

Lämpimästi tervetuloa "Yhteisöllinen opiskeluhuolto ammatillisessa koulutuksessa - liikkumisen edistäminen osana yhteisöllistä opiskeluhuolto" -webinaarisarjaan 2/3

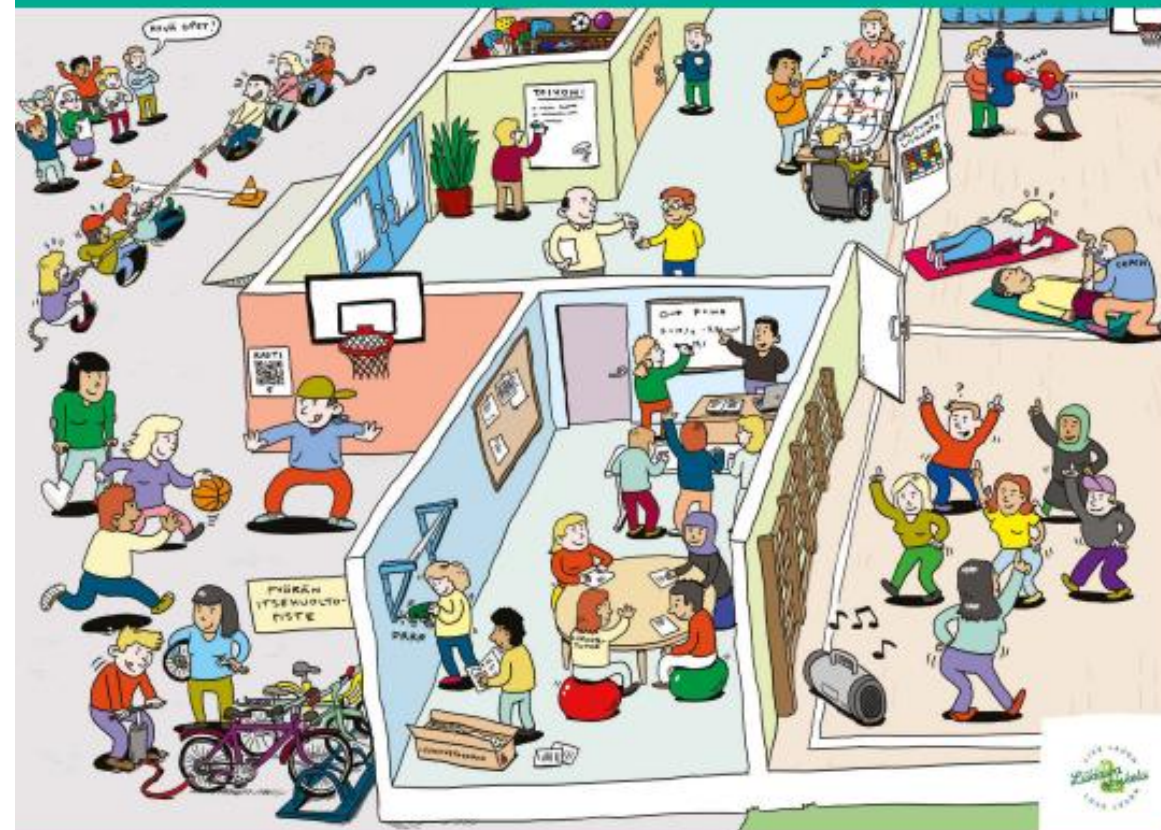


Ohjelma torstaina 6.11.2025 kl 14.30-16

- Pekka Tiitinen, Liikkuva opiskelu: **Liikkuvan opiskelun työkalut yhteisölliseen opiskeluhuoltotyöhön**
- Mia Vartiainen, Opetushallitus: **Yhteisöllisen työn resurssointi ja työnjako**
- Niko Leppä, Spesia: **Koulutuksen järjestäjän opiskeluhuoltosuunnitelman tavoitteet ja liikkumista lisäävien työkalujen hyödyntäminen**
- Ryhmätyöskentely: **Konkreettiset kirjaukset koulutuksen järjestäjän opiskeluhuoltosuunnitelmassa – tavoitteista toimenpiteiksi**
- **Yhteinen keskustelu ja purku**

