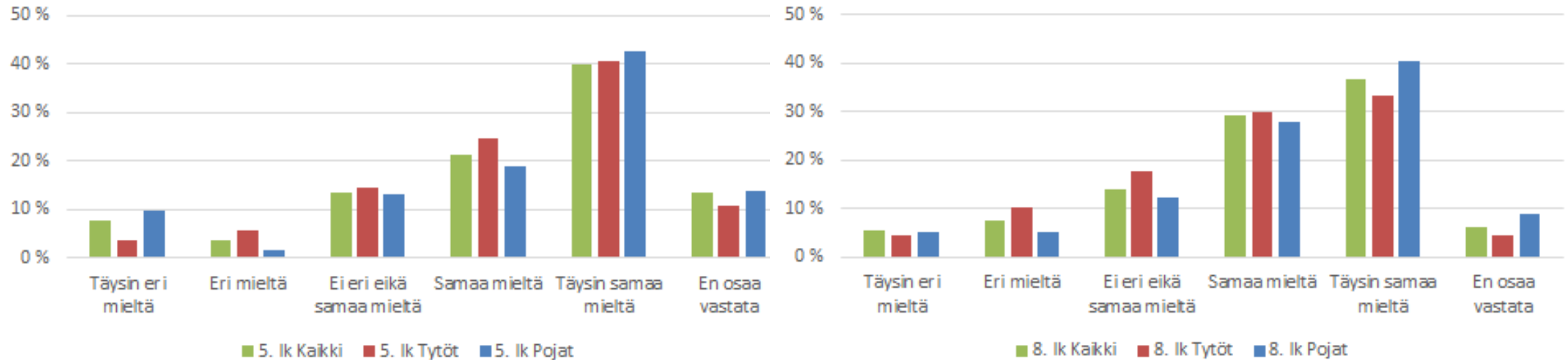


# MOVE!-kysely oppilaille

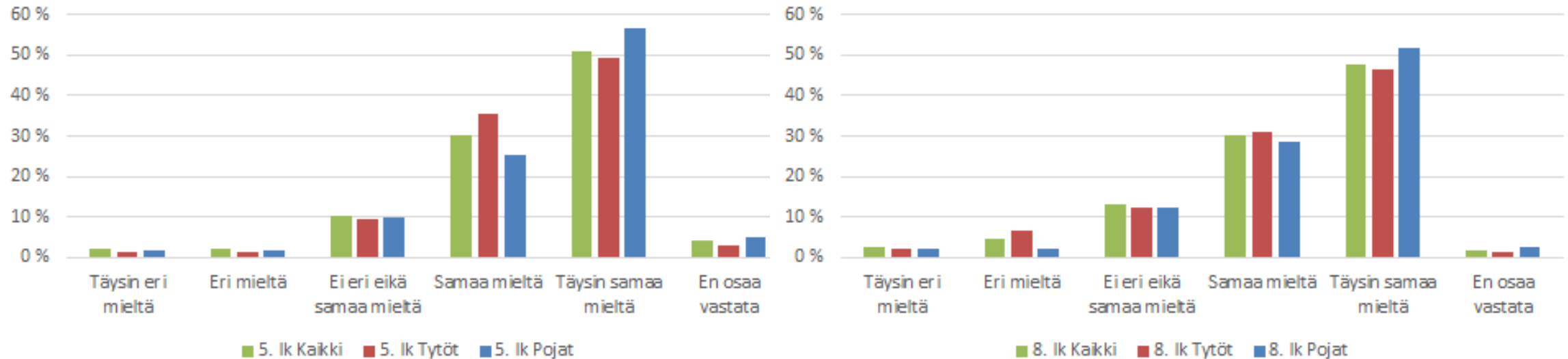
Kaupunki: Turku

Vastanneita: 823

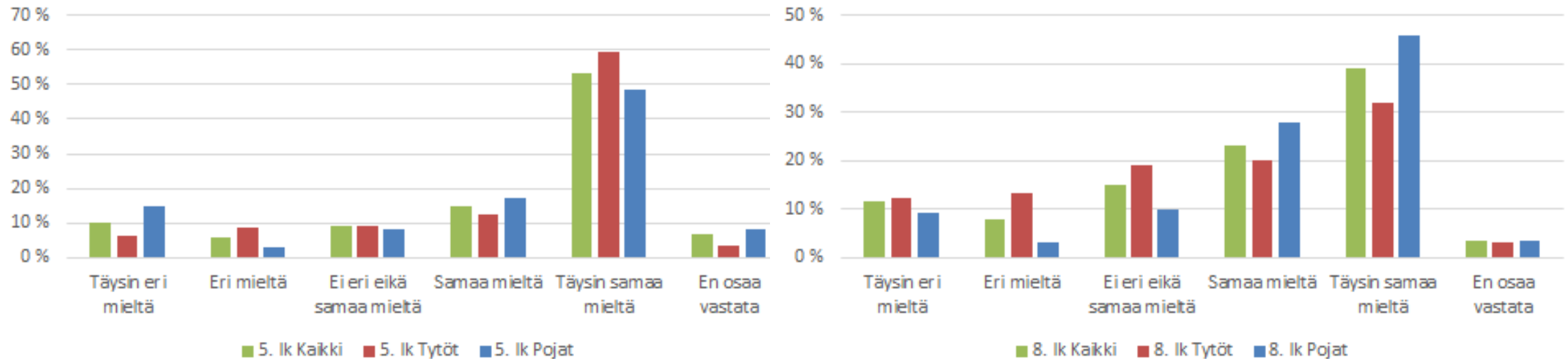
# Sain ennen Move!-mittauksia tietoa, miksi mittaukset tehdään



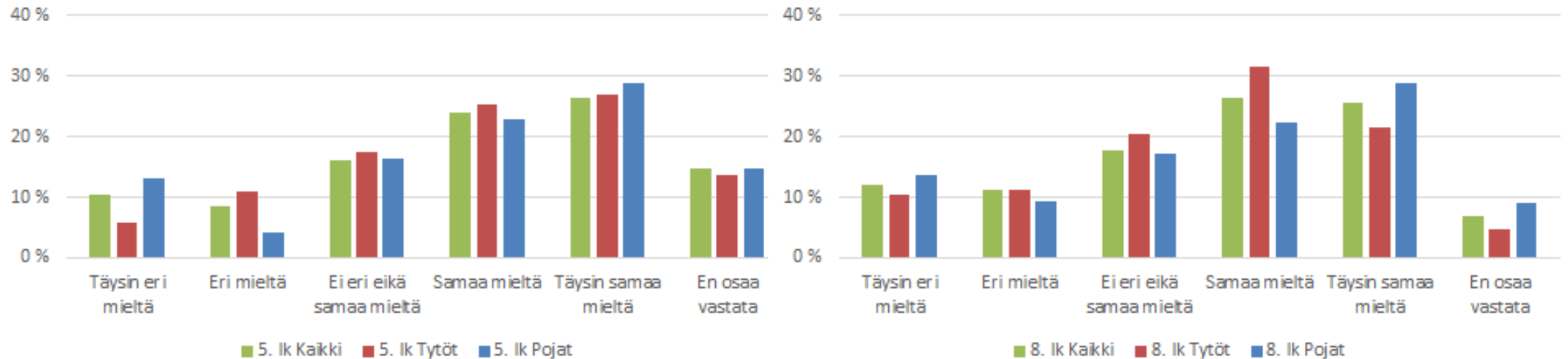
# Sain etukäteisen tietoa, millä tavoin Move!-mittaukset toteutetaan



