

Liikuntapoliittinen linjapaperi



Johdanto

Liian moni opiskelija ei liiku terveytensä kannalta riittävästi, tarkemmin sanoen 70 prosenttia opiskelijoista. Tällä on suora vaikutus paitsi opiskelijoiden terveyteen, mutta myös valtion talouteen nyt ja tulevaisuudessa. Lisäämällä liikkumista opiskelijoiden keskuudessa voimme ennaltaehkäistä monia sairauksia ja parantaa opiskelijoiden tulevaisuuden työkykyä. Jotta opiskelijoiden liikkumisen lisääminen on mahdollista, siihen täytyy panostaa niin kunnallisella, valtiollisella kuin kansainvälisellä päätöksenteolla ja toiminnalla. Sen takia on tärkeää, että meillä Opiskelijoiden Liikuntaliitossa on liikuntapoliittiset tavoitteet vaikuttamistyölle.

Tämä liikuntapoliittinen linjapaperi ottaa laajasti kantaa liikunnan eri osa-alueisiin, kuten rahoitukseen, yhdenvertaisuuteen ja saavutettavuuteen sekä opiskelijoiden liikuntamahdollisuuksiin ja arkiaktiivisuuden tukemiseen. Tämän linjapaperin tavoitteet luovat suuntaviivat liiton toimintaan yhdessä muiden ohjaavien dokumenttien kanssa. Linjapaperi on rakennettu tukemaan uuden strategiamme unelmaa: *opiskelijat liikkuvat terveytensä ja hyvinvointinsa kannalta riittävästi*.

Liikuntapoliittisen linjapaperin tekemiseen ovat osallistuneet Opiskelijoiden Liikuntaliiton toimiston väen lisäksi liiton jäsenyhteisöt (opiskelija- ja ylioppilaskunnat, korkeakoulujen liikuntatoimet), Suomen Olympiakomitea ja OLL:n alumnit valtion liikuntaneuvostosta. Päivitystyön aluksi kävimme läpi, miten edellisen linjapaperin tavoitteet olivat edistyneet ja millaista päivitystä ne tarvitsivat. Tässä vaiheessa koko toimisto osallistettiin työpajan muodossa pohtimaan liikuntapoliittisia tavoitteita ja aiheita linjapaperin päivitystä varten. Kartoitimme myös Olympiakomitealta ja valtion liikuntaneuvoston OLL-alumneilta teemoja, joihin linjapaperissa olisi hyvä ottaa kantaa. Näiden pohjalta lähdimme muodostamaan

päivitettyjä tavoitteita. Toteutimme kaikille jäsenyhteisöille kyselyn päivitykseen liittyen. Saimme kyselyyn hyvin vastauksia: 16 kpl. Vastausten pohjalta tarkastelimme asettamiimme tavoitteita ja loimme asiakirjan rakenteen. Vielä ennen varsinaista lausuntokierrosta annoimme jäsenyhteisöille kommenttimahdollisuuden kesäkuun aikana.

Tämä linjapaperi on voimassa vuoteen 2026 asti.

1. Liikkuva korkeakoulu luo perustaa opiskelijoiden fyysiselle aktiivisuudelle

Noin kolmannes korkeakouluopiskelijoista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi (OLL-Otus 2018). Lisäksi opiskelijoille kertyy päivittäistä istumisaikaa yli 10 tuntia (YTHS 2016). Tavoitteemme on, että jokainen Suomen korkeakoulu – ammattikorkeakoulu ja yliopisto – muuttuu systemaattisesti ja pitkäjänteisesti opiskelijoidensa ja koko korkeakouluyhteisön arjen liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta tukevaksi opiskelu- ja työskentely-ympäristöksi, Liikkuvaksi korkeakouluksi. On perusteltua uskoa, että tällöin opiskelijoiden hyvinvointi lisääntyy, liiallinen päivittäinen istuminen vähenee ja terveytensä kannalta riittävästi liikkuvien osuus kasvaa.

