva koulu -ohjelman Seuranta Virveli -nykytilan arviointien perusteella. Tarkastelun perusteella molemmissa kunnissa on nähtävissä myönteistä kehitystä, ja toiminta näyttäytyy aiempaa suunnitelmallisempana osana koulun arkea.

Lukuvuonna 2024–2025 Liikkuva koulu -toiminta ilmeni sekä Alajärven että Vimpelin kouluissa pääosin yksittäisinä käytäntöinä ja kehittämistoimina, jotka olivat usein sidoksissa opettajien tai koulukohtaisten tiimien aktiivisuuteen. Toiminta näkyi erityisesti välituntiliikunnan ja pihatoiminnan kehittämisenä, mutta rakenteellinen vakiintuneisuus ja yhtenäiset toimintamallit olivat vielä osin kehittymässä. Lukuvuonna 2025–2026 molemmissa kunnissa on nähtävissä kehitystä kohti pysyvämpiä rakenteita, yhteisesti sovittuja käytäntöjä sekä toiminnan jäsentymistä osaksi koulun toimintasuunnitelmia.

Koulupäivän aikaisen liikkumisen osalta lukuvuonna 2024–2025 painopiste oli molemmissa kunnissa pääosin välituntiliikunnassa ja oppituntien ulkopuolisissa toimintamuodoissa. Lukuvuonna 2025–2026 liikkumista tarkastellaan aiempaa kokonaisvaltaisemmin osana koko koulupäivää, ja toiminnallisia menetelmiä hyödynnetään entistä enemmän myös oppitunneilla. Kehitys osoittaa, että liikkumista ei nähdä enää erillisenä toimintona, vaan oppimista, työrauhaa ja kouluhyvinvointia tukevana pedagogisena keinona.

Oppilaiden osallisuus on vahvistunut tarkastelujakson aikana sekä Alajärvellä että Vimpelissä. Lukuvuonna 2024–2025 oppilaiden osallistuminen painottui pääasiassa palautteen antamiseen ja yksittäisiin toimintoihin osallistumiseen. Lukuvuonna 2025–2026 oppilaat ovat entistä aktiivisemmin mukana toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa, erityisesti välituntitoiminnan osalta, ja heidän roolinsa on muuttunut aiempaa vastuullisemmaksi ja toiminnallisemmaksi. Osallisuus on kehittynyt kuulluksi tulemisesta aktiiviseksi toimijuudeksi.

Myös henkilöstön sitoutumisessa Liikkuva koulu -toimintaan on nähtävissä vahvistumista, vaikka kuntien välillä ja eri osa-alueissa esiintyy jonkin verran vaihtelua. Lukuvuonna 2024–2025 toiminta saattoi painottua yksittäisten opettajien osaamiseen tai koulutuksiin, kun taas lukuvuonna 2025–2026 toiminnallisia menetelmiä hyödynnetään laajemmin eri oppiaineissa. Liikkuva koulu -toiminta nähdään aiempaa selkeämmin osana pedagogista kehittämistä ja kouluyhteisön hyvinvointityötä.

Yhteenvedon voidaan todeta, että Liikkuva koulu -toiminta on kehittynyt sekä Alajärven että Vimpelin kouluissa lukuvuosien 2024–2025 ja 2025–2026 välillä kohti vakiintuneempaa, osallistavampaa ja pedagogisesti perustellumpaa toimintamallia. Toiminta on kuitenkin vielä osin kehittymässä eikä kaikilta osin vakiintunut. Kehitys tukee oppilaiden hyvinvointia, osallisuutta ja oppimista sekä luo edellytyksiä toiminnan pitkäjänteiselle jatkamiselle ja kehittämiselle molemmissa kunnissa.

LIIKUNTANEUVONNAN ARVIOINTI

Arvioinnin tavoitteet ja menetelmät:

Palautetta liikuntaneuvonnasta kerättiin lähettämällä kokeiluun osallistuneille oppilaille kysely. Kyselyn tavoitteena oli kartoittaa, mistä oppilas oli saanut tietoa liikuntaneuvonnasta sekä mitä kautta hän oli ohjautunut siihen. Lisäksi palautetta kerättiin tapaamisten sisällöstä ja siitä, olivatko ne vastanneet oppilaiden odotuksia. Kyselyssä selvitettiin myös, kokivatko oppilaat hyötynensä liikuntaneuvonnasta sekä millaisia kehittämisehdotuksia heillä oli toiminnan parantamiseksi sekä missä määrin liikuntaneuvonta on tukenut oppilaiden motivaatiota jatkaa liikkumista omatoimisesti. Kysely lähetettiin liikuntaneuvontaan osallistuneille oppilaille Wilma viestillä, ja siihen oli mahdollista vastata anonyymisti. Halutessaan vastaaja saattoi jättää nimensä erilliseen kohtaan osallistuakseen palkintojen arvontaan. Arvonnalla pyrittiin lisäämään vastausaktiivisuutta.

