



Fyysisen toimintakyvyn
seurantajärjestelmä

Uppföljningssystemet för den
fysiska funktionsförmågan

Tulokset syksy 2022
Resultat hösten 2022

Raportti tarkastettu/päivitetty 16.1.2023
Rapporten granskad/uppdaterad 16.1.2023



Pyhäraanta



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSSTYRELSEN



JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ



SOSIAALI- JA
TERVEYSMINISTERIO



Move! on perusopetuksen 5. ja 8. vuosiluokkien oppilaille tarkoitettu fyysisen toimintakyvyn valtakunnallinen mittaus- ja palautejärjestelma, jonka keskeisenä tarkoituksena on kannustaa omatoimiseen fyysisestä toimintakyvystä huolehtimiseen. Move!-mittaustuloksia hyödynnetään esimerkiksi koulujen liikunnanopetuksessa, kouluterveydenhuollon järjestämissä terveystarkastuksissa sekä valtakunnallisten, alueellisten ja paikallisten hyvinvointitoimenpiteiden suunnittelussa, seurannassa ja arvioinnissa.

Move!-järjestelmässä mitataan:

- fyysisiä ominaisuuksia (kestävyys, nopeus, voima ja liikkuvuus)
- motorisia taitoja (tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaidot)
- havaintomotorisia taitoja.

Raportissa esitellään* mittausosioittain 5. ja 8. luokkalaisten oppilaiden:

- mediaanitulos
- tulosten jakauma (ei kouluraportissa)
- prosenttiosuus (%) eri tulosluokkiin kuuluvista oppilaista.

*Tulokset esitetään, mikäli mittaustuloksia on vähintään yhdeksän.

Move! är ett riksomfattande mätnings- och responssystem för den fysiska funktionsförmågan som är avsett för elever i årskurs 5 och 8 inom den grundläggande utbildningen. Det centrala syftet med systemet är att uppmuntra eleverna att på egen hand ta hand om den fysiska funktionsförmågan. Move!-mätsresultaten används till exempel i skolornas gymnastikundervisning, hälsoundsökningar som ordnas av skolhälsovården samt i planeringen, uppföljningen och utvärderingen av riksomfattande, regionala och lokala välfärdsåtgärder.

Move!-systemet mäter:

- fysiska egenskaper (uthållighet, snabbhet, styrka och rörlighet)
- motoriska färdigheter (balans, rörelse och redskapshantering)
- perceptionsmotoriska färdigheter.

I rapporten presenteras* för elever i årskurs 5 och 8 enligt mätningsdel:

- medianresultatet
- resultatens fördelning (inte i den skolvisa rapporten)
- procentuell andel (%) av eleverna som hör till olika resultatklasser.

* Resultaten redovisas om det finns minst nio mätsresultat.

Palautejärjestelmän tulosluokat

Resultatklasser i responssystemet



Mittaustulos on terveytä ja hyvinvointia edistävällä tasolla eli oppilaan fyysisen toimintakyky edistää hänen fyysisistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan.



Mittaustulos on terveytä ja hyvinvointia ylläpitävällä tasolla eli oppilaan fyysisen toimintakyky ylläpitää hänen fyysisistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan.



Mittaustulos on mahdollisesti terveytä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla eli oppilaalla voi olla vaikeuksia selviytyä väsymättä arkipäivän toiminnosta.

Mätresultatet ligger på en nivå som främjar hälsa och välbefinnande, dvs. elevens fysiska funktionsförmåga främjar hans eller hennes fysiska, psykiska och sociala välbefinnande.

Mätresultatet ligger på en nivå som upprätthåller hälsa och välbefinnande, dvs. elevens fysiska funktionsförmåga upprätthåller hans eller hennes fysiska, psykiska och sociala välbefinnande.

Mätresultatet ligger eventuellt på en nivå som förbrukar eller inverkar skadligt på hälsa och välbefinnande, dvs. eleven kan ha svårt att klara av vardagliga funktioner utan att bli trött.

Mittaustulosten hyödyntäminen



Oppilas ja perhe

- Oppilas saa tietoa ja palautetta omasta fyysisestä toimintakyvystään sekä kannustusta ja vinkkejä sen kehittämiseen. Lisätieto: www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-palaute-oppilaalle
- Huoltajat saavat tietoa lapsensa fyysisen toimintakyvyn tilasta sekä siitä, mihinasioihin heidän tulisi kiinnittää huomiota. Lisätieto: www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-palaute-huoltajalle

Koulutervydenhuolto

- Koulutervydenhoitajat ja -lääkärit saavat tietoa oppilaan fyysisestä toimintakyvystä, jota he voivat hyödyntää osana laajoja terveystarkastuksia, joissa keskustellaan lapsen jaksamisesta, hyvinvoinnista ja oppimista tukevista tai haittaavista tekijöistä. Lisätieto: www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-palaute-opettajille-ja-terveydenhuollolle
- Move!-mittaukulokset siirretään koulutervydenhuollon käyttöön oppilaan huoltajan luvalla.

Opettajat ja kouluyhteisö

- Opettajat ja koulu saavat tietoa siitä, mihin fyysisen toimintakyvyn osa-alueisiin voidaan opetuksen suunnittelussa kiinnittää huomiota.
- Tuloksia voidaan käsitellä yhteisöllisessä oppilashuoltotyössä kuten vanhempainilloissa sekä osana eri oppiaineiden opetusta (kuten terveystieto ja liikunta), monialaisia oppimiskokonaisuuksia ja laaja-alaista osaamista.
- Tukea tarvitseville oppilaille voidaan tarjota tutkitoimia (esim. kerho) fyysisen toimintakyvyn kehittämiseen.
- Tukea ja ideoita sekä paikallisia esimerkkejä Move!-järjestelmän hyödyntämiseksi: www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tukea-ja-ideoita

Valtakunta, hyvinvointialue, maakunta ja kunta

- Move!-mittaukset tuottavat tietoa valtakunnan, hyvinvointialueiden, maakuntien ja kuntien tasolla päätöksentekijöille liikunnan, terveyden ja hyvinvoinnin edistämistoimenpiteiden kehittämistä ja seurantaa varten.

Nyttan med mätresultaten



För eleverna och deras familjer

- Varje elev får information och respons angående sin fysiska funktionsförmåga samt uppmuntran och tips om hur den kan utvecklas. Mer information: www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/move-respons-elever
- Elevens vårdnadshavare får information om hur det står till med barnets fysiska funktionsförmåga och vad de bör fästa uppmärksamhet vid. Mer information: www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/move-respons-vardnadshavare

Skolhälsovården

- Skolhälsovårdaren och skolläkaren får information om elevens fysiska funktionsförmåga, som de kan utnytta som ett led i skolans omfattande hälsoundersökningar där man tar upp barnets allmäntillstånd, välmående samt faktorer som stöder eller försvärar barnets lärande. Mer information: www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/move-respons-larare-och-skolhalsovard
- Move!-mätresultaten överförs till skolhälsovården med tillstånd av vårdnadshavaren.

Lärarna och skolsamfundet

- Lärarna och skolan får information om vilka delområden inom den fysiska funktionsförmågan de ska fokusera på när de planerar undervisningen.
- Resultaten kan behandlas i det gemensamma elevvärdsarbetet, som t.ex. på föräldramöten eller som en del av undervisningen i olika läroämnen (som t.ex. hälsokunskap och gymnastik), mångsidig kompetens och mångvetenskapliga lärområden.
- Elever som behöver stöd kan erbjudas stödåtgärder (t.ex. en klubb) för att höja sin fysiska funktionsförmåga.
- Stöd och idéer samt lokala exempel för att utnyttja Move!-systemet:
<https://www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/move-stod-och-ideer>

Information på riksnivå, välfärdssmrådesnivå, kommunnivå och landskapsnivå

- Move!-mätningarna ger beslutsfattarna information på riksnivå, välfärdssmrådesnivå, landskapsnivå och kommunnivå för utveckling och uppföljning av idrotts-, hälso- och välfärdsfrämjande åtgärder.

Mittaustulosten määät Antal mätresultat



	Pojat / Pojkar	Tytöt / Flickor	Yhteensä / Totalt
Pyhäraanta			
5. luokka/5. klass	22	8	30
Yhteensä/Totalt	22	8	30
Koko maa/Hela landet			
5. luokka/5. klass	26971	26703	53674
8. luokka/8. klass	26346	26093	52439
Yhteensä/Totalt	53317	52796	106113

Tulosten yhteenvetö: Pyhärinta

Sammandrag över resultaten: Pyhärinta



OSIO AVSNITT	5. luokka / 5. klass		8. luokka / 8. klass	
	Pojat / Pojkar	Tytöt / Flickor	Pojat / Pojkar	Tytöt / Flickor
20 metrin viivajuoksu (mediaani, min:sek)				
20 meters skyttellöpning (median, min:sek)	05:14			
Muutos / Förändring (2021-2022)	+01:30			
Vauhditon 5-loikka (mediaani, metriä)				
5-steg utan ansats (median, meter)	7.20			
Muutos / Förändring (2021-2022)	-0.47			
Heitto-kiinniottoyhdistelmä (mediaani, krt)				
Kast med lyra (median, antal)	11.5			
Muutos / Förändring (2021-2022)	-0.5			
Ylävartalon kohotus (mediaani, krt)				
Höjning av överkroppen (median, antal)	22.5			
Muutos / Förändring (2021-2022)	-25.5			
Etunojapunerrus (mediaani, krt)				
Armpress (median, antal)	13			
Muutos / Förändring (2021-2022)	-3			
Liikkuvuus, yhteensä (keskiarvo %, kyllä)				
Kroppens rörlighet totalt (medelvärde %, ja)	58			
Muutos / Förändring (2021-2022)	-22			

Fyysisen toimintakyvyn kokonaistulos: Pyhärinta



Totalt resultat för den fysiska funktionsförmågan: Pyhärinta

Tulos ilmaisee prosentiosuuden oppilaista, joiden fyysisen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla. Laskennassa on huomioitu kaikki fyysisen toimintakyvyn osa-alueet. Lisätietoa fyysisen toimintakyvyn summaaindikaattorista: <https://www.sotkanet.fi> (indikaattorit 5477 ja 5478).