Tässä osiossa Liikkuva korkeakoulu -toimintaa lähestytään laaja-alaisesti. Liikkuvassa korkeakoulussa paitsi on toimiva ja monipuolinen korkeakoululiikunnan liikuntatarjonta, myös koko muu korkeakouluympäristö ja korkeakouluyhteisön toimintakulttuuri on rakennettu tukemaan arjen fyysistä aktiivisuutta. Lisäksi kokonaisvaltaiseen Liikkuvaan korkeakouluun kuuluu erilainen kisatoiminta esimerkiksi opiskelijoiden urheiluseuroissa, killoissa ja ainejärjestöissä. Opiskelijoiden SM-, EM- ja MM-kisat ja World University Championships (ent. Universiadit) sekä opiskelevien urheilijoiden kaksoisuran tukeminen muodostavat Liikkuvaan korkeakouluun oman teemansa.

Liikkuva korkeakoulu ei voi syntyä ilman yhteiskunnan tukea. Yhteiskunnan tulee tukea aktiivisen korkeakouluympäristön ja fyysistä aktiivisuutta tukevien olosuhteiden synnyttämistä informaatio-, resurssi- ja normiohjauksen keinoin (säädökset, lait, asetukset, rahoitus, suositukset ja ohjeistukset). Mikäli Liikkuvan korkeakoulun edellytyksistä ei

huolehdita, toiminta ei voi kehittyä ja juurtua luonnolliseksi osaksi suomalaisten korkeakoulujen arkea.

Koronaviruspandemia on aiheuttanut ison shokin myös suomalaiselle korkeakoululiikunnalle. Sillä on kuitenkin saattanut olla joitakin myönteisiä vaikutuksia korkeakoulujen liikuntapalvelujen saavutettavuuteen. Kun lähestulkoon kaikki perinteiset liikuntapalvelut on jouduttu pitkäksi aikaa sulkemaan, korkeakoululiikunnat ovat ripeästi kehittäneet esimerkiksi ryhmäliikuntaan monenlaisia korvaavia digitaalisia online- ja livestream-tunteja, jotka tulevat jäämään osaksi pysyvää palvelutarjontaa. Nämä palvelut ovat olleet suosittuja ja tuntuvat tavoittaneen paljon sellaisia uusia käyttäjiä, joille ryhmässä samassa tilassa liikunnan harrastaminen ei näyttäydä houkuttelevalta. Jatkossa ei kannata enää kannata pohtia pelkästään, mikä rooli e-urheilulla voi olla korkeakoululiikunnassa, vaan laventaa käsitettä online-liikuntaan ja sen mahdollisuuksiin korkeakoululiikunnan palvelukokonaisuuden kehittämisessä.

Korkeakoululiikunta ja sen edellytykset

Korkeakoululiikunnan suositusten toteuttaminen muodostaa Liikkuvan korkeakoulun ytimen. Mutta mikäli haluamme saada koko korkeakoulu yhteisön mukaan, fyysisen aktiivisuuden toimenpiteitä tulee ulottaa koko korkeakoulu ympäristöön. Aidosti matalan kynnyksen ratkaisut opiskelu ympäristöissä kerryttävät arjen fyysistä aktiivisuutta ja hyötyliikkumista parhaimmillaan melkein huomaamatta. Kun esimerkiksi korkeakoulun luento- ja muissa opiskelutiloissa mahdollistetaan luontevaa ja helppoa työskentelyasentojen vaihtelua, näihin mahdollisuuksiin todennäköisesti tartutaan.

Liikuntapalvelujen ja muiden korkeakoulu ympäristön fyysistä aktiivisuutta edistävien

olosuhteiden lisäksi asetamme seuraavassa liikuntapoliittisia tavoitteita myös kilpailutoimintaan ja opiskelun ja urheilun yhdistämisen mahdollistavaan kaksoisuraan liittyen.

