



**MOVE!**

**& KOULUTERVEYDENHUOLTO**

# SISÄLLYSLUETTELO

<b>JOHDANTO .....</b>	<b>3</b>
<b>MOVE!.....</b>	<b>5</b>
<b>MOVE! JA OPISKELUHUOLTO.....</b>	<b>6</b>
YHTEISÖLLINEN OPISKELUHUOLTO .....	6
YKSILÖKOHTAINEN OPISKELUHUOLTO .....	6
<b>LAAJA TERVEYSTARKASTUS.....</b>	<b>7</b>
<b>MOVE! – OSA KOULUTERVEYDENHUOLTOA .....</b>	<b>8</b>
<b>ENNEN MOVE!- MITTAUKSIA.....</b>	<b>10</b>
KOULUTERVEYDENHOITAJA JA -LÄÄKÄRI .....	11
KOULUTERVEYDENHOITAJA JA OPETTAJA .....	11
<b>MOVE!-MITTAUSTEN AIKANA .....</b>	<b>12</b>
<b>MOVE!-MITTAUSTEN JÄLKEEN .....</b>	<b>13</b>
Ohjeet huoltajille .....	19
Ohjeet opettajalle.....	20
Ohjeet kouluterveydenhuoltoon.....	21
Milloin huolta 1/2.....	23
Milloin huolta 2/2.....	25
Move! yhteisöllisessä opiskeluhuoltotyössä.....	26
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>29</b>

Julkaisija  
Vantaan kaupunki  
Tekstit Eva Autio  
Kuvat Sakari Manninen, s.7 Joel Haapamäki



# JOHDANTO

Vantaan perusopetuksessa on osana Opetushallituksen rahoittamaa #paraskoulu-hanketta laadittu lukuvuonna 2019–20 toimintamalli sujuvasta Move!-prosessista.

Toimintamallin sisällön suunnittelussa on hyödynnetty muun muassa opettajilta ja kouluterveydenhoitajilta saatua palautetta.

Mallin sisältö on jaettu kolmeen osaan: Ennen Move!-mittauksia, Move!-mittaukset ja Move!-mittausten jälkeen.

Laadittu toimintamalli on koottu sähköiseksi käsikirjaksi ja lisäksi materiaalit löytyvät myös suomenkielisen perusopetuksen intrasta. Toimintamalliin sisältyy opettajille tarkoitetun pedagogisen ohjeistuksen lisäksi myös opiskeluhuoltoa ja kouluterveydenhuoltoa koskevat sisällöt.

Tässä käsikirjassa kuvataan tarkemmin Move!-mittaukset osana kouluterveydenhuoltoa. Käsikirjan alussa kuvataan lyhyesti Move!-järjestelmän taustaa ja yhtymäkohtia kouluterveydenhuollon laajoihin terveystarkastuksiin sekä kouluterveydenhuollon palveluja osana yksilökohtaista ja yhteisöllistä opiskeluhuoltoa. Käsikirjan sisältö etenee kronologisessa järjestyksessä Move!-mittausten ja terveystarkastusten yhteisen suunnittelun ja toteutuksen kautta Move!-tulosten hyödynnettävyyteen yksittäisen oppilaan ja koko kouluyhteisön hyvinvoinnin tukemisessa.

Kouluterveydenhoitajan ja -lääkärin on hyvä perehtyä tämän käsikirjan lisäksi intrasta löytyvään Move!-materiaalin sekä osallistua uusille opetustoimen ja kouluterveydenhuollon työntekijöille järjestettävään Move!-videokoulutukseen.

Move!-tulosten hyödyntäminen kouluterveydenhuollossa edellyttää yhteisesti sovittua toimintatapaa ja tiivistä yhteistyötä opettajien kanssa. 5. ja 8. luokalla tehtävät laajat terveystarkastukset tarjoavat mahdollisuuden pohtia yhdessä oppilaan ja huoltajan kanssa koko perheen liikuntatottumuksia ja motivoida terveyttä ylläpitävään liikunnalliseen elämäntapaan.



# **MOVE!**

## **Pedagoginen työkalu**

Move!-mittauksista on linjattu sekä 3-6 luokkien että 7-9 luokkien liikuntaoppiaineeseen opetussuunnitelman perusteisiin seuraavasti: Valtakunnallisen fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä Move!-mittaukset tehdään niin, että ne tukevat 5. / 8. vuosiluokalla koulussa järjestettäviä laajoja terveystarkastuksia.

## **Tiedonkeruumenetelmä**

Mittaukset tuottavat tietoa kunnille ja valtionhallintoon lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn nykytilasta ja kehityksestä. Tiedot syötetään valtakunnalliseen tiedonkeruujärjestelmään, josta opetus- ja kulttuuriministeriö kokoaa anonyymit tiedot ja toimittaa maksuttomat raportit kunnille ja kouluille.

## **Yksilöllisen terveysneuvonnan tuki**

Kouluterveydenhuollon laajaan terveystarkastukseen 5. ja 8. luokalla sisältyy arvio oppilaan fyysisestä toimintakyvystä. Move! mittaustulos antaa tietoa oppilaan tilanteesta terveysneuvontaa varten.

