



Liikkuva kampus, hyvinvoiva yhteisö

Liikkumisen olosuhteet korkeakouluissa 2025

Heidi Leppä, Katja Rajala, Katariina Kämppi, Harto Hakonen,
Jussi Ansala, Anni Liina Ikonen, Niko Peltokangas & Janne Haikari

Liikkuva kampus, hyvinvoiva yhteisö

Jyväskylän ammattikorkeakoulu
Julkaisuja 358

Tekijät:

Heidi Leppä

utkija

Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes

Katja Rajala

vanhempi tutkija

Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes

Katariina Kämppi

vanhempi asiantuntija

Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes

Harto Hakonen

vanhempi asiantuntija

Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes

Jussi Ansala

Korkeakoululiikunnan erityisasiantuntija

Opiskelijoiden Liikuntaliitto

Anni Liina Ikonen

Korkeakoululiikunnan asiantuntija

Opiskelijoiden Liikuntaliitto

Niko Peltokangas

Viestintäpäällikkö

Opiskelijoiden Liikuntaliitto

Janne Haikari

vanhempi asiantuntija

Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes

Heidi Leppä, Katja Rajala,
Katariina Kämppi, Harto Hakonen,
Jussi Ansala, Anni Liina Ikonen,
Niko Peltokangas & Janne Haikari

Liikkuva kampus, hyvinvoiva yhteisö

Liikkumisen olosuhteet korkeakouluissa 2025

OPETUS- JA
KULTTUURIMINISTERIÖ

Likes
by jamk



jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu

Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Julkaisu 358

Sarjan vastaava toimittaja • Jari Parkkinen

Liikkuva kampus, hyvinvoiva yhteisö

Liikkumisen olosuhteet korkeakouluissa 2025

Heidi Leppä, Katja Rajala, Katariina Kämppi, Harto Hakonen,
Jussi Ansala, Anni Liina Ikonen, Niko Peltokangas & Janne Haikari

Kannen kuva • Janne Haikari
Ulkoasu ja taitto • Pekka Salminen, Jamk

ISBN 978-951-830-809-9 (PDF)
ISSN 1456-2332

Kustantaja

Jyväskylän ammattikorkeakoulu
jamk.fi/julkaisut
sarjajulkaisut(a)jamk.fi

©2026

Tekijät & Jyväskylän ammattikorkeakoulu



Tämä teos on lisensoitu Creative Commons Nimeä
-lisenssillä (CC BY 4.0), pois lukien kuvat.

Sisällys

Tiivistelmä	6
Sammandrag	7
Abstract	8
Johdanto	9
Taustaa korkeakoulujen oppimisympäristöistä	11
Korkeakoulupedagogiikka ja Korkeakoululiikunnan valtakunnalliset suositukset	12
Terveysten, tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden näkökulmat	13
Aktiivinen kulkeminen osana kestävästä kehityksestä	15
Liikkuva korkeakoulu -tulokortin seuranta-tieto	15
Kyselyn toteutus ja aineistonkuvaus	20
Tulokset	22
Kampusten sisätilat.....	22
Kampusten ulkotilat	25
Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden huomioiminen korkeakoulun tiloissa ..	27
Kävelyn ja pyöräilyn olosuhteet	28
Liikkumisen olosuhteiden kehittäminen	30
Opiskelijoiden ja henkilöstön osallistuminen kehittämiseen	32
Tilojen kehittäminen opiskelijaterveydenhuollon näkökulmasta	34
Pohdinta	35
Ideoita ja vinkkejä olosuhteiden hyödyntämiseen	39
Lähteet	42

Tiivistelmä

Heidi Leppä, Katja Rajala, Katariina Kämppe, Harto Hakonen, Jussi Ansala, Anni Liina Ikonen, Niko Peltokangas & Janne Haikari

Liikkuva kampus, hyvinvoiva yhteisö.

Liikkumisen olosuhteet korkeakouluissa 2025.

Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisuja, 358

Liikkuva opiskelu edistää liikunnallista toimintakulttuuria toisella asteella ja korkeakouluissa. Syksyllä 2025 Jyväskylän ammattikorkeakoulun Likes toteutti Liikkuvan opiskelun kyselyn, jonka tavoitteena oli tuottaa tietoa siitä, millaisia tilallisia ja fyysisiä edellytyksiä oppilaitoksissa on liikunnallisen toimintakulttuurin kehittymiselle. Kyselyyn saatiin vastaukset 17 yliopiston kampukselta ja 37 ammattikorkeakoulun kampukselta.

Tulosten mukaan liikuntatilojen, ulkoalueiden ja välineiden saatavuudessa on eroja yliopistojen ja ammattikorkeakoulujen kampusten välillä. Liikuntasaleja on yliopistojen kampuksilla useammin, mutta rentoutumistiloja ja kuntosaleja on yhtä paljon molemmissa. Liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamista rajoittavat erityisesti ahtaat tilat, auditoriot, välineiden puute ja etäopetuksen yleistyminen.

Ulkotilat ovat yliopistoissa keskimäärin monipuolisempia ja tarjoavat enemmän liikkumismahdollisuuksia kuin ammattikorkeakoulujen usein tiiviisti rakennetut kampukset. Yhdenvertaisuuden näkökulmasta suurimmat puutteet liittyvät esteettömyyteen sekä näkö-, kuulo- ja sosiaalisten toimintarajoitteiden huomioimiseen, erityisesti ammattikorkeakouluissa. Kävelyn ja pyöräilyn olosuhteet ovat pääosin hyvät. Liikkumisen olosuhteiden kehittämistä haastavat taloudelliset rajoitteet, vanhat rakennukset ja tilojen ahtaus. Yliopistoissa opiskelijat otetaan ammattikorkeakouluja useammin mukaan tilojen suunnitteluun.

Asiasanat: korkeakoulut, fyysinen aktiivisuus, pedagogiikka, opiskelukyky, osallisuus, hyvinvointi

Sammandrag

Heidi Leppä, Katja Rajala, Katariina Kämppi, Harto Hakonen, Jussi Ansala, Anni Liina Ikonen, Niko Peltokangas & Janne Haikari

Aktiv campus, välmående gemenskap.

Förutsättningar för fysisk aktivitet vid högskolor och universitet 2025. Jyväskylä yrkeshögskola publikationer, 358

Studier i rörelse främjar en fysiskt aktiv verksamhetskultur i läroanstalter på andra stadiet och i högskolorna. Under hösten 2025 genomförde Likes vid Yrkeshögskolan Jamk en enkät för att kartlägga läroanstalternas rumsliga och fysiska förutsättningar för en fysiskt aktiv verksamhetskultur. Svar erhöles från 17 universitetscampus och 37 yrkeshögskolecampus.

Enligt resultaten finns det skillnader mellan universitetens och yrkeshögskolornas campus när det gäller tillgången till idrottsutrymmen, utomhusområden och utrustning. Idrottshallar är vanligare på universitetscampus, medan avkopplingsutrymmen och gym är lika vanliga i båda sektorerna. Genomförandet av fysisk aktivitet som en del av undervisningen begränsas särskilt av trånga lokaler, auditorier, brist på utrustning och den ökade förekomsten av distansundervisning.

I genomsnitt är utomhusområdena vid universiteten mer mångsidiga och erbjuder fler möjligheter till rörelse än yrkeshögskolornas ofta tätt byggda campusområden. Ur ett jämlikhetsperspektiv gäller de största bristerna tillgänglighet samt hänsyn till syn-, hörsel- och sociala funktionsnedsättningar, särskilt vid yrkeshögskolor. Förutsättningarna för gång och cykling är överlag goda. Utvecklingen av miljöer som stöder fysisk aktivitet utmanas av ekonomiska begränsningar, äldre byggnader och trånga lokaler. Vid universiteten involveras studenter oftare i lokalplaneringen än vid yrkeshögskolorna.

Nyckelord: högskolor och universitet, fysisk aktivitet, pedagogik, studieför- måga, delaktighet, välbefinnande

Abstract

Heidi Leppä, Katja Rajala, Katariina Kämpö, Harto Hakonen, Jussi Ansala, Anni Liina Ikonen, Niko Peltokangas & Janne Haikari

Active Campus, Thriving Community.

Conditions for Physical Activity in Higher Education Institutions 2025.

Publications of Jamk University of Applied Sciences, 358

Students on the Move promotes physical activity in upper secondary and higher education institutions. In autumn 2025, the Likes unit of Jamk University of Applied Sciences conducted a survey to examine how campus environments support a physically active culture in higher education. Responses were received from 17 university campuses and 37 universities of applied sciences (UAS) campuses.

According to the results, the availability of sports facilities, outdoor areas, and equipment varies between university and UAS campuses. Sports halls are more common on university campuses, while relaxation spaces and gyms are equally common in both. The implementation of physically active learning is particularly constrained by cramped facilities, auditoriums, lack of equipment, and the increasing prevalence of remote teaching.

On average, outdoor areas at universities are more diverse and offer more opportunities for physical activity than the often densely built UAS campuses. From an equality perspective, the most significant shortcomings relate to accessibility and the consideration of vision, hearing, and social functioning impairments, especially in UAS institutions. The conditions for walking and cycling are mostly good. The development of environments that support physical activity is challenged by financial constraints, older buildings, and limited space. Students are included in space planning more frequently at universities than at UAS institutions.

Keywords: higher education institutions, physical activity, pedagogy, study ability, inclusion, well-being

kohtaamisiin, osallisuuden kokemukseen ja oman jaksamisen hallintaan. Liikkumisen olosuhteita edistettäessä onkin tarpeen pohtia, miten oppimisympäristö tukee opiskelijoiden psyykkistä, kognitiivista, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia kokonaisvaltaisesti tasa-arvo ja yhdenvertaisuus huomioiden.

Syksyllä 2025 Liikkuva opiskelu toteutti korkeakouluille kyselyn, jossa kartoitettiin oppilaitosten sisä- ja ulkotilojen liikkumisen olosuhteita. Tavoitteena oli tuottaa tietoa siitä, millaisia tilallisia ja fyysisiä edellytyksiä oppilaitoksissa on liikunnallisen toimintakulttuurin kehittymiselle. Vastaava kysely toteutettiin Liikkuva kuvassa opiskelussa myös toiselle asteelle, ja Liikkuva varhaiskasvatus sekä Liikkuva koulu kartoittivat alempien asteiden liikkumisen olosuhteita omista kyselyissään. Tässä raportissa esitellään korkeakoulujen kyselyn tulokset. Muiden koulutusasteiden tulokset esitellään erillisissä raporteissa.

Liikkumisen olosuhteet ymmärretään osaksi oppimis- tai opiskeluympäristöä, jotka käsitteinä voivat viitata paitsi tiloihin ja paikkoihin, myös yhteisöihin ja toimintakäytäntöihin. Oppimisympäristöt rakentuvat fyysisten olosuhteiden lisäksi pedagogisista ja sosiaalisista tekijöistä. Tämä tutkimus rajattiin koskemaan nimenomaisesti liikkumiseen vaikuttavia fyysisiä olosuhteita.

Kyselyn toteutuksesta ja raportoinnista ovat vastanneet Jyväskylän ammattikorkeakoulun Likesin tutkijat. Kyselylomakkeen laadinnassa ja aineistonkeruussa on tehty yhteistyötä Opiskelijoiden Liikuntaliiton (OLL) kanssa. OLL on lisäksi koonnut raporttiin seurantatietoa Liikkuva korkeakoulu -tulokortin tuloksista.

Taustaa korkeakoulujen oppimisympäristöistä

Korkeakouluissa oppiaineiden ja tieteenalojen vaihtelevat tarpeet vaikuttavat oppimisympäristöihin. Yksittäisessä korkeakoulun rakennuksessa voi olla hyvin erilaisia opetustiloja: laboratorioita, työpajoja, simulointitiloja, luentosaleja, ryhmätyötiloja, auditorioita ja kokoushuoneita. Korkeakouluista osa toimii yksittäisellä kampuksella, mutta pääosalla niistä on useita kampuksia. Opiskelijamäärillä mitaten yliopistot ovat keskimäärin suurempia kuin ammattikorkeakoulut, ja niiden kampukset koostuvat tavallisemmin useista rakennuksista.

Korkeakoulujen oppimisympäristöjen kehittämisessä suora valtakunnallinen ohjaus on hyvin vähäistä. Opetus- ja kulttuuriministeriön roolina on koordinoida korkeakoulujen kehityksen yleisten suuntaviivojen määrittelyä, ja esimerkiksi valtakunnallisessa korkeakoulutuksen ja tutkimuksen visiossa oppimisympäristöjen kehittämisessä oppimisympäristöjä sivutaan parhaimmillaankin vain hyvin yleisluontoisesti (katso esim. Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2025).

Yliopistolaki takaa yliopistoille laajan itsehallinnon, eikä laki suoranaisesti puutu niiden oppimisympäristöihin tai tilaratkaisuihin. Yleiset edellytykset liikumisen olosuhteiden kehittämiseksi luodaan kuitenkin lain perustelutekstissä, jossa yliopistojen edellytetään turvaavan tarkoituksenmukaiset liikuntapalvelut opiskelijoille (Valtioneuvosto, 2009). Vastaavasti ammattikorkeakoululain perustelutekstissä edellytetään yleisesti, että ammattikorkeakoulun on tarjottava opiskelijoille liikuntapalveluita (Valtioneuvosto, 2014). Ammattikorkeakouluja koskevan asetuksen valmistelussa eduskunnan sivistysvaliokunta linjasi, että liikuntapalveluiden tulisi tasoltaan olla korkeakoululiikunnasta annettujen valtakunnallisten suositusten mukaisia. Lisäksi ammattikorkeakoululaissa säädetään yleisluontoisesti, että opiskelijalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön (Ammattikorkeakoululaki, 932/2014, luku 6, §31).