”Yhdessä liikkeelle” Hyvinvointia ja liikettä toisen asteen oppilaitoksille ja korkeakouluille opas

[Linkki pikaoppaaseen](#)



Yhdessä liikkeelle

Hyvinvointia ja liikettä toisen asteen oppilaitoksille ja korkeakouluille

Eeva Aartolahti, Aino Alaverdyan, Pekka Tiitinen

Opetushallitus

6.11.2025

Koulutuksen järjestäjän opiskelu- huoltosuunnitelman sisältö (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki, 2013, 13 §)	Liikkumisen edistämisen huomiot kirjauksissa	Tietolähteitä ja pidemmän aikavälin arvioinnin indikaattoreita (Sotkanet indikaattorinumero)
1. Arvio opiskeluhoollon kokonaistarpeesta ja käytettävissä olevista opiskelu- huoltopalveluista	- Huomioidaan opiskelijoiden liikkumisen tarpeet ja arvioidaan, minkälaista liikkumisen tukea opiskelijat tarvitsevat heidän hyvinvointinsa ylläpitämiseksi ja edistämiseksi. - Arvioinnissa huomioidaan myös soveltavan liikkumisen tarpeet ja tuki, sekä maahanmuuttotaustaisten liikkumisen tuen tarpeet (Vartiainen & Jauhola, 2025, s. 21). - Opiskeluhooltopalvelujen kuvauksessa otetaan huomioon myös liikkumisen ja hyvinvoinnin puheeksi ottaminen sekä liikuntaneuvonnan tarjoaminen/palveluketju.	<u>Kouluterveyskysely:</u> - Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (3924) - Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (3939) (Sotkanet, ei pvm.)
2. Oppilaitosyhteisön toimenpiteet yhteisöllisen opiskeluhoollon edistämiseksi ja tarvittavien tukitoimien järjestämiseksi	- Tarjotaan monipuolisia liikuntapalveluja ja luodaan liikkumista tukeva oppimisympäristö kaikille opiskelijoille. - Toteutetaan yhteisöllisiä matalan kynnyksen liikkumista ja hyvinvointia tukevia toimia, tapahtumia ja ohjelmia, jotka edistävät yhteenkuuluvuuden tunnetta ja ehkäisevät ongelmia oppimisyhteisössä. - Huomioidaan pedagogiset ratkaisut osana yhteisöllisen oppimisen toimenpiteitä, esimerkiksi toiminnallinen oppiminen. - Kuvataan eri liikkumista edistävät käytössä olevat yhteisöllisen opiskeluhoollon toimintatavat ja -mallit, esim. Liikkuva opiskelu -toiminta, Työkykypassi, liikunta ja liikkuminen osana opiskelua ja henkilöstön osaamisen kehittäminen (Vartiainen & Jauhola, 2025, s. 26)	<u>Kouluterveyskysely:</u> - Ei koe olevansa tärkeä osa koulu eikä luokkayhteisöä, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (4704) - Ei koe olevansa tärkeä osa koulu- eikä luokkayhteisöä, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (4705) - Ongelmia oppimisyhteisön ilmapiirissä, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. opiskelijoista (4752) - Ongelmia oppimisyhteisön ilmapiirissä, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (4753) <u>TEAviisari:</u> Ammatillinen koulutus/Lukiokoulutus: - Koulupäivän liikuntaa lisäävät toimenpiteet, - Sisäliikuntatiloja hyödynnetään liikuntatuntien ulkopuolella opiskelupäivän aikana, - Toimipisteessä edistetään opiskelumatkojen fyysisesti aktiivista kulkemista, - Opiskelijoille järjestetään yksilöllistä neuvontaa liikkumisen tueksi, - Opiskelijoita koulutetaan vertaisohjaajiksi liikkumisen tueksi, - Opiskeluterveydenhuollon kanssa tehdään yhteistyötä opiskelijoiden liikkumisen edistämiseksi, - Opetuksessa hyödynnetään liikkumista ja toiminnallista oppimista (THL, ei pvm.)

