



TURKU

Move! -toimintaohjeet kouluille



Move! pähkinänkuoressa



Move!-mittaukset suoritetaan vuosittain 5. ja 8. luokkien oppilaille syyskuun loppuun mennessä. Tarvittaessa mittaukset voidaan tehdä 4. ja 7. luokan keväällä huhtikuussa niiden oppilasryhmien osalta, joilla laajat terveystarkastukset ajoittuvat ennen 5. ja 8. luokan lukuvuoden alkua/syksyn **Move!**-mittauksia.



Opintopolku.fi -järjestelmä

- Varmistakaa (rehtori/koulusihteeri), että koulunne sähköpostiosoitteet ja yhteystiedot ovat ajan tasalla Opetushallituksen Opintopolku.fi -järjestelmässä!
- Opintopolku.fi -palvelussa on osoitekenttä "Move!-yhteyshenkilö". Tähän kenttään tulee kirjata koulusta henkilö, joka vastaa Move! -mittauksista sekä tulosten syöttämisestä tietojenkeruujärjestelmään. Opetushallinnon yleiset tiedotteet/kirjeet Move! -järjestelmästä toimitetaan sekä koulun yleiseen osoitteeseen, että Move!-yhteyshenkilölle, jonka on hyvä välittää uutiskirjeet mm. kouluterveydenhoitajalle, koululääkärille sekä kaikille 5. ja/tai 8. luokkien luokanopettajille/luokanvalvojille sekä liikunta- ja terveystiedon opettajille.
- Kasvatus- ja opetustoimi maksaa sovitun korvauksen henkilölle, joka syöttää tulokset valtakunnalliseen tietokantaan.



Ennen mittauksia

- Jokaiselle koululle suositellaan perustettavaksi oma Move!-työryhmä. Sopikaa koululla, kuka/ketkä opettaja/-t ovat vastuussa mittauksista (luokanopettaja, liikuntaa opettava opettaja, liikunnanopettaja, luokanvalvoja).
- Tutustukaa työryhmän kanssa Move!-n valtakunnalliseen [nettisivustoon](#), josta löytyvät mm. Move!-mittauskäsikirja, oppilaiden henkilökohtaiset tulokortit sekä mittausliikkeiden ohjevideot.
- Tutustukaa myös Turun kaupungin omaan [Move!-sivustoon](#), josta löytyvät mm. toimintaohjeet kouluille, opetusryhmäkohtaiset Excel-koontilomakkeet sekä huoltajatiedote eri kielille käännettynä.
- Sopikaa, kuka koulustanne vie opetusryhmäkohtaiset koontilomakkeet Extranetin Move!- koulukohtaiseen kansioon. Ilmoittakaa tämän henkilön sähköpostiosoite Extranetistä vastaavalle *terhi.oinonen(ät)turku.fi*.
- Kouluterveydenhoitajan kanssa on hyvä keskustella mittauksien ajankohdasta ja toteutuksesta, jotta he voivat mahdollisuuksien mukaan osallistua niihin.
- Mittauksista vastaa koulu, mutta ulkopuolista apuvoimaa mittausten toteutukseen saadaan AMK:n ja OKL:n opiskelijoilta. Koululiikunnanohjaaja lähettää kyselyn (rehtorit, liikuntavastaavat, liikunnanopettajat) apuvoimatarpeesta kouluille viikolla 9, johon koulujen tulee vastata 31.3. mennessä.
- Varmistakaa, että oppilaat ovat tutustuneet hyvissä ajoin etukäteen opettajansa (liikuntaa opettava opettaja/liikunnanopettaja) ohjauksessa mittauksen kaikkiin osa-alueisiin ja tietävät, miksi mittauksia tehdään. Mittaustilanteesta on hyvä keskustella kannustavasti ja rohkaisevasti. Näin vähennetään oppilaan mittaustilanteeseen liittyvää pelkoa ja ahdistusta.
- Informoikaa huoltajia Move!-mittauksista ja kehottakaa heitä myös keskustelemaan tulevista mittauksista huollettavan kanssa. Käytössänne on Turun kaupungin oma Move! -huoltajatiedote, jota pääsette muokkaamaan koululenne sopivaksi. Kyseinen tiedote löytyy Turun kaupungin omalta Move! -sivustolta.



Mittausten teko

- Suorittakaa mittaukset elo-syyskuun aikana (kevään mittausten osalta huhti-toukokuun aikana) siten, että ehditte syöttää tulokset valtakunnalliseen tietojenkeruujärjestelmään syyskuun loppuun mennessä. Huom! Myös keväällä tehtyjen mittausten tulokset kirjataan tietojenkeruujärjestelmään vasta syksyllä.
- Varmistakaa oppilaiden terveydentila ennen mittauksia! Sairaana mittauksiin ei pidä osallistua esim. jos oppilaalla on flunssa, kuume, yskä tai lääkärin/terveydenhoitajan kehoitus olla osallistumatta mittauksiin.
- Huomioikaa etenkin diabetesta tai astmaa sairastavien oppilaiden ohjeistus!
- Kouluterveydenhoitajan on hyvä osallistua mittaustilaisuuksiin, mikäli työtehtävät sen sallivat.
- Järjestäkää tarvittaessa uusintamittaustilaisuus sairaana tai muista syistä poissaolleille oppilaille.
- Mikäli oppilas ei esim. pelkotilan vuoksi halua osallistua mittauksiin, keskustelkaa ensin asiasta oppilaan ja huoltajan kanssa. Tarvittaessa ohjatkaa oppilas kouluterveydenhoitajan, koulukuraattorin tai koulupsykologin vastaanotolle.



