

KAMK yhteisön liikunnan kehittäminen

Hankkeen taustaa

Korkeakoululiikunta on esillä eri valtionhallinnon ohjelmissa. Valtioneuvoston periaatepäätöksessä liikunnan edistämisen linjoista (2008) todetaan, että korkeakoulujen tulee omalta osaltaan vastata nuorten aikuisten liikunnasta ja hyvinvoinnista. Opiskelijaliikunnasta huolehtiminen on kirjattu myös hallitusohjelmaan (2011). Korkeakoululiikunnan suositusten visiona on, että korkeakoululiikunta on vakiintunut ja arvostettu osa opiskeluympäristöä (OLL 2011). AMK- toimilupien uudistusprosessiin sisältyi selvitys opiskelijoiden liikunta- ja hyvinvointipalveluiden järjestämisestä. Näin pyrittiin varmistamaan, että amk:t huolehtisivat opiskelijoiden liikuntamahdollisuuksista em. hallitusohjelman edellyttämällä tavalla.

Suosituksiin verrattuna jatkohaasteena on korkeakoululiikunnan tavoitteiden ja keinojen määrittely osana strategiaa, korkeakoululiikunnan organisoituminen sekä liikuntapalveluiden rahoituksen ja henkilöstöresurssien määrittely. Liikuntapalveluja tulee kehittää siten, että uusien opiskelijoiden ja uusien liikkujien mukaantulokynnys olisi matala. Liikuntatarjonnassa tulisi entistä paremmin huomioida erilaisten liikkujien ja liikkujaryhmien tarpeet. Haasteena on myös korkeakoululiikunnan ja opiskeluterveydenhuollon yhteisen liikunta- ja terveysneuvontapalveluketjun rakentaminen erityisesti vähän liikkuvien tueksi.

Korkeakoululiikunnan edistämiseksi Kajaanin Ammattikorkeakoulussa (KAMK) käynnistettiin vuoden 2014 alussa KAMK Sport and Wellbeing- hanke (päättyy 31.12.2014). Sen myötä korkeakoululiikunnan käytössä olevien liikuntatilojen määrää on lisätty (132h/vko), mikä vastaa suosituksia. Myös liikuntatarjontaa on lisätty, liikuntatuutoritoiminta on aloitettu ja korkeakoululiikunnan käyttäjämääriä on alettu seurata. Palautejärjestelmä on kehitteillä.

Tavoitteet

KAMK- yhteisön liikunnan edistäminen- hankkeessa kehitetään opiskelijaliikunnan lisäksi myös henkilöstöliikuntaa, koska KAMK:ssa haasteena on henkilöstön liikuntapalveluiden järjestäminen. Valta-kunnallisissa terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan linjauksissa (STM 2013, 30) nostetaan yhdeksi tavoitteeksi organisaatioiden toimintakulttuurien kehittäminen, jotta ne tukisivat liikuntaa ja fyysistä aktiivisuutta nykyistä paremmin. Fyysinen aktiivisuus tulisi myös olla osa kokonais- ja henkilöstöstrategiaa sekä hyvinvointisuunnitelmia. Työkyky on työntekijän tärkein pääoma työelämässä. Fyysisellä aktiivisuudella on keskeinen rooli työ- ja toimintakykyä uhkaavien tai heikentävien sairauksien ennaltaehkäisyssä ja hoidossa. Fyysiseen aktiivisuuteen kannustaminen tuo työelämälle moninaisia hyötyjä, kun työntekijän terveys, työ- ja toimintakyky paranee, sairauspoissaolot vähenevät ja työn tuottavuus lisääntyy.

Hankkeen kehitystavoitteena on opiskelija- ja henkilöstöliikunnan toimintatapojen, -menetelmien ja -rakenteiden kehittäminen. Määrällisenä tavoitteena on opiskelijoiden ja henkilöstön liikuntapalveluiden ja niiden käyttäjämäärien lisääntyminen. Laadullisena tavoitteena on opiskelijoiden ja henkilöstön hyvinvoinnin sekä opiskelu- ja työkyvyn edistäminen.

Kohderyhmä

Rahoittajat

Opetus- ja kulttuuriministeriö ja Kajaanin Ammattikorkeakoulu Oy

Toteuttamisaika

1.1.2015 - 31.12.2015

Yhteyshenkilöt

Projektijohtaja

Eija Heikkinen

Puh. (08) 6189 9202

GSM 044 710 1608

etunimi.sukunimi@kamk.fi

Projektipäällikkö

Anne Karhu

Puh. (08) 6189 9211

GSM 044 7101 519

etunimi.sukunimi@kajak.fi