



08.11.2021

Asia/38

## § 833

### Valtuutettu Arja Karhuvaaran aloite digioppimisen työkykyohjelman laatisesta kouluissa

HEL 2021-005582 T 00 00 03

#### Päätös

Kaupunginhallitus katsoi aloitteen loppuun käsitellyksi.

#### Esittelijä

kansliapäällikkö  
Sami Sarvilinna

#### Lisätiedot

Suvi Rämö, hallintoasiantuntija, puhelin: 310 32174  
suvi.ramo(a)hel.fi

#### Liitteet

1 Valtuutettu Arja Karhuvaaran aloite

#### Muutoksenhaku

Muutoksenhakukielto, valmistelu tai täytäntöönpano

#### Päätösehdotus

Päätös on ehdotuksen mukainen.

#### Esittelijän perustelut

Valtuutettu Arja Karhuvaara ja kuusi muuta valtuutettua esittävät aloitteessaan, että kouluille laaditaan digioppimisen työkykyohjelma, jonka tarkoituksena on edistää digioppimisesta johtuvien riskien ymmärrystä, oireiden tunnistamista ja itsehoitoa. Ohjelma esitetään toteutettavaksi kouluterveydenhoidon, fysioterapian ja opettajien yhteistyönä.

Digioppiminen on nykyään arkipäivää kouluissa ja sen lieveilmiöinä ilmenevät riskit tulee tunnistaa osana koululaisten arkea. Istumisen ja digilaitteilla tapahtuvan työn määrä on kasvanut etäopetuksen myötä myös kouluikäisillä koronapandemian aikana.

Koululaisten terveyttä edistetään sosiaali- ja terveyslautakunnan sekä kasvatus- ja koulutuslautakunnan näkemyksen mukaan tehokkaimmin ennaltaehkäisevästi osana opetussuunnitelmaa oppilaiden arjessa. Liikkumisen ja muun terveyttä ja hyvinvointia edistävän toiminnan tulee



olla suunniteltuna osaksi koulupäivää ja toteutua oppilaiden koulupäivässä ilman erillistä ohjelmaa.

Sosiaali- ja terveystoimen ammattilaiset tukevat opettajia koululaisten terveyden edistämisessä jo nyt monin tavoin. Ammattilaiset tunnistavat hyvin digioppimiseen liittyvät riskit ja pystyvät ohjaamaan oppilaita ja vanhempia tai huoltajia tarvittaessa varhaisessa vaiheessa järjestämään yksilöllistä kuntoutusta. Kouluterveydenhuollossa oppilaille annetaan oman terveyden tukemiseen liittyvää terveysneuvontaa, heitä ohjataan ergonomisiin työskentelyasentoihin ja puututaan varhaisessa vaiheessa ryhti- ja asentovirheisiin. Tarvittaessa tehdään yksilöllinen hyvinvointi- ja terveysuunnitelma. Terveystoiminta voi myös ohjata lapsen fysioterapiaan tai toimintaterapiaan.

Lasten ja nuorten terveyden edistäminen on myös tulevaisuuden näkökulmasta tärkeä aihe, ja sen vuoksi kehittämistyötä koululaisten arjen toimivien käytäntöjen eteen on jatkettava. Helsingissä kouluterveydenhuollon sekä fysio- ja toimintaterapian henkilöstö osallistuu kouluilla tehtävään oppilaiden terveyttä edistävään kehittämistyöhön. Oppilaiden terveyttä edistetään ja toimintaa kehitetään kouluissa opettajien, kouluterveydenhuollon, ravitsemusterapian, sosiaaliohjauksen ja fysioterapian sekä toimintaterapian rajapinnoilla tapahtuvan yhteistyön avulla.

Liikkuminen on keskeinen lasten ja nuorten kasvua tukeva ja terveyttä edistävä tekijä, ja hyvä fyysinen toimintakyky saadaan aikaan riittävällä liikkumisella. Helsingissä lasten ja nuorten liikkumista ja hyvinvointia on edistetty muun muassa keväällä 2021 käynnistyneen Harrastamisen Suomen

mallin, Let's Move -hankkeen sekä KouluPT-toiminnan keinoin.

Uuden kaupunkistrategian myötä käynnistetään uuden valtuustokauden hyvinvointisuunnitelman laatiminen, jossa koronapandemian myötä lisääntyneen digioppimisen lieveilmiöiden vaikutukset tulee ottaa huomioon.

