

## Move!-mittaustulokset, syksy 2025

Sivistys- ja hyvinvointilautakunta 20.01.2026 § 5  
135/00.01.07/2025

### Päätös

Sivistys- ja hyvinvointilautakunta merkitsi Move!-mittausten syksyn 2025 tulokset tiedokseen.

### Asian käsittely

Pöytäkirjaan merkittiin, että Adele Saine saapui kokoukseen tämän asian käsittelyn aikana klo 16.12.

### Esittelijä

rehtori Tiina Kotila-Paaso

### Päätösehdotus

Sivistys- ja hyvinvointilautakunta merkitsee Move!-mittausten syksyn 2025 tulokset tiedokseen.

### Valmistelija

Johanna Huttunen  
hyvinvointikoordinaattori  
etunimi.sukunimi(at)hartola.fi puh. 044 743 2575

### Asian valmistelu

Move! on perusopetuksen 5. ja 8. vuosiluokkien oppilaille tarkoitettu fyysisen toimintakyvyn valtakunnallinen mittaus- ja palautejärjestelmä, jonka keskeisenä tarkoituksena on kannustaa omatoimiseen fyysisestä toimintakyvystä huolehtimiseen. Fyysisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan elimistön toiminnallista kykyä selviytyä fyysistä ponnistelua edellyttävistä tehtävistä ja sille asetetuista tavoitteista. Se ilmenee kykynä liikkua omin voimin, harrastaa ja huolehtia päivittäisistä toimista. Fyysinen toimintakyky vaikuttaa ratkaisevasti lapsen päivittäiseen hyvinvointiin ja terveyteen.

Move!-mittaustuloksia hyödynnetään esimerkiksi koulujen liikunnanopetuksessa, kouluterveydenhuollon järjestämisessä terveystarkastuksissa sekä valtakunnallisten, alueellisten ja paikallisten hyvinvointitoimenpiteiden suunnittelussa, seurannassa ja arvioinnissa.

Move!-järjestelmässä mitataan:

- fyysisiä ominaisuuksia (kestävyys, nopeus, voima ja liikkuvuus)
- motorisia taitoja (tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaidot)
- havaintomotorisia taitoja.

Lisätietoja Move!-järjestelmästä, Move!-palautteista, liikkumisvinkkejä ym. löytyy osoitteesta: <https://www.oph.fi/fi/move> .

Hartolan Yhtenäiskoulun Move!-polkua on kehitetty moniammatillisesti keväällä 2025, ja yhteistyötä on lisätty koulun, opiskeluterveydenhuollon sekä liikuntapalveluiden kanssa. Myös tietoa Move!-mittauksista on lisätty, ja Move!-polku löytyy julkisena koulun kotisivuilta.

Move!-mittauksiin syksyllä 2025 osallistui Hartolan Yhtenäiskoulusta 5. luokalta yhteensä 16 ja 8. luokalta yhteensä 10 oppilasta. Vuonna 2024 osallistuneita oli hieman enemmän (19 ja 15).

Hartolalaisten osalta tulokset ovat parantuneet viimeisten vuosien aikana. Vuonna 2022 vitosluokkalaisista 90,9 % oli heikko fyysinen toimintakyky ja kahdeksaluokkalaisista 85,7 %. Vuoden 2025 tuloksissa 5. luokkalaisista 50,0 % oli heikko fyysinen kunto ja 66,7 % 8. luokkalaisista. Lisäksi erityisen positiivista oli 5. luokan tyttöjen tulokset; mediaani oli kaikissa mittausosioissa parempi kuin koko maan samanikäisten tyttöjen mediaani.

Huolestuttaviakin tuloksia on. Liikunnanopettaja Tomi Karlssonin tekemässä koosteessa on esitetty taulukkomuodossa kunkin mittausosion kohdalla ne ryhmät, jotka jäivät terveyttä haittaavalle tasolle:

<b>20 metrin viivajuoksu</b> (kestävyys, liikkumistaidot)	pojat 5 lk, tytöt 8 lk
<b>vauhditon 5-loikka</b> (voima, nopeus, liikkumis- ja tasapainotaidot)	pojat 5 lk, tytöt 8 lk
<b>heitto-kiinniottoyhdistelmä</b> (välineenkäsittelytaidot, liikkumistaidot)	pojat 5 lk
<b>ylävartalon kohotus</b> (kestävyys, voima)	pojat 5 lk, tytöt 8 lk
<b>punnerrus</b> (kestävyys, voima)	tytöt 8lk
<b>liikkuvuus</b> (kyykky, alaselän ojennus, olkapäiden liikkuvuus)	vasen olk. pojat 5 lk ja 8 lk, kyykky tytöt 8 lk selän ojennus pojat 8 lk

Karlssonin huomioina on, että

- lisää liikkuvuuteen, kestävyYTEEN ja lihaskuntoon liittyviä harjoitteita
- oppilaiden sietokyvyn kehittämistä, liian moni luovutti kestävyyttä mittaavissa osioissa liian helposti (myös ne, jotka saavuttivat hyviäkin tuloksia)
- muistetaan kuitenkin tuloksissa oppilasmäärä!

Muutoksenhaku

Muutoksenhakukielto