Keskeiset tulokset:

Kyselyyn vastasi yhteensä seitsemän oppilasta, minkä vuoksi aineisto jäi melko suppeaksi. Tuloksia tarkasteltaessa voidaan todeta, että kokonaisuus on suuntaa antava, eikä sen perusteella voida tehdä pitkälle meneviä johtopäätöksiä toiminnan vaikuttavuudesta.

Tulokset viittaavat kuitenkin siihen, että toiminnan kokeilu on tavoittanut kohderyhmää, vaikka vastaajien kyky tai halu sanoittaa kokemuksiaan kirjallisesti jäi vähäiseksi. Aikaisemman kokemuksen perusteella tämä on tyypillistä nuorten kanssa toteutetuissa kyselyissä, erityisesti silloin, kun vastaaminen edellyttää oman kokemuksen reflektointia.

Avoimiin kysymyksiin annetut vastaukset olivat edelleen pääosin lyhyitä ja osin muotoa "en tiedä", mikä viittaa siihen, että vastaajilla ei ollut selkeää näkemystä tai kokemusta kaikista kysytyistä teemoista. On myös mahdollista, että kysymykset eivät olleet riittävän lähellä oppilaiden arkea tai että he eivät olleet vielä ehtineet muodostaa käsitystä liikuntaneuvonnan vaikutuksista.

Palautteessa korostui osallistumismotivaation merkitys kokemusten muodostumisessa. Omaehtoisesti toimintaan hakeutuneet oppilaat suhtautuivat liikuntaneuvontaan keskimäärin myönteisemmin ja tunnistivat siitä saatavia hyötyjä. Sen sijaan oppilaat, jotka ohjautuivat toimintaan ulkoisen velvoitteen tai suosituksen kautta, ilmaisivat useammin neutraaleja tai kriittisiä näkemyksiä. Tulosten perusteella omaehtoisen liikkumisen jatkamiseen liittyvä motivaatio näyttäytyi matalampana niiden oppilaiden keskuudessa, joiden lähtökohtainen motivaatio osallistua toimintaan oli heikompi.

Avoimista vastauksista poiketen suljetut väittämät tuottivat täsmällisempää tietoa vastaajien kokemuksista. Näiden perusteella arviot sijoittuivat pääosin asteikon keskivaiheille (2–3/5). Yksittäiset vastaukset vaihtelivat kuitenkin selvästi: osa vastaajista arvioi toiminnan erittäin myönteisesti, kun taas mukana oli myös heikompia arvioita.

Liikuntaneuvonnan vastaaminen odotuksiin: (jakauma: 1=0, 2=3, 3=2, 4=1, 5=1)

Liikuntaneuvonnan koettiin vastaavan odotuksia pääosin kohtalaisesti: seitsemästä vastaajasta kaksi arvioi toiminnan melko tai erittäin hyvin odotuksia vastaavaksi, kaksi neutraaliksi, kun taas kolme sijoitti arvionsa hieman keskitason alapuolelle.

Koettu hyöty: (jakauma: 1=1, 2=3, 3=1, 4=1, 5=1)

Liikuntaneuvonnan koettu hyöty vaihteli vastaajien välillä. Seitsemästä vastaajasta kaksi koki toiminnan melko tai erittäin hyödylliseksi, yksi arvioi hyödyn neutraaliksi ja kolme koki hyödyn vähäiseksi.

Hyödyllisen tiedon saaminen: (jakauma: 1=1, 2=3, 3=1, 4=2, 5=0)

Hyödyllisen tiedon saaminen jakautui samansuuntaisesti: seitsemästä vastaajasta kaksi koki saaneensa tietoa hyvin, yksi kohtalaisesti ja kolme arvioi tiedon saannin vähäiseksi.

