Katariina Kämppi, LIKES-tutkimuskeskus

TULOSKORTTI 2018
– LASTEN JA NUORTEN LIIKUNNAN TILA

- Uusimpaan tutkimustietoon perustuva yhteenveto lasten ja nuorten liikunnasta ja sen edistämisestä (www.likes.fi/tuloskortti)
- Laadittu yhteistyössä viiden tutkimusta tekevän laitoksen kesken
- 11 osa-aluetta on arvioitu kansainvälisten ohjeiden mukaan
- Osa kansainvälistä, 49 maan yhteenliittymää Active Healthy Kids Global Alliance (www.activehealthykids.org)

ACTIVE HEALTHY KIDS
GLOBAL ALLIANCE

TYÖRYHMÄ

TULOSKORTTI 2018 – LASTEN JA NUORTEN LIIKUNNAN ASIANTUNTIJARYHMÄ

Aalto-Nevalainen Päivi | Aira Annaleena | Halme Nina | Husu Pauliina | Inkinen Virpi | Joensuu Laura | Kokko Sami | Korsberg Minttu | Kämppi Katariina | Laine Kaarlo | Mononen Kaisu | Ng Kwok | Palomäki Sanna | Pietilä Matti | Rintala Pauli | Ståhl Timo | Sääkslahti Arja | Tammelin Tuija | Virta Sari

Jyväskylän yliopisto
Kilpa- ja huippu-urheilun tutkimuskeskus
LIKES-tutkimuskeskus
Opetushallitus
Opetus- ja kulttuuriministeriö
Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
UKK-instituutti
Valtion liikuntaneuvosto

REPORT CARD ARCHIVE

I'm looking for the Report Card from:

Select Year

https://www.participaction.com/en-ca/resources/report-card

Global Matrix 1.0 (2014)

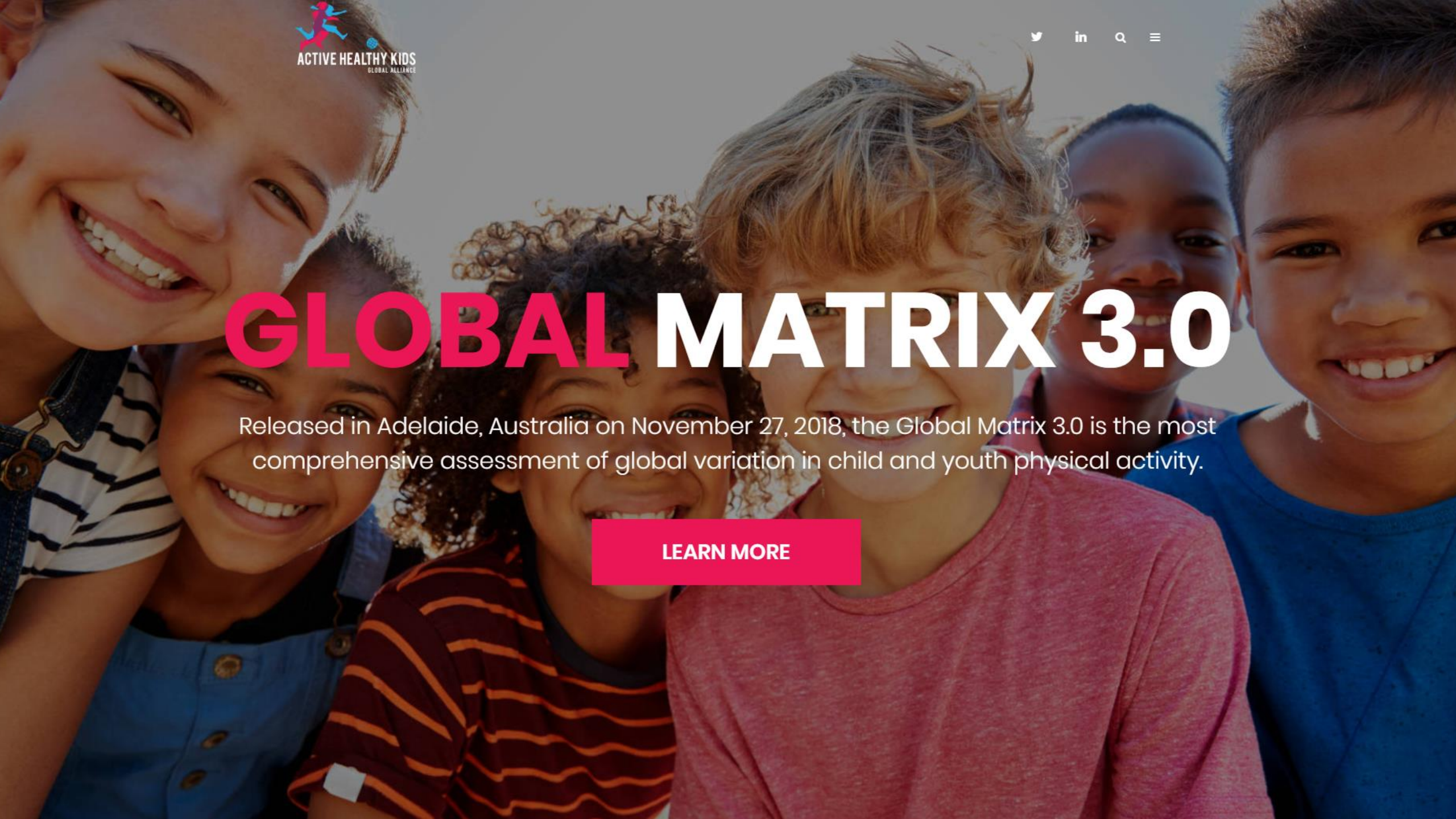
- 15 maata

Global Matrix 2.0 (2016)

