

**VANHEMPIEN JA KOULULIIKUNNAN MERKITYS LAPSEN LIIKUNNAN  
HARRASTAMISELLE**

Piia Hämäläinen

Päivi Karisto

Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma

Kevät 2001

Opettajankoulutuslaitos

Jyväskylän yliopisto

## TIIVISTELMÄ

Hämäläinen, P. & Karisto, P. 2001. Vanhempien ja koululiikunnan merkitys lapsen liikunnan harrastamiselle. Jyväskylän yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. 77 s. + lähteet ja liitteet.

Tutkimuksen päätarkoituksena oli selvittää, onko vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla sekä koululiikunnalla yhteyttä lapsen vapaa-ajan liikunnan harrastamiseen. Tutkimuksessa selvitettiin, millaisia liikuntaharrastuksia lapsilla ja vanhemmilla on, ja miten paljon he liikkuvat vapaa-aikana. Lisäksi tutkittiin, miten tärkeänä vanhemmat pitävät lasten liikuntaharrastuksia, ja tukevatko he niitä. Tutkimuksessa selvitettiin myös, tukeeko koululiikunta vanhempien ja opettajien mielestä lasten liikuntaharrastuneisuutta. Lisäksi tutkittiin opettajien ja vanhempien välistä yhteistyötä lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi.

Tutkimukseen osallistui 250 4.luokkalaisten lasten vanhempaa ja kymmenen opettajaa, jotka valittiin harkinnanvaraisella otannalla. Tutkimus toteutettiin kolmella eri paikkakunnalla, Saarijärvellä, Karstulassa ja Kinnulassa, syksyllä 2000. Tutkimustuloksia analysoitiin tilastollisilla menetelmillä: korrelaatiolla, t-testillä ja varianssi-analyysillä. Tutkimustuloksia vertailtiin paikkakunnittain ja vanhempien sukupuolen ja koulutuksen mukaan.

Tutkimus osoitti, että vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla on yhteyttä lapsen liikuntaharrastuksiin. Vanhemmat toimivat roolimallina lapsilleen harrastuslajin valinnassa. Vanhempien, erityisesti isän, liikunnan määrällä oli yhteyttä lapsen liikunnan määrään. Lisäksi vanhemmat tukivat lapsiaan liikuntaharrastuksissa aktiivisesti.

Tutkimuksen mukaan vanhemmista ja opettajista puolet koki, että koululiikunta tukee vain vähän lasten liikuntaharrastuksia. Kuitenkin lähes puolet vanhemmista piti liikuntaa erittäin tärkeänä oppiaineena. Vanhemmista yli neljäviidesosaa ei tehnyt yhteistyötä koulun kanssa lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi. Opettajista sen sijaan puolet ilmoitti tekevänsä yhteistyötä vanhempien kanssa. Lähes kolmeviidesosaa vanhemmista ja opettajista oli valmiita yhteistyön kehittämiseen lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi.

Asiasanat: Liikunta-aktiivisuus, liikuntaharrastukset, koululiikunta, vanhemmat, roolimalli, tuki ja kannustus, peruskoulu

## ESIPUHE

Olemme molemmat harrastaneet lapsuudesta asti aktiivisesti liikuntaa ja toimineet erilaisten liikuntakerhojen ohjaajina. Opiskellessamme opettajankoulutuslaitoksessa olemme alkaneet pohtia, voimmeko vanhempina ja opettajina vaikuttaa lasten liikuntaharrastuksiin. Tulevina opettajina haluamme tarjota oppilaille mahdollisuuden kokea liikkumisen iloa ja tätä kautta omaksua liikunnallinen elämäntapa.

Tämä tutkimus on tehty opinnäytetyönä Jyväskylän yliopiston kasvatustieteen tiedekunnan opettajankoulutuslaitoksessa. Työtämme ovat ohjanneet kasvatustieteen tohtori Jouko Kari ja liikuntatieteen tohtori Lauri Laakso. Esitämme heille parhaat kiitokset ohjauksesta ja tutkimuksen kehittämisideoista.

Haluamme kiittää kaikkia tutkimukseen osallistuneita vanhempia ja opettajia. Kiitämme myös vanhempiamme ja sisaruksiamme, jotka ovat tukeneet ja kannustaneet meitä koko opiskeluajan. Erityiskiitokset haluamme esittää perheillemme Ari-Pekka ja Esa Karistolle henkisestä tuesta sekä Teijo Hakkaraiselle henkisestä tuesta ja avunannosta taulukoiden ja kuvioiden tekemisessä ja kieliäsun viimeistelyssä.

Olemme tehneet pro gradu -tutkielman yhdessä ja toivomme, että tutkielma arvioidaan yhteisellä arvosanalla.

Jyväskylässä 5. kesäkuuta 2001

Piia Hämäläinen

Päivi Karisto

# SISÄLLYS

## TIIVISTELMÄ

## ESIPUHE

1	JOHDANTO.....	6
2	LIIKUNTA-AKTIIVISUUS JA LIIKUNTAHARRASTUS KÄSITTEINÄ.....	8
2.1	Liikunta-aktiivisuus.....	8
2.2	Liikuntaharrastuneisuus ja liikuntaharrastus .....	9
2.2.1	Liikuntaharrastuksen sisäistyminen.....	10
2.2.2	Liikuntaharrastuksen kehittyminen oppimisen tuloksena .....	11
3	LIIKUNNALLE ASETETUT TAVOITTEET KOULUSSA .....	13
3.1	Koululiikunta käsitteenä .....	13
3.2	Liikunnanopetus historiallisesta näkökulmasta .....	14
3.3	Liikunnanopetuksen tavoitteet ja keskeiset sisällöt tänä päivänä .....	15
3.4	Koulukohtaiset tavoitteet .....	17
4	VANHEMMAT, KOULU JA LIIKUNTAKERHOT LASTEN LIIKUNTA- HARRASTUSTEN TUKIJOINA .....	18
4.1	Vanhempien merkitys lasten liikuntaharrastuksille.....	18
4.1.1	Vanhemmat roolimalleina .....	18
4.1.2	Vanhempien tuki, kannustus ja sosiaalinen asema .....	19
4.1.3	Lasten ja vanhempien yhdessä liikkuminen .....	20
4.2	Lasten ja vanhempien kokemuksia koululiikunnasta .....	21
4.3	Lasten osallistuminen liikuntakerho- ja seuratoimintaan .....	23
4.4	Liikkuvasta lapsesta liikkuvaksi aikuiseksi .....	26
5	SELITYSMALLEJA LAPSEN LIIKUNTAKÄYTTÄYTYMISELLE .....	27
5.1	Sosiaalinen oppimisteoria .....	27
5.2	Odotus-arvoteoria .....	28

5.3	Harrastusten viriäminen ja loppuminen .....	30
5.4	Tutkimuksemme teoreettinen malli .....	32
6	TUTKIMUSONGELMAT .....	35
7	TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN JA LUOTETTAVUUS .....	36
7.1	Tutkimusjoukko ja tutkimuksen toteuttaminen .....	36
7.2	Tutkimuksen mittari ja sen arviointia .....	38
7.3	Tutkimuksen luotettavuus .....	40
7.3.1	Validius .....	40
7.3.2	Reliabiliteetti .....	42
7.4	Tilastolliset menetelmät .....	42
8	TUTKIMUSTULOKSET .....	45
8.1	Vanhempien ja lasten liikuntaharrastuneisuus .....	45
8.1.1	Vanhempien ja lasten liikunnan määrä .....	45
8.1.2	Lasten ja vanhempien harrastuslajit .....	49
8.2	Vanhemmat lasten liikuntaharrastusten tukijoina .....	52
8.2.1	Lasten liikuntaharrastusten tärkeys vanhempien mielestä .....	52
8.2.2	Vanhempien tuki ja kannustus lasten liikuntaharrastuksissa .....	53
8.3	Vanhempien käsityksiä koululiikunnasta .....	55
8.3.1	Liikunnan tärkeys suhteessa muihin oppiaineisiin vanhempien mielestä .....	55
8.3.2	Koululiikunnan tuki lasten liikuntaharrastuksille vanhempien ja opettajien mielestä .....	55
8.3.3	Vanhempien käsityksiä lastensa suhtautumisesta koululiikuntaan ...	57
8.3.4	Vanhempien koululiikunnan tuntemus paikkakunnittain .....	58
8.3.5	Koululiikunnasta tiedottaminen .....	59
8.4	Koulun ja kodin yhteistyö lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi .....	60
8.4.1	Vanhempien ja opettajien käsityksiä yhteistyöstä .....	60
8.4.2	Vanhempien ja opettajien odotuksia ja toivomuksia koululiikunnalle .....	62
8.5	Paikkakuntien liikuntamahdollisuudet .....	63
8.5.1	Tyytyväisyys paikkakuntien liikuntamahdollisuuksiin .....	63

8.5.2	Lasten osallistuminen liikuntakerho- ja seuratoimintaan .....	64
9	POHDINTA .....	67
9.1	Tutkimustulosten tarkastelua .....	67
9.1.1	Vanhemmat lasten liikuntaharrastusten edistäjinä .....	68
9.1.2	Koulu lasten liikuntaharrastusten edistäjänä .....	70
9.2	Tutkimuksen merkitys .....	73
9.3	Tutkimuksen teon arviointia ja jatkotutkimusaiheita .....	75
	LÄHTEET .....	78
	LIITTEET .....	83

## 1 JOHDANTO

Liikkuminen on iloa.

Se on ajattelun ja tuntemisen ilmaisua, itsensä koettelua, oppimista, jäljittelyä, teatteria, sirkusta, mörköä, lohikäärmettä; se on maailman kokemisen seikkailua. Rajoja sille asettaa vain katselijan mielikuvitus. Kokonaisvaltaisen liikkumisen tunne on riemukas tapahtuma, jossa lapsi on suorassa yhteydessä itseensä ja jos hän tämän yhteyden joskus menettää niin menettää hän samalla yhteyden omaan liikkumiseensa ja hänestä tulee helposti liikkumaton tai toisten liikuteltavissa oleva.

Lapsi hakee liikkumisellaan vastauksia omiin kysymyksiinsä. Jokaisella lapsella on oma liikkumisensa, hän voi vertailla itseään muihin, mutta silti hänellä tulee säilyä hänen oman liikkumisen arvo ja tunne.

Tässä on lasten liikuntakasvatuksen tehtävä.

(Salmi 1986)

Liikunnalla on merkittävä asema suomalaisessa yhteiskunnassa. Liikunta on tärkeä osa suomalaista kulttuuria ja sillä voidaan vaikuttaa yksilön hyvinvointiin koko elämänkaaren aikana. Myönteiset ja monipuoliset liikuntakokemukset lapsuus- ja nuoruusiän kasvuympäristössä luovat parhaat edellytykset elinikäiselle liikunta-harrastukselle (Vuolle 2000, 23).

Lasten liikuntaharrastusten viriämiseen vaikuttavat monet tekijät, kuten vanhemmat, sisarukset, kaverit, opettajat ja koulu (Laakso 1981; Eccles 1983; Bandura 1977, 1986). Erityisesti vanhemmat voivat ratkaisevasti edistää lapsen elinikäisen liikunta-harrastuksen syntymistä ja kehittymistä (Sergeev, Stolyarov & Gendin 1988; Moore, Lombard ym. 1991; Pönkkö 1999). Vanhemmat toimivat roolimallina lapsilleen, sillä lapset tarkkailevat vanhempien liikuntakäyttäytymistä. Lisäksi vanhempien myönteisillä liikunta-asenteilla on merkitystä lapsen liikuntaharrastuksiin.

Koululiikunnasta saadut myönteiset kokemukset voivat myös innostaa lasta liikkumaan ja omaksumaan liikunnallisen elämäntavan. Lapset pitävät liikuntaa mieluisana oppiaineena (Nupponen ja Telama 1998; Nupponen 1999; Viljanen 1997) ja on osoitettu, että myönteisillä kokemuksilla on yhteyttä harrastuksen viriämiseen (Metsämuuronen 1995). Koululiikunnalla voidaan kehittää lasten yksilöllisiä liikuntavalmiuksia ja antaa virikkeitä lasten liikuntaharrastuksille. Kuitenkin koulu-liikunnan suoraa yhteyttä lasten liikunnan harrastamisen edistämiseksi on tutkittu vähän.

Tulevina vanhempina ja opettajina haluamme tietää mahdollisuutemme vaikuttaa lasten elinikäisten liikuntaharrastusten viriämiseen. Haluamme tarjota lapsille myönteisiä liikuntakokemuksia ja tätä kautta ohjata lapsia terveelliseen ja liikunnalliseen elämäntapaan. Omat vanhempamme ja myönteiset kokemuksemme koululiikunnasta ovat innostaneet meitä harrastamaan liikuntaa säännöllisesti ja monipuolisesti.

Tutkimuksen päätarkoituksena on selvittää, onko vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla sekä koululiikunnalla yhteyttä lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastuksiin. Selvitämme, millaisia liikuntaharrastuksia lapsilla ja vanhemmilla on, ja miten paljon he liikkuvat vapaa-aikana. Tutkimme myös, miten tärkeänä vanhemmat pitävät lasten liikuntaharrastuksia ja tukevatko he lapsiaan liikunnallisissa harrastuksissa. Lisäksi haluamme selvittää, tukeeko koululiikunta vanhempien ja opettajien mielestä lasten liikuntaharrastuksia.

Tutkimuksen perusjoukkona ovat 4.-luokkalaisten lasten vanhemmat (n=250) ja liikunnanopettajat (n=10). Tutkimus on toteutettu kolmella eri paikkakunnalla, Saarijärvellä, Karstulassa ja Kinnulassa. Tutkimustuloksia on vertailtu paikkakunnittain ja vanhempien sukupuolen ja koulutuksen mukaan.



## 2 LIIKUNTA-AKTIIVISUUS JA LIIKUNTAHARRASTUS KÄSITTEINÄ

### 2.1 Liikunta-aktiivisuus

Liikunnallisuus tarkoittaa yksilön piirteiden kokonaisuutta, jossa toiminnan sisältönä on liikunta. Käsite liittyy myös yksilön kykyihin ja ajallisiin, määrällisiin ja laadullisiin valintoihin arkielämässä. Liikunnallisuutta voidaan analysoida kahdesta näkökulmasta, perusjaosta tai toimintatasoista käsin. Toimintatasoon kuuluvat kyky- tai pätevyystaso ja aktiivisuustaso. Aktiivisuus voi olla ilmiaktiivisuutta tai kiinnostusta liikuntaan. Jakoa ilmiaktiivisuuden ja kiinnostuksen välillä ei voi aina tehdä. (Nupponen 1997, 16.)

Nupponen (1997, 17) erittelee liikunta-aktiivisuuden sen mukaan, milloin ja miten aktiivisuus ilmenee. Nelikenttämallin avulla voidaan kattaa liikunta-aktiivisuuden keskeiset piirteet. Malli on sovellettu kouluikäisille taulukossa 1. Pääpaino on ilmiaktiivisuudessa. Liikuntatoiveet, liikuntakokemukset, -motiivit ja -asenteet on jätetty tutkimuksen ulkopuolelle.

TAULUKKO 1. Koululaisen liikunta-aktiivisuuden pääulottuvuudet (Nupponen 1997, 20).

LIIKUNTA-AKTIIVISUUS		
	KOULUAIKANA	KOULUN ULKOPUOLELLA
ILMI- AKTIIVISUUS	Koululiikunta- aktiivisuus - intensiivisyys - suuntautuminen	Liikuntaharrastus - määrä - intensiivisyys - suuntautuminen
KIINNOSTUS	Koululiikuntatoiveet - kokemukset - asenteet	Toiveharrastukset Liikuntaharrastus- motiivit

Nupponen ja Telama (1998) ovat määritelleet lapsille ja nuorille suosituksen liikunnan määrästä. Heidän mukaansa liikuntasuoritukset koostuvat kolmesta osatekijästä: riittävän usein tapahtuva toistuminen (useimpina viikonpäivinä, vähintään kolme kertaa viikossa), riittävä kesto (vähintään 20-60 minuuttia kerrallaan) ja kuormittavuus (kohtuullinen rasitus, hengästyttävä ja hikoiluttava liikunta). Yleisesti liikuntatutkimuksissa, kuten myös tässä tutkimuksessa, käytetään määritelmää, jonka mukaan liikuntasuorituksen tulee kestää vähintään puoli tuntia niin, että sen aikana ainakin lievästi hengästyy tai hikoilee (Suullinen tiedonanto Lauri Laakso 27.9.2000).

## 2.2 Liikuntaharrastuneisuus ja liikuntaharrastus

Metsämuuronen (1995) erottaa toisistaan käsitteet harrastuneisuus ja harrastus. Harrastuneisuus ilmentää suuntautumista harrastusalueeseen, esimerkiksi yleisesti liikuntaan. Harrastus taas kohdistuu tiettyyn kohteeseen, esimerkiksi liikuntalajiin. Harrastuneisuus voidaan ymmärtää enemmänkin orientoitumisena, kun taas harrastuksessa korostuu itse toiminta. Käsitteenä harrastuneisuus on laajempi kuin harrastus, vaikka määritelmät eivät erottelekaan käsitteitä toisistaan. (Metsämuuronen 1995, 21-22.)

*Harrastuneisuus on suhteellisen pysyvä, tietyn tyyppisiin toimintoihin positiivissävyisenä toimintavalmiutena yksilön toiminnallisella, kognitiivisella ja affektiivisella alueella ilmenevä jatkuva omaehtoinen suuntautuminen.*

*Harrastus voidaan ymmärtää harrastuneisuuden kohdentumisena tiettyyn asiaan, lajiin, tekniikkaan, välineeseen tai osa-alueeseen. (Metsämuuronen 1995, 21-22.)*

Telama (1972) kutsuu liikuntaharrastuneisuudeksi sitä ilmiötä, jossa ilmiöharrastuksen lisäksi huomioidaan liikuntahalukkuutta ilmentävät prefenssit tai motiivit. Laakson (1981) mukaan liikuntaharrastuksella tarkoitetaan *liikunnallisen vaihtoehdon toistuvaa, tietoista valitsemista silloin, kun valinnalle on ominaista pysyväisluonteinen motivaatio itse toimintaa (liikuntaa) tai sen seurauksia kohtaan*. Liikuntaharrastuksesta voidaan puhua vasta silloin, kun liikunnallisen vaihtoehdon valitseminen on tietoista ja pysyväisluonteiseen motivaatioon pohjautuvaa. (Laakso 1981, 15-17.)

Nupponen (1997, 21) tarkoittaa liikuntaharrastuksella koulun ulkopuolella tapahtuvaa omakohtaista osallistumista liikuntaan. Liikunta voi olla joko organisoitua esim. urheiluseurojen toimintaa tai järjestäytymätöntä, vapaa-aikana tapahtuvaa liikuntaa. Kouluajan liikunta-aktiivisuus käsittää liikuntatunneilla tapahtuvan aktiivisuuden lisäksi myös oppituntien ulkopuolisen koulun järjestämän liikunnan.

### 2.2.1 Liikuntaharrastuksen sisäistyminen

Laakson (1981) mukaan liikuntaharrastuksen kehittyminen edellyttää pysyväisluonteisen motivaation syntymistä liikuntaa tai sen seurauksia kohtaan. Motivaatio syntyy yleisesti erilaisten tarpeiden pohjalta. Tarpeilla tarkoitetaan *yksilön tilaa, joka ilmentää sen riippuvuutta konkreettisista olemassaolon ehdoista ja joka esiintyy persoonallisen aktiivisuuden pontimena* (Petrovski 1973).

Liikuntaharrastus voi pohjautua useisiin samanaikaisesti vaikuttaviin motiiveihin ja tarpeisiin (Laakso 1981, 17). Näiden pohjalta voi syntyä myös muita toimintoja kuin liikunta (Silvennoinen 1979). Erilaisten motiivien muodostumiseen vaikuttavat monet yksilöön itseensä ja hänen ympäristöönsä liittyvät tekijät. Tarve liikkumiseen on yksilön biologisen perustan ja ympäristötekijöiden vuorovaikutuksen tulos. (Telama 1975.) Ympäristön vaikutukset yksilöön eivät ole automaattisia, vaan erilaisten harrastusmotiivien kehittymiseen vaikuttavat myös yksilökohtaiset tekijät. Harrastuksen oppiminen ei ole pelkkää omaksumista, vaan tavoitteellista toimintaa, jossa yksilö voi aktiivisesti valikoiden kehittää itseään omien tavoitteidensa ja ominaisuuksiensa pohjalta. (Laakso 1981, 18.)

Ympäristötekijöillä ei ole välttämättä suoranaista yhteyttä motiiveihin tai harrastuskäyttäytymiseen. Ympäristötekijät vaikuttavat yksilön tietoihin, taitoihin, asenteisiin ja normeihin ja tätä kautta myös muutoksiin motiiveissa ja harrastuksissa. Esimerkiksi vanhemmilla on suuri merkitys lastensa käyttäytymiseen, koska he vaikuttavat lasten asenteisiin ja arvoihin sekä auttavat lasta tulkitsemaan liikuntakokemuksia ja tuottamaan niitä (Eccles 1983). Asenteet ja normit toimivat sisäistettyinä motiiveina ja ohjaavat yksilön käyttäytymistä erilaisissa tilanteissa. Asenteet ohjaavat toimintamotiiveja yksilön positiivisen ja negatiivisen suhtautumisen mukaan. Normit puolestaan määräävät, millaista toimintaa pidetään suotavana ja millaista epäsuotavana. (Laakso 1981, 18.)

Yksilön asenteisiin ja normeihin vaikuttavat tiedot kyseessä olevasta ilmiöstä. Näin positiivisen asenteen luomiseen liikuntaa kohtaan voidaan vaikuttaa jakamalla oikeata tietoa liikunnasta ja sen merkityksestä. Tiedon lisäksi on tärkeää saada miellyttäviä kokemuksia liikunnasta sekä tuntemuksia hyvästä fyysisestä kunnosta. (Laakso 1981, 19.) Liikuntaharrastuksen jatkuvuus -tutkimuksissa onkin korostettu ilon ja virkistymisen sekä onnistumisen elämysten aikaansaamista mahdollisimman monille. Lisäksi liikuntatapahtumaan tulisi kuulua myös tunteiden ilmaisua, esteettisiä kokemuksia sekä myönteisiä sosiaalisia suhteita. (Laakso 1981, 19; POPS 1994, 110; Heikinaro-Johansson 2001, 7-8.)

Motiivit ja harrastukset vaikuttavat myös takaisin asenteisiin ja normeihin. Liikuntaharrastuksen kehittyminen satunnaisesta osallistumisesta säännölliseksi, pysyväisluonteiseen motivaatioon pohjaavaksi toiminnaksi, tapahtuu vähitellen asenteiden, normien ja motiivien vuorovaikutuksena. (Laakso 1981, 20.) Harrastuksen kehittymistä voidaan kuvata mallina, jossa virike johtaa harkinnan ja toiminnan kautta kokeiluun, josta saadut kokemukset synnyttävät pysyvän harrastuksen tai johtavat uuden toiminnan valintaan (Ruohotie 1976). Pysyväisluonteisen harrastuksen kehittyminen on monimutkainen ja pitkä tapahtumaketju. Erilaisiin motiiveihin pohjautuvat toimintatavan valinnat sekä toiminnasta saatavat kokemukset muodostavat vähitellen pysyvän liikuntaharrastuksen. (Laakso 1981, 20.)

### 2.2.2 Liikuntaharrastuksen kehittyminen oppimisen tuloksena

Kokemuksia ja oppimista pidetään harrastuksen kehittymisen kannalta keskeisinä tekijöinä. Oppiminen luo pohjan liikuntaharrastukselle kahdesta syystä. Harrastuksen kehittymiseen vaikuttavat persoonallisuustekijät omaksutaan usein oppimisen kautta. Lisäksi harrastus pohjautuu usein toimintatavan valintoihin, toiminnasta saataviin kokemuksiin ja sitä kautta oppimiseen. (Laakso 1981, 21-22.)

Liikuntaharrastuksen kehittyminen oppimisen tuloksena korostaa ympäristötekijöiden vaikutusta motivaation synnyssä (Laakso 1981, 22). Sekä ympäristötekijät että perityt yksilölliset piirteet vaikuttavat harrastuksen muotoutumiseen (Ruohotie 1976). Tarpeet liikuntaharrastukseen voivat olla alkuperältään sekä biologisia että hankittuja (Petrovski 1973). Biologisilla edellytyksillä on myös merkitystä liikuntataitojen oppimiseen sekä

liikunnasta saataviin kokemuksiin. Liikuntaharrastuksen tavoitteet ovat siis periaatteessa saavutettavissa liikuntakasvatuksen avulla. (Laakso 1981, 22.)

Tarkasteltaessa liikuntaharrastuksen kehittymistä oppimisen tuloksena on tärkeää kiinnittää huomiota seuraaviin asioihin: miten harrastuksen oppiminen tapahtuu sekä missä ja kenen johdolla harrastus opitaan. Oppimista, kuten myös liikunnallisten taitojen oppimista, tapahtuu yksilön persoonallisuuden eri osa-alueilla. Oppiminen luo pohjan yksilön tiedoille, taidoille sekä arvoille, asenteille, normeille ja käyttäytymismallien omaksumiselle. (Laakso 1981, 22-23.) Sosiaalisella oppimisella on keskeinen asema harrastuksen kehittymiseen kokeilusta pysyvään harrastukseen (Bandura 1977, 1986; Laakso 1981, 23; McPherson ym. 1989).

Yksilö reagoi edellytystensä mukaan kasvatus- ja koulutusärsykkeisiin sekä ennalta suunnittelemattomiin ärsykkeisiin. Toiston ja palautteen tuloksena syntyy uusia päämääriä, reagoititapoja ja -tottumuksia, joista muodostuu erilaisia rooleja. Näin syntyy myös liikuntaharrastus. Harrastuksen oppimisessa korostuu myös yksilön oma aktiivisuus ja itsenäinen päätös. Oppimista tapahtuu myös jäljittelemällä ja mallioppimisen avulla. Tällöin esimerkiksi vanhempien ja opettajien liikuntakäyttäytyminen toimii esikuvana ja mallina lapsille. Ryhmän jäsenyydellä on myös todettu olevan vaikutusta liikuntaharrastuksen kehittymiseen. (Laakso 1981, 25-26.)

### 3 LIKUNNALLE ASETUT TAVOITTEET KOULUSSA

#### 3.1 Koululiikunta käsitteenä

Koululiikunta on koulussa tapahtuvaa, kasvatus- ja opetustarkoituksessa harjoitettua liikuntatoimintaa. Se jakaantuu koulun sisä- ja ulkopuoliseen toimintaan. Sisäpuolista toimintaa ovat mm. oppitunnit, kerhotoiminta ja liikuntapäivät. Pääosan ulkopuolisesta toiminnasta muodostaa koulujen välinen kilpailutoiminta. (Jääskeläinen 1980, 10-11.)

Koululiikunta on aikuisten organisoimaa toimintaa. Tässä organisoidussa toiminnassa oppilaat voivat keskittyä kehittämään omia taitojaan ja kykyjään. Opettajilta he oppivat uusia taitoja ja valmiuksia sekä mahdollisesti myös asenteita ja käyttäytymismalleja. Liiallisella organisoinnilla ja ohjaajakeskeisyydellä on myös haittansa. Oppilaan omatoimisuus ja spontaani aktiivisuus ovat tärkeitä sekä kasvatustavoitteiden näkökulmasta että koululiikunnan keskeisen päämäärän, liikunnallisen elämäntavan hankkimisen kannalta. (Telama 1993, 24-25.)

Telaman (1993) mukaan koululiikunnan merkitys on siinä, että kaikki suomalaiset lapset osallistuvat jossakin elämänvaiheessa koululiikuntaan. Helin (1996) toteaa, että koululiikunta on suurimmalle osalle lapsista ainoa tapa liikkua. Liikunnan ja terveyden yhteys on kiistaton. Samoin lapsena ja nuorena opituilla liikuntarutiineilla on osoitettu olevan pysyvä vaikutus. Ne, jotka harrastavat liikuntaa lapsena, harrastavat sitä aikuisiässäkin. (Helin 1996, 16-17.)

Koululiikunnan yhteiskunnallinen merkitys perustuu Telaman (1993) mukaan kansanterveyden edistämiseen ja yksilön sosiaaliseen tukemiseen. Lisäksi koululiikunnalla on merkitystä kansallisen liikuntakulttuurin säilyttämisessä ja kehittämisessä sekä ympäristö- ja luontokasvatuksessa. Koululiikunnan kansanterveyttä edistävä vaikutus riippuu siitä, kuinka hyvin se pystyy aikaansaamaan liikunnallista elämäntapaa. (Telama 1993, 24-25.)

Telama (1993) korostaa koululiikunnan merkitystä myös yksilön kannalta. Se tukee oppilaan persoonallisuuden kehitystä, edistää sosiaalista kehitystä sekä antaa hänelle

elämänsisältöä ja iloa sekä tarjoaa harrastusmahdollisuuden. Koululiikunta vaikuttaa myös positiivisesti opiskeluun ja kouluun, sillä on näyttöä siitä, että liikunta lisää opiskeluvireyttä. Suosittuna ja aktiivisena toimintana liikunta lisää myös koulun yhteishenkeä ja auttaa koulua muodostumaan ympäristön toimintakeskukseksi. (Telama 1993, 24-25.)

### 3.2 Liikunnanopetus historiallisesta näkökulmasta

Voimistelu virallistettiin ensimmäisen kerran oppiaineeksi Suomen oppikouluihin vuonna 1843 pojille ja myöhemmin vuonna 1873 myös tytöille. Aluksi voimistelun päätehtävänä oli oppikoululaisten fyysisestä terveydestä ja kunnosta huolehtiminen. Tuolloin voimistelun tuntimäärät olivat 4-5 tuntia viikossa. (Wuolio & Jääskeläinen 1993, 7.)

Suomen itsenäistymisen jälkeen liikuntaa pidettiin tärkeänä tekijänä valtion kehityksessä. Liikuntakasvatuksen yhtenä tehtävänä oli lisätä eripuraisen kansan yhtenäisyyden tunnetta ja vahvistaa maanpuolustusta. (Juppi 1995, 97.) Kuitenkin liikuntatilojen ja pätevän koulutetun työvoiman puute vaikuttivat monien koululiikuntaa koskevien tarpeellisten uudistusten toteuttamiseen. Esimerkiksi suositukset voimistelutuntimääristä jokaiselle koulupäivälle eivät toteutuneet vaan käytännössä tunteja oli yleensä yksi tai kaksi viikossa. (Juvonen 1978, 43-44; Wuolio & Jääskeläinen 1993, 86-88.)

Talvisodan kokemukset vaikuttivat ratkaisevasti voimistelutuntien määrään. Vuoden 1941 asetuksessa esitettiin voimistelulle, urheilulle ja terveysopille varattavaksi neljä viikkotuntia, mikä toteutui lähes kaikilla kouluilla lukuunottamatta joitakin tyttökouluja. Osa lisätyistä tunteista edellytettiin käytettäväksi väestönsuojelun opetukseen ja erityisesti poikien liikunnanopetus sai sotilaallisia piirteitä. (Suomen Asetuskokoelma 1941, 989; Juvonen 1978, 51.)

Vuoden 1952 Kansakoulun Opetussuunnitelman mietintö II:n mukaan liikuntakasvatuksella oli edelleen erikoisasema koulun oppiaineiden joukossa. Tärkeänä tavoitteena pidettiin elinikäisten liikuntatottumusten oppimista, vaikka tuntimäärät (2-3

tuntia/viikossa) olivat vähentyneet verrattuna talvisodan jälkeisiin tuntimääriin. Liikuntakasvatuksen tehtävänä oli huolehtia lapsen ruumiillisesta kehityksestä: estää erityisesti ryhtivirheiden syntymistä ja kehittää oppilaita tarkoituksenmukaiseen lihassuoritukseen. Lisäksi liikuntakasvatuksella pyrittiin sosiaaliseen kasvatukseen joukkuepelien avulla sekä tuottamaan virkistystä ja iloa koulupäivään. (Kansakoulun Opetussuunnitelman mietintö II 1952, 189-190, 202-203.)

1970-luvulla peruskoululain tullessa voimaan liikuntakasvatuksen tavoitteita tarkennettiin uudella opetussuunnitelmalla. Liikuntakasvatus nähtiin entistä laajempaan osaan oppilaan kokonaisvaltaista hyvinvointia. Lisäksi liikunnan jatkuvan harrastuksen tavoite tulkittiin siten, että jokaisen oppilaan oli saatava mahdollisuus liikunnan harrastamiseen. Tämä edellytti erityisesti sitä, että opetusta yksilöllistettiin ja oppilaita ohjattiin oman harrastusmuodon valintaan tutustumalla mm. erilaisiin liikuntalajeihin. Liikuntatuntimäärät olivat vielä 70-luvun alussa 1-2 luokilla 2 viikkotuntia ja 3-6 luokilla kolme viikkotuntia. Vähitellen peruskoulun myötä tuntimäärät laskivat, erityisesti ylemmillä luokilla. (Peruskoulun opetussuunnitelman mietintö II 1970, 19, 289-294.)

Vuoden 1985 opetussuunnitelman liikuntakasvatuksen tavoitteet eivät poikenneet edellisen vuosikymmenen tavoitteista. Koululiikunnan tehtävä oli edelleen antaa koulussa sellaisia tietoja, taitoja ja asenteita sekä myönteisiä kokemuksia, joiden pohjalta oppilaalle syntyisi liikunnallinen elämäntapa ja tarve ylläpitää toiminta- ja työkykyisyyttä hyvinvoinnin edistämiseksi. Tuntimäärät vaihtelivat 1-2 luokalla 1-2 tuntiin ja 3-6 luokalla 2-3 tuntiin. (Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1985, 26, 175.)

### 3.3 Liikunnanopetuksen tavoitteet ja keskeiset sisällöt tänä päivänä

Kouluissa eletään uudistuksen aikaa, sillä tuntijaot ovat muuttumassa vuonna 2003. Liikuntatuntien määrät ovat vähentyneet talvisodan jälkeen ja tänä päivänä Suomessa koululiikunnan tuntimäärät ovat toiseksi alhaisimmat verrattuna muihin Euroopan maihin. Suomessa liikuntatunteja on keskimäärin 1,7 tuntia viikossa 12 kouluvuoden aikana, kun taas Ranskassa 3,5 tuntia ja Sveitsissä 3,4 tuntia viikossa. (Helin, 2001.)



Suomessa käynnistettiin vuonna 1994 valtakunnallinen opetussuunnitelmauudistus. Opetushallituksen laatimissa opetussuunnitelman perusteissa korostui konstruktivistinen oppimiskäsitys. (Heikinaro-Johansson 2001, 6.) Liikunnassa uuden tiedon- ja oppimiskäsityksen mukainen oppiainekeskeisyydestä irtaantuminen näkyy oppilaan aktiivisen roolin ja osallistumisen nostamisena yhdeksi keskeisimmistä opetuksellisista periaatteista. Tämä ilmenee yksilöllisyyden ja oppilaskeskeisyyden korostamisena ja oppisisältöjen valintaan jätettynä väljyytenä. Juuri opetussuunnitelman väljyys antaa mahdollisuuden suunnata liikunnanopetusta entistä enemmän lajikohtaisesta opetuksesta kohti ominaisuuslähtökohtaista opetusta. (Hakala 1999, 121-122.)