Resultatet beskriver den procentuella andelen av eleverna vars fysiska funktionsförmåga är på en nivå som eventuellt förbrukar eller inverkar skadligt på hälsan och välbefinnandet. Vid beräkningen har alla delområden av den fysiska funktionsförmågan beaktats. Mer information om summaindikatorn för den fysiska funktionsförmågan: <https://www.sotkanet.fi> (indikatorerna 5477 och 5478).

Luokka / Klass	Pojat / Pojkar	Tytöt / Flickor	Yhteensä / Totalt
5. luokka/5. klass	52.6 %		51.9 %
8. luokka/8. klass			
molemmat luokat/båda klasserna	52.6 %		51.9 %

20 metrin viivajuoksu

20 meters skyttellöpning



Mittaa kestävyyttä ja liikkumistaitoja
Mäter uthållighet och rörelseförmåga

Oppilas juoksee edestakaisin 20 metrin matkaa kiihtyvässä ääninauhan mukaisessa tahdissa. Tulos on kokonaisaika, jonka oppilas jaksaa juosta annetussa tahdissa.

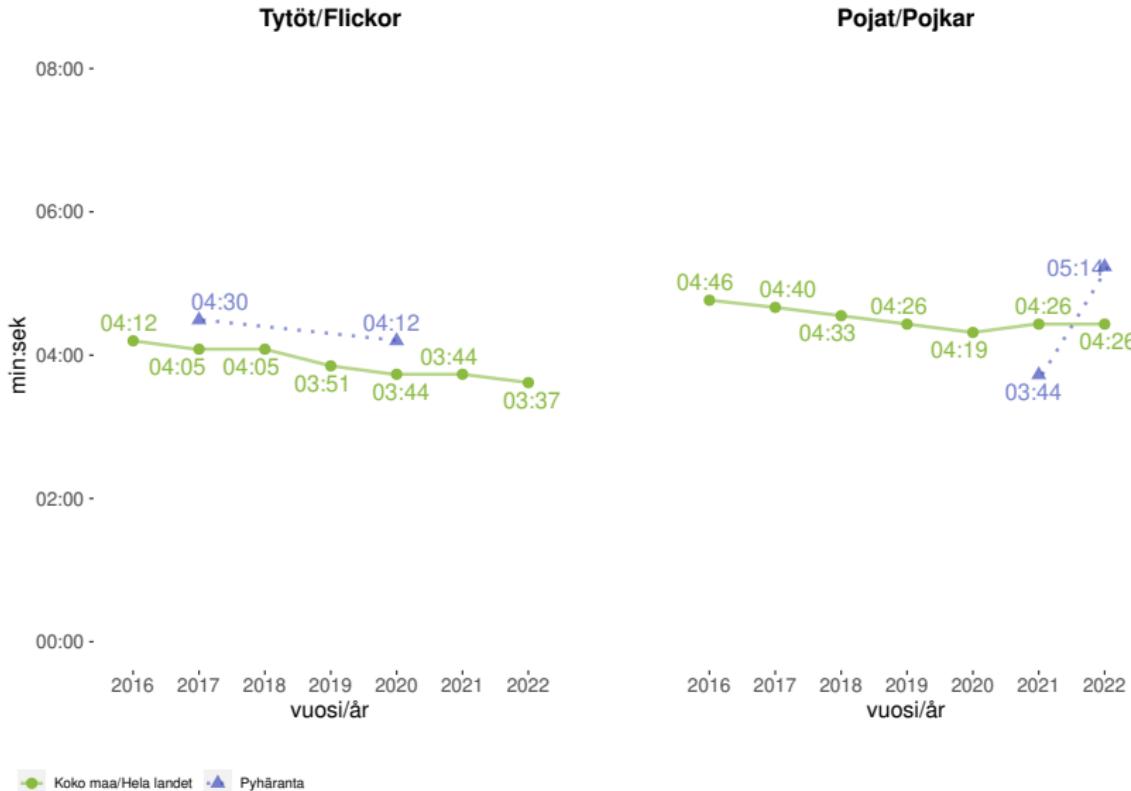
Eleven springer fram och tillbaka 20 meter i accelererande takt enligt ljudupptagningen. Resultatet är den tid eleven totalt orkar springa i takt.



	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	1	21
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	0	8



20 m viivajuoksu, mediaani (aika), 5. luokka
20 m skyttellöpning, median (tiden), 5. klass



20 m viivajuoksu, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka
20 m skyttellöpning, resultatklasser (%), 5. klass

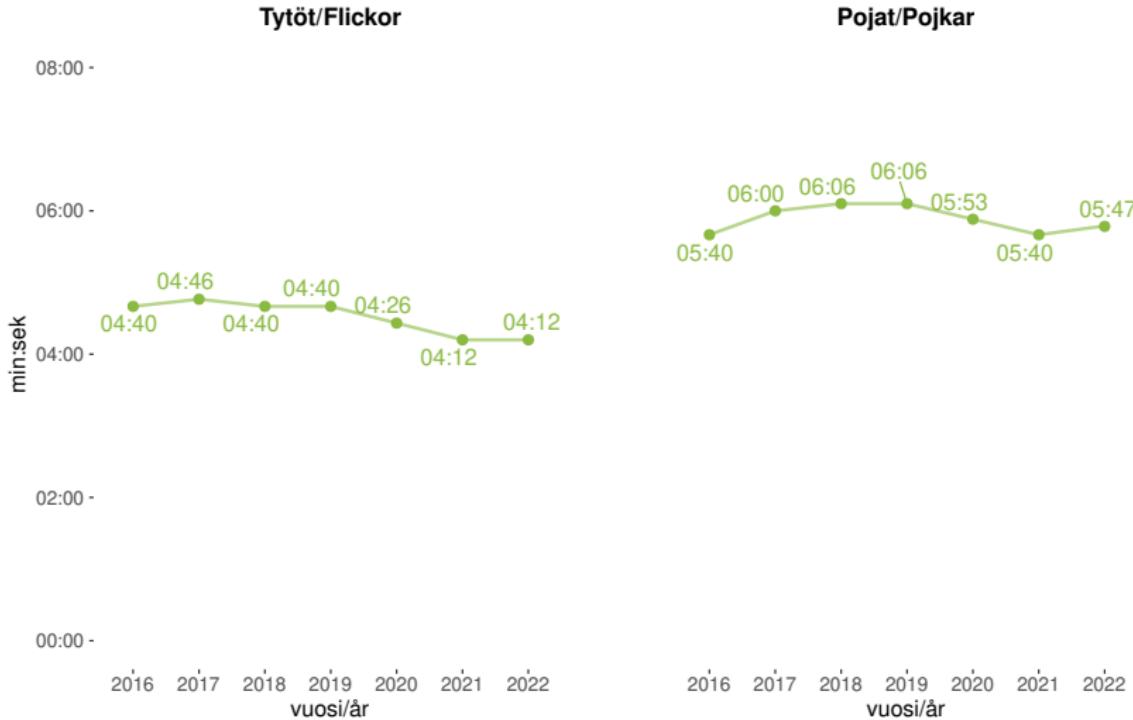


Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



20 m viivajuoksu, mediaani (aika), 8. luokka
20 m skyttellöpning, median (tiden), 8. klass



20 m viivajuoksu, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka
20 m skyttellöpning, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Koko maa/Hela landet



Pyhäraanta

Vauhditon 5-loikka

5-steg utan ansats



Mittaa alaraajojen voimaa, nopeutta, dynaanista tasapainoa ja liikkumistaitoja
Mäter benens styrka, snabbhet, dynamiska balans och rörelsefårdigheter

Oppilas loikkaa yhteenä viisi kertaa siten, että ponnistaa ensimmäisen ponnistuksen tasajalkaa ja tämän jälkeiset vuorojaloin. Tulos on etäisyyys hyppypaikalta alastulopaijkaan.

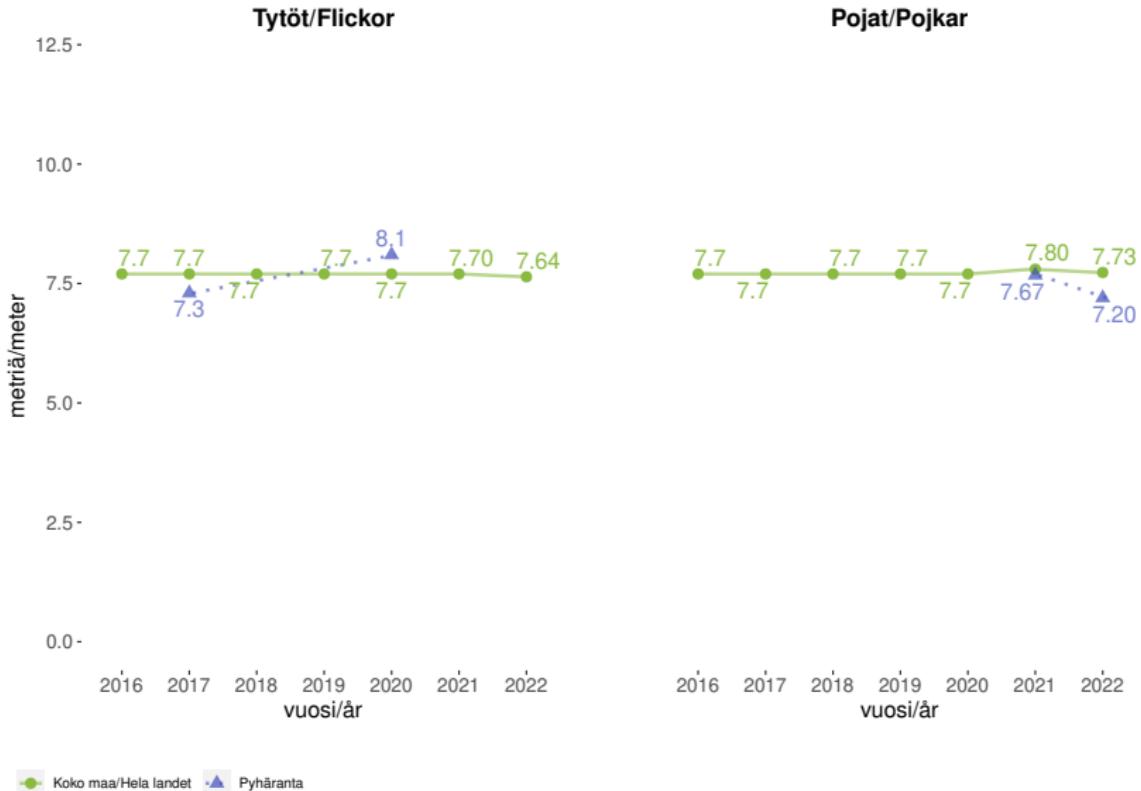
Eleven tar sammanlagt fem hoppsteg så att den första avstampen görs jämfota och där efter växelvis. Resultatet är avståndet från den första avstampen till nedslagsplatsen.