Asiasta on saatu kasvatus- ja koulutuslautakunnan sekä sosiaali- ja terveyslautakunnan lausunnot. Vastaus on lausuntojen mukainen.

Hallintosäännön 30 luvun 11 §:n 2 momentin mukaan valtuutetun aloitteeseen, jonka on allekirjoittanut vähemmän kuin 15 valtuutettua, vastauksen antaa kaupunginhallitus.

Esittelijä

kansliapäällikkö  
Sami Sarvilinna

Lisätiedot

Suvi Rämö, hallintoasiantuntija, puhelin: 310 32174



08.11.2021

Asia/38

suvi.ramo(a)hel.fi

## Liitteet

1 Valtuutettu Arja Karhuvaaran aloite

## Muutoksenhaku

Muutoksenhakukielto, valmistelu tai täytäntöönpano

## Päätöshistoria

Kasvatus- ja koulutuslautakunta 24.08.2021 § 278

HEL 2021-005582 T 00 00 03

### Lausunto

Kasvatus- ja koulutuslautakunta antoi kaupunginhallitukselle seuraavan lausunnon Arja Karhuvaaran valtuustoaloitteesta koskien lapsille ja nuorille laadittavaa digioppimisympäristön työkykykonseptia:

Liikkumisen edistäminen on ollut yksi kaupunkistrategian kärkihankkeista 2017-2021. Istumisen ja digilaitteilla tapahtuvan työn määrä on kasvanut etäopetuksen myötä myös kouluikäisillä koronapandemian aikana. Liikkumisohjelman toimialojen yhteisillä toimenpiteillä esim. koulu-PT -toiminta, Move-hanke ja kaupunkiyhteinen harrastustavoite on pyritty lisäämään arjen liikkumista.

Helsingissä on käynnistynyt keväällä 2021 Harrastamisen Suomen malli, joka on opetus- ja kulttuuriministeriön hanke. Hankkeen päätavoitteena on lasten ja nuorten hyvinvoinnin lisääminen. Tarkoituksena on mahdollistaa jokaiselle lapselle ja nuorelle mieluisa ja maksuton harrastus koulupäivän yhteydessä ja näin tukea lasten ja nuorten liikkumista ja edistää hyvinvointia.

Perusopetuksen opetussuunnitelmassa kuvataan kaikilla vuosiluokilla laaja-alaisen osaamisen tavoitteet itsestä huolehtimiseen ja arjen taitoihin. Perusopetuksen aikana oppilaat oppivat ymmärtämään, että omalla toiminnalla on vaikutusta omaan ja yhteiseen hyvinvointiin sekä turvallisuuteen. Oppilaat oppivat terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta edistäviä toimintatapoja, unen, ravinnon, puhtauden, vuorovaikutuksen ja liikkumisen tärkeyden sekä ajankäytön periaatteita.

Digitaalisuus ja ilmiöpohjaisuus ovat työvälineitä laaja-alaisen osaamisen saavuttamiseen. Edellytykset laaja-alaisen osaamisen kehittymiselle vahvistuvat oppilaiden kasvun myötä. Opetuksessa käytetään eri ikäkausiiin sekä erilaisiin oppimistilanteisiin soveltuvia työtapoja. Työta-



pojen valinnassa otetaan huomioon eri oppiaineiden ominaispiirteet sekä laaja-alaisen osaamisen kehittäminen. Opettajan tehtävä on ohjata oppilaita myös suunnittelemaan ja arvioimaan työskentelytapojaan ja näin vahvistaa oppimaan oppimisen taitoja. Tarkoituksenmukainen tieto- ja viestintäteknologian käyttö lisää oppilaiden mahdollisuuksia kehittää työskentelyään ja verkostoitumistaitojaan.

Kouluterveydenhuollon tavoitteena on turvata lapsen ja nuoren terve kasvu ja kehitys. Terveystarkastajat tapaavat oppilaat vuosittain. Terveystarkastuksissa ja vastaanotoilla selvitetään oppilaan kasvuun ja kehitykseen liittyviä asioita ja keskustellaan perheen terveystottumuksista. Kouluterveydenhoitaja tunnistaa digitaalisen oppimisen tuomat lieveilmiöt ja antaa oppilaille terveystarkastusta sekä ohjaa ergonomisiin työskentelyasentoihin ja puuttuu varhaisessa vaiheessa ryhti- ja asento-ongelmiin. Kouluterveydenhoitaja voi myös tarvittaessa ohjata fysioterapeutin tai toimintaterapeutin vastaanotolle, mikäli havaitsee sille tarvetta. Fysio- tai toimintaterapeutti voi myös tulla tarvittaessa käymään koululla tai oppilaan kotona.

