

Valtuustoaloite: Koulupäiviin lisää fyysistä aktiivisuutta

Kaupunginhallitus 14.04.2025 § 131

113/00.01.04/2025

Valmistelija

Opetuksen vastuurehtori Anne-Maria Tokola ja Rehtoriryhmä

Valtuutettu Jani Eteläahon ja Raahen Kokoomuksen valtuustoryhmän
valtuustoaloite 27.1.2025:

Arvoisa puheenjohtaja, hyvät valtuutetut ja muut kokousta seuraavat

Lasten ja nuorten hyvinvointi on tärkeä yhteiskunnallinen tavoite, johon meillä päättäjinä on merkittävä mahdollisuus vaikuttaa. Fyysinen aktiivisuus on olennainen osa lasten ja nuorten terveyttä. Siitä huolimatta monet tutkimukset osoittavat, että liian moni suomalainen lapsi liikkuu suosituksiin nähden liian vähän.

Liikunnan vähäisyys vaikuttaa kielteisesti sekä fyysiseen että henkiseen hyvinvointiin. Se voi johtaa esimerkiksi oppimisen haasteisiin, keskittymis- ja terveysongelmiin ja ylipainoon. Samalla tiedämme, että fyysinen aktiivisuus parantaa oppimistuloksia, tukee mielenterveyttä ja edistää sosiaalista vuorovaikutusta.

Tämän vuoksi esitän valtuustoaloitteena, että koulupäiviin lisätään fyysistä aktiivisuutta. Jokaiseen normaalimittaiseen koulupäivään tulisi tulevaisuudessa sisällyttää vähintään tunti fyysistä aktiivisuutta lisäävää toimintaa.

Fyysisen aktiivisuuden ei tarvitse olla kilpailullista tai rankkaa hikiliikuntaa, vaan pääasia on, ettei sen aikana istuta tai keskitytä älylaitteisiin. Vaihtoehtoina voi olla erilaisia pelejä, leikkejä ja lajeja, jotka haastavat tasapainoa, motoriikkaa ja ongelmanratkaisukykyä.

Toteutuksessa voidaan hyödyntää olemassa olevia ohjelmia, kuten Liikkuva koulu -hanketta, sekä tehdä tiivistä yhteistyötä paikallisten urheiluseurojen, yritysten ja muiden toimijoiden kanssa. Tavoitteena on, että jokaisella koululaisella olisi mahdollisuus vähintään tuntiin monipuolista liikkumista päivittäin.

Yhteistyöllä voimme luoda hyvinvoivan, liikunnallisen ja oppimista tukevan ympäristön lapsillemme.

Opetuksen vastuurehtori Anne-Maria Tokolan ja Rehtoriryhmän vastaus
13.2.2025:

Kiitos aloitteesta.

Valtuutettu Eteläahon esille nostama asia on todella tärkeä näkökulma liikunnan, oppimisen ja hyvinvoinnin suhteesta. Liikunnan vaikutus oppimiseen ei ole pelkästään fyysinen, vaan se voi vaikuttaa moniin psykologisiin ja kognitiivisiin tekijöihin, jotka kaikki tukevat koulumenestystä. Liikunta parantaa verenkiertoa, mikä puolestaan lisää hapen saantia aivoille ja se voi edesauttaa keskittymiskykyä ja muistia, mikä puolestaan parantaa oppimisen edellytyksiä.

Motoristen taitojen kehittyminen, kuten koordinaatio ja tarkkuus, voivat vaikuttaa myös kognitiivisiin prosesseihin, kuten ongelmanratkaisuun ja luovuuteen. Lisäksi liikunta voi parantaa itsetuntoa ja edistää sosiaalista vuorovaikutusta, mikä on tärkeää kouluun kiinnittymisen ja kouluhyvinvoinnin näkökulmasta.

