

**VANHEMPIEN SOSIOEKONOMISEN TAUSTAN YHTEYS LASTEN FYYSISEN  
AKTIIVISUUDEN TOTEUTUMISEEN**

Tiina Pyykkönen

Liikuntapedagogiikan pro gradu -tutkielma

Liikuntatieteellinen tiedekunta

Jyväskylän yliopisto

Syksy 2019

## TIIVISTELMÄ

Pyykkönen, Tiina. 2019. Vanhempien sosioekonomisen taustan yhteys lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, liikuntapedagogiikan pro gradu-tutkielma, 102 sivua, 3 liitettä.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää 3-7-vuotiaiden lasten vanhempien sosioekonomisen taustan yhteyksiä lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen lasten arjessa. Sosioekonomisiksi tekijöiksi määriteltiin vanhempien koulutus, kotitalouden vuosittaiset bruttotulot sekä perhemuoto. Fyysistä aktiivisuutta tarkasteltiin lapsen fyysisen elinympäristön, lapsen ulkoilun ja mediaviihteen käytön, ohjattuun liikuntaharrastukseen osallistumisen sekä vanhempien osoittaman tuen muodossa. Tutkimuksen aineisto kerättiin vuosien 2015-16 aikana osana Jyväskylän yliopiston Liikuntatieteellisen tiedekunnan Taitavat tenavat- tutkimushanketta. Tutkimukseen osallistui 3-7- vuotiaita päiväkotilapsia (n=1238) perheineen, 24:ltä paikkakunnalta 37:stä eri päiväkodista ympäri Suomea. Aineisto kerättiin Taitavat tenavat- kyselylomakkeella. Lomakkeella kartoitettiin lapsen liikkumiseen yhteydessä olevia tekijöitä.

Aineiston kuvailuun käytettiin prosenttiosuuksia ja sosioekonomisten tekijöiden mukaan prosenttiosuuksia kuvaavaa ristiintaulukointia. Vanhempien koulutuksen ja kotitalouden vuosittaisten bruttotulojen tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen analysoitiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokerrotoimen avulla. Sosioekonomisten tekijöiden ryhmittelyä tehtiin koulutuksen (ei korkeakoulututkintoa – korkeakoulututkinto), kotitalouden vuosittaiset bruttotulojen (39 990€ / vuosi < 40 000€ / vuosi) sekä perhemuodon (ydinperhe – yksinhuoltajaperhe) osalta. Ryhmien välisiä eroja analysoitiin riippumattomien otosten t-testillä.

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että vanhempien korkeampi koulutus ja vuosittainen tulotaso olivat tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lapsen liikunnallista aktiivisuutta tukevan fyysisen elinympäristön muodostumiseen sekä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Ylemmän sosioekonomisen aseman perheiden lapsilla oli käytössään enemmän vapaata leikki- ja liikkumistilaa sekä enemmän liikunnallisuutta tukevia olosuhteita (lähiliikuntapaikkoja / piha-alueita / riittävä asunnon sisätila) lähiympäristössään. Heidän käytössään oli myös vähemmän medialaitteita ja heidän mediaviihteen käyttönsä oli vähäisempää. Korkea-asteen koulutuksen ja ylemmän tuloluokan perheiden lapset osallistuivat useammin ohjattuun liikuntaharrastukseen ja heidän viikoittainen mediaviihteen käyttö oli alhaisempaa kuin ei korkea-asteen koulutuksen saaneiden alemman tuloluokan perheiden lasten. Vastaavasti ei korkea-asteen koulutuksen saaneiden ja alemman tuloluokan vanhempien lapset ulkoilivat arkisin enemmän kuin korkea-asteen koulutuksen saaneiden ja ylemmän tuloluokan perheiden lapset. Perhemuodoilla havaittiin ero ainoastaan lapsen liikunnallisuutta aktiivisuutta tukevan fyysisen elinympäristön olemassa oloon. Korkeampi koulutus oli kauttaaltaan positiivisessa yhteydessä vanhempien osoittamaan tukeen lapsen liikunnallisuutta kohtaan sekä vanhempien omaan liikunnan harrastamiseen. Korkeammassa tuloluokassa olevat vanhemmat osoittivat enemmän erityisesti suoraa tukea lapsen liikunnallista aktiivisuutta kohtaan kuin alemman tuloluokan vanhemmat.

Alle kouluikäisille kohdistettavien interventioiden suunnittelussa ja toteutuksessa tulisi ottaa huomioon lasten sosioekonomisten taustojen vaikutus perheen mahdollisuuteen tukea lapsen liikunnallisen elintavan syntymistä ja liikunnan avulla tapahtuvaa turvallista lapsen kehitystä ja kasvua. Erityisesti interventioissa tulisi kiinnittää huomiota lapsen fyysisen elinympäristön liikunnallisuutta edistävien olosuhteiden hyödyntämiseen sekä vanhempien osoittaman sosiaalisen tuen määrän lisäämiseen lapsen liikunnallisuutta kohtaan.

Asiasanat: päiväkotilapset, sosioekonominen asema, vanhemmat, fyysinen aktiivisuus, vanhempien tuki

## ABSTRACT

Pyykkönen, Tiina. 2019. Relationship between parents' socioeconomic status and physical activity in 3-7-year old children's everydaylife. Faculty of Sport and Health Sciences, University of Jyväskylä, Master's thesis on physical education, 102 pages, 3 appendices.

The aim of this study was to examine the associations between parent socioeconomic status (SES) and physical activity of 3- to 7-year-old day care children in their everyday lives. In this study, socioeconomic factors were defined as parent education level, yearly household income level and family status. Children's physical activity factors were defined as the child's physical living environment, time spent playing outdoors, participation in organized sports and access to and use of electronic devices. Data was collected in 2015 and 2016 as a part of the University of Jyväskylä's Faculty of Sport and Health Sciences' Skilled Kids project. Participants in this study were 3- to 7-year-old day care and kindergarten children (n = 1238) and their parents from 24 different cities and 37 different kindergartens around Finland. Data was collected via a parent questionnaire (Skilled Kids questionnaire). The questionnaire included the factors related to the children's physical activity. Percentages and crosstabs were used to describe the data.

Associations between parent education and yearly income levels and children's physical activity were analysed using Spearman's correlations. Socioeconomic factors were divided in two groups for educational level (no polytechnic or university degree and polytechnic or university degree), household yearly income (39,990 € or less per year and 40,000 € or more per year) and family status (nuclear family and single parent family). Group differences were tested by independent t-test.

Results showed that parents with more education and a higher yearly income were statistically significantly associated with the formation of living environments that support children's physical activity, as well as with greater amounts of weekly physical activity in children. Children in higher SES families had more free play opportunities and movement space, and access to more facilities to support physical activity (nearby sport facilities/yard areas/spacious rooms) in their living environments. They also had less access to electronic devices and used these devices less frequently. Children from higher education and yearly income level families participated more often in organized sports activities and used less electronic devices than children from lower education and income level families. Children from lower education level families spent more time outdoors on a weekly basis; as also children in higher yearly income level families spent less time outdoors. Family status was noted to be associated only with environmental factors that support children's physical activity. Parents' higher education levels were positively associated throughout with parental support for children's physical activity as well as with parents' own weekly physical activity. Parents with higher yearly income levels especially showed more direct support for their children's physical activity than lower yearly income level parents.

The effect of SES on families' opportunities to support the development of physically active lifestyles for their children should be taken into account when planning and implementing interventions for children under school age. Special attention should be paid to creating living environments for children supportive of physical activity and increasing the amount of parental social support for children's physical activity.

Key words: day care children, socioeconomic status, parents, physical activity, parental support

## SISÄLLYS

### TIIVISTELMÄ

1	JOHDANTO.....	1
2	LASTEN FYYSSINEN AKTIIVISUUS.....	3
2.1	YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus – lapsen oikeus liikkua ja voida hyvin .....	3
2.2	Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset.....	7
2.3	Fyysisen aktiivisuuden yhteydet lapsen terveyteen ja hyvinvointiin .....	11
3	VANHEMPIEN SOSIOEKONOMINEN TAUSTA .....	14
3.1	Koulutustausta .....	16
3.2	Tulotaso .....	18
3.3	Perhemuoto.....	19
4	VANHEMMAT LASTEN FYYSSISEN AKTIIVISUUUDEN EDISTÄJINÄ.....	22
4.1	Vanhempien liikunta-aktiivisuuden yhteydet lapsen fyysiseen aktiivisuuteen .....	23
4.2	Vanhempien osoittaman tuen merkitys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen.....	25
4.3	Asumisympäristö lapsen fyysisen aktiivisuuden mahdollistajana.....	27
5	TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT .....	30
6	TUTKIMUSMENETELMÄT .....	31
6.1	Kohdejoukko ja aineisto .....	31
6.2	Aineiston analyysi .....	33
6.3	Tutkimuksen luotettavuus .....	33
7	TULOKSET .....	36
7.1	Tutkimuksen kohdejoukon kuvaus.....	36
7.2	Vanhempien koulutustaustan yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen .....	38

7.3	Vanhempien tulojen yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen .....	46
7.4	Perhemuodon yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen.....	54
7.5	Vanhempien sosioekonomisen taustan yhteys vanhempien osoittamaan tukeen ..	61
7.5.1	Koulutustausta .....	61
7.5.2	Tulotaso .....	68
7.5.3	Perhemuoto.....	72
8	POHDINTA.....	74
8.1	Tuloskooste.....	74
8.2	Tulokset suhteessa aiempaan tutkimukseen .....	77
8.3	Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet.....	85
8.4	Tutkimuksen eettisyys .....	87
8.5	Jatkotutkimusaiheet .....	88

LÄHTEET

LIITTEET

## 1 JOHDANTO

Lapsen oikeus liikkumiseen, hyvinvointiin ja turvallisuuteen voidaan määritellä lapsen koskemattomaksi ihmisoikeudeksi. Lapsen edun ensisijaisuus, lapsen oikeus suojeluun ja kehitykseen sekä syrjimättömyyteen ja kuulluksi tulemiseen, nojaavat Yhdistyneiden kansakuntien vuonna 1989 hyväksytyyn lapsen oikeuksien yleissopimukseen. Yleissopimuksen on ratifioinut 193 maailman valtiota (Hakalehto-Wainio 2013, 133-150). Uudet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset pohjautuvat lapsen oikeuksien yleissopimuksen eri artikloiden operationalisointiin yhdessä viimeaikaisen tutkimusnäytön kanssa. Lapsen oikeudet uusien suositusten pohjalla toimivat kivijalkana sille, että lapsi näyttäytyy suosituksissa keskeisenä toimijana – aktiivisena osallistujana, jolla on oikeus vapaaseen liikkumiseen ja monipuoliseen leikkiin. (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016.) Lapsen oikeudet muodostavat pohjan meille kaikille liikuntakasvattajille. Ne luovat velvoitteen siitä, että kaikilla lapsilla on oikeus ja mahdollisuus saada liikkua, leikkiä ja kasvaa turvallisesti lapsen kehitystä parhaiten tukevalla tavalla, sosioekonomisista lähtötilanteista riippumatta.

Lapsen oikeuksien toteutumisen tarkastelu on ajankohtainen haaste koko ajan moninaistuvassa yhteiskunnallisessa tilanteessa, jossa tämän päivän lapset kasvavat. Lasten fyysisesti passiivisen ajan lisääntyminen arjessa ja huoli koko ajan kasvavasta ruutuajasta (Downing, Hnatiuk & Hesketh 2015) sekä lasten ylipainon negatiivinen kehitys (Skinner ym. 2018) haastavat liikuntakasvatuksen ammattilaisia koko ajan uudella tavalla. Lapset elävät osana aikuisten maailmaa, omissa perheissään, joissa perheiden sosioekonomiset taustat ovat vaihtelevia ja täysin lapsesta riippumattomia tekijöitä. Vähävaraisuuden ja vanhempien alhaisemman koulutustaustan on todettu olevan yhteydessä lapsen hyvinvoinnin toteutumiseen lapsen arjessa (Lehto, Corander, Ray & Roos 2009; Kaikkonen ym. 2014). Hyvinvoinnin käsitteen alle voidaan yhdistää lapsen fyysinen aktiivisuus, jonka toteutumiseen on löydetty myös selkeitä yhteyksiä siitä, että korkeammin koulutettujen vanhempien lapset muun muassa harrastavat enemmän ohjattua liikuntaa kuin alemmin koulutettujen vanhempien lapset (Palomäki, Laherto, Kukkonen, Hakonen & Tammelin 2016). Samoin perheen korkeamman tulotason on osoitettu olevan yhteydessä lapsen fyysisen aktiivisuuden mahdollisuuksiin ja toteutumiseen lapsen arjessa (Tandon ym. 2012).

Lapsiperheköyhyys ja lapsiperheiden eriarvoisuus on yksi keskeinen yhteiskunnallinen kysymys tämän hetken suomalaisessa hyvinvointipolitiikassa; erityisesti perhepolitiikan näkökulmasta. Huoli terveyserojen edelleen kasvamisesta ja ylisukupolvisesta periytymisestä yhdessä lapsiperheiden eri muotojen moninaistumisen kanssa, on vaatinut nykyhallitustakin asettamaan tavoitteita, joiden avulla varmistetaan lapsen oikeuksien toteutuminen myös poliittisessa päätännässä, toimenpiteiden suunnittelussa ja toimeenpanossa. Hyvän elämän tarjoaminen lapselle on suomalaisen yhteiskunnan jaettu yhteinen tavoite, joka tavoittelee sitä, että ”huolimatta” vanhemmistaan, perheen elämän tilanteesta tai mistään muustakaan lapsesta riippumattomista tekijöistä, jokaiselle lapselle tulee pystyä tarjoamaan yhdenvertaiset mahdollisuudet hyvään elämään. (Valtioneuvosto 2019.)

Liikunta on osa lapsen hyvinvointia ja terveyttä; osa lapsen hyvää elämää. Fyysisesti aktiivinen lapsen arki; ulkoilu, leikki, ohjattuun liikuntaan osallistuminen ja perheen yhteinen liikkuminen tuottavat lapsen terveydelle positiivisia vaikutuksia niin painonhallinnan (Katzmarzyk ym. 2015) kuin eri sairauksien riskitekijöidenkin osalta (Carson ym. 2016; Poitras ym. 2016). Liikunnallisesti aktiiviset vanhemmat toimivat keskeisinä vaikuttajina lapsen liikunnallisen elämäntavan kehittämisessä ja se voi kantaa parhaimmillaan pitkälle aikuisuuteen (Kaseva ym. 2017). Kuitenkin jokaisen perheen arkitodellisuutta värittää sosioekonominen tausta – suuntaan tai toiseen. Antaako se enemmän mahdollisuuksia lapsen aktiiviselle, mutta myös vanhempien liikunnallisesti aktiiviselle elämäntavalle vai kaventaako se niitä? Toisaalta voidaan myös kysyä, onko vanhempien sosioekonominen tausta yhteydessä lapsen oikeuksien toteutumiseen?

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää vanhempien sosioekonomisten taustatekijöiden yhteyksiä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen lapsen arjessa. Sosioekonomisiksi taustatekijöiksi tässä tutkimuksessa määriteltiin vanhempien koulutusaste, kotitalouden vuosittaiset bruttotulot sekä perhemuoto (yksinhuoltaja – ydinperhe). Lapsen fyysistä aktiivisuutta määrittävinä tekijöinä käytettiin lapsen viikoittaista ulkoilun ja mediaviihteen määrää, ohjattuun liikuntaharrastukseen osallistumista, lapsen fyysisen elinympäristön mahdollisuuksia sekä vanhempien osoittamaa tukea lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle. Tutkimuksen aineisto oli osa Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisen tiedekunnan Taitavat tenavat- tutkimushankkeen kyselyaineistoa, joka kohdistettiin 1238 päiväkotikäisen lapsen vanhemmille ympäri Suomea vuosina 2015 – 2016.

## 2 LASTEN FYYSINEN AKTIIVISUUS

Kuluneen vuosikymmenen aikana muuttunut varhaisvuosien liikuntakasvatuksen todellisuus haastaa tämän päivän lasten liikuntakasvatuksen eri toimijoita uudella tavalla. Perheiden ajankäytön, elinympäristöjen ja elintapojen muutos (Ovaskainen, Nummela, Holstila, Kosola & Helakorpi 2013), aikuisten ja lasten fyysisen aktiivisuuden suositusten mukaiseen toteutumiseen liittyvät haasteet (Lasten hyvinvoinnin kansalliset indikaattorit 2011; Bauman ym. 2012) sekä koko yhteiskuntaa koskettavat muutokset hyvinvoinnin polarisaatiokehityksessä (Mäkinen ym. 2009; WHO 2013), ovat osin olleet vaikuttamassa syntyneeseen tarpeeseen tarkastella lasten liikunnan toimintakenttää uudella tavalla.

Vuoden 2015 aikana käynnistynyt valtakunnallinen varhaiskasvatuksen Ilo kasvaa liikkuen-ohjelma (2015) pohjusti Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden uusien suositusten valmistamista vuonna 2016 (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016). Uusien suositusten käsitteellinen ero vanhoihin suosituksiin nähden on se, että lapsen subjektiivinen oikeus liikkumiseen määrittää vahvasti ohjemuotoisia suosituslinjauksia, jolloin lapsen oikeudesta liikkua tulee aikuisen velvollisuus. Edellisten suositusten käsitteellinen nojasi vahvasti lapsen hyvinvoinnin kannalta optimaaliseen liikunnan annosmäärään, liikuntakasvatuksen suunnittelu- ja toteutusprosessin pedagogiseen prosessiin sekä liikuntakasvatuksen toteutuksen optimaalisiin olosuhdetekijöihin, jolloin lapsi nähtiin ensisijaisesti varhais- ja / tai liikuntakasvatuksen toiminnan kohteena. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005; Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016.)

### 2.1 YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus – lapsen oikeus liikkua ja voida hyvin

YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus (1991), pohjautuu Yhdistyneiden kansakuntien (YK) peruskirjassa vuonna 1945 jäsenvaltioiden allekirjoittamaan sopimukseen vakaasta tahdosta pelastaa tulevat sukupolvet muun muassa menneiden maailmansotien julmilta kärsimyksiltä, sekä vakuutuksesta ihmisten perusoikeuksista, ihmisarvon merkityksestä sekä kaikkien ihmisten tasa-arvoisista – yhtäläisistä oikeuksista. Lapsen oikeuksien yleissopimus hyväksyttiin YK:n yleiskokouksessa vuonna 1989 ja se astui voimaan kansainvälisesti vuonna 1991, jonka jälkeen



se on ollut voimassa myös Suomessa lainsäädäntömuotoisesti (YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista). Lapsen oikeuksien yleisopimusta edelsi Lapsen oikeuksien julistus vuodelta 1959, jolla ei vielä ollut lainsäädännöllistä sitovuutta jäsenvaltioihin nähden (Lapsen oikeuksien julistus 2019). Lapsen oikeuksien yleissopimus koskee kaikkia alle 18-vuotiaita ja on maailman laajimmin hyväksytty ihmisoikeussopimus. Sopimus asettaa kaikille jäsenvaltioille velvoitteen ja vastuun toteuttaa sopimuksessa määritellyt lapsille kuuluvat ihmisoikeudet (Mikä on lapsen oikeuksien sopimus 2019).

Lapsen oikeuksien julistus vuonna 1959 nousi tarpeesta vahvistaa lapsen ihmisoikeudellista suojelua osana YK:n peruskirjaan laadittua ihmisoikeussopimusta; erityisesti lapsen kypsyttämisen ja erityisen turvan sekä hoivanpidon tarpeen vuoksi. Julistus koostui kymmenestä periaatteesta, joissa määriteltiin lapsen oikeudellinen asema monesta eri näkökulmasta muun muassa aina lainsäädännön tuoman hyvinvoinnin turvaamisesta aina lapsen koulutukselliseen ja syrjimättömyyden näkökulmaan saakka. (Lapsen oikeuksien julistus 2019.) Julistusta voidaan tulkita enemmän jäsenvaltioiden lapsiin kohdistettavien toimenpiteiden ohjeistuksena, kun taas lapsen oikeuksien sopimusta jäsenvaltioiden lainsäädäntöön vaikuttavana, ennen kaikkea velvoittavana ihmisoikeussopimuksena.

Lapsen aseman historiallinen kehitys ihmisoikeussopimuksien ja yhteiskunnallisen aseman näkökulmasta, voidaan sanoa kehittyneen lapsen omistusoikeudellisesta ja aikuisiin rinnastettavasta toimijuudesta kohti itsemääräämisoikeudellista henkilökohtaista ja personoitua asemaa (Hart 1991; Hart & Pavlovic 1991). Reynaert, Bouverne- De Bie & Vandeveldel (2009) tuovat artikkelissaan esille näkökulman siitä, että lapsen oikeuksien tutkimuskentän vallitseva diskurssi on sijoittunut edellisen vuosikymmenen aikana tarkastelemaan erityisesti lapsen autonomista asemaa ja osallistumisoikeutta suhteessa poliittisen päätäntään. Toisaalta kiinnostuksen kohteena on yhtälailla ollut lapsen oikeuksien tarkastelu suhteessa vanhempien oikeuksiin sekä lapsen oikeuksien ympärille muodostunut maailmalaajuisen toimialan toimintalogiikkaan, josta esimerkkinä voidaan mainita muun muassa lapsen koulutuksellisten oikeuksien toteutuminen ja siihen liittyvän toimialan globaalit haasteet ja mahdollisuudet. Lapsen oikeuksien historiallisen kehityksen muotoutumista voidaan sanoa määrittäneen lapsen esineellistävistä ja hyödykkeellisestä asemoinnista (Hart 1991) siirtyminen kohti lapsen kansalaisyhteiskunnallista asemaa, jossa keskeistä on lapsien yhteiskunnallisen äänen ja kansalaisuuden toteutumisen edistäminen.

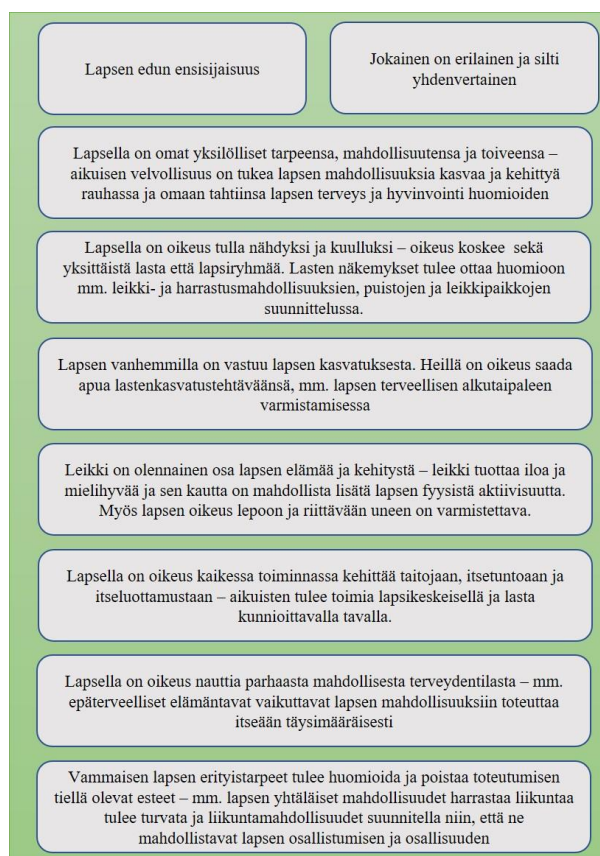
Vaikka lapsen oikeuksien kehitys on ollut valtaisa aina lapsen oikeuksien julistuksesta saakka, on lapsien osallisuus poliittisessa päätännässä jäänyt osin vain objektin asemaan. (Dar & Wall 2011.) Näin ollen voitaneen todeta, että YK:n lapsen oikeuksien yleissopimuksen laatiminen oli ensimmäinen askel lapsen ihmisoikeudellisen toimijuuden tunnustamiseen historiassa esiintyvän toiminnan kohteellisuuden sijaan (Muuronen & Pollari 2015).

Lapsen oikeuksien yleissopimus koostuu neljästä ohjaavasta periaatteesta: 1. syrjimättömyydestä, 2. lapsen edun huomioimisesta, 3. lapsen oikeudesta elämään ja kehittymiseen ja 4. lapsen oman näkemyksen kunnioittamisesta (Mikä on lapsen oikeuksien sopimus 2019), jotka tulee huomioida kaikkien artiklojen tulkinnassa. Sopimus jakautuu lapsen oikeuksia eritteleviin artikloihin (YK:n yleissopimus lasten oikeuksista), joista voidaan nostaa esille keskeisimmät artiklat eli sopimuksen osat, jotka liittyvät muun muassa keskeisesti lapsen oikeuteen liikkua ja voida hyvin. YK:n lapsen oikeuksien komitean julkaisemia yleisiä kommenttitekstejä voidaan pitää erikseen vielä yksittäisten artiklojen tulkintaohjeina (YK:n lapsen oikeuksien komitean yleiskommentit 2019).

Lapsen oikeutta voida hyvin voidaan tulkita siten, että YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus kokonaisuudessaan sitoo jokaista YK:n jäsenvaltiota huomioimaan lapsen ihmisoikeudellisen aseman toteutumiseen liittyvät tekijät, sekä osana valtiollista lainsäädäntöä että poliittista ohjausta. Lapsen hyvinvoinnin käsite voidaan määritellä usealla eri tavalla. Opetus- ja kulttuuriministeriö laatiessaan lasten hyvinvoinnille kansallisia lasten hyvinvoinnin mittaamiseen käytettäviä indikaattoreita, määritteli hyvinvoinnin toisaalta yhteiskunnallisista olosuhteista riippuvaksi, jolloin hyvinvoinnin tasoa voidaan kuvata sekä tarjolla olevina resursseina että resursien jakaantumisenä yhteiskunnassa. Tästä näkökulmasta lastenkin hyvinvoinnin katsotaan olevan suhteessa ihmisten sosiaaliseen ja hyvinvoinnilliseen tasa-arvoisuuteen. Toisaalta hyvinvoinnin laajan käsitteen nähdään huomioivan myös yksilön kokemuksen eli lapsen arvion omasta hyvinvoinnistaan. (Lasten hyvinvoinnin kansalliset indikaattorit 2011.) Lasten hyvinvoinnin voidaankin tulkita olevan laajana käsitteenä kaikkea ihmisen synnynnäiseen arvoon – ihmisoikeuteen liittyviä tekijöitä, mutta vielä kohdistetummin perheen yhteiskunnalliseen asemaan; erityisesti lapsen hyvinvoinnin ja luonnollisen kasvun mahdollistamiseen tähtäävän valtiollisen hyvinvointipolitiikan toimenpiteiden yhteistulos. Näin YK:n lapsen oikeuksien sopimus pyrkii lähtökohtaisesti turvaamaan lapsen turvallisen kasvun ja hyvinvoinnin, riippumatta

siitä tarkastellaanko lapsen hyvinvointia yhteiskunnallisten toimenpiteiden tai yksilöllisten hyvinvointiin vaikuttavien tekijöiden näkökulmasta. (YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista.)