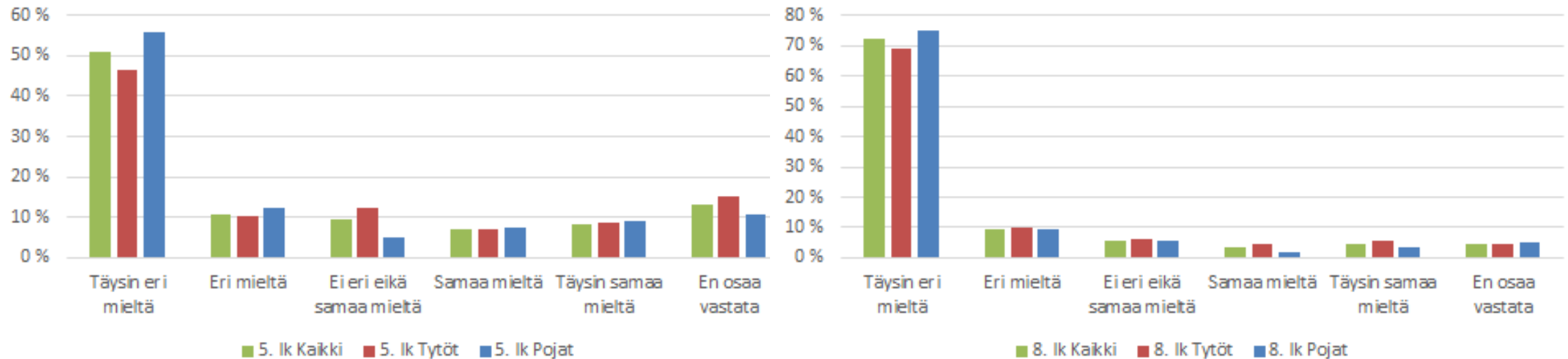
# Harjoittelimme koulussa etukäteen Move!-mittausten eri osioiden suoritustekniikoita



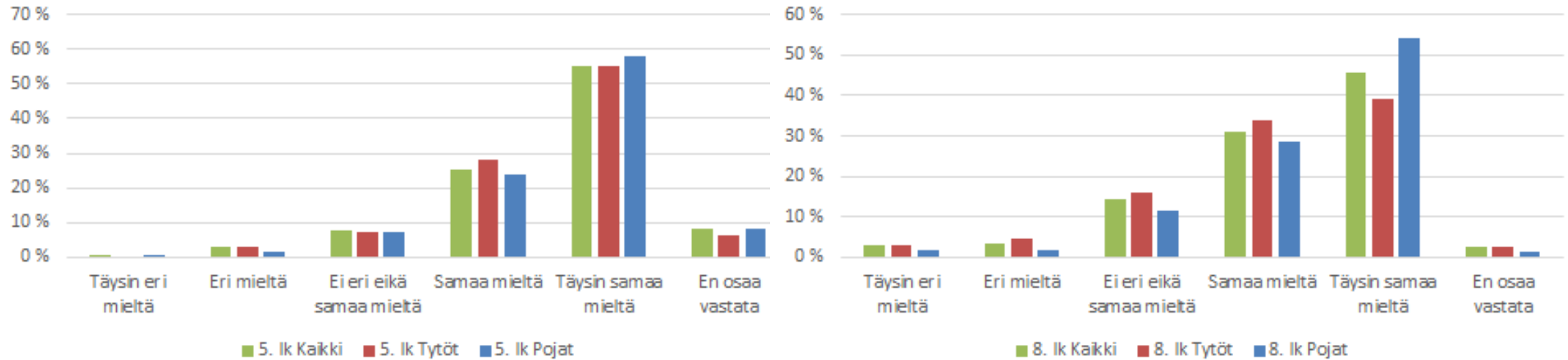
# Sain etukäteen tietoa mihin Move!-mittausten tuloksia käytetään



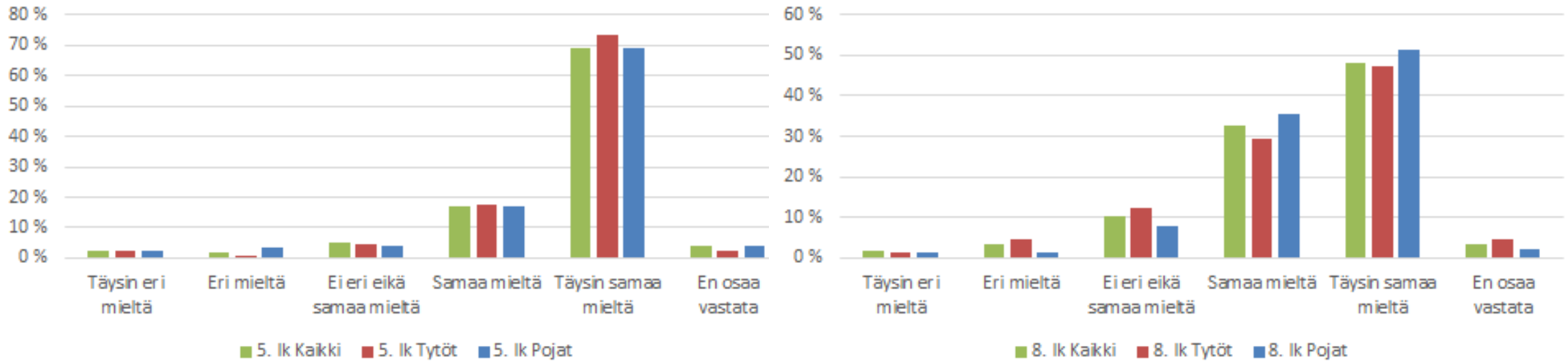
# Olin tutustunut Move!-verkkosivuihin ennen mittauksia



