



## **Resultatet i Move!-uppföljningssystemet för fysisk funktionsförmåga 2022**

Move! är ett uppföljnings- och responssystem som används för att mäta den fysiska funktionsförmågan hos elever i årskurs fem och åtta i den grundläggande utbildningen. Syftet är att uppmuntra barn och unga att ta hand om sin egen hälsa och välfärd. I Move!-systemet kombineras pedagogik, främjande av välbefinnande och ledning genom information.

### **Move!-mätningarna och resultatklasser**

I Move!-mätningarna avses med fysisk funktionsförmåga kroppens förmåga att klara av uppgifter som kräver fysisk ansträngning och att uppnå uppställda mål. Fysiska uppgifter i elevernas vardag inkluderar till exempel förmågan att ta sig till skolan för egen maskin och att lyfta och bära sin egen skol- och hobbyutrustning. Andra uppgifter som kräver fysisk ansträngning i vardagen är förmågan att röra sig i trafiken, i olika slags terrängar och på olika underlag samt att iaktta omgivningen och reagera på olika situationer. Det är också viktigt att förebygga skadeverkningar av en stillasittande livsstil och att upprätthålla en normal anatomisk rörlighet.

Med Move!-systemet mäts elevernas fysiska egenskaper, det vill säga deras uthållighet, snabbhet, styrka och rörlighet. Dessutom mäts elevernas motoriska grundfärdigheter och perceptionsmotoriska färdigheter. Resultaten rapporteras för flickor och pojkar i årskurs fem och åtta. I rapporten presenteras procentuella andelar av eleverna i de olika referenskategorierna, medianresultaten och fördelningen av resultaten. Hösten 2022 rapporterades uppgifter för cirka 107 000 elever i hela landet. Av dessa genomförde 620 elever mätningen i anpassad form.

Move!-resultaten delas in i tre resultatklasser som symboliseras med varsin smiley.

- I den högsta resultatklassen är mätresultaten på en nivå som främjar hälsa och välbefinnande. Elevens fysiska funktionsförmåga främjar hans fysiska, psykiska och sociala välbefinnande.
- I den mellersta resultatklassen är mätresultaten på en nivå som upprätthåller hälsan och välbefinnandet. Elevens fysiska funktionsförmåga upprätthåller hans fysiska, psykiska och sociala välbefinnande.
- I den lägsta resultatklassen är mätresultaten eventuellt på en nivå som tär på eller stör hälsan och välbefinnandet. Eleven kan ha svårt att klara av de vardagliga sysslorna utan att bli trött.

## Nyttan med mätresultaten

### Eleven och familjen

Eleven får information och respons angående sin fysiska funktionsförmåga samt uppmuntran och tips för hur den kan utvecklas. Elevens vårdnadshavare får information om hur det står till med barnets fysiska funktionsförmåga och vad de bör uppmärksamma.

### Skolhälsovården

Skolhälsovårdaren och skolläkaren får information om elevens fysiska funktionsförmåga. De kan utnyttja uppgifterna inom ramen för de omfattande hälsoundersökningarna där man diskuterar barnets ork, välbefinnande och faktorer som stöder eller försvårar lärandet. Move!-resultaten överförs till skolhälsovården med vårdnadshavarens tillstånd.

### Lärarna och skolgemenskapen

Lärarna och skolan får information om vilka delområden inom den fysiska funktionsförmågan de ska fokusera på när undervisningen planeras. Resultaten kan behandlas till exempel på föräldramöten och som en del av undervisningen i olika läroämnen, mångvetenskapliga lärandehelheter och mångsidig kompetens. Elever som behöver stöd kan erbjudas till exempel klubbverksamhet eller andra stödåtgärder för att utveckla den fysiska funktionsförmågan.

### Nationellt, i kommunen och i landskapet

Move!-mätningarna ger information till beslutsfattare på nationell nivå, kommunnivå och landskapsnivå. Med hjälp av informationen är det möjligt utveckla och följa upp den nationella idrotts- och hälsopolitiken och kommunernas hälsofrämjande åtgärder.

## Centrala iakttagelser gällande Move!-mätresultaten hösten 2022

### Uthållighet

I mätavsnittet springer eleven fram och tillbaka på en 20 meters sträcka till tempot på en ljudinspelning som hela tiden accelererar. Resultatet är den tid eleven totalt orkar springa i angiven takt.