	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	1	21
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	0	8



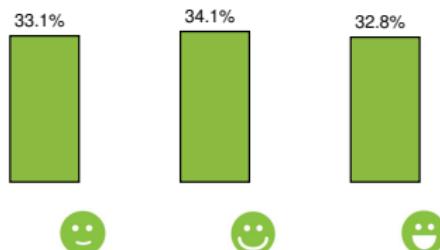
Vauhditon 5-loikka, mediaani (metriä), 5. luokka
5-steg utan ansats, median (meter), 5. klass



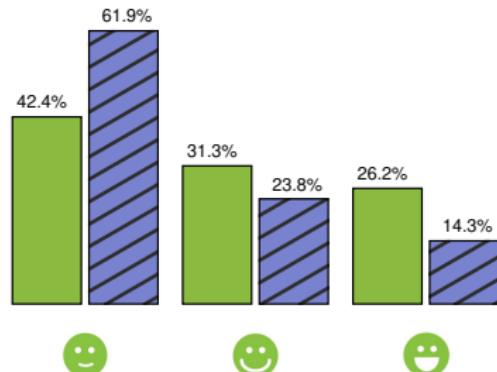
Vauhditon 5-loikka, osuudet tuloslukittain (%), 5. luokka 5-steg utan ansats, resultatklasser (%), 5. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar

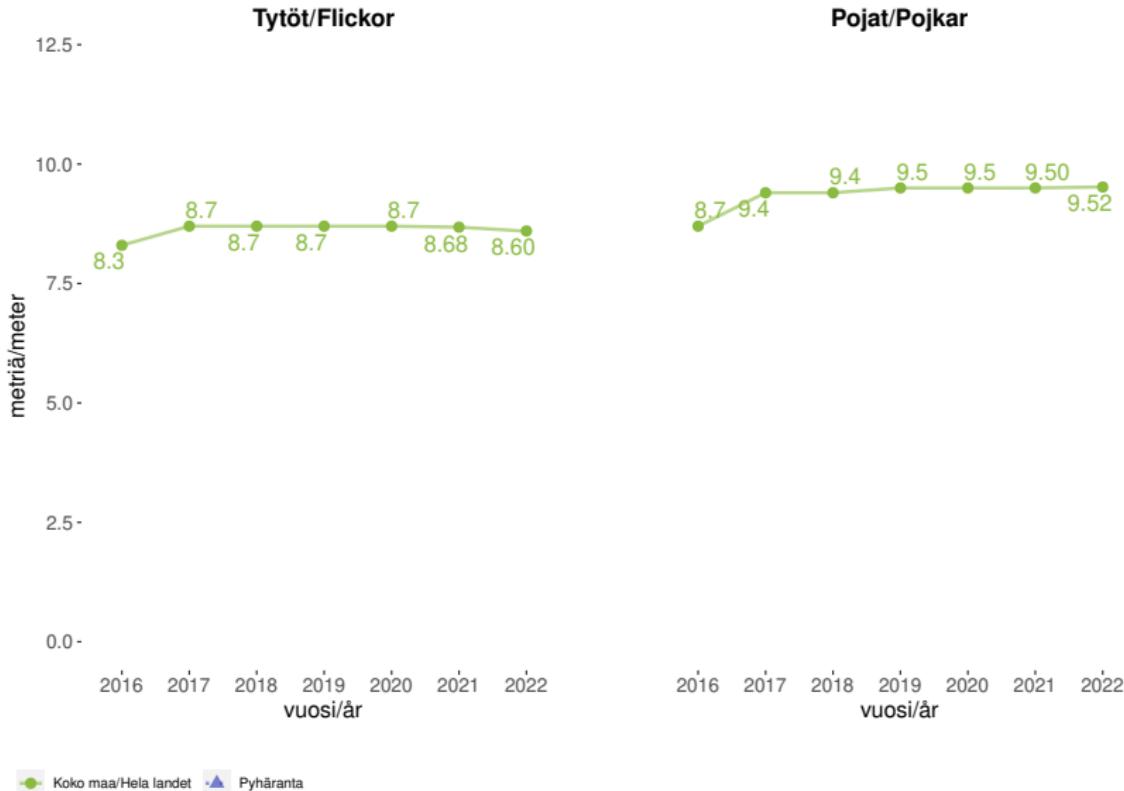


Koko maa/Hela landet



Pyhäraanta

Vauhditon 5-loikka, mediaani (metriä), 8. luokka 5-steg utan ansats, median (meter), 8. klass



Vauhditon 5-loikka, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka 5-steg utan ansats, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Koko maa/Hela landet



Pyhäraanta

Heitto-kiinniottoyhdistelmä

Kast med lyra



Mittaa käsiteilytaitoja, havaintomotorisia taitoja ja ylävartalon voimaa
Mäter koordinativa färdigheter, perceptionsmotoriska färdigheter och styrkan i armarna

Oppilas heittää 20 kertaa tennispalolla seinään merkittyn nelioön ja ottaa pallon kiinni yhden lattiapompun jälkeen. Kiinniotossa voi liikkua heittoviivan etupuolelle. Tulos on onnistuneiden suoritusten lukumäärä.

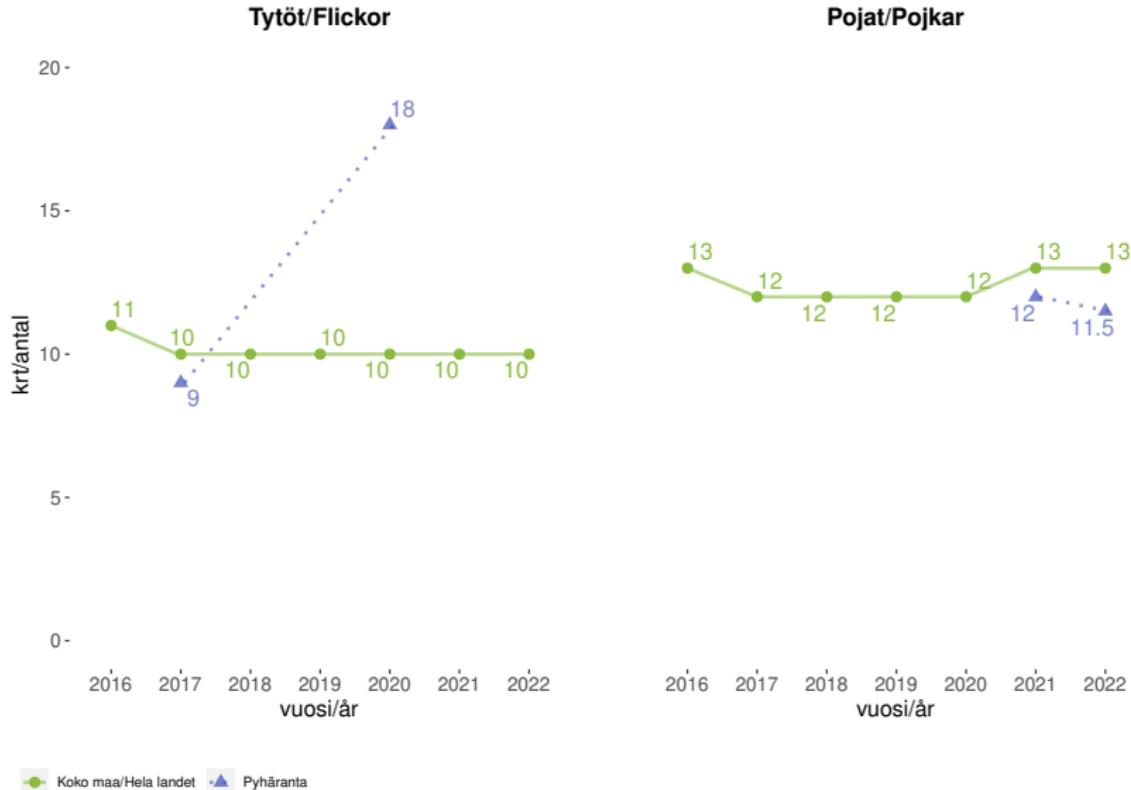
Eleven kastar en tennisboll mot en kvadrat som markerats på väggen och tar lyra efter en golvstuds. När man tar lyra får man röra sig framför kastlinjen. Resultatet är antalet lyckade prestationer.