# Sain selkeät ohjeet Move!-mittausosioiden suorittamiseksi

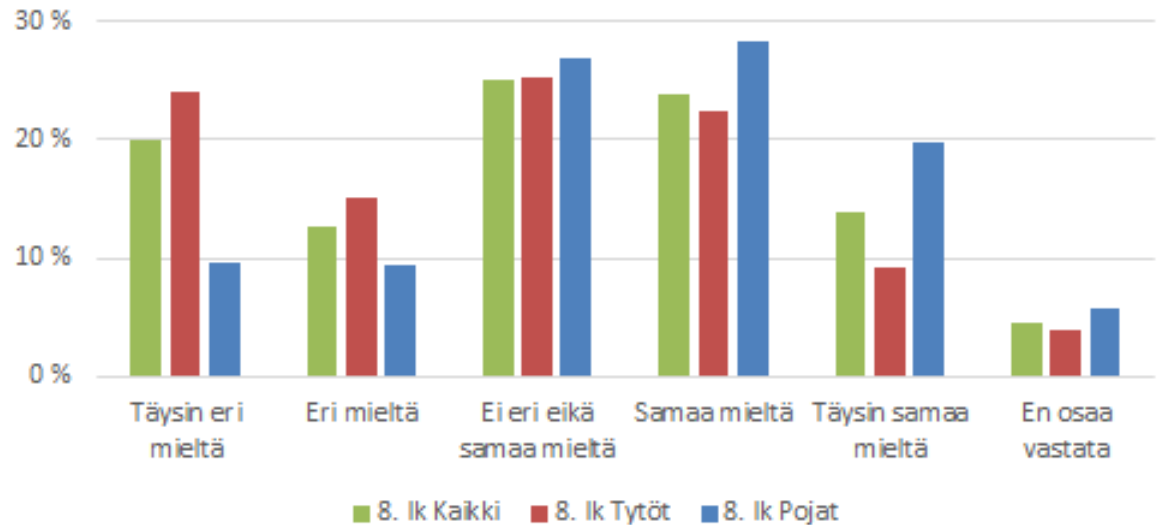
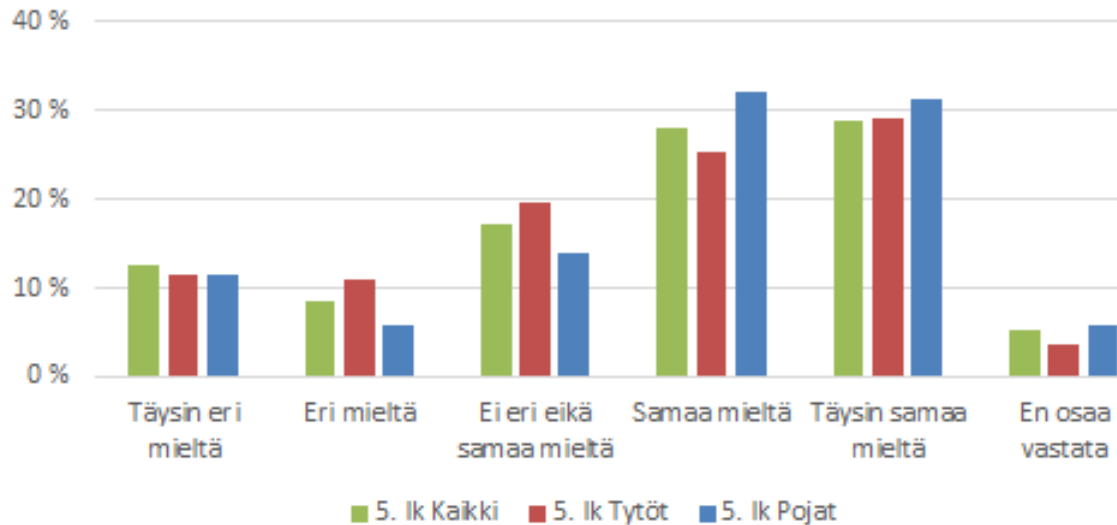


# Tein Move!-mittauksissa parhaani

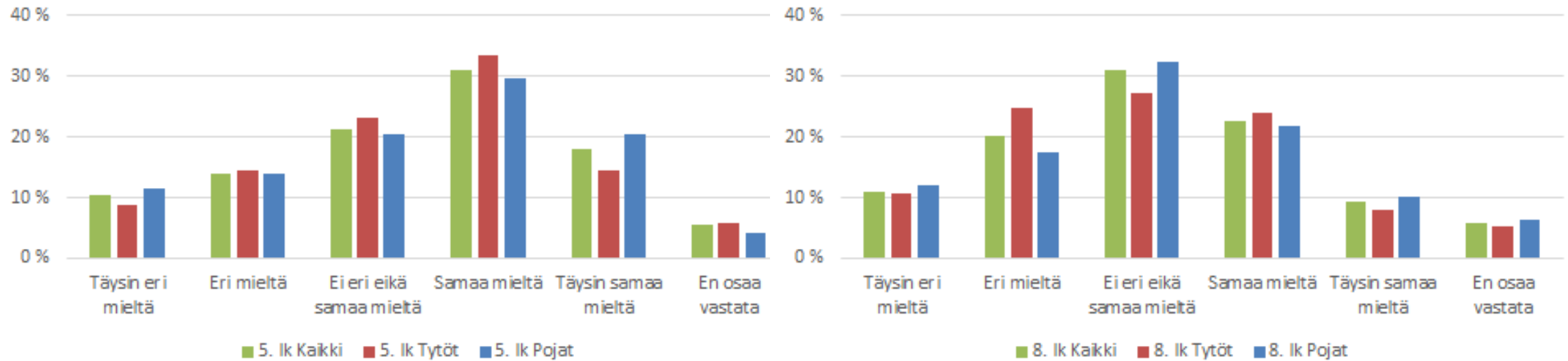




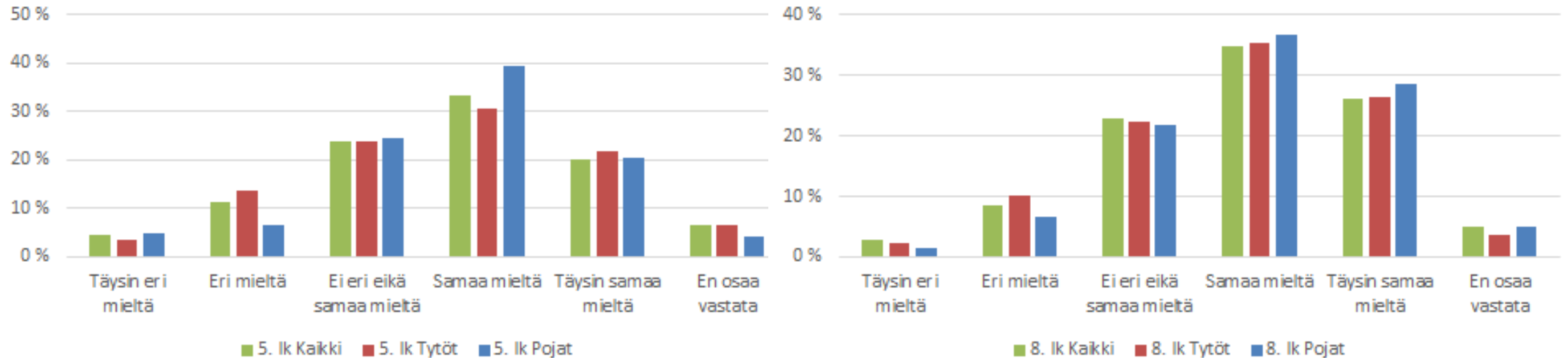
# Move!-mittaukset olivat mielestäni mukava kokemus