Telaman (1999) mukaan koululiikunnan keskeisin päämäärä on liikunnallisen elämäntavan edistäminen ja sisäisen motivaation herättäminen liikuntaan. Yksi peruskoulun opetussuunnitelman tavoitteista onkin, että oppilas kokee liikunnan iloa, oppii harrastamaan liikuntaa säännöllisesti ja oppii myönteisen asenteen liikuntaan (POPS 1994, 110). Pysyvä harrastus ei synny pelkästään ulkoisten motiivien kautta vaan sisäinen motivaatio liikuntatoimintaan syntyy vain toiminnassa ja siitä saatuihin kokemuksiin ja elämyksiin perustuen. Elämykset voivat olla osaamiseen liittyviä oppimis- ja pätevyyskokemuksia, mutta myös tunnevaltaiset aistikokemuksiin, sosiaalisiin suhteisiin, oman kehon kokemiseen tai jännitykseen liittyvät elämykset ovat tärkeitä. (Telama 1999, 4-9.)

Telaman (1999) mukaan toinen koululiikunnan keskeinen tavoite on kouluikäisen nuoren fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen tukeminen. Peruskoulun liikunnan opetuksen tavoitteena onkin, että oppilaan motoriset perustaidot, liikehallinta- ja kuntotekijät sekä liikunnalliset lajitaidot kehittyvät ja harjaantuvat. Lisäksi tavoitteena on, että oppilas edistyy yhteistyötaitoissa ja itsensä tuntemisessa. (POPS 1994, 110-111.)

Terveys on yhteiskunnan kannalta ehkä tärkein perustelu liikunnalle. Liikunnan avulla oppilas voi oppia rentoutumaan, omaksua terveelliset elämäntavat ja kehittää liikuntakulttuuria ja kansalaistaitoja. Lisäksi liikunta voi osaltaan lisätä opiskeluvireyttä ja parantaa oppimistuloksia muissa oppiaineissa. (POPS 1994, 110.)

Kouluissa liikuntatuntien ulkopuolisten tehtävien lisääntyminen on tunnusomaista 2000-luvulla. Liikuntatunnit muodostavat toiminnan ytimen, mutta koululiikuntaan liittyy tärkeänä osana myös oppituntien ulkopuoliset liikuntatapahtumat ja yhteistyö muiden liikuntatahojen kanssa. Aktiivisena ja suosittuna toimintana liikunta voi olla kouluyhteisöä integroiva tekijä ja keskeisessä asemassa kehitettäessä koulua ympäristönsä toimintakeskukseksi. (Heikinaro-Johansson 2001, 8; POPS 1994, 110.)

### 3.4 Koulukohtaiset tavoitteet

Koulukohtaisten opetussuunnitelmien merkitys korostuu vuoden 1994 opetussuunnitelmien uudistuksessa. Liikunnanopetuksen opetussuunnittelun lähtökohtana ovat koulukohtaisessa opetussuunnitelmassa hyväksytyt koko koulun kehittämisen periaatteet. (Heikinaro-Johansson & Kolkka 1998, 35-36.)

Tähän tutkimukseen osallistuneiden koulujen liikunnan opetussuunnitelmat ovat hyvin samankaltaiset. Suunnitelmat pyrkivät vielä pääosin noudattamaan valtakunnallisia ohjeita ja tavoitteita liikunnan opetuksessa. Koulut haluavat tarjota oppilaille mm. monipuolisia ja myönteisiä liikuntakokemuksia ja tutustuttaa oppilaat erilaisiin liikuntalajeihin sekä kehittää oppilaiden sosiaalisia taitoja. Liikunnallisen elämäntavan ja liikunnan jatkuvan harrastuksen tavoite löytyy kirjattuna Muholan ala-asteen liikuntasuunnitelmasta. Herajärven ala-aste korostaa myös jatkuvan liikuntaharrastuksen merkitystä. Kinnulan kirkonkylän ala-asteen liikuntakasvatuksen yhtenä tavoitteena on, että oppilas löytää monipuolisia harrastusmahdollisuuksia koululiikunnan avulla. Tolppilan ala-asteella oppilas halutaan innoittaa liikunnan harrastamiseen. Tarvaalan ja Syrjänmäen liikunnan opetussuunnitelmat ovat sisällöltään suppeammat, mutta noudattavat liikunnanopettajien mukaan yleisiä kuntakohtaisia tavoitteita.

## 4 VANHEMMAT, KOULU JA LIKUNTAKERHOT LASTEN LIKUNTAHARRASTUSTEN TUKIJOINA

### 4.1 Vanhempien merkitys lasten liikuntaharrastuksille

#### 4.1.1 Vanhemmat roolimalleina

Mooren, Lombardin ym. (1991, 215-219) tutkimuksen tulokset osoittavat, että vanhemmilla on merkitystä lasten liikunta-aktiivisuuteen. Fyysisesti aktiivisilla vanhemmilla oli suuremmalla todennäköisyydellä liikunnallisia lapsia. Vanhempien aktiivisuustason vaikutus lapseen oli isillä suurempi kuin äideillä. Kuitenkin kaikista suurin vaikutus lasten liikkumiseen oli perheillä, joissa molemmat vanhemmista olivat fyysisesti aktiivisia. Aktiivisten äitien lapset olivat kaksi kertaa suuremmalla todennäköisyydellä liikunnallisempia kuin passiivisten äitien lapset. Liikunnallisten isien vaikutus lapseen oli jopa kolme ja puoliertainen ei-liikkuviin verrattuna. Yleensä vanhempien välillä ei ole löydetty näin suuria vaikutuseroja. Tutkimustavat ja -tavoitteet saattavat olla osasyynä tuloksiin.

Yangin (1997, 67-68) tutkimustulokset tukevat Mooren, Lombardin ym. tuloksia. Hänen pitkittäistutkimuksessaan kolmivuotisen seurannan aikana liikunnallisesti aktiivisten isien lapset luopuivat liikunnasta selvästi vähemmän kuin passiivisten isien lapset. Isien liikuntaharrastuneisuus oli yhteydessä 9-vuotiaiden lasten liikunta-käyttäytymiseen ja vaikutti sekä tytöillä että pojilla myös 12 vuotta myöhemmin. Äidin liikunta-aktiivisuudella havaittiin olevan yhteyttä tyttöjen liikunta-aktiivisuuteen kaikissa ikäryhmissä ja poikien liikunta-aktiivisuuteen vain 12-vuotiaiden ryhmässä.

Yangin, Telaman ja Laakson (1996, 285) tutkimustulokset tukevat aikaisempia tutkimuksia, joiden mukaan vanhempien, erityisesti isän, liikunta-aktiivisuudella on yhteyttä lasten liikunta-aktiivisuuteen. Liikunnallisesti aktiivisten isien lapset osallistuvat enemmän järjestettyyn liikuntaan kuin passiivisten isien lapset. Isien liikunta-aktiivisuus korreloi lasten liikunnallisuuteen myös lasten kasvaessa. Äidin liikunta-aktiivisuudella näytti olevan yhteyttä ainoastaan tyttöjen liikunta-aktiivisuuteen.

#### 4.1.2 Vanhempien tuki, kannustus ja sosiaalinen asema

Sergeev, Stolyarov ja Gendin (1988, 153-166) ovat tutkineet vanhempien mallien ja odotusten yhteyttä lasten liikunnan harrastamiseen. Tulokset osoittavat, että sekä vanhempien fyysisellä aktiivisuudella että asenteella liikuntaa kohtaan on suurta merkitystä lasten liikunnan harrastamiseen. Vanhempien taidot ja asenteet fyysistä kulttuuria ja liikuntaa kohtaan luovat edellytykset lasten harjoitteluun ja ovat erittäin merkittävä asia lasten liikuntakoulutuksessa. Vanhempien aikaisemmat liikunta-kokemukset vaikuttavat nykyiseen liikkumiseen. Tämä on lasten liikkumaan oppimisen kannalta tärkeää, koska vanhemmat toimivat mallina lapsilleen. Myös sisarusten liikunnan harrastamisella on myönteinen vaikutus lasten liikunnallisuuteen. Lisäksi lasten sukupuolella ja iällä on todettu olevan merkitystä.

Anderssen ja Wold (1992, 341-348) ovat tutkineet läheisten ihmisten, vanhempien ja ystävien, fyysisen aktiivisuuden, tuen, auttamisen ja arvojen vaikutusta lasten liikuntaharrastuneisuuteen. Tulokset osoittavat, että vanhempien fyysisellä aktiivisuudella ja tuella on merkitystä lasten liikuntaharrastuksiin. Erityisesti molempien vanhempien tuella oli yhteyttä lasten liikkumisen määrään. Anderssen ja Wold korostavat kuitenkin, että vanhempien pitäisi olla varovaisia painostaessaan lapsia liikkumaan, koska liika painostus saattaa aiheuttaa päinvastaisia vaikutuksia ja tuhota lapsen ilon liikkua. Tutkimustulokset viittaavat siihen, että vanhempien roolimallilla ja tuella on vaikutusta lasten liikunnan harrastamiseen.

Moore ja Lombard ym. (1991, 215-219) ovat osoittaneet, että vanhemmat vaikuttavat lastensa liikunnan harrastamiseen neljällä eri tavalla: 1) Fyysisesti aktiiviset vanhemmat toimivat liikunnassa roolimallina lapsilleen. Kun vanhemmat arvostavat liikuntaa, he pyrkivät myös itse liikkumaan ja on todennäköistä, että myös heidän lapsensa alkavat arvostaa liikuntaa. 2) Suuri yhtenevyys vanhempien ja lasten liikuntatason välillä saattaa yhdistää heitä liikkumaan yhdessä. 3) Vanhempien tuki voi lisätä lasten osallistumista urheiluun. 4) Geneettinen tai synnynnäinen taipumus määrää fyysisen aktiivisuuden tason. Myös muissa tutkimuksissa on osoitettu, että vanhemmat vaikuttavat lastensa liikunnan harrastamiseen usealla eri tavalla.

Sergeev, Stolyarov ja Gendin (1988, 153-166) puolestaan jakavat vanhempien asenteen lasten liikunnallista kehittymistä kohtaan kahteen osaan: arvo-orientoitunut (value-orientational) ja käytännöllis-aktiivinen (practical-active) asenne. Ensimmäinen näistä kahdesta edustaa vanhempien teoreettis-emotionaalista asennetta lasten liikuntaharrastusta kohtaan (liikunnan tärkeys, liikunnalliset päämäärät, koulutuksen vaikuttavuus, tulevaisuuden suunnitelmat). Vanhempia pyydettiin valitsemaan kahdeksasta pääryhmästä ne asiat, joita he haluaisivat kehittää lapsessaan. Liikunnallinen kehitys tuli kolmanneksi (sitä ennen ahkeruus ja moraali). Vanhempien omasta mielestä lasten liikunnan harrastukseen vaikuttaa eniten lasten ja vanhempien yhdessä liikkuminen. Huomattavaa on, että 94 % vanhemmista halusi, että heidän lapsensa kuuluvat johonkin urheiluseuraan. Vanhemmat eivät kuitenkaan unohtaneet myöskään lasten oman motivaation tärkeyttä sekä liikunnan merkitystä lasten luonteen, tahdon ja itsekurin kehityksessä.

Yang, Telama ja Laakso (1996) ovat tutkineet vanhempien roolimallin sekä tuen ja kannustuksen lisäksi vanhempien sosiaalisen aseman yhteyttä lasten liikunta-aktiivisuuteen. Aikaisemmista tutkimustuloksista (McPherson ym. 1989) poiketen Yangin, Telaman ja Laakson (1996, 280, 286-287) tutkimuksessa ei löydetty yhteyttä isien korkean sosiaalisen aseman ja poikien liikunta-aktiivisuuden välillä missään ikäryhmässä (9-15v.). Sen sijaan isien sosiaalinen asema näytti vaikuttavan suuresti alle 12-vuotiaiden tyttöjen osallistumiseen liikuntaan, sillä korkeasti koulutettujen isien työt osallistuivat liikuntaan huomattavasti enemmän kuin vähemmän koulutettujen isien työt. Myöhemmissä ikäryhmissä ei isien sosiaalisella asemalla ollut enää yhteyttä tyttöjen liikkumiseen.

#### 4.1.3 Lasten ja vanhempien yhdessä liikkuminen

Sergeev, Stolyarov ja Gendin (1988, 153-166) tutkivat vanhempien aktiivisuutta perheen liikuntaharrastuksessa. Heidän lähtökohtanaan oli, että liikunta on erottamaton osa kasvatusta ja harmonista kehitystä. Tämän vuoksi he tutkivat vanhempien vaikutusta suoraan esikouluikäisten lasten fyysiseen harjoitteluun. Isät käyttivät keskimäärin 63 minuuttia päivässä lastensa kanssa liikkumiseen, äidit 87 minuuttia. Vanhempien ja lasten yhteinen liikunnan harrastaminen väheni lasten kasvettua. Iän lisääntyessä lapset liikkuvat ja pelaavat ulkopelejänsä mieluummin keskenään kuin

vanhempien valvonnassa. Vanhempien ajankäyttö lastensa harrastuksiin oli yhteydessä myös heidän koulutukseensa. Koulutetummat vanhemmat käyttivät enemmän aikaa lastensa kanssa liikkumiseen kuin vähemmän koulutetut vanhemmat.

Pönkkö (1999) on tutkinut väitöskirjassaan vanhempien ja lastentarhanopettajien liikuntamyönteisyyden yhteyttä päiväkotikäisten lasten liikunta-aktiivisuuteen ja kokemuksiin. Liikuntamyönteisyyden määritelmään kuuluvat vanhempien oma liikuntaharrastus sekä lasten liikunnan arvostus ja sitoutuminen siihen. Vanhempien osalta tämä tarkoittaa liikkumista yhdessä lapsen kanssa, liikuntavälineiden hankkimista, lapsen kuljettamista kerhoon sekä päiväkodin liikuntakasvatuksen arvostamista. Liikuntaharrastuksen määriteltiin kestävän vähintään puoli tuntia ja sen aikana piti lievästi hikoilla ja hengästyä. Kyselyyn vastanneista lasten vanhemmista puolet harrasti liikuntaa 1-2 kertaa viikossa. Suosituimpia liikuntamuotoja olivat hiihto ja kävely. Vanhemmista 83 % harrasti liikuntaa yhdessä lapsensa kanssa. Poikien vanhemmista 65 % liikkui yhdessä lapsensa kanssa vähintään 2-3 kertaa viikossa, tyttöjen vanhemmista 46 %. Useimmin lapsen kanssa harrastettiin luistelua, uintia, pyöräilyä, palloilua ja kävelyä. (Pönkkö 1999, 82.)

Vanhemmat arvostivat liikuntaharrastusta myös panostamalla välineisiin. Kaikilla lapsilla oli enemmän kuin viisi liikuntavälinettä kotona. Vanhemmat arvostivat päiväkodin liikuntakasvatusta, sillä vain leikkiä pidettiin liikuntaa tärkeämpänä. 64 % vanhemmista piti liikuntaa erittäin tärkeänä ja 35 % melko tärkeänä. Vanhemmat olivat tyytyväisiä päiväkodin järjestämään liikuntaan ja olivat valmiita maksamaan siitä aiheutuvia lisäkustannuksia. Lähes 37 % heistä oli erittäin tyytyväisiä ja 44 % melko tyytyväisiä. Tutkimustulosten mukaan vanhempien omalla liikuntaharrastuksella oli erittäin merkitsevä yhteys siihen, kuinka usein he liikkuivat yhdessä lapsensa kanssa ja merkitsevä yhteys päiväkodin liikunnan arvostukseen ja lapselle hankittujen liikuntavälineiden määrään. (Pönkkö 1999, 82-83.)

#### 4.2 Lasten ja vanhempien kokemuksia koululiikunnasta

Nupposen ja Telaman EURO-tutkimuksessa (1998) ja koululaisten liikuntaa kartoittavassa KOULI-tutkimuksessa (1995-1998) selvitettiin oppilaiden suhtautumista

koululiikuntaan. EURO-tutkimus toteutettiin kuudessa Euroopan maassa. Suomessa aineisto koostui 1109:stä peruskoulun 6. ja 8. luokan oppilaista. Oppilaat olivat neljältä alueelta: Kainuusta, Keski-Suomesta, Satakunnasta ja pääkaupunkiseudulta. KOULI-aineiston oppilaat valittiin viiden läänin alueelta edustamaan sekä taajaman että haja-asutusalueen oppilaita. EURO-tutkimuksessa selvittiin kyselyllä oppilaiden käsityksiä koulunkäynnistä ja koululiikunnasta. KOULI-tutkimuksessa kysyttiin lisäksi suhtautumista liikuntatuntien määrään. (Nupponen 1999, 17, 21.)

Molempien tutkimusten mukaan suuri enemmistö koki nykyisen koululiikunnan positiivisena. Koululiikuntaan myönteisesti suhtautui 73 prosenttia oppilaista. Erittäin paljon koululiikunnasta piti 21 prosenttia, josta poikien osuus oli suurempi. Erittäin vastenmieliseksi koululiikunnan koki vain kaksi prosenttia oppilaista. Viidennen luokan oppilaat suhtautuivat myönteisimmin koululiikuntaan. Puolet oppilaista, josta poikien osuus oli 59 prosenttia, halusi nykyistä enemmän liikuntatunteja. Koululiikuntaan suhtautuminen oli kaikissa maissa myönteisempää kuin kouluun suhtautuminen. (Nupponen 1999, 17-18.)

Vuonna 1993 valtakunnallisella koululiikuntatutkimuksella kartoitettiin myös lasten kokemuksia koululiikunnasta. Sen mukaan useimmat koululaiset halusivat liikunnan oppiaineekseen, vain muutama prosentti ei olisi valinnut sitä lainkaan. Tutkimus kuului osana Paavo Nurmi -keskuksen käynnistämään Liikunta ja Elämäkaari -projektiin ja se kohdistettiin 1323:een peruskoulun 1., 4. ja 8. luokan oppilaiseen. Tulosten mukaan pojat halusivat valita liikuntatunteja enemmän kuin tytöt. Erityisesti 4. luokkien oppilaat valitsivat muihin luokkatasoihin verrattuna useammin liikuntaa viikko-ohjelmaan. Keskimäärin vapaa-ajan liikuntaa harrastettiin noin kolme kertaa viikossa. (Viljanen 1997, 13.)

Rahikkala (1996) on tutkinut mm. vanhempien liikunnanopetuksen tuntemusta ja tyytyväisyyttä opetukseen Sotkamon kunnassa. Tutkimukseen osallistui 176 vanhempaa ja tutkimus tehtiin strukturoidulla kyselylomakkeella. Tutkimuksen mukaan 27 prosenttia vanhemmista ilmoitti tuntevansa vähän tai ei juuri lainkaan lastensa liikunnanopetusta. Kohtalaisesti liikunnanopetusta tunsivat 47 prosenttia vanhemmista ja hyvin tai erittäin hyvin 26 prosenttia. Vanhemmat kaipaivat lisää tietoa koulun toiminnasta, muutenkin kuin lastensa kertomana. (Rahikkala 1996, 28.)

Tutkimuksen mukaan kolme neljästä (73%) vanhemmasta oli erittäin tai enimmäkseen tyytyväinen lastensa liikunnanopetukseen. Tyytyväisyyttä perusteltiin sillä, että opetus oli monipuolista ja että lapsilta oli saatu ilmeisesti positiivista palautetta, koska huoltajat kokivat heidän nauttineen liikunnasta. Joskus tyytymättömiä liikunnanopetukseen oli 11 prosenttia vanhemmista. Tyytymättömyyden syinä olivat puutteelliset liikuntatilat, vanhempien kokema liikunnanopetuksen huono tuntemus sekä siihen liittyvä tiedonkulun puute ja katkokset. (Rahikkala 1996, 29,46.)

Erittäin tai enimmäkseen tyytyväisistä vanhemmista 25 prosenttia koki tuntevansa liikunnan opetusta erittäin hyvin tai hyvin. Joskus tyytymättömistä vanhemmista tai niistä, jotka eivät osanneet sanoa kantaansa lähes 20 prosenttia ilmoitti tuntevansa liikunnanopetusta vähän tai ei lainkaan. Rahikkala on tehnyt tästä johtopäätöksen, jonka mukaan tieto näyttäisi lisäävän vanhempien tyytyväisyyttä liikunnanopetukseen. Tyytyväisyyden parantamiseksi Rahikkala ehdotti vanhempien ja koulun yhteistyön selvittämistä ja liikunnan opetuksen tiedottamisen lisäämistä. (Rahikkala 1996, 46-47.)

Nupponen toteaa, että lehdet antavat usein vääristyneen kuvan koululiikunnasta. Tämä johtuu siitä, että lehtikirjoitteluun osallistuu vain pieni vähemmistö, jolle koululiikunta on todella epämiellyttävää tai jolle se ei ole pystynyt tarjoamaan soveltuvaa liikuntaa. Nupponen toivoo, että nykyisestä koululiikunnasta tulisi tiedottaa entistä tehokkaammin esim. vanhempainilloissa, lehdissä ja muissa tiedotusvälineissä paikkakunnittain. (Nupponen 1999, 18.)

#### 4.3 Lasten osallistuminen liikuntakerho- ja seuratoimintaan

Liikuntakerhojen määrästä ei ole tehty tarkkoja tutkimuksia. Laman ja säästötarpeiden myötä perinteinen koulujen järjestämä liikuntakerhotoiminta on kuitenkin vähentynyt. Liikuntakerhojen tilalle on tullut iltapäivätoimintaa, jonka tarkoituksena on järjestää lapsille tekemistä koulun jälkeen. Yhtenä tavoitteena on saada vähän liikkuvat tai syrjäytymisvaarassa olevat lapset liikkumaan. (Kujala 1998, 30; Heikinaro-Johansson 2001, 8; Suullinen tiedonanto Riikka Eerola 30.5.2001.) Suomessa on noin 380 000 7-12-vuotiasta nuorta, joista vain noin 150 000 osallistuu ohjattuun liikuntaan kerhoissa tai seuroissa (Kujala 1998, 30). Liikuntagallupin (1995) mukaan yli puolet



urheiluseuroihin kuulumattomista lapsista haluaisi tulla mukaan liikunnalliseen iltapäiväkerhotoimintaan (Karvinen 1998, 7.9.2000).

Opetusministeriö asetti laajapohjaisen työryhmän pohtimaan kerhotoiminnan kehittämistä maaliskuussa 1997. Työryhmä teki selvityksen koulun kerhotoiminnan laadusta ja laajuudesta sekä ehdotuksen siitä, miten peruskoulun kerhotoimintaa voidaan kehittää. Ehdotuksen mukaan perusopetuslakiin sisällytetään maininta kerhotyöstä sekä laaditaan peruskoulun paikallisiin opetussuunnitelmiin kerhotoiminnan tavoitteet. Päävastuu toiminnan koordinoimisesta on kunnille. Opetusministeriön työryhmän vision mukaan kaikilla oppilailla on tasavertainen mahdollisuus osallistua kerhotoimintaan. Keskeistä on, että syrjäänvetäytyvätkin lapset innostuisivat kerhotoiminnasta ja heidän vanhempansa saataisiin innostumaan yhteistyöhön koulujen kanssa. (Karhuvirta 1998, 6-7.)

Liikuntakerhot tarjoavat mahdollisuuden monipuoliseen liikunnan harrastamiseen, liikunnallisten taitojen kehittämiseen sekä mukavaan yhdessäoloon. Koulun kerhotoiminta poikkeaa urheiluseurojen valmennuksesta siten, että osallistumiseen ei yleensä vaadita oppilailta kovin korkeita kriteereitä ja toiminnan tärkein päämäärä ei ole osallistuminen urheilukilpailuun. Näin liikuntakerhoissa harrastuksen löytävät myös nekin lapset, jotka urheiluseuroissa ja järjestöissä jäisivät "vilttiketjuun". (Karhuvirta 1998, 7.)

Koulujen järjestämä vapaaehtoinen liikuntakerhotoiminta oli Laakson (1981) tutkimuksen mukaan koulun tärkein vaikuttaja lasten liikuntaharrastukseen. Kouluaikoina liikuntakerhoissa käyneet miehet harrastivat aikuisena muita enemmän liikuntaa. Myönteisillä koululiikuntakokemuksilla oli myös merkitystä miesten myöhempään liikunta-aktiivisuuteen. Kodin liikunnallisuudella oli positiivinen yhteys kerhotoimintaan osallistumisen kanssa. Lisäksi koulun kerhotoiminta selitti aikuisiän harrastusta riippumatta siitä, oliko koti ollut liikunnallinen. (Laakso 1981, 205, 207.)

Nupponen ja Telama (1998) ovat verranneet järjestetyn ja omaehtoisen liikunnan yleisyyttä (taulukko 2). Lapset harrastivat liikuntaa yleisemmin koulun ja urheiluseuran ulkopuolella. Koulun kerhoon ja urheiluseuran harjoituksiin osallistuttiin selvästi vähemmän ja ryhmien osallistumisprosentit erosivat suuresti toisistaan. Tytöt liikkuvat

mieluummin omaehtoisesti, kun taas poikien osallistuminen omaehtoiseen ja järjestettyyn liikuntaan erosi vähemmän toisistaan. (Nupponen ja Telama 1998, 47.)

TAULUKKO 2. Omaehtoiseen ja järjestettyyn liikuntaan osallistuvat (Nupponen, Telama 1998, 47)

	Pojat 6. luokka %	8. Luokka %	Tytöt 6. Luokka %	8. Luokka %
Osallistuminen liikuntaan koulun ja urheiluseuran ulkopuolella viikoittain	84	77	81	81
Osallistuminen liikuntaan koulun kerhossa tai urheiluseurassa viikoittain	55	44	45	32
Osallistuminen urheiluseuran tai sitä korkeampi-tasoiisiin kilpailuihin	39	31	24	17

Lasten liikunta-aktiivisuus vaihteli sukupuolittain ja luokka-asteittain. Luokka-asteen noustessa sekä passiivisten että aktiivisten poikien määrät lisääntyivät. Aktiivisten tyttöjen määrä puolestaan pieneni ja passiivisten määrä kasvoi. Tutkimuksesta ilmeni, että liikunta-aktiivisuuden määrään vaikutti myös se, liikkuko lapsi yksin vai kavereiden kanssa. Yksin liikkuvien aktiivisuus oli vähäisempää kuin ystävien kanssa liikkuvien. (Nupponen ja Telama 1998, 47.)

Nuori Suomi käynnisti "Lapsella on oikeus liikkua -hankkeen" vuosille 1998-2001. Hankkeen keskeisenä tavoitteena on paikallista toimintaa tukemalla luoda jokaiselle lapselle mahdollisuus päivittäiseen liikuntaan. Tätä tavoitetta toteutetaan 4392:ssa koulussa mm. Liikkuva Iltapäivä -projektilla. Nuori Suomen tarkoituksena on tehdä Suomesta lasten liikunnan ykkösmaa Euroopassa. (Karvinen 1998, 11.)

#### 4.4 Liikkuvasta lapsesta liikkuvaksi aikuiseksi

Liikuntaharrastus on suhteellisen pysyvä ominaisuus nuoruudesta aikuisuuteen ja aikuisuuden eri vaiheissa aina eläkeikään. Lapsuudessa liikuntaa harrastetaan aktiivisemmin ja lapsuutta pidetään parhaana aikana liikuntaan sosiaalistumisessa. Lapsuudessa hankitut liikuntataidot ja omaksutut asenteet säilyvät aikuisuuteen. (Hirvensalo ym. 2000, 37-38; Kaarnasaari 1998, 15.)

Ikääntyvien liikunnallista aktiivisuutta kartoitettiin seurantatutkimuksella vuosina 1988 ja 1996 Jyväskylässä. Tutkimusaineisto kerättiin haastattelemalla vuosina 1904-1923 syntyneitä jyväskyläläisiä omassa kotitaloudessa asuvia miehiä ja naisia. Tutkimus osoitti, että etenkin nuoruudessa kilpaurheilua harrastaneet olivat aktiivisia liikkujia ikävuosista ja sairauksista huolimatta. (Hirvensalo ym. 2000, 37-38.)

Elämäntyyli-tutkimuksessa (1996) lähes 60 prosenttia 18-74-vuotiaista piti liikuntaa itselleen erittäin tärkeänä harrastuksena. Kuitenkin käytännössä erittäin usein liikuntaa harrastavien määrä oli 34 prosenttia. Ikäryhmittäiset erot liikunnan tärkeydestä harrastuksena ja elämäntapana olivat vähäiset. Valtaosa aikuisväestöstä harrasti liikuntaa itsenäisesti. Mitä intensiivisemmin aikuisväestö harrasti liikuntaa, sitä aktiivisemmin se osallistui seuratoimintaan. (Koski 1996, a22-a27.)

Liikuntagallupin (1997-1998) mukaan joka neljäs aikuinen suomalainen koki liikunnan erittäin tärkeäksi ja neljä viidestä koki sen melko tärkeäksi osaksi elämäänsä. Kyselyyn osallistui 5505 19-65-vuotiasta suomalaista. Kysely toteutettiin puhelimitse maaliskuun 1997 ja helmikuun 1998 välisenä aikana. Gallupista ilmeni, että nuorimmalle ja varttuneimmalle ikäluokalle liikunta on keskimääräistä tärkeämpi. Sen sijaan perheen perustamis- ja vakiintumisvaiheessa olevat nuorehkot (25-34-vuotiaat) ihmiset eivät koe liikuntaa yhtä tärkeäksi. (Liikuntagallup 1997-1998.)

## 5 SELITYSMALLEJA LAPSEN LIKUNAKÄYTTÄYTYMISELLE

### 5.1 Sosiaalinen oppimisteoria

McPherson ym. (1981, 1989) määrittelevät sosiaalistumisen seuraavasti: Sosiaalisaatio on monimutkainen oppimisprosessi, jossa yksilö oppii tietoja, taitoja, arvoja, asenteita ja normeja ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Sosiaalisaation kautta yksilö oppii eri tyyppisiä sosiaalisia rooleja, kuten sukupuolirooli, työrooli, vapaa-aikarooli jne. (McPherson 1981, 246; McPherson ym. 1989, 37.) Seppänen (1985) on määritellyt sosiaalistumisen McPhersonin tavoin. Lisäksi hänen mielestään sosiaalistaminen tarkoittaa yhteisön ja yhteiskunnan jäseneksi ohjaamista. Se minkälaiseksi ihminen halutaan milloinkin sosiaalistaa riippuu siitä, mitä yhteisöt pitävät hyvänä ja mitä ne jäseniltään odottavat. (Seppänen 1985, 104.) Tämän mukaan vanhemmat voivat sosiaalistaa lapsensa harrastamaan liikuntaa, jos he pitävät liikuntaa tärkeänä ja harrastavat sitä itse.

Kenyonin ja McPersonin (1973) mukaan urheiluun sosiaalistumiseen vaikuttavat kolme tekijää: persoonalliset tekijät, tärkeät henkilöt ja sosiaalistumistilanteet (liite 2). Persoonallisuustekijöihin kuuluvat ulkoiset muuttujat, kuten fyysinen ja kulttuurinen ympäristö sekä sisäiset muuttujat, kuten psykologiset ja biologiset tekijät. Tärkeitä sosiaalistumiseen vaikuttavia henkilöitä ovat mm. vanhemmat, kaverit, naapurit, opettajat ja valmentajat. Lapsen asuinpaikan maantieteellisellä sijainnilla ja vanhempien sosioekonomisella asemalla on myös oma merkityksensä sosiaalistumistilanteisiin. (McPherson ym. 1989, 39.)

Banduran (1977, 1986) mukaan suurin osa ihmisen käyttäytymismalleista opitaan roolimallin avulla, tarkkailemalla muiden ihmisten käyttäytymistä. Observoimalla muita saadaan mallia käyttäytymissäännöistä ja niiden seurauksista tulevaisuudessa. Tämä palvelee yksilöä opastavana toimintana. Koska ihmiset voivat roolimallin avulla kokea läheisesti, miten toimia eri tilanteissa ilman omaa toimintaa, he säästyvät monilta epäonnistumisilta. Roolimallin avulla oppiminen antaa ihmisille mahdollisuuden laajentaa tietojaan ja taitojaan muilta ihmisiltä saamansa informaation avulla. Sosiaalista oppimista voidaan ylläpitää ja vaalia tarkkailemalla muiden ihmisten käyttäytymistä ja sen

seurauksia. Roolimallin avulla oppimisen hyvä puoli on, että se voi välittää tietoa yhtä aikaa useille eri ihmisille.

Banduran mukaan oppiseen vaikuttaa suureksi osaksi käyttäytymisrakenteiden ja ympäristötapahtumien kautta saatu informaatio. Roolimalli ajattelusta ja toiminnasta vaikuttaa voimakkaasti uuden käyttäytymisen tuottamiseen. Tämän mukaan vanhempien ajatukset ja oma liikunnan harrastaminen on yhteydessä lasten liikunta-aktiivisuuteen. Mallissa (liite 1) observoiva oppiminen on jaettu neljään osaan: tarkkaavaisuus, muistissa säilyminen, liikuntasuorituksen tuottaminen (motoriset taidot), motivaatio.

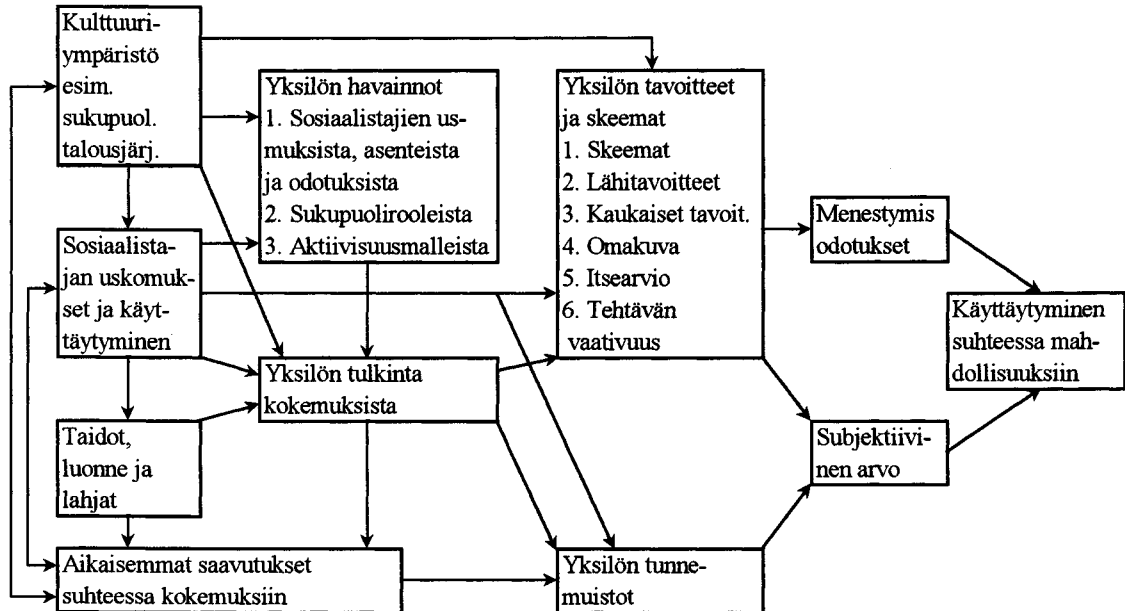
Lapsi oppii vanhemmiltaan liikuntaan liittyviä sisäisiä arvoja, normeja, malleja ja tietoja. Jo 5-6-vuotiaana opitut liikunnalliset symbolit ja uskomukset vaikuttavat siihen, että lapsi harrastaa liikuntaa myöhemmässäkin iässä. Jos vanhemmat eivät arvosta liikuntaa, on todennäköistä, ettei liikunnallisestikaan lahjakas lapsi harrasta liikuntaa. Vanhemmat, jotka ovat itse kokeneet urheilun lapsuudessaan mieluisaksi ja harrastaneet sitä nuoruudessa, tarjoavat myös yleensä liikunnallisia harrastuksia lapsilleen. Sitä vastoin jos vanhemmat ovat kokeneet urheilun epämiellyttäväksi, he eivät kannusta lasta niin innokkaasti liikuntaharrastuksiin. (McPherson ym. 1989, 39-41.)

