

# Liikuntapoliittinen linjapaperi

Opiskelijoiden Liikuntaliitto

---



Opiskelijoiden fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisuuden ylläpitäminen ja lisääminen vaativat todellisia toimenpiteitä. Yli puolet opiskelijoista istuu vähintään kymmenen tuntia päivässä ja vain 30 prosenttia opiskelijoista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi. Tämä liikuntapoliittinen linjapaperi ottaa laajasti kantaa opiskelijoiden liikunnallisia edellytyksiä koskeviin kysymyksiin sekä liikuntaan liittyviin arvoihin.

Linjapaperi määrittää Opiskelijoiden Liikuntaliitolle (OLL) tavoitelinjat, jotka tukevat liiton voimassa olevaa strategiaa ja sen missiota, joka on “Edistää opiskelijoiden liikuntakulttuuria ja hyvinvointia”. Liikuntapoliittisen ohjelman sisältöjä raamittavat OLL:n arvot, jotka ovat innostavuus, rohkeus, yhdenvertaisuus, liikunnan monimuotoisuus ja yhteisöllisyys. Liitto pyrkii kaikessa toiminnassaan mahdollisimman suureen vaikuttavuuteen.

Liikuntapoliittinen linjapaperi toimii OLL:n toimistolle tiekarttana ja työkaluna liiton linjojen edistämisessä. Lisäksi se toimii suunnannäyttäjänä ja tukena opiskelija- ja ylioppilaskuntien toimijoille sekä liikuntatoimille korkeakouluissa.

Linjapaperi poikkeaa edellisistään siinä, että se ottaa laajemmin kantaa opiskelijoihin vaikuttavaan liikuntapolitiikkaan, liikunnan eri arvoihin ja fyysisen aktiivisuuden mahdollistumiseen jokapäiväisessä arjessa. Näistä uusista painotuksista huolimatta linjapaperi huomioi korkeakoululiikunnan keskeisimpänä opiskelijoiden liikuttajana. Toimintaympäristön muuttuessa linjapaperin tavoitteita tulee arvioida vuosittain.

# 1. Korkeakouluyhteisö edistää suunnitelmallisesti ja pitkäjänteisesti opiskelija- ja korkeakoululiikuntaa sekä fyysistä aktiivisuutta korkeakouluissa

## Korkeakoululiikunta

Korkeakoulut ovat ainoa osa suomalaista koulutusjärjestelmää, jossa liikunnalla ei ole virallista asemaa. Tämän vuoksi liikunnan mahdollistaminen korkeakouluissa vaatii erityistä huomiota.

Harva korkeakoulu täyttää korkeakoululiikunnan suositusten vähimmäistason ja todella harva korkeakoulu täyttää palveluiden rahoitusta koskevan vähimmäissuosituksen. Lisäksi korkeakoululiikunnan rahoitus vaihtelee voimakkaasti korkeakouluittain.

Opiskelijoiden epätasa-arvoinen asema liikuntapalveluiden takaamisessa korkeakouluopiskelijoille on ongelma, joka kaipaa kansallisen tason ratkaisua.

Vaikeassakaan taloudellisessa tilanteessa korkeakoulut eivät saisi tinkiä korkeakoululiikunnan rahoittamisesta. Asian ratkaisemiseksi tulee luoda yhteinen, kaikkia korkeakoulujan velvoittava kirjaus liikuntapalveluiden tukemisesta.

Korkeakoulujen rooli korkeakoululiikunnan mahdollistajina on merkittävä. Korkeakoulujen tuki korkeakoululiikunnalle mahdollistaa laadukkaiden palveluiden olemassaolon ja ylläpidon. On äärimmäisen tärkeää, että korkeakoulut ymmärtävät ja tunnustavat liikunnan merkityksen yhteisöllisyyden lisääjänä sekä terveyden ja opiskelukyvyn edistäjänä.

Korkeakoululiikuntapalvelut ovat yksi osa opiskelijapalveluita.

Korkeakoululiikunta on korkeakouluille strateginen voimavara: laadukkaat ja pitkäjänteisesti kehitetyt liikuntapalvelut palvelevat sekä opiskelijoita että henkilökuntaa. Jokaisella opiskelijalla on yksilölliset tarpeet liikunnan suhteen. Tämän vuoksi korkeakoulujen liikuntapalveluiden tulee pyrkiä toiminnassaan tarpeeksi kattavaan ja monipuoliseen palveluiden tarjontaan. Näin voidaan laajentaa liikuntapalveluiden käyttäjäkuntaa.

