



# LISÄÄ VIIHTYVYYTTÄ JA OPPIMISTA



**Henkilöstön kokemuksia liikkumisen edistämisestä  
toisen asteen oppilaitoksissa**

## **Päätulokset:**

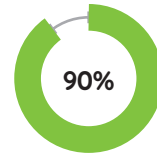
- Toisen asteen oppilaitoksissa asenneilmapiiri liikkumisen lisäämistä kohtaan on erittäin myönteinen.
- Valtaosa vastaajista kokee opiskelupäivän aktivoiminnan tarpeelliseksi.
- Vastaajia huolestuttaa opiskelijoiden tuleva työkyky.
- Valtaosa vastaajista lukioissa ja noin puolet ammatillisissa oppilaitoksissa on sitä mieltä, että johto tukee Liikkuva opiskelu -toimintaa.
- Yli puolet vastaajista kokee toiminnan edistävän henkilöstön hyvinvointia.
- Viidennes lukion ja 7 % ammatillisten oppilaitosten vastaajista kokee toiminnan lisäävän henkilöstön työtaakkaa.

## OPPILAITOS LIIKKUMISEN MAHDOLLISTAJANA

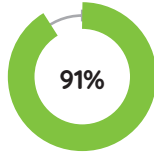
Liikkuminen opiskelupäivän aikana edistää viihtyvyyttä oppilaitoksessa



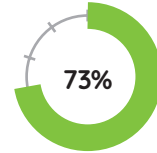
Opiskelupäivän aktivointi on tarpeellista



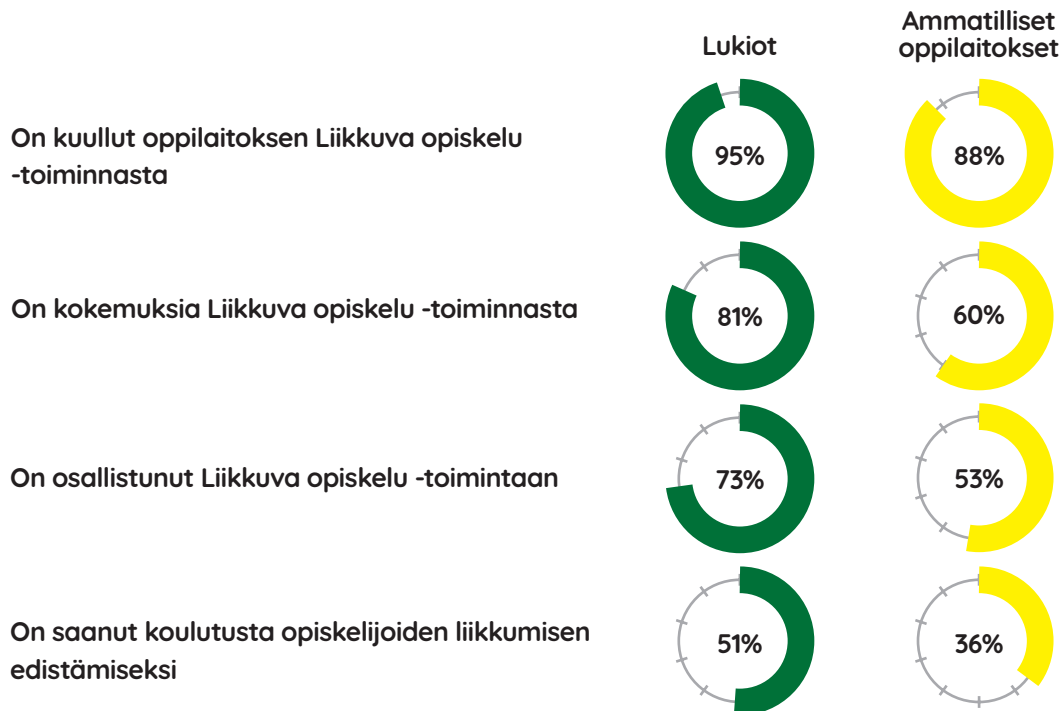
Liikkuminen opiskelupäivän aikana edistää opiskelijoiden oppimista



Olen huolissani opiskelijoiden tulevasta työkyvystä



## TIETOISUUS JA OSALLISTUMINEN



”Se on yksi vaikuttavimmista hankkeista, joissa koulumme on viimeisen kymmenen vuoden aikana ollut mukana. Liikkuva opiskelu -hanke näkyy suoraan opiskelijoiden arjessa, mikä on erinomainen asia.”