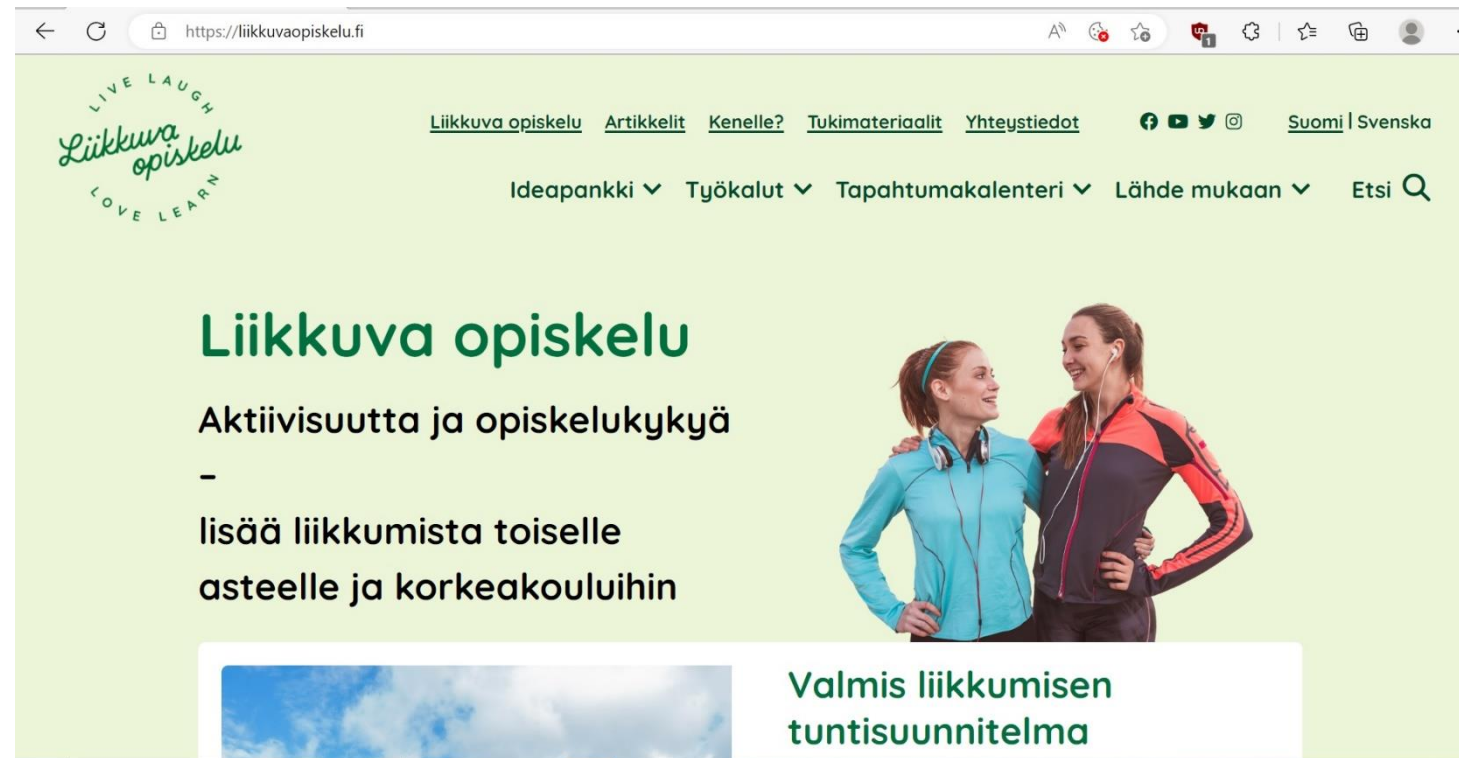
3. Yhteistyön järjestäminen opiskelijoiden ja heidän perheidensä sekä oppilaitoksessa työskentelevien ja muiden opiskelijoiden hyvinvointia tukevien tahojen kanssa	• Suunnitellaan yhdessä opiskelijoiden, heidän perheidensä ja muiden hyvinvointia tukevien tahojen, esim. liikuntaseurojen, järjestöjen, nuorisotoimen, kanssa kynnyksettömiä liikkumista tukevia toimia, tapahtumia ja ohjelmia. • Tarjotaan opiskelijoiden liikuntaneuvontaa yhteistyössä hyvinvointi- ja liikuntapalveluja tarjoavien tahojen kanssa osana kunnan liikuntaneuvonnan palveluketjua.	<u>Liikunta kunnan toiminnassa –tiedonkeruu:</u> • Lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuutta raportoidaan vuosittain kunnan hyvinvointikertomuksessa tai vastaavassa kertomuksessa (5323), • Kunta kutsuu säännöllisesti koolle liikuntaseurojen ja yhdistysten yhteiskokouksen (5321), • Kunnassa järjestetään kohdennettuja liikkumisryhmiä liikuntaseuratoiminnan ulkopuolella oleville lapsille ja nuorille (5327), • Kunnassa toimii liikunnan edistämistä käsittelevä poikkihallinnollinen työryhmä (5328), • Kunnassa toimii liikuntaneuvonnan palveluketju (5470). (Sotkanet, ei pvm.)
4. Suunnitelma opiskelijoiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä sekä toimenpiteet opiskelijoiden terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi	• Huomioidaan opiskeluyhteisön yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistaminen liikkumisen keinoin osana väkivallan, kiusaamisen ja häirinnän ehkäisyn suunnitelmaa. • Huomioidaan liikkumisen tukemisen toimet osana opiskelijoiden terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen toimenpiteitä.	<u>Kouluterveyskysely:</u> • Kokenut syrjivää kiusaamista koulussa tai vapaa-ajalla, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (4776), • Kokenut syrjivää kiusaamista koulussa tai vapaa-ajalla, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (4777), • Kokenut syrjintää koulussa tai vapaa-ajalla, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (3243), • Kokenut syrjintää koulussa tai vapaa-ajalla, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (3242), • Osallistunut koulukiusaamiseen vähintään kerran viikossa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (383), • Osallistunut koulukiusaamiseen vähintään kerran viikossa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (376) • (Sotkanet, ei pvm.)
Huomio: Nykytilan arvioinnista saadut oppilaitoskohtaiset tulokset on hyvä huomioida koulutuksen järjestäjien opiskeluhuoltosuunnitelmien valmistelussa.		