- 38 maata

Global Matrix 3.0 (2018)

- 49 maata


ACTIVE HEALTHY KIDS
GLOBAL ALLIANCE
GLOBAL MATRIX 3.0
Released in Adelaide, Australia on November 27, 2018, the Global Matrix 3.0 is the most comprehensive assessment of global variation in child and youth physical activity.
LEARN MORE

FINLAND

Access physical activity grades, report cards and other related documents from all Global Matrix events in which Finland has participated.

THE GLOBAL MATRIX 3.0 | THE GLOBAL MATRIX 2.0 | THE GLOBAL MATRIX 1.0

Report Card Grades

- Overall Physical Activity: D
- Organized Sport and Physical Activity: C+
- Active Play: C
- Active Transportation: B+
- Sedentary Behavior: D-
- Physical Fitness: C
- Family and Peers: B-
- School: A
- Community and Environment: B+
- Government: A-

Related Links

- Short form
- Long form
- Scientific paper
- Conference abstract
- Poster
- Website

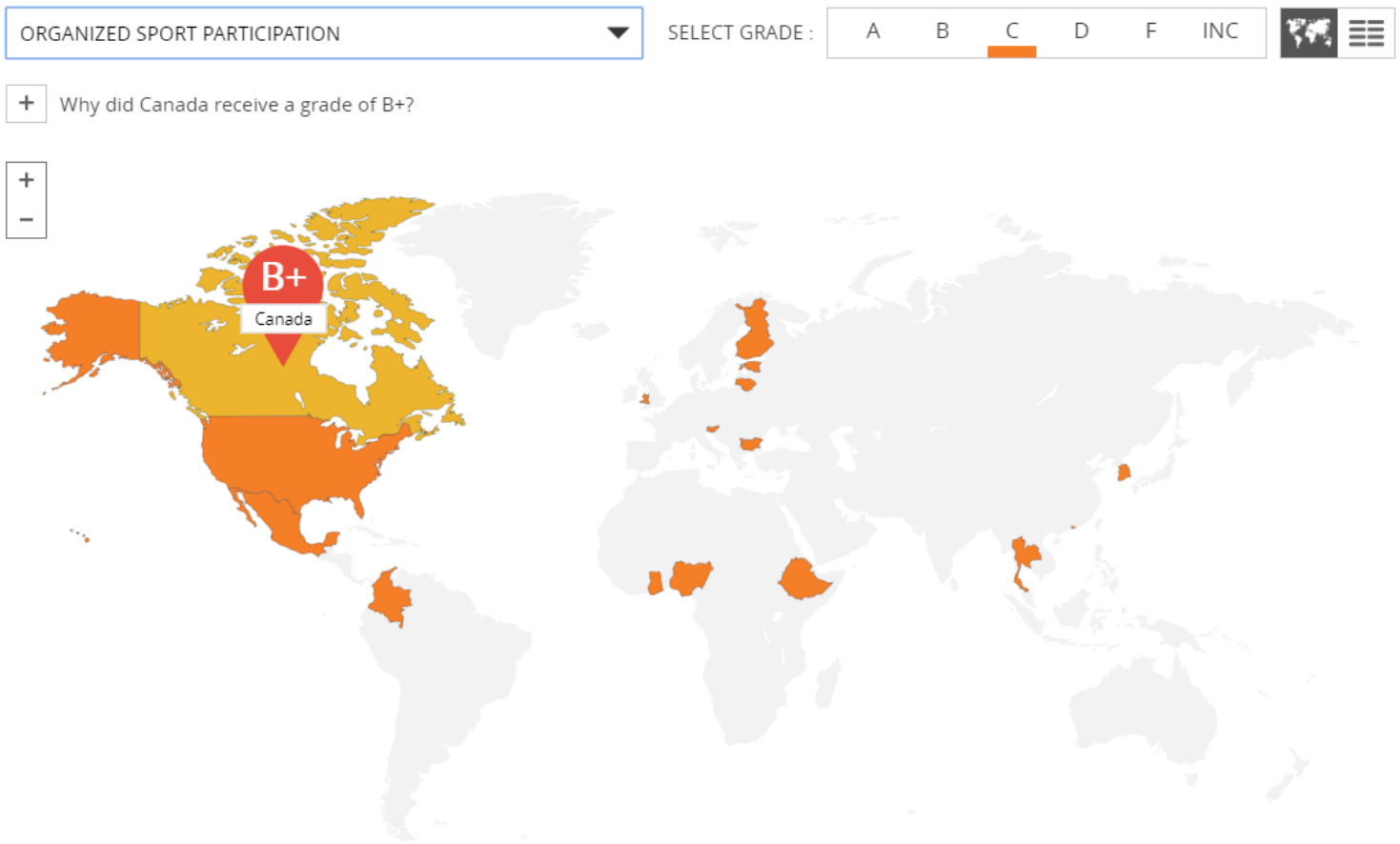
Top Three Priorities

1. Focus on the least active children and adolescents!
2. Break continuous sitting at school and decrease excessive screen time at home!
3. Let children and adolescents participate in planning and implementation of the actions!