Vähemmän liikkuvien opiskelijoiden huomiointi korkeakoululiikuntapalveluita kehittäessä on tärkeää. Heidän tavoittamiseen tulee luoda erilaisia väyliä, jotta jokaisella olisi mahdollisuus löytää oma tapansa liikkua. Hyvänä esimerkkinä onnistuneesta interventtiosta on OLL:n ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS:n) yhteinen liikunnan mini-interventio eli liikunnan puheeksiottomalli.

Opiskelukyvyn ja tulevaisuuden työkyvyn edistämisen näkökulmasta opiskelijan oman liikunnallisuuden löytämiseksi on hyvä kehittää erilaisia kannusteita. Yksi hyväksi todettu tapa on mahdollistaa opinnollistettu liikunta, jonka avulla opiskelija voi tutustua itseään kiehtoviin liikuntamuotoihin ja löytää tätä kautta itselleen jopa elinikäinen harrastus. Liikunnan opinnollistaminen voi tuoda liikuntapalveluiden piiriin niitä, jotka tarvitsevat liikunnan aloittamiseen konkreettista kannustamista.

Opiskelijoiden terveydenhuoltopalveluilla on merkittävä rooli opiskelijoiden hyvinvoinnin ja opiskelukyvyn edistäjänä. Jotta tulevaisuudessa opiskelijoiden terveydenhuolto on yhdenvertaista riippumatta korkeakoulusta tai opiskelukaupungista, tulee palveluiden olla yhden valtakunnallisen toimijan tuottamia.

## Tavoitteet

- Korkeakoulut tukevat korkeakoululiikuntaa ja sen toteuttamista korkeakoululiikunnan suositusten mukaisesti.
- Korkeakoululiikunnan järjestäminen on korkeakoulujen lakisääteinen tehtävä.
- Korkeakoululiikuntapalveluiden hinnat ovat aina opiskelijaystävälliset.
- Liikuntapalvelut huomioidaan korkeakoulujen rahoitukseen vaikuttavissa valtakunnallisissa opiskelijapalautekyselyissä (AVOP ja Kandipalaute).
- Korkeakoulujen liikuntapalveluita on mahdollista käyttää yli korkeakoulurajojen.
- Korkeakoulut sekä opiskelija- ja ylioppilaskunnat saavat hanketukea korkeakoululiikunnan kehittämiseen opetus- ja kulttuuriministeriöltä sekä sosiaali- ja terveysministeriöltä.
- Korkeakoululiikunnassa huomioidaan systemaattisesti erityisryhmien tarpeet
- Vähemmän liikkuvien opiskelijoiden liikuttamiseen kiinnitetään liikuntapalveluissa erityistä huomiota.
- Vähemmän liikkuville opiskelijoille tarjotaan edullista ja maksutonta liikuntaneuvontaa.
- Korkeakoulut mahdollistavat liikunnan opinnollistamisen.
- Liikunnan palveluketju opiskeluterveydenhuollon ja liikuntapalveluiden välillä on käytössä jokaisella korkeakoulupaikkakunnalla.
- Kaikilla opiskelijoilla on yhdenmukaiset terveydenhuoltopalvelut terveydenhoitopalvelut, jotka tukevat toiminnallaan myös opiskelijoiden liikkumista ja fyysistä aktiivisuutta niin tutkimusten kuin erillisten projektien avulla.

## Opiskelijaliikunta ja kaksoisura

Opiskelijoiden itse järjestämällä liikunnalla on merkittävä rooli opiskelijoiden liikuntakulttuurissa. Puulaakijoukkueet ja opiskelijajärjestöjen järjestämä liikunta tavoittavat monia opiskelijoita, jotka eivät käytä korkeakoululiikunnan palveluita. Opiskelijajärjestöjen ja opiskelijoiden urheiluseurojen liikuntatoiminta on yksi keskeinen opiskelijoita liikuttava taho. Näiden tahojen toimintaedellytyksiä, yhdenvertaisuutta ja kehittymistä tulee tukea korkeakoulun ja korkeakoululiikunnan toimesta.

