

Täysistunto

Torstai 21.10.2021 klo 15.59—21.48

9. Lakialoite laeiksi perusopetuslain 11 §:n ja lukiolain 11 §:n muuttamisesta

Lakialoite LA 11/2021 vp Jukka Mäkynen ps ym.

Lähetekeskustelu

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Lähetekeskustelua varten esitellään päiväjärjestyksen 9. asia. Puhemiesneuvosto ehdottaa, että asia lähetetään sivistysvaliokuntaan.

Lähetekeskusteluun varataan enintään 30 minuuttia. Asian käsittelyssä noudatetaan aikataulutettujen asioiden osalta sovittuja menettelytapoja. — Mennään keskusteluun. Aloitteen ensimmäinen allekirjoittaja, edustaja Mäkynen, Jukka.

Keskustelu

19.37 **Jukka Mäkynen ps** (esittelypuheenvuoro): Arvoisa herra puhemies! Suomessa Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tilastojen mukaan kaatumiset ja liukastumiset aiheuttivat vuodessa keskimäärin 622 000 hoitopäivää vuosina 2015—2017. Näistä talviliukastumisien aiheuttamia hoitopäiviä oli keskimäärin 29 000 hoitopäivää vuodessa. Kaatumisien ja liukastumisien aiheuttamat kustannukset olivat vuosina 2015—2017 keskimäärin noin 358 miljoonaa euroa. Eli kaatumisista aiheutuu kustannuksia suomalaiselle terveydenhuollolle joka päivä noin miljoonan euron verran. Talvisin tapahtuvien liukastumisien sairaalahoidon kustannukset ovat noin 24 miljoonaa euroa vuodessa, ja nyt uutena villityksenä ovat esimerkiksi sähköpotkulaudat, joista johtuen kaatumisonnettomuudet ovat maassamme kasvamaan päin. Kaatumiset aiheuttavat vuosittain myös paljon kuolemia, ja suuri osa näistä kuolemista olisi estettävissä oikeaoppisen kaatumistekniikan harjoittelulla.

Mikäli tämä nyt keskustelussa oleva lakialoitteeni hyväksytään täällä eduskunnassa, siitä tulee hyötymään ihan jokainen suomalainen — niin rahallisesti kuin myös terveempänä elämänlaatuna. Vaikka hyödyt eivät tule heti näkyviin, voidaan puhua, että jo 10 vuoden päästä nähdään tuloksia, 20—30 vuoden päästä saataisiin jo valtavat, jatkuvat säästöt terveydenhuollon kustannuksiin ja huomattavasti vähemmän kaatumisista vammautuneita ihmisiä.

Arvoisa puhemies! Kaatumisia koskevissa tutkimuksissa korostuu kaatumisten ennaltaehkäisyn osalta esimerkiksi vanhemman väestön tasapainoaistin sekä kävelytyylin testaukset ja näiden vahvistaminen tasapaino- ja voimaharjoittelulla. Nämä ovat tärkeitä toimenpiteitä kaatumisten ennaltaehkäisyssä.

Nyt käsittelyssä oleva lakialoitteeni painottuu kuitenkin siihen, kun kaatuminen on jo alkanut. Olen itse aikoinani toiminut kouluttajana ja pääopettajana kamppailulajien parissa, joten voin hyvällä omallatunnolla sanoa, että tiedän, mistä puhun. Kamppailulajeissa harjoitellaan myös oikeaoppista kaatumista, ja se on keskeinen osa eri kamppailulajeja. Toeutuessaan lakialoitteeni mahdollistaa sen, että tulevaisuudessa jokaisella suomalaisella

Pöytäkirjan asiakohta PTK 122/2021 vp

on mahdollisuus harjoitella oikeaoppista kaatumista. Oikeaoppisella kaatumistekniikalla minimoidaan kaatumisesta aiheutuneet vammat. Oikeaoppisen kaatumistekniikan hallinta vähentää huomattavaa osaa kaatumisista aiheutuneista vammoista, erityisesti päähän kohdistuneita vammoja, ranteisiin ja kyynärtaiteisiin kohdistuneita vammoja sekä nilkka- ja polvivammoja. Kokonaisuudessaan koko ihmiskeho on suojattuna oikeanlaisen kaatumisen ansiosta.

