



# Liikkuva opiskelu - kehittämishankkeiden suunnitelmat vuodelle 2023

Hankekoonti ja -arviointi toimintakauden alussa

Henni Syväoja, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Tuomas Kukko, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Pekka Tiitinen, Liikkuva opiskelu -ohjelma

Marianne Turunen, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

# Sisälllys

## TAUSTA

Mihin tarkoitukseen kehittämisavustukset myönnettiin?  
Hankeseurannan ja arvioinnin toteutus

## Sivu

3  
4

## HANKETIEDOT

Myönnettyt avustukset ammatillisille oppilaitoksille 2023  
Liikkuva opiskelu -hankkeet ammatillisissa oppilaitoksissa  
Liikkuva opiskelu -hankkeet ammatillisissa oppilaitoksissa ja yläkouluissa  
Hankkeiden kustannusarviot  
Liikkuva opiskelu -hankkeiden osallistujatavoite

5  
6  
7  
8  
9

## TAVOITTEET JA TOIMENPITEET HANKEHAKEMUKSISSA

Liikkuva opiskelu -hankkeiden tavoitteet  
Liikkuva opiskelu -hankkeiden toimenpiteet  
    Nykytilan arviointi ja kehittämiskohteiden valinta  
    Hankkeiden koordinointi  
    Vähemmän liikkuvien opiskelijoiden huomiointi  
    Opiskelijoiden paikallaanolon vähentäminen  
    Yhteisöllisyyden ja ryhmäytymisen vahvistaminen  
    Henkilöstön osallisuus ja rooli  
    Työelämässä oppimisen jakso ja liikkuminen  
Liikkuva opiskelu -toiminnan jatkaminen ja vakiinnuttaminen

10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19

## YHTEENVETO

Yhteenveto ja loppusanat, Pekka Tiitinen, Liikkuva opiskelu -ohjelman johtava asiantuntija  
Lisätietoja

20  
21



**Likes**  
by jamk

# Mihin tarkoitukseen kehittämisavustukset myönnettiin?

- Kansallisen koulutuksen arviointikeskuksen (Karvi) toteuttaman Liikkuva koulu -arvioinnin (2018) mukaan koulupäivän liikunnallistaminen on monissa yläkouluissa vielä kesken. Vastaava havainto on tehty Liikkuvassa opiskelussa toisen asteen ammatillisten oppilaitosten osalta.
- Koronapandemian aikana lasten ja nuorten liikkuminen väheni. Muutosta selittää erityisesti koulu- ja koulumatkaliikunnan vähentyminen etäopetuksen aikana. Nuorilla pandemia näyttää lisänneen liikkumisen polarisaatiota eli nuorten jakautumista liikunnallisesti aktiivisiin ja vähän liikkuviin.
- **Liikkuva koulu ja opiskelu -kehittämisavustus vuodelle 2023** kohdennettiin yläkouluihin ja ammatillisiin oppilaitoksiin, koska yläkoululaisten ja ammattiin opiskelevien on tutkimuksissa havaittu liikkuvan muita peruskoulun ja toisen asteen kohderyhmiä vähemmän.
- Kehittämisavustuksen tavoitteena on lisätä oppilaiden ja opiskelijoiden fyysistä aktiivisuutta ja opiskelukykyä kehittämällä liikunnallista toimintakulttuuria yläkouluissa ja toisen asteen ammatillisissa oppilaitoksissa koulu- ja opiskelupäivän aikana. Erityisenä tavoitteena on vähemmän liikkuvien koululaisten ja opiskelijoiden fyysisen aktiivisuuden lisääminen.



Lue lisää:

[Opetus- ja kulttuuriministeriö](#)

[Liikkuva koulu](#), [Liikkuva opiskelu](#)



**Likes**  
by jamk

# Hankeseurannan ja arvioinnin toteutus

Tässä koosteessa esitetyt hankeseurannan ja arvioinnin tulokset on koottu Liikkuva koulu ja opiskelu -kehittämisyhteistyön saaneiden hankkeiden hankehakemuksista. Hankkeet kohdentuvat yläkoulujen ja ammatillisten oppilaitosten toimintaan ajalle 1.12.2022–31.12.2023. Avustukset myönnettiin aluehallintovirastoista.

Seuranta ja arviointi on osa Liikkuva opiskelu -ohjelman toteutusta. Hankeseurannan ja arvioinnin tavoitteena on:

- Tukea toimijoita tiedon avulla
- Arvioida vaikutuksia
- Tuottaa tietoa tiedolla johtamisen tueksi
- Auttaa toimijoita oman toiminnan arvioimisessa ja kehittämisessä

Tiedot on saatu aluehallintoviranomaisilta aluehallinnon asiointipalvelusta. Hankeseurannasta ja arvioinnista vastaa Jyväskylän ammattikorkeakoulun Likes opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiannosta. Likes ei osallistu hankehakemusten ennakoarviointiin tai avustusten jakamisprosessiin.