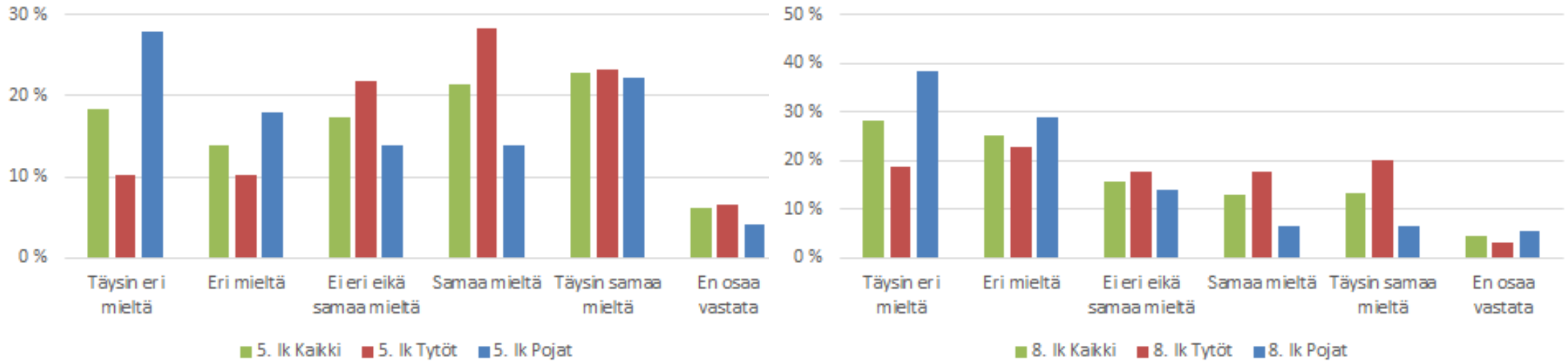
# Move!-mittaukset tuntuivat raskailta



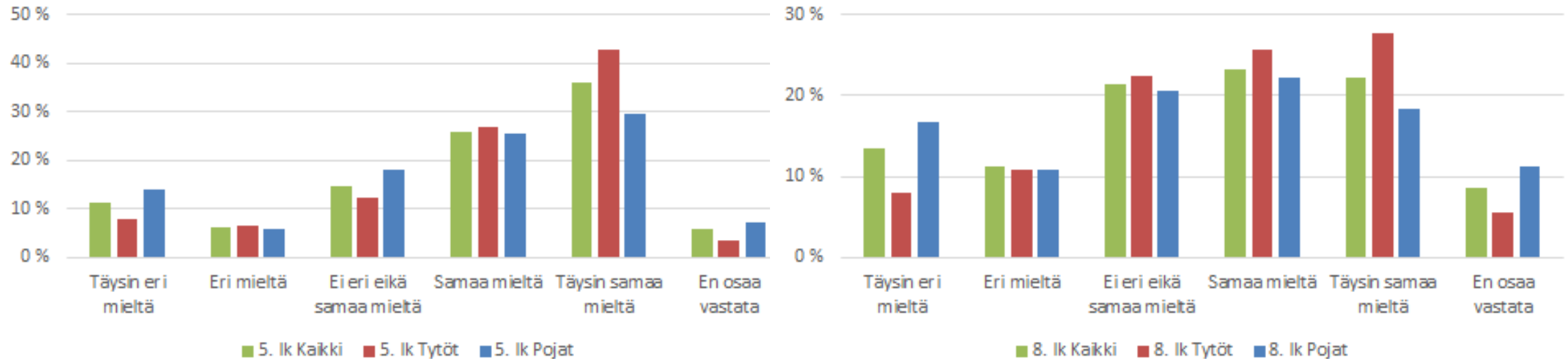
# Move!-mittausliikkeet olivat helppoja suorittaa