Motivaatio jatkaa omatoimista liikuntaa: (jakauma: 1=1, 2=4, 3=0, 4=1, 5=1)

Omaehtoisen liikkumisen jatkamiseen liittyvä motivaatio jäi matalammalle tasolle: seitsemästä vastaajasta kaksi arvioi motivaationsa korkeaksi, neljä sijoitti arvionsa keskitason alapuolelle ja yksi koki motivaationsa heikoksi.

Erityisesti omaehtoisen liikkumisen jatkamiseen liittyvä motivaatio jäi keskimäärin matalammalle tasolle kuin muut arvioidut osa-alueet, mikä tukee havaintoa siitä, että toimintaan sitoutuminen ja pysyvä käyttäytymisen muutos edellyttävät vahvempaa lähtömotivaatiota.

Toiminnan vahvuudet ja kehittämiskohteet:

Tulosten perusteella liikuntaneuvonnan vahvuutena voidaan pitää sitä, että se on tavoittanut kohderyhmää ja tarjonnut osalle oppilaista myönteisiä kokemuksia. Erityisesti omaehtoisesti mukaan hakeutuneet oppilaat kokivat toiminnan hyödylliseksi, mikä viittaa siihen, että toiminnalla on potentiaalia tukea nuorten hyvinvointia silloin, kun motivaatio on lähtökohtaisesti olemassa.

Keskeiset kehittämiskohteet liittyvät palautteenkeruuseen sekä osallistujien sitoutumiseen. Kysely ei tuottanut riittävästi yksityiskohtaista palautetta toiminnan kehittämisen tueksi, koska vastaajamäärä oli pieni ja avoimet vastaukset jäivät pääosin lyhyiksi. Jatkossa palautteen laatua voitaisiin vahvistaa esimerkiksi tukemalla vastaamista ohjatusti,

muotoilemalla kysymykset konkreettisemmiksi ja rajatummiksi tai hyödyntämällä vaihtoehtoisia tiedonkeruutapoja, kuten suullista palautetta tai ryhmäkeskusteluja.

Lisäksi tulokset korostavat motivaation huomioimisen tärkeyttä toiminnan suunnittelussa. Erityistä huomiota olisi hyvä kiinnittää siihen, miten ulkoisen ohjauksen kautta mukaan tulevia oppilaita voidaan paremmin sitouttaa ja motivoida, jotta heidän kokemuksensa muodostuisivat myönteisemmiksi ja toiminta vastaisi paremmin myös heidän tarpeitaan.

HAASTEET HANKEKAUDELLA

Keskeisiksi haasteiksi tunnistettiin liikuntatilojen puute, mikä rajoittaa liikunnallisen toiminnan monipuolista toteuttamista sekä opetuksen että välituntitoiminnan aikana. Lisäksi oppilaiden osallistumisaktiivisuudessa havaittiin haasteita, erityisesti Vimpelissä, mikä viittaa tarpeeseen kehittää osallistumista tukevia ja motivoivia toimintamalleja.

Vimpelin yhteiskoululla haasteita aiheutti edellisenä kesänä tulipalossa tuhoutunut liikuntahalli. Koulun liikuntatilojen puute vaikutti niin oppilaiden liikunnan järjestämiseen, mutta myös välituntitoiminnan järjestämiseen sopivien tilojen puuttumisena. Aikaisemmin välituntitoiminnan tilana toiminut auditorio oli nyt liikuntatutintikäytössä ja lukion liikuntatuntien päällekkäisyys vei tilan välituntitoiminnalta. Ulkovälitunnit eivät Vimpelin yhteiskoululla ole pakollisia yhtä välituntia lukuun ottamatta ja oppilaat eivät talvella tule ulos vapaaehtoisesti edes järjestettyyn välituntitoimintaan. Välituntitoimintaa pyrittiin järjestämään vapaassa luokkatilassa, mutta paikan vaihtaminen selkeästi vaikutti oppilaiden osallistumisaktiivisuuteen negatiivisesti. Vimpelin yhteiskoululla yleinen haaste hankkeen toteuttamiselle oli oppilaiden passiivinen osallistumisaktiivisuus. Tämä oli haasteena myös aikaisemmassa hankkeessa.

Alajärvellä toimintaa hankaloitti yllättävä koulun tilojen remontoinnin tarve, mikä pakotti jakamaan työtilan erityisopettajan kanssa. Yhteinen työtila ja samanaikainen erityisopetus hankaloitti konkreettista työtä nuorten parissa. Myöhemmin uusi tila järjestyi, mutta aikaisempina varastotilana toiminut tila ei vapautunut ennen vuoden vaihdetta, mikä hankaloitti etenkin liikuntaneuvonta työskentelyä.