Physical activity is a way of life in countries where kids move the most.

Canada has above-average grades in physical activity infrastructure and programs yet is trailing at the back of the pack in grades that measure physical activity and sedentary behaviour. The comparisons also reveal kids move the most in countries where being active is a priority or is an integral part of their everyday lifestyle.

For the first time, the grades from the ParticipACTION Report Card on Physical Activity for Children and Youth were compared to grades from 48 other countries across six continents. The global comparisons were led by Dr. Mark Tremblay, Director of the Healthy Active Living and Obesity Research Group at the Children's Hospital of Eastern Ontario Research Institute (HALO-CHEO) and Chief Scientific Officer of the ParticipACTION Report Card.



https://www.participaction.com/en-ca/resources/global-matrix

Global Findings

Key Message # 2

The majority of children and youth are not active enough, spend too much time in front of screens, and have a low level of physical fitness. Different patterns were observed across the Human Development Index categories of country.

Global Findings

Key Message # 3

Countries succeeding overall, including Slovenia, Zimbabwe, and Japan rely on very different approaches to get kids moving. What is consistent among all of them is that physical activity is driven by pervasive cultural norms—being active is not just a choice, but a way of life. We need to make the active choice normal/habitual.

SUOMEN TULOSKORTTI 2018

- Koottu erikseen tulokset seuraavissa ryhmissä:
    1) alle kouluikäiset
    2) alakouluikäiset
    3) yläkouluikäiset
    4) toisen asteen opiskelijat

- Pääkohderyhmänä kuntapäättäjät: Miten teidän kunnassanne voidaan mahdollistaa lasten ja nuorten liikkumista eri tavoilla?

ACTIVE HEALTHY KIDS
GLOBAL ALLIANCE

Miksi lasten ja nuorten liikuntaa tulee edistää?

LASTEN JA NUORTEN LIIKUNNAN OSA-ALUEET

Osa-alueet on arvioitu kansainvälisen mallin mukaisesti

- A=paras, osa-alue toteutuu lähes täydellisesti (81-100 %)
- F=heikoin, osa-alue toteutuu heikosti (0-20%)

ACTIVE HEALTHY KIDS
GLOBAL ALLIANCE

TULOSKORTIN IKÄRYHMÄT

ALLE KOULUIKÄISET

-6v

VARHAISKASVATUS

ALAKOULUIKÄISET

7-12v

PERUSOPETUS
VUOSILUOKAT 1–6

YLÄKOULUIKÄISET

13-15v

PERUSOPETUS
VUOSILUOKAT 7–9

OPISKELIJAT

16-18v

LUKIO- JA AMMATILLINEN
KOULUTUS

OSA-ALUE	ARVIOINTI	ARVIOINTI PERUSTE
FYYSINEN KOKONAISAKTIIVISUUS	D 27-33%	suosituksen mukaan liikkuvien lasten ja nuorten osuus
ISTUMINEN JA PAIKALLAANOLO	D- 20-26%	ruutuaikasuosituksessa pysyvien lasten ja nuorten osuus
ORGANISOITU LIIKUNTA JA URHEILU	C+ 54-59%	urheiluseuratoimintaan tai muuhun ohjattuun liikuntaan osallistuvien lasten ja nuorten osuus
OMATOIMINEN LIIKUNTA JA LEIKKI	C 47-53%	vapaa-ajalla omatoimisesti liikkuvien lasten ja nuorten osuus
AKTIIVINEN KULKEMINEN	B+ 74-79%	koulumatkansa aktiivisesti kulkevien lasten ja nuorten osuus

OSA-ALUE	-6	7-12	13-15	16-18
FYYSINEN KOKONAISAKTIIVISUUS	C+	C-	D-	F
ISTUMINEN JA PAIKALLAANOLO	B-	D	F	F
ORGANISOITU LIIKUNTA JA URHEILU	C	B	C	D+
OMATOIMINEN LIIKUNTA JA LEIKKI	B	B-	D+	D+
AKTIIVINEN KULKEMINEN	-	A-	B-	-

OSA-ALUE	ARVIOINTI	ARVIOINTI PERUSTE
PERHE JA KAVERIT LIIKKUMISEN TUKENA	B- 60-66%	niiden kouluikäisten lasten ja nuorten osuus, joiden vanhemmat tai kaverit kannustavat ja tukevat heitä liikkumisessa tai liikkuvat heidän kanssaan
VARHAISKASVATUS	C+ 54-59%	niiden varhaiskasvatusyksiköiden osuus, jotka ovat mukana Ilo kasvaa liikkuen -ohjelmassa
PERUSOPETUS	A 87-93%	niiden peruskoulujen osuus, jotka ovat mukana Liikkuva koulu -ohjelmassa
LUKIO- JA AMMATILLINEN KOULUTUS	D- 20-26%	niiden oppilaitosten osuus, jotka ovat mukana Liikkuva opiskelu -ohjelmassa