Lapsuuden aikana perhe voi tarjota taloudellista ja henkistä tukea lapselle. Vanhemmat voivat rohkaista lasta urheiluharrastuksiin ja antaa mahdollisuuden liittyä erilaisiin urheiluryhmiin. (McPherson 1989, 40-41.) Koulussa liikuntaan sosiaalistuminen jatkuu vanhemmilta saatujen roolimallien ja kannustuksen pohjalta. Liikuntatunneilla saadut myönteiset kokemukset auttavat liikunnallisen harrastuksen jatkumisessa. (Snyder & Spreitzer 1981, 134-136.)

## 5.2 Odotus-arvoteoria

Eccles (1982, 1983) on odotus-arvomallin (kuvio 1) avulla tutkinut lasten ja vanhempien liikunta-aktiivisuuden yhteyttä. Teorian mukaan vanhempien odotukset lapsen menestymisestä liikunnassa ovat yhteydessä vanhempien arvostukseen liikuntaa kohtaan. Vähitellen myös lapset omaksuvat vanhempiansa uskomukset ja arvot. Vanhemmat kannustavat ja tukevat lastensa liikuntakäyttäytymistä sen mukaan, millainen heidän oma

käsityksensä on lapsen kyvykkyydestä. Vanhemmilla on suuri merkitys lastensa käyttäytymiseen, koska he auttavat lasta tulkitsemaan liikuntakokemuksiaan ja tuottamaan niitä. Näin he vaikuttavat osaltaan lapsen arvioon menestymisestään ja epäonnistumisestaan liikunnassa.



KUVIO 1. Ecclesin odotusarvomalli vanhempien vaikutuksesta lapsen liikunta-aktiivisuuteen (Eccles ym. 1983)

Ecclesin odotusarvomallin mukaan lapsen päätökseen osallistua johonkin toimintaan vaikuttavat menestymisodotukset, menestymisen ja pätemisen tarve, motivaatio sekä henkilökohtaiset arvot. Näitä arvoja ovat henkilökohtaiset tavoitteet, arvostus erilaisia toimintoja kohtaan ja roolimalli. Mallissa nämä rakenteet yhdistetään kulttuurillisiin normeihin, kasvukokemuksiin ja lahjakkuuteen. Mallissa yksilön näkemykset toiminnasta vaikuttavat suuremmin valintaan kuin todellisuus.

Mallin perusajatuksena on, että toiminta valitaan monen muuttujan yhteistuloksena. Lapsi valitsee eri vaihtoehtoja sekä tietoisesti että tiedostamatta. Valinnat perustuvat yksilön menestymisodotuksiin (halu saavuttaa ja menestyä, henkilökohtaiset tavoitteet, motivaatio ja sukupuoli). Vanhemmat vaikuttavat lastensa liikunta-aktiivisuuteen joko suoraan oman käytöksensä (roolimalli) tai epäsuoraan uskomustensa ja odotustensa kautta.

### Esimerkki odotus-arvomallin testauksesta

Ecclesin odotus-arvomallia ovat kokeilleet useat tutkijat. Eccles on yhdessä Fromen (1998) kanssa testannut mallin avulla vanhempien merkitystä matematiikan ja englannin opetuksessa. Tutkimuksessa testattiin mm. seuraavia hypoteesejä: 1) vanhempien odotukset lastensa kyvyistä ennustavat lasten itseluottamusta ja tehtäväsuoriutumista matematiikassa ja englannissa, 2) vanhempien uskomuksilla on voimakkaampi vaikutus edellä mainittuihin oletuksiin kuin lasten arvosanoilla ja 3) vanhempien uskomukset toimivat välittäjänä lasten arvosanojen sekä itseluottamuksen ja tehtäväsuoriutumisen välillä. (Frome & Eccles, 1998, 435-452.)

Tutkimuksen tulokset tukevat Ecclesin hypoteesejä. Tulosten mukaan vanhemmilla on suuri merkitys lastensa toiminnan selittäjinä. Vanhempien uskomukset vaikuttavat lasten itseluottamukseen kyvyistään sekä uskomuksiin tehtävien vaikeudesta. Lisäksi vanhemmat toimivat välittäjinä lasten suorituksissa joko rohkaisemalla tai lannistamalla kyseistä toimintaa. Pelkät odotukset lapsia kohtaan eivät välttämättä johda menestykseen, vaan ne vaikuttavat lasten tulkintaan todellisuudesta. Arvosanat eivät suoraan ratkaise menestymistä, mutta arvosanoihin perustuvat oppilaiden päätelmät kyvyistään ja tehtävien vaikeuksista vaikuttavat tulevaisuuden odotuksiin. (Frome & Eccles, 1998, 435-452.)

### 5.3 Harrastusten viriäminen ja loppuminen

Metsämuuronen (1995, 34-35) korostaa kolmea seikkaa, jotka liittyvät harrastuksen viriämiseen (kuvio 2). Tärkeimpänä psyykkisenä mahdollistavana tekijänä hän pitää mielenkiintoa kyseistä harrastusaluetta kohtaan. Toiseksi yksilön tulee saada positiivisia kokemuksia asiasta ja kolmanneksi yksilön tulee saada harrastuksestaan tyydytystä sisäisille tarpeilleen. Metsämuuronen nostaa esille myös asenteiden ja toiminnan merkityksen harrastuneisuuden syntymisessä. Mallissa on kaksi toisiaan ruokkivaa sykliä, joilla havainnollistetaan sitä, että ennenkuin harrastuneisuutta ilmenee, yksilö joutuu mahdollisesti useitakin kertoja kokemaan tarpeen tyydytystä ja saamaan useita positiivisia kokemuksia.





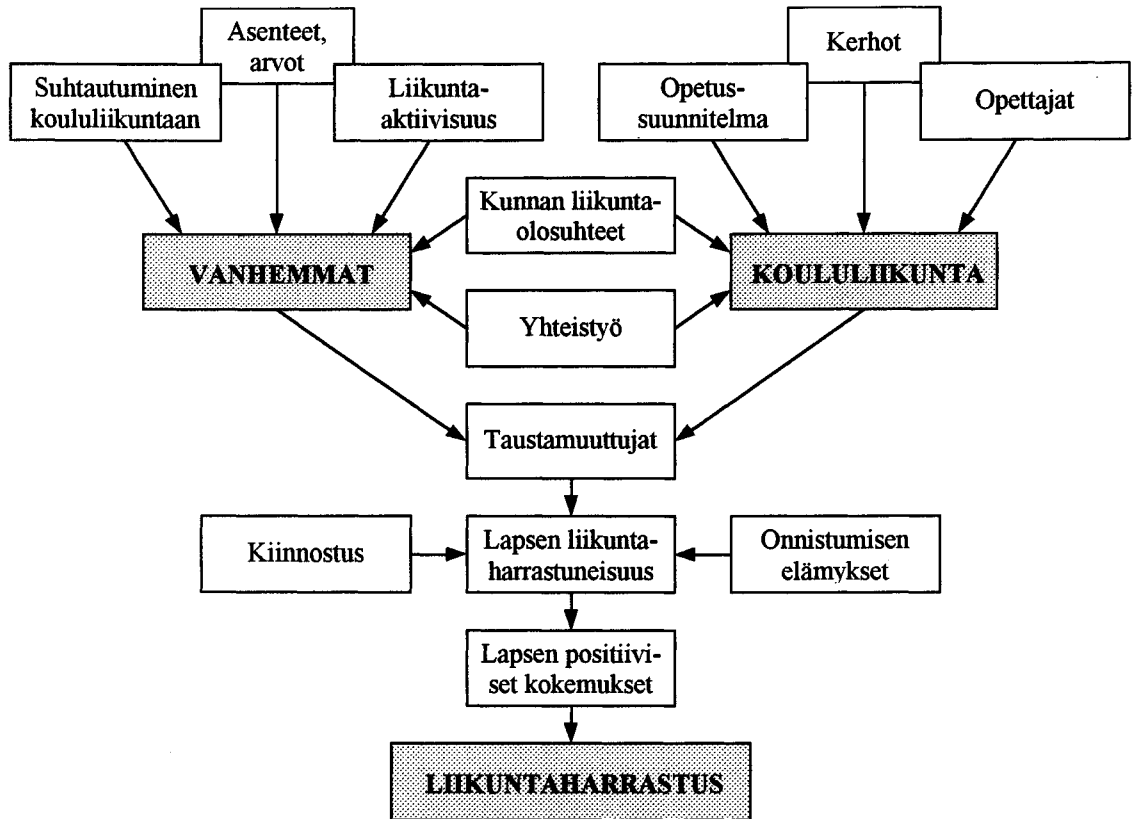
tietoisesti harrastaneet mitään, ovat kuitenkin mahdollisesti kiinnostuneita jostain yleisestä alueesta. (Metsämuuronen 1995, 36-37.)

#### 5.4 Tutkimuksemme teoreettinen malli

Tutkimuksemme teoreettinen malli (kuvio 3) perustuu siihen, että vanhemmilla ja koululiikunnalla on yhteyttä lapsen liikuntaharrastuksen viriämiseen ja kehittymiseen. Lisäksi lapsen omat positiiviset liikuntakokemukset, onnistumisen elämykset ja kiinnostus liikuntaan vaikuttavat liikuntaharrastuksen syntymiseen. Tässä tutkimuksessa emme kuitenkaan keskity niiden tutkimiseen.

Mallimme mukaan vanhempien liikunta-aktiivisuudella sekä asenteilla ja käsityksillä liikunnasta on merkitystä lapsen liikuntaharrastuneisuuteen. Myönteisen liikunta-asenteen määritelmään kuuluvat vanhempien oma liikuntaharrastus sekä lasten liikunnan arvostus ja sitoutuminen siihen. Tämä tarkoittaa liikkumista yhdessä lapsen kanssa, lapsen tukemista ja kannustamista liikuntaharrastuksiin (positiivinen palaute, rahallinen tuki, kuljetus, vapaaehtoistyö urheiluseurassa jne.) sekä koulun liikuntakasvatuksen arvostamista. Liikunta-aktiivisuutta ja liikuntaharrastuneisuutta olemme selvittäneet jo aikaisemmin teoriassa (ks. luku 2). Vanhempien roolimallista ja asenteiden vaikutuksesta lapsen liikuntaharrastukseen löytyy useita aikaisempia tutkimuksia, kuten Sergeev, Stolyarov ja Gendin (1988), Moore ja Lombard ym. (1991), Pönkkö (2000) ja McPherson (1989).

Mallissamme (kuvio 3) koululiikunnalla on myös merkitystä lapsen liikuntaharrastuneisuuteen. Opetussuunnitelmassa koululiikunnan yksi tavoitteista on lapsen elinikäisen liikuntaharrastuksen viriäminen. Koululiikunnasta saatujen myönteisten kokemusten kautta lapsi voi omaksua positiivisen asenteen liikuntaan ja oppia harrastamaan liikuntaa säännöllisesti. Liikunnallisesti aktiivinen ja innostava opettaja voi vaikuttaa liikuntakasvatuksella lapsen asenteisiin ja tukea häntä harrastuksissa. Lisäksi koulujen kerhotoiminta voi antaa virikkeitä lasten liikuntaharrastusten valinnalle ja aktivoida kaikkia lapsia liikkumaan.



KUVIO 3. Tämän tutkimuksen teoreettinen malli

Vanhemmat ja koulu voivat yhdessä tukea lapsen liikuntaharrastuneisuutta. Yhteistyöllä opettajat ja vanhemmat voivat suunnitella koulun liikuntakasvatuksesta monipuolisemman ja lapsen yksilöllisiä tarpeita huomioivan. Lisäksi vanhemmat ja koulu voivat arvioida ja kehittää paikkakunnan ja koulun liikuntamahdollisuuksia sekä hyödyntää niitä lapsen liikuntaharrastusten tukemiseen. Vanhemmat voivat myös toimia tarvittaessa apuopettajina tai koulun liikuntakerhojen ohjaajina.

Mallimme lähtökohtana olemme käyttäneet Metsämuurosen (1995) mallia harrastuksen viriämisestä ja loppumisesta, Ecclesin odotus-arvomallia (1982, 1983), Banduran sosiaalista oppimisteoriaa (1977, 1986) ja peruskoulun opetussuunnitelman perusteita (1994). Metsämuurosen malli keskittyy tutkimaan yleisesti harrastuksen viriämistä. Hänen mallissaan painottuu yksilön mielenkiinto harrastusta kohtaan ja siitä saadut positiiviset kokemukset sekä harrastuksen tuottama tarpeiden tyydytys. Mallissamme huomioimme edellä mainitut tekijät, mutta emme keskity niiden tutkimiseen.

Tutkimuksessamme korostamme Metsämuurosta enemmän taustamuuttujien, vanhempien ja koululiikunnan, merkitystä lapsen liikuntaharrastukselle. Emme huomioi harrastuksen loppumiseen vaikuttavia syitä kuten Metsämuuronen.

Eccles (1982, 1983) on tutkinut lasten ja vanhempien liikunta-aktiivisuuden yhteyttä. Hänen teoriansa mukaan vanhempien odotukset, uskomukset ja liikuntakäyttäytyminen vaikuttavat lapsen liikunta-aktiivisuuteen. Omassa mallissamme huomioimme vanhempien merkityksen lapsen liikuntaharrastukselle. Korostamme enemmän vanhempien käsityksiä ja asenteita liikuntaa kohtaan kuin heidän odotuksiaan lapsen liikuntakäyttäytymiselle.

Banduran (1977, 1986) ja McPhersonin ym. (1989) mukaan roolimallin avulla voidaan oppia käyttäytymismalleja. Omassa mallissamme otamme huomioon, että vanhempi tai opettaja voi toimia roolimallina lapselle ja näin lapsi voi omaksua harrastuskäyttäytymisen. Lisäksi McPherson huomioi mallissaan sosiaalistavat tilanteet, kuten esimerkiksi liikuntaa harrastavan lapsen asuinpaikkakunnan. Mallimme mukaan kunnan liikuntamahdollisuudet vaikuttavat sekä vanhempien liikkumiseen että koulun liikuntakulttuuriin.

Peruskoulun liikunnan opetussuunnitelman (1994) tavoitteena on, että lapsi oppii harrastamaan liikuntaa säännöllisesti ja omaksuu myönteisen asenteen liikuntaan. Käsityksemme mukaan koululiikunta ja vanhemmat voivat yhdessä vaikuttaa lapsen pysyvän liikuntaharrastuksen syntymiseen.

## 6 TUTKIMUSONGELMAT

Tutkimuksessamme selvitetään vanhempien ja koululiikunnan merkitystä 4. luokalla olevien lasten vapaa-ajan liikuntaharrastuksiin. Tutkimme vanhempien roolimallin ja asenteiden yhteyttä lasten liikuntaharrastuksiin. Lisäksi selvitämme, tukeeko koulu-liikunta vanhempien ja opettajien mielestä lasten liikuntaharrastuksia. Tutkimuksen pääongelma voidaan esittää seuraavassa muodossa:

Onko vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla sekä koululiikunnalla yhteyttä lapsen liikunnan harrastamiseen?

Tutkimuksemme hypoteesi on: Vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla sekä koululiikunnalla on yhteyttä lapsen liikunnan harrastamiseen.

Tutkimuksemme alaongelmat:

1. Millaisia liikuntaharrastuksia lapsilla ja vanhemmilla on ja miten paljon he liikkuvat vapaa-aikana?
2. Miten tärkeänä vanhemmat pitävät lasten liikuntaharrastuksia ja tukevatko he niitä?
3. Miten tärkeänä vanhemmat pitävät koululiikuntaa ja tukeeko se heidän mielestään lasten liikuntaharrastuksia?
4. Onko vanhempien ja koulun välisellä yhteistyöllä yhteyttä lasten liikuntaharrastuksiin?
5. Onko paikkakuntien liikuntamahdollisuuksilla ja kerhotoiminnalla yhteyttä lasten liikuntaharrastuksiin?
6. Onko vanhempien sukupuolella, koulutuksella ja asuinpaikkakunnalla yhteyttä lasten liikuntaharrastuneisuuteen?

## 7 TUTKIMUKSEN SUORITTAMINEN JA LUOTETTAVUUS

### 7.1 Tutkimusjoukko ja tutkimuksen toteuttaminen

Tutkimusaineisto kerättiin syksyllä (loka-joulukuussa) 2000. Otantamenetelmänä käytettiin harkinnanvaraista otantaa. Tutkimukseen osallistui kolme eri kokoista kuntaa Keski-Suomen alueelta. Pieneksi kunnaksi valittiin Kinnula (asukasm. 2117), koska molemmat tutkijat ovat viettäneet lapsuutensa siellä. Karstula (asukasm. 5137) valittiin edustamaan keskisuurta kuntaa ja Saarijärvi (asukasm. 10494) suurta kuntaa. (Kujala 2001.) Jokaiselta paikkakunnalta otettiin mukaan kirkonkylän koulu ja sivukylän koulu. Kirkonkylän kouluja edustivat Kinnulan, Tolppilan ja Herajärven ala-aste. Sivukylän kouluja olivat Muholan, Syrjänmäen ja Tarvaalan ala-aste.

Tutkimusjoukoksi valittiin 4.luokkalaiset lapset ja heidän vanhempansa/huoltajansa. Tutkimukseen osallistui yhteensä 137 perhettä. Kysely suunnattiin vanhemmille, joiden välityksellä kysyttiin myös lasten liikuntakäyttäytymistä. Lasten ikäluokka valittiin sillä perusteella, että aikaisempien tutkimusten (Niemi & Pääkkönen 1992, 18-19; Herva & Vuolle 1991, 45) mukaan liikuntaa harrastetaan eniten 10-14 vuoden iässä. Tutkimustulosten vahvistamiseksi 4. luokkalaisten lasten liikunnanopettajille lähetettiin oma kysely, joka sisälsi osittain samoja kysymyksiä kuin vanhempien kysely. Opettajakyselyyn osallistui kymmenen (n = 10) liikunnanopettajaa.

TAULUKKO 3. Osallistumisprosentit lomakkeittain

Koulu	n	%
Kinnula	16/17	94.1
Muhola	13/13	100.0
Saarijärvi	68/88	77.3
Tarvaala	7/7	100.0
Karstula	28/42	66.7
Syrjänmäki	5/5	100.0
<b>Osallistuminen</b>	<b>137/172</b>	<b>79.7</b>

Vanhempien kyselyn vastausprosentiksi muodostui noin 80 (taulukko 3). Sivukylän koulujen vastausprosentti oli kaikilla paikkakunnilla 100 %. Karstulan kirkonkylän koululla vastausprosentti oli 66,7 %, mikä laski tutkimuksen kokonaisvastausprosenttia. Opettajista ainoastaan yksi yhdestätoista jätti vastaamatta.

TAULUKKO 4. Vanhempien osallistumismäärä

Vanhemmat	n
Äidit	134
Isät	116
Yhteensä	250

Suurin osa tutkimustuloksista analysoitiin huomioiden vanhempien vastaukset erikseen. Tutkimukseen osallistuneista vanhemmista/huoltajista äitejä oli 134 ja isiä 116 (taulukko 4). Joihinkin lomakkeisiin oli vastannut ainoastaan isä tai äiti, mikä johtui perheiden erilaisesta rakenteesta. Vastanneiden vanhempien/huoltajien lapsista 58 oli tyttöjä ja 79 oli poikia.

TAULUKKO 5. Äidin koulutus

Koulutus	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kansa-/peruskoulu	12	41.4	13	17.3	7	21.2	32	23.4
Lukio	2	6.9	8	10.7	1	3.0	11	8.0
Keskiaste	13	44.8	23	30.7	16	48.5	52	38.0
Opistoaste	1	3.4	24	32.0	2	6.1	27	19.7
Ammattikorkeakoulu	1	3.4	-	-	1	3.0	2	1.5
Korkea-aste	-	-	6	8.0	6	18.2	12	8.8
Muu	-	-	1	1.3	-	-	1	0.7
Yhteensä	29	100	75	100	33	100	137	100

Tutkimusjoukkomme ei edustanut tasaisesti koulutuksen eri tasoja luokiteltaessa koulutus kuuteen eri ryhmään. Tutkimusaineiston äideistä suurin osa oli suorittanut keskiasteen tutkinnon (taulukko 5). Kinnulan äidit olivat vähemmän koulutettuja, sillä

heistä 41 % oli suorittanut kansa-/peruskoulun. Karstulan äideillä oli puolestaan enemmän korkea-asteen tutkintoja verrattuna Kinnulaan ja Saarijärveen. Isien koulutustaso oli äitien koulutusta alhaisempi ja heistä suurin osa oli suorittanut kansa-/peruskoulun (taulukko 6). Saarijärvellä isät olivat suorittaneet eniten keskiasteen tutkintoja. Analysoitaessa tuloksia vanhempien koulutus luokiteltiin lisäksi kolmeen ryhmään: 1) kansa-/peruskoulu ja lukio, 2) keskiaste ja opistoaste, 3) ammattikorkeakoulu ja korkea-aste. Ryhmien yhdistely ei kuitenkaan vaikuttanut korrelaatiolla ja varianssi- ja t-testeillä saatuihin tutkimustuloksiin (ks. 8.1.1, 8.2.2, 8.3.2, 8.3.4).

TAULUKKO 6. Isän koulutus

Koulutus	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kansa-/peruskoulu	14	53.8	21	30.4	16	50.0	51	40.2
Lukio	2	7.7	4	5.8	2	6.3	8	6.3
Keskiaste	8	30.8	24	34.8	8	25.0	40	31.5
Opistoaste	1	3.8	10	14.5	1	3.1	12	9.4
Ammattikorkeakoulu	1	3.8	-	-	-	-	1	0.8
Korkea-aste	-	-	7	10.1	5	15.6	12	9.4
Muu	-	-	3	4.3	-	-	3	2.4
Yhteensä	26	100	69	100	32	100	127	100

## 7.2 Tutkimuksen mittari ja sen arviointia

Tätä tutkimusta varten laaditun mittarin (liite 3) perusrakenteena käytettiin omaa teorianmallia. Lisäksi kyselylomakkeen taustalla käytettiin aikaisempia teorioita, Banduran (1977, 1986) ja McPhersonin (1981, 1989) sosiaalista oppimisteoriaa, Ecclesin odotus-arvoteoriaa (1982, 1983) ja Metsämuurosen teoriaa (1995) liikunta-harrastuksen viriämisestä ja loppumisesta. Mittaria esitettiin yhdellä kyläkoululla, minkä jälkeen sitä muokattiin. Kysymysten muotoa selvennettiin ja niiden järjestystä vaihdettiin vastaajille helpommaksi sekä vastaustilaa lisättiin. Opettajien kyselyä ei esitettävä, koska kysely tehtiin ainoastaan kymmenelle opettajalle. Kysely oli luonteeltaan kartoittava ja sen tarkoitus oli tukea varsinaisen tutkimuksen tuloksia.

Vanhemmille suunnattu mittari koostui kahdesta osiosta: lasten ja vanhempien liikuntaharrastuneisuudesta sekä koululiikuntaosiosta. Ensimmäisessä osiossa tiedusteltiin lasten ja vanhempien liikunta-aktiivisuutta ja harrastuslajeja sekä vanhempien asenteita lasten vapaa-ajan liikuntaharrastuksia kohtaan. Toisessa osiossa kysyttiin vanhempien koululiikunnan tuntemusta ja heidän suhtautumistaan koululiikuntaan. Vanhemmilta tiedusteltiin myös heidän yhteistyöhalukkuuttaan lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi koulun kanssa.

Opettajia pyydettiin arvioimaan koulun liikuntakasvatuksen tavoitteita sekä koulun ja kodin yhteistyötä lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi. Lisäksi opettajilta kysyttiin heidän omaa liikunta-aktiivisuuttaan, koska haluttiin tietää, vaikuttavatko opettajat omalla käyttäytymisellään liikuntatuntien sisältöön ja oppilaiden liikuntaharrastuksiin. Vanhemmat ja opettajat saivat myös arvioida paikkakunnan liikuntamahdollisuuksia.

Vanhemmille ja opettajille suunnattu kysely oli muodoltaan puoliavoin strukturoitu kyselylomake. Avoimilla kysymyksillä pyrittiin lisäämään vanhempien ja opettajien mahdollisuuksia tuoda esille omia näkemyksiään vapaa-ajan liikuntaharrastuksista ja koululiikunnasta. Suurin osa vanhemmista oli vastannut avoimiin kysymyksiin, ainoastaan mittarin loppuosassa vanhempien vastausmotivaatio oli hieman laskenut. Tämä saattoi johtua siitä, että mittari oli sisällöltään laaja.

Vanhempien kyselylomakkeessa käsitteet muokattiin niin, ettei suurempia ongelmia vastaamisessa syntynyt. Ainoastaan yksi kysymys jouduttiin hylkäämään kokonaan, koska osa vanhemmista ei ollut ymmärtänyt kysymyksen sisältöä ja jättänyt näin vastaamatta siihen. Alkulan (1995) mukaan mittaaminen edellyttääkin mielekästä yhteyttä tutkimusjoukon omaan käsitteistöön. Mittarin käsitteistä on pyrittävä rakentamaan sellainen kuvausjärjestelmä, jonka avulla empiirisestä aineistosta saadaan tutkittavaa ilmiötä koskevaa tietoa. (Alkula 1995, 18, 20.)

Opettajien mittari (liite 4) oli sisällöltään suppeampi, eikä siinä ollut niin paljon avoimia kysymyksiä kuin vanhempien kyselyssä. Opettajat eivät olleet hyödyntäneet avointa vastaustilaa, kuten tutkijat olivat toivoneet. Esimerkiksi osa opettajista ei ollut ilmoittanut, millaista yhteistyötä he tekevät kodin kanssa lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi, ja miten he haluaisivat kehittää koululiikuntaa. Mittarin avulla emme



saaneet myöskään riittävästi tietoa siitä, onko opettajien ja lasten liikuntaharrastusten välillä yhteyttä. Opettajilta ei kysytty, voivatko he vaikuttaa omalla liikuntakäyttämislään lasten liikuntaharrastusten valintaan. Heitä pyydettiin kertomaan ainoastaan, millaisia harrastuslajeja heillä on. Opettajakysely olisi voinut yhteneväisempi vanhempien kyselyn kanssa. Toisaalta opettajakyselystä ei haluttu tehdä liian laajaa, koska perheet olivat tutkimuksen pääkohteena.

### 7.3 Tutkimuksen luotettavuus

Kvantitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena on saada mahdollisimman objektiivista, empiiristä tietoa tarkoin rajatuista kohteista (Hirsjärvi & Huttunen 1995, 179). Kvantitatiivisen tutkimusotteen luotettavuuden tarkastelu keskittyy sisäiseen ja ulkoiseen validiuteen sekä reliaabeliuteen.

#### 7.3.1 Validius

Validiteetilla tarkoitetaan mittarin kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoituskin mitata (Karma 1983, 56; Uusitalo 1995, 84-86). Tutkimus on sisäisesti luotettavaa, kun mittaaminen on reliaabelia ja validia. Aineiston ulkoinen luotettavuus toteutuu silloin, kun tutkittu näyte tai otos edustaa perusjoukkoa. Kun luotettavuuden molempiin osatekijöihin kiinnitetään riittävästi huomiota, tutkimuksen kokonaisluotettavuus on hyvä. (Uusitalo 1995, 86.) Validius näkyy koko tutkimuksen ajan, mittarin suunnitteluvaiheesta itse mittaamisen toteuttamiseen (Alkula ym. 1995, 90).

Sisäisellä validiudella tarkoitetaan tulosten pätevyyttä, 'totuusarvoa' suhteessa tutkittuihin ja tutkimuskohteeseen (Soininen 1995, 120). Tässä tutkimuksessa ei käytetty valmista mittaria vaan tutkijat laativat sen itse testaamaan tutkittavaa ongelmaa. Vanhempien mittari esitettiin yhdellä kyläkoululla, minkä jälkeen sitä muokattiin. Opettajien mittaria ei esitettävä. Molemmat mittarit olivat puolistrukturoituja, mikä saattoi rajoittaa kysymyksiin vastaamista. Toisaalta useilla avoimilla kysymyksillä pyrittiin antamaan vapautta vastaajien omiin mielipiteisiin. Voidaan sanoa, että mittari oli validi mitattaessa vanhempien ja lasten vapaa-ajan liikuntaharrastuneisuuden yhteyttä, mutta koululiikunnan osalta ei saatu täysin valideja tuloksia. Koululiikunnan

merkitystä lasten vapaa-ajan liikunnan harrastuneisuuteen ei ole tutkittu paljon ja tämäkin tutkimus oli koululiikunnan osalta lähinnä kartoittava.

Tämän tutkimuksen mittaustapahtuman luotettavuutta on vaikea arvioida, sillä vastaajien huolellisuudesta tai motivoituneisuudesta ei ole varmuutta. Toisen vanhemman mielipiteet ovat voineet vaikuttaa toisen vanhemman vastauksiin, sillä useissa kysymyksissä vanhemmat olivat vastanneet samalla tavoin. Joissakin lomakkeissa saattoi olla niin, että toinen vanhemmista oli vastannut molempien puolesta. Toisaalta ainoastaan toinen vanhemmista saattoi toimia kirjurina lomaketta täytettäessä, vaikka vastaukset olivat molempien vanhempien omia mielipiteitä.

Luotettavuuteen ja vastausten katoon on saattanut vaikuttaa se, että kyselylomakkeita ei lähetetty tutkijoilta suoraan vanhemmille. 4. luokkien opettajat jakoivat kyselylomakkeet oppilaille, jotka toimittivat ne vanhemmille. Vanhemmat saivat kyselylomakkeen mukana saatekirjeen, jossa kerrottiin tutkimuksen tarkoituksesta. Kyläkouluilla ei ollut katoa vastauksissa. Sen sijaan keskustan kouluilla, erityisesti Karstulassa, oli jonkin verran katoa. Tämä saattoi johtua siitä, ettei kummallakaan tutkijalla ole yhteyksiä Karstulaan. Lisäksi Karstulassa vanhemmat suhtautuivat Kinnulaa ja Saarijärveä kielteisemmin koululiikuntaan, mikä on saattanut vaikuttaa siihen, että osa vanhemmista on jättänyt vastaamatta kyselyyn.

Ulkoisella validiudella tarkoitetaan sitä, missä määrin saadut tulokset ovat yleistettävissä tai missä määrin tutkijan tutkimuksensa perusteella muodostamat oletukset ja käsitteet ovat siirrettävissä toiseen tilanteeseen tai toisia ryhmiä koskeviksi (Soininen 1995, 121). Tämän tutkimuksen kohteeksi valittiin harkinnanvaraisella otannalla 4. luokkalaisten lasten vanhemmat Saarijärveltä, Karstulasta ja Kinnulasta. Tutkimustuloksia ei voida yleistää koko Keski-Suomea koskeviksi, koska tutkimusaineistossa ei ollut kaupunkimaisia kuntia. Sen sijaan tulosten yleistettävyyttä Keski-Suomen *maalaiskunnissa* parantaa suuri otoskoko (n=250) ja eri kokoisten tutkimuspaikkakuntien valinta.

### 7.3.2 Reliabiliteetti

Uusitalon (1995, 84) ja Soinisen (1995, 122) mukaan mittauksen reliabiliteetilla tarkoitetaan mittaustulosten toistettavuutta samalle tai vastaavalle koehenkilöryhmälle samassa tai vastaavassa kontekstissa. Lisäksi reliabiliteetti tarkoittaa tulosten tarkkuutta ja kykyä tuottaa ei-sattuman varaisia tuloksia (Heikkilä 1998, 29).

Alkulan (1995) mukaan mittauksen eri vaiheessa sattuvat satunnaisvirheet alentavat tuloksen reliabiliteettia. Mittaajan huolimattomuudesta johtuvat virheet tai aineistoa tietokoneelle tallentavan henkilön lyöntivirheet ovat luonteeltaan satunnaisia, eikä niiltä voida välttyä. Kuitenkin on tärkeää pyrkiä löytämään ja korjaamaan virheitä sekä arvioida virheiden laatua ja vaikutusta tutkimustuloksiin. (Alkula 1995, 74, 94.) Tämän tutkimuksen tulokset koodattiin Exel-taulukkolaskentaohjelman avulla. Pieniä koodausvirheitä löytyi analysoitaessa aineistoa SPSS-ohjelmalla, mutta ne olivat korjattavissa. Satunnaisvirheiden vaikutus tutkimustuloksiin on pieni ja suuri otoskoko vähentää satunnaisvirheiden merkitystä.

Tutkimuksen kokonaisvastausprosentti oli noin 80 %, mikä lisää tutkimuksen luotettavuutta. Kuitenkin joidenkin kysymysten kohdalla lomakkeissa oli puuttuvia tietoja, jotka alentavat tutkimuksen kokonaisluotettavuutta. Käytännössä kysely- ja haastattelututkimuksessa ei päästä juuri koskaan sellaiseen tulokseen, että joukossa ei esiintyisi puuttuvia tietoja (Alkula 1995, 87). Tutkimuksemme puuttuviin tietoihin on saattanut vaikuttaa se, että joihinkin lomakkeisiin oli vastannut vain isä tai äiti. Tätä selittävät perheiden erilaiset rakenteet, kuten esimerkiksi yksinhuoltajuus. Lisäksi toinen vanhemmista on saattanut jättää vastaamatta kiireen vuoksi.

### 7.4 Tilastolliset menetelmät

Ristiintaulukointi oli tämän tutkimuksen yksi tärkeimmistä analysointimenetelmistä. Sitä käytetään lähes jokaisessa kvantitatiivisessa tutkimuksessa joko varsinaiseen analysointiin tai aineistoon tutustumiseen ennen sitä. Ristiintaulukoinnilla selvitetään kahden tai useamman luokitellun muuttujan välistä yhteyttä. (Alkula ym. 1995, 175; Heikkilä 1998, 199.) Tässä tutkimuksessa ristiintaulukoinnilla tutkittiin

taustamuuttujien (vanhempien koulutuksen, lapsen sukupuolen, paikkakuntien ja kyläkuntien) yhteyttä esimerkiksi lasten ja vanhempien liikunta-aktiivisuuteen ja harrastuslajien valintaan.

