



OPETUSHALLITUS
UTBILDNINGSTYRELSEN

Opetushallituksen tervehdys

"Esi- ja perusopetuksen tulee lisäksi edistää liikunnallista elämäntapaa."

Opetushallitus webinaari 1.4.2026

PoL 2 § Liikunnallisen elämäntavan edistäminen

Johtaja Jarkko Niiranen, Opetushallitus

Liiallisen istumisen ja liian vähäisen liikunnan kustannukset Suomessa 2026: noin 4,6 mrd €

Lähde: <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-ja-paikallaanolon-kustannusvaikuttavuus/liikkumattomuuden-kustannukset-suomessa/>



Heikentyvän kunnon ja nousevan painon ”hinta” Suomelle

- **Toimintakyky** arjessa **ei enää riitä** – opiskeluun, työhön, arjen vaatimuksiin (1/4 opiskelijoista mielenterveyden haasteita, fyysistä työtä tekevät eivät selviydy työstä, jne jne).
- **Sairastuminen tarttumattomiin tauteihin yleistyy** (tyypin 2 diabetes, sydänsairaudet, mielenterveys, TULES, jne).
- **Työurat eivät tule pidentymään tulevaisuudessa** tai edes jatkumaan nykyisenä, jos tilanne ei parane.
- **Talous sakkaa** sairastamisen ja työurien haasteiden takia.
- Kunnolla ja painolla on **suuri merkitys ”kehollisissa ammateissa”** (esim. Puolustusvoimat, hoiva- ja hoitoalat sekä palo- ja poliisitoimi).
- Jne.

Lähde ja artikkeli: UKK-instituutin johtaja Tommi Vasankari 24.3.2026

Artikkeli: <https://ukkinstituutti.fi/wp-content/uploads/2026/03/vasankari-ym-futura-1-2023.pdf>

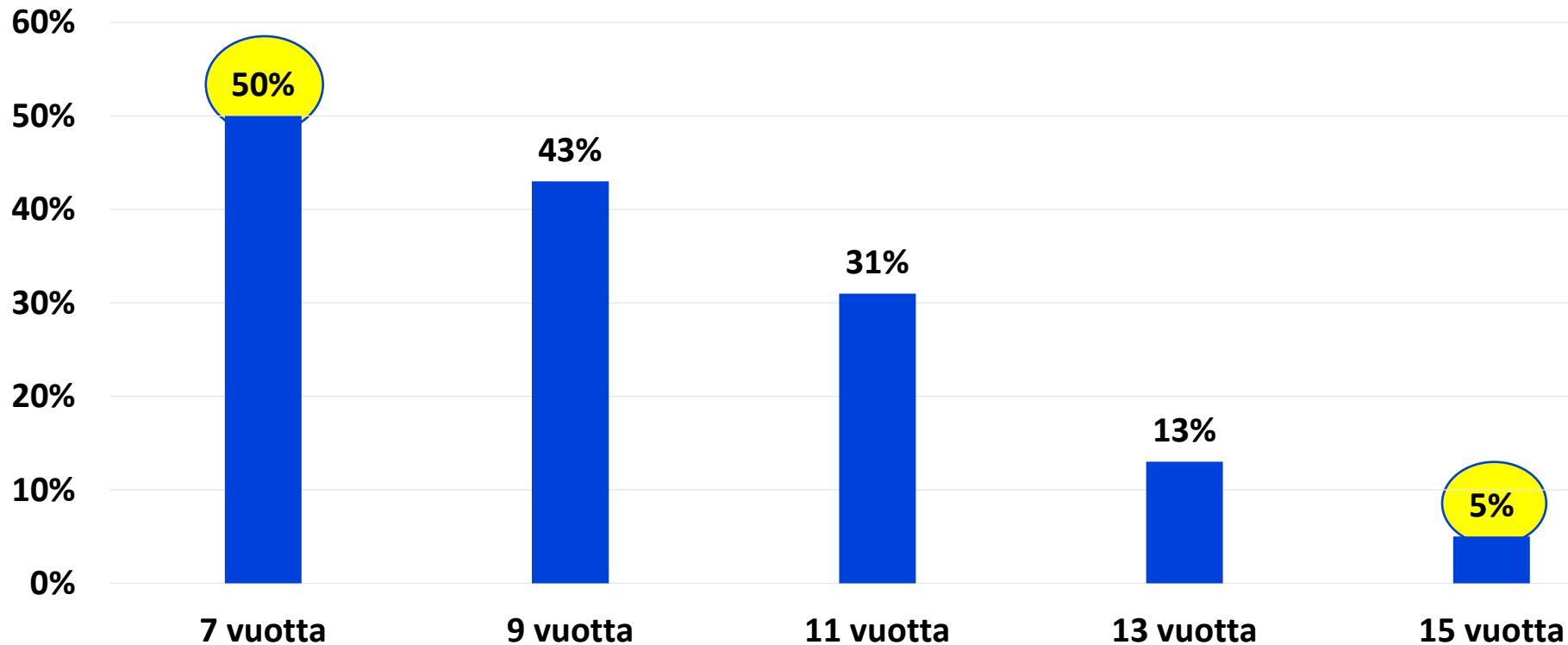
Lasten ja nuorten liikkumissuositus Suomessa

*”Kaikille 7–17-vuotiaille suositellaan monipuolista, reipasta ja rasittavaa **liikkumista vähintään 60 minuuttia päivässä** yksilölle sopivalla tavalla, ikä huomioiden. **Runsasta ja pitkäkestoista paikallaanoloa tulisi välttää.**”*



Liikkumissuositus 7–17-vuotiaille lapsille ja nuorille. 2021. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisusarja 2021:19.