Käytännössä korkeakoulujen oppimisympäristöjen ja tilojen kehittämisessä avainasemassa ovat oppilaitokset itse. Niiden strategioissa oppimisympäristöt ja tilat huomioidaan usein vain yleisellä tasolla. Erityiset tilojen kehittämisohjelmat puolestaan keskittyvät tilojen teknisen ylläpidon koordinointiin. Korkeakoulujen sisäiset kanavat ja prosessit oppimisympäristöjen kehittämiseksi kytkeytyvät tavallisesti korkeakoulupedagogiikkaan tai yliopistopalveluihin ja muihin hallinnollisiin yksiköihin. Kehittämistyötä tehdään myös erilaisissa verkostoissa ja kehittämishankkeissa (Alaniska ym., 2024; Murtonen ym., 2022, s. 51–57.).

Korkeakoulupedagogiikka ja Korkeakoululiikunnan valtakunnalliset suositukset

Korkeakoulupedagogiikassa oppimisympäristöä tarkastellaan pedagogisena, sosiaalisena ja yhteisöllisenä kokonaisuutena (Toom & Pyhältö, 2020, s. 24–27). Fyysisten tilojen osalta keskeisimmät pedagogiikasta lähtevät kehittämisen avainteemat ovat 2020-luvulla olleet tilojen monikäyttöisyys, muunneltavuus ja esteettömyys. Niiden kautta halutaan tavoitella erilaisiin opetustilanteisiin ja -menetelmiin soveltuvia tiloja, mutta samalla nostetaan esiin myös tilojen viihtyisyyttä. Tiloilla nähdään tärkeä rooli opiskelun yhteisöllisyyden vahvistajana. Tilojen halutaan vahvistavan opiskelijoiden sosiaalista vuorovaikutusta ja tarjoavan mahdollisuuksia myös rentoutumiselle ja palautumiselle (Honkanen ym., 2022, s. 261–267; Kukkonen & Marttila, 2017, s. 80).

Korkeakoulujen oppimisympäristöissä haetaan tasapainoa läsnäolon ja etätyöskentelyn välillä. Koronapandemia vauhditti jo käynnissä ollutta etä- ja hybridiopetukseen soveltuvien opetustilojen kehittämistä. Muunneltavat tilat lisäävät mahdollisuuksia monimuotoiselle ja uudistavalle opetukselle. Digitaalisuus on uudistanut korkeakoulupedagogiikassa perinteistä luentomuotoista auditorio-opetusta ja lisännyt vuorovaikutusta ja toiminnallisuutta opetuksessa. Lähikohtaamisten vähentyessä ne nähdään mahdollisuuksina lisätä sosiaalisuutta ja yhteisöllisyyttä esimerkiksi pari- ja ryhmätyöskentelyllä tai muilla opiskelijoita eri tavoin aktivoivilla menetelmillä (Digicampus, ei pvm.; Niinistö-Sivuranta & Lindblom, 2022, s. 228–229; Suomen Yliopistokiinteistöt Oy, ei pvm.)

Valtakunnallisesti yhteistä suuntaa korkeakoulujen liikkumisolosuhteiden kehittämiseksi on haettu Korkeakoululiikunnan valtakunnallisilla suosituksilla (Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry., 2018). Ne laadittiin ensimmäisen kerran vuonna 2011 korkeakoulu yhteisön eri tahojen yhteistyöllä, tutkimustietoa hyödyntäen ja pedagogiset tarpeet huomioiden. Laatimistyötä koordinoi Opiskelijoiden Liikuntaliitto (OLL). Alkuperäiset suositukset keskittyivät korkeakoulujen liikuntapalvelujen ja toimintakulttuurin kehittämiseen. Vuonna 2018 lisäyksiä suositukseen tehtiin kirjaukset päivittäisen istumisen vähentämisestä ja korkeakoulu ympäristön liikunnallistamisesta. Lisäykset avarsivat suositusten näkökulmaa pelkästä liikunnasta laajemmin opiskelupäivien aikaiseen fyysiseen aktiivisuuteen. (Ansala ym., 2018, s. 4, 12–15.)



Kuva 2. Opiskelijoiden Liikuntaliitto on luonut kotisivuilleen (www.oll.fi) digitaalisen Liikkuvan ja urheiluvan korkeakoulun polun. Polkua kuvaavan karttaan on koottu kaikki keskeiset opiskelija- ja korkeakoululiikunnan tukitoiminnot. (Kuva: Ruth Landesa).

Samalla suositukset kohdensivat huomiota oppimisympäristöjen fyysisiin olosuhteisiin eli luentosalien ja luokkatilojen kalustukseen sekä yleisemmin kaikkien korkeakoulujen tilojen hyödyntämiseen fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä. Korkeakoulujen opetustilat esimerkiksi suositellaan kalustettavaksi siten, että työskentely sekä seisten että istuen on helppoa ja luontevaa. Myös työskentelyasennon vaihtamisen tulisi olla helppoa. Oppimisympäristön konkreettisten muokkauksien ja uudistusten on todettu olevan toimiva keino vähentää korkeakouluopiskelijoiden runsasta istumista (Holm ym., 2023). Fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi suositellaan, että aula-, käytävä-, tauko- ja ulkotiiloissa on erilaisia matalan kynnyksen fyysiseen aktiivisuuteen kannustavia välineitä ja ratkaisuja (Ansala ym., 2018, s. 16–17).

Terveyden, tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden näkökulmat

Liikkumisen merkitys opiskelijan hyvinvoinnin ja opiskelukyvyyn ylläpidossa tunnustetaan korkeakoulujen opiskelijaterveydenhuollon piirissä valtakunnallisesti. Esimerkiksi terveydenhuoltolain edellyttämässä oppilaitosympäristöjen

ja -yhteisöjen tarkastuksissa kiinnitetään huomiota liikkumisen olosuhteisiin, vaikka terveys- ja turvallisuusnäkökohdat hallitsevatkin tarkastusten näkökulmaa (Terveystarkastuslaki, 1326/2010, 17§). Kolmen vuoden välein tehtävät tarkastukset antavat suuntaviivoja sekä ulko- että sisätiloille. Tarkastusten sisältöä määrittävän ohjeistuksen mukaan pyöräpysäköinnin tulisi olla toimivaa, pukuhuoneiden ja sosiaalitilojen riittäviä sekä ergonomisten ratkaisujen tulisi tukea vaihtelevia työskentelyasentoja. Ohjeessa ei kuitenkaan eritellä näiden teemojen osalta määrällisiä tai muuten konkreettisia kriteereitä (Hietanen-Peltola & Korpilahti, 2015).

Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiön (YTHS) Liikkuen opiskelukykyä -mallissa korkeakoulujen hyvän opiskeluympäristön fyysiset ominaisuudet huomioidaan, mutta vain melko yleisellä tasolla. Malli kehottaa valitsemaan opiskelutiloihin vaihtelevia työskentelyasentoja ja toiminnallisia oppitunteja mahdollistavia kalusteita. Rappusten käytön lisääminen sekä opiskelumatkojen kulkeminen ”fyysisesti aktiivisesti” mainitaan arjen keinoina liikkumisen edistämiseen (Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö, 2026).

Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden huomioiminen liikkumisen olosuhteissa pohjautuu esimerkiksi perustus-, yhdenvertaisuus- ja tasa-arvolakeihin. Yhdenvertaisuus on jokaisen perusoikeus ja perustuslain mukaan ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eriarvoiseen asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella (Suomen perustuslaki, 731/1999, §6). Korkeakoulut ovat koulutuksen järjestäjinä velvollisia edistämään tasa-arvoa ja yhdenvertaisuutta omassa toiminnassaan. Niiden tulee laatia tasa-arvo- ja yhdenvertaisuussuunnitelmat. Korkeakoulujen on varattava opiskelijoille tai heidän edustajilleen mahdollisuus tulla kuulluiksi edistämistoimenpiteistä (Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 609/1986, 5 §; Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014, 6 §).

Korkeakoulujen arjessa tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden huomioiminen tarkoittaa liikkumisen olosuhteiden osalta sitä, että tarjottavien olosuhteiden tulisi mahdollistaa liikkuminen kaikille tasapuolisesti. Joissain tapauksissa tosiasiallisen yhdenvertaisuuden toteutuminen edellyttää opiskelijoiden yksilöllisten tarpeiden huomioimista, esimerkiksi liikkumis-, kuulemis- ja näkemisympäristön esteettömyyden huomioimista tai viestintää useammalla eri kielellä (Kuparinen ym., 2023). Tärkeää on myös, että eritaustaisten opiskelijoiden mielipiteitä kuullaan liikkumisen olosuhteita kehitettäessä.

Aktiivinen kulkeminen osana kestävää kehitystä

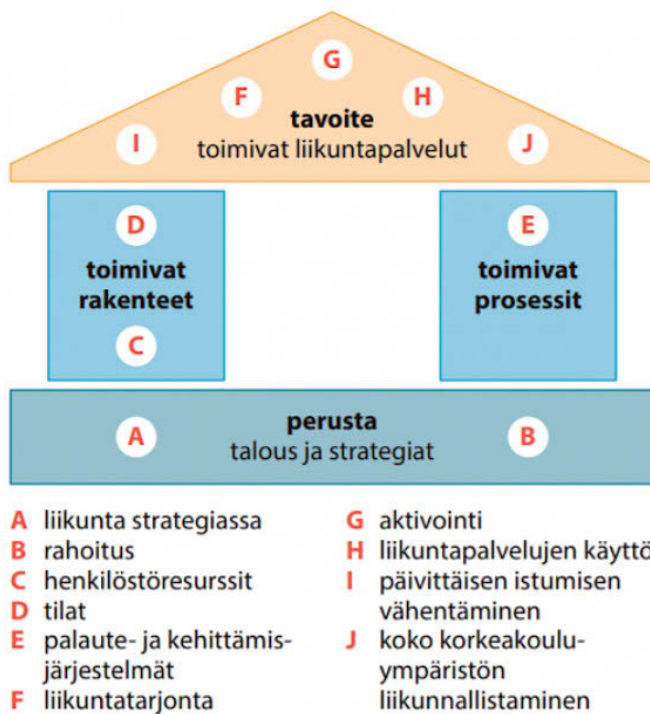
Kulkemisen olosuhteissa korkeakoulujen liikkumisen olosuhteiden kehittämisellä on yhteisiä päämääriä ympäristöystävällisten kehittämistavoitteiden kanssa. Useimmat korkeakoulut ovat sitoutuneet tavoittelemaan hiilineutraaliutta kaikessa toiminnassaan, ja sitä edistääkseen ne ovat laatineet erilaisia toimintasuunnitelmia. Niissä yhtenä yhteisenä teemana on kulkemisen kehittäminen vähäpäästöisemmäksi. Toisin sanoen henkilöstön työmatkaliikenteessä ja opiskelijoiden kulkemisessa oppilaitokseen halutaan lisätä kävelyä, pyöräilyä ja julkisen liikenteen käyttöä (esim. Arene, 2020; Eskelinen, 2025; Helsingin yliopisto, 2023).

Aalto-yliopiston Otaniemen kampukselle laadittu kestävä liikuttamisen toimintasuunnitelman lähtökohtana on ympäristöhaittojen vähentäminen, mutta suunnitelma edistää konkreettisissa toimissaan samalla aktiivisen kulkemisen olosuhteita. Toimintasuunnitelman kestävä liikuttamisen visiossa Otaniemeen on miellyttävää ja helppoa saapua kestävillä liikuttamistavoilla. Pyörävyylät ovat sujuvia ja turvallisia ympärivuotisesti, ja pyöräpysäköinnille on katettuja ja runkolukitusmahdollisuuden tarjoavia pysäköintipaikkoja. Toimenpidetasolla tämä tarkoittaa väylien kehittämistä sekä pyöräpaikkojen määrän (tavoite 4 600 paikka) ja pukuhuonetilojen lisäämistä. Vision mukaan kampusalueen sisäisessä kulkemisessa ensisijainen kulkemistapa on kävely, jolle luodaan esteettömät, viihtyisät ja virikkeelliset olosuhteet. Kävely nähdään sekä yksilön hyvinvointia että yhteisöllisyyttä vahvistavana tekijänä, joka on omiaan luomaan kampuksesta ”sosiaalisen solmukohtan”. (Aalto-yliopisto, 2023, s. 11–12, 34–35.)

Liikkuva korkeakoulu -tulokortin seurantatieto

Opiskelijoiden Liikuntaliitto ylläpitää korkeakouluyhteisölle opiskelija- ja korkeakoululiikunnan arviointiin ja kehittämiseen tarkoitettua työkalua, Liikkuva korkeakoulu -tulokorttia. Se on suunnattu korkeakoulujen, opiskelija- ja ylioppilaskuntien sekä korkeakoulujen sidosryhmien käyttöön. Tulokortin perustana ovat Korkeakoululiikunnan suositukset, jotka jäsentävät korkeakoululiikuntaa kokonaisvaltaisesti. Suositukset kohdentavat huomiota strategiaan ja talouteen, henkilöstöön ja tiloihin, palaute- ja kehittämisjärjestelmiin, liikuntapalveluihin sekä fyysistä aktiivisuutta edistäviin olosuhteisiin (istumisen vähentäminen, kaikkien tilojen liikunnallistaminen) (Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry, ei pvm.).