Lapsen oikeus liikkua voidaan nähdä osana lapsen tasapainoista kasvua ja lapsen fyysinen aktiivisuus yhtenä luonnollisena osana lapsen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Lapsen liikkumisen oikeus sitoutuukin näin tiiviisti osaksi lapsen oikeuksien yleissopimusta, mutta sen tarkempi tulkinta voidaan tehdä kohdennetusti eri artiklojen sekä yleiskommenttien kautta. Uusien varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten pohjalle (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016) onkin koottu kattava lapsen oikeuksien sopimuskohtien kooste, joka tiivistää hyvin sen, kuinka lapsen oikeudet muodostavat lasten liikuntakasvatukselle aikuisten lapsikeskeisen toiminnan velvoitepohjan (kuva 1).



KUVA 1. Lapsen oikeuksista aikuisten velvoitteiksi. (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016.)

Fyysisen aktiivisuuden toteutuminen lapsen arjessa on lapsen oikeus, joka muodostaa samalla aikuisten velvoitteen turvata jokaiselle lapselle riittävä fyysisen aktiivisuuden, liikkeen sekä leikin mahdollisuus. (Muuronen 2016, 7-9.) Uusien varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksien (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016) Lapsen oikeuksien yleissopimuksellinen pohja velvoittaa kaikkia lapsen kasvuun yhteydessä olevia toimijoita. Suositukset velvoittavat kaikkia eri toimijoita, niin kuntia kuin liikuntakasvatuksenkin parissa toimivia tahoja, mutta isossa kuvassa myös suomalaista yhteiskuntaa, huomioimaan uusien suosituksien toteutumiseen vaadittavien toimien ja politiikkaohjelmien valmistelussa sekä jalkauttamisessa sen, että suomalaisen liikuntakulttuurin tulee parhaalla mahdollisella tavalla tukea lapsen oikeutta liikkua ja voida hyvin. YK:n lapsen oikeuksien yleissopimuksen eri sopimuskohtien entistä vahvempi huomiointi uusissa varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksissa, on näin turvaamassa jokaisen lapsen turvallista; taustasta ja olosuhteista riippumatonta kasvua liikunnan avulla ja liikunnan keinoin. (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016.)

## **2.2 Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset**

Fyysinen aktiivisuus on ihmisen kehon liikettä, joka saadaan aikaiseksi luustolihasien avulla ja joka johtaa energian kulutuksen lisääntymiseen (Caspersen ym. 1985; Global recommendations on physical activity for health 2010). Lapsen fyysinen aktiivisuus jaetaan usein intensiteetin mukaisesti joko kevyesti, reippaasti tai vauhdikkaasti toteutettuun aktiivisuuteen (Dwyer, Baur & Hardy 2009) ja sen voidaan sanoa tapahtuvan ja olevan läsnä kaikissa lapsen luonnollisissa elinympäristöissä – kotona, päiväkodissa, kodin ympäristössä ja muissa harrastuksissa tai perheen lähitoimintaympäristöön kuuluvissa paikoissa sekä kuljettaessa paikasta toiseen (Ding Ding, Sallis, Kerr, Lee & Rosenberg 2011; Soini 2015). Fyysistä aktiivisuutta voidaankin pitää moninaisena lasten liikkumista kuvaavana käsitteenä, jota voidaan tarkastella niin määrän, useuden ja keston kuin laadunkin eli rasittavuuden ja toteutustavan näkökulmasta (Global recommendations on physical activity for health 2010, 16; Trost 2007). Lapsen fyysinen aktiivisuus onkin oikeastaan yksinkertaisimmillaan leikin keinoin tapahtuvaa lapsen luonnollista liikettä – fyysisesti aktiivista leikkiä, jonka intensiteetti, toteuttamisen tapa sekä useus vaihtelevat (Pellegrini & Smith 1998). Lapsen fyysinen aktiivisuus ilmeneekin usein luonnostaan lapsen arjessa ilman erillistä tavoitetta tai tarkoitusta (Timmons, Naylor, Pfeiffer 2007).

Maailman terveysjärjestön (WHO) yleiskokouksessa vuonna 2004 hyväksyttiin päätöslauselma siitä, että WHO:n kaikki jäsenmaat sitoutuvat laatimaan maakohtaiset suunnitelmat ja suositukset kansalaisten terveyttä edistävän liikunnan lisäämiseksi. Päätöslauselman pohjalta suositeltiin, että jokainen jäsenmaa laatii kansalliset terveyttä edistävän fyysisen aktiivisuuden suositukset sekä pyrkii jalkauttamaan kansallisia politiikka- ja interventio-ohjelmia, jotka edistävät kansalaisten terveyttä; niin fyysisen aktiivisuuden lisäämisen kuin yhdyskuntasuunnittelun ja mahdollisuuksien näkökulmasta ihmisen elinkaarelle sijoittuvissa toimintaympäristöissä. Päätöslauselman ja suosituksen taustalla oli elintapasairauksien riskien kansalliseen ehkäisyyn pyrkiminen. (Global recommendations on physical activity for health 2010.) Vuonna 2010 julkaistiin lopulta laajaan tieteelliseen tutkimuskatsaukseen pohjatuun kansainväliset fyysisen aktiivisuuden suositukset, jotka loivat pohjan elämänkaaren eri vaiheissa olevien ihmisten terveyttä edistävälle fyysisen aktiivisuuden suosituksille. (Global recommendations on physical activity for health 2010.)

Suomessa alle kouluikäisten lasten fyysisen aktiivisuuden ensimmäiset suositukset laadittiin jo vuonna 2005 (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005). Suomi oli kansainvälisesti tarkasteltuna ensimmäisiä valtioita, jotka laativat kohdistetut suositukset alle kouluikäisten terveyttä edistävän liikunnan vahvistamiseksi kansallisella tasolla. Vuonna 2005 laaditut Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset (2005), luotiin tukemaan aiemmin vuonna 2003 laadittua Varhaiskasvatussuunnitelman perusteita, Vasu:a (2005). Vasu:n tavoitteena oli erityisesti edistää varhaiskasvatuksen yhdenvertaista toteutusta koko Suomessa sekä ohjata alle kouluikäisten kasvatuksen sisällöllistä kehittämistä kohti entistä laadukkaampaa ja yhdenmukaisempaa suomalaista varhaiskasvattamisen toimintamallia (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2005, 7).

Ensimmäisten alle kouluikäisten lasten liikunnan suosituksien tavoitteena olikin kuvata Vasua yksityiskohtaisemmin varhaiskasvatuksen liikuntakasvatukseen liittyviä perusteita, miten liikunnan ja leikin avulla voidaan parhaalla mahdollisella tavalla edistää lapsen tasapainoista kasvua, kehitystä, oppimista ja hyvinvointia (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005, 7). Suosituksia voidaankin pitää kattavana katsauksena alle kouluikäisten lasten liikuntakasvatuksesta, joka sisältää ohjeistuksellisia työvälineitä varhaiskasvattajille niin liikunnan annostelun, laadun, toteutuksen kuin ympäristön ja eri välineidenkin osalta. Tästä näkökulmasta katsottuna

ensimmäisissä suosituksissa lapsi näyttäytyy vahvasti varhaiskasvatuksen parissa toimivien ammattilaisten toteuttaman liikuntakasvatuksen kohteena, jossa keskeisessä asemassa oli varmistaa ammattilaisten riittävä tieto ja osaaminen terveyttä edistävän liikuntakasvatuksen toteutuksesta. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset 2005.)

Varhaiskasvatuksen ja näin myös alle kouluikäisten liikuntakasvatuksenkin arkitodellisuutta haastaa muuttunut yhteiskunta eri muodoissaan sekä siihen liittyen erityisesti toimintaympäristön muutokset, jotka vaikuttavat lasten ja perheiden elintapoihin. Viimeisten vuosikymmenten aikana lasten arjessa tapahtuva fyysinen aktiivisuus on muuttanut muotoaan ja teknologinen kehitys on tuonut mukanaan muun muassa lisääntyneen ruutuajan (Kokko, Mehtälä, Villberg, Ng & Hämylä 2016). Yleinen käsitys lasten arjessa tapahtuneesta fyysisen aktiivisuuden merkittävästä vähenemisestä on kuitenkin tutkimuksen valossa osin ristiriitainen. Arjessa tapahtuneita muutoksia on toki tapahtunut muun muassa teknologisen kehityksen ja fyysistä aktiivisuutta vaativien lapsen paikasta toiseen tapahtuvien kulkemismuotojen osalta. (Booth, Rowland & Dollmann 2015.)

Vuonna 2015 käynnistyi Ilo kasvaa liikkuen- valtakunnallinen varhaiskasvatuksen ohjelma (Likes koordinoi valtakunnallisia liikunnan edistämisen ohjelmia 2019), jonka tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle varhaiskasvatuksen piirissä olevalle lapselle riittävä päivittäisen fyysisen aktiivisuuden toteutuminen ja liikkumisen ilo. Ohjelma tarjoaa varhaiskasvatuksen eri toimijoille välineitä ja tukea lasten liikkumisen lisäämiseksi osana oman työn kehittämistä sekä samalla pyrkii entisestään vahvistamaan liikuntakasvatuksen asemaa osana paikallisia varhaiskasvatussuunnitelmia. Ilo kasvaa liikkuen ohjelmakauden alussa tunnistettiin tarve päivittää vuonna 2005 laaditut ensimmäiset Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Päivittäminen nousi tarpeesta koostaa lasten fyysiseen aktiivisuuteen liittyvä uusin, jo varsin laaja-alainen tutkimustieto yhtenäiseksi koosteeksi, jonka pohjalta luotiin lopulta tutkimusperustainen pohja uusille Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille, Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä (2016).

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016) luovat valtakunnallisen suosituspohjan kaikkien alle kahdeksan vuotiaiden lasten fyysiselle aktiivisuudelle ja lasten liikunnan toteuttamiselle niin määrän, laadun kuin fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintaympäristön näkökulmasta. Suositusten vahva oikeutuksellinen pohja nojaa YK:n lasten oikeuksien sopimukseen sekä varhaiskasvatus-, perusopetus- ja liikuntalakien lasten leikin ja liikunnan merkitystä korostaviin näkökulmiin (Perusopetuslaki 1998; Varhaiskasvatuslaki 2018; Liikuntalaki 2015).

Merkittävin ero uusissa suosituksissa edellisiin Varhaiskasvatuksen liikuntasuositukseen (2005) nähden on lapsen subjektiivisen roolin korostuminen sekä lapsen oikeuksiin perustuva lapsen oikeus kokea liikunnan iloa, leikkiä sekä yhdessä tekemistä niin aikuisten kuin muidenkin lasten kanssa turvallista kasvua edistävissä, liikunnallisissa toimintaympäristöissä. Uudet Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016) sitovatkin entistä vahvemmin lapsen fyysisen aktiivisuuden osaksi lapsen oikeuksien turvaamista. Vahva oikeutuksellinen eetos muodostaa näin varhaiskasvatuksen eri toimintakentillä liikuntakasvatusta toteuttaville toimijoille entistä vahvemman velvoitteen pyrkiä turvaamaan lapsen oikeuksien toteutuminen turvallista ja lapsen kasvua, kehitystä ja oppimista edistävän liikuntakasvatuksen keinoin. Voitaneenkin todeta, että uudet suositukset pyrkivät antamaan edellisten suositusten ohjeistuksien ohella aikuisille entistä vahvempaa ymmärrystä siitä, mitä lapsikeskeisyys tarkoittaa osana lapsen liikuntakasvatuksen kehittämistä ja toteutusta ammattikasvattajien velvollisuuden näkökulmasta.

Haasteet kansallisten ja globaalien fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutumisessa on tunnistettu globaaliksi ihmisten terveyttä uhkaavaksi tekijäksi viimeisten vuosikymmenten aikana. Iso osa eri valtioiden kansalaisista ei täytä suositusten mukaista fyysisen aktiivisuuden määrää. (mm. Blair 2009; Khan 2009; Hallal ym 2012; Trost, Blair & Khan 2014.) Samaan aikaan fyysisen aktiivisuuden merkitys terveydelle elämäkaaren kaikissa vaiheissa on tunnistettu koko ajan vahvistuvan tutkimusnäytön keinoin (mm.; Lee ym. 2012; Kohl 2012; Rutten ym. 2013). Alle kouluikäisten fyysisen aktiivisuuden suositusten toteutuminen on näyttäytynyt viimeisen vuosikymmenen aikana useiden tutkimuksien valossa huolestuttavalta. Huolta aiheuttaa erityi-

sesti reippaan liikunnan määrän toteutuminen lapsen arjessa eli toisin sanoen fyysisen aktiivisuuden kuormittavuus ei ole riittävää suhteessa suosituksiin. (Hinkley ym. 2008; Bornstein, Beets, Byun & McIver 2011; Reunamo, Sares & Ruismäki 2012.)

Suomen kansallisten Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositusten ollessa (2016) vielä uusia, voidaan suomalaisten lasten suositusten toteutumisen tasoa arvioida valtakunnallisten, tutkimustietoon perustuvien Lasten ja nuorten liikunnasta tehtyjen tulokorttien avulla (Lasten ja nuorten liikunta 2014; Tulokortti 2016; Tulokortti 2018). Tulokorttien mukaan edelleen huolestuttava määrä lapsista viettää terveytensä kannalta liian paljon aikaa passiivisesti joko paikallaan istuen tai muuten vähäisesti kuormittavassa toiminnassa. Tätä käsitystä tukee myös Anne Soinin (2015) väitöskirja aineiston tulokset, missä tuodaan esille vuoden 2005 Varhaiskasvatuksen suositusten puutteellisuus nimenomaan paikallaan oloajan vähentämisen ohjeistuksien osalta.

Toisaalta Lasten ja nuorten liikunta Suomessa - tulokortteja vertailemalla vuosien 2016 ja 2018 osalta alle kouluikäisten fyysisen kokonaisaktiivisuuden tasoissa voidaan nähdä nousua, kuten myös kaikissa muissakin lasten- ja nuorten ikäryhmissä. Suomalaiset varhaiskasvatuksen keskeiset toimijat – päiväkodit, ovat kiinnittyneet Ilo kasvaa liikkuen- valtakunnalliseen varhaiskasvatuksen ohjelmaan noin 56%:sti. Lisäksi vuoden 2018 tulokortin mukaan kunnalliset varhaiskasvatuksen toimijat ovat kiinnittäneet merkittävällä tasolla huomiota liikkumisen edistämiseen niin päiväkotien toimintaympäristöjen liikunnallistamisen kuin varhaiskasvatuksen ammattilaisten täydennyskoulutuksen näkökulmasta. Vaikka tulokorteista on nähtävissä positiivista kehitystä, on muistettava, että edelleen alle kouluikäisten kokonaisaktiivisuus täyttyy suositusten mukaan vain hiukan alle 60%:lla lapsista. (Lasten ja nuorten liikunta 2014; Tulokortti 2016; Tulokortti 2018.)

### **2.3 Fyysisen aktiivisuuden yhteydet lapsen terveyteen ja hyvinvointiin**

Kansainvälinen sekä kansallinen tieteellinen näyttö tukee käsitystä siitä, että lapsen fyysisesti aktiivinen elämäntapa tukee lapsen tasapainoista kehitystä ja kasvua (Tieteelliset perusteet var-



haisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016). Muun muassa lasten ylipainon lisääntyminen on tunnistettu jo vuosien ajan globaaliksi terveysuhaksi, jonka pohjalta useat tutkimukset puoltavat kohdistettujen interventioiden kehittämistä niin aikuisten kuin lastenkin ylipainon vähentämiseksi (Ng, Fleming, Robinson, Thomson, Graetz, Margono ym. 2014; Nyström, Henriksson, Martinez- Vizcaino ym. 2017; NCD Risk Factor Collaboration 2017;).

Kansallinen suomalaisten lasten ja nuorten liikuntaa arvioiva tuloskortti (2018) tarkastelee fyysisen aktiivisuuden yhteyksiä erityisesti liikunnallisen elämäntavan edistämisen näkökulmasta, jossa fyysisesti aktiivinen lapsuus nähdään pohjana terveelle ja hyvinvoivalle aikuisuudelle. Keskitasoisella tai reippaalla fyysisellä aktiivisuudella on osoitettu olevan useita lapsen terveyden merkittävästi vaikuttavia seikkoja, kuten positiivinen yhteys optimaaliseen kehonkoostumukseen, painon hallintaan sekä luuston tiheyteen (Janssen & Leblanc 2010). Tämän ohella lasten ja nuorten liikuntasuosituksen mukaisen fyysisen aktiivisuuden toteutuminen eli toisaalta liikunnallisen elämäntavan omaksuminen, on positiivisessa yhteydessä useisiin terveysmuuttujiin lapsen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämisessä (Poitras ym. 2016).

Fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elämäntavan omaksumista haastaa lasten lisääntynyt passiivisuus (Haapala ym. 2016) sekä vuosien saatossa lisääntynyt ruutu- tai erilaisten medialaitteiden äärellä vietetty aika (Downing, Hnatiuk & Hasketh 2015). Fyysisen passiivisuuden yhteyksiä lasten ylipainon kehittymiseen (NCD Risk Factor Collaboration 2017) ja siihen vaikuttavien määreiden, kuten kehon koostumus ja rasvapitoisuus, on tutkittu muun muassa Leblanc ym. 2012 ja Carson ym. (2016) toimesta. Runsaalla medialaitteiden käytöllä on havaittu olevan joitakin yhteyksiä erityisesti suurempaan kehon rasvapitoisuuteen sekä alle neljä- vuotiailla (Leblanc ym. 2012) että yli viisi- vuotiailla (Carson ym. 2016). Fyysisen aktiivisuuden roolia voidaankin pitää yhtenä merkittävänä osana lasten terveyden edistämiseen tähtäävien painonhallinta- ja passiivisuutta vähentämään pyrkivien interventioiden suunnittelussa ja toteutuksessa.

Reippaan fyysisen aktiivisuuden toteutumisen on todettu olevan yhteydessä lasten sydänterveyttä edistäviin tekijöihin kardiometabolisia riskitekijöitä ehkäisevällä tavalla (Janssen & Leblanc 2010; Dias, Green, Ingul, Pavey & Coombes 2015; Poitras ym. 2016). Lisäksi tutkimukset

ovat osoittaneet selviä fyysisen aktiivisuuden tuottamia positiivisia yhteyksiä lasten ja nuorten luuterveyteen (Nikander ym. 2010) sekä vahvistuneeseen fyysiseen kuntoon ja lapsen luonnollisen toimintakyvyn kehittymiseen (Hills, King & Armstrong 2007). Lasten ja nuorten suosituksen mukaisen fyysisen aktiivisuuden toteutumisen yhteyksiä on tutkittu runsaasti myös motoristen perustaitojen ja kognitiivisen kehittymisen näkökulmasta (Robinson ym. 2015).

Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden yhteyksien tutkimusnäyttöä lapsen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja terveyteen voitane pitää laajana ja monipuolisena. Huomionarvoista on kuitenkin se, että useat tutkimukset käsittelevät edelleen merkittävässä määrin yli kahdeksan vuotiaiden lasten ja nuorten aktiivisuuden yhteyksiä terveyteen. Alle kouluikäisten fyysisen aktiivisuuden tutkimusta voidaan pitää vielä toistaiseksi vähäisenä (Haapala, Pulakka, Haapala & Lakka 2016). Lapsen fyysinen aktiivisuus ilmenee monipuolisesti intensiteetiltään vaihtelevana leikkinä, joka usein toteutuu spontaanisti lapsen arjessa (Pellegrini & Smith 1998). Näin ollen lapsen terveyttä tukevan liikunnallisen elämäntavan voidaan nähdä rakentuvan fyysisesti aktiivisesta elämästä lapsen luonnollisissa toimintaympäristöissä, joissa eri mittaisissa jaksoissa ja eri tasoisella intensiteetillä tapahtuva fyysinen aktiivisuus peittoaa lapsen terveyttä uhkaavan passiivisuuden (Poitras ym. 2016).

### 3 VANHEMPIEN SOSIOEKONOMINEN TAUSTA

Suomen hallitusohjelma 2019 julistaa pontevasti: ”Osallistava ja osaava Suomi – sosiaalisesti, taloudellisesti ja ekologisesti kestävä yhteiskunta”. Pääministeri Antti Rinteen hallitusohjelman yhtenä strategisena kokonaisuutena mainitaan: oikeudenmukainen, yhdenvertainen ja mukaan ottava Suomi. Kokonaisuuden tilannekuvassa nostetaan esille suomalaisen perhepolitiikan nopeasti muuttunut toimintaympäristö, joka haastaa perheitä uudella tavalla niin muuttuvien perhemuotojen, nykyisten tuenmuotojen riittämättömyyden kuin lapsiperheköyhyydenkin osalta. Keinoina hallitus tarjoaa tavoitetta, jonka päämääränä on huolehtia kaikkien suomalaisten elintason kehityksestä ja nykyistä tasaisemmasta tulonjaosta. (Valtioneuvosto 2019.)

Sosioekonomiaan liittyviä terveyseroja selvittävä tutkimus on vahvistunut merkittävästi aina 1990-luvulta alkaen. Tutkimusnäyttö terveyserojen olemassa olosta on tänä päivänä jo täysin kiistatonta. Tulonjakautuminen ei ole tasaista ja sitä esiintyy niin vauraissa länsimaisissa yhteiskunnissa kuin köyhyyden värittämissä kolmannenkin maailman valtioissa. (Bouchard, Albertini, Batista & Monigny 2015.) Maailman terveysjärjestö, WHO, on määritellyt terveyden yhdeksi ihmisarvon perusoikeudeksi, rotuun, uskontoon, poliittiseen vakaumukseen, taloudelliseen asemaan tai sosiaalisista olosuhteista riippumatta aina perustamisestaan saakka (Constitution of the World Health Organization 2006).

Liikunta ja fyysinen aktiivisuus on kiinnittynyt entistä kiinteämmäksi osaksi ihmisten terveyden edistämistä ja toimintakyvyn ylläpitoa viimeisten vuosikymmenien aikana. Liikunnalla on osoitettu olevan koko ajan vahvistuva rooli niin sairauksien ennaltaehkäisyssä kuin oireiden hoidossakin. Tästä kertoo niin kansainvälisten ja kansallistenkin liikunnan käypähoitosuosituksien (Physical Activity Guidelines for Americans 2018; Liikunta: käypähoitosuositus, 2016) jatkuva päivittäminen alati uusiutuvan tutkimusnäytön perusteella. Terveyden ollessa yksi ihmisarvon perusoikeus, voidaan liikunnan ja fyysisen aktiivisuuden toteutuminen ihmisen elämässä määritellä ihmisen terveyteen kiinnittyväksi, ihmisoikeussopimukseen nojaavaksi perusoikeudeksi.

Sosioekonomiseen keskusteluun liittyy kiinteästi eriarvoisuus. Ruotsalainen sosiologi Göran Therborn (2014) määrittelee eriarvoisuutta kolmella ulottuvuudella: 1. elämänehtojen eriarvoisuus, jolla hän viittaa ihmisen elinmahdollisuuksiin vaikuttavaa sosiaalisesti rakentuvaa eriarvoisuutta, jota voidaan tarkastella kuolleisuuden, elinvuosien ja muun muassa nälkää- ja aliravitsemusta kartoittavien tutkimuksien avulla. 2. Eksistentiaalinen eriarvoisuus, jolla hän viittaa ihmisarvoon liittyvään eriarvoisuuteen. Tämä tarkoittaa kaikkien ihmisten tasa-arvoista mahdollisuutta tulla kohdatuksi ja kunnioitetuksi omana itsenään. 3. Resurssien eriarvoisuus, jolla hän viittaa siihen, että ihmisillä on elämässään käytössä eri suuruisia resursseja – esimerkkinä taloudellista pääomaa. Tähän kohtaan Therborn toteaa lisäksi sen tosiasian, että yleensä ihmisen ensimmäinen resurssi muodostuu vanhempien ympärille – heidän palkkakuitinsa, heidän varallisuutensa, koulutuksensa sekä tietonsa ympärille. (Therborn 2014, 62-63.) Näin ollen voidaan todeta, ettei lapsi edelleenkään voi valita vanhempiaan. Vanhempien sosioekonomisen taustan yhteys lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen on näin varsin keskeinen näkökulma tarkasteltaessa lapsen oikeutta liikkua ja voida hyvin.

Vanhempien sosioekonomiseen taustaan liittyvinä tekijöinä voidaan pitää työmarkkina-asemaa, koulutusta ja tulotasoa (Mikä maksaa? 2014). Tämän ohella osassa tutkimuksia perherakenne mainitaan sosioekonomisten tekijöiden rinnalla tarkastelun kohteena muun muassa kahden- ja yhden vanhemman perhemuodon liitettävien taloudellisten ja sosiaalisten eroavaisuuksien vuoksi. (Lehto, Corander, Ray & Roos 2009.) Huolimatta suomalaisen hyvinvointivaltion positiivisesta kehityksestä useilla eri sektoreilla, hyvinvointi ja terveys ei jakaannu tasaisesti eri väestöryhmien välillä. Korkeamman tuloluokan sekä koulutustason omaavat ihmiset voivat selkeästi paremmin ja ovat terveempiä (Vaarama, Siljander, Luoma & Meriläinen 2010), mikä ei luonnollisesti voi olla heijastumatta myös lapsiperheiden elämään. Esimerkiksi vuonna 2017 Suomessa oli noin 570 000 lapsiperhettä. Keskimääräisesti lapsiperheiden tulot olivat hiukan muita kotitalouksia suuremmat, mutta tarkasteltaessa kahden ja yhden vanhemman perheiden eroja, huomataan, että kahden vanhemman perheet sijoittuvat tasaisesti tulonjakotilaston eri tuloluokkiin ja yhden vanhemman perheistä 40% kuului pienituloisempaan tuloviidennekseen vuoden 2016 tilastoissa. (Lapsen aika 2019.) Vuosien 2010-2013 välisenä aikana lapsiperheiden elinoloja ja hyvinvointia tarkastellut aineisto osoittaa, että lapsiperheiden keskimääräinen hyvinvointikokemus on vahvistunut, mutta edelleen yksinhuoltajaperheisiin kohdistuu enemmän niin hyvinvoinnillista kuin sosioekonomistakin kuormaa (Kaikkonen ym. 2014).

### 3.1 Koulutustausta

Vanhempien koulutustaustan ja lapsen fyysisen aktiivisuuden yhteyksiä selvittäneiden tutkimuksien tulokset ovat löyhien ja vahvojen yhteyksien sekoitus. Valtion liikuntaneuvoston (2014) laatima julkaisu *Mikä maksaa?* antaa vahvan viitteen siitä, että sosioekonomisen taustan yhteyksien tutkimusta lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden käyttäytymiseen tulee edelleen jatkaa; erityisesti entistä yhtenäisemmin menetelmin. (*Mitä maksaa?* 2014.) Lasten fyysisen aktiivisuuden mittaamisen ja lapsen sosioekonomisen statuksen luokittelussa sekä tietojen ilmoittamisen tavassa esiintyy merkittävää vaihtelua eri tutkimuksien välillä. Erot voivat liittyä tutkijoiden käsitykseen eri väestöryhmissä ilmenevän sosioekonomisen statuksen olennaisuuden arvioinnista. Näyttääkin sille, ettei sosioekonomisen aseman yhteys ole ollut tutkimuksen keskiössä, jolloin tietoja on saatu ikään kuin muiden tutkimustavoitteiden sivutuotteina. (Hakamäki 2014, 24.) Nykytilanteen valossa näyttää sille, että tutkimuksellinen mielenkiinto on myös vahvistumassa sosioekonomisten taustatekijöiden itsenäiseen tarkasteluun.