Korkeakoulujen perinteiset liikuntapalvelut:

- Korkeakoululiikunnan järjestäminen on korkeakoulujen lakisääteinen tehtävä ja korkeakoulut tukevat sen toteuttamista korkeakoululiikunnan suositusten mukaisesti.
- Korkeakoulujen liikuntapalveluita on mahdollista käyttää yli korkeakoulurajojen.
- Vähemmän liikkuville opiskelijoille tarjotaan maksutonta liikuntaneuvontaa ja heidän liikuttamiseen kiinnitetään liikuntapalveluissa erityistä huomiota.
- Korkeakoululiikunta tukee entistä paremmin opiskelijoiden yhteisöllisyyttä.
- Korkeakoulut ja korkeakoululiikunta tukevat opiskelijajärjestöjen ja opiskelijoiden urheiluseurojen liikuntatoimintaedellytyksiä ja niiden kehittymistä.
- Liikuntapalvelut huomioidaan korkeakoulujen rahoitukseen vaikuttavissa valtakunnallisissa opiskelijapalautekyselyissä (AVOP ja Kandipalautte).
- Korkeakoululiikunnan järjestäjät Korkeakoululiikunnat ja opiskelija- ja ylioppilaskunnat saavat hanketukea korkeakoululiikunnan kehittämiseen opetus- ja kulttuuriministeriöltä sekä sosiaali- ja terveysministeriöltä.
- Kulttuurien välinen kohtaaminen mahdollistetaan myös korkeakoululiikuntapalveluiden avulla.
- Online-liikuntapalveluja (esimerkiksi online-/livestream-ryhmäliikunta ja etäliikuntaneuvonta) kehitetään myös korona-ajan jälkeen osaksi korkeakoululiikunnan perustoimintaa.

Fyysisen aktiivisuuden edistäminen koko korkeakouluympäristössä:

- Liikkuvan koulun toiminta tulee viralliseksi osaksi kaikkien koulutusasteiden

toimintakäytäntöjä. Jokainen korkeakoulu alkaa toteuttaa Liikkuva koulu/opiskelu -ohjelman kanssa linjassa olevaa Liikkuva korkeakoulu -toimintaa.

- Liikkuva korkeakoulu -toiminnan toteuttamisessa osallistetaan koko korkeakouluyhteisöä jokaisessa korkeakoulussa. Lisäksi jokainen korkeakoulu tekee nykytilan arviointia ja päivittää toimintaansa sen pohjalta säännöllisesti.
- Korkeakoulut antavat kaikille opiskelijoille mahdollisuuden liittää liikuntaopintoja osaksi tutkinto-ohjelmaa.
- Istumisen tauottamiseen panostetaan sekä rakenteellisesti että tiedottamalla koko korkeakouluyhteisöä.
- Korkeakouluissa on tarjolla fyysiseen aktiivisuuteen kannustavia virikkeitä ja sitä tuetaan myös teknologisilla ratkaisuilla (podcastit ja äänikirjat opetuksen tukena) ja lainattavilla välineillä.
- Opiskelijoiden liikuntatottumuksia tutkitaan säännöllisesti valtion tuella (esimerkiksi THL:n ja YTHS:n Korkeakouluopiskelijoiden terveystutkimuksessa (KOTT)).
- OLL syventää yhteistyötä Euroopan korkeakoulujen liikuntatoimien verkosto ENAS:n (European Network of Academic Sport Services) kanssa esimerkiksi EU-liikuntavaikuttamisessa ja parhaiden korkeakoululiikunnan ratkaisujen levittämisessä. Lisäksi maailmalta tuodaan hyviä korkeakoululiikunnan ratkaisuja Suomeen.
- Terveys- ja harrasteliikunta nähdään tärkeimpänä osana korkeakoulujen liikuntapalveluja niin Euroopassa kuin maailmalla, ja sen kehittämiseen kiinnitetään huomiota myös korkeakoululiikunnan kattojärjestöissä EUSA:ssa ja FISU:ssa.

Kilpailutoiminta ja opiskelevien urheilijoiden kaksoisuran tukeminen:

- EUSA:n koordinoimat European University Championships (EUC) ja European Universities Games (EUG) -kisat järjestetään niin, että yksilölajit kuten golf,



OPISKELIJOIDEN
LIIKUNTALIITTO

pöytätennis, tennis, sulkapallo, judo, taekwondo, karate, kiipeily, bridge ja shakki järjestetään yksilökisoina eikä joukkuekisoina, kuten tähän asti. Yksilökisa mahdollistaa osallistumisen sellaisistakin korkeakouluista, joista ei saada mukaan useampaa osallistujaa.