Lue lisää: [Liikunnan paikallisten kehittämishankkeiden seuranta](#)



**Likes**  
by jamk

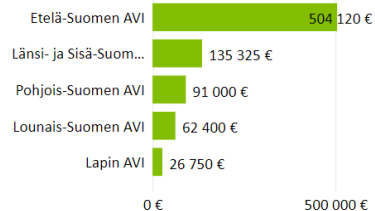
# Myönnetyt avustukset ammattillisille oppilaitoksille 2023

Liikkuva opiskelu -kehittämisasiavustuksia myönnettiin 26 hankkeelle yhteensä 819 595 euroa.

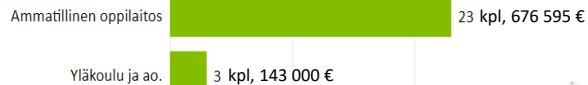
Myönnetty avustus maakunnittain



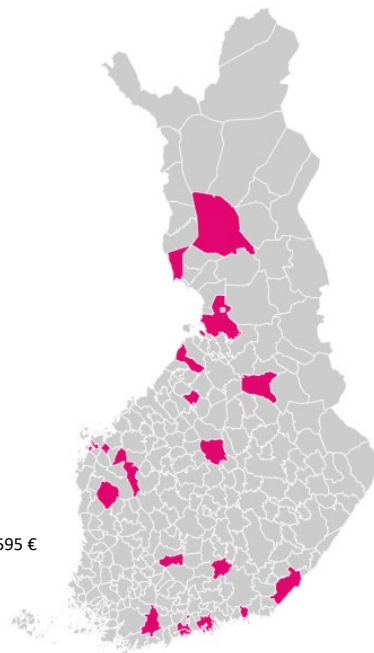
Myönnetty avustus AVI-alueittain



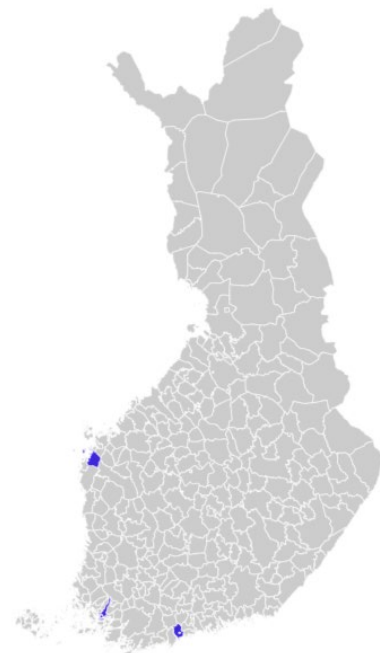
Hankkeiden lukumäärä ja myönnetty avustus oppilaitostyyppittäin



Ammatillisten oppilaitosten hankkeet



Yläkoulujen ja ammatillisten oppilaitosten yhteishankkeet



# Liikkuva opiskelu -hankkeet ammatillisissa oppilaitoksissa

Avustuksen hakija	Kunta	Hankkeen nimi	Myöntö (€)
Äänekosken Ammatillisen Koulutuksen kuntayhtymä	Viitasaari	Liikkuva opiskelu	4 250
Aitooon Emäntäkoulu Oy	Pälkäne	Aitoo liikuntaa ja hyvinvointia	15 000
Ammattiopisto Spesia Oy	Järvenpää	Innostu liikkumaan!	54 120
Careeria Oy	Porvoo	Jatkuva liikkuminen ja työkyky	10 000
Etelä-Karjalan Koulutuskuntayhtymä	Lappeenranta	Liikkuva ja hyvinvoiva Sampo	15 000
Helsingin kaupunki	Helsinki	Liikuntacoachit opiskelijoiden hyvinvoinnin tukena	95 000
Hengitysliitto ry	Helsinki	Luovi liikkeelle!	98 000
Jokilaaksojen koulutuskuntayhtymä	Nivala	Liikkuva AMIS voittaa 4	14 000
Kajaanin kaupunki	Kajaani	KAO Kuusamo opiskele liikkuen 2023	18 000
Kemi-Tornionlaakson koulutuskuntayhtymä Lappia	Tornio	Liikkuva Lappia 5	11 750
Keski-Uudenmaan koulutuskuntayhtymä	Järvenpää	Yhdessä liikkujaksi!	13 000
Kirkkopalvelut ry	Järvenpää	STEP liikkuu	40 000
Kotkan-Haminan seudun koulutuskuntayhtymä	Kotka	LIIKKUVA EKAMI	20 000
Koulutuskuntayhtymä Brahe	Raahe	Liikkuva Brahe!	24 000
Koulutuskuntayhtymä OSAO	Oulu	Liikkuva opiskelu 5	35 000
Luksia, Länsi-Uudenmaan koulutuskuntayhtymä	Lohja	Liikkuva opiskelu	25 000
Rovaniemen Koulutuskuntayhtymä	Rovaniemi	Liikkuva REDU	15 000
Seinäjoen koulutuskuntayhtymä	Seinäjoki	Liikettä Seduun	40 000
Suomen Diakoniaopisto - SDO Oy	Helsinki	Hyvinvointia liikkuen- hanke	20 000
Suomen Urheiluopiston Kannatusosakeyhtiö	Heinola	Vierumäen Liikkuva opiskelu 2023	19 000
Suupohjan Koulutuskuntayhtymä	Kauhajoki	Amis - still moving on	5 000
Vaasan kaupunki	Vaasa	Vauhtia Vamiaan	23 475
Vantaan kaupunki	Vantaa	Vantaan Liikkuva opiskelu - Yhdessä enemmän!	62 000



