

Move!

Fyysisen toimintakyvyn
seurantajärjestelmä

Uppföljningssystemet för den
fysiska funktionsförmågan

Tulokset syksy 2024
Resultat hösten 2024



Koko maa / Hela landet

Sisällysluettelo

Innehåll



- Info 3-6
- Tulosten yhteenveto / Sammandrag över resultaten 7-13
- 20 metrin viivajuoksu / 20 meters skyttellöpfung 14-20
- Vauhditon 5-loikka / 5-steg utan ansats 21-27
- Heitto-kiinniottoyhdistelmä / Kast med lyra 28-34
- Ylävartalon kohotus / Höjning av överkroppen 35-41
- Etunojapunnerrus / Armpress 42-58
- Liikkuvuus / Kroppens rörlighet 49-53
- Lisätietoa / Mer information 54

Move! on perusopetuksen 5. ja 8. vuosiluokkien oppilaille tarkoitettu fyysisen toimintakyvyn valtakunnallinen mittaus- ja palautejärjestelmä, 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* mittaussioiottain 5. ja 8. luokkalaisten oppilaiden:

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

*Tulokset esitetään, mikäli mittaustuloksia on vähintään kymmenen.

Move! är ett riksomfattande mättnings- 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!-mätresultaten används till exempel i skolornas gymnastikundervisning, hälsoundersökningar 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 redskapshandtering)
- perceptionsmotoriska färdigheter.

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

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

* Resultaten redovisas om det finns minst nio mätresultat.

Palautejärjestelmän tuloluokat

Resultatklasser i responssystemet



Mittaustulos on terveyttä ja hyvinvointia edistävällä tasolla eli oppilaan fyysinen toimintakyky edistää hänen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan.



Mittaustulos on terveyttä ja hyvinvointia ylläpitävällä tasolla eli oppilaan fyysinen toimintakyky ylläpitää hänen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan.



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

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.

Oppilas ja perhe

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

Kouluterveydenhuolto

- Kouluterveydenhoitajat 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. Lisätietoa: www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-palaute-opettajille-ja-terveydenhuollolle
- Move!-mittaukset siirretään kouluterveydenhuollon käyttöön oppilaan huoltajan luvalla.

Opettajat ja koulu yhteisö

- 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 tukitoimia (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 ja kunta

- Move!-mittaukset tuottavat tietoa valtakunnan, hyvinvointialueiden ja kuntien tasoilla päätöksentekijöille liikunnan, terveyden ja hyvinvoinnin edistämistoimenpiteiden kehittämistä ja seuranta varten.

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 utnyttja som ett led i skolans omfattande hälsoundersökningar där man tar upp barnets allmäntillstånd, välmående samt faktorer som stöder eller försvårar 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 elevvårdsarbetet, 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, välfärdsområdesnivå och kommunnivå

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

Mittautulosten määrät

Antal mätresultat



	Pojat Pojkar	Pojat Pojkar (sovellettu/anpassade*)	Tytöt Flickor	Tytöt Flickor (sovellettu/anpassade*)	Yhteensä Totalt
Koko maa/Hela landet					
5. luokka/5. klass	28041	180	26963	120	55304
8. luokka/8. klass	28450	159	27408	137	56154
Yhteensä/Totalt	56491	339	54371	257	111458

* Move!-mittaukset voidaan toteuttaa sovelletulla tavalla oppilaille, joilla on pitkäaikaisia tai pysyviä toimimista vaikeuttavia haittoja tai vammoja (esimerkiksi vaikeuksia nähdä, kuulla, liikkua, keskittyä tai ymmärtää).

Move!-mätningarna kan utföras på ett anpassat sätt för elever med långvariga eller bestående funktionsnedsättningar eller skador (t.ex. svårigheter att se, höra, röra sig, koncentrera sig eller förstå).

Tulosten yhteenveto: Koko maa

Sammandrag över resultaten: Hela landet



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)	04:46	03:51	06:00	04:12
Muutos / Förändring (2023—2024)	+00:06	+00:07	+00:00	+00:00
Vauhditon 5-loikka (mediaani, metriä)				
5-steg utan ansats (median, meter)	7.76	7.69	9.50	8.50
Muutos / Förändring (2023—2024)	-0.04	+0.04	+0	-0.1
Heitto-kiinniottoyhdistelmä (mediaani, krt)				
Kast med lyra (median, antal)	13	11	15	14
Muutos / Förändring (2023—2024)	+0	+1	+0	+0
Ylävartalon kohotus (mediaani, krt)				
Höjning av överkroppen (median, antal)	29	29	41	32
Muutos / Förändring (2023—2024)	+1	+1	+0	+0
Etunojapunnerrus (mediaani, krt)				
Armpress (median, antal)	18	25	23	25
Muutos / Förändring (2023—2024)	+0	+1	-1	+0
Liikkuvuus, yhteensä (keskiarvo %, kyllä)				
Kroppens rörlighet totalt (medelvärde %, ja)	80.8	90.4	82.6	91.7
Muutos / Förändring (2023—2024)	+0.4	+0.2	+0.1	+0.3

Fyysisen toimintakyvyn kokonaistulos: Koko maa

Totalt resultat för den fysiska funktionsförmågan: Hela landet



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

Resultatet beskriver den procentuella andel 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).

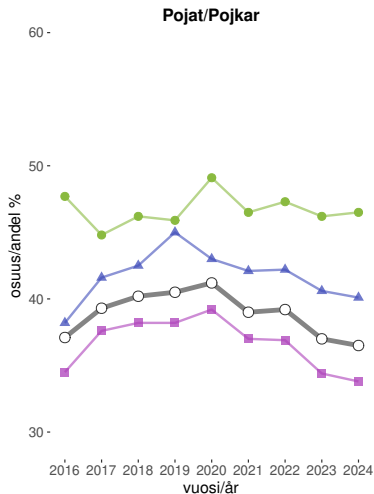
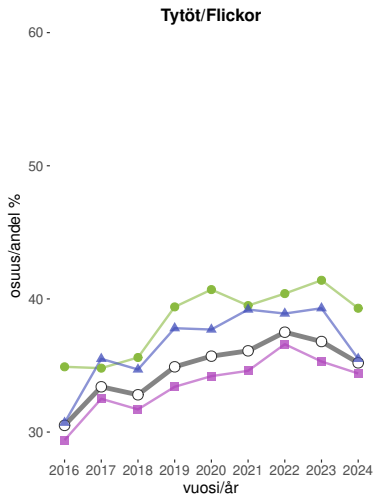
Luokka / Klass	Pojat / Pojkar	Tytöt / Flickor	Yhteensä / Totalt
5. luokka/5. klass	36.5 %	35.2 %	35.8 %
8. luokka/8. klass	38 %	42.8 %	40.4 %
molemmat luokat/båda klasserna	37.2 %	38.8 %	38 %

Fyysisen toimintakyvyn kokonaistulos: kuntaluokat 5. luokka

Totalt resultat för den fysiska funktionsförmågan: kommungrupper 5. klass

Osuus oppilaista, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveystä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla.