# MOVE! JA OPISKELUHUOLTO

Opiskeluhoolto on oppilaan hyvän oppimisen, fyysisen ja psyykkisen terveyden sekä sosiaalisen hyvinvoinnin edistämistä, ylläpitämistä ja niiden edellytyksiä lisäävää toimintaa kouluuyhteisössä.

Opiskeluhoolto on yhteisöllistä kaikille kuuluvaa ehkäisevää työtä ja yksiokoista tukea antavaa ja ehkäisevää työtä, jota opiskeluhooltopalvelut toteuttavat.

## YHTEISÖLLINEN OPISKELUHUOLTO

- edistää ja kehittää koko kouluuyhteisön hyvinvointia
- toteutus kuuluu kaikille
- yhteisöllinen opiskeluhooltoryhmä vastaa hyvinvointityön järjestämisestä

## YKSILÖKOHTAINEN OPISKELUHUOLTO

- vapaaehtoista, suostumukseen perustuvaa
- opiskeluhoollon palvelut (kuraattorin, psykologin, kouluterveydenhuollon palvelut)
- monialainen asiantuntijaryhmä

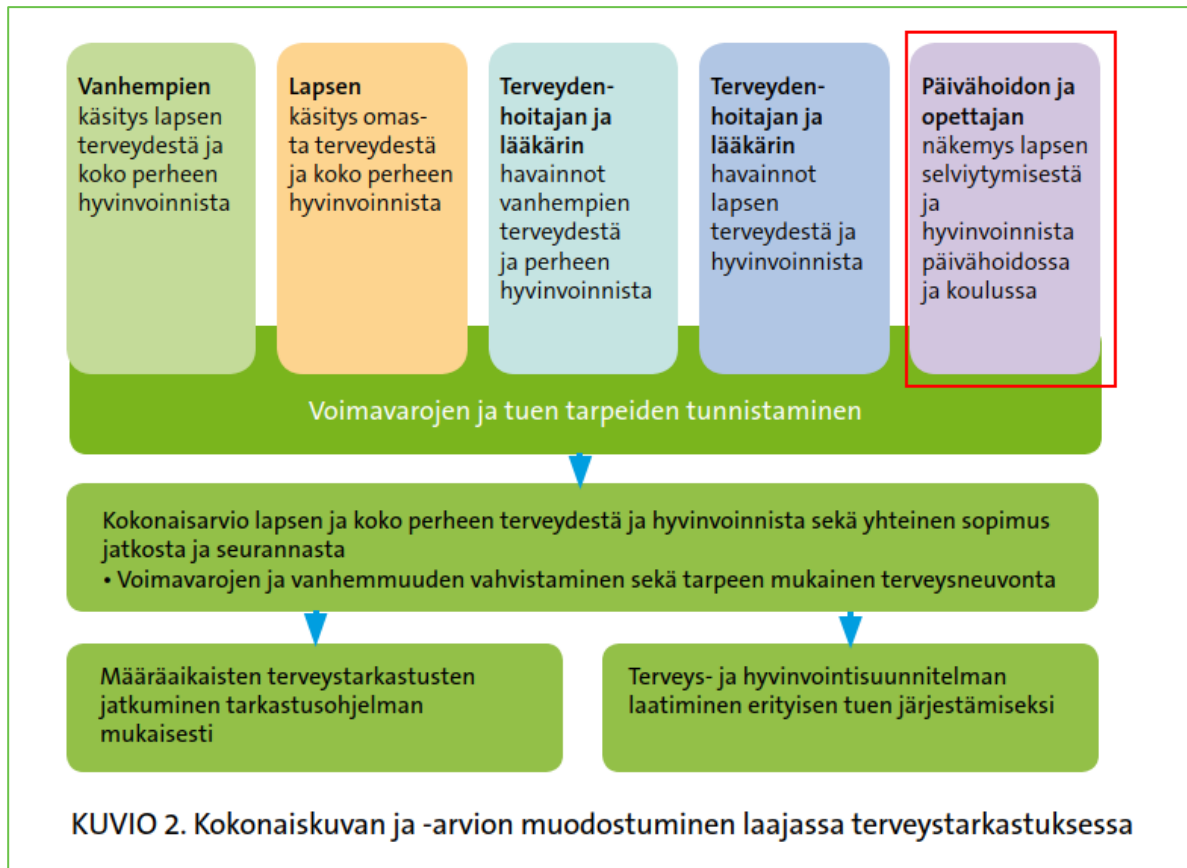
Lähde: Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013

# LAAJA TERVEYSTARKASTUS

Laajalla terveystarkastuksella tarkoitetaan kouluterveydenhuollossa 1., 5. ja 8. luokalla tehtävää tarkastusta,