Korrelaatiokertoimella tutkitaan kahden muuttujan välistä lineaarista riippuvuutta ja sitä käytetään silloin, kun analysoitavana on iso määrä muuttujia. Korrelaatio on osoitus yhteisvaihtelusta, ei kausaalisyhteydestä. Kertoimesta ei voi päätellä muuttujien ajallista järjestystä, vaan tiedon on tultava jostakin muualta, teoriasta ja muista muuttujista. (Alkula ym. 1995, 233, 237; Heikkilä 1998, 88.)

Tässä tutkimuksessa korrelaatiota käytettiin analysoitaessa vanhempien ja lasten välistä liikuntakäyttäytymistä sekä vanhempien asenteiden yhteyttä lasten liikuntaharrastuksiin ja koululiikuntaan. Yhteyksiä merkitsevien korrelaatioiden esiintymiselle etsittiin teorioista ja perusteltiin niiden avulla. Korrelaatioanalyysi soveltui tutkimustulosten tarkasteluun hyvin, koska tutkimusjoukkomme oli melko suuri.

Varianssianalyysi ja t-testi ovat keskiarvotestejä, joilla verrataan ryhmien keskiarvojen välisiä eroja toisiinsa. Keskiarvotestin edellytyksenä on, että vertailtavat ryhmät ovat riippumattomia ja muuttujat on mitattu välimatka- tai suhdeasteikolla. Analyysi perustuu ryhmien välisen ja ryhmien sisäisen vaihtelun vertaamiseen. Jos riittävän suuri osa kokonaisvaihtelusta on ryhmien välistä, katsotaan, että ryhmien välillä on merkitseviä eroja. (Heikkilä 1998, 214-215; Nummenmaa ym. 1997, 77; Karma & Komulainen 1984, 78-79.)

Edellytyksenä varianssianalyysille ja t-testille on, että muuttujan arvot ovat normaalisti jakautuneita kaikilla vertailtavilla ryhmillä, ja muuttujan varianssit ja keskihajonnat eri ryhmissä ovat yhtä suuret. Muuttujan normaalijakautuneisuus on kuitenkin harvoin täysin voimassa. Suurilla otoksilla on todennäköistä, että keskiarvo jakautuu normaalisti, vaikka muuttujan alkuperäiset arvot eivät jakautuisikaan. (Heikkilä 1998, 215, 222; Nummenmaa ym. 1997, 77.)

Tässä tutkimuksessa käytettiin yksisuuntaista ja kaksisuuntaista varianssianalyysia sekä t-testiä syventämään saatuja tutkimustuloksia. Niillä tutkittiin mm. koulutuksen ja asuinpaikkakunnan merkitystä vanhempien ja lasten liikunta-aktiivisuuteen sekä

vanhempien tuen määrään lasten liikintaharrastuksissa. Vanhempien koulutusta ei voitu kuitenkaan hyödyntää riittävästi taustamuuttujana. Merkitseviä eroja ei löytynyt, vaikka koulutusryhmiä yhdistettiin. Taustamuuttujina tutkimuspaikkakunnat olivat samantyyppisiä maalaispaikkakuntia, joten vastauksia analysoitaessa ei saatu eroja paikkakuntien välillä.

## 8 TUTKIMUSTULOKSET

### 8.1 Vanhempien ja lasten liikuntaharrastuneisuus

#### 8.1.1 Vanhempien ja lasten liikunnan määrä

Tutkimusaineiston äidit (n=134) liikkuvat aktiivisesti kaikilla tutkimukseen osallistuneilla paikkakunnilla (taulukko 8). Heistä kolmasosa harrasti liikuntaa lähes päivittäin ja yli puolet liikkui 2-3 kertaa viikossa.

TAULUKKO 8. Äidin liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	8	27.6	26	35.6	9	28.1	43	32.1
2-3 kertaa/vko	15	51.7	39	53.4	17	53.1	71	53.0
Kerran viikossa	2	6.9	5	6.8	2	6.3	9	6.7
2-3 kertaa/kk	3	10.3	3	4.1	3	9.4	9	6.7
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	1	3.4	-	-	1	3.1	2	1.5
Yhteensä	29	100	73	100	32	100	134	100

Tutkimusaineiston isät (n=116) eivät liikkuneet yhtä aktiivisesti kuin äidit (taulukko 9). Isistä neljäsosa harrasti liikuntaa lähes päivittäin ja yli kolmasosa liikkui 2-3 kertaa viikossa. Asuinpaikkakunnalla ei ollut suurta merkitystä vanhempien liikunnan määrään. Lisäksi se, asuivatko vanhemmat keskustassa tai sivukylällä, ei vaikuttanut merkittävästi liikunnan harrastamiseen (liite 5).

TAULUKKO 9. Isän liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	7	26.9	18	30.5	5	16.1	30	25.9
2-3 kertaa/vko	10	38.5	18	30.5	15	48.4	43	37.1
Kerran viikossa	4	15.4	14	23.7	6	19.4	24	20.7
2-3 kertaa/kk	4	15.4	5	8.5	-	-	9	7.8
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	1	3.8	4	6.8	5	16.1	10	8.6
<b>Yhteensä</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>59</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>116</b>	<b>100</b>

Koko tutkimusaineiston lapset (n=137) olivat aktiivisia liikkujia (taulukko 10). Lapsista yli puolet harrasti liikuntaa lähes päivittäin ja yli kolmasosa liikkui 2-3 kertaa viikossa. Saarijärvellä lapset liikkivat aktiivisemmin verrattuna Kinnulaan ja Karstulaan. Saarijärven koulujen lapsista liikkui lähes päivittäin 61 %, kun taas vastaava luku oli Karstulassa 52 % ja Kinnulassa 38 %. Jos lasten liikunnan määrää vertaa sivukylän kouluilla (n=25) ja keskustan kouluilla (n=112) toisiinsa, ovat sivukylän koulujen lapset ahkerampia liikkujia. Sivukylän koulujen lapsista 60 % liikkui lähes päivittäin, kun taas keskustan koulujen lapsista 53 % (liite 6).

TAULUKKO 10. Lasten liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Päivittäin	6	20.7	22	29.3	11	33.3	39	28.5
4-5 kertaa/vko	5	17.2	24	32.0	6	18.2	35	25.5
2-3 kertaa/vko	13	44.8	23	30.7	14	42.4	50	36.5
Kerran viikossa	2	6.9	5	6.7	1	3.0	8	5.8
2-3 kertaa/kk	3	10.3	-	-	-	-	3	2.2
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	-	-	1	1.3	1	3.0	2	1.5
<b>Yhteensä</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>75</b>	<b>100</b>	<b>33</b>	<b>100</b>	<b>137</b>	<b>100</b>

Koko tutkimusaineiston pojat harrastivat liikuntaa enemmän tyttöihin verrattuna (liite 6). Pojista 61 % ja tytöistä 45 % liikkui lähes päivittäin. Karstulassa tytöt liikkuivat vähemmän verrattuna Kinnulan ja Saarijärven tyttöihin. Kinnulassa taas pojat liikkuivat vähemmän verrattuna Karstulan ja Saarijärven poikiin.

TAULUKKO 11. Äidin ja lapsen yhdessä liikkumisen määrä

Liikunnan määrä	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	-	-	1	1.5	-	-	1	0.8
2-3 kertaa/vko	5	17.9	14	20.6	4	12.9	23	18.1
Kerran viikossa	10	35.7	22	32.4	10	32.3	42	33.1
2-3 kertaa/kk	7	25.0	15	22.1	9	29.0	31	24.4
Muutaman kerran vuodessa	4	14.3	12	17.6	7	22.6	23	18.1
Ei lainkaan	2	7.1	4	5.9	1	3.2	7	5.5
<b>Yhteensä</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>68</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>127</b>	<b>100</b>

Äidit (taulukko 11) harrastivat liikuntaa yhdessä lapsensa kanssa enemmän kuin isät (taulukko 12). Kaikilla paikkakunnilla vanhemmista kolmasosa ilmoitti harrastavansa liikuntaa lastensa kanssa kerran viikossa. Äitien asuinpaikkakunta ei vaikuttanut merkittävästi yhdessä liikkumisen määrään. Isien ja lasten yhdessä liikkumisella oli puolestaan eroja eri asuinpaikkakuntien välillä. Kinnulassa suurin osa isistä liikkui lapsensa kanssa ainoastaan muutaman kerran vuodessa, kun taas Saarijärvellä suurin osa isistä harrasti liikuntaa yhdessä lapsensa kanssa kerran viikossa ja Karstulassa 2-3 kertaa kuukaudessa.

Verrattaessa sivukylää keskustaan äidit liikkuivat huomattavasti enemmän lapsensa kanssa sivukylällä kuin keskustassa (liite 7). Sivukylän äideistä 50 % ja keskustan äideistä 30 % liikkui lapsensa kanssa kerran viikossa. Myös isät liikkuivat sivukylällä



enemmän lastensa kanssa kuin keskustassa. Sivukylän isistä 35 % ja keskustan isistä 26 % harrasti liikuntaa yhdessä lapsensa kanssa kerran viikossa.

TAULUKKO 12. Isän ja lapsen yhdessä liikkumisen määrä

Liikunnan määrä	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	-	-	-	-	1	3.4	1	0.9
2-3 kertaa/vko	3	11.5	12	21.1	6	20.7	21	18.8
Kerran viikossa	7	26.9	18	31.6	6	20.7	31	27.7
2-3 kertaa/kk	6	23.1	11	19.3	10	34.5	27	24.1
Muutaman kerran vuodessa	9	34.6	14	24.6	3	10.3	26	23.2
Ei lainkaan	1	3.8	2	3.5	3	10.3	6	5.4
<b>Yhteensä</b>	<b>26</b>	<b>100</b>	<b>57</b>	<b>100</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>100</b>

Vanhempien liikunnan määrän merkitystä lapsen liikunnan määrään tutkittiin korrelaation avulla. Tulosten mukaan perheen molempien vanhempien fyysisellä aktiivisuudella oli merkitystä lapsen liikunta-aktiivisuuteen ( $r = .257$ ). Erityisesti isän liikunnan määrällä oli yhteyttä lapsen liikunnan määrään (isä:  $r = .297$ , äiti:  $r = .254$ ). Karstulassa ( $r = .363$ ) ja Kinnulassa ( $r = .263$ ) molempien vanhempien liikunta-aktiivisuudella oli yhteyttä lapsen liikunta-aktiivisuuteen. Saarijärvellä ei yhteyttä löytynyt ( $r = .163$ ). Lisäksi vanhempien liikunnan määrällä oli merkitystä siihen, miten paljon he liikkuvat yhdessä lapsensa kanssa (isä:  $r = .396$ , äiti:  $r = .331$ ). Tästä voidaan päätellä, että mitä enemmän vanhemmat liikkuvat, sitä enemmän myös lapsi liikkuu ja sitä enemmän vanhemmat liikkuvat myös yhdessä lapsensa kanssa.

Varianssianalyysillä ja t-testillä tutkittiin koulutuksen, paikkakuntien ja kyläkuntien (keskusta/sivukylä) merkitystä vanhempien ja lasten liikunnan määrään. Paikkakunnilla ja kyläkunnilla ei ollut yhteyttä vanhempien ja lasten liikunnan määrään. Sen sijaan isän koulutuksella oli yhteyttä lapsen liikunnan määrään ( $p = 0.056$ ), mutta varianssianalyysi

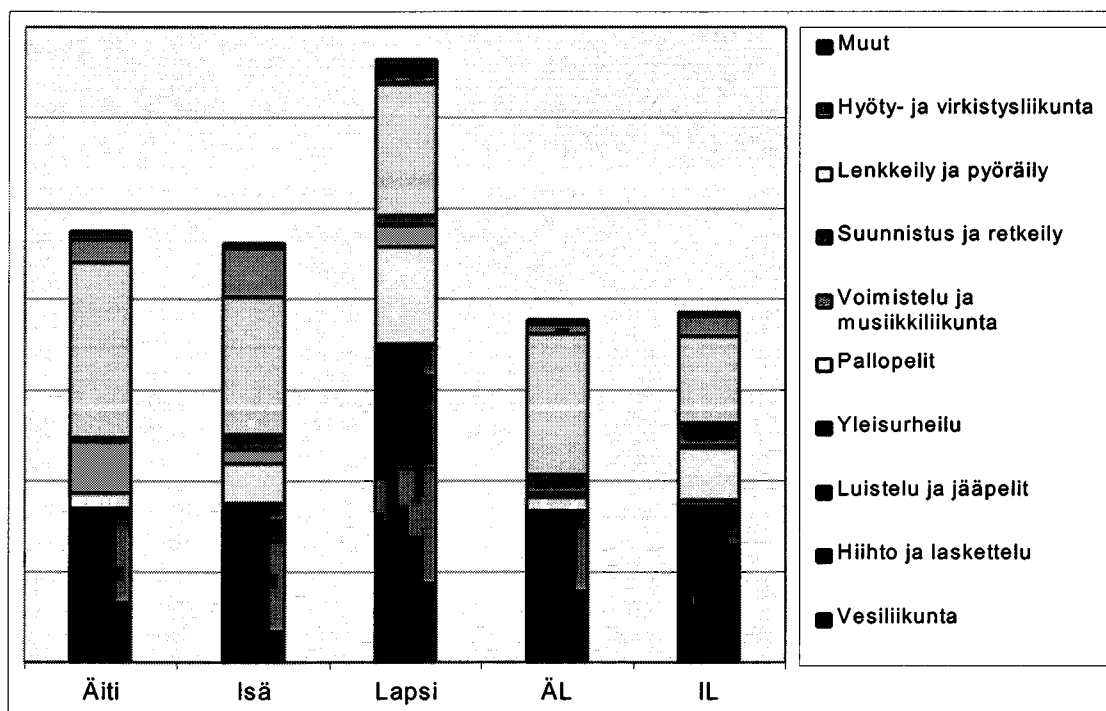
ei tarkemmin määrittele, missä erot ovat. Aikaisempien tutkimustulosten (Laakso 1986) mukaan korkeammin koulutetut liikkuvat enemmän. Tässä tapauksessa on syytä olla varovainen johtopäätösten tekemisessä, koska tutkimukseen osallistuneista isistä suurin osa oli kansa-/peruskoulun käyneitä. Lisäksi tutkittiin lapsen sukupuolen merkitystä lasten liikunnan määrään sekä lasten ja vanhempien yhdessä liikkumisen määrään. Tulosten mukaan sukupuolella ei ollut yhteyttä lasten liikkumisen määrään ( $p = 0.178$ ). Sen sijaan lapsen sukupuolella oli yhteyttä yhdessä liikkumisen määrään äidin kanssa. Äidit liikkuivat enemmän tyttöjen kanssa ( $p = 0.009$ ).

### 8.1.2 Lasten ja vanhempien harrastuslajit

Lasten ja vanhempien liikuntalajit luokiteltiin seuraavasti:

1. Vesiliikunta (uinti, hydrobic, avantouinti)
2. Hiihto ja laskettelu (lautailu ja mäenlasku)
3. Luistelu ja jääpelit (jäähiekko, jääpallo)
4. Yleisurheilu (juoksu ym.)
5. Pallopelit (lentopallo, sulkapallo, sähly, koripallo, jalkapallo, pesäpallo, tennis, pingis, salibandy)
6. Voimistelu ja musiikkiliikunta (aerobic, spinning, kuntosali, jumppa, tanssi, naisvoimistelu, kuntonyrkkeily)
7. Suunnistus ja retkeily (metsäretket, luonnossa liikkuminen ja vaeltaminen)
8. Lenkkeily ja pyöräily (kävely, hölkkä, sauvakävely, koiran ulkoiluttaminen, pyöräily, rullaluistelu ja -hiihto, potkurilla ajo, ulkoilu, ulkoleikit)
9. Hyöty- ja virkistysliikunta (metsästys, kalastus, soutu, melonta, erilaiset ulkotyöt)
10. Muut (judo, ratsastus, ammunta, carting, kiipeily, tikanhietto, jooga)

Äidit, isät ja lapset harrastivat eniten lenkkeilyä ja pyöräilyä kaikilla paikkakunnilla (kuvio 4). Toiseksi eniten vanhemmat ja lapset harrastivat hiihtoa ja laskettelua. Kolmanneksi suosituin harrastus äideillä oli vesiliikuntaa ja isillä ja lapsilla pallopelit. Vanhempien ja lasten suosituimmat yhteiset harrastukset olivat lähes samoja kuin mitä vanhemmat ja lapset harrastivat erikseen. Tutkittaessa vanhempien yhteisiä harrastuksia erikseen tyttöjen ja poikien kanssa tulokset eivät poikenneet edellisistä (liite 8). Huomattavaa oli, että isät harrastivat poikien kanssa enemmän pallopelejä.

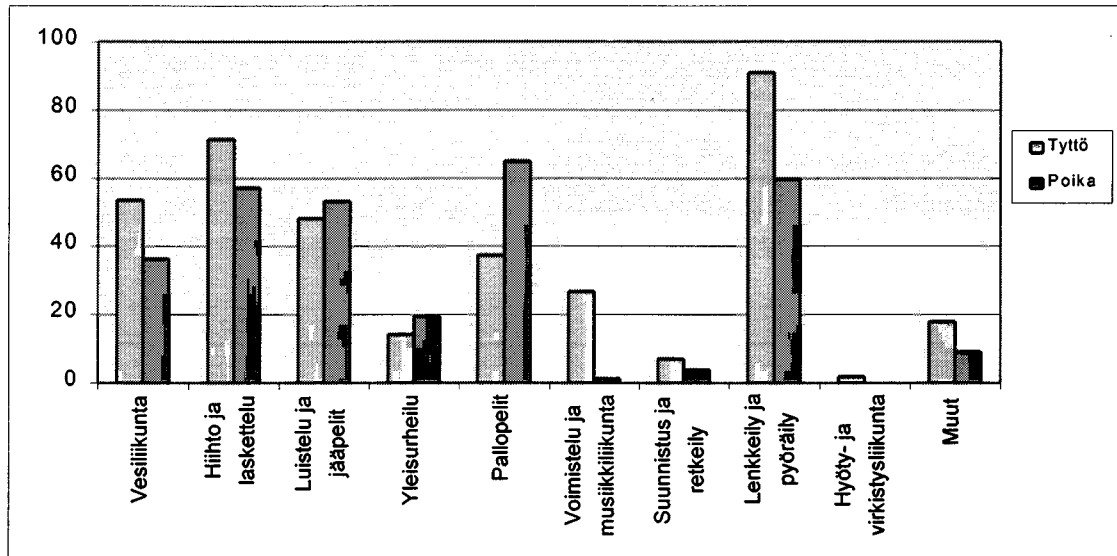


KUVIO 4. Lasten ja vanhempien harrastuslajit

(ÄL=äidin ja lasten yhdessä liikkuminen, IL=isän ja lasten yhdessä liikkuminen)

Asuinpaikkakunta ei vaikuttanut merkittävästi vanhempien harrastuslajien valintaan (liite 9). Saarijärvellä vanhemmat harrastivat kuitenkin enemmän voimistelua ja musiikkiliikuntaa, koska paikkakunnalla on Karstulaa ja Kinnulaa suurempi tarjonta kyseisissä lajeissa. Lisäksi Karstulassa harrastettiin vähemmän vesiliikuntaa, mikä johtunee siitä, että paikkakunnalla ei ole omaa uimahallia.

Asuinpaikkakunta sen sijaan vaikutti lasten liikuntaharrastusten valintaan (liite 9). Saarijärvellä ja Kinnulassa lapset harrastivat eniten lenkkeilyä ja pyöräilyä, kun taas Karstulassa luistelua ja jääpelejä. Toiseksi eniten Saarijärvellä ja Kinnulassa lapset harrastivat hiihtoa ja lasketteluä ja Karstulassa lenkkeilyä ja pyöräilyä. Saarijärvellä on oma laskettelurinne, mikä on lisännyt lasten laskettelun määrää. Kinnulassa lapset harrastivat enemmän murtomaahiihtoa, koska laskettelurinnettä ei ole. Kolmanneksi suosituin harrastus lapsilla oli Saarijärvellä pallopelit, Karstulassa hiihto ja Kinnulassa pallopelit ja vesiliikunta.



KUVIO 5. Tyttöjen ja poikien harrastuslajit (%)

Verrattaessa tyttöjen ja poikien liikuntaharrastuksia keskenään mieltymykset vaihtelivat (kuvio 5). Tytöt harrastivat eniten lenkkeilyä ja pyöräilyä, kun taas pojat pallopelejä. Toiseksi eniten tytöt harrastivat hiihtoa ja lasketteluja ja pojat lenkkeilyä ja pyöräilyä. Kolmanneksi suosituin harrastus tytöillä oli vesiliikuntaa ja pojilla hiihto ja laskettelu.

#### Johtopäätöksiä

Banduran (1977, 1986) ja McPhersonin (1981, 1989) mukaan suurin osa ihmisen käyttäytymismalleista opitaan roolimallin avulla, tarkkailemalla muiden ihmisten käyttäytymistä. Meidän tutkimuksessamme havaittiin myös, että vanhempien liikuntaharrastuneisuudella oli yhteyttä lasten liikkumiseen ja harrastuslajien valintaan. Vanhemmat toimivat esimerkkinä lapsilleen harrastuslajien valinnassa. Vanhemmat ja lapset harrastivat samoja liikuntalajeja, vaikka eivät ilmoittaneetkaan niitä yhteisiksi harrastuksiksi (ks. kuvio 4 ja liite 10). Kun vanhemmat saavat myönteisiä kokemuksia liikuntaharrastuksistaan, he välittävät niitä tietoisesti tai tiedostamatta lapsilleen. Myönteiset kokemukset innostavat lasta kokeilemaan liikuntaharrastuksia vanhempien tavoin. Vanhempien kannustus lisää myös lapsen motivaatiota oppia uusia harrastuksia. Lapsen saamat myönteiset kokemukset ja vanhempien tuki lisäävät lapsen motivaatiota

harrastaa liikuntaa. Näin lapsi oppii roolimallin avulla vanhempiensa liikunta-käyttäytymistä.

Aikaisemmat tutkimustulokset ovat yhteneviä tämän tutkimuksen tulosten kanssa. Sergeevin, Stolyarovin ja Gendin'in (1988) sekä Mooren, Lombardin ym. (1991) mukaan vanhempien fyysisellä aktiivisuudella sekä lasten ja vanhempien yhdessä liikkumisella on myönteistä vaikutusta lasten liikunnan harrastamiseen. Iän lisääntyessä lapset liikkuvat ja pelaavat ulkopelejä itsenäisesti saatuaan nuorempina liikkumisen malleja vanhemmiltaan (Sergeev, Stolyarov & Gendin 1988). Mooren, Lombardin ym. mukaan vanhempien, erityisesti isän, liikunta-aktiivisuudella oli merkitystä lasten liikunnan määrään, mikä tuli esille myös tässä tutkimuksessa. Pönkön (1999) tutkimustulosten mukaan vanhempien omalla liikuntaharrastuksella oli erittäin merkitsevä yhteys siihen, kuinka usein he liikkuvat yhdessä lapsen kanssa.

## 8.2 Vanhemmat lasten liikuntaharrastusten tukijoina

### 8.2.1 Lasten liikuntaharrastusten tärkeys vanhempien mielestä

Vanhemmilta kysyttiin, kuinka tärkeänä he pitävät lapsensa vapaa-ajan liikuntaharrastusta (taulukko 13). Äitien ja isien asenteilla ei ollut eroja. Lähes puolet vanhemmista piti lapsen liikuntaharrastusta erittäin tärkeänä ja 43 % tärkeänä.

TAULUKKO 13. Vapaa-ajan liikuntaharrastuksen tärkeys vanhempien mielestä

	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei lainkaan tärkeä	1	1.8	-	-	-	-	1	0.4
Jonkin verran tärkeä	4	7.3	7	5.3	6	9.7	17	6.8
Tärkeä	22	40.0	59	44.7	26	41.9	107	43.0
Erittäin tärkeä	28	50.9	66	50.0	30	48.4	124	49.8
Yhteensä	55	100	132	100	62	100	249	100

Eri paikkakuntien välillä ei ollut merkitseviä eroja. Sen sijaan sivukylällä vanhemmat pitivät lapsen liikuntaharrastusta tärkeämpänä kuin keskustassa (liite 11). Vanhempien koulutuksella ei ollut yhteyttä siihen, miten tärkeänä he pitivät lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastusta.

### 8.2.2 Vanhempien tuki ja kannustus lasten liikuntaharrastuksissa

Vanhemmat tukivat ja kannustivat lastaan liikuntaharrastuksissa melko aktiivisesti (taulukko 14). Vanhemmista lähes puolet tuki lastaan melko paljon harrastuksissa ja kolmasosa erittäin paljon. Vanhemmista neljäsosa ilmoitti tukevansa vain vähän lastaan liikuntaharrastuksissa, vaikka he todellisuudessa osallistuivat monella tavalla lastensa liikuntaharrastusten tukemiseen.

TAULUKKO 14. Vanhempien tuki ja kannustus lasten liikuntaharrastuksissa

Vanhempien tuki ja kannustus	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei lainkaan	1	2.0	-	-	2	3.4	3	1.3
Vähän	14	28.6	27	20.8	17	28.8	58	24.5
Melko paljon	19	38.8	63	48.5	24	40.7	106	44.5
Erittäin paljon	15	30.6	40	30.8	16	27.1	71	29.8
<b>Yhteensä</b>	<b>49</b>	<b>100</b>	<b>130</b>	<b>100</b>	<b>59</b>	<b>100</b>	<b>238</b>	<b>100</b>

Kinnulassa vanhempien tuki lasten vapaa-ajan liikuntaharrastuksissa oli hieman vähäisempää kuin Karstulassa ja Saarijärvellä (liite 12). Tähän vaikutti isien vähäisempi tuen määrä. Saarijärvellä ja Karstulassa isien ja äitien tuen määrällä ei ollut merkitseviä eroja.

Vanhempia pyydettiin lisäksi vastaamaan avoimella kysymyksellä, kuinka he tukevat lapsiaan liikuntaharrastuksissa. Tärkeimpiä tuki- ja kannustusmuotoja olivat rahallinen tuki, kuljetus sekä positiivinen palaute ja kannustus. Rahalliseen tukeen kuuluivat mm.

välineiden hankinta sekä seura- ja kilpailumaksut. Osa vanhemmista toimi mukana vapaaehtoistyössä seuratoiminnassa. Vanhemmat pyrkivät myös tukemaan lapsiaan liikkumalla yhdessä sekä tarjoamalla mahdollisuuden harrastaa erilaisia liikuntalajeja.

Tutkimustulosten mukaan vanhempien (isä:  $r = .317$ , äiti:  $r = .227$ ), erityisesti isän, liikunnan määrä oli yhteydessä lasten liikuntaharrastusten tukemiseen ja kannustamiseen. Vanhempien tuella ja kannustuksella (isä:  $r = .374$ , äiti:  $r = .156$ ) sekä heidän suhtautumisella lasten vapaa-ajan liikuntaharrastusten tärkeyteen (isä:  $r = .297$ , äiti:  $r = .219$ ) oli merkitystä lasten liikunnan määrään. Varianssianalyysillä ja t-testillä tutkittiin lisäksi, onko vanhempien koulutuksella, asuinpaikkakunnalla tai kyläkunnalla yhteyttä siihen, tukevatko ja kannustavatko vanhemmat lapsiaan liikuntaharrastuksissa ja kuinka tärkeänä he pitävät lasten liikuntaharrastuksia. Yhteyttä edellä mainittujen asioiden välillä ei löytynyt.

#### Johtopäätöksiä

Tutkimustuloksista voidaan päätellä, että vanhempien käsityksillä ja asenteilla liikuntaa kohtaan on merkitystä lapsen liikunta-aktiivisuuteen. Erityisesti isän käsitykset liikunnasta vaikuttivat myönteisesti lapsen liikunta-aktiivisuuteen. Sergeevin, Stolyarovin ja Gendin'in (1988) sekä Mooren, Lombardin ym. (1991) mukaan vanhempien asenteet ja arvot fyysisestä kulttuurista ja liikuntaa kohtaan vaikuttavat myönteisesti lasten suhtautumiseen liikuntaan. Pönkön (1999) mukaan vanhempien omalla liikuntaharrastuksella oli merkitsevä yhteys siihen, miten he arvostivat liikuntaa ja kuinka paljon he käyttivät rahaa liikuntavälineisiin.

Ecclesin (1983) odotus-arvomallin mukaan vanhempien odotukset, asenteet ja uskomukset ovat yhteydessä lapsen liikuntakäyttäytymiseen. Vanhemmat auttavat lasta tulkitsemaan liikuntakokemuksiaan ja tuottamaan niitä. Voidaan ajatella, että jos vanhemmat arvostavat lapsensa liikuntaharrastuksia ja hänen kyvykkyyttään niissä, lapsi oppii itsekkin arvostamaan liikuntaharrastuksiaan ja omaa suoriutumistaan niissä. Vanhempien odotukset lapsen liikuntakäyttämisestä vaikuttavat lapsen asettamiin tavoitteisiin ja menestymisodotuksiin liikunnassa. Tämän tutkimuksen tuloksista voidaan päätellä, että vanhemmat vaikuttavat lastensa liikuntakäyttämiseen joko suoraan roolimallin tai epäsuoraan uskomustensa ja odotustensa kautta.

### 8.3 Vanhempien käsityksiä koululiikunnasta

#### 8.3.1 Liikunnan tärkeys suhteessa muihin oppiaineisiin vanhempien mielestä

Vanhempia pyydettiin arvioimaan, kuinka tärkeänä he pitävät peruskoulun eri oppiaineita (liite 13). *Vanhemmat pitivät liikuntaa neljänneksi tärkeimpänä oppiaineena. 49 % vanhemmista piti liikuntaa erittäin tärkeänä oppiaineena.* Kinnulassa ja Saarijärvellä liikunta koettiin tärkeämpänä kuin Karstulassa. Erittäin tärkeänä liikuntaa piti Saarijärvellä ja Kinnulassa noin 50 % ja Karstulassa 40 % vastaajista. Tärkeimpinä oppiaineina vanhemmat pitivät matematiikkaa, äidinkieltä ja vieraita kieliä. Kaikista tutkimusjoukon vanhemmista 80 % piti matematiikkaa erittäin tärkeänä oppiaineena. Äidinkielen koki erittäin tärkeänä 75 % vanhemmista ja vieraat kielet 65 %.

Heinonen ja Kari (1973) ovat tutkineet oppikoulun 5. luokkalaisten käsityksiä oppiaineiden tärkeydestä. 1970-luvulla oppilaat eivät pitäneet liikuntaa yhtä tärkeänä oppiaineena kuin vanhemmat tässä tutkimuksessa. Liikunta oli tuolloin jaettu terveysoppiin, voimisteluun ja urheiluun ja ne arvioitiin erillisinä oppiaineina. Oppilaat pitivät liikuntaa tärkeämpinä oppiaineina englantia/saksaa, algebraa, ruotsia, aritmetiikkaa, suomea, geometriaa, kemiaa, historiaa ja maantiedettä. Liikunnan arvostus ja merkitys on noussut yhteiskunnassamme vuosikymmenien aikana. Tämä on osaltaan saattanut vaikuttaa siihen, että vanhemmat pitävät nyt liikuntaa tärkeämpänä oppiaineena kuin oppilaat 70-luvulla.

#### 8.3.2 Koululiikunnan tuki lasten liikuntaharrastuksille vanhempien ja opettajien mielestä

Vanhemmilta kysyttiin, miten he arvioivat koululiikunnan tukevan lapsen vapaa-ajan liikunnan harrastamista (taulukko 15, 16). Saarijärvellä molempien vanhempien mielestä koululiikunta tukee lapsen liikunnan harrastamista hyvin. Karstulassa puolestaan molemmat vanhemmat arvioivat koululiikunnan tukevan vain vähän lapsen liikuntaharrastuksia. Kinnulassa isät suhtautuivat koululiikunnan tukeen kielteisemmin kuin äidit. Koko tutkimusjoukon äideistä puolet ilmoitti, että koululiikunta tukee vain



vähän lapsen vapaa-ajan liikunnan harrastamista. Isät kokivat koululiikunnan tuen myönteisemmin kuin äidit.

TAULUKKO 15. Koululiikunnan tuki lapsen liikunnan harrastamiselle äidin mielestä

Koululiikunnan tuki	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Vähän	14	50.0	30	44.8	19	63.3	63	50.4
Hyvin	14	50.0	37	55.2	11	36.7	62	49.6
Yhteensä	28	100	67	100	30	100	125	100

Vanhemmilta kysyttiin lisäksi, ovatko heidän omat koululiikuntakokemukset innostaneet liikunnan harrastamiseen. Kaikista tutkimukseen vastanneista äideistä 75 % ja isistä 64 % ilmoitti, että koululiikunta on tukenut vain vähän heidän liikunnan harrastamista. Ainoastaan 5 % äideistä ja isistä koki, että koululiikunta on tukenut erittäin hyvin heidän liikunnan harrastamista. Vanhempien mielestä koululiikunta oli heidän aikanaan liian kilpailupainotteista, eikä innostanut motorisesti heikompia lapsia liikkumaan. Isät kokivat koululiikunnan myönteisemmin ja erityisesti mieleen jäivät erilaiset pelit ja uusien liikuntamuotojen kokeilu. Jotkut vanhemmista kokivat, että innostus liikuntaan henkilöityi taitavaan ja kannustavaan opettajaan.

TAULUKKO 16. Koululiikunnan tuki lapsen liikunnan harrastamiselle isän mielestä

Koululiikunnan tuki	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Vähän	13	54.2	21	38.2	17	58.6	51	47.2
Hyvin	11	45.8	34	61.8	12	41.4	57	52.8
Yhteensä	24	100	55	100	29	100	108	100

Taustamuuttujien (koulutus, asuinpaikkakunta ja kyläkunta) yhteyttä koululiikunnan tukeen tutkittiin varianssianalyysillä ja t-testillä. Taustamuuttujilla ei ollut merkitystä vanhempien näkemyksiin koululiikunnan tuesta lapsen liikuntaharrastuksille.

Opettajilta (n=10) kysyttiin myös, tukeeko koululiikunta lasten liikunnan harrastamista (liite 14). Heistä kuusi ilmoitti, että koululiikunta tukee kohtalaisesti ja kolme ilmoitti, että koululiikunta tukee hyvin lasten liikunnan harrastamista. Ainoastaan yksi opettaja koki, että nykyinen koululiikunta tukee erittäin hyvin lasten liikunnan harrastamista.

