

# **Yläkoulun liikunnanopettajien Move!-kokemuksia ja - näkemyksiä**

Kasvatustieteen  
pro gradu -tutkielma

Laatija:  
Johanna Mäkiranta

Ohjaaja:  
Yliopistonlehtori Mari Lehmuskallio

4.5.2026  
Turku

Pro gradu -tutkielma

**Koulutusohjelma, oppiaine:** Luokanopettajan tutkinto-ohjelma

**Tekijä(t):** Johanna Mäkiranta

**Otsikko:** Yläkoulun liikunnanopettajien Move!-kokemuksia ja -näkömyksiä

**Ohjaaja(t):** yliopistonlehtori Mari Lehmuskallio

**Sivumäärä:** 64 s, 8 liites.

**Päivämäärä:** 4.5.2026

## TIIVISTELMÄ

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli tutkia yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkömyksiä kansallisesta fyysisen toimintakyvyn mittausjärjestelmä Move!-sta. Tutkimuksessa selvitettiin yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkömyksiä 1) fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeydestä, 2) Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteuttamisesta, 3) Move!-mittauksista saatujen tulosten hyödyntämisestä sekä 4) Move!-mittausjärjestelmän ongelmista. Aihe oli merkityksellinen tutkimuskohde, sillä tutkimusta Move!-mittausjärjestelmästä on vielä hyvin vähän.

Tutkimukseen osallistui 123 Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n jäsentä. Aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella, joka koostui monivalintakysymyksistä sekä avoimista kysymyksistä. Määrällinen aineisto käsiteltiin IBM SPSS Statistics -ohjelmalla ja laadullinen aineisto analysoitiin aineistolähtöisen teemoittelun avulla. Määrällisen aineiston väittämistä muodostettiin faktorianalyysin, teoriapohjaisen jaottelun ja reliabiliteettitarkasteluiden avulla summamuuttujat. Summamuuttujien sukupuolten välisiä eroja tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testin avulla. Väittämät, jotka eivät sisällöllisesti tai reliabiliteettitarkastelun perusteella soveltuneet osaksi summamuuttujia analysoitiin erillisinä väittäminä. Erillisten väittämien sukupuolten eroja tarkasteltiin khiin neliö -testillä.

Yläkoulun liikunnanopettajat näkivät oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeänä. Käytännön toteuttaminen koettiin pääosin sujuvana. Kuitenkin mittausjärjestelmästä muodostui seitsemän ongelmateemaa, joista kuusi liittyi mittausten käytännön toteuttamiseen. Tosin liikunnanopettajat suhtautuivat Move!-mittauksiin jokseenkin myönteisesti. Move!-mittaustuloksia hyödynnettiin oppilaiden yksilöllisessä palautteenannossa, pedagogiikassa sekä koulun toimintakulttuurin kehittämisessä hyvin vähän. Sukupuolten välillä ei ilmennyt eroja yksittäisiä väittämiä lukuun ottamatta.

Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteutus toimii yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta jo melko hyvin. Mittaustuloksia ei kuitenkaan hyödynnetä vielä niiden täyden potentiaalin mukaan. Tulevaisuudessa olisi tärkeää tutkia enemmän, miten mittaustulosten hyödyntämistä voitaisiin edistää tehokkaammin sekä millaisia kehitysehdotuksia liikunnanopettajilla olisi mittausjärjestelmän kehittämiseksi. Lisäksi olisi merkittävää tutkia, tuleeko mittaustulosten hyödyntämiseen muutosta perusopetuslain liikunnallistamisen uudistuksen myötä.

**Avainsanat:** Move!-mittausjärjestelmä, yläkoulun liikunnanopettaja, fyysinen toimintakyky

## **Sisällysluettelo**

<b>1</b>	<b>JOHDANTO</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>YLÄKOULUN LIIKUNNANOPETTAJAN TYÖ</b>	<b>8</b>
<b>3</b>	<b>LASTEN JA NUORTEN FYYSSINEN TOIMINTAKYKY</b>	<b>10</b>
3.1	Fyysinen toimintakyky perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa, peruskoulun liikunnanopetuksessa ja toimintakulttuurissa	10
3.2	Lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn mittaaminen	13
3.3	Lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn mittaaminen liikunnanopettajien näkökulmasta	14
<b>4</b>	<b>SUOMALAINEN FYYSSISEN TOIMINTAKYVYN MITTAUSJÄRJESTELMÄ MOVE!</b>	<b>16</b>
4.1	Move!-mittausjärjestelmän osa-alueet	17
4.2	Move!-mittausten toteutus ja kulku	18
4.3	Move!-mittaus- ja palautejärjestelmän hyödyntäminen	19
<b>5</b>	<b>ERI OSAPUOLTEN NÄKÖKULMIA MOVE!-MITTAUSJÄRJESTELMÄSTÄ</b>	<b>22</b>
<b>6</b>	<b>TUTKIMUSONGELMAT</b>	<b>25</b>
<b>7</b>	<b>MENETELMÄ</b>	<b>26</b>
7.1	Osallistujat	26
7.2	Aineistonkeruumenetelmä	26
7.3	Aineiston käsittely	28
7.3.1	Kvantitatiivinen analyysi	28
7.3.2	Kvalitatiivinen analyysi	30
7.4	Tutkimusetiikka	31
<b>8</b>	<b>TULOKSET</b>	<b>32</b>
8.1	Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä Move!:en liittyvän koulutuksen riittävydestä	32
8.2	Fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeys eri tahoille yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta	33
8.3	Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteutus yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta	34

8.3.1	Move!-mittauksien ajankohdasta ja merkityksestä tiedottaminen	34
8.3.2	Move!-mittausten käytännön järjestelyt	35
8.3.3	Resurssit Move!-mittausten järjestämisessä	37
8.3.4	Move!-mittaustilanteen sujuvuus	38
8.3.5	Move!-mittaustulosten kirjaaminen valtakunnalliseen tietojärjestelmään	39
8.3.6	Yläkoulun liikunnanopettajien oma suhtautuminen Move!-mittauksiin	40
<b>8.4</b>	<b>Move!-mittauksista saatujen tulosten hyödyntäminen yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta</b>	<b>41</b>
8.4.1	Move!-mittaustulosten luotettavuus	41
8.4.2	Move!-mittaustulosten käsittely, neuvonta ja palaute	42
8.4.3	Move!-mittaustulosten pedagoginen hyödyntäminen	44
8.4.4	Move!-mittaustulosten läpikäymisen vastuu	45
8.4.5	Move!-mittaustulosten siirtyminen oppilaan huoltajille ja kouluterveydenhoitajalle	46
8.4.6	Move!-mittaustulosten hyödyntäminen koulun toimintakulttuurissa	47
8.4.7	Yhteistyö Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä	47
8.4.8	Move!-mittaustulosten kehityksen ja tason seuraaminen	48
<b>8.5</b>	<b>Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmään liittyvistä ongelmista</b>	<b>49</b>
<b>9</b>	<b>POHDINTA</b>	<b>54</b>
<b>9.1</b>	<b>Tutkimuksen tavoite ja johtopäätökset</b>	<b>54</b>
9.1.1	Yläkoulun liikunnanopettajien suhtautuminen Move!-mittauksiin ja -mittausprosessin koettu kuormittavuus	54
9.1.2	Yläkoulun liikunnanopettajien Move!-mittausten käytännön toteuttaminen ja siihen liittyvät haasteet	55
9.1.3	Yläkoulun liikunnanopettajien kokeman Move!-mittausten tärkeyden ja mittaustulosten hyödyntämisen välinen ristiriita	56
<b>9.2</b>	<b>Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys</b>	<b>59</b>
<b>9.3</b>	<b>Tutkimuksen hyödyntämismahdollisuudet ja jatkotutkimusehdotukset</b>	<b>60</b>
	<b>Lähteet</b>	<b>63</b>
	<b>Liitteet</b>	<b>69</b>
	<b>Liite 1. Yläkoulun liikunnanopettajille lähetetty saatekirje</b>	<b>69</b>
	<b>Liite 2. Kyselylomake</b>	<b>70</b>
	<b>Liite 3. Tietosuojaseloste</b>	<b>75</b>

# 1 JOHDANTO

Kansallisen lasten ja nuorten liikuntakäyttäytymistä kartoittavan LIITU-tutkimuksen (2024) mukaan vain noin kolmasosa lapsista ja nuorista liikkuu suositusten mukaisesti vähintään 60 minuuttia päivässä. Useissa suomalaisissa tutkimuksissa on viime vuosina havaittu lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden vähentyneen. (Husu, Tokola, Vähä-Ypyä & Vasankari, 2023; Husu, Tokola, Vähä-Ypyä & Vasankari, 2025.) Vähäisen fyysisen aktiivisuuden lisäksi monella lapsella ja nuorella fyysisen toimintakyvyn on havaittu olevan heikolla tasolla (Opetushallitus, 2024a; Opetushallitus, 2025c). Vuonna 2024 tehdyissä fyysisen toimintakyvyn Move!-mittauksissa ilmeni, että noin 40 prosentilla kahdeksaluokkalaisista ja vajaa 35 prosentilla viidesluokkalaisista fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia haittaavalla tasolla (Opetushallitus, 2025b). Kuitenkin fyysisen toimintakyvyn heikolla tasolla olevien oppilaiden määrä on hieman vähentynyt viime vuosina mittauksissa, mutta muutos on ollut hyvin pieni (Huhtiniemi, 2024, 65; Opetushallitus 2024c). Monen lapsen ja nuoren fyysinen toimintakyky on suositeltua heikompi ja se herättää huolta erityisesti heidän terveytensä ja hyvinvointinsa näkökulmasta (Opetushallitus, 2021). Lisääntynyt passiivinen elämäntapa ja huono fyysinen toimintakyky yhdessä altistavat erilaisille kansantaudeille ja tällöin voivat myös rajoittaa lasten ja nuorten kykyä osallistua arjen ja koulun päivittäisiin askareisiin (Ortega, Ruiz, Castillo & Sjoström, 2008, 7–8). Lasten ja nuorten hyvinvointi rakentuu fyysisten tekijöiden lisäksi myös psyykkisistä ja sosiaalisista tekijöistä (World Health Organization, 2026). Tässä tutkimuksessa kuitenkin keskitytään fyysisen hyvinvointiin sisältyvään fyysiseen toimintakykyyn.

Peruskouluikäisten fyysisen aktiivisuuden vähentymisen vuoksi vuonna 2016 otettiin käyttöön lasten ja nuorten fyysistä toimintakykyä kartoittava ja edistämiseen pyrkivä Move!-mittausjärjestelmä (Jaakkola, Sääkslahti, Liukkonen & Iivonen, 2012). Järjestelmän tavoitteena on tukea oppilaiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja antaa konkreettista tietoa lapsen ja nuoren fyysisestä toimintakyvystä sekä sen tasosta. Move!-järjestelmän toteuttamisesta, kirjaamisesta sekä mittauksista saatujen tulosten pohjalta annettavasta palautteesta vastaavat useimmiten liikunnanopettajat. Mittaamisen lisäksi järjestelmän tarkoituksena on toimia liikunnanopettajien monipuolisena työkaluna nuorten yksilöllisen toimintakyvyn edistämiseksi. Mittauksista saatuja tuloksia ja Move!-järjestelmää on myös mahdollista hyödyntää pedagogisena työkaluna liikunnanopetuksen sekä yksilöllisen ohjauksen ja palautteenannon yhteydessä. (Opetushallitus, 2026c.) Kaiken kaikkiaan

mittauksista saadut tulokset tarjoavat mahdollisuuden siirtää huomio pelkästä tilannekuvasta konkreettisiin toimiin, joiden avulla lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden ja toimintakyvyn laskua voidaan yrittää hidastaa ja jopa kääntää nousuun sekä opettajan että itse oppilaan toimesta.

Move!-mittausjärjestelmään liittyviä kokemuksia on tarkasteltu erilaisissa tutkimuksissa eri osapuolten näkökulmasta. Oppilaiden motivaatio- ja tunnekokemuksia on tutkittu samassa tutkimuksessa sekä yleisillä koululiikuntatunneilla että Move!-mittaustilanteissa (Huhtiniemi ym., 2021). Mittausjärjestelmää on tarkasteltu myös kouluterveydenhoitajien näkökulmasta (Lehmuskallio, Kuusela & Sainio, 2022). Liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmästä on kuitenkin tutkittu toistaiseksi melko vähän. Aiemmassa tutkimuksessa on tarkasteltu liikunnanopettajien valmiuksia, osaamista ja koettuja haasteita Move!-mittausjärjestelmän toteuttamisessa. Tulosten mukaan liikunnanopettajat kokivat osaavansa suorittaa mittaukset, mutta mittaustulosten hyödyntäminen koettiin vähäiseksi. (Salin, Huhtiniemi & Jaakkola, 2021.) Kansainvälisissä tutkimuksissa on havaittu, että liikunnanopettajat pitivät fyysisen kunnon mittaamista merkityksellisenä keinona lisätä oppilaiden tietoisuutta omasta fyysisestä toimintakyvystään sekä tukea sen kehittämistä (Ferguson, Keating, Bridges, Guan & Chen, 2007; Keating & Silverman, 2004; Mercier, Phillips & Silverman, 2016; Rudella, 2014). Samanaikaisesti liikunnanopettajat ovat kokeneet, että mittaustulosten tarjoamia mahdollisuuksia oppilaiden yksilölliseen ohjaamiseen on hyödynnetty suhteellisen vähän (Alfrey & Gard, 2014; Johnson ym., 2023; Keating & Silverman, 2004; Nolan, Barkell & Peralta, 2026).

Tässä tutkimuksessa selvitetään yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmän tärkeydestä eri tahoille, mittausten käytännön toteutuksesta ja mittaustulosten hyödyntämisestä. Lisäksi tutkitaan, millaisia ongelmia yläkoulun liikunnanopettajat kokevat Move!-mittausjärjestelmässä. Move!-mittausjärjestelmä on ollut osana perusopetuksen opetussuunnitelmaa jo melkein 10 vuotta ja liikunnanopettajien näkemyksiä sen merkityksellisyydestä ja toteuttamisesta on tutkittu vähän.

Liikunnanopettajien näkemysten kartoittaminen on merkityksellistä jatkuvan koululiikunnan sekä lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta. Myös Move!-mittausjärjestelmän täyden potentiaalin hyödyntämiseksi olisi oleellista kartoittaa sen käytännön toteutukseen liittyviä ongelmakohtia. Myös mittaustulosten hyödyntämiseen liittyvät näkemykset ovat merkityksellisiä. Liikunnanopettajien näkemykset palautteenannosta, yksilönohjauksesta sekä Move!-n eri osa-alueiden tulosten

hyödyntämisestä opetuksen suunnittelussa ja toteutuksessa sekä koulun toimintakulttuurin liikunnallistamisessa ovat oleellisessa asemassa järjestelmän jatkuvassa kehittämisessä.

## 2 YLÄKOULUN LIIKUNNANOPETTAJAN TYÖ

Yläkoulun liikunnanopettajan työ koostuu monipuolisesti erilaisista työtehtävistä. Niin kuin muissakin opetus- ja kasvatustieteiden ammattialoilla, liikunnanopettajan työn keskiössä on lasten ja nuorten kasvattaminen, opettaminen, tukeminen, kannustaminen sekä ohjaaminen. Näiden tavoitteiden toteuttamiseksi ammatillinen yhteistyö ja oman osaamisen jatkuva kehittäminen ovat merkittävässä asemassa. (Salin, Huhtiniemi & Hirvensalo, 2017, 564.) Uuden opetussuunnitelman ja teknologian kehittymisen myötä opetustyö ja liikunnanopettajan tehtäväkenttä ovat monipuolistuneet merkittävästi. Vuoden 2014 Perusopetuksen opetussuunnitelmassa korostuu yhteisöllisyys, toiminnallisuus, digitaalisuus ja monipuolisten oppimisympäristöjen hyödyntäminen. Liikunnanopetuksessa tulee siis luoda monipuolisia oppimisympäristöjä, joissa korostuu oppilaan toiminnallisuus yhdessä vertaisten kanssa oppiessa. Toiminnallisuus ja aktiivisuus tulisi korostua myös muussa koulun toiminnassa liikuntatuntien lisäksi. Kouluyhteisössä liikunnanopettajalla on useimmiten laaja-alainen hyvinvointiasiantuntijan rooli. Tämän vuoksi hänellä on myös useimmiten suuri rooli koko koulun toimintakulttuurin liikunnallistamisessa. (Salin ym., 2017, 565.)

Vuonna 2012 suoritetussa tutkimuksessa liikunnanopettajat Suomessa olivat melko tyytyväisiä työhönsä. Koulutus- ja työtyytyväisyystutkimuksen mukaan 80 prosenttia liikunnanopettajista oli tyytyväisiä tai erittäin tyytyväisiä työhönsä. Liikunnanopettajien osuus, jotka kokivat vahvaa tyytymättömyyttä työhönsä, oli hyvin pieni. Työtyytyväisyyttä vahvistaviksi tekijöiksi luettiin kollegat ja oppilaat. Eräs liikunnanopettajien työtyytyväisyyttä heikentävistä tekijöistä oli ajan puute ja kiire. (Mäkelä, Hirvensalo, Palomäki, Herva & Laakso, 2012, 67.) Liikunnanopettajien työtyytyväisyyttä kartoittavassa opinnäytteessä myös havaittiin, että liikunnanopettajien liikuntatuntien ulkopuolinen työ on lisääntynyt ja tämän vuoksi kokevat sen kuormittavaksi (Salonen & Syvänen, 2009, 59).

Yläkoulun liikunnanopettajan tulee suunnitella ja toteuttaa liikunnanopetus siten, että opetus perustuu Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin. Opettajan tulee kyetä muuntamaan opetussuunnitelman sisällöt ja tavoitteet käytännön opetuksen sisällöiksi. Opetussuunnitelman tarjoamat tavoitteet, sisällöt, hyvän osaamisen kuvaukset ja oppimisen tavoitteet ovat melko monitulkintaisia ja laajoja, jonka vuoksi liikunnanopettajalla on paljon vapautta opetuksen suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa. (Kalaja & Koponen, 2017, 557.) Liikunnan oppiaineen tavoitteet koostuvat fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen toimintakyvyn sisältöalueista. Yläkoulun liikunnanopettajan tulee huolehtia, että opetus sisältää näitä kaikkia

kolmea sisältöaluetta. (Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet, 2014, 434–435.) Opetussuunnitelmassa korostuu erityisesti pyrkimys oppilaiden fyysisen toimintakyvyn kehittämiseen. Toimintakyvyn kehittäminen ei näydy opetussuunnitelmassa erillisenä päämääränä, vaan osana kokonaisuutta, jonka tavoitteena on edistää oppilaiden fyysistä hyvinvointia. (Kalaja, 2017, 180.)

### 3 LASTEN JA NUORTEN FYYSINEN TOIMINTAKYKY

Fyysinen toimintakyky on elimistön kykyä selviytyä fyysisistä ponnistelua vaativista tehtävistä ja sille asetetuista tavoitteista. Se näkyy arjessa kykynä liikkua itsenäisesti, osallistua harrastuksiin ja huolehtia päivittäisistä toiminnoista. Riittävä fyysinen toimintakyky on hyvinvoinnin perusta. (Kalaja, 2017, 170.) Fyysinen toimintakyky vaikuttaa keskeisesti lasten ja nuorten arjessa pärjäämiseen, kokonaisvaltaiseen jaksamiseen sekä hyvinvointiin. Fyysistä toimintakykyä vaativat arjen toiminnot lasten ja nuorten elämässä ovat esimerkiksi koulu- tai harrastusmatkojen kulku kävellen tai pyöräillen, portaissa ja epätasaisessa maastossa sekä sujuvasti erilaisilla alustoilla liikkuminen. (Opetushallitus, 2026a.)

Fyysinen toimintakyky jaetaan neljään eri kuntotekijään: kestävyys, liikkuvuus, nopeus ja voima. Kuntotekijät vaativat jatkuvaa kehittämistä ja ylläpitämistä, jotta hyvä toimintakyky pysyy yllä. (Opetushallitus, 2026a.) Näiden kuntotekijöiden lisäksi motoriset perustaidot luovat perustaa fyysiselle toimintakyvylle. Kestävyys kuvastaa elimistön kykyä vastustaa väsymystä jatkuvassa kuormituksessa ja se jaetaan neljään erilaiseen suoritustehoon: aerobiseen peruskestävyyteen, vauhtikestävyyteen, maksimikestävyyteen ja nopeuskestävyyteen. Liikkuvuus kuvastaa kehon nivelten liikelaajuuksia, ja siihen vaikuttaa muun muassa perimä, lihasten, jänteiden ja nivelsiteiden venyvyys ja pituus. Nopeus tarkoittaa kyvykkyyttä nopeisiin liikesuorituksiin ja se jaotellaan räjähtävään, reaktio-, ja liikkumisnopeuteen. Lihasten ja lihasryhmien kyky vastustaa ulkoista voimaa kutsutaan voimaksi. Voima jaetaan kestovoimaan, nopeusvoimaan ja maksimaaliseen voimaan. Motoriset perustaidot kuvastavat hermoston ja lihasten yhteistoimintakykyä ja niiden harjoittamisessa yhdistyvät kaikki edellä mainitut fyysisen toimintakyvyn osa-alueet. (Kalaja, 2017, 171–173.)

#### 3.1 Fyysinen toimintakyky perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa, peruskoulun liikunnanopetuksessa ja toimintakulttuurissa

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014) korostetaan oppilaiden terveen kasvun ja hyvinvoinnin edistämisen merkitystä. Opetus tulee järjestää siten, että se tukee lasten ja nuorten tervettä kasvua ja kehitystä (POPS, 2014, 14). Fyysisestä toimintakyvystä huolehtimisen taidot näkyvät laaja-alaisen osaamisen tavoitteessa, joka liittyy itsensä huolehtimiseen ja arjen taitojen hallintaan. Tässä korostuu näkemys siitä, että oppilas oppii ymmärtämään toimintansa vaikutukset omaan terveyteensä ja hyvinvointiinsa sekä

tunnistamaan niitä haittaavat tekijät. Oppilaan tulisi myös saada koulusta edellytyksiä tiedon etsimiseen fyysisestä toimintakyvystä ja sen kehittämisestä. (POPS, 2014, 22.)

Fyysisen toimintakyvyn edistäminen on oleellinen osa liikuntakasvatusta (Kalaja 2017, 170). Koululiikunnalla on merkittävä rooli lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn edistämässä ja liikunnallisen elämäntavan ja hyvinvoinnin tukemisessa (POPS, 2014, 148). Sillä on etenkin suuri merkitys juuri niille oppilaille, jotka liikkuvat hyvin vähän koulupäivien ulkopuolella (Aira, Laine, Siekkinen, Tammelin & Turpeinen, 2019, 2). Näistä huolimatta liikuntatuntien vähäisellä määrällä ei kyetä takaamaan fyysisen toimintakyvyn eri osa-alueiden kehittämistä. Kuitenkin koululiikunnan avulla voidaan opettaa ja kannustaa oppilaita itse huolehtimaan omasta toimintakyvystään lisäämällä heidän ymmärrystään sen merkityksestä sekä sitä, miten omaa toimintakykyä voisi kehittää. Keskeinen keino, joilla voidaan pyrkiä edistämään lasten ja nuorten fyysistä toimintakykyä on luoda myönteisiä kokemuksia liikunnan parissa. Liikuntatunneilla opettajalla on myös erinomainen mahdollisuus tutustuttaa oppilaita paikallisiin liikuntapaikkoihin sekä niiden tarjoamiin palveluihin ja erilaisiin liikuntamuotoihin. (Kalaja, 2017, 175.)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014) fyysinen toimintakyky on yksi liikunnan oppiaineen keskeisistä osa-alueista sosiaalisen ja psyykkisen toimintakyvyn rinnalla. Fyysinen toimintakyky näkyy vuosiluokilla 1–9 liikunnanopetuksen tavoitteissa sekä keskeisissä sisältöalueissa (POPS, 2014, 148–150, 273–276, 433–436). Vuosiluokilla 1–2 on kuusi sekä vuosiluokilla 3–9 on seitsemän fyysiseen toimintakykyyn liittyvää opetuksen tavoitetta (POPS, 2014, 148–149, 274, 434). Liikunnan oppiaineen fyysisen toimintakyvyn tavoitteiden sisältöalueessa korostetaan kaikilla vuosiluokilla oppilaiden fyysisen aktiivisuuden lisäämistä, motoristen perustaitojen kehittämistä sekä monipuolisiin liikuntamuotoihin osallistumista ja tutustumista (POPS, 2014, 149, 274, 434–435).