Liikkumisen edistämisen tavoite (mukautettu Tiitinen, 2023)	Liikkumisen edistämisen toimenpide	Toteutus-aikataulu	Budjettihuomiot	Toimenpide-kohtainen arviointi	Nykytilan arviointi, esimerkkejä vuosittaiseen seurantaan	Koordinointi
Edistää opiskelijoiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja ennaltaehkäistä mielenterveys-ongelmia tarjoamalla monipuolisia liikunta- ja hyvinvointipalveluja	Liikuntaväline-lainaamon perustaminen (Lankia & Nisumaa, ei pvm., s. 6)	Koko lukuvuosi	Välinehankinnat	Lainauskertojen määrä, opiskelijapalaute	<u>Toinen aste:</u> - Opiskelijoille on tarjolla liikunnallisia kerhoja tai opiskelijaliikuntaa. - Opiskelijoiden on mahdollista saada yksilöllistä ohjausta ja neuvontaa liikkumiseen liittyen. - Opetustiloissa on seisomapöytiä tai vaihtoehtoisia istumisen tapoja. - Opetuksessa vähennetään tai katkaistaan istumista ja staattisia työasentoja. - Opetuksessa pidetään liikettä lisääviä taukoja. - Oppilaitoksessa tehdään yhteistyötä Liikkuva opiskelu -toiminnassa muiden ulkopuolisten tahojen kanssa. <u>Korkeakoulu:</u> - Opiskelijoilla on käytettävissä välineitä ja tiloja liikkumiseen opiskelupäivän aikana.	Opiskeluhoolto-ryhmä, liikuntapalvelut
	Liikkumisen ja hyvinvoinnin edistämisen palvelutarjottimen kokoaminen ja julkaiseminen (Nirhamo ym., 2023, s. 56); soveltava liikkuminen, etäopiskelijat huomioiden	Syyslukukausi	Työaika: Liikkumista ja hyvinvointia tukevien palvelujen kokoaminen, verkko- ja intrasivujen päivittäminen/rakentaminen	Opiskelija- ja henkilöstöpalaute		Opiskeluhoolto-ryhmä, liikuntapalvelut
	Liikkumisen ja hyvinvoinnin puheeksi ottaminen erityisesti opiskelijoiden kanssa, kenellä on hyvinvoinnin haasteita, ja tarvittavien tukikeinojen tarjoaminen (Nirhamo ym., 2023, s. 57)	Koko lukuvuosi	Työaika: Puheeksi ottaminen osana kaikkien oppilaitoksissa toimivien työtä; Liikuntaneuvonnan prosessin kuvaaminen ja määrittäminen ja moniammatillinen tarjoaminen: kunta, hyvinvointialue, oppilaitos, opiskelu-terveydenhuolto (Nirhamo & Siekkinen, 2024)	Henkilöstöpalaute		Opiskeluhoolto-ryhmä, opiskeluhoolto- ja hyvinvointipalvelujen ammattilaiset (hoitajat, lääkärit, psykologit, opinto-ohjaajat ja kuraattorit)