Palomäki ym. (2016) löysivät tuloksen siitä, että korkeakoulutettujen isien nuoret ovat fyysisesti aktiivisempia kuin alemman koulutustason saaneiden isien. Samassa tutkimuksessa havaittiin myös yhteys siinä, että korkeakoulutettujen vanhempien nuoret osallistuvat ohjattuun harrastustoimintaan suuremmalla todennäköisyydellä kuin ei korkeakoulutuksen saaneiden vanhempien. (Palomäki ym. 2016.) Vastaavasti alle kouluikäisten fyysistä aktiivisuutta eri konteksteissa tarkastellutta, objektiiviseen liikemittaukseen perustuvassa tutkimuksessa havaittiin, että korkeakoulutettujen äitien tyttölapset liikkuivat arkena ja viikonloppuna vähemmän kuin matalamman koulutuksen saaneiden äitien tyttölapset. Samassa tutkimuksessa havaittiin myös, että matalamman koulutuksen saaneiden äitien poikalapset olivat passiivisempia arjen ja viikonloppun aikana kun taas korkeakoulutettujen äitien pojat olivat aktiivisempia. (Määttä ym. 2017a.)

Perheen korkeamman sosioekonomisen aseman on osoitettu olevan yhteydessä lasten terveellisiin elintapoihin. Vanhempien ylempi korkeakoulututkinto lisää lasten säännöllisen liikunnan harrastamisen todennäköisyyttä, mutta myös indikoi maltillisempaa ruutu-aikaa – enintään kaksi tuntia päivässä. (Lehto, Corander, Ray & Roos 2009). Vastaavia tuloksia löytyi Kantomaa,

Tammelin, Näyhä & Taanila (2007) tutkimuksessa, jossa korkeakoulutuksen saaneiden vanhempien lapset olivat aktiivisempia kuin matalan koulutuksen saaneiden vanhempien lapset. Kuitenkin merkille pantavaa oli, että tässä tutkimuksessa yhteys ruutuaikaan oli käänteinen suhteessa Lehdon ym. (2009) tuloksiin. Määttä ym. (2014) tutkivat vanhempien osoittaman sosiaalisen tuen ja koulutustason yhteyttä lasten objektiivisesti mitattuun liikuntaan. Äidin korkeampi koulutustaso oli yhteydessä erityisesti lasten arkiliikunnan määrään ja isien korkea koulutustaso oli yhteydessä lasten viikonlopun aikaiseen liikunnan määrään. (Määttä ym. 2014.)

Samoin Määttä ym. (2017b) löysivät yhteyksiä vanhempien matalan koulutustason ja alle kouluikäisten lasten passiivisuuden – istumisen ja liikkumattoman ajan välillä. Matalamman tulotason perheissä kasvavilla lapsilla on selkeästi isompi riski ylittää ruutuaikojen päivittäissuosittukset kuin korkeamman tulotason perheissä kasvavilla lapsilla. Kuitenkin tutkimustuloksena todetaan, että vanhempien sosioekonomisen aseman yhteys lasten istumiseen on riippuvainen siitä, millaisia indikaattoreita tutkimusasetelmassa käytetään ja millaisissa yhteyksissä tarkastelua tehdään. Näin ollen lasten passiivisuuden vähentämiseen kohdistettavien interventiodien tulisi kohdistua lapsen kotona vietettyyn aikaan. (Määttä ym. 2017b.) Tästä näkökulmasta mielenkiintoinen tulos on myös Tandon ym. (2012) tutkimuksesta, jossa matalan sosioekonomisen taustan (muuttujina sekä koulutus ja tulotaso) omaavissa perheissä 6-9-vuotiailla lapsilla oli suurempi todennäköisyys saada käyttöönsä elektronisia medialaitteita omaan huoneeseensa, mutta vähäisempi mahdollisuus saada käyttöön muita kannettavia leikkivälineitä. Selvää olikin, että matalamman sosioekonomisen taustan perheiden lasten ruutuaika oli korkeampi kuin korkeamman sosioekonomisen taustan perheissä. Kuitenkaan tutkimus ei löytänyt sosioekonomiaan liittyviä eroja lasten kotiolosuhteissa tapahtuvan keskitasoisen tai reippaan aktiivisuuden toteutumisen välillä. (Tandon ym. 2012.)

Vanhempien korkeampi koulutustausta näyttäytyy näin yhtenä indikoivana tekijänä lasten liikumisen ja fyysisen aktiivisuuden sekä lapsen paikallaan viettämän ajan toteutumisessa. Vuosien 1977-2005 välisenä aikana sosioekonomisen taustan yhteys lasten aktiivisuuden määrään niin ohjatussa liikunnassa tai urheilussa kuin vapaa-ajalla tapahtuvaan reippaaseen liikkumiseen, on pysynyt varsin samanlaisena. On nähtävissä selkeä yhteys siihen, että korkeamman koulutustason omaavien vanhempien lapset ovat ja ovat olleet fyysisesti aktiivisempia niin

aiemman kuin nykytutkimuksen valossa kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapset. (Telama, Laakso, Nupponen, Rimpelä & Pere 2009.)

### **3.2 Tulotaso**

Vanhempien tulotaso on yksi sosioekonominen tekijä, kun tarkastellaan vanhempien sosioekonomisen taustan yhteyttä lasten fyysiseen aktiivisuuteen. Vanhempien korkeamman tulotason on todettu olevan yhteydessä nuorten yläkouluikäisten lasten fyysiseen aktiivisuuteen sekä ohjattuun seuratoimintaan osallistumiseen. Palomäen ym. (2016) tutkimuksessa todettiin, että ylemmän tuloluokan ja alimman tuloluokan lapsen urheiluseuraharrastamisessa oli 30 % ero tuloluokkien välillä. (Palomäki ym. 2016.) Laajassa väestötutkimuksessa, joka kohdistui vuonna 1986 syntyneisiin lapsiin, todettiin myös, että korkealla tulotasolla oli positiivinen yhteys lapsen aktiivisuuteen – suurituloisten perheiden lapset raportoivat enemmän ripeää liikuntaa ja osallistuivat useammin ohjattuun seuratoimintaan kuin pienituloisten perheiden lapset (Kantomaa, Jaako & Tammelin 2014). Vastaavasti Matsudo ym. (2015) löysivät negatiivisen yhteyden perheen vuosittaisen tulotason ja lasten fyysisen aktiivisuuden suosituksien toteutumisen väliltä. Korkeampi perheen vuosittainen tulotaso oli yhteydessä lapsen matalampaan todennäköisyyteen saavuttaa suosituksien mukainen fyysisen aktiivisuuden määrä. Mikäli perheessä oli tämän lisäksi vähintään yksi auto, heikkeni kyseisten perheiden lasten todennäköisyys fyysisen aktiivisuuden suosituksien saavuttamiseen. (Matsudo ym. 2015.) Tutkimuksia vanhempien sosioekonomisen taustan yhteyksistä lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen tulee tarkastella kuitenkin varovaisesti tulosten yleistämisen osalta liittyen kulttuurisiin tekijöihin, yhteiskuntajärjestelmien eroavaisuuksiin sekä käytettyihin muuttujiin (Hakamäki 2014, 24). Matsudo ym. (2015) tutkimus toteutettiin Brasiliassa ja muun muassa yhtenä perheen taloutta kuvaavana muuttujana käytettiin perheen auton omistamista. Suomalaisissa tutkimuksissa taloutta määrittävinä tekijöinä on usein mainittu perheen vuosittaiset tai kuukausittain käytettävissä olevat tulot.

Vanhempien osoittaman tuen ja sosioekonomisen aseman välisiä yhteyksiä löytyi Seabran ym. (2012) tutkimuksessa, jossa korkeamman tulotason perheiden lapset kokivat saavansa enemmän vanhempien osoittamaa tukea omalle aktiivisuudelleen. Lisäksi korkeamman tulotason

vanhempien koettiin olevan vahvempia aktiivisuuden roolimalleja sekä tarjoavan enemmän kannustusta ja rohkaisua lapsen aktiivisuutta kohtaan. Tutkimuksen yhtensä suosituksena onkin, että jatkossa lasten fyysisen aktiivisuuden edistämiseen tähtäävien interventioiden tulisi kohdistua matalan tulotason perheissä eläviin lapsiin. (Seabra ym. 2012.)

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus vuonna 2014 tarkasteli lasten ja nuorten fyysiseen aktiivisuuteen yhteydessä oleviin tekijöihin kohdistettuja meta-analyyseja tai jo tehtyjä kirjallisuus katsauksia. Katsaus toi esille yhtenevän tutkimusnäytön siitä, että erityisesti nuoruusikään tultaessa lapsilla, jotka kasvavat matalan tulotason perheissä on rajatummalla mahdollisuudella saavuttaa fyysisen aktiivisuuden suosituksia kuin korkeamman tulotason perheissä. Lapsuuden aikainen liikunta on yleensä enemmän epämuodollista ja vapaasti eri olosuhteissa tapahtuvaa, jolloin siihen ei liity samanlaisia kustannuksia kuin esimerkiksi nuorten harrastamiseen liittyä. (Sterdt, Lierch & Walter 2014.)

### **3.3 Perhemuoto**

Vuonna 2018 Suomessa oli yhteensä 562 000 lapsiperhettä, joista 186 180 oli yhden vanhemman perheitä. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikista suomalaisista perheistä 22,78% on yhden huoltajan perheitä. (Tilastokeskus 2019.) Perhemuodoilla on todettu olevan yhteyttä erityisesti taloudelliseen eriarvoisuuteen liittyen muun muassa miesten ja naisten nykyisinkin vielä vallitsevaan palkkatasa-arvottomuuteen sekä perheen kokonaistulojen määrään, kun perheessä on ainoastaan yksi huoltaja suhteessa kahden huoltajan perheisiin. Naisten keskiansiot kuukaudessa ovat pysyneet selkeästi matalammalla tasolla koko 2000-luvun ajan ja tulojen ero miesten ja naisten keskiansioissa on kaventunut edelleen varsin hitaasti. (Tilastokeskus 2018.) Vuonna 2018 yksinhuoltajaperheistä äiti-lapsi perheitä kaikista yksinhuoltajaperheistä oli 19,2% ja isälapsi perheitä ainoastaan 3,3%. Lapsiperheiden sijoituessa yleisesti melko tasaisesti eri tulojakotilastojen tuloluokkiin, yhden vanhemman perheistä 40 % sijoittui vuoden 2016 tulonjakotilastossa pienimpään tuloviidennekseen. Yksinhuoltajaperheiden tulot saman vuoden tilastossa olivat noin 75% lapsikotitalouksien yleisestä tulotasosta. (Tulot ja kulutus 2018.) Yhden huoltajan perheissä asuvien lasten köyhyysriskin on arvioitu olevan kaksinkertainen (19,8%) suhteessa kahden huoltajan perheissä (7,7%) asuviin lapsiin nähden (Lammi-Taskula & Karvonen



2014, 105). Yksinhuoltajuus perherakenteena on osoitettu olevan yhteydessä lapsen tulevaisuuden elämän mahdollisuuksiin niin terveyden kuin koulutuksenkin kautta. Yhden vanhemman perherakenne kaventaa luonnollisesti lapsen kokemaa vanhempien tukea sekä asettaa korkeampia vanhemmuuteen liittyviä vaatimuksia vain yhdelle lapsen huoltosuhteessa olevalle vanhemmalle. (McLanahan & Percheski 2008.)

Alakouluikäisten lasten terveyteen liittyvien elintapojen yhteyttä perheen sosioekonomiseen ja perherakenteeseen liittyen tarkastellut Lehdon ym. (2009) tutkimus osoitti, että perherakenteista– ydinperhe yhteys lapsen säännölliseen liikuntaan oli vain lähellä merkitsevää yhteyttä. Monimuuttujamenetelmää käytettäessä yhteys hävisi. Vuosikymmen myöhemmin norjalaisten kouluikäisten lasten perhemuodon ja fyysisen aktiivisuuden toteutumisen välistä yhteyttä tarkastellut Langøy ym. (2019) tutkimustulos osoittaa, että yhden vanhemman perherakenne tai uusio-perherakenne oli negatiivisesti yhteydessä lapsen viikoittaisen fyysisen aktiivisuuden määrään toteutumiseen ja vastaavasti yhteydessä korkeampaan todennäköisyyteen ylittää päivittäinen yli kahden tunnin ruutu-aika. Selkein tulos oli, että yhden vanhemman perheissä elävien lasten päivittäinen 60 minuutin aktiivisuuden toteutuminen oli epätodennäköisempää kuin ydinperheissä asuvilla lapsilla. Näin ollen perherakenne oli yhteydessä lapsen fyysisen aktiivisuuden suositusten saavuttamiseen sekä päivä- ja viikkotasolla. (Langøy ym. 2019.)

Yhden vanhemman perheissä tyttöjen on muun muassa todettu viettävän enemmän aikaa televisiota katsellen kuin kahden vanhemman perheissä (Bagley, Salmon & Crawford 2005). Ilman sukupuolivaikutusta samankaltaiseen tulokseen tulivat Langoy ym. (2019) yhden vanhemman perheen yhteydestä lasten ruutu-aikaan. Toisaalta vuonna 2015 McMillan, McIsaac & Janssen tutkivat laajalla väestötason otoksella 6-10 luokkalaisten kandalaisten nuorten ruutuajan ja perherakenteen yhteyttä. Ydinperheeseen nähden lasten ruutu-aika yhden vanhemman- ja uusiovanhempiperheessä oli hiukan suurempi, mutta tulos ei ollut tilastollisesti merkitsevä. Myöskään yhden vanhemman perheiden lapsilla ei löydetty suurentunutta todennäköisyyttä ylittää suositusten mukaista viikoittaista ruutu-aikaa.

Perherakenteen ja lasten hyvinvointiin liittyvä yhteys on vahvasti olemassa kaikkialla maailmassa, jopa vauraissa Pohjoismaissa (Thomson & McLanahan 2012). Lapset, jotka elävät yksinhuoltajaperheissä kokevat muita useammin aineellista niukkuutta ja vähäisempää vanhempien osoittamaa tukea. Niillä on todettu olevan vaikutuksia lapsen terveyteen (Låftman 2009). Ydinperheeseen eli kahden vanhemman perheeseen verrattuna on kuitenkin selvää, että yhden vanhemman perheen lapsen kokema vanhempien tuki on vähäisempää sekä taloudellinen epävarmuus koskettaa heitä todennäköisemmin (Amato 2000).

#### 4 VANHEMMAT LASTEN FYYSISEN AKTIIVISUUDEEN EDISTÄJINÄ

Lasten ja nuorten fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttavia tekijöitä on tutkittu viimeisten vuosien aikana paljon ja useimpien vaikuttimena on ollut tutkimusnäytön koostaminen entistä kohdistetumpien lasten liikuntaa edistävien interventioiden kehittämiseksi (Sallis, Prochaska & Taylor 2000; Bauman, Seis, Sallis, Wells, Loos & Martin 2012; Yao & Rhodes 2015). Varhaisvuosien fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttavia tekijöitä voidaan tarkastella lapsen yksilöllisten ominaisuuksien, sosiaalisen ympäristön sekä toimintaympäristön näkökulmasta. Liikunnallisen elämäntavan muodostumiseen vaikuttavat moninaisesti niin lapsen geneettiset ja psyykkiset tekijät kuin sosiaaliset ja kulttuurisetkin tekijät. Liikunnallisen elämäntavan kehittymisen voidaankin lapsuudessa todeta kiinnittyvän vahvasti perheen ja lapsen luonnollisen elinympäristön ympärille. (Bauman ym. 2012.)

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset nostavatkin perheen roolin merkitykselliseen asemaan lasten liikunnallisen elämäntavan edistämisessä. ”Mitä isot edellä, sitä pienet perässä”, on suosituksissa mainittu slogan, jonka kautta suositukset rakentavat sillan lapsen oikeudesta liikkua ja voida hyvin perheen tärkeään rooliin. (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016.) Alle kahdeksan vuotiaan lapsen arjen keskeisin kasvuympäristö muodostuu perheen ympärille, jonka yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen ilmenee niin roolimallin (Ferreira ym. 2006; Morgan ym. 2014), sosiaalisen tuen (Määttä, Nuutinen, Ray, Eriksson, Weiderpass & Roos 2014) kuin muuhun kasvatukseen ja perheen arkielämään sitoutuneiden toimintamallien muodossa (Cleland ym. 2011).

Perheen ja vanhempien positiivisia vaikutuksia lasten ja nuorten fyysiseen aktiivisuuteen on tutkittu viime aikoina erityisesti vanhempien antaman sosiaalisen tuen näkökulmasta, joka ilmenee muun muassa liikuntaan kannustamisena sekä lasten liikunnallisen arjen mahdollistajana (Edwardson & Gorely 2010; Palomäki, Huotari & Kokko 2017; Laukkanen ym. 2018). Perheen vaikutukset ja mukana olon huomioivat lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen tähtäävät interventiot ovat viimeaikaisen tutkimuksen valossa osin ristiriitaisia toisiinsa nähden. Toisaalta perheiden huomioimista osana lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen tähtääviä toimenpi-

teitä voidaan pitää onnistuneena ja osaltaan lapsen aktiivisuuden vaikuttavana tekijänä (Sääkslahti, Numminen, Salo, Tuominen, Helenius & Välimäki 2004; van Sluijjs, Kriemler & McMinn 2011; Viitasalo ym. 2016), mutta erityisesti objektiivisesti mitattuun lasten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseen perheinterventioiden on todettu olleen lähes tehottomia (Metcalf ym. 2012). Tutkimuskatsauksien kohteina olleita interventioita heikentää muun muassa tuloksien raportointitapojen heterogeenisuus sekä asetelmien moninaisuus (Connor, Jago & Baranowski 2009; van Sluijjs ym. 2011). Kuitenkin mm. Cleland ym. (2011), Edwardson & Gorely (2010) ja Yao & Rhodes (2015) toteavat tutkimuksensa yhteenvedoissa, että vanhempien roolia lasten liikunnallisen elämäntavan edistämiseen tähtäävissä interventioissa ja muissa toimenpiteissä tulee vahvistaa. Olennaista olisi kohdistaa tukea erityisesti niille perheille, jotka näyttävät siitä hyötyvän eniten (Laukkanen ym. 2017).

Lasten fyysiseen aktiivisuuteen vaikuttavia tekijöitä on mielekkäintä tämän tutkimuksen valossa tarkastella erityisesti vanhempien liikunnallisen tuen kasvatuskäytäntöjen ja lapsen luonnollisen, jokapäiväisen elinympäristön näkökulmasta. Tuen muotoina voidaan nähdä muun muassa vanhempien liikunnallinen roolimallisuus, motivoiva kannustus ja rohkaisu liikuntaa kohtaan, välineellinen tuki, opastus liikuntaan ja liikkuminen yhdessä lapsen kanssa, kuljettaminen harrastuksiin ja harrastuksien kustannuksien hoitaminen (Henriksen, Ingholt, Rasmussen & Holstein 2016). Tämän kappaleen tarkoituksena on luoda katsaus vanhempien liikunnallisen tuen kasvatuskäytäntöjen ja lapsen arkisen elämympäristön yhteyksistä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen.

#### **4.1 Vanhempien liikunta-aktiivisuuden yhteydet lapsen fyysiseen aktiivisuuteen**

Vanhempien roolia lasten terveystietoisyyden muotoutumisessa voidaan pitää merkittävänä (Lau, Quadrel & Hartman 1990). Vanhempien oman fyysisen aktiivisuuden vaikutusta lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen voidaan tarkastella roolimallin näkökulmasta. On osoitettu, että lapset, jotka mieltävät omat vanhempansa liikunnallisesti aktiiviseksi, kiinnostuvat suuremmalla todennäköisyydellä fyysisesti aktiiviseen elämäntapaan (Edwardson & Gorely 2010; Dollman 2010).

Tutkimusnäyttö vanhempien roolimallin todellisista vaikutuksista on osin kuitenkin ristiriitainen (Edwardson & Gorely 2010), erityisesti isän ja äidin oman fyysisen aktiivisuuden toteutumisen yhteyksistä lasten fyysisen aktiivisuuden tasoon. Tämä todettiin myös 103 tutkimusta käsittäneessä tutkimuskatsauksessa vuonna 2011, jossa vanhempien roolimallin heikkoa yhteyttä pidettiin hiukan yllätyksellisenä tuloksena suhteessa terveystieteiden varsin yleiseen ohjeistukseen vanhempien aktiivisen roolimallin tärkeydestä lapsen aktiivisen elämäntavan syntymisessä (Troost & Loprinzi 2011). Samanlaisiin johtopäätöksiin tulivat myös Yao & Rhodes (2015) laajassa vanhempien vaikutuksia lasten ja murrosikäisten fyysiseen aktiivisuuteen kartoittaneessa meta-analyysissään.

Toisaalta löyhä yhteys tarkoittaa, että joitakin yhteyksiä myös on olemassa. Karppanen, Ahonen, Tammelin, Vanhala ja Korpelainen (2012) tutkiessaan ylipainoisten ja normaalipainoisten 8-vuotiaiden lasten fyysistä kuntoa ja aktiivisuutta sekä vanhempien fyysisen aktiivisuuden yhteyksiä lasten liikunta-aktiivisuuteen, löysivät merkitsevän yhteyden, sekä tyttöjen että poikien fyysisen aktiivisuuden toteutumisen ja äitien fyysisen aktiivisuuden välillä. Tulos osoitti näin äiti-lapsi suhteen merkitystä niin ylipainon hallinnan kuin fyysisen aktiivisuuden toteutumisen näkökulmasta. Samankaltaisia tuloksia, missä isien yhteys ei tullut esille merkitseväksi, kun taas äitien yhteys näyttäytyi merkitseväksi, löydettiin myös 13-vuotiaiden vapaa-ajan fyysistä aktiivisuutta kartoittaneessa tutkimuksessa (Pahkala ym. 2007). Cleland ym. (2011) löysivät vastaavallaisia tuloksia pitkittäistutkimuksessaan, jossa seurattiin lapsien fyysisen aktiivisuuden muutosta viikonlopun ja koulun jälkeisen kahden tunnin aikana vuosina 2001, 2004 ja 2006. Yhteydet koskivat erityisesti äitien oman fyysisen aktiivisuuden yhteyttä poikien keskitasoisen tai reippaan aktiivisuuden harrastamismäärän lisääntymisessä. (Cleland ym. 2011.) Vastaavasti Yao & Rhodes (2015) toivat esille, että isä-poika suhteessa isän fyysisen aktiivisuuden roolimallin vaikutus oli arvioiduissa tutkimuksissa korkeampi kuin äiti-poika vaikutus. Myös Dollman (2010) nostaa tuloksissaan esille molempien vanhempien fyysisen aktiivisuuden yhteyden lapsen (9-15-vuotiaan) - sekä tyttöjen että poikien, korkeampaan ohjattuun liikuntaharrastamiseen osallistumiseen.

Vanhempien vaikutus aktiivisen elämäntavan kehittymiseen näyttäytyy vahvempana lapsen varhaisvuosien aikana eli ennen kouluikää (Alderman, Benham-Deal & Jenkins 2010). Tämän

ohella on mielenkiintoista tarkastella vanhempien oman fyysisen aktiivisuuden yhteyksiä nuorten aktiivisuuden toteutumiseen. Tästä näkökulmasta mielenkiintoinen tutkimustulos on Kaseva ym. (2017) löydös siitä, että vanhempien oman fyysisen aktiivisuuden yhteydet jälkikasvun liikunnalliseen tai fyysisesti aktiiviseen elämäntapaan ulottuvat aina lapsuudesta keski-ikäisyyteen asti. Eli vanhempien omalla liikunnallisuudella voidaan sanoa olevan merkitystä roolimallin näkökulmasta lapsen fyysisesti aktiivisen elämäntavan kehittämisessä niin varhaisessa lapsuudessa kuin murrosikäänkin tultaessa.

## **4.2 Vanhempien osoittaman tuen merkitys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen**

Vanhempien liikunnallisen tuen kasvatuskäytänteiden eri muotoja voidaan pitää moninaisina, jolloin käsitteen määrittely on osin haasteellista. Yksi ja melko yksinkertainen tapa määritellä vanhempien liikunnallisen tuen kasvatuskäytänne, on mieltää tuki vanhempien ja lapsen välillä tapahtuvaksi, ainakin osittain tavoitteelliseksi vuorovaikutukseksi, jonka kontekstuaalisuus voi vaihdella. Tuki voi olla aineetonta tukea, kuten keskustelua ja kannustamista, mutta yhtä hyvin myös aineellista tukea, kuten kuljettamista lapsen harrastuksiin. (Beets, Cardinal & Alderman 2010.) Tutkimusnäyttö vanhempien osoittaman tuen positiivisesta yhteydestä lapsen fyysisen aktiivisuuden suosituksien saavuttamiseen on olemassa (mm. Gustafson & Rhodes 2006; Trost & Loprinzi 2011; Pyper, Harrington & Manson 2016), mutta varsin tarkkaan ei voida sanoa, mitkä tuen muodot ovat vaikuttavimpia lapsen fyysisesti aktiivisen elämäntavan tukemisessa (Beets, Cardinal & Alderman 2010). Yläkäsitteenä vanhempien osoittamalle tuelle voitaneen pitää vanhempien sosiaalista tukea lapsilleen. Tämä sen vuoksi, että useat eri tutkimukset tarkastelevat tukea useasta eri näkökulmasta liikkuen aina vanhempien roolimalliin sidotusta tuen muodosta vanhempien suoraan osallistumiseen lapsen liikkumiseen tai aktiivisuuteen (Henriksen ym. 2016).

Vanhempien osoittama sosiaalinen tuki voidaan jakaa neljään kategoriseen muotoon sen mukaan, onko tuki aineellista vai aineetonta. Aineellisen tuen muodoiksi lukeutuvat instrumentaalinen tuki eli vanhempien osoittama rahallinen tuki esimerkiksi välinehankinnoin, jäsenmaksuineen ja kuljetuksineen. Aineettoman tuen toisena muotona näyttäytyy vanhempien suora

osallistuminen lapsen fyysiseen aktiivisuuteen tai vanhemman osallistuminen esimerkiksi lapsen valvomiseen aktiivisuuden aikana. Aineeton sosiaalinen tuki taas jakautuu kahteen eri muotoonsa sen mukaan, onko tuki motivaatiota vahvistavaa, esimerkiksi lapsen kannustamista ja rohkaisua liikkeeseen, harrastamiseen tai aktiivisuuteen, vai onko tuki enemmän informaationaalista neuvontaa esimerkiksi vanhemman ja lapsen välistä keskustelua aktiivisuuden hyödyistä. (Beets ym. 2010.)

