

Suosituksset soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämiseksi 2023–2026

Eriarvoisuudesta yhdenvertaisuuteen

Soveltavan liikunnan koulutus- ja tutkimustyöryhmä loi valtakunnalliset suositukset soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämiseksi vuosille 2023–2026. Soveltavan liikunnan koulutus- ja tutkimusryhmä toimii Liikuntatieteellisen Seuran (LTS) koordinoimana yhteistyössä valtion liikuntaneuvoston kanssa. Lisätietoja työryhmästä löytyy LTS:n verkkosivuilta ([linkki](#)).

Soveltavan liikunnan kentän toimijoilta kysyttiin syksyllä 2022 palautetta aikaisemmista, vuonna 2018 laadituista suosituksista. Tämän pohjalta soveltavan liikunnan koulutus- ja tutkimustyöryhmä työsti suositukset lopulliseen muotoonsa keväällä 2023.

Soveltavan liikunnan ja paraurheilun suositusten tavoitteena on selkiyttää paikallisten, alueellisten ja valtakunnallisten toimijoiden työtä, yhteistyötä ja vastuunjakoa. Taustalla on yhteinen laki- ja arvopohja, kuten perustuslaki, liikuntalaki, yhdenvertaisuuslaki ja YK:n vammaisyleissopimus. Palveluiden suunnittelussa, kehittämisessä ja tutkimuksessa lähtökohtina ovat osallisuus ja yhteistyö. Yhteistyöllä saadaan aikaan enemmän. Se mahdollistaa myös YK:n vammaisyleissopimuksen mukaisen kaksoisstrategian toteutumisen, jossa toimintarajoitteisille henkilöille on tarjolla sekä kohdennettuja että kaikille avoimia liikunta- ja harrastuspalveluita.

Soveltavan liikunnan ja paraurheilun suositukset 2023–2026 ovat kohdennettu kolmelle tasolle: paikallisiksi, alueellisiksi ja valtakunnallisiksi. Paikallisen tason toimijoita ovat kuntien lisäksi yhdistykset (liikunta- ja urheiluseurat sekä muut liikuntatoimintaa järjestävät yhdistykset). Alueellisen tason toimijoita ovat hyvinvointialueet, aluehallintovirastot, oppilaitokset ja liikunnan aluejärjestöt. Valtakunnalliset liikunta- ja urheilujärjestöt toimivat puolestaan lajiensa kattojärjestöinä ja kansalaistoiminnan sateenvarjoina. Paikallisen, alueellisen ja valtakunnallisen tason toimijoihin kuuluvat myös sote-järjestöt (kansanterveys-, potilas- ja vammaisjärjestöt). Lisäksi julkishallinnon valtakunnalliset ja alueelliset toimijat sekä kunnat huolehtivat lainsäädännön toimeenpanosta ja resursseista.

Soveltavan liikunnan ja paraurheilun suosituksissa 2023–2026 on kolme painopistettä:

- 1. Kuntien ja hyvinvointialueiden yhdyspintatyö**
- 2. Koulutus ja osaaminen**
- 3. Tietopohja ja tutkimustoiminta**

Suosituksien neljäs läpileikkaava tema on uuden Soveltavan liikunnan ja paraurheilun sanaston (LTS & Sanastokeskus 2023) mukaisten termien ja käsitteiden käyttö. Sanasto on ladattavissa pdf-muodossa LTS:n verkkosivuilla ([linkki](#)).

1. KUNTIEN JA HYVINVOINTIALUEIDEN YHDYSPINTATYÖ

Suositus 1.1. Kaikilla kunnilla on ajantasainen soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma

- Kunnilla tulee olla riittävä ja ajantasainen tieto kuntien eri hallinnonalojen, yhdistysten ja yritysten palveluiden tarjonnasta soveltavan liikunnan näkökulmasta sekä paikallisten liikuntaolosuhteiden esteettömyydestä ja saavutettavuudesta.
- Kuntien tulee kiinnittää huomiota soveltavasta liikunnasta vastaavan henkilöstön pysyvyyteen ja osaamiseen. Paikallinen palveluiden eriarvoistuminen johtuu resurssi- ja osaamispuutteesta. Kunnissa henkilöstön vaihtuvuudella on vaikutusta toimintatapojen juurtumiseen ja yhteistyöhön.
- Kuntien tulee tukea yhdistysten keskinäistä yhteistyötä soveltavan liikunnan ja paraurheilun kehittämiseksi.

Suositus 1.2. Jokaisella hyvinvointialueella kuvataan kuntoutuksen ja liikunnan palveluketjut

- Hyvinvointialueiden toimintaympäristön kuvauksella selkeytetään kuntien ja hyvinvointialueiden vastuita ja rooleja, parannetaan palveluihin ohjautumista sosiaali- ja terveystieteiden ja kunnan liikuntapalveluiden välillä, edistetään toimintarajoitteisten henkilöiden liikunnallista arkea sekä liikunnan ja urheilun yhdenvertaista harrastamista.
- Palveluketjujen kuvauksessa tulee huomioida vammaispalveluiden, kuntoutuksen ja kuntien liikuntapalveluiden yhdyspinnat, olosuhteet sekä omatoimiseen liikkumiseen ohjautuminen.
- Liikuntaneuvonnan palveluketjun ja -ohjauksen toimivuus edellyttää tietoa palveluista ja moniammatillista osaamista, työaikaresursseja ja toimivia yhteistyömalleja.
- Omatoiminen liikkuminen ja tavoitteellinen liikunnan harrastaminen sekä urheilu tulee ymmärtää osana kuntoutuksen ja liikunnan palveluketjuja.
- Kunnat seuraavat liikuntatoiminnan ja harrastusmahdollisuuksien yhdenvertaisuuden toteutumista. Seurannassa voidaan hyödyntää valtakunnallisia tiedonkeruita sekä koota paikallisesti tietoa toimintarajoitteisten henkilöiden liikunta-aktiivisuudesta, harrastamisesta ja osallistumisesta edistävistä ja estävistä tekijöistä.