Andel av eleverna vars fysiska funktionsförmåga är på en nivå som eventuellt förbrukar eller inverkar skadligt på hälsan och välbefinnandet.



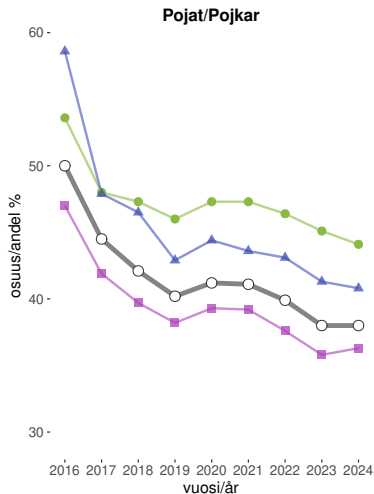
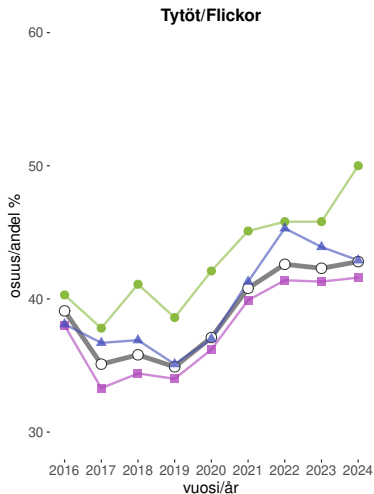
● maaseutumaiset kunnat/landsbygdskommuner
 ▲ taajaan asutut kunnat/tätortskommuner
 ■ kaupunkimaiset kunnat/urbana kommuner
 ○ koko maa/hela landet

Fyysisen toimintakyvyn kokonaistulos: kuntaluokat 8. luokka

Totalt resultat för den fysiska funktionsförmågan: kommungrupper 8. klass

Osuus oppilaista, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveystä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla.

Andel av eleverna vars fysiska funktionsförmåga är på en nivå som eventuellt förbrukar eller inverkar skadligt på hälsan och välbefinnandet.



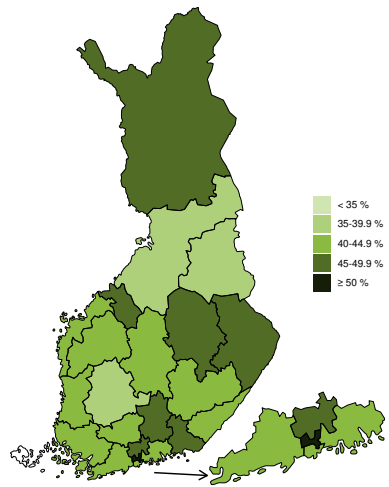
● maaseutumaiset kunnat/ landsbygdskommuner
 ▲ taajaan asutut kunnat/ tätortskommuner
 ■ kaupunkimaiset kunnat/ urbana kommuner
 ○ koko maa/hela landet

Fyysisen toimintakyvyn kokonaistulos: hyvinvointialueet 8. luokka

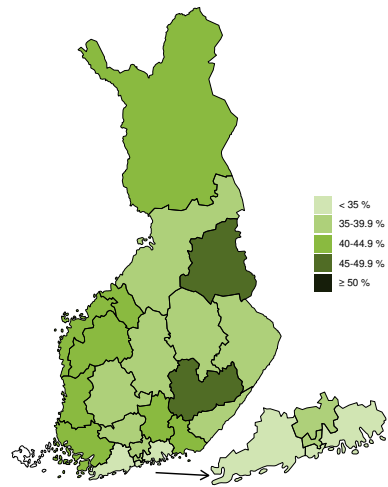
Totalt resultat för den fysiska funktionsförmågan: välfärdsområdets 8. klass

Osuus oppilaista, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveystä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla.
Andel av eleverna vars fysiska funktionsförmåga är på en nivå som eventuellt förbrukar eller inverkar skadligt på hälsan och välbefinnandet.

Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



20 metrin viivajuoksu

20 meters skyttellöpfung

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.



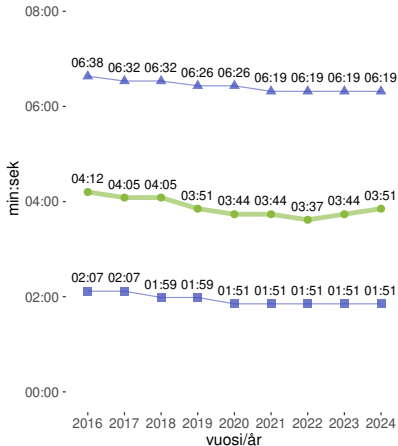
	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	1477	26564
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	1356	25607
8. luokka/8. klass Pojat/Pojkar	3468	24982
8. luokka/8. klass Tytöt/Flickor	3916	23492



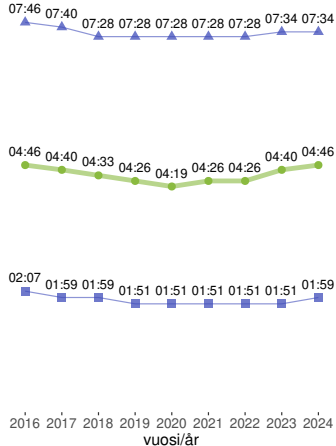
20 m viivajuoksu, mediaani (aika), 5. luokka 20 m skyttellöpfung, median (tiden), 5. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