Liikkumisen edistämisen tavoite (mukautettu Tiitinen, 2023)	Liikkumisen edistämisen toimenpide	Toteutus-aikataulu	Budjettihuomiot	Toimenpide-kohtainen arviointi	Nykytilan arviointi, esimerkkejä vuosittaiseen seurantaan	Koordinointi
Luoda liikkumista ja opiskelukykyä tukeva opiskeluympäristö	Toiminnallisten opetusmenetelmien hyvien käytänteiden kokoaminen ja jakaminen	Syyslukukausi		Toiminnallisten opetusmenetelmien hyvät käytänteet kooste	- Opiskelijoiden on mahdollista saada yksilöllistä ohjausta ja neuvontaa liikkumiseen liittyen. - Korkeakoulumme oppimisympäristöt on suunniteltu siten, että seisten ja istuen työskentely sekä työskentelyasentojen vaihtaminen on helppoa ja luontevaa. - Korkeakoulumme opetushenkilökuntaa on ohjeistettu tavoittamaan opiskelijoiden istumista vähintään 45 minuutin välein. - Opetuksessa käytetään opiskelijoita aktivoivia opetusmenetelmiä, joilla tauotetaan paikallaanoloa. - Liikkumista edistävässä ja paikallaanoloa tavoittavassa toiminnassa tehdään yhteistyötä ulkopuolisten tahojen kanssa.	Opettajien kokoukset ja kehittämisspäivät, opiskeluhuolto-ryhmä
	Toiminnallisen opetuksen menetelmien ja aktivoivien taukojen hyödyntäminen (Nirhamo ym., 2023, ss. 12–13), huomioiden etäopetus	Koko lukuvuosi	Pedagoginen päätös toimintakulttuurin muuttamiseksi (kustannusvapaa)	Opiskelija- ja henkilöstöpalaute, esim. jaksopalautteen yhteydessä		Oppilas- ja opiskelijakuntien työryhmät, opettajien kokoukset ja kehittämisspäivät, opiskeluhuolto-ryhmä
Vahvistaa opiskelijoiden yhteisöllisyyttä ja osallisuutta	Toteuttaa opiskelijoiden ja paikallisten nuoriso- ja liikuntatoimijoiden kanssa hyvinvointitapahtuma (Nirhamo ym., 2023, ss. 44–45)	Kevätlukukausi	Ohjaavan opettajan työaika, opiskelijoiden työaika osaksi opintoja tai tutortoimintaa, tapahtumakulut	Tapahtuman palaute		Oppilas- ja opiskelijakuntien työryhmät, opiskeluhuolto-ryhmä
	Opiskelijoiden vertaistoiminnan toteuttaminen liikkumisen ja hyvinvoinnin edistämiseksi opiskelija- tai ylioppilaskunnan kanssa (Nirhamo ym., 2023, ss. 38–39), huomioiden etäryhmät	Koko lukuvuosi	Oppilaitoksen henkilöstön vastuuhenkilön työaika, toiminnan mahdolliset kulut	Opiskelijapalaute, vertaistoiminnan raportti		Oppilas- ja opiskelijakuntien työryhmät, opiskeluhuolto-ryhmä/ opiskeluhuolto- ja hyvinvointipalvelujen ammattilaiset