Yläkoulussa liikunnan tavoitteiden sisältöalueissa korostuu alakoulua enemmän pyrkimys oman fyysisen toimintakyvyn arvioimiseen, ylläpitämiseen sekä kehittämiseen (POPS, 2014, 434–435). Arvioinnissa fyysinen toimintakyky näkyy kaikilla vuosiluokilla oppilaan motoristen perustaitojen ja fyysisen aktiivisuuden edistymisessä ja kehityksessä. Kuitenkin arviointi perustuu liikunnan oppiaineelle asetettuihin tavoitteisiin eikä oppilaan yksilöllisiin kunto-ominaisuuksiin. (POPS, 2014, 150, 275, 435–436.)

Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden suosituksien toteutumista pyritään myös tukemaan koulun fyysisesti aktiivisen toimintakulttuurin edistämällä (POPS, 2014, 27). Liikkumisen

sekä fyysisesti aktiivisen yhteisen toiminnan tulisi luonteva osa oppilaiden koulupäiviä ja koulun yhteistä toimintakulttuuria (POPS, 2014, 27). Koulun yleiset toimintatavat ovat suorassa yhteydessä oppilaiden fyysiseen aktiivisuuteen koulupäivän aikana. Tämän vuoksi Opetushallitus on juuri päivittänyt esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelmien perusteita siten, että liikunnallisen elämäntavan edistäminen on nostettu keskeiseksi tavoitteeksi erityisesti koulun toimintakulttuurin kehittämisen näkökulmasta. Uudistukset perustuvat perusopetuslain muutokseen, jonka eduskunta hyväksyi huhtikuussa 2025. (Opetushallitus, 2025a.) Liikunnallisen elämäntavan edistäminen edellyttää, että sitä tarkastellaan osana koko koulun toimintakulttuuria eikä yksittäisten oppiaineiden tai oppituntien näkökulmasta. Liikuntaa on mahdollista lisätä koulupäivään ja sen välittömään yhteyteen monin eri keinoin. Koulun toimintakulttuurin liikunnallistamista voidaan edistää esimerkiksi erilaisten hankkeiden, kuten Liikkuva koulu -hankkeen avulla. Konkreettisia Liikkuva koulu -hankkeen toimia, joita on mahdollista lisätä koulun toimintakulttuuriin kasvattaen fyysisen aktiivisuuden määrää koulun arjessa ovat esimerkiksi koulupäivän rakennemuutokset, välituntiliikunta, oppitunteihin integroitu liikkuminen, erilaiset teemapäivät, koulun tarjoama kerhotoiminta sekä kehoitus koulumatkojen kulkemiseen liikkuen. (Kalaja, 2017, 177–178.)

Perusopetusikäisille on kehitetty Liikkuva koulu -hankkeen lisäksi useita muita fyysistä aktiivisuutta edistäviä hankkeita ja ohjelmia, kuten Lisää liikettä -hanke sekä Fiksusti kouluun -ohjelma (Suomen Liikunnan alueet ry, 2026; Fiksusti kouluun, 2026). Lisäksi kouluympäristöön on pyritty kehittämään yksilölliseen tukeen perustuvia toimintatapoja, joista yksi esimerkki on liikuntaneuvontaan. Sen keskiössä ovat oppilaslähtöisyys, yksilöllisten tarpeiden huomioiminen sekä oppilaan fyysisen aktiivisen elämäntavan tukeminen. (Siekinen, 2025, 6–7.) Tukeakseen hallituksen tavoitetta antaa peruskoulun laajojen terveystarkastusten yhteydessä henkilökohtaista palautetta ja ohjausta oppilaalle Move!-tuloksista, muutamissa Suomen kunnissa on kokeiltu hankeavustusten avulla KoulupT eli koulun personal trainer -toimintaa (Siekinen, 2025, 4–5; Valtioneuvosto, 2023, 211). Toiminnan tarkoituksena on auttaa ja tukea oppilaita tunnistamaan vahvuuksiaan, potentiaaliaan sekä löytämään liikkumisesta iloa ja merkityksiä. Tavoitteena toiminnassa on tavoittaa erityisesti yläkouluikäiset oppilaat sekä vähemmän liikkuvat lapset ja nuoret. (Siekinen, 2025, 4, 6.)

### 3.2 Lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn mittaaminen

Lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn sekä liikehallinnan mittaaminen on osa heidän kehityksensä arviointia ja edistämistä (Nupponen, Soini & Telama, 1999, 6). Oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaamisesta on hyötyä oppilaalle, opettajalle, oppilaan huoltajille, opetussuunnitelman laatijoille sekä päätöksentekijöille (Nupponen, 2004, 198–199). Lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn mittaamisessa on huolehdittava turvallisuustoimenpiteistä. Heitä tulisi motivoida mittauksiin kuvailemalla mittaamisen merkitystä. (Nupponen, 2004, 202.) Itse mittaaminen ei ole merkittävässä asemassa, vaan sillä on arvoa ainoastaan arvioinnin apuvälineenä. Mittaamista tulisikin arvioida kahden kysymyksen kautta: mitä hyötyä mittaamisesta on sekä kenelle. Fyysisen toimintakyvyn mittaamisesta saaduilla tuloksilla voi olla joko toteava tai motivoiva arvioinnin tehtävä. Kun mittaustulokset ovat toteavan tehtävän arvioinnin väline, tulokset antavat oppilaalle tietoa toimintakyvystään. Toteavalla arvioinnilla voidaan havaita oppilaan fyysisen toimintakyvyn vahvuuksia sekä myös toimintakyvyn vakaviakin puutteita. Motivoivassa tehtävässä oppilaat ovat kiinnostuneita tuloksistaan sekä omasta kehityksestään. Mittausten keskiössä tulisi olla yksilöllisyys, jotta kyetään välttämään oppilaiden keskinäistä vertailua. Lopuksi mittaamisen hyödyt jakautuvat opettajalle sekä oppilaalle. Suurin hyöty mittauksista on kuitenkin oppilaalle itselleen. (Nupponen ym., 1999, 6.)

Kansainvälisissä tutkimuksissa lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn mittaamisesta puhutaan usein käsitteellä ”fitness testing” (Ferguson ym., 2007; Mercier ym., 2016). Kansallisista lasten ja nuorten fyysisistä toimintakykyä kartoittavista järjestelmistä kuten Move!-sta keskustellaan nimityksellä ”physical fitness monitoring and surveillance system” (Joensuu ym., 2024). Suomen lisäksi Euroopassa on vain kuusi maata, joissa on käytössä kansallinen lasten ja nuorten fyysisistä toimintakykyä mittaavaa seurantajärjestelmä: Ranska (Diagnoform), Liettua (The assesment of student’s fitness in primary and secondary schools), Portugali (FITescola), Serbia (National Physical Fitness Surveillance system), Slovenia (SLOfit) ja Unkari (NETFIT). Näiden lisäksi Espanjan Galicia itsehallintoalueella on käytössä alueellinen lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä (DAFIS). (Joensuu ym., 2024, 2, 5.) Suomen Move!-mittausjärjestelmä tavoittaa jopa 90 prosenttia 5. ja 8. vuosiluokan oppilaista. Euroopassa Suomen lisäksi Unkarissa käytössä oleva NETFIT on ainoa järjestelmä, joka on yhtä kattava kuin Move! sekä osallistumisasteen että toimintarajoitteiden huomioimisen näkökulmasta. (Joensuu, 2022, 25; Lehtovaara, 2024.)

Kaikissa maissa lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn mittaaminen ei perustu kansalliseen seurantajärjestelmään. Kansallisten järjestelmien lisäksi mittauksia toteutetaan myös paikallisesti osana koulujen liikunnanopetusta. Muun muassa Australiassa, Yhdysvalloissa sekä Isossa-Britanniassa fyysisen toimintakyvyn mittauksia toteutetaan, jotta tuloksia olisi mahdollista hyödyntää opetuksessa ja koulun toimintakulttuurin kehittämisessä. (Alfrey & Gard, 2014; Harte, Alfrey, Spray & Cale, 2024.)

### **3.3 Lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn mittaaminen liikunnanopettajien näkökulmasta**

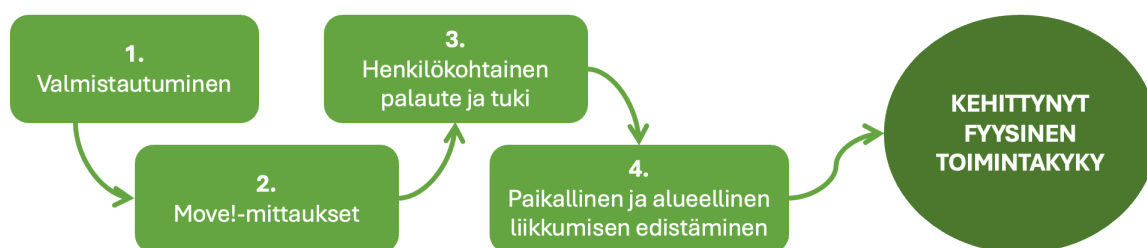
Liikunnanopettajien näkemyksiä sekä kokemuksia fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeydestä, käytännön toteuttamisesta sekä mittauksista saatujen tulosten hyödyntämisestä on tehty kansainvälisiä tutkimuksia. Vuonna 2007 Ferguson, Keating, Bridges, Guan ja Chen julkaisivat tutkimuksen liikunnanopettajien näkemyksistä Yhdysvalloissa hyödynnettävästä Fitnessgram-mittausohjelmasta. Ohjelmassa mittauksia suoritetaan peruskoulun 5., 7. ja 9. vuosiluokilla. Tutkimuksessa selvisi, että liikunnanopettajat suhtautuivat mittauksiin melko myönteisesti. Liikunnanopettajat olivat marginaalisesti samaa mieltä siitä, että mittaustulokset olivat hyödyllisiä ja että he kokivat mittausten suorittamisen miellyttävänä. Kuitenkin myönteinen asennoituminen oli yhteydessä pienempiin luokkakokoihin. (Ferguson ym., 2007, 171–173.) Myös muissa tutkimuksissa on havaittu, että liikunnanopettajat pitivät fyysisen toimintakyvyn mittaamista merkityksellisenä sekä kokivat ammatilliseksi vastuukseen opettaa oppilaille fyysisen toimintakyvyn edistämistä ja kehittämistä (Cale, Harris & Chen, 2014, 381–382; Keating & Silverman, 2004, 162; Rudella, 2014).

Yhdysvalloissa Mercierin, Phillipsin ja Silvermanin (2016) suorittamassa tutkimuksessa selvitettiin, miten yläkoulun liikunnanopettajien asenteet kuntotestejä kohtaan vaikuttivat heidän kuntotestien käyttöönsä. Tulokset myötäilivät Fergusonin ja kollegoiden (2007) tutkimustuloksia siten, että valtaosa tutkimukseen osallistuneista liikunnanopettajista suhtautui mittauksiin melko myönteisesti. Liikunnanopettajat, joilla oli myönteisempi asenne, ilmoittivat käyttävänsä useammin kuntotestausta. Kuntotestausta tärkeänä pitävät opettajat ilmoittivat lähettävänsä kuntotestien tulokset todennäköisemmin kotiin. Tuloksissa ilmeni, että suurin osa mittauksia järjestävistä liikunnanopettajista keskustelee oppilaiden kanssa kuntotestien tuloksista ja pyrkii sisällyttämään testien sisältöä oppitunneille. (Mercier ym., 2016, 184–185.)

Tutkimuksissa on siis havaittu, että liikunnanopettajat pitävät sitä tärkeänä oppilaiden ymmärrystä omasta fyysisestä toimintakyvystään sekä keinoista sen kehittämiseen. Tästä huolimatta opettajat ovat kokeneet, että mittauksista saatuja tuloksia hyödynnetään melko vähän (Alfrey & Gard, 2014, 11–14; Johnson ym., 2023, 57; Keating & Silverman, 2004, 162; Nolan ym., 2026, 6–8). Alfreyn ja Gardin (2014, 11–14) tutkimuksessa liikunnanopettajat kokivat, että fyysisen toimintakyvyn mittaustuloksia ei analysoitu tai hyödynnetty oppilaiden yksilöllisten tavoitteiden asettamisessa. Myös muissa tutkimuksissa on havaittu, että opettajat pitivät fyysisistä toimintakykyä kartoittavien mittausten tuloksia hyödyllisinä, mutta tulosten hyödyntäminen koulun toiminnan kehittämisessä koettiin vielä vähäiseksi (Johnson ym. 2023, 56–57; Nolan ym., 2026, 6–8).

## 4 SUOMALAINEN FYYSISEN TOIMINTAKYVYN MITTAUSJÄRJESTELMÄ MOVE!

Move!-mittausjärjestelmä on oppilaiden fyysistä toimintakykyä kartoittava järjestelmä, jota liikunnanopettaja sekä kouluterveydenhuolto kykenevät hyödyntämään lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn edistämässä. Mittauksista saatuja tuloksia voidaan hyödyntää 5. ja 8. luokalla järjestettävissä laajoissa terveystarkastuksissa oppilaiden huoltajien luvalla. (Huhtiniemi, 2017, 367.) Tulosten avulla liikunnanopettajalla on mahdollisuus suunnitella liikuntatunteja oppilaiden yksilölliset tarpeet ja tasot huomioiden. Järjestelmän toteutukseen kuuluu myös oppilaille annettava henkilökohtainen palaute Move!-mittaustuloksista. Palauteen tarkoituksena on tukea oppilaan tietoisuutta omasta toimintakyvystään ja miten sitä voi kehittää. (Opetushallitus, 2026c.) Näin ollen palaute tukee oppilaan kykyä huolehtia omatoimisesti fyysisestä toimintakyvystään. Kuvio 1 esittää Move!-mittausjärjestelmän prosessin kulkua.



**KUVIO 1.** Move!-mittausjärjestelmän kulku (mukaillen Opetushallitusta, 2026d)

Mittausjärjestelmän tavoitteena on lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn tukeminen ja heidän kannustamisensa sen kehittämiseen. Sen tavoitteena on myös auttaa oppilasta ja tämän perhettä havaitsemaan fyysisen toimintakyvyn yhteys terveyteen, hyvinvointiin sekä koulussa jaksamiseen ja opiskeluun. Mittaukset toimivat koulun ja kodin välisenä tiedotuskanavana oppilaan toimintakyvystä. (Opetushallitus, 2026c.)

Move!-järjestelmän kehittäminen aloitettiin vuonna 2010 monitieteisen asiantuntijaryhmän voimin (Salin & Huhtiniemi, 2017, 4). Opetus- ja kulttuuriministeriö sekä opetushallitus määräsivät kehitettäväksi peruskouluikäisten fyysistä toimintakykyä mittaavan seurantajärjestelmän. Järjestelmän kehittämisen toimintaa koordinoi Jyväskylän yliopiston

liikuntatieteellinen tiedekunta. (Jaakkola ym., 2012.) Sen kehittämisen tarkoituksena oli tukea kouluterveydenhuoltoa sekä laajoja valtakunnallisia terveystarkastuksia 5. ja 8. vuosiluokilla (Valtionneuvosto asetus 380/2009). Mittaristoa kehitettiin vuosina 2010–2012, jolloin varmistettiin sen luotettavuus eri kokeilujen ja esitestausten avulla (Salin & Huhtiniemi, 2017, 4). Liikunnanopettajien kokemuksiä kehitteillä olleesta Move!-mittausjärjestelmästä kartoitettiin vuonna 2012 (Jaakkola ym., 2012). Mittausjärjestelmän käyttöönoton analyysitutkimusta suoritettiin ennen järjestelmän käyttöönottoa valtakunnalliseksi tiedonkeruu-, seuranta- ja palautemenetelmäksi. Tutkimukseen osallistui sekä luokan- että liikunnanopettajia. Näiden tulosten pohjalta Move!-en liittyviä materiaaleja ja ohjeistuksia kehitettiin ennen sen virallista käyttöönottoa. (Jaakkola ym., 2012.) Tämän jälkeen se kirjattiin osaksi uutta perusopetuksen opetussuunnitelman perusteita vuonna 2014 ja otettiin valtakunnalliseen käyttöön porrastetusti vuonna 2016 (Salin & Huhtiniemi, 2017, 4.) Tutkimuksen aineistonkeruun ajankohtana Move!-mittauksia oli järjestetty 8. vuosiluokan oppilaille valtakunnallisesti kahdeksan vuoden ajan.

#### **4.1 Move!-mittausjärjestelmän osa-alueet**

Move!-mittausjärjestelmä on kehitetty mittaamaan fyysistä toimintakykyä mahdollisimman monipuolisesti. Siitä on tehty sekä 5. että 8. luokan oppilaille toteuttamiskelpoinen ja luotettava erilaisissa ympäristöissä. Mittausjärjestelmään kuuluu kuusi erilaista osiota. Näillä eri osioilla mitataan fyysisiä ominaisuuksia (kestävyys, voima, nopeus ja liikkuvuus), motorisia perustaitoja (tasapaino-, liikkumis- ja välineenkäsittelytaidot) sekä havaintomotorisia taitoja. Osiot saattavat mitata yhden suoritteen avulla useampaa näistä eri osa-alueista. Järjestelmän kokonaisuus on suunniteltu siten, että se mittaa lapsen ja nuoren fyysistä toimintakykyä kokonaisuutena. (Huhtiniemi, 2017, 371.)

Mittausjärjestelmään kuuluu kokonaisuudessaan kahdeksan erilaista mitattavaa liikettä: 20-metrin viivajuoksun avulla arvioidaan oppilaan kestävyyttä, liikkumistaitoja ja maksimaalista hapenottokykyä. Vauhditon viisiloikka arvioi oppilaan alaraajojen voimaa, nopeutta, tasapainoa ja liikkumistaitoja. Ylävartalon kohotus eli vatsalihaskäsitteily mittaa vatsalihasten, erityisesti syvien vatsalihasten, lihaskestävyttä ja kehon hallintaa. Harjoitus korostaa myös tarkkaa suoritustekniikkaa ja rytmistä kehon hallintaa. Etunojapunnerrus mittaa hartiasseudun ja yläraajojen lihasvoimaa ja lihaskestävyttä sekä vartalon tukilihasten staattista kestävyttä. Harjoitus yhdistää dynaamisen lihasvoiman ja kehon hallinnan arvioinnin. Heitto-kiinniotto-yhdistelmä mittaa yläraajojen voimaa sekä käsitteily- ja havaintomotorisia taitoja. Tehtävänä

on suorittaa 20 heitto-kiinniotto-yhdistelmää. Tämä harjoitus arvioi tarkkuuden, ajoituksen ja liikkeen hallinnan kokonaisvaltaista taitotasoa. Kehon liikkuvuutta arvioidaan kolmella eri asennolla, jotka mittaavat kehon normaalia anatomista liikkuvuutta. Ensimmäinen tehtävä on kyykistyminen, jossa keskitytään oppilaan liikkuvuuden, kehonhallinnan ja tasapainon kokonaisvaltaiseen arviointiin. Toisessa liikkuvuutta mittaavassa harjoitteessa alaselän ojennuksessa mitataan takareiden, pakaroiden, ja alaselän liikkuvuutta. Kolmannessa liikkuvuutta mittaavassa osiossa, oikean ja vasemman käden liikkuvuudessa mitataan yläraajojen ja hartian alueen liikkuvuutta. (Huhtiniemi, 2017, 372–373.)

## **4.2 Move!-mittausten toteutus ja kulku**

Mittausten suorittamisesta päävastuussa ovat useimmiten liikunnanopettajat sekä alakoulun puolella luokanopettajat. Liikunnanopettajilla on pedagogiset ja didaktiset valmiudet järjestää mittaukset siten, että jokaisen oppilaan yksilölliset tarpeet ja taitotasot tulevat huomioituiksi. Mittausten järjestäminen ajoittuu alkusyksyyn ja ne voidaan toteuttaa osana liikunnanopetusta tai erillisenä osana koulupäivää. (Huhtiniemi, 2017, 374.) Mittausten järjestäminen riippuu opettajan parhaaksi näkemästä tavasta toteuttaa mittaukset. Esimerkiksi mittaukset voi toteuttaa alun perin suunnitellun kahden kaksoistunnin aikana tai jakaa mittausosioiden suorittamisen jopa kuudelle eri oppitunnille osaksi oppitunteja (Salin & Huhtiniemi, 2017, 14–15).

Move!-mittausten ollessa osana perusopetuksen opetussuunnitelmaa tulisi sen tavoittaa mahdollisimman suuri osa kyseisten ikäluokkien oppilaista (POPS, 2014, 274, 435). Oppilaiden tiedottaminen Move!-mittauksista ennen itse mittaamispäivää tai oppitunteja on suositeltavaa. Tämä antaa oppilaalle mahdollisuuden valmistautua henkisesti suoritettaviin mittauksiin ja esimerkiksi tarkastelemaan aikaisempia mittaustuloksia. (Salin & Huhtiniemi, 2017, 10–11.) Oppilaiden terveydentilan tulee myös olla riittävällä tasolla, sillä osassa mittausosioista tavoitellaan maksimaalista suorituskykyä, jonka vuoksi riittävä terveydentila on välttämätön. Jos oppilaalla on pitkäaikaissairauksia, kuten sydänvika, keuhkoastma tai tuki- ja liikuntaelimestön sairaus, voivat nämä olla esteenä tiettyjen mittausosioiden suorittamiselle. (Huhtiniemi, 2017, 374.) Pienenkin epäilyksen yhteydessä mittausten suorittamisesta on hyvä olla yhteydessä kouluterveydenhoitajaan (Salin & Huhtiniemi, 2017, 9).

Mittausten käytännön toteuttaminen on riippuvainen monesta eri tekijästä. Näihin kuuluvat koulun tarjoamat tilat, välineet, ryhmien koko sekä mittaamiseen osallistuvien aikuisten

määrä. (Huhtiniemi, 2017, 374.) Esimerkiksi rajalliset tilat sekä välineet saattavat haitata ja rajoittaa mittausten onnistunutta suorittamista ja järjestämistä. Mittausten suunnittelu etukäteen ja oppilaiden yksilöllisten tarpeiden hahmottaminen on mittausten toteutuksen sujuvuuden sekä onnistumisen näkökulmasta erittäin tärkeää. Tämän avulla opettaja pyrkii takaamaan jokaiselle oppilaalle turvallisen, rauhallisen sekä miellyttävän mittauskokemuksen. (Huhtiniemi, 2017, 374.) Myös mittauksien eri osa-alueiden tietoinen harjoittelu voi vähentää itse mittaamistilanteessa olevaa jännitystä sekä pelkoa epäonnistumisesta (Huhtiniemi, 2017, 375).

### **4.3 Move!-mittaus- ja palautejärjestelmän hyödyntäminen**

Move!-mittaus- ja palautejärjestelmän tavoitteena on toimia liikunnanopettajan pedagogisena työkaluna. Mittausjärjestelmän keskeisenä tavoitteena on auttaa oppilasta hahmottamaan liikunnan terveysvaikutukset ja kannustaa häntä seuraamaan sekä kehittämään omaa fyysistä toimintakykyään. (Salin & Huhtiniemi, 2017, 42.) Mittauksista annettava palaute on jaettu kolmeen kategoriaan. Palautteessa fyysisen toimintakyvyn mittaustulos on toimintakykyä ja hyvinvointia 1. haittaavalla, 2. ylläpitävällä tai 3. edistävällä tasolla. (Opetushallitus, 2025c, 4.) Palautteen voi antaa joko liikunnanopettaja, kouluterveydenhoitaja tai lääkäri (Huhtiniemi, 2017, 377). Kuitenkin, mitä lähempänä ajallisesti mittaustilannetta palaute annetaan, sen paremmin oppilas ymmärtää toimintakykynsä tason sekä merkityksen omalle jaksamiselleen ja hyvinvoinnilleen. Mittauksista annetun palautteen tulisi olla rohkaisevaa ja motivaation herättämiseen pyrkivää. (Opetushallitus, 2026b.) Yksilöllisen ohjauksen ja palautteenannon yhteydessä olisi merkittävää ohjata oppilasta pohtimaan, miten mittauksissa ilmenevät ominaisuudet ovat yhteydessä arjen toimintoihin sekä miten niitä voisi kehittää. Opettajalla on tällöin mahdollisuus tukea oppilasta muun muassa tarjoamalla hänelle konkreettisia keinoja omaisuksiensa kehittämiseen. Näitä keinoja voisivat olla henkilökohtainen harjoitusohjelma, erilaiset liikuntaharrastukset tai kotitehtävät, joissa oppilas pohtii yhdessä huoltajiensa kanssa perheen liikuntatottumuksia. (Huhtiniemi, 2017, 377–378.)