	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	2	20
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	0	8



Heitto-kiinniottoyhdistelmä, mediaani (krt), 5. luokka
Kast med lyra, median (antal), 5. klass

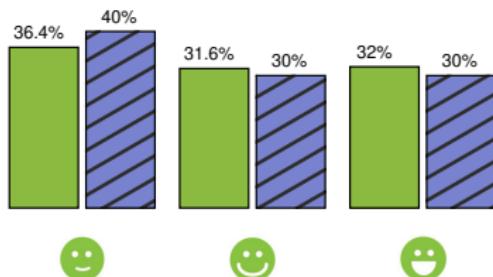


Heitto-kiinniottoyhdistelmä, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka
Kast med lyra, resultatklasser (%), 5. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



≤8 krt

9-13 krt
krt/antal

≥14 krt

≤10 krt

11-15 krt
krt/antal

≥16 krt

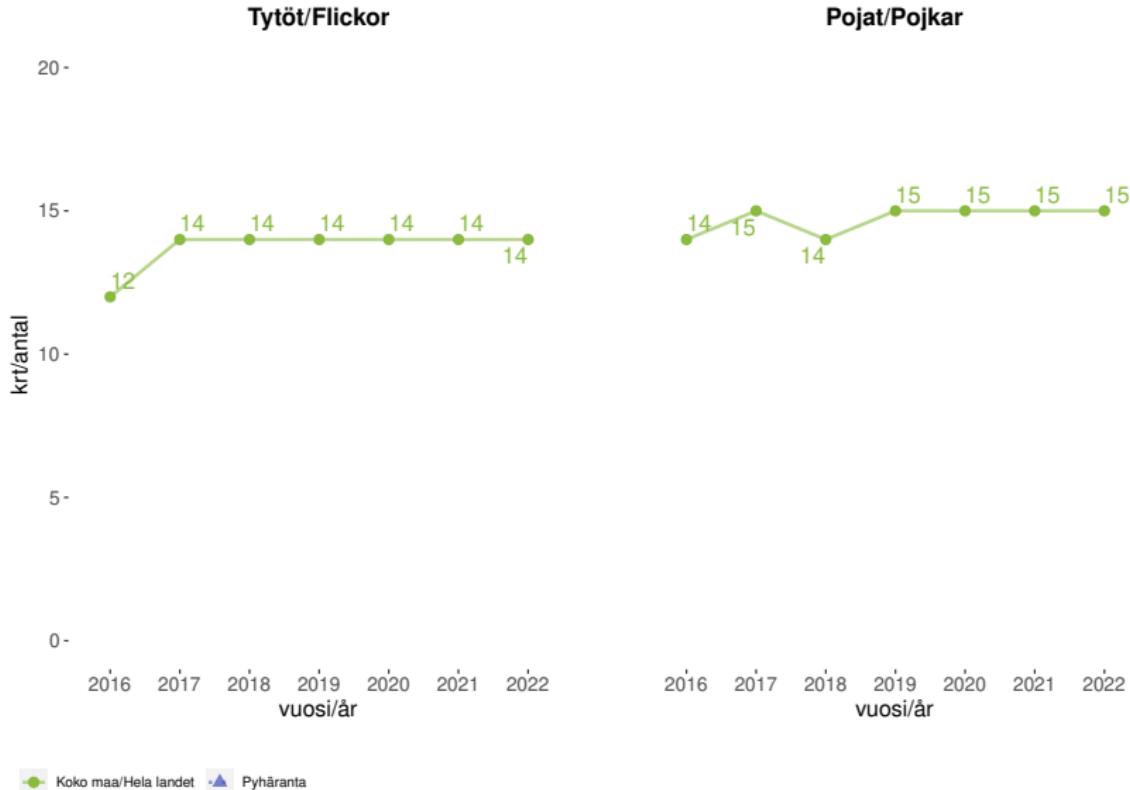


Koko maa/Hela landet



Pyhäraanta

Heitto-kiinniottoyhdistelmä, mediaani (krt), 8. luokka
Kast med lyra median (antal), 8. klass

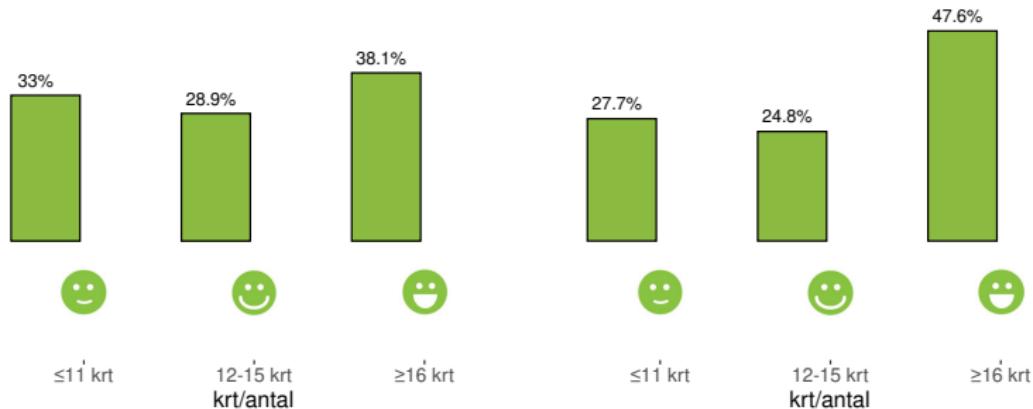


Heitto-kiinniottoyhdistelmä, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka
Kast med lyra, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Koko maa/Hela landet



Pyhäraanta

Ylävartalon kohotus

Höjning av överkroppen



Mittaa keskivartalon voimaa ja lihaskestävyyttä
Mäter bälens styrka och uthållighet

Oppilas makaa selinmakuulla polvet koukistettuna ja käsivarret suorina vartalon vierellä. Tästä asennosta tehdään ääninauhan mukaisessa tasaisessa tahdissa mahdollisimman monta vatsalihasrutistusta siten, että sormet liukuvat mittaliuskan toiseen reunaan. Tulos on oikein suoritettujen rutistusten määrä (maksimi 75 toistoa).

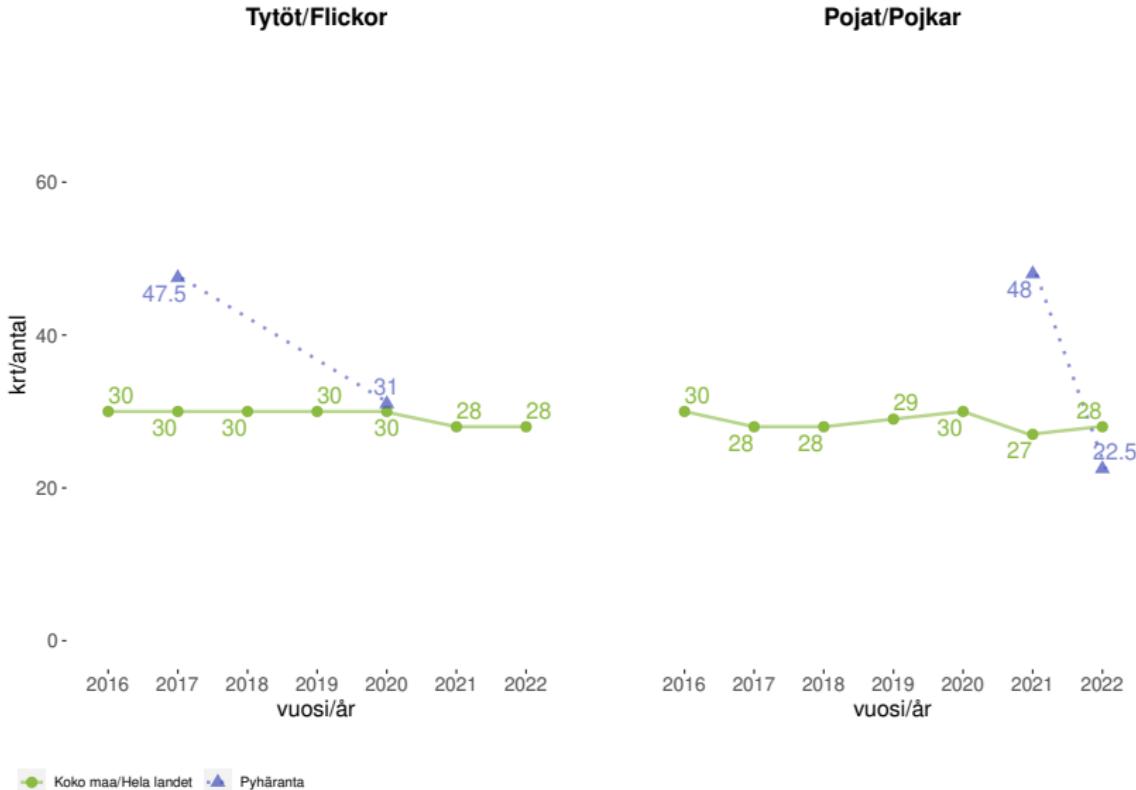


Eleven ligger på rygg med böjda knän och armarna utsträckta längs sidorna. I denna position utförs i jämn takt med ljudbandet så många sit-ups som möjligt så att fingrarna glider till den andra mätningsremsans kant.
Resultatet är antalet korrekt utförda sit-ups (maximalt 75).