Liikkuvaopiskelu.fi

- Lähde mukaan
- Liikkuvan opiskelun ABC
- Tukimateriaali
- Ideapankki - Liikkuva opiskelu
- Nykytilan arviointi
- Palvelut kohderyhmille



Liikuntaneuvonta
opiskelijoiden
hyvinvoinnin tukena
-Pikaopas-



Liikuntaneuvonta
opiskelijoiden
hyvinvoinnin tukena
-Pikaopas-



ITSEARVIOINNISTA OIVALLUKSIIN – liikunnallisen toimintakulttuurin kehittäminen



ITSEARVIOINNISTA OIVALLUKSIIN

*– liikunnallisen
toimintakulttuurin
kehittäminen*



Nykytilan arvioinnin hyödyt

Liikkuvan opiskelun Nykytilan arviointi oppilaitoksille on maksuton, helppokäyttöinen ja visuaalinen työkalu, joka auttaa oppilaitoksia kehittämään liikettä, hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä tukevia käytäntöjä – yhdessä.

Kehittämisen kompassi

Arviointi tarjoaa selkeän kuvan siitä, missä mennään nyt ja mihin suuntaan kannattaa kulkea. Se auttaa tunnistamaan vahvuudet ja kehittämiskohteet neljällä keskeisellä osa-alueella:

- Toiminnan organisointi
- Opetus
- Oppilaitos
- Yhteistyö

Yhdessä tekeminen vahvistuu

Arviointi kannustaa moniammatilliseen yhteistyöhön – opiskelijat, opettajat, johto ja opiskeluhoollon ammattilaiset rakentavat yhdessä liikkuvaa ja hyvinvoivaa arkea. Tämä tukee myös yhteisöllisen opiskeluhoollon tavoitteita konkreettisesti.

Uudet näkökulmat ja systemaattisuus

Arviointi tuo esiin uusia näkökulmia ja auttaa näkemään arjen pienetkin teot merkityksellisinä. Se tuo toimintaan systemaattisuutta, mahdollistaa vaikutusten seuraamisen ja tekee kehityksestä näkyvää.