Opiskelijoiden taloudelliset resurssit eivät saa olla esteenä European University Sports Association (EUSA:n) alaisiin kisoihin osallistumisessa. Kisat tarjoavat kaiken tasoisille liikkujille mahdollisuuden verkostoitua kansainvälisesti liikunnan ja urheilun välityksellä. Korkeakoulujen tuki osallistujille mahdollistaa kisoihin osallistumisen opiskelijan sosioekonomisesta taustasta huolimatta.

Opiskelun ja urheilu-uran yhdistäminen järkevästi ja yksilöllisesti tulee olla mahdollista jokaisessa Suomen korkeakoulussa kaikilla aloilla.

### Tavoitteet

- Opiskelijajärjestöjen ja opiskelijoiden urheiluseurojen liikuntatoimintaedellytyksiä ja niiden kehittymistä tuetaan korkeakoulun ja korkeakoululiikunnan toimesta.
- Korkeakoulut tukevat taloudellisesti opiskelijoitaan, jotka osallistuvat EUSAn alaisiin opiskelijakisoihin.

- Korkeakouluissa on riittävästi joustavia opiskelumahdollisuuksia, jotta urheilun ja opiskelun yhdistäminen on mahdollista.



## Fyysisen aktiivisuuden edistäminen

Fyysisen passiivisuuden lisääntyessä yhteiskunnassa myös korkeakoulujen tulee ottaa vastuu fyysiseen aktiivisuuteen kannustamisesta. Suomen koulutusjärjestelmän tulee olla edelläkävijä fyysisen aktiivisuuden edistämisessä maailmanlaajuisesti.

Istumisen vähentäminen vaatii muutakin, kuin vain tilojen uudistamisen. Kulttuurin muuttaminen on hidas prosessi, joka vaatii tuekseen rakenteellisia ja kulttuurisia interventioita, kuten tietoisuutta lisääviä kampanjoita.

Hyöty- ja arkiliikunta ovat luonnollinen osa opiskelijoiden jokapäiväistä elämää. Niiden mahdollistamiseen tulee kiinnittää korkeakouluissa huomiota.

Kun puhumme liikunnasta sekä pitkistä opiskelupäivistä, on syytä puhua myös levon mahdollisuudesta ja tärkeydestä. Suomen opiskelukulttuuria tulee muokata suuntaan, jossa oppimisen edellyttävät tauot sisältyvät hyväksytyihin käyttäytymisnormeihin.

### Tavoitteet

- Jokainen korkeakoulu rekisteröityy liikkuvaksi kouluksi ja alkaa toteuttaa ohjelman mukaista toimintaa korkeakouluissa. Ohjelman toteuttamisessa osallistetaan koko korkeakouluyhteisöä. Jokainen korkeakoulu tekee nykytilan arviointia säännöllisesti. Valtio tukee korkeakouluja Liikkuva Koulu -ohjelman toteuttamisessa.
- Istumisen tauottamiseen panostetaan sekä rakenteellisesti että koko korkeakouluyhteisön tietoisuutta lisäten.

- Pyöräilyn tukitoimintojen tarpeet kartoitetaan korkeakouluissa säännöllisesti ja ne ovat helposti saatavilla.
- Korkeakouluissa on tarjolla erilaisia fyysiseen aktiivisuuteen kannustavia virikkeitä. Esimerkiksi lainattavien liikuntavälineiden tulee olla helposti kaikkien saatavilla.

## 2. Opiskelijoiden liikunnan ja hyvinvoinnin edistämiseen panostetaan kaikilla yhteiskunnan tasoilla

Opiskelijoiden liikuntaliiton edunvalvontatyö painottuu valtakunnalliselle tasolle. Liitto tukee toiminnallaan myös jäsenjärjestöjensä edunvalvontatyötä, osallistuu Suomen Olympiakomitean liikuntapoliittiseen työskentelyyn ja vaikuttaa yhteiskunnalliseen keskusteluun.