Yksi hankkeen toiminnan keskeisistä haasteista liittyi osan henkilöstöstä vaihtelevaan sitoutumiseen liikunnallisen toimintakulttuurin edistämiseen. Erityisesti tilanteissa, joissa toiminta edellytti opettajilta aktiivista osallistumista tai lisäpanostusta, osallistuminen jäi paikoin vähäiseksi. Lisäksi havaittiin, että tulevaa lakisääteistä velvoitetta koulupäivän aikaisen aktiivisuuden lisäämisestä ei kaikilta osin hahmotettu koko kouluyhteisöä koskevaksi yhteiseksi tehtäväksi. Tämä korostaa tarvetta yhteisen ymmärryksen ja sitoutumisen vahvistamiseen sekä toimintakulttuurin kehittämiseen koko henkilöstön tasolla.

Move! -prosessin ja liikuntaneuvonnan välinen yhteys ei ole vielä kaikilta osin vakiintunut, vaan käytännöt vaihtelevat, mikä heikentää toiminnan systemaattisuutta. Näiden haasteiden ratkaiseminen edellyttää pitkäjänteistä kehittämistyötä, yhteistyön vahvistamista sekä yhtenäisten toimintatapojen selkeyttämistä.

Huoltajien tavoittaminen ja osallistuminen Move!-mittaustulosten tiedonsiirtolupaan liittyvässä kyselyssä vaihteli kuntien välillä. Vimpelissä huoltajien vastausaktiivisuus oli erittäin korkea ja tiedonsiirtoluvat saatiin kattavasti kaikilta oppilailta. Alajärvellä puolestaan lupakyselyyn vastasi 61 oppilaan huoltajaa, vaikka kohderyhmän koko oli yli 100 oppilasta. Kyselyyn vastanneista huoltajista lähes kaikki antoivat luvan tiedonsiirtoon, ja vain yksi huoltaja kielsi tiedonsiirtämisen. Ne oppilaat, joiden huoltajat eivät vastanneet kyselyyn, tulkittiin prosessissa luvan puuttumiseksi, mikä rajoitti mittaustulosten siirtymistä kouluterveydenhuollon käyttöön. Tämä viittaa siihen, että huoltajien tavoittamisessa ja sitouttamisessa on kehittämistarpeita, jotta mittaustulosten hyödyntäminen voidaan toteuttaa yhdenvertaisesti ja kattavasti.

Jatkotoimenpiteet

Hanke loi perustan Move!-prosessin kehittämiseksi sekä yhteistyölle koulujen, kouluterveydenhuollon ja liikuntapalveluiden välillä. Toimintamalli ei ole vielä täysin vakiintunut, minkä vuoksi keskeisenä tavoitteena on sen systemaattinen jalkauttaminen, liikuntaneuvonnan vahvistaminen ja laajentaminen sekä perheiden vahvempi yhteistyöhön mukaan ottaminen.

Move!-mittaustuloksia ei ole vielä hyödynnetty johdonmukaisesti liikuntaneuvontaan ohjaamisessa. Jatkossa tavoitteena on vahvistaa Move!-tulosten ja liikuntaneuvonnan välistä palveluketjua sekä selkeyttää ohjausprosesseja. Samalla toimintaa laajennetaan alakouluihin perhepainotteisesti.

Tavoitteena on jalkauttaa Alajärvellä laadittu Move!-toimintamalli kaikille alueen kouluille Alajärven lisäksi myös Vimpelissä sekä varmistaa, että toimintamalli on yhtenäinen ja toimiva koko alueella. Tulevassa hankkeessa Move!-prosessia kehitetään siten, että mittaustulokset toimivat aiempaa selkeämmin välineenä vähän liikkuvien ja toimintakyvyn haasteita omaavien oppilaiden tunnistamisessa ja varhaisessa tukemisessa. Tavoitteena on luoda yhtenäinen ja toimiva ohjauspolku Move!-mittauksista liikuntaneuvontaan yhteistyössä koulun henkilöstön, kouluterveydenhuollon ja liikuntapalveluiden kanssa.