# Liikkuva opiskelu -hankkeet ammatillisissa oppilaitoksissa ja yläkouluissa

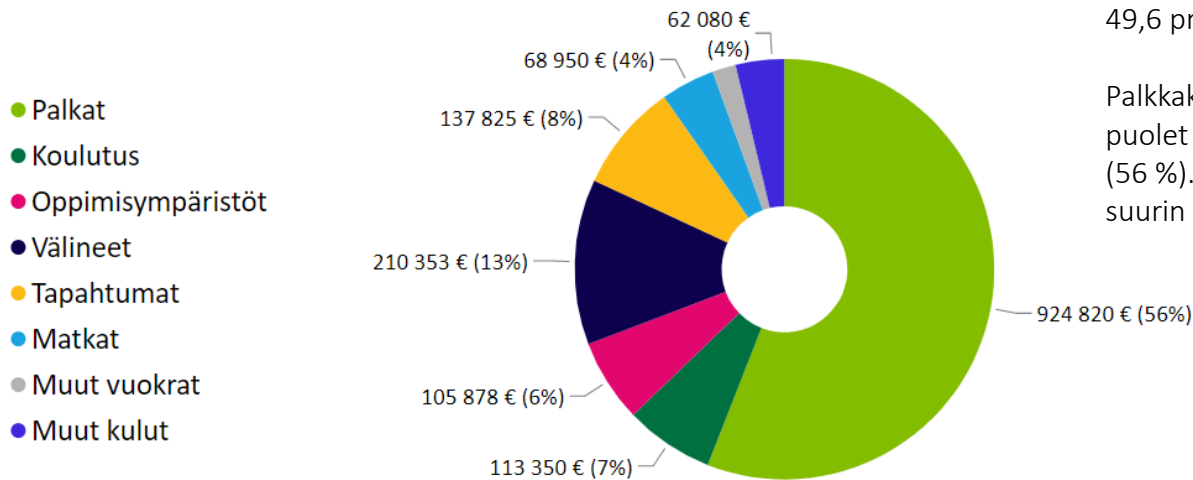
Avustuksen hakija	Kunta	Hankkeen nimi	Myöntö (€)
Espoon seudun koulutuskuntayhtymä Omnia	Espoo	Liikkuva Omnia 2022-2023	33 000
Malax kommun	Maalahti	Ungdomar rösch	47 600
Turun kaupunki	Turku	Turun liikkuva yläkoulu/amis	62 400



**Likes**  
by jamk

# Hankkeiden kustannusarviot

Kustannusten jakauma hakemuksissa, osuus hankkeen kokonaiskustannuksista



Liikkuva opiskelu -hankkeiden kokonaiskustannuksiksi budjetoitiin yhteensä 1,65 miljoonaa euroa (n = 26). Hankkeiden saama avustus (0,82 M€) on 49,6 prosenttia kokonaiskustannuksista.

Palkkakustannukset kattavat keskimäärin yli puolet hankkeiden kokonaiskustannuksista (56 %). Välinekustannukset ovat toiseksi suurin kustannuslaji (210 353 €, 13 %).



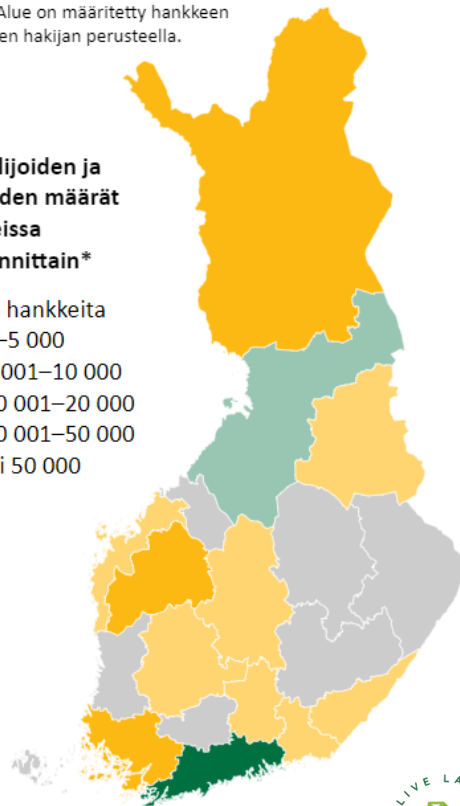
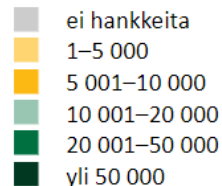
# Liikkuva opiskelu -hankkeiden osallistujatavoite

Liikkuva opiskelu -hankkeissa tavoitellaan osallistujiksi yhteensä 90 537 opiskelijaa ja oppilasta.

- Ammatillisten oppilaitosten hankkeissa (n = 23) tavoitellaan yhteensä 74 685 opiskelijaa (keskimäärin 3 247 opiskelijaa/hanke).
- Yläkoulujen ja ammatillisten oppilaitosten yhteishankkeissa (n = 3) tavoitellaan 15 852 opiskelijaa/oppilasta (keskimäärin 5 284 osallistujaa/hanke).
- Naisten osuus opiskelijatavoitteesta on 50,2 %.