Opettajat saivat myös arvioida koulun liikuntakasvatuksen tavoitteita (liite 14). Tärkeimpänä tavoitteena opettajat pitivät lapsen elinikäisen liikuntaharrastuksen viriämistä, sillä kahdeksan opettajaa (n=10) piti sitä erittäin tärkeänä. Toiseksi tärkeimmäksi tavoitteeksi opettajat arvioivat lapsen saamia positiivisia kokemuksia koululiikunnasta. Kolmanneksi tärkeimpänä tavoitteena opettajat pitivät lapsen itsetunnon kehittämistä ja yhteistyötaitojen oppimista.

Opettajakyselyssä haluttiin lisäksi selvittää, tietävätkö opettajat lasten liikuntaharrastuksista ja miten he saavat tietoa niistä. Puolet opettajista tiesi lähes kaikkien lasten harrastuksista, ja neljällä opettajalla oli tietoa joidenkin lasten harrastuksista. Yksi opettaja ilmoitti, ettei tiedä lainkaan lasten liikuntaharrastuksista. Eniten opettajat saivat tietoa lasten vapaa-ajan harrastuksista lasten ja vanhempien välityksellä. Kukaan opettajista ei toiminut ohjaajana lasten vapaa-ajan harrastuksissa, eikä saanut tätä kautta tietoa oppilaidensa harrastuksista.

### 8.3.3 Vanhempien käsityksiä lastensa suhtautumisesta koululiikuntaan

Vanhempien mukaan heidän lapsensa suhtautuivat myönteisesti koululiikuntaan (liite 15). Vanhemmista 40 % ilmoitti, että heidän lapsensa pitävät koululiikunnasta erittäin paljon. Paljon koululiikunnasta pitäviä lapsia oli vanhempien käsitysten mukaan myös 40 %. Vanhemmista viidesosa oli sitä mieltä, että heidän lapsensa pitää koululiikunnasta jonkin verran ja ainoastaan kaksi vanhempaa ilmoitti, että heidän lapsensa eivät pidä lainkaan koululiikunnasta. Kinnulassa vanhemmat ajattelivat lastensa suhtautuvan myönteisemmin koululiikuntaan kuin Saarijärvellä ja Karstulassa. Verrattaessa keskustan ja sivukylän koulujen vanhempien käsityksiä lastensa suhtautumisesta koululiikuntaan löytyi suurempia eroja. Sivukylän kouluilla yli puolet vanhemmista ilmoitti, että heidän lapsensa pitävät koululiikunnasta erittäin paljon. Sen sijaan keskustan kouluilla vain 35 % vanhemmista kertoi lastensa pitävän koululiikunnasta erittäin paljon.

### 8.3.4 Vanhempien koululiikunnan tuntemus paikkakunnittain

Tiedustelimme vanhemmilta, kuinka hyvin he tuntevat lapsensa koululiikunnan sisältöä. Tutkimukseen osallistuneet vanhemmat eivät tunteneet hyvin koululiikuntaa, sillä yli puolet vanhemmista ilmoitti tuntevansa sitä vain vähän (taulukko 17, 18). Vanhempien koululiikunnan tuntemus erosi äidin ja isän välillä. Kinnulassa ja Saarijärvellä äidit tunsivat koululiikunnan sisältöä paremmin kuin isät. Karstulassa isät taas olivat perehtyneet koululiikunnan sisältöön äitejä paremmin.

TAULUKKO 17. Äidin koululiikunnan tuntemus

Koululiikunnan tuntemus	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Vähän	18	62.1	33	47.1	19	59.4	70	53.4
Hyvin	11	37.9	37	52.9	13	40.6	61	46.6
Yhteensä	29	100	70	100	32	100	131	100

Keskustan kouluilla isät eivät tunteneet koululiikunnan sisältöä niin hyvin kuin sivukylällä (liite 16). Keskustassa 60 % ja sivukylällä 50 % isistä tunti koululiikunnan sisältöä kohtalaisesti tai ei juuri lainkaan. Äidit puolestaan tunsivat koululiikunnan sisältöä huonommin sivukylällä kuin keskustassa. Keskustassa 53 % ja sivukylällä 57 % äideistä ilmoitti tuntevansa koululiikuntaa kohtalaisesti tai ei juuri lainkaan.

TAULUKKO 18. Isän koululiikunnan tuntemus

Koululiikunnan tuntemus	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Vähän	18	72.0	32	55.2	18	58.1	68	59.6
Hyvin	7	28.0	26	44.8	13	41.9	46	40.4
Yhteensä	25	100	58	100	31	100	114	100

Korrelaation avulla tutkittiin koululiikunnan sisällön tuntemusta suhteessa koululiikunnan tukeen lasten liikuntaharrastuksille. Ainoastaan isän tietämyksellä koululiikunnasta oli yhteyttä hänen suhtautumiseensa koululiikunnan tukeen lasten liikuntaharrastuksille ( $r = .273$ ). Varianssianalyysillä tutkittaessa äidin koulutuksella oli merkitystä ( $p = 0.066$ ) siihen, kuinka tärkeänä hän piti liikuntaa suhteessa muihin oppiaineisiin. Vanhempien asuinpaikkakunnalla ja kyläkunnalla ei ollut yhteyttä siihen, kuinka hyvin he tunsivat koululiikunnan sisältöä ja kuinka tärkeänä he pitivät liikuntaa muiden oppiaineiden joukossa.

### 8.3.5 Koululiikunnasta tiedottaminen

Vanhemmilta kysyttiin, miten he ovat saaneet tietoa koululiikunnan sisällöstä (liite 17). Vastausvaihtoehtoina olivat: 1) lapseni kertoo, 2) opettaja tiedottaa, 3) kysyn lapselta, 4) kysyn opettajalta, 5) keskustelen muiden vanhempien kanssa. Vanhemmat saivat valita niin monta vastausvaihtoehtoa kuin halusivat. Eniten vanhemmat kertoivat saavansa tietoa koululiikunnan sisällöstä omalta lapseltaan. Äideistä ja isistä 75 % ilmoitti, että lapsi kertoo heille koululiikunnasta ja 45 % heistä kertoi kysyvänsä itse lapselta koululiikunnan sisällöstä. Opettajan tiedotteesta äideistä 52 % ja isistä 41 % saivat tietoa koululiikunnasta. Äidit olivat aktiivisempia keskustelemaan koululiikunnan sisällöstä opettajien ja muiden vanhempien kanssa kuin isät. Verrattaessa eri paikkakuntia keskenään Kinnulassa ja Karstulassa vanhemmat saivat eniten tietoa lapseltaan joko kysymällä itse lapselta tai lapsen kertoessa koululiikunnasta. Saarijärvellä vanhemmat saivat tietoa koululiikunnan sisällöstä myös lapseltaan, mutta lisäksi opettajat tiedottivat aktiivisesti koululiikunnasta.

Vanhemmilta tiedusteltiin lisäksi, miten opettaja tiedottaa heille koululiikunnan sisällöstä (liite 17). Vastausvaihtoehtoina olivat: 1) kirjallisen tiedotteen avulla, 2) vanhempainillassa, 3) puhelimitse. Vanhemmista 97 % ilmoitti saavansa tietoa koululiikunnasta kirjallisen tiedotteen avulla ja 24 % vanhempainilloissa. Osa vanhemmista toivoi tiedotuksen tehostamista, erityisesti Kinnulassa ja Saarijärvellä.

Opettajilta kysyttiin, miten he tiedottavat vanhempia koululiikunnan sisällöstä (liite 17). Opettajista ( $n=10$ ) seitsemän ilmoitti tiedottavansa kirjallisesti koululiikunnasta ja viisi kertoi koululiikunnasta vanhempainilloissa. Osa liikunnanopettajista ilmoitti

tiedottavansa koululiikunnasta oppilaiden tai heidän luokanvalvojansa välityksellä. Kaksi opettajaa kertoi, ettei tiedota lainkaan koululiikunnan sisällöistä.

### Johtopäätöksiä

Vanhempien käsityksiä koululiikunnasta sekä koululiikunnan tuntemusta voidaan selittää Ecclesin odotus-arvoteorialla samoin kuin edellä vanhempien käsityksiä liikunnasta. Jos vanhemmat arvostavat lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastusta, he myös arvostavat koululiikuntaa (isä:  $r = .426$ , äiti:  $r = .518$ ) ja vaikuttavat suhtautumisellaan lastensa asenteisiin koululiikuntaa kohtaan. Jos vanhemmat pitävät koululiikuntaa tärkeänä, he myös tuntevat paremmin koululiikunnan sisältöä (isä:  $r = .178$ , äiti:  $r = .230$ ).

Rahikkalan (1996) mukaan 27 % vanhemmista ilmoitti tuntevansa vähän tai ei juuri lainkaan lastensa liikunnanopetusta ja 47 % kohtalaisesti. Tämän tutkimuksen tulokset tukevat Rahikkalan tutkimuksen tuloksia vanhempien vähäisestä liikunnanopetuksen tuntemuksesta. Rahikkalan tutkimuksessa, kuten tässäkin tutkimuksessa, vanhemmat kaipaavat koululiikunnan tiedottamisen tehostamista.

Nupposen ja Telaman (1998) EURO- ja KOULI-tutkimuksen mukaan suuri osa lapsista kokee nykyisen koululiikunnan myönteisenä. Koululiikuntaan myönteisesti suhtautuu 73 % oppilaista. Erittäin paljon koululiikunnasta pitää 21 %. Tässä tutkimuksessa lasten suhtautumista koululiikuntaan kysyttiin vanhemmilta ja tulokset ovat samansuuntaisia. Noin 80 % vanhemmista ilmoitti lastensa pitävän koululiikunnasta paljon tai erittäin paljon.

## 8.4 Koulun ja kodin yhteistyö lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi

### 8.4.1 Vanhempien ja opettajien käsityksiä yhteistyöstä

Vanhempia ja opettajia pyydettiin arvioimaan kodin ja koulun yhteistyötä lapsen vapaa-ajan liikunnan harrastamisen edistämiseksi (liite 18). Tutkimustulosten mukaan vanhemmat eivät tehneet juurikaan yhteistyötä koulun kanssa lapsen liikunta-

harrastusten edistämiseksi. Vanhemmista 85 % ilmoitti, ettei tee yhteistyötä lapsen liikunnan harrastamisen hyväksi koulun kanssa. Paikkakunnittain yhteistyössä oli kuitenkin eroa. Kinnulassa äideistä 30 % ja isistä 42 % teki yhteistyötä koulun kanssa liikuntaharrastusten edistämiseksi. Karstulassa äideistä 13 % ja isistä 17 % kertoi tekevänsä yhteistyötä koulun kanssa. Saarijärvellä vastaavat luvut olivat äideillä 8 % ja isillä 4 %. Tästä voidaan päätellä, että pienemmillä paikkakunnilla tehdään huomattavasti enemmän yhteistyötä koulun kanssa kuin suurilla paikkakunnilla. Lisäksi isät tekevät äitejä ahkerammin yhteistyötä koulun kanssa Kinnulassa ja Karstulassa.

Vanhemmat saivat vastata avoimella kysymyksellä, millaista yhteistyötä he tekevät koulun kanssa ja miten he haluavat kehittää sitä. Vanhemmat kertoivat olevansa mukana avustajina joissakin koulun liikuntatapahtumissa, esimerkiksi hiihto- ja uintiretkillä sekä erilaisissa kilpailuissa. Lisäksi vanhemmat kuljettivat lapsia kilpailuihin. Osa vanhemmista toimi koulun johtokunnassa ja pystyi sitä kautta vaikuttamaan lasten liikunnan harrastamiseen. Muutama vanhemmista totesi, ettei aikaa yhteistyölle ole.

Vanhemmilta kysyttiin lisäksi halukkuutta yhteistyön kehittämiseen ja tulokset olivat myönteisiä. Vanhemmista lähes 60 % oli valmiita lisäämään kodin ja koulun yhteistyötä lasten liikunnan harrastamisen edistämiseksi. Kinnulassa vanhemmat olivat halukkaampia yhteistyöhön kuin Karstulassa ja Saarijärvellä. Karstulassa yhteistyöhön suhtauduttiin kielteisimmin, sillä vanhemmista 60 % ei ollut innostunut kehittämään kodin ja koulun välistä yhteistyötä lapsen liikunnan harrastamisen edistämiseksi.

Vanhemmat halusivat kehittää yhteistyötä mm. osallistumalla itse erilaisten liikuntakerhojen tai -tapahtumien ohjaukseen sekä suunnittelemalla yhdessä opettajien kanssa lukuvuoden tapahtumia. Osa vanhemmista koki, että heillä itsellään on päävastuu lasten liikunnan harrastamisesta. He myös ajattelivat, ettei koulua ja opettajaa voi kuormittaa liian monella asialla. Jotkut vanhemmista toivoivat, että koulu tekisi yhteistyötä myös liikuntaseurojen kanssa, ellei koululla ole ammattitaitoisia liikunnan opettajia.

Opettajat (n=10) olivat innokkaampia tekemään yhteistyötä kodin ja koulun välillä oppilaan liikunnan harrastamisen edistämiseksi kuin vanhemmat. Puolet opettajista ilmoitti tekevänsä yhteistyötä kodin kanssa. Kuusi opettajaa oli sitä mieltä, että kodin ja

koulun yhteistyötä pitäisi kehittää enemmän lasten liikunnan harrastamisen edistämiseksi. Opettajat näkivät yhteistyömuodot hyvin samanlaisina kuin vanhemmat. He toivoivat vanhempia mukaan yhteisiin liikuntatapahtumiin ja retkiin. Lisäksi opettajat halusivat hyödyntää vanhempien erityisosaamista liikuntatunneilla ja -kerhoissa.

#### 8.4.2 Vanhempien ja opettajien odotuksia ja toivomuksia koululiikunnalle

Vanhemmilta kysyttiin, mitä odotuksia ja toivomuksia heillä on koulun liikunnan-opetuksen suhteen. Kaikilla paikkakunnilla, Saarijärvellä, Karstulassa ja Kinnulassa, vanhemmat toivoivat koululiikunnan olevan monipuolista, leikkimielistä, iloista ja kannustavaa. Vanhemmat odottivat, että liikuntatunneilla kokeillaan monipuolisesti erilaisia liikuntalajeja. Vanhempien mielestä koululiikunnan tulisi tuottaa onnistumisen ja liikkumisen iloa kaikille lapsille, myös liikunnallisesti heikoimmille. Koululiikunnan tulisi tukea lasten yksilöllisiä kykyjä ja huomioida heidän liikuntatoivomuksiaan sekä auttaa lapsia löytämään itselleen mieluisa liikuntalaji. Liikuntatuntien määrä ei tyydyttänyt kaikkia vanhempia, vaan he toivoivat lisää tunteja kouluun.

Opettajat saivat myös vastata siihen, miten he haluaisivat kehittää koululiikuntaa. Kaksi opettajaa (n=10) toivoi lisää koulutusta, mutta he eivät olleet määritelleet tarkemmin, millaista koulutuksen tulisi olla. Neljä opettajaa halusi vanhempien tavoin lisää tunteja koululiikuntaan. Kolme opettajaa koki tärkeäksi sen, että kerhotoiminta saataisiin takaisin koululle ja siihen olisi mahdollisuus käyttää enemmän rahaa.

#### Johtopäätöksiä

Peruskoulun opetussuunnitelmassa (1994) yksi koululiikunnan tavoitteista on elinikäisen liikuntaharrastuksen viriäminen. Tutkimustulosten mukaan vain noin puolet vanhemmista ilmoitti, että koululiikunta tukee lasten vapaa-ajan liikuntaharrastuksia. Opettajista yli puolet arvioi, että koululiikunta tukee kohtalaisesti lasten vapaa-ajan liikuntaharrastuksia. Telaman (1993, 1999) mukaan koululiikunnan keskeinen päämäärä on lapsen liikunnallisen elämäntavan viriäminen. Koululiikunta on tärkeää, koska se koskettaa lähes kaikkia suomalaisia jossakin elämänvaiheessa. Helinin (1996) mukaan ne, jotka harrastavat liikuntaa lapsena, harrastavat sitä aikuisiässäkin. Tässä

tutkimuksessa vanhemmat ja opettajat eivät kuitenkaan kokeneet, että koululiikunnalla olisi merkittävä vaikutus lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastuksiin. Vanhemmat ja opettajat pitävät koululiikuntaa kuitenkin tärkeänä oppiaineena. Mikä merkitys koululiikunnalla on lapselle?

Kysyttäessä vanhempien odotuksia ja toivomuksia koululiikunnasta, vanhemmat kokivat tärkeiksi samoja asioita kuin mitä *peruskoulun opetussuunnitelman tavoitteissa* ilmenee. Erityisesti vanhemmat toivoivat lastensa saavan koululiikunnasta *myönteisiä liikuntakokemuksia*. Lisäksi vanhemmat pitivät tärkeänä, että lapsen *itsetunto kehittyy* ja lapsi oppii *uusia liikuntataitoja*. Vanhemmat toivoivat, että lapset löytäisivät itselleen mieluisan *liikuntalajin*, jota he voisivat harrastaa vapaa-ajalla. Koska vanhempien odotukset ja toivomukset olivat yhteneviä opetussuunnitelman kanssa, mahdollisuudet kodin ja koulun yhteistyölle ovat hyvät.

Vanhemmista yli neljä viidesosaa ei tehnyt yhteistyötä koulun kanssa lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastuksen kehittämiseksi. Yli puolet vanhemmista ja opettajista oli kuitenkin valmis yhteistyön kehittämiseen. Opettajat toivoivat vanhempia osallistumaan aktiivisemmin koululiikunnan suunnitteluun ja toteutukseen ja vanhemmat olivat myös halukkaita siihen. Tutkimustulosten mukaan kodin ja koulun yhteistyö on kuitenkin vähäistä. Ovatko vanhemmat ja opettajat riittävästi keskustelleet yhteistyön kehittämisestä ja miten koulu ja vanhemmat voivat yhdessä tukea lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastuksia?

## 8.5 Paikkakuntien liikuntamahdollisuudet

### 8.5.1 Tyytyväisyys paikkakuntien liikuntamahdollisuuksiin

Tyytyväisyys liikuntamahdollisuuksiin vaihteli tutkimuspaikkakunnilla (liite 19). Kinnulassa ja Karstulassa 83 % vanhemmista oli tyytyväisiä liikuntamahdollisuuksiin, kun taas Saarijärvellä vain 56 % vanhemmista oli tyytyväisiä. Kaikilla paikkakunnilla vanhemmat olivat tyytyväisiä ulkoliikuntamahdollisuuksiin. Vanhemmat kokivat, että puhtas luonto ja hyvin hoidetut hiihto- ja lenkkeilymaastot tarjoavat monipuoliset ja hyvät mahdollisuudet liikunnan harrastamiseen.



Saarijärvellä vanhemmat arvostivat hyviä luisteluratoja ja laskettelurinnettä, mutta olivat tyytymättömiä uimahallin kuntoon ja monitoimihallin puuttumiseen. Kinnulassa vanhemmat olivat puolestaan tyytyväisiä uimahalliin ja valmistuvaan sisäliikuntatilaan. Karstulassa vanhemmat olivat tyytyväisiä vireään seuratoimintaan ja kokivat, että paikkakunnalla on mahdollisuus harrastaa monipuolista liikuntaa. Vanhemmat toivoivat omaa uimahallia Karstulaan. Sivukylillä koettiin, että keskustan monipuolisempia liikuntamahdollisuuksia ei voida hyödyntää riittävästi pitkien välimatkojen takia.

Vanhemmista 70 % ilmoitti olevansa tyytyväisiä koulujen liikuntamahdollisuuksiin. Saarijärvellä vanhemmat olivat kuitenkin tyytymättömämpiä koululiikuntatiloihin. Erityisesti sisäliikuntatilojen ahtaus koettiin ongelmana, kun monta luokkaa joutuu käyttämään samaa liikuntatilaa yhtäaikaan.

Liikunnanopettajat olivat tyytyväisiä paikkakunnan ja koulujen liikuntamahdollisuuksiin Kinnulassa (liite 19). Kirkonkylän koululle toivottiin kuitenkin jo sisäliikuntatilojen valmistumista. Saarijärvellä opettajat kokivat vanhempien tavoin sisäliikuntatilat ahtaiksi, mikä vaikutti heidän tyytymättömyyteensä paikkakunnan liikuntamahdollisuuksiin. Karstulassa opettajat olivat tyytyväisiä paikkakunnan liikuntamahdollisuuksiin. Osa opettajista toivoi kuitenkin lisää salitilaa.

#### 8.5.2 Lasten osallistuminen liikuntakerho- ja seuratoimintaan

Vanhemmilta ja opettajilta kysyttiin, pitäisikö koulun järjestää liikuntakerhoja (liite 20). Vanhemmat olivat kaikilla paikkakunnilla lähes yksimielisiä liikuntakerhojen järjestämisestä. Noin 90 % vanhemmista ilmoitti, että liikuntakerhoja tulisi järjestää lapsille. Opettajista yhdeksän kymmenestä halusi liikuntakerhoja järjestettävän kouluilla. Opettajat toivoivat myös lisää määrärahaa kerhotoiminnan toteuttamiseen. Opettajat eivät kuitenkaan olleet mukana lasten urheiluseuratoiminnassa, eivätkä näin vaikuttaneet lasten liikkumiseen vapaa-ajalla.

Saarijärvellä lapset osallistuivat ohjattuun liikuntakerhotoimintaan aktiivisesti, sillä 53 % lapsista kävi liikuntakerhoissa (liite 21). Karstulassa 39 % ja Kinnulassa 15 % lapsista osallistui liikuntakerhoihin. Tutkimuksen mukaan pojat kävivät aktiivisemmin ohjatussa liikuntakerhossa kuin tytöt. Vanhemmat ilmoittivat, että pojista käy jossain

ohjatussa liikuntakerhossa Saarijärvellä ja Karstulassa yli puolet ja Kinnulassa 20 %. Vastaavasti tytöistä Saarijärvellä lähes puolet, Karstulassa viidesosa ja Kinnulassa kymmenesosa kävi liikuntakerhossa vanhempien tietojen mukaan. Sivukylän kouluilla sekä tytöt että pojat kävivät vähemmän liikuntakerhoissa keskustan tyttöihin ja poikiin verrattuna.

Vanhemmilta kysyttiin myös lasten osallistumista urheiluseurojen lajiharjoituksiin (liite 22). Karstulassa lapset osallistuivat seuratoimintaan aktiivisesti, sillä lähes puolet lapsista osallistui seurojen lajiharjoituksiin. Vastaavasti Saarijärvellä ja Kinnulassa kolmasosa lapsista kävi urheiluseuran lajiharjoituksissa. Kinnulassa ja Karstulassa pojat olivat aktiivisemmin mukana urheiluseurojen harjoituksissa kuin tytöt. Saarijärvellä taas tytöt osallistuivat aktiivisemmin urheiluseuran toimintaan kuin pojat. Vanhempien mukaan Saarijärvellä 27 %, Karstulassa 67 % ja Kinnulassa 35 % pojista kävi lajiharjoituksissa. Saarijärvellä 38 %, Karstulassa 20 % ja Kinnulassa 25 % tytöistä oli mukana urheiluseuran lajiharjoituksissa. Sivukylän kouluilla tytöt ja pojat kävivät vähemmän urheiluseuran lajiharjoituksissa keskustan tyttöihin ja poikiin verrattuna.

#### Johtopäätöksiä

Paikkakunnan liikuntamahdollisuuksilla on yhteyttä lasten ja vanhempien harrastuslajien valintaan ja liikunta-aktiivisuuteen. Aikaisemmin todettiin, että esimerkiksi Saarijärvellä lapset harrastavat paljon laskettelua, koska paikkakunnalla on oma laskettelurinne. Karstulassa lapset harrastivat vähiten uintia verrattuna muihin paikkakuntiin, koska omaa uimahallia ei ole. Saarijärvellä lapset harrastivat määrällisesti eniten liikuntaa, mikä saattaa johtua siitä, että paikkakunnalla on mahdollisuus harrastaa monipuolisemmin erilaisia liikuntalajeja verrattuna esimerkiksi Kinnulaan. Kinnulassa lasten vähäisempään liikunnan määrään on saattanut vaikuttaa kirkonkylän ala-asteen liikuntasalin remontti tutkimuksen aikana.

Nupposen ja Telaman (1998) tutkimuksessa 6. luokkalaisista pojista 55 % ja tytöistä 45 % osallistui liikuntaan koulun kerhossa tai urheiluseurassa viikottain. Pojat osallistuivat tyttöjä aktiivisemmin liikuntakerho- ja seuratoimintaan. Tässä tutkimuksessa lasten liikuntakerhoaktiivisuus vaihteli suuresti tutkimuspaikkakunnilla. Saarijärvellä, isoimmalla paikkakunnalla, lasten liikuntakerhoaktiivisuus noudatteli Nupposen ja

Telaman tutkimustuloksia. Kinnulan, Karstulan ja kyläkuntien koulujen järjestämä liikuntakerhotoiminta on vähäisempää, mikä vaikutti tutkimustuloksiin. Lisäksi Kinnulan kirkonkylän ala-asteen liikuntasali oli tutkimushetkellä remontissa, eikä tilaa liikuntakerhojen järjestämiseen ollut. Karstulassa seuratoiminta on sen sijaan aktiivista, mikä näkyy erityisesti poikien (67 %) innokkuutena osallistua seurojen lajiharjoituksiin. Tämän tutkimuksen tulokset poikien aktiivisuudesta liikuntakerho- ja seuratoimintaan tukivat Nupposen ja Telaman (1998) tutkimustuloksia.

## 9 POHDINTA

### 9.1 Tutkimustulosten tarkastelua

Tutkimuksemme päätarkoituksena oli selvittää, onko vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla sekä koululiikunnalla yhteyttä lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastuneisuuteen. Selvitimme, millaisia liikuntaharrastuksia lapsilla ja vanhemmilla on, ja miten paljon he liikkuvat vapaa-aikana. Tutkimme myös, miten tärkeänä vanhemmat pitävät lasten liikuntaharrastusta ja tukevatko he lasten liikuntaharrastuksia. Lisäksi halusimme selvittää, tukeeko koululiikunta vanhempien ja opettajien mielestä lasten liikuntaharrastuneisuutta. Tutkimustuloksia vertailtiin paikkakunnittain ja vanhempien sukupuolen ja koulutuksen mukaan.

Tämä tutkimus, kuten aikaisemmatkin tutkimukset (Sergeev, Stolyarov & Gendin 1988; Moore, Lombard ym. 1991; Pönkkö 2000; McPherson ym. 1989, ym.), osoittaa, että vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla on yhteyttä lapsen liikuntaharrastuneisuuteen. Sen sijaan koululiikunta ei tämän tutkimuksen mukaan tue lapsen liikuntaharrastuneisuutta kuten olimme mallissamme olettaneet. Koululiikunnan tukea lapsen liikuntaharrastuneisuuteen ei ole tutkittu paljon, ja tässäkin tutkimuksessa koululiikuntaosio jäi kartoittavaksi. Emme selvittäneet tarkemmin, millä tavoin koululiikunta tukee lasten liikuntaharrastuksia.

Vanhempien osalta tutkimustulokset tukevat hypoteesia, jonka mukaan vanhempien liikunta-aktiivisuudella ja asenteilla on merkitystä lapsen liikuntaharrastuksiin. Sen sijaan toinen hypoteesi, koululiikunnalla on yhteyttä lapsen vapaa-ajan liikuntaharrastuksiin, toteutuu vain osittain tutkimustuloksissa. Tässä tutkimuksessa koululiikunnan tukea lapsen liikuntaharrastuksiin kysyttiin vanhemmilta ja opettajilta, ei suoraan lapsilta itseltään. Aikaisempien tutkimusten (Nupponen ja Telama 1998; Nupponen 1999; Viljanen 1997) mukaan lapset kokevat koululiikunnan myönteisenä ja on osoitettu, että myönteisillä kokemuksilla (Metsämuuronen 1995) on yhteyttä harrastusten viriämiseen.

Tutkimustulokset eri paikkakunnilla olivat samansuuntaisia. Lisäksi vanhempien koulutuksella ei löydetty eroja tutkimustuloksissa. Tämän vuoksi tutkimustuloksemme ovat yleistettävissä sekä tutkimuspaikkakuntiemme välillä että muissakin kouluissa paikkakunnilla. Lisäksi tutkimuspaikkakuntamme edustavat eri kokoisia maalaiskuntia Keski-Suomessa, joten tutkimustuloksemme ovat jossain määrin yleistettävissä koko Keski-Suomen alueella. On kuitenkin hyvä muistaa, että Kinnula, Karstula ja Saarijärvi ovat liikunnallisia pitäjiä, joissa liikunnan arvostus koetaan tärkeänä ja liikuntakulttuurin kehittäminen on jatkuva haaste.

### 9.1.1 Vanhemmat lasten liikuntaharrastusten edistäjinä

Tutkimustulostemme mukaan vanhemmat, erityisesti äidit, liikkuvat aktiivisesti useita kertoja viikossa (ks. luku 8.1.1). *Lapsista yli 90 % liikkui vähintään 2-3 kertaa viikossa. Vanhempien, erityisesti isän, liikunnan määrällä oli yhteyttä lapsen liikunnan määrään. Lisäksi vanhempien liikunnan määrä vaikutti merkittävästi siihen, miten paljon he liikkuvat yhdessä lastensa kanssa.* Tulokset osoittivat, että vanhemmat toimivat roolimallina lapsilleen harrastuslajin valinnassa. *Lasten ja vanhempien suosituimmat harrastuslajit olivat lähes samoja sekä erikseen että yhdessä liikuttaessa.* Lisäksi vanhemmat ja lapset harrastivat samoja liikuntalajeja, vaikka eivät ilmoittaneetkaan niitä yhteisiksi harrastuksiksi (ks. kuvio 4 ja liite 10).

McPherson (1989) ja Bandura (1977, 1986) osoittavat, että suurin osa ihmisen käyttäytymismalleista opitaan sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Vanhemmat toimivat roolimalleina lapsilleen ja välittävät heille omia asenteita, arvoja ja käyttäytymismalleja. Lapset voivat omaksua liikuntamalleja ja myönteisen asenteen liikuntaan tarkkailemalla vanhempien liikuntakäyttäytymistä. Myönteiset kokemukset innostavat lasta kokeilemaan liikuntaharrastuksia vanhempien tavoin. Mielestämme vanhempien roolimalli ja positiivinen asenne voivat innostaa lapsia löytämään elinikäisen liikuntaharrastuksen.

Yangin (1997), Yangin, Telaman ja Laakson (1996), Mooren, Lombardin ym. (1991) sekä Sergeevin, Stolyarovin ja Gendin'in (1988) tutkimukset osoittavat myös, että vanhempien fyysisellä aktiivisuudella on yhteyttä lasten liikunnan harrastamiseen. Yangin (1997), Yangin, Telaman ja Laakson (1996) sekä Mooren, Lombardin ym.

(1991) mukaan vanhempien, erityisesti isän, aktiivisuustaso vaikuttaa lasten liikunta-aktiivisuuteen, mikä tuli esille myös tutkimuksessamme. Kaikista suurin merkitys lasten liikkumiseen on perheillä, joissa molemmat vanhemmat ovat fyysisesti aktiivisia (Mooren, Lombard ym. 1991). Pönkön (1999) tutkimus tukee tulosta, jonka mukaan vanhempien omalla liikuntaharrastuksella on merkitsevä yhteys siihen, kuinka usein he liikkuvat yhdessä lapsen kanssa.

Äitien ja isien sosiaalisen aseman yhteydestä lasten liikunta-aktiivisuuteen ei voida tehdä johtopäätöksiä tutkimuksessamme, koska suurin osa vanhemmista oli alhaisesti koulutettuja ja edustivat homogeenisesti samaa koulutusryhmää. Kuitenkin isän koulutuksella oli yhteyttä lapsen liikunnan määrään. Aikaisemmista tutkimustuloksista (McPherson 1989; Laakso 1986) poiketen Yangin, Telaman ja Laakson (1996) tutkimuksessa ei löydetty yhteyttä isien korkean sosiaalisen aseman ja poikien liikunta-aktiivisuuden välillä. Sen sijaan isien sosiaalinen asema näytti vaikuttavan alle 12-vuotiaiden tyttöjen liikunta-aktiivisuuteen.

Tutkimuksemme tulokset osoittivat, että vanhemmat tukivat lapsiaan liikuntaharrastuksissa aktiivisesti. *Vanhemmista lähes 75 % tuki ja kannusti lastaan melko paljon tai erittäin paljon liikuntaharrastuksissa.* Tulosten mukaan *vanhempien tuki ja kannustus sekä heidän suhtautumisensa lasten vapaa-ajan liikuntaharrastusten tärkeyteen vaikuttivat lasten liikunnan määrään. Erityisesti isän käsitykset liikunnasta vaikuttivat myönteisesti lasten liikunta-aktiivisuuteen.* Myös Anderssen'in ja Woldin (1992), Mooren, Lombardin ym. (1991) sekä Sergeevin, Stolyarovin ja Gendin'in (1988) mukaan vanhempien asenteet ja arvot fyysisestä kulttuurista ja liikuntaa kohtaan vaikuttavat myönteisesti lasten suhtautumiseen liikuntaan. Anderssen'in ja Woldin (1992) tulokset osoittavat, että erityisesti molempien vanhempien tuella oli yhteyttä lasten liikkumisen määrään. Lisäksi Pönkön (1999) mukaan vanhempien omalla liikuntaharrastuksella oli merkitsevä yhteys siihen, kuinka he arvostivat liikuntaa, ja kuinka paljon he ostivat liikuntavälineitä.

Eccles (1983) korostaa mallissaan vanhempien odotusten, asenteiden ja uskomusten yhteyttä lapsen liikuntakäyttäytymiseen. Vanhemmat auttavat lasta tulkitsemaan liikuntakokemuksia ja tuottamaan niitä. Jos vanhemmat arvostavat lapsen liikuntaharrastusta ja hänen kyvykkyyttään siinä, lapsi oppii itsekin arvostamaan

liikuntaharrastuksia ja omaa suoriutumistaan niissä. Vanhemmat vaikuttavat lastensa liikuntakäyttämiseen joko suoraan roolimallin tai epäsuoraan uskomustensa ja odotustensa kautta.

#### 9.1.2 Koulu lasten liikuntaharrastusten edistäjänä

Koululiikunnan merkityksestä on keskusteltu paljon tiedotusvälineissä erityisesti 2000-luvulla. Keskustelua ovat herättäneet koululiikunnan vähäinen tuntimäärä ja koululiikunnan merkitys lasten hyvinvointiin ja elinikäisen liikuntaharrastuksen viriämiseen. Suomessa koululiikunnan tuntimäärät ovat vähentyneet Euroopan toiseksi alhaisimmalle tasolle. Liikuntatunteja on keskimäärin 1,7 tuntia viikossa 12 kouluvuoden aikana. Sen sijaan Ranskassa liikuntatunteja on 3,5 tuntia (vaihtelee kouluittain) 12 kouluvuoden aikana. (Helin 2001.) Voidaanko Suomessa vähäisillä liikuntatuntimäärillä tukea lasten liikuntaharrastuksia ja elinikäisen liikuntaharrastuksen viriämistä?