Liikkuva korkeakoulu -tulokortti rakentuu suositusten painopisteiden varaan. Tulokortin metodologisena perustana toimii ns. tasapainotettu tulokorttiajattelu (*Balanced Scorecard*). Tasapainotettua tulokorttia käytetään yleisesti moniulotteisten, laadullisia ja määrällisiä tuloksia yhdistelevien kokonaisuuksien hahmottamiseksi. Liikkuva korkeakoulu -tulokortti on käytännössä useammasta yksittäisestä tarkasteltavasta ominaisuudesta pisteuttamalla koostettu ”yleisarvosana” alateemoineen. Tulokortissa teemat eli yksittäiset ”kortit” seuraavat korkeakoululiikunnan suositusten sisältöjä. Lisäksi tulokortissa on erillinen teema yhdenvertaisuuteen ja vastuullisuuteen liittyvistä asioista sekä vuosittain vaihtuva teema, millä pyritään vastaamaan muuttuviin tiedontarpeisiin.



Kuva 3. Korkeakoululiikunnan keskeisiä osa-alueita kuvattuna Liikuntatalo -tulokorttimallina (Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry., 2018).

Liikkuva korkeakoulu -tulokortti on myös osa suomalaisen opiskelija- ja korkeakoululiikunnan digitalisaatiota: kun aiemmin opiskelija- ja korkeakoululiikunnan valtakunnallista tilaa arvioitiin, seurattiin ja raportoitiin noin 2–3 vuoden välein, tarjooa vuonna 2022 käyttöönottettu Liikkuva korkeakoulu -tulokortti verkkopohjaisen jatkuvasti päivittyvän tilanneseurannan (Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry, ei pvm.). Liikkuva opiskelu -toiminnan korkeakouluja koskevan Nykytilan arviointi -työkalun sisällöt integroitiin tulokorttiin vuonna 2024.

Tulokortin yleiskuva

Liikkuva korkeakoulu -tulokortissa ”yleisarvosanaa” kuvataan Liikkuva korkeakoulu -indikaattorina, joka on laskettu sekä korkeakoulukohtaisena tuloksena että kaikkien korkeakoulujen yhteenlaskettuna eli koko Suomen korkeakoululiikuntaa yhdellä tunnusluvulla kuvaavana Liikkuva korkeakoulu -kokonaistuloksena. Liikkuva korkeakoulu -indikaattorin arvo lasketaan siten, että kaikkien annettujen vastausten pisteet suhteutetaan kaikkien kohtien teoreettiseen maksimipistemäärään ja kerrotaan sadalla.

	Liikkuva korkeakoulu - kokonaistulos	Strategiat ja jäsenyydet	Rahoitus
Koko Suomi (2026)	x	x	x
Koko Suomi (2025)	60	5.6	5.8
Koko Suomi (2024)	56	5.9	5.1
Koko Suomi (2023)	53	2.1	4.7

Kuva 4. Liikkuva korkeakoulu -tulokortti: kokonaistulos ja indikaattorilukemat kahdelta kortin osa-alueelta (Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry, ei pvm.).

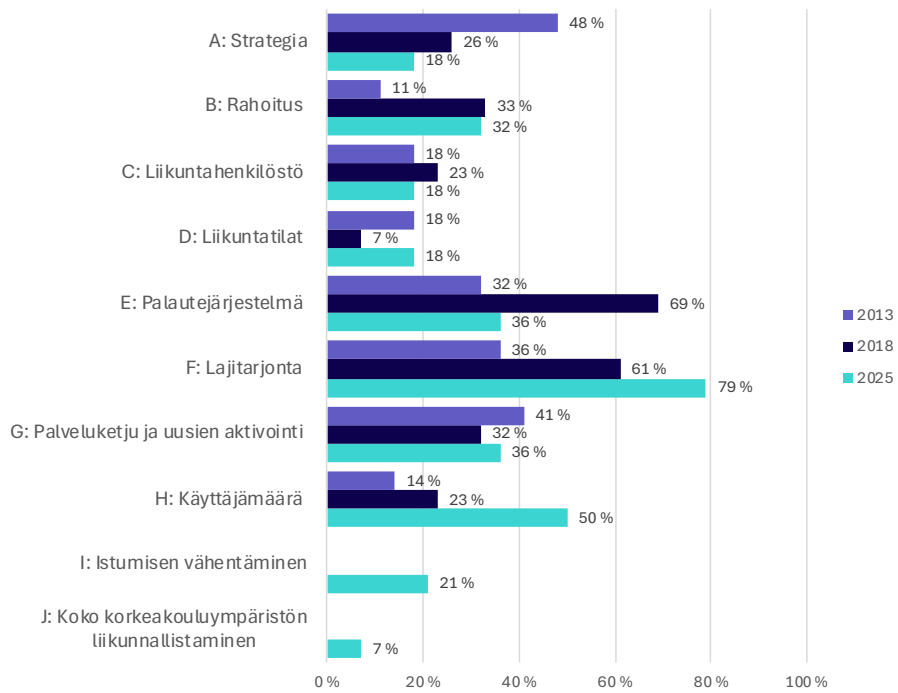
Liikkuva korkeakoulu -kokonaistulos on kehittynyt myönteiseen suuntaan koronapandemian jälkeisinä vuosina. Kun ensimmäisenä mittausvuonna 2023 kokonaistulos oli 53/100 pistettä, niin vuonna 2025 Liikkuva korkeakoulu -kokonaistulos oli 60/100 pistettä. Yksittäisistä teemoista eniten kokonaistilanteen parantumista ovat edistäneet liikunnan strategia-asioiden edistyminen, kohtuullisen suotuisa kehitys rahoituksessa, yhdenvertaisuus- ja saavutettavuusasioiden parempi huomioiminen sekä liiallisen istumisen ja paikallaanolon vähentämisen toimenpiteet.

Korkeakoululiikunnan suositusten perussisältöjen näkökulmasta on huomionarvoista, että korkeakoulujen liikuntatarjonta on viime vuosina monipuolistunut ja laajentunut. Tämä kehitys on todennäköisesti osaltaan edistänyt korkeakoululiikunnan käyttäjämäärien selkeää kasvua. Samalla myös valtakunnalliset tutkimukset viittaavat korkeakoululiikunnan kannalta edulliseen kehitykseen. THL:n ja YTHS:n tuoreimman Korkeakouluopiskelijoiden terveys- ja hyvinvointitutkimuksen mukaan hieman yli puolet korkeakouluopiskelijoista (noin 55 %) täyttää aikuisväestölle asetetut terveystieteiden suositukset (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, ei pvm.).

Istumisen vähentämisessä ja korkeakouluympäristön liikunnallistamisessa kehitettävää

Tuloskortin tulosten perusteella eniten kehitettävää on korkeakoululiikunnan ja fyysisen aktiivisuuden strategiakirjauksissa sekä henkilöstöresurssien että liikuntatilojen riittävydessä. Lisäksi uusimpien suositusten osalta parantamisen varaa on vielä paljon: liiallisen istumisen ja paikallaolon vähentämisen osalta noin viidennes korkeakouluista täyttää suositukset. Riittäviä toimenpiteitä koko korkeakouluympäristön liikunnallistamiseen toteuttaa ainoastaan muutama korkeakoulu.

Keväällä 2025 yhteensä 17 korkeakoulua täytti Liikkuvan opiskelun nykytilan arvioinnin osana Opiskelijoiden Liikuntaliiton (OLL) tuloskorttia. Arvioinnissa tarkasteltiin muun muassa liikkumisen olosuhteita oppimisympäristöissä. Tulosten perusteella vain 12 prosenttia korkeakouluista arvioi, että oppimisympäristöt on suunniteltu siten, että seisten ja istuen työskentely sekä työasentojen vaihtaminen on helppoa ja luontevaa. Vajaa viidennes (18 %) arvioi, että opiskelijoilla on käytettävissä välineitä ja tiloja liikkumiseen opiskelupäivän aikana. Pyöräilyn olosuhteet olivat hieman paremmalla tasolla: lähes puolet (48 %) korkeakouluista katsoi, että kaikilla kampuksilla on riittävästi pyörätelineitä. (Liikkuvan opiskelun Seuranta-Virveli, 2026).



Kuvio 1. Korkeakoululiikunnan suositukset täyttävien korkeakoulujen osuus.

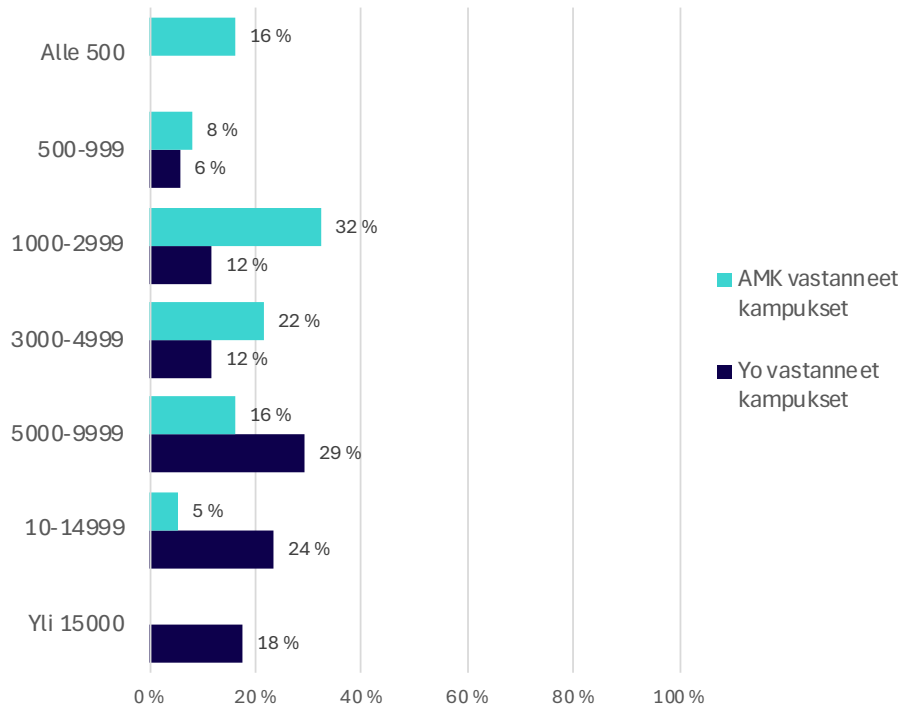
Kyselyn toteutus ja aineistonkuvaus

Korkeakoulujen olosuhdekysely lähetettiin yliopistojen ja ammattikorkeakoulujen rehtoreille, joita pyydettiin välittämään kysely sopivaksi katsotulle vastaajalle tai vastaajaryhmälle. Kysely oli avoinna 8.9.–10.10.2025. Kyselyyn tuli vastata kampuskohtaisesti, koska useimmilla korkeakouluilla on useampia kampuksia.

Yliopistojen osalta vastauksia saatiin 17 kampukselta, mikä vastaa 52 prosenttia yliopistojen kaikista 33 kampuksesta. Vastauksia tuli yhteensä 11 eri yliopistosta, joten vastausaineistossa on edustettuna 85 prosenttia Suomen 13 yliopistosta. Kyselyssä kysyttiin kampuksen opiskelijamäärää. Vastaajajoukon kampusten opiskelijamäärä vaihtelee 500 opiskelijasta 22 000 opiskelijaan. Keskimäärin vastaajajoukon yliopistokampuksilla on 8 548 opiskelijaa.

Ammattikorkeakouluista vastauksia saatiin 37 kampukselta, mikä on 46 prosenttia kaikista ammattikorkeakoulujen 81 kampuksesta. Vastauksia saatiin yhteensä 18 eri ammattikorkeakoulusta, joten vastausaineistossa on edustettuna 75 prosenttia Suomen 24 ammattikorkeakoulusta. Vastaajajoukon kampusten opiskelijamäärä vaihtelee 100 opiskelijasta 11 400 opiskelijaan (kuvio 2). Keskimäärin vastaajajoukon ammattikorkeakoulukampuksilla on 3 119 opiskelijaa.

Opiskelijamäärien vertailu kokoluokittain osoittaa (kuvio 2), että kyselyyn vastanneiden yliopistokampusten joukossa painottuvat suuremmat, yli 5 000 opiskelijan kampukset. Ammattikorkeakoulukampusten vastaajajoukossa painottuvat puolestaan pienemmät, alle 3 000 opiskelijan kampukset. Yliopistojen vastausjoukossa ei ole yhtään pientä alle 500 opiskelijan kampusta, eikä ammattikorkeakoulujen vastausjoukossa yhtään yli 15 000 opiskelijan suurta kampusta.