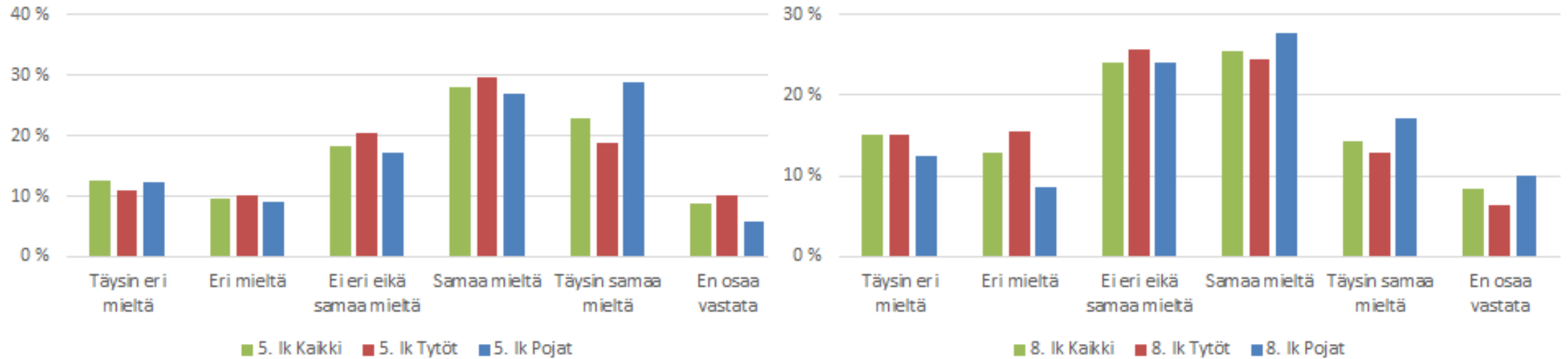
# Jännitin Move!-mittauksia



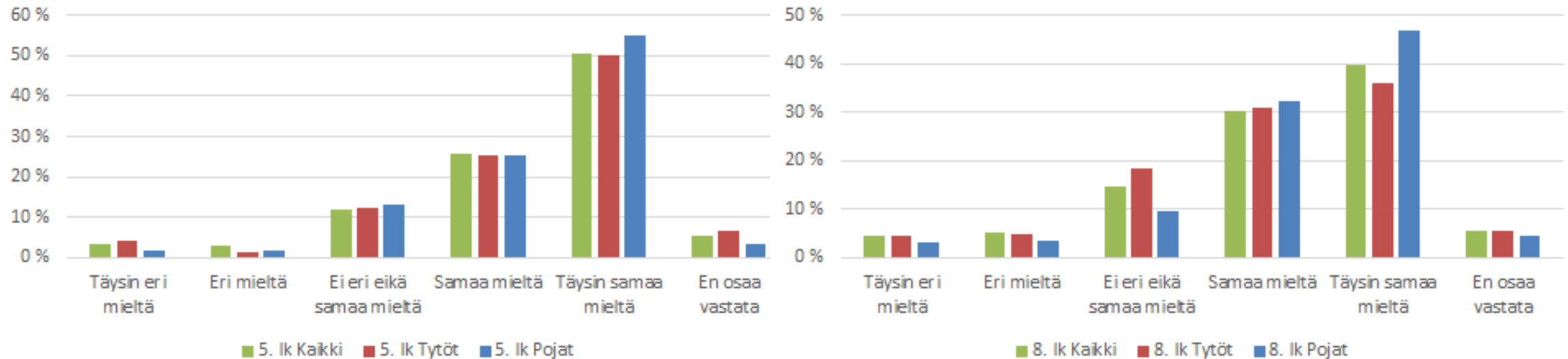
# Sain luokkakavereilta kannustusta ja tukea Move!-mittausten aikana



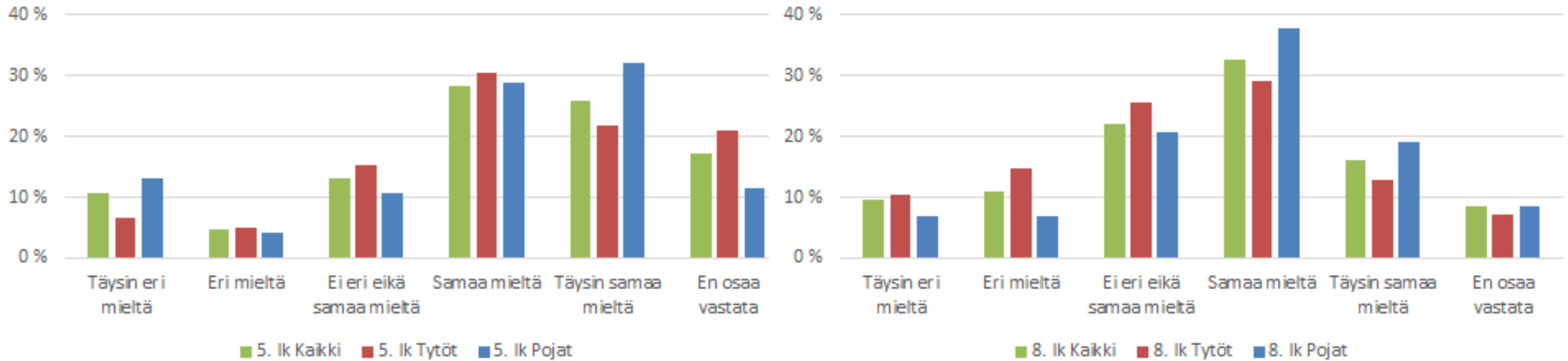
# Sain opettajilta kannustusta ja tukea Move!-mittausten aikana