Vanhempien osoittaman sosiaalisen tuen positiivisista yhteyksistä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen on tutkimusnäyttöä, tarkastellaan yhteyttä yksittäisen tuen muodon tai useampien tuen muotojen yhdistelmien näkökulmasta. Trost & Loprinzi (2011) arvioivat tutkimuskatsauksessaan 103 vanhempien sosiaaliseen tukeen liittyvää artikkelia. Niistä 71 kohdentui vanhempien osoittaman tuen ja lapsen fyysisen aktiivisuuden välisiin yhteyksiin. Tutkimuksista 71% raportoi positiivisen yhteyden ja tilastollisen merkitsevyyden vanhempien osoittaman tuen ja lapsen fyysisen aktiivisuuden välillä. Tämän ohella tutkimuksia, jotka tarkastelivat tuen eri muotoja yhdistelmänä ja raportoivat positiivisen ja merkitsevän yhteyden, oli 52% kaikista tutkimuksista. Tutkimuksia, jotka tarkastelivat yhtä tuen muotoa erikseen ja raportoivat positiivisen ja merkitsevän yhteyden oli 63%. Yao & Rhodes (2015) nostavat omassa vanhempien vaikutuksia lasten ja nuorten fyysiseen aktiivisuuteen kartoittaneessa meta-analyysin pohdinnassa esille, että on jatkossa tärkeää tutkia sitä, onko jollain yksittäisen tukikäyttäytymisen muodolla merkittävämpi arvo suunniteltaessa kohdistettuja interventioita. Heidän analysoimassa aineistossa vanhempien sanallinen rohkaisu nousi ainoaksi yksittäisesti merkittäväksi tekijäksi, jonka vuoksi he toteavatkin, että vanhempien tukeen liittyviä mahdollisuuksia voi olla tärkeämpää tarkastella enemmän kokonaisuutena kuin yksittäisen tuen muodon kautta. (Yao & Rhodes 2015.)

Vanhempien osoittamaa sosiaalista tukea on tutkittu myös yksittäisten tuen muotojen sekä vanhempien ja lapsen sukupuolisidonnaisuuden kautta. Henriksen ym. (2016) tarkastelivat tanskalaiskoululaisia (11,13 ja 15-vuotiaita) neljän eri tuen ulottuvuuden mukaan: vanhempien rohkaisu aktiivisuuteen, osallistuminen aktiivisuuteen, lapsen aktiivisuuden katsominen ja puhuminen fyysisestä aktiivisuudesta. Kaikkien vanhempien osoittamien tuen muotojen ja lapsen fyysisen aktiivisuuden väliltä löytyi merkitsevä yhteys. (Henriksen ym. 2016.) Toisaalta on myös näyttöä siitä, että vaikka vanhempien eri tuen muodot ovat läsnä, mutta lapsi ei miellä

niitä itselleen sopivaksi, vanhempien osoittamalla tuella ei ole niin vahvaa yhteyttä lapsen fyysisen aktiivisuuden tasoon. Näin ollen lapsen kokemus tai käsitys saamastaan vanhempien tuesta on merkittävässä roolissa siinä, että osoitetulla tuella on vaikutusta lapsen liikunta-aktiivisuuden määrään. (Wilk ym. 2017.)

Tämän ohella Matarma ym. (2016) osoittivat alle kouluikäisten lasten keskitasoisen tai reippaan aktiivisuuden määrän olevan yhteydessä äitien vastaavaan fyysisen aktiivisuuden määrään – kun äitien aktiivisuus kasvoi, kasvoi myös lasten aktiivisuuden määrä. Huomionarvoista on lisäksi, että sama päti myös passiivisuuteen – mitä korkeampi äidin päivittäinen passiivisuuden aika oli, sitä korkeampi oli myös lasten passiivisuuden aika. Toisaalta kirjallisuuskatsaus vuodelta 2008 alle kouluikäisten fyysiseen aktiivisuuteen yhteydessä olevista tekijöistä (24 tutkimusartikkelia) toteaa, että vanhempien roolimallin ja osallistumiseen liittyvällä tuen muodolla näyttäisi olevan positiivinen yhteys (kaksi tutkimusta) kun taas vanhempien kannustuksella ja rohkaisulla ei olisi johdonmukaisesti osoitettavaa yhteyttä (Hinkley ym. 2008). Fyysisesti aktiiviset vanhemmat näyttäisivätkin tarjoavan lapsilleen liikunnallista tukea useammin, jolloin vanhemman ja lapsen fyysisen aktiivisuuden yhteys (roolimalli) voi välittyä vanhempien osoittaman tuen kautta. (Dowda ym. 2011.)

### **4.3 Asumisympäristö lapsen fyysisen aktiivisuuden mahdollistajana**

Kun lapsen perhe muodostaa lapsen luonnollisen kasvuympäristön, sosiaalinen kasvuympäristö muodostuu lapsen fyysisessä elin- ja liikkumisympäristössä suorassa vuorovaikutussuhteessa perheen lähiympäristön rakennettujen ja rakentamattomien ympäristöjen kanssa (Soini, Laukanen, Mäki & Reunamo 2016). Varhaisvuosien rakennettuna toimintaympäristönä voidaan pitää kaikkia lapsen arkeen liittyviä ympäristöjä, kuten koti, hoitopaikat, päiväkodit, leikkialueet sekä muut kunnallisesti rakennetut kulkutiet ja alueet. Rakentamattomina toimintaympäristöinä näyttäytyvät lapsen elinympäristön läheisyydessä sijaitseva lähiluontoympäristö kaikkine alustoineen ja materiaaleineen. (Kyttä, Broberg & Kahila 2009.)



Rakennettu ympäristö toimii parhaimmillaan lapsen arkiliikuntaan innostavana tekijänä. Se voi samalla sekä tukea että vaikeuttaa lapsen liikkuvaa elämäntapaa. Lasten positiivisten ympäristökokemuksien on osoitettu olevan yhteydessä liikkumisaktiivisuuden tasoon. (Broberg ym. 2011.) Lapsen leikkiin ja liikuntaan sopiva optimaalinen ympäristö vastaa lapsen fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin kehitystarpeisiin. Lapsen kasvuympäristön tulee olla sellainen, ettei se estä lasta liikkumasta, eikä se rajoita lapsen luonnollista liikettä. Voidaankin puhua ympäristöstä, joka kannustaa lasta omaehtoiseen ja vapaan liikkeen toteuttamiseen. (Pönkkö & Sääkslahti 2013, 474.)

Brown ym. (2009) tutkivat alle kouluikäisten lasten päiväkotipäivän aikana tapahtuvaa aktiivisuutta ja siihen yhteydessä olevia kontekstuaalisia tekijöitä. Tutkimuksessa nousi esille jo aiemmin huomattu varsin vähäinen aktiivisuuden taso alle kouluikäisten lasten päivähoiton tai esi-koulun aikana. Merkille pantavaa oli, että myös ulkona tapahtuva aktiivisuus oli pääosin paikallaan tapahtuvaa tai erittäin matalatehoista (56%). Ulkoiluajasta matalatehoista lasten aktiivisuutta oli vain 27% ja reipasta aktiivisuutta vain 17%, vaikkakin ulkona tapahtuvan leikkiajan todettiin olevan aktiivisempaa kuin sisällä. Liikuntaan kannustavien välineiden ja vapaan leikitilän järjestäminen todettiin vähentävän paikallaan olon aikaa. Tämän ohella kävi ilmi, että opettajien osallistuminen lasten aktivointiin oli varsin vähäistä ja heidän läsnäolonsa todettiin jopa passiiviseksi. (Brown ym. 2009.) Soinin (2015) väitöskirjatutkimuksessa päästiin samankaltaisiin tuloksiin päiväkotipäivän aikaisen lasten toimintojen havainnoinnin avulla. Ulkoleikki oli sisäleikkiä kuormittavampaa, mutta siitäkin vain 46% oli teholtaan erittäin kevyttä ja vain 2 % kohtuullisesti kuormittavaa. Soini (2015) päätyi samaan havaintoon kuin Brown ym. (2009) siitä, että varhaiskasvattajien rooli näyttäätyy varsin passiivisena ja vain harvoin he järjestävät opettajajohtoisia leikkejä tai kannustavat lapsia fyysisesti aktiiviseen leikkiin. Näin ollen voidaan todeta, että aikuisilla ja vanhemmilla on merkittävä rooli lapsen liikuntaan kannustavan toimintaympäristön luomisessa ja mahdollistamisessa, mutta myös fyysisesti aktiiviseen leikkiin kannustamisessa.

Lapselle tärkeät liikkumisen paikat paikantuvat usein lähelle kotia (Kyttä, Broberg & Kahila 2009). Lähiluonto, esimerkiksi lähimetsä, voi toimia monipuolisen leikin toteutumisen ympäristönä. Metsäluonnossa tapahtuvan lapsen leikin ja liikkumisen on todettu olevan monipuolista

ja sisältävän paljon muun muassa lapsen lempipaikoiksi muodostuvien olosuhteiden esiintymistä lasten luonnollisessa leikissä. Lapsen leikkiminen metsän monipuolisissa olosuhteissa on todettu edistävän lapsen motorisia perustaitoja jopa paremmin kuin ihmisen rakentama leikkiympäristö. (Fjørtoft 2001.) Armstrong ym. (2019) tuovat tutkimuksessaan esille, että alle kouluikäiset australialaislapset viettävät keskimääräisesti 69 minuuttia päivästäan leikkien oman kotipihansa läheisyydessä. Lisäksi kotona tai kodin läheisyydessä tapahtuvaan lapsen aktiivisuuden vaikuttivat tarjolla olevat kiinteät liikuntavälineet, kuten kiipeilyseinä tai trampoliini, joiden saatavilla olon todettiin lisäävän lapsen aktiivisuutta sekä ulkona vietettyä aikaa keskimäärin viisi (5) minuuttia päivässä. (Armstrong ym. 2019.)

Kodin lähiympäristöksi voidaan mieltää kodin läheisyydessä saatavilla olevat lähiliikuntapaikat tai muut liikkumiseen tai virkistäytymiseen tarkoitetut ihmisen rakentamat olosuhteet, kuten esimerkiksi pururadat, uima- ja jäähallit ja palloilu- ja yleisurheilukentät (Pyykkönen 2013). Lapsen kodin lähiympäristössä sijaitsevilla liikuntapaikoilla todettiin McDonald ym. (2015) tutkimuksessa olevan positiivinen yhteys ja vaikutus kouluikäisen lapsen koulunjälkeiseen, keskitasolla tai reippaalla tasolla tapahtuvaan liikuntaan.

## 5 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää vanhempien sosioekonomisen taustan yhteyksiä 3-7-vuotiaiden päiväkotilasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen arjessa.

1. Millaisia yhteyksiä vanhempien koulutustasolla on lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen arjessa?
2. Millaisia yhteyksiä vanhempien vuosittaisilla tuloilla on lapsen fyysisen aktiivisuuteen?
3. Millaisia yhteyksiä perhemuodolla on lapsen fyysisen aktiivisuuteen?
4. Millaisia yhteyksiä vanhempien sosioekonomisilla tekijöillä on vanhempien osoittamaan tukeen lapsen fyysisen aktiivisuutta kohtaan?

Tämä pro gradu tutkimus pohjautuu Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisen tiedekunnan päiväkotikäisten lasten Taitavat tenavat- tutkimushankkeeseen, jota Opetus- ja kulttuuriministeriö on rahoittanut. Taitavat tenavat tutkimuksen tarkoituksena on selvittää 3-7-vuotiaiden päiväkotilasten motorisia perustaitoja ja niihin yhteydessä olevia tekijöitä. Tutkimuksen tuloksien avulla saadaan käsitys päiväkotikäisten lasten motoristen taitojen nykytasosta sekä voidaan analysoida lasten liikkumisen ja motoriikan vahvuuksia ja kehittämisen tarpeita tulevaisuudessa. Tutkimuksen avulla tuotetaan uutta tietoa varhaiskasvatuksen eri kentillä toimiville ammattilaisille, miten lapsen toimintaympäristön kannustavuutta motoristen taitojen harjoitteluun voidaan lisätä. (Taitavat tenavat 2019.)

Tämä pro gradu- tutkimuksen aineisto pohjautuu Taitavat tenavat- tutkimushankkeessa käytettyyn päiväkotilasten vanhemmille osoitettuun kyselylomakeaineistoon, jossa kartoitettiin sekä lasten liikkumiseen yhteydessä olevia tekijöitä sekä selvitettiin vanhempien toimintaan ja perheen toimintaympäristöön liittyviä tekijöitä.

## 6 TUTKIMUSMENETELMÄT

### 6.1 Kohdejoukko ja aineisto

Taitavat tenavat- tutkimuksen aineistonkeruu toteutettiin lukuvuoden 2015- 2016 aikana. Siihen osallistui 1238 päiväkotilasta eri puolelta Suomea, joista 626 (50,6%) oli tyttöjä ja 612 (49,4%) oli poikia. Tutkimuksessa oli mukana 37 päiväkotia 24:ltä eri paikkakunnalta. Päiväkotien otanta toteutettiin Lastentarhaopettajaliitosta saadun päiväkotirekisteriin (n=2600) pohjautuen satunnaistettuna ryväsotantana. Otannan tavoitteena oli varmistaa aineisto, joka on maantieteellisesti ja asukastiheydeltään edustava otos suomalaisista päiväkotilapsista. Otannan pohjalta mukaan kutsuttiin yksi satunnainen päiväkoti tai useampi päiväkoti edustamaan yhtä maantieteellistä aluetta. Kymmenen (10) päiväkotia kieltäytyi tutkimuskutsusta ja heidän tilalleen kutsuttiin listalta seuraavana oleva päiväkoti. Kieltäytymisen syitä olivat päiväkotien puutteelliset tilat, kiinnostuksen puute, ajan riittämättömyys tai alhainen lasten määrä päiväkodissa. (Niemistö ym. 2019.)

Tutkimushanke sai Jyväskylän yliopiston eettiseltä toimikunnalta tutkimuskäytänteitä puoltavan lausunnon vuonna 2015 ennen aineistonkeruun aloittamista. Aineiston keräämisessä huomioitiin lisäksi eri paikkakuntien mahdolliset säädökset ja siksi tutkimusluvat haettiin kaupunkien tai kuntien sivistystoimesta. Varsinainen aineiston keruu alkoi tutkimusryhmän yhteydenotolla päiväkodin johtajaan, jonka suostumuksen jälkeen tutkimukseen osallistuville päiväkodeille lähetettiin tutkimuksen yleinen informaatio sekä aineiston keruuseen liittyvät kyselylomakkeet. Tutkimukseen osallistuneiden päiväkotilasten vanhemmille toimitettiin ensin yleinen tiedote (Liite 1.) tutkimuksesta sekä lapsen osallistumista koskeva lupalomake. Tämän jälkeen tutkimukseen osallistuvien lasten vanhemmille lähetettiin Taitavat tenavat- kyselylomake (Liite 2.).

Tässä pro gradu tutkimuksessa käytetään Taitavat tenavat- tutkimushankkeen kyselylomaketta. Kyselylomakkeen kehittäminen perustui aikaisempaan kansainväliseen tutkimusnäyttöön pohjautuvaan ymmärrykseen siitä, minkä tekijöiden tiedetään olevan yhteydessä lasten fyysiseen aktiivisuuteen ja motorisiin taitoihin. Tähän pro gradu tutkimukseen valitussa aineiston osassa

kysyttiin vanhemmilta tietoja liittyen vanhempien koulutustaustaan ja liikunnan harrastamiseen, kotitalouden vuosittaisiin käytössä oleviin bruttotuloihin, perheen fyysiseen toimintaympäristöön, lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen arjessa sekä vanhempien lapsen liikunnallisuutta kohti osoittamaan tukeen.

Tässä pro gradu tutkimuksessa vanhempien koulutustaustaa selvitettiin kahdella eri kysymyksellä. Vastaaajaa pyydettiin rastittamaan kysymyksestä ”vastaajan koulutus” ja ”puolison koulutus” koulutustaustaa parhaiten kuvaavin vaihtoehto: peruskoulu, ammattikoulu/ lukio, ammatikorkeakoulu tai yliopisto. Kotitalouden vuosittaisia bruttotuloja selvitettiin yhdellä kysymyksellä, jossa vastaaja pyydettiin rastittamaan ”kotitalouden vuosittaista bruttotuloa parhaiten kuvaava” vaihtoehto: 0-13 999€, 14 000-19 999€, 20 000-39 999€, 40 000-69 999€, 70 000-99 999€, 100 000-119 000€, 120 000-139 000€ tai yli 140 000€. Perhemuotoa selvitettiin yhdellä kysymyksellä, jossa vastaajaa pyydettiin merkitsemään rastilla ”perheen elämisen muotoa” parhaiten kuvaava vaihtoehto: ydinperhe, yksinhuoltajaperhe, uusioperhe tai muu. (Liite 2.)

Vanhempien osoittamaa tukea lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle selvitettiin viidellä (5) eri kysymyksellä. Vastaaajaa pyydettiin merkitsemään rastilla parhaiten sopiva vaihtoehto: ei koskaan, harvemmin kuin kerran viikossa, 1-2 kertaa viikossa, 3-4 kertaa viikossa, 5-6 kertaa viikossa tai päivittäin seuraaviin kysymyksiin: ”Arvioi kuinka usein osoitat suoraa tukea tutkimukseen osallistuvan lapsenne liikunnalliselle aktiivisuudelle”, ”Jos sinulla on puoliso, arvioi kuinka usein hän osoittaa suoraa tukea tutkimukseen osallistuvalla lapsenne liikunnalliselle aktiivisuudelle”, ”Arvioi, kuinka usein osoitat kehuja tai kiitosta tutkimukseen osallistuvalla lapselle tämän liikunnallisen aktiivisuuden tai liikuntataitojen johdosta”, ”Jos sinulla on puoliso, arvioi kuinka usein hän osoittaa kehuja tai kiitosta tutkimukseen osallistuvalla lapselle tämän liikunnallisen aktiivisuuden tai liikuntataitojen johdosta” sekä ”Arvioi, kuinka usein perheenne harrastaa yhdessä liikkumista (esim. pyöräilyä, kävelyä, ulkona pelailua, retkeilyä, sisäliikuntaa, pelailua tai leikkimistä)”. Lapsen suoratuki määriteltiin kysymyslomakkeessa esimerkkien kautta muun muassa lapsen kyyditsemisenä harrastuksiin, liikunnalliseen toimintaan osallistumisesta aiheutuvien kulujen maksamisena ja liikuntavälineiden tai varusteiden ostamisena. (Liite 2.)

## 6.2 Aineiston analyysi

Tutkimus on kvantitatiivinen eli määrällinen poikkileikkaustutkimus, jossa tutkitaan päiväko-tilasten liikkumiseen liittyviä taustatekijöitä vanhempien näkökulmasta vuosien 2015-2016 aikana (Nummenpää, Holopainen & Pulkkinen 2014, 16). Tutkittavan aineiston tilastollinen käsittely tehtiin SPSS-ohjelmalla (IBM Statistic 25).

Aineiston tunnuslukujen kuvailuun käytettiin prosenttiosuuksia ja vanhempien sosioekonomisten taustatekijöiden mukaisesti tehtyjä ristiintaulukoiteja (prosenttiosuudet). Vanhempien koulutuksen (vastaaja / puoliso) ja kotitalouden vuosittaisten bruttotulojen yhteyksiä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen ja vanhempien osoittamaan tukeen tarkasteltiin ja analysoitiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimen avulla. Sosioekonomisten tekijöiden vaikutuksien vertailua varten muodostettiin uudet muuttujat: vastaajan ja puolison koulutus (ei korkeakoulututkintoa – korkeakoulututkinto), kotitalouden vuosittaisten bruttotulojen (alle 39 999€ / vuosi – yli 40 000€ / vuosi) sekä perhemuodon (ydinperhe – yksinhuoltajaperhe) osalta. Ryhmien välisiä eroja analysoitiin riippumattomien otosten t-testillä. Tilastollisen merkitsevyyden raja-arvoina pidettiin arvoja  $p < 0.05$  =melkein merkitsevä,  $p < 0.01$  =merkitsevä ja  $p < 0.001$  erittäin merkitsevä.

## 6.3 Tutkimuksen luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuus tarkoittaa suoraa verrannollisuutta tutkimuksessa käytettyjen mitta-reiden luotettavuuteen. Luotettavuutta kuvataan yleisesti käsitteillä reliabiliteetti ja validiteetti. (Metsämuuronen 2009, 74; 125.) Tässä tutkimuksessa mittaamisen sisäisen validiteetin arvioi-minen kohdistuu Taitavat tenavat- kyselylomakkeeseen eli sen kykyyn mitata lapsen fyysiseen aktiivisuuteen ja motorisiin taitoihin yhteydessä olevia tekijöitä. Kyselylomakkeen laadinta pohjautui kahteen kansainväliseen tutkimukseen (Telford, Salmon, Jolley & Crawford 2004; Rodrigues, Saraiva & Gabbard 2005), joissa tavoitteina oli kehittää luotettava arviointimittari vanhempien arvioinnin työvälineeksi koskien lapsen fyysiseen elinympäristöön liittyviä teki-jöitä (Rodrigues ym. 2005) sekä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumista lapsen arjessa (Tel-ford ym. 2004). Molemmassa tutkimuksessa kehitettyjen mittaristojen luotettavuus ja validius

testattiin sekä niiden käytettävyys todettiin luotettavaksi tavaksi arvioida alle kouluikäisten lasten fyysistä aktiivisuutta sekä lapsen kotiympäristön mahdollisuuksia tukea lapsen liikettä / motorista kehittymistä vanhemmille osoitetun kyselyn muodossa.

Tutkimuksen reliabiliteetin tarkastelu kohdistuu tutkimuksen toistettavuuteen eli siihen, pystytäänkö uusilla tutkimuksilla pääsemään samankaltaisiin tuloksiin. Mittarin reliabiliteetti tuottaisi jokaisella mittauksella samankaltaisia vastauksia (Metsämuuronen 2009, 74). Kun oletetaan, että päiväkotien otanta on kattava otos suomalaisesta päiväkotikäisestä väestöstä ja heidän vanhemmistaan, tutkimuksen toistaminen samalla kysymyslomakkeella toisi luultavasti samankaltaisia vastauksia. Taitavat tenavat- kyselylomake muokattiin aiemmin mainituissa tutkimuksissa (Telford ym. 2004; Rodrigues, Saraiva & Gabbard 2005) kehitettyjen mittareiden pohjalta vastaamaan suomalaista kulttuuria. Tutkimuslomakkeen muokkaaminen tehtiin Liikuntatieteellisen tiedekunnan alakohtaisesti meritoituneiden tutkijoiden toimesta ja se pohjautuu laajaan kansainväliseen tutkimukseen ja käsitykseen lapsen liikkumiseen, motorisiin perustaitoihin sekä koettuun motoriseen pätevyYTEEN yhteydessä olevista eri tekijöistä. Näin ollen voidaan olettaa, että kysymyslomakkeen käsitteellinen operationalisointi käsittää riittävällä laajuudella lapsen liikkumisen taustalla vaikuttavat tekijät (Metsämuuronen 2009, 74-75) sekä lomakkeen reliabiliteettia voidaan pitää aikaisempiin kansainvälisiin tutkimuksiin nähden vahvana. (Niemistö ym. 2019.)

Ulkoisen validiuden näkökulmasta tutkimuksen aineiston keruussa käytetty satunnaistettu ryväsotanta lisää tutkimuksen validiteettia erityisesti kaksivaiheisen otannan vuoksi. Lastentarhaopettajaliiton rekisterin kautta saadut 2600 päiväkotia sijoittuvat alueellisesti ympäri Suomen, jolloin maantieteelliset alueet (pääkaupunkiseutu, Keski-Suomi, Pohjois-Suomi) muodostivat päiväkotien perusjoukon ominaisuuksia kuvaavan rypäksen. Näin suoritettiin ensimmäinen otanta- alueellisiin osajoukkoihin jako. Päiväkotien kutsuminen tehtiin tämän jälkeen satunnaistettua otantaa käyttäen ja pohjautuen eri alueiden asukastiheyteen, jolloin tiheimmin asutuilta alueilta tuli kutsutuksi enemmän päiväkoteja kuin harvemmin asutuilta alueilta. Ryväsotannalla varmistetaan siitä, että kukin ryväs sisältää kaikki perusjoukon ominaisuudet ja ovat näin keskenään mahdollisimman samankaltaisia. Alueellinen jako mahdollisti lopullista

havaintoyksikköä eli päiväkotia laajemman otannan, jonka pohjalta päästiin alueellisesti painotettuun otantaan alueen asukastiheyteen nojaten. (Nummenmaa, Holopainen & Pulkkinen 2014, 32.)

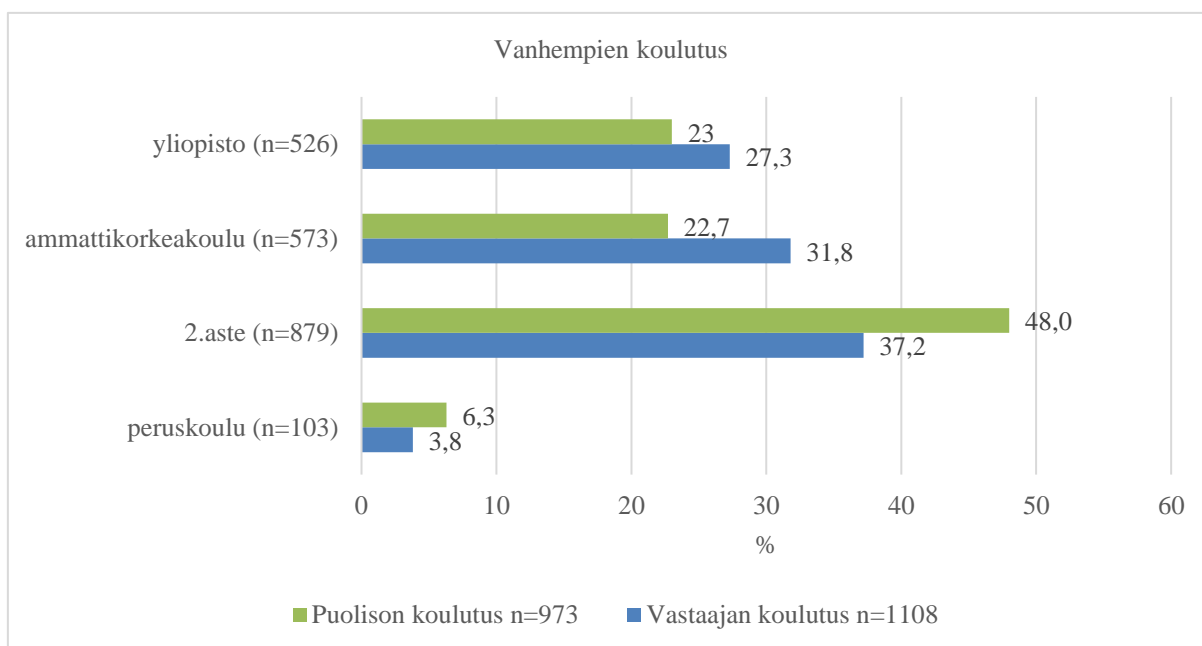


## 7 TULOKSET

Tutkimuksen tulokset kuvataan tutkimuskysymyksittäin. Tutkimuksen kohdejoukon kuvailussa tuodaan esille tutkimuskysymyksiin liittyvät tiedot %-osuuksina vastaajiin nähden. Tarkemmat sosioekonomisiin tekijöihin liittyvät kuvailevat ristiintaulukoinnit (%-osuuksin) käsitellään jokaisen tutkimuskysymyksen tuloksien alussa.