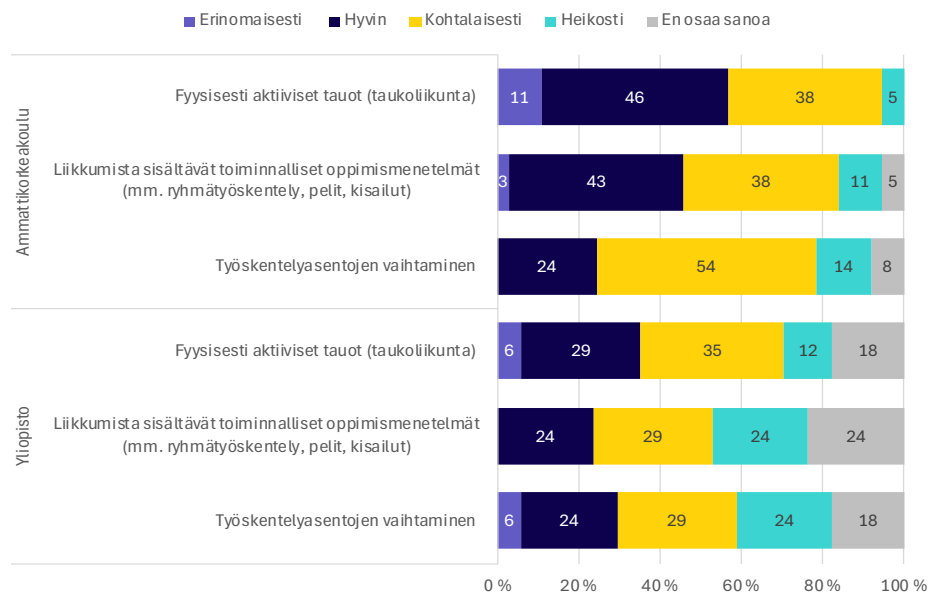
Kuvio 2. Opiskelijamäärät ammattikorkeakoulujen ja yliopistojen kyselyyn vastanneilla kampuksilla.

Tulokset

Kampusten sisätilat

Liikunta- ja kuntosalit. Useimmiten korkeakoulujen kampuksilla on liikkumiseen ja palautumiseen osoitettuja sisätiloja. Korkeakoululiikunnan suositus, jonka mukaan korkeakoululiikunnalle on käytössä vähintään yksi liikuntatila (Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry., ei pvm.), toteutuu vastausten mukaan 27 prosentissa ammattikorkeakouluista ja 47 prosentissa yliopistoista. Hieman yli puolessa korkeakouluista on liikuntasali (amk 51 %; yo 59 %) ja/tai kuntosali (amk 51 %; yo 53 %). Rentoutumiseen ja rauhoittumiseen soveltuvia tiloja on tarjolla yli puolessa korkeakouluista (amk 62 %; yo 59 %).

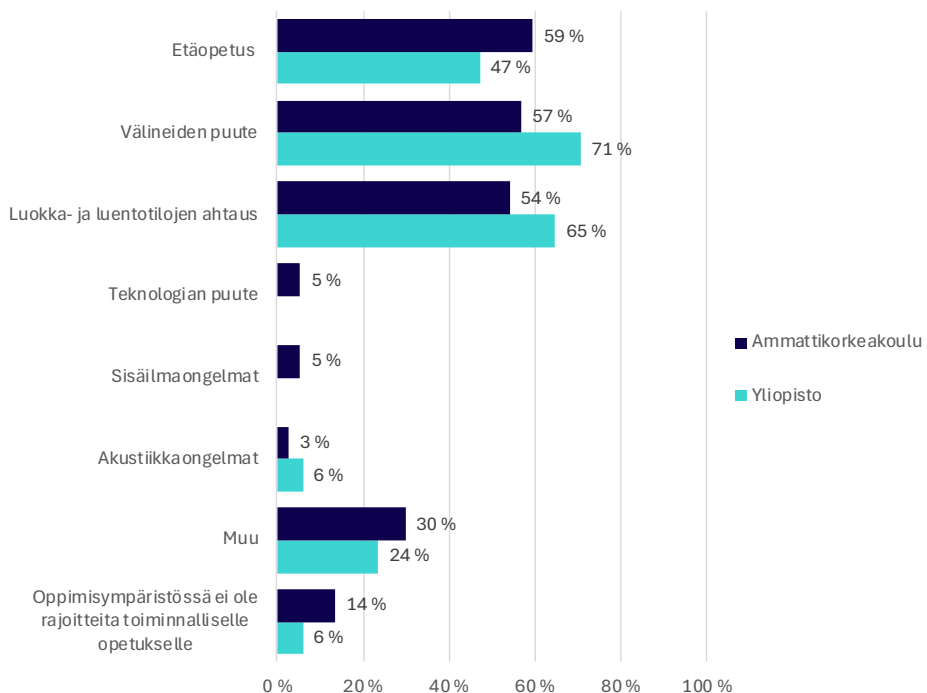
Opetustilojen soveltuvuus liikkumista sisältävälle pedagogiikalle. Vastaajia pyydettiin arvioimaan, kuinka suuressa osassa korkeakoulujen kampusten opetustiloista on hyvät edellytykset liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamiseen. Vastausten mukaan opetustiloista yli puolet soveltuvat hyvin liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamiseen 38 prosentissa ammattikorkeakouluista ja 12 prosentissa yliopistoista.



Kuvio 3. Opetustilojen soveltuminen liikkumista sisältävälle pedagogiikalle.

Ammattikorkeakoulujen (57 %) tilat soveltuvat yliopistojen (35 %) tiloja useammin fyysisesti aktiivisten taukojen pitämiseen vähintään hyvin (kuvio 3). Yliopistoissa tilat soveltuvat heikoiten työskentelyasentojen vaihtamiseen ja liikkumista sisältävien toiminnallisten oppimismenetelmien käyttöön, kun taas ammattikorkeakoulujen tilat soveltuvat useimmiten kohtalaisesti työskentelyasentojen vaihtamiseen. Liikkumista sisältävien toiminnallisten opetusmenetelmien käyttö onnistuu ammattikorkeakouluissa useimmiten erinomaisesti tai hyvin (46 %).

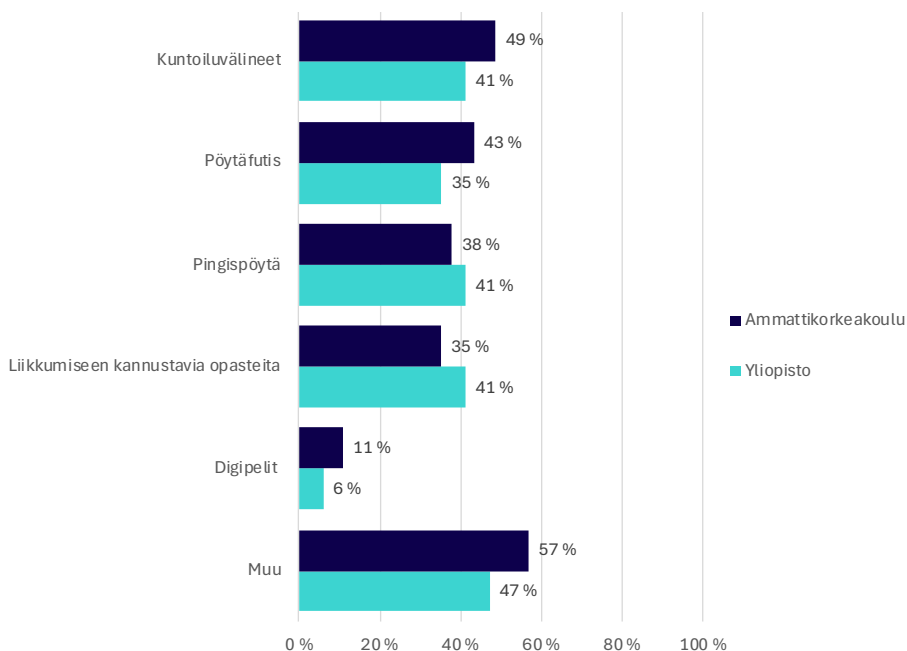
Liikkumista sisältävän pedagogiikan koetut esteet. Useimmiten korkeakoulujen liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamista haastavat luokka- ja luentotilojen ahtaus (amk 54 %; yo 65 %), soveltuvien välineiden puute (amk 57 %; yo 71 %) sekä se, että opetusta järjestetään usein etäopetuksena (amk 59 %; yo 47 %, kuvio 4). Avoimissa vastauksissa nousi esille moninaisia syitä, jotka haastavat liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamista. Osa opetuksesta toteutetaan esimerkiksi auditorioissa, joissa liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttaminen koettiin haastavaksi. Osa vastaajista koki esimerkiksi opetustilojen ilmanvaihdon riittämättömäksi. Lisäksi osa vastaajista nosti esille, että vähäinen tietoisuus liikkumista sisältävästä pedagogiikasta rajoittaa sen toteuttamista jopa fyysisen ympäristön puutteita enemmän.



Kuvio 4. Liikkumista sisältävän pedagogiikan esteet korkeakouluissa.

Työskentelyasentojen vaihteluun kannustavat välineet. Kampusten opetustiloissa on useimmiten seisomapöytiä (amk 68 %; yo 82 %), jumbapalloja (amk 38 %; 18 yo %) tai satulatuoleja (amk 30 %; yo 65 %) mahdollistamassa työskentelyasentojen vaihtelua. Näiden lisäksi oppilaitoksissa hyödynnetään avoimien vastausten perusteella oppitunneilla esimerkiksi kuntopyöriä sekä tasapaino- ja aktiivituoleja työskentelyasentojen vaihtamiseen.

Liikuntavälineet ja -pelit. Kampuksilla on useimmiten erilaisia kuntoiluvälineitä, kuten leuanvetotankoja ja kuntopyöriä, pöytäfutiksia ja pingispöytiä (kuvio 5). Sen sijaan erilaisia digipelejä, kuten VR-laseja tai älyseiniä on tarjolla vain muutamassa korkeakoulussa. Opiskelijoiden liikkumiseen kannustavia opasteita hyödynnetään alle puolessa korkeakouluista. Avoimien vastausten mukaan näiden lisäksi kampuksilla on esimerkiksi biljardipöytiä, erilaiset taukoliikuntavälineitä, kuten jumbapalloja ja -keppejä sekä ilmakiekkopelejä.

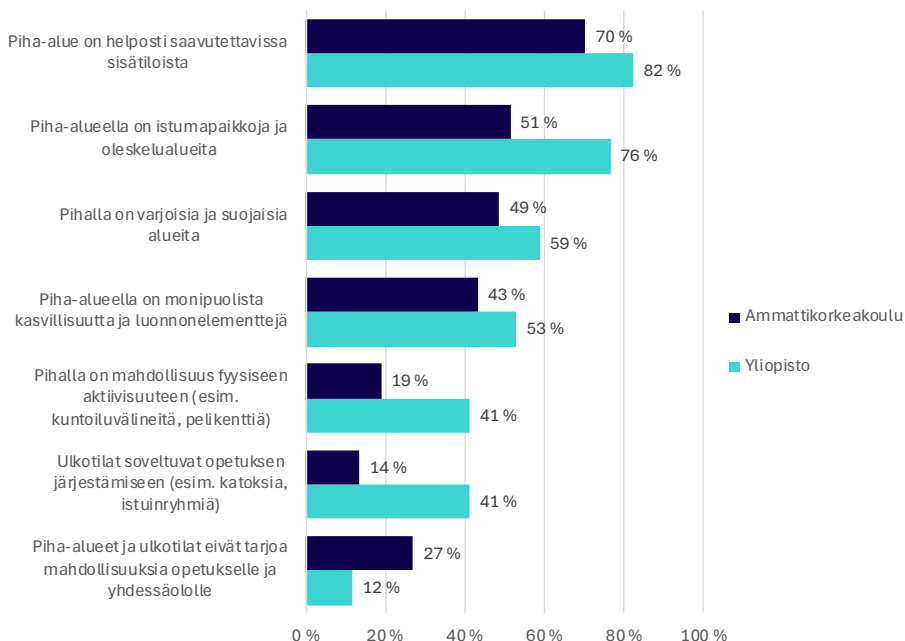


Kuvio 5. Kampuksilla tarjolla olevia liikuntavälineitä ja -pelejä.

Kampusten ulkotilat

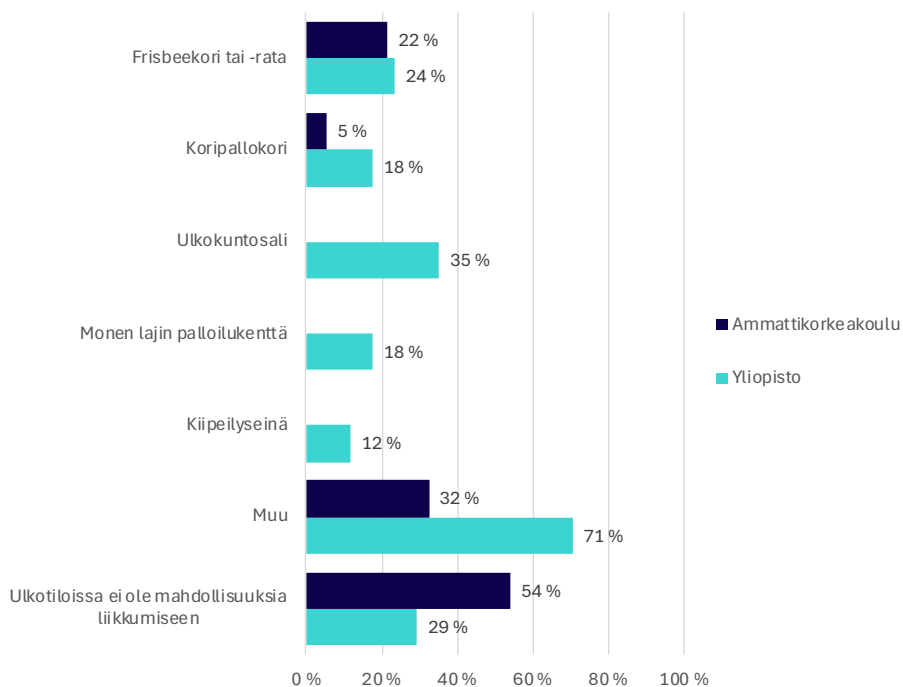
Piha-alueet. Useimmiten kampusten piha-alueet ovat helposti saavutettavissa sisätiloista sekä ammattikorkeakouluissa (70 %) että yliopistoissa (82 %) (kuvio 6). Yliopistojen piha-alueet vaikuttaisivat monipuolisimmilta, sillä niissä on ammattikorkeakoulujen pihoja useammin esimerkiksi istumapaikkoja ja oleskelualueita (amk 51 %; yo 76 %), ne tarjoavat mahdollisuuksia fyysiseen aktiivisuuteen (amk 19 %; yo 41 %) sekä opetukseen soveltuvia tiloja (amk 14 %; yo 41 %). Jopa kolmasosa ammattikorkeakoulujen pihoista ei tarjoa mahdollisuuksia opetukselle ja yhdessä ololle. Noin puolessa korkeakoulujen pihoista on varjoisia ja suojaisia alueita sekä piha-alueilla on monipuolista kasvillisuutta ja luonnonelementtejä. Vain muutaman korkeakoulun kampuksen piha-alue on määritelty kunnan lähiliikuntapaikaksi.