	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	2	20
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	0	8



Ylävartalon kohotus, mediaani (krt), 5. luokka
Höjning av överkroppen, median (antal), 5. klass



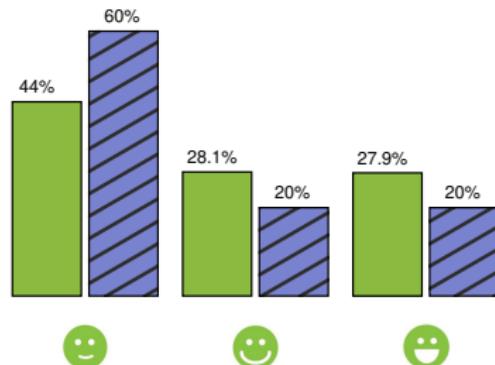
Ylävartalon kohotus, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka Höjning av överkroppen, resultatklasser (%), 5. klass



Tytöt/Flickor

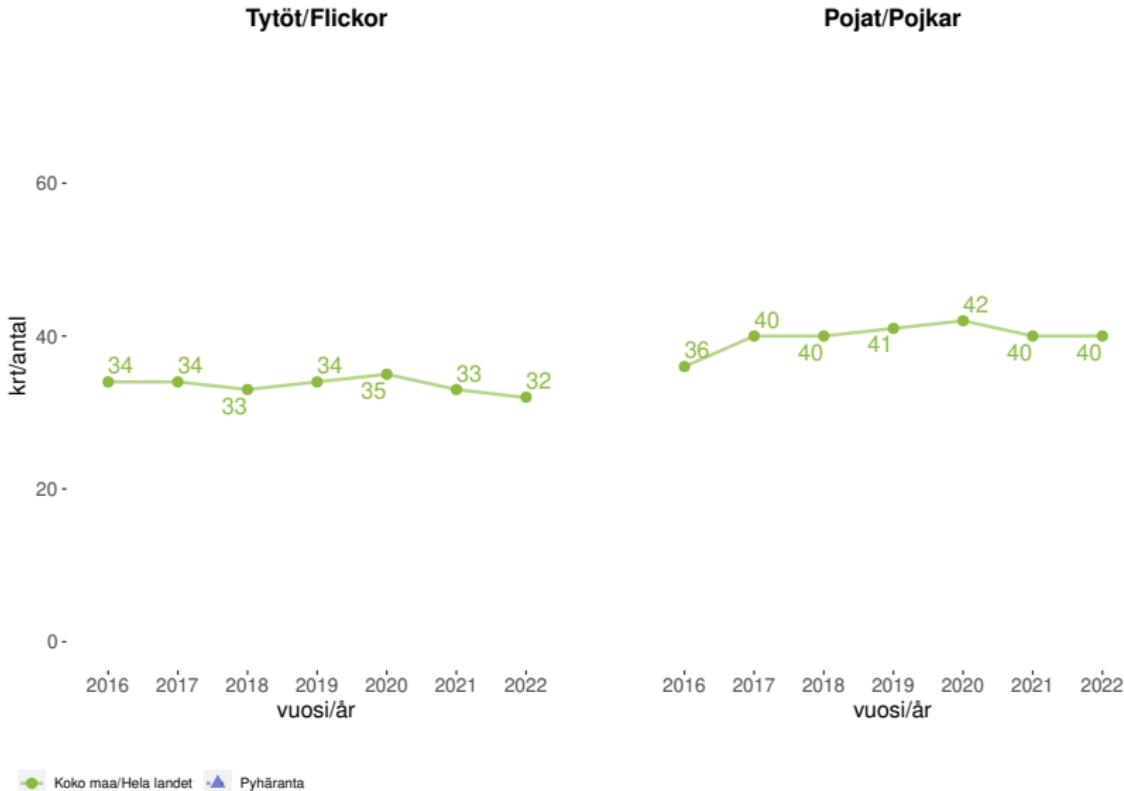


Pojat/Pojkar



Koko maa/Hela landet Pyhäraanta

Ylävartalon kohotus, mediaani (krt), 8. luokka
Höjning av överkroppen, median (antal), 8. klass



Ylävartalon kohotus, osuudet tuloslukittain (%), 8. luokka Höjning av överkroppen, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Koko maa/Hela landet



Pyhäraanta

Etunojapunnerrus

Armpress

Mittaa yläraajojen voimaa

Mäter överkroppens styrka och uthållighet



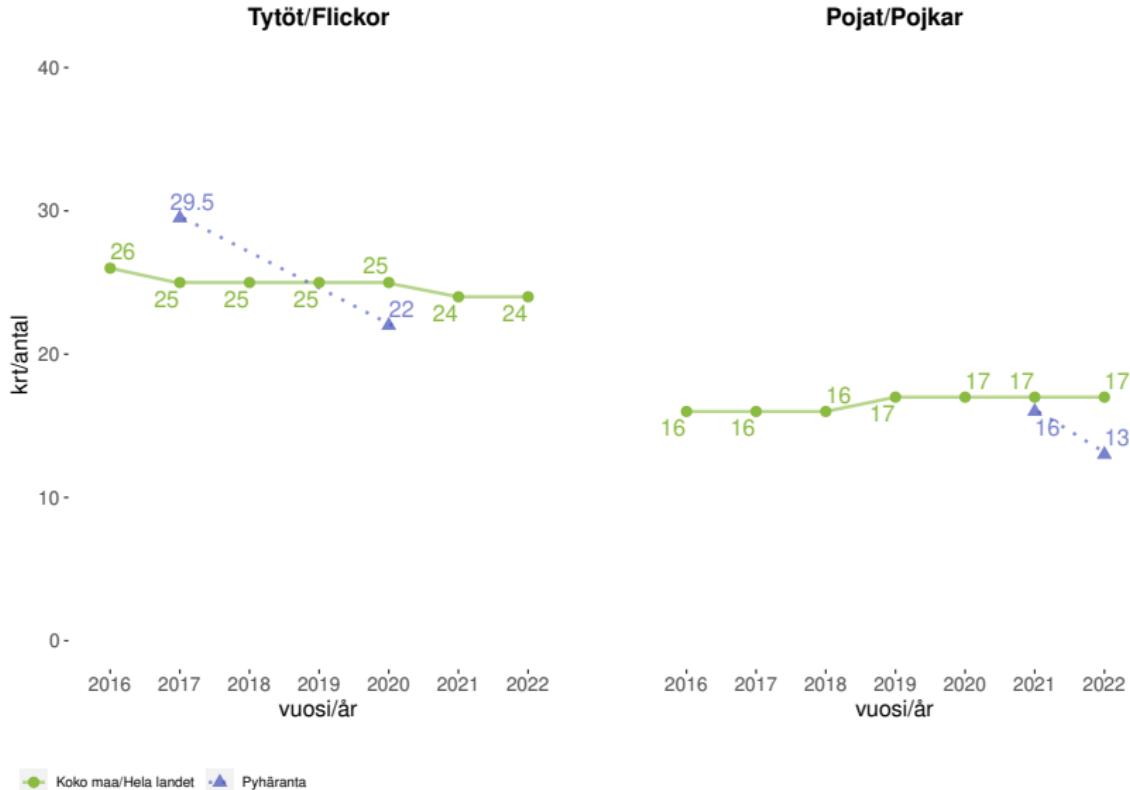
Oppilas suorittaa 60 sekunnin aikana mahdollisimman monta etunojapunnerrusta.

Eleven gör så många armpressar som möjligt under 60 sekunder.

	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	2	20
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	0	8



Etunojapunnerrus, mediaani (krt), 5. luokka
Armpress, median (antal), 5. klass

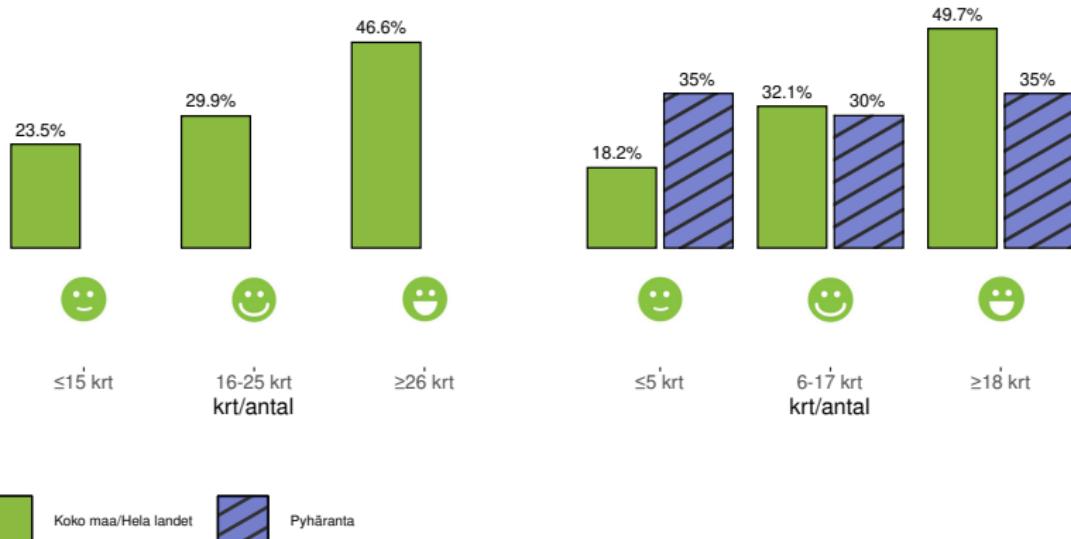


Etunojapunnerrus, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka Armpress, resultatklasser (%), 5. klass

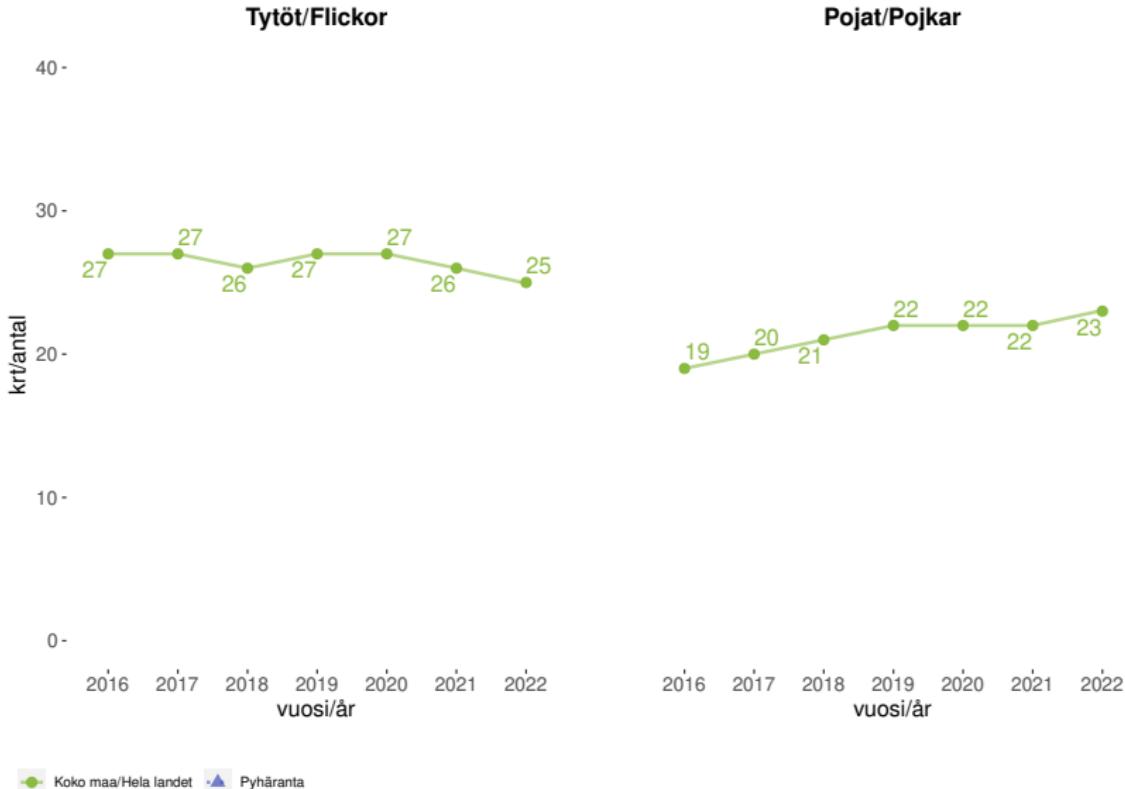


Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Etunojapunnerrus, mediaani (krt), 8. luokka
Armpress, median (antal), 8. klass

