

Tietoa 5.- ja 8.-luokkalaisten huoltajille Move!-mittauksista

Tässä infossa kerromme teille lyhyesti fyysisen toimintakyvyn Move!-mittauksista, jotka järjestetään lapsenne koulussa kuluvan syyslukukauden aikana.

Mikä on Move!-mittaus?

Fyysisen toimintakyvyn Move!-mittaukset kuuluvat 5. ja 8. luokan opetussuunnitelmiin. Move! mittaa fyysisiä ominaisuuksia, kuten kestävyyttä, voimaa, nopeutta ja liikkuvuutta sekä tasapaino- ja välineenkäsittelytaitoja. Nämä taidot ja ominaisuudet vaikuttavat lapsen ja nuoren hyvinvointiin, terveyteen ja kykyyn liikkua, harrastaa ja toimia arjessa. Mittauksissa ei ole kyse testistä tai kilpailusta, eikä tuloksia käytetä oppilaan oppimisen arviointiin liikunnassa. Moven tarkoituksena on kannustaa oppilasta ja perhettä fyysisestä toimintakyvystä huolehtimiseen.

Move!-mittausten toteutus ja huoltajien rooli

Ennen mittauksia:

Huoltajien rooli lapsensa liikkumiseen kannustamisessa ja mittauksiin valmistautumisessa on tärkeä. Mittauksista positiiviseen sävyyn puhuminen vaikuttaa myös lapsen suhtautumiseen.

Mittauksia voi harjoitella etukäteen. Move!-materiaalit ovat katsottavissa täältä <https://www.oph.fi/fi/move>. Lisäksi internetissä on paljon hyödyllistä materiaalia, kuten [info-video](#) Move!sta.

Mittaukset syyslukukaudella osana liikunnanopetusta:

Mittaukset suoritetaan koulun liikuntatunnilla syyskuun loppuun mennessä. Jos lapsellanne on sairaus tai vamma, joka on otettava mittaustilanteessa huomioon, informoittehan siitä opettajaa. Mittaustilanteessa noudatetaan koululiikuntaa ja fyysistä harjoittelua koskevia terveydentilaan liittyviä ohjeistuksia.

Mittausten jälkeen:

Oppilas tuo paperisen tuloslomakkeensa kotiin huoltajien nähtäväksi. Tuloksista ja mittauskokemuksesta on hyvä keskustella lapsen kanssa kannustavasti. Helsinki on laatinut huoltajille [Anna arjen liikuttaa - esitteen](#), joka rohkaisee liikkumisen lisäämiseen osana arkea. Liikuntaharrastusten ja koulun liikuntatuntien lisäksi liikkuminen on paljon muutakin: Kouluun tai harrastuksiin voi kulkea jalan tai pyörällä, hissien sijaan voi valita portaat ja vapaa-ajalla voi ulkoilla ja liikkua luonnossa ja lähiympäristössä. Helsingin kaupungin tarjoamiin liikkumismahdollisuuksiin voi tutustua osoitteessa [helsinki.fi](https://helsinki.fi/koulu).

Oppilaskohtaiset mittaustulokset siirretään huoltajan luvalla kouluterveydenhuoltoon, jossa niitä hyödynnetään osana 5. ja 8. luokan laajaa terveystarkastusta. Lupa tiedonsiirtoon perustuu huoltajan Wilmassa antamaan suostumukseen.

Koulu syöttää oppilaiden mittaustulokset ilman tunnistetietoja valtakunnalliseen tietojärjestelmään. Tulokset kootaan kouluittain, kunnittain, maakunnittain ja valtakunnallisesti eri toimijoiden käyttöön ja liikkumisen edistämistoimenpiteiden tueksi. Yksittäisen oppilaan tiedot eivät ole tunnistettavissa raporteista.

Kysely oppilaille Move!-mittauksista

Move!-mittausten kehittämistä varten 5. ja 8. luokan oppilaille toteutetaan mittausten jälkeen elo-syyskuulla kysely. Kyselyyn vastaaminen on oppilaalle vapaaehtoista. Kyselyllä kartoitetaan oppilaiden näkemyksiä Move!sta ja siihen vastataan sähköisesti koulupäivän aikana. Kysely toteutetaan ilman tunnistetietoja, ja sen tulokset tulevat Helsingin kaupungin sisäiseen käyttöön kehittämistyön tueksi. Lisätietoja antaa tarvittaessa projektipäällikkö Hanna Kietäväinen-Sirén (hanna.kietavainen-siren@hel.fi).

Lisätietoa:

MOVE!-mittauksia koskevia kysymyksiä, kommentteja ja palautetta voi lähettää osoitteeseen kasko.move@hel.fi.