- Korkeakouluissa on riittävästi joustavia opiskelumahdollisuuksia, jotta urheilun ja opiskelun yhdistäminen on mahdollista. Korkeakoulut sitoutuvat Suomen Olympiakomitean kaksoisurakriteereihin.
- OLL edistää suomalaisopiskelijoiden osallistumista ja osallistujamäärän kasvua Suomen, Viron, Latvian ja Liettuan opiskelija- ja korkeakoululiikuntajärjestöjen koordinoimissa SELL-kisoissa.
- OLL pidättäytyy SELL-kisayhteistyöstä, jos kisoihin tuodaan tasorajat. OLL haluaa varmistaa, että myös vähemmän tosissaan urheilevilla opiskelijoilla on mahdollisuus osallistua kansainvälisiin opiskelijaurheilutapahtumiin.
- FISU:n koordinoimat opiskelijoiden MM-kisat ja World University Championships (ent. Universiadi) sekä EUSA:n koordinoimat kisat järjestetään maissa, joissa kunnioitetaan ihmisoikeuksia ja joissa yleinen turvallisuustilanne on vakaa.

Opiskelijan fyysinen aktiivisuus, terveys ja hyvinvointi

Opiskelijoiden fyysinen aktiivisuus, terveys ja hyvinvointi ovat korkeakoululiikunnan keskeisimpiä vaikuttavuustavoitteita. Voidaan sanoa, että Liikkuva korkeakoulu epäonnistuu, mikäli sillä ei ole myönteisiä vaikutuksia opiskelijoiden fyysiseen aktiivisuuteen, terveyteen ja hyvinvointiin.

Kun yllä liikuntapoliittisia tavoitteita on tarkasteltu lähinnä korkeakouluympäristöistä käsin, seuraavassa liikuntapoliittisia tavoitteita asetetaan erityisesti opiskelijan näkökulmasta.

Tällöin on luontevaa tarkastella myös varsinaisen korkeakouluympäristön ulkopuolisia tekijöitä, kuten opiskelijoiden terveystalvuuja ja kuntien pyöräilyolosuhteita.

- Teknologia ja pelikehitys tukevat opiskelijoiden liikuntamotivaatiota ja fyysistä aktiivisuutta.
- Jokaisen korkeakoulun ja opiskelijoiden asumiskeskittymien läheisyydestä löytyy monipuolisesti lähiliikuntamahdollisuuksia, kuten ajanmukainen ulkokuntosali ja pelikenttiä.
- Opiskelijoiden elinpiiriin sijoittuvien kuntien ja muiden toimijoiden liikuntapaikkojen suunnittelussa osallistetaan vahvasti opiskelijoita ja oppilaitoksia.
- Opiskelijat ovat entistä tietoisempia lähiliikuntamahdollisuuksistaan kampustensa ja asumustensa läheisyydessä.
- Opiskelijat tunnistavat lähiluonnon ja ulkoilureitistöt liikuntapaikkoina. Opiskelijapaikkakunnat hyödyntävät sekä kehittävät luontoa ja ulkoilureitistöjä osana liikuntapaikkasuunnittelua.
- Jokaisella opiskelijapaikkakunnalla tulee olla kaupunkipyöräjärjestelmä ja/tai kampuspyöräjärjestelmä, joka on käyttäjälle maksuton tai hintatasoltaan edullinen.
- Jokaisella opiskelijapaikkakunnalla on suunnitelma kävelyn ja pyöräilyn edistämiseen. Opiskelijoita palvelevaa pyörätieverkostoa rakennettaessa tulee ottaa erityisesti huomioon opiskelijoiden asuinalueiden, palvelujen ja oppilaitosten väliset yhteydet.
- Kävelyn ja pyöräilyn laatuun sekä turvallisuuteen panostetaan Suomessa pitkäjänteisesti ja tutkimuksiin perustuen. Esimerkiksi pyöräilyolosuhteet pidetään kunnossa myös talviaikoina ja kampuksilla on pyörän runkolukituksen mahdollistavat pyörätelineet.
- Pyöräilyn tukitoimintojen tarpeet kartoitetaan korkeakouluissa säännöllisesti ja ne ovat helposti saatavilla.