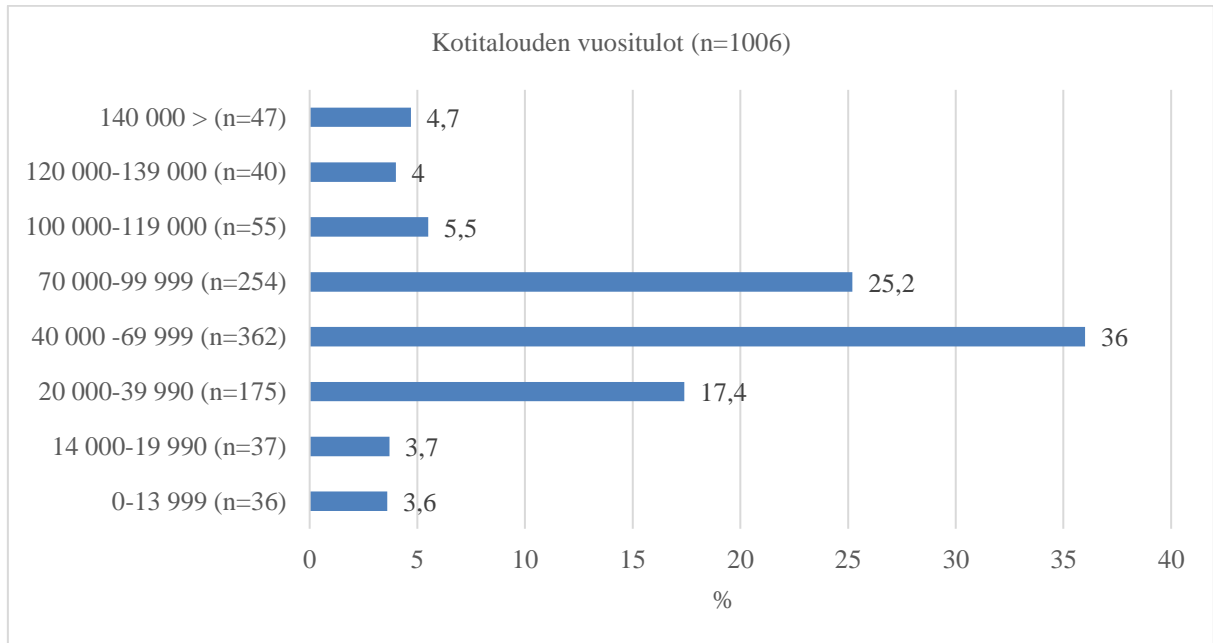
### 7.1 Tutkimuksen kohdejoukon kuvaus

Tutkimuksen kyselylomakkeeseen vastanneita vanhempia oli yhteensä 1104, joista 958 (86,9%) oli äitejä ja 145 (13,1%) oli isiä. Vanhempien yleisin koulutustausta niin vastaajien kuin puolisoidenkin osalta oli toisen asteen koulutus (Kuvio 1.).



KUVIO 1. Vanhempien koulutustausta

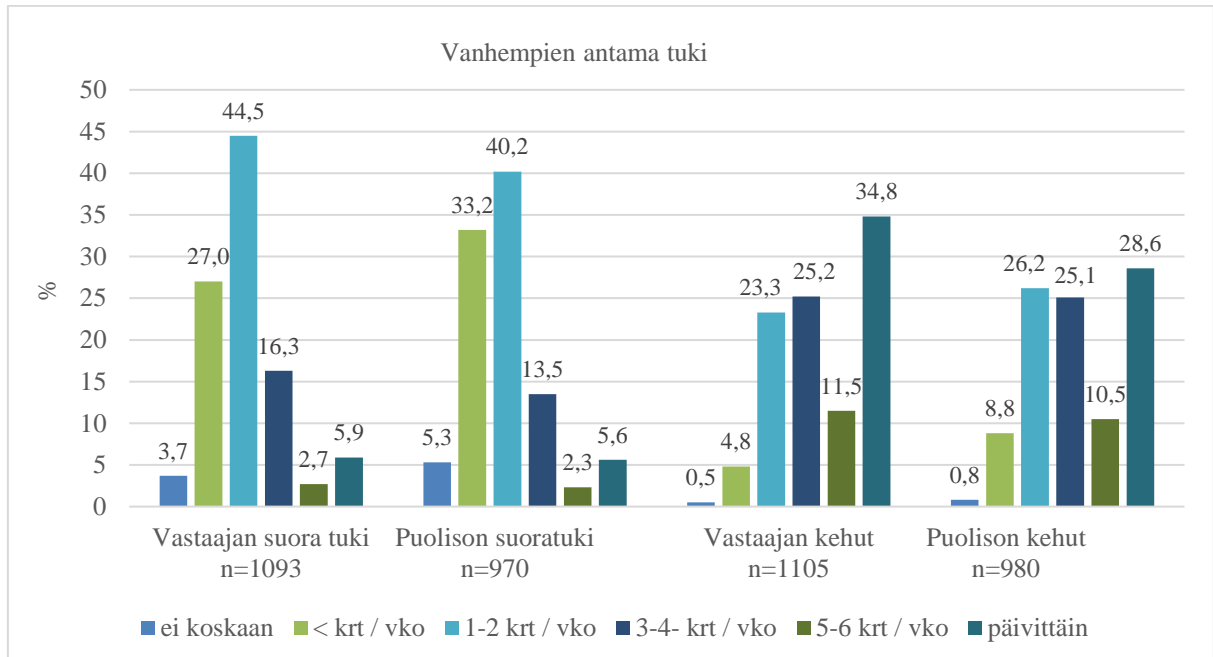
Kotitalouden vuosittaisia bruttotuloja kuvataan Kuviossa 2. Perheistä (n= 1106) prosentuaalisesti isoin osa (78,6%) sijoittui tuloluokkiin välille 20 000-99 999€ €.



KUVIO 2. Kotitalouden vuosittaiset bruttotulot (€)

Perheistä (n=1105) ydinperheitä oli 75% (n=862), yksinhuoltajaperheitä 9,9% (n=109), uusioperheitä 9,1% (n= 101) ja muita perhemuotoja 3% (n=33). Muina perhemuotoina mainittiin määrältään isoimpana mainintana yhteishuoltajuuden eri muodot (mm. vuoroviikko asumista, kaksi yksinhuoltajaa eri kodeissa).

Vanhempien osoittama suora tuki lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle määriteltiin kahdessa kysymyksessä (1. vastaajan arvio omasta tuestaan ja 2. puolison osoittamasta tuesta) lapsen kyyditsemistä liikuntaharrastuksiin, liikunnalliseen toimintaan osallistumisesta koituvien kulu- jen maksamisesta tai liikuntavälineiden tai vaatteiden ostamisena. Tyypillisin määrä vanhem- pien osoittamaa suoraa tukea oli 1-2 kertaa viikossa. (Kuvio 3.) Vanhempien osoittamat kehut ja kiitokset lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle tai liikuntataitoja kohtaan kysyttiin kahdessa eri kysymyksessä koskien vastaajan omaa arviota itsestään sekä vastaajan arviota oman puoli- sonsa osoittamista kehuista ja kiitoksista. Vastaajan ja puolisoitten kehut ja kiitokset lapsen liikunnallisuuden tai liikuntataitojen johdosta on nähtävissä kuviosta 3. Vastaajista 34,8% (n=384) arvioi kehuvansa tai kiittävänsä lasta liikunnallisen aktiivisuuden tai liikuntataitojen johdosta päivittäin. Puolisoista 22,6% (n=280) arvioitiin myös kehuvan tai kiittävän lasta päi- vittäin (Kuvio 3.).

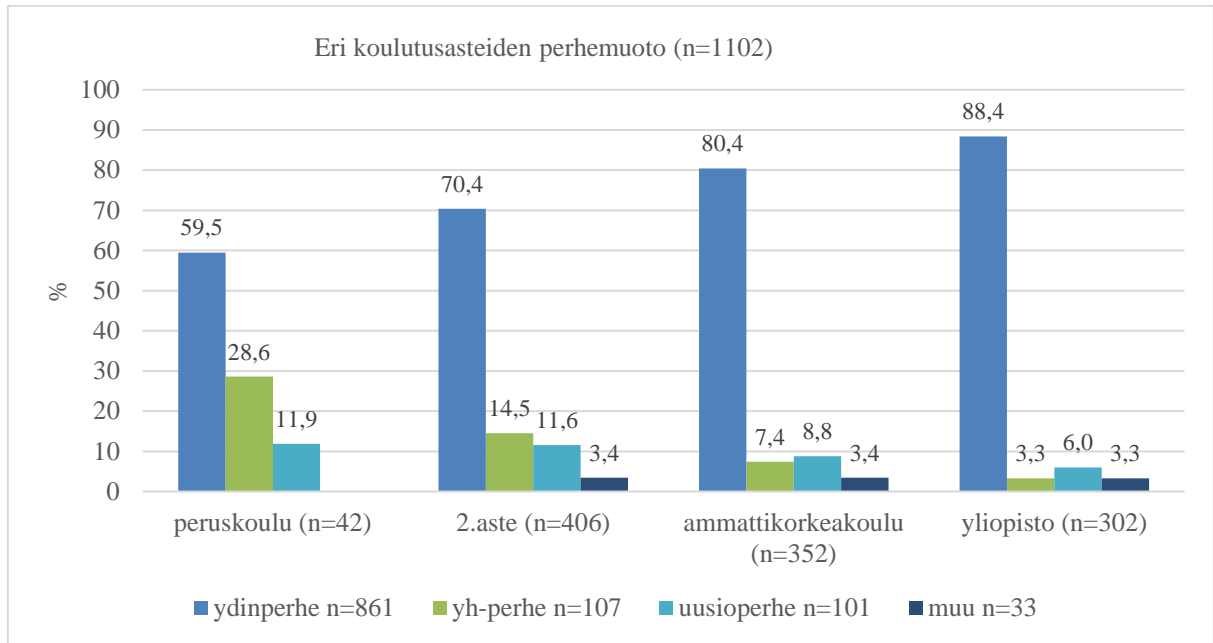


KUVIO 3. Vanhempien osoittama tuki (suoratuki / kehut ja kiitokset)

Yhteistä harrastamista mittaavassa kysymyksessä perheen yhteiseksi harrastamiseksi määriteltiin sellainen toiminta, johon osallistuu vähintään yksi aikuinen perheenjäsen ja jonka rooli ei rajoitu vain valvomiseen vaan sisältää aktiivisen osallistumisen toimintaan. Yhteisen harrastamisen muotoina kysymyksessä oli esimerkkeinä pyöräily, kävely, retkeily, ulkona pelailu, sisäliikunta, pelailu tai leikkiminen Vanhempien arvion mukaan perheen yhteinen liikunnan harrastaminen tapahtuu yleisimmin 1-2 kertaa viikossa. Vastaajista 32,9% (n=407) arvioi perheen harrastavan yhdessä liikkumista vähintään 1-2 kertaa viikossa. Vastaajista vain kaksi vastasi, ettei perheen yhteistä liikunnan harrastamista ole lainkaan. Päivittäin perheen yhteistä harrastamista vastaajista raportoi 15,1% (n=187).

## 7.2 Vanhempien koulutustaustan yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen

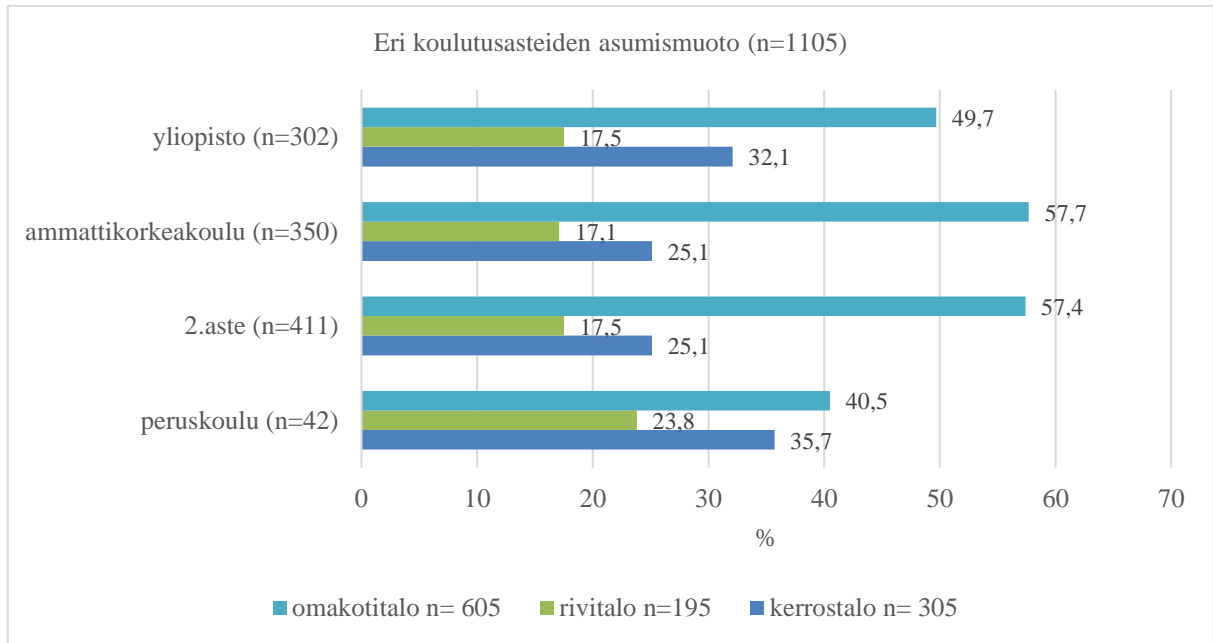
Eri koulutusasteiden saaneiden vanhempien ilmoittama yleisin perhemuoto aineistossa oli ydinperhe 78,1%. Eniten ydinperheitä löytyi yliopistokoulutuksen saaneista vanhemmista. (Kuvio 4.)



KUVIO 4. Eri koulutusasteiden perhemuodot

Eri koulutusasteiden (n=1006) yleisimmin esiintynyt vuosittainen kotitalouden bruttotuloluokka oli 40 000- 69 990€, joita kaikista vastanneista oli 36% (n=362). Toisen asteen koulutus oli vastaajista yleisimmin esiintyvä koulutusaste (n=361) ja sen yleisin tuloluokka oli myös 40 000- 69 999€ (47,6%). Ainoastaan perusasteen koulutuksen saaneiden (n=35) yleisin tuloluokka oli 14 000-19 999€ (n=13 / 37,1%). Ammattikorkeakoulutuksen saaneiden (n= 324) yleisin tuloluokka oli 40 000-69 999€ (n=127/ 39,2%) ja vastaavasti yliopistokoulutuksen saaneiden (n= 286) yleisin tuloluokka 70 000-99 999€ (n=100 / 35%).

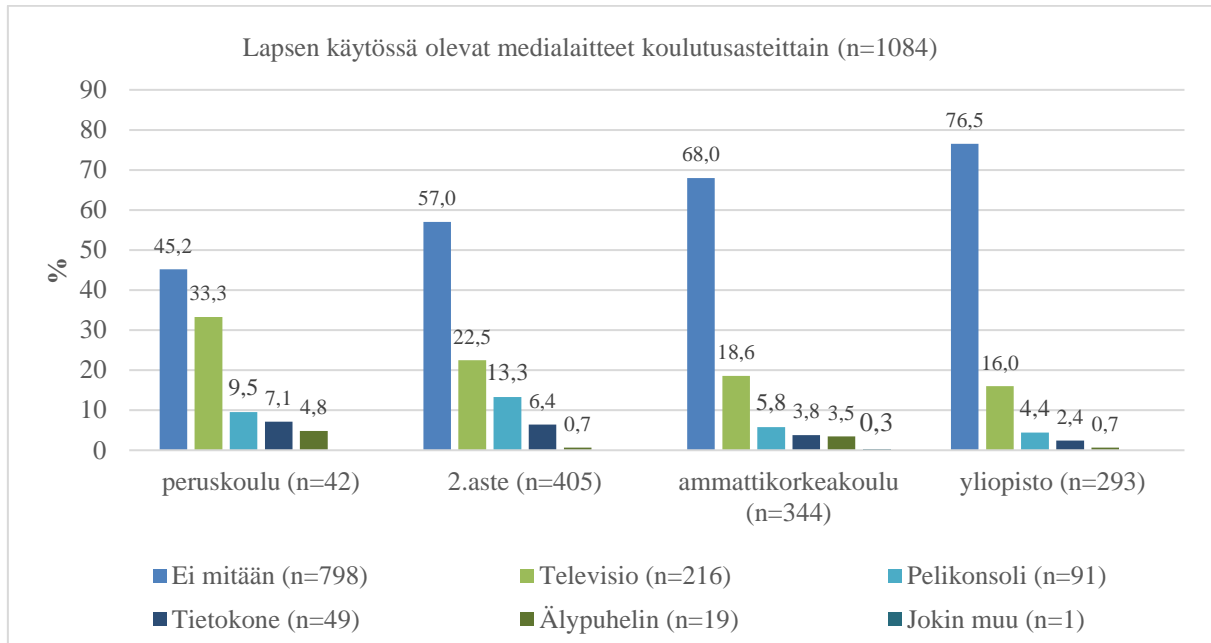
Vastaajista äitejä oli 956 ja heidän yleisin koulutusasteensa oli 2. asteen koulutus (n=351 / 36,7%). Vastaajista isiä oli 145 ja heidän yleisin koulutusasteensa oli myös toisen asteen koulutus (n=57 / 39,3%).



KUVIO 5. Perheen asumismuoto vanhempien koulutusasteiden mukaisesti

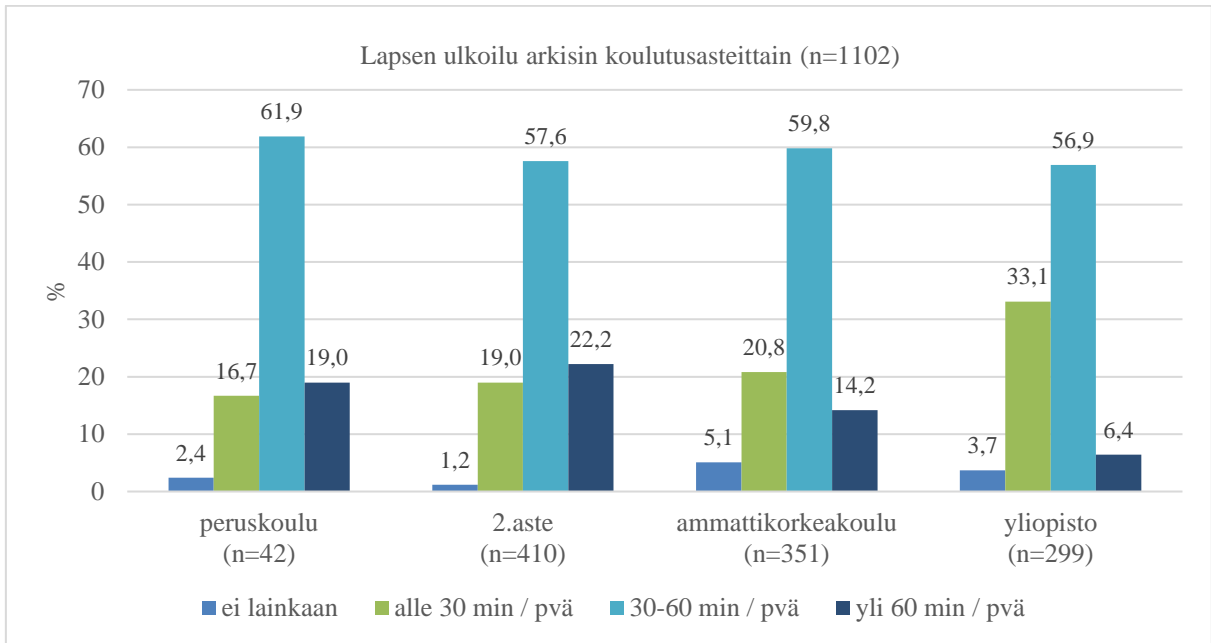
Eri koulutusasteiden mukainen asumismuodon jakautuminen on kuvattu kuviossa 5. Yleisin asumismuoto kaikkien eri koulutusasteiden vanhemmilla oli omakotitalo (54,8%). Kaikista vastaajista 94,8 % (n=1045) ilmoitti, että asuinpaikan piha-alueella on saatavilla laajaa tilaa lapsen vapaaseen liikkumiseen tai leikkiin. Eri koulutuksen saaneiden vanhempien välillä ei ollut merkittäviä eroja piha-alueen saatavuuden osalta. Kaikista vanhemmista 68,5% (n= 1100) ilmoitti, että lapsella on käytössään oma huone. Toisen asteen koulutuksen saaneista (n=405) vanhemmista 67,9%, ammattikorkeakoulutuksen saaneista (n=351) vanhemmista 73,2% ja yliopistokoulutuksen saaneista (n=302) vanhemmista 64,6% ilmoitti, että lapsen käytössä on oma huone.

Lapsen käytössä olevia medialaitteita kartoitettiin yhdellä kysymyksellä. Kaikista eri koulutuksen saaneista 65,3% (n=1084) vanhemmista ilmoitti, ettei lapsen omassa käytössä tai lapsen huoneessa ole mitään mediaviihhteeseen liittyvää laitetta. Yliopistokoulutuksen saaneiden vanhemmista (n=293) 75,5% ilmoitti, ettei lapsen käytössä ole mitään medialaitetta. Toisen asteen koulutuksen saaneista vanhemmista 57% (n=405) ilmoitti saman. Näin ollen mitä korkeampi vanhempien koulutus oli, sitä vähemmän lapsen käytössä tai omassa huoneessa raportoitiin olevan medialaitteita (Kuvio 6.).



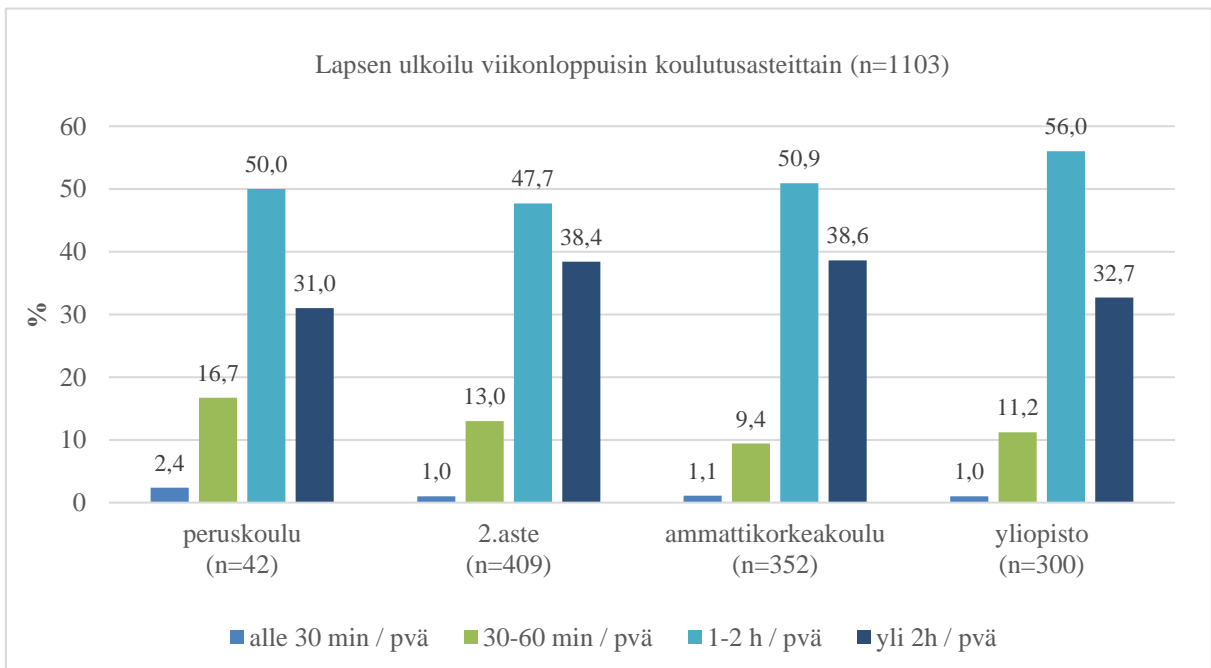
KUVIO 6. Eri koulutusasteiden vanhempien lasten medialaitteiden käyttö

Lapsen fyysistä aktiivisuutta mitattiin kysymyksillä, jotka koskivat lapsen ulkoilua (arkena / viikonloppuna), ohjattuun liikuntaan osallistumista sekä mediaviihteen käyttöä. Vastausvaihtoehdot arkena tapahtuvaan ulkoiluun olivat: ”ei lainkaan”, ”alle 30 minuuttia päivässä”, ”noin 30-60 minuuttia päivässä” ja ”yli 60 minuuttia päivässä”. Vastausvaihtoehdot viikonloppuna tapahtuvaan ulkoiluun olivat: ”ei lainkaan”, ”alle 30 minuuttia päivässä”, ”noin 30-60 minuuttia päivässä”, ”1-2 tuntia päivässä” ja ”yli 2 tuntia päivässä”. Eri koulutusasteiden saaneiden vanhemmista (n=1102) yleisimmin raportoitu lapsen ulkoilun määrä arkisin oli 30-60 minuuttia päivässä (n=642). Eniten ulkoilua päivässä raportoivat toisen asteen koulutuksen saaneet (n=410) vanhemmat, joista 22,2% ilmoitti lapsen päivittäisen ulkoilun määräksi yli 60 minuuttia päivässä. Vähiten yli 60 minuuttia lapsensa ulkoilua päivässä arkisin päiväkotiajan ulkopuolella raportoivat yliopistokoulutuksen saaneet vanhemmat (n=299) 6,4%. (Kuvio 7.)



KUVIO 7. Eri koulutusasteiden vanhempien ilmoittaman lapsen ulkoilun määrä arkisin

Kaikkien koulutusasteiden vanhemmista (n=1103) yleisimmin raportoitu lapsen ulkoilun määrä viikonloppuisin oli 1-2 tuntia päivässä (Kuvio 8.). Kauttaaltaan ulkoilun toteutuminen sekä arkisin että viikonloppuisin oli varsin tasaisesti jakautunut eri koulutusteiden välillä (Kuviot 7.& 8.).



KUVIO 8. Eri koulutusasteiden vanhempien lasten ulkoilun määrä viikonloppuisin

Lapsen osallistumisen ohjattuun liikuntaharrastukseen ilmoitti kaikkien eri koulutusasteiden vanhemmista (n=1103) 54,9 %. Ammattikorkeakoulutuksen saaneet vanhemmat (n=349) raportoivat eniten (61%) lapsen osallistumista ohjattuun liikuntaharrastukseen. Vähiten osallistumista ilmoitti perusasteen koulutuksen saaneet vanhemmat (n=42), joista 26,2% ilmoitti lapsen harrastavan jotain ohjattua liikuntaa. Toisen asteen koulutuksen saaneista (n=409) 43,9% ja yliopistokoulutuksen saaneista (n=300) 37% ilmoittivat lapsensa harrastavan jotain ohjattua liikuntaa.