ILO KASVAA LIIKKUEN

LIIKKUVA KOULU
skolan i rörelse

LIVE LAUGH Liikkuva opiskelu LOVE LEARN

OSA-ALUE	ARVIOINTI	ARVIOINTI PERUSTE
KUNTATASON PÄÄTÖKSENTEKO JA RAKENNETTU YMPÄRISTÖ	B+ 74-79%	niiden kuntien osuus, jotka ovat käsitelleet liikunnan edistämistä kuntastrategiassa ja tukevat erityisesti lasten ja nuorten liikkumista
VALTAKUNNAN TASON TOIMENPITEET LIIKUNNAN EDISTÄMISEKSI	A- 80-86%	valtionhallinto luo edellytyksiä liikuntapolitiikan tavoitteiden toteuttamiselle resursoimalla lasten ja nuorten liikuntaa

01

FYYSINEN KOKONAISAKTIIVISUUS

27–33%

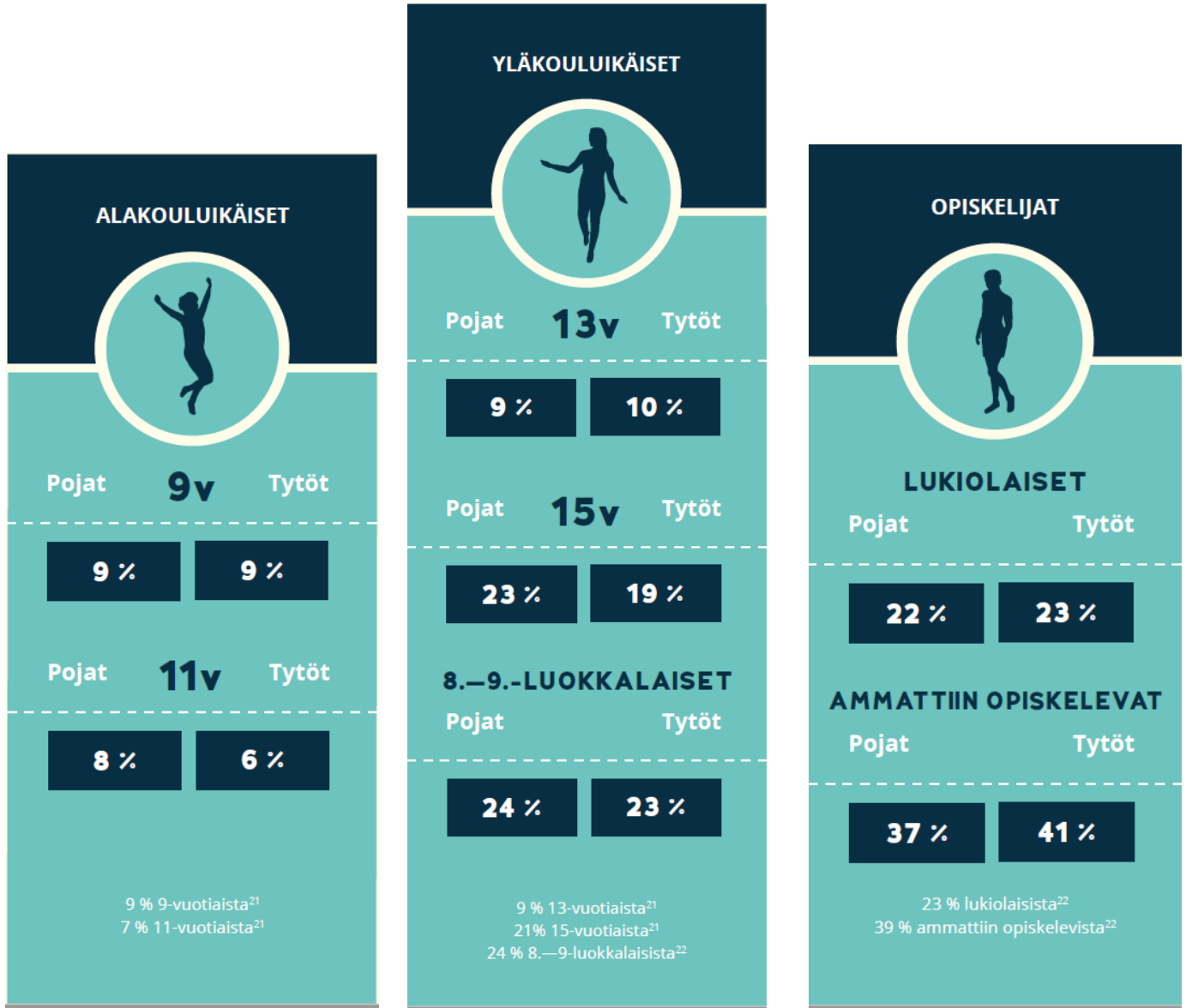
D

Niiden lasten ja nuorten osuus, jotka liikkuvat liikunnan minimisuosituksen[5,7] mukaisesti reippaasti vähintään tunnin päivässä.

C+	C-	D-	F
54–59%	40–46%	20–26%	<20%

VÄHÄN LIIKKUVAT LAPSET JA NUORET

Liikkumiseen tukea tarvitsevat eniten ne lapset ja nuoret, jotka liikkuvat todella vähän. Tutkimuksissa liikkuminen tulkitaan vähäiseksi silloin, kun tunnin liikuntasuositus täyttyy enintään kahtena päivänä viikossa[21] tai kun vapaa-ajan hengästyttävää liikuntaa on korkeintaan tunti viikossa[22]. Perinteiset liikunnanedistämistoimet innostavat harvoin vähän liikkuvia lapsia ja nuoria. Tämä kohderyhmä vaatii erityistä huomiointia, kuten esimerkiksi yksilöllistä liikunta- ja hyvinvointineuvontaa[27].