\*Huom. Alue on määritetty hankkeen ensisijaisen hakijan perusteella.

## Opiskelijoiden ja oppilaiden määrät hankkeissa maakunnittain\*

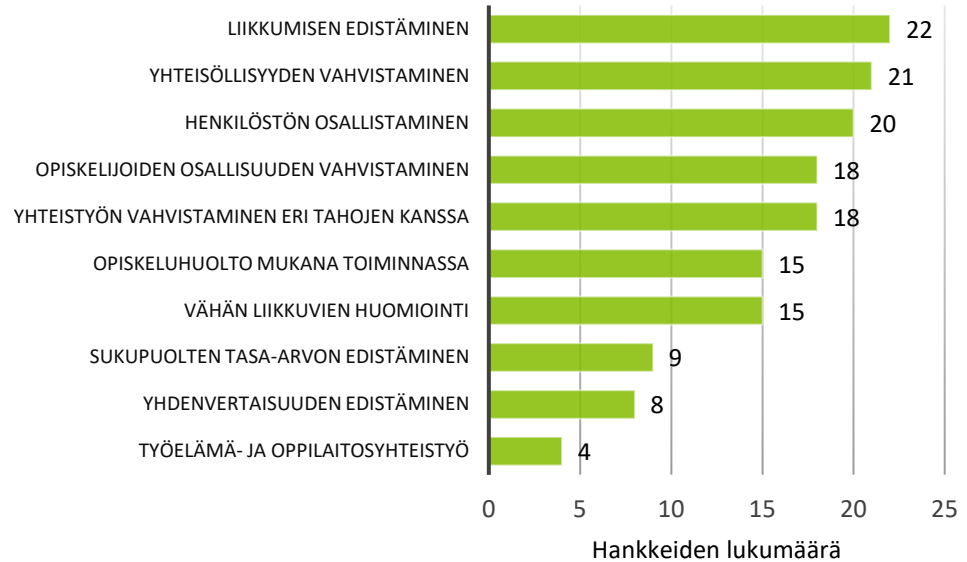


# Liikkuva opiskelu -hankkeiden tavoitteet

Liikkuva opiskelu -hankkeiden tavoitteina on yleisimmin lisätä **liikkumista** sekä vahvistaa **yhteisöllisyyttä**. Lisäksi monissa hankkeissa vahvistetaan henkilöstön ja opiskelijoiden **osallisuutta** sekä lisätään **yhteistyötä**.

- Liikkumisen edistämiseen pyritään toimintakulttuuria muokkaamalla. Yhteisöllisyyttä edistetään esimerkiksi tapahtumia järjestämällä.
- Henkilöstö osallistetaan toimintaan yleisimmin koulutusten, työpajojen ja seminaarien kautta. Opiskelijoiden osallisuutta vahvistetaan ottamalla heidät mukaan toiminnan ja välihankintojen suunnitteluun. Lisäksi opiskelijat osallistuvat teemaviikkojen, tapahtumien ja taukoliikunnan toteutukseen.
- Opiskeluhuollon kanssa tehtävän yhteistyön avulla tarjotaan tukea erityisesti vähemmän liikkuville opiskelijoille.

Liikkuva opiskelu -hankkeiden (n = 23) tavoitteet hankkeiden hakemuksissa (luokittelu tekstiaineistoista).