Huomasin jo viime vuosituhannella, että esimerkiksi jo pelkkä kuperkeikka tuotti silloin vaikeuksia nuorilla miehillä sekä naisilla. Voitte vain kuvitella, miten kuperkeikkaa osaisivat tämän päivän tietokoneajan nykynuoret tehdä ilman että loukkaantuisivat.

Arvoisa puhemies! Suomessa on nähty vuosikymmenien aikana erilaisia kampanjoita, joiden painopisteenä on kaatumisien ennaltaehkäisy. Kaatumisia voidaan ennaltaehkäistä esimerkiksi lihaskuntaa ja koordinaatiota vahvistavalla monipuolisella liikunnalla ja monilla muilla keinoilla. Kaikkia kaatumisia ja liukastumisia ei kuitenkaan voida ennaltaehkäistä. Jotta ihminen osaa kaatua oikein, se vaatii säännöllistä harjoittelua. Paras tapa oppia oikeaoppinen kaatumistekniikka onkin lisätä sen systemaattista harjoittelua. Tähän tavoitteeseen päästään vaivattomasti lisäämällä harjoittelu peruskoulujen ja lukioiden opetussuunnitelmiin. Tuolloin lapset ja nuoret saavat itsevarmuutta yllättäviin kaatumis- ja liukastumistilanteisiin ja ehkä jopa kipinää liikunnalliseen elämäntapaan. Kun lapset ja nuoret harjoittelevat säännöllisesti koko oppivelvollisuuden ajan oikeaoppista kaatumista, pitkällä aikavälillä kaatumisvammat vähenevät kaikissa ikäryhmissä ja terveydenhuollon kustannukset pienenevät selvästi. Ja kun oikeaoppinen kaatuminen jää lihasmuistiin, se hyödyttää ihmistä kaatumistilanteessa vielä vanhuusiälläkin.

Arvoisa puhemies! Turvallisuus on erittäin tärkeä osa lasten ja nuorten liikuntaharrastuksia. Oikeaoppisen kaatumistekniikan harjoittelu ja sen myötä oppiminen hyödyttää lapsia ja nuoria ja myöhemmin myös aikuisia kaikessa liikkumisessa. Oikeaoppisen kaatumisen harjoittelu tuo lapsille ja nuorille myös itsevarmuutta omaan liikkumiseen. Toivon lakialoitteelleni tukea yli puoluerajojen, koska oikeaoppinen kaatuminen parantaa ihmisen elämänlaatua, vähentää kaatumisista aiheutuneita sairauseläkkeitä sekä ennen kaikkea tuo säästöjä Suomen terveydenhuollon kustannuksiin. — Kiitos.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Näin. — Ja edustaja Elomaa.

19.43 Ritva Elomaa ps: Arvoisa puhemies! Edustaja Mäkysen lakialoitteessa siis ehdotetaan oikeaoppista kaatumistekniikkaa opintokokonaisuudeksi peruskouluihin ja lukioihin.