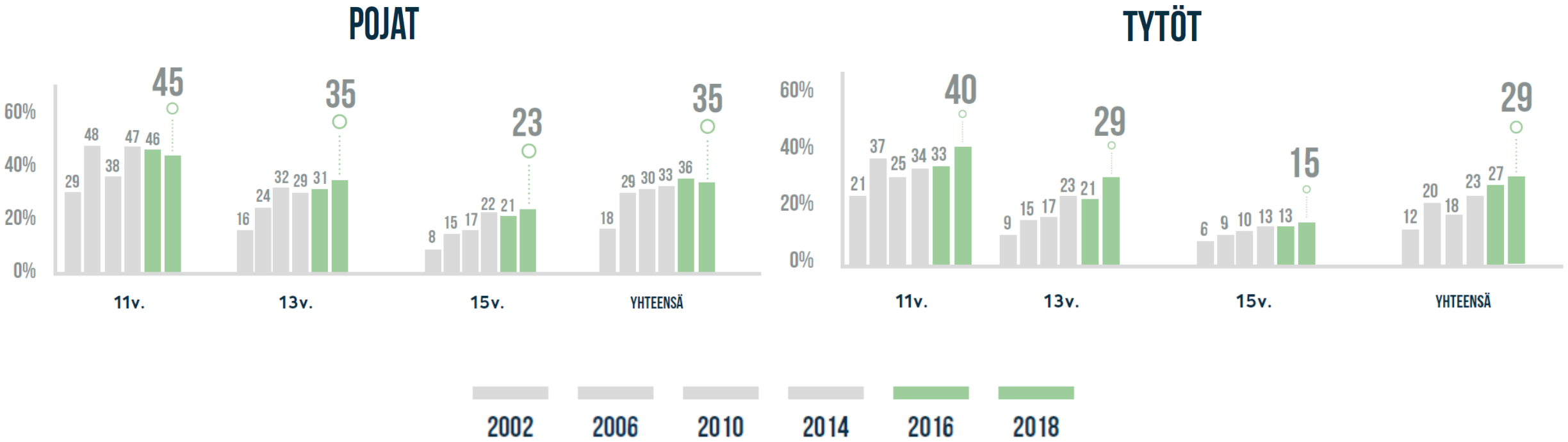


MITEN KUNNASSANNE

- seurataan eri-ikäisten lasten liikkumisen määrää (esim. neuvolassa, varhaiskasvatuksessa, koulussa ja toisen asteen oppilaitoksissa)?
- vähän liikkuvat on huomioitu liikuntatoiminnan tarjonnassa? Löytyykö eri ikäisille matalan kynnyksen toimintaa?
- tehdään päätöksistä lapsivaikutusten arviointia ja huomioidaan siinä lasten ja nuorten mahdollisuus fyysiseen aktiivisuuteen varhaiskasvatuksessa, koulu- ja opiskelupäivän aikana ja koulumatkoilla?

MYÖNTEISTÄ KEHITYSTÄ
2000-LUVULLA

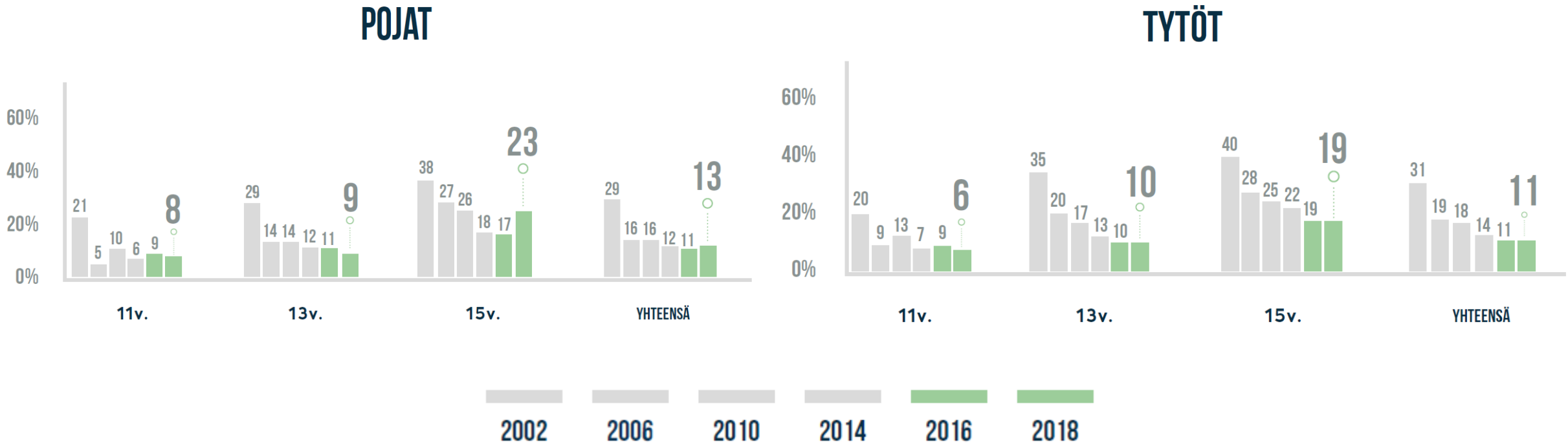
YHÄ USEAMPI LIIKKUU VÄHINTÄÄN TUNNIN PÄIVÄSSÄ