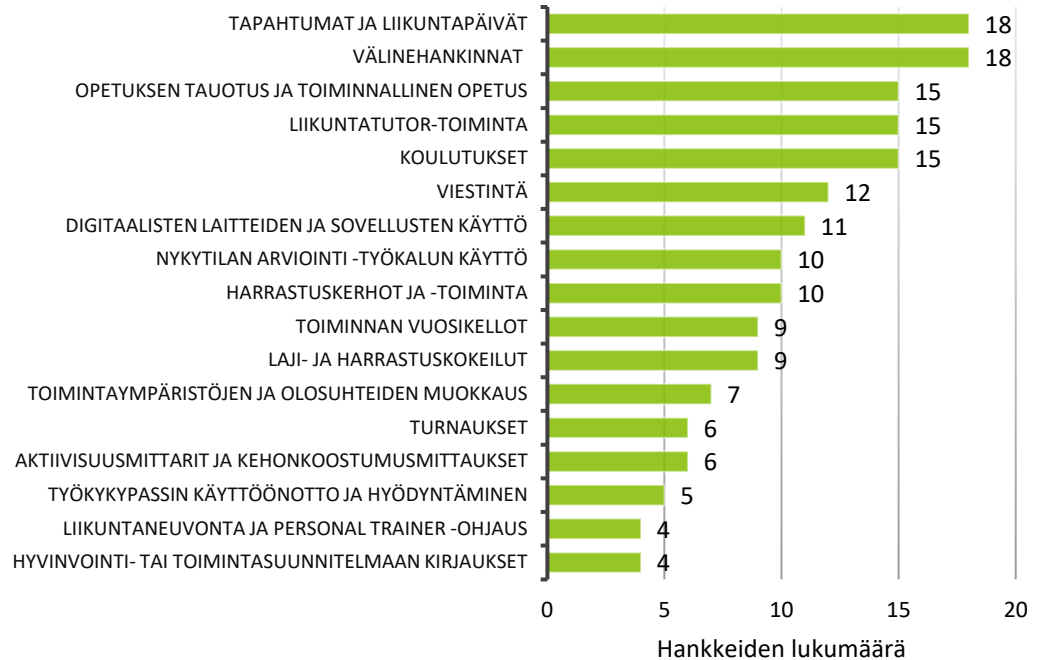


# Liikkuva opiskelu -hankkeiden toimenpiteet

Yleisimmät hankkeiden toimenpiteet ovat **tapahtumia ja välinehankintoja** (78 % hankkeista, n = 23).

- Tapahtumat ovat erilaisia liikuntapäiviä ja -viikkoja, joiden yhteydessä järjestetään myös turnauksia ja retkiä.
- Välinehankintoja tehdään sekä opetustiloihin (9 hanketta) että opetustilojen ulkopuolelle (11 hanketta). Opetustiloihin tehdyt hankinnat liittyvät opetuksen tauotukseen ja aktiivisiin työasentoihin. Opetustilojen ulkopuolelle hankitaan esimerkiksi pingispöytiä.
- Opetushenkilöstöä koulutetaan pääasiassa toiminnallisten opetusmenetelmien käyttöönottoon. Opiskelijoille järjestetään koulutuksia liikuntatutor-toimintaan.

Liikkuva opiskelu -hankkeiden (n = 23) toimenpiteet hankkeiden hakemuksissa (luokittelu tekstiaineistoista).



# Nykytilan arviointi ja kehittämiskohteiden valinta

Hankkeiden kaikkien oppilaitosten tuli avustusta hakiessaan rekisteröityä Liikkuva opiskelu -ohjelmaan ja tehdä nykytilan arviointi. Hakemukseen tuli liittää vuoden 2022 aikana tehty Nykytilan arviointi.

- Nykytilan arviointiin liittyvä mainintoja oli yhteensä kymmenen Liikkuva opiskelu -hankkeen hakemustekstissä (10/23).

→ Maininnat olivat useimmin yleisluontoisia. Osassa hakemuksista todettiin, että työkalun avulla pyritään tunnistamaan kehittämiskohteita ja suuntaamaan toimenpiteitä niiden mukaan. Muutamassa hankkeessa Nykytilan arvioinnin täyttäminen on suunniteltu toteutettavaksi hankkeen alussa ja lopussa.

## Lainauksia hankehakemuksista

”Lähtötilannekartoituksena tullaan käyttämään Liikkuva opiskelu -ohjelman Nykytilan arvioinnin kyselyä, joka toimii toimipistekohtaisen kehittämissuunnitelman pohjana”

”Nykytilan arvioinnin perusteella puutteita oli erityisesti opetustiloissa, liikettä lisäävissä tauoissa sekä teknologian ja toiminnallisten menetelmien hyödyntämisessä”

”Hankkeen ohjausryhmä **kokoaa** oppilaitosten/toimipisteiden Nykytilan arviointi -tiedot hankkeen puolessavälissä ja hankkeen loppuvaiheessa, ja **tiedot tallennetaan** sähköiseen järjestelmään.”

”Liikunnan aluejärjestö järjestää yhdistetyn **koulutus/arviointipäivän** henkilöstölle. Päivän tarkoituksena on tehdä Nykytilan arviointi ja **mieltä/arvioida, kuinka fyysisen aktiivisuuden ja toiminnallisuuden lisäämisessä on onnistuttu** niin opetuksessa kuin oppilaitoksen tasolla.”



**Likes**  
by jamk

# Hankkeiden koordinointi

Hankkeiden tuli hakemuksessaan kuvata hankkeen koordinaatio- ja ohjausrakenne sisältäen tehtävät ja työnjako.

- Hankkeiden ohjausryhmissä on keskimäärin kahdeksan jäsentä (vaihteluväli 3–29). Yleisimmät ohjausryhmäjäsenet ovat **opiskeluhuollon edustajia** (12/23 hankkeessa) sekä **opettajia/lehtoreita** (12). **Opiskelijoita** on mukana 9 hankkeen ohjausryhmässä, samoin kuin **rehtoreita**.
- Yhteensä 13/23 hankkeen hakemuksessa **kuvattiin hankkeen koordinointia**. Hankkeita koordinoi yleisimmin koordinaattori tai projektipäällikkö. Tehtäviin kuuluu mm. hallinnointi, suunnittelu- ja ohjausryhmien koollekutsuminen, yhteistyö eri tahojen kanssa, tapahtumien järjestäminen sekä oman osaamisen ylläpitäminen osallistumalla koordinaattoreiden tapaamisiin sekä muihin koulutuksiin ja seminaareihin.
- Seitsemän hankkeen hakemuksissa kuvailtiin **Liikkuva opiskelu - tiimiä tai -ryhmää**. Kahdessa näistä lueteltiin vastuita eri henkilöille mainitsematta tiimi- tai ryhmä -sanaa. Tiimiin kuuluvat yleisimmin koordinaattori, henkilökunnan jäseniä sekä liikuntatutoreita.

