

**Fri från passiverande
strukturer**

**På riktigt rörliga
högskolestudier**

Förebyggande jämlikhet

***SHVS utvidgas, idrottstjänsterna
måste följa efter***



**OPISKELIJOIDEN
LIIKUNTALIITTO**

Fri från passiverande strukturer

På riktigt rörliga högskolestudier

- En studerande sitter i medeltal mer än 10 timmar per dag.
- Högskolemiljön uppmuntrar inte till fysisk aktivitet. En fysiskt aktiv vardag och avsaknaden av en sådan kommer att utgöra en viktig faktor för framtida generationers välbefinnande, ork och arbetsförmåga.
- I skolor i rörelse växer en ny generation upp, en generation som förväntar sig samma möjlighet till fysisk aktivitet då de inleder högskolestudier.
 - Med sju miljoner euro per år har mer än 200 000 grundskoleelever och 76 000 studerande på andra stadiet fått i rörelse.
 - Många högskolor är redan en del av programmet Skolan i rörelse, men utan resurser. Det finns vilja, men inga pengar.
- Logiken för verksamheten borde vara densamma som för Skolan i rörelse. Högskolorna erbjuder resurser och en plattform för att utbyta idéer, men makten över styrningen finns hos högskolorna själva. Det här garanterar att verksamheten utgår från varje högskolas egna utgångspunkter.

Genom programmet Studier i rörelse är det möjligt att förändra verksamhetskulturen med små summor.

Studerandenas Idrottsförbund kräver:
7 miljoner euro i finansiering till programmet Studier i rörelse för högskolorna.

Förebyggande jämlikhet

SHVS utvidgas, vi behöver få idrottstjänster till alla högskolor också

- Att aktivera till motion är en viktig del av förebyggande hälsovård.
 - SHVS utvidgas till yrkeshögskolorna, men kvaliteten på tjänster för motion och idrott varierar och läget är ojämlikt från studerandes synpunkt sett.
- Tjänster i enlighet med rekommendationerna för högskoleidrotten måste säkras i hela Finland.
 - En satsning på 30 euro per studerande, i enlighet med rekommendationerna, skulle innebära 8,2 miljoner euro, dvs. 0,3 % av den finansiering som högskolorna erhåller från Undervisnings- och kulturministeriet.
 - Färre än var fjärde högskola stöder höskoleidrott i enlighet med rekommendationerna.
- Riksdagens utlåtande i samband med universitetslagen och statsrådets principbeslut om riktlinjerna för främjande av motion och idrott under förra decenniet medförde tydliga förbättringar i högskoleidrotten.

Det är dags att övergå till hållbara, permanenta lösningar som sträcker sig över valperioder för att utveckla och upprätthålla högskoleidrotten. Genom att högskoleidrottens ställning officiellt erkänns får vi friskare, mer välmående studerande och framtida arbetstagare!

Studerandenas Idrottsförbund kräver:
Incitament och resurser för högskolorna att utveckla tjänsterna för motion och idrott.

Varför är det här viktigt?

Av högskolestuderande utsätts minst 67 % på grund av för lite fysisk aktivitet för ett antal hälsorisker: smärta i rygg och huvud, sjukdomar i stöd- och rörelseorgan, diabetes, samt hjärt- och kärlsjukdomar. De här sjukdomarna kan i värsta fall leda till att personer helt mister arbetsförmågan.

Fysisk aktivitet har en positiv inverkan på inlärning. Det har konstaterats att motion förbättrar hjärncellernas kontakter, vilket inverkar på uppmärksamheten, koncentrationen samt informationsbehandling- och minnesfunktioner.

Under de senaste åren har satsningar gjorts på tjänster för motion och idrott vid yrkeshögskolorna och på fyra år har yrkeshögskolestuderandes fysiska aktivitet nått samma nivå som universitetsstuderandes. Det här kan inte vara ett sammanträffande.

Det behövs alltid mest resurser i inledningsfasen för idrottstjänster, men verksamheten betalar tillbaka sig. Genom samarbete mellan yrkeshögskolor och universitet kan vi få till stånd välfungerande och kostnadseffektiva idrottstjänster som gagnar en större del av studerande.

Mer information:

Rekommendationerna för högskoleidrott 2018.
Koulupäivän aikainen liikunta ja oppiminen
– översikt januari 2018

