

## Move-testit 2023

HYVOLTK 17.01.2024 § 8  
7/12.09/2024

Fyysisen toimintakyvyn Move!-mittaukset ovat osa 5.- ja 8.-luokkalaisten liikunnan opetusta. Mittaukset koostuvat kuudesta osiosta, jotka mittaavat kestävyys- ja lihaskuntoa, liikkuvuutta sekä motorisia taitoja. Move!-n tavoitteena on kannustaa ja tukea lapsia ja nuoria omasta fyysisestä toimintakyvystä huolehtimisessa. Move!-mittaustietoa hyödynnetään koulujen liikuntakasvatuksessa, oppilaiden laajoissa terveystarkastuksissa sekä tiedolla johtamisen työkaluna valtakunnallisesti ja alueellisesti. Mittaustuloksia ei käytetä oppilaan arvioinnin perusteena.

Syksyn 2023 valtakunnallisessa Move!-tiedonkeruussa raportoitiin yhteensä yli 111 000 oppilaan mittaustulokset. Move!-mittausten perusteella 5.- ja 8.-luokkalaisten fyysisen toimintakyvyn lasku on tasaantunut ja jopa osin kääntynyt nousuun valtakunnallisesti. Pojista yhä harvemmillä oli alhainen fyysinen toimintakyky, ja poikien kestävyyskunto sekä liikkuvuus ovat parantuneet. Tyttöjen tulokset ovat pysyneet ennallaan tai hieman parantuneet viime vuodesta. Edelleen kuitenkin 5.- ja 8.-luokan oppilaista reilulla 38 %:lla fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla.

Fyysisen toimintakyvyn alueelliset erot ovat edelleen merkittäviä 5.- ja 8.-luokkalaisilla. Tiheämmin asutuilla kaupunkiseuduilla toimintakyky on selkeästi parempi kuin harvaan asutuilla alueilla. Länsi-Uudenmaan, Pirkanmaan, Pohjois-Pohjanmaan ja Keski-Suomen hyvinvointialueilla sekä Helsingin kaupungissa fyysisen toimintakyvyn kokonaistulokset olivat valtakunnallisia tuloksia parempia. Keski-Pohjanmaan, Lapin, Kymenlaakson, Satakunnan ja Kainuun hyvinvointialueiden tulokset olivat valtakunnallisia tuloksia heikompia.

Move!-järjestelmässä mitataan oppilaiden fyysisiä ominaisuuksia eli kestävyyttä, nopeutta, voimaa ja liikkuvuutta. Lisäksi mitataan motorisia perustaitoja ja havaintomotorisia taitoja. Tulokset raportoidaan 5.- ja 8.-luokkalaisten tyttöjen ja poikien ryhmissä. Raportissa esitellään prosenttiosuuksia eri viitearvoluokkiin kuuluvista oppilaista, mediaanituloksia sekä tulosten jakaumaa.

Move!-tulokset jaetaan kolmeen tulosluokkaan, joita kuvataan kolmella erilaisella hymynaamalla.

. Ylimmässä tulosluokassa mittaustulos on terveyttä ja hyvinvointia edistävällä tasolla. Oppilaan fyysinen toimintakyky edistää hänen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan.

. Keskimmaisessä tulosluokassa mittaustulos on terveyttä ja hyvinvointia ylläpitävällä tasolla. Oppilaan fyysinen toimintakyky ylläpitää hänen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan.

. Alimmassa tuloluokassa mittaustulos on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla. Oppilaalla voi olla vaikeuksia selviytyä väsymättä arkipäivän toiminnoista.

## Tulosten yhteenveto: Asikkala Sammandrag över resultat: Asikkala



| OSIO<br>AVSNITT  | 5. luokka / 5. klass |                 | 8. luokka / 8. klass |                 |
|--|----------------------|-----------------|----------------------|-----------------|
|  | Pojat / Pojkar       | Tytöt / Flickor | Pojat / Pojkar       | Tytöt / Flickor |
| 20 metrin viivajuoksu (mediaani, min:sek)<br>20 meters skyttellöpfung (median, min:sek)<br>Muutos / Förändring (2022—2023)   | 04:16<br>+00:07      | 02:56<br>-01:44 | 04:12<br>-01:16      | 03:30<br>-00:28 |
| Vauhditon 5-loikka (mediaani, metriä)<br>5-steg utan ansats (median, meter)<br>Muutos / Förändring (2022—2023)               | 7.90<br>-0.05        | 8.10<br>+0.1    | 9.40<br>-0.3         | 8.80<br>+0.43   |
| Heitto-kiinnittöyhdistelmä (mediaani, krt)<br>Kast med lyra (median, antal)<br>Muutos / Förändring (2022—2023)               | 13.5<br>+1           | 13<br>+1        | 14<br>-2             | 15<br>+2        |
| Ylävartalon kohotus (mediaani, krt)<br>Höjning av överkroppen (median, antal)<br>Muutos / Förändring (2022—2023)             | 75<br>+33            | 75<br>+37       | 27<br>-19            | 23.5<br>-10     |
| Etunojapunnerrus (mediaani, krt)<br>Armpress (median, antal)<br>Muutos / Förändring (2022—2023)                              | 25.5<br>+11.5        | 29<br>+4        | 20<br>-2             | 19<br>-6        |
| Liikkuvuus, yhteensä (keskiarvo %, kyllä)<br>Kroppens rörlighet totalt (medelvärde %, ja)<br>Muutos / Förändring (2022—2023) | 89.5<br>+3.6         | 88.2<br>-6.1    | 82.1<br>-0.7         | 93.3<br>+11.5   |