- Liikuntapaikkarakentamista ja korkeakoululiikuntaa koskevat päätökset perustuvat aina tutkittuun tietoon ja niissä huomioidaan esimerkiksi korkeakoululiikunnan suositukset.
- Liikuntatilojen vuorojaossa opiskelijoille pitää taata tasavertainen oikeus palvelujen käyttöön muiden ryhmien kanssa.
- Liikunnan palveluketju tulee osaksi laissa määriteltyä terveydenhuollon ja kuntien välistä yhteistyötä ja jokaisen korkeakouluopiskelijan käytettäväksi jokaisella korkeakoulupaikkakunnalla.
- Kaikilla opiskelijoilla on yhdenmukaiset YTHS:n terveydenhuoltopalvelut ja -palveluketjut, jotka tukevat toiminnallaan myös opiskelijoiden liikkumista ja fyysistä aktiivisuutta niin tutkimusten kuin erillisten projektien avulla.

2. Saavutettavuuden ja yhdenvertaisuuden tulee näkyä kaikkialla liikuntamaailmassa

Liikunta ja liikkuminen tukee yhteisöllisyyttä korkeakouluissa. Tämän vuoksi meidän tulee purkaa kaikki liikkumisen kynnykset ja tarjota jokaiselle yhdenvertainen mahdollisuus liikkua. Jotta saavutamme tämän, tarvitaan resursseja ja tietoista panostamista yhdenvertaisuuden ja saavutettavuuden lisäämiseen kaikilla tasoilla liikunnan parissa.

Yhteisöllisyys ja vastuullisuus ovat Opiskelijoiden Liikuntaliiton arvoja. Liiton toiminnassa on vahvasti mukana yhdenvertaisuussuunnitelma, jossa määritellään keskeisimmät käsitteet, tavoitteet ja toimenpiteet yhdenvertaisuuden ja saavutettavuuden edistämiseksi. Näemme, että korkeakoululiikunta voi olla tässä suunnannäyttäjänä.

Tässä osiossa otamme kantaa saavutettavuuden ja yhdenvertaisuuden teemoihin kaikkialla liikunnassa ja erityisesti korkeakoululiikunnassa. Tavoitteissa otetaan huomioon liikunnan eri puolet: hallinto, liikunnan järjestäminen sekä harrastaminen. Lisäksi liikuntapoliittiset tavoitteet ottavat kantaa aina paikallisen tason liikunnasta kansainväliseen toimintaan saakka.

Saavutettavuus ja yhdenvertaisuus liikunnassa:

- Korkeakoululiikunnassa huomioidaan systemaattisesti ja moniperusteisesti erityisryhmien tarpeet, kuten eri lähtökohtien vaikuttavuus yksilön liikuntatottumuksiin sekä vähemmän liikkuvien opiskelijoiden keskuudessa koettu yksinäisyys.
- Opiskelijajärjestöjen ja -toimijoiden järjestämä liikunta on kokonaisvaltaisesti saavutettavaa.
- Liikuntatilat ja -palvelut ovat korkeakouluissa kokonaisvaltaisesti saavutettavia.
- Liikuntapaikat- ja palvelut ovat julkisella liikenteellä saavutettavia, sekä ne huomioidaan kuntien julkisen liikenteen suunnittelussa ja kehittämisessä.
- Minkäänlaista syrjintää ei esiinny liikunta- ja urheilutoiminnassa niin korkeakouluissa kuin muuallakaan yhteiskunnassa.
- Aliedustetuilla ryhmillä on yhdenvertaiset mahdollisuudet edetä ja vaikuttaa järjestäytyneen liikunnan ja urheilun kaikilla tasoilla.
- OLL edistää kaikessa toiminnassaan opiskelijoiden asemaa, yhdenvertaisuutta, esteettömyyttä sekä saavutettavuutta. Lisäksi OLL edistää keskustelevaa ja avointa hallintokulttuuria sekä reilun pelin periaatteita.
- Urheiluyhteisöjen sekä niiden tilojen ja toimintojen tulee olla avoimia kaikille. Niiden turvallisuus ja moniperusteinen syrjimättömyys tulee taata.