Mittausten jälkeen

- Mittaustilaisuudessa tulokset on kirjattu oppilaan henkilökohtaiseen tuloskorttiin. Kopioikaa oppilaiden tulokset opetusryhmäkohtaiselle Excel-lomakkeelle, joka löytyy kaupungin **Move!**-sivulta. Lisätkää tähän opetusryhmäkohtaiseen koontilomakkeeseen kaikkien oppilaiden nimet, myös niiden oppilaiden nimet, jotka eivät osallistuneet mittauksiin ja merkitkää heille ruksi Ei osallistunut -sarakeeseen.
- Tallentakaa lomake koululla arkistointiohjeiden mukaisesti.
- Lukuvuoden alussa 5. ja 8. -luokkalaisten huoltajat ovat täyttäneet Oppilaan tiedot -lomakkeen Wilmassa, jossa **Move!**-mittaustulosten tiedonsiirtolupaa koulusta kouluterveydenhuollon käyttöön on kysytty.
- Kopioikaa opetusryhmäkohtainen koontilomake ja poistakaa lomakkeesta niiden oppilaiden mitaustulokset, joiden huoltaja ei ole antanut lupaa mitaustulosten siirtämiseen kouluterveydenhuoltoon. Huomioikaa, että ette poista kyseisten oppilaitten nimiä, vaan ainoastaan mitaustulokset. Viekää tämä lomake extranettiin **Move!**-sivulla olevaan oman koulunne kansioon, josta kouluterveydenhuollon työntekijät pääsevät niitä myös tarkastelemaan.
- Tulokset kirjataan valtakunnalliseen tietojenkeruujärjestelmään Opintopolku.fi -järjestelmään nimeyty henkilön toimesta.
- Lähettäkää oppilaan henkilökohtainen tuloskortti oppilaan mukana kotiin tarkasteltavaksi. Kaupungin **Move!**-sivustolta löydätte valmiin Wilma-viestipohjan Mittaustuloksista koteihin viestiminen.
- Luokanopettaja tai liikuntaa opettava opettaja (5. lk) ja liikunnanopettaja (8. lk) antaa palautetta oppilaille mitaustuloksista huomioiden etenkin heikot mitaustulokset saaneet oppilaat, joille henkilökohtaisen palautteen antaminen on tärkeää.
- Liikuntaa ja terveystietoa opettavat opettajat huomioivat tulokset liikunnan ja terveystiedon oppituntien sisältöjä suunnitellessaan.
- Kouluterveydenhuollossa sekä koulun liikunnanopettajan ja etsivän harrastusohjaajan toimesta ohjataan oppilaita harrastusten pariin kertomalla esim. koulukohtaisista harrastelukkareista, MIHI-toiminnasta sekä harrastamisen tuet -mahdollisuuksista.



Tulosten käsittely koulussa

- Koulukohtaiset yhteenvedot saapuvat kouluille marraskuun loppuun mennessä.
- Koulun oma **Move!**-työryhmä tai erikseen nimetty ryhmä tutustuu koulun omiin **Move!**-tuloksiin ja esittelee ne koulun KOR-ryhmälle. Myös Kouluterveyskyselyn tulokset on hyvä käsitellä samassa yhteydessä.
- KOR-ryhmä päättää, mihin fyysisen toimintakyvyn osa-alueisiin (esim. 2-3 kpl) koulu erityisesti panostaa toimenpiteillään kuluvan lukuvuoden aikana ja huolehtii, että näiden toimenpiteiden toteutusta seurataan ja arvioidaan.
- Luokkatunneilla kaikkien luokka-asteiden oppilaita osallistetaan suunnittelemaan, mitä konkreettisia toimenpiteitä koulussa tehdään valittujen fyysisen toimintakyvyn osa-alueiden parantamiseksi. (Tueksi luokkatunneille esim. [Skillikortit](#))
 - päivittäin tehtävät toimenpiteet
 - viikoittain tehtävät toimenpiteet
 - kuukausittain tehtävät toimenpiteet
- Jokainen opettaja sitoutetaan toteuttamaan KOR-ryhmässä, opettajakokouksessa tai luokkatunneilla tehdyistä ehdotuksista valittuja toimenpiteitä. Opettaja toimii esimerkkinä oppilaille.
- Huom! Koulun **kaikki** oppilaat/luokat osallistuvat valittujen toimenpiteiden tekemiseen.
- Turun AMK:n fysioterapeuttipiskelijat ovat tehneet valmiita liikuntaläksypaketteja, jotka on helppo ottaa käyttöön. Liikuntaläksypaketit löytyvät [täältä](#) (ainoastaan suomenkielisinä).
- Lisäksi suositellaan, että jokaisen koulun 5. ja 8. luokkien oppilaiden vanhempainilloissa käydään läpi vähintään koulukohtaiset **Move!**- ja Kouluterveyskyselyn tulokset sekä toimenpiteet, joihin koulussa on ryhdytty oppilaiden fyysisen toimintakyvyn ja yleisen hyvinvoinnin parantamiseksi. Esi-tellään mielellään myös koko Turun sekä myös valtakunnalliset **Move!**-tulokset.
- Kutsutaan huoltajat osallistumaan yhteisiin talkoisiin oppilaiden fyysisen toimintakyvyn sekä yleisen hyvinvoinnin parantamiseksi arjen aktiivisuutta lisäämällä.