Kolmasosassa ammattikorkeakoulujen pihoista ei ole mitään mahdollisuuksia opetukselle ja yhdessä ololle.



Kuvio 6. Kampusten pihoja ja ulkotiloja kuvaavia väittämiä.

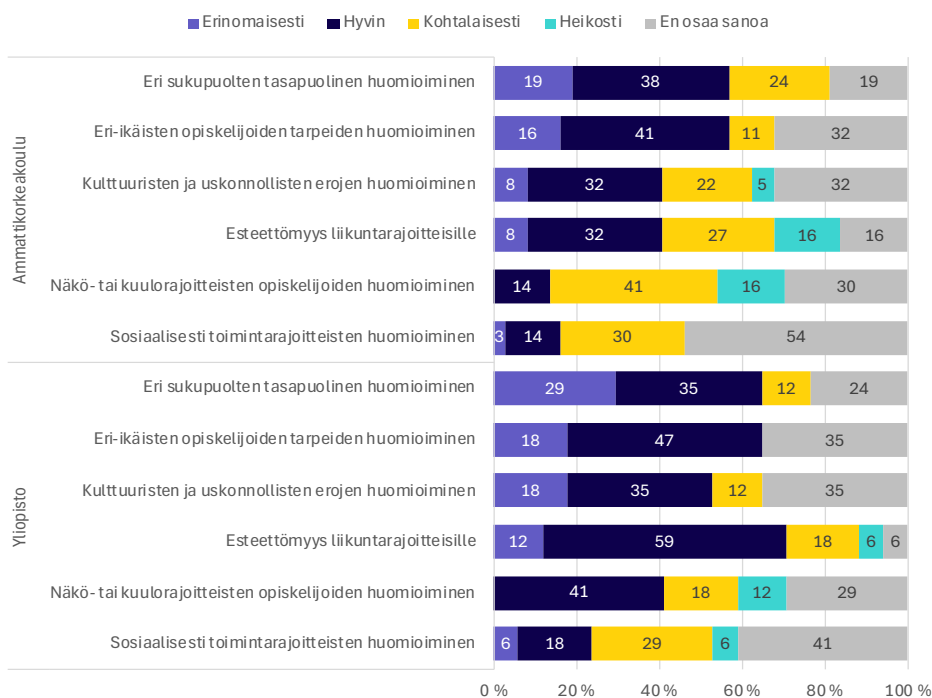
Pihojen liikuntakentät ja kuntoiluvälineet. Vastausten perusteella korkeakoulujen ulkotilat tarjoavat opiskelijoille vielä melko vähän erilaisia välineitä ja liikkumismahdollisuuksia (kuvio 7). Yliopistojen pihoilla on kuitenkin tarjolla liikkumismahdollisuuksia, kuten ulkokuntosaleja ja frisbeegolfkoreja tai -ratoja, ammattikorkeakoulujen pihoja hieman useammin. Muita kampuksien tarjoamia liikkumismahdollisuuksia ovat avoimien vastausten perusteella esimerkiksi beach volley -kentät ja erilaiset hiekkakentät, jotka ovat käytössä omatoimiseen liikkumiseen. Lainattavat liikuntavälineet sekä kuntoilussa hyödynnettävät kampusten portaat tarjoavat nekin liikettä opiskelijoille. Vastaajat nostivat esille myös lähialueiden ja kuntien tarjoamat liikuntapaikat, kuten ulkokuntosalit, puistot ja luontoreitit, jotka sijaitsevat kampusten läheisyydessä ja ovat opiskelijoiden hyödynnettävissä.



Kuvio 7. Kampusten ulkotilojen tarjoamat liikkumismahdollisuudet.

Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden huomioiminen korkeakoulun tiloissa

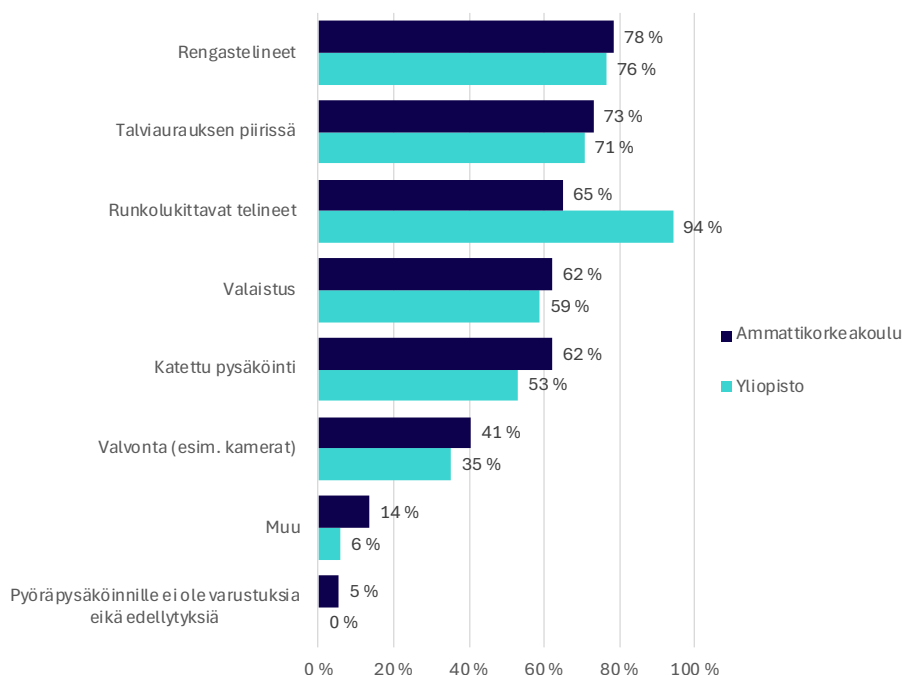
Korkeakoulujen tilojen arviointi tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden toteutumisen näkökulmasta osoittautui vastaajille vaikeaksi, sillä suuri osa ei osannut ottaa kantaa yhdenvertaisuuteen liittyviin väittämiin (kuvio 8). Parhaiten tasa-arvo ja yhdenvertaisuus näyttäisi toteutuvan kampuksien tiloissa eri sukupuolten ja eri ikäisten opiskelijoiden tasapuolisen huomioimisen näkökulmasta. Yliopistojen edustajista 71 prosenttia arvioi tilojen olevan esteettömiä liikuntarajotteisille, kun vastaava osuus ammattikorkeakoulujen osalta on 40 prosenttia. Myös kulttuuristen ja uskonnollisten erojen huomioiminen näyttää toteutuvan yliopistoissa (53 %) hieman paremmin kuin ammattikorkeakouluissa (40 %). Näkö- ja kuulorajotteisten sekä sosiaalisesti toimintarajotteisten opiskelijoiden tarpeiden huomiointi saa heikommät arviot.



Kuvio 8. Vastaajien arvio yhdenvertaisuuden huomioimisesta kampuksen tiloissa liikkumisen lisäämisen näkökulmasta.

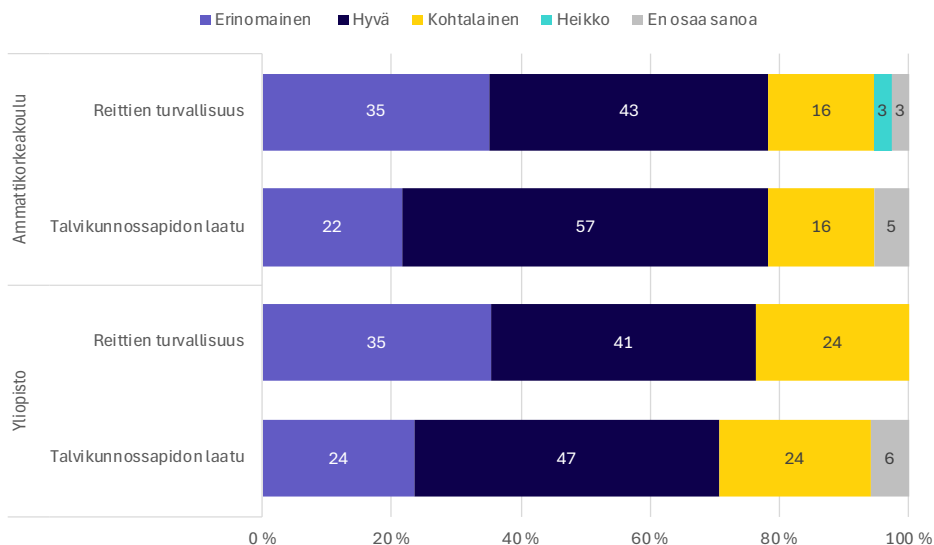
Kävelyn ja pyöräilyn olosuhteet

Pyöräpysäköinti. Yleisimmin pyörien säilytys on ratkaistu runkolukittavilla telineillä (amk 65 %; yo 94 %) tai rengastelineillä (amk 78 %; yo 76 %; kuvio 9). Yli puolessa korkeakouluista pyöräpaikat on valaistu ja valvottu esimerkiksi kameroiden avulla. Ympärivuotista pyöräilyä tuetaan korkeakouluissa useimmiten, sillä pyöräpaikkojen ympäristöä aurataan talvisin (amk 73 %; yo 71 %). Avoimien vastausten mukaan sähköpyörien latausmahdollisuudet, pyörien huoltopisteet sekä sisäparkkipaikat ovat vielä harvinaisempia korkeakoulujen pihoilla.



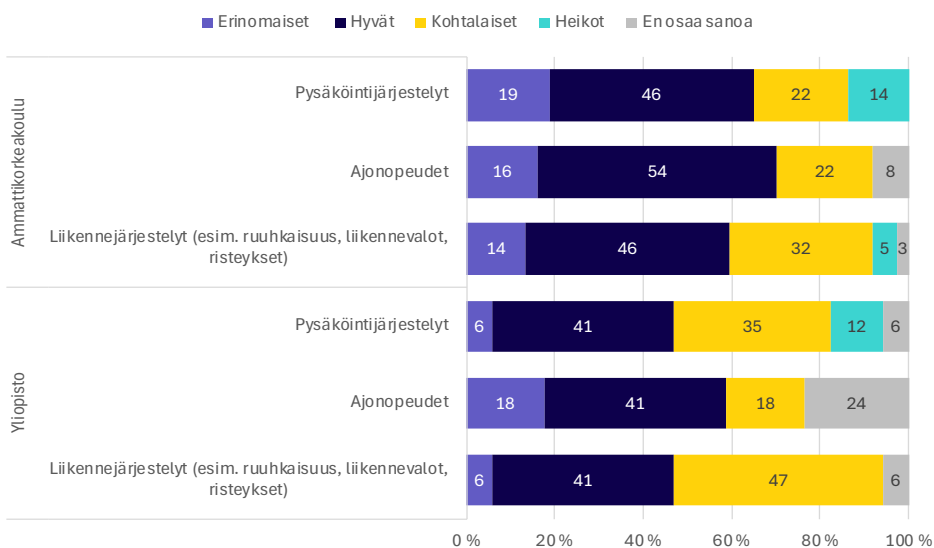
Kuvio 9. Kampusten pyöräpysäköinnin olosuhteet.

Kävely- ja pyöräilyreittien turvallisuus ja talvikunnossapito. Vastaajat arvioivat korkeakoulujen kampusten lähiympäristön kävely- ja pyöräilyreitit pääsääntöisesti turvallisiksi ja talvikunnossapidon laadun hyväksi tai erinomaiseksi (kuvio 10).



Kuvio 10. Kampusten lähiympäristön kävely- ja pyöräilyreittien turvallisuus sekä talvikunnossapidon laatu.

Lähistön liikennejärjestelyt. Moottoriajoneuvoliikenteeseen liittyvistä järjestelyistä ajonopeudet ja pysäköintijärjestelyt koettiin pääsääntöisesti erinomaisiksi tai hyviksi korkeakoulujen kampusten läheisyydessä (kuvio 11). Liikennejärjestelyt koettiin hieman heikommiksi yliopistojen kuin ammattikorkeakoulujen kampusten lähistöllä.



Kuvio 11. Liikennejärjestelyiden toimivuus kampusten läheisyydessä.