Liikunta- ja lihastreeniä pitäisi löytyä jokaisen kalenterista, päivä- ja viikko-ohjelmasta, ihan pienestä pitäen. Tämän päivän ihminen ei sitä liikuntaa oikein tahdo saada tarpeeksi. Koululaisilla on usein koulukuljetus. Työpaikoilla tehdään tänä päivänä jo aika paljon etätyötä, tai kuljetaan autolla töihin. Liikuntaa on aivan liian vähän. Me tarvitsemme niitä lihaksia ihan kaikenikäisinä, myös kun olemme iäkkäitä. Kaatumiset aiheuttavat kärsimystä ja myös taloudellisia menetyksiä. Kun polvi, nilkka, lonkka tai käsi murtuu tai kun lyö pänsä, se on todella hankala paikka, puhumattakaan sitten siitä kärsimyksestä ja myös henkilökohtaisesta taloudellisesta menetyksestä. Eli tämä, että ihminen harjoittelisi sitä kaatumista ihan jo tuolla koulumaailmassa, niin että se menee sinne lihasmuistiin, olisi valttavan hyvä asia, siis jos tämä menisi läpi ja näin opetettaisiin tätä kaatumista.

Pöytäkirjan asiakohta PTK 122/2021 vp

Elikkä tämä edustaja Mäkysen lakiehdotus on erikoinen mutta huippuhyvä ja kannatettava — olen sen allekirjoittanut. Edustaja Mäkynen on kamppailu-urheilun asiantuntija. Hän tietää, mistä puhuu. Ja kerran vielä: kiitos tästä lakialoitteesta.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Näin. — Ja edustaja Lundén.

19.45 Mikko Lundén ps: Kiitos, arvoisa herra puhemies! Minäkin kiitän edustaja Mäkysen tästä hyvästä lakialoitteesta.

Tällä lakialoitteella ehdotetaan muutettavaksi perusopetuslakia ja lukiolakia siten, että oikeaoppinen kaatumistekniikka tulee opintokokonaisuudeksi peruskouluihin ja lukioihin. Suomessa on nähty vuosikymmenen aikana erilaisia kampanjoita, joiden painopisteenä on kaatumisen ennaltaehkäisy. Kaatumisia voidaan ennaltaehkäistä esimerkiksi lihaskuntoa ja koordinaatiota vahvistavalla monipuolisella liikunnalla ja monilla muilla keinoilla. Kaikkia kaatumisia ja liukastumisia ei kuitenkaan voida ennaltaehkäistä. Jotta ihminen osaa kaatua oikein, tämä vaatii säännöllistä harjoittelua. Paras tapa oppia oikeaoppinen kaatumistekniikka on lisätä sen harjoittelua systemaattisesti. Tähän tavoitteeseen päästään parhaiten lisäämällä harjoittelua peruskoulujen ja lukioiden opetussuunnitelmiin. Tällöin lapset ja nuoret saavat itsevarmuutta yllättävin kaatumis- tai liukastumistilanteisiin ja ehkä jopa kipinää liikunnalliseen elämäntapaan, aivan kuten edustaja Mäkynen mainitsi.

Kun lapset ja nuoret harjoittelevat säännöllisesti koko oppivelvollisuuden ajan oikeaoppista kaatumista, pitkällä aikavälillä kaatumisvammat vähenevät kaikissa ikäryhmissä ja terveydenhuollon kustannukset pienenevät selvästi. Kun oikeaoppinen kaatuminen jää lihasmuistiin, se hyödyttää ihmistä kaatumistilanteessa vielä vanhuusiälläkin. Turvallisuus on erittäin tärkeä osa lasten ja nuorten harrastuksissa. Oikeaoppisen kaatumistekniikan harjoittelu ja sen myötä oppiminen hyödyttää lapsia ja nuoria ja myöhemmin myös aikuisia kaikessa liikkumisessa. Oikeaoppinen kaatumisharjoittelu tuo lapsille ja nuorille myös itsevarmuutta omaan liikkumiseen. — Kiitos.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Kiitos. — Ja edustaja Kaunisto.

19.46 Ville Kaunisto kok: Arvoisa herra puhemies! Puhun kokemuksen syvähköllä rintäänellä. Olen edellisellä työurallani kaatunut arviolta tuhansia kertoja, eli ammattiurheilijana kaatuminen on tuttua, ja on täysin totta, että kun kaatuu tarpeeksi usein, niin sitä vähän oppii kaatumaan. Siitä olen kyllä täysin samaa mieltä. [Mikko Lundén: Kyllä!]