Liikkumattomuus aiheuttaa Suomessa arviolta 1-2 miljardin euron kustannukset vuosittain. Säännöllinen ja monipuolinen liikunta edistää tutkitusti toimintakykyä, terveyttä sekä ennalta ehkäisee monia sairauksia. Lisäksi liikunnan ja fyysisen aktiivisuuden on todettu parantavan oppimistuloksia. Tämän vuoksi liikkumattomuuteen puuttuminen niin valtakunnallisella kuin paikallisella tasolla on aina yhteiskunnallinen teko.

Suurin osa Suomen liikunta- ja urheilukulttuurin rahoituksesta tulee veikkausvoittovaroista. Järjestelmällä on mahdollistettu hyvin monipuolinen liikuntakulttuuri, joka on mahdollistanut niin OLL:n toiminnan kuin myös korkeakoulujen liikuntapalveluiden kehittämisen. Nämä tuet ovat olleet ratkaisevia korkeakoululiikuntapalveluiden

yhdenvertaisuuden lisääntymisen kannalta. Opiskelijoihin sijoittaminen on kannattanut tähän asti ja tämän kehityskulun tulee jatkua tulevaisuudessakin.

Korkeakoululiikuntapalveluiden on tarkoitus tuottaa opiskelijaystävälliseen hintaan monipuolisia liikuntapalveluita. Korkeakoulutuksen ollessa ensimmäinen koulutusaste, jossa liikunnalla ei ole virallista asemaa, täytyy liikuntapalvelut nähdä yhteiskunnallisesti merkittävänä tukena opiskelijoiden hyvinvoinnille. Tämän vuoksi korkeakoululiikuntapalveluita ei tule arvottaa verotusperustaisesti samaan kategoriaan kaupallisten liikuntapalveluiden kanssa.

Liikkuva Koulu on yksi vuonna 2015 valtaan astuneen maan hallituksen parhaiten onnistunut kärkihanke. Liikkuvan koulun tulee laajentua virallisesti kaikille koulutusasteille ja ohjelman toiminta tulee taata pitkälle tulevaisuuteen. Fyysistä aktiivisuutta lisäävien toimenpiteiden niin toimintakulttuurin kuin toimintaympäristön osalta tulee olla virallinen käytäntö, jotta se ei jää vain yhden hallituksen onnistuneeksi toimenpiteeksi vaan pitempiaikaiseksi toimintamalliksi. Liikuntalaki määrittelee, mikä on kuntien vastuu liikunnan järjestämisessä. Maakuntaudistuksen myötä moni liikunnan edistämiseen liittyvä entinen kunnan tehtävä tulee siirtymään maakunnille. Tulevaisuudessa toimivien liikuntaedellytysten luominen edellyttää useiden eri sektoreiden yhteistyötä niin kunnallisella kuin maakunnallisella tasolla. Myös kunnan ja maakunnan välinen yhteistyö on tärkeää esimerkiksi terveydenhuollon ja kunnan välisen liikunnan palveluketjumallin edistämisessä. Saadessaan virallisen aseman osana terveydenhuoltoa palveluketjumalli parhaimmillaan auttaa kehittämään myös opiskeluterveydenhuollossa käytettävää mallia.

Suomen liikuntapolitiikassa tulee jatkossakin suosia liikuntapaikkojen sijoittamista

opiskelijoiden elinpiirin läheisyyteen. Kampusten ja opiskelija-asuntokeskittymien yhteyteen pitää rakentaa opiskelijoita houkuttelevia liikuntapalveluita. Palveluiden hinnoittelussa pitää huomioida opiskelijat.

Kävely ja pyöräily ovat Suomen eniten käytetyimmät kulkumuodot - myös opiskelijoiden yksi keskeisin kulkutapa on pyöräily. Mitä turvallisemmat, selkeämmät ja houkuttelevammat kävely- ja pyöräilyväylät ovat, sitä suurempi käyttöaste niillä on. Kävelyn ja pyöräilyn edistäminen edellyttää pitkäjänteistä suunnitelmallisuutta, jossa opiskelijoita palvelevan väyläverkoston rakentamiseen on syytä panostaa. Opiskelijoiden mielipiteen huomioiminen suunnitteluvaiheessa on tärkeää.