Vanhemmat ja opettajat saivat tutkimuksessamme arvioida koululiikunnan tukea lasten liikuntaharrastuksille. Tulosten mukaan *vanhemmista puolet ja opettajista yli puolet koki, että koululiikunta tukee vain vähän lasten liikuntaharrastuksia*. Jos vanhemmat tunsivat koululiikunnan sisältöä, he pitivät myös koululiikuntaa tärkeänä. Toisaalta jos vanhemmat tunsivat koululiikunnan sisältöä paremmin, he suhtautuivat kriittisemmin koululiikunnan tukeen lapsen liikuntaharrastuksille.

Mielestämme vanhempien asenteeseen on saattanut vaikuttaa heidän vähäinen koululiikunnan tietämyksensä, sillä yli puolet vanhemmista ilmoitti tuntevansa koululiikunnan sisältöä vain vähän. Jos vanhemmat eivät tunne koululiikuntaa, he eivät välttämättä kykene arvioimaan sitä objektiivisesti. Vanhempien kielteiset kokemukset koululiikunnasta ovat myös saattaneet vaikuttaa heidän suhtautumiseensa lastensa koululiikuntaan ja sen merkitykseen lasten liikuntaharrastuksille (ks. luku 8.3.2). Joidenkin vanhempien mielestä hyvä liikunnanopetus henkilöityykin taitavaan ja innostavaan liikunnanopettajaan, mikä vaikuttaa sekä vanhempien että lasten kokemuksiin koululiikunnasta. Eräällä tutkimuspaikkakunnallamme vanhempien tyytymättömyys liikunnanopettajiin saattoi vaikuttaa kielteisiin kokemuksiin koululiikunnasta.

Vanhemmilta kysyttiin, kuinka hyvin he tuntevat koululiikunnan sisältöä ja saavat tietoa siitä. Jo edellä todettiin, että *yli puolet vanhemmista ilmoitti tuntevansa koululiikunnan sisältöä vain vähän* (ks. luku 8.3.4-5). Rahikkalan (1996) tutkimustulokset tukevat tämän tutkimuksen tuloksia vanhempien vähäisestä liikunnanopetuksen tuntemuksesta. *Eniten vanhemmat ilmoittivat saavansa tietoa koululiikunnan sisällöstä omalta lapseltaan*. Opettaja tiedotti koululiikunnan sisällöstä aktiivisemmin kirjallisen tiedotteen avulla, mikä ilmeni sekä vanhempien että opettajien vastauksissa. Rahikkalan tutkimukseen kuten tähänkin tutkimukseen osallistuneet *vanhemmat kaipasivat koulun toiminnan tiedottamisen tehostamista*.

Tutkimustuloksemme osoittivat, että vanhemmat pitivät liikuntaa neljänneksi tärkeimpänä oppiaineena. *Lähes puolet vanhemmista piti liikuntaa erittäin tärkeänä oppiaineena*. Jos vanhemmat pitivät lasten vapaa-ajan liikuntaharrastuksia tärkeinä, he myös arvostivat koululiikuntaa. 1970-luvulla oppilaat eivät kokeneet liikuntaa yhtä tärkeänä oppiaineena kuin vanhemmat tässä tutkimuksessa (Heinonen & Kari 1973). Liikunnan arvostus ja merkitys on noussut yhteiskunnassamme vuosikymmenien aikana. Tänä päivänä liikuntaa pidetään tärkeänä terveyden ja työ- ja toimintakyvyn kannalta. Perusta terveelliselle ja liikunnalliselle elämäntavalla luodaan jo lapsena sekä kotona että koulussa.

Vanhempien mukaan heidän lapsensa suhtautuivat myönteisesti koululiikuntaan. *Vanhemmista 80 % ilmoitti, että heidän lapsensa pitivät koululiikunnasta paljon tai erittäin paljon* (ks. luku 8.3.3). Nupposen ja Telaman (1998) EURO- ja KOULI-tutkimuksen tulokset osoittavat myös, että lähes kolmeneljäsosaa tutkimukseen osallistuneista lapsista kokee nykyisen koululiikunnan myönteisenä. Telaman (1993) mukaan koululiikunnan merkitys on siinä, että kaikki suomalaiset lapset osallistuvat jossakin elämänvaiheessa koululiikuntaan. Mielestämme koulu voi olla joillekin lapsille ainoa paikka, missä he osallistuvat säännölliseen liikuntaan. Koululiikunnalla voidaan edistää lasten myönteisiä liikuntakokemuksia. Aikaisempien tutkimusten (Nupponen ja Telama 1998; Nupponen 1999; Viljanen 1997) mukaan lapset kokevat koululiikunnan myönteisenä ja on osoitettu, että myönteisillä kokemuksilla (Metsämuuronen 1995) on yhteyttä harrastusten viriämiseen.



Vanhemmilta ja opettajilta kysyttiin, millaisia odotuksia ja toivomuksia heillä on koululiikunnasta. *Vanhemmat odottivat lastensa saavan koululiikunnasta positiivisia liikuntakokemuksia ja oppivan uusia liikuntataitoja. Vanhemmat toivoivat, että lapset löytäisivät itselleen mieluisan liikuntalajin, jota voisivat harrastaa myös vapaa-aikana. Osa vanhemmista ja opettajista toivoi lisää liikuntatunteja kouluihin.* Mielestämme koulujen nykyinen liikuntatuntimäärä on saattanut osaltaan vaikuttaa siihen, että vanhemmat ja opettajat eivät pitäneet koululiikuntaa merkittävänä tukijana lasten liikuntaharrastuksille. Tutkimuksessamme opettajat pitivät kuitenkin OPS:n (1994) ja Telaman (1993) tavoin elinikäisen liikuntaharrastuksen viriämistä tärkeimpänä koulun liikuntakasvatuksen tavoitteena.

Vanhempia ja opettajia pyydettiin arvioimaan kodin ja koulun yhteistyötä lapsen liikuntaharrastuksen edistämiseksi. *Vanhemmista yli neljäviidesosaa ei tehnyt yhteistyötä koulun kanssa lapsen liikuntaharrastuksen edistämiseksi. Opettajista sen sijaan puolet ilmoitti tekevänsä yhteistyötä vanhempien kanssa. Yli puolet vanhemmista ja opettajista oli valmiita yhteistyön kehittämiseen.*

*Vanhemmat ja opettajat pitivät kodin ja koulun yhteistyömuotoja hyvin samanlaisina.* Vanhemmat halusivat kehittää yhteistyötä mm. osallistumalla itse erilaisten liikuntakerhojen tai -tapahtumien ohjaukseen sekä suunnitteluun lukuvuoden liikuntatapahtumista yhdessä opettajien kanssa. Opettajat toivoivatkin vanhempia osallistumaan aktiivisemmin koululiikunnan suunnitteluun ja toteutukseen. Jotkut vanhemmat toivoivat, että koulu tekisi yhteistyötä myös liikuntaseurojen kanssa, ellei koululla ole ammattitaitoisia liikunnan opettajia.

Mielestämme kodin, koulun ja urheiluseurojen yhteistyöllä voidaan edistää lasten liikunnallisten taitojen kehittymistä ja liikuntaharrastuksen viriämistä. Yhteistyö lisää myös koulun toimintamahdollisuuksia sekä koulun ja yhteiskunnan vuorovaikutusta. Vanhemmat ja opettajat voivat yhteistyössä kehittää koulun liikunnanopetusta niin, että se vastaa lasten yksilöllisiin liikunnallisiin tarpeisiin ja tukee heidän liikunnallisia harrastuksia. Tutkimuksessamme ilmeni kodin ja koulun yhteistyön tarpeellisuus sekä vanhempien ja opettajien halukkuus yhteistyöhön, vaikka todellisuudessa yhteistyötä ei tehty aktiivisesti. Onko aikapula suurin yhteistyön este vai vain halu kunnioittaa toisten tekemää työtä?

Liikuntakerhojen määrästä ei ole tehty tarkkoja tutkimuksia. Laman ja säästötarpeiden myötä perinteinen koulujen järjestämä liikuntakerhotoiminta on kuitenkin vähentynyt. Liikuntakerhojen tilalle on tullut iltapäivätoimintaa, jonka tarkoituksena on järjestää lapsille tekemistä koulun jälkeen. Yhtenä tavoitteena on saada vähän liikkuvat tai syrjäytymisvaarassa olevat lapset liikkumaan. (Kujala 1998, 30; Heikinaro-Johansson 2001, 8; Suullinen tiedonanto Riikka Eerola 30.5.2001.) *Tutkimuksessamme lasten liikuntakerhoaktiivisuus vaihteli suuresti paikkakunnilla.* Saarijärvellä, isoimmalla paikkakunnalla, noin puolet lapsista oli mukana liikuntakerhotoiminnassa. Nupposen ja Telaman (1998) tutkimustulokset ovat myös samansuuntaisia. Sen sijaan Kinnulan, Karstulan ja kyläkuntien koulujen lasten osallistuminen liikuntakerhotoimintaan ei ollut yhtä aktiivista kuin Saarijärvellä. Karstulassa seuratoiminta oli taas aktiivista, mikä näkyi erityisesti poikien (67 %) innokkuutena osallistua seurojen lajiharjoituksiin. Nupposen ja Telaman (1998) tutkimukset osoittivat myös, että pojat osallistuvat tyttöjä aktiivisemmin liikuntakerho- ja seuratoimintaan.

Paikkakuntien hyvät liikuntamahdollisuudet voivat vaikuttaa lasten ja vanhempien harrastuslajien valintaan ja liikunta-aktiivisuuteen. Kinnulassa ja Karstulassa vanhemmat olivat tyytyväisempiä liikuntamahdollisuuksiin kuin Saarijärvellä. Kaikilla paikkakunnilla vanhemmat olivat tyytyväisiä ulkoliikuntamahdollisuuksiin. Vanhempien mielestä puhdas luonto ja hyvin hoidetut hiihto- ja lenkkeilymaastot tarjosivat monipuoliset mahdollisuudet liikunnan harrastamiseen. Saarijärvellä vanhemmat olivat tyytymättömiä monitoimihallin puuttumiseen ja uimahallin kuntoon. Karstulassa kaivattiin omaa uimahallia, ja Kinnulassa odotettiin sisäliikuntahallin valmistumista.

## 9.2 Tutkimuksen merkitys

Tutkimuksemme vahvisti sekä omia käsityksiämme että aikaisempia tutkimustuloksia siitä, että vanhemmat voivat toimia roolimallina lasten liikuntakäyttäytymiselle. Erityisesti vanhempien asenteet, arvot ja normit auttavat lapsia tulkitsemaan liikuntakokemuksiaan ja kokemaan liikunnan myönteisenä. Vanhemmat voivat innostaa lapsia liikkumaan ja omaksumaan liikunnallisen elämäntavan. Mallissamme

korostammekin vanhempien asenteiden, arvojen, tuen ja liikuntatottumusten yhteyttä lasten liikuntaharrastusten viriämiseen.

Tutkimustuloksemme osoittivat, että vanhemmat ovat tärkeämmässä asemassa kuin koulu lasten liikuntaharrastusten tukijana ja edistäjänä. Vanhemmista yli 90 % piti lasten liikuntaharrastuksia tärkeänä tai erittäin tärkeänä ja heistä lähes 75 % oli valmiita tukemaan lasten liikuntaharrastuksia. Mielestämme päävastuu lasten liikuntaharrastusten viriämisestä on vanhemmilla, mutta koululiikunnalla voidaan myös kehittää lasten yksilöllisiä liikuntavalmiuksia ja antaa virikkeitä lasten liikuntaharrastuksille. Eräs vanhempi kertoi tutkimuksessamme:

*Päävastuu lapsen liikunnan harrastamisesta tai harrastamattomuudesta on vanhemmilla. Koulua ja opettajaa ei voi kuormittaa liian monella asialla.*

Mallimme mukaan koululiikunnalla voidaan myös vaikuttaa lapsen liikuntaharrastuksen viriämiseen. Peruskoulun liikunnanopetuksen yksi tavoitteista on, että lapsi oppii liikkumaan säännöllisesti ja omaksuu myönteisen asenteen liikuntaan. Mielestämme tämä voidaan tulkita niin, että liikunnanopetuksen tärkein tavoite on, että lapsi omaksuu elinikäisen liikuntaharrastuksen. Liikunnallisesti aktiivinen ja innostava opettaja voi vaikuttaa liikuntakasvatuksella lapsen asenteisiin ja tukea häntä liikuntaharrastuksissa. Säännöllisellä kerhotoiminnalla voidaan myös antaa virikkeitä lasten liikuntaharrastusten valinnalle.

Tutkimuksessamme koululiikunta ei tukenut vanhempien ja opettajien mielestä lasten liikuntaharrastuksia niin paljon kuin odotimme. Valmistuvina, liikuntaan erikoistuvina opettajina uskomme kuitenkin, että voimme koululiikunnalla ja omalla roolimallilla vaikuttaa lasten asenteisiin liikuntaa kohtaan ja lasten säännöllisten liikuntaharrastusten viriämiseen. Opettajina voimme tarjota lapsille mm. myönteisiä kokemuksia liikunnasta ja kehittää lasten motorisia perustaitoja. Lisäksi asennekasvatusta liikuntaan voidaan antaa muillakin oppitunneilla kuin liikuntatunneilla.

Lapsen omat positiiviset liikuntakokemukset, onnistumisen elämykset ja kiinnostus liikuntaan vaikuttavat liikuntaharrastuksen syntymiseen, mutta emme tutkineet niitä tutkimuksessamme. Kuitenkin tutkimustuloksissamme vanhemmat ja opettajat

korostivat lasten saamien myönteisten kokemusten tärkeyttä koululiikunnassa. Vanhemmat toivoivat lastensa saavan koululiikunnasta iloa ja onnistumisen elämyksiä. Opettajat pitivät positiivisten kokemusten saamista koululiikunnasta hyvin tärkeänä.

Mallissamme vanhemmat ja koulu voivat yhdessä tukea lasten liikuntaharrastuneisuutta. Yhteistyö voi olla esimerkiksi sitä, että vanhemmat ovat mukana liikunnanopetuksen suunnittelussa ja toimivat tarvittaessa koulujen liikuntatuntien apuopettajina ja liikuntakerhojen ohjaajina. Tutkimuksessamme yhteistyö kodin ja koulun välillä lasten liikuntaharrastusten edistämiseksi oli kuitenkin vähäistä, vain 15 prosenttia vanhemmista ilmoitti tekevänsä yhteistyötä koulun kanssa. Yhteistyö vaihteli paikkakunnittain ja pienimmällä paikkakunnalla Kinnulassa yhteistyö oli aktiivisinta. Voidaanko puhua yksittäisen oppiaineen hyväksi tehtävästä yhteistyöstä, vai pitääkö yhteistyötä ajatella kokonaisvaltaisemmin kodin ja koulun välillä?

### 9.3 Tutkimuksen teon arviointia ja jatkotutkimusaiheita

Tutkimusmenetelmänä käytimme kvantitatiivista lähestymistapaa, joka soveltui hyvin laajaan tutkimukseen. Tutkimuksemme koostui kahdesta osasta. Ensimmäisessä osassa selvitimme lasten ja vanhempien liikuntakäyttäytymistä sekä vanhempien asennoitumista lasten liikuntaharrastuksiin. Toisessa osassa tutkimme vanhempien käsityksiä koululiikunnasta ja paikkakunnan liikuntamahdollisuuksia. Teimme myös liikunnanopettajille kyselyn, missä he saivat arvioida koululiikunnan merkitystä lasten liikuntaharrastuksille. Opettajille suunnatun tutkimuksen tarkoituksena oli tukea vanhempien kyselyn tuloksia.

Lasten ja vanhempien liikuntakäyttäytymistä ja vanhempien asenteita lasten liikuntaharrastuksia kohtaan oli helpompi tutkia kuin koululiikuntaosiota. Vanhempien merkityksestä lasten liikuntaharrastuksille löytyy useita aikaisempia tutkimuksia ja omia tutkimustuloksiamme oli helppo verrata niihin. Sen sijaan koululiikunnan yhteyttä lasten liikuntaharrastuksille on tutkittu vähän. Toisaalta vaikka ulkomaalaisia tutkimuksia koululiikunnan yhteydestä lasten liikuntaharrastuksille saattaa löytyä, emme voineet verrata niitä suoraan omiin tutkimustuloksiimme, koska koulutusjärjestelmät ja liikunnan tuntimäärät ovat erilaisia eri maissa. Kuitenkin

koululiikunnan merkitystä lasten elinikäisen liikuntaharrastuksen viriämiseen korostetaan sekä OPS:ssa että julkisissa tiedotusvälineissä.

Löysimme tutkimukseemme useita eri teorioita, jotka käsittelivät liikuntaharrastuneisuutta monesta eri näkökulmasta. Näiden teorianmallien avulla teimme tutkimuksemme oman mallin. Mallissamme tuomme selkeästi esille kaksi tärkeää tekijää (vanhemmat ja koululiikunta), jotka vaikuttavat lasten liikuntaharrastusten viriämiseen. Teorianmallimme pohjalta laadimme mittarin vanhemmille ja opettajille. Vanhempien mittari oli sisällöltään laaja ja siihen osallistui 250 vanhempaa. Lasten ja vanhempien liikunta-aktiivisuudesta ja harrastuksista saimme riittävästi tietoa. Joitakin tutkimustuloksia emme kuitenkaan voineet käsitellä haluamallamme tavalla. Esimerkiksi emme voineet tutkia yksittäisen perheen vanhempien ja lasten välistä liikuntakäyttäytymistä. Sen sijaan tutkimme vanhempien yhteyttä lapsen liikuntaharrastuneisuuteen yleisesti. Vanhempien mittarin laajuus, tutkimusjoukon suuruus ja useiden tutkimuspaikkakuntien määrä vaikuttivat siihen, että tutkimustulosten koonti, analysointi ja johtopäätösten teko oli työlästä.

Opettajakysely suunnattiin vain kymmenelle liikunnanopettajalle ja se oli sisällöltään suppeampi. Toisaalta emme halunneet keskittyä tutkimaan opettajia vaan olimme kiinnostuneempia lasten ja vanhempien liikuntakäyttäytymisestä ja koululiikunnan merkityksestä lasten liikuntaharrastuksille. Kyselyllä emme löytäneet yhteyttä opettajien ja lasten liikuntaharrastuksille.

Vanhempien merkitystä lasten liikuntakäyttäytymiseen on tutkittu paljon, joten ehdotamme, että jatkossa tutkitaan enemmän koululiikunnan yhteyttä lasten liikuntaharrastuksiin. Tärkeää olisi selvittää pitkällä aikavälillä, voidaanko nykyisellä koululiikunnalla tukea lasten liikuntaharrastuksia. Tätä voitaisiin tutkia tarkemmin selvittämällä lasten, vanhempien ja opettajien käsityksiä koululiikunnasta ja sen yhteydestä lasten liikuntaharrastuksiin. Koululiikunnan tuen merkitystä lasten liikuntaharrastuksille voitaisiin selvittää myös laadullisella tutkimuksella. Haastattelulla voitaisiin kysyä vanhemmilta ja opettajilta, millä tavoin koululiikunta tukee lasten liikuntaharrastuksia. Lisäksi lapsilta voitaisiin kysyä, saavatko he virikkeitä koululiikunnasta liikuntaharrastuksille.

Lasten elinikäisen liikuntaharrastuksen viriäminen on ollut selkeämmin esillä aikaisempien vuosikymmenien opetussuunnitelmissa (ks. vuodet 1952, 1970, 1985). Vuoden 1994 opetussuunnitelmassa koululiikunnan tavoitteena on, että lapsi oppii harrastamaan liikuntaa säännöllisesti ja omaksuu myönteisen asenteen liikuntaan. Tämän voi tulkita niin, että koululiikunnan tavoitteena on, että lapsi omaksuu elinikäisen liikunnallisen elämäntavan. Opetussuunnitelman väljät raamit antavat liikunnanopettajille ja koululle mahdollisuuden luoda puitteet lasten elinikäisen liikuntaharrastuksen kehittymiselle. Voidaanko nykyisellä koululiikunnalla kuitenkaan vastata elinikäisen liikuntaharrastuksen tavoitteeseen vai ovatko vanhemmat päävastuussa lapsen liikuntaharrastusten viriämisestä?

## LÄHTEET

- Alkula, T., Pöntinen, S. & Ylöstalo, P. 1995. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Juva: WSOY.
- Andersen, N. & Wold, B. 1992. Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 63, nro 4, 341-348.
- Bandura, A. 1977. *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bandura, A. 1986. *Social foundations of thought and action. A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Eccles Parsons, J., Adler, T. F & Kaczala, C. M. 1982. Socialization of achievement attitudes and beliefs: Parental influences. *Child Development* 53, 310-321.
- Eccles Parsons, J., Adler, T. F., Futterman, R., Goff, S. B., Kaczala, C. M., Meece, J. L. & Midgley, C. 1983. Expectation, values and academic behaviors. Teoksessa J. T. Spence (ed.) *Achievement and achievement motives*. San Francisco: Freeman, 75-146.
- Eerola, R. Suullinen tiedonanto. 30.5.2001. Nuori Suomi.
- Eskola, J. 1994. Oma ja isän innostus syinä urheilun aloittamiselle. *Liikunta & Tiede* 31 (4), 16-17.
- Frome, P. M. & Eccles, J. S. 1998. Parents' influence on children's achievement-related perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology* 1998, vol 74, nro 2, 435-452.
- Hakala, L. 1999. *Liikunta ja oppiminen. Mitä merkitystä on kuperkeikalla?* Jyväskylä: Gummerus kirjapaino.
- Heikinaro-Johansson, P. 2001. Liikuntakasvatus 2000-luvun koulussa: Enemmän vapautta, vastuuta ja haastetta. *Liikunta & Tiede* 38 (1), 6-8.
- Heikinaro-Johansson, P. & Kolkka, T. 1998. *Koululiikuntaa kaikille. Soveltavan liikunnan-opetuksen opas*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Heikkilä, T. 1998. *Tilastollinen tutkimus*. Helsinki: Oy Edita Ab.
- Heinonen, V. & Kari, J. 1973. Oppikoulun V-luokkalaisten oppiaineitten arvioinnit (tekstiosia). *Research reports n:o 38, A 1973*. Department of education university of Jyväskylä.
- Helin, P. 1996. Eniten tarvitsevat eivät valitse liikuntaa. *Liikunta & Tiede* 33 (1), 16-17.

- Helin, P. 2001. Koululiikunta on investointi työ- ja toimintakykyyn ja urheilun tulevaisuuteen. Pro Koululiikunta -seminaari eduskunnassa 13.2.2001. Suomen Liikunnanopettajain Liitto ry.
- Herajärven ala-asteen liikunnan opetussuunnitelma 2000.
- Herva, H. & Vuolle, P. 1991. Liikunta suomalaisten ajankäytössä. Tilastollinen vertailu 10-64-vuotiaiden liikuntaharrastuneisuudesta vuosina 1979 ja 1987. Jyväskylä: Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 79.
- Hirsjärvi, S. & Huttunen, J. 1995. Johdatus kasvatustieteeseen. Juva: WSOY
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara P. 2000. Tutki ja kirjoita. 6., uudistettu laitos. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy.
- Hirvensalo, M., Lintunen, T. & Rantanen, T. 2000. Liikkuvasta lapsesta liikunnalliseksi aikuiseksi ja vanhukseksi. Liikunta & Tiede 37 (2), 37- 38.
- Juppi, J. 1995. Suomen julkinen liikuntapolitiikka valtionhallinnon näkökulmasta vuosina 1917-1994. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Juvonen, A. 1978. Koulun liikuntakasvatus. Porvoo: WSOY.
- Jääskeläinen, L., Korpilauri, A. & Tikkanen J. 1980. Liikunnan didaktiikka. Keuruu: Otava.
- Kaarnasaari, A. 1998. Liikkuva lapsi - liikkuva aikuinen. Terve Elämä (8), s. 14-15.
- Karhuvirta, T. 1998. Kerhosta motivaatiota koulutyöhön. Koululiikunta 23 (3), 6-7.
- Karma, K. 1983. Käyttäytymistieteiden metodologian perusteet. Keuruu: Otava.
- Karma, K. & Komulainen, E. 1984. Käyttäytymistieteiden tilastomenetelmien jatkokurssi. Mänttä: Mäntän Kirjapaino Oy.
- Karvinen, J. 1998. Liikkuva iltapäivä 100 000 lapselle. <http://www.slu.fi/imag/2-98/6.html>. 7.9.2000.
- Karvinen, J. 1998. Liikkuvatko suomalaiset lapset riittävästi? Liikunta & Tiede 35 (6), 9-11.
- Kinnulan Kirkonkylän ala-asteen liikunnan opetussuunnitelma 2000.
- Komiteanmietintö 1952. Kansakoulun opetussuunnitelmakomitean mietintö II, 1952:3 Helsinki: Valtion kirjapaino.
- Komiteanmietintö 1970. Peruskoulun opetussuunnitelmakomitean mietintö II, 1970:A5. Helsinki: Valtion painatuskeskus.

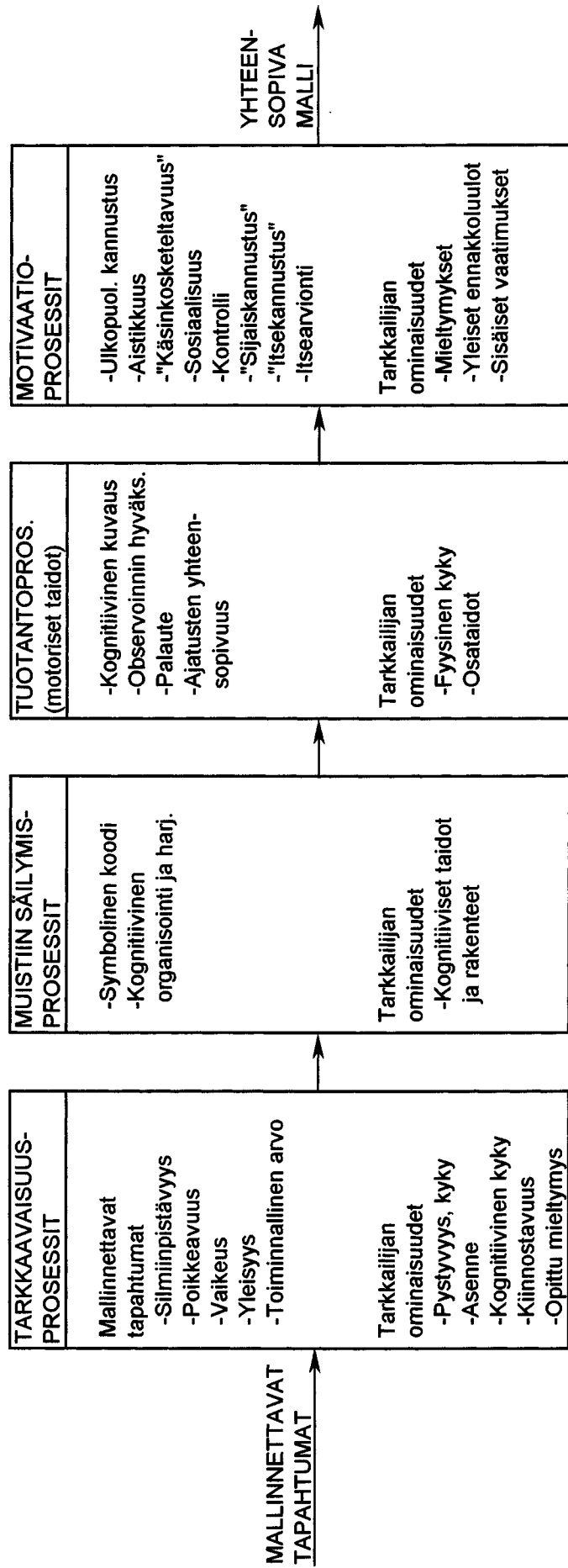


- Koski, P. 1996. Elämätyylytutkimus: Liikunta on suomalaisten tärkein harrastus. *Liikunta & Tiede* 33 (5), a22-a27.
- Kujala, A. 1998. Iltapäiväliikuntaa lapsille. Lapset liikkumaan iltapäiväkerhoihin. *Valmentaja* 4 (2), 30.
- Kujala, P. 2001. Jyväskylä veti yli tuhat uutta asukasta. Keski-Suomen kuntien asukasluku 31.12.2000. Väestörekisterikeskus. Keski-suomalainen 23.2.2001.
- Laakso, L. 1981. Lapsuuden ja nuoruuden kasvuympäristö aikuisiän liikunta-harrastusten selittäjänä: retrospektiivinen tutkimus. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Väitöskirja.
- Laakso, L. 1986. Aikuisväestön vapaa-ajan liikuntaharrastus. Teoksessa P. Vuolle, R. Telama & L. Laakso Näin suomalaiset liikkuvat. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 50. Helsinki: Valtion painatuskeskus, 87-99.
- Laakso, L. Suullinen tiedonanto. 27.9.2000. Jyväskylän yliopisto. Liikuntatieteiden tiedekunta.
- Liikuntagallup 97-98. Suomen Liikunta ja Urheilu. Suomen Kuntourheiluliitto. opetusministeriö 1998.
- McPherson, B. D. 1981. Socialization into and though sport involvement. Teoksessa G. R. F. Luschen & G. H. Sage (toim.) *Handbook of Sosial Science of Sport*. Champaing, Illinois: Stipes. 246-273.
- McPherson, B. D., Curtis, J. E. & Loy, J. W. 1989. The Social signifigance of sport. An introduction to the sociology of sport. Champain, Illinois: Human Kinetics Books.
- Metsämuuronen, J. 1995. Harrastukset ja omaehtoinen oppiminen. Sitoutuminen, motivaatio ja coping. Helsingin yliopisto. Opettajankoulutuslaitos. Väitöskirja.
- Moore, L. L., Lombard, D. A., White, M. J., Campbell, J. L., Oliveria, S. A. & Ellison, R. J. 1991. Influence of parents' physical activity levels on activity levels of young children. *The Journal of Pediatrics* 118, nro 2, 215-219.
- Muholan ala-asteen liikunnan opetussuunnitelma 2000.
- Niemi, I. & Pääkkönen, H. 1992. Vuotuinen ajankäyttö. Tilastokeskus. Tutkimuksia 183. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Nummenmaa, T., Konttinen, R., Kuusinen, J. & Leskinen, E. 1997. Tutkimusaineiston analyysi. Porvoo: WSOY.
- Nupponen, H. 1997. 9-16-vuotiaiden liikunnallinen kehittyminen. Jyväskylä: Kopi-Jyvä.

- Nupponen, H. & Telama, R. 1998. Liikunta ja liikunnallisuus osana 11-16- vuotioiden eurooppalaisten nuorten elämäntapaa. Jyväskylä: Liikuntakasvatuksen julkaisuja 1.
- Nupponen, H. 1999. Suomalainen koululiikunta pärjää eurovertailussa. *Liikunta ja tiede* 36 (3), 17-21.
- Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1985. Kouluhallitus. 2. korjatun painoksen lisäpainos. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994. Opetushallitus. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Peruskoulun opetussuunnitelman perusteet 1994. Opetushallitus. 3. korjattu painos. Helsinki 1996: Edita Oy.
- Petrovski, A.V. 1973. Yleinen psykologia kasvatusopillisia instituutteja varten. Helsinki: Kansankulttuuri.
- Pönnkö, A. 1999. Vanhemmat ja lastentarhanopettajat päiväkotilasten minäkäsityksen tukena. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Väitöskirja.
- Rahikkala, A. 1996. Ala-asteen vanhempien käsityksiä liikunnanopetuksesta ja liikunnan opetussuunnitelman sisällöstä Sotkamon kunnassa. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Pro gradu -tutkielma.
- Ruohotie, P. 1976. Taideharrastukset ja taideaseneet eräiden ammatillisten oppilaitosten opiskelijoiden keskuudessa. Tampere: Tampereen yliopiston kasvatustieteen laitos, julkaisusarja A: tutkimusraportti N:o 10.
- Salmi, M. 1986. Teoksessa P. Karvonen & R. Pirrtimaa. Liikkumisen ilo. Liikuntakasvatusta alle kouluikäisille lapsille. Mannerheimin Lastensuojeluliitto P 15.
- Seppänen, P. 1985. Urheilun merkitys lasten ja nuorten sosiaalistamisessa. *Liikunta ja Tiede* 22 (3), 104-111.
- Sergeev, M. I., Stolyarov, V. I. & Gendin, A. M. 1988. The role of the family in the physical education of preschool children. *International Review for the Sociology of Sport* 23, nro 2, 153-166.
- Silvennoinen, M. 1979. 11-19 -vuotioiden koululaisten liikuntamotiivien rakenne ja kehitys sekä yhteydet harrastuskäyttäytymiseen. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Lisensiaatintyö.

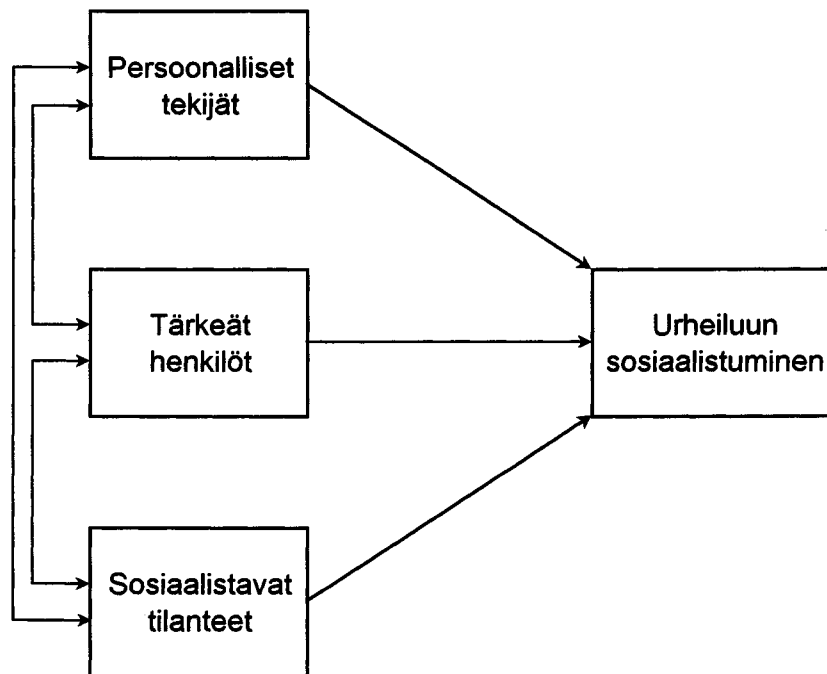
- Snyder, E. E. & Spreizer, E. 1981. Sport, education and schools. Teoksessa G. R. F. Luschen & G. H. Sage (toim.) Handbook of Sosial Science of Sport. Champaing, Illinois: Stipes. 119-146.
- Soininen, M. 1995. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Turku: Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskus.
- Suomen asetuskokoelma 1941. Asetus n:o 435/13.6.1941. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Syrjämäen ala-asteen liikunnan opetussuunnitelma 2000.
- Tarvaalan ala-asteen liikunnan opetussuunnitelma 2000.
- Telama, R. 1972. Oppikoululaisten fyysinen aktiivisuus ja liikuntaharrastukset. Selittävä osa ja yhteenveto. Jyväskylä: Kasvatustieteiden laitos 142. Jyväskylän yliopisto.
- Telama, R. 1975. Metalliteollisuuden henkilöstöjen liikuntamotivaatio. Stadion 12 (1), 26-32.
- Telama, R. 1993. Koulusta nuorelle liikuntamallit. Liikunta & Tiede 30 (4), 24-25.
- Telama, R. 1999. Koululiikunnalla elämysten lähteille. Liikunta & Tiede 36 (3), 4-9.
- Tolppilan ala-asteen liikunnan opetussuunnitelma 2000.
- Uusitalo, H. 1995. Tiede, tutkimus ja tutkielma. Johdatus tutkielman maailmaan. Juva: WSOY.
- Viljanen, T. 1997. Koululiikuntatutkimus osoittaa: Useimmat koululaiset haluavat liikunnan oppiaineekseen. Fysioterapia 42 (1), 12-13.
- Vuolle, P. 2000. Liikunnan merkitys rakentuu elämänkaarella. Teoksessa M. Miettinen (toim.) Haasteena huomisen hyvinvointi - miten liikunta lisää mahdollisuuksia? Liikunnan yhteiskunnallinen perustelu II tutkimuskatsaus. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 124. LIKES-tutkimuskeskus.
- Wuolio, E-L. & Jääskeläinen, L. 1993. Kyykkyyn ylös! 150 vuotta koululiikuntaa. Helsinki: Liikuntatieteellisen seuran julkaisu nro 136.
- Yang, X., Telama, R. & Laakso, L. 1996. Parents' physical activity, socioeconomic status and education as predictors of physical activity and sport among children and youth - A 12-year follow-up study. International review for the sociology of sport, vol 31, no 3, 273-294.
- Yang, X. 1997. A multidisciplinary analysis of physical activity, sport participation and dropping out among young finns. Jyväskylän yliopisto. Liikuntakasvatuksen laitos. Väitöskirja.