Yksilöllisen ohjauksen lisäksi liikunnanopettajalla on mahdollisuus hyödyntää mittaustuloksia eri opetusryhmien opetuksessa ja ohjauksessa. Move!-järjestelmän kautta koulut saavat ryhmäkohtaiset tulokset (Opetushallitus, 2026b). Näiden avulla liikunnanopettajat voivat havainnoida ryhmien kehityskohteita. Nämä kehityskohdat on mahdollista huomioida ryhmien opetuksen suunnittelussa ja toteutuksessa pienin muutoksin. (Salin & Huhtiniemi, 2017, 43.) Esimerkiksi ryhmien heikot liikkuvuustulokset voi huomioida lisäämällä

oppituntien alkuun tai loppuun liikkuvuusharjoituksia. Lisäksi on tärkeää, että liikunnanopettaja tekee oppilaille näkyväksi, mitä fyysisiä ominaisuuksia harjoitellaan ja miksi, jolloin heillä on mahdollisuus seurata näiden ominaisuuksien kehittymistä. Pienikin kehitys saattaa innostaa oppilaita kehittämään itseään edelleen. Tällöin maltillisetkin muutokset saattavat vaikuttaa myönteisesti oppilaiden toimintakykyyn pitkällä aikavälillä. (Huhtiniemi, 2017, 378–379.)

Move!-mittauksista saatuja tuloksia on mahdollista hyödyntää myös koko koulun toimintakulttuurin edistämiseksi. Koulun toimintakulttuuria on mahdollista muovata fyysisistä toimintakykyä edistäväksi muun muassa koulupäivän rakenteen muokkaamisella, välituntiliikunnalla, oppitunneilla tapahtuvalla liikunnalla sekä teemapäivillä (Kalaja, 2017, 177). Liikunnanopettajalla on mahdollisuus koulukohtaisten tulosten perusteella suunnitella muun muassa koko koulun yhteisiä leikkimielisiä teemapäiviä, joissa ryhmät pääsevät kilpailemaan keskenään fyysisen toimintakyvyn eri osa-alueilla. Tällaisten teemapäivien ja kilpailujen järjestämisessä on tärkeää huomioida leikillisuus ja pelillisuus, jotta toiminta on motivoivaa kaiken tasoille oppilaille. (Huhtiniemi, 2017, 379.)

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteissa (2014, 275, 436) linjataan, että Move!-mittaustuloksia ei saa hyödyntää oppilaiden arvioinnin perusteena. Ennen tätä linjausta opettajien liikunnan arvioinnissa ilmeni selkeitä eroavaisuuksia, joissa osa opettajista hyödynsi tuloksia arvioinnissaan ja osa taas ei antanut Move!-mittauksista saaduille tuloksille minkäänlaista arvoa. Linjauksen tarkoituksena on myös vähentää oppilaiden kielteistä suhtautumista Move!-mittauksiin. (Huhtiniemi, 2017, 380.)

Move!-mittauksista saatuja tuloksia hyödynnetään osana lakisääteisiä laajoja terveystarkastuksia. Terveystarkastukset järjestetään perusopetuksen 1., 5. ja 8. vuosiluokilla ja niihin kutsutaan myös oppilaan huoltajat. Tarkastuksessa tutkaillaan lapsen tai nuoren kasvua, kehitystä sekä hyvinvointia. (Huhtiniemi, 2017, 380.) Mittauksista saatuja tuloksia voidaan käsitellä näissä terveystarkastuksissa oppilaan huoltajan suostumuksella (Opetushallitus, 2024b). Liikunnanopettaja voi varmistaa huoltajien suostumuksen muun muassa keräämällä lupalomakkeet, jotka hän toimittaa terveydenhoitajalle. Tuloksista käydyn keskustelun pohjalta oppilaalle tarjotaan terveysneuvontaa tämän yksilöllisten tarpeiden ja kehitysvaiheen mukaisesti. Move!-sta saatujen tulosten on tarkoituksena toimia kouluterveydenhoitajan tai koululääkärin konkreettisena apuvälineenä oppilaan toimintakyvyn käsittelyssä. (Huhtiniemi, 2017, 380–381.)

Move!-a on mahdollista hyödyntää osana yhteisöllistä ja yksilöllistä oppilashuoltoa (oppilas ja- opiskelijahuoltolaki 1287/2013) ja oppimisen tuen toteutusta (perusopetuslaki 642/2010, 16., 16.a ja 17. §). Mittauksista saadut tulokset voivat kertoa oppilaan toimintakyvyn tilasta, joka kuvastaa tämän terveyttä ja opiskelukykyä. Koulukohtaisia tuloksia on mahdollista käsitellä yhteisöllisessä oppilashuoltoryhmässä, jossa voidaan määritellä tukitoimia oppilaille, joiden fyysinen toimintakyky on hyvinvointia ja terveyttä haittaavalla tasolla. Kuitenkin yksittäisen oppilaan tarkat tukikeinot sovitaan yksilökohtaisen oppilashuollon parissa. (Huhtiniemi, 2017, 383–384.) Moniammatillinen yhteistyö ja toiminnan suunnittelu on merkittävässä asemassa Move!-n asianmukaisessa toteutuksessa. Liikunnanopettajan sekä kouluterveydenhoitajan tulee sopia yhteisistä pelisäännöistä muun muassa mittauksista ja niiden hyödyntämisestä ilmoittamisen sekä niistä saatujen tulosten yksilöllisessä palautteenannossa ja jatkotoimenpiteiden ohjeistamisessa. (Huhtiniemi, 2017, 381.)

Move!-mittausjärjestelmän tuottamien tulosten hyödyntämistä kunta- ja hyvinvointialueetasolla on raportoitu viimeksi vuoden 2024 keväällä Terveydenedistämisasiivisuus (TEA) hyvinvointialueilla -tiedonkeruun ja raportoinnin yhteydessä. Tietoa tulosten hyödyntämisestä on kerätty jo vuodesta 2017 osana Terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen peruskouluissa -tiedonkeruuta. (Pelkonen, Wiss, Hietanen-Peltola & Ståhl, 2024, 1). Pelkosen, Wissin, Hietanen-Peltolan ja Ståhlin (2024) laatimassa raportissa tarkastellaan vuosien 2023–2024 Move!-mittausten toteuttamisen ja hyödyntämisen kansallista ja hyvinvointialuekohtaista tilannetta. Vuonna 2024 hyvinvointialueet olivat sopineet melko vaihtelevasti Move!-prosessiin liittyvästä yhteistyöstä kuntiensä kanssa. Kolmannes hyvinvointialueista oli tehnyt sopimuksia lähes kaikkien kuntien kanssa. Vajaa kolmannes oli sopinut vain yksittäisten kuntien kanssa, kun taas reilu kolmannes ei ollut tehnyt sopimuksia lainkaan. Raportissa kuvailtiin myös, että koko maan tasolla koulut informoivat melko hyvin koteja mittausten tarkoituksesta, tavoitteista sekä tulosten hyödyntämisestä. Kuitenkin mittaustuloksia käsiteltiin harvoin koulujen ja alueellisten opiskelijahuoltoryhmien kokoontumisissa, eikä niitä ollut vielä kattavasti käytettävissä 5. ja 8. luokan laajoissa terveystarkastuksissa. Lukuvuonna 2022–2023 mittauksista saadut tulokset olivat käytettävissä 5. luokan terveystarkastuksissa noin joka toisessa koulussa, kun taas 8. luokalla vielä harvemmin eli noin joka kolmannessa. Jotta Move!-seurantajärjestelmä täyttäisi sille asetetut tavoitteet, prosessin tulisi sisältää jatkuvaa yhteistyötä ja selkeitä toimintatapoja koulujen, kuntien sekä hyvinvointialueiden kesken. (Pelkonen ym., 2024, 1–5.)

## 5 ERI OSAPUOLTEN NÄKÖKULMIA MOVE!-MITTAUSJÄRJESTELMÄSTÄ

Move!-mittausjärjestelmään liittyviä kokemuksia ja näkemyksiä on tutkittu eri sitä koskettavien osapuolten näkökulmasta. Tutkimusta on tehty liikuntaa opettavien opettajien, kouluterveydenhoitajien ja oppilaiden näkökulmista, mutta kokonaisuudessaan aihetta käsiteltävää tutkimusta on toistaiseksi melko vähän (Huhtiniemi ym., 2021; Lehmuskallio ym., 2022; Salin ym., 2021). Huoltajien näkökulmaa Move!-mittausjärjestelmästä ei ole toistaiseksi tarkasteltu vielä tutkimuksissa. Lisäksi tutkimusta on tehty liikunnanopettajien ja kouluterveydenhoitajien yhteistyöstä Move!-mittausjärjestelmän hyödyntämisessä sekä oppilaiden fyysisen toimintakyvyn edistämässä (Salin, Huhtiniemi & Jaakkola, 2022).

Liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä on kartoitettu viimeksi vuonna 2021 (Salin ym., 2021). Salinin, Huhtiniemen ja Jaakkolan (2021) tutkimuksessa kartoitettiin opettajien valmiuksia ja osaamista Move!-järjestelmän toteuttamisessa. Tutkimuksessa kartoitettiin myös opettajien kokemuksia järjestelmän toteutukseen sekä oppilaiden toimintakyvyn tukemiseen liittyviä haasteita. Lisäksi tutkimuksessa vertailtiin koettuja valmiuksia, osaamista ja haasteita erilaisia pedagogista koulutusta suorittaneiden opettajaryhmien välillä.

Vertailuryhminä olivat: perusopetuksessa opettavien aineiden ja aihekokonaisuuksien monialaiset opinnot suorittaneet opettajat, liikuntapedagogiikan perusopinnot suorittaneet, aineopinnot suorittaneet sekä syventävät opinnot suorittaneet opettajat. (Salin ym., 2021, 529–530.) Tuloksissa selvisi, että opettajat arvioivat osaamisensa vahvaksi Move!-mittausten käytännön toteuttamisessa sekä mittauksiin liittyvien turvallisuusohjeiden hallinnassa.

Opettajat kokivat myös tuntevansa hyvin Move!-järjestelmän tarkoituksen ja tavoitteet sekä omaavansa melko hyvät valmiudet oppilaiden fyysisen toimintakyvyn arviointiin ja siitä palautteen antamiseen. Sen sijaan epävarmuutta ilmeni erityisesti opetuksen eriyttämisessä sekä jatko- ja tukitoimien suunnittelussa mittauksista saatujen tulosten perusteella. Lisäksi opettajat kokivat, että tulosten hyödyntäminen monialaisissa oppimiskokonaisuuksissa ei ollut heidän vahvinta osaamisaluettaan. Opettajat kokivat haasteellisina tekijöinä mittauksiin liittyvän ajankäytön, oppilaiden suoritusten arvioinnin, oppilaiden suuret toimintakykyerot sekä ryhmäkokojen suuruuden. Vähiten haasteita aiheuttivat opettajien omat asenteet mittauksia kohtaan sekä mittauksiin liittyvät tiedot ja taidot. Perusopetuksessa opettavien aineiden monialaiset opinnot suorittaneet opettajat arvioivat osaamisensa heikommaksi sekä Move!-järjestelmän toteuttamisessa että oppilaiden toimintakyvyn tukemisessa verrattuna

muihin koulutusryhmiin. Lisäksi he kokivat mittausten toteuttamiseen liittyvän enemmän haasteita kuin aineopinnot ja syventävät opinnot suorittaneet opettajat. (Salin ym., 2021, 531–534.) Tulokset Move!-mittaustulosten vähäisestä ja haasteellisesta hyödyntämisestä ovat näkyneet myös aiheesta suoritetuissa pro gradu -tutkielmissa (Ek, 2021; Hellsten, 2026; Luokkanen & Turunen, 2019; Rajala & Ritala, 2018).

Oppilaiden näkökulmaa tarkastelleessa tutkimuksessa selvitettiin 5. ja 8. luokkalaisten oppilaiden kokemaa viihtymistä ja ahdistuneisuutta kuntotestaustunneilla verrattuna tavanomaiseen liikunnanopetukseen (Huhtiniemi ym., 2021). Tulosten mukaan oppilaat kokivat kuntotestaustunneilla vähemmän viihtymistä kuin liikuntatunneilla yleisesti. Lisäksi somaattisen ahdistuneisuuden, kuten jännityksen ja kehollisten stressireaktioiden havaittiin olevan kuntotestaustunneilla korkeampaa. Sen sijaan kognitiivinen ahdistuneisuus oli kuntotestaustunneilla matalampaa ja huolestuneisuuden taso säilyi samankaltaisena molemmissa tilanteissa. Tulosten mukaan oppilaat eivät kokeneet kuntotestaustilanteita erityisen kielteisinä tai pelottavina, vaikka ne herättivätkin tavallista liikuntatunnetta enemmän jännitykseen liittyviä tuntemuksia. (Huhtiniemi ym., 2021, 6–12.) Oppilaiden kokemuksia ja näkemyksiä mittauksista on kartoitettu myös opinnäytteissä, joiden tulokset mukailevat Huhtiniemen ja kollegoiden (2021) tutkimustuloksia. Opinnäytteiden tuloksissa oppilaat suhtautuivat Move!-mittauksiin pääosin myönteisesti (Haapalainen & Kakkonen, 2020; Kallio & Kivipelto, 2017.) Näiden lisäksi itse Move!-mittausjärjestelmän testiosioiden validiteetista ja reliabiliteetista on suoritettu pro gradu -tutkielma (Oksanen, 2016).

Move!-mittausjärjestelmää on tutkittu myös erikseen kouluterveydenhoitajien näkökulmasta. Lehmuskallio, Kuusela ja Sainio (2022) tutkivat kouluterveydenhoitajien näkemyksiä oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeydestä eri tahoille, Move!-tietojen käsittelyn sujuvuudesta ja vastuutuksesta sekä tulosten hyödyllisyydestä, vaikuttavuudesta koulutasolla ja seuraamisesta. Tuloksissa ilmeni, että terveydenhoitajat pitävät oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaamista vain jokseenkin tärkeänä eri osapuolille. Move!-tietojen käsittelyä ei nähty sujuvana prosessina eikä mittaustuloksia nähty kovinkaan hyödyllisinä. Terveydenhoitajat kokivat, että tulosten läpikäyntivastuu kuuluu opettajalle. Tuloksia ei myös seurattu kovinkaan aktiivisesti ja niiden vaikutusta koulun toimintakulttuuriin ei tiedostettu. Kouluterveydenhoitajien kokemista Move!-mittausjärjestelmän ongelma- ja kehityskohteista muodostui kuusi teemaa. Teemat liittyivät vähäisiin aikaresursseihin, perehdytyksen ja ohjeistuksen puutteisiin, mittausten huonoon ajoitukseen, tiedonsiirron haasteellisuuteen,

mittausten epäluotettavuuteen sekä mahdollisiin negatiivisiin vaikutuksiin oppilaille (Lehmuskallio ym., 2022, 77–80.)

Move!-n käyttöön liittyvää tutkimusta on suoritettu myös yhteistyön näkökulmasta. Salinin, Huhtiniemen sekä Jaakkolan (2022) tutkimuksessa tutkittiin liikuntaa opettavien opettajien ja kouluterveydenhoitajien yhteistyöstä oppilaiden fyysisen toimintakyvyn edistämässä sekä Move!-järjestelmän hyödyntämisessä. Kyseisessä tutkimuksessa haluttiin selvittää liikuntaa opettavien opettajien ja kouluterveydenhoitajien käsityksiä moniammatillisesta yhteistyöstä toimintakyvyn edistämiseen ja Move!-mittauksiin liittyen. Tuloksissa ilmeni, että korkeintaan puolet opettajista ja terveydenhoitajista olivat tehneet mittausten suunnitteluun, palautteen antamiseen ja tulosten hyödyntämiseen liittyvää yhteistyötä. Tutkimuksesta saaduista tuloksista selvisi myös, että opettajien ja terveydenhoitajien näkemykset yhteistyön toteutumisesta vaihtelivat. Yhteistyön toteutumiseen vaikuttaviksi tekijöiksi koettiin muun muassa aika, ryhmän rooli, arvot ja tavat, organisaation tuki, viestintä, menetelmät sekä asenteet ja tavoitteet. (Salin ym., 2022, 371–372)

## 6 TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmästä. Tutkimuksessa kartoitettiin, miten liikunnanopettajat kokevat ja näkevät Move!-mittauksien tärkeyden eri tahoille, käytännön toteuttamisen sekä mittauksista saatujen tulosten hyödyntämisen. Näiden lisäksi heiltä tiedusteltiin, millaisia ongelmia he näkevät järjestelmässä. Tutkimuksessa taustamuuttujana toimi sukupuoli.

1. Miten tärkeäksi yläkoulun liikunnanopettajat näkevät oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaamisen eri tahoille?
2. Mitä kokemuksia ja näkemyksiä yläkoulun liikunnanopettajilla on Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteutuksesta?
3. Mitä kokemuksia ja näkemyksiä yläkoulun liikunnanopettajilla on Move!-mittauksista saatujen tulosten hyödyntämisestä?
4. Millaisia ongelmia yläkoulun liikunnanopettajat kokevat ja näkevät Move!-mittausjärjestelmässä?

## 7 MENETELMÄ

Tämä tutkimus suoritettiin monimenetelmällisenä tutkimuksena eli tutkimuksessa kerättiin sekä kvantitatiivista että kvalitatiivista aineistoa. Tutkimuksen aineisto kerättiin sähköisellä kyselylomakkeella, joka koostui monivalintakysymyksistä ja avoimista kysymyksistä. Tässä luvussa käsitellään tutkimuksen osallistujia, aineistonkeruuta ja -käsittelyä sekä tutkimuksessa noudatettua tutkimusetiikkaa.

### 7.1 Osallistujat

Tutkimuksessa selvitettiin yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move! -mittausjärjestelmän eri osa-alueista. Potentiaalisia osallistujia lähestyttiin liikunnan ja terveystiedon opettajien pedagogisen asiantuntija- ja opettajajärjestön Liikunnan ja Terveystiedon Opettajat ry:n (LIITO) valtakunnallisen sähköpostilistan kautta. Yhdistykseltä anottiin lupa listan hyödyntämiseen tutkimuksen osallistujien tavoittamiseksi. Kyselylomake lähetettiin noin 750 kohderyhmän jäsenelle, joista 123 vastasi kyselyyn (vastausprosentti 16,5 %). Tavoitteena oli suorittaa kokonaistutkimus ja saada mahdollisimman monta LIITO ry:n yläkoulun liikunnanopettajajäsentä osallistumaan tutkimukseen laajalti eri puolilta Suomea (ks. Hirsjärvi, Remes, Sajavaara & Sinivuori, 2019, 179). Vastausprosentin ollessa melko pieni, tulokset antavat vain suuntaa yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksista ja näkemyksistä Move!-mittausjärjestelmästä. Osallistujat saivat tietoa tutkimuksesta ja sen tarkoituksesta sähköpostitse lähetetystä saatekirjeestä (Liite 1). Saatekirje sisälsi linkin kyselyyn (Liite 2) sekä tietosuojaselosteeseen (Liite 3), jossa kuvattiin vastausten perusteella saatujen tulosten käsittelyä ja säilyttämistä. Tutkimuksessa ei kerätty osallistujien henkilötietoja, joten osallistujat pysyivät anonyymeinä.

Tutkimukseen osallistuneista 88 (72 %) oli naisia ja 35 miehiä (28 %). Sukupuolen lisäksi osallistujilta tiedusteltiin, kuinka monta kertaa he olivat suorittaneet Move!-mittauksia. Lähes yhdeksän kymmenestä (89 %) osallistujista oli suorittanut Move!-mittaukset yli viisi kertaa. Loput osallistujista oli suorittanut mittaukset 1-2 (4 %) ja 3-5 (7 %) kertaa.

### 7.2 Aineistonkeruumenetelmä

Tutkimus toteutettiin monimenetelmällisenä poikittaistutkimuksena tutkittavan ilmiön moniulotteisen luonteen vuoksi (ks. Seppänen-Järvelä, Åkerblad & Haapakoski, 2019, 335). Tutkimuksen aineisto kerättiin sähköisen kyselylomakkeen (Liite 2.) avulla elokuussa 2025.

Kyselylomakkeen hyödyntäminen mahdollisti sekä määrällisen että laadullisen aineistonkeruun, minkä ansiosta tutkittavaa ilmiötä kyettiin tarkastelemaan eri näkökulmista. Ennen kyselyn lähettämistä ja lukuvuoden alkua kyselylomake esiteltiin viidellä yläkoulun liikunnanopettajalla. Esitestauksessa ilmenneet ongelmakohdat ja epäselvyydet korjattiin ennen kyselylomakkeen lähettämistä LIITO ry:lle välitettäväksi eteenpäin. Tutkimuksen määrällinen aineisto kerättiin kyselylomakkeen monivalintakysymysten avulla ja laadullinen avoimien kysymyksien avulla. Avoimien kysymyksien avulla selvitettiin, millaisia ongelmia yläkoulun liikunnanopettajat ovat kokeneet mittausjärjestelmässä. Monivalintakysymykset perustuivat Move!-mittausjärjestelmän ja -prosessin eri osa-alueisiin liittyviin väittämiin. Väittämiin vastattiin Likert-asteikon avulla. Asteikon vaihtoehdot perustuivat siihen, miten vahvasti osallistuja oli samaa tai eri mieltä esitetyn väitteen kanssa (Hirsjärvi ym., 2019, 179). Likert-asteikon vastausvaihtoehtoina toimivat: *1 = Täysin eri mieltä*, *2 = Jokseenkin eri mieltä*, *3 = Jokseenkin samaa mieltä*, *4 = Täysin samaa mieltä* ja *5 = En osaa sanoa*.

Kyselylomake koostui viidestä eri osiosta. Ensimmäisessä osiossa kartoitettiin kyselyyn vastanneiden taustatietoja. Kyselylomakkeen seuraavat osiot jäsenneltiin tutkimuskysymyksittäin. Toisessa osiossa selvitettiin viiden väittämän avulla yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä Move!-mittausten tärkeydestä eri tahoille. Kolmas osio piti sisällään 23 väittämää Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteuttamisesta. Neljännessä oli myös 23 väittämää Move!-mittauksista saatujen tulosten hyödyntämisestä. Kyselyn viimeinen eli viides osio koostui kahdesta avoimesta kysymyksestä. Avoimilla kysymyksillä kerättiin tietoa liikunnanopettajien kokemista mittausjärjestelmään liittyvistä ongelmista ja kehitysehdotuksista sen parantamiseksi. Tässä tutkimuksessa avoimista kysymyksistä tarkastellaan vain ensimmäistä eli mittauksissa koettuja ongelmia.

Kyselylomakkeen monivalintojen väittämät muodostettiin ja jäsenneltiin Move!-mittausjärjestelmän osa-alueiden sekä tutkimuskysymyksien mukaan. Osa kyselylomakkeen väittämistä saatiin aikaisemmasta Move!-mittausjärjestelmään liittyvästä tutkimuksesta, joka tarkasteli kouluterveydenhoitajien näkemyksiä ja kokemuksia mittausjärjestelmästä (Lehmuskallio ym., 2022). Kyselylomakkeessa hyödynnettiin yhteensä 14 väittämää sellaisenaan kouluterveydenhoitajien tutkimuksesta ja 5 muunneltuna yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmaan. Mittaamisen tärkeyteen viittaavissa väittämissä hyödynnettiin pelkästään aikaisemman tutkimuksen väittämiä. Tämä vahvistaa kyseisen tutkittavan osa-alueen tutkimustulosten reliabiliteettia (Tähtinen, Laakkonen & Broberg, 2020, 84). Loput 36 väittämää muodostettiin itse siten, että ne kartoittivat Move!-

mittausjärjestelmän käytännön toteuttamisen ja tulosten hyödyntämisen eri osa-alueet juuri liikunnanopettajan toimenkuvan näkökulmasta.

### 7.3 Aineiston käsittely

Aineiston keräämisen jälkeen tuloksia käsiteltiin kahdessa osassa. Määrällisiä ja laadullisia tulososuuksia tarkasteltiin eri analyysimenetelmillä, jonka vuoksi seuraavaksi nämä analyysimenetelmät esitellään omissa osioissaan.

#### 7.3.1 Kvantitatiivinen analyysi

Aineistonkeruun jälkeen kyselyn monivalintojen vastaukset siirrettiin Webpropol -alustalta IBM SPSS Statistics-ohjelmaan. Ennen aineiston syvällisempää arviointia sitä tarkasteltiin ja muokattiin. Tässä vaiheessa vastaajille merkittiin tunnistenumerot sekä käänteiset väittämät käännettiin vastaamaan muiden väittämien myönteistä ilmaisua (ks. Tähtinen ym., 2020, 69). Myös Likert-asteikon arvo 5 eli ”*En osaa sanoa*” -väittämät merkittiin puuttuviksi arvoiksi. Niitä ei hyödynnetty SPSS-ohjelmalla tehdyissä analyyseissä, mutta tarkasteltiin itsenäisinä tuloksina. Kaikki aineiston väittämät nimettiin matriisissa sen mukaan, mihin tutkimuskysymykseen niiden on tarkoitus vastata.