20 m viivajuoksu, jakauma (aika), 5. luokka
20 m skyttellöpfung, distribution (tiden), 5. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar

oppilaita/elever

1500-

1000-

500-

0-

00:00 04:00 08:00 12:00

min:sek



≤3:15



3:16-4:40



≥4:41



00:00 04:00 08:00 12:00

min:sek



≤3:58



3:59-5:59



≥6:00

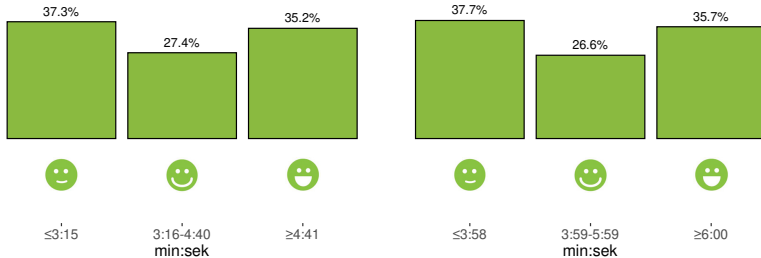


20 m viivajuoksu, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka
20 m skyttellöpning, resultatklasser (%), 5. klass



Tytöt/Flickor

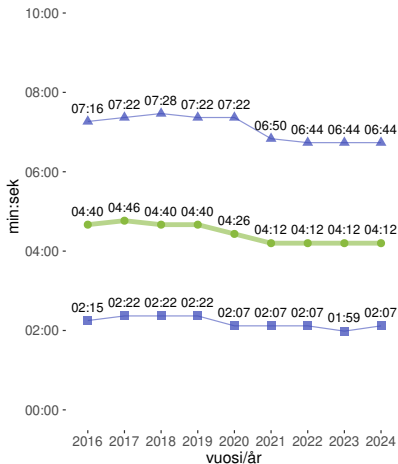
Pojat/Pojkar



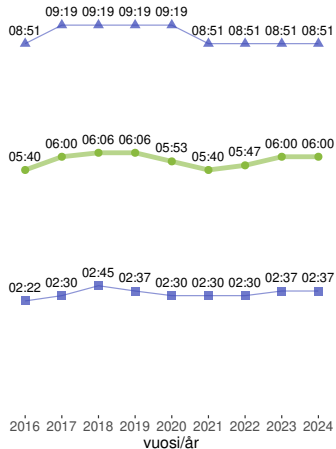
20 m viivajuoksu, mediaani (aika), 8. luokka
20 m skyttellöpfung, median (tiden), 8. klass



Tytöt/Flickor

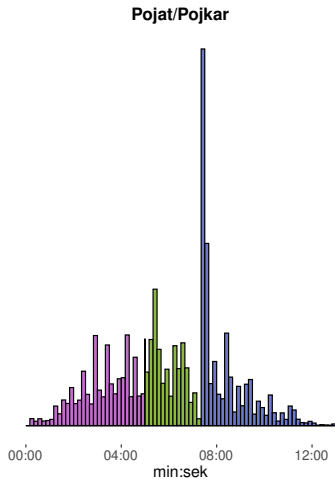
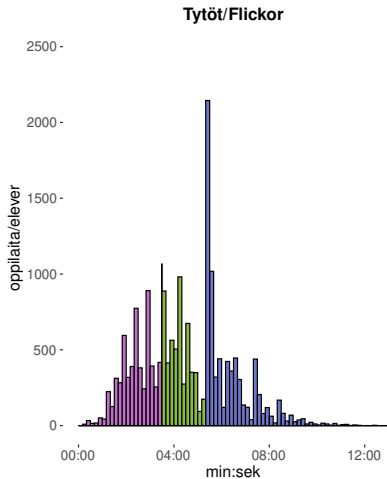


Pojat/Pojkar



■ alín/lágsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

20 m viivajuoksu, jakauma (aika), 8. luokka
20 m skyttellöping, distribution (tiden), 8. klass

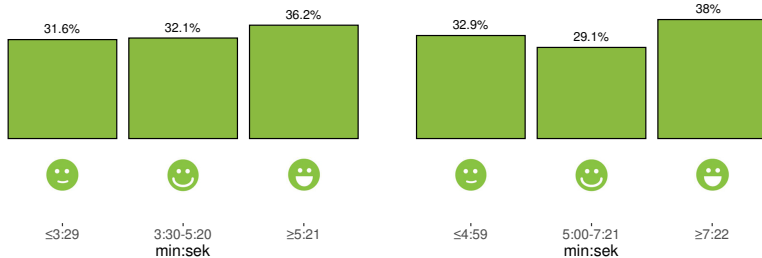


20 m viivajuoksu, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka
20 m skyttellöpfung, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Vauhditon 5-loikka

5-steg utan ansats



Mittaa alaraajojen voimaa, nopeutta, dynaamista tasapainoa ja liikkumistaitoja
Mäter benens styrka, snabbhet, dynamiska balans och rörelsefärdigheter

Oppilas loikkaa yhteensä viisi kertaa siten, että ponnistaa ensimmäisen ponnistuksen tasajalkaa ja tämän jälkeiset vuorojaloin. Tulos on etäisyys hyppypaikalta alastulopaikkaan.

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

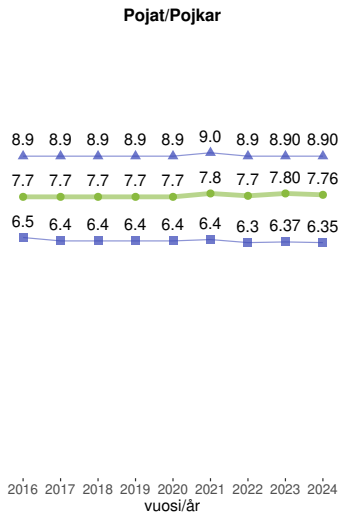
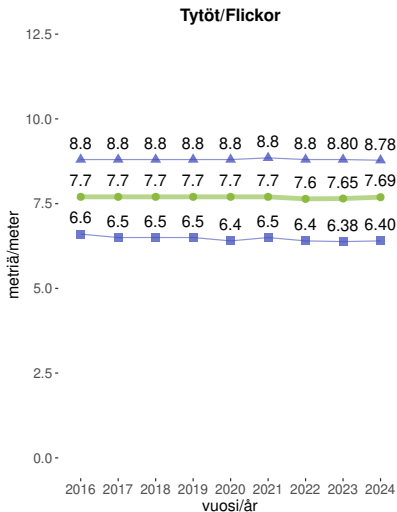


	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	2092	25949
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	1909	25054
8. luokka/8. klass Pojat/Pojkar	3228	25222
8. luokka/8. klass Tytöt/Flickor	3230	24178