Liikkumisen olosuhteiden kehittäminen

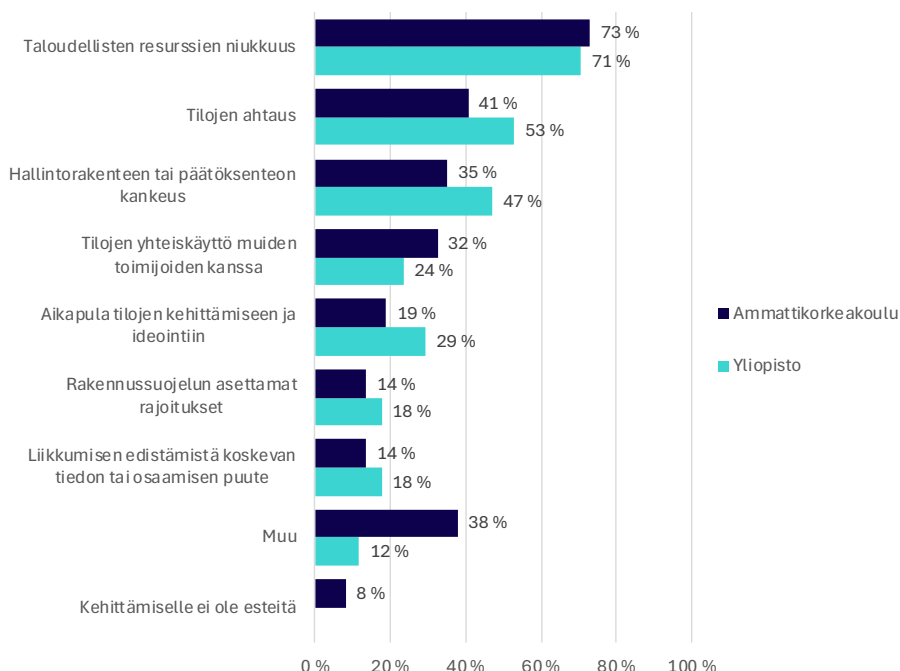
Suuressa osassa korkeakouluja seurataan liikkumista mahdollistavien tilojen ja välineiden kuntoa. Kyselyyn vastanneista ammattikorkeakoulujen edustajista 76 ja yliopistojen edustajista 71 prosenttia ilmoitti, että tilojen ja välineiden kuntoa seurataan. Tilojen ja välineiden käyttöastetta seurataan yliopistoissa (70 %) useammin kuin ammattikorkeakouluissa (49 %). Yliopistoissa (65 %) näyttäisi myös olevan hiukan enemmän taloudellisia resursseja olosuhteiden kehittämiseen kuin ammattikorkeakouluissa (49 %). On kuitenkin huomiotava, että näihin lukuihin on yhdistetty ”samaa mieltä” ja ”jokseenkin samaa mieltä” vastanneet. Yliopistoja edustavista vastaajista vain 12 prosenttia ja ammattikorkeakoululuja edustavista kolme prosenttia ilmoitti olevansa täysin samaa mieltä siitä, että liikkumisen edistämisen olosuhteiden kehittämiseksi on taloudellisia resursseja.

Koetut kehittämiskohteet ja -tarpeet. Fyysisen toimintaympäristön kehittämisessä tärkeimmiksi nähtiin tilojen muunneltavuus ja kalusteiden uudistaminen, jotta työskentelyasentojen vaihtelu ja liikkuminen olisi luontevaa. Seisomapöydät, siirreltävät kalusteet ja taukoliikuntamahdollisuudet mainittiin keskeisinä ratkaisuin. Lisäksi korostettiin tarvetta ulkoliikuntamahdollisuuksien lisäämiseen, melun hallintaan ja sisäilman parantamiseen. Fyysisten muutosten rinnalla painotettiin liikunnallisen toimintakulttuurin vahvistamisen tärkeyttä ja aihepiiriä koskevan tietoisuuden lisäämistä. Lisäksi johdon ja henkilöstön koulutus nostettiin yhdeksi keinoksi vahvistaa liikkumista edistävä pedagogiikan juurtumista käytäntöön.

Kehittämisen koetut esteet. Korkeakoulujen liikkumista mahdollistavien olosuhteiden kehittämistä rajoittavat eniten taloudellisten resurssien niukkuus (kuvio 12). Tunnistetut esteet vaihtelevat hieman ammattikorkeakoulujen ja yliopistojen välillä. Muita yleisiä esteitä ovat tilojen ahtaus sekä hallintorakenteen tai päätöksenteon kankeus

Avoimien vastausten mukaan muissa olosuhteiden kehittämiseen tunnistetuissa esteissä korostuivat sekä asenteelliset että rakenteelliset haasteet. Liikkumista sisältävän pedagogiikan sanoittaminen ja liikunnan merkityksen vähättely nähtiin keskeisinä asenneongelmina, jotka hidastavat kehittämistä. Tilojen osalta esteitä aiheuttivat remontit, vuokratilat ja kampusten huono alkuperäinen suunnittelu, joissa henkilökunnan toiveita ei huomioitu. Ulkoliikuntatilojen puute ja rajalliset piha-alueet rajoittavat mahdollisuuksia, ja tilojen yhteiskäyttöön liittyvät käytännöt ovat monin paikoin sopimatta. Lisäksi muuttojen ja tilojen tiivistämisen vuoksi kehittämistyö ei ole prioriteetti. Resurssipula nousi esiin erityisesti henkilöstön vähäisen määrän ja pienten kampusten kohdalla. Budjetointi koettiin ongelmalliseksi, sillä se perustuu usein

hankerahoitukseen, mikä estää pitkäjänteisen kehittämisen ja vastuunjaon. Monimuoto ja etäopetuksen lisääntyminen ja opiskelijamäärien väheneminen kampuksilla vähentävät tarvetta fyysisille oppimisympäristöille, mikä edelleen vaikeuttaa liikkumista tukevien ratkaisujen toteuttamista.



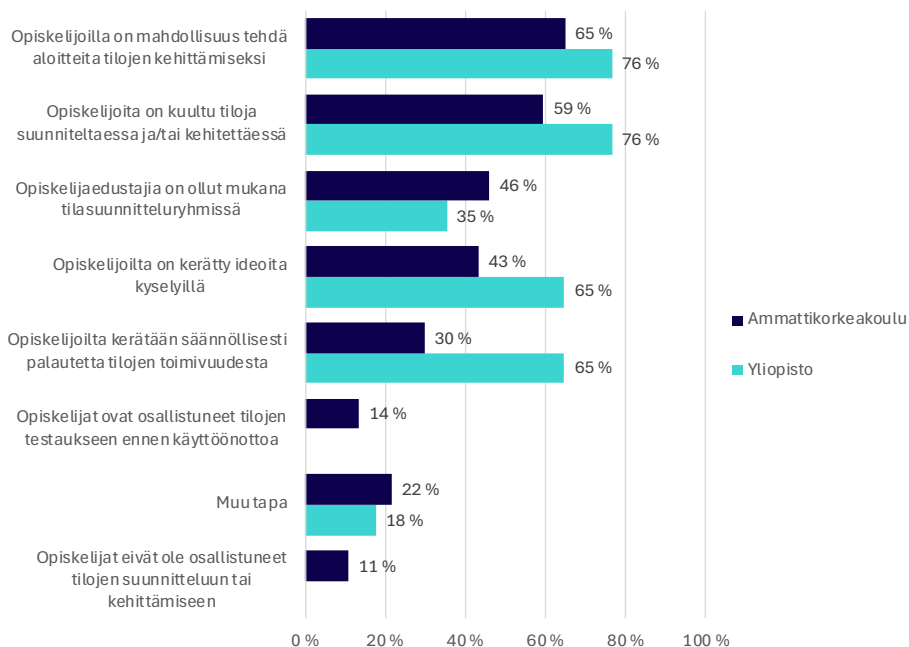
Kuvio 12. Liikkumisolosuhteiden kehittämisen koetut esteet korkeakouluissa.

Kehittämisen esteet yhdenvertaisuuden näkökulmasta. Merkittävimmät yhdenvertaisuuteen liittyvät esteet kampuksen oppimisympäristöissä ja tiloissa liittyvät ennen kaikkea vanhoihin rakennuksiin ja niihin liittyviin esteettömyysongelmiin (amk 43 %; yo 59 %). Lisäksi tilojen rajallisuus ja ahtaus amk (amk 41 %; yo 47 %) sekä opiskelijoiden hyvin erilaiset tarpeet muodostavat keskeisiä haasteita (amk 41 %; yo 41 %). Resurssien puute erityistarpeiden huomioimisessa (amk 24 %; yo 12 %) ja tiedon tai osaamisen puute yhdenvertaisuuskysymyksissä (amk 19 %; yo 0 %) mainitaan myös esteinä. Joissakin tapauksissa kulttuuristen erojen huomioiminen (amk 19 %; yo 24 %) ja sukupuolten välisen tasa-arvon toteuttaminen (amk 0 %; yo 5 %) tuottavat vaikeuksia. Vastaajilla oli mahdollisuus tarkentaa yhdenvertaisuuteen kokemiinsa esteitä tilojen kehittämisen näkökulmasta. Osa raportoi fyysisistä esteistä kuten pyörätuolin käyttäjille haasteellisista kulkureiteistä sekä siitä, että tilat

eivät ole esteettömiä. Omien liikuntatilojen puute vähentää mahdollisuuksia järjestää liikunnallista toimintaa, mikä rajoittaa opiskelijoiden ja henkilöstön mahdollisuuksia lisätä arkiaktiivisuuttaan. Avoimissa vastauksissa tuli esille myös se, että opiskelijoilta ja henkilöstöltä ei ole kerätty tietoa siitä, millaisia esteitä ja tarpeita he kokevat tiloihin liittyen, mikä vaikeuttaa tilojen kehittämistä.

Opiskelijoiden ja henkilöstön osallistuminen kehittämiseen

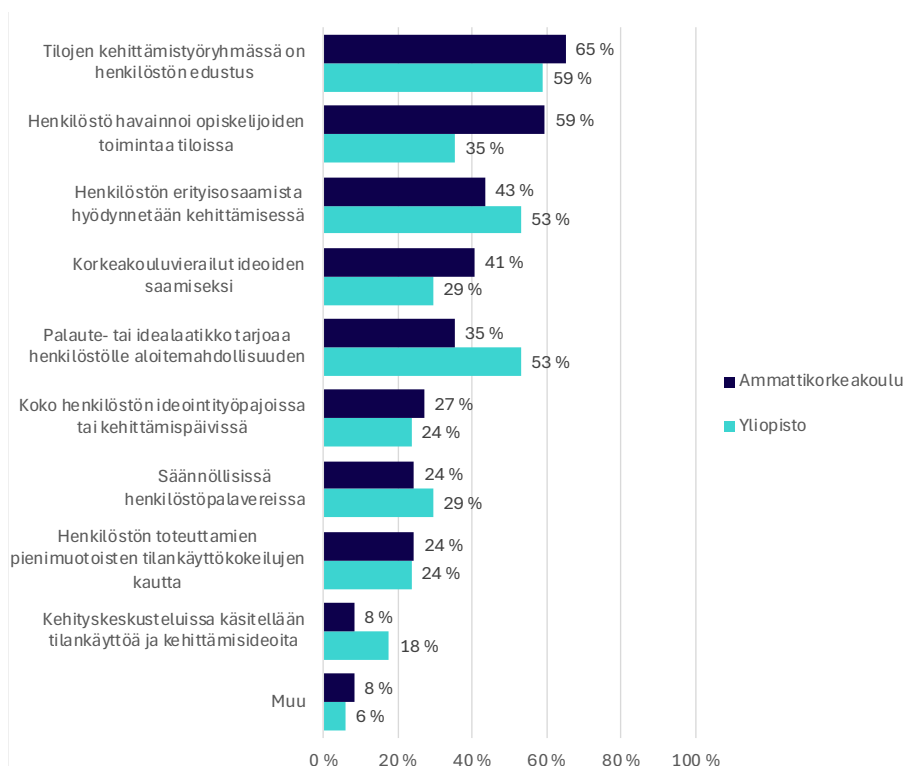
Opiskelijoiden osallistuminen. Korkeakouluopiskelijoiden osallistuminen oppimisympäristöjen kehittämiseen on melko yleistä, mutta vaihtelee toimintatavoittain jonkin verran ammattikorkeakouluissa ja yliopistoissa (kuvio 13). Yliopistoissa opiskelijoita kuullaan tilojen suunnittelussa ja kehittämisessä (76 %) sekä heillä on mahdollisuus tehdä aloitteita (76 %) selvästi useammin kuin ammattikorkeakouluissa (59 % ja 65 %). Ideoiden kerääminen kyselyillä on myös yleistä, erityisesti yliopistoissa (65 %). Yliopistoissa kerätään säännöllisesti palautetta tilojen toimivuudesta (65 %), kun taas ammattikorkeakouluissa tämä on harvinaisempaa (30 %). Vain pieni osa vastaajista ilmoittaa, että opiskelijat eivät ole lainkaan osallistuneet tilojen suunnitteluun tai kehittämiseen.



Kuvio 13. Korkeakouluopiskelijoiden osallistuminen kampuksen opetustilojen kehittämiseen.