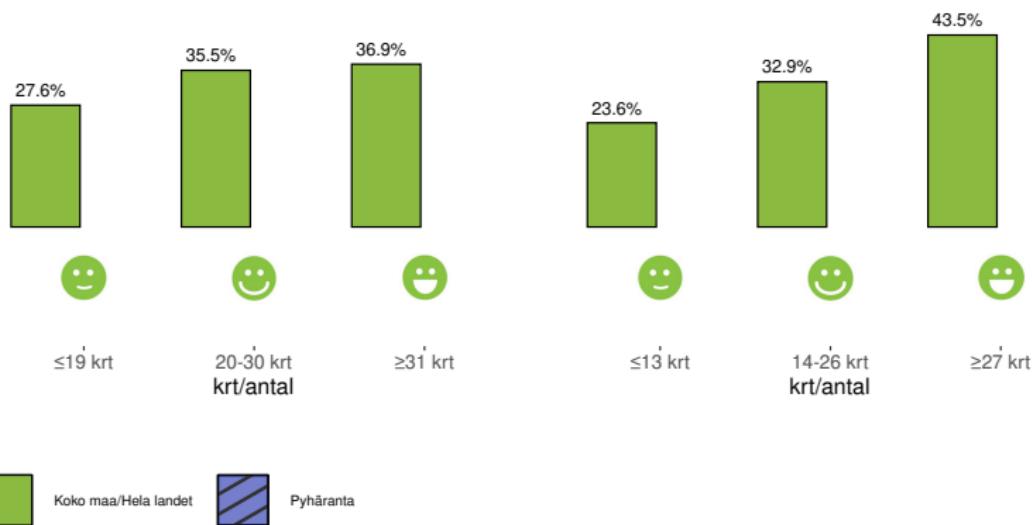


Etunojapunnerrus, osuudet tuloslukittain (%), 8. luokka Armpress, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Liikkuvuus

Kroppens rörlighet

Mittaa kehon normaalista anatomista liikkuvuutta

Mäter den normala anatomiska rörligheten



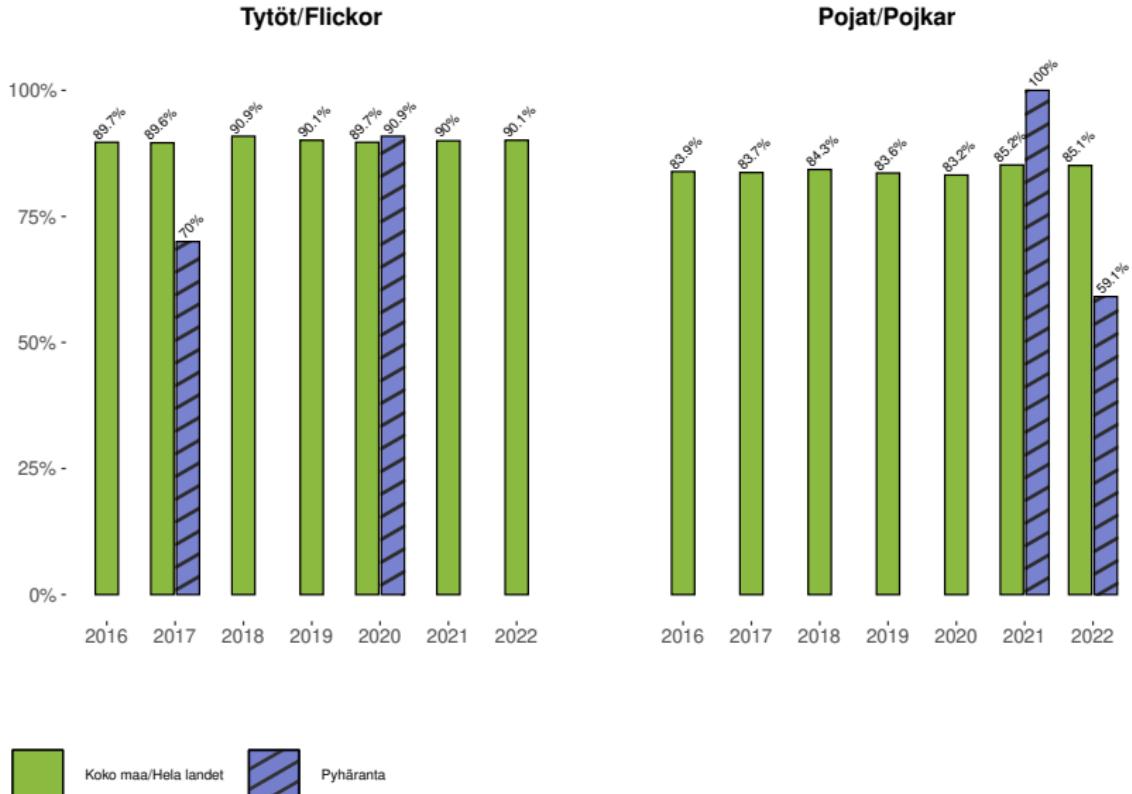
Kehon liikkuvuutta arvioidaan kolmella eri asennolla, jotka mittaavat lantion alueen ja alaraajojen liikkuvuutta, alaselän ja lonkan alueen nivelienv liikelajauutta sekä yläraajojen ja hartian alueen liikkuvuutta.

Kroppens rörlighet bedöms med hjälp av tre olika ställningar som mäter rörligheten i bäckenområdet och de nedre extremitaterna, rörelseomfånget i lederna i den nedre ryggen och höftpartiet samt rörligheten i de övre extremitaterna och skulderpartiet.

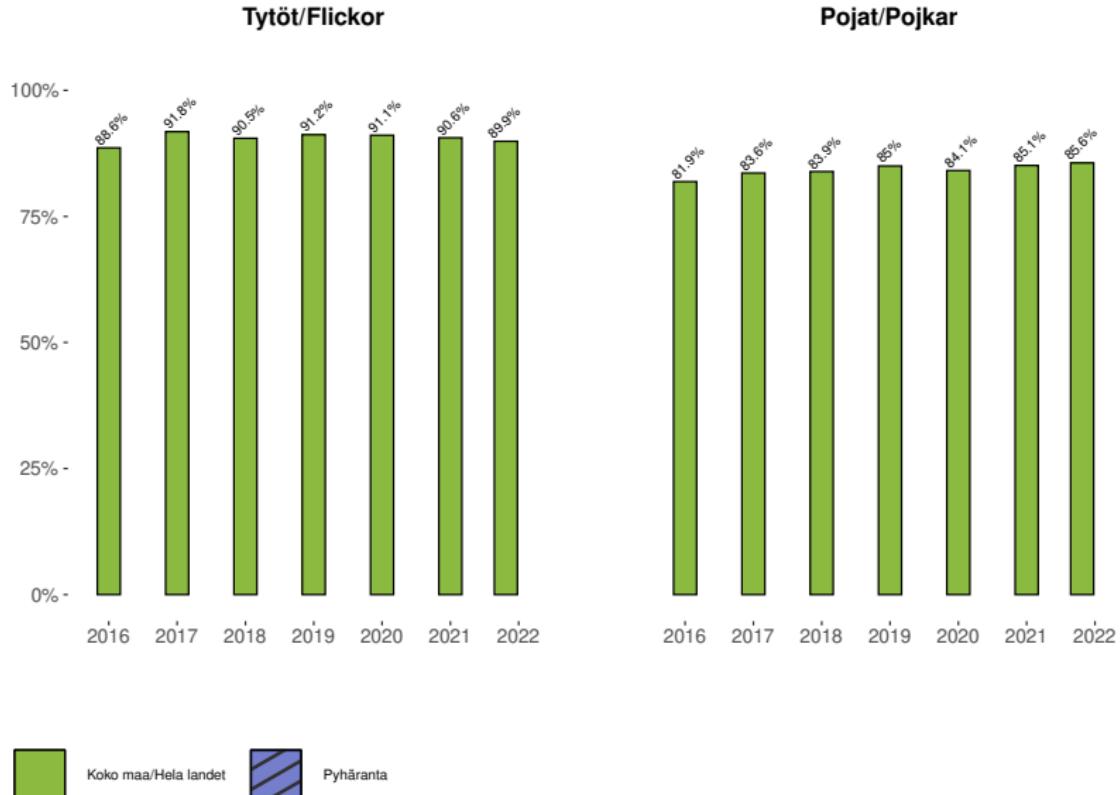
	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	0	22
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	0	8