Vauhditon 5-loikka, mediaani (metriä), 5. luokka

5-step utan ansats, median (meter), 5. klass

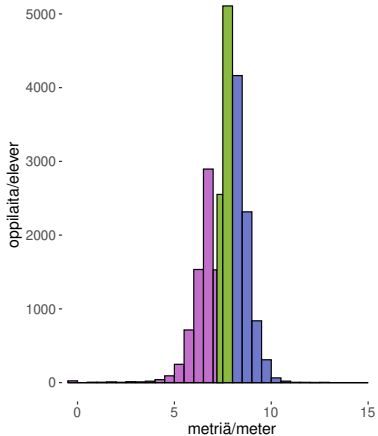


■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

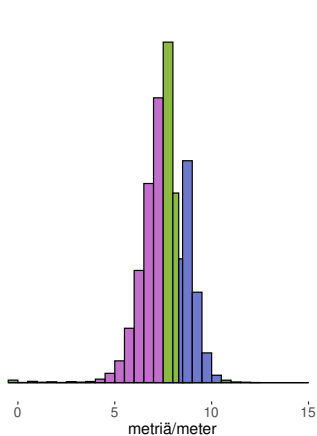
Vauhditon 5-loikka, jakauma (metriä), 5. luokka 5-step utan ansats, distribution (meter), 5. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar

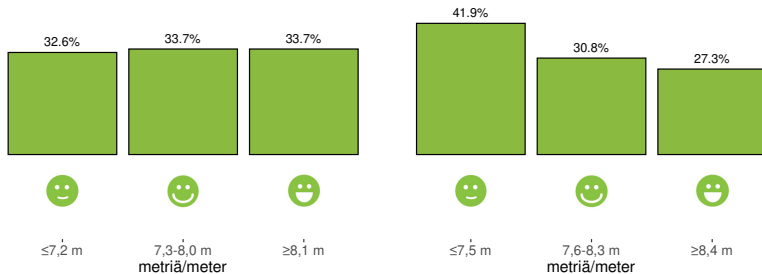


Vauhditon 5-loikka, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka
5-steg utan ansats, resultatklasser (%), 5. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar

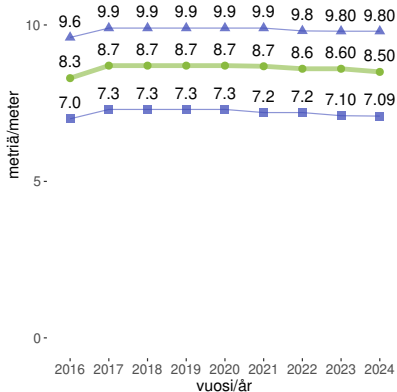


Vauhditon 5-loikka, mediaani (metriä), 8. luokka

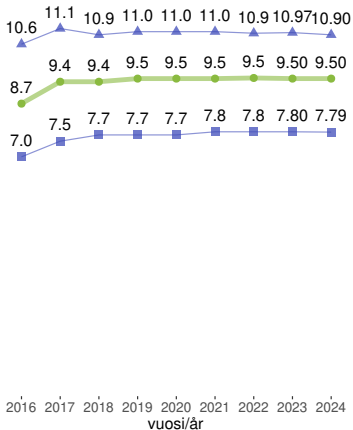
5-step utan ansats, median (meter), 8. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



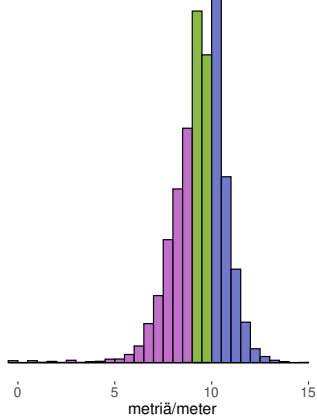
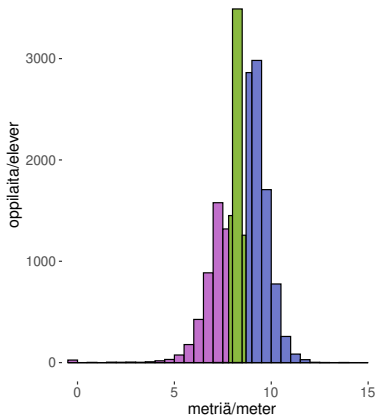
■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

Vauhditon 5-loikka, jakauma (metriä), 8. luokka
5-step utan ansats, distribution (meter), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar

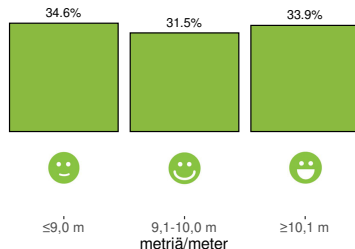
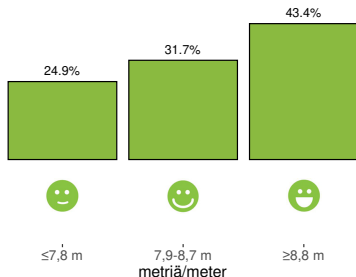


Vauhditon 5-loikka, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka
5-step utan ansats, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Kast med lyra

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

Oppilas heittää 20 kertaa tennispallolla seinään merkittyyn neliöön 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	1476	26565
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	1251	25712
8. luokka/8. klass Pojat/Pojkar	2741	25709
8. luokka/8. klass Tytöt/Flickor	2650	24758

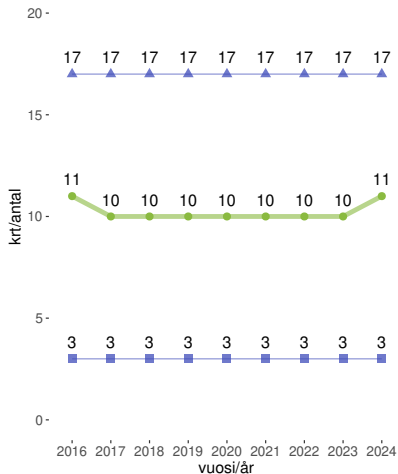


Heitto-kiinniottoyhdistelmä, mediaani (krt), 5. luokka

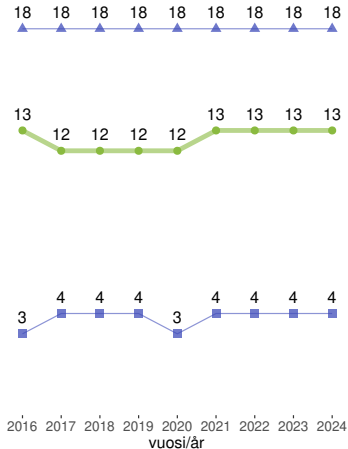
Kast med lyra, median (antal), 5. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