## KOKEMUKSET



”Kun on iltapäivä tai loppuviikko, pyydän usein opiskelijoita nousemaan seisomaan oman korkeussäädettävän työpöytänsä ääreen. Opetan ainetta, jossa tehtävien tekeminen vaatii keskittymistä. Keskittyminen paranee usein, kun opiskelijat nousevat seisomaan.”

## OPETUSYMPÄRISTÖT

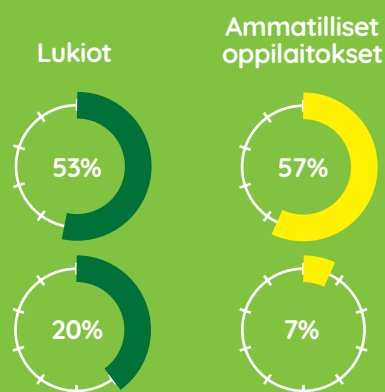


ulkoilu jumppapallot taukojumppat  
*tilaratkaisut* Seppo-peli taukojumppa  
työtilat maasto-opetus  
LEUANVETOTANGOT TYÖTAVAT satulatuolit  
tauot kalusteet *seisomapöydät* tatti-  
tuolit  
TYÖSKENTELYASENNOT urheiluvälineet  
asian huomioiminen tasapainolaudat  
VÄLINEIDEN HAKEMINEN jumppapallo

## HYVINVOINTI TYÖSSÄ

Liikkuva opiskelu -toiminta edistää henkilöstön hyvinvointia

Liikkuva opiskelu -toiminta lisää henkilöstön työtaakkaa



”Liikkuva opiskelu -projektimme on mahdollistanut opiskelijoille ja henkilöstölle paitsi liikkumishetkiä niin tuonut myös yhteisöllisyyttä ja hyvää fiilistä oppilaitokseemme!”

### Tutkimuksen aineisto ja menetelmät

- Liikkuva opiskelu -kysely toisen asteen oppilaitosten henkilöstölle keväällä 2018, kun oppilaitokset olivat kehittäneet hankkeissa toimintaa 8 kuukautta.
- Kyselyyn vastasi 572 henkilöä, joista 66 % oli naisia ja 32 % miehiä.
- Vastaajien määrä toimenkuvan mukaan:
  - oppilaitoksen johto tai rehtori 17
  - hallintohenkilö 38
  - opetushenkilö 472
  - opiskeluterveydenhuolto 8
  - muussa asemassa 37.
- Vastaajista 60 % työskenteli lukioissa ja 40 % ammatillisissa oppilaitoksissa.
- Vastaajia 26:sta lukiosta ja 18:sta ammatillisesta oppilaitoksesta.
- Tiivistelmässä raportoidaan väittämistä samaa mieltä olevien osuudet.

Viittaus: Katariina Kämppi, Virpi Inkinen, Johanna Kujala, Tuija Tammelin ja Kaarlo Laine. Lisää viihtyvyyttä ja oppimista. Henkilöstön kokemuksia liikkumisen edistämisestä toisen asteen oppilaitoksissa. LIKES-tutkimuskeskus. 2018.

Esitys ppt-muodossa: [www.slideshare.net/likesresearchcenter](http://www.slideshare.net/likesresearchcenter)

### Liikkuva opiskelu -toiminnan tavoitteena on lisätä opiskelijoiden fyysistä aktiivisuutta ja opiskelukykyä

- kehittämällä aktiivisuutta tukevaa toimintakulttuuria oppilaitoksissa
- lisäämällä opiskelupäiviin liikettä ja liikkumisen mahdollisuuksia
- lisäämällä yhteistyötä eri toimijoiden välillä.

Liikkuva opiskelu -toiminta on osa Liikkuva koulu -ohjelmaa.

Liikkuva koulu on yksi hallituksen osaamisen ja koulutuksen kärki-hankkeista. Lisätietoja: [www.liikkuvaopiskelu.fi](http://www.liikkuvaopiskelu.fi)



Opetus- ja kulttuuriministeriö



OPETUSHALLITUS  
UTBILDNINGSTYRELSEN



LIIKKUVA KOULU  
skolan i rörelse