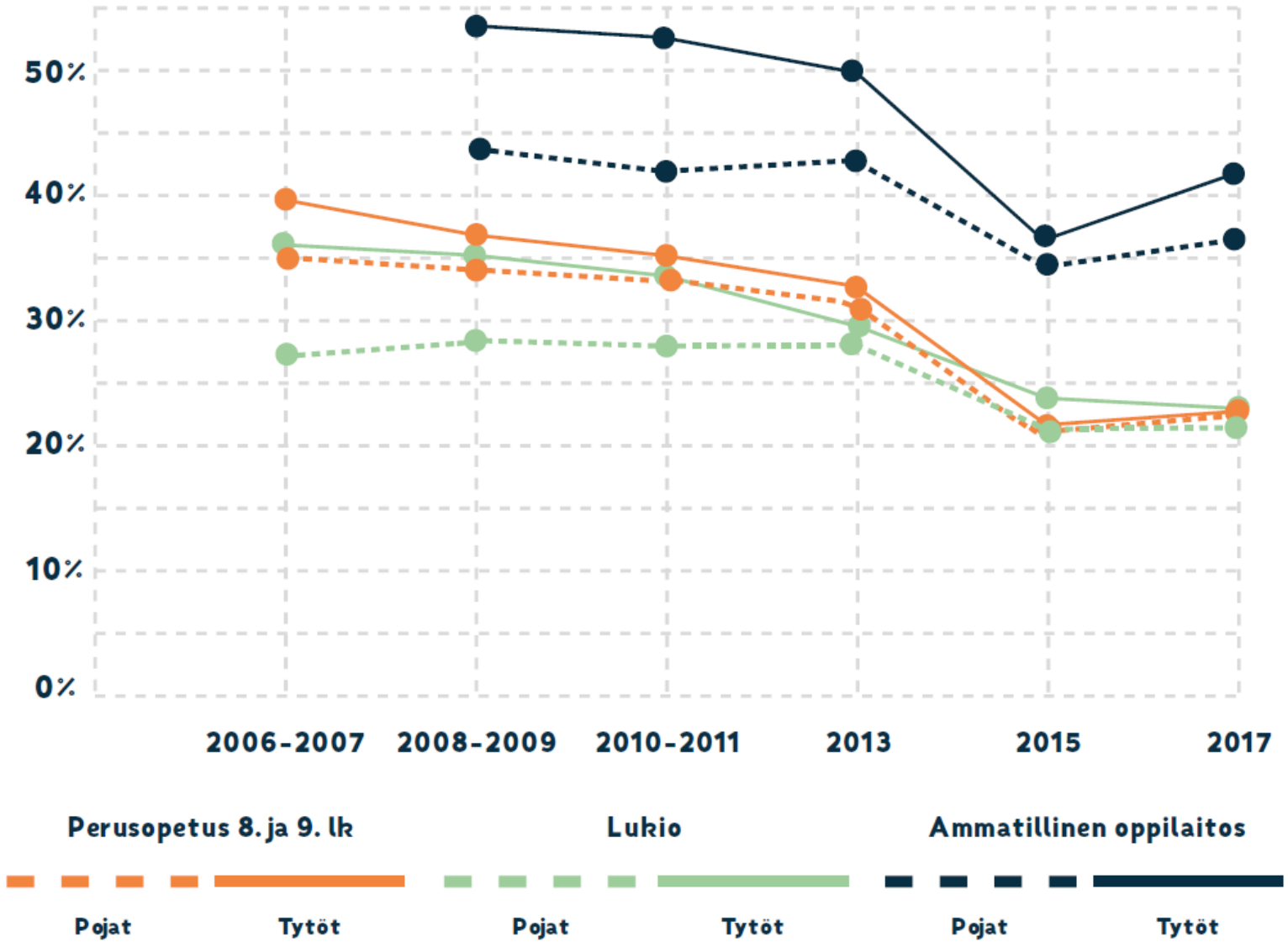
MYÖNTEISTÄ KEHITYSTÄ

2000-LUVULLA

VÄHÄN LIIKKUVIEN LASTEN JA NUORTEN OSUUS ON PIENENTYNYT



Vähän liikkuvien yläkoululaisten, lukiolaisten ja ammattiin opiskelevien osuudet ovat Kouluterveyskyselyssä pienentyneet vuosina 2006–2017[22]. Nämä nuoret kertovat harrastavansa liikuntaa vapaa-ajallaan enintään tunnin viikossa.



02

ISTUMINEN JA PAIKALLAANOLO

20–26%

D–

Niiden lasten ja nuorten osuus, joille ruutuaikaa kertyy suosituksen mukaisesti korkeintaan kaksi tuntia päivässä vähintään viitenä päivänä viikossa.

-6	7-12	13-15	16-18
B–	D	F	F
60–66%	27–33%	<20%	<20%

03

ORGANISOITU LIIKUNTA JA URHEILU

54–59%

C+

Niiden lasten ja nuorten osuus, jotka osallistuvat urheiluseuratoimintaan tai muuhun ohjattuun liikuntaan.