Kouluterveydenhuollon tehtävänä on myös koulu- ja oppilaitosympäristön terveellisyyden ja turvallisuuden sekä koulu- ja oppilaitosyhteisön hyvinvoinnin edistäminen ja seuranta. Koulun työolosuhteita, terveellisyttä ja turvallisuutta seurataan säännöllisesti. Terveystarkastajan lisäksi rehtori, koulun kuraattori tai -psykologi osallistuvat kouluissa tehtävään terveydellisten olojen selvitykseen yhdessä opettajien ja oppilaiden kanssa. Tehdyt havainnot ohjaavat sekä yhteisöllisen että yksilökohtaisen opiskeluhoitotyön kehittämistä.

Tutkimusten mukaan liikkumisen määrä vähenee kouluvuosien aikana istuen ja maaten vietetyn ajan määrän kasvaessa samaan aikaan. Liikkumisen määrän lisäämiselle on tarvetta, erityisesti yläkouluikäisten osalta. Suurin vaikuttavuus liikkumisen määrään on toimenpiteillä, joilla voidaan vaikuttaa mahdollisimman suureen osaan lapsia ja nuoria. Näitä ovat koulumatkat ja koulussa vietetty aika sekä erilaiset harrastustoiminnot.

Oppilaiden elämäntapoja seurataan Kouluterveyskyselyssä, mm. liikkumisen yleisyyden ja netin käytön suhteen. Tietoja seurataan luokka-asteittain, sukupuolittain ja vertaillaan koko maan tuloksiin. Noin kolmannes oppilaista on ilmaissut kokevansa riippuvuutta digilaitteiden käytössä. Syksyllä 2020 toteutettiin 5.- ja 8.-luokkalaisten Move!-mittaukset, joiden mukaan lasten ja nuorten kestävyyskunto on heikentynyt, mutta muilla fyysisen toimintakyvyn osa-alueilla ei ole tapahtunut merkittäviä muutoksia.



Move!-järjestelmä on monipuolinen pedagoginen työkalu oppilaiden toimintakyvyn kehittämiseksi peruskouluissa. Mittausten avulla oppilaiden kanssa pohditaan, miten omaa fyysistä toimintakykyä voidaan ylläpitää ja kehittää. Mittaustulokset toimivat välineenä keskusteltaessa perheen kanssa lapsen ja nuoren jaksamista, hyvinvointia ja oppimista tukevista tai haittaavista tekijöistä. Move!-mittaustietoa hyödynnetään peruskoulujen liikuntakasvatuksessa, mutta myös kouluterveydenhuollossa 5.- ja 8.-luokkalaisten laajoissa terveystarkastuksissa.

Kasvatus- ja koulutuslautakunta toteaa, että kouluikäisten terveyden edistäminen on tehokkainta ennaltaehkäisevästi osana opetussuunnitelmaa. Digioppiminen on oppilaiden arkipäivää. On tärkeää, että opettajat osaavat tunnistaa lieveilmiöinä ilmenevät riskit ja ohjata oppilas tarvittaessa kouluterveydenhuoltoon. Liikkuminen on keskeinen lasten ja nuorten kasvua tukeva ja terveyttä edistävä tekijä, ja hyvä fyysinen toimintakyky saadaan aikaan riittävällä liikkumisella. Uuden kaupunkistrategian myötä aloitetaan seuraavan valtuustokauden hyvinvointisuunnitelman laatiminen, jossa koronapandemian myötä lisääntyneen digioppimisen lieveilmiöiden vaikutukset olisi hyvä ottaa huomioon.

Lautakunnan näkemyksen mukaan liikkumisen ja muun terveyttä ja hyvinvointia edistävän toiminnan tulee olla suunniteltuna osaksi koulupäivää ja toteutua oppilaiden koulupäivässä ilman erillistä ohjelmaa.