- johon osallistuvat oppilas ja molemmat vanhemmat tai ainakin toinen heistä (tarkastus ei ole laaja, jos vanhempi ei ole mukana)
- jossa käsitellään oppilaan, vanhempien ja koko perheen terveyttä ja hyvinvointia ja niihin vaikuttavia tekijöitä
- jonka tekee terveydenhoitaja yhteistyössä lääkärin kanssa (voi olla kaksi erillistä tapaamista tai yksi yhteistapaaminen)
- johon sisältyy huoltajan kirjallisella suostumuksella opettajan tai luokanvalvojan/ryhmänohjaajan arvio oppilaan selviytymisestä ja hyvinvoinnista koulussa
- joka toteutetaan hyvässä vuorovaikutuksessa ja toimivassa yhteistyössä perheen ja työntekijöiden kesken





Lähde: Laaja terveystarkastus – ohjeistus äitiys- ja lastenneuvolatoimintaan sekä kouluterveydenhuoltoon THL Opas 2012/20

## **MOVE! – OSA KOULUTERVEYDENHUOLTOA**

### **Taustaa**

Kouluterveydenhuoltoa ohjaavan asetuksen (338/2011) mukaan terveysneuvonnan (15§) on tuettava ja edistettävä oppilaan ja opiskelijan itsenäistymistä, terveellisiä elämäntapoja sekä hyvää fyysistä toimintakykyä ja mielenterveyttä sekä ehkäistävä koulukiusaamista. Asetuksen mukaiseen laajaan terveystarkastukseen sisältyy muun muassa lapsen ja nuoren fyysisen toimintakyvyn arvio.



Samanaikaisesti terveystarkastusten sisältöä määrittävän ohjeistuksen kanssa opetushallinnossa kehitettiin valtakunnallinen fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä vuosiluokkien 5 ja 8 oppilaille. Move!-mittaukset on kirjattu liikunnan opetussuunnitelman perusteisiin siten, että ne tukevat 5. ja 8. luokalla järjestettäviä laajoja terveystarkastuksia.

Kouluterveydenhuollolla ja Move!-mittauksilla on yhteinen tavoite: kannustaa ja motivoida lapsia, nuoria ja perheitä terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikunnalliseen elämäntapaan.

## **Move! ja laaja terveystarkastus**

Laajoissa terveystarkastuksissa selvitetään oppilaan fyysinen toimintakyky. Move!-mittaukset antavat ajantasaista **tietoa yksittäisen oppilaan tilanteesta** kouluterveydenhuollon laajoihin terveystarkastuksiin.

Yksilöllinen terveysneuvonta = yksilökohtainen opiskeluhoito

Move! -mittausten **luokka- ja koulukohtaiset yhteenvedot** antavat tietoa koko koulun liikunnallisuudesta. Tulokset käsitellään Move! - vuosikellon mukaisesti yhteisöllisessä opiskeluhoitoryhmässä

Liikunnallisuus kouluyhteisössä = yhteisöllinen opiskeluhoito

## **ENNEN MOVE!- MITTAUKSIA**

Kouluterveydenhoitajan ja opettajan väliselle yhteistyölle kannattaa varata riittävästi aikaa. Kouluterveydenhoitajan ja opettajan on hyvä informoida toisiaan **Move!-mittausten ja laajojen terveystarkastusten ajankohdista** ja aikatauluttaa ne mahdollisuuksien mukaan yhteensopivaksi. Lisäksi on sovittava **huoltajien informoinnista**: opettaja tiedottaa Move!-mittauksista ja kouluterveydenhoitaja laajoista terveystarkastuksista.

Ennen Move!-mittauksia on hyvä sopia laajojen terveystarkastusten huoltajien kyselylomakkeen toimittamisesta huoltajille ja lomakkeiden palauttamisesta kouluterveydenhuoltoon. Lisäksi opettajan ja kouluterveydenhoitajan on tärkeää sopia **Move!-tulosten tiedonsiirrosta** kouluterveydenhuoltoon ja varmistaa sujuva käytäntö miten huoltajan suostumus kysytään, mihin tieto kirjataan ja miten tieto siirtyy kouluterveydenhuoltoon.

Kouluterveydenhoitajan ja opettajan välisessä tiedonsiirrossa on hyvä varmistaa myös, että opettajalla on tarvittava tieto oppilaan liikuntaan vaikuttavista sairauksista. Ennen Move!-mittauksia on tarkistettava, että oppilaan ja huoltajien mittaukseen liittyviin kysymyksiin ja huoliin on vastattu ja annettu tarvittaessa lisätietoja

## Tarkistuslista

### KOULUTERVEYDENHOITAJA JA -LÄÄKÄRI

#### perehtyvät:

- Move!- materiaaliin (intra)
- erityisesti oma osuus terveydentilaan liittyvistä rajoitteista

#### osallistuvat:

- tarvittaessa (uudet työntekijät) kevätlukukaudella järjestettävään Move! - koulutukseen