Visuaaliset tulokset ja jatkuva kehitys

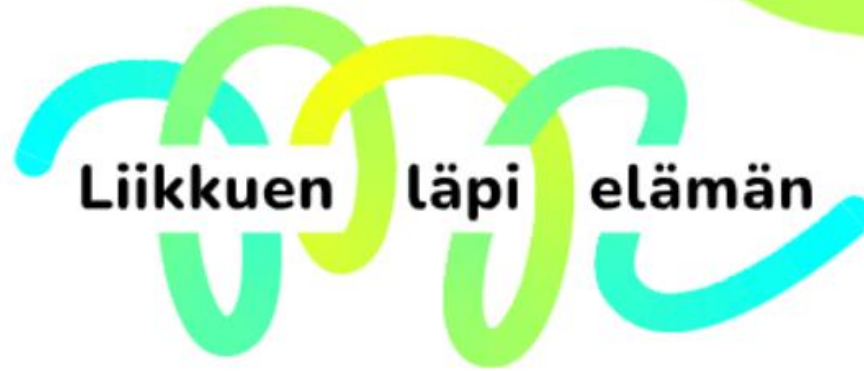
Tulokset esitetään visuaalisesti, ja niitä voi hyödyntää esimerkiksi lukuvuosittain – näin kehitystä voi seurata ja juhlistaa onnistumisia. Työkalu toimii myös perustana hyvinvointi- ja opiskeluhoollon suunnitelmien päivitykselle.

Yhdessä • Kohtaaminen
Palkitseminen • Yhteisöllisyys
Rikkaus • Viestintä • Pienet asiat
Uudet näkökulmat • Seuranta
Systemaattisuus • Vaikutukset

Liikkuva opiskelu tukee vahvasti yhteisöllistä opiskeluhoolltoa, sillä sen toimenpiteet edistävät opiskelijoiden hyvinvointia, osallisuutta ja turvallista opiskeluympäristöä.



liikkuvaopiskelu.fi/nykytilan-arviointi



Save the date

Seuraava seminaari:

21.-22.4.2026 Sibeliusallossa, Lahdessa!

6.11.2025

Opetushallitus



**LIKKUVA
PERHE**



**LIKKUVA
AIKUINEN**

IKILIKKUJA
LISÄÄ VOIMAA VUOSIIN

**Yhteisöllinen opiskeluhuolto
on meidän kaikkien
yhteinen asia**



Yhteisöllisen opiskeluhuollon käsite vaatii avaamista ja selkiyttämistä

- Yhteisöllinen opiskeluhuolto ei tarkoita ainoastaan yhteisöllisen opiskeluhuoltoryhmän toimintaa tai hyvinvointiin liittyviä teemapäiviä, vaan se on kaikkea sitä toimintaa ja toimintakulttuuria, jolla edistetään koko oppilaitosyhteisössä opiskelijoiden oppimista, hyvinvointia, terveyttä, sosiaalista vastuullisuutta, vuorovaikutusta ja osallisuutta sekä opiskeluympäristön terveellisyyttä, turvallisuutta ja esteettömyyttä. (Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki (1287/2013), 4 § Yhteisöllinen opiskeluhuolto)
- Yhteisöllinen opiskeluhuolto- ja hyvinvointityö vaatii oppilaitoksissa yhteistä keskustelua, yhteisiin tavoitteisiin ja toimintamalleihin sitoutumista sekä koko henkilöstön, opiskeluhuoltopalveluiden ammattilaisten, opiskelijoiden ja huoltajien osallistamista tähän työhön.

Opettajien, muun henkilöstön, opiskelijoiden ja huoltajien rooli yhteisöllisessä opiskeluhuollossa

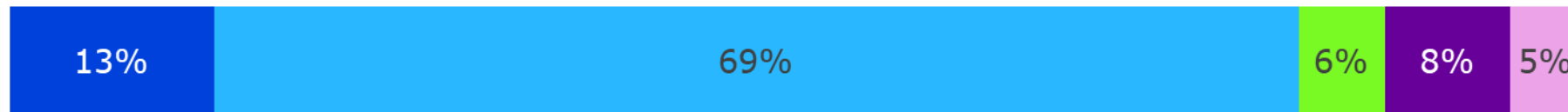
- Opettajien ja muun henkilöstön roolin vahvistaminen yhteisöllisessä opiskeluhuollossa vaatii toimenpiteitä; tällä hetkellä esimerkiksi monialaisissa oppilaitoskohtaisissa opiskeluhuoltoryhmissä saattaa opettajien edustus puuttua täysin.
- Opiskelijajärjestöjen (2024) kanta on, että yhteisöllinen opiskeluhuolto on keskeinen opiskelijoiden hyvinvointia, osallisuutta ja kiinnittymistä tukevana elementti. Keskeisenä yhteisöllisen opiskeluhuollon muotona opiskelijajärjestöt näkevät opiskelijakuntatoiminnan kehittämisen.
- Opiskelijajärjestöjen mukaan opiskelijoiden osallisuus oppilaitosten hyvinvointityöhön vaihtelee merkittävästi koulutuksen järjestäjien, oppilaitosten ja toimipisteiden välillä.
- Opiskelijoiden ja erityisesti huoltajien osallisuutta yhteisöllisessä opiskeluhuoltotyössä tulee vahvistaa.