Esittelijä

Kasvatuksen ja koulutuksen vs. toimialajohtaja  
Satu Järvenkallas

Lisätiedot

Heidi Roponen, pedagoginen asiantuntija, puhelin: 310 71927  
heidi.roponen(a)hel.fi

Sosiaali- ja terveyslautakunta 17.08.2021 § 149

HEL 2021-005582 T 00 00 03

Lausunto

Sosiaali- ja terveyslautakunta antoi kaupunginhallitukselle valtuutettu Arja Karhuvaaran ja kuuden muun valtuutetun valtuustoaloitteesta seuraavan lausunnon:

”Aloitteessa esitetään, että kouluille laaditaan digioppimisen työkykyohjelma, jonka tavoitteena on saada opettajat, vanhemmat, kouluterveydenhuolto sekä oppilaat ymmärtämään digioppimiseen ja ruutuaikaan



liittyvät riskit, tunnistamaan oireet, hallitsemaan itsehoito ja ymmärtämään, koska on hakeuduttava terveydenhuollon pariin.

Sosiaali- ja terveyslautakunta toteaa, että digioppiminen on nykyään arkipäiväistä ja sen lieveilmiöinä ilmenevät riskit tulee tunnistaa osana koululaisten arkea. Riskien syntymiseen on vaikutettava ensisijaisesti ennaltaehkäisevästi. Liikkuminen sekä muu terveyttä ja hyvinvointia edistävä toiminta ovat osa oppilaiden koulupäivää ja niiden tulee sisältyä jokaisen koululaisen arkeen. Helsingin kaupunki on nostanut liikkuemisen edistämisen yhdeksi kaupunkistrategian kärkihankkeeksi. Koululaisten liikkumista edistetään toimialojen yhteisillä toimenpiteillä, joita ovat muun muassa koulu-PT-toiminta, Move-hanke ja kaupunkiyhteinen harrastustavoite.

Lasten tietokoneen ja muiden laitteiden käyttö alkaa aikaisin, joten oireiden ennaltaehkäisyn merkitys korostuu jo alle kouluikäisillä sekä kouluikäisillä lapsilla ja nuorilla. Kodeissa, kouluissa ja oppilaitoksissa tulisi olla ergonomisesti sopivat työpisteet eri kasvu- ja kehitysvaiheissa oleville nuorille. Oppilaiden terveyttä edistetään ja toimintaa kehitetään Helsingissä opettajien, kouluterveydenhuollon, ravitsemusterapian, sosiaaliohjauksen ja fysioterapian sekä toimintaterapian rajapinnoilla tapahtuvan yhteistyön avulla.

### Kouluterveydenhuolto

Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystoimialan kouluterveydenhuollon perustehtävänä on tukea jokaisen koululaisen mahdollisimman hyvää kasvua ja kehitystä, vahvistaa oppimisen ja terveen aikuisuuden edellytyksiä sekä ehkäistä syrjäytymistä. Kouluterveydenhuoltoon kuuluu oppilaan kasvun ja kehityksen sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen.

Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta (338/2011) määrittelee kouluissa tehtävien terveystarkastusten sisällön ja määrän. Terveystarkastuksessa on selvitettävä tarkastettavan ikävaiheen ja yksilöllisen tarpeen mukaan kasvua, kehitystä ja hyvinvointia haastattelulla, kliinisillä tutkimuksilla ja tarvittaessa muilla menetelmillä. Tarkastuksen sisältöä kohdennetaan ja laajennetaan lapsen, nuoren ja perheen yksilöllisten tarpeiden mukaan sekä terveystieteiden tutkimusten osalta. Lisäksi kunta järjestää oppilaan tarpeen mukaisesti tämän terveydentilan toteutumista varten erikoistutkimuksia, joihin kuuluvat esimerkiksi erikoislääkärin tekemä näön tai kuulon tutkimus ja hänen määräämänsä muut tarvittavat tutkimukset.

Digitaalisen oppimisen tuomat riskit tunnistetaan kouluterveydenhuollossa jo varhain. Oppilaille annetaan oman terveyden tukemiseen liitty-



vää terveysneuvontaa, ohjataan ergonomisiin työskentelyasentoihin ja puututaan varhaisessa vaiheessa ryhti- ja asentovirheisiin. Tarvittaessa tehdään yksilöllinen hyvinvointi- ja terveyssuunnitelma ja terveydenhoitaja voi myös ohjata lapsen fysioterapiaan tai toimintaterapiaan.