-6	7-12	13-15	16-18
C	B	C	D+
47–53%	67–73%	47–53%	34–39%

04 OMATOIMINEN LIIKUNTA JA LEIKKI

47–53%

C

Niiden lasten ja nuorten osuus, jotka liikkuvat vapaa-ajalla omatoimisesti vähintään neljä kertaa viikossa.

-6	7-12	13-15	16-18
B 67-73%	B- 60-66%	D+ 34-39%	D+ 34-39%

05 AKTIIVINEN KULKEMINEN

74–79%

B+

Niiden lasten ja nuorten osuus (alle 5 km päässä koulusta asuvista), jotka kulkevat koulumatkansa aktiivisesti, kävellen tai pyörällä.

-6	7-12	13-15	16-18
-	A 80-86%	B- 60-66%	-

TOIMINTARAJOITTEITA KOKEVIEN LASTEN JA NUORTEN LIIKUNTA

- Noin 15 prosenttia lapsista ja nuorista kokee toimintarajoitteita
- Heidän joukossa liikuntasuositus toteutuu harvemmin ja, heidän joukossa on enemmän vähän liikkuvia lapsia ja nuoria.

LIIKUNTASUOSITUKSEN TÄYTTYMINEN[39,40]

	TOIMINTARAJOITE	♂ POJAT	♀ TYTÖT	EI TOIMINTA-RAJOITETTA	♂ POJAT	♀ TYTÖT
11 -VUOTIAAT	35%	36%	34%	41%	48%	33%
13 -VUOTIAAT	22%	26%	19%	26%	32%	21%
15 -VUOTIAAT	14%	21%	10%	16%	21%	13%
8.–9. - LUOKKALAISET	16%	20%	14%	20%	23%	16%
LUKIOLAISET	10%	13%	9%	14%	16%	12%
AMMATTIIN OPISKELEVAT	12%	14%	10%	13%	14%	10%

FYYSISTEN OMINAISUUKSIEN MITTAUKSET HYVINVOINNIN SEURANNASSA

MITEN KUNNASSANNE

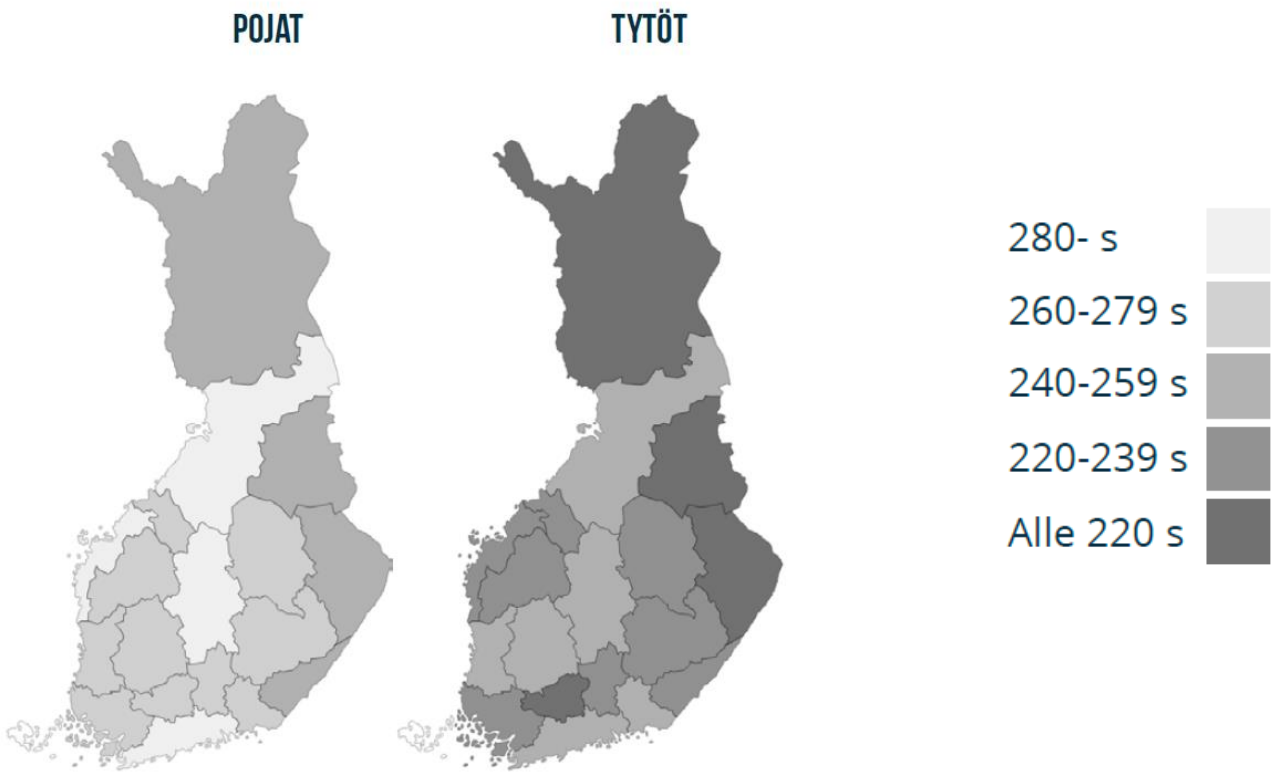
- käsitellään Move!-tulokset osana koululaisten laajoja terveystarkastuksia?
- hyödynnetään Move!-mittausten tuloksia lasten ja nuorten hyvinvoinnin seurannassa kuntatasolla?
- tuetaan lapsia ja nuoria, joiden toimintakyky on heikko?
- seurataan lasten ja nuorten ylipainon ja lihavuuden kehitystä kuntatasolla ja hyödynnetään tätä tietoa?
- tarjotaan tukea elintapamuutokseen lapsille, nuorille ja heidän perheilleen ylipainon ehkäisemiseksi?