## Lainauksia hankehakemuksista

”Projektipäällikkö tekee tiivistä yhteistyötä **projektikoordinaattoreiden** kanssa sekä vastaa hankkeen käynnistämisestä, kokonaishallinnoinnista, **suunnittelu- ja ohjausryhmien** kokoon kutumisesta, kuntayhteistyön tiivistämisestä sekä raportoinnista.”

”Projektipäällikkö osallistuu tapahtumien valmisteluun ja toteutukseen. Lisäksi niihin hankitaan ulkopuolista ohjausta, koulutusta ja liikuntavälineisiin/paikkoihin tutustumista opiskelijoille.”

”Tavoitteiden suunnittelua ja seurantaa varten on perustettu **koordinaatioryhmä**, joka vastaa työn suunnittelusta ja toteutuksesta yhdessä **toiminta-alueiden opetushenkilöiden ja johdon** kanssa.”

”**Koordinaatioryhmään** osallistuvat oppilaitoksen **johto**, hankkeen myötä aloittavat **aluekoordinaattorit, liikunta-agentit** ja **liikunta-tutorit**.”



**Likes**  
by jamk

# Vähemmän liikkuvien opiskelijoiden huomiointi

Liikkuva opiskelu -kehittämisyhteistyön erityisenä tavoitteena on vähemmän liikkuvien opiskelijoiden fyysisen aktiivisuuden lisääminen. Vähän liikkuvat opiskelijat mainittiin 15/23 hankkeen hakemuksessa.

- Useissa hankkeissa kehitetään **yksilöllisen ohjauksen toimintatapoja**, jotka kannustavat vähän liikkuvia ja tukea tarvitsevia opiskelijoita osallistumaan ja liikkumaan itselleen sopivalla tavalla.
- Osassa hankkeista tehdään tiivistä **yhteistyötä opiskeluhoitajien (erityisesti terveydenhoitajien)** kanssa vähän liikkuvien opiskelijoiden tunnistamiseksi ja heidän liikunnallisuutensa lisäämiseksi.
- Vähän liikkuvia huomioidaan myös esimerkiksi **helposti saavutettavilla matalan kynnyksen toiminnoilla** ja tuetaan löytämään liikuntaharrastuksia **maksuttomilla lajikokeiluilla**.

## Lainauksia hankehakemuksista

”Hankkeen avulla haluamme kokeilla innostaa vähän liikkuvat opiskelijat liikuntaan, tarjoamalla heille **Hyvinvointipasseja** käyttöönsä.”

”Opetukseen ja ohjaukseen otetaan mukaan suunnitellusti sellaisia **toiminnallisia menetelmiä**, jotka tukevat erityisesti vähän liikkuvien nuorten aktiivisuuden kasvua.”

”**Liikuntacoach** toimii opiskeluhoitohenkilöstön tukena, jolloin hän pystyy tarjoamaan yksilöllistä ja yhteisöllistä hyvinvoinnin tukea myös opiskelijoille, jotka liikkuvat vähiten ja joille on kasautunut erilaisia hyvinvoinnin haasteita.”



**Likes**  
by jamk

# Opiskelijoiden paikallaanolon vähentäminen

- Paikallaanolon vähentäminen oppitunneilla mainittiin 15/23 hankkeen hakemuksessa. Oppitunneilla vähennetään istumista, vältetään staattisia työasentoja, kiinnitetään huomiota nostotekniikoihin (mm. lähihoitajat, rakennusala) sekä lisätään tauko- ja palauttavaa liikuntaa.
- Opettajille järjestetään **toiminnallisen opetuksen koulutusta**.
- Oppitunteja tauotetaan **säännöllisellä taukojumpalla** ja hyödyntämällä taukoliikuntasovelluksia.
- Luokkatiloihin **hankitaan aktiivisia opiskeluasentoja edistävää välineistöä**, kuten jumppapalloja ja kiilatyynyjä.

## Lainauksia hankehakemuksista

”Vähennetään istumista **muokkaamalla oppimisympäristöjä, tarjoamalla erilaisia ideoita** ja mahdollisuuksia oppituntien tauottamiseen sekä aktiivisempiin välitunteihin.”

”...vähentämään istumista ja paikallaoloa sekä **opitaan käyttämään liikettä lisääviä taukoja oppituntien aikana** (esim. Let's move it - koulutus ja/tai Liikkuva amis -polun koulutukset).”

”Tarkoituksena on **hankkia eri toimipisteisiin välineistöä**, jota opiskelijat voivat hyödyntää oppitunneilla ja taukojen aikana, esim. siirrettävät frisbee- ja koripallovälineet, nyrkkeilyvälineet, erilaiset pelit ja tasapainolaudat.”