Aineiston analyyseissä tarkoituksena oli hyödyntää kolmea taustamuuttujaa: sukupuoli, mittauksen toteuttamiskerrat sekä mittauksista saadun koulutuksen riittävyys. Kuitenkin aineiston tarkastelun yhteydessä ilmeni, että toteuttamiskertojen ja mittauksiin liittyvän koulutuksen osalta vastausten jakaumat olivat vahvasti vinoutuneita, eikä havaintojen määrä ollut riittävä luotettavien tilastollisten vertailujen tekemiseen. Vaikka näiden kahden taustamuuttujan ryhmät jaettaisiin kahteen, jakaumat olisivat silti liian vinoutuneita, joten tilastollisissa analyyseissä hyödynnettiin ainoastaan sukupuolta taustamuuttujana.

Seuraavaksi eri tutkimusongelmiin liittyvistä muuttujista muodostettiin summamuuttujia. Summamuuttujien muodostamisen prosessi aloitettiin suorittamalla faktorianalyysi. Faktorianalyysin muodostamia faktoreja tarkasteltiin sisällöllisesti ja arvioitiin muuttujien yhteensopivuutta summamuuttujaksi. Summamuuttujien muodostamisessa hyödynnettiin sekä faktorianalyysistä saatuja tuloksia sekä teoriapohjaista ryhmittelyä. Suurin osa väittämistä ryhmiteltiin teoriapohjaisesti tutkimuskysymysten sisällä sisällöllisesti yhtenäisiksi kokonaisuuksiksi. Näille kokonaisuuksille suoritettiin reliabiliteettitarkasteluja (Cronbachin alfa), jonka perusteella arvioitiin summamuuttujien muodostamisen tarkoituksenmukaisuutta.

Summamuuttujat muodostettiin niistä osa-alueista, joiden Cronbachin alpha oli vähintään 0,60, jota käytetään usein hyväksyttävänä reliabiliteetin raja-arvona itse laaditussa mittarissa (Tähtinen ym., 2020, 86). Riittävän sisäisen johdonmukaisuuden osoittavista osa-alueista muodostettiin summamuuttujat. Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksista ja näkemyksistä mittausjärjestelmän tärkeydestä muodostui yksi summamuuttuja (taulukko 1), käytännön toteuttamisesta kolme (taulukko 2) sekä mittauksien hyödyntämisestä kolme summamuuttujaa (taulukko 3). Muuttujat, jotka eivät sisällöllisesti tai reliabiliteettitarkastelun perusteella soveltuneet osaksi summamuuttujia, analysoitiin erillisinä väittäminä.

**TAULUKKO 1.** Summamuuttuja yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksistä Move!-mittausjärjestelmän tärkeydestä eri tahoille

Summamuuttuja	Väittämät	lkm	Cronbach Alfa	Korrelaatiot	Ka	Kh
Oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeys	5, 6, 7, 8, 9	5	0,76	0,267–0,603	3,17	0,59

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

**TAULUKKO 2.** Kolme summamuuttujaa yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksistä Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteuttamisesta

Summamuuttuja	Väittämät	lkm	Cronbach Alfa	Korrelaatiot	Ka	Kh
Mittauksista tiedottaminen	12, 13, 14, 15	4	0,64	-0,082-0,779	3,64	0,47
Mittausten sujuvuus	11, 16, 24, 25, 28, 30, 31	7	0,73	-0,010-0,636	3,05	0,44
Liikunnanopettajan oma suhtautuminen mittauksiin	17, 18	2	0,93	0,877	2,77	0,87

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

**TAULUKKO 3.** Kolme summamuuttujaa yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksistä Move!-mittausjärjestelmän hyödyntämisestä

Summamuuttuja	Väittämät	lkm	Cronbach Alfa	Korrelaatiot	Ka	Kh
Mittauksien pedagoginen hyödyntäminen	43, 44	2	0,71	0,553	2,05	0,81

Mittaustulosten hyödyntäminen koulun toimintakulttuurissa	45, 46, 47	3	0,85	0,590-0,723	1,63	0,62
Mittaustulosten kehityksen ja tason seuraaminen	55, 56, 57	3	0,83	0,565-0,696	2,88	0,79

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Summamuuttujien ja yksittäisten väittämien analysoinnissa hyödynnettiin keskiarvoja ja -hajontoja. Yksittäisten erillisten väittämien tarkastelussa hyödynnettiin myös prosenttiosuuksia. Tämän jälkeen suoritettiin testejä, jotka kuvailivat, ilmenikö vastauksissa sukupuolten välillä eroja. Sukupuolten eroja summamuuttujissa tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testillä. Jotta t-testiä kyettiin hyödyntämään, kummankin ryhmän eli sukupuolten jakaumien tuli noudattaa normaalijakaumaa (Tähtinen ym., 2020, 121).

Normaalijakautuneisuutta tarkasteltiin visuaalisesti histogrammien sekä vinous- ja huipukkuuslukujen avulla. Sukupuolten normaalijakaumien tarkastelujen yhteydessä havaittiin, että summamuuttujien tulokset olivat normaalijakauman mukaisia yhtä summamuuttujaa lukuun ottamatta. Mittauksista tiedottamien -summamuuttuja ei ollut täysin normaalijakunut (vinous: naiset = -1,208; miehet = -1,052). Kuitenkin otoskoon ollessa riittävä ja t-testin kestäessä melko hyvin normaalijakaumasta poikkeamista, analyysissä käytettiin riippumattomien otosten t-testiä (Tähtinen ym. 2020, 120). Yksittäisten väittämien vastausjakaumien eroja sukupuolten välillä tarkasteltiin ristiintaulukoinnin ja khiin neliö -testin avulla. Testin käyttö ei edellyttänyt normaalijakaumaa (Tähtinen ym., 2020, 167). T-testissä ja khiin neliö -testissä tilastollisesti merkitsevät tulokset olivat pienempiä kuin arvo 0,05 ( $p < 0,05$ ) (Tähtinen ym., 2020, 122, 168).

### 7.3.2 Kvalitatiivinen analyysi

Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmän ongelmakohdista selvitettiin avoimen kysymyksen avulla. Ongelmakohtia tarkasteltiin laadullisen aineistolähtöisen analyysin avulla, jota hyödynnetään usein tilanteissa, joissa tutkittavasta ilmiöstä tarvitaan perustavanlaatuisia ymmärrystä, mutta aiempaa tietoa ilmiöstä on vielä niukasti (ks. Eskola & Suoranta, 1998, 19). Avoimen kysymyksen analysoinnissa hyödynnettiin teemoittelua. Teemoittelun avulla aineistosta kyettiin löytämään toistuvia aiheita, jotka vastaavat tutkittavaan ilmiöön eli mittausjärjestelmässä koettuihin ongelmakohtiin (Eskola & Suoranta, 1998, 175). Aineiston käsittely aloitettiin alkuperäisten ilmaisujen siirtämisellä Word-tiedostoon. Ensimmäisenä vaiheena oli alkuperäisten ilmaisujen

tarkastelu sekä niistä muistiinpanojen tekeminen. Huolellisen arvioinnin jälkeen avoimissa vastauksissa ilmenneet samankaltaisuudet ryhmiteltiin samaa ongelmaa kuvaileviksi ryhmiksi. Ryhmien huolellisen tarkastelun ja analysoinnin jälkeen niistä muodostettiin kokoavat teemat, jotka käsittelivät erilaisia Move!-järjestelmässä ilmeneviä ongelmia.

#### **7.4 Tutkimusetiikka**

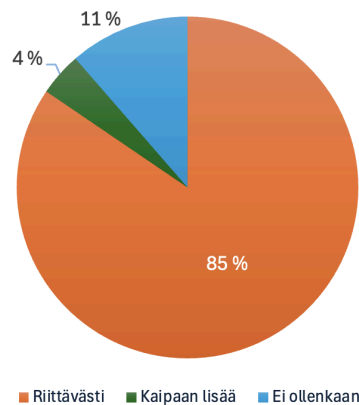
Tutkimus toteutettiin tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeistamien ihmistieteellistä tutkimusta koskevien periaatteiden mukaisesti. Näiden toimintatapojen yleisiin eettisiin periaatteisiin kuuluvat muun muassa tutkittavien ihmisarvon ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen sekä tutkimuksen toteuttaminen siten, että tutkimuksesta ei aiheudu haittaa tai riskejä tutkittavina oleville ihmisille tai yhteisöille. (Kohonen, Kuula-Luumi & Spoof, 2019, 4–7.) Osallistujat saivat vapaaehtoisesti osallistua tutkimukseen. Tutkimus suoritettiin anonymisti ja osallistujilla oli oikeus keskeyttää osallistuminen missä vaiheessa tahansa. Osallistujilta kerättiin vain tutkimuksen toteuttamisen näkökulmasta oleelliset ja välttämättömät tiedot. Tutkimuksessa noudatettiin myös tutkimuseettisen neuvottelukunnan tutkittavan oikeuksissa mainittua osallistujien oikeutta saada tietoa tutkimuksen sisällöstä, henkilötietojen käsittelystä sekä sen käytännön toteutuksesta. (Kohonen ym., 2019, 8–9.) Tästä huolehdittiin siten, että kyselylomakkeen yhteydessä saatetekstissä kuvailtiin tutkimusta sekä sen tarkoitusta ja käsittelyä. Tutkimuskutsussa osallistujille kerrottiin myös siitä, että tutkimuksesta saaduista tuloksista tehdään pro gradu -tutkielman lisäksi mahdollisesti myös tiedeartikkeli. Kyselylomakkeeseen lisättiin myös liitteenä tietosuojalomake, josta osallistujat saivat tietoa tutkimuksesta saadun tiedon käsittelystä ja säilyttämisestä.

## 8 TULOKSET

Tässä luvussa käsitellään tutkimuksesta saatuja tuloksia. Luvun alussa tarkastellaan taustatietona yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä Move!-mittauksiin liittyvän koulutuksen riittävydestä sekä siitä, millaisista asioista he kaipaivat lisäkoulutusta. Tämän jälkeen tutkimustuloksia käsitellään tutkimuskysymyksittäin. Ensimmäisenä tarkastellaan yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeydestä eri tahoille summamuuttujan avulla. Tämän jälkeen toisena käydään läpi Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteuttamiseen liittyviä kokemuksia ja näkemyksiä. Kolmantena käsitellään mittaustulosten hyödyntämisestä saatuja tuloksia. Toinen ja kolmas osio on jaoteltu alalukuihin summamuuttujien ja yksittäisistä väittämistä muodostettujen aihealueiden perusteella tulosten selkeämmän tarkastelun vuoksi. Lopuksi neljännessä osiossa esitellään yläkoulun liikunnanopettajien kokemia ongelmia mittaussjärjestelmässä teemoittain.

### 8.1 Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä Move!-en liittyvän koulutuksen riittävydestä

Taustatietona osallistujilta tiedusteltiin heidän näkemyksiään saamansa Move!-mittauksiin liittyvän koulutuksen riittävydestä (kuvio 2). Valtaosa vastaajista (85 %) koki, että on saanut riittävästi koulutusta Move!-mittauksiin liittyen. Vajaat viisi prosenttia ilmaisi kaipaavansa lisää koulutusta. Noin joka kymmenes kuitenkin vastasi, että ei ole saanut mittauksiin liittyvää koulutusta ollenkaan. Sukupuolten välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa mittauksiin liittyvän koulutuksen riittävyden kokemuksessa ( $\chi^2(2) = 5,66$ ;  $p = 0,059$ ).



**KUVIO 2.** Kyselyyn vastanneiden yläkoulun liikunnanopettajien saama Move!-mittauksiin liittyvä koulutus (n = 123).

Osallistujat, jotka kokivat, että kaipaisivat lisää koulutusta Move!-mittauksiin liittyen saivat vastata myös avoimeen kysymykseen, jossa tiedusteltiin, millaisista asioista he kaipaisivat koulutusta. Vastanneet osallistujat (n = 10) kokivat, että he kaipaisivat lisää koulutusta mittausten käytännön toteuttamisesta, kuten eri mittaussosioiden arvioinnista. He kokivat myös kaipaavansa lisää koulutusta Move!-mittaustulosten hyödyntämiseen liittyen.

## 8.2 Fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeys eri tahoille yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta

Fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeyttä tarkasteltiin viiden väittämän muodostamana summamuuttujana (taulukko 4). Yläkoulun liikunnanopettajat pitivät oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaamista kokonaisuudessaan jokseenkin tärkeänä (ka = 3,17), mutta näkemykset vaihtelivat sen mukaan, minkä tahon suhteen mittaamisen tärkeyttä tarkasteltiin. Selvimmin mittaamisen tärkeys korostui osana peruskoulun tehtävää. Valtaosa osallistujista oli väittämän kanssa täysin tai jokseenkin samaa mieltä, ja heistä yli puolet (59,4 %) oli täysin samaa mieltä. Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksen mukaan fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on myös tärkeää oppilaille itselleen (ka = 3,38). Lähes puolet (49,6 %) osallistujista oli väittämän kanssa täysin samaa mieltä. Väittämään, jonka mukaan peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää oppilaiden huoltajille, suhtauduttiin hieman maltillisemmin, mutta edelleen pääosin myönteisesti (ka = 3,20). Osallistujista 74,0 prosenttia oli sitä mieltä, että fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää huoltajille. Tutkimuksen osallistujat olivat jokseenkin samaa mieltä, että fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää liikunnanopettajalle (ka = 2,86; kh = 0,88). Kouluterveydenhuollon suhteen mittaamisen tärkeys sai kaikkein vaihtelevimmat arviot (ka = 3,93; kh = 1,02). Vaikka keskiarvo ylsi korkeaksi, jopa 30,9 prosenttia vastaajista oli sitä mieltä, että oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen ei ole tärkeää kouluterveydenhuollolle. Kaikista tärkeyteen liittyvistä väittämistä kouluterveydenhuollon osalla esiintyi eniten ”En osaa sanoa” -vastauksia (6,5 %).

**TAULUKKO 4.** Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeydestä

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
--	----	----	----------------------------------

<b>Fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeys - summamuuttuja (<math>\alpha = 0,76</math>)</b>	3,17	0,59	
Oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää sisällyttää peruskoulun tehtäviin.	3,50	0,71	92,7
Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää oppilaille itselleen.	3,38	0,70	86,2
Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää oppilaiden huoltajille.	3,20	0,79	74,0
Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää liikunnanopettajille.	2,86	0,88	72,4
Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää kouluterveydenhuollolle.	3,93	1,02	62,6

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Sukupuolten välisiä eroja summamuuttujassa tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testillä. Fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeyttä kuvaavan summamuuttujan keskiarvot olivat naisilla ( $ka = 3,18$ ;  $kh = 0,60$ ) ja miehillä ( $ka = 3,17$ ;  $kh = 0,58$ ) lähes identtiset, joten sukupuolten välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa mittaamisen tärkeyden arvoissa ( $t(107) = 0,07$ ;  $p = 0,942$ ).

### **8.3 Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteutus yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta**

Seuraavana tarkastellaan yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteuttamisesta kolmen summamuuttujan sekä kolmen yksittäisistä väittämistä muodostettujen aihealueiden avulla.

#### **8.3.1 Move!-mittauksien ajankohdasta ja merkityksestä tiedottaminen**

Move!-mittausten ajankohdasta ja merkityksestä tiedottamista tarkasteltiin neljän väittämän muodostamana summamuuttujana. Tutkimukseen osallistuneet yläkoulun liikunnanopettajat raportoivat olevansa jokseenkin tai täysin samaa mieltä siitä, että tiedottavat Move!-mittausten ajankohdasta sekä merkityksestä ennen mittauksia ( $ka = 3,64$ ). Move!-mittausten ajankohdasta sekä merkityksestä tiedottaminen korostui kuitenkin enemmän oppilaille kuin vanhemmille tiedottamisessa. Sata prosenttia osallistujista oli joko jokseenkin tai täysin

samaa mieltä mittausten ajankohdasta ( $k_a = 3,86$ ;  $k_h = 0,20$ ) ja merkityksestä ( $k_a = 3,86$ ;  $k_h = 0,35$ ) tiedottamisesta oppilaille. Enemmän hajontaa vastauksissa ilmeni mittausten ajankohdan ( $k_a = 3,55$ ;  $k_h = 0,80$ ) ja merkityksen ( $k_a = 3,2$ ;  $k_h = 1,00$ ) tiedottamisesta etukäteen huoltajille. Suurin osa osallistujista koki ilmoittavansa huoltajille mittausten ajankohdasta etukäteen (85,4 %). Noin kolme neljäsosaa oli samaa mieltä mittausten merkityksestä tiedottamisesta huoltajille (76,4 %).

Move!-mittauksien ajankohdasta ja merkityksestä tiedottamisen -summamuuttujassa ei ilmennyt merkitsevää eroa sukupuolten välillä riippumattomien otosten t-testissä ( $t(121) = 0,02$ ;  $p = 0,983$ ). Naisten ja miesten keskiarvot olivat täysin samat ( $k_a = 3,64$ ). Myöskään summamuuttujan yksittäisissä väittämässä ei ilmennyt tilastollisesti merkitseviä eroja sukupuolten välillä.

### 8.3.2 Move!-mittausten käytännön järjestelyt

Move!-mittausten käytännön järjestelyjä tarkasteltiin neljän erillisen väittämän avulla (taulukko 5). Ensimmäinen väittämä käsitteli mittauksiin valmistautumista. Valtaosa osallistujista oli joko jokseenkin tai täysin samaa mieltä väittämän ”*Harjoittelemme liikuntatunneilla Move!-mittausosioita etukäteen*” kanssa ( $k_a = 3,07$ ;  $k_h = 0,97$ ). Lähes neljäsosa oli kuitenkin väittämän kanssa eri mieltä (23,6 %). Harjoitteluun liittyvässä väittämässä havaittiin sukupuolten välistä tilastollisesti melkein merkitsevä ero ( $\chi^2(3) = 8,75$ ;  $p = 0,033$ ). Naisista 83 prosenttia ja miehistä 60 prosenttia oli jokseenkin tai täysin samaa mieltä väittämän kanssa.

Valtaosa tutkimukseen osallistuneista yläkoulun liikunnanopettajista ilmoitti suorittavansa Move!-mittaukset liikuntatuntien aikana ( $k_a = 3,64$ ;  $k_h = 0,84$ ). Alle viidennes osallistujista oli samaa mieltä siitä, että järjestävät Move!-mittaukset omana erillisenä kertanaan liikuntatuntien ulkopuolella ( $k_a = 1,49$ ;  $k_h = 0,99$ ). Move!-mittausten järjestämisessä liikuntatuntien aikana ( $\chi^2(3) = 1,80$ ;  $p = 0,616$ ) tai liikuntatuntien ulkopuolella omana erillisenä kertanaan ( $\chi^2(3) = 1,11$ ;  $p = 0,775$ ) ei ilmennyt sukupuolten välillä tilastollisesti merkitseviä eroja.

Kaikki tutkimukseen osallistuneet yläkoulun liikunnanopettajat raportoivat, että kannustavat oppilaita Move!-mittausten aikana ( $k_a = 3,85$ ;  $k_h = 0,36$ ). Valtaosa osallistujista oli täysin samaa mieltä (84,6 %). Väittämässä havaittiin viitteitä sukupuolten välisestä erosta ( $\chi^2(1) = 6,45$ ;  $p = 0,011$ ). Naiset (89,8 %) valitsivat useammin olevansa täysin samaa mieltä väittämän

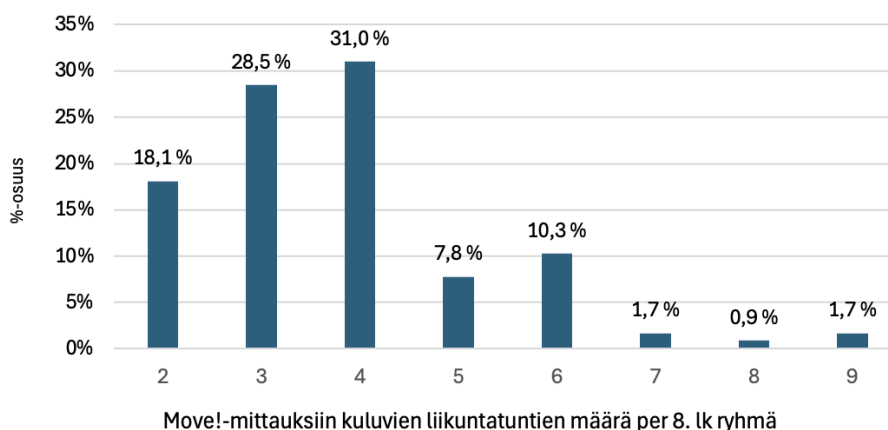
kanssa kuin miehet (71,4 %). Miehillä korostui jokseenkin samaa mieltä (28,6 %) vastaukset enemmän kuin naisilla (10,2 %).

**TAULUKKO 5.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausten käytännön järjestelyistä

	ka	kh	täysin/jokseenkin samaa mieltä %
Harjoittelemme liikuntatunneilla Move!-mittausosioita etukäteen.	3,07	0,97	76,5
Järjestän Move!-mittaukset liikuntatuntien aikana.	3,64	0,84	89,4
Järjestän Move!-mittaukset omana erillisenä kertanaan liikuntatuntien ulkopuolella.	1,49	0,99	17,8
Kannustan oppilaita Move!-mittausten aikana.	3,85	0,36	100,0

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Oppituntien aikana Move!-mittaukset järjestäviltä liikunnanopettajilta tiedusteltiin myös, kuinka monta liikuntatuntia mittauksiin kuluu keskimäärin per 8. luokan liikuntaryhmä. Suurin osa vastaajista oli ilmoittanut suorittavansa mittaukset oppituntien aikana, jonka vuoksi melkein kaikki kyselyyn vastanneet vastasivat myös tähän kysymykseen (n = 116). Alla olevasta kuviosta 3 havaitaan, että suurin osa (77,6 %) vastauksista painottuu 2–4 liikuntatunnin alueelle. Myös 5–6 liikuntatuntia vastanneita vastaajia oli (18,1 %), mutta selvästi vähemmän kuin 2–4 liikuntatuntia vastanneita. Vähiten vastauksia sijoittui 7–9 liikuntatunnin alueelle (4,3 %).



**KUVIO 3.** Move!-mittauksiin kuluvien liikuntatuntien määrä keskimäärin per 8. luokan liikuntaryhmä

Sukupuolten eroja Move!-mittauksiin kuluviista liikuntatuntien määrästä tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testin avulla. Tulokset eivät viitanneet tilastollisesti merkitsevään sukupuolten väliseen eroon mittauksiin käytetyssä ajassa ( $t(52,75) = 1,04$ ;  $p = 0,305$ ).

### 8.3.3 Resurssit Move!-mittausten järjestämisessä

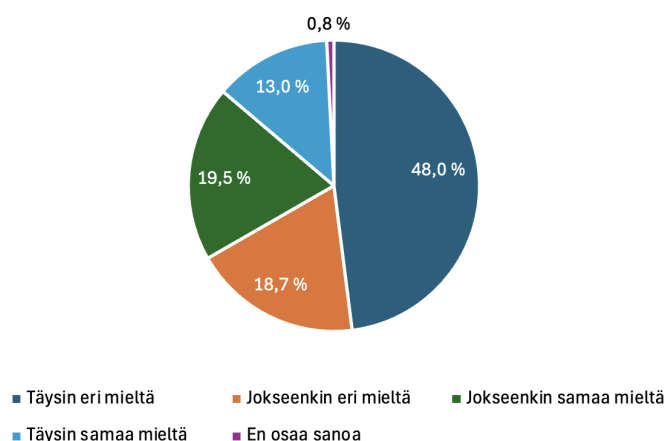
Move!-mittauksien järjestämiseen liittyviä resursseja tarkasteltiin kolmena erillisenä väittämänä (taulukko 6). Näiden kolmen väittämän lisäksi tarkasteltiin avointa kysymystä mittausten järjestämisessä saadusta avusta. Osallistujilta tiedusteltiin käytettävissä olevien liikuntatilojen sekä välineiden soveltuvuutta Move!-mittausten järjestämiseen. Osallistujat olivat keskimäärin jokseenkin samaa mieltä, että käytettävissä olevat liikuntatilat soveltuvat mittausten järjestämiseen ( $ka = 3,46$ ;  $kh = 0,76$ ). Hieman yli puolet (58,5 %) vastasi olevansa täysin samaa mieltä. Yläkoulun liikunnanopettajat kokivat myös, että heidän kouluistaan löytyy mittauksiin soveltuvat välineet ( $ka = 3,66$ ;  $kh = 0,60$ ). Move!-mittauksiin soveltuvien liikuntatilojen ( $\chi^2(3) = 0,68$ ;  $p = 0,879$ ) sekä välineiden ( $\chi^2(3) = 2,87$ ;  $p = 0,413$ ) saatavuudessa ei ilmennyt sukupuolten välillä tilastollisesti merkitseviä eroja.