FYYSISEN TOIMINTAKYVYN SEURANTA

MOVE!-MITTAUKSILLA

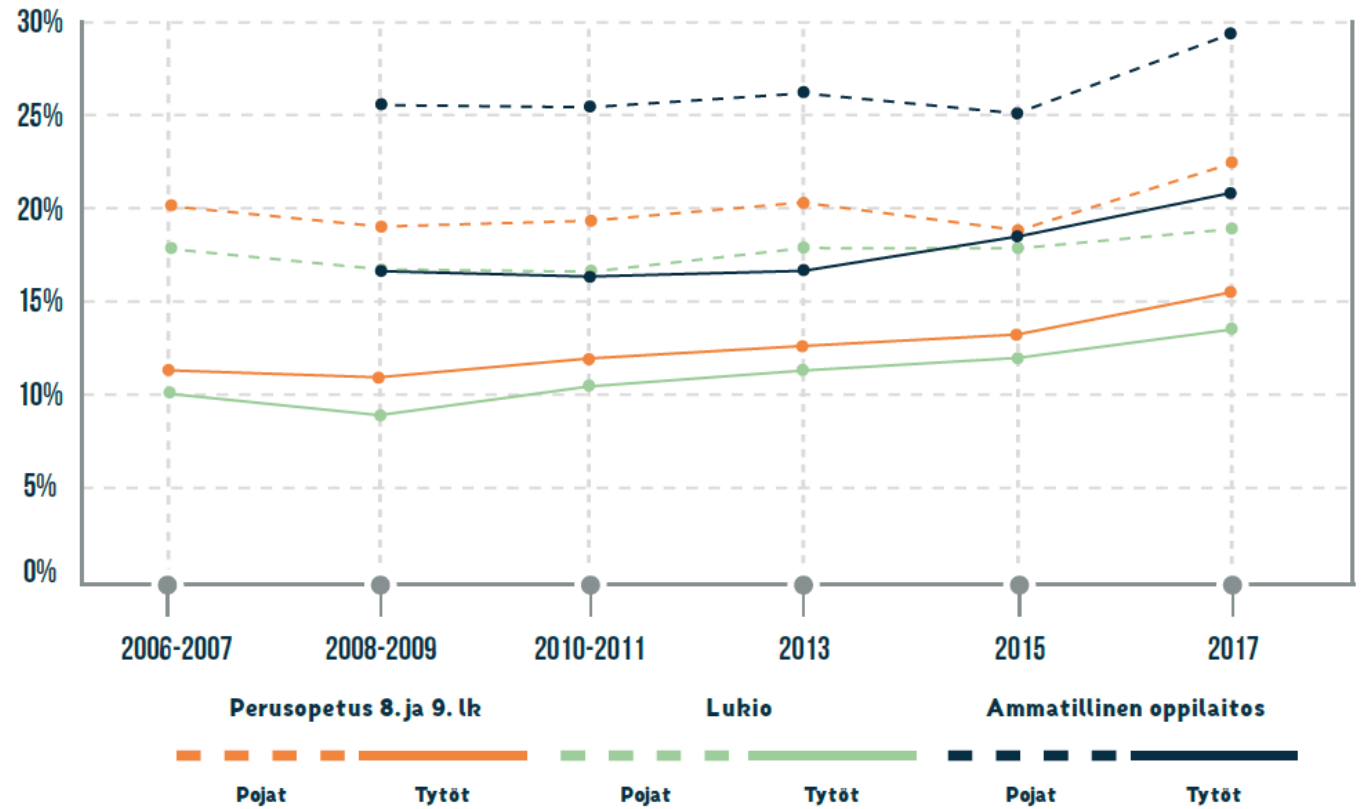
VIIDESLUOKKALAISTEN KESTÄVYYSKUNTO 2017 MOVE!-MITTAUKSEN VIIVAJUOKSUTULOS

Viidesluokkalaisten kestävyyskunnon tilanne on oheisissa karttakuvissa esitelty maakunnittain[43]. Mitä tummempi väri, sitä huonompi tulos Move!-mittauksen viivajuoksussa (aika, sekuntia). Yleisesti ottaen poikien tulokset kestävyyskunnon mittauksessa ovat paremmat kuin tytöillä. Koko Suomen viidesluokkalaisten keskitulos (mediaani) viivajuoksussa oli pojilla 275 s (4 min 35 s) ja tytöillä 238 s (3 min 58 s).[43]



PAINO- JA PITUUSTIETOJEN SEURANTA

YLIPAINOISTEN OSUUS IKÄRYHMÄSTÄ [22, 48]



SUOMEN TULOSKORTTI 2018

- Tiivistelmä
- Julkaisu
- Suomi & englanti
- Kansainvälinen vertailu julkaistaan marraskuussa 2018

www.likes.fi/tuloskortti

Opetus- ja kulttuuri-ministeriö

Tuloskortti 2018. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 345. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.

www.likes.fi/tuloskortti