

Helsingissä on hyvä kasvaa liikkujaksi; Move!-ratkaisuja ja vähän muutakin

Helsingissä valmistellaan parhaillaan uuden strategian mukaista liikkumisohjelmaa (2017-2022), jonka tarkoituksena on koota yhteen kaikki kaupungissa jo olemassa olevat liikkumista edistävät hyvät käytännöt ja palvelumallit, mutta myös toimia hedelmällisenä alustana uusille kokeiluille yli toimialarajojen. Liikkumista halutaan edistää entistä laaja-alaisemmin kaupungin tuottamien palveluiden avulla, ja lapsia ja nuoria halutaan liikuttaa yhä enemmän kiinteänä osana heidän arkeaan, niin kouluissa kuin varhaiskasvatuksessakin. Liikkumisohjelman yhdeksi toimenpiteeksi suunnitellaan vuosittaisen liikuntafoorumin järjestämistä. Foorumissa voidaan nostaa esille liikkumisen ja fyysisen toimintakyvyn asioita monipuolisesti, ja se voi tarjota mahdollisuuksia myös Move!-mittausten onnistuneen käyttöönoton tukemiseksi.

Liikkuva koulu-työ

Lasten ja nuorten liikunnan edistämistä tukevia palveluita on toki kehitetty aiempienkin strategioiden mukaisesti, ja opetustoimi on ollut yksi liikuntapalveluiden tärkeimmistä kumppaneista tässä työssä. Liikkuva koulu – ohjelman edistämistyötä on tehty Helsingissä kasvatuksen ja koulutuksen sekä liikuntapalveluiden välisenä yhteistyönä vuodesta 2012 lähtien, ja vuoden 2016 lopussa kaikki kaupungin perusopetuksen koulut olivat rekisteröityneet mukaan ohjelmaan. Tänä syksynä käynnistyivät ensimmäiset pilottikokeilut myös lukiossa sekä ammattioppilaitoksissa. Liikkuvan koulun ohjausryhmässä on ollut asianosaisten virastojen lisäksi edustus myös kouluterveydenhuollosta, ja tämä on koettu hyödylliseksi hallinnonalojen välisen hedelmällisen yhteistyön edistämiseksi. Terveystoimintajärjestelmän toteuttaminen on ollut positiivinen.

EasySport- ja FunAction-liikunta

Koululaisten liikuntamahdollisuuksia ja matalan kynnyksen liikuntapalveluvalikoimaa on Helsingissä edistetty myös leikkimielisyyttä korostavien EasySport- ja FunAction – liikuntapalvelumallien avulla. Tämä koulupäivän yhteyteen tai lähes välittömän läheisyyteen järjestettävä liikuntatoiminta voi parhaimmillaan toimia koulujen liikuntakasvatustyön tukena. Sujuvan kasvatuskumppanuuden edistämiseksi tarvitsemme kuitenkin edelleen lisää hyvää vuorovaikuttamista sekä riittävästi kohtaamisia yli koulu- ja vapaa-ajan sektorirajojen.

Yhdessä kouluterveyshuollon sekä opetustoimen kanssa on kehitetty mm. EasySport-Startti - palvelumalli, jonka puitteissa alakoululaisten lasten perheille tarjotaan mahdollisuus osallistua ilmaiseen ryhmämuotoiseen painonhallintainterventioon, mikäli lapsen painon kehitys herättää huolta. Liikuntapalvelut ovat lisäksi kohdentaneet koulupäivän yhteydessä järjestettäviä palveluita liikunnallisen syrjäytymisen riskissä oleville oppilaille, kuten pidennetyn oppivelvollisuuden sekä nivelluokkien oppilaat. Liikuntapalveluiden liikunnanohjaajaa voi tarvittaessa hyödyntää apuna myös alakoulun Move!-mittausten toteuttamisessa. Yhteistyölle on olemassa luontevat puitteet etenkin soveltavia mittauksia edellyttävien ryhmien osalta.

KouluPT-toimintamalli

Toimialarajat ylittävää yhteistyötä tehdään myös Move!-mittauksiin kytketyssä KouluPT-pilotissa. Palvelun kehittämistyö käynnistyi vuoden 2017 alussa, ja sen tarkoituksena on tarjota henkilökohtaista liikuntaneuvontaa ja ohjausta niille yläkoulun oppilaille, joiden fyysinen toimintakyky tai liikuntataidot tuntuvat riittämättömiltä. Move!-mittauksen tulos voi olla yksi syy harkita KouluPT-toimintaan osallistumista. Aloite KouluPT:n tapaamisesta voi tulla koulun henkilökunnalta, kouluterveydenhoitajalta, oppilaan vanhemmalta tai oppilaalta itseltään. Palvelun kehittämiseksi rakennetaan parhaillaan toimivaa palveluohjausketjua kouluterveydenhuollon ja liikuntapalvelun välille.

Lapsen toiminnallinen päivä - koko kaupunki oppimisen ympäristönä

Kasvatuksen ja koulutuksen toimialan kehittämissyksikössä on käynnistetty yhteistyö Kulttuuri- ja vapaa-ajan toimialan kanssa lapsen toiminnallisen päivän edistämiseksi. Yhteistyön tiimoilta on järjestetty ensimmäinen seminaari, ja sen innoittamana hyviä käytäntöjä ja yhteistä työtä tullaan jatkossakin kehittämään systemaattisesti. Tämäkin foorumi voisi jatkossa edistää myös Move!-mittauskäytäntöihin liittyvää vuoropuhelua.

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmatyö

Konkreettisten palvelumallien lisäksi Helsingissä on kehitetty hallintokuntien yhteistyönä lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmatyöhön liittyvää hyvinvointikertomusta. Move!-mittauksista syntyvää seurantatietoa koululaisten fyysisestä toimintakyvystä tullaan hyödyntämään myös hyvinvoinnin indikaattorina. Lisäksi indikaattoriksi on valittu kouluterveyskyselystä kertyvä data liikuntasuosituksen toteutumisesta, ja valtakunnalliseen Liitu-tutkimukseen liittyvän laajennetun otannan kautta saadaan seurantatietoa myös objektiivisesti mitatusta liikunta-aktiivisuudesta. Näiden lisäksi seurataan liikuntaseuroissa liikkuvien lasten määrän kehittymistä.

Kehitettävääkin riittää

Move!-mittausjärjestelmän kehittämisen mahdollistavassa moniammatillisessa yhteistyössä on myös vielä paljon kehittämisen varaa. Haasteita riittää mm. mittausten tekemisen sekä kouluterveydenhuollon laajojen terveystarkastusten onnistuneessa ajoittamisessa. Tällä hetkellä tulokset eivät aina välity terveydenhoitajille oikea-aikaisesti, ja mittaustulosten siirtymisessä on muutenkin kehitettävää. Tiedonsiirto paperilomakkeella on koettu kömpelöksi, ja sähköistä tiedonsiirtojärjestelmää on toivottu myös opettajien ja terveydenhoitajien väliseen tiedon siirtämiseen. Opettajien sekä terveydenhoitajien välistä vuoropuhelua olisi hyvä lisätä, jotta mittausten mahdollisuudet tulisivat täysimääräisesti hyödynnettyä. Move!-mittausten toteuttaminen pitäisi jatkossa tulla mainituksi myös oppilashuollon koulukohtaisissa suunnitelmissa.

Tytti Soini, liikunnansuunnittelija Helsingin kaupungin liikuntapalvelut
tytti.soini@hel.fi, 09 310 87941, 040-1621154