

Lausunto: valtuustoaloite lasten ja nuorten liikkumisen lisäämiseksi koulu- ja opiskelupäivän aikana

Lasten ajatuksia valtuustoaloitteeseen liittyen on kerätty lasten parlamentin hallituksen jäseniltä ja alueellisten parlamenttien osallistujilta. Lausunnon kasaamisessa on ollut tukena nuoriso-ohjaaja.

Lasten parlamentin kommentit:

- Liikkuminen ja happihypyt ulkona välitunneilla koulupäivän aikana on tärkeää.
- Lapset ajattelevat, että kyseessä on hyvä, järkevä ja kannatettava aloite.
- Välitunneilla tulisi olla myös aikaa levolle ja opiskelulle.
- Välitunneilla tulisi olla mahdollisuus myös luovalle tekemiselle (esim. piirtely) tai lukemiselle.
- Myös liikuntatuntien sisältöjä tule kehittää, vaihtoehtoisia sisältöjä. Lapset saavat osallistua sisältöjen suunnitteluun tai äänestää tekemisestä.
- Ohjattu välituntitoiminta oppilaiden (koulukummit, kummioppilaat, välkkärit tms.) tai ohjaavien aikuisten (esim. opettaja, kouluvalmentaja) johdolla on tärkeää. Sillä luodaan mahdollisuuksia aktiivisuudelle välituntien aikana.

Hallitus ja alueelliset työskentelivät pienryhmissä keskustellen ja tehden muistiinpanoja valtuustoaloitteeseen liittyen. Vastausten koonnissa on hyödynnetty tekoälyä (Microsoft Copilot).

Ryhmissä lapset pohtivat ideoita ja näkökulmia valtuustoaloitteen ehdotuksen 2. kohtaa.

”2. Lisätään koulun arkeen liikunnallisia ratkaisuja, kuten:

- *Aktiiviset välitunnit, otetaan koululaiset ja opiskelijat mukaan kehittämään ja toteuttamaan välituntitoimintaa, esimerkiksi koulukummit.*
- *Kehitetään vaihteittain koulujen pihoja, välituntialueita ja sisätiloja entisestään liikkumiselle aktiiviseksi, esimerkiksi leuanvetotangot, tasapainolaudat.*
- *Lisätään oppitunneille toiminnallisia tehtäviä, taukoliikuntaa, mahdollisuus opiskella tunnilla seisten, venyttellen tai luokassa liikkuen”.*

Lasten vastauksissa nousi esille kolme kokonaisuutta:

1. Koulun pihat ja ulkotilat

Oppilaat toivovat ulkoalueista monipuolisempia, turvallisia ja liikuntaan rohkaisevia.

Keskeiset kehitystarpeet:

- Sorakenttien muuttaminen nurmikentiksi ja kenttien yleinen parantaminen.
- Isommat ja paremmat pallokentät (jalkapallo, koripallo, juoksurata).
- Lisää kiipeilytelineitä, leuanvetotankoja ja ulkosalilaitteita.
- Pihaan maalatut pelialueet ja toimintapisteet.
- Mahdollisuuksien mukaan pihojen laajentaminen.

2. Välituntitoiminta

Oppilaat haluavat välitunneista aktiivisempia ja monipuolisempia, myös talviaikaan.

Keskeiset toiveet:

- Lisää sisävälitunteja, erityisesti kylmällä säällä.
- Ohjattua toimintaa: välkkärit, koulukummit, aikuiset.
- Monipuoliset pelit (polttopallo, kaupunkisota, ryhmäpelit).
- Välkkälainaamo välineiden saamista varten.
- Kummitoiminnan laajentaminen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen.

3. Toiminnallisuus oppitunneilla

Oppilaat toivovat selkeää siirtymää kohti aktiivisempaa oppimista ja istumisen vähentämistä.

Keskeiset ehdotukset:

- Lyhyet liikuntatauot oppituntien aikana (taukojumppa, venyttely).
- Mahdollisuus tehdä tehtäviä seisten tai kevyessä liikkeessä → vaatii erilaisia pöytiä.
- Toiminnalliset ja pelilliset oppimistehtävät (liikuntanoppa, ryhmäliikeharjoitukset).
- Luokkiin seisomapöytiä, jumppapalloja ja pieniä liikuntanurkkauksia.
- Tuplatuonneille ulkoilutauot ja happihyppelyt.

Lausunto on hyväksytty lasten parlamentin hallituksen kokouksessa 22.4.2026.

Lisätietoja:

Tampereen lasten parlamentti

teemu.illikainen@tampere.fi