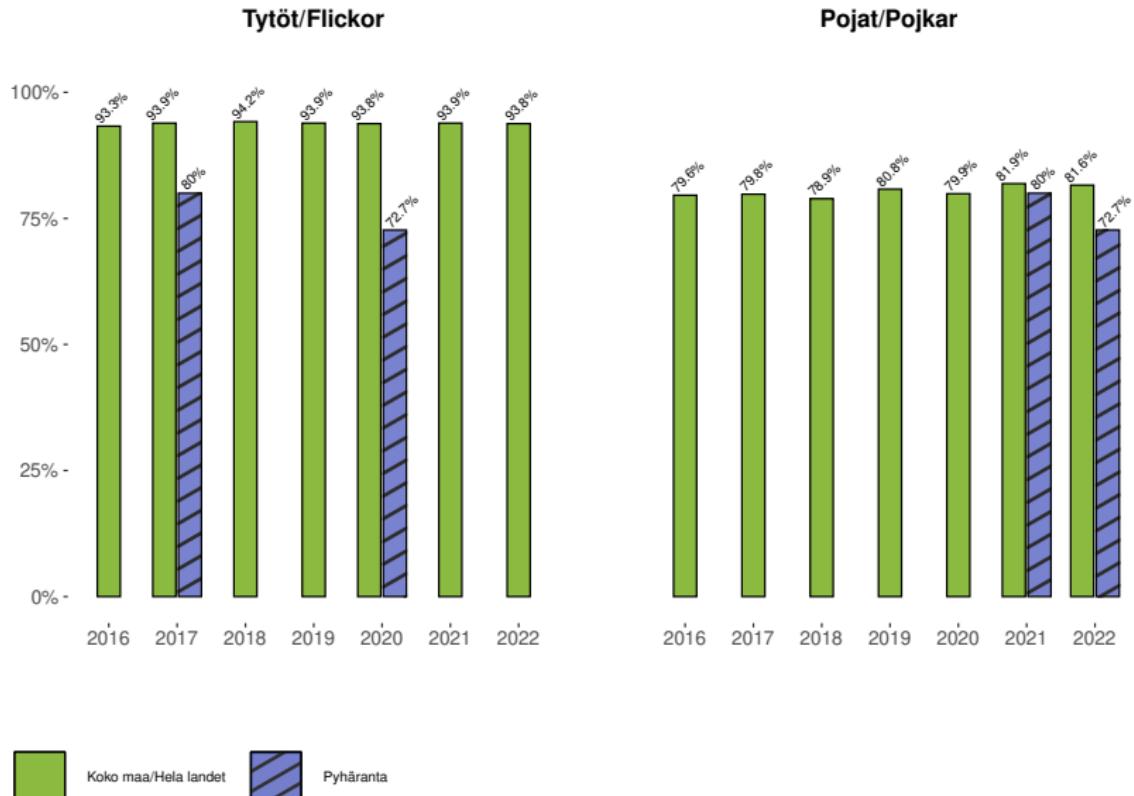
Kyykistys, onnistuneet suoritukset (%), 5. luokka Huksittande, lyckade prestationer (%), 5. klass



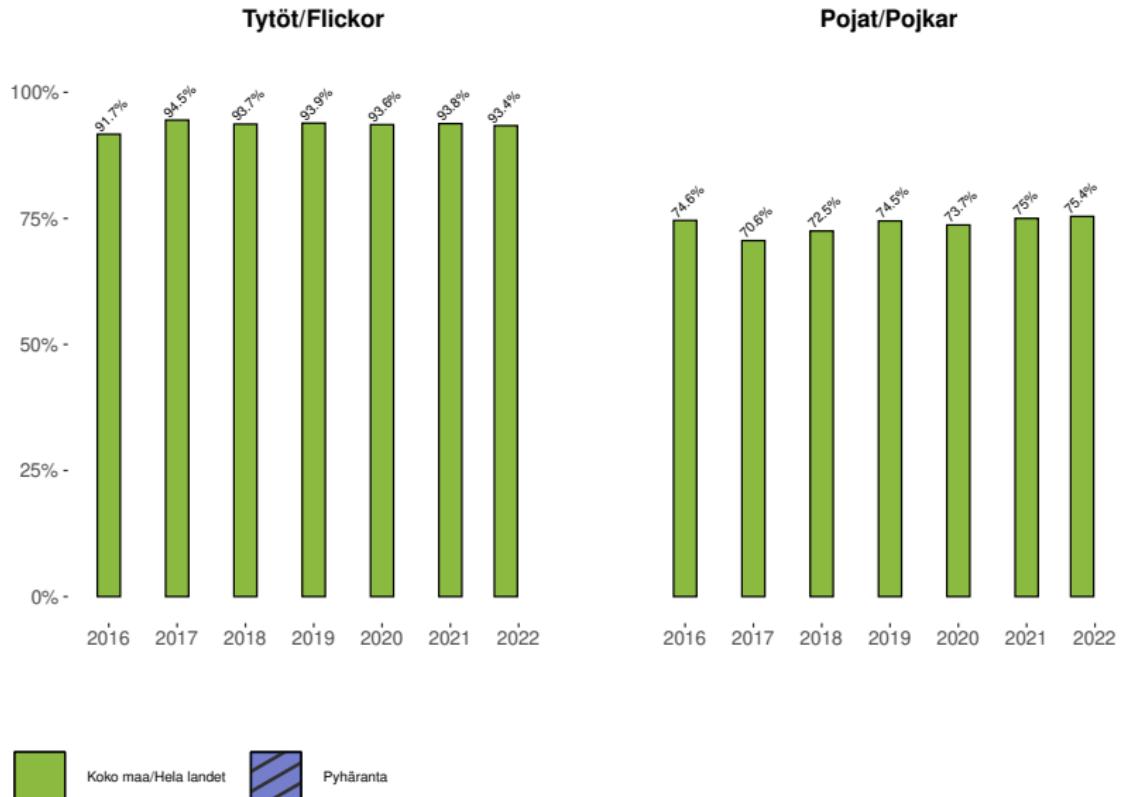
Kyykistys, onnistuneet suoritukset (%), 8. luokka Huksittande, lyckade prestationer (%), 8. klass



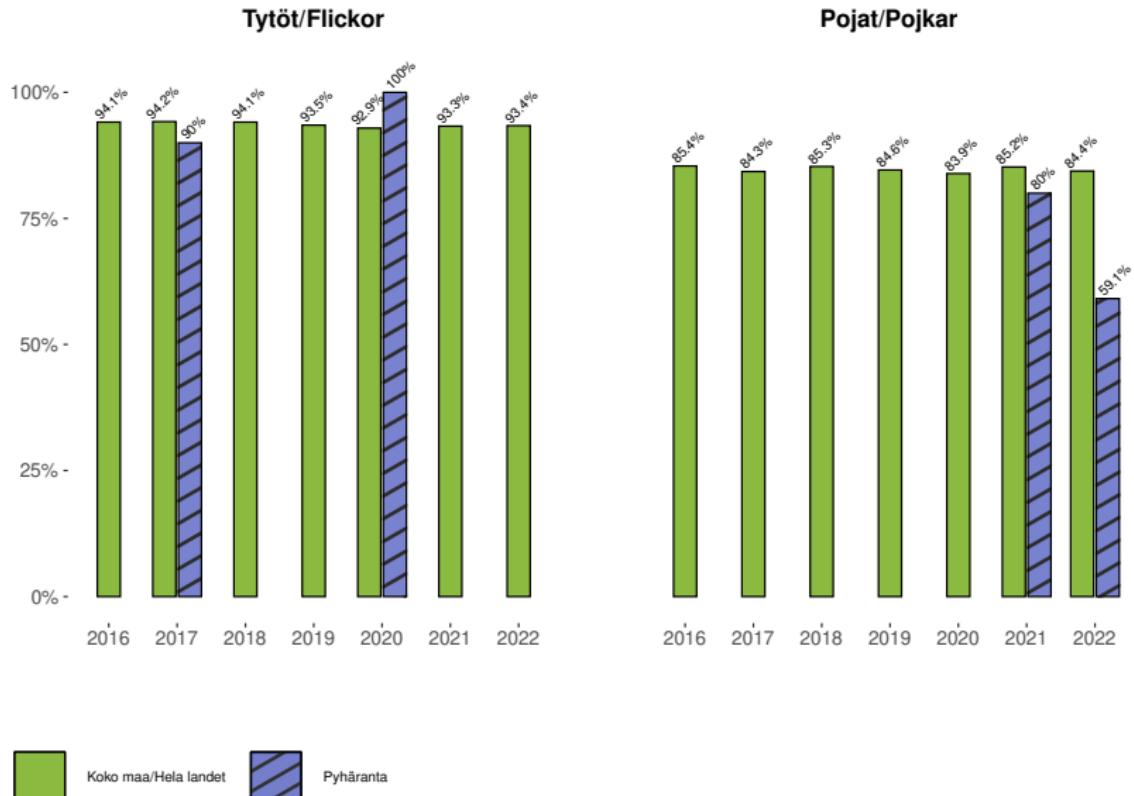
Alaselän ojennus täysistunnassa, onnistuneet suoritukset (%), 5. luokkaMove!
Sträckning av nedre ryggen i sittande ställning, lyckade prestationer (%), 5. klass