Liikuntaneuvontaa kokeiltiin yläkouluissa kevätlukukaudella 2026 sekä yksilö- että pienryhmämuotoisena toimintana. Kokemusten perusteella neuvontaan on ohjautettu useita eri reittejä pitkin, kuten terveydenhoitajan, opettajan tai huoltajan ohjaamana sekä oppilaan oman yhteydenoton kautta. Move!-tulosten hyödyntäminen ohjautumisen perusteena ei kuitenkaan ole vielä vakiintunut. Jatkossa kehittämisen painopisteenä on erityisesti Move!-mittaustulosten systemaattisempi hyödyntäminen liikuntaneuvontaan ohjaamisessa. Liikuntaneuvontaa kehitetään siten, että Move!-tulokset tukevat ohjaamista oikea-aikaisesti ja yhdenvertaisesti ilman leimaavaa lähestymistapaa.

Liikuntaneuvontaa vahvistetaan ja vakiinnutetaan yläkouluissa sekä laajennetaan alakouluihin perhepainotteisena toimintana. Tavoitteena on tukea liikunnallisen elämäntavan kehittymistä jo varhaisemmassa vaiheessa sekä vahvistaa huoltajien roolia lapsen liikkumisen tukemisessa. Move!-tulosten yhteydessä perheille voidaan tarjota kohdennettua liikuntaneuvontaa, käytännön vinkkejä sekä mahdollisuuksia matalan kynnyksen liikuntakokeiluihin.

UKK-instituutin vuonna 2026 julkaisemassa kyselyselvityksessä "Huoltajat kaipaavat tukea lasten ja nuorten terveellisten elintapojen edistämiseen" tarkasteltiin perheiden tuen tarpeita lasten ja nuorten terveellisten elintapojen edistämiseksi. Selvitykseen vastasi 1838 huoltajaa Lapin, Satakunnan ja Etelä-Pohjanmaan alueilta. Selvityksen mukaan merkittävä osa huoltajista kaipaa konkreettista, arkeen sovellettavaa tukea erityisesti liikkumisen lisäämiseen, ruutuajan vähentämiseen sekä perheen arjen tasapainottamiseen, ja moni kokee kiireen ja jaksamisen haasteiden vaikeuttavan terveellisten elintapojen toteuttamista. Tuloksissa korostui myös tarve perhekeskeiselle tuelle, yhteiselle liikkumiselle sekä helposti saavutettaville, matalan kynnyksen harrastusmahdollisuuksille. Näihin tarpeisiin pyritään vastaamaan laajentamalla liikuntaneuvontaa alakouluikäisiin ja heidän perheisiinsä sekä kehittämällä toimintaa entistä perhelähtöisemmäksi ja arkeen kiinnittyväksi. (UKK-instituutti 2026)

Henkilöstön osaamista Move!-tulosten tulkinnassa ja liikuntaneuvontaan ohjaamisessa tulee vahvistaa. Yhteisten toimintatapojen ja selkeän roolituksen avulla varmistetaan, että Move!-mittaukset, tulosten hyödyntäminen ja liikuntaneuvonta muodostavat johdonmukaisen ja pysyvän kokonaisuuden osana kunnan lasten ja nuorten hyvinvointityötä.

Toiminnan jatkuvuus hankekauden jälkeen perustuu siihen, että Move!-prosessin toteutus ja kehittäminen integroidaan osaksi koulujen perustoimintaa sekä kunnan hyvinvointityötä. Vastuu mittauksen toteutuksesta ja tulosten käsittelystä säilyy liikunnanopettajilla ja opetushenkilöstöllä yhteistyössä kouluterveydenhuollon kanssa.

Liikuntaneuvonnan osalta tavoitteena on, että toimintaa toteutetaan jatkossa yhteistyössä kunnan liikuntapalveluiden, kouluterveydenhuollon sekä muun oppilashuollon kanssa käytettävissä olevien resurssien puitteissa. Toimintamallin vakiinnuttaminen edellyttää roolien ja vastuiden tarkentamista sekä yhteistyörakenteiden vahvistamista

Hankkeen kohdistuminen painopisteisiin ja niiden osuus hankkeen kokonaistoiminnast

Kohdistuminen	%-osuus
Liikkuva koulu	20
Move!-prosessi ja perusopetusikäisten liikuntaneuvonta	80