### KOULUTERVEYDENHOITAJA JA OPETTAJA

#### sopivat:

- Move! -mittausten ja laajojen terveystarkastusten ajankohdat
- huoltajien informoinnin ajankohdat:
  - tiedote Move! mittauksista (opettaja)
  - tiedote laajoista terveystarkastuksista (terveydenhoitaja)
- laajojen terveystarkastusten huoltajien kyselylomakkeen toimittamisesta huoltajille ja lomakkeiden palauttamisesta kouluterveydenhuoltoon
- Move!- tulosten tiedonsiirron kouluterveydenhuoltoon

#### varmistavat, että

- opettajalla on tarvittava tieto oppilaan liikuntaan vaikuttavista sairauksista
- oppilaan ja huoltajien mittaukseen liittyviin kysymyksiin ja huoliin on vastattu ja annettu tarvittaessa lisätietoja

# MOVE!-MITTAUSTEN AIKANA

Move!-mittaukset sisältyvät opetussuunnitelman mukaisesti liikuntaoppiaineen sisältöön ja opettajan vastaa Move!-mittausten toteuttamisesta koulupäivän aikana. Mittausten aikana saattaa ilmetä huolta oppilaan hyvinvoinnista: esimerkiksi oppilaalle tulee mittaustilanteessa ei-akuuttia fyysistä tai psyykkistä oireilua. Tällöin opettajan on hyvä keskustella oppilaan kanssa ja olla tarvittaessa yhteydessä oppilaan huoltajaan.

Mittausten ajankohta kannatta ilmoittaa kouluterveydenhuoltoon, jotta opettaja voi tarvittaessa ohjata oppilaan mittaustilanteesta kouluterveydenhoitajan vastaanotolle.

Mikäli oppilas välttelee mittaustilannetta esimerkiksi olemalla pois liikuntatunnilta tai opettajalle nousee jokin muu huoli oppilaasta, opettajan on hyvä keskustella huolesta oppilaan kanssa ja olla tarvittaessa yhteydessä huoltajaan.

Huolen herätessä, katso sivu 23

# MOVE!-MITTAUSTEN JÄLKEEN

Kouluterveydenhoitajan ja opettajan kannattaa yhdessä tutustua Move!-tulosten luokkayhteenvetoon ja siirtää kouluterveydenhuoltoon niiden oppilaiden tulokset, joilta on saatu huoltajan suostumus tiedonsiirtoon.

Mittausten jälkeen opettaja voi yhdessä kouluterveydenhoitajan kanssa tiedottaa huoltajia luokkakohtaisista tuloksista ja muistuttaa tarvittaessa laajoista terveystarkastuksista ja niiden ajankohdasta. Mittausten jälkeen oppilas vie mittaustuloksena kotiin huoltajalle. Oppilasta ja huoltajaa on hyvä rohkaista keskustelemaan Move!-tuloksesta ja pohtimaan yhdessä koko perheen liikuntatottumuksia

## Tarkistuslista

### KOULUTERVEYDENHOITAJA JA OPETTAJA

- tutustuvat Move! -tulosten luokkayhteenvetoon
- sopivat tulosten tiedottamisesta kotiin (yhteinen wilma-viesti, samalla muistutus laajoista terveystarkastuksista)
- kouluterveydenhuoltoon siirtyy niiden oppilaiden tulokset, joilta saatu huoltajan suostumus tiedonsiirtoon

### OPPILAS JA HUOLTAJA

- keskustelevat Move! -tuloksesta
- pohtivat koko perheen liikuntatottumuksia
- varmistavat laajan terveystarkastuksen vastaanottoajan
- huolehtivat terveystarkastuksen esitietolomakkeet koulu-terveydenhuoltoon

## **Move!-tulosten käsittely laajoissa terveystarkastuksissa**

Tarkastuksessa kuunnellaan oppilaan kokemus Move!-mittauksesta ja pohditaan yhdessä kehittämiskohteita. Move!-tulokset voidaan käydä oppilaan ja huoltajan kanssa läpi esimerkiksi kasvokuvien mukaisesti, kts. sivu 13.

Mikäli oppilaan mittaustulos on *terveyttä ja hyvinvointia edistävällä tai ylläpitävällä* tasolla, kannustetaan jatkamaan samoin. Jos Move!-tulos on *kuluttavalla tai haittaavalla* tasolla eli oppilaalla saattaa olla vaikeuksia selviytyä väsymättä arkipäivän toiminnoista, koko perheelle on hyvä antaa liikuntaohjeita ja tarvittaessa ohjata kouluterveydenhuollon ulkopuolisiin tukipalveluihin. Mikäli oppilaalla on *selkeä liikuntaa haittaava* tuki- tai liikuntaelinten oireita, vammoja tai sairauksia, on huoltajien kanssa hyvä sopia lisätutkimuksista.

Vastaanotolla keskustellaan oppilaan liikuntatottumusten lisäksi koko perheen liikuntatottumuksista esitietolomakkeen tietojen pohjalta. Move!-tulosten perusteella saattaa ilmetä tarvetta kouluterveydenhuollon lisäkäynteihin, jolloin sovitaan uudesta vastaanottoajasta.

Mikäli laaja terveystarkastus on ehtinyt olla ennen kuin Move!-mittaustulokset ovat käytettävissä, niihin palataan seuraavassa terveystarkastuksessa joko 6. tai 9. luokalla.