Lapsen mediaviihteen käyttöä kartoitettiin kahdella kysymyksellä liittyen arkena ja viikonloppuisin tapahtuvaan lapsen mediaviihteen ajalliseen käyttöön. Eri koulutuksen saaneiden kaikkien vanhempien (n=1101) yleisimmin raportoitu arkena tapahtuva lapsen mediaviihteen käyttöaika oli 30-60 minuuttia päivässä (54,4%). Eniten alle 30 minuuttia arkisin tapahtuvaa lapsen mediaviihteen käyttöä raportoivat yliopistokoulutuksen saaneet vanhemmat (n=302; 18,9%) ja ammattikorkeakoulutuksen saaneet vanhemmat (n=351; 13,4%). Mediaviihteen käyttöä 2-3 tuntia päivässä arkisin eniten raportoivat perusasteen koulutuksen saaneet vanhemmat (n=40; 10%) sekä toisen asteen koulutuksen saaneet vanhemmat (n=408; 3,9%).

Koulutuksen yhteyksiä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen tarkasteltiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimen avulla (Liite 3.). Tarkastelu tehtiin suhteessa perheen fyysiseen elinympäristöön ja lapsen fyysiseen aktiivisuuteen liittyviin muuttujiin. Vanhemman koulutustaso oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lapsen lupaan käyttää asuinpaikkansa ulkopuolella olevaa laajaa leikkitilaa leikkimiseen tai vapaaseen liikkumiseen ( $r=.064$ ,  $p=0.034$ ), lähiliikuntapaikkojen saatavuuteen ( $r=.140$ ,  $p<0.001$ ), lähiliikuntapaikkojen ja ulkoilualueiden käyttöasteeseen ( $r=.220$ ,  $p<0.001$ ), pelkkien lähiliikuntapaikkojen käyttöasteeseen ( $r=.189$ ,  $p<0.001$ ) sekä vanhemman kokemukseen asunnon sisätilan riittävydestä ( $r=.180$ ,  $p=0.046$ ).

Vanhemman koulutustausta oli lisäksi tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lapsen käytössä olevien medialaitteiden kokonaismäärään ( $r=-.188$ ,  $p<0.001$ ). Näin ollen mitä korkeampi vastaajan koulutus oli, sitä enemmän lapsen fyysisessä lähiympäristössä sekä perheen arjessa oli mahdollisuuksia vapaaseen leikkiin ja liikkumiseen, niin olosuhteiden kuin vähemmän media-



laitteiden määränkin näkökulmasta. Myös positiivinen yhteys vanhemman koulutuksen ja vanhemman kokemuksesta sisätilan riittävydestä kielinee lapsen suuremmasta mahdollisuudesta vapaaseen leikkiin. Vastaajana olleen vanhemman ilmoittama puolison koulutustausta oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lähiliikuntapaikkojen ja ulkoilualueiden käyttöasteeseen ( $r=147$ ,  $p<0.001$ ), lähiliikuntapaikkojen käyttöasteeseen ( $r=.130$ ,  $p<0.001$ ) sekä samoin negatiivisesti yhteydessä lapsen käytössä olevien medialaitteiden määrään ( $r=-.156$ ,  $p<0.001$ ).

Vanhemman koulutustausta oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lapsen ulkoilun määrään viikolla ( $r=-.198$ ,  $p<0.001$ ), lapsen osallistumiseen ohjattuun liikuntaharrastukseen ( $r=.220$ ,  $p<0.001$ ), lapsen arkena viettämään mediaviihteen määrään ( $r=-.106$ ,  $p<0.001$ ) sekä lapsen mediaviihteen kokonaiskäyttöön yhteensä koko viikolla ja viikonloppuna yhteensä ( $r=-.068$ ,  $p=0.023$ ). Puolison koulutus oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä kyselyyn vastanneen vanhemman kanssa samoihin tekijöihin: lapsen ulkoilun määrään viikolla ( $r=-.148$ ,  $p<0.001$ ), lapsen osallistumiseen ohjattuun liikuntaharrastukseen ( $r=.130$ ,  $p<0.001$ ), lapsen arkena viettämään mediaviihteen määrään ( $r=-.122$ ,  $p<0.001$ ) sekä lapsen mediaviihteen kokonaiskäyttöön koko viikolla ja viikonloppuna yhteensä ( $r=-.094$ ,  $p=0.003$ ). Vanhempien koulutuksen ja lapsen fyysisen aktiivisuuden yhteydet olivat osin negatiivisia. Näin ollen vanhempien korkeampi koulutus korreloi lapsen vähäisempään ulkoilun määrään arkena, mutta myös vähäisempään mediaviihteen käyttöön sekä arkena että yhteensä arkena ja viikonloppuna.

Eri koulutusasteiden välistä keskiarvoerojen tilastollista merkitsevyyttä tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testillä (Taulukko 1.) Vanhempien koulutus jaettiin ei korkeakoulututkinnon suorittaneisiin ja korkeakoulututkinnon suorittaneisiin vanhempiin. Lapsen fyysiseen toimintaympäristöön liittyvien muuttujien osalta löydettiin tilastollisesti merkitseviä eroja eri koulutusasteryhmien välillä. Ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien lapset saivat käyttää useammin asuinpaikan ulkopuolella olevaa laajaa tilaa leikkiin tai vapaaseen liikkumiseen. Heillä oli myös käytössään enemmän oman paikkakunnan lähiliikuntapaikkoja kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla. Ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien lapset käyttivät myös useammin oman paikkakunnan lähiliikuntapaikkoja kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapset. Tämän ohella ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien asunnon sisätilan riittävyden kokemus oli vahvempi kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien. Vastaavasti alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla oli käytössään

enemmän medialaitteita kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla. (Taulukko 1.)

TAULUKKO 1. Ei korkeakoulutuksen ja korkeakoulutuksen saaneiden vanhempien erot lapsen fyysisessä toimintaympäristössä (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Lapsi saa käyttää laajaa leikkutilaa pihalla	Ei korkeakoulututkintoa	451	1,95	0,933	-2,024	0,043
	Korkeakoulututkinto	648	2,06	0,933		
Saatavilla olevien lähiliikuntapaikkojen summa	Ei korkeakoulututkintoa	453	10,19	1,720	-4,894	0,000
	Korkeakoulututkinto	652	10,64	1,165		
Lähiliikuntapaikkojen käyttö ilman pihaa	Ei korkeakoulututkintoa	403	18,07	3,815	-5,886	0,000
	Korkeakoulututkinto	613	19,44	3,507		
Asunnon tilan riittävyys	Ei korkeakoulututkintoa	452	0,85	0,356	-2,215	0,027
	Korkeakoulututkinto	652	0,90	0,304		
Lapsella käytössä media-laite summa	Ei korkeakoulututkintoa	447	0,73	0,990	4,490	0,000
	Korkeakoulututkinto	637	0,47	0,915		

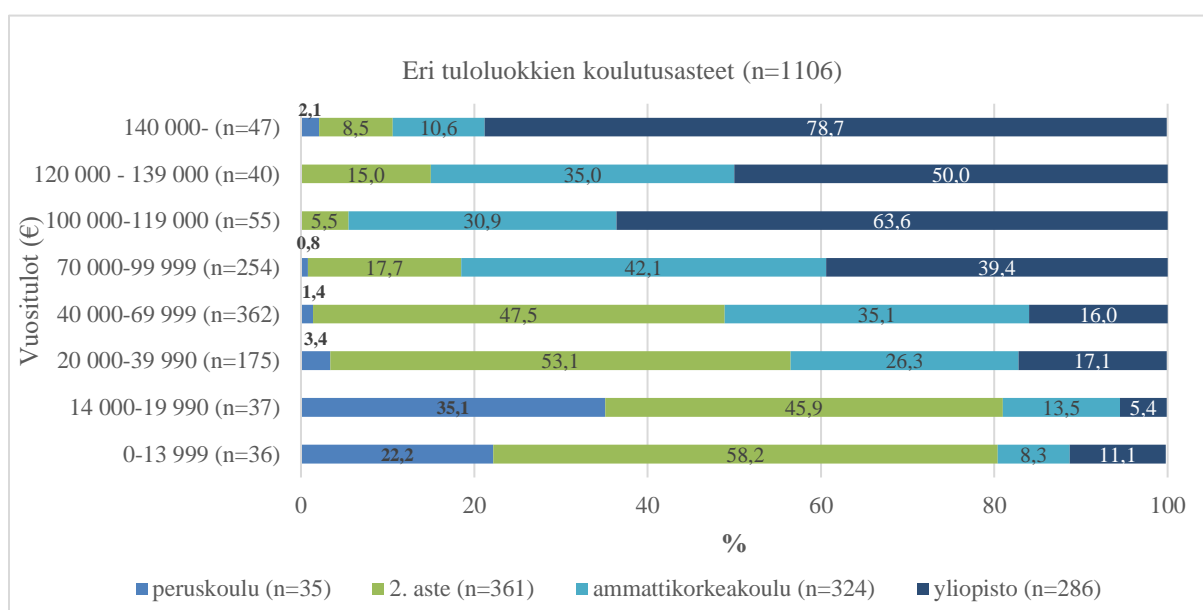
Lapsen fyysiseen aktiivisuuteen liittyvien muuttujien osalta löydettiin tilastollisesti merkitseviä eroja alemman ja ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien väliltä (Taulukko 2.). Alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapset ulkoilivat enemmän ja viettivät aikaa enemmän mediaviihteen parissa arkena kuin ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien lapset. Vastavasti ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien lapset osallistuivat useammin ohjattuun liikuntaharrastukseen kuin alemman koulutuksen saaneet. Tämän ohella alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lasten mediaviihteen kokonaiskäyttö oli viikkotasolla (arkisin + viikonloppuisin) korkeampaa kuin ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla.

TAULUKKO 2. Ei korkeakoulutuksen ja korkeakoulutuksen saaneiden vanhempien erot lapsen fyysisessä aktiivisuudessa (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Lapsi ulkoilee viikolla	Ei korkeakoulututkintoa	452	2,00	0,679	5,989	0,000
	Korkeakoulututkintoa	650	1,75	0,699		
Lapsi osallistuu ohjattuun liikuntaan	Ei korkeakoulututkintoa	452	0,42	0,495	-7,223	0,000
	Korkeakoulututkinto	649	0,64	0,484		
Lapsi mediaviihteen parissa arkena	Ei korkeakoulututkintoa	448	2,27	0,741	-7,223	0,001
	Korkeakoulututkinto	653	2,13	0,739		
Mediaviihde kaikkia yhteensä summa	Ei korkeakoulututkintoa	448	5,17	1,421	2,538	0,011
	Korkeakoulututkinto	652	4,95	1,394		

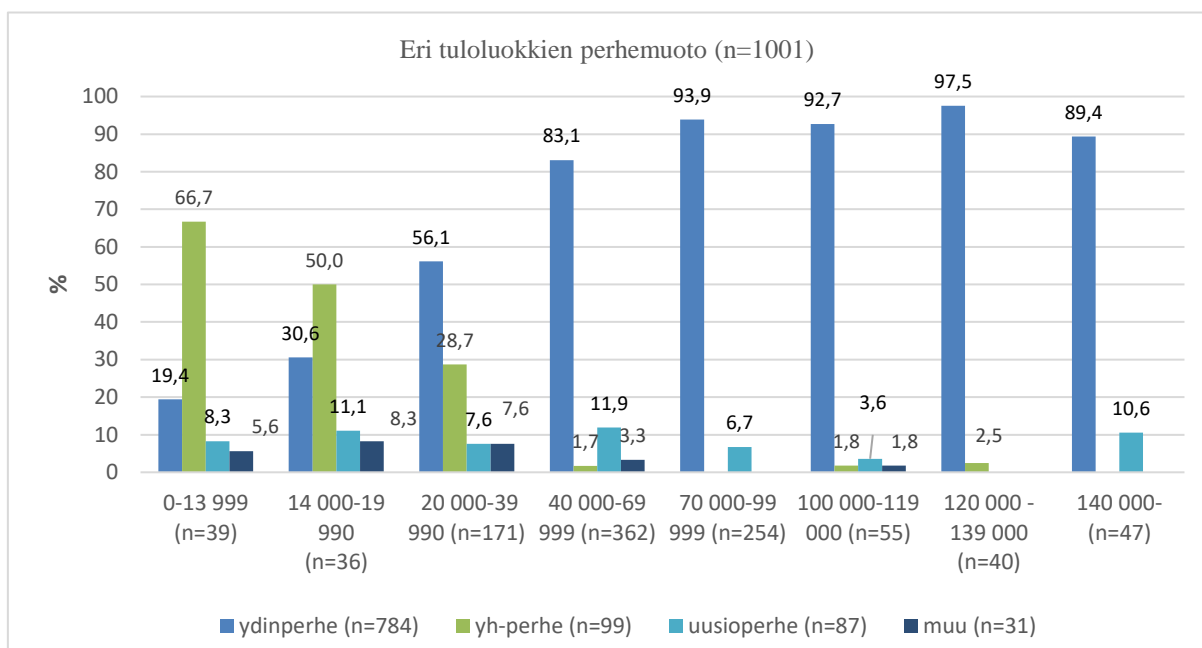
### 7.3 Vanhempien tulojen yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen

Eri tuloluokissa olevien vanhempien koulutustausta oli sitä korkeampi, mitä isommasta tuloluokasta on kyse (Kuvio 9.). Määrällisesti eniten vanhempia oli tuloluokissa 20 000- 39 999€ (17,4%), 40 000- 69 999€ (36%) ja 70 000- 119 000€ (25,2%). Kaikissa kolmessa tuloluokassa vanhempien koulutusaste nousi linjassa tuloluokan kanssa.



KUVIO 9. Vanhempien eri tuloluokkien koulutusasteiden jakautuminen

Eri tuloluokkien (n=1001) yleisimmin esiintynyt perhemuoto oli ydinperhe (78,3%). Määrällisesti eniten vanhempia sisältäneissä tuloluokissa 20 000- 39 999€, 40 000- 69 999€ ja 70 000- 119 000€ oli sitä enemmän ydinperheitä, mitä korkeampi kotitalouden vuosittainen tulotaso oli. (Kuvio 10.)



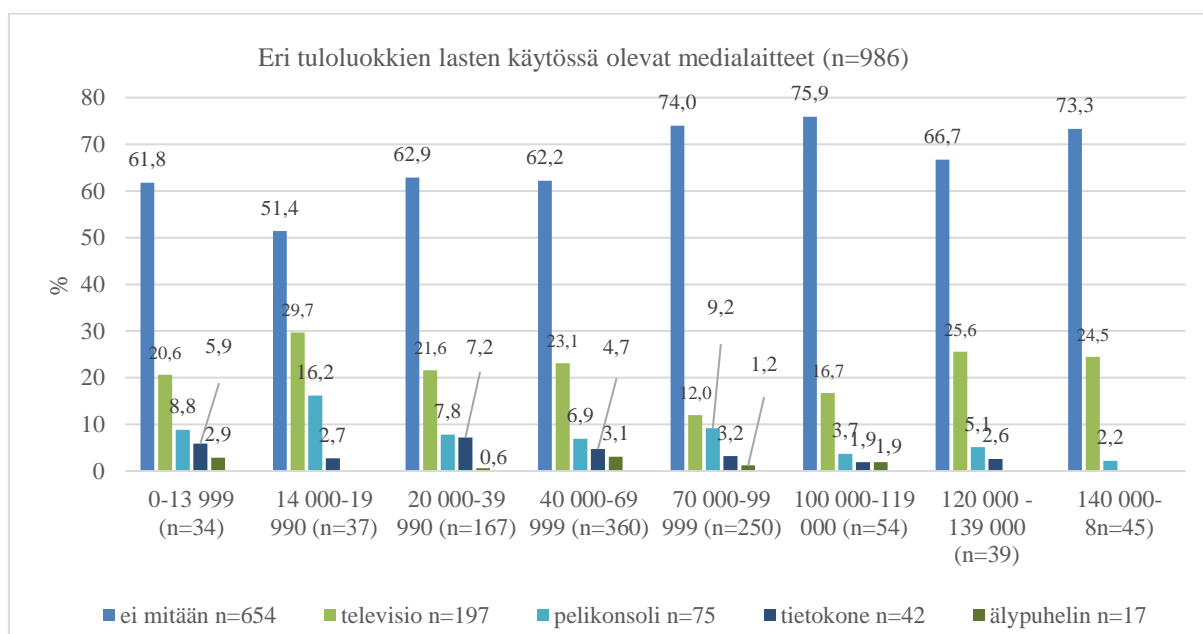
KUVIO 10. Eri tuloluokkien perhemuodot

Eri tuloluokkien vanhempien asumismuotona yleisimmin oli omakotitalo (69,3%) tuloluokassa 70 000-99 999€ (n=254). Määrällisesti eniten vanhempia sisältäneistä tuloluokista kerrostaloasujia oli eniten (42,3%) tuloluokassa 20 000- 39 999€ (n=175) ja vähiten (17,3%) tuloluokassa 70 000-99 999€ (n=254). Rivitaloasuminen oli kaikkien tuloluokkien (n=970) vähiten edustettu (17%) asumismuoto. Kaikista (n=970) eri tuloluokkien vanhemmista 94,7% ilmoitti kuitenkin piha-alueen olevan lapsen saatavilla leikkiin tai vapaaseen liikkeeseen. Eniten ei- ilmoituksia piha-alueen saatavuudessa (8,6%) oli tuloluokassa 20 000-39 990€ (n=175).

Kaikista eri tuloluokkien vanhemmista 88,1% (n=1004) ilmoitti kokevansa, että asunnon sisällä oli riittävästi tilaa lapsen leikkiin tai vapaaseen liikkumiseen. Vähiten sisätilan riittävyyden kokemista (83,3%) ilmoitti määrällisesti eniten vanhempia sisältäneistä kolmesta tuloluokasta (20 000- 39 999€, 40 000- 69 999€ ja 70 000- 119 000€) tuloluokassa 20 000-39 990€ (n=174). Eniten sisätilan riittävyyttä (90,9%) edellisestä kolmesta tuloluokasta ilmoitti tuloluokan

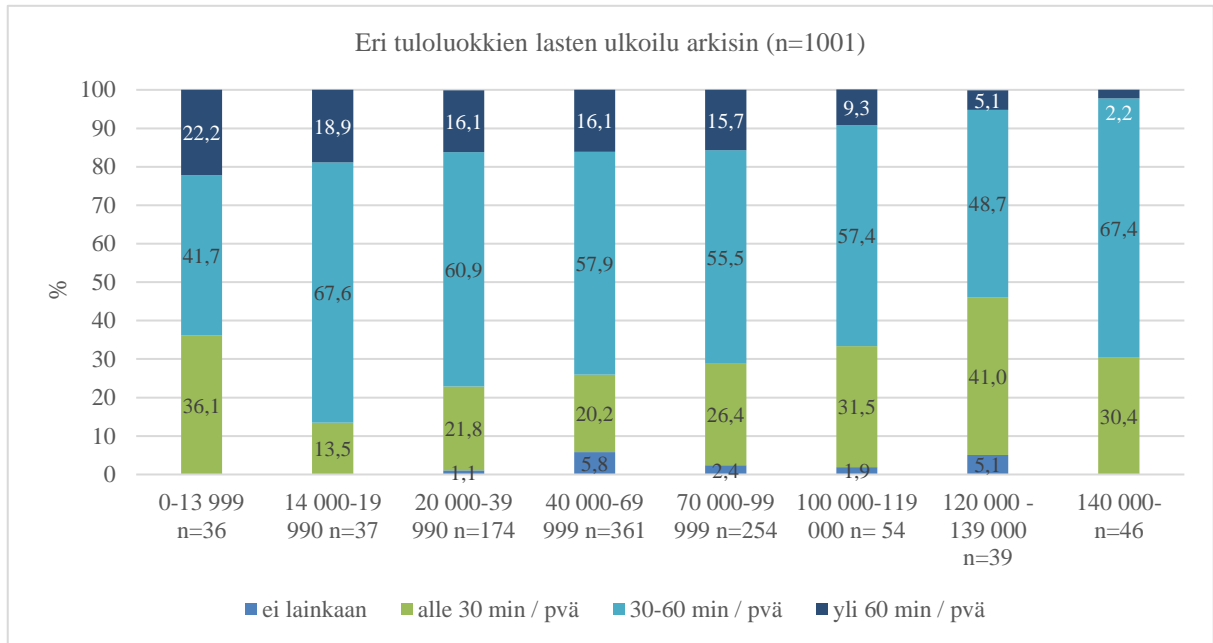
70 000-99 999€ (n=254) vanhemmat. Kaikista eri tuloluokista (n=999) 67,7% vanhemmista ilmoitti lapsella olevan oma huone. Tuloluokassa 120 000-139 000€ (n=40) 90% lapsilla oli oma huone. Määrällisesti isoimmasta kolmesta tuloluokasta eniten (35,8%) lapsen oman huoneen olemassa olon puuttumisesta ilmoitti tuloluokan 20 000- 39 999€ (n=173) vanhemmat ja vähiten (31,5%) tuloluokan 70 000-99 999€ (n= 251) vanhemmat.

Eri tuloluokkien vanhempien lasten käytössä olevien medialaitteiden jakautuminen on nähtävissä kuviosta 11. Ylemmän tuloluokan vanhemmat raportoivat hiukan enemmän ei-mitään medialaitteita lapsen käytössä kuin alemman tuloluokan vanhemmat.

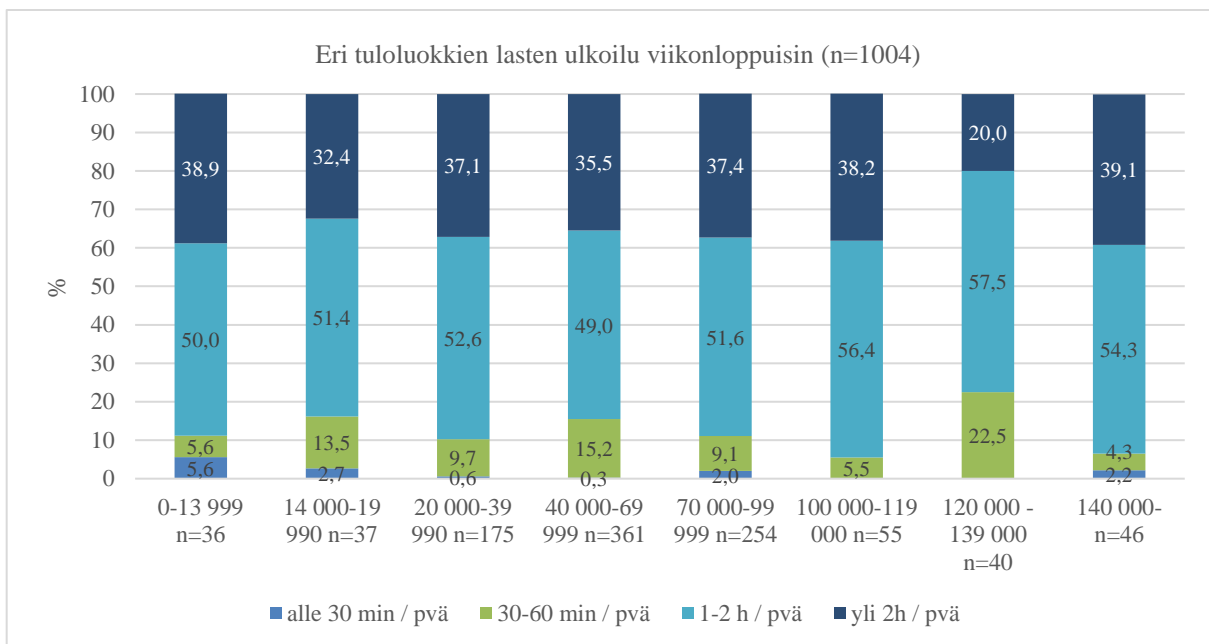


KUVIO 11. Eri tuloluokkien vanhempien lasten käytössä olevat medialaitteet

Lapsen ulkoilu arkisin ja viikonloppuisin jakautui varsin tasaisesti eri tuloluokkien vanhempien välillä (Kuviot 12. & 13.). Yleisin lapsen ulkoilun määrä arkena oli kaikkien tuloluokkien vanhempien ilmoittamana 30-60 minuuttia päivässä (n=577; 57,6%). Yleisin eri tuloluokkien vanhempien ilmoittama lapsen ulkoilun määrä viikonloppuna oli 1-2 tuntia päivässä (n=516 / 51,4%). Merkille pantavaa on se, että mitä korkeampi tuloluokka vanhemmilla oli, sen vähemmän he ilmoittivat arkisin tapahtuvan lapsen ulkoilun määrän olevan yli 60 minuuttia päivässä. Vastaavaa ilmiötä ei ollut nähtävissä eri tuloluokkien välillä viikonloppuna tapahtuvan lapsen ulkoilun määrässä.