**TAULUKKO 6.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä resursseista Move!-mittausten järjestämisessä

	ka	kh	täysin/jokseenkin samaa mieltä %
Käytettävissä olevat liikuntatilat soveltuvat Move!-mittausten järjestämiseen.	3,46	0,76	90,2
Koulustani löytyy Move!-mittauksiin soveltuvat välineet.	3,66	0,60	96,7
Saan apua muulta koulun henkilökunnalta mittausten järjestämisessä.	1,98	1,10	32,5

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Kuvio 4 kuvastaa yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä siitä, saavatko he apua Move!-mittausten järjestämisessä. Enemmistö vastaajista koki, etteivät saa apua mittausten järjestämisessä. Melkein puolet opettajista oli väittämän kanssa täysin eri mieltä ja lisäksi 18,7 prosenttia jokseenkin eri mieltä. Näin ollen yhteensä 66,7 prosenttia osallistujista koki, että ei saa apua mittausten järjestämisessä. Väittämässä sukupuolten välillä ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa khiin neliö -testissä ( $\chi^2(3) = 3,28$ ;  $p = 0,351$ ).



**KUVIO 4.** Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä siitä, että saavatko he apua mittausten järjestämisessä (täysin samaa mieltä = saan apua)

Osallistujat, jotka ilmoittivat saavansa apua muulta koulun henkilökunnalta, saivat vastata myös avoimeen kysymykseen täsmentäen, keneltä he saavat apua. Avoimeen kysymykseen vastasi yhteensä 43 osallistujaa. Avoimissa vastauksissa yleisimmin mainintoja saivat muut liikunnanopettajat ( $n = 18$ ), kouluohjaajat tai koulunkäynnin avustajat ( $n = 13$ ) sekä muut opettajat ( $n = 10$ ). Näiden lisäksi osallistujat mainitsivat saaneensa apua myös fysioterapeutilta, kouluterveydenhoitajalta, koulun personal traineriltä, oppilailta, koulun nuorisotyöntekijältä, kunnan liikuntatoimen työntekijältä sekä koulun omalta liikuntatiimiltä.

### 8.3.4 Move!-mittaustilanteen sujuvuus

Move!-mittaustilanteen sujuvuutta tarkasteltiin summamuuttujan avulla, joka koostui seitsemästä väittämästä (taulukko 7). Yläkoulun liikunnanopettajat olivat jokseenkin samaa mieltä siitä, että Move!-mittaustilanne on sujuva ( $ka = 3,05$ ). Valtaosa (79,7 %) osallistujista oli sitä mieltä, että mittausosiot on helppo opettaa oppilaille. Lähes jokainen osallistuja koki, että osaa toteuttaa mittaukset Move!-käsikirjan ohjeiden mukaisesti. Oppilaiden mittausosioiden oikein suorittamisesta osallistujat olivat melko kahtiajakautuneita ( $ka = 2,60$ ;  $kh = 0,84$ ). Alle puolet (41,5 %) liikunnanopettajista koki, että oppilaat eivät osaa suorittaa mittausosioita Move!-käsikirjan ohjeiden mukaisesti. Osallistujat olivat keskimäärin jokseenkin eri mieltä siitä, että oppilaiden suoritusten valvominen Move!-mittaustilanteessa on helppoa ( $ka = 2,33$ ;  $kh = 0,94$ ).

Lähes kaikki osallistujat kokivat, että saavat luotua Move!-mittauksiin hyvän ilmapiirin, joista enemmistö (71,5 %) oli jokseenkin samaa mieltä. Valtaosa osallistujista koki, että saa oppilaat

yrittämään parhaansa Move!-mittausosioissa ( $ka = 3,03$ ). Liikunnanopettajat olivat jokseenkin samaa mieltä siitä, että mittaustulosten ylöskirjaaminen mittaustilanteessa on sujuvaa ( $ka = 3,19$ ).

**TAULUKKO 7.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustilanteen sujuvuudesta

	ka	kh	täysin/jokseenkin samaa mieltä %
<b>Move!-mittaustilanteen sujuvuus -summamuuttuja (<math>\alpha = 0,73</math>)</b>	3,05	0,44	
Move!-mittausosiot on helppo opettaa oppilaille.	3,09	0,77	79,7
Osaan toteuttaa mittaukset Move!-käsikirjan ohjeiden mukaisesti.	3,78	0,49	98,4
Oppilaat osaavat suorittaa mittaussosiot Move!-käsikirjan ohjeiden mukaisesti.	2,60	0,84	57,7
Oppilaiden suoritusten valvominen Move!-mittaustilanteessa on helppoa.	2,33	0,94	41,5
Saan luotua Move!-mittauksiin hyvän ilmapiirin.	3,22	0,47	96,0
Saan oppilaat yrättämään parhaansa Move!-mittausosioissa.	3,03	0,56	87,9
Move!-mittaustulosten ylöskirjaaminen mittaustilanteessa on sujuvaa.	3,19	0,72	82,1

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Move!-mittaustilanteen sujuvuuden -summamuuttujassa ei havaittu sukupuolten välillä eroa riippumattomien otosten t-testissä ( $t(116) = -0,69$ ;  $p = 0,491$ ). Kuitenkin yksittäisessä summamuuttujan väittämässä ilmeni sukupuolten välillä melkein tilastollisesti merkitsevä ero. ”Oppilaiden suoritusten valvominen Move!-mittaustilanteessa on helppoa” -väittämässä ilmeni sukupuolten välillä eroja ( $\chi^2(3) = 9,69$ ;  $p = 0,021$ ). Miehet (25,7 %) raportoivat naisia (6,8 %) useammin olevansa täysin samaa mieltä siitä, että oppilaiden suoritusten valvominen mittaustilanteessa on helppoa.

### 8.3.5 Move!-mittaustulosten kirjaaminen valtakunnalliseen tietojärjestelmään

Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia Move!-mittaustulosten kirjaamisesta valtakunnalliseen järjestelmään käsiteltiin kahden erillisen väittämän avulla

(taulukko 8). Yli kolme neljäsosaa vastaajista raportoi kirjaavansa Move!-mittaustulokset valtakunnalliseen tietojärjestelmään itse (ka = 3,40; kh = 1,12).

Noin puolet (56,1 %) osallistujista raportoi, että Move!-mittaustulosten kirjaaminen valtakunnalliseen tietojärjestelmään on vaivatonta (ka = 2,76). Kolmasosa osallistujista ei kokenut mittaustulosten kirjaamista vaivattomaksi. 11,4 prosenttia vastaajista ilmoitti, että eivät osaa sanoa.

**TAULUKKO 8.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten kirjaamisesta valtakunnalliseen tietojärjestelmään

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
Kirjaan Move!-mittaustulokset itse valtakunnalliseen tietojärjestelmään.	3,40	1,12	80,5
Move!-mittaustulosten kirjaaminen valtakunnalliseen tietojärjestelmään on vaivatonta.	2,76	0,96	56,1

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Move!-mittaustulosten kirjaamisessa itse ei havaittu sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevää eroa ( $\chi^2(3) = 1,73$ ;  $p = 0,629$ ). Kuitenkin mittaustulosten kirjaamisen vaivattomuudesta valtakunnalliseen tietojärjestelmään ilmeni sukupuolten välillä tilastollisesti melkein merkitsevä ero ( $\chi^2(3) = 9,19$ ;  $p = 0,027$ ). Naisista suurempi osuus oli jokseenkin tai täysin samaa mieltä (70,5 %) verrattuna miehiin (45,2 %).

### 8.3.6 Yläkoulun liikunnanopettajien oma suhtautuminen Move!-mittauksiin

Yläkoulun liikunnanopettajien omaa suhtautumista Move!-mittauksiin tutkittiin summamuuttujan avulla, joka koostui kahdesta väittämästä (taulukko 9). Summamuuttujan lisäksi tarkasteltiin yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia Move!-mittausten työläydestä yksittäisen erillisen väittämän avulla. Tutkimukseen osallistuneiden yläkoulun liikunnanopettajien asennoituminen mittauksia kohtaan oli melko myönteisestä (ka = 2,77; kh = 0,87). Yli puolet vastaajista raportoi suhtautuvansa mittauksiin myönteisesti ja noin kolmannes (32,5 %) ilmoitti olevansa väittämän kanssa jokseenkin tai täysin eri mieltä. Myös motivaatiossa järjestää mittaukset ilmeni melko samankaltaisia tuloksia (jokseenkin/täysin samaa mieltä 61,0 %; jokseenkin/täysin eri mieltä 39,1 %). Yläkoulun liikunnanopettajien

oman suhtautumisen -summamuuttujassa sukupuolten välillä ei ilmennyt tilastollisesti merkitsevää eroa riippumattomien otosten t-testissä ( $t(120) = -0,12$ ;  $p = 0,903$ ).

**TAULUKKO 9.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä omasta suhtautumisestaan Move!-mittauksia kohtaan

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
<b>Yläkoulun liikunnanopettajien oma suhtautuminen Move!-mittauksiin -summamuuttuja (<math>\alpha = 0,93</math>)</b>	2,77	0,87	
Suhtaudun Move!-mittauksiin myönteisesti.	2,84	0,89	66,7
Olen motivoitunut järjestämään Move!-mittaukset.	2,72	0,90	60,9

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Summamuuttujan tuloksista huolimatta yläkoulun liikunnanopettajat raportoivat väittämässä ”*Koen Move!-mittausprosessin työlääksi*” olevansa jokseenkin samaa mieltä ( $ka = 3,06$ ;  $kh = 0,77$ ). Jopa 79,7 prosenttia tutkimukseen osallistuneista liikunnanopettajista raportoi, että kokee mittausprosessin työlääksi. Mittausprosessin työlääksi kokemisessa ei havaittu sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevää eroa ( $\chi^2(3) = 2,59$ ;  $p = 0,460$ ).

## 8.4 Move!-mittauksista saatujen tulosten hyödyntäminen yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta

Seuraavaksi käsitellään yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä mittauksista saatujen tulosten hyödyntämisestä. Ilmiötä tarkastellaan kolmen summamuuttujan sekä viiden yksittäisistä väittämistä muodostettujen aihealueiden avulla.

### 8.4.1 Move!-mittaustulosten luotettavuus

Move!-mittaustulosten luotettavuutta kuvaavia väittämiä käsiteltiin kahtena erillisenä väittämänä (taulukko 10). Osallistujilta tiedusteltiin heidän näkemystään siitä, antavatko Move!-mittaukset luotettavan kuvan oppilaiden fyysisestä toimintakyvystä sekä onko Move!-mittauksilla mahdollista tukea oppilaiden fyysistä toimintakykyä. Väittämässä ilmeni saman verran jokseenkin ja täysin samaa mieltä -vastauksia (62,6 %). Keskimäärin osallistujat olivat jokseenkin samaa mieltä ( $ka = 2,61$ ) siitä, että mittaukset antavat luotettavan kuvan oppilaiden fyysisestä toimintakyvystä. Vastaukset painottuivat jokseenkin samaa mieltä -vaihtoehtoon

(57,7 %). Vastauksissa ilmeni enemmän täysin eri mieltä (6,5 %) -vastauksia kuin täysin samaa mieltä (4,9 %).

Yläkoulun liikunnanopettajat olivat keskimäärin jokseenkin samaa mieltä siitä, että Move!-mittauksilla on mahdollista tukea oppilaiden fyysisistä toimintakykyä (ka = 2,67; kh = 0,65). Hieman yli puolet osallistujista oli raportoinut olevansa jokseenkin samaa mieltä, kun taas noin kolmannes raportoi olevansa jokseenkin eri mieltä. Muutama osallistuja ei osannut sanoa (4,1 %).

**TAULUKKO 10.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten luotettavuudesta

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
Move!-mittaukset antavat luotettavan kuvan oppilaiden fyysisestä toimintakyvystä.	2,61	0,69	62,6
Move!-mittauksilla on mahdollista tukea oppilaiden fyysisistä toimintakykyä.	2,67	0,65	62,6

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

”Move!-mittaustulokset antavat luotettavan kuvan oppilaiden fyysisestä toimintakyvystä” -väittämässä ei havaittu sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevää eroa ( $\chi^2(3) = 1,38$ ;  $p = 0,710$ ). Myöskään näkemyksissä Move!-mittausten mahdollisesta kyvystä tukea oppilaiden fyysisistä toimintakykyä ei ilmennyt eroa sukupuolten välillä ( $\chi^2(3) = 2,13$ ;  $p = 0,547$ ).

#### 8.4.2 Move!-mittaustulosten käsittely, neuvonta ja palaute

Move mittaustulosten käsittelyä tarkasteltiin kolmen erillisen väittämän avulla (taulukko 11). Käsittelyn ja neuvonnan lisäksi tässä osuudessa tarkasteltiin väittämää yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksistä ja kokemuksista Move!-mittausjärjestelmän valmispalautteiden hyödyntämisestä Move!-mittaussivustoilta.

Osallistujien vastauksissa korostui se, että mittaustuloksia käsitellään enemmän kunkin liikuntaryhmän (ka = 2,96) kanssa kuin yksittäisten oppilaiden (ka = 2,03) kanssa. Noin kaksi kolmasosaa osallistujista ei käsittele mittaustuloksia yhdessä kunkin oppilaan kanssa, kun vastaava osuus käsittelee niitä liikuntaryhmän kanssa. Vähän yli puolet liikunnanopettajista

kuitenkin raportoi olevansa jokseenkin tai täysin samaa mieltä siitä, että antavat Move!-mittauksiin liittyvää terveysneuvontaa oppilaille ( $ka = 2,62$ ).

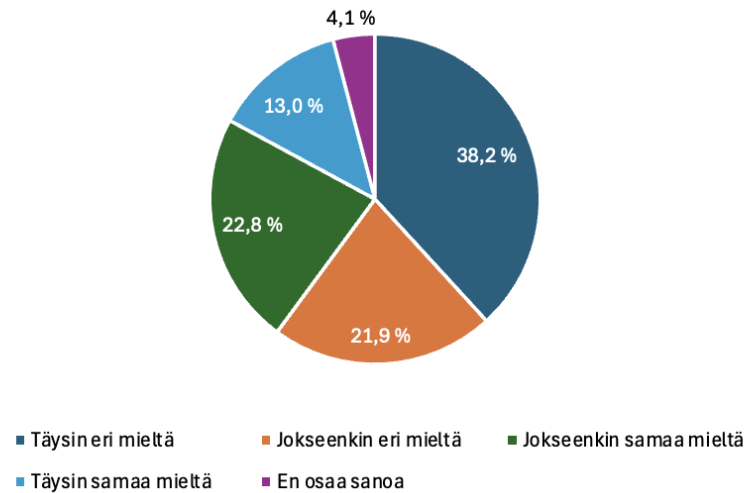
**TAULUKKO 11.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten käsittelystä ja neuvonnasta

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
Käsittelen Move!-mittaustuloksia yhdessä kunkin oppilaan kanssa.	2,03	0,86	29,3
Käsittelen Move!-mittaustuloksia yhdessä kunkin liikuntaryhmän kanssa.	2,96	1,04	70,7
Annan Move!-mittaustuloksiin liittyvää terveysneuvontaa oppilaille.	2,62	0,94	57,7

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Oppilaiden ( $\chi^2(3) = 2,28$ ;  $p = 0,516$ ) tai liikuntaryhmien ( $\chi^2(3) = 3,65$ ;  $p = 0,302$ ) kanssa Move!-mittaustulosten käsittelyssä ei ilmennyt sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevää eroa. Myöskään mittaustuloksiin liittyvän terveysneuvonnan antamisessa ei havaittu sukupuolten välillä eroa ( $\chi^2(3) = 0,33$ ;  $p = 0,954$ ).

Kuviosta 5 havaitaan yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia Move!-mittausjärjestelmän valmispalautteen hyödyntämisestä Move!-sivustolta. Yli puolet osallistujista raportoi, että ei hyödynnä valmispalautteita. Eniten osallistujat valitsivat vastausvaihtoehdon täysin eri mieltä ( $n = 47$ ). Vain 35,8 prosenttia osallistujista vastasi myönteisesti valmispalautteiden hyödyntämiseen.



**KUVIO 5.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmän valmispalautteen hyödyntämisestä Move!-sivustolta (täysin samaa mieltä = hyödynnän valmispalautteita).

Sukupuolten välillä ilmeni tilastollisesti merkitsevä ero valmispalautteiden hyödyntämisessä ( $\chi^2(3) = 12,62$ ;  $p = 0,01$ ). Naiset raportoivat miehiä useammin olevansa täysin eri mieltä siitä, että hyödyntävät Move!-mittausjärjestelmän valmispalautteita (naiset 47,0 %; miehet 22,9 %).

#### 8.4.3 Move!-mittaustulosten pedagoginen hyödyntäminen

Move!-mittaustulosten pedagogista hyödyntämistä tarkasteltiin summamuuttujan avulla, joka koostui kahdesta väittämästä (taulukko 12). Keskimäärin yläkoulun liikunnanopettajat olivat jokseenkin eri mieltä mittaustulosten pedagogisesta hyödyntämisestä ( $ka = 2,05$ ;  $kh = 0,81$ ). Ryhmäkohtaisen opetuksen suunnittelua koskevan väittämän keskiarvo ( $ka = 2,14$ ) oli hieman korkeampi kuin oppilaiden yksilöllistä ohjausta koskevan väittämän keskiarvo ( $ka = 1,98$ ).

**TAULUKKO 12.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten pedagogisesta hyödyntämisestä

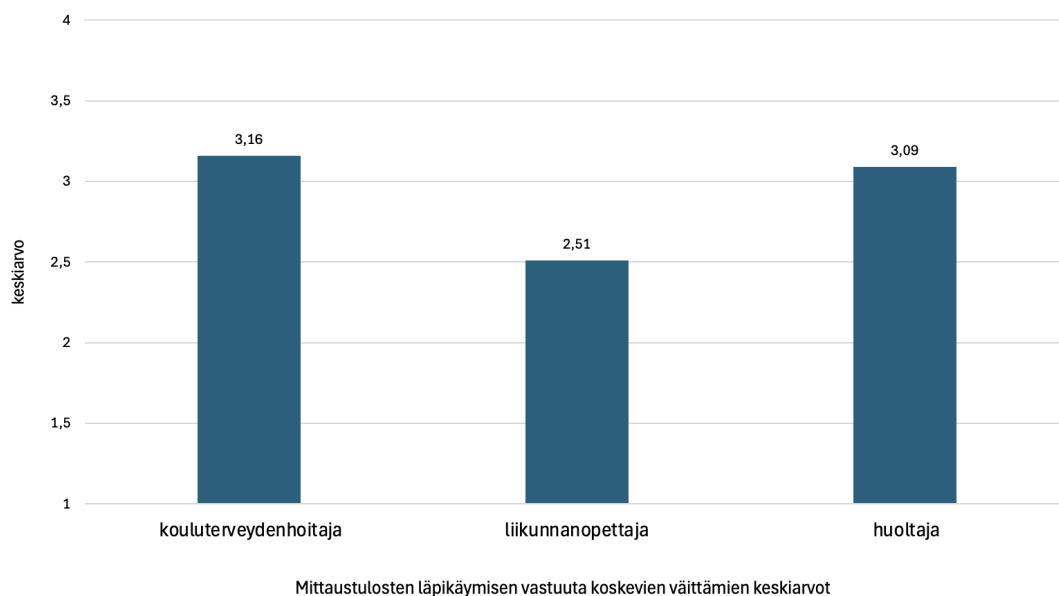
	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
<b>Move!-mittaustulosten pedagoginen hyödyntäminen - summamuuttuja (<math>\alpha = 0,71</math>)</b>	2,05	0,81	
Hyödynnän Move!-mittaustuloksia oppilaiden yksilöllisessä ohjauksessa oppitunneilla.	1,98	0,88	26,9
Hyödynnän Move!-mittaustuloksia ryhmäkohtaisen opetuksen suunnittelussa.	2,14	0,96	33,3

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Move!-mittaustulosten pedagogisen hyödyntämisen summamuuttujassa ei havaittu sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevää eroa ( $t(117) = -0,43, p = 0,670$ ).

#### 8.4.4 Move!-mittaustulosten läpikäymisen vastuu

Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten läpikäymisen vastuusta käsiteltiin kolmen erillisen väittämän avulla. Väittämien keskiarvot on esitetty kuviossa 6. Valtaosa liikunnanopettajista koki, että mittaustulosten läpikäyminen oppilaan kanssa on kouluterveydenhoitajan tehtävä (80,5 %). Yli puolet osallistujista koki, että tulosten läpikäyminen on liikunnanopettajan tehtävä (58,5 %). Selvä enemmistö oli myös sitä mieltä, että mittaustulosten läpikäyminen on oppilaan huoltajien tehtävä (81,3 %).



**KUVIO 6.** Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä siitä, kenen tehtävä on käsitellä Move!-mittaustuloksia oppilaan kanssa.

Yläkoulun liikunnanopettajien sukupuolten välillä ei ilmennyt tilastollisesti merkitsevää eroa näkemyksissä kouluterveydenhoitajan ( $\chi^2(3) = 5,73; p = 0,126$ ), liikunnanopettajan ( $\chi^2(3) = 2,37; p = 0,500$ ) tai oppilaan huoltajan ( $\chi^2(3) = 1,82; p = 0,610$ ) vastuusta käsitellä tuloksia oppilaan kanssa.

#### 8.4.5 Move!-mittaustulosten siirtyminen oppilaan huoltajille ja kouluterveydenhoitajalle

Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia Move!-mittaustulosten siirtymisestä oppilaan huoltajille sekä kouluterveydenhuollolle tarkasteltiin kolmen erillisen väittämän avulla (taulukko 13). Liikunnanopettajat olivat jokseenkin samaa mieltä siitä, että lähettävät Move!-mittaustulokset oppilaiden huoltajille ( $ka = 2,98$ ). Noin kolmannes raportoi olevansa eri mieltä tulosten lähettämisestä (35,0 %).

Valtaosa osallistujista koki, että huoltajat antavat luvan tarkastella Move!-mittaustuloksia laajojen terveystarkastusten yhteydessä ( $ka = 3,27$ ). Vain 8,9 prosenttia osallistujista oli eri mieltä. Väittämässä ilmeni melko paljon en osaa sanoa vastauksia (14,6 %).

Väittämästä ”Tiedot Move!-mittaustuloksista siirtyvät sujuvasti kouluterveydenhoitajalle” osallistujat olivat jokseenkin samaa mieltä ( $ka = 2,63$ ). Peräti 42 prosenttia koki, ettei tiedonsiirto ole sujuvaa osa puolet osallistujista oli eri mieltä. Noin 6 prosenttia liikunnanopettajista ei osannut sanoa siirtyvätkö tiedot mittaustuloksista sujuvasti.

**TAULUKKO 13.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten siirtymisestä oppilaiden huoltajille ja kouluterveydenhoitajalle

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
Lähetän Move!-mittaustulokset oppilaiden huoltajille.	2,98	1,18	64,2
Huoltajat antavat luvan tarkastella Move!-mittaustuloksia laajojen terveystarkastusten yhteydessä.	3,27	0,70	76,4
Tiedot Move!-mittaustuloksista siirtyvät sujuvasti kouluterveydenhoitajalle.	2,63	1,07	52,8

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Sukupuolten välillä ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja näkemyksissä mittaustulosten lähettämisestä oppilaiden huoltajille ( $\chi^2(3) = 1,02$ ;  $p = 0,797$ ), huoltajien luvissa tarkastella mittaustuloksia laajojen terveystarkastusten yhteydessä ( $\chi^2(3) = 4,28$ ;  $p = 0,232$ ) eikä tietojen sujuvassa siirtymisessä kouluterveydenhoitajalle ( $\chi^2(3) = 0,23$ ;  $p = 0,973$ ).