Teknologia ja pelikehitys ovat pitkään olleet tunnettuja ihmisiä jokaisella elämän osa-alueella passivoivina tekijöinä. Kelkka on nyt kuitenkin kääntymässä, kun teknologia ja pelikehitys ovat onnistuneet osoittamaan sen, että ne pystyvät motivoimaan suuria vähän liikkuvia ihmismassoja entistä aktiivisempaan elämään.

Yhteiskunnassamme tulisi puhua enemmän kaiken liikkeen tärkeydestä. Kansalliset liikuntasuosituksot kertovat mikä on terveyden kannalta riittävä määrä liikettä, mutta jokapäiväiset pienet teot tulee nostaa yhtä tärkeiksi yksilön hyvinvoinnin kannalta.

## Tavoitteet

- Korkeakoululiikuntaa tukevaa ja kehittävää toimintaa tuetaan valtion toimesta.
- Korkeakoululiikuntapalveluiden tuottaminen on arvolisäverotonta.
- Liikkuva Koulun toiminta viralliseksi osaksi kaikkien koulutusasteiden toimintakäytäntöjä.

- Liikunnan palveluketju osaksi laissa määriteltyä terveystuon ja kuntien välistä yhteistyötä. Kaikille opiskelijoille yhdenvertainen mahdollisuus olla osa tätä palveluketjua.
- Jokaisen korkeakoulun ja opiskelijoiden asumiskeskittymien läheisyydestä löytyy monipuolisesti lähiliikuntamahdollisuuksia.
- Kuntien liikuntapalveluissa ja seuramaksuissa huomioidaan opiskelijoiden tulotaso. Vuorojaossa opiskelijoille pitää taata tasaveroinen oikeus palveluiden käyttöön muiden ryhmien kanssa.
- Opiskelijoiden elinpiiriin sijoittuvien liikuntapaikkojen suunnittelussa osallistetaan vahvasti opiskelijoita ja oppilaitoksia.
- Kävelyn ja pyöräilyn laatuun panostetaan Suomessa pitkäjänteisesti ja tutkimuksiin perustuen.
- Jokaisella opiskelijapaikkakunnalla on suunnitelma kävelyn ja pyöräilyn edistämiseen. Opiskelijoita palvelevaa pyörätieverkostoa rakennettaessa tulee ottaa erityisesti huomioon opiskelijoiden asuinalueet, palvelut ja oppilaitosten väliset yhteydet.
- Jokaisella opiskelijapaikkakunnalla tulee olla kaupunkipyöräjärjestelmä.
- Teknologia ja pelikehitys tukevat opiskelijoiden liikuntamotivaatiota ja fyysistä aktiivisuutta.

### **3. Liikunnan monimuotoisuus ja yhdenvertaisuus ovat keskeisiä opiskelija- ja korkeakoululiikunnan arvoja, jotka vaikuttavat myös kaikkialla muualla urheilu- ja liikuntamaailmassa**

Yhdenvertaisuuden edistäminen korkeakoululiikunnassa ja muussa yhteiskunnassa tapahtuvassa liikunnassa on äärimmäisen tärkeitä. Kaikki kynnykset liikunnan harjoittamiselle tulee purkaa, jotta kaikilla olisi aidosti mahdollisuus osallistua, vaikuttaa ja järjestää liikuntatoimintaa.

Korkeakoululiikunnalla on mahdollisuus toimia suunnannäyttäjänä yhdenvertaisuuden ja tasa-arvon edistäjänä suomalaisessa yhteiskunnassa. Se voi toimija eri ryhmittymien yhteentuoja ja mahdollistaa eri sukupuolten tasavertaisen kohtelun liikuntapalveluiden käytössä.

Opiskelijajärjestöillä ja -toimijoilla on keskeinen rooli liikunnan järjestäjänä korkeakouluissa. Tämän vuoksi on keskeistä, että jokainen taho kiinnittää toiminnassaan huomiota opiskelijoiden yhdenvertaiseen kohteluun.

#### **Tavoitteet**

- Minkäänlaista syrjintää ei esiinny liikunta- ja urheilutoiminnassa niin korkeakouluissa

kuin muuallakaan yhteiskunnassa.