#### Koululaisten fysioterapia ja toimintaterapia

Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystoimi järjestää lasten ja nuorten fysioterapia- ja toimintaterapiapalvelut 0–16-vuotiaille. Lasten ja nuorten fysioterapia- ja toimintaterapiapalveluja tarjotaan perhekeskuksissa ja keskitetyissä toimipisteissä. Helsingissä perhekeskuksissa toimii 12 fysioterapeuttia, jotka ottavat vastaan kouluikäisiä lapsia. Vuoden 2021 alusta sosiaali- ja terveystoimi on tarjonnut myös koululaisten toimintaterapiaa. Koululaisten toimintaterapiasta vastaa viisi toimintaterapeuttia.

Kouluterveydenhoitaja tai muu terveydenhuollon toimija ohjaa lapsen fysioterapeutin tai toimintaterapeutin vastaanotolle, mikäli havaitsee sille tarvetta. Fysioterapeutti tai toimintaterapeutti voi myös tulla tarvittaessa käymään lapsen koululla tai kotona. Lasten ja nuorten fysioterapia on motorisen kehityksen sekä liikkumis- ja toimintakyvyn arviointia ja kuntoutusta. Toimintaterapiasta hyötyvät erityisesti alakoululaiset, joilla on arkea hankaloittavaa motorisen oppimisen vaikeutta, hahmottamisen haasteita tai aistitoiminnoissa poikkeavuutta.

Sekä kouluterveydenhuolto että fysioterapia- ja toimintaterapiapalvelut ovat oppilaille maksuttomia.

#### Yhteenveto

Valtuustoaloitteessa esitetään kouluille laadittavaa digioppimisen työkykyohjelmaa toteutettavaksi yhteistyössä kouluterveydenhuollon, fysioterapian ja opettajien kesken. Sosiaali- ja terveyslautakunta toteaa, että koululaisten terveyden edistäminen on kaikkein tehokkainta ennaltaehkäisevästi osana opetussuunnitelmaa oppilaiden arjessa. Digitaaliseen oppimiseen liittyviä terveyden ja hyvinvoinnin ongelmia on huomioitu sosiaali- ja terveystoimen lapsiperheiden palvelujen sisällöissä, käytössä olevissa asiakas- ja hoito-ohjeissa ja yhteistyörakenteissa. Kodeissa, kouluissa ja oppilaitoksissa tulisi olla ergonomisesti sopivat työpisteet eri kasvu- ja kehitysvaiheissa oleville nuorille.

Sosiaali- ja terveystoimen ammattilaiset tukevat opettajia koululaisten terveyden edistämiseksi jo nyt monin tavoin. Ammattilaiset tunnistavat hyvin digioppimiseen liittyvät riskit ja pystyvät ohjaamaan oppilaita ja vanhempia/hoitajia varhaisessa vaiheessa tai tarvittaessa järjestämään yksilöllistä kuntoutusta. Lasten ja nuorten terveyden edistäminen on myös tulevaisuuden näkökulmasta tärkeä aihe ja sen vuoksi sosiaali-



08.11.2021

li- ja terveyslautakunta toteaa, että kehittämistyötä koululaisten arjen toimivien käytäntöjen eteen on jatkettava. Kouluterveydenhuollon sekä fysio- ja toimintaterapian henkilöstö osallistuu kouluilla tehtävään oppilaiden terveyttä edistävään kehittämistyöhön nykyisissä palvelurakenteissa.

#### Terveys- ja hyvinvointivaikutusten arviointi

Sosiaali- ja terveystoimen lapsiperheiden palvelujen sisällöissä, käytössä olevissa asiakas- ja hoito-ohjeissa sekä yhteistyörakenteissa on huomioitu digitaaliseen oppimiseen liittyvät terveydelliset haasteet. Koululaisten liikkumista edistämällä ja kouluterveydenhuollon terveyttä ja hyvinvointia tukevan toiminnan sekä tarvittavien lisäpalveluiden kuten fysioterapian ja toimintaterapian avulla tuetaan oppilaiden kehitystä sekä edistetään terveyttä ja hyvinvointia."

#### Esittelijä

sosiaali- ja terveystoimialan toimialajohtaja  
Juha Jolkkonen

#### Lisätiedot

Elina Borchers, toiminnansuunnittelija, puhelin: 310 25347  
elina.borchers(a)hel.fi

Marianna Niemi-Korhonen, kouluterveydenhuollon ylihoitaja, puhelin: 310 48355  
marianna.niemi-korhonen(a)hel.fi

Tuija Arvo, fysioterapian ylihoitaja, puhelin: 31050223  
tuija.arvo(a)hel.fi