## **TERVEYSTARKASTUKSESSA**

- vaikutetaan myönteisesti oppilaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn ja hyvinvointiin
- ohjataan oppilasta ymmärtämään liikunnan terveydellinen merkitys
- ohjataan oppilasta kehittämään ja tarkkailemaan toimintakykyään
- kuuntele oppilaan oma ajatus ja kokemus mittauksista
- jatka keskustelua Move! -mittausten eri osa-alueista ja pohdi yhdessä kehittämiskohteita
- käy Move! -tulokset läpi kasvokuvien mukaisesti ja kertomalla yhteispistemäärä
- keskustele oppilaan ja koko perheen liikuntatottumuksista – esitietolomaketta käyttäen

**Vanhemmat ovat aina kiinnostuneita  
oman lapsensa terveydestä!**

## Move!-palaute



Lapsenne fyysinen toimintakyky on hyvällä tasolla, jolloin päivittäiset toimet sujuvat helposti. Fyysistä toimintakykyä ei voi varastoida, joten eri osa-alueiden säännöllinen, monipuolinen harjoittaminen on tärkeää toimintakyvyn ylläpitämiseksi. Kannustakaa lastanne jatkamaan samaan malliin!



Lapsenne fyysinen toimintakyky on tasolla, jolloin päivittäiset toimet sujuvat. Fyysistä toimintakykyä ei voi varastoida, joten eri osa-alueiden säännöllinen monipuolinen harjoittaminen on tärkeää toimintakyvyn kehittämiseksi ja ylläpitämiseksi. Pienellä lisäharjoituksella lapsenne jaksaminen ja hyvinvointi edistyy!



Lapsenne fyysinen toimintakyky tarvitsee harjoitusta. Kehitystä kaipaavia toimintakyvyn osa-alueita voi helposti parantaa pienen harjoittelun avulla vaikka normaalien päivittäisten tehtävien ohella. Yhdessä liikkuminen on mukavaa!

Lähde: Opetushallitus Move! Palaute huoltajille



## **Terveystarkastuksen jälkeen**

Oppilaan mittaustulos terveyttä ja hyvinvointia edistävällä tai ylläpitävällä tasolla → kannusta jatkamaan samoin

Mittaustulos kuluttavalla tai haittaavalla tasolla eli oppilaalla voi olla vaikeuksia selviytyä väsymättä arkipäivän toiminnoista  
→ anna liikuntaohjeita koko perheelle, ohjaa tukipalveluihin (kts. liikuntapalveluiden tuki)

Oppilaalla selkeä liikuntaa haittaava tuki- tai liikuntaelinten oireita, vammoja tai sairauksia → lähete fysioterapeutin arvioon

Laajassa terveystarkastuksessa muodostettavan kokonaisarvion pohjalta suunnitellaan yhdessä huoltajan ja oppilaan kanssa tarvittava tuki. Tarvittaessa sovitaan kouluterveydenhuollon seurannasta ja lisäkäynneistä.

Huoltajan kirjallisella luvalla kouluterveydenhuolto voi keskustella terveystarkastuksessa esille tulleista oppilaan fyysiseen toimintakykyyn vaikuttavista asioista opettajan kanssa (esim. pelot, ahdistuneisuus, somaattiset oireet)

Huolen herätessä, katso sivu 23.

## **Move!-tulosten kirjaaminen potilastietojärjestelmään**

Terveystarkastuksesta potilastietojärjestelmään kirjataan oppilaan terveyden ja hyvinvoinnin kannalta oleellinen tieto. Move!-mittaustuloksista kirjataan vähintään **yhteispistemäärä**, jonka lisäksi on hyvä kirjata esimerkiksi tarve lisäkäynnille tai ohjaus kouluterveydenhuollon ulkopuolisiin tukipalveluihin. Yhteispistemäärän lisäksi voi kirjata esimerkiksi: "Ohjattu Sporttikaveri-toimintaan".

Sovittu kirjaamiskäytäntö auttaa seuraamaan ja keskustelemaan oppilaan ja perheen kanssa 5. ja 8. luokan välillä tapahtuneista muutoksista.

## **Ohjaus koulun ulkopuoliseen tukeen**

Mikäli terveystarkastuksessa todetaan yhdessä oppilaan ja hänen huoltajansa kanssa tarve ulkopuoliseen tukeen, kirjataan tuen tarve potilastietojärjestelmään.