**Likes**  
by jamk

# Yhteisöllisyyden ja ryhmäytymisen vahvistaminen

- Yhteisöllisyyden vahvistaminen mainittiin lähes kaikkien hankkeiden hakemuksissa (21/23).
- Hankkeet lisäävät yhteisöllisyyttä ja ryhmäytymistä yleisimmin erilaisten **tapahtumien ja ryhmähenkeä nostattavien aktiviteettien ja retkien avulla**. Yhteisöllisyyttä lisätään myös **yhteisen suunnittelun ja osallistamisen** kautta.
- Opiskelun liikunnallistamisen ja yhteisöllisyyden avulla pyritään edistämään oppimista, opinnoissa viihtymistä sekä parantamaan oppilaitoksen työrauhaa.
- Yhteisöllisyyttä edistetään sekä opiskelijoiden että henkilöstön keskuudessa.

## Lainauksia hankehakemuksista

”Kysytään nuorilta, miten he haluaisivat lisätä koulupäivän aikaista liikkumista. Kokeillaan uutta toimintaa tämän pohjalta yhteisöllisen toimintakulttuurin ja arjen aktiivisuuden lisäämiseksi.”

”Yhteisöllisyyden kasvattaminen koronapandemian jälkeen **lisäämällä yhteistyötä ammattialojen välillä sekä yhteistyökumppaneiden kanssa.**”

”Osallisuuden ja yhteisöllisyyden lisäämiseksi edelleen kehitämme aloittavien opiskelijoiden ryhmäytymistä opintojen alussa. Lisäksi **järjestämme jokaisessa toimintayksikössä liikuntapäivän yhteisöllisyyden ja liikunnallisuuden edistämiseksi.**”



**Likes**  
by jamk



# Henkilöstön osallisuus ja rooli

Liikkuva opiskelu -toiminnassa henkilöstön osallisuudella tarkoitetaan henkilöstön mahdollisuutta osallistua toimintaan sekä vaikuttaa sen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Osallistamisella tarkoitetaan osallisuuden suunnitelmallista mahdollistamista.

- Henkilöstön osallistaminen toimintaan mainittiin 20/23 hankkeen hakemuksessa. Osallistamista kuvattiin monissa hakemuksissa mahdollisuutena osallistua **koulutuksiin, työpajoihin ja seminaareihin**.
- Osassa hankkeissa henkilöstöä ja opiskelijoita osallistetaan **oppilaitosympäristön tai hyvinvointia lisäävien tilaisuuksien ja tapahtumien suunnitteluun**. Tavoitteena on myös lisätä yhteistä liikunnallista toimintaa opiskelijoiden ja henkilökunnan kesken. Yhdessä hakemuksessa mainittiin, että henkilökunta pystyy hyödyntämään opetuksessa käyttämiään taukoliikuntasovelluksia sekä muita liikunta- ja hyvinvointiohjelmia oman työkyvyn ylläpitämisessä.

## Lainauksia hankehakemuksista

”Hankkeessa järjestetään henkilökunnalle **työpajoja**, joissa jaetaan tietoa toiminnallisista opetusmenetelmistä ja jalostetaan toimintatapoja, miten opetukseen lisätään liikettä ja vähennetään istumista.”

”Fyysistä aktiivisuutta ja mielen hyvinvointia/yhteisöllisyyttä lisäävien **toimintapäivien suunnittelussa ja toteutuksessa** hyödynnetään oppilaitoksen liikuntatutoreita, opiskelijakuntatoimijoita, henkilöstöä, muita asiantuntijoita ja tarvittaessa kolmannen sektorin toimijoita.”

”Opettajien ja henkilöstön asenteita tulee kehittää, motivoida ja muuttaa aktiivisempaa, liikkuvampaa ja positiivisempaa elämäntapaa edistäväksi.”



**Likes**  
by jamk

# Työelämässä oppimisen jakso ja liikkuminen

- Työelämäyhteistyö mainittiin neljän hankkeen hakemusteksteissä (4/23). Työkykypassin käyttöönotto mainittiin viidessä hakemuksessa.
- Yhdessä hankkeessa etsitään pilottityöpaikkoja, joiden kanssa suunnitellaan, miten liikkuvaa opiskelua kehitetään TEO-jaksolla. Hankkeessa pyydetään työelämän edustajia oppilaitokseen kertomaan työkyvyn merkityksestä ja kannustamaan opiskelijoita liikkumaan.
- Yhdessä hankkeessa työelämäyhteistyön avulla nostetaan opiskelijoille esiin eri alojen erityispiirteitä ja vaatimuksia liikkumisen näkökulmasta, ja vastavuoroisesti viedään tietoa hankkeen tavoitteista ja tuloksista työelämään.
- Taukojumppasovelluksia hyödynnetään yhdessä hankkeessa aktiivisuuden lisäämiseksi myös työharjoittelujaksoilla.

## Lainauksia hankehakemuksista

**Hanke 1:** ”Opiskeluympäristöstä luodaan aktivoivampi ja liikkumaan motivoiva sekä opiskelutyöpäivinä, työelämässä oppimisen aikana sekä vapaa-ajalla. Hankkeen **toiminnasta ja tuloksista tiedotetaan** keskeisiä sidosryhmiä, opiskelijoita, henkilöstöä, työelämän yhteistyökumppaneita ja huoltajia.”