# Minun oli helppo toimia muiden oppilaiden kanssa Move!-mittaustunneilla

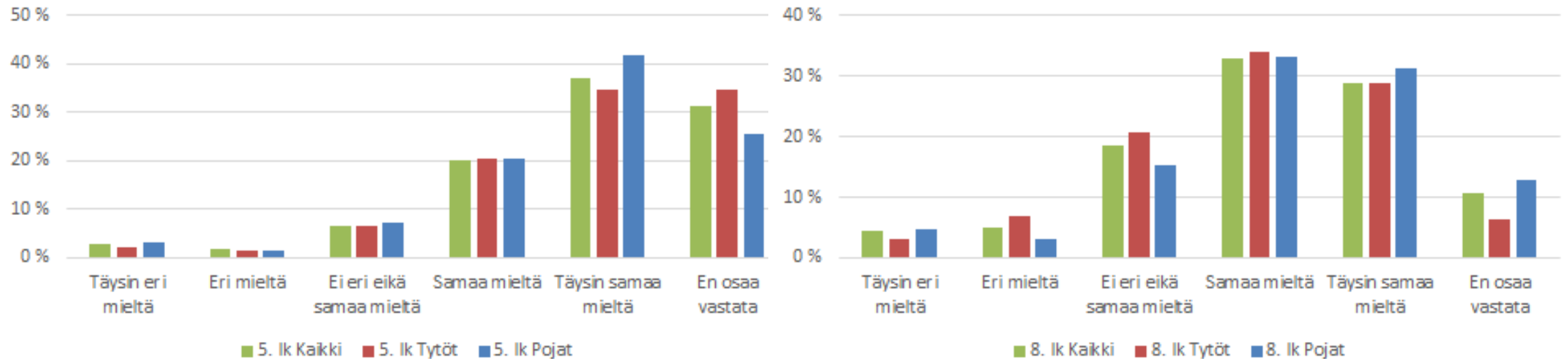


# Mielestäni Move!-tulokset kuvaavat minun tämänhetkistä fyysistä toimintakykyäni

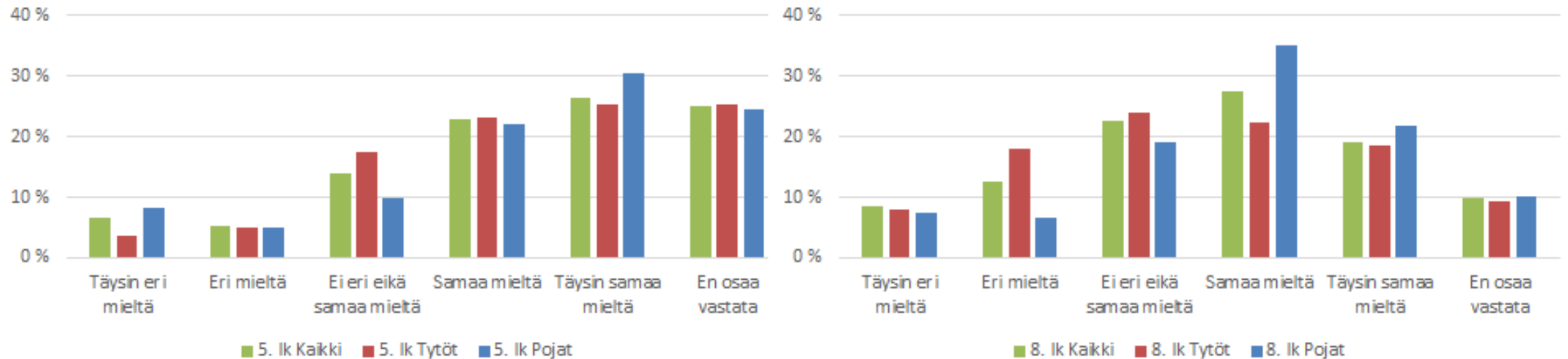




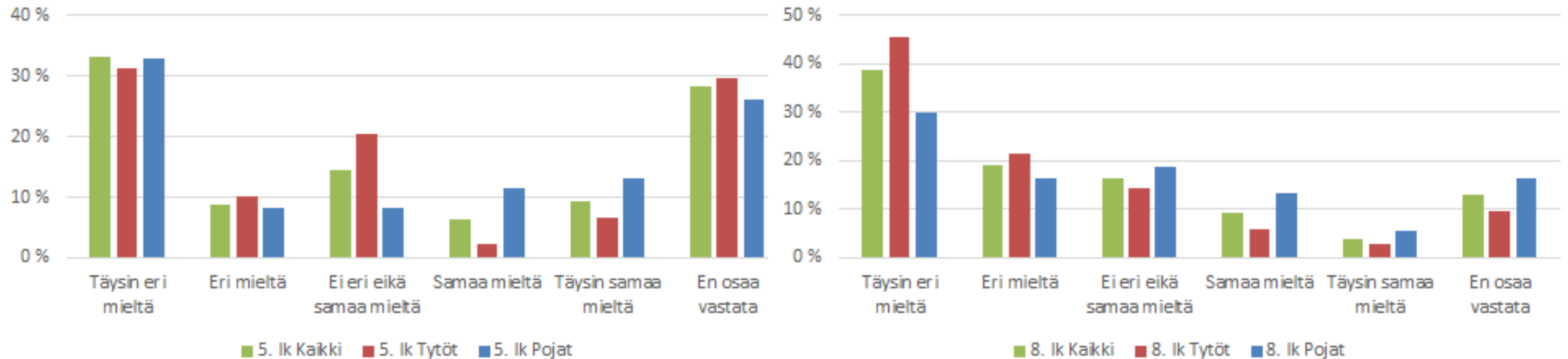
# Move!-mittauksista saamani oppilaan tuloslomake oli mielestäni selkeä



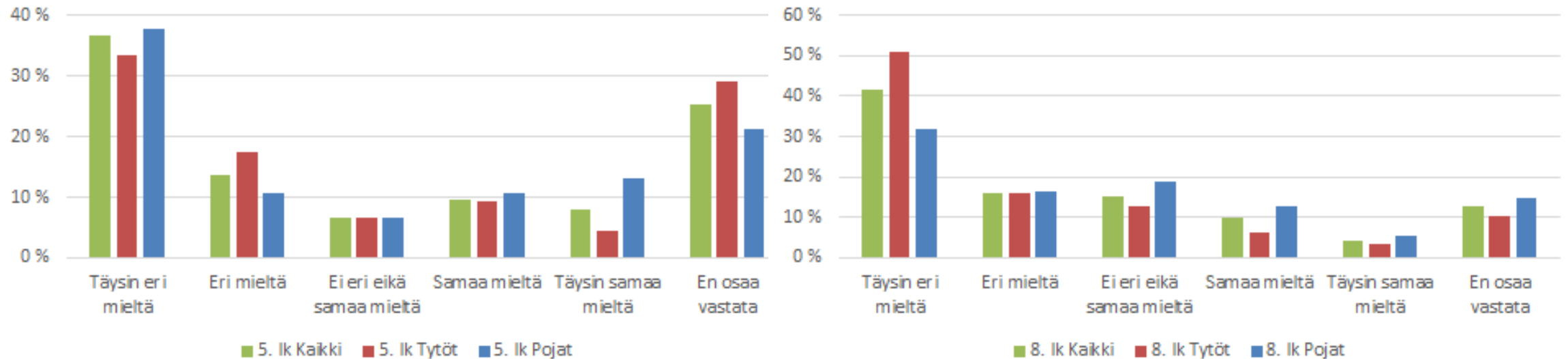
# Sain Move!-mittaustulosten avulla tietoa omasta kunnostani ja liikuntataidoistani



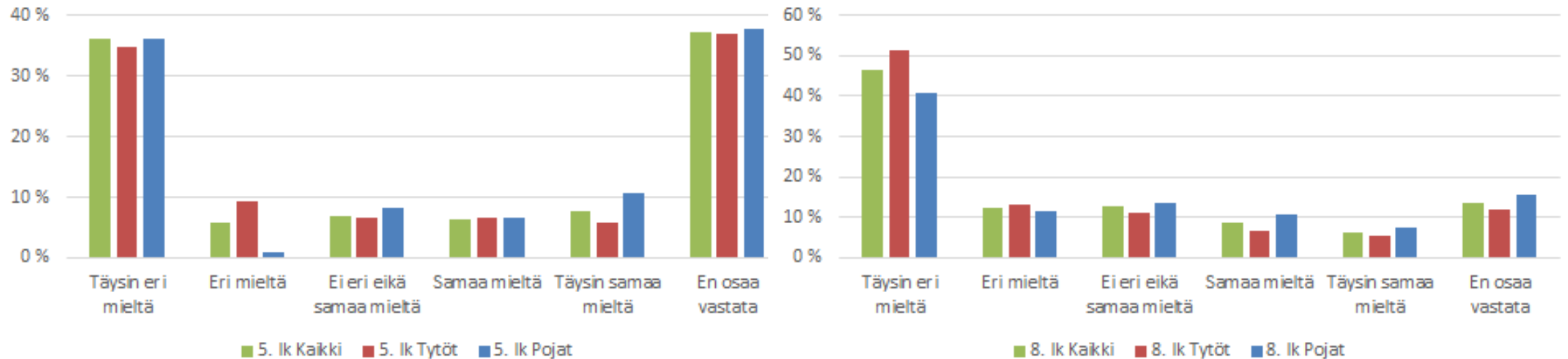
# Opettaja antoi minulle henkilökohtaista palautetta saamistani mittaustuloksista