Muita esille tulleita opiskelijoiden osallistumisen tapoja olivat johtoryhmän ja opiskelijakunnan väliset aktiiviset keskustelut. Opiskelijoiden näkemyksiä kerätään kyselyillä sekä henkilökohtaisten keskustelujen yhteydessä. Opiskelijaedustus on mukana erilaisissa palavereissa ja työryhmissä, vaikka ei aina suoraan tilasuunnitteluryhmissä. Avoin ilmapiiri ja henkilökohtaiset yhteydenotot mahdollistavat asioiden esiin tuomisen, ja opiskelijoilla on myös mahdollisuus antaa palautetta eri kanavien kautta. Joissakin tapauksissa ei kuitenkaan ole varmuutta, onko opiskelijoilta kysytty mielipidettä meneillään oleviin remontteihin.

Henkilöstön osallistuminen. Myös henkilöstön osallistuminen kampuksen sisä- ja ulkotilojen kehittämiseen tapahtuu monin tavoin (kuvio 14). Yleisin osallistumisen tapa on henkilöstön edustus tilojen kehittämissäryhmissä (ammattikorkeakoulut 65 %, yliopistot 59 %) sekä opiskelijoiden toiminnan havainnointi tiloissa (59 %) sekä opiskelijoiden toiminnan havainnointi tiloissa (59 % ja 35 %). Yliopistoissa hyödynnetään useammin henkilöstön erityisosaamista (53 %) ja palautelaatikko tai ideakanava on käytössä (53 %) selvästi useammin kuin ammattikorkeakouluissa (43 % ja 35 %). Sen sijaan säännölliset palaverit, ideointipäivät ja pienimuotoiset tilankäyttökokeilut ovat melko harvinaisia.



Kuvio 14. Korkeakoulujen henkilöstön osallistuminen kampuksen sisä- ja ulkotilojen kehittämiseen.

Tilojen kehittäminen opiskelijaterveydenhuollon näkökulmasta

Vastaajilta kysyttiin, onko opiskeluterveydenhuollossa tullut kehittämisen tarpeita tiloihin liittyen. Vastauksissa korostuu, että opiskelijaterveydenhuollon (YTHS) tilat sijaitsevat usein erillisissä rakennuksissa, mikä vaikeuttaa saavutettavuutta ja heikentää yhteyttä kampuksen arkeen. Joissakin tapauksissa tilat ovat liian pienet opiskelijamäärään nähden. Kehittämistarpeita on noussut esiin lähinnä sisäilmaan liittyen, mutta monilla kampuksilla on tehty kattavia remonteja. Yhteistyö YTHS:n kanssa toimii pääosin hyvin, ja se on mukana esimerkiksi hyvinvoinnin kehittämistyöryhmissä sekä lakisääteisissä opiskeluympäristön tarkastuksissa. Näissä tarkastuksissa on tunnistettu tarpeita parantaa opiskeluergonomiaa, lisätä seisomatyöpisteitä ja taukoliikuntavälineitä sekä edistää tilojen liikunnallistamista. Lisäksi mainittiin tarve avoimien opetustilojen rauhoittamiseen esimerkiksi sermeillä.

Pohdinta

- Rentoutumiseen ja rauhoittumiseen varattuja tiloja on yli puolessa ja liikunta- ja kuntosaleja noin puolessa korkeakoulujen kampuksista.
- Liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamista rajoittavat erityisesti ahtaat tilat, soveltuvien välineiden puute ja etäopetuksen yleistyminen korkeakouluissa.
- Yliopistojen kampusten pihat ovat monipuolisempia ja ne tarjoavat useammin liikkumismahdollisuuksia kuin ammattikorkeakoulujen kampusten pihat.
- Yhdenvertaisuuden näkökulmasta suurimmat olosuhteiden puutteet liittyvät esteettömyyteen sekä erilaisten toimintarajoitteiden huomioimiseen, erityisesti ammattikorkeakouluissa.
- Useimmiten korkeakoulujen liikkumisen olosuhteiden kehittämistä haastavat taloudellisten resurssien puute, vanhat rakennukset ja tilojen ahtaus.
- Yliopistoissa opiskelijat otetaan ammattikorkeakouluja useammin mukaan tilojen suunnitteluun.

Liikkumisen olosuhteet ovat tärkeä osa liikkumisen edellytyksiä, joita tulisi kehittää monipuolisesti, suunnitelmallisesti ja opiskelijalähtöisesti yhdenvertaisuus huomioiden. Tässä raportissa on tarkasteltu liikkumisen olosuhteita korkeakouluissa. Syksyllä 2025 toteutetun kyselyn tavoitteena oli kerätä tietoa oppilaitosten sisätiloista ja niiden soveltumisesta liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamiseen, ulkotiloista, tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden huomioimisesta, kävelyn ja pyöräilyn olosuhteista, liikkumisen olosuhteiden kehittämisestä sekä opiskelijoiden ja henkilöstön osallistumisesta kehittämissyöhyön. Kyselyyn pyydettiin vastaamaan kampuskohtaisesti. Tulosten mukaan liikkumisen olosuhteet vaihtelevat jonkin verran ammattikorkeakoulujen ja yliopistojen välillä.

Sisätilat

Korkeakoululiikunnan suosituksen mukaan korkeakoululiikunnan käytössä pitäisi olla vähintään yksi liikuntatila (Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry., 2018). Tämä toteutuu noin puolessa yliopistojen kampuksista ja vain noin kolmasosassa ammattikorkeakoulujen kampuksista. Rentoutumiseen ja rauhoittumiseen soveltuvat tilat sekä kuntosalit ovat liikuntasaleja yleisempiä, sillä niitä on yli puolessa kampuksista.

Liikkumista sisältävä pedagogiikka on yksi mahdollisuus lisätä opiskelijoiden liikkumista opiskelupäivän aikana. Vastausten mukaan ammattikorkeakoulujen kampusten opetustilat soveltuvat yliopistojen opetustiloja useammin liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamiseen. Liikkumisen sisällyttämistä opetukseen haastaa vastaajien mukaan useimmiten luokka- ja luentotilojen ahtaus, soveltuvien välineiden puute, sekä etäopetus. Vastausten mukaan auditoriot koettiin haastaviksi ympäristöiksi lisätä liikettä opetukseen. Toisaalta vastauksissa korostui myös tietoisuuden puute. Etä- ja monimuoto-opetus ovat yleistyneet ja ne luovat omat reunaehdonsa liikkumista sisältävälle pedagogiikalle. Korkeakoulujen henkilöstö voisi hyötyä koulutuksesta, jossa keskityttäisiin liikkumista sisältävän pedagogiikan toteuttamiseen auditorioissa tai ahtaissa opetustiloissa, mutta myös siihen, miten liikkumista voisi sisällyttää etäopetukseen.

Kampuksille sijoitellut liikuntavälineet ja -pelit voivat myös houkutella opiskelijoita lisäämään liikettä opiskelupäiviin. Useimmiten kampuksilla on erilaisia kuntoiluvälineitä, pöytäfutiksia tai pingis- tai biljardipöytiä.

Ulkotilat

Yliopistojen piha-alueet vaikuttaisivat monipuolisimmilta, sillä niissä on ammattikorkeakoulujen pihoja useammin esimerkiksi istumapaikkoja ja oleskelualueita, ja ne tarjoavat useammin mahdollisuuksia fyysiseen aktiivisuuteen tai opetukseen. Jopa kolmasosa ammattikorkeakoulujen pihoista ei tarjoa mahdollisuuksia opetukselle ja yhdessäololle. Yliopistojen pihoilla on myös enemmän tarjolla liikkumismahdollisuuksia kuin ammattikorkeakoulujen pihoilla. Erot yliopistojen ja ammattikorkeakoulujen pihoissa saattavat selittyä esimerkiksi rakennusvuosilla ja tonttien sijainnilla. Ammattikorkeakouluilla ja niiden kampuksilla on lyhyempi historia, joten ne saattavat sijaita olemassa olevissa vuokratiloissa tiiviimmin rakennettujen kaupunkien keskustoissa. Yliopistojen kampukset saattavat sijaita puolestaan historiallisilla kampusalueilla, joiden piha-alueilla on enemmän tilaa.

Tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden huomioiminen

Liikkumisolosuhteita kehitettäessä on tärkeää huomioida opiskelijoiden moninaisuus ja erilaiset tarpeet, jotta yhdenvertaisuus toteutuu. Vastausten perusteella korkeakoulut ottavat huomioon tällä hetkellä eri sukupuolten ja eri-ikäisten opiskelijoiden tarpeita liikkumisen lisäämisessä. Sen sijaa parannettavaa on erityisesti ammattikorkeakoulujen kampuksilla esteettömyyden, näkö- tai kuulurajoitteisten sekä sosiaalisesti toimintarajoitteisten opiskelijoiden huomioimisessa. Yliopistojen kampuksilla on vastausten perusteella huomioitu esteettömyys paremmin kuin ammattikorkeakouluissa, mutta näkö- tai kuulurajoitteisten tai sosiaalisesti toimintarajoitteisten opiskelijoiden huomioimisessa riittää parannettavaa yliopistoissakin. Korkeakouluissa riittääkin vielä kehitettävää, jotta erilaiset yhdenvertaisuuteen liittyvät näkökulmat otettaisiin huomioon liikkumisolosuhteita kehitettäessä.

Kävelyn ja pyöräilyn olosuhteet

Hyvät kävelyn ja pyöräilyn olosuhteet voivat kannustaa opiskelijoita saapumaan kampuksille aktiivisilla kulkutavoilla. Runkolukittavat pyörätelineet ovat yleisempiä yliopistojen kuin ammattikorkeakoulujen kampuksilla, mutta muuten pyöräpysäköinnin olosuhteet ovat samanlaisia korkeakouluissa. Suurimmaksi osaksi pyörien pysäköintipaikat ovat talviaurauksen piirissä, mikä helpottaa ympärivuotista pyöräilyä. Kampusten lähiympäristöjen kävely- ja pyöräilyreitit koettiin useimmiten turvallisiksi ja niiden talvikunnossapidon laatu erinomaiseksi tai hyväksi.

Liikkumisolosuhteiden kehittäminen

Korkeakoulujen liikkumisolosuhteiden kehittämistarpeet liittyivät sekä fyysiseen toimintaympäristöön, että henkilöstön koulutustarpeisiin. Sisätiloihin kaivattiin muunneltavuutta ja kalusteiden uudistamista esimerkiksi seisomapöytien lisäämistä, jotta liikkuminen olisi luontevampaa. Ulkotiloista toivottiin monipuolisempia. Fyysisten muutosten rinnalla painotettiin toimintakulttuurin ja tietoisuuden kehittämistä sekä johdon ja henkilöstön koulutusta, jotta liikumista edistävä pedagogiikka juurtuisi paremmin käytäntöön.

Kokonaisuutena liikkumisen edistäminen nähdään mahdollisena pienillä arjen ratkaisuilla, mutta taloudelliset rajoitteet, etäopetuksen lisääntyminen ja tiedon puute nähtiin merkittävinä esteinä. Kehittämisessä korostuu johdon sitoutuminen, henkilöstön ja opiskelijoiden asenteet sekä käytännönläheiset, kustannustehokkaat teot. Vastausten mukaan ammattikorkeakoulujen suurin haaste on taloudellisten resurssien merkittävä heikkeneminen viimeisen kymmenen vuoden aikana, mikä rajoittaa kehittämistä ja investointeja. Yliopistojen kampuksilla tilojen uudistamista ja kehittämistä vaikeuttavat puolestaan vanhat rakennukset. Resurssipula, tilojen ahtaus ja opiskelijamäärän kasvu suhteessa käytettävissä oleviin tiloihin ovat merkittäviä haasteita. Tilojen ja välineiden puutteista huolimatta vastaajat korostivat, että liikkumisen lisääminen arkeen on ennen kaikkea asenne- ja toimintakulttuurikysymys. Pienet ratkaisut, kuten taukojen lisääminen ja mahdollisuus seistä opetuksen aikana, nähtiin toteuttamiskelpoisina ilman suuria kustannuksia.

Yhdenvertaisuuden näkökulmasta keskeiset ongelmat liittyvät tilojen rajallisuuteen, toimintakulttuuriin ja resurssien niukkuuteen, mikä vaikuttaa kaikkiin käyttäjäryhmiin. Avoimissa vastauksissa tuli esille myös se, että opiskelijoilta ja henkilöstöltä ei ole kerätty tietoa siitä, millaisia esteitä ja tarpeita he kokevat tiloihin liittyen. Tämä vaikeuttaa tilojen kehittämistä. Myös monimuoto- ja etäopetuksen lisääntyminen on muuttanut kampusten käyttöä: sekä henkilöstöä että opiskelijoita on fyysisesti paikalla entistä vähemmän, mikä vaikuttaa liikkumisolosuhteiden tarpeisiin ja tilojen hyödyntämiseen.

Liikkumisolosuhteiden kehittämisessä kuullaan opiskelijoita useammin yliopistoissa kuin ammattikorkeakouluissa. Opiskelijat pääsevät monin tavoin mukaan liikkumisolosuhteiden kehittämiseen: he voivat esimerkiksi tehdä aloitteita, osallistua tilojen suunnitteluun, kertoa ideoita tai antaa palautetta tilojen toimivuudesta. Myös henkilöstön osallistuminen kampuksien sisä- ja ulkotilojen kehittämiseen tapahtuu monin tavoin. Useimmiten henkilöstöllä on edustus tilojen kehittämistyöryhmässä, he havainnoivat opiskelijoiden toimintaa tiloissa tai heidän erityisosaamistansa hyödynnetään tilojen kehittämisessä.