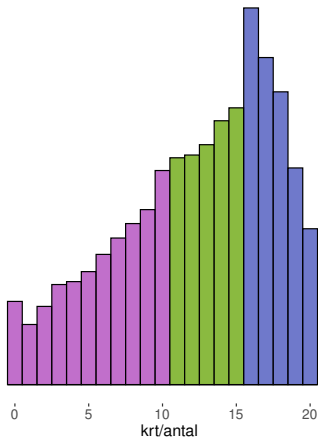
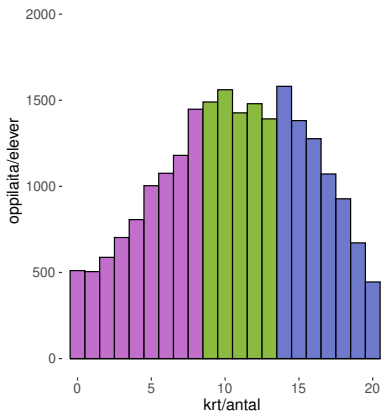
Heitto-kiinniottoyhdistelmä, jakauma (krt), 5. luokka

Kast med lyra, distribution (antal), 5. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar

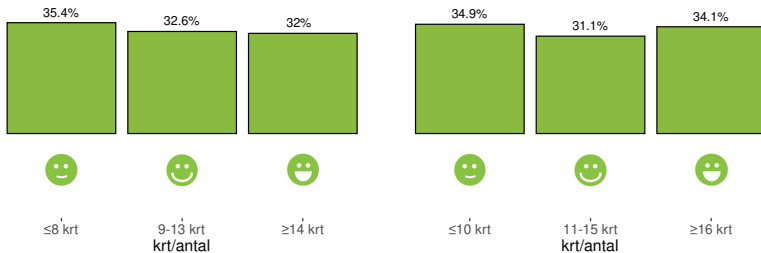


Heitto-kiinniottoyhdistelmä, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka *Move1*

Kast med lyra, resultatklasser (%), 5. klass

Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar

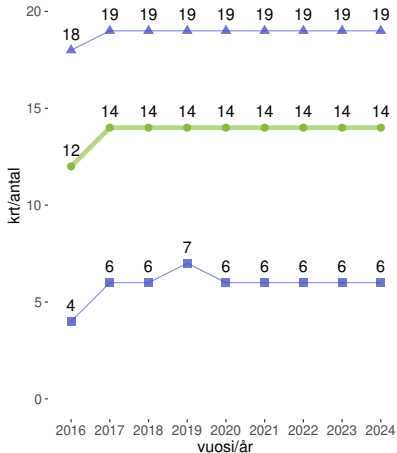


Heitto-kiinniottoyhdistelmä, mediaani (krt), 8. luokka

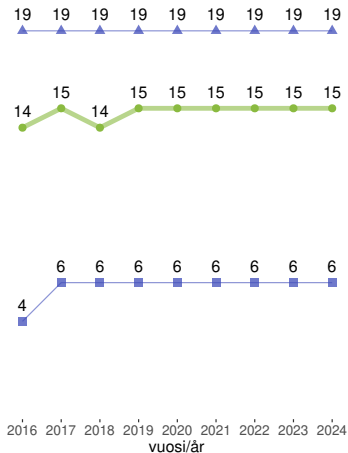
Kast med lyra median (antal), 8. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



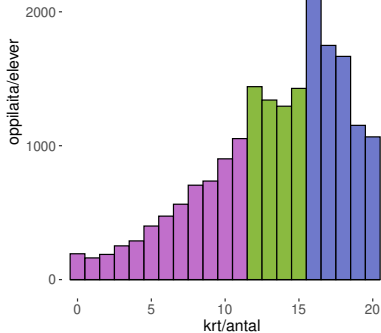
■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

Heitto-kiinniottoyhdistelmä, jakauma (krt), 8. luokka

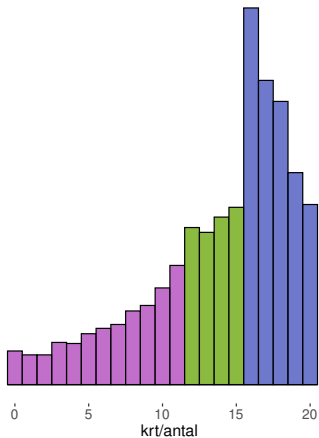
Kast med lyra, distribution (antal), 8. klass



Tytöt/Flickor



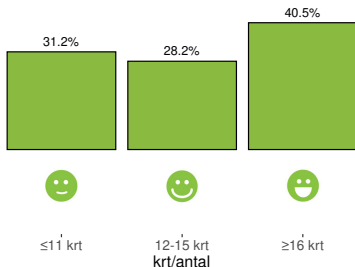
Pojat/Pojkar



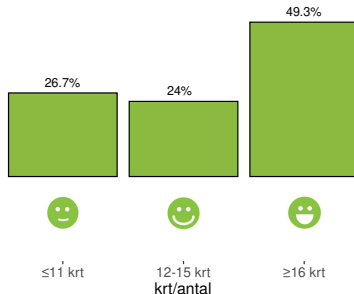
Heitto-kiinniottoyhdistelmä, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka *Move*

Kast med lyra, resultatklasser (%), 8. klass

Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



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 tasaissa 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).