Tietyllä tavalla, kun ajattelee tätä korona-aikaa ja harrastusten kipuilua, sitä, miten lapset ja nuoret eivät ole päässeet harrastamaan, ehkä sieltä tulee se ajatus, minkä toivoisin tässä nyt nousevan voimakkaammin esiin: mietitään sitä, millä me saadaan lapset ja nuoret vahvasti takaisin harrastusten pariin ja millä seurat pystyvät myös jatkamaan toimintaansa tämän vaikean ajan jälkeen. Liikkumattomuus maksaa erinäköisten mittareiden mukaan 3—7 miljardia euroa yhteiskunnalle vuodessa. Itse käytän ennemmin lukua 7 miljardia, koska korona on hyvin todennäköisesti tuota lukua sinne yläreunaan vetänyt. Tiedetään varmuudella, että jos nuoret ja lapset ovat yhä heikommassa kunnossa, niin siinä vaiheessa, kun ollaan siirtymässä aikuisikään, työelämään, on aivan päivänselvää, että se ei ole se lähtökohta, mikä antaa parhaat mahdollisuudet ihmiselle menestyä ja pärjätä elämässä.

Arvostan edustaja Mäkysen aloitetta. Se tuo mielenkiintoisen kulman keskusteluun, ja on erittäin tärkeitä, että asiasta keskustellaan. Ehkä olen hieman eri mieltä siitä, että sinne

Pöytäkirjan asiakohta PTK 122/2021 vp

peruskoulun opetussisältöön pitäisi tällainen kaatumisharjoite tehdä. En ole varma, onko se oikea tapa. Ehkä ennemminkin korostaisin sitä, että jos me kaikki saataisiin liikunnan asemaa vahvistettua, niin sitä kautta myös opittaisiin kaatumaan paremmin, eli ehkä itse näen sen niin, että liikuntamääriä lisäämällä opittaisiin kaatumaan, ennemmin kuin toispäin, mutta erittäin mielenkiintoista. Mielestäni kuuluu ajatella välillä vähän eri kulmista ja herättää keskustelua. — Kiitoksia.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Edustaja Risikko.

19.49 Paula Risikko kok: Arvoisa puhemies! Täällä keskustellaan nyt kyllä erittäin tärkeästä asiasta. Edustaja Mäkynen tekee erinomaisen hyvän aloitteen. En tietenkään nyt tässä vaiheessa ota kantaa, pitäisikö se ihan sinne perusopetuslakiin laittaa ja näihin muihin lakeihin, mihinkä hän ehdottaa, mutta asia sinänsä on mahdollottoman hyvä.

Kun ajattelee, että minä itse olen erikoistunut aikoinansa sairaanhoitajan työssäni ja erikoissairaanhoitajana geriatriseen hoitotyöhön ja ikäihmisten palveluihin, niin kyllä täytyy sanoa, että hyvin paljon käy sitä, että jos ikäihminen kaatuu ja tulee lonkkaluun tai kaulan murtuma tai joku muu luuvaurio tai joku muu, niin monesti sellainen kotona hyvin toimeen tuleva henkilö joutuu sairaalakierteeseen, ja monesti se on erittäin vakava tilanne ja jopa niin, että menehtyy sitten näissä jatkokokomplikaatioissa.

Tämän osalta, että harjoiteltaisiin kaatumista, en ota tosiaan kantaa siihen, pitäisikö se lisätä sinne opetussuunnitelman perusteisiin. Katsokaas, kun sinne on aika paljon painetta kaikesta muustakin, mitä niiden pitäisi sisältää. Minä olen itse sitä mieltä, että pitäisi olla turvallisuustaidot kaiken kaikkiaan. Yksi turvallisuustaitohan on tämä, että oppii kaatumaan, mutta minä olen sitä mieltä, että ihan sillä lailla läpäisyperiaatteena pitäisi opiskella turvallisuustaitoja ja varautumista. Toisaalta tämä edustaja Mäkynen ansiokas ehdotus menee kyllä myöskin niin sanottuihin tällaisiin turvallisuustaitoihin ja varautumistaitoihin.