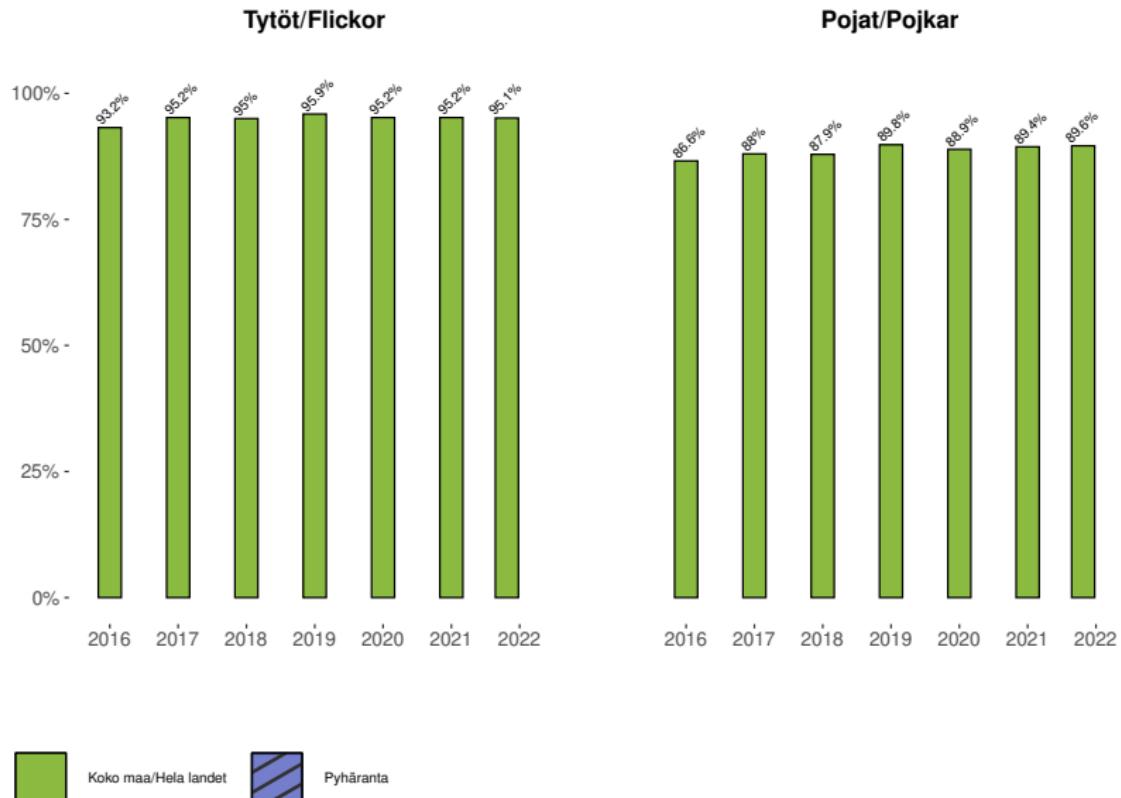
Alaselän ojennus täysistunnassa, onnistuneet suoritukset (%), 8. luokkaMove!
Sträckning av nedre ryggen i sittande ställning, lyckade prestationer (%), 8. klass



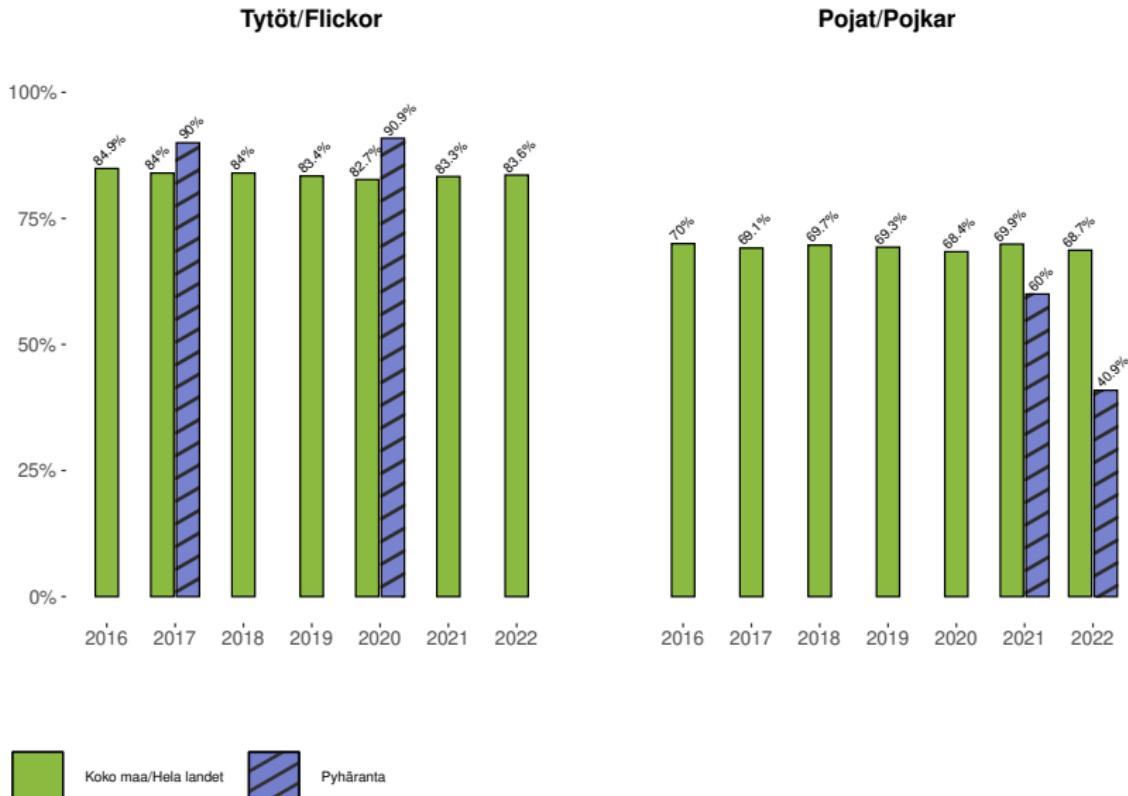
Olkapäiden liikkuvuus (oikea käsi ylhäällä), onnistuneet suorituukset (%), 5. luokka Axlarnas rörlighet (höger arm i överläge), lyckade prestationer (%), 5. klass



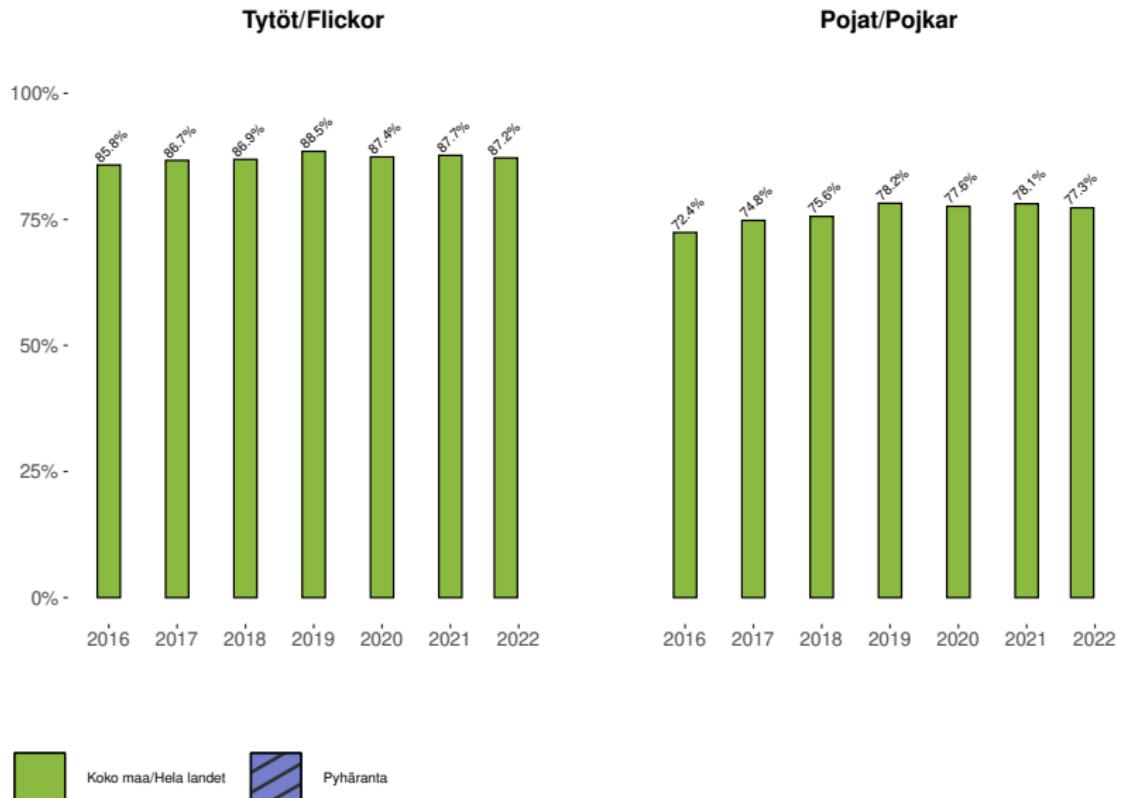
Olkapäiden liikkuvuus (oikea käsi ylhäällä), onnistuneet suorituukset (%), 8. luokka Axlarnas rörlighet (höger arm i överläge), lyckade prestationer (%), 8. klass



Olkapäiden liikkuvuus (vasen käsi ylhäällä), onnistuneet suoritukset (%), 5. luokka Axlarnas rörlighet (vänster arm i överläge), lyckade prestationer (%), 5. klass



Olkapäiden liikkuvuus (vasen käsi ylhäällä), onnistuneet suoritukset (%), 8. luokka
Axlarnas rörlighet (vänster arm i överläge), lyckade prestationer (%), 8. klass



Lisätietoa Mer information



Lisätietoa Move!-järjestelmästä:
www.oph.fi/fi/move

Maakunnalliset ja valtakunnalliset Move!-raportit:
www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-tulokset

Koulukäisten toimintakyvyn ja liikunnan seurantatiedot:
www.liikuntaindikaattorit.fi

Fyysisen toimintakyvyn summaindikaattorit:
<https://www.sotkanet.fi> (indikaattorit 5477 ja 5478)

Tukea ja ideoita Move!-järjestelmän hyödyntämiseksi:
www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-tukea-ja-ideoita

Läs mer om Move!-systemet:
www.oph.fi/sv/move

Move!-resultat på nationell, landskaps- och kommunivå:
www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/move-resultat

Data om funktionsförmåga och fysisk aktivitet hos barn i skolåldern [på finska]:
www.liikuntaindikaattorit.fi

Summaindikatorer för den fysiska funktionsförmågan:
<https://www.sotkanet.fi> (indikatorerna 5477 och 5478)

Stöd och idéer för att utnyttja Move!-systemet:
www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/move-stod-och-ideer