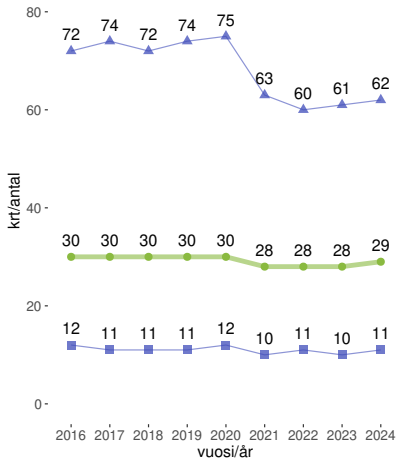
	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	1407	26634
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	1118	25845
8. luokka/8. klass Pojat/Pojkar	2741	25709
8. luokka/8. klass Tytöt/Flickor	2661	24747



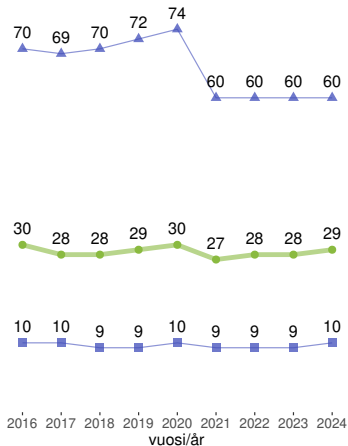
Ylävartalon kohotus, mediaani (krt), 5. luokka Höjning av överkroppen, median (antal), 5. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



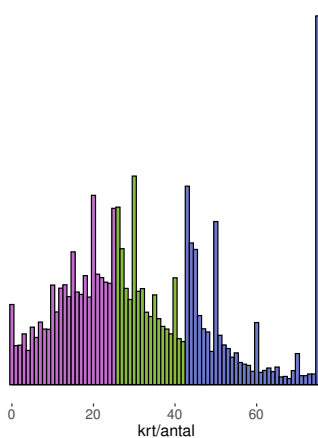
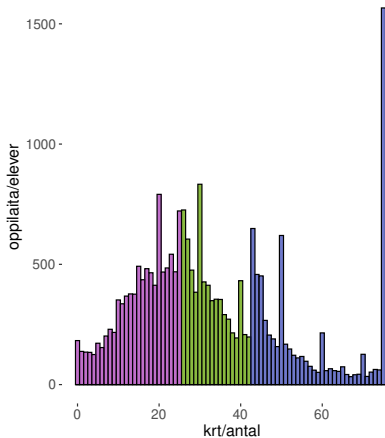
■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

Ylävirtalon kohotus, jakauma (krt), 5. luokka Höjning av överkroppen, distribution (antal), 5. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



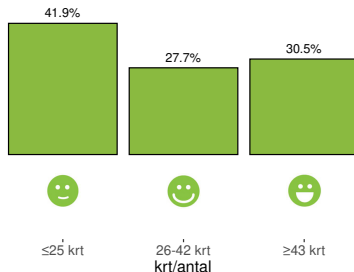
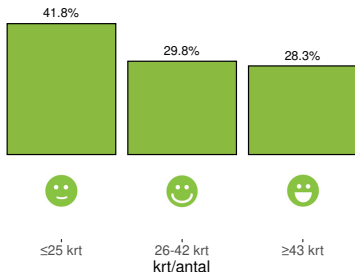
Ylävartalon kohotus, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka

Höjning av överkroppen, resultatklasser (%), 5. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar

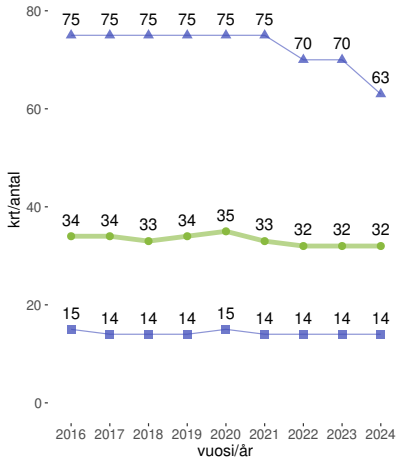


Ylävartalon kohotus, mediaani (krt), 8. luokka

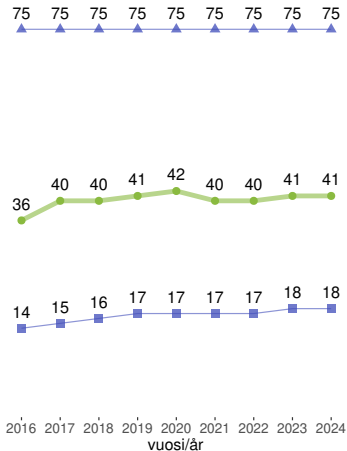
Höjning av överkroppen, median (antal), 8. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

Ylävartalon kohotus, jakauma (krt), 8. luokka Höjning av överkroppen, distribution (antal), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar

2000-

opplaita/lever

1000-

0-

0

20

krt/antal

40

60



≤24 krt



25-41 krt



≥42 krt



≤31 krt



32-56 krt



≥57 krt



0

20

krt/antal

40

60

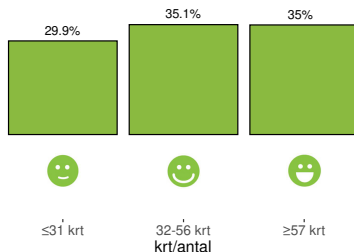
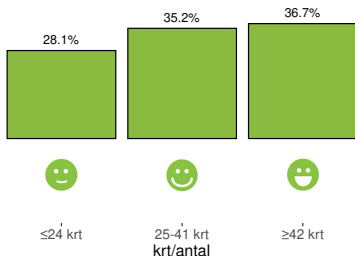
Ylävartalon kohotus, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka

Höjning av överkroppen, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



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	1474	26567
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	1160	25803
8. luokka/8. klass Pojat/Pojkar	2534	25916
8. luokka/8. klass Tytöt/Flickor	2379	25029