Kaiken kaikkiaan pidän tätä asiaa erinomaisen hyvänä. Kyllähän se niin on, että tämä vaatii harjoitusta. Tietenkin tähän voisi lisätä myöskin sen, että liikunnanopettajien listoille laitettaisiin tämä, että ainakin nyt tämä opiskellaan. Myös Opetushallitus voi antaa tällaiset ohjeet. — Kiitos.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Kiitos. — Ja edustaja Koponen.

19.51 Ari Koponen ps: Arvoisa puhemies! Tässä on jo edellä kuultu erittäin hyviä puheenvuoroja aiheesta, ja pitää myös itse kiittää edustaja Mäkystä tämän aloitteen jättämisestä. Kuten kaikki tiedämme — ja edustaja Kaunisto toi sen esiin — liikkumattomuus maksaa Suomelle todella paljon. Itse politiikassa haluan ongelmatilanteiden sijaan keskittyä juuri näihin ennaltaehkäiseviin mahdollisuuksiin.

Näyttää, että tässä on edustaja Asellilla vielä tulossa puheenvuoro, ja hän jos joku tietää, miten kaadutaan oikein.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Ennen edustaja Asellia vielä edustajat Kinnunen ja Mäkynen. — Kinnunen.

19.52 Mikko Kinnunen kesk: Arvoisa puhemies! Edustaja Mäkynen tuo esille tärkeän konkreettisen asian. Kaatumista kyllä kannattaa harjoitella. Se on tarpeellinen turvallisuus-

Pöytäkirjan asiakohta PTK 122/2021 vp

teen liittyvä taito, kuten edustaja Risikko täällä totesi. Voisiko se olla osa peruskoulun ja liikunnan opetusta? Sen merkityksen voisi tuoda opettajankoulutuksen kautta liikunnan-opetuksen ohjelmiin ja tietoisuuteen.

Liikunnalla on tärkeä asema koko koulupolulla. Toki kaatumista voisi harjoitella ihan sieltä varhaiskasvatuksesta lähtien, jolloin lähtökohtaisesti vielä osataan kaatua. Mieleen nousee myös Suomen harrastamisen malli, jokaisen koululaisen ilmainen harrastus koulupäivän yhteydessä. Siellä on monia liikuntakerhoja, joissa harjoitteena voisi olla tämä edustaja Mäkynen esiin nostama kaatuminen. Liikkumattomuus, mutta myös kaatuminen, maksaa.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Edustaja Mäkynen, aloitteen ensimmäinen allekirjoittaja.

19.53 Jukka Mäkynen ps: Kiitos, arvoisa puheenjohtaja! Tuossa minun äskeisessä esitellyssäni ei tullut esille oikeastaan se minun alkuperäinen ajatukseni tähän asiaan. Minun näkemykseni mukaan tässä ei mennä nyt niin pitkälle, että tämä olisi viikoittaista harjoittelua. Minä näen, että riittää syyslukukaudella noin kaksi kolme 2 tunnin harjoittelua, kevätkaudella kaksi kolme 2 tunnin harjoittelua. Ja kun tämä jatkuu, niin tästä saadaan se rytmi ja tämä ihminen, lapsi, ymmärtää sen, kuinka kaatuu ja kuinka se maa tavallaan otetaan vastaan. Ihan ensimmäinen asiahan tässä on se, että kun kaatuu, kuka tahansa kaatuu, niin leuka pistetään rintaan. Se on ihan yksinkertainen asia. Sillä jo suojataan päätä hyvin paljon.