Uthålligheten bland flickor i årskurs fem har försämrats något jämfört med året innan, medan resultaten för pojkar i årskurs åtta har blivit aningen bättre. På det hela taget är ändringarna små. Resultaten visar att uthålligheten hos en stor del av eleverna är på en nivå som eventuellt stör hälsan och funktionsförmågan. Dessa elever kan ha svårigheter med att klara av vardagssysslorna utan att bli trötta. Medianresultatet för flickor i årskurs fem var 3 minuter 37 sekunder och för pojkar 4 minuter 26 sekunder. För flickor i årskurs åtta var medianresultatet 4 minuter 12 sekunder och för pojkar 5 minuter 47 sekunder.

## Motoriska färdigheter

I 5-steg utan ansats tar eleven sammanlagt fem hoppsteg så att den första avstampen görs jämfota och därefter växelvis. Resultatet är avståndet från den första avstampen till nedslagsplatsen.

Resultaten i 5-steg utan ansats har försämrats något bland flickor och pojkar i årskurs fem och bland flickor i årskurs åtta. Medianresultatet i årskurs fem var 7,64 meter för flickor och 7,73 meter för pojkar. I årskurs åtta var medianresultatet 8,6 meter för flickor och 9,52 meter för pojkar.

Vid kast med lyra ska eleven kasta en tennisboll 20 gånger mot en kvadrat som markerats på väggen och därefter fånga bollen efter en golvstuds. Eleven får röra sig över kastlinjen när hen fångar bollen. Resultatet är antalet lyckade prestationer.

Enligt resultaten har det inte skett några ändringar i kast med lyra jämfört med förra året. I årskurs fem var medianresultatet för flickor 10 repetitioner och för pojkar 13 repetitioner. Medianresultatet i årskurs åtta var 14 repetitioner för flickor och 15 repetitioner för pojkar.

## Bålens muskelstyrka och uthållighet

I mätavsnittet ligger eleven på rygg med böjda knän och armarna utsträckta längs sidorna. I denna position ska eleven i takt med ljudinspelningen utföra så många situps som möjligt så att fingrarna glider till den andra kanten av mätningstremsan. Resultatet är antalet korrekt utförda situps (maximalt 75 repetitioner).

Enligt resultaten har bålmuskelstyrkan delvis förbättrats bland pojkar i årskurs fem men försämrats bland flickor i årskurs åtta. Medianresultatet i årskurs fem var 28 repetitioner för både flickor och pojkar. I årskurs åtta var medianresultatet för flickor 32 repetitioner och för pojkar 40 repetitioner.

## Muskelstyrkan i överkroppen

I mätavsnittet utför eleverna så många armpessar som möjligt under 60 sekunder. På basis av resultatet har det inte skett några ändringar i styrkan eller uthålligheten i överkroppen hos femteklassare jämfört med föregående år. I årskurs åtta har pojkarnas resultat blivit något bättre medan flickornas resultat har försämrats. I årskurs fem var medianresultatet för flickor 24 repetitioner och för pojkar 17 repetitioner. I årskurs åtta var medianresultatet för flickor 25 repetitioner och för pojkar 23 repetitioner.

## Rörlighet

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

höftpartiet samt rörligheten i de övre extremiteterna och skulderpartiet. Resultaten rapporteras som den procentuella andelen lyckade prestationer.

Rörligheten för pojkar i årskurs fem och flickor i årskurs åtta har försämrats en aning i förhållande till föregående år. För flickor i årskurs fem och pojkar i årskurs åtta har resultaten däremot blivit lite bättre. Flickorna har ändå avsevärt bättre rörlighet än pojkarna.

### **Resultaten varierar regionvis**

Move!-resultaten rapporteras välfärdsområdesvis och av dem framgår regionala variationer. Till exempel i Västra Nylands och Norra Österbottens välfärdsområden är de sammanlagda resultaten för den fysiska funktionsförmågan bättre än de nationella resultaten i fråga om både flickor och pojkar i årskurs fem och åtta. I Helsingfors är de sammanlagda resultaten betydligt bättre än de nationella resultaten, särskilt i fråga om pojkar.

Resultaten i välfärdsområdena Egentliga Tavastland, Päijänne-Tavastland, Mellersta Österbotten och Lappland är svagare än resultaten i hela landet i fråga om både flickor och pojkar i årskurs fem och åtta.

### **Mer information om resultaten på nationell och regional nivå och om Move!-systemet**

Mer information om Move!-systemet och Move!-resultaten hösten 2022 fås per telefon eller e-post av:

- Mikko Huhtiniemi, utvecklingschef, mikko.huhtiniemi@jyu.fi, tfn 040 805 3945
- Matti Pietilä, undervisningsråd, matti.pietila@oph.fi, tfn 0295 331 172
- Minttu Korsberg, generalsekreterare, minttu.korsberg@gov.fi, tfn 0295 330 018