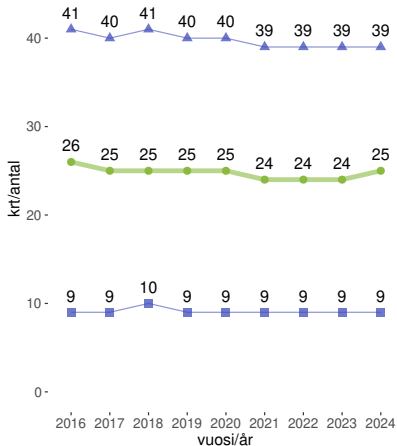


Etunojapunnerrus, mediaani (krt), 5. luokka

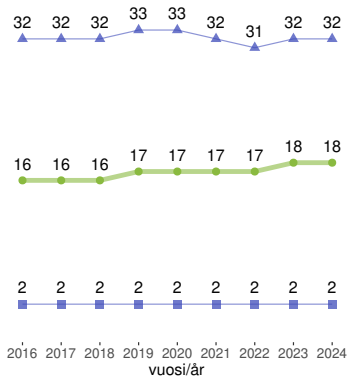
Armpress, median (antal), 5. klass



Tytöt/Flickor



Pojat/Pojkar



■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

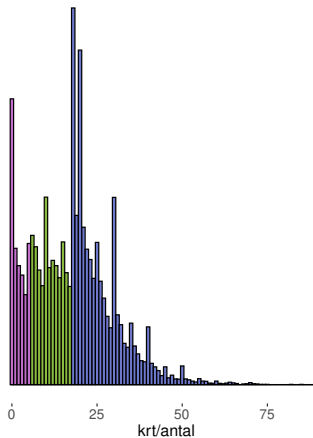
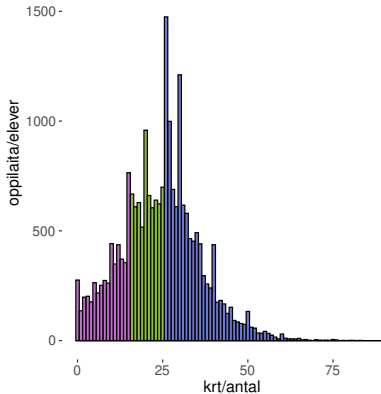
Etunojapunnerrus, jakauma (krt), 5. luokka

Armpress, distribution (antal), 5. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



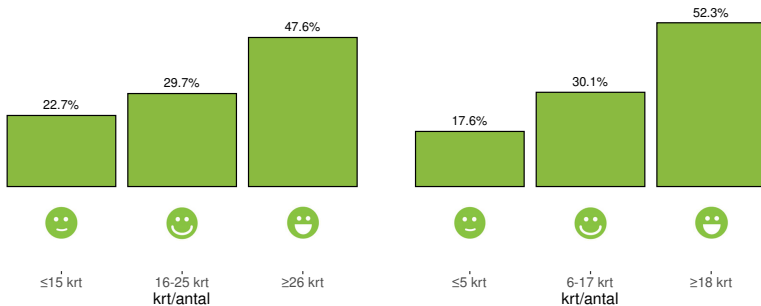
Etunojapunnerrus, osuudet tulosluokittain (%), 5. luokka

Armpress, resultatklasser (%), 5. klass



Tytöt/Flickor

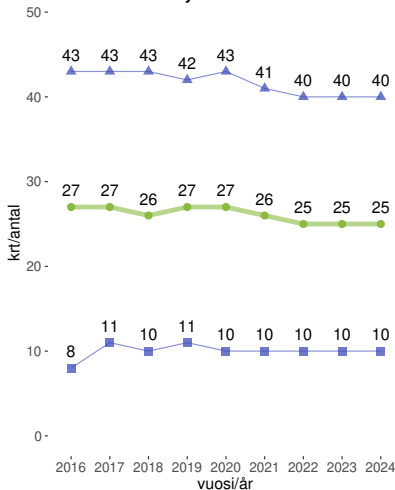
Pojat/Pojkar



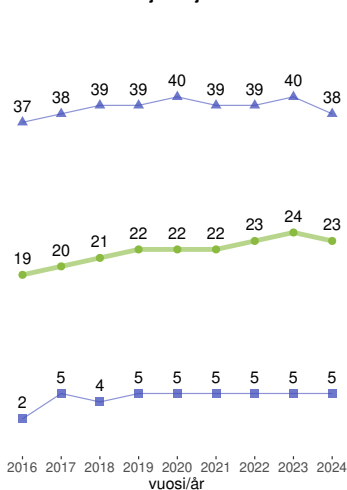
Etunojapunnerrus, mediaani (krt), 8. luokka Armpress, median (antal), 8. klass



Tytöt/Flickor



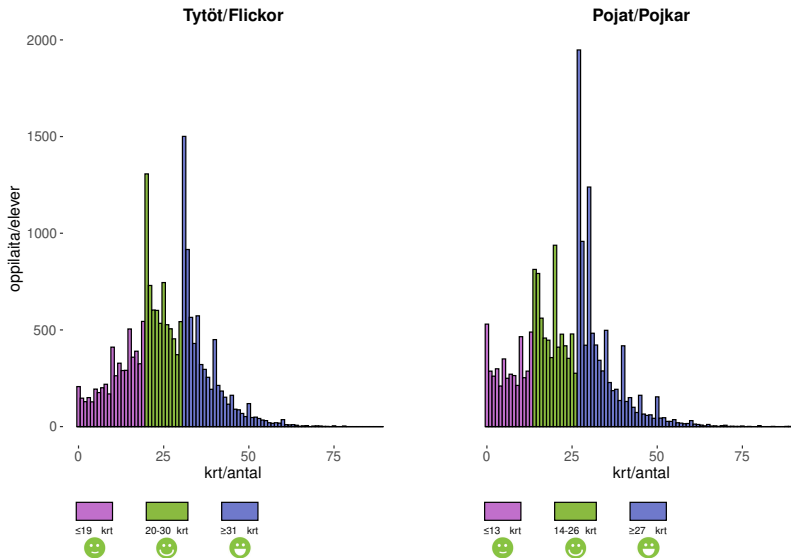
Pojat/Pojkar



■ alin/lägsta 10 % ● mediaani/median ▲ ylin/högsta 10 %

Etunojapunnerrus, jakauma (krt), 8. luokka

Armpress, distribution (antal), 8. klass



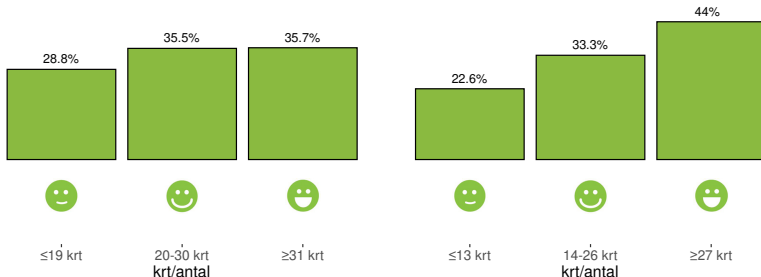
Etunojapunnerrus, osuudet tulosluokittain (%), 8. luokka

Armpress, resultatklasser (%), 8. klass



Tytöt/Flickor

Pojat/Pojkar



Liikkuvuus

Kroppens rörlighet

Mittaa kehon normaalia anatomista liikkuvuutta
Mäter den normala anatomiska rörligheten