### **Kriteerit tukipalveluihin lähettämiseen:**

Move! mittaustulos huolta herättävä tai muu fyysinen/sosiaalinen/psykykinen huoli ja oppilas sekä huoltaja ovat motivoituneita

# Oppilaan terveydentila ja Move!-mittaukset

## Ohjeet huoltajille

Huoltaja ilmoittaa lapsensa terveydentilaa koskevat riskitekijät kouluterveydenhuollon laajojen terveystarkastusten esitietolomakkeessa:

”Terveystarkastuksen esitietolomake viidesluokkalaisen vanhemmille”

”Terveystarkastuksen esitietolomake yläkoululaisen vanhemmille”

LAPSEN TERVEYS JA HYVINVOINTI	
Millaiseksi arvioitte lapsenne nykyisen terveydentilan?	<input type="checkbox"/> hyvä <input type="checkbox"/> keskinkertainen <input type="checkbox"/> huono
Onko lapsellanne jokin pitkäaikainen (fyysinen tai psyykinen) oire, sairaus tai vamma?	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä, mikä? Hoitotaho ja nykyiset hoidot sekä rajoitteet _____
	_____
• allergia	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä _____
• erityisruokavalio	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä _____
• lääkkeiden käyttö	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä _____
Onko lapsellanne ollut toistuvasti viimeisen vuoden aikana?	
• väsymystä tai uniongelmia	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• arkuutta tai jännittyneisyyttä	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• väkivaltaisuutta, aggressiivisuutta	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• levottomuutta, keskittymisvaikeuksia	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• pelkoja, ahdistuneisuutta	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• alakuloisuutta, vetäytyneisyyttä	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• yö- tai päiväkastelua	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• kipuja rasituksen yhteydessä	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• muita oireita, vaivoja tai kipuja	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
• tapaturmia	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
Onko lapsellanne ollut koskaan tajuttomuuskohtauksia makuulla tai rasituksessa?	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä
Onko lapsenne suvussa perinnöllisiä tai toistuvia sairauksia tai äkkikuolemia alle 50-vuotiaana?	<input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/> kyllä _____

Lähde: Esitietolomakkeet kouluterveydenhuollon laajoihin terveystarkastuksiin THL

Huoltajia on tärkeää muistuttaa ilmoittamaan Move!-mittaustilanteessa huomioon otettavat lapsensa sairaudet ja oireet mittauksia tekeväälle opettajalle – esimerkiksi koteihin lähtevässä Move!-infokirjeessä.

## Ohjeet opettajalle

Ohjeet: ”Peruskoululaisten fyysisen toimintakyvyn mittaristo - Opettajan käsikirjasta”:

Fyysisen toimintakyvyn mittaukset tehdään koulun liikuntatuntien aikana. Mittauksissa noudatetaan yleisiä koululiikuntaa koskevia ohjeistuksia ja toimintaperiaatteita, mutta koska niitä suoritettaessa lähestytään yksilön maksimaalista suorituskykyä, oppilaan **terveydentilasta** on tärkeää huomioida muutamia asioita:

Oppilas ei saisi tulla kouluun:

- kuumeisena
- kurkkukipuisena
- akuutin infektion aikana

Näissä tilanteissa oppilas **ei voi osallistua** fyysisen toimintakyvyn mittauksiin.

Lisäksi:

Oppilas **ei voi osallistua** mittauksiin, jos oppilaalla on:

- vakavia sydänoireita
- rasittavan liikunnan aikana huimaus- tai tajuttomuuskohtauksia
- lääkärin tai terveydenhoitajan määräämä liikuntakielto

Oppilas voi osallistua **fyysisen toimintakyvyn mittauksiin** silloin kun hänellä on, esimerkiksi:

- Astma: Opettaja voi tarvittaessa muistuttaa oppilasta ottamaan keuhkoputkia avaavaa lääkettä ennen mittausten alkamista
- Diabetes: Opettaja voi varmistaa, että oppilas on syönyt välipalan, jos ruokailusta on kulunut pitkä aika
- Lääkärin, terveydenhoitajan tai fysioterapeutin asettama liikuntarajoite (esim. nivelten tai lihasten kiputila)

Lähde: Peruskoululaisten fyysisen toimintakyvyn mittaristo Opettajan käsikirja OPH

## Ohjeet kouluterveydenhuoltoon

### Tietojen siirto suostumuksella

Kouluterveydenhuollon tiedot ovat salassa pidettäviä ja terveystietoja voidaan siirtää opettajalle vain lakiin perustuvalla suostumuksella:

Opetuksen järjestämisen kannalta välttämätön tieto (PoL 40 §)

Kouluterveydenhuollosta opettajalle voidaan suostumuksella siirtää muutakin tietoa: Tietoa siirtyy esimerkiksi laajojen terveystarkastusten Oppilaan selviytyminen ja hyvinvointi koulussa -lomakkeella.

On myös muistettava, ettei kouluterveydenhuollossa ole tiedossa oppilaan akuutit sairaudet/oireet, siksi on **aina informoitava myös huoltajia**, että kertovat niistä opettajalle ennen Move!-mittauksia.

## Huoltajan antama tieto

Kouluterveydenhuollossa on huolehdittava, että terveystarkastukseen tulevan oppilaan huoltaja on täydentänyt lapsensa terveyttä koskevat tiedot, kts. sivu 15

Onko lapsellanne ollut koskaan tajuttomuuskohtauksia makuulla tai rasituksessa?  ei  kyllä

Onko lapsenne suvussa perinnöllisiä tai toistuvia sairauksia tai äkkikuolemia alle 50-vuotiaana?

ei  kyllä \_\_\_\_\_

Lähde: Esitietolomakkeet kouluterveydenhuollon laajoihin terveystarkastuksiin THL

Mikäli oppilaan laajassa terveystarkastuksessa ilmenee sydänterveyttä koskeva huoli, lähetetään oppilas jatkotutkimuksiin.