3. Liikunnan rahoituksen eri puolet pitää huomioida

Veikkausvoittovarojen pientymisestä ja liikunnan rahoituksen tulevaisuudesta on puhuttu viime vuosina paljon. Lisäksi vuonna 2020 alkanut pandemia vaikuttaa kaikkeen toimintaan. Näiden yhteisvaikutus asettaa liikunnan rahoituksen entistä haavoittuvaisempaan asemaan. Tämä vuoksi olemme varanneet linjapaperiin oman osion liikunnan rahoitukselle.

Liikunnalla on merkittävä yhteiskunnallinen merkitys. Se ennaltaehkäisee monia sairauksia ja varmistaa opiskelijoiden tulevaa työkykyä. Samalla kun liikunnan avulla edistetään fyysistä hyvinvointia, sillä on positiivinen vaikutus myös henkiseen hyvinvointiin ja sosiaalisiin suhteisiin. Liikuntaan suunnatulla rahalla yhteiskunnassa saadaan aikaan säästöjä. On tutkittu, että yhteiskunnalle kertyy liian vähäisestä fyysisestä aktiivisuudesta kertyy vuosittain 595 miljoonan euron suorat kustannukset. Epäsuorien kustannusten on laskettu olevan jopa 3,2–7,5 miljardia euroa vuosittain. Liikunnan avulla voisimme ehkäistä jopa 5–10 prosenttia nuorten syrjäytymisestä, mikä toisi yhteiskunnalle 70–140 miljoonaa euroa säästöjä. (UKK-instituutti 2018.) Liikunnan rahoituksen tulevaisuus tulee turvata, jotta liikunta-alan toimijat voivat jatkaa työtä liikunnan edistämiseksi.

Kun puhutaan liikunnan rahoituksesta, tulee muistaa myös asian toinen puoli. Valtion rahoituksen lisäksi kustannuksia katetaan jäsen-, vuoro- ja tuntimaksuilla. Siksi otamme niihin seuraavissa osioissa kantaa opiskelijan näkökulmasta.

Liikunnan rahoitus

Vuonna 2020 liikuntaan oli varattu valtion tasolla 166 miljoonaa euroa. Tulevaisuudessa ei

ole kuitenkin takeita, että rahoitus pysyy tuolla tasolla. Siksi teemme vaikuttamistyötä liikunnan yleisen ja hankerahoituksen turvaamiseksi.

- Korkeakoululiikunnan yhteiskunnallinen merkitys tunnustetaan ja valtio rahoittaa sitä tukevaa ja kehittävää toimintaa muun muassa opetus- ja kulttuuriministeriön liikunnan hankerahoituksella ja Liikkuva koulu -ohjelman kautta.
- Liikunnan valtion rahoitus pyritään turvaamaan siten, että se pysyy samalla tasolla kuin vuonna 2020.
- EU tukee jatkossakin korkeakoulujen liikuntatoimien välisiä yhteistyöprojekteja sekä verkostotoimintaa.

Opiskelijan talous

On olemassa ilmaisia tapoja liikkua ja harrastaa liikuntaa, mutta monet liikuntapalvelut, -harrastukset ja -tilat ovat maksullisia opiskelijoille. Monen opiskelijan tulotaso on matala, ja suurin osa kuukausittaisista tuloista menee elämiseen: ruokaan, asumiseen ja laskujen maksamiseen. Näin ollen monellakaan opiskelijalla ei jää rahaa liikuntaan, vaikka jokaisella tulee olla yhdenvertainen mahdollisuus liikunnan harrastamiseen. Opiskelijoiden Liikuntaliitossa olemme asettaneet tavoitteita taloudellisesti saavutettavammasta opiskelijaliikunnasta.

- Korkeakoululiikuntapalvelujen hinnat ovat aina opiskelijaystävälliset ja huomioivat myös muut kuin palvelujen järjestäjäkorkeakoulu(je)n opiskelijat.
- Kuntien liikuntapalvelut ja seuramaksut ovat edullisia opiskelijoille. Lisäksi maksuttomia liikuntapalveluita tulee olla saatavilla.
- Korkeakoulut tukevat taloudellisesti opiskelijoitaan, jotka osallistuvat esimerkiksi



Opiskelijoiden SM-kisoihin, SELL-kisoihin tai EUSA:n ja FISU:n alaisiin kisoihin ja -tapahtumiin.