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

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



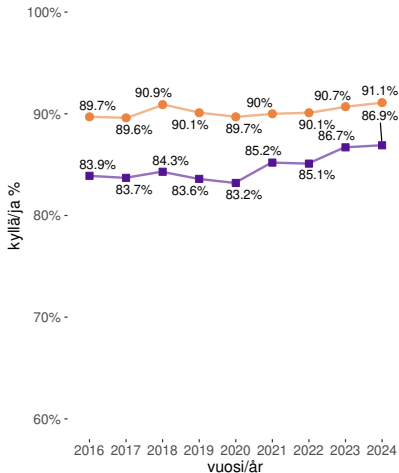
	Ei suorittanut Genomförde inte	Suoritti Genomförde
5. luokka/5. klass Pojat/Pojkar	733	27308
5. luokka/5. klass Tytöt/Flickor	574	26389
8. luokka/8. klass Pojat/Pojkar	1521	26929
8. luokka/8. klass Tytöt/Flickor	1186	26222



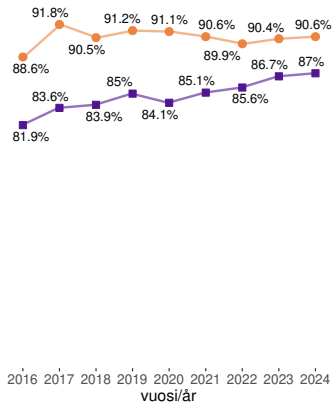
Kyykistys, onnistuneet suoritukset (%) Huksittande, lyckade prestationer (%)



5. luokka / klass



8. luokka / klass

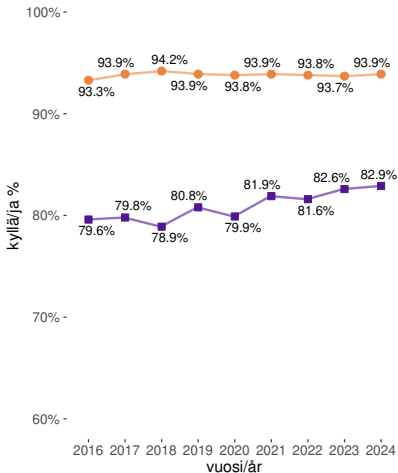


■ Pojat/Pojkar ● Tytöt/Flickor

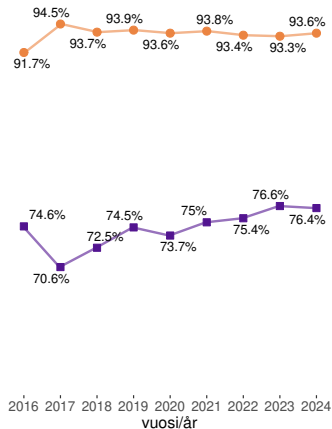
Alaselän ojennus täysistunnassa, onnistuneet suoritukset (%) *Move1*

Sträckning av nedre ryggen i sittande ställning, lyckade prestationer (%)

5. luokka / klass



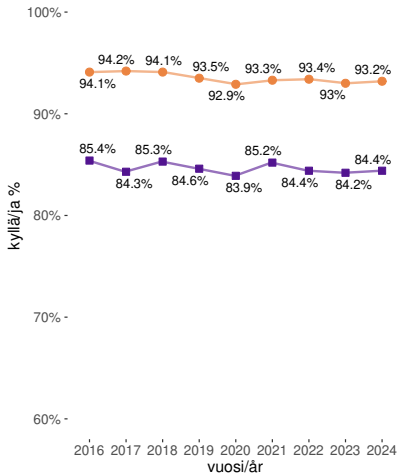
8. luokka / klass



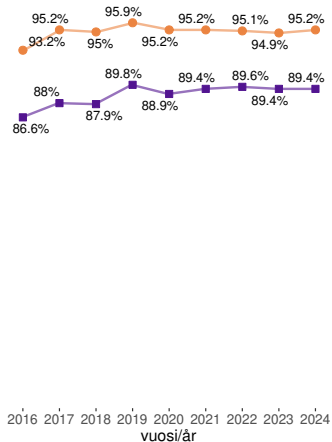
■ Pojat/Pojkar ● Tytöt/Flickor

Olkapäiden liikkuvuus (oikea käsi ylhäällä), onnistuneet suoritukset (%) *Move1* Axlarnas rörlighet (höger arm i överläge), lyckade prestationer (%)

5. luokka / klass



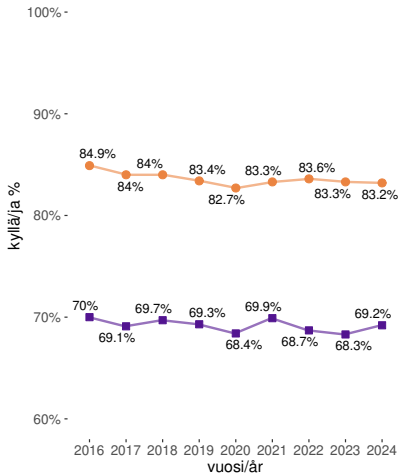
8. luokka / klass



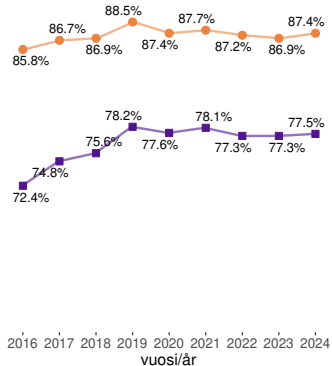
■ Pojat/Pojkar ● Tytöt/Flickor

Olkapäiden liikkuvuus (vasen käsi ylhäällä), onnistuneet suoritukset (%) *Move1*
 Axlarnas rörlighet (vänster arm i överläge), lyckade prestationer (%)

5. luokka / klass



8. luokka / klass



■ Pojat/Pojkar ● Tytöt/Flickor

Lisätietoa

Mer information



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

Valtakunnalliset sekä hyvinvointialue- ja kuntakohtaiset Move!-raportit:
www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-tulokset

Tulokset Vipunen-tilastopalvelussa:
vipunen.fi/fi-fi/perus/Sivut/Move!.aspx

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-, välfärdsområdes- och kommunnivå:
www.oph.fi/sv/utbildning-och-examina/move-resultat

Resultat i statistiktjänsten Vipunen:
vipunen.fi/sv-fi/grundlaggande/Sidor/Move!.aspx

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