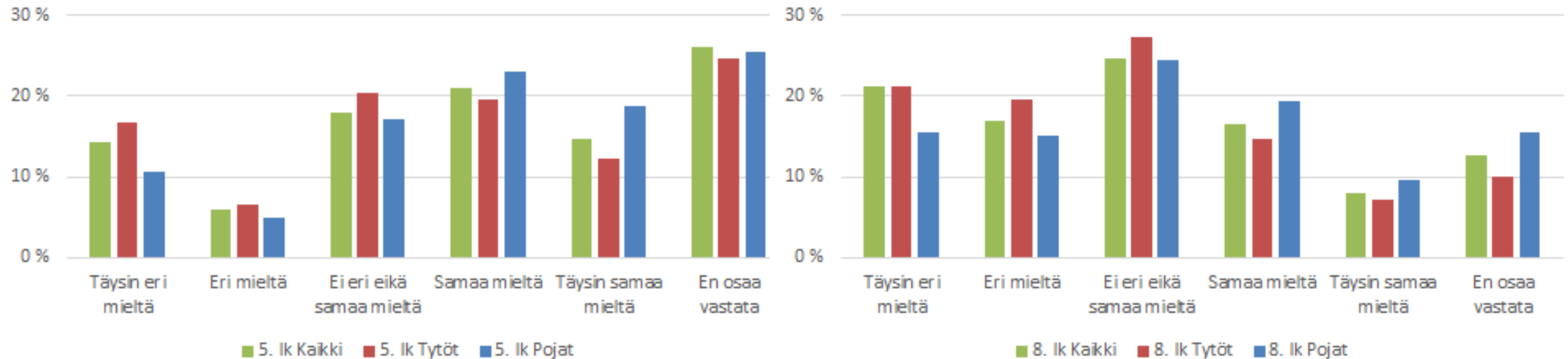
# Sain opettajalta ohjeita tai vinkkejä oman kuntoni ja liikuntataitojeni kehittämiseksi



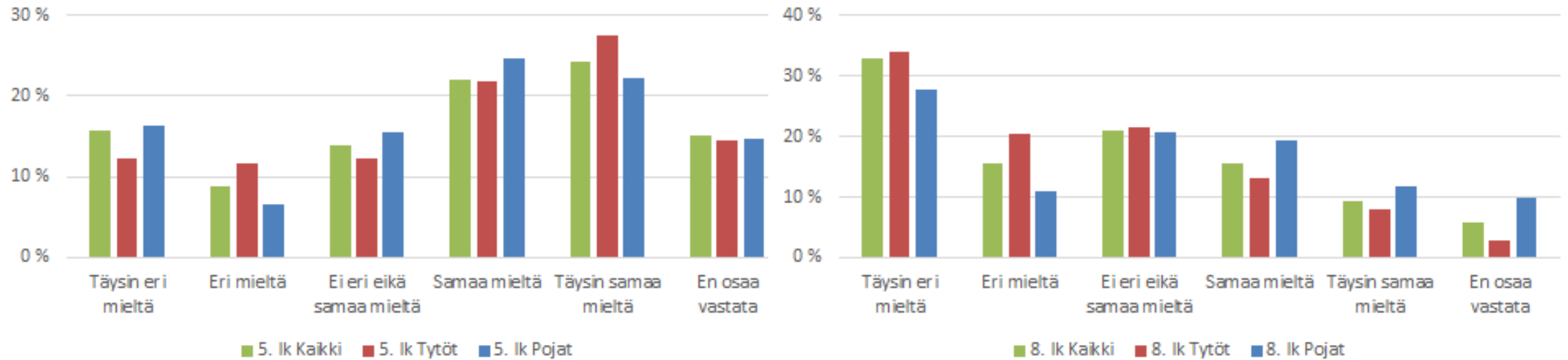
# Ryhmän Move!-tuloksia ja mittauskokemuksia käsiteltiin erillisellä tunnilla



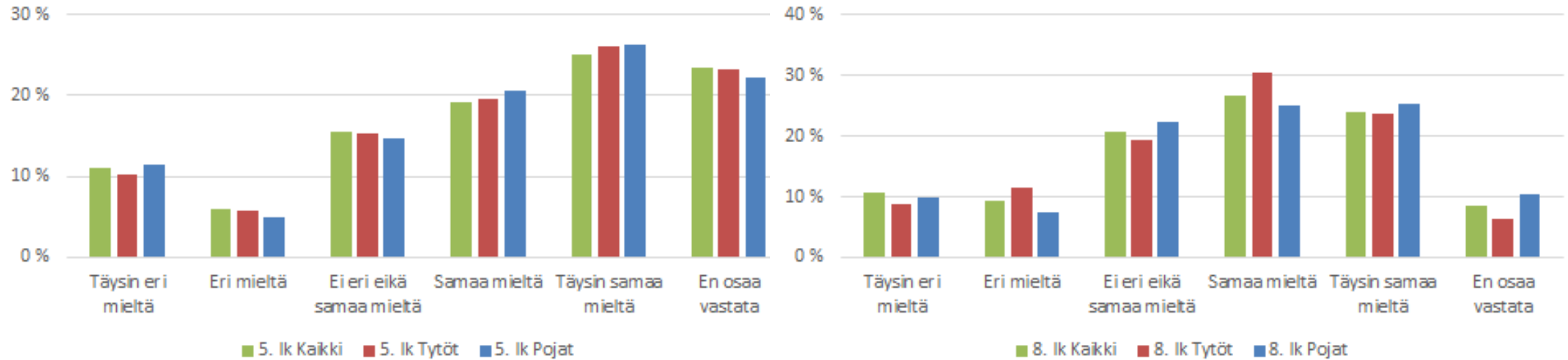
# Saamani mittaustulokset ja palaute innostivat minua kehittämään kuntoani ja liikuntataitojani



# Keskustelimme kotona Move!-mittaustuloksistani

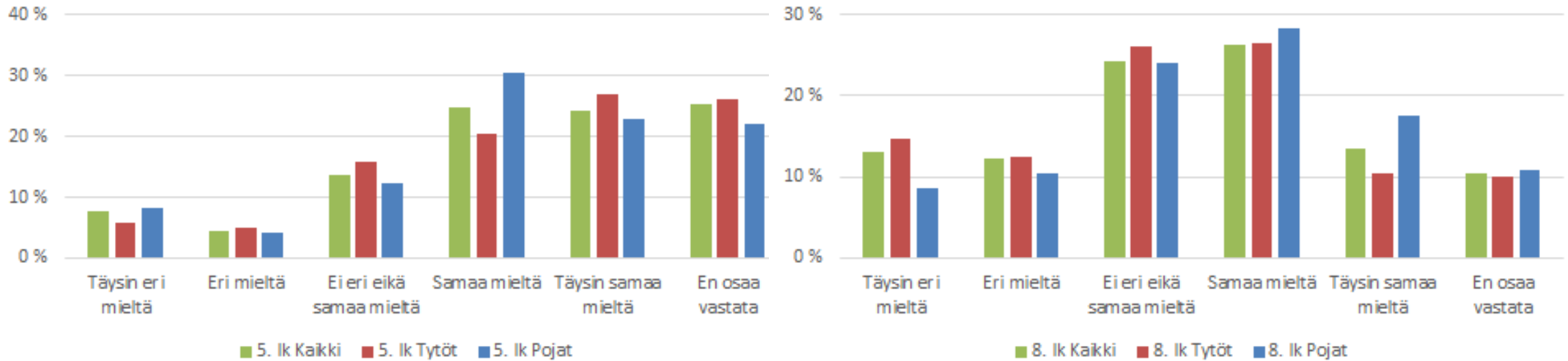


# Olen saanut tietoa koulussani ja kunnassani olevista harrastus- ja liikkumismahdollisuuksista





# Move!-mittaustulokset ja niiden kautta saamani palaute auttoivat minua ymmärtämään, kuinka tärkeää fyysinen toimintakykyni on jaksamiselle



