

**Lausunto liikunnallisen elämäntavan edistämisestä**

Tampereen nuorisovaltuustolta on pyydetty lausuntoa perusopetussuunnitelman muutoksiin. uudessa perusopetussuunnitelmassa on lisättyä liikunnallisen elämäntavan edistäminen.

Lapset ja nuoret liikkuvat yhä vähemmän ja tilanne menee koko ajan vain huolestuttavampaan suuntaan. On tärkeää, että kaupunki toimillaan ottaa osaa, jotta lapset saadaan liikkumaan.

Luonnoksessa on mielestämme hyvää se, että liikuntaa pyritään lisäämään kaikkeen opetukseen. Lapset ja nuoret istuvat päivisin niin paljon, joten on tärkeää, että opetuksen avulla sitä pystytään tauottamaan. Lisäksi erilaiset pedagogiset ratkaisut edistävät oppimista ja lisäävät mielenkiintoa opittavaan asiaan.

Mielestämme liikunnallisuuden lisäämisen lisäksi olisi tärkeää puhua liikunnasta sekä sen hyödyistä niin fyysiselle kuin psyykkiselle kunnolle. Lisäksi voisi luoda esimerkiksi erilaisia liikunnallisia tapahtumapäiviä, joihin oppilaat osallistuisivat.

Tampereen nuorisovaltuusto tukee liikunnallisen elämäntavan edistämistä lisänä Tampereen kaupungin perusopetussuunnitelmaa.

Hyväksytty nuorisovaltuuston kokouksessa 23.4.2026

Lisätietoja:

Tampereen nuorisovaltuusto

[nuorisovaltuusto@tampere.fi](mailto:nuorisovaltuusto@tampere.fi)

[www.tampere.fi/nuorisovaltuusto](http://www.tampere.fi/nuorisovaltuusto)