### Johtopäätöksiä

Viidesluokkalaisten ylävartalon kohotuksen osalta kyseessä on mittausvirhe. Suoritustekniikan seurannassa oli vääränlainen tulkinta.

1. Move testit ovat osa jokavuotista fyysisen toimintakyvyn arviointikokonaisuutta ja siihen tullaan harjoittelemaan kouluissa ennakoivasti jo edellisten vuosien aikana.
2. Varhaiskasvatuksessa tehdään vuosittain havaintomotoriset testit lapsille ja tuetaan perheitä ja lapsia liikunnalliseen elämäntapaan.
3. Testitapahtuma pyritään tekemään vuosittain mahdollisimman samalla tavalla ja samoja arviointikriteereitä toteuttaen, liikuntapalveluiden henkilöstö on koulujen tukena sovitusti.
4. Tulosten hyödyntäminen ja toimenpiteet
  - **Oppilas ja perhe**  
Oppilas saa tietoa ja palautetta omasta fyysisestä toimintakyvystään sekä kannustusta ja vinkkejä sen kehittämiseen. Huoltajat saavat tietoa lapsensa fyysisen toimintakyvyn tilasta sekä siitä, mihin asioihin heidän tulisi kiinnittää huomiota.
  - **Kouluterveydenhuolto**  
Kouluterveydenhoitajat ja -lääkärit saavat tietoa oppilaan fyysisestä toimintakyvystä. He voivat hyödyntää tietoa laajoissa terveystarkastuksissa, joissa keskustellaan lapsen jaksamisesta, hyvinvoinnista ja oppimista tukevista tai haittaavista tekijöistä.

Move!-mittaustulokset siirretään kouluterveydenhuollon käyttöön oppilaan huoltajan luvalla.

- **Opettajat ja koulu yhteisö**

Opettajat ja koulu saavat tietoa siitä, mihin fyysisen toimintakyvyn osa-alueisiin voidaan kiinnittää huomiota opetuksen suunnittelussa. Tuloksia voidaan käsitellä esimerkiksi vanhempainilloissa sekä osana eri oppiaineiden opetusta, monialaisia oppimiskokonaisuuksia ja laaja-alaista osaamista. Tukea tarvitseville oppilaille voidaan tarjota esimerkiksi kerhotoimintaa tai muita tukimuotoja fyysisen toimintakyvyn kehittämiseen.

- **Valtakunta, kunta ja maakunta**

Move!-mittaukset tuottavat tietoa valtakunnan, kunnan ja maakunnan tasolla päätöksentekijöille. Tiedon avulla voidaan kehittää ja seurata kansallista liikunta- ja terveystilaa sekä kuntien terveyttä edistäviä toimenpiteitä.

- **Kunnan liikuntapalvelut**

Liikuntaneuvonta sitä tarvitseville, olosuhteet ovat kattavat ja houkuttelevat liikkumiseen. Yhteistyö paikallisten ja alueellisten seurojen kanssa.

Asikkalassa on lisäksi käynnistetty koulu PT toiminta hankerahoituksen kautta.



Lisätietoa Move testeistä ja tuloksista [Move! | Opetushallitus \(oph.fi\)](https://oph.fi)

Valmistelija

Hyvinvointijohtaja Matti Kettunen  
puh. 044 778 0247, sähköposti: etunimi.sukunimi(a)asikkala.fi

|               |   |
|---------------|---|
| Esittelijä    | Hyvinvointijohtaja Kettunen Matti   |
| Päätösehdotus | Hyvinvointilautakunta merkitsee tiedoksi ja toimittaa aineiston kasvatus- ja opetuslautakunnalle. |
| Päätös        | Ehdotus hyväksyttiin.   |