Liite 1: Kuvio osaprosessin vaikutuksesta observeivassa oppimisessa



Osaprosessin vaikutus observeivassa oppimisessa (Bandura 1986, 52).

Liite 2: Lapsen urheiluun sosiaalistumiseen vaikuttavat osa-alueet



Lapsen urheiluun sosiaalistumiseen vaikuttavat osa-alueet Kenyonin ja McPhersonin (1973) mukaan (McPherson 1989, 39)

## Liite 3: Vanhempien saatekirje ja kyselylomake

Jyväskylässä 20.10.2000

### Hyvät vanhemmat

Opiskelemme Jyväskylän yliopiston opettajankoulutuslaitoksessa luokanopettajiksi. Teemme opintoihimme kuuluvaa lopputyötä (pro gradu -tutkielmaa), jossa selvitämme vanhempien ja koululiikunnan merkitystä lapsen liikuntaharrastuneisuuteen. Lopputyömme tutkimus tehdään kolmella eri paikkakunnalla, Saarijärvellä, Karstulassa ja Kinnulassa syksyllä 2000.

Kysely tehdään 4.-luokkalaisten lasten vanhemmille ja liikunnanopettajille loka-marraskuussa 2000. Kysymykset koskevat lasten ja vanhempien liikunta-aktiivisuutta sekä vanhempien käsityksiä koulu-liikunnasta. Lisäksi tiedustelemme opettajien käsityksiä oppilaiden liikunta-aktiivisuudesta.

Kaikki tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti. Jos perheestänne on useampia sisaruksia samalla luokalla, toivomme, että vastaatte kysymyksiin vain vanhemman lapsen osalta. Pyydämme palauttamaan kyselyn mahdollisimman nopeasti lapsenne luokanopettajalle, viimeistään **8.11.2000**.

Gradun tekijät:

---

Piia Hämäläinen  
Kasvatustieteiden opiskelija

---

Päivi Karisto  
Kasvatustieteiden opiskelija

Tutkimuksemme ohjaajina toimivat:

Jouko Kari  
professori  
Jyväskylän yliopisto  
Opettajankoulutuslaitos

Lauri Laakso  
professori, laitoksen johtaja  
Jyväskylän yliopisto  
Liikuntakasvatuksen laitos

## KYSELYLOMAKE VANHEMMILLE

Vastausohje: merkitse rasti (X) valitsemasi vaihtoehdon kohdalle tai kirjoita vastaus sille varattuun tilaan.  
Odotamme vastausta molemmilta vanhemmilta/hooltajilta.

1. Lapsenne on 1. tyttö \_\_\_\_\_ 2. poika \_\_\_\_\_

2. Vanhempien koulutus	äidin	isän
1. kansa/peruskoulu	_____	_____
2. lukio	_____	_____
3. keskiaste (ammattikoulu tms.)	_____	_____
4. opistoaste (esim. insinööri)	_____	_____
5. ammattikorkeakoulu	_____	_____
6. korkea-aste (kandidaatti/maisteri)	_____	_____
7. muu? _____	_____	_____

3. Vanhempien ammatti

1. äidin _____
2. isän _____

4. Kuinka usein harrastatte liikuntaa vapaa-aikananne vähintään puoli tuntia niin, että ainakin lievästi hengästyttte tai hikoilette?

	äiti	isä
1. lähes päivittäin	_____	_____
2. 2-3 kertaa viikossa	_____	_____
3. kerran viikossa	_____	_____
4. 2-3 kertaa kuukaudessa	_____	_____
5. muutaman kerran vuodessa tai ei lainkaan	_____	_____

Millaista liikuntaa? (huomioi eri vuodenaajat)

äiti: \_\_\_\_\_

isä: \_\_\_\_\_

5. Oletteko aikaisemmin harrastaneet liikuntaa vapaa-aikananne, vaikka ette jostakin syystä tällä hetkellä ehdi harrastaa?

	äiti	isä
1. ei	_____	_____
2. kyllä	_____	_____

Millaista liikuntaa?

äiti: \_\_\_\_\_

isä: \_\_\_\_\_

jatkuu

**6. Kuinka usein lapsenne harrastaa liikuntaa vapaa-aikana?**

1. päivittäin \_\_\_\_\_
2. 4-5 kertaa viikossa \_\_\_\_\_
3. 2-3 kertaa viikossa \_\_\_\_\_
4. kerran viikossa \_\_\_\_\_
5. 2-3 kertaa kuukaudessa \_\_\_\_\_
6. muutaman kerran vuodessa tai ei lainkaan \_\_\_\_\_

**Millaista liikuntaa?** (huomioi eri vuodenaajat)

---



---

**7. Käykö lapsenne jonkin urheiluseuran lajiharjoituksissa?**

1. ei \_\_\_\_\_
2. kyllä \_\_\_\_\_
- a) missä \_\_\_\_\_
- b) kuinka usein \_\_\_\_\_

**8. Käykö lapsenne jossain ohjatussa liikuntakerhossa?** (urheiluseuran, koulun, seurakunnan tms. järjestämä)

1. ei \_\_\_\_\_
2. kyllä \_\_\_\_\_
- a) missä \_\_\_\_\_
- b) kuinka usein \_\_\_\_\_

**9. Kuinka usein harrastatte liikuntaa yhdessä lapsenne kanssa?**

- |                             | äiti  | isä   |
|-----------------------------|-------|-------|
| 1. lähes päivittäin         | _____ | _____ |
| 2. 2-3 kertaa viikossa      | _____ | _____ |
| 3. kerran viikossa          | _____ | _____ |
| 4. 2-3 kertaa kuukaudessa   | _____ | _____ |
| 5. muutaman kerran vuodessa | _____ | _____ |
| 6. ei lainkaan              | _____ | _____ |

**Millaista liikuntaa?**

äiti: \_\_\_\_\_

---

isä: \_\_\_\_\_

---



10. Tuetteko tai kannustatteko lastanne liikuntaharrastuksessa tai sen aloittamisessa? (positiivinen palaute, rahallinen tuki, kuljetus, vapaaehtoistyö seurassa jne.)

	äiti	isä
1. ei lainkaan	_____	_____
2. vähän	_____	_____
3. melko paljon	_____	_____
4. erittäin paljon	_____	_____

Miten? äiti \_\_\_\_\_

isä: \_\_\_\_\_

11. Kuinka tärkeänä pidätte lapsenne vapaa-ajan liikuntaharrastusta?

	äiti	isä
1. ei lainkaan tärkeänä	_____	_____
2. jonkin verran tärkeänä	_____	_____
3. tärkeänä	_____	_____
4. erittäin tärkeänä	_____	_____

12. Miten lapsenne mielestänne suhtautuu koululiikuntaan?

	äiti	isä
1. ei pidä lainkaan	_____	_____
2. pitää jonkin verran	_____	_____
3. pitää paljon	_____	_____
4. pitää erittäin paljon	_____	_____

13. Kuinka tärkeänä pidätte seuraavia koulun oppiaineita? (äiti / isä ⇒ \_\_\_/\_\_\_)

	erittäin tärkeä	tärkeä	jonkin verran tärkeä	ei lainkaan tärkeä
1. äidinkieli	___/___	___/___	___/___	___/___
2. musiikki	___/___	___/___	___/___	___/___
3. liikunta	___/___	___/___	___/___	___/___
4. matematiikka	___/___	___/___	___/___	___/___
5. ympäristö- ja luonnontieteet	___/___	___/___	___/___	___/___
6. kuvaamataito	___/___	___/___	___/___	___/___
7. uskonto	___/___	___/___	___/___	___/___
8. vieraat kielet	___/___	___/___	___/___	___/___
9. käsityö	___/___	___/___	___/___	___/___

**14. Kuinka hyvin tunnette lapsenne koululiikunnan sisältöä? (tavoitteet, sisältö jne.)**

	äiti	isä
1. en juuri lainkaan	_____	_____
2. kohtalaisesti	_____	_____
3. hyvin	_____	_____
4. erittäin hyvin	_____	_____

**15. Miten saatte tietoa lapsenne koululiikunnan sisällöstä?**

	äiti	isä
1. lapseni kertoo	_____	_____
2. opettaja tiedottaa	_____	_____
3. kysyn lapselta	_____	_____
4. kysyn opettajalta	_____	_____
5. keskustelemme muiden vanhempien kanssa	_____	_____

**16. Jos saatte tietoa koululiikunnasta opettajalta, miten hän siitä tiedottaa?**

1. kirjallisen tiedotteen avulla	_____
2. vanhempainillassa	_____
3. puhelimitse	_____
4. muuten? miten?	_____

**17. Tukeeko koululiikunta mielestänne lapsenne liikunnan harrastamista?**

	äiti	isä
1. ei juuri lainkaan	_____	_____
2. kohtalaisesti	_____	_____
3. hyvin	_____	_____
4. erittäin hyvin	_____	_____

Miten? äiti: \_\_\_\_\_

isä: \_\_\_\_\_

**18. Ovatko omat koululiikuntakokemuksenne innostaneet teitä liikunnan harrastamiseen?**

	äiti	isä
1. ei juuri lainkaan	_____	_____
2. kohtalaisesti	_____	_____
3. hyvin	_____	_____
4. erittäin hyvin	_____	_____

Miten? äiti: \_\_\_\_\_

isä: \_\_\_\_\_

**19. Onko lapsenne koululla järjestettyä liikuntakerhotoimintaa kouluajan ulkopuolella?**

1. ei \_\_\_\_\_
2. kyllä \_\_\_\_\_

**20. Pitäisikö koulun järjestää liikuntakerhoja?**

- |          | äiti  | isä   |
|----------|-------|-------|
| 1. ei    | _____ | _____ |
| 2. kyllä | _____ | _____ |

**21. Oletteko tyytyväinen lapsenne koulun liikuntatiloihin?**

- |          | äiti  | isä   |
|----------|-------|-------|
| 1. ei    | _____ | _____ |
| 2. kyllä | _____ | _____ |

Miksi? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**22. Oletteko tyytyväinen paikkakuntanne liikuntamahdollisuuksiin?**

- |          | äiti  | isä   |
|----------|-------|-------|
| 1. ei    | _____ | _____ |
| 2. kyllä | _____ | _____ |

Miksi? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**23. Teettekö koulun kanssa yhteistyötä lapsenne liikunnan harrastamisen edistämiseksi?**

- |          | äiti  | isä   |
|----------|-------|-------|
| 1. ei    | _____ | _____ |
| 2. kyllä | _____ | _____ |

Millaista? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**24. Pitäisikö kodin ja koulun yhteistyötä kehittää lapsenne liikunnan harrastamisen edistämiseksi?**

- |          | äiti  | isä   |
|----------|-------|-------|
| 1. ei    | _____ | _____ |
| 2. kyllä | _____ | _____ |

Miten? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**25. Mitä odotuksia ja toivomuksia teillä on koulunne liikunnanopetuksen suhteen?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**KIITOS VASTAUKSESTANNE !**

## Liite 4: Opettajien saatekirje ja kyselylomake

Jyväskylässä 20.10.2000

### Hyvät liikunnanopettajat

Opiskelemme Jyväskylän yliopiston opettajankoulutuslaitoksessa luokanopettajiksi. Teemme opintoihimme kuuluvaa lopputyötä (pro gradu -tutkielmaa), jossa selvitämme vanhempien ja koululiikunnan merkitystä lapsen liikuntaharrastuneisuuteen. Lopputyömme tutkimus tehdään kolmella eri paikkakunnalla, Saarijärvellä, Karstulassa ja Kinnulassa syksyllä 2000.

Kysely tehdään 4.-luokkalaisten lasten vanhemmille ja liikunnanopettajille loka-marraskuussa 2000. Kysymykset koskevat lasten ja vanhempien liikunta-aktiivisuutta sekä vanhempien käsityksiä koululiikunnasta. Lisäksi tiedustelemme opettajien käsityksiä oppilaiden liikunta-aktiivisuudesta ja koululiikunnasta.

Kaikki tiedot käsitellään ehdottoman luottamuksellisesti. Pyydämme palauttamaan kyselyn viimeistään **8.11.2000**.

Gradun tekijät:

---

Piia Hämäläinen  
Kasvatustieteiden opiskelija

---

Päivi Karisto  
Kasvatustieteiden opiskelija

Tutkimuksemme ohjaajina toimivat:

Jouko Kari  
professori  
Jyväskylän yliopisto  
Opettajankoulutuslaitos

Lauri Laakso  
professori, laitoksen johtaja  
Jyväskylän yliopisto  
Liikuntakasvatuksen laitos

## KYSELYLOMAKE 4.-LUOKKIEN LIKUNNANOPETTAJILLE

Vastausohje: merkitse rasti (X) valitsemasi vaihtoehdon kohdalle tai kirjoita vastaus sille varattuun tilaan.  
Voit valita useammankin vaihtoehdon.

**1. Kuinka kauan olet toiminut liikunnanopettajana nykyisille 4.-luokkalaisille?**

(kuukausina, vuosina) \_\_\_\_\_

**2. Millaista liikuntaa harrastatte vapaa-aikananne ?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**3. Toimitteko vapaa-aikananne jonkin liikuntakerhon ohjaajana?**

1. en \_\_\_\_\_

2. kyllä \_\_\_\_\_

**4. Toimitteko vapaa-aikananne jonkin liikuntaseuran valmentajana?**

1. en \_\_\_\_\_

2. kyllä \_\_\_\_\_

Minkä lajin valmentajana toimitte? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Minkä ikäisten valmentajana toimitte? \_\_\_\_\_

**5. Toimitteko muuten aktiivisesti kuntanne liikuntatoimessa tai liikuntaseuran jäsenenä?**

1. en \_\_\_\_\_

2. kyllä \_\_\_\_\_

Millaisessa toiminnassa? \_\_\_\_\_

**6. Tiedättekö, millaisia liikuntaharrastuksia oppilaillasi on?**

1. en tiedä lainkaan \_\_\_\_\_

2. tiedän joidenkin oppilaiden harrastuksista \_\_\_\_\_

3. tiedän lähes kaikkien oppilaiden harrastuksista \_\_\_\_\_

4. tiedän kaikkien oppilaiden harrastuksista \_\_\_\_\_

**7. Mistä saatte tietoa oppilaiden liikuntaharrastuksista?**

1. oppilas kertoo \_\_\_\_\_

2. vanhemmat kertovat \_\_\_\_\_

3. kysyn oppilaalta \_\_\_\_\_

4. kysyn vanhemmilta \_\_\_\_\_

5. keskustelen muiden opettajien kanssa \_\_\_\_\_

6. toimin itse ohjaajana oppilaan \_\_\_\_\_

harrastustoiminnassa \_\_\_\_\_

jatkuu

**8. Tukeeko koululiikunta mielestänne oppilaan liikunnan harrastamista?**

1. ei juuri lainkaan \_\_\_\_\_
2. kohtalaisesti \_\_\_\_\_
3. hyvin \_\_\_\_\_
4. erittäin hyvin \_\_\_\_\_

**9. Miten tärkeänä pidätte seuraavia tavoitteita koulun liikuntakasvatuksessa?**

	erittäin tärkeä	tärkeä	ei kovin tärkeä
1. uusien liikuntataitojen oppiminen	_____	_____	_____
2. hyvä fyysinen kunto	_____	_____	_____
3. positiiviset liikuntakokemukset	_____	_____	_____
4. itsetunnon kehittäminen	_____	_____	_____
5. yhteistyötaitojen oppiminen	_____	_____	_____
6. ajattelun kehittäminen	_____	_____	_____
7. elinikäisen liikuntaharrastuksen viriäminen	_____	_____	_____

**10. Miten tiedotatte vanhempia koululiikunnan sisällöistä?**

1. kirjallisen tiedotteen avulla \_\_\_\_\_
2. tiedotan vanhempainilloissa \_\_\_\_\_
3. otan yhteyttä puhelimitse \_\_\_\_\_
4. muuten? miten? \_\_\_\_\_
5. en tiedota lainkaan \_\_\_\_\_

**11. Teettekö yhteistyötä vanhempien kanssa oppilaan liikunnan harrastamisen edistämiseksi?**

1. ei \_\_\_\_\_
2. kyllä \_\_\_\_\_

**Millaista?** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**12. Pitäisikö kodin ja koulun yhteistyötä kehittää oppilaan liikunnan harrastamisen edistämiseksi?**

1. ei \_\_\_\_\_
2. kyllä \_\_\_\_\_

**Miten?** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**13. Pitäisikö koulun järjestää mielestänne liikuntakerhoja?**

- 1. ei \_\_\_\_\_
- 2. kyllä \_\_\_\_\_

**14. Oletteko tyytyväinen koulunne liikuntatiloihin?**

- 1. ei \_\_\_\_\_
- 2. kyllä \_\_\_\_\_

**Miksi?** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**15. Oletteko tyytyväinen paikkakuntanne liikuntamahdollisuuksiin?**

- 1. ei \_\_\_\_\_
- 2. kyllä \_\_\_\_\_

**Miksi?** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**16. Miten haluaisitte kehittää koululiikuntaa?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**KIITOS VASTAUKSESTANNE!**

Liite 5: Vanhempien liikunnan määrä

Äidin liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	37	33.3	6	26.1	43	32.1
2-3 kertaa/vko	56	50.5	15	65.2	71	53.0
Kerran viikossa	9	8.1	-	-	9	6.7
2-3 kertaa/kk	7	6.3	2	8.7	9	6.7
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	2	1.8	-	-	2	1.5
<b>Yhteensä</b>	<b>111</b>	<b>100</b>	<b>23</b>	<b>100</b>	<b>134</b>	<b>100</b>

Isän liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	24	24.7	6	31.6	30	25.9
2-3 kertaa/vko	36	37.1	7	36.8	43	37.1
Kerran viikossa	20	20.6	4	21.1	24	20.7
2-3 kertaa/kk	9	9.3	-	-	9	7.8
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	8	8.2	2	10.5	10	8.6
<b>Yhteensä</b>	<b>97</b>	<b>100</b>	<b>19</b>	<b>100</b>	<b>116</b>	<b>100</b>



Liite 6: Lasten liikunnan määrä

Lasten liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Päivittäin	30	26.8	9	36.0	39	28.5
4-5 kertaa/vko	29	25.9	6	24.0	35	25.5
2-3 kertaa/vko	42	37.5	8	32.0	50	36.5
Kerran viikossa	7	6.3	1	4.0	8	5.8
2-3 kertaa/kk	2	1.8	1	4.0	3	2.2
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	2	1.8	-	-	2	1.5
<b>Yhteensä</b>	<b>112</b>	<b>100</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>137</b>	<b>100</b>

Tyttöjen liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Päivittäin	3	25.0	6	19.4	3	20.0	12	20.7
4-5 kertaa/vko	2	16.7	11	35.5	1	6.7	14	24.1
2-3 kertaa/vko	4	33.3	12	38.7	10	66.7	26	44.8
Kerran viikossa	2	16.7	2	6.5	1	6.7	5	8.6
2-3 kertaa/kk	1	8.3	-	-	-	-	1	1.7
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>Yhteensä</b>	<b>12</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>15</b>	<b>100</b>	<b>58</b>	<b>100</b>

jatkuu

## Poikien liikunnan määrä

Liikunnan määrä	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Päivittäin	3	17.6	16	36.4	8	44.4	27	34.2
4-5 kertaa/vko	3	17.6	13	29.5	5	27.8	21	26.6
2-3 kertaa/vko	9	52.9	11	25.0	4	22.2	24	30.4
Kerran viikossa	-	-	3	6.8	-	-	3	3.8
2-3 kertaa/kk	2	11.8	-	-	-	-	2	2.5
Muutaman kerran/v tai ei lainkaan	-	-	1	2.3	1	5.6	2	2.5
<b>Yhteensä</b>	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>79</b>	<b>100</b>

Liite 7: Vanhempien ja lasten yhdessä liikkumisen määrä

Äidin ja lapsen yhdessä liikkumisen määrä

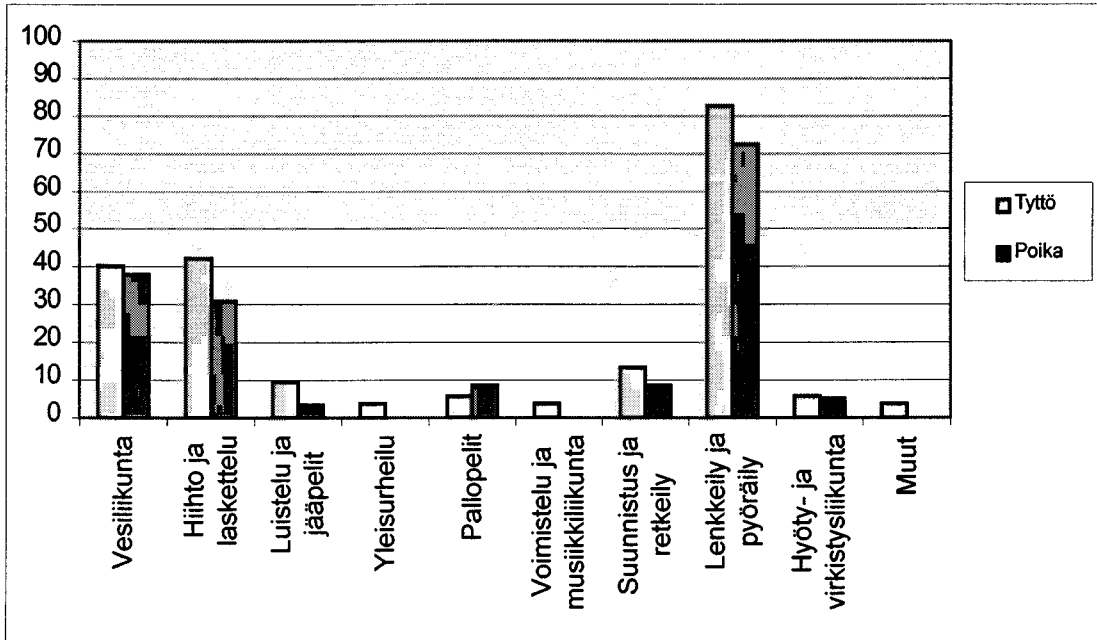
Liikunnan määrä	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	1	0.9	-	-	1	0.8
2-3 kertaa/vko	18	16.8	5	25.5	23	18.1
Kerran viikossa	32	29.9	10	50.0	42	33.1
2-3 kertaa/kk	28	26.2	3	15.0	31	24.4
Muutaman kerran vuodessa	23	21.5	-	-	23	18.1
Ei lainkaan	5	4.7	2	10.0	7	5.5
<b>Yhteensä</b>	<b>107</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>127</b>	<b>100</b>

Isän ja lapsen yhdessä liikkumisen määrä

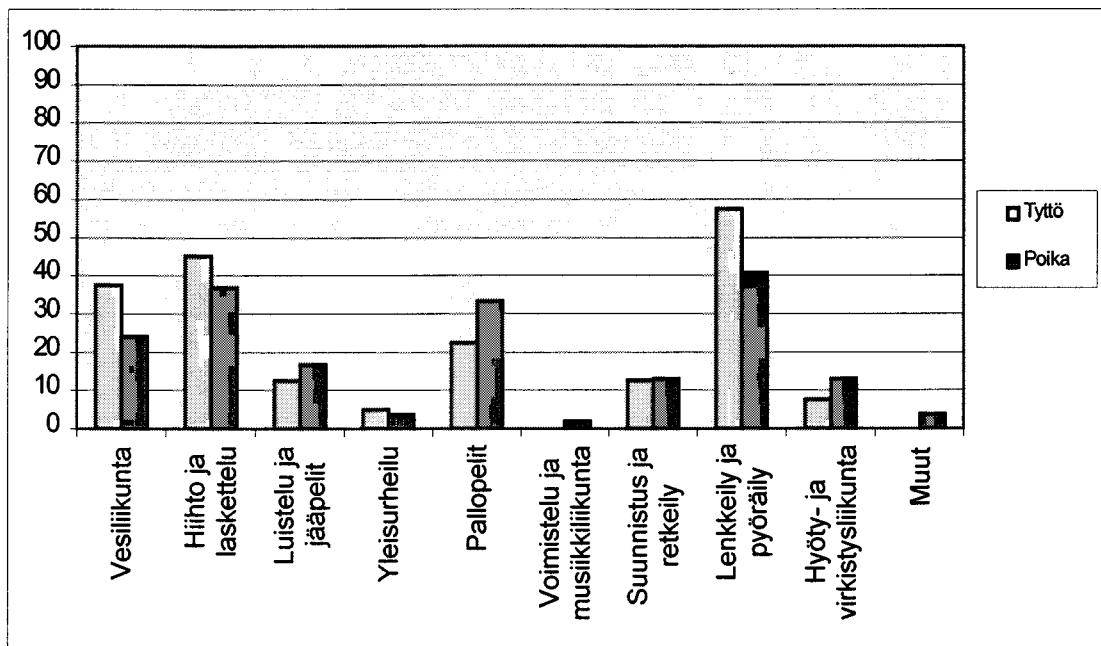
Liikunnan määrä	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Lähes päivittäin	1	1.1	-	-	1	0.9
2-3 kertaa/vko	19	20.0	2	11.8	21	18.8
Kerran viikossa	25	26.3	6	35.3	31	27.7
2-3 kertaa/kk	22	23.2	5	29.4	27	24.1
Muutaman kerran vuodessa	23	24.2	3	17.6	26	23.2
Ei lainkaan	5	5.3	1	5.9	6	5.4
<b>Yhteensä</b>	<b>95</b>	<b>100</b>	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>112</b>	<b>100</b>

Liite 8: Vanhempien ja lasten yhteiset harrastuslajit

Äidin harrastuslajit lasten kanssa

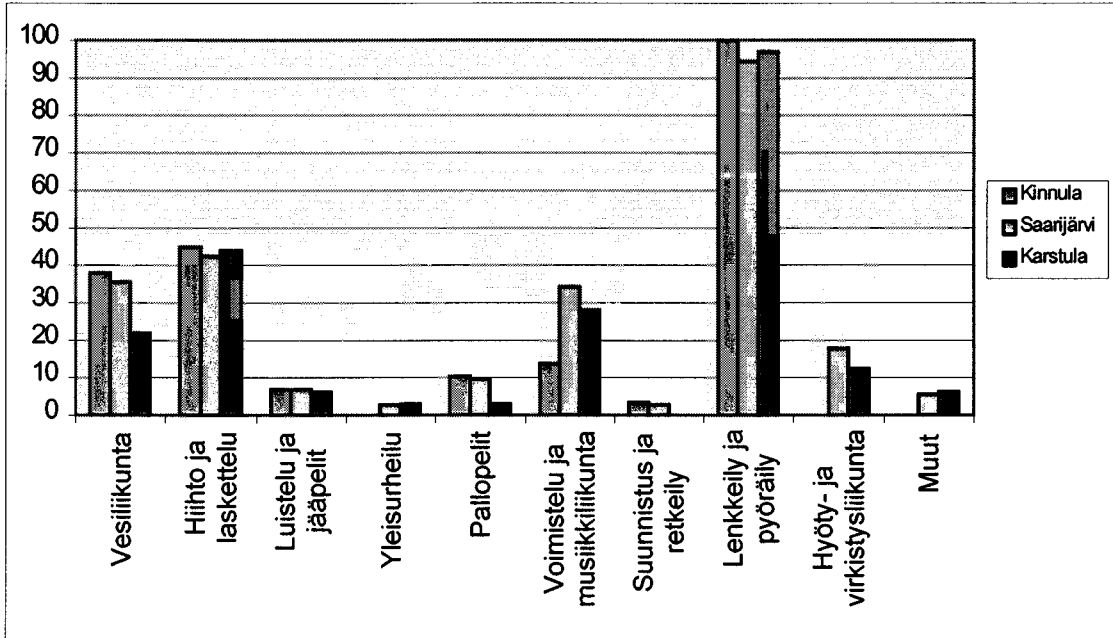


Isän harrastuslajit lasten kanssa

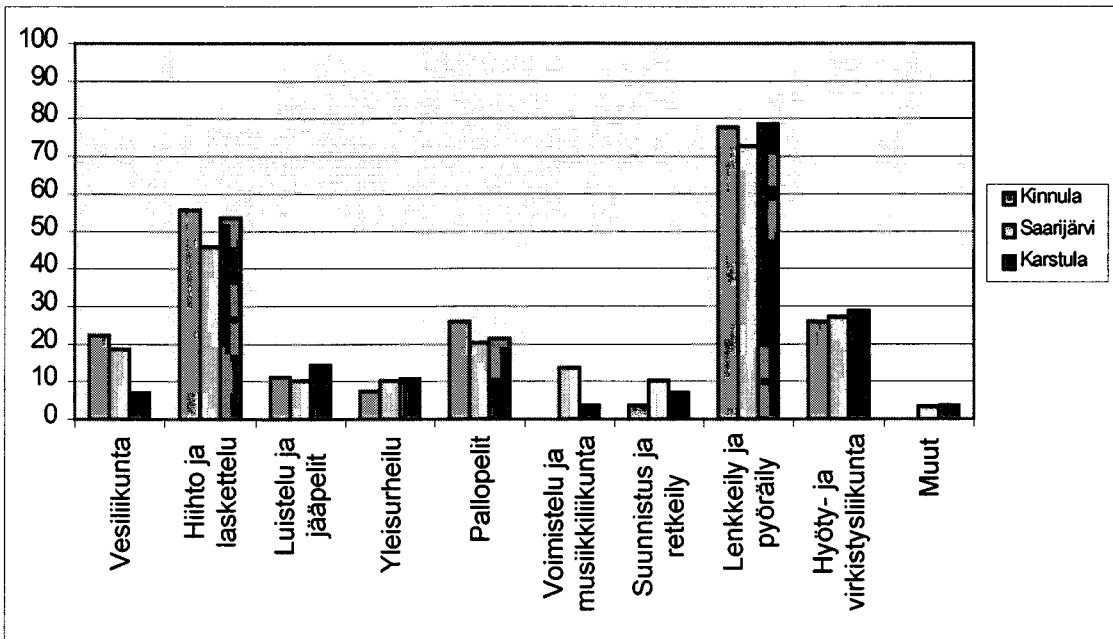


Liite 9: Vanhempien ja lasten harrastuslajit paikkakunnittain

Äidin harrastuslajit



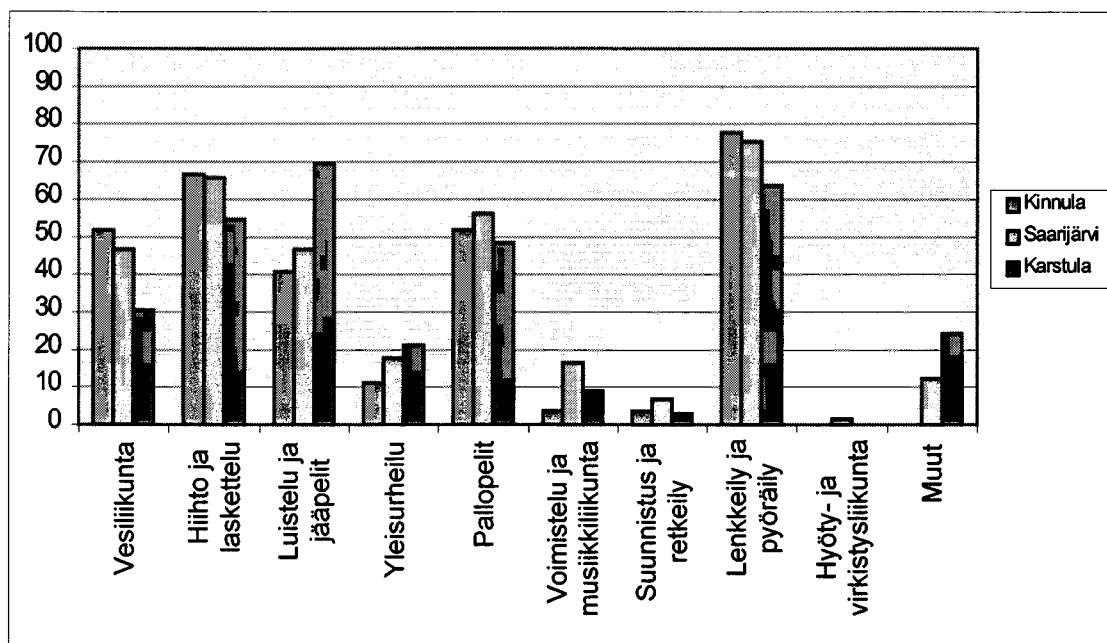
Isän harrastuslajit



jatkuu

jatkuu

### Lapsen harrastuslajit



Liite 10: Lasten ja vanhempien liikuntaharrastukset

**MILLAISTA LIIKUNTAA VANHEMMAT JA LAPSET HARRASTAVAT? (kysymykset 4 ja 6)**

	äiti	isä	lapsi (T=tyttö, P=poika)
1	kävely, uinti, sauvakävely, hiihto, kuntopyöräily	kävely, hiihto	T: uinti, hiihto
2	kävely	kävely, hiihto	P: -
3	pyöräily, kävely, potkurilla ajo	metsästys, laskettelu	T: pyöräily, potkurilla ajo, koiran juoksumatka
4	kävely, pyöräily, hiihto, luistelu	-	P: hiihto, luistelu, pyöräily, uinti
5	lenkkeily, hiihto, uinti	lenkkeily, hiihto, uinti	T: lenkkeily, hiihto, uinti
6	sauvakävely, hiihto	juoksu, kävely	P: luistelu, hiihto, pallopelit
7	rullaluistelu, sauvakävely, hiihto, luistelu, avantouinti	hiihto, uinti, juoksu, sauvakävely	P: jalkapallo, jääkiekko, uinti, hiihto
8	lenkkeily, pyöräily	lenkkeily, pyöräily, hiihto, luistelu	P: kävely, pyöräily, hiihto, pesis
9	kävely, uinti	kävely, hiihto, metsästys, hyötyliikunta	P: pallopelit, luistelu, uinti, pyöräily
10	lenkkeily	lentopallo, lenkkeily	P: jääkiekko, hiihto, säily, pesis
11	kävely, uinti	lenkkeily, uinti, hiihto	P: hiihto, luistelu, r. luistelu, uinti, lenkk., pyöräily
12	kävely	uinti, sulkapallo, lenkkeily	P: rullaluistelu, pesis, uinti
13	lenkkeily	pyöräily, metsästys	P: pyöräily, metsästys, hiihto
14	kävely, hiihto, pyöräily, lentopallo, avantouinti	kävely, hiihto, pyöräily, avantouinti	T: hiihto, pyöräily, kävely, uinti
15	lenkkeily, hiihto, lentopallo	kävely, hiihto, palloilulajit	T: hiihto, pesis, luistelu, salibandy

jatkuu

	äiti	isä	lapsi
16	kävely	kävely	P:kävely, pyöräily, uinti
17	lenkkeily	metsätyöt, ulkotyöt	P:pyöräily, hiihto, ulkoleikit
18	lenkkeily, hiihto, metsäretket, vaellus	metsästys, kalastus, lenkkeily, jalkapallo	T:juoksu, voimistelu, jalkapallo, hiihto, luistelu
19	hiihto, kävely, pyöräily	hiihto, kävely	P:pyöräily, kävely, hiihto, pallopelit
20	lenkkeily	lenkkeily	T: lenkkeily, säily
21	pyöräily, rullaluistelu, hölkkä, uinti	pyöräily, kävely, hiihto, potkukelkkailu	T:pyöräily, juoksu, r.luistelu, hiihto, kävely, uinti *
22	lenkkeily, sauvakävely, lentopallo, voimistelu, hiihto, uinti	jalkapallo, salibandy	T:hiihto, pyöräily, kävely, uinti
23	hiihto, vesijumppa, uinti, pyöräily	uinti, luistelu, hiihto, pyöräily	P: palloilu, säily, pyöräily, uinti
24	vesijumppa, voimistelu, kävely	kävely, pyöräily	P: pesis, hiihto, jalkapallo, tennis, uinti, pingis
25	kävely, pyöräily	kävely, metsästys	T: pesis, jääkiekko, pyöräily
26	pyöräily, kävely	jalis, jääkiekko, säily, lentopallo, hiihto, metsästys	P: jalis, säily, juoksu, jääkiekko, hiihto
27	rullaluistelu, kävely	kävely	T: pyöräily, kävely
28	kävely	metsäretket	T: -
29	sauvakävely, uinti, pyöräily, potkuttelu, hiihto, kävely	kävely, pyöräily, hiihto	P: pyöräily, hiihto, potkuttelu, luistelu, uinti
30	kävely, sauvakävely, uinti, hydrobic, tyky, hiihto	metsästys, hiihto, pyöräily	P: uinti, pyöräily, jääkiekko, säily, lumilautailu*
31	kävely	-	T: uinti, rullaluistelu, hiihto, luistelu, laskettelu
32	pyöräily, uinti, lenkkeily	-	P: säily, uinti, ammunta
33	lentopallo, lenkkeily, kuntosalii, uinti, hiihto	-	T: lentis, säily, lenkkeily, hiihto, uinti, luistelu*
34	uinti, pyöräily, hiihto, laskettelu, kävely, tanssi	hiihto, laskettelu, kävely, tanssi	T: lentis, uinti, laskettelu, hiihto, säily, tanssi