**Hanke 2:** ”Yhteistyö työelämän kanssa: **Etsitään pilottityöpaikat**, joiden kanssa suunnitellaan yhdessä liikkuvaa opiskelua myös työelämässä oppimisen yhteydessä. **Pyydetään työelämän edustajia oppilaitokseen kertomaan työkyvyn merkityksestä** ja kannustamaan opiskelijoita liikkumaan.”

**Hanke 3:** ”Aktiivinen työelämä yhteistyö puolestaan **nostaa esiin kunkin alan erityispiirteitä ja vaatimuksia liikkumisen näkökulmasta**, jolloin saadaan tervetullutta **vuoropuhelua** tärkeästä näkökulmasta työelämän ja oppilaitoksen välille. Viedään aktiivisesti tietoa hankkeen tavoitteista ja tuloksista työelämään ja laajennetaan yhteistyötä työelämän kanssa.”

**Hanke 4:** ”**Taukojumppasovellusten hyödyntäminen** aktiivisuuden lisäämiseksi ja aktiivisten taukojen merkittävyyden korostaminen lähi- ja etäopiskelussa sekä työharjoittelujaksoilla.”



**Likes**  
by jamk

# Liikkuva opiskelu -toiminnan jatkaminen ja vakiinnuttaminen

- Toiminnan vuosikello mainittiin yhdeksässä Liikkuva opiskelu –hankkeen hakemustekstissä (9/23), toiminnan vakiintuminen ja jatko seitsemässä hakemuksessa ja toiminnan kirjaaminen hyvinvointi- ja toimintasuunnitelmiin neljässä hakemuksessa.
- Vakiintuminen mainittiin seuraavilla tavoilla:
  - **liikuntacoachien työskenteleminen** tiiviisti eri toimipaikoissa sekä heidän antama tuki opettajille ja opiskeluhuoltohenkilöstölle toiminnan vakiinnuttamiseksi.
  - **vuosikello**, jonka avulla edistetään liikuntakulttuuriin sitoutumista ja sen myötä toiminnan vakiinnuttamista.
  - rohkea erilaisten tapahtumien kokeilu ja **pyrkimys vakiinnuttamaan toimivia ja osallistujia tavoittaneita tapahtumia.**
  - Liikuntatutor-toiminnan käynnistäminen ja **vakiinnuttaminen** osaksi opiskelijavaikuttamisen prosessia.

## Lainauksia hankehakemuksista

”Hankkeessa vahvistetaan Liikkuva opiskelu toiminnan vaikuttavuutta sekä **tehdään suunnitelma toiminnan vakiinnuttamiseksi osaksi kaupungin palvelurakenteita** jo vakiintuneiden Liikkuva päiväkotia ja Liikkuva koulu toiminnan lisäksi.”

”**Vuosikellon** tarkoituksena on luoda toimintakulttuurin muutosta koko oppilaitoksen väelle johtoryhmästä opiskelijoihin. Tämä edistää liikuntakulttuuriin sitoutumista ja sen myötä vakiinnuttamista.”

”Liikkuva opiskelu -toiminnan koordinointi ja vakiinnuttaminen: **Kirjaamme Liikkuva opiskelu -toiminnan** tavoitteet ja toimenpiteet eri toimintojemme tuloskortteihin ja suunnitelmiin.”



**Likes**  
by jamk

# Yhteenveto ja loppusanat

Kokonaisuutena hankkeet tukevat Liikkuva opiskelu -toiminnan valtakunnallisia vuoden 2023 tavoitteita. Hankesuunnitelmista löytyy toimenpiteitä opetuksen ja opiskelun toiminnallisuuden, fyysisesti aktiivisen elämäntavan, hyvinvoinnin lisäämisen sekä paikallaanolon vähentämisen näkökulmasta.

Henkilöstön ja opiskelijoiden osallisuuden vahvistaminen korostuu hakemuksissa samoin kuin yhteisöllisyyden lisääminen. Työelämän kanssa tehtävä yhteistyö ja liikkumisen lisääminen esimerkiksi osana TEO-jaksoja on kirjattu ainoastaan neljässä hakemuksessa. Tulevaisuudessa Työkykypassin käyttöä tulisi lisätä osana liikkumista edistävää toimintaa osana opetusta.

Opiskeluhuollon kanssa tehtävä yhteistyö on kirjattu 15 hakemuksessa, mutta uuden opiskeluhoitolainsäädännön näkökulmasta sekä rakenteiden kehittämisen näkökulmasta sen osuus on vähäinen. Erityisesti yhteistyötä opiskeluhuollon kanssa pitäisi lisätä osana Liikkuva opiskelu -toimintaa ja sen kehittämistä. Hankkeiden vahvuutena on se, että opiskeluhuollon kanssa tehtävän yhteistyön avulla tarjotaan tukea erityisesti vähemmän liikkuville opiskelijoille.

Nykytilan arviointi kehittämisen työkaluna jää maininnoissa vähäiseksi ja sen merkitystä on tulevaisuudessa syytä korostaa. Vakiinnuttamisen näkökulmasta Liikkuva opiskelu -toiminta tulisi sitoa osaksi opiskeluhoitosuunnitelmaa.

**Pekka Tiitinen**

Johtava asiantuntija

Liikkuva opiskelu -ohjelma



**Likes**  
by jamk