# Kerro kokemuksistasi Move!-mittausosioihin ja mittaustilanteeseen liittyen. Mistä pidit ja mistä et pitänyt?

- Pidin eniten venytyksistä ja en kauheasti pitänyt viiva juoksusta. Move!-mittaus ei ollut mikään erityinen kokemus aika sellainen rankka mutta silti ihan kiva
- en pitänyt mistään MOVE mittauksiin liittyvästäkään ja vihaan niitä testejä yli kaiken koska koulussa ollaan oppimassa eikä tekemässä mitään liikunta juttuja
- Pidin viisiloikasta, pallonheitosta ja liikkuvuusosioista eli venyvyyttä käsittelevissä osioissa. En taas pitänyt piip-juoksusta ja lihaskuntoharjoituksista
- Pidin mittauksista muuten, mutta olisi voinut olla vielä joissain kohdissa vähän selkeämmät ohjeet liikkeiden suorittamiseen tai ne oltaisiin näytetty
- Miittaukset olivat ihan hyviä, ei ollut mitään ongelmia. Olin vähän surullinen, kun sain huonon tuloksen yhdessä lajissa, mutta se ei ole niin vakava
- at the beginning, I did not understand the task with the ball well and did it incorrectly, and about push-ups, I'm not sure if I did them correctly
- pidin pallonheitosta en pitänyt mistään muusta, sillä vatsat olivat idioottimaisia ja juoksun aikana en saanut henkeä, varmaan tuhkan/lian takia
- Minä en pitänyt siitä kun, Move!- mittauksien järkeen sattui jalkoihin ja pidin siitä kun, kaverit kannustivat minua ja minä kannustin kavereita
- Sukupuolia sai olla vain kaksi, joten opettajat laittoivat minut vuorotellen tyttöihin tai poikiin. Mielestäni nykyään voisi olla jo sekaryhmiä
- Pidin kaikista pisteistä. Pallon heitto oli hieman haastavaa, mutta sekin oli mukavaa. Olen tyytyväinen siihen, miten suoriuduin mittauksista
- Mittauspisteet olivat selkeitä ja niissä pystyi tekemään suorituksia rauhassa ja ajan kanssa. Ohjaajat auttoivat ja opettivat tarvittaessa
- Se oli ihan nice. Tykkäsin erityisesti juoksusta, mikä meni omasta mielestä myös hyvin! En taas oikein tykännyt ylävartalon kohotuksesta
- Mielestäni move mittaukset on perus juttu joka käydään 5- ja 8lk joten asia on mitä on. Ihan mukavaa oli ei mitään erityistä mielestäni
- Kaikki meni liian nopeasti ei ollu kunnolla selkeitä ohjeita ja tuntui kun kokoajan olisi ollut kiire ja ne pitää hoitaa nopeasti alta
- Mittausosioit ja mittaustilanteet olivat ihan ok. Pidin enemmän siitä lihaskunnosta ja pallon heittämisestä seinään päin oli tyhmää
- Jag tyckte om de olika sakerna vi gjorde, men jag hade varit sjuk före det så jag fick inte lika bra resultat som jag kunde ha fått
- Minä itse pidän pallon heitosta ja minä olen aina minulla ei ole hyvää fysiikkaa ja haluan parantua move mittaus todesi sen

# Vapaa palaute Move!-mittauksista

- On ihan tärkeät mittaukset eträ tietää vähän omaa kuntoa ja omia taitoja. Move-mittauksissa oli helppo saada täydet pisteet. Minusta niitä voisi nostaa
- Move!-testit ovat mielestäni loistava keksintö, jolla kannustetaan lapsia ja nuoria liikkumaan enemmän ja kerrotaan fyysisen toimintakyvyn tärkeydestä
- Minä rakastan liikuntaa vaikka olenkin liian heikko, koska liikunnassa voidaan leikkiä ja muutenkin liikunnan tuunit on vähän vapaampia tunteja
- Jos näitä on pakko tehdä niin ois kiva et niihin harjoteltaisiin etukäteen, mutta muuten iha ok. Aiheuttaa myös turhaa stressiä ainakin minulle
- Ihan okei, mutta kun on liikutaluokalla, on vähän tylsää mitata jollain tällaisilla testeillä omaa kuntoa, kun tietää sen olevan jo hyvä
- Move on minusta järkevä ja hyvä keksintö saada tietoon millainen lapsen kunto on odotan jo innolla seuraavia move!-mittauksia
- Move testit ei minua tai pariani mitenkään motivoinut liikkumaan enemmän vaan päinvastoin tulos masensi, täysin turhia
- Move on tärkeä ihmisille jotka eivät niinkään urheile. Itse urheilen joten Move oli mielestäni hieman turha minulle
- Move mittaukset ovat hyvä asia, sillä siitä sattaa saada innostusta liikuntaan ja saa tietää omasta kunnosta
- Mielestäni se ei ole sellainen juttu jota pitäisi jatkaa. Tulee suorituspaineita ja pettyy omaan kuntoonsa
- Oli muuten kivaa, mutta liikuntakiellon ja käden murtuman takia suoritukset olivat huonoja/en voinut tehdä
- Move-mittaus oli hieman rankkaa, . ja viivajuoksu oli kertakaikkiaan kärsimystä!. . Muuten ihan kivaa
- Movet ovat ihan kivaa vaihtelua koululiikunnalle, vaikka huonokuntoisemmille se voi olla häpän aihe
- No saa sillee tietoo et millanen kunto on jos tekee täysillä ku jotkut ei ees melkee yrittäny
- Move!-mittaukset olivat mielestäni ihan mukavat, koska siinä oli mukavia eri liikunta lajeja
- Hirveää ajan tuhlausta, ohjaajat saaneet erittäin huonon ohjeen miten heidän pitäisi toimia
- Ei se kerro nuorten yleiskunnosta että juostaan veren maku suussa monia minuutteja putkeen