

Move! -mittaustulokset, syksy 2024

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 kykyä liikkua omin voimin, harrastaa ja huolehtia päivittäisistä toimista. Fyysinen toimintakyky vaikuttaa ratkaisevasti lapsen päivittäiseen hyvinvointiin ja terveyteen.

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.

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

Hartolan Yhtenäiskoulun Move-mittauksiin syksyllä 2024 osallistui 5. luokalta yhteensä 19 ja 8. luokalta yhteensä 15 oppilasta. Vuonna 2023 osallistuneita oli vähemmän, sukupuolten välillä oli merkittäviä eroja osallistujien määrässä, ja kaikki osallistuneet eivät suorittaneet kaikkia mittausten testejä, mikä heikensi tulosten hyödyntämistä ja luotettavuutta. Vuonna 2024 tilanne oli näiden osalta paljon tasaisempi.

Hartolalaisten osalta parhaat tulokset tulivat liikkuvuutta mittaavista testeistä, jotka olivat useilla osallistuneista 5. ja 8. luokkalaisista hyvällä tasolla.

5. luokkalaisten tuloksista on saatavilla kokonaistulos, summaindikaattori, jonka mukaan 73,7 % osallistujista oli heikko fyysinen toimintakyky (Päijät-Hämeessä 38,2 % ja koko maassa 35,8 %). Kehityssuunta näyttäisi kuitenkin positiiviselta, sillä vuonna 2023 83,3 % ja vuonna 2022 90,9 % oli heikko fyysinen toimintakyky. Liikkuvuutta lukuun ottamatta 5. luokkalaisten muut tulokset olivat pojilla jokaisessa testissä keskimäärin terveyttä kuluttavalla tasolla, ja tytöillä terveyttä kuluttavalla tai ylläpitävällä tasolla. Heikkoja tuloksia tuli varsinkin kestävyyttä ja liikkumistaitoja sekä keskivartalon ja ylävartalon voimaa mittaavista testeistä. Tytöillä terveyttä ylläpitävällä tasolla ja samalla koko maan tasolla olivat vauhditon 5-loikka, joka mittaa alaraajojen voimaa, nopeutta, dynaamista tasapainoa ja liikkumistaitoja, sekä heitto-kiinniottoyhdistelmä, joka mittaa käsittelytaitoja, havaintomotorisia taitoja ja ylävartalon voimaa.

8. luokkalaisten tuloksista summaindikaattoria ei valitettavasti ole saatavilla. 8. luokkalaisten tuloksista suuri osa oli terveyttä ylläpitävällä tasolla. Hyviä, terveyttä edistävällä tasolla olevia tuloksia tuli liikkuvuuden lisäksi tyttöjen keskivartalon voimasta sekä pojilla käsittelytaitoja, havaintomotorisia taitoja ja ylävartalon voimaa mittaavasta heitto-kiinniottoyhdistelmätestistä. Heikkoja tuloksia terveyden kannalta ja koko maan tuloksiin verrattuna tuli pojilla keskivartalon voimaa ja ylävartalon voimaa mittaavista testeistä (ylävartalon kohotus sekä punnerrus).

Vuoteen 2023 verrattuna tulokset olivat 5. lk pojilla keskimäärin heikommat, mutta muutoin kokonaistulos oli hieman parantunut. Tulokset 8. lk pojilla olivat heikommat lihaskuntoa mittaavien testien osalta. Muutoin ei ollut nähtävissä selviä muutoksia. Vertailun luotettavuutta haastaa vuoden 2023 pieni osallistujamäärä.