Ideoita ja vinkkejä olosuhteiden hyödyntämiseen

Tauot opetukseen

90 minuuttia nuokkumista vai oppimista? <https://www.oll.fi/materiaalit/liikkuva-korkeakoulu-tietopankki/opetuksen-aktivoiminen/90-minuuttia-nuokkumista-vai-oppimista/>

9 keinoa istumisen tauottamiseen opetuksessa -esite: <https://www.oll.fi/materiaalit/liikkuva-korkeakoulu-tietopankki/opetuksen-aktivoiminen/istumisen-tauottaminen-opetuksessa/>

Hyvinvointikortit innostavat pitämään taukoja opiskelun lomassa: <https://liikkuvaopiskelu.fi/ideapankki/idea/hyvinvointikortit-innostavat-pitamaan-taukoja-opiskelun-lomassa/>

Tulostettavia taukoliikuntakortteja kolmella eri kielellä: <https://liikkuvaopiskelu.fi/tukimateriaali/tulostettavat-taukoliikuntakortit/>

Harjoitusvideoita ja koulutusmateriaali vireystilan säätelyyn: <https://liikkuvaopiskelu.fi/tukimateriaali/harjoitusvideoita-ja-koulutusmateriaali-vireystilan-saatelyyn/>

Taukojumppaa korkeakouluihin: <https://liikkuvaopiskelu.fi/ideapankki/idea/taukojumppaa-korkeakouluihin/>

Opiskeluympäristön ratkaisut

7 vinkkiä parempaan etäopiskeluun: <https://liikkuvaopiskelu.fi/ideapankki/idea/7-vinkkia-parempaan-etaopiskeluun/>

Kirjaston välinelainaamo lisää liikettä Kajaanissa: <https://liikkuvaopiskelu.fi/ideapankki/idea/kirjaston-valinelainaamo-ja-jumppakamu-sivusto-tarjoavat-lisaa-liiketta-kajaanissa/>

Vinkit aktivoivien ympäristöjen suunnitteluun: <https://www.oll.fi/materiaalit/liikkuva-korkeakoulu-tietopankki/korkeakouluympariston-liikunnallistaminen/vinkit-aktivoivien-ymparistojen-suunnitteluun/>

Vinkki: Seinäjoen ammattikorkeakoulun ulkokuntosali: <https://liikkuvaopiskelu.fi/ideapankki/idea/ulkokuntosali-liikuttaa-opiskelijoita-seinajoella/>

Yhdenvertaisuus, esteettömyys, osallisuus

Työkaluja tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden edistämiseen: <https://liikkuvaopiskelu.fi/tukimateriaali/tyokaluja-tasa-arvon-ja-yhdenvertaisuuden-edistamiseen/>

Esteettömyyden kartoituslomakkeita ja tarkistuslistoja: <https://www.invalidiliitto.fi/esteettomyys/invalidiliiton-esteettomyystyo/tarkistuslistoja>

Korkeakoulujen yhdenvertaisuusmalli: <https://samok.fi/wp-content/uploads/2023/08/korkeakoulujen-yhdenvertaisuusmalli-1.pdf>

Vinkkejä inklusiiviseen fyysiseen oppimisympäristöön ja tilallisiin ratkaisuihin: https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Terveet_tilat_Ammatillisen_koulutuksen_oppimisymparistot_2023-2024.pdf

Mieli liikkeelle yhdessä -oppimateriaali: <https://jamk.fi/mieliliikkeelleyhdessa>

Aktiivinen kulkeminen

Vinkkejä pyöräpysäköinnin järjestelyihin: [Väyläviraston ohjeistus](#)

10 vinkkiä aktiivisiin opiskelumatkoihin: <https://liikkuvaopiskelu.fi/ideapankki/idea/10-vinkkia-aktiivisiin-opiskelumatkoihin/>

Lähteet

Lähteet

Aalto-yliopisto. (2023). *Otaniemen kampuksen kestävä liikumisen toimenpidesuunnitelma 8.5.2023*. <https://www.aalto.fi/sites/default/files/2023-07/Otaniemen-kampuksen-kestavan-liikkumisen-toimenpidesuunnitelman-raportti%20%281%29.pdf>

Alaniska, H., Maikkola, M. & Spets, H. (2024). Korkeakoulupedagogiikkaa kehitetään verkostoissa. *Oamk Journal*, 16. Oulun ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe202402055800>

Ammattikorkeakoululaki 932/2014. <https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/2014/932>

Ansala, J., Saari, J., Munter, H., Inkinen, A., Vieno, A., Tirkkonen, E. & Näsänen, V. (2018). *Korkeakoululiikunnan suositukset 2018: Korkeakoululiikunnan päivitetty suositukset & muita korkeakoululiikunnan ajankohtaisia teemoja*. Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry. https://www.oll.fi/site/assets/files/1661/korkeakoululiikunnan_suosituks_2018_netiversio.pdf

Arene. (2020). *Kestävä, vastuullinen ja hiilineutraali ammattikorkeakoulu: Ammattikorkeakoulujen kestävä kehityksen ja vastuullisuuden ohjelma*. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene ry. <https://arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/Kest%C3%A4v%C3%A4%20vastuullinen%20ja%20hiilineutraali%20ammattikorkeakoulu.pdf>

Digicampus. (Ei pvm.). *Digirikastetut: oppimismaisemat*. Haettu 13. tammi-kuuta 2026 osoitteesta <https://digirikastetut.fi/>

Eskelinen, M. (2025). *Hiilineutraali UEF 2025 – Yhteenveto hiilijalanjäljestä 2019–2024*. <https://www.uef.fi/fi/artikkeli/ita-suomen-yliopiston-hiilineutraaliuden-tavoite-ei-tayty-mutta-ilmastoty-kantaa-tulosta>

Helsingin yliopisto. (2023). *Hiilineutraali Helsingin yliopisto 2030 – Tiekartta*. https://www.helsinki.fi/assets/drupal/2023-04/HY_Tiekartta_taustapaperi.pdf

Hietanen-Peltola, M. & Korpilahti, U. (toim.). (2015). *Terveellinen, turvallinen ja hyvinvoiva oppilaitos: Opas ympäristön ja yhteisön monialaiseen tarkastamiseen*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://www.julkari.fi/bitstreams/69571789-4215-46d9-85d4-526076317428/download>

Holm, N., Ikonen, J., Siekkinen, K., Ansala, J. & Parikka, S. (2023). *Tässä istun enkä muuta voi: Korkeakouluopiskelijoiden istuminen ja paikallaanolon paikat koronaepidemian aikana*. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-058-3>

Honkanen, E., Nikander, L., Postareff, L. & Isacsson, A. (2022). Pedagogisia ratkaisuja korkeakouluopiskelijoiden hyvinvointiin. Teoksessa K. Mäki & L. Vanhanen-Nuutinen (toim.), *Korkeakoulupedagogiikka: Ajat, paikat ja tulkinnat*. Haaga-Helia ammattikorkeakoulu. https://www.haaga-helia.fi/sites/default/files/file/2022-08/Korkeakoulupedagogiikka_screen.pdf

Kukkonen, H. & Marttila, L. (2017). *Kuviteltua todellisuutta: Ammattikorkeakoulu oppimisen ja opiskelun ympäristönä*. Tampereen ammattikorkeakoulu. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/134484/Kukkonen_Marttila.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kuparinen, N., Kosonen, T., Veijola, R. & Kokkonen, H. (2023). *Korkeakoulujen yhdenvertaisuusmalli*. Suomen opiskelijakuntien liitto SAMOK. <https://samok.fi/wp-content/uploads/2023/08/korkeakoulujen-yhdenvertaisuusmalli-1.pdf>

Laki naisten ja miesten välisestä tasa-arvosta 609/1986, 5 §. <https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/1986/609>

Liikkuvan opiskelun Seuranta-Virveli. (2026). *Nykytilan arviointi oppilaitoksille -seuranta-aineisto 2017–2025*. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Likes. <https://www.liikkuvaopiskelu.fi/fi/nykytilan-arviointi>

Murtonen, M., Alaniska, H., Hirsto, L., Ilola, H., Maikkola, M., Nokelainen, P. & Postareff, L. (2022). Yliopisto- ja ammattikorkeakoulupedagogiikasta korkeakoulupedagogiikkaan. Teoksessa K. Mäki & L. Vanhanen-Nuutinen (toim.), *Korkeakoulupedagogiikka – Ajat, paikat ja tulkinnat* (s. 47–57). Haaga-Helia ammattikorkeakoulu.

Niinistö-Sivuranta, S. & Lindblom, S. (2022). Yliopistokoulutuksen johtamista strategiasta sivistykseen. Teoksessa K. Mäki & L. Vanhanen-Nuutinen (toim.), *Korkeakoulupedagogiikka – Ajat, paikat ja tulkinnat* (s. 225–234). Haaga-Helia ammattikorkeakoulu.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2025). *Korkeakoulutuksen ja tutkimuksen visio 2040. Tilannekuva - toimintaympäristön muutostekijät*. Taustamuistio 14.3.2025. Opetus- ja kulttuuriministeriö. https://api.hankeikkuna.fi/asiakirjat/8178fb5b-3c4d-48e4-9313-f1aad2c9f42d/d3ae435c-6527-4760-b17f-89d880742722/MUISTIO_20250314084253.PDF.

Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry. (Ei pvm.). *Liikkuva korkeakoulu – VISIO 2025 -tulokortti*. Haettu 6.2.2026 osoitteesta <https://www.oll.fi/liikkuva-korkeakoulu/liikkuva-korkeakoulu-visio2025-tulokortti/>

Opiskelijoiden Liikuntaliitto ry. (2018). *Korkeakoululiikunnan suositukset*. Haettu 6.2.2026 osoitteesta https://www.oll.fi/site/assets/files/2482/korkeakoululiikunnan_suosituksset-2018_netiversio.pdf

Suomen perustuslaki 731/1999. <https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/1999/731>

Suomen Yliopistokiinteistöt Oy. (Ei pvm.). *Suomen Yliopistokiinteistöt Oy: Materiaalipankki*. Haettu 13. tammikuuta 2026 osoitteesta <https://sykoy.fi/materiaalipankki/>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. (Ei pvm.). *Terveysliikuntasuosituksen täytymisen tulokset (KOTT)*. Haettu 10. 2.2026 osoitteesta https://www.thl.fi/kott_verkkoraportit/taulukot_2024/ko_phexcer_guidel_enough.html

Terveydenhuoltolaki 1326/2010. <https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/2010/1326>

Toom, A. & Pyhältö, K. (2020). *Kestävää korkeakoulutusta ja opiskelijoiden oppimista rakentamassa : Tutkimukseen perustuva selvitys ajankohtaisesta korkeakoulupedagogiikan ja ohjauksen osaamisesta*. Opetus- ja kulttuuriministeriö. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-696-6>

Valtioneuvosto. (2009). *Hallituksen esitys Eduskunnalle yliopistolaiksi ja siihen liittyviksi laeiksi* (HE 7/2009). <https://www.finlex.fi/fi/hallituksen-esitykset/2009/7>

Valtioneuvosto. (2014). *Hallituksen esitys eduskunnalle ammattikorkeakoulu- laiksi ja laiksi yliopistolain 49 §:n muuttamisesta* (HE 26/2014). <https://www.finlex.fi/fi/hallituksen-esitykset/2014/26>

Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014, 6 §. <https://www.finlex.fi/fi/lainsaadanto/2014/1325>

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö. (2026). *Liikkuen opiskelukykyä*. <https://www.yths.fi/palvelut/opiskeluyhteisotyo/opiskelukyky/liikkuen-opiskelukyky/>

Jyväskylän ammattikorkeakoulun julkaisut.

Avoimet julkaisumme tekevät tunnetuksi
Jamkin laajaa ja monialaista
opetus-, tutkimus- ja kehittämistyötä.

▶ jamk.fi/julkaisut



Jyväskylän ammattikorkeakoulu

PL 207, 40101 Jyväskylä
Rajakatu 35,
40200 Jyväskylä
Puh. +358 20 743 8100

jamk.fi

Jamkin julkaisut tutkittua tietoa sinulle.

Liikkuva opiskelu edistää liikunnallista toimintakulttuuria korkeakouluissa ja toisen asteen oppilaitoksissa. Liikkumisen ja fyysisen aktiivisuuden lisäämisessä tärkeinä tekijänä ovat oppilaitosten oppimisympäristöt: opetuksen, harrastamisen ja rentoutumisen tilat. Liikkuva opiskelu on osa Liikkuvat-kokonaisuutta, jota koordinoi Jyväskylän ammattikorkeakoulun Likes. Syksyllä 2025 Likes toteutti valtakunnallisen kyselyn, jolla kartoitettiin liikkumisen olosuhteita ammattikorkeakouluissa ja lukioissa.

Kyselyllä kerättiin tietoa sisätilojen liikkumista edistävästä ratkaisusta, jotka antavat mahdollisuuksia esimerkiksi liikettä sisältäville pedagogisille ratkaisuille. Lisäksi omina teemoinaan olivat aktiivisen kulkemisen edellytykset sekä kehittäminen: miten opiskelijat ja henkilöstö pystyvät vaikuttamaan oppilaitosten olosuhteisiin.

Kyselyyn saatiin vastaukset 37 ammattikorkeakoulun kampukselta ja 17 yliopiston kampukselta. Tässä raportissa esitellään kyselyn tulokset.

ISBN 978-951-830-809-9 (PDF)

jamk | Jyväskylän
ammattikorkeakoulu