#### 8.4.6 Move!-mittaustulosten hyödyntäminen koulun toimintakulttuurissa

Move!-mittaustulosten hyödyntämistä koulun toimintakulttuurissa tarkasteltiin summamuuttujan avulla, joka koostui kolmesta väittämästä (taulukko 14). Yläkoulun liikunnanopettajat olivat jokseenkin eri mieltä mittaustulosten hyödyntämisestä koulun toimintakulttuurissa ( $ka = 1,63$ ). Noin kolme neljäsosa osallistujista raportoiti, että ei hyödynnä Move!-mittaustuloksia koulun toimintakulttuurin kehittämisessä. Noin puolet osallistujista koki, että mittaustulokset eivät vaikuta koulun toimintakulttuuriin ( $ka = 1,55$ ). Valtaosa osallistujista näki, että Move!-mittaustulosten hyödyntäminen kouluissa ei ollut monipuolista (88,6 %). Kaikissa kolmessa väittämässä ilmeni en osaa sanoa -vastauksia (Hyödynnän tuloksia toimintakulttuurin kehittämisessä: 2,4 %; Mittaustulokset vaikuttavat koulun toimintakulttuuriin: 5,7 %; Mittaustulosten hyödyntäminen on koulussani monipuolista: 6,5 %).

**TAULUKKO 14.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten hyödyntämisestä koulun toimintakulttuurissa

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
<b>Move!-mittaustulosten hyödyntäminen koulun toimintakulttuurissa (<math>\alpha = 0,85</math>)</b>	1,63	0,62	
Hyödynnän Move!-mittaustuloksia koulun toimintakulttuurin kehittämisessä.	1,82	0,82	21,9
Move!-mittaustulokset vaikuttavat koulun toimintakulttuuriin.	1,55	0,69	8,9
Move!-mittaustulosten hyödyntäminen on koulussani monipuolista.	1,53	0,60	4,9

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Move!-mittaustulosten hyödyntäminen koulun toimintakulttuurissa -summamuuttujassa ei ilmennyt sukupuolten välillä eroja riippumattomien otosten t-testissä ( $t(111) = -1,26$ ;  $p = 0,212$ ), ja keskiarvoissa havaittiin vain pieni ero (naiset  $ka = 1,59$ ; miehet  $ka = 1,75$ ).

#### 8.4.7 Yhteistyö Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä

Yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia yhteistyöstä Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä tarkasteltiin kahden eri väittämän avulla (taulukko 15). Liikunnanopettajien

yhteistyötä tarkasteltiin terveydenhoitajien ja terveystiedon opettajien kanssa. Melkein kaksi kolmasosaa osallistujista raportoi, että ei tee yhteistyötä koulun terveydenhoitajan kanssa Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä (65,9 %;  $ka = 2,01$ ). Osallistujat olivat jokseenkin eri mieltä yhteistyön tekemisestä terveystiedon opettajan kanssa ( $ka = 2,03$ ). Heidän vastauksissaan eniten painottui täysin eri mieltä -vastaukset (37,4 %).

**TAULUKKO 15.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä yhteistyöstä Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä.

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
Teen yhteistyötä koulun terveydenhoitajan kanssa Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä.	2,01	0,94	32,5
Teen yhteistyötä terveystiedon opettajan kanssa Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä.	2,03	1,01	30,9

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Sukupuolten välisiä eroja näissä kahdessa väittämässä tarkasteltiin khiin neliö -testin avulla. Yhteistyössä koulun terveydenhoitajan ( $\chi^2(3) = 7,13$ ;  $p = 0,068$ ) tai terveystiedon opettajan ( $\chi^2(3) = 5,51$ ;  $p = 0,138$ ) kanssa ei havaittu tilastollisesti merkitsevää eroa.

#### 8.4.8 Move!-mittaustulosten kehityksen ja tason seuraaminen

Move!-mittaustulosten kehityksen ja tason seuraamista tarkasteltiin kolmesta väittämästä muodostuneen summamuuttujan avulla (taulukko 16). Näiden lisäksi tarkasteltiin yksittäisen väittämän avulla yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia siitä, että kantavatko he huolta oppilaiden fyysisen toimintakyvyn tilasta.

Tutkimukseen osallistuneet yläkoulun liikunnanopettajat olivat jokseenkin samaa mieltä siitä, että seuraavat mittaustulosten kehitystä ja tasoa ( $ka = 2,88$ ). Noin kaksi kolmasosaa osallistujista oli samaa mieltä siitä, että seuraavat mittaustulosten koulukohtaista tasoa ja kehitystä ( $ka = 2,93$ ). Myös yli puolet osallistujista ilmoitti seuraavansa kuntakohtaista kehitystä ja tasoa ( $ka = 2,67$ ). Eniten liikunnanopettajat raportoivat seuraavansa mittaustulosten valtakunnallista tasoa ja kehitystä ( $ka = 3,03$ ).

**TAULUKKO 16.** Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittaustulosten kehityksen ja tason seuraamisesta.

	ka	kh	jokseenkin/täysin samaa mieltä %
<b>Move!-mittaustulosten kehityksen ja tason seuraamisen - summamuuttuja (<math>\alpha = 0,83</math>)</b>	2,88	0,79	
Seuraan Move!-mittaustulosten koulukohtaista tasoa ja kehitystä.	2,93	0,91	69,9
Seuraan Move!-mittaustulosten kuntakohtaista tasoa ja kehitystä.	2,67	1,00	61,0
Seuraan Move!-mittaustulosten valtakunnallista tasoa ja kehitystä.	3,03	0,84	78,0

1 = täysin eri mieltä, 2 = jokseenkin eri mieltä, 3 = jokseenkin samaa mieltä, 4 = täysin samaa mieltä

Move!-mittaustulosten kehityksen ja tason seuraamisen -summamuuttujan keskiarvossa sukupuolten välillä ei ilmennyt tilastollisesti merkitsevää eroa ( $t(120) = -0,87$ ;  $p = 0,384$ ), ja keskiarvojen ero oli pieni (naiset  $ka = 2,84$ ; miehet  $ka = 2,98$ ).

Yläkoulun liikunnanopettajat olivat keskimäärin samaa mieltä, että kantavat huolta oppilaiden fyysisen toimintakyvyn tilasta ( $ka = 3,68$ ). 95,5 prosenttia tutkimuksen osallistujista oli samaa mieltä, että kantaa huolta oppilaiden fyysisestä toimintakyvystä. Muutama osallistujista oli kuitenkin jokseenkin eri mieltä ( $n = 5$ ). Väittämässä ei ilmennyt sukupuolten välillä tilastollisesti merkitsevää eroa ( $\chi^2(2) = 0,62$ ;  $p = 0,734$ ).

## 8.5 Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmään liittyvistä ongelmista

Avoimeen kysymykseen mittausjärjestelmän koetuista ongelmista vastasi 120 osallistujaa 123:sta, joten lähes jokainen tutkimukseen osallistunut yläkoulun liikunnanopettaja raportoi ongelmia Move!-mittausjärjestelmässä. Yläkoulun liikunnanopettajien kokemista ja näkemistä ongelmista Move!-mittausjärjestelmässä muodostui seitsemän teemaa. Nämä seitsemän teemaa olivat: 1) mittausosioiden tekninen suorittaminen ja arviointi, 2) resurssit, 3) aikataulu ja ajankäyttö, 4) oppilaiden motivaatio ja suhtautuminen, 5) mittausosioiden ja -tulosten luotettavuus, 6) mittausten kuormittavuus ja 7) mittaustulosten hyödyntäminen.

**Mittausosioiden tekniseen suorittamiseen ja arviointiin** liittyviä ongelmia ilmeni liikunnanopettajien vastauksissa eniten. Erityisesti mittausosion suorituksista ylävartalon kohotus sekä sen teknisesti oikeanlainen suorittaminen esiintyi vastaajien vastauksissa useaan

otteeseen. Mittausosioista teknisesti haastavina nousivat myös etunojapunnerrus sekä vauhditon viisiloikka. Myös kyseisten liikkeiden arviointi koettiin haastavana. Yläkoulun liikunnanopettajat kuvailivat, että liikkeet ovat oppilaille liian haastavia harjoittelusta huolimatta. Lisäksi osa vastaajista koki liikkuvuutta mittaavien osioiden kriteerit tulkinnanvaraisiksi.

*Istumaannousu-, punnerrus- ja viisiloikkatestit ovat vaikea suorittaa oikeaoppisesti. Suurin osa oppilaista suorittaa ne väärin, vaikka kuinka käydään testit läpi ja opetellaan. (V16)*

*Ylävartalon kohotus: suoritus on äärimmäisen hankala hahmottaa ja oikean suorituksen kriteerit on hankala hahmottaa. Liikkuvuustestit: kriteeristöissä on runsaasti tulkinnanvaraisuuksia. (V18)*

*Vatsalihasliike, vauhditon 5-loikka ja etunojapunnerrus ovat teknisesti liian haastavia oppilaille, niitä pitäisi harjoitella ja hinkata hirmu paljon etukäteen. (V109)*

Toisena ongelmateemana yläkoulun liikunnanopettajien vastauksissa nousi **resurssien puute mittausjärjestelmän toteuttamisessa**. Resurssien puutetta koettiin valvonnan, sopivien tilojen ja välineiden sekä riittävän ajan suhteen. Myös riittämättömät aika- ja henkilöstöresurssit yksilöllisen palautteen antamisessa oppilaille nousivat esiin vastauksissa. Valvonnan resurssien puute korostui etenkin suurten ryhmien mittausten suorittamisen yhteydessä. Liikunnanopettajat mainitsivat ongelmana myös sen, että kouluterveydenhoitajat eivät ehdi käsitellä tuloksia oppilaiden kanssa.

*Tavoitteet yksilöllisen palautteen antamisesta ja ohjaamisesta ovat hyvät, mutta käytännössä sille ei tunnu olevan kenelläkään, ei terveydenhoitajalla eikä liikunnanopettajalla aikaa. (V41)*

*En myöskään käsitä, miksi ja miten liikunnanopettajan pitäisi pystyä käsittelemään testituloksia yksittäisen oppilaan kanssa, millä ajalla ja keinolla ... (V45)*

*Tilat eivät sovellu testien tekemiseen. (V83)*

Kolmas teema, jonka yläkoulun liikunnanopettajat raportoivat Move!-mittausjärjestelmän ongelmaksi oli **aikatauluun ja ajankäyttöön liittyvät haasteet**. Heidän vastauksissaan korostui Move!-mittausten toteuttamisen huono ajankohta: mittausten toteuttamisen ajankohta vie aikaa syksyn ulkoliikunnasta. Myös päällekkäisyys ylioppilaskirjoitusten kanssa nousi vastauksissa esiin. Yläkoulun liikunnanopettajat ilmaisivat myös liian rajallisen ajan suorittaa mittauksia. Mittausten aikatauluhaasteet ilmenivät myös siten, että terveydenhoitajat eivät

ehdi käsitellä tuloksia laajoissa terveystarkastuksissa, sillä mittaukset saatetaan suorittaa vasta tarkastusten jälkeen. Mittausosioista heitto-kiinniotto mainittiin aikaa vievänä osa-alueena.

*Mittausten ajankohta aivan surkea, parhaat ulkokelit ja sitten pitää tulla sisään tekemään Movet. (V11)*

*Ajankohta on hankala, kun osalla on saattanut olla jo 8lk terveystarkastus ja muutenkin on ulkoliikuntajakso, kun syksyllä mittauksia pitäisi tehdä. (V24)*

*Pallonheittotesti vie hirveästi aikaa. Ylioppilaskirjoitukset sulkevat salin syyskuun puolessa välissä, joten joskus kaikkia testejä eivät kaikki ehdi tehdä. Käytän testeihin vain ”yksöistunteja”, koska elokuu on vuoden parasta aikaa liikkua ulkona. Eli ajankohta on väärä. (V103)*

Neljäntenä ongelmateemana vastauksissa nousi **oppilaiden motivaatioon ja suhtautumiseen liittyvät haasteet**. Vastauksissa painottui, että osa oppilaista kokee mittaukset ahdistaviksi. Myös oppilaiden vähäinen motivaatio sekä sitoutuminen mittaustilanteeseen mainittiin useamman kerran. Liikunnanopettajat kuvailivat, että useimmiten oppilaat keskeyttävät mittaukset tietyin tavoitetasoin saavutettuaan sen sijaan, että haastaisivat itseään. Vastauksissa ilmeni myös sosiaaliseen paineeseen sekä oppilaiden keskinäiseen vertailuun viittaavia tilanteita.

*Lisäksi iso osa oppilaista ei yritä parastaan, vaan jättää vaikkapa jonkin tuloksen rajalle, tai lyö kokonaan leikiksi, ettei tarvitsisi laittaa itseään likoon toisten edessä. (V79)*

*Kaikki eivät tee ”tosissaan”, jotkut ahdistuvat eivätkä suostu osallistumaan. (V108)*

*Oppilaat eivät aina yritä parastaan (jännitys, ei halua hikoilla, nolous omasta tasosta tms), jolloin tulokset eivät anna todellista kuvaa toimintakyvyn tasosta. Karkeasti arvioituna puolet oppilaista on motivoituneita ja puolet ei. (V109)*

Viides teema, joka nousi esiin ongelmana yläkoulun liikunnanopettajien vastauksissa, oli **mittausosioiden ja -tulosten luotettavuus**. Useat vastaajat kokivat, että osan mittausosioiden tulokset eivät ole luotettavia, koska oppilaat valvovat toistensa suorituksia. Liikunnanopettajat kuvailivat, että tulokset ovat ajoittain liian hyviä arvioinnin tapahtuessa pareittain. Mittausosioista sekä niiden luotettavuudesta esiintyi myös huolta. Ylävartalon kohotuksesta sekä etunojapunnerruksesta esitettiin pohdintaa, että osiot eivät ole useimmiten luotettavia suoritustapojen epäyhtenäisyyden vuoksi. Kyseisiä mittausosioita myös kritisoitiin niiden heikosta kyvystä todella mitata fyysistä toimintakykyä niiden haastavuuden vuoksi. Ylävartalon kohotuksesta esiintyi pohdintaa, että se eriarvoistaa oppilaita mittausosiossa kehon mittasuhteiden perusteella.

*Oppilaat valvovat osittain toistensa suorituksia ja ovat liian kiltejä toisilleen esim punnerruksissa. (V34)*

*Vatsatesti on huono, samoin kuin punnerrustesti. Molemmissa on yhtä monta tapaa, kuin on tekijääkin. Nämä kaksi testiä eivät anna luotettavia tuloksia, koska kaikki tekevät erilalla. (V36)*

*Osa pitkäkätisistä ja olkapääliikkuvuudeltaan joustavista hädin tuskin käyttää keskivartaloaan. (V45)*

*Testien reliabiliteetti ja validiteetti (käytännön näkökulmasta) eivät toteudu sillä tasolla, että testit antaisivat luotettavan kuvan oppilaan tasosta. (V120)*

Kuudentena ongelmateemana nousi esiin **mittausjärjestelmän kuormittavuus**. Useissa vastauksissa nousi esiin kokemuksia mittauksen järjestämisen kuormittavuudesta ja työläisyydestä. Vastajat raportoivat, että myös mittauksien syöttäminen valtakunnalliseen tietojärjestelmään on hankalaa ja työlästä. Vastauksissa ilmeni lisäksi, että osa koki mittauksien järjestämisen työn ja korvauksen olevan epäsuhteessa. Useampi vastaaja koki, että mittauksen järjestäminen ja tulosten kirjaaminen on yksin heidän vastuullaan. Myös huoltajien luvan tiedustelu sekä tietojen siirtäminen kouluterveydenhoitajalle koettiin työläänä.

*Luvan saaminen tulosten siirtämiseen terveydenhoitajalle ja niiden kirjaaminen eri paikkoihin on työlästä eikä pitäisi kuulua opettajien työhön. (V57)*

*Vaikka Move ei ole pelkästään liikunnanopettajien hommia, on se ainakin meillä pelkästään liikunnanopettajien tehtävä. Kirjaaminen rekisteriin ja oppilaille jaettavat paperisten lomakkeiden täyttö on työlästä. (V102)*

*Mittauksien toteuttaminen on työlästä ja aikaavievää. Meillä koko homma kaatuu liikunnanopettajien vastuulle. ... Tulosten syöttäminen on ylimääräinen homma. (V117)*

Viimeisenä eli seitsemäntenä teemana Move!-mittausjärjestelmässä koetuissa ongelmissa ilmeni **tulosten hyödyntämisen puutteet**. Vastajat kokivat usein, että mittauksista saatuja tuloksia ei hyödynnetä. He kuvailivat, että mittauksista saadut tulokset jäävät usein irrallisiksi ja pysähtyvät kirjaamiseen. Myös tulosten hyödyntämisen puutteet kouluterveydenhuollossa sekä yhteistyön olemattomuus mainittiin ongelmaksi. Osa liikunnanopettajista koki senkin ongelmaksi, että tuloksia tai mittauksiin käytettyjä oppitunteja ei saa hyödyntää oppilaiden arvioinnissa. Muutama vastaaja ilmaisi huolensa myös siitä, että usein heikoimpien oppilaiden tulokset jäävät ilman jatkokäsittelyä.

*Kauan liikunnanopettajan työtä tehneenä toivoisin, että myös numeroarvioinnissa voisi hyödyntää tuloksia. (V32)*

*Heikoimpien oppilaiden tuloslomakkeet eivät päädy terveydenhoitajalle. Vain ne päätyvät, jotka mittauksissa pärjäävät. (V87)*

*Suurin ongelma on miten rakentaa kokonaisuus, jossa oppilas hyötyisi Move!-mittausten tekemisestä. Olisi hieno, jos olisi mahdollista järjestää tavalla tai toisella esimerkiksi koulu PT:n avulla tukea fyysisen toimintakyvyn kehittämiseen esim. koulun kerhotoimintana. Tuntuu että mittauksen jäävät tällä hetkellä aika irralliseksi hyvinvoinnin näkökulmasta. Kouluterveydenhoitaja ei ole omissa kouluissa ollut kiinnostunut näiden hyödyntämisestä terveystarkastuksien yhteydessä. (V95)*

*... Hyvinvointiala (Länsi-Uusimaa) on irtisanoutunut testitulosten käsittelystä, joten tulokset eivät enää mene terveystarkastukseen ollenkaan. ... (V103)*

## 9 POHDINTA

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli selvittää yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia Move!-mittausjärjestelmästä. Kokemuksia ja näkemyksiä kartoitettiin neljän aihealueen avulla: 1) Move!-mittausten tärkeys eri osapuolille, 2) Move!-mittausten käytännön toteutus, 3) Move!-mittaustulosten hyödyntäminen sekä 4) koetut ongelmat Move!-mittausjärjestelmässä. Lisäksi tutkittiin, ilmenikö sukupuolten välillä eroja kokemuksissa ja näkemyksissä aihealueissa 1–3. Seuraavaksi tarkastellaan ja arvioidaan tutkimuksesta saatuja tuloksia, jonka jälkeen pohditaan tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä. Viimeisenä kartoitetaan tulosten hyödyntämismahdollisuuksia sekä mahdollisia jatkotutkimusehdotuksia.

### 9.1 Tutkimuksen tavoite ja johtopäätökset

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimuksesta saatuja tuloksia tutkimuksen tavoitteen valossa. Samalla arvioidaan kvantitatiivisen ja kvalitatiivisen aineiston tuloksia rinnakkain sekä peilataan aikaisempaan tutkimukseen ja kirjallisuuteen.

#### 9.1.1 Yläkoulun liikunnanopettajien suhtautuminen Move!-mittauksiin ja -mittausprosessin koettu kuormittavuus

Liikunnanopettajat raportoivat suhtautuvansa mittauksiin keskimäärin jokseenkin myönteisesti. Opettajien omaa suhtautumista mittaava summamuuttuja sekä yksittäiset väittämät sijoittuivat keskimäärin tasolle ”jokseenkin samaa mieltä”. Tämä tulos mukailee aikaisempaa tutkimustulosta Yhdysvalloista. Mercierin, Phillipsin ja Silvermanin (2016, 185) tutkimuksessa liikunnanopettajat asennoituivat mittauksiin neutraalisti. Tulokset siis viittaavat samansuuntaiseen melko maltilliseen suhtautumiseen fyysisen toimintakyvyn mittauksia kohtaan. Kuitenkin yhdessä aikaisemmassa kotimaisessa opinnäytetutkimuksessa liikunnanopettajien suhtautuminen Move!-mittauksiin oli suhteellisen kielteistä. Tutkimus suoritettiin kaksi vuotta sen jälkeen, kun Move! oli otettu porrastetusti valtakunnalliseen käyttöön. Tutkimuksessa pohdittiin suhtautumisen johtuvan ”muutosvastarinnasta”. (Luokkanen & Turunen, 2019, 36, 70–71.)

Vaikka liikunnanopettajien suhtautuminen Move!-mittauksiin tutkimusaineistossa oli jokseenkin myönteinen, tuloksissa kuitenkin ilmeni, että mittausprosessi koettiin samanaikaisesti melko kuormittavaksi. Suurin osa tutkimukseen osallistuneista

liikunnanopettajista koki mittausprosessin työlääksi. Samankaltaiset kokemukset ilmenivät myös mittausjärjestelmään liittyvissä ongelmissa siten, että mittauksia kuvattiin liikunnanopettajien ”riippakiveksi”. Sekä määrällisen aineiston väittämässä että avoimissa vastauksissa ilmeni myös, että osallistujat kokivat mittautulosten kirjaamisen valtakunnalliseen tietojärjestelmään hieman hankalaksi ja työlääksi. Kuormittavuuden kokemukset voivat osaltaan selittyä myös tuen vähäisyydellä, sillä vain noin kolmasosa liikunnanopettajista raportoi saavansa apua muulta koulun henkilökunnalta mittautusten järjestämisessä.

### 9.1.2 Yläkoulun liikunnanopettajien Move!-mittausten käytännön toteuttaminen ja siihen liittyvät haasteet

Move!-mittausjärjestelmän käytännön toteutus näyttäytyi melko toimivana kokonaisuutena yläkoulun liikunnanopettajien näkökulmasta. Kaikki käytännön toteutusta kuvaavat summamuuttajat sijoittuivat keskimäärin myönteiselle tasolle, mikä viittaa siihen, että liikunnanopettajat kokivat mittauksista tiedottamisen ja niiden toteuttamisen pääosin sujuvaksi. Melkein jokainen osallistuja raportoi, että osaa toteuttaa mittaukset käsikirjan ohjeiden mukaisesti ja että saa luotua Move!-mittauksiin hyvän ilmapiirin. Mittausten toteuttamisen sujuvuutta saattaa edistää muun muassa se, että kolme neljästä harjoitteli mittausosioita oppilaiden kanssa etukäteen sekä selvä enemmistö koki, että saa oppilaat yrittämään parhaansa mittausosioissa. Myös aikaisemmassa tutkimuksessa on havaittu, että liikunnanopettajat kokivat Move!-mittausten toteuttamisen sujuvaksi (Salin ym., 2021, 531).

Vaikka Move!-mittausten käytännön toteuttaminen koettiin pääosin sujuvana, siinä ilmeni kuitenkin myös ongelmia. Yli puolet liikunnanopettajista koki, että oppilaiden suoritusten valvominen mittaustilanteessa on vaikeaa. Suoritusten valvomisen vaikeus ilmeni myös osallistujien kokemissa ongelmissa. Tiettyjen mittausosioiden, kuten ylävartalon kohotuksen, arvioiminen koettiin haastavaksi. Tämän haasteen takana saattaa olla toinen ongelmaksi koettu teema. Osallistujat kuvailivat, että esimerkiksi henkilöstöressurssien puute hankaloittaa oppilaiden suoritusten arviointia. Vain kolmasosa opettajista raportoi saavansa apua mittausten toteuttamiseen. Avun puute voi osaltaan selittyä sillä, että mittaukset suurimmaksi osaksi toteutettiin liikuntatuntien aikana. Tämän vuoksi muiden opettajien tai muun koulun henkilökunnan osallistuminen mittauksiin saattaa olla haasteellista. Myös Salinin, Huhtiniemen ja Jaakkolan tutkimuksessa liikunnanopettajat kokivat haastavaksi oppilaiden suoritusten arvioimisen (2021, 531).

Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksissa mittausosioiden ja -tulosten luotettavuudesta esiintyi pientä ristiriitaa määrällisen ja laadullisen aineiston välillä. Liikunnanopettajat olivat jokseenkin samaa mieltä, että Move!-mittaukset antavat luotettavan kuvan oppilaiden fyysisestä toimintakyvystä. Tästä huolimatta yksi mittausjärjestelmässä muodostuneista ongelmista oli mittaustulosten ja -osioiden luotettavuus. Osallistujat kokivat, että mittaustulokset eivät ole luotettavia oppilaiden välisen valvonnan vuoksi, sillä oppilaat saattoivat hyväksyä epäonnistuneitakin suorituksia, jolloin tulokset vääristyivät ylöspäin. Toisaalta toinen mittausjärjestelmän ongelma eli oppilaiden motivaatio ja asennoituminen saattaisi vääristää tuloksia myös alaspäin, sillä liikunnanopettajien mukaan oppilaat saattoivat keskeyttää suorituksensa saavutettuaan tavoittelemansa tason haastamatta itseään ja omaa fyysistä toimintakykyään. Näin ollen mittaustuloksiin saattaa kohdistua sekä yli- että aliarviointia, mikä heikentää niiden luotettavuutta ja kykyä kuvastaa oppilaiden todellista fyysistä toimintakykyä. Lisäksi yksittäisiä mittausosioita kritisoitiin niiden heikosta kyvystä mitata fyysistä toimintakykyä. Ylävartalon kohotus nähtiin eriarvoistavana oppilaita kehon mittasuhteiden perusteella ja sen suoritustekniikan hahmottaminen koettiin haastavaksi. Tämä saattaa vaikeuttaa arvioinnin yhdenmukaisuutta ja täten heikentää tulosten luotettavuutta. Eräässä opinnäytetutkielmassa tutkittiin Move!-mittaustestistön validiteettia ja reliabiliteettia ja eri tutkimuksia vertailemalla havaittiin, että opettajien ja oppilaiden tulosarviot ylävartalon kohotuksessa poikkesivat merkitsevästi toisistaan (Oksanen, 2016, 27).