Yllämainittujen seikkojen vuoksi Raahan kaupunki on vuonna 2016 lähtenyt hakenut ja saanut hankeavustusta Liikkuva koulu -hankkeesta. Hankkeelle kirjatut tavoitteet olivat

- Aktiivinen ja viihtyisä koulupäivä
- Tunti liikuntaa jokaisen koulupäivän aikana
- Oppilaiden osallisuus
- Oppimisen edistäminen
- Liikkumisen lisääminen
- Istumisen vähentäminen
- Aktiivinen toimintakulttuuri

Hankkeen toiminta-aikana vuosina 2016-2019 käynnistettiin useita toiminnallisen oppimisen ja liikkumista lisäävien toimenpiteiden sisällyttämistä koulupäivään ja hankkeen erinomaiset tulokset on saatu jalkautettua koulujen arkitoiminnaksi. Valtaosassa kouluja toteutuu joko ns.pitkä välitunti, jonka aikana on oppilaiden vertaisohjaamaa välituntitoimintaa, luokissa on liikunnallisuutta mahdollistavia taukoliikuntavälineitä ja välituntiliikunnan lisäämiseksi kouluille on hankittu erilaisia ulkoliikuntavälineitä.

Liikunnan oppitunteja on luokka-asteesta ja valinnaisaineista riippuen 2-6 tuntia viikossa ja lisäksi toiminnallisuus on osa useiden oppiaineiden oppituntikokonaisuuksia.

Lisäksi kouluilla on toiminnallisia liikuntapainotteisia päiviä, jolloin liikunnallisuuden osuus koulupäivästä on useampia tunteja.

Mahdollisuuksien mukaan matkat koulupäivän aikana tapahtuville vierailuille ja tutustumiskäynneille toteutetaan pyörällä tai jalkaisin. Lisäksi tähän kokonaisuuteen voidaan lukea koulumatkaliikunta, joka on tärkeä hetki paitsi liikunnan, myös raittiin ilman saamiseksi.

Kaikki ylläoleva toteutuu siis jo nyt. Liikuntaa ja liikunnallisuutta on jokaisen oppilaan koulupäivässä välituntiliikunta mukaan luettuna on tällä hetkellä päivittäin vähintään 1, liikuntatuntipäivinä jopa 3-4 tuntia.

Perusopetuslain 14 § määrittää tuntijaon eri oppiaineiden kesken ja sitä kautta viikoittaisen minimituntimäärän kullekin oppiaineelle. Opetussuunnitelman perusteet määrittelevät kullekin oppilaineelle oppiainekohtaiset tavoitteet. Mikäli liikuntaa oppiaineena halutaan lisätä jokaiseen koulupäivään niin, että tunti liikuntaa oppiaineena toteutuisi päivittäin, se vaatisi tuntikehyksen muuttamista niin, että jokaisella luokalla minimituntimäärää nostetaan keskimäärin 3 vvt (vuosiviikkotuntia), olettaen, että kahtena päivänä jokaisella oppilaalla on jo liikunnan tunteja.

Yhden vuosiviikkotunnin hinta yhdelle luokalle on sivukuluineen keskimäärin (luokanopettajan ja aineenopettajan tuntihinnan keskiarvo) noin 2 200 €/vuosi. Lasten perusopetuksessa luokkia on tällä hetkellä 170, joten arvioitu hinta 3 vvt:n lisäykselle olisi noin 1 122 000 €. Tällä hetkellä opetustoimen taloustilanne ei mahdollista tällaista muutosta. Mikäli liikunnan oppituntien määrän lisäys halutaan toteuttaa, tulee sille osoittaa talousarviossa tarvittavat rahat.

Esittelijä Kaupunginjohtaja Mikkola-Riekkinen Leena

Päätösesitys Esitetään kaupunginvaltuustolle:

Annetaan valtuustoaloitteeseen opetuksen vastuurehtori Anne-Maria Tokolan ja Rehtoriryhmän valmisteleva vastaus.

Todetaan asia aloitteena loppuun käsiteltyksi.

Päätös Hyväksyi esityksen.