Suositus 1.3. Valtion liikuntaneuvosto, opetus- ja kulttuuriministeriö, sosiaali- ja terveysministeriö ja aluehallintovirastot seuraavat ja arvioivat liikkumisen, harrastamisen ja urheilun yhdenvertaisuuden toteutumista

- Sote-uudistuksen vaikutuksia toimintarajoitteisten henkilöiden liikkumisen, harrastamisen ja urheilun yhdenvertaisuuden toteutumiseen tulee seurata.
- Valtion liikuntaneuvoston, opetus- ja kulttuuriministeriön ja sen Liikkuvat kokonaisuuden sekä aluehallintovirastojen tulee edistää, seurata ja arvioida liikuntaneuvonnan yhdenvertaisuutta.
- Valtakunnallisissa liikunnan edistämishjelmissä huomioidaan toimintarajoitteiset liikkujat inklusiivisesti ja kohdennetusti (kaksoisstrategia) eri ikä- ja väestöryhmissä.

2. KOULUTUS JA OSAAMINEN

Suositus 2.1 Varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa, toisella asteella ja korkea-asteella on riittävästi osaamista ja resursseja toteuttaa inklusiivista liikuntakasvatusta ja kannustaa liikunnalliseen elämäntapaan

- Varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa, toisella asteella ja korkea-asteella edistetään yhdenvertaista liikunnallista toimintakulttuuria.
- Opetuksen järjestäjien tulee huolehtia siitä, että toimitilat ovat esteettömiä ja soveltavan liikunnan välineistöä ja liikkumisen apuvälineitä on saatavilla.
- Laadukkaan toiminnan järjestäminen vaatii osaamista liikunnan soveltamisesta. Opettajille tulee tarjota kohdennettua täydennyskoulutusta soveltavasta liikunnasta.

Suositus 2.2. Soveltavan liikunnan ja paraurheilun koulutusta tulee lisätä ja monipuolistaa

- Soveltava liikunta sisältyy jokaisen liikunta-, kasvatusta- ja sote-alan oppilaitoksen opetussuunnitelmiin.
- Soveltavan liikunnan täydennyskoulutusta (kuten verkko-opinnot) tulee olla saatavilla matalalla kynnyksellä ja selkokielellä.
- Liikunta-, kasvatusta- ja sosiaali- ja terveysaloilla opiskelevien toimintarajoitteisten henkilöiden opintopolkuja tulee tukea yksilöllisesti.
- Suomessa tulee olla tarjolla soveltavan liikunnan korkeakoulutusta ja paraurheilun valmentajien ammattitaitoa tukevaa koulutusta kotimaisilla kielillä.

3

Suositus 2.3. Valtakunnallisissa ohjelmissa ja suunnitelmissa huomioidaan toimintarajoitteiset liikkujat

- Perusopetuksen opetussuunnitelman sekä varhaiskasvatussuunnitelman perusteet ohjaavat kasvatustalouden ammattilaisten työtä kunnissa. Kuntakohtaisissa opetussuunnitelmissa tulee huomioida toimintarajoitteisten lasten ja nuorten oikeudet osallistua liikuntakasvatukseen.
- Liikuntaneuvonnan palveluketjuja tulee vahvistaa ja kehittää yhdessä hyvinvointialueiden ja kuntien kanssa terveytensä kannalta liian vähän liikkuvien toimintarajoitteisten kuntalaisten osalta.
- Harrastamisen Suomen mallin tulee ohjata kuntia toteuttamaan sekä inklusiivista että kohdennettua toimintaa (kaksoisstrategia).

3. TIETOPOHJA JA TUTKIMUSTOIMINTA

Suositus 3.1. Hyvinvointialueen kokoamia tietoja hyödynnetään kuntien liikuntatoiminnan suunnitelmissa

- Hyvinvointialueella tulee olla yhtenäinen tapa koota tietoa eri ikä- ja väestöryhmien hyvinvoinnin tilasta. Hyvinvointialueen tiedonkeruu tukee paikallisella tasolla kunnissa tehtävää soveltavan liikunnan suunnittelua.
- Hyvinvointialueiden ja kuntien vammais- ja vanhusneuvostoilla tulee olla mahdollisuus osallistua aktiivisesti liikunnan ja liikkumisen palvelupolkujen kehittämiseen.

Suositus 3.2. Toiminnan kehittämisen lähtökohtana on riittävä tieto soveltavan liikunnan ja paraurheilun nykytilanteesta

- Toimintarajoitteisten henkilöiden fyysisestä aktiivisuudesta ja liikunnan harrastamisesta kunnissa, yhdistyksissä ja yksityisten palvelujen piirissä tulee hankkia lisätietoa.
- Kansallisissa tiedonkeruissa otetaan huomioon toimintarajoitteiset liikkujat ja julkaistaan tarvittaessa erillisraportteja.
- Paraurheilun kansallisen tason tilaa tulee seurata. Toteutetaan lajiliittointegraation ulkoinen arviointi.