### 9.1.3 Yläkoulun liikunnanopettajien kokeman Move!-mittausten tärkeyden ja mittaustulosten hyödyntämisen välinen ristiriita

Yläkoulun liikunnanopettajat näkivät, että fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää. Osallistujat olivat melko yksimielisiä siitä, että fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeä sisällyttää peruskoulun tehtäviin. Tutkimustulokset myötäilevät aikaisempaa tutkimusta liikunnanopettajien näkemyksistä fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeydestä ja merkityksestä (Ferguson ym, 2007; Keating & Silverman, 2004; Rudella, 2014). Kuitenkin tulokset osoittivat ristiriidan liikunnanopettajien kokeman fyysisen toimintakyvyn mittaamisen tärkeyden ja tulosten hyödyntämisen välillä. Vaikka fyysisen toimintakyvyn mittaamista pidettiin tärkeänä oppilaalle, mittaustuloksia hyödynnettiin oppilaiden yksilöllisessä ohjauksessa ja neuvonnassa varsin vähän. Vain noin kolmannes liikunnanopettajista käsitteli tuloksia kunkin yksittäisen oppilaan kanssa ja noin neljännes hyödynsi niitä oppilaiden yksilöllisessä ohjauksessansa oppituntien aikana. Move!-mittaukset siis tuottavat oppilaille tietoa omasta fyysisestä toimintakyvystä, mutta siihen liittyvä

yksilöllinen palaute ja neuvonta jäi usein saamatta. Mittausjärjestelmään liittyvänä keskeisenä haasteena ilmeni resurssien puute, erityisesti riittävän ajan puute tulosten käsittelyyn oppilaiden kanssa, mikä voi osaltaan selittää mittaustulosten vähäistä hyödyntämistä.

Harva liikunnanopettaja käsitteli Move!-mittaustuloksia yhdessä kunkin oppilaan kanssa. Mittaustuloksia käsiteltiin selkeästi enemmän ryhmäkohtaisesti. Palaute mittaustuloksista on yksi Move!-mittausjärjestelmän keskeisimmistä vaiheista ja on merkittävä oppilaan fyysisen toimintakyvyn edistämisen kannalta. Mittaustulosten käsittely ja palaute varmistaa sen, että oppilas ymmärtää fyysisen toimintakyvynsä tason sekä tärkeyden (Opetushallitus, 2026b). Tuloksissa kuitenkin korostui se, että liikunnanopettajat kokivat sen ongelmana, että he eivät kyenneet käsittelemään mittaustuloksia yksittäisten oppilaiden kanssa. He kokivat riittämättömän ajan käsitellä tuloksia ongelmana. Tästä huolimatta liikunnanopettajat kokivat, että mittaustulosten käsittely olisi eniten kouluterveydenhoitajan tehtävä, kun taas aiemmassa tutkimuksessa terveydenhoitajat näkivät, että tulosten käsittely olisi liikunnanopettajan tehtävä (Lehmuskallio ym., 2022, 78).

Tutkimuksessa selvisi, että Move!-mittaustulosten pedagoginen hyödyntäminen on vielä melko vähäistä. Liikunnanopettajat olivat jokseenkin eri mieltä mittaustulosten pedagogisesta hyödyntämisestä. Vain noin joka neljännes opettajista hyödynsi mittaustuloksia oppilaiden yksilöllisessä ohjauksessa ja noin kolmannes opetuksen suunnittelussa ryhmätasolla. Myös Salinin, Huhtiniemen ja Jaakkolan (2021, 531) tutkimuksessa opettajat kokivat mittaustulosten hyödyntämisen opetuksessa haasteellisena. Mittausjärjestelmä on suunniteltu liikunnanopettajan pedagogiseksi työkaluksi, jonka tarkoituksena on tukea oppilaiden fyysisistä toimintakykyä ja sen kehittämistä. Mittauksista saatuja tietoja oppilaiden fyysisestä toimintakyvystä on tarkoitus hyödyntää sekä opetuksen suunnittelussa että yksittäisen oppilaan ohjaamisessa. (Lehtovaara, 2024). Tutkimuksen tulosten perusteella mittaustulosten pedagoginen potentiaali jää hyödyntämättä ryhmä- ja yksilötasolla.

Mittaustulokset siirtyvät oppilaiden huoltajille ja kouluterveydenhoitajille kohtalaisen hyvin. Yli puolet liikunnanopettajista lähettää mittaustulokset oppilaiden huoltajille. Noin kolme neljäsosaa koki, että huoltajat antavat luvan mittaustulosten tarkasteluun laajoissa terveystarkastuksissa. Lehmuskallion, Kuuselan ja Sainion (2022,77) tutkimuksessa koulun terveydenhoitajat olivat samaa mieltä huoltajien suostumuksesta. Kuitenkin liikunnanopettajilla ja terveydenhoitajilla oli erilaiset näkemykset mittaustiedon sujuvasta siirtymisestä kouluterveydenhoitajalle. Liikunnanopettajat näkivät tietojen siirtyvän

suhteellisen sujuvasti, kun taas terveydenhoitajat kokivat, että tulokset siirtyvät jokseenkin huonosti (ks. Lehmuskallio, 2022, 77).

Tuloksissa korostui Move!-mittaustulosten vähäinen hyödyntäminen koulun toimintakulttuurissa ja yhteistyössä koulun terveydenhoitajan kanssa. Liikunnanopettajat eivät juurikaan hyödyntäneet mittaustuloksia koulun toimintakulttuurin kehittämisessä, vaikka hieman yli kaksi kolmasosaa seurasi koulunsa mittaustulosten tasoa ja kehitystä. Opettajat siis seurasivat mittaustuloksia useammin kuin hyödynsivät niitä. Tulosten hyödyntämiseen on kuitenkin odotettavissa muutos, sillä koulujen toimintakulttuurin liikunnallistamisen edistämistä tukeva perusopetuslain astuu voimaan 1.8.2026. Opetushallitus on antanut vuonna 2025 muutosmääräyksen, joka edellyttää kouluja edistämään liikunnallista elämäntapaa osana koulun toimintakulttuuria. (Opetushallitus, 2025a.) Kuitenkin liikunnanopettajat kokivat mittaustulosten vähäisen hyödyntämisen ongelmaksi, mutta ongelmassa korostui enemmän ajatus siitä, että tuloksia ei hyödynnetä riittävästi kouluterveydenhuollossa. Tulosten vähäisestä hyödyntämisestä kouluterveydenhuollossa on näyttöä aikaisemmista tutkimuksista. Koulun terveydenhoitajat kokivat, että heillä ei ole riittävästi aikaa käsitellä tuloksia oppilaiden terveystarkastuksissa niin kuin Move!-prosessissa olisi tarkoitus (Lehmuskallio ym., 2022, 77). Tässä tutkimuksessa myös vähäistä yhteistyötä kouluterveydenhuollon kanssa pidettiin ongelmana. Vain noin kolmannes opettajista raportoi tekevänsä yhteistyötä terveydenhoitajan kanssa. Nämä tulokset tukevat aiempia havaintoja siitä, että Move!-en liittyvä yhteistyö toteutuu melko vaihtelevasti (Lehmuskallio ym., 2022, 77; Pelkonen ym., 2024, 4; Salin ym., 2022, 372).

Tulokset liikunnanopettajien kokemuksista ja näkemyksistä fyysisen toimintakyvyn mittaustulosten vähäisestä hyödyntämisestä myötäilivät aikaisempia kansainvälisiä tutkimustuloksia (Alfrey & Gard, 2014; Johnson ym., 2023; Keating & Silverman, 2004; Nolan ym. 2026). Move!-mittaustuloksia hyödynnettiin sekä oppilaiden ohjauksessa ja neuvonnassa että koulun toimintakulttuurin kehittämisessä melko vähän. Myös aikaisemmissa tutkimuksissa liikuntaa opettaneet opettajat kokivat, että tuloksia ei vielä hyödynnetty niiden täyden potentiaalın mukaan (Johnson ym. 2023, 56–57; Nolan ym., 2026, 6–8).

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että Move!-mittausjärjestelmä toimii melko hyvin mittausten toteuttamisen tasolla. Liikunnanopettajat pitävät fyysisen toimintakyvyn mittaamista tärkeänä, mutta heidän kokemusten ja näkemysten mukaan Move!-mittausjärjestelmän keskeinen tavoite oppilaiden fyysisen toimintakyvyn tukemisessa ei

toteudu sille asetettujen tavoitteiden mukaisesti sen paremmin oppilaan yksilöllisessä ohjauksessa kuin koulun toimintakulttuurissakaan (ks. Opetushallitus, 2026c).

## 9.2 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Seuraavaksi tarkastellaan tutkimuksen luotettavuutta ja eettisyyttä. Tutkimuksen luotettavuutta lisääviä piirteitä olivat muun muassa tutkimuksen monimenetelmällisyys, aineistonkeruutapa ja esitestaus (Hirsjärvi, 2009, 196, 233; Tähtinen ym., 2020, 231).

Tutkimus suoritettiin monimenetelmällisenä tutkimuksena. Monimenetelmällisyys ilmeni tässä tutkimuksessa siten, että liikunnanopettajien näkemyksiä ja kokemuksia kerättiin sekä määrällisen että laadullisena aineiston avulla. Menetelmien yhdistäminen mahdollisti ilmiön monipuolisemman tarkastelun ja eri aineistonlähteiden tuottamien tulosten vertailun tutkimuksen johtopäätöksissä. Monimenetelmällisyyttä tässä tutkimuksessa voidaan kutsua aineistotriangulaatioksi, jonka avulla liikunnanopettajien näkemyksien ja kokemusten ilmiöstä kyettiin tarkastelemaan erilaisten aineistojen avulla (ks. Seppänen-Järvelä ym., 2019, 335). Tässä tutkimuksessa osallistujien laadulliset vastaukset täydensivät määrällisiä tuloksia tuomalla esiin kokemusten taustalla olevia syitä ja selityksiä, mikä mahdollisti tulosten kokonaisvaltaisemman tulkinnan. Aineistojen yhdistäminen tuki myös tulosten vertailua, sillä samansuuntaiset havainnot määrällisessä ja laadullisessa vahvistivat johtopäätösten luotettavuutta, kun taas mahdolliset eroavaisuudet auttoivat tunnistamaan liikunnanopettajien kokemusten ja näkemysten monimutkaisuutta.

Tutkimuksen luotettavuutta vahvisti myös valittu aineistonkeruumenetelmä eli kyselylomake. Kysely- eli survey-tutkimuksen hyödyntäminen mahdollisti laajan tutkimusaineiston keräämisen. Kyselyn hyödyntämisen ansiosta tutkimukseen saatiin kohtuullisen suuri otoskoko (n = 123) ja osallistujia kyettiin saamaan laajasti eri puolilta Suomea. Sen ansiosta kyettiin myös tavoittamaan mahdollisimman monta osallistujaa, jotka kokevat tutkittavan ilmiön merkittäväksi (Hirsjärvi, 2009, 196). Kuitenkin tämä saattaa myös heikentää tulosten luotettavuutta, sillä kyselyyn on voinut osallistua valikoitunut joukko vastaajia, joille tutkittava ilmiö on merkityksellinen ja joilla on siitä vahvoja näkemyksiä. Tällöin negatiivisesti tai neutraalisti suhtautuvien liikunnanopettajien kokemukset ja näkemykset ovat voineet jäädä aineistossa vähäisiksi, mikä puolestaan heikentää tulosten yleistettävyyttä.

Kyselylomake suunniteltiin huolellisesti. Osa kyselylomakkeen väittämistä oli saatu aikaisemmasta tutkimuksesta, mikä vahvisti mittarin sisällöllistä validiteettia (Lehmuskallio

ym., 2022; Tähtinen ym., 2020, 231). Kyselylomakkeen validiteettia pyrittiin myös vahvistamaan kyselylomakkeen huolellisella esitestauksella. Kysely esitestattiin viidellä liikunnanopettajalla. Lomaketta pyrittiin muokkaamaan esitestauksista saatujen kommenttien mukaan selkeämmäksi ja ymmärrettävämmäksi, jotta väittämät vastaisivat mahdollisimman hyvin tutkittavaa ilmiötä. Esitestauksen avulla kyettiin tunnistamaan mahdollisia tulkinnanvaraisia tai epäselviä kohtia, mikä paransi mittarin toimivuutta ja näin ollen validiteettia (Tähtinen ym., 2020, 231).

Aineiston analyysin luotettavuutta pyrittiin varmistamaan useilla menetelmällisillä toimenpiteillä ja ratkaisuilla. Ennen tilastollisia analyysyjä tarkasteltiin taustamuuttujien normaalijakaumia. Kaikkia suunniteltuja taustamuuttujia ei kyetty hyödyntämään vinoutuneiden jakaumien ja pienten ryhmäkokojen vuoksi, joten ne jätettiin aineistonkäsittelyn ulkopuolelle analyysin luotettavuuden vahvistamiseksi.

Summamuuttujien muodostamisessa hyödynnettiin sekä faktorianalyysiä että teoriapohjaista tarkastelua. Summamuuttujien sisäistä johdonmukaisuutta arvioitiin Cronbachin alfa - kertoimen avulla. Vain riittävän reliabiliteettikertoimen omaavat osa-alueet yhdistettiin summamuuttujiksi. Sukupuolten välisiä eroja tarkasteltiin tarkoituksenmukaisilla menetelmillä huomioiden niiden käyttöedellytykset (Tähtinen ym., 2020, 121, 167).

Määrällisen aineiston analyysiprosessi oli systemaattinen ja menetelmällisesti perusteltu.

Koko tutkimusprosessin ajan huomioitiin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (2019) ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet. Tutkimukseen osallistuneita yläkoulun liikunnanopettajia informoitiin tutkimuksen sisällöstä ja tavoitteista sekä tutkimuksesta saadun aineiston käsittelystä ja säilyttämisestä (Liite 1). Osallistujat saivat osallistua tutkimukseen vapaaehtoisesti ja heillä oli myös mahdollisuus keskeyttää tai peruuttaa osallistumisensa tutkimukseen kaikkien sen vaiheiden aikana. Tutkittavien yksityisyyden suojasta huolehdittiin siten, että yksittäisiä osallistujia ei ole mahdollista tunnistaa tuloksista, ja aineistoa käsiteltiin luottamuksellisesti. Tutkimukseen kerättyä aineistoa säilytetään ohjeistuksen mukaisen viiden vuoden ajan tietoturvalisessa Seafile-pilvipalvelussa, jonka jälkeen aineisto hävitetään.

### **9.3 Tutkimuksen hyödyntämismahdollisuudet ja jatkotutkimusehdotukset**

Tutkimus keskittyi suomalaisten yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksiin ja näkemyksiin Move!-mittausjärjestelmästä. Tutkimusta juuri suomalaisesta fyysisen toimintakyvyn mittausjärjestelmästä Move!:sta sekä aiheen tutkimusta juuri yläkoulun liikunnanopettajien

näkökulmasta ei kovin paljoa vielä ole. Move!-mittauksista saatuja tuloksia sekä niiden hyödyntämistä tutkitaan jatkuvasti (Opetushallitus, 2024a; Opetushallitus, 2025c; Pelkonen ym., 2024). Kuitenkin käytännön toteuttaminen sekä tulosten hyödyntäminen vaatisi lisää tutkimusta, jotta mittausjärjestelmää, sen osa-alueita sekä käytännön toteuttamiseen ja tulosten hyödyntämiseen liittyviä järjestelyitä kyetään kehittämään.

Liikunnanopettajien vastauksissa nousi esiin Move!-mittausjärjestelmän ongelmana se, että joidenkin mittausosioiden tekninen suorittaminen ja arviointi koettiin haastaviksi. Erityisesti esiin nousivat ylävartalon kohotus ja etunojapunnerrus, joiden arviointi koettiin haastavaksi tulkinnallisten arviointikriteerien vuoksi. Toinen arviointia vaikeuttava tekijä oli oppilaiden välinen suoritusten valvonta. Näiden tulosten perusteella olisi merkityksellistä tarkastella, olisiko mittausosioita mahdollista yksinkertaistaa siten, että suoritusten arviointikriteerit olisivat selkeämmät ja yksinkertaisemmat. Tämä voisi vähentää mahdollisia arviointivirheitä sekä samalla lisätä mittaustulosten luotettavuutta.

Tämän ja aikaisempien tutkimusten tulosten perusteella Move!-mittausten tarkoituksenmukainen toteuttaminen ja tulosten hyödyntäminen edellyttäisi nykyistä enemmän aika- ja henkilöstöresursseja. Lehmuskallion, Kuuselan ja Sainion (2022, 79) tutkimuksessa kouluterveydenhoitajat kokivat, ettei heillä ollut riittävästi aikaa eikä resursseja käsitellä mittaustuloksia oppilaiden kanssa. Vastaavasti Salinin, Huhtiniemen ja Jaakkolan (2021, 531) tutkimuksessa keskeisiksi haasteiksi nousivat tulosten hyödyntäminen, suuret opetusryhmät ja oppilaiden suoritusten arviointi. Myös tämän tutkimuksen tulokset antoivat viitteitä siitä, että liikunnanopettajat eivät saa apua mittausten käytännön järjestämisessä, minkä lisäksi heillä ei ollut riittävästi aikaa käydä tuloksia läpi yksittäisten oppilaiden kanssa. Näiden havaintojen perusteella voidaan siis todeta, että ilman riittäviä resursseja Move!-mittausten potentiaali oppilaiden fyysisen toimintakyvyn seurannan ja edistämisen välineenä jää osittain hyödyntämättä. Resurssien lisääminen itse Move!-mittausten toteuttamiseen sekä mittaustulosten hyödyntämiseen voisi mahdollistaa mittausten laadukkaamman toteutuksen, yksilöllisemmän palautteenannon sekä tulosten nykyistä systemaattisemman hyödyntämisen osana koulun moniammatillista hyvinvointityötä.

Sekä tähän tutkimukseen osallistuneet yläkoulun liikunnanopettajat että Lehmuskallion ja kollegoiden (2022) tutkimukseen osallistuneet kouluterveydenhoitajat kokivat Move!-mittausten toteuttamisen ajankohdan ongelmalliseksi. Tulosten perusteella mittausten ajankohta vaikeuttaa mittaustulosten saamista riittävän ajoissa laajoihin terveystarkastuksiin.

Tämän tutkimuksen osallistajat kokivat myös, että ajankohta vie aikaa ulkoliikunnalta. Näiden tulosten perusteella olisi perusteltua arvioida Move!-mittausten ajankohtaa uudelleen siten, että se palvelisi paremmin sekä terveystarkastusten toteutusta että liikunnanopetuksen tavoitteita. Tarkoituksenmukaisemmin ajoitetut mittaukset voisivat edistää tulosten tehokkaampaa hyödyntämistä oppilaiden fyysisen toimintakyvyn tukemisessa.

Yhdysvalloissa suoritettussa tutkimuksessa oli havaittu, että pienemmät luokkakoot olivat yhteydessä positiivisempaan suhtautumiseen fyysisen toimintakyvyn mittausjärjestelmää kohtaan (Ferguson ym., 2007, 173). Samankaltaista ilmiötä olisi perusteltua tarkastella myös suomalaisessa kontekstissa, sillä luokkakoot ja opettavien ryhmien määrät saattavat vaikuttaa liikunnanopettajien omaan suhtautumiseen mittausjärjestelmää kohtaan. Tämän on merkityksellistä, sillä liikunnanopettajan oma suhtautuminen voi vaikuttaa myös oppilaiden kokemuksiin mittauksista sekä itse mittaustilanteesta.

Move!-mittausjärjestelmän kehittämiseksi olisi olennaista, että sitä toteuttavien tahojen kokemuksia ja näkemyksiä kartoitettaisiin entistä enemmän. Tämän vuoksi olisikin merkittävää tutkia yläkoulun liikunnanopettajien näkemyksiä siitä, miten mittausjärjestelmää voisi kehittää ja parantaa. Liikunnanopettajilla on keskeinen rooli mittausten käytännön toteutuksessa ja hyödyntämisessä, minkä vuoksi heidän kokemuksensa voivat tarjota arvokasta näkemystä järjestelmän kehittämisestä. Näin ollen tällaista tutkimustietoa voitaisiin hyödyntää mittausjärjestelmän kehittämisessä siten, että se tukisi paremmin sekä sen toteuttamista että hyödyntämistä.

Jatkossa olisi perusteltua tutkia, millaisia vaikutuksia perusopetuslain muutoksella on Move!-mittaustulosten hyödyntämiseen koulujen toimintakulttuurissa. Tulosten hyödyntämiseen on odotettavissa muutoksia, sillä koulujen toimintakulttuurin liikunnallistamista tukeva perusopetuslain muutos on odotettavissa astuvan voimaan syksyllä 2026 (Opetushallitus, 2025a). Jatkotutkimuksessa olisi olennaista tarkastella, helpottaako uudistus Move!-mittaustulosten hyödyntämistä käytännössä, vahvistaako se tulosten käyttöä koulujen arjessa sekä lisääkö resursseja ja se eri ammattiryhmien välistä yhteistyötä oppilaiden fyysisen toimintakyvyn tukemisessa.

## Lähteet

- Aira, A., Laine, K., Siekkinen, K., Tammelin, T. & Turpeinen S. (2019). Vähän liikkuva nuori yläkoulussa. Jyväskylä: LIKES-tutkimuskeskus.
- Alfrey, L. & Gard, M. (2014). A crack where the light gets in: a study of Health and Physical Education teachers' perspectives on fitness testing as a context for learning about health. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 5(1), 3–18.
- Cale, L., Harris, J. & Chen, M. H. (2014). Monitoring health, activity and fitness in physical education: its current and future state of health. *Sport, Education and Society*, 19(4), 376–397.
- Ek, E. (2021). Move!-mittaustulosten hyödyntäminen: Yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia. Turun yliopisto, opettajankoulutuslaitos, pro gradu -tutkielma.
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1998). Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Ferguson, R. H., Keating, X. D., Bridges, D. M., Guan, J. & Chen, L. (2007). California Secondary School Physical Education Teachers' Attitudes Toward the Mandated Use of the Fitnessgram. *Journal of Teaching in Physical Education*, 26(2), 161–176.
- Fiksusti kouluun. (2026). Fiksusti kouluun -ohjelma. Haettu 1.5.2026 osoitteesta <https://fiksustikouluun.fi/tietoa-ohjelmasta/>
- Haapalainen, H. & Kakkonen, A. (2020). Naljakan koulun viidesluokkalaisten kokemuksia Move!-testeistä. Karelia-ammattikorkeakoulu, fysioterapiakoulutus, opinnäytetyö.
- Harte, N. P. A., Alfrey, L., Spray, C. & Cale, L. (2024). The if, why and how of fitness testing in secondary school physical education in the United Kingdom. *European Physical Education Review*, 30(3), 475–492.
- Hellsten, E. (2026). Liikunnanopettajien kokemukset Move!-mittauksista ja mittaustiedon pedagogisesta hyödyntämisestä. Itä-Suomen yliopisto, kasvatustieteellinen tiedekunta, pro gradu -tutkielma.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. & Sinivuori, E. (2009). Tutki ja kirjoita (15. uudistettu painos.). Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Huhtiniemi, M. (2017). Move! - pedagoginen työkalu toimintakyvyn edistämiseen. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti. *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus, 367–380.
- Huhtiniemi, M. (2024). Syksyn 2023 Move!-mittaukset: pieniä toivonpilkahduksia. *Liikunta ja tiede*, 61(1) 65–67.