Koulussa on varmistettava, että tarpeellinen tieto siirtyy aina uudelle opettajalle tai terveydenhoitajalle – myös sijaiselle.

## **Kun oppilaasta herää huoli**

Move!-mittausten jälkeen opettajan ja terveydenhoitajan kannattaa yhdessä tutustua Move!-tulosten luokkayhteenvetoon. Mikäli luokalla on oppilaita, joiden liikunnallisesta toimintakyvystä tai fyysisestä jaksamisesta, herää huolta, on hyvä pohtia muun muassa:

Millainen huoli, mihin huoli kohdistuu

Onko tätä huomattu aiemmin ja onko huolesta juteltu oppilaan kanssa ja onko huoli välitetty huoltajille

Millaisia toimenpiteitä on tehty ja mitä kannattaisi tehdä

### **Milloin huolta 1/2**

1. Mittariston kokonaispistemäärä on korkeintaan 9 (1-9)  
TAI
2. Oppilas ei ole suostunut osallistumaan / on lähtenyt kesken pois mittaustilanteesta / on kovin ahdistunut mittaustilanteessa  
TAI
3. Jokin muu huoli

## **Mitä opettaja voi tällöin tehdä**

**Jutella** oppilaan kanssa huolta herättävästä asiasta (toistuvasti).

Lisäksi opettajan on hyvä olla **yhteydessä oppilaan kotiin** ja tuoda esiin huoli ja kuulla vanhempien näkemyksistä asiaan. Kypsyiden ja asian mukaisesti yhteydenottoon tarvitaan opiskelijan lupa (5. ja 8. luokkalaisen kohdalla riittää, että ilmaisee oppilaalle, että olet yhteydessä kotiin)

Opettaja voi myös **konsultoida** terveydenhoitajaa / kuraattoria / koulupsykologia tai muita tiedossa olevia oppilaan ympärillä toimivia opiskeluhuollon jäseniä. Tämän lisäksi opettaja voi **keskustella rajatusti** (=keskustelu kohdistuu VAIN syntyneeseen huoleen, ei esimerkiksi perheen tilanteisiin) muiden opiskeluhuollossa toimivien ammattilaisten kanssa siitä, olisiko opiskelijalle tarjottava yksilökohtaista opiskeluhuoltoa ja miten edetään.

Tilanteen selvittely siirtyy tässä kohtaa opiskeluhuollon ammattilaisille

Opettaja tai opiskeluhuollon ammattilainen voivat myös muodostaa **monialaisen asiantuntijaryhmän**.

Lähde: Uusi oppilas- ja opiskelijahuoltolainsäädäntö – soveltamisohje, Kuntainfo 13a/2015



## Milloin huolta 2/2

### 4. Mittausten osioiden tulokset ovat kuten alla mainittu

#### **Mitä opettaja tai terveydenhoitaja voi tällöin tehdä**

Jos kestävyyskunto ja lihaskunto-osiot (punnerrus, ylävartalon kohotus, 5-loikka) ovat kaikki alimmalla tasolla, on hyvä keskustella oppilaan ja hänen huoltajansa (terveystarkastuksessa) näiden merkityksestä.

Jos oppilas saa kaikista liikkuvuusosioista saa 0 pistettä, myös tällöin on hyvä keskustella tilanteesta oppilaan ja huoltajan (terveystarkastuksessa) kanssa ja pohtia miten oppilaan fyysistä toimintakykyä voidaan vahvistaa.

# MOVE! YHTEISÖLLISESSÄ OPISKELUHUOLTOTYÖSSÄ

Koulun opiskeluhuoltoryhmä suunnittelee, toteuttaa ja arvioi opiskeluhuoltoa ohjausryhmän linjausten mukaisesti.

Opiskeluhuoltotyö perustuu tietoon oppilaiden, henkilöstön sekä kouluympäristön ja -yhteisön tilanteesta. Koulu yhteisön hyvinvoinnin edistäminen on pitkäjänteistä työtä, joka kohdistuu kunkin koulun omiin tarpeisiin.

Suunnitelmallisella ja **määräajoin toistuvalla tiedonkeruulla** saadaan tietoa yhteisön ja oppilaiden hyvinvoinnista. Tiedon pohjalta koulut määrittelevät lukuvuosittaisia tai pidemmän aikavälin painopistealueita

Kouluterveydenhuollon on hyvä olla mukana koordinoimassa ja yhteensovittamassa koulun hyvinvointityötä osaksi sujuvaa Move!-toimintamallia. Opiskeluhuoltoryhmässä sovitaan muun muassa Move!-prosessiin sisältyvien tehtävien vastuunjaosta ja yhteistyöstä koulun ulkopuolisten toimijoiden kanssa.