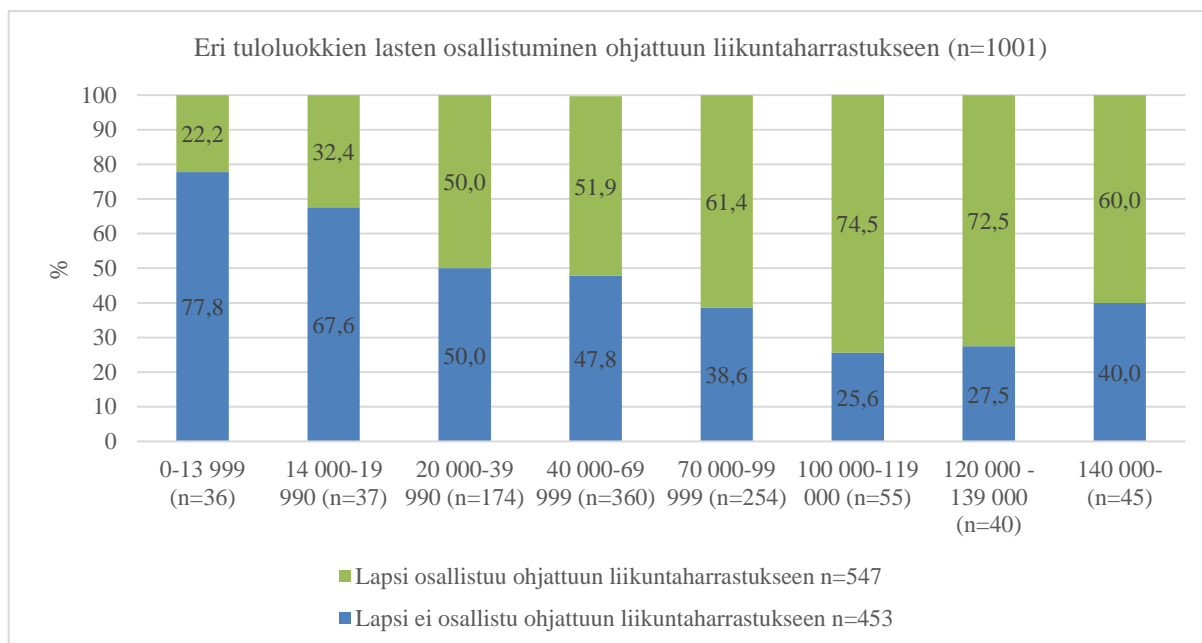


KUVIO 12. Lasten ulkoilu eri tuloluokissa arkisin



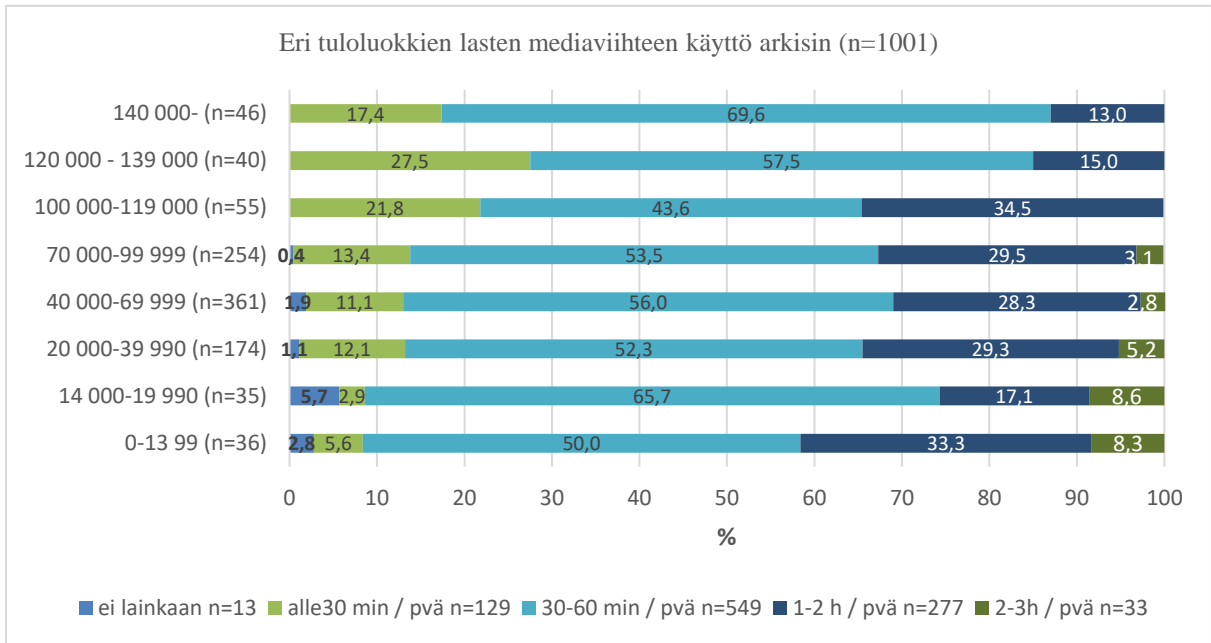
KUVIO 13. Lasten ulkoilu eri tuloluokissa viikonloppuisin

Lapsen osallistumista ohjattuun liikuntaharrastukseen ilmoitti 54,6% kaikista eri tuloluokkien vanhemmista. Määrällisesti eniten vanhempia sisältäneistä tuloluokista (20 000- 39 999€, 40 000- 69 999€ ja 70 000- 119 000€) eniten lapsen osallistumista raportoi ylin tuloluokka 70 000- 99 999€ (n=254; 61,4%) Kuviosta 14. on hyvin nähtävillä se, että mitä korkeampi lasten vanhempien kotitalouden vuosittainen bruttotulojen taso oli, sitä enemmän vanhemmat raportoivat lapsen osallistumista ohjattuun liikuntaharrastamiseen.

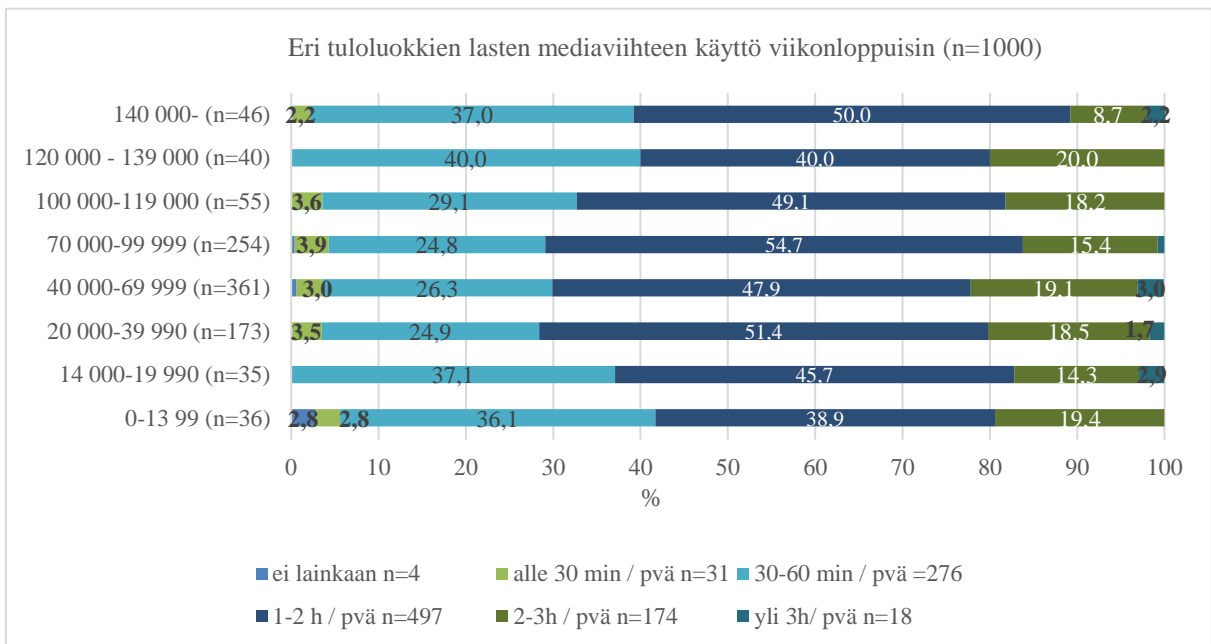


KUVIO 14. Eri tuloluokkien vanhempien ilmoittama lapsen ohjattuun liikuntaharrastukseen osallistuminen

Lapsen mediaviihteen käyttö arkena ja viikonloppuna näyttäytyi eri tuloluokkien välillä varsin yhteneväenä. Kaikkien tuloluokkien yleisin arkena tapahtuva lapsen mediaviihteen käyttö oli ajallisesti 30-60 minuuttia päivässä (Kuvio 15). Määrällisesti eniten vanhempia sisältäneissä tuloluokissa (20 000- 39 999€, 40 000- 69 999€ ja 70 000- 119 000€) vanhempien raportoima päivittäinen ruutu-aika poikkesi vain muutamia prosenttiyksiköitä toisistaan. Viikonloppuisin kaikkien tuloluokkien yleisin päivittäisen ruutuajan ilmoitus oli 1-2 tuntia päivässä. Myöskään viikonloppun aikaisessa lasten mediaviihteen ajallisessa käytössä ei ollut merkittäviä eroja eri tuloluokkien välillä (Kuvio 16.)



KUVIO 15. Lapsen mediaviihteen käyttö eri tuloluokissa arkisin



KUVIO 16. Lapsen mediaviihteen käyttö eri tuloluokissa viikonloppuisin



Kotitalouden vuosittain käytössä olevien bruttotulojen tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä tarkasteltiin ja analysoitiin Spearmanin järjestyskorrelaation avulla (Liite 3). Kotitalouden vuositulojen ja lapsen fyysisen elinympäristöön liittyvien muuttujien välillä löydettiin useita tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä.

Kotitalouden vuosittaiset tulot olivat tilastollisesti erittäin merkitsevästi yhteydessä perheen asumismuotoon ( $r=.225$ ,  $p<0.001$ ). Mitä korkeammat perheen vuosittain käytettävissä olevat bruttotulot olivat, sitä suuremmalla todennäköisyydellä perhe asui omakotitalossa. Perheen vuositulot ja lapsen käytettävissä olevan piha-alueen laajan tilan saatavuuden välillä vallitsi tilastollisesti merkitsevä ( $r=.109$ ,  $p=0.001$ ) yhteys toisiinsa. Näin ollen vanhempien korkeammat vuositulot ennustivat lapselle asuin ympäristön lähialueella olevan laajan piha-alueen saatavuutta. Tämän ohella kotitalouden vuosittaiset tulot olivat yhteydessä lähiliikuntapaikkojen saatavuuteen ( $r=.173$ ,  $p<0.001$ ), lapsen lähiliikuntapaikkojen ja ulkoilualueiden käyttöasteeseen ( $r=.169$ ,  $p<0.001$ ) sekä pelkästään lähiliikuntapaikkojen käyttöasteeseen ( $r=.146$ ,  $p<0.001$ ).

Kotitalouden vuosittaiset tulot olivat tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä vanhempien kokeemukseen asunnon sisätilan riittävydestä lapsen leikkiin ( $r=.115$ ,  $p<0.001$ ) ja lapsen oman huoneen olemassa oloon ( $r=.133$ ,  $p<0.001$ ). Lapsen käytettävissä oleviin tai lapsen huoneessa sijaitseviin medialaitteisiin löytyi negatiivinen tilastollisesti merkitsevä yhteys ( $r=-.113$ ,  $p<0.001$ ). Lapsen vanhempien korkeammat vuositulot olivat yhteydessä näin ollen siihen, että lapsen leikkiin ja vapaaseen liikkeeseen käytössä oleva tila koetaan suuremmaksi, mutta samalla lapsen käytössä olevien mediaviihdelaitteiden määrä on pienempi.

Tarkasteltaessa vuositulojen yhteyttä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen, korrelaatiot noudattelivat miltei samaa linjaa vanhempien korkeamman koulutusasteen kanssa. Kotitalouden vuosittaiset tulot olivat tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lapsen ulkoilun määrään arkisin ( $r=-.097$ ,  $p=0.002$ ). Tämä tarkoittaa sitä, että tulojen noustessa lapsen arkiulkoilun päivittäinen määrä vähenee. Vuosittaiset tulot olivat myös tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä lapsen osallistumiseen ohjattuun liikuntaharrastukseen ( $r=.181$ ,  $p<0.001$ ) sekä osallistumiskertojen määrään

viikossa ( $r=.154$ ,  $p<0.001$ ). Mediaviihteen käytön ja vanhempien ilmoittamien vuositulojen välillä vallitsi vastaavasti negatiivinen, mutta tilastollisesti merkitsevä yhteys arkena tapahtuvan mediaviihteen käytön osalta ( $r=-.088$ ,  $p=0.005$ ) sekä koko viikon aikana tapahtuvaan mediaviihteen käytössä ( $r=-.063$ ,  $p=0.045$ ). Näin ollen mitä korkeammat vanhempien vuosittaiset tulot olivat, sitä useammin lapsi osallistuu ohjattuun liikuntaharrastukseen ja harrastamisen kertoja on useammin viikossa kuin alemman tulotason vanhempien lapsilla. Tämän ohella korkeampi tulotaso ennustaa lapsen vähäisempää mediaviihteen käyttöä kokonaisuutena arjessa.

Kotitalouden vuosittaisten käytettävissä olevien bruttotulojen tilastollisesti merkitseviä eroja tarkasteltiin jakaen kahdeksan (8) tuloluokkaa kahteen tilastokeskuksen laatiman vuoden 2016 kotitalouden keskimääräisen tulon mukaisesti. Tilastokeskuksen ilmoittama vuosittainen tulokäsitemuoto on kotitalouksien vuosittaista rahatuloa kuvaava käsite nettotulojen osalta. Vuoden 2016 keskimääräinen suomalaisten kotitalouksien nettomääräinen rahatulo oli 38 300€. (Tilastokeskus 2018.) Tuloluokiksi muodostui näin alle 40 000€ ja yli 40 000€ euroa tämän aineiston pohjalta, jossa kysyttiin kotitalouden vuosittaisia bruttotuloja. (Taulukko 3.)

TAULUKKO 3. Ylemmän ja alemman tuloluokan erot lapsen fyysisessä toimintaympäristössä (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Asumismuoto (talotyyppi)	Tulot < 39 990	248	1,83	0,851	-9,542	0,000
	Tulot > 40 000	758	2,41	0,829		
Onko piha-alueen laaja tila leikkiin saataville	Tulot < 39 990	248	0,891	0,312	-3,564	0,000
	Tulot > 40 000	756	0,966	0,182		
Saatavilla olevien lähiliikuntapaikkojen summa	Tulot < 39 990	248	10,0363	1,818	-5,007	0,000
	Tulot > 40 000	758	10,6491	1,117		
Kaikkien ulkoilu ja liikuntapaikkojen käyttöaste summa	Tulot < 39 990	248	20,7339	4,551	-3,733	0,000
	Tulot > 40 000	758	21,9354	3,901		
Asunnon tilan riittävyys	Tulot < 39 990	247	0,82	0,383	-2,960	0,003
	Tulot > 40 000	757	0,90	0,299		
Onko lapsella oma huone	Tulot < 39 990	246	0,61	0,490	-2,659	0,008
	Tulot > 40 000	753	0,70	0,459		

Alemman ja ylemmän tuloluokan vanhempien asumismuodon keskiarvoissa oli tilastollisesti merkitsevä ero, kuten myös asuinpaikan piha-alueen saatavuudessa, saatavilla olevissa liikuntapaikoissa kaikki yhteensä sekä kaikkien liikuntapaikkojen ja ulkoilualueiden käyttöasteessa.

Näin ollen ylemmän tuloluokan perheiden lapsilla oli enemmän laajaa tilaa leikkiin tai vapaaseen liikkumiseen oman asuinympäristönsä välittömässä läheisyydessä sekä heillä oli käytössään enemmän lähellä sijaitsevia lähiliikuntapaikkoja ja ulkoilualueita, joita he myös käyttivät enemmän kuin alemman tuloluokan perheiden lapset. Vanhempien kokemus asunnon sisätilan riittävydestä erosi keskiarvoltaan tilastollisesti merkitsevästi alemman ja ylemmän tuloluokan vanhempien välillä, kuten myös vanhempien ilmoitukset lapsen oman huoneen olemassaolosta. (Taulukko 3.)

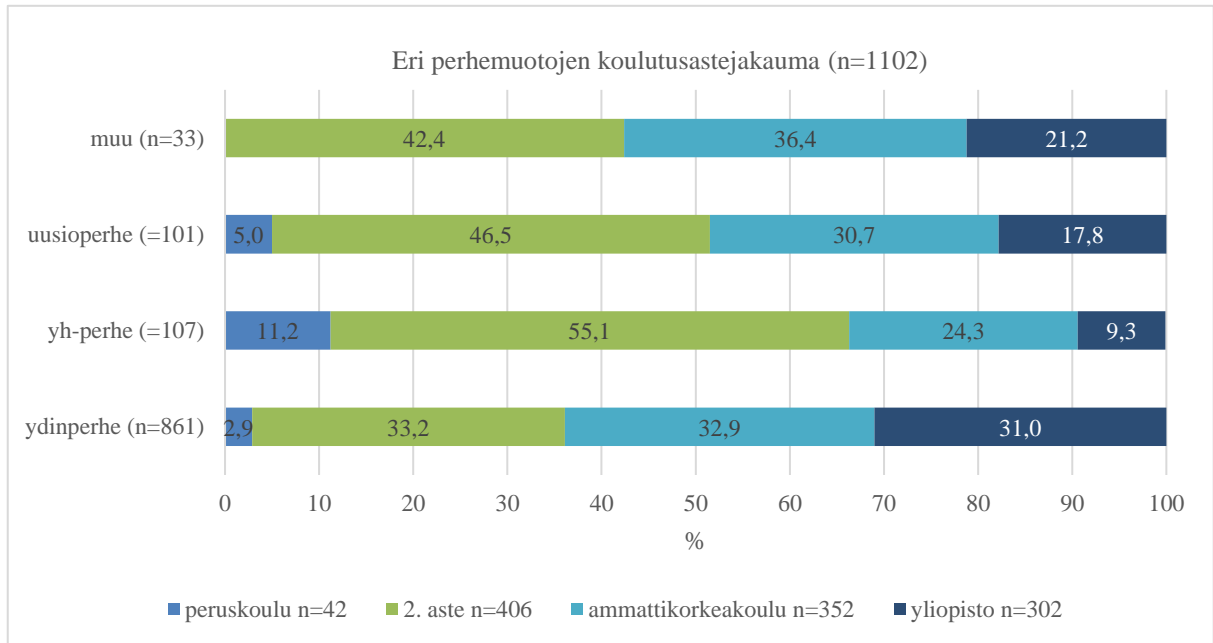
Lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumisen osalta kotitalouden vuosittaisten tulojen tilastollisesti merkitseviä eroja alemman ja ylemmän tuloluokan välillä oli löydettävissä lapsen arkisin tapahtuvan ulkoilun päivittäisen määrän keskiarvossa sekä lapsen osallistumisessa ohjattuun liikuntaan. Merkille pantavaa oli se, että alemman tuloluokan lapset ulkoilivat arkisin enemmän kuin ylemmän tuloluokan lapset, mutta kuitenkin ylemmän tuloluokan perheiden lapset osallistuvat enemmän ohjattuun liikuntaan. (Taulukko 4.)

TAULUKKO 4. Alemman ja ylemmän tuloluokan erot lapsen fyysisessä aktiivisuudessa (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Lapsi ulkoilee viikolla	Tulot < 39 990	247	1,93	0,656	2,401	0,017
	Tulot > 40 000	754	1,81	0,717		
Lapsi osallistuu ohjattuun liikuntaan	Tulot < 39 990	247	0,43	0,497	-4,210	0,000
	Tulot > 40 000	754	0,59	0,496		

#### 7.4 Perhemuodon yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen

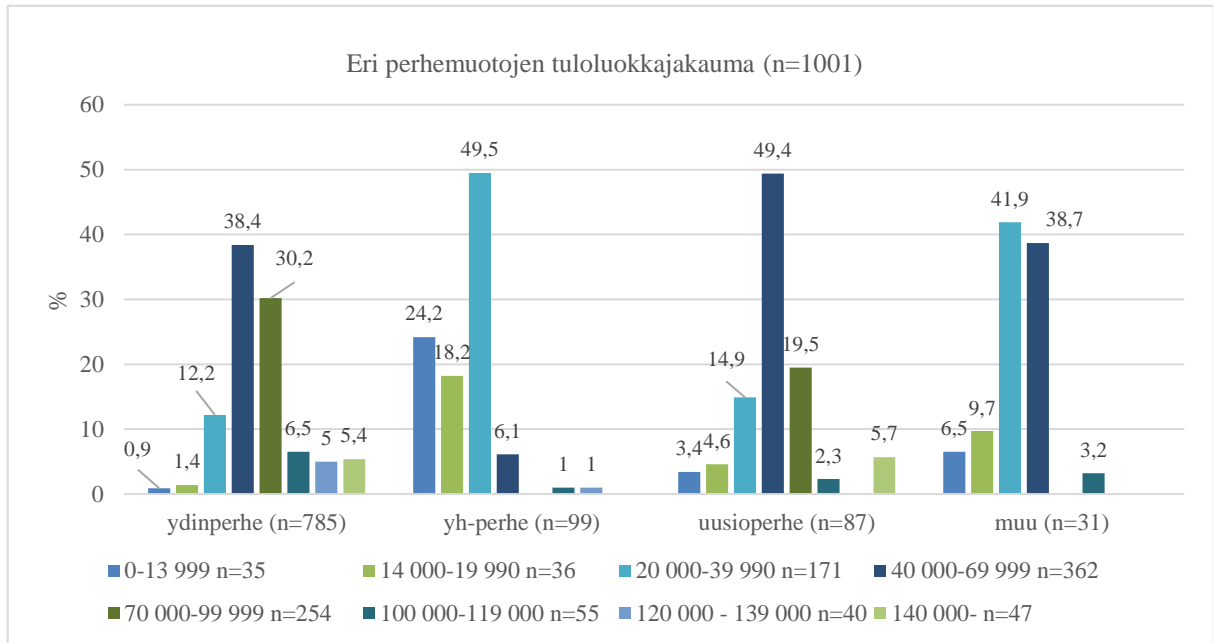
Eri koulutusasteiden saaneiden vanhempien perhemuodon jakauma erosi selkeästi toisistaan erityisesti ydinperheen (n=861) ja yksinhuoltajaperheen (n=107) välillä (Kuvio 17.)



KUVIO 17. Eri perhemuotojen koulutusasteet

Yksinhuoltajaperheiden yleisin koulutusaste oli toisen asteen koulutus, jonka osuus kaikista asteista oli 55,1% (n=59). Ydinperheiden (n=861) koulutustaustassa korostui korkeakoulutuksen osuus (63,9%), ja koulutus jakautui tasaisemmin kolmen eri koulutusasteen välille. Korkeakoulutuksen saaneiden vanhempien osuus yksinhuoltajaperheissä oli 33,6%. Jakautumaa tarkasteltaessa tulee kuitenkin huomioida ydin- ja yksinhuoltajaperheiden määrällinen ero.

Eri perhemuotojen tuloluokkien jakaumassa on nähtävissä selkeä ero ydinperheiden ja yksinhuoltajaperheiden välillä (Kuvio 18). Ydinperheiden (n=785) yleisimmin ilmoitettu kotitalouden tuloluokka oli 40 000-69 999€ (38,5%) ja toiseksi yleisin 70 000-99 999€ (30,2%). Yksinhuoltajaperheillä yleisin ilmoitettu tuloluokka oli 20 000-39 990€ (49,5%) ja toiseksi yleisin 0-13 999€ (24,2%). Uusioperheiden (n=87) tuloluokkien jakautuminen noudatteli ydinperheen jakautumaa. Jakaumaa tarkasteltaessa tulee huomioida edelleen eri perhemuotojen vanhempien määrän ero.



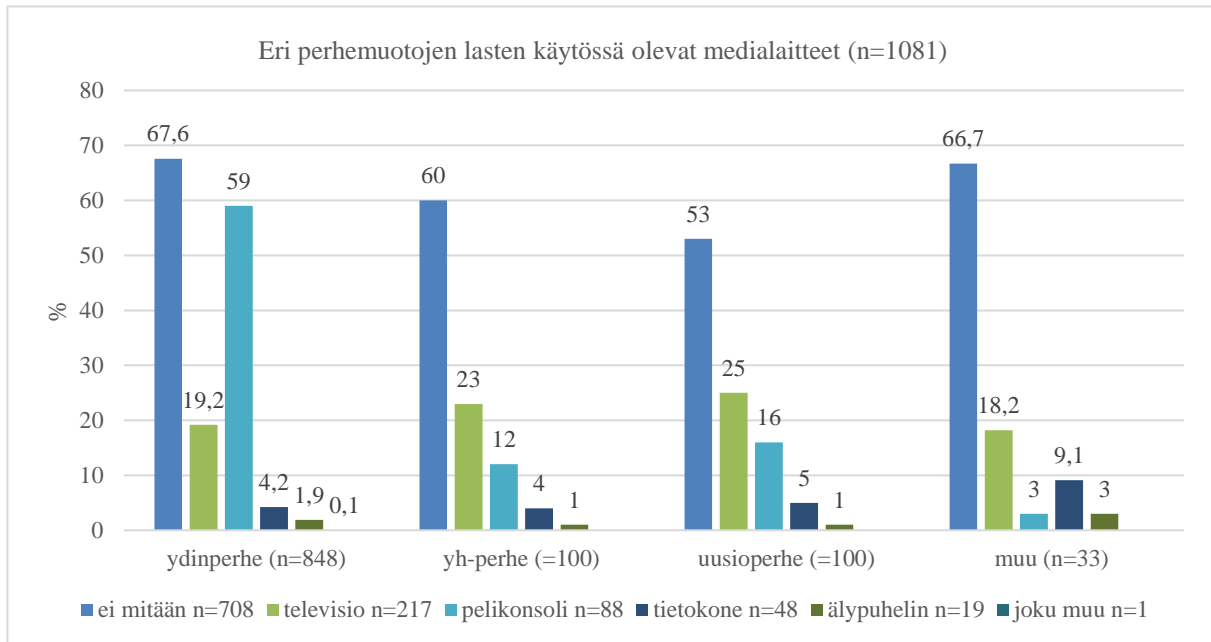
KUVIO 18. Eri perhemuotojen tuloluokkien jakautuminen

Eri perhemuotojen asumismuodon välillä oli nähtävissä selkeitä eroja siinä, että ydinperheiden (n=859) yleisin asumismuoto oli omakotitalo (61,4%) ja toiseksi yleisin kerrostalo (23,9%). Vastaavasti yksinhuoltajaperheiden (n=109) yleisin asumismuoto oli kerrostalo (54,1%) ja toiseksi yleisin rivitalo (36,7%).

Ydinperheiden (n=856) vanhemmista 96,5% ilmoitti, että perheen asuinpaikan piha-alueella on laaja tila leikkiin tai vapaaseen liikkumiseen. Yksinhuoltajaperheiden (n=109) vastaava ilmoitusmäärä oli 88,1% ja uusioperheiden (n=101) 93,1%. Ydinperheiden (n=959) vanhemmista 88,9% ilmoitti kokevansa, että perheen asunnon sisätilassa on riittävästi tilaa lapsen leikkiin tai liikkumiseen. Yksinhuoltajaperheiden (n=108) vanhemmista samaa raportoi 80,6% ja uusioperheiden (n=101) vanhemmista 92,1%. Ydinperheissä (n=859) lapsen oman huoneen ilmoituksia oli 68,9% ja yksinhuoltajaperheissä (n=108) 59,6% vanhemmista.

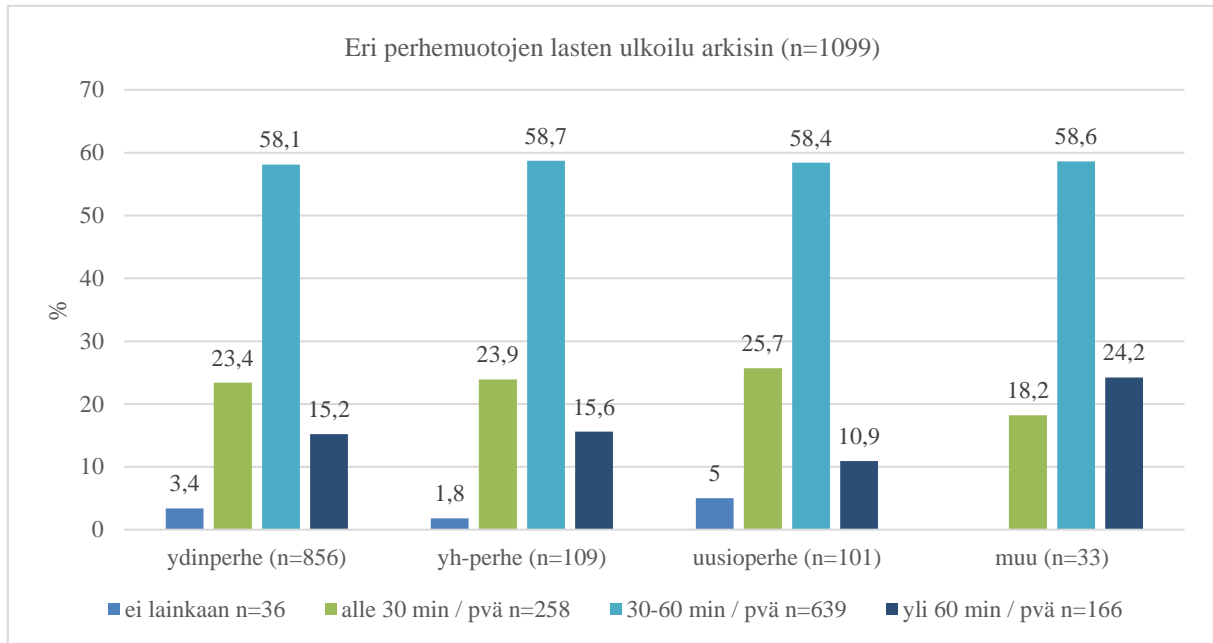
Lapsen käytössä tai omassa huoneessa olevien medialaitteiden jakautuminen perhemuodoittain on nähtävissä Kuviossa 19. Yleisimmin ei mitään- vastaus ilmoitettiin ydinperheiden vanhem-

pien toimesta ja vähiten uusioperheiden vanhempien toimesta. Selkein ero lapsen käytössä olevissa medialaitteissa on nähtävissä pelikonsolien käytössä, joita oli selkeästi eniten (58%) ydinperheiden (n=848) käytössä.