Hankkeeseen osallistuvat

Alakoulut
7

Yläkoulut
1

Yhtenäiskoulut
1

Yhteensä
9

Hankkeeseen osallistuvien oppilaitosten opiskelijamäärät

Alakouluissa
Pojat/miehet
437

Tytöt/naiset
425

Yhteensä
862

Yläkouluissa
Pojat/miehet
171

Tytöt/naiset
186

Yhteensä
357

Yhtenäiskouluissa
Pojat/miehet
83

Tytöt/naiset
89

Yhteensä
172

Opiskelijamäärät yhteensä
1391

Seuraavilla kysymyksillä selvitetään kuntanne Move! -prosessin nykytilaa:

Onko kunnassanne sovittu suunnitelmallinen Move!-prosessi (Move!-prosessilla tarkoitetaan kokonaisuutta, joka koostuu mittausten ja terveystarkastuksen lisäksi tukipalveluista)?
Kyllä

Toteutetaanko sitä moniammatillisessa yhteistyössä?
En osaa sanoa

Onko oppilaiden laajat terveystarkastukset aikataulutettu (kunnan ja hyvinvointialueen kesken) niin, että Move!-tulokset ovat käytössä tarkastuksissa?
En osaa sanoa

Hyödynnetäänkö Move! -mittausten tuloksia oppilaiden laajoissa terveystarkastuksissa?
Osassa kouluista

Tarjoaako kunta ja/tai hyvinvointialue oppilaille liikunnan opetuksen lisäksi yksilöllistä tai ryhmämuotoista tukea fyysisen toimintakyvyn kehittämiseen (esim. liikuntaneuvonta, kouluPT-toiminta, fysioterapia, toimintaterapia jne.)
Jonkin verran

Hyödynnetäänkö Move!-sta saatavia tietoja perusopetusikäisiin kohdentuvien hyvinvointitoimenpiteiden toteutuksessa seuraavilla tasoilla:

Koulu
Kyllä
Kunta
En osaa sanoa
Hyvinvointialue
En osaa sanoa

Miten syksyn 2025 Move! -tuloksia on käsitelty opetuksen järjestäjän opiskeluhoollon ohjausryhmässä?
Esitelty ja keskusteltu

Miten syksyn 2025 Move! -tuloksia on käsitelty oppilaiden kanssa?

Esitelly ja keskusteltu

Miten syksyn 2025 Move! -tuloksia on käsitelty huoltajien/vanhempien kanssa?

Jaettu tiedoksi

Toteutuneet kokonaiskustannukset ja rahoitus**Kustannukset**

Kustannus	Hakemuksessa (€)	%-osuus	Toteutuneet (€)	%-osuus	Erittely
Hankkeesta aiheutuneet palkkakustannukset sivukuluineen	40000,00	85%	41938,59	87%	Palkkoja
Matka- ja kuljetuskustannukset	1500,00	3%	1199,74	2%	Matkakuluja
Kurssi- ja koulutuskustannukset	4000,00	9%	4167,32	9%	Kurssikuluja
Välinehankinnat (erittelyyn alustava listaus hankittavista välineistä)	0,00	0%	0,00		Ei ole
Muut vuokrat, leasingkustannukset	1000,00	2%	335,84	1%	Vuokria
Muut kustannukset	500,00	1%	478,01	1%	Muita kuluja
Yhteensä (€)	47000,00		48119,50		

Rahoitus

Rahoituslähde	Hakemuksessa (€)	Toteutuneet (€)	Erittely
Valtionavustus myönnetty summa	28200,00	28000,00	
Kunnan rahoitus/kuntien omarahoitus	18800,00	20119,50	Palkkakuluja
Yksityinen omarahoitus	0,00	0,00	-
Muu julkinen rahoitus ja avustukset	0,00	0,00	-
Yksityinen rahoitus	0,00	0,00	-
Toiminnasta saatavat tulot	0,00	0,00	-
Muu rahoitus	0,00	0,00	-
Yhteensä (€)	47000,00	48119,50	

Kuinka paljon valtionavustus kattaa hankkeen tai toiminnan kustannuksista?

58,19 %

Lisätietoja kustannuksista tai rahoituksesta**Liitteet**

Liitteen nimi	Kuvaus	Lähde
Move talousraportit.pdf		Alkuperäinen asiointi
Move toimintamalli.pdf		Alkuperäinen asiointi

Asioija

Asioijan etunimi

Kai

Asioijan sukunimi

Pouttu

Asioijan valtuutustieto

Oma ilmoitus valtuudesta yrityksen/yhteisön puolesta asiointiin