Move!-mittaustulokset käsitellään koulukohtaisten tulosten valmistuttua ja samalla sovitaan miten koulussa tuetaan niitä oppilaita, joiden fyysinen toimintakyky on Move!-tuloksen mukaan heikko ja/tai joiden vanhemmat eivät voi tukea lapsensa terveellisiä liikuntatottumuksia

## **Yhteisöllisen opiskeluhuoltoryhmän tehtävät**

### **Tarkistuslista**

- Koordinoi ja yhteensovittaa koulun hyvinvointityötä (eri tiimit, kehittämissryhmät, oppilaskunta, vanhempainyhdistys jne.) osaksi Move!-prosessia
- Sopii koulukohtaisen Move!-prosessiin sisältyvien tehtävien vastuujaosta ja sopii kenelle/mille taholle koulun tulokset jaetaan
- Koordinoi yhteistyötä koulun ulkopuolisten toimijoiden, esim. liikuntapalveluiden kanssa
- Koordinoi kaupunkitasoiseen Move! -koulutukseen osallistujat
- Varmistaa, että koulukohtaiset Move!-tulokset ja liikunnallisuus on mukana koulun lukuvuosisuunnitelmassa

## **Move!-tulosten käsittely**

### **Tarkistuslista**

- Käsitellään viimeistään kuukauden kuluessa koulukohtaisten tulosten valmistumisen jälkeen
- Kutsutaan mukaan koulun johtoryhmä, liikuntatiimi, Liikkuva koulu -koordinaattori, oppilaskunnan ja vanhempainyhdistyksen edustajat
- Move!-vastuhenkilö esittelee tulokset
- Sovitaan ja kirjataan, miten Move!-tulokset huomioidaan koulun hyvinvointityössä eli mitä ja miten luokkatasoilla/koko koulussa toimitaan

- Sovitaan ja kirjataan miten koulussa tuetaan niitä oppilaita, joiden fyysinen toimintakyky on Move!- tuloksen mukaan heikko ja/tai joiden vanhemmat eivät voi tukea lapsensa terveellisiä liikuntatottumuksia

**Move! on välittämistä ja huolenpitoa  
koulun hyvinvointityössä**

# LÄHTEET

Autio E. Sujuvuutta Moveen!. Terveystiete 4/2020

Hakulinen-Viitanen T., Hietanen-Peltola M., Hastrup A., Wallin M. & Pelkonen M. Laaja terveystarkastus Ohjeistus äitiys- ja lastenneuvolatoimintaan sekä kouluterveydenhuoltoon. THL Opas 2012/22 <https://www.julkari.fi/handle/10024/90831>

Hietanen-Peltola M: Move! kouluterveydenhuollon työkaluna – turvallisesti. Luento Tervekoululainen webinaari 28.11.2019

Korsberg M., Pietilä M., Hietanen-Peltola M., Jaakkola T., Sääkslahti A. & Huhtiniemi M. Move! – välittämistä ja kannustamista. Terveystiete 7/2018

Koukkari H-M: Kouluterveydenhoitajien näkemyksiä Move! fyysisen toimintakyvyn seuranta- ja palautejärjestelmästä, oppilaiden fyysisen toimintakyvyn edistämisestä sekä yhteistyöstä liikuntaa opettavien opettajien kanssa. 2019.

Liikuntapedagogiikan Pro gradu tutkielma, liikuntatieteellinen tiedekunta Jyväskylän yliopisto

Lindgren A. & Niemi S. Move! toimintamalli Kymsoten kouluterveydenhuollossa. Luento Tervekoululainen webinaari 30.1.2020

Mäki P. Nuorten ylipainon yhteys terveyteen ja hyvinvointiin – Move! prosessissa huomioitavaa. Luento Tervekoululainen webinaari 28.11.2019

Opetushallitus Move!-palaute huoltajille: <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-palaute-huoltajalle>

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki 1287/2013, [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014, OPH 2014  
[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen\\_opetus-suunnitelman\\_perusteet\\_2014.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/perusopetuksen_opetus-suunnitelman_perusteet_2014.pdf)

Poutanen & Hiippala: Tarvitaanko urheilevien lasten ja nuorten sydänterveystarkastuksia Suomessa? Lääkärilehti 35/2018 VSK73  
[https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/303637/SLL352018\\_1864.pdf?sequence=1](https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/303637/SLL352018_1864.pdf?sequence=1)

Onko Move!-mittausten viivajuoksu perusopetusikäisille turvallinen mittaussosio?  
[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/193500\\_onko\\_move\\_mittausten\\_viivajuoksu\\_turvallinen\\_kujala\\_ym\\_0.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/193500_onko_move_mittausten_viivajuoksu_turvallinen_kujala_ym_0.pdf)

Peruskoululaisten fyysisen toimintakyvyn mittaristo Opettajan käsikirja  
[https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/move\\_opettajan\\_kasikirja\\_muokattu2017.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/move_opettajan_kasikirja_muokattu2017.pdf)



**Vantaa  
Vanda**