Opiskeluhoitopalvelujen ammattilaisten rooli yhteisöllisessä opiskeluhoollossa

- Opiskeluhoollon työn painopiste ei tällä hetkellä ole lain mukaisesti ennaltaehkäisevässä ja yhteisöllisessä työssä, vaan yksilökohtainen ja korjaava työ korostuu.
- Opiskeluhoitopalveluissa on resurssipulaa erityisesti psykologeista ja lääkäreistä. Erityisesti lääkäri- ja psykologipalveluja toteutetaan myös oppilaitosten ulkopuolella kuten terveysasemilla, keskitetyissä opiskeluhoitopalvelujen tiloissa, yksityisen palveluntuottajan toimipisteissä tai etänä.
- Opiskeluhoitopalvelujen ammattilaisten työyksiköiden määrä vaikuttaa myös yhteisöllisen opiskeluhoollon toteuttamisen mahdollisuuksiin.
- Kuraattoreilla on yhteisöllisen työn tekemiseen parhaat resurssit ja mahdollisuudet, mutta he ovat arvioineet, että he pystyvät käyttämään yhteisölliseen työhön keskimäärin vain 17 prosenttia työajastaan ammatillisessa koulutuksessa.

Työajan jakautuminen opiskeluhoitopalvelujen ammattilaisten kertomana

- Yhteisöllinen työ (esim. opiskeluhoitoryhmään osallistuminen, työskentely luokassa, teemapäivät, ryhmäyttäminen)
- Työskentely yksittäisen opiskelijan asiassa (asiakastyö ja siihen liittyvä yhteistyö)
- Opiskeluhoollon kehittäminen oppilaitoksessa
- Oman opiskeluhoitotyön tai ammattitaidon kehittäminen ja ylläpito (esim. työnohjaus ja koulutukset)
- Opiskeluhoollon paikallinen ja alueellinen kehittäminen (esim. työryhmät ja sidosryhmäyhteistyö)



Miksi yhteisöllistä opiskeluhuoltoa?



Oppimista, hyvinvointia ja terveyttä tukevat **rakenteet**



Koulutuksen järjestäjän
opiskeluhuoltosuunnitelma

Oppilaitosyhteisön toimenpiteet yhteisöllisen
opiskeluhuollon edistämiseksi
Vuosikello(t)
Toiminnan seuranta ja arviointi



Monialainen oppilaitoskohtainen
opiskeluhuoltoryhmä

Työn tavoitteena on opiskelijan ja yhteisön
oppimisen, hyvinvoinnin, terveyden ja
turvallisuuden edistäminen
Hyvinvointiryhmät



Yhteistyö hyvinvointialueen ja
huoltajien kanssa

Oppilas- ja opiskelijahuoltolaki
Oppivelvollisuuslaki
Laki ammatillisesta koulutuksesta

Ohjelma keskiviikkona 26.11.2025 kl 14.30-16

Vuosikello ja yhteisöllisen opiskeluhuollon seuranta ja arviointi (3/3)

- Mervi Latvala, SEDU: Vuosikello ja yhteisöllisen opiskeluhuollon seuranta ja arviointi
- Yhteenveto ja yhteinen keskustelu