	äiti	isä	lapsi	
35	hölkä, spinning, hydrobic, jumppa, hiihto, pihatyöt	-	T: lentis, uinti, pyöräily, hiihto	
36	pyöräily, uinti, hiihto, luontoliikunta	sulkapallo, hiihto, metsästys	T: hiihto, laskettelu, pyöräily, koiran ulkoilut.	
37	pyöräily, kävely	kävely, kaukalopallo, jääkiekko	T: pyöräily, kävely, lentopallo, laskettelu	
38	kävely, pyöräily, uinu, hyötyliikunta	kävely, hyötyliikunta	P: kävely, pyöräily, juoksu, pallopelit	
39	kävely	sähly, jääkiekko, rullaluistelu	P: sähly, pyöräily, ulkopolit ja -leikit	
40	kävely	kuntosali, jääkkeko	P: uinti, sähly, carting, pyöräily, jalis	
41	hyötyliikunta	hyötyliikunta	P: salibandy	
42	suunnistus, hiihto, lentopallo	vaellus, hiihto, pyöräily, uinti	P: hiihto, sähly, pesis, suunnistus, lentis, yleisurh.	
43	kävely, sauvakävely, puutarhatyöt	-	P: pyöräily, kävely, uinti, laskettelu, rullaluistelu	
44	kuntosali, jumppa	lenkkeily, hiihto	P: laskettelu, sähly, urheilukoulu vuoden ympäri	
45	lenkkeily, aerobic, uinti, melonta	salibandy, lentis, hiihto, pyöräily, melonta, suunnistus	P: salibandy, uinti, jalkapallo, hiihto	
46	ratsastus, lenkkeily koiran kanssa, uinti, luistelu	soutu, kalastus	T: hiihto, luistelu, kävely, juoksu, pyöräily, uinti	
47	pyöräily	kävely	T: pyöräily, hiihto, luistelu	
48	lenkkeily, kuntosali	lenkkeily, hiihto	P: pyöräily, pallopelit	
49	kävely, pyöräily	lenkkeily, hiihto, jumppa, suunnistus, tikahkeitto	T: suunnistus, juoksu, luistelu, hiihto, lentis	
50	kävely	kävely	T: vuodenajan mukaista	
51	pyöräily, lenkkeily, hiihto	lenkkeily	P: sähly, sulkis, pesis, jalis, lenkkeily, kaukalopallo*	
52	kävely, hiihto, pyöräily	kävely, hiihto, pyöräily	P: luistelu, hiihto, sähly	
53	kävely, voimistelu, hiihto, pyöräily, laskettelu	-	T: uinti, pyöräily, hiihto, voimistelu	

äiti	isä	lapsi
54	kävely, hiihto, uinti, kuntosali, hyötyliikunta	P: luistelu, hiihto, erilaiset pelit
55	sauvakävely, hiihto, melonta, ratsastus	T: pyöräily, uinti, hiihto, laskettelu, melonta*
56	kävely	T: uinti, pyöräily, hiihto, luistelu
57	sauvakävely	P: pyöräily, piha- ja palloleikit ulkona
58	hölkä, hydrobic, spinning, jumppa, hiihto, sähly, laskettelu	P: uinti, sähly, pesis, lumilautailu, hiihto, luistelu
59	pyöräily, hiihto, hölkä, kävely, uinti	T: laskettelu, hiihto, luistelu, pyöräily, voimistelu
60	työliikunta, pyöräily	P: pyöräily, juoksu, jalis, koris, kiipeily, hiihto*
61	kävely, pyöräily, hiihto, kuntosali, uinti, hyötyliikunta	T: pyöräily, voimistelu, luistelu, laskettelu*
62	kävely, pyöräily, hiihto	P: -
63	kävely, tanssi	P: sähly, (jalis, suunnistus, yleisurheilu, jääkiekko)
64	kävely	T: kävely, juoksu, pyöräily, rullaluistelu
65	pyöräily, lentopallo	P: mailapelit (sähly, lätkä)
66	kuntosali, kävely, musiikki, liikunta	P: pyöräily, uinti, laskettelu, jalis, pesis, luistelu
67	sauvakävely, hiihto	P: jalis, hiihto, luistelu, sähly
68	kävely, sauvakävely, uinti, pyöräily, laskettelu	T: uinti, pyöräily, luistelu
69	kävely, juoksu, hiihto, luistelu, pyöräily	T: juoksu, pyöräily, kävely, hiihto, luistelu, uinti
70	pyöräily, kävely, hyötyliikunta	P: uinti, pyöräily, luistelu, kävely
71	kävely, sauvakävely, pyöräily, hiihto, kuntosali, jumppa	P: pyöräily, sähly, hiihto, uinti, ammunta, juoksu
72	pyöräily, kävely	P: pyöräily, sähly, luistelu, pihaleikit

	äiti	isä	lapsi
73	tyky:sauva- ja lumikenkäkävely,jumppa,kuntosali	hölkä,pyöräily,hihto	P:yleisurheilu,hihto,pyöräily,kävely
74	pyöräily,hihto,uinti,hyötyliikunta	hyötyliikunta	T:pyöräily,kävely,voimistelu,tanssi,hihto*
75	kävely,sauvakävely,hihto,pyöräily,kuntosali	kävely,sauvakävely,hihto	P:pyöräily,luistelu,uinti
76	kävely,uinti,hydrobic	kuntosali,lentopallo,jääkiekko,hyötyliikunta	T:lumilautailu,voim.,pyöräily,yleisurh.,luistelu*
77	lenkkeily,hihto,uinti,aerobic,tyky	lenkkeily	P:jalis,sähly,koris,laskettelu,uinti,luistelu
78	ratsatus,pyöräily,kävely	uinti,tikanheitto,hyötyliikunta	T:pyöräily,ratsastus
79	kuntosali,spinning,uinti,pyöräily,lenkkeily,luistelu	pyöräily,kävely,laskettelu	P:uinti,pyöräily,laskettelu,hihto,luistelu
80	hihto,uinti,kävely	kävely,uinti,pallopelit	T:kävely,pyöräily,uinti,luistelu,hihto,sulis
81	hyötyliikunta	kävely metsässä	P:jalis,pyöräily,juoksu,uinti
82	kävely,sulis,hihto,laskettelu,punttisali	kävely,sulis,hihto,laskettelu,punttisali	T:pyöräily,jumppa,sulis,uinti,ratsastus*
83	kävely,hihto,pyöräily,uinti	hihto,pyöräily,hölkä,pallopelit	P:pyöräily,jalis,sähly,jääkiekko
84	kävely,pyöräily	metsäliikunta	P:jalis,pesis,uinti,luistelu
85	kävely,sulis,uinti,jumppa	kävely,sulis,uinti	T:tanssi,sulis
86	kävely	kävely,pyöräily,uinti	P:pyöräily,kävely,uinti,jalis
87	kävely,pyöräily,hihto,laskettelu	hihto,uinti,lenkkeily,kuntosali	T:pyöräily,uinti,kävely,laskettelu,hihto,luistelu
88	kävely,hihto,sauvakävely,pyöräily,jooga,ratsastus	hihto,pyöräily	P:jalis,luistelu
89	sauvakävely,kävely	kävely	T:voim.,tanssi,pyöräily,r.luistelu,laskettelu,uinti
90	uinti,pyöräily	uinti,bodaus	P:uinti,laskettelu,punttisali
91	kävely,pyöräily,hihto	kävely,pyöräily,hihto,laskettelu	T:pyöräily,tanssi,pesis,hihto,laskettelu

	äiti	isä	lapsi
92	kävely, rullaluistelu, luistelu, uinti	kävely, hyötyliikunta	P: pyöräily
93	uinti, sauvakävely, hydrobic, kuntosalii, hiihto, juoksu	hiihto, laskettelu, pyöräily	T: ratsastus, tanssi, pesis, uinti, pyöräily, r. luistelu
94	kävely, jumppa	lentopallo, hiihto, juoksu	P: pyöräily, hiihto
95	kävely, kuntosalii	metsästys, kävely, pyöräily	T: uinti, pyöräily
96	kävely, lentis, rullaluistelu, hiihto, kuntosalii, laskettelu, uinti	lentis, rullaluistelu, luistelu, hiihto	T: pyöräily, hiihto, luistelu, laskettelu, kävely*
97	kävely, hiihto, pyöräily, luistelu	kävely, hiihto, pyöräily, rullaluistelu	T: hiihto, uinti, pyöräily
98	kävely, uinti	-	P: kävely, pyöräily, uinti, laskettelu
99	-	juoksu, suunnistus	P: pyöräily, hiihto
100	pyöräily, kävely	-	P: pyöräily, laskettelu, koiran juoksuuttaminen
101	lenkkeily, hyötyliikunta	-	P: pyöräily, hiihto, luistelu
102	hyötyliikunta, koiran ulkoiluttaminen	-	P: pyöräily, rullaluistelu, hiihto, laskettelu
103	-	kävely	P: kävely, pyöräily, hiihto
104	kävely, aerobic	-	P: laskettelu
105	hölkkä, kävely, hiihto	jalkapallo, yleisurheilu, laskettelu	T: lentis, hölkkä, laskettelu, jalisi
106	kävely	juoksu, hiihto	P: pyöräily, jalisi, hiihto, luistelu, sähly
107	kävely, pyöräily	-	P: luistelu, jääkiekko
108	hölkkä	hölkkä, rullahiihto, hiihto	P: rullaluistelu, lentis, jalisi, pesis, hiihto, laskettelu
109	sauvakävely, hiihto, pyöräily	lenkkeily	P: hiihto, luistelu, lentis, sähly, yleisurheilu
110	kävely, pyöräily	punntisali, kävely, hiihto, pyöräily	P: sähly, jalisi, luistelu, jääkiekko, yleisurheilu

	äiti	isä	lapsi
111	kävely, pyöräily	kävely, pyöräily	P: pyöräily, kävely, jääkiekko, hiihto
112	-	kävely, pyöräily	P: säily, juoksu, jalis
113	kävely, rullaluistelu, laskettelu, jumppa	rullaluistelu, laskettelu, kävely	P: laskettelu, pyöräily, rullaluistelu, hiihto, säily*
114	kävely, uinti, pyöräily, hiihto, laskettelu, luistelu	kävely metsässä, metsästys	T: kävely, jumppa, kiipeily, pyöräily, uinti*
115	aerobic, spinning, hiihto, pyöräily, kävely	pyöräily, kävely, hiihto	P: luistelu, hiihto, pyöräily, uinti, ulkoleikit
116	kävely, hiihto, pyöräily	kävely, hiihto, metsästys, metsäretket	P: luistelu, hiihto, juoksu, eri pelit
117	kävely	kävely, metsästys	P: pyöräily, lenkkeily, luistelu, rullaluistelu
118	hölkä, aerobic, jumppa, hiihto, laskettelu, sauvakävely*	juoksu, rullaluistelu, jääkiekko, hiihto	P: judo, yleisurheilu, jääkiekko
119	kävely, voimistelu, pyöräily, kuntosali	judo, kävely	P: kävely, pyöräily, hiihto, jääkiekko, judo
120	kävely, hiihto, pyöräily, hiihto, soutu	hiihto, soutu, laskettelu, kävely, pyöräily, uinti	T: hiihto, soutu, laskettelu, kävely, pyöräily, uinti
121	kävely, pyöräily	-	T: kävely, pyöräily
122	kävely, spinning, jumppa, hyötyliikunta	-	T: pyöräily, kävely, luistelu, uinti
123	kävely, sauvakävely, uinti	-	T: kävely, voimistelu, luistelu, uinti
124	sauvakävely, hiihto, pyöräily, uinti	sauvakävely, uinti, kävely	P: pyöräily, ulko- ja palloleikit
125	aerobic, sauvakävely, jooga, pyöräily, uinti, tanssi, laskettelu*	lentis, jääkiekko, pyöräily, lenkkeily, hiihto, lask., golf	T: lenkkeily, pyöräily, voimistelu, laskettelu*
126	kävely, sauvakävely, hiihto, luistelu	kävely, sauvakävely	P: lentis, pesis, jalis, säily, luistelu, uinti
127	kävely, hyötyliikunta	kävely, pyöräily, ulkoleikit	P: lentis, jalis, säily, salipelit
128	jumppa, kuntosali	hiihto, metsästys	T: luistelu, pyöräily, patikoimi, ammunta
129	kävely, uinti	kävely	T: pyöräily, uinti, ratsastus

	äiti	isä	lapsi
130	kävely, punttisali	rullaluistelu, lentis, hiihto, lenkkeily	T: hiihto, pyöräily
131	kävely, sauvakävely, juoksu	-	P: lentis, pesis, jalis, jääkiekko, sähly, ammunta
132	sähly, lenkkeily, hiihto	lenkkeily, hiihto	P: lentis, hiihto, sähly, yleisurheilu
133	lenkkeily, pyöräily, kuntosali, jumppa, hyötyliikunta	pyöräily, kävely, hyötyliikunta	T: pyöräily, lenkkeily, hiihto, luistelu, pelit
134	ratsastus, hölkkä, kävely, rullaluistelu, hiihto, laskettelu	hölkkä, rullaluistelu, hiihto, jääkiekko	T: ratsastus, laskettelu, rullaluistelu, pyöräily, uinti
135	lenkkeily, pyöräily	hyötyliikunta	T: pyöräily, kävely, rullaluistelu, hiihto, luistelu
136	lenkkeily	lenkkeily	T: yleisurheilu, pallopelit
137	sauvakävely, pyöräily, hiihto, uinti	jääkiekko, sähly, jalis, lenkkeily, hiihto	T: ratsastus, kävely, jalis, pyöräily, hiihto, laskettelu, lumilautailu, luistelu, uinti

\* Henkilö harrastaa myös muuta liikuntaa, mutta lajit eivät mahtuneet tähän taulukkoon. Olemme kuitenkin hyödynäneet kaikki tulokset analysoidessamme tuloksia (tiedot alkuperäisissä lomakkeissa).

s. kävely = sauvakävely  
 r. luistelu = rullaluistelu  
 jalis = jalkapallo  
 lentis = lentopallo

voim. = voimistelu  
 lask. = laskettelu  
 lenkk. = lenkkeily

Liite 11: Lapsen liikuntaharrastuksen tärkeys vanhempien mielestä

Lapsen liikuntaharrastuksen tärkeys äidin mielestä

	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Ei lainkaan tärkeä	1	0.9	-	-	1	0.8
Jonkin verran tärkeä	9	8.2	1	4.3	10	7.5
Tärkeä	44	40.0	12	52.2	56	42.1
Erittäin tärkeä	56	50.9	10	43.5	66	49.6
<b>Yhteensä</b>	<b>110</b>	<b>100</b>	<b>23</b>	<b>100</b>	<b>133</b>	<b>100</b>

Lapsen liikuntaharrastuksen tärkeys isän mielestä

	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Ei lainkaan tärkeä	-	-	-	-	-	-
Jonkin verran tärkeä	7	7.1	-	-	7	6.0
Tärkeä	43	43.9	6	44.4	51	44.0
Erittäin tärkeä	48	49.0	10	55.6	58	50.0
<b>Yhteensä</b>	<b>98</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>116</b>	<b>100</b>

Liite 12: Vanhempien tuki ja kannustus lasten liikuntaharrastuksissa

Äidin tuki ja kannustus lapsen liikuntaharrastuksissa

Tuki ja kannustus	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei lainkaan	1	4.0	-	-	-	-	1	0.8
Vähän	6	24.0	15	21.1	10	32.3	31	24.4
Melko paljon	9	36.0	35	49.3	12	38.7	56	44.1
Erittäin paljon	9	36.0	21	29.6	9	29.0	39	30.7
<b>Yhteensä</b>	<b>25</b>	<b>100</b>	<b>71</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>127</b>	<b>100</b>

Isän tuki ja kannustus lapsen liikuntaharrastuksissa

Tuki ja kannustus	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei lainkaan	-	-	-	-	2	7.1	2	1.8
Vähän	8	33.3	12	20.3	7	25.0	27	24.3
Melko paljon	10	41.7	28	47.5	12	42.9	50	45.0
Erittäin paljon	6	25.0	19	32.2	7	25.0	32	28.8
<b>Yhteensä</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>59</b>	<b>100</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>111</b>	<b>100</b>



Liite 13: Liikunnan tärkeys suhteessa muihin oppiaineisiin vanhempien mielestä

Oppiaineet		Kinnula	Saarijärvi	Karstula	Yhteensä
		%	%	%	%
Äidinkieli	Erittäin tärkeä	74.1	76.2	72.9	74.9
	Tärkeä	24.1	22.2	23.7	23.0
	Jonkin verran tärkeä	1.9	1.6	3.4	2.1
	Ei lainkaan tärkeä	-	-	-	-
Musiikki	Erittäin tärkeä	11.8	15.9	10.2	13.6
	Tärkeä	37.3	38.9	33.9	37.3
	Jonkin verran tärkeä	41.2	41.3	47.5	42.8
	Ei lainkaan tärkeä	9.8	4.0	8.5	6.4
Liikunta	Erittäin tärkeä	50.9	52.4	40.0	49.0
	Tärkeä	41.4	41.3	48.3	43.1
	Jonkin verran tärkeä	7.5	4.8	11.7	7.1
	Ei lainkaan tärkeä	-	1.6	-	0.8
Matematiikka	Erittäin tärkeä	81.5	81.7	73.3	79.6
	Tärkeä	16.7	17.5	26.7	19.6
	Jonkin verran tärkeä	1.9	0.8	-	0.8
	Ei lainkaan tärkeä	-	-	-	-
YL-tieteet	Erittäin tärkeä	40.4	39.7	22.4	35.3
	Tärkeä	46.2	54.0	56.9	52.5
	Jonkin verran tärkeä	13.5	6.3	20.7	12.2
	Ei lainkaan tärkeä	-	-	-	-
Kuvaamataito	Erittäin tärkeä	15.1	9.5	13.3	11.7
	Tärkeä	39.6	48.4	35.0	43.1
	Jonkin verran tärkeä	43.4	39.7	43.3	41.4
	Ei lainkaan tärkeä	1.9	2.4	8.3	3.8
Uskonto	Erittäin tärkeä	26.4	15.4	13.6	17.4
	Tärkeä	37.7	45.5	40.7	42.6
	Jonkin verran tärkeä	34.0	32.5	37.3	34.0
	Ei lainkaan tärkeä	1.9	6.5	8.5	6.0
Kielet	Erittäin tärkeä	67.9	61.6	67.8	64.6
	Tärkeä	28.3	36.0	28.8	32.5
	Jonkin verran tärkeä	3.8	2.4	3.4	3.0
	Ei lainkaan tärkeä	-	-	-	-
Käsityöt	Erittäin tärkeä	32.1	33.6	28.8	32.1
	Tärkeä	49.1	46.4	47.5	47.3
	Jonkin verran tärkeä	18.9	18.4	22.0	19.4
	Ei lainkaan tärkeä	-	1.6	1.7	1.3

Liite 14: Opettajien näkemys koululiikunnan tuesta lapsen liikuntaharrastuksille ja koulun liikuntakasvatuksen tavoitteiden arviointi

Opettajien näkemys koululiikunnan tuesta lapsen liikuntaharrastuksille

	Opettajat	
	n	%
Ei juuri lainkaan	-	-
Kohtalaisesti	6	60.0
Hyvin	3	30.0
Erittäin hyvin	1	10.0
<b>Yhteensä</b>	<b>10</b>	<b>100</b>

Opettajien arviointia koulun liikuntakasvatuksen tavoitteista

Tavoitteet	Erittäin tärkeä		Tärkeä		Ei kovin tärkeä	
	n	%	n	%	n	%
Uusien liikuntataitojen oppiminen	3	30.0	7	70.0	-	-
Hyvä fyysinen kunto	2	20.0	8	80.0	-	-
Positiiviset liikuntakokemukset	7	70.0	3	30.0	-	-
Itsetunnon kehittäminen	6	60.0	4	40.0	-	-
Ajattelun kehittäminen	-	-	8	88.9	1	11.1
Elinikäisen liikuntaharrastuksen viriäminen	8	80.0	2	20.0	-	-

Liite 15: Vanhempien käsitys lapsen suhtautumisesta koululiikuntaan

Äidin käsitys lapsen suhtautumisesta koululiikuntaan

	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei pidä lainkaan	-	-	-	-	1	3.1	1	0.8
Pitää jonkin verran	5	17.9	13	18.1	8	25.0	26	19.7
Pitää paljon	10	35.7	32	44.4	13	40.6	55	41.7
Pitää erittäin paljon	13	46.4	27	37.5	10	31.3	50	37.9
<b>Yhteensä</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>72</b>	<b>100</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	<b>132</b>	<b>100</b>

Isän käsitys lapsen suhtautumisesta koululiikuntaan

	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei pidä lainkaan	-	-	-	-	1	3.2	1	0.9
Pitää jonkin verran	5	20.8	8	13.8	5	16.1	18	15.9
Pitää paljon	7	29.2	28	48.3	13	41.9	48	42.5
Pitää erittäin paljon	12	50.0	22	37.9	12	38.7	46	40.7
<b>Yhteensä</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>58</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>113</b>	<b>100</b>

jatkuu

jatkuu

Äidin käsitys lapsen suhtautumisesta koululiikuntaan

	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Ei pidä lainkaan	1	0.9	-	-	1	0.8
Pitää jonkin verran	23	21.1	3	13.0	26	19.7
Pitää paljon	47	43.1	8	34.8	55	41.7
Pitää erittäin paljon	38	34.9	12	52.2	50	37.9
<b>Yhteensä</b>	<b>109</b>	<b>100</b>	<b>23</b>	<b>100</b>	<b>132</b>	<b>100</b>

Isän käsitys lapsen suhtautumisesta koululiikuntaan

	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Ei pidä lainkaan	1	1.1	-	-	1	0.9
Pitää jonkin verran	17	17.9	1	5.6	18	15.9
Pitää paljon	41	43.2	7	38.9	48	42.2
Pitää erittäin paljon	36	37.9	10	55.6	46	40.7
<b>Yhteensä</b>	<b>95</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>113</b>	<b>100</b>

Liite 16: Vanhempien koululiikunnan tuntemus

Äidin koululiikunnan tuntemus

	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Ei juuri lainkaan	11	10.2	2	8.7	13	9.9
Kohtalaisesti	46	42.6	11	47.8	57	43.5
Hyvin	34	31.5	8	34.8	42	32.1
Erittäin hyvin	17	15.7	2	8.7	19	14.5
<b>Yhteensä</b>	<b>108</b>	<b>100</b>	<b>23</b>	<b>100</b>	<b>131</b>	<b>100</b>

Isän koululiikunnan tuntemus

	Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%
Ei juuri lainkaan	16	16.7	2	11.1	18	15.8
Kohtalaisesti	43	44.8	7	38.9	50	43.9
Hyvin	28	29.2	8	44.4	36	31.6
Erittäin hyvin	9	9.4	1	5.6	10	8.8
<b>Yhteensä</b>	<b>96</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>114</b>	<b>100</b>

Liite 17: Miten vanhemmat saavat tietoa koululiikunnan sisällöstä  
ja miten opettaja siitä tiedottaa

Miten äiti saa tietoa koululiikunnan sisällöstä

	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Lapseni kertoo	25	86.2	54	76.1	21	67.7	100	76.3
Opettaja tiedottaa	8	27.6	48	67.6	12	38.7	68	51.9
Kysyn lapselta	17	58.6	30	42.3	14	45.2	61	46.6
Kysyn opettajalta	2	6.9	5	7.0	2	6.5	9	6.9
Keskustelen muiden vanhempien kanssa	4	13.8	3	4.2	3	9.7	10	7.6
<b>Yhteensä*</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>71</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>131</b>	<b>100</b>

\*Vastaajien määrä

Miten isä saa tietoa koululiikunnan sisällöstä

	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Lapseni kertoo	21	87.5	40	69.0	22	75.9	83	74.8
Opettaja tiedottaa	7	29.2	30	51.7	8	27.6	45	40.5
Kysyn lapselta	9	37.5	28	48.3	11	37.9	48	43.2
Kysyn opettajalta	2	8.3	-	-	1	3.4	3	2.7
Keskustelen muiden vanhempien kanssa	2	8.3	-	-	2	6.9	4	3.6
<b>Yhteensä*</b>	<b>24</b>	<b>100</b>	<b>58</b>	<b>100</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

\*Vastaajien määrä

jatkuu

jatkuu

#### Vanhempien saama tieto koululiikunnan sisällöstä

	Koko aineisto	
	n	%
Kirjallisen tiedotteen avulla	119	96.7
Vanhempainillassa	29	23.6
Puhelimitse	-	-
<b>Yhteensä</b>	<b>148</b>	<b>120.3</b>

#### Opettajien tiedottaminen koululiikunnan sisällöstä

	Opettajat	
	n	%
Kirjallinen tiedote	7	63.6
Vanhempainillat	5	45.5
Puhelimitse	-	-
Muuten	4	36.4
En tiedota lainkaan	2	18.2

Liite 18: Vanhempien ja opettajien tekemä yhteistyö koulun kanssa  
ja halukkuus yhteistyön kehittämiseen

Vanhempien tekemä yhteistyö koulun kanssa

		Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
		n	%	n	%	n	%	n	%
Äiti	Ei	19	70.4	60	92.3	28	87.5	107	86.3
	Kyllä	8	29.6	5	7.7	4	12.5	17	13.7
	Yhteensä	27	100	65	100	32	100	124	100
Isä	Ei	14	58.3	51	96.2	25	83.3	90	84.1
	Kyllä	10	41.7	2	3.8	5	16.7	17	15.9
	Yhteensä	24	100	53	100	30	100	107	100

Vanhempien halukkuus yhteistyön kehittämiseen koulun kanssa

		Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
		n	%	n	%	n	%	n	%
Äiti	Ei	8	32.0	25	49.9	18	60.0	51	45.5
	Kyllä	17	86.0	32	56.1	12	40.0	61	54.5
	Yhteensä	25	100	57	100	30	100	112	100
Isä	Ei	5	21.7	18	40.0	16	57.1	39	40.6
	Kyllä	18	78.3	27	60.0	12	42.9	57	59.4
	Yhteensä	23	100	45	100	28	100	96	100

Opettajien tekemä yhteistyö vanhempien kanssa  
ja halukkuus yhteistyön kehittämiseen

	Nykyinen yhteistyö		Halu yhteistyön kehittämiseen	
	n	%	n	%
Ei	5	50	4	40
Kyllä	5	50	6	60
Yhteensä	10	100	10	100



Liite 19: Vanhempien ja opettajien tyytyväisyys koulun ja paikkakunnan liikuntamahdollisuuksiin

Vanhempien tyytyväisyys lapsensa koulun liikuntatiloihin

	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei	9	16.7	51	41.1	11	17.7	71	29.6
Kyllä	45	83.3	73	58.9	51	82.3	169	70.4
<b>Yhteensä</b>	<b>54</b>	<b>100</b>	<b>124</b>	<b>100</b>	<b>62</b>	<b>100</b>	<b>240</b>	<b>100</b>

Vanhempien tyytyväisyys paikkakunnan liikuntamahdollisuuksiin

	Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ei	9	16.7	56	44.4	11	17.5	76	31.3
Kyllä	45	83.3	70	55.6	52	82.5	167	68.7
<b>Yhteensä</b>	<b>54</b>	<b>100</b>	<b>126</b>	<b>100</b>	<b>63</b>	<b>100</b>	<b>243</b>	<b>100</b>

Opettajien tyytyväisyys liikuntamahdollisuuksiin

	Koululla		Paikkakunnalla	
	n	%	n	%
Ei	6	60.0	2	20.0
Kyllä	4	40.0	8	80.0
<b>Yhteensä</b>	<b>10</b>	<b>100</b>	<b>10</b>	<b>100</b>

Liite 20: Vanhempien ja opettajien mielipide koulun liikuntakerhojen järjestämisestä ja lasten osallistuminen urheiluseuraan tai ohjattuun liikuntakerhoon

Pitäisikö koulun järjestää liikuntakerhoja

	Vanhemmat		Opettajat	
	n	%	n	%
Ei	24	10.4	1	10.0
Kyllä	207	89.6	9	90.0
<b>Yhteensä</b>	<b>231</b>	<b>100</b>	<b>10</b>	<b>100</b>

Lasten osallistuminen järjestettyyn liikuntaan kaikilla paikkakunnilla

	Urheiluseurassa		Liikuntakerhossa	
	n	%	n	%
Ei	89	65.0	76	58.0
Kyllä	48	35.0	55	42.0
<b>Yhteensä</b>	<b>137</b>	<b>100</b>	<b>131</b>	<b>100</b>

Liite 21: Lasten osallistuminen ohjattuun liikuntakerhoon

Lapsen osallistuminen ohjattuun liikuntakerhoon

		Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
		n	%	n	%	n	%	n	%
Tyttö	Ei	11	91.7	16	53.3	11	78.6	38	67.9
	Kyllä	1	8.3	14	46.7	3	21.4	18	32.1
	Yhteensä	12	100	30	100	14	100	56	100
Poika	Ei	12	80.0	18	41.9	8	47.1	38	50.7
	Kyllä	3	20.0	25	58.1	9	52.9	37	49.3
	Yhteensä	15	100	43	100	17	100	75	100

		Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
		n	%	n	%	n	%
Tyttö	Ei	30	66.7	8	72.7	38	67.9
	Kyllä	15	33.3	3	27.3	18	32.1
	Yhteensä	45	100	11	100	56	100
Poika	Ei	27	43.5	11	84.6	38	50.7
	Kyllä	35	56.5	2	15.4	37	49.3
	Yhteensä	62	100	13	100	75	100

Liite 22: Lasten osallistuminen urheiluseuran lajiharjoituksiin

Lapsen osallistuminen urheiluseuran lajiharjoituksiin

		Kinnula		Saarijärvi		Karstula		Yhteensä	
		n	%	n	%	n	%	n	%
Tyttö	Ei	9	75.0	19	61.3	12	80.0	40	69.0
	Kyllä	3	25.0	12	38.7	3	20.0	18	31.0
	<b>Yhteensä</b>	<b>12</b>	<b>100</b>	<b>31</b>	<b>100</b>	<b>15</b>	<b>100</b>	<b>58</b>	<b>100</b>
Poika	Ei	11	64.7	32	72.7	6	33.3	49	62.0
	Kyllä	6	35.3	12	27.3	12	66.7	30	38.0
	<b>Yhteensä</b>	<b>17</b>	<b>100</b>	<b>44</b>	<b>100</b>	<b>18</b>	<b>100</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

		Keskusta		Sivukylä		Yhteensä	
		n	%	n	%	n	%
Tyttö	Ei	30	65.2	10	83.3	40	69.0
	Kyllä	16	34.8	2	16.7	18	31.0
	<b>Yhteensä</b>	<b>46</b>	<b>100</b>	<b>12</b>	<b>100</b>	<b>58</b>	<b>100</b>
Poika	Ei	38	57.6	11	84.6	49	62.0
	Kyllä	28	42.4	2	15.4	30	38.0
	<b>Yhteensä</b>	<b>66</b>	<b>100</b>	<b>13</b>	<b>100</b>	<b>79</b>	<b>100</b>