Muhoksen kunnan Move! mittausten kuntakohtaiset tulokset 2025

Opkaltk 12.02.2026 § 16
331/00.01.01.01/2025

Valmistelija

sivistys- ja hyvinvointipalveluiden toimialajohtaja Juha Valta p. 044 4970 400

Valtakunnallisia Move -mittauksia fyysisen toimintakyvyn seuraamiseksi on toteutettu jokaisessa Suomen koulussa kaikille 5. ja 8. luokkalaisille vuodesta 2016 alkaen. Järjestelmän keskeisenä tarkoituksena on kannustaa lapsia ja nuoria omatoimiseen fyysisestä toimintakyvystä huolehtimiseen.

Move!-mittaustuloksia hyödynnetään esimerkiksi koulujen liikunnanopetuksessa, kouluterveydenhuollon järjestämissä 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.

Mittaukset koostuvat kuudesta osiosta:

- 20 metrin viivajuoksu
- vauhditon 5-loikka
- heitto-kiinniottoyhdistelmä
- ylävartalon kohotus
- etunojapunnerrus
- liikkuvuus

Syksyn 2025 valtakunnallisessa Move!-tiedonkeruussa Muhoksen perusopetuksen 5.-luokkalaisia osallistui mittauksiin 138 (poikia 72, tyttöjä 66) ja 8.-luokkalaisia 151 (poikia 84 ja tyttöjä 67), yhteensä 289 oppilasta (poikia 156 ja tyttöjä 133).

Tulos ilmaisee prosenttiosuuden oppilaista, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla.
Kokonaistulos 2025: Muhos

Luokka	Pojat	Tytöt	Yhteensä
5. luokka	34.3%	27.7%	31.1%
8. luokka	54.8%	33.3%	43.3%
molemmat luokat	44.2%	30.4%	37.4%

Syksyn 2025 valtakunnallisessa Move!-tiedonkeruussa raportoitiin yli 111 000 5.- ja 8.-luokkalaisen mittaustulokset. Mittausten perusteella lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn myönteinen kehitys on jatkunut, erityisesti 5.-luokkalaisilla. Edelleen kuitenkin 37 prosentilla 5.- ja 8.-luokan oppilaista fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla (35 %:lla 5.-luokkalaisista, 40 %:lla 8.-luokkalaisista). Vielä kolme vuotta sitten vastaava keskiarvo oli noin 40 prosenttia.

Osa viime vuosien parantuneesta tuloksesta selittyy koronalla. Tutkimuksesta tiedetään, että korona-aika vaikutti lasten fyysiseen aktiivisuuteen vähentävästi, mikä taas heikensi myös Move-mittausten tuloksia.

Maaseutumaisissa kunnissa noin 42 prosentilla 5.-luokkalaisista ja 46 prosentilla 8.-luokkalaisista oppilaista fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla. Kaupunkimaisissa kunnissa vastaavat osuudet olivat 33 prosenttia ja 38 prosenttia. Erot maaseudun ja kaupunkien välillä ovat pysyneet samansuuntaisina koko noin kymmenvuotisen Move!-mittaushistorian ajan.

Myös hyvinvointialueiden välillä näkyy selkeitä eroja lasten ja nuorten toimintakyvyssä. Oppilaiden osuus, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla, vaihtelee hyvinvointialueittain 33–43 prosentin välillä. Pienimpiä osuudet ovat Helsingin kaupungissa (33 %) sekä Pohjois-Pohjanmaan (33,9 %) ja Itä- ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueilla (32,6 ja 33,3 %). Suurimmat osuudet ovat Lapin (42,7 %), Kainuun (43,2 %) ja Satakunnan hyvinvointialueilla (42,6 %).

Lasten ja nuorten liikkumisen vähentyminen on tunnistettu yhteiskunnallinen haaste. Asiaan haetaan ratkaisuja niin valtakunnallisella kuin paikallisella tasolla. Esi- ja perusopetuksessa täytyy edistää lasten ja nuorten liikunnallista elämäntapaa lain nojalla 1.8.2026 alkaen.

Liikunnallisen elämäntavan säännöksen tavoitteena on

- edistää lasten ja nuorten liikkumista esiopetuksen ja perusopetuksen aikana
- tukea ja parantaa lasten ja nuorten kokonaisvaltaista hyvinvointia
- vahvistaa liikunnan merkitystä esiopetuksen ja peruskoulujen toimintakulttuurissa ja kokonaisvaltaisena elämäntaitona.

Liikunnallinen elämäntapa voi tarkoittaa käytännössä esimerkiksi sitä, että

- opetuksessa hyödynnetään aktiivisia taukoja tai toiminnallisia opetusmenetelmiä
- koulupäivään liittyvissä siirtymisissä hyödynnetään liikunnallisuutta edistäviä toimintatapoja
- koulupäivän aikana tapahtuvaa liikkumista lisätään välituntiliikunnalla tai kerhotoiminnalla.

Esittelijä — sivistys- ja hyvinvointipalveluiden toimialajohtaja Juha Valta

Päätösesitys — Opetus- ja kasvatuslautakunta keskustelee Move! –mittausten kuntakohtaista tuloksista syksyn 2025 osalta ja merkitsee ne tiedoksi.

Päätös — Opetus- ja kasvatuslautakunta hyväksyi toimialajohtajan esityksen.