- Huhtiniemi, M., Salin, K., Lahti, J., Sääkslahti, A., Tolvanen, A., Watt, A. & Jaakkola, T. (2021). Finnish students' enjoyment and anxiety levels during fitness testing classes. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(1), 1–15.
- Husu, P., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. (2023). Liikemittarilla mitatun liikkumisen, paikallaanolon ja unen määrä. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.), *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2022*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2023:1, 31–46.
- Husu, P., Tokola, K., Vähä-Ypyä, H. & Vasankari, T. (2025). Liikemittarilla mitatun liikkumisen, paikallaanolon ja unen määrä. Teoksessa S. Kokko & L. Martin (toim.), *Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa. LIITU-tutkimuksen tuloksia 2024*. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2025:1, 31–45.
- Jaakkola, T., Sääkslahti, A., Liukkonen, J. & Iivonen, S. (2012). Peruskoululaisten fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä. *Jyväskylän yliopisto, liikunta- ja terveystieteiden tiedekunta*.
- Joensuu, L. (2022). Ylipaino ja elämäntilanteen vaikeudet selittävät Move!-tuloksia. *Liikunta & Tiede* 59 (1), 24–27.
- Joensuu, L., Csányi, T., Huhtiniemi, M., Kälbi, K., Magalhães, J., Milanović, I., Morrison, S. A., Ortega, F. B., Sardinha, L. B., Starc, G., Tammelin, T. H. & Jurak, G. (2024). How to design and establish a national school-based physical fitness monitoring and surveillance system for children and adolescents: A 10-step approach recommended by the FitBack network. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 34(3), Article e14593.
- Johnson, A. M., Kroshus, E., Hafferty, K. R., Senturia, K., Garrett, K. A. & Tandon, P. S. (2023). Improving Use of Physical Fitness Testing Data in Middle Schools to Inform Equitable School-wide Physical Activity Practices: A Mixed-methods Approach. *American Journal of Health Education*, 54(1), 50–61.
- Kalaja, S. (2017). Fyysinen toimintakyky ja kunto. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti. *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus, 170–184.
- Kalaja, S. & Koponen, J. (2017). Opetussuunnitelmat käytännön opetustyön näkökulmasta. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti. *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS-kustannus, 552–563.
- Kallio, I. & Kivipelto, S. (2017). Miltä MOVE tuntuu? 8.-luokkalaisten kokemuksia MOVE-mittauksista. *Turun yliopisto, opettajankoulutuslaitos, pro gradu -tutkielma*.

- Keating, X. D. & Silverman, S. (2004). Teachers' Use of Fitness Tests in School-Based Physical Education Programs. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 8(3), 145–165.
- Kohonen, I., Kuula-Luumi, A. & Spoof, S.-K. (2019). Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Helsinki: TENK.
- Lehmuskallio, M., Kuusela, T. & Sainio, E. 2022. Move! -fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmästä kouluterveydenhoitajien silmin. *Liikunta & Tiede* 59 (5), 74–82.
- Lehtovaara, K. (2024). Move! on liikunnanopetuksen keskeinen työkalu. Jyväskylän yliopisto. Haettu 1.4.2026 osoitteesta <https://www.jyu.fi/fi/artikkeli/move-on-liikunnanopetuksen-keskeinen-tyokalu>
- Luokkanen, J. & Turunen, V. (2019). "Turhauttaa tehdä mittaukset, koska niitä ei voi hyödyntää mitenkään" Opettajien käsityksiä Move!-mittauksesta: määrällinen tutkimus mittauksen järjestäneille opettajille. Lapin yliopisto, kasvatustieteiden tiedekunta, pro gradu -tutkielma.
- Mercier, K., Phillips, S. & Silverman, S. (2016). High School Physical Education Teachers' Attitudes and use of Fitness Tests. *The High School Journal* 99(2), 179–190.
- Mäkelä K., Hirvensalo, M., Palomäki, S., Herva, H. & Laakso, L. (2012). Liikunnanopettajaksi vuosina 1984-2004 valmistuneiden työtyytyväisyys. *Liikunta & Tiede* 49, (1), 67–74. Haettu 3.5.2026 osoitteesta <http://lts.fi/julkaisut/liikunta-ja-tiede/julkaisut/liikunta-ja-tiede/2012/1/tutkimusartikkelit>
- Nolan, R. T., Barkell, J. F. & Peralta, L. R. (2026). Pedagogical value and emotional impact of fitness testing in secondary physical education: student and teacher perspectives. *Frontiers in Sports and Active Living*, 8, Article 1701809.
- Nupponen, H. (2004). Kuntotestaus koululaitoksessa. Teoksessa J. Aho, K. L. Keskinen, K. Häkkinen & M. Kallinen (toim.) Kuntotestauksen käsikirja. Liikuntatieteellinen seura, 197–203.
- Nupponen, H., Soini, H. & Telama, R. (1999). Koululaisten kunnan ja liikehallinnan mittaaminen. *Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja* 118. Jyväskylä: LIKES.
- Oksanen, J. (2016). Move!-fyysisen toimintakyvyn seurantajärjestelmä: testistön validiteetti ja reliabiliteetti. Jyväskylän yliopisto, liikuntakasvatuksen laitos, pro gradu -tutkielma.
- Opetushallitus. (2014). Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014.

- Opetushallitus. (2021). Lasten ja nuorten fyysinen toimintakyky huolestuttavalla tasolla. Haettu 2.5.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2021/lasten-ja-nuorten-fyysinen-toimintakyky-huolestuttavalla-tasolla>
- Opetushallitus. (2024a). Move! Koko maa, Hela landet 2024. Haettu 26.4.2026 osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Kokomaa\\_helalandet\\_move2024.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Kokomaa_helalandet_move2024.pdf)
- Opetushallitus. (2024b). Syksyn 2024 Move!-mittausten toteuttaminen. Move!-infokirjeet kouluille. Haettu 21.4.2025 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/move-infokirjeet-kouluille>
- Opetushallitus. (2024c). Move! 2024: Lasten fyysisen toimintakyvyn myönteinen kehitys jatkunut. Tiedote 11.12.2024. Haettu 17.1.2025 osoitteesta <https://valtioneuvosto.fi/-/1410845/move-2024-lasten-fyysisen-toimintakyvyn-myonteinen-kehitys-jatkunut>
- Opetushallitus. (2025a). Päivitys esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelmiin: liikunnallisen elämäntavan edistäminen vahvemmin osaksi toimintakulttuuria. Haettu 1.4.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2025/paivitys-esi-ja-perusopetuksen-opetussuunnitelmiin-liikunnallisen-elamantavan>
- Opetushallitus. (2025b). Saavutettava tiivistelmä Move!-mittaustuloksista 2025. Haettu 26.4.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Saavutettava%20tiivistelmä%20Move-mittaustuloksista%202025.pdf>
- Opetushallitus. (2025c). Move! Koko maa, Hela landet 2025. Haettu 26.4.2026 osoitteesta [https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/kokomaa\\_helalandet\\_move\\_2025.pdf](https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/kokomaa_helalandet_move_2025.pdf)
- Opetushallitus. (2026a). Fyysinen toimintakyky. Haettu 29.4.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/move/mika-move/fyysinen-toimintakyky>
- Opetushallitus. (2026b) Opettajan Move!-polku. Haettu 1.4.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/move/move-polku/opettajan-move-polku>
- Opetushallitus. (2026c). Move!-järjestelmä. Haettu 29.4.2026 osoitteesta <https://www.oph.fi/fi/move/mika-move/move-jarjestelma>
- Opetushallitus. (2026d). Move!. Haettu 3.5.2026 <https://www.oph.fi/fi/move>
- Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki. 2013. 1287/30.12.2013. <https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/2013/1287> Viitattu 21.4.2025.
- Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Castillo, M. J. & Sjostrom, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: a powerful marker of health. INTERNATIONAL JOURNAL OF OBESITY, 32(1), 1–11.

- Pelkonen, P., Wiss, K., Hietanen-Peltola M. & Ståhl T. (2024). Move!-tuloksia hyödynnetään vaihtelevasti oppilaiden toimintakyvyn edistämässä kouluissa ja hyvinvointialueilla. Tutkimuksesta tiiviisti 54/2024. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos.
- Perusopetuslaki. 2010. 642/24.6.2010. Haettu 21.4.2025 osoitteesta <https://finlex.fi/fi/lainsaadanto/saaduskokoelma/2010/642#OT0>
- Rajala, H. & Ritala. V. (2018) Move-mittaustulosten hyödyntäminen: luokanopettajien kokemukset ensimmäisenä mittausvuonna. Turun yliopisto, opettajankoulutuslaitos, pro gradu -tutkielma.
- Rudella, J. (2014). Teacher Perceptions of Fitness Testing and Lifetime Fitness Goals. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(S1), A85.
- Salin, K. & Huhtiniemi, M. (2017). Move!: fyysisen toimintakyvyn seuranta- ja palautejärjestelmä: opas liikuntaa opettaville opettajille, kouluterveydenhoitajille ja muille sidosryhmille. Liikunnan ja terveystiedon opettajat ry.
- Salin, K., Huhtiniemi, M. & Hirvensalo, M. (2017). Liikunnanopettajan työ ja työtyytyväisyys. Teoksessa T. Jaakkola, J. Liukkonen & A. Sääkslahti. *Liikuntapedagogiikka*. Jyväskylä: PS- kustannus, 564–581.
- Salin, K., Huhtiniemi, M. & Jaakkola T. (2021). Opettajien valmiudet, osaaminen ja koetut haasteet Move!-järjestelmän toteuttamisessa ja oppilaiden toimintakyvyn tukemisessa. *Kasvatus* 52(5), 526–538.
- Salin, K., Huhtiniemi, M. & Jaakkola, T. (2022). Liikuntaa opettavien opettajien ja kouluterveydenhoitajien yhteistyö oppilaiden toimintakyvyn edistämässä ja Move!-järjestelmän hyödyntämisessä. *Kasvatus*, 53(4), 364–374.
- Salonen, J. & Syvänen, A. (2009). ”Kyllä opettajan työ olisi mahdotonta jaksaa ilman työkavereiden tukea!” – tutkimus liikunnanopettajien jaksamisesta. Jyväskylän yliopisto, liikuntatieteiden laitos, pro gradu -tutkielma.
- Seppänen-Järvelä, R., Åkerblad, L. & Haapakoski, K. (2019). Monimenetelmällisen tutkimuksen integroivat strategiat. *Yhteiskuntapolitiikka* 84(3), 332-339.
- Siekkinen, K. (2025). Perusopetusikäisten liikuntaneuvonta – lapsen ja nuoren tukena liikkumisen polulle. Liikkuva koulu. Haettu. 2.5.2026 osoitteesta [https://liikkuvakoulu.fi/wpcontent/uploads/sites/2/2025/05/KEVYT\\_KouluPT\\_raportti\\_final.pdf](https://liikkuvakoulu.fi/wpcontent/uploads/sites/2/2025/05/KEVYT_KouluPT_raportti_final.pdf)
- Suomen Liikunnan Alueet ry. (2026). Lisää liikettä -hanke sai jatkorahoituksen vuosille 2026-2027. Haettu 1.5.2026 osoitteesta <https://www.liiku.fi/varhaiskasvatus-koulu-ja->

[oppilaitos-yhteistyö/ajankohtaista/lisää-liikettä-hanke-saijatkorahoituksen-vuosille-2026-2027/](#)

Tähtinen, J., Laakkonen, E. & Broberg, M. 2020. Tilastollisen aineiston käsittelyn ja tulkinnan perusteita. Turun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunnan julkaisuja C:22. Turun yliopisto, kasvatustieteiden laitos.

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskelijaterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta. 2011. 338/6.4.2011. Haettu 15.4.2025 osoitteesta

<https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/saaduskokoelma/2009/380#OT0>

Valtioneuvosto. (2023). Vahva ja välittävä Suomi. Pääministeri Orpon hallituksen ohjelma. Valtioneuvoston julkaisuja 2023:58.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/server/api/core/bitstreams/a89b334b-2f1e-4b41-bd97-ff91a7449a7a/content> Viitattu 15.4.2026

World Health Organization. (2026). Health and well-being. Haettu 3.5.2026 osoitteesta

<https://www.who.int/data/gho/data/major-themes/health-and-well-being>

## Liitteet

### Liite 1. Yläkoulun liikunnanopettajille lähetetty saatekirje

#### TUTKIMUS YLÄKOULUN LIIKUNNANOPETTAJIEN MOVE!-KOKEMUKSISTA JA -NÄKEMYKSISTÄ

Hyvä yläkoulun liikunnanopettaja,

Olen Johanna Mäkiranta Turun yliopiston opettajankoulutuslaitoksesta ja teen pro gradu -tutkielmaani **yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksista ja näkemyksistä Move!-mittausjärjestelmästä**. Tutkimusaineistosta on tarkoitus jatkoystää myös vertaisarvioitava tiedeartikkeli.

-

**Koska Move!-järjestelmää on tutkittu varsin vähän liikunnanopettajien näkökulmasta, olisi arvokasta saada kuulla juuri Sinun kokemuksiasi ja näkemyksiäsi. Haluaisin tietää, kuinka tärkeänä pidät Move!-mittauksia eri tahoille, millaisia kokemuksia Sinulla on mittauksen käytännön toteutuksesta ja mittaustulosten hyödyntämisestä. Entä oletko kohdannut ongelmia mittausjärjestelmässä ja minkälaisia kehitysehdotuksia Sinulta mahdollisesti löytyy? Tutkimuksen tavoitteena on siis tuoda yläkoulun liikunnanopettajien ääni kuuluviin Move!-mittausjärjestelmää koskien.**

-

Pääset alla olevasta linkistä kyselyyn, joka muodostuu monivalintakysymyksistä sekä kahdesta avoimesta kysymyksestä. Kyselyyn **vastaaminen vie vain noin 10 minuuttia**, joten välitunnillakin ehtii. Vastaaminen on täysin vapaaehtoista, anonyymia ja tutkimuksen kaikissa vaiheissa noudatetaan tutkimuseettisiä periaatteita. **Vastaathan viimeistään perjantaina 29.8.2025.**

**Linkki kyselyyn:** <https://link.webpolsurveys.com/S/CC062CABE20B39DC>

Linkki tutkimuksen tietosuojaselosteeseen: <https://seafile.utu.fi/f/d3e5904a8ef445739a03/>

Jos kyselystä tai koko tutkimuksesta herää kysymyksiä, ole rohkeasti yhteydessä minuun tai opinnäytteeni ohjaajaan.

**Tärkeistä vastauksistasi lämpimästi kiittäen,**

Johanna Mäkiranta, luokanopettajaopiskelija, [johamm@utu.fi](mailto:johamm@utu.fi)

Mari Lehmuskallio, liikuntakasvatuksen yliopistonlehtori, opinnäytetyön ohjaaja, [marsah@utu.fi](mailto:marsah@utu.fi)

Opettajankoulutuslaitos - Turun kampus

Turun yliopisto

**Liite 2. Kyselylomake****TUTKIMUS YLÄKOULUN LIIKUNNANOPETTAJIEN MOVE!-  
KOKEMUKSISTA JA -NÄKEMYKSISTÄ**

## 1. Sukupuoleni

Nainen

Mies

Muu

## 2. Olen toteuttanut Move!-mittaukset 8.luokkalaisille

1–2 kertaa

3–5 kertaa

yli 5 kertaa

## 3. Olen saanut koulutusta Move!-mittauksiin liittyen

Riittävästi

Kaipaisin lisää

En ollenkaan

## 4. Jos kaipaat lisää Move!-koulutusta, niin millaisista asioista?

Seuraaviin väittämiin vastataan asteikolla 1-5: 1 = Täysin eri mieltä 2 = Jokseenkin eri mieltä  
3 = Jokseenkin samaa mieltä 4 = Täysin samaa mieltä 5 = En osaa sanoa

**Kokemuksia ja näkemyksiä fyysisen toimintakyvyn mittaamisen  
tärkeydestä**

5. Oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää sisällyttää peruskoulun tehtäviin.
6. Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää oppilaille itselleen.
7. Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää oppilaiden huoltajille.
8. Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää liikunnanopettajille.
9. Peruskoulun oppilaiden fyysisen toimintakyvyn mittaaminen on tärkeää kouluterveydenhuollolle.

### **Kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmän käytänteistä**

10. Harjoittelemme liikuntatunneilla Move!-mittausosioita etukäteen.
11. Move!-mittausosiot on helppo opettaa oppilaille.
12. Tiedotan oppilaita Move!-mittausten ajankohdasta etukäteen.
13. Kerron oppilaille Move!-mittausten merkityksestä ennen mittauksia.
14. Tiedotan huoltajia Move!-mittausten ajankohdasta etukäteen.
15. Tiedotan huoltajia Move!-mittausten merkityksestä etukäteen.
16. Osaan toteuttaa mittaukset Move!-käsikirjan ohjeiden mukaisesti.
17. Suhtaudun Move!-mittauksiin myönteisesti.
18. Olen motivoitunut järjestämään Move!-mittaukset.
19. Järjestän Move!-mittaukset liikuntatuntien aikana.
20. Montako liikuntatuntia niihin kuluu keskimäärin per 8. luokan liikuntaryhmä?

Vastausskaala 1–10

21. Järjestän Move!-mittaukset omana erillisenä kertanaan liikuntatuntien ulkopuolella.
22. Käytettävissä olevat liikuntatilat soveltuvat Move!-mittausten järjestämiseen.
23. Koulustani löytyy Move!-mittauksiin soveltuvat välineet.
24. Oppilaat osaavat suorittaa mittausosiot Move!-käsikirjan ohjeiden mukaisesti.
25. Oppilaiden suoritusten valvominen Move!-mittaustilanteessa on helppoa.
26. Saan apua muulta koulun henkilökunnalta Move!-mittausten järjestämisessä.
27. Jos vastasit edelliseen myöntävästi, niin keneltä saat apua?
28. Saan luotua Move!-mittauksiin hyvän ilmapiirin.
29. Kannustan oppilaita Move!-mittausten aikana.
30. Saan oppilaat yrittämään parhaansa Move!-mittausosioissa.
31. Move!-mittaustulosten ylöskirjaaminen mittaustilanteessa on sujuvaa.
32. Kirjaan Move!-mittaustulokset itse valtakunnalliseen tietojärjestelmään.
33. Move!-mittaustulosten kirjaaminen valtakunnalliseen tietojärjestelmään on vaivatonta.
34. Koen Move!-mittausprosessin työlääksi.

### **Näkemyksiä Move!-mittauksista saatujen tulosten hyödyntämisestä**

35. Kannan huolta oppilaiden fyysisen toimintakyvyn tilasta.
36. Move!-mittaukset antavat luotettavan kuvan oppilaan fyysisestä toimintakyvystä.
37. Move!-mittauksilla on mahdollista tukea oppilaiden fyysistä toimintakykyä.
38. Lähetän Move!-mittaustulokset oppilaiden huoltajille.
39. Käsittelen Move!-mittaustuloksia yhdessä kunkin oppilaan kanssa.
40. Käsittelen Move!-mittaustuloksia yhdessä kunkin liikuntaryhmän kanssa.
41. Annan Move!-mittaustuloksiin liittyvää terveysneuvontaa oppilaille.

42. Hyödynnän Move!-mittausjärjestelmän valmispalautteita Move!-sivustolta.
43. Hyödynnän Move!-mittaustuloksia oppilaiden yksilöllisessä ohjauksessa oppitunneilla.
44. Hyödynnän Move!-mittaustuloksia ryhmäkohtaisen opetuksen suunnittelussa.
45. Hyödynnän Move!-mittaustuloksia koulun toimintakulttuurin kehittämisessä.
46. Move!-mittaustulokset vaikuttavat koulun toimintakulttuuriin.
47. Move!-mittaustulosten hyödyntäminen on koulussani monipuolista.
48. Huoltajat antavat luvan tarkastella Move!-mittaustuloksia laajojen terveystarkastusten yhteydessä.
49. Tiedot Move!-mittaustuloksista siirtyvät sujuvasti kouluterveydenhoitajalle.
50. Move!-mittaustulosten läpikäyminen oppilaan kanssa on mielestäni kouluterveydenhoitajan tehtävä.
51. Move!-mittaustulosten läpikäyminen oppilaan kanssa on mielestäni liikunnanopettajan tehtävä.
52. Move!-mittaustulosten läpikäyminen oppilaan kanssa on mielestäni hänen huoltajiensa tehtävä.
53. Teen yhteistyötä koulun terveydenhoitajan kanssa Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä.
54. Teen yhteistyötä terveystiedon opettajan kanssa Move!-mittaustulosten hyödyntämisessä.
55. Seuraan Move!-mittaustulosten koulukohtaista tasoa ja kehitystä.
56. Seuraan Move!-mittaustulosten kuntakohtaista tasoa ja kehitystä.
57. Seuraan Move!-mittaustulosten valtakunnallista tasoa ja kehitystä.

## **Move!-järjestelmän mahdolliset ongelmat ja kehityskohteet**

58. Millaisia ongelmia olet kohdannut Move!-mittausjärjestelmässä?

59. Miten kehittäisit Move!-mittausjärjestelmää yläkoulun liikunnanopettajan näkökulmasta?

## Liite 3. Tietosuojaseloste

### Tietosuojaseloste

1. Rekisterin nimi	Yläkoulun liikunnanopettajien kokemukset ja näkemykset Move!-mittausjärjestelmästä
2. Rekisterinpitäjä	Johanna Mäkiranta, 0401312077, johamm@utu.fi Turun yliopisto, kasvatustieteiden laitos, Assistentinkatu 5, 20500 Turku
3. Vastuuhenkilön yhteystiedot	Johanna Mäkiranta, 0401312077, johamm@utu.fi Mari Lehmuskallio, mari.lehmuskallio@utu.fi
4. Henkilötietojen käsittelyn tarkoitukset ja käsittelyn oikeusperuste	Tutkimuksessa kerätään vastauksia kyselylomakkeella, jossa selvitetään yläkoulun liikunnanopettajien kokemuksia ja näkemyksiä Move!-mittausjärjestelmästä. Kyselylomakkeessa kerätään tietoa liikunnanopettajien kokemuksista ja näkemyksistä esimerkiksi mittausten merkityksestä, toteutuksesta sekä hyödynnettävyydestä.  Henkilötietojen EU:n yleisen tietosuoja-asetuksen 6 artiklan mukaisena käsittelyperusteena on <input checked="" type="checkbox"/> käsittely on tarpeen tieteellistä tutkimusta varten (yleinen etu 6 art. 1 a-kohta) <input type="checkbox"/> rekisteröity on antanut suostumuksensa henkilötietojen käsittelyyn (suostumus 6 art. 1 e-kohta) <input type="checkbox"/> muu mikä _____
5. Käsiteltävät henkilötietoryhmät	Rekisteriin talletetaan rekisteröidystä seuraavia tietoja: sukupuoli, suoritettujen mittausten määrä, mittauksiin liittyvä koulutus, kokemuksia ja näkemyksiä mittausten merkityksestä toteutuksesta, hyödyntämisestä sekä ongelmakohtista.
6. Henkilötietojen vastaanottajat ja vastaanottajaryhmät.	Tietoja ei siirretä eikä luovuteta tutkimusryhmän ulkopuolelle.
7. Tiedot tietojen siirrosta kolmansiin maihin	Henkilötietoja ei luovuteta EU:n tai Euroopan talousalueen ulkopuolelle.
8. Henkilötietojen säilyttämisaika tai sen määrittämisen kriteerit	Kyselyn vastaukset tallennetaan Seafile pilvipalveluun, jonka jälkeen ne käsitellään IBM SPSS Statistics- ohjelman avulla. Opinnäytteen jälkeen tutkimuksesta saatuja tuloksia hyödynnetään vertausarvioidun tiedeartikkelin laadinnassa. Tietoja säilytetään enintään 13.8.2030 asti, jonka jälkeen aineisto hävitetään.
9. Rekisteröidyn oikeudet	Rekisteröidyllä on oikeus pyytää pääsy häntä itseään koskeviin henkilötietoihin sekä oikeus pyytää tietojensa oikaisemista tai poistamista taikka käsittelyn rajoittamista tai vastustaa niiden käsittelyä. Oikeutta henkilötietojen poistamiseen ei sovelleta

	<p>tieteellisessä tai historiallisessa tutkimustarkoituksessa silloin, kun poisto-oikeus todennäköisesti estää käsittelyn tai vaikeuttaa sitä suuresti.</p> <p>Poisto-oikeuden toteuttamista arvioidaan tapauskohtaisesti.</p> <p>Rekisteröidyllä on oikeus tehdä valitus valvontaviranomaiselle.</p>
10. Tiedot siitä, mistä henkilötiedot on saatu	Tutkimuskutsun lähettämiseksi yhteys LIITO ry:yn jäsenten sähköpostilistaan.
11. Tiedot automaattisen päätöksenteon ml. profiloinnin olemassaolosta	Tietoja ei käytetä automaattiseen päätöksentekoon tai profiloinnin tekemiseen.