Liikkumissuosituksen täyttyminen



Liikkumissuositukset täyttäneet lapset ja nuoret 2024 (n = 2737)

Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa LIITU-tutkimuksen tuloksia 2024 VALTION LIIKUNTANEUVOSTON JULKAISUJA 2025:1 Sami Kokko ja Riikka Hämylä (toim.)

Liikunnallisen elämäntavan edistämisessä on kyse Suomen kansanterveydestä ja -taloudesta

**Liikkuminen vs.
paikallaan olo**



**Oppiminen ja
hyvinvointi**

PoL 2 § ja OPS2014 aikajanaa...

1/2

Petteri Orpon hallituksen hallitusohjelma 20.6.2023 / Suomi liikkeelle -ohjelma:

Kohta 6. Lisätään perusopetuslakiin liikunnallisen elämäntavan edistäminen. Tuetaan kasvatuksen ja opetuksen henkilöstöä työssään levittämällä toimivimpia käytäntöjä. Kannustetaan kuntia laajentamaan Liikkuvat-ohjelma kaikkiin päiväkoteihin ja kouluihin.

Opetus- ja kulttuuriministeriö pyysi Opetushallitukselta opetussuunnitelman perusteiden nykytilaa sekä tarvittavia muutoksia ja täydennyksiä koskevaa **selvitystä 20.9.2024.**

(”Minkälaisia opetussuunnitelman perusteiden muutoksia ja täydennyksiä suhteessa nykytilaan kyseinen perusopetuslakiin (628/1998) tehtävä lisäys aiheuttaisi?”)

Opetushallituksen lausunto (19 s.) OKM:öön **7.10.2024.**

Opetus- ja kulttuuriministeriön tiedote **28.10.2024:**

”Hallituksen tavoitteena on kääntää liikkuminen kasvuun jokaisessa ikäryhmässä. Sen vuoksi perusopetuslakiin lisätään säännös liikunnallisen elämäntavan lisäämiseksi perusopetuksen tavoitteisiin. Lisäyksen vuoksi Opetushallitus päivittää perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet.”

Opetus- ja kulttuuriministeriön lausuntokierros (lausuntopalvelu) päättyi **22.11.2024.**

Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi perusopetuslain muuttamisesta 212/2024 (**30.12.2024**):

<https://www.finlex.fi/fi/hallituksen-esitykset/2024/212>

Esim. Opetushallituksen kuuleminen Eduskunnan sivistysvaliokunnassa 11.2.2025

-> SiVM-mietintö 3/2025: https://www.eduskunta.fi/FI/vaski/Mietinto/Sivut/siVM_3+2025.aspx

Laki perusopetuslain muuttamisesta 245/2025 (**Antopäivä 23.5.2025 ja julkaisupäivä 26.5.2025**):

<https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/saaduskokoelma/2025/245>

PoL 2 § lisäys → Esiopetuksen ja perusopetuksen **OPS2014-perusteiden päivittäminen**:

- Lausuntopalvelu 23.10-13.11.2025: <https://www.lausuntopalvelu.fi/FI/Proposal/Participation?proposalId=47e675cf-7d94-48a3-b383-da7b0bbf56b9>
- Marras-joulukuu 2025
 - johtoryhmän kokous 24.11.2025
 - johtokunnan kokous 11.12.2025
 - pääjohtajan päätös **17.12.2025** -> täydennykset ja muutokset **ePerusteisiin 18.12.2025**
 - > OPH-uutinen 18.12.2025: <https://www.oph.fi/fi/uutiset/2025/paivitys-esi-ja-perusopetuksen-opetussuunnitelmiin-liikunnallisen-elamantavan>
- Keväällä 2026:
 - toimeenpanon tuki: esim. webinaarit, verkkosivut ja opas -> **1.8.2026**

Toimintakulttuuri perustetyön ytimessä

Hallituksen esitys 30.12.2024 ja eduskunnan sivistysvaliokunnan mietintö 22.4.2025

Hallituksen esitys eduskunnalle laiksi perusopetuslain muuttamisesta 30.12.2024 (212/2024):

”Esityksen tavoitteena on, että lisäämällä liikunnallinen elämäntapa esi- ja perusopetuksen tavoitteisiin, liikunnan merkitys esiopetuksen ja koulujen toimintakulttuurissa vahvistuu sekä liikunnan merkitys kokonaisvaltaisena elämäntaitona paranee.”

*”**Opetushallitus tekisi lainsäädännön muutoksen myötä tarvittavat muutokset** esiopetuksen ja perusopetuksen opetussuunnitelman perusteisiin liikunnallisen elämäntavan vahvistamiseksi osana esiopetuksen ja koulun toimintakulttuuria.”*

Esim. SiVM mietintö 22.4.2025:

*”**Lakiehdotuksella halutaan vahvistaa liikunnan merkitystä esiopetuksen ja koulujen toimintakulttuurissa.**”*

”Hallituksen esityksen perusteluista ilmenevistä syistä ja saamansa selvityksen perusteella sivistysvaliokunta pitää hallituksen esitystä tarpeellisena ja kannatettavana.”