Tämä oli minun pointtini, mitä minä halusin kertoa teille, että ei todellakaan lähdetä siihen, että tämä on jokaviikkoista harjoittelua. — Kiitos.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Noin, nyt kaikki vaan rinta leukaan. — Edustaja Asell.

19.54 Marko Asell sd: Arvoisa puhemies! Edustaja Kaunisto omassa puheenvuorossaan sanoi, että on omassa urheilulajissaan, koriksessa, useasti kaatunut, tuhansia kertoja. Tietysti jonkun verran painissakin kokemusta siitä on kertynyt. Mutta siitä en osaa sanoa, onko tämä lakialoite nyt sitten niin semmoinen... Minun mielestäni tämä on hyvä idea ja tässä on hyvä tausta, mutta menisikö tämä sitten opetussuunnitelman sisään? Ehkä ennemminkin peräänkuuluttaisin sitä laajemmassa kuvassa, kun ennen vanhaan oli enemmän voimistelua ja sen kaltaista monipuolista koordinaatiota kehittävää toimintaa koulun opetuksessa, että ehkä siihen suuntaan pitäisi mennä. Olen saanut tietysti kehitysideoita myöskin siitä, että kamppailulajit pitäisi olla opetussuunnitelmassa, mutta sinne varmasti on tunkua sen verran erilaisissa asioissa muutenkin, että ehkä laajemmassa kuvassa katselisin tämmöistäkin aloitetta.

Sinällään tämä on tärkeä asia. Ja oikeastaan, mitä tuohon liikunnan monipuolisuuteen tulee, peräänkuuluttaisin enemmän lasten liikunnassa ja urheilussa myöskin sitä, että saataisiin sinne vaikka joukkueurheilulajeihin lisää just nimenomaan monipuolista liikuntaa ja urheilua ja koordinaatiota kehittäviä juttuja. Kun tulee drop out ja nuoret lopettavat sen lajin, mihin ovat viisi vuotta sitoutuneet kovasti ja kyllästyneet mahdollisesti, niin kun siinä vaiheessa on monipuolinen tausta, voi vaihtaa johonkin muuhun lajiin, eli siinä on se puoli.

Pöytäkirjan asiakohta PTK 122/2021 vp

Mutta sen olen huomannut, että vaikka kuinka hyvin on kaatuillut aikoinaan, niin tässä vanhemmiten kyllä reaktiokyvyt heikkenevät ja varmaan luustokin vähän haurastuu. Tässä kun tekonivelillä mennään, niin on siinä haasteet silti.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Ja vielä lopuksi aloitteen ensimmäinen allekirjoittaja, edustaja Mäkynen.

19.56 Jukka Mäkynen ps: Kiitos, arvoisa puheenjohtaja! Edustaja Asellille haluan kertoa, että se ei todellakaan ole tarkoitus, että kouluissa aloitetaan harjoittelemaan kamppailulajeja, vaan pelkkää kaatumista, ja sen mukaan mennään. — Kiitos.

Toinen varapuhemies Juho Eerola: Ja vielä sivistysvaliokunnan puheenjohtaja, edustaja Risikko.

19.56 Paula Risikko kok: Arvoisa puhemies! Ihan lyhyesti.

Tämä on mitä mainioin aloite esitellä täällä, nimittäin kaikki me varmasti tiedämme, että tämä viikko on Luustoviikko ja eilinen päivä on ollut maailman osteoporoosipäivä. Ja kun ihmisille tulee osteoporoosia erilaisista syistä, niin kaatumiset ovat paljon vakavampia, ja siitä syystä tämä asiana on erinomaisen hyvä. Oli se sitten missä tahansa, missä tämä päätetään, niin se voidaan tehdä myös yhteisellä sopimuksella, että liikunnanopettajat ottavat tästä vinkistä vaarin. — Kiitos.

Keskustelu päättyi.

Asia lähetettiin sivistysvaliokuntaan.