- Sukupuolen moninaisuus tulee ottaa huomioon korkeakoulujen pukuhuone- ja muiden tilojen kohdalla.
- Kulttuurien välinen kohtaaminen mahdollistetaan myös korkeakoululiikuntapalveluiden avulla.
- Liikuntatilat ja -palvelut ovat korkeakouluissa saavutettavia.
- Opiskelijajärjestöjen ja -toimijoiden järjestämä liikunta on saavutettavaa.
- Urheiluyhteisöjen ja tilojen tulee olla avoimia kaikille seksuaalisesta suuntautumisesta tai sukupuoli identiteetistä riippumatta, ja niiden turvallisuus ja syrjimättömyys tulee taata.
- Aliedustetuilla ryhmillä on yhdenvertaiset mahdollisuudet edetä ja vaikuttaa järjestäytyneen liikunnan ja urheilun kaikilla tasoilla.

## **4. Kansainvälisessä opiskelijaliikuntatoiminnassa panostetaan terveysliikuntaan, yhdenvertaisuuteen ja avoimeen hallintoon**

OLL on jäsenenä Euroopan opiskelijaurheiluliitto EUSA:ssa (European University Sport Association) ja kansainvälisessä opiskelijaurheiluliitto FISU:ssa (International University Sports Federation) sekä toimii eurooppalaisen korkeakoululiikunnan yhteistoimintaverkosto ENAS:issa (European Network of Academic Sport Services).

OLL tekee myös yhteistyötä Baltian maiden sisarliittojen kanssa SELL-kisojen puitteissa.

Kansainvälinen toiminta koetaan liitossa tärkeäksi. OLL on jatkossakin aktiivinen

kansainvälinen toimija ja pyrkii toiminnassaan vastuullisuuteen ja pitkäjänteisyyteen.

OLL toimii allekirjoittamansa Brightonin julistuksen periaatteiden mukaan, edistäen erityisesti naisten osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia liikunnassa ja urheilussa.

Euroopan unioni edistää EU-kansalaisten yhdenvertaisia mahdollisuuksia osallistua liikuntatoimintaan ja tukee liikuntajärjestöjä. EU tarjoaa mahdollisuuden liikuntatoimijoiden yhteistyölle yli maaraajojen. Tämä mahdollistaa esimerkiksi korkeakoulujen liikuntapalveluiden verkostoitumisen sisartoimijoidensa kanssa sekä oman toiminnan kehittämisen.



## Tavoitteet

- OLL edistää kansainvälisessä toiminnassaan opiskelijoiden asemaa sekä eri ikäpolvien ja sukupuolten välistä tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta. Tämä lisäksi OLL edistää keskustelevaa ja avointa hallintokulttuuria sekä reilun pelin periaatteita.
- Terveys- ja harrasteliikunta nähdään tärkeimpänä osana korkeakoulujen liikuntapalveluita niin Euroopassa kuin maailmalla, ja sen kehittämiseen kiinnitetään huomiota myös EUSA:ssa ja FISU:ssa.
- OLL levittää korkeakoululiikunnan suositusten ilosanomaa FISU:n, EUSA:n ja ENAS:in suuntaan.
- EUSA:n koordinoimat European University Championships (EUC) ja European Universities Games -kisat (EUG) järjestetään niin, että yksilölajit kuten golf, pöytätennis, tennis, sulkapallo, judo, taekwondo, karate, kiipeily, bridge ja shakki järjestetään yksilökisoina eikä joukkuekisoina, kuten tähän asti.
- FISU:n koordinoimat opiskelijoiden MM-kisat ja Universiadit sekä EUSA:n koordinoimat kisat järjestetään maissa, joissa kunnioitetaan ihmisoikeuksia ja joissa yleinen turvallisuustilanne on vakaa.
- OLL pidättäytyy yhteistyöstä SELL-kisojen puitteissa, jos kisoihin tuodaan tasorajat.
- OLL edistää liikuntatuutorointia kansainvälisellä kentällä yhtenä terveystoiminnan muotona.
- EU tukee jatkossakin korkeakoulujen liikuntatoimien välisiä yhteistyöprojekteja sekä verkostotoimintaa.



Liikuntapoliittinen  
linjapaperi

Finnish Student Sports Federation (OLL)

Lapinrinne 2, FI-00180 Helsinki

Studerandenans Idrottsförbund rf.

e-mail: [oll@oll.fi](mailto:oll@oll.fi)

Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry

[www.oll.fi](http://www.oll.fi)