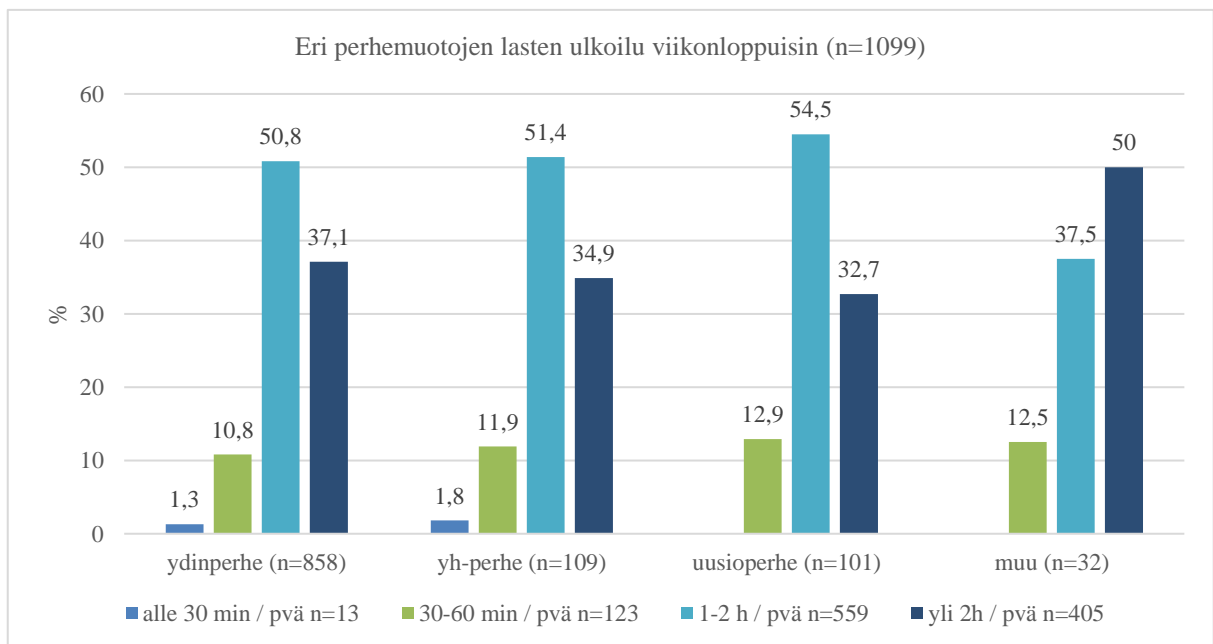
KUVIO 19. Lasten käytössä olevat medialaitteet perhemuodoittain

Perhemuodon ja lapsen fyysisen aktiivisuuden tarkastelussa lapsen ulkoilun määrässä arkena eikä myöskään viikonloppuna ollut havaittavissa merkittäviä eroavaisuuksia. Yleisimmin kaikkien perhemuotojen (n=1099) raportoima lapsen ulkoilumäärä oli 30 – 60 minuuttia päivässä (58,1%). (Kuvio 20.)



KUVIO 20. Lasten ulkoilu perhemuodoittain arkisin

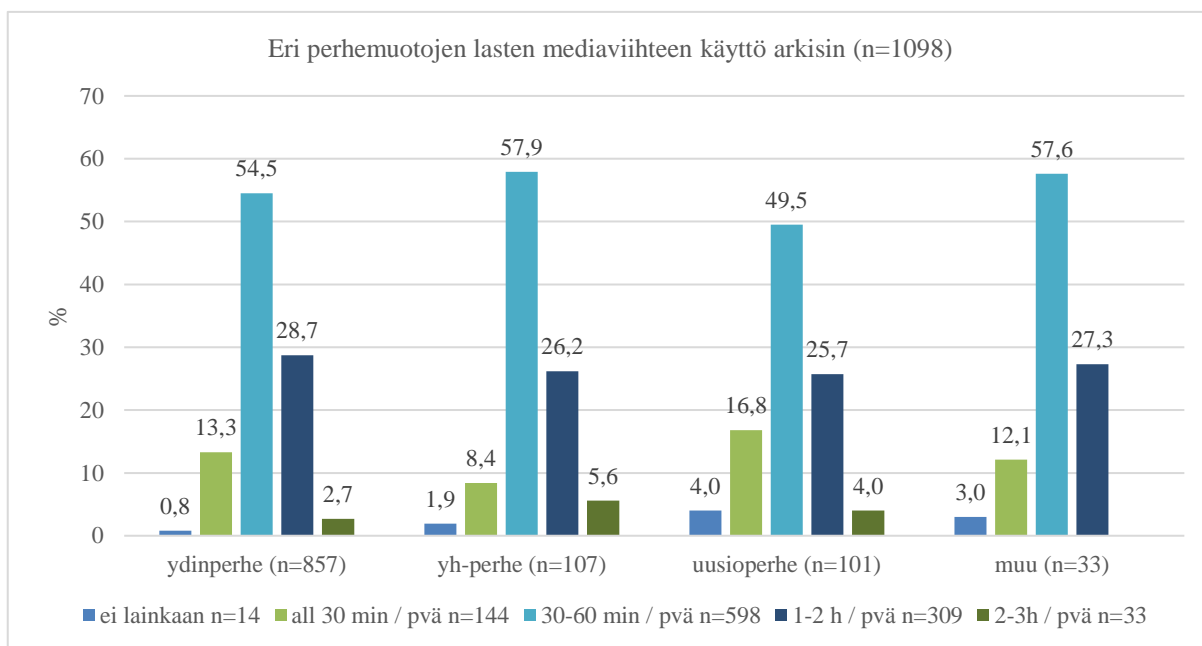
Viikonlopun ulkoilun valittavat määrät vastaajille olivat erilaisia kuin arkena. Valittavana oli ”ei lainkaan”, ”alle 30 minuuttia päivässä”, ”noin 30-60 minuuttia päivässä”, ”1-2 tuntia päivässä” ja ”yli 2 tuntia päivässä”. Myöskään viikonlopun ulkoilun määrässä ei esiintynyt merkittäviä eroja eri perhemuotojen lasten välillä. Kaikkien perhemuotojen (n=1100) yleisimmin ilmoittama viikonlopun ulkoilun määrä oli 1-2 tuntia päivässä (50,8%). (Kuvio 21.)



KUVIO 21. Lasten ulkoilu perhemuodoittain viikonloppuna

Kaikista perhemuodoista 55,1% (n=1100) ilmoitti lapsensa osallistuvan ohjattuun liikuntaharrastukseen. Ydinperheistä 56,4 % (n=856) vanhemmista ilmoitti lapsensa osallistuvan johonkin liikuntaharrastukseen. Yksinhuoltajaperheistä (n=109) vastaava luku oli 51,4% ja uusioperheistä (n=100) 54%.

Lapsen mediaviihteen käytön tarkastelussa perhemuodoittain ei ollut nähtävissä merkittäviä eroavaisuuksia. Kaikkien perhemuotojen (n=1098) eniten ilmoittama lapsen mediaviihteen määrä arkisin oli 30-60 minuuttia päivässä (54,5%). Vähiten ilmoituksia tuli vastausvaihtoehtoihin ”ei lainkaan” (0,4%) ja ”yli 3 tuntia päivässä” (1,5%). (Kuvio 21.) Myöskään lasten mediaviihteen käytössä viikonloppuisin ei ollut nähtävissä merkittäviä eroavaisuuksia. Viikonloppuisin kaikkien perhemuotojen yleisimmin ilmoitettu mediaviihteen käyttö aika oli 1-2 tuntia päivässä (49,6%).



KUVIO 22. Lasten mediaviihteen käyttö perhemuodoittain arkisin

Eri perhemuotojen keskiarvollisia, tilastollisesti merkitsevä eroja lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumisen arjessa sekä lasten fyysisen elinympäristön näkökulmasta tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testillä. Tutkimukseen valittiin kahdeksi tarkasteltavaksi perhemuodoksi ydinperhe ja yksinhuoltajaperhe. Ensimmäiseksi tarkasteltiin perhemuodon ja vanhemman koulutuksen ja kotitalouden keskiarvojen eroja. Ydinperheiden ja yksinhuoltajaperheiden koulutustaso



erosi tilastollisesti merkitsevästi toisistaan Ydinperheiden vanhempien koulutusaste oli tässä aineistossa korkeampi kuin yksinhuoltajaperheiden koulutusaste. Samoin ydinperheiden vanhempien kotitalouden käytettävissä oleva vuosittainen tulo oli korkeampi kuin yksinhuoltajaperheiden. (Taulukko 5.)

TAULUKKO 5. Vanhempien koulutusasteen ja tulojen erot perhemuodoittain (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Vanhemman koulutus (vastaaja)	Ydinperhe	861	2,92	0,868	6,829	0,000
	Yksinhuoltajaperhe	107	2,32	0,796		
Kotitalouden vuosittaiset bruttotulot	Ydinperhe	784	4,62	1,321	15,552	0,000
	Yksinhuoltajaperhe	99	2,46	1,091		

Perhemuotojen välisiä tilastollisesti merkitseviä keskiarvollisia eroja löytyi myös lapsen fyysiseen toimintaympäristöön liittyen. Ydinperheillä asumismuotona oli yleisemmin omakotitalo kuin yksinhuoltajaperheillä. Ydinperheiden lapsilla oli useammin laajaa tilaa leikkiin tai vapaaseen liikkeeseen saatavilla oman asuintalon piha-alueella. Samoin ydinperheiden lasten saatavilla oli enemmän lähiliikuntapaikkoja kuin yksinhuoltajaperheiden lapsilla. Ydinperheiden lapset myös käyttivät useammin oman paikkakunnan tai lähialueen lähiliikuntapaikkoja ja ulkoilualueita kuin yksinhuoltajaperheiden lapset. Ydinperheiden lasten vanhemmat kokivat myös asunnon sisätilan riittävyyden lapsen vapaaseen leikkiin tai liikkumiseen useammin kuin yksinhuoltajaperheiden vanhemmat. Poikkeavana tuloksena edelliseen nähden oli se, että yksinhuoltajaperheiden lapsilla on useammin lupa käyttää asunnon sisätilaa vapaaseen leikkiin tai liikkumiseen. (Taulukko 6.)

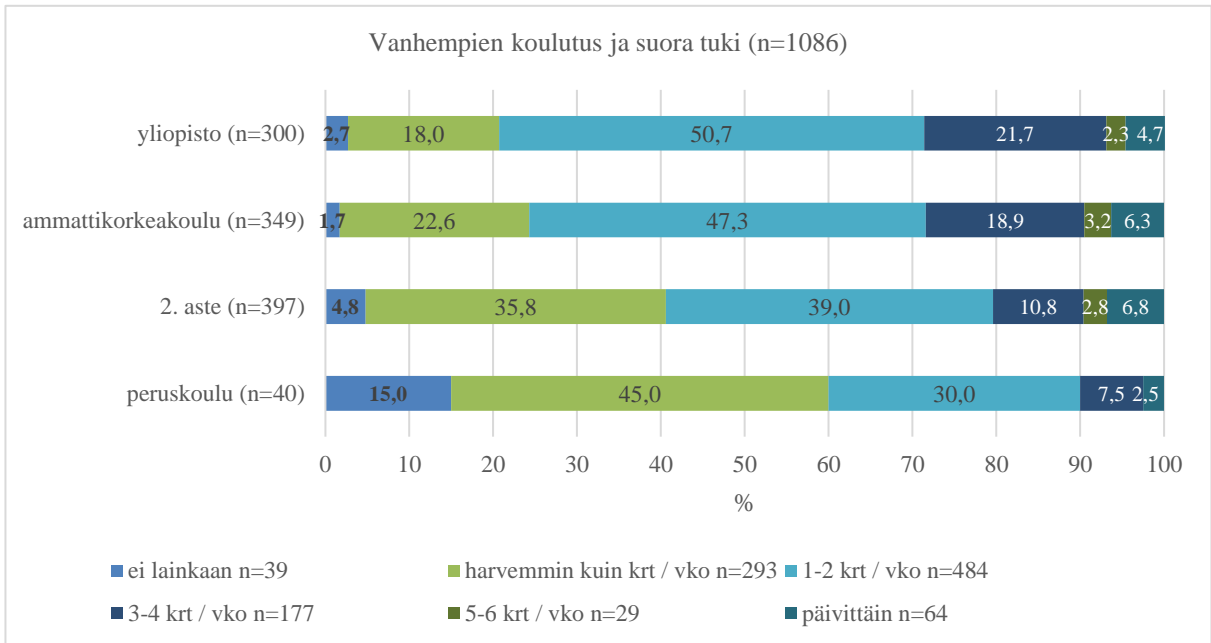
TAULUKKO 6. Lasten elinympäristöön liittyvät erot perhemuodoittain (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Asumismuoto (talotyypit)	Ydinperhe	859	2,37	0,844	11,875	0,000
	Yksinhuoltajaperhe	109	1,55	0,659		
Onko piha-alueen laajatila leikkiin saatavilla	Ydinperhe	856	0,96	0,1840	2,647	0,009
	Yksinhuoltajaperhe	109	0,88	0,3256		
Saatavilla olevien lähiliikuntapaikkojen summa	Ydinperhe	859	10,51	1,37008	3,104	0,002
	Yksinhuoltajaperhe	109	10,06	1,81697		
Kaikkien ulkoilu ja liikuntapaikkojen käyttöaste summa	Ydinperhe	859	21,79	4,16005	2,442	0,015
	Yksinhuoltajaperhe	109	20,74	4,50392		
Asumisen tilan riittävyys	Ydinperhe	859	0,89	0,314	2,110	0,037
	Yksinhuoltajaperhe	108	0,81	0,398		
Lapsen lupa käyttää sisätilaa leikkiin	Ydinperhe	860	0,99	0,096	-2,840	0,005
	Yksinhuoltajaperhe	108	1,00	0,000		

## 7.5 Vanhempien sosioekonomisen taustan yhteys vanhempien osoittamaan tukeen

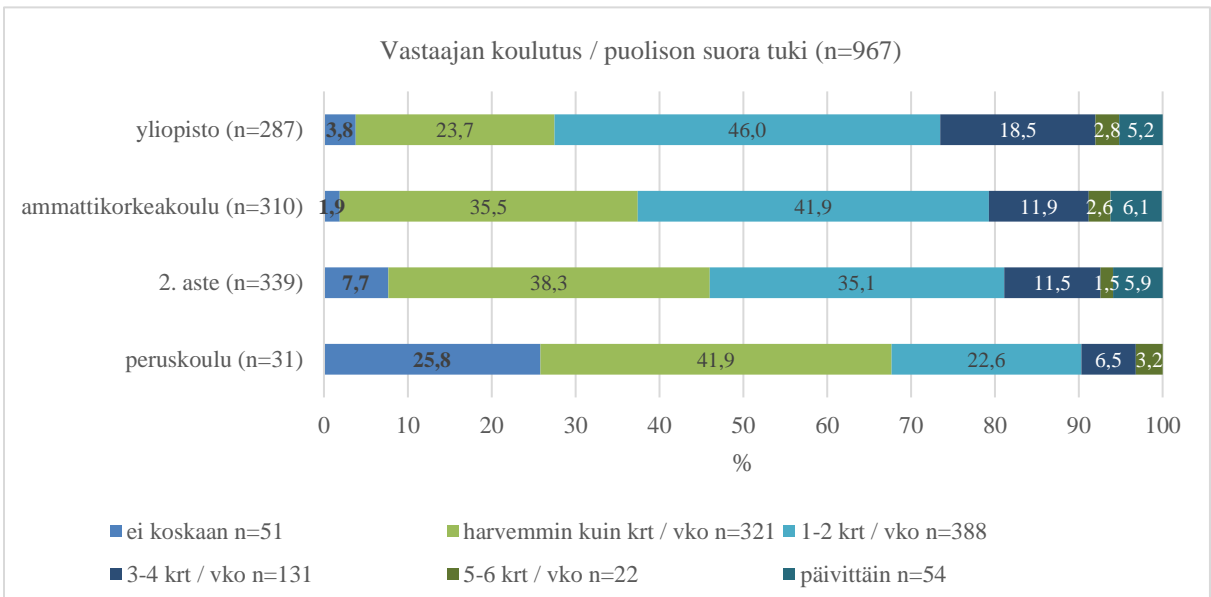
### 7.5.1 Koulutustausta

Vanhempien koulutuksen (vastaajan) ja vanhemman osoittaman tuen välistä prosentuaalista jakautumaa tarkastelemalla (Kuvio 23.) voidaan huomata selkeä yhteys korkeamman koulutuksen ja vanhempien osoittaman suoran tuen määrän lisääntymisen välillä. Kaikkien koulutusasteiden eniten raportoima tuen määrä oli 1-2 kertaa viikossa (44,6%). Määrällisesti eniten vastaajia sisältäneissä koulutusluokissa oli nähtävissä eroja korkeamman koulutuksen ja useammin toteutuvan tuen osalta kaikkien koulutusasteiden vanhempien yleisimmin ilmoittamassa tuen määrässä. Toisen asteen koulutuksen saaneet vanhemmat ilmoittivat 1-2 kertaa viikossa tapahtuvan tuen määräksi 39%, ammattikorkeakoulutuksen saaneet vanhemmat 47,3% ja yliopistokoulutuksen saaneet vanhemmat 50,7%. Eniten ”ei lainkaan” ilmoituksia oli perusasteen koulutuksen saaneilla vanhemmilla (15%). Erojen tarkastelussa on otettava huomioon eri koulutusasteiden määrälliset erot.



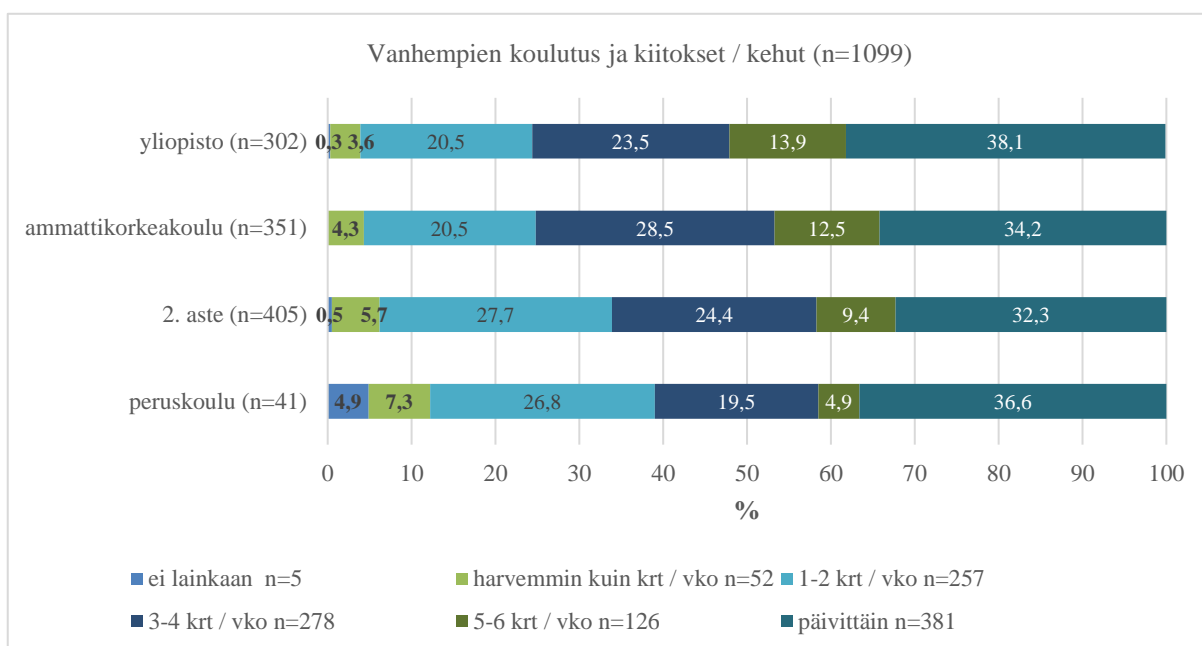
KUVIO 23. Vanhempien osoittama suora tuki lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle

Vastaajan raportoima puolison tuki suhteessa vastaajan omaan koulutusasteeseen näyttää suoran tuen osalta saman suuntaiselta. Toisin sanoen mitä korkeampi vastaajan koulutus oli, sitä enemmän määrällisesti myös puolison koetaan osoittavan viikoittaista suoraa tukea lapsen liikunta-aktiivisuudelle. (Kuvio 24.)



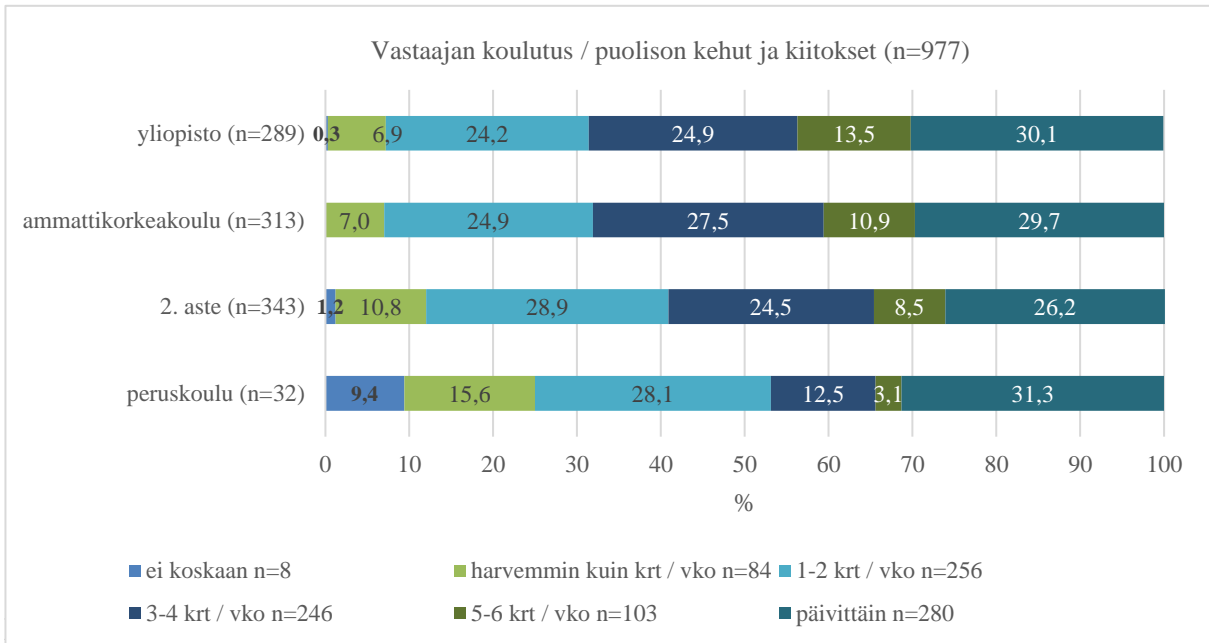
KUVIO 24. Puolison osoittama suora tuki lapselle suhteessa vastaajan koulutukseen

Vanhempien (vastaajan) osoittamat kehut ja kiitokset lapsen liikunnallisuudelle näyttöä linjassa edelliseen. Mitä korkeampi koulutus vanhemmalla oli, sitä useammin viikossa vanhemmat kokivat osoittavansa lapselle sanallista kehua ja kiitosta. (Kuvio 25.) Kuitenkin päivittäin toteutuva vanhempien sanallinen kiitos ja kehuminen näyttöä kaikilla koulutusasteilla varsin samanlaisena.



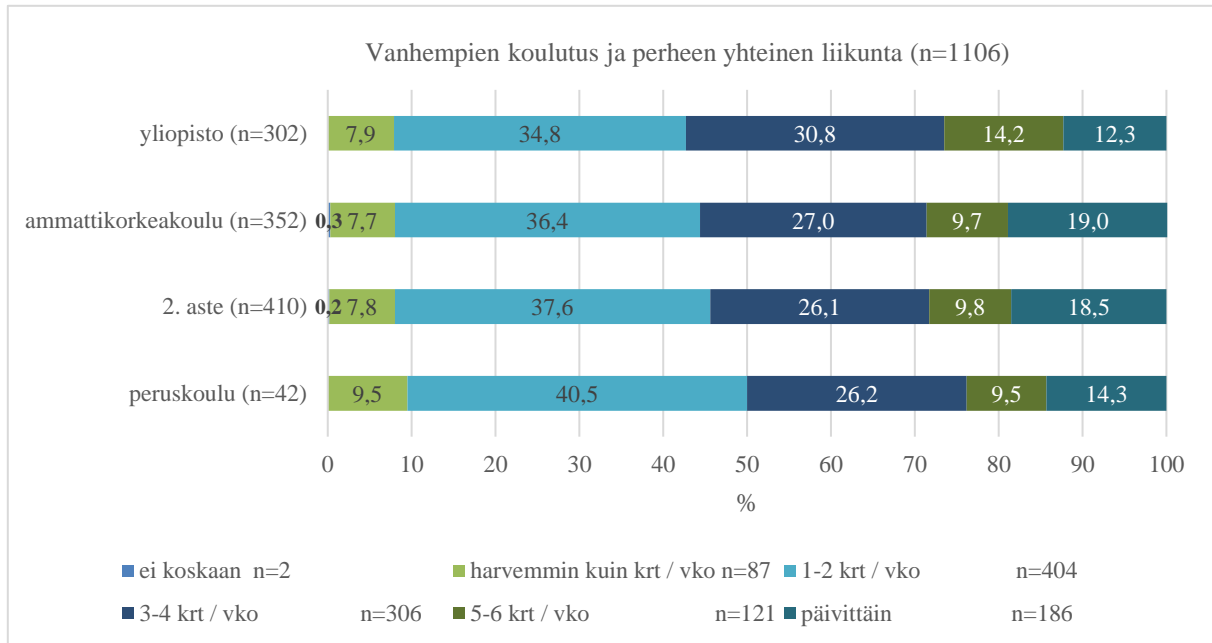
KUVIO 25. Vanhempien kehut ja kiitokset lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle koulutusasteittain

Vastaajien kokemus säilyi samanlaisena, kun he arvioivat puolisonsa sanallista palautetta lapsen liikunnallisuutta kohtaan. Korkeamman koulutuksen saaneiden vanhemmat arvioivat puolisoitensa antavan kehuja ja kiitoksia prosentuaalisesti useammin viikossa kuin alemman koulutuksen saaneet. Myös eri korkea-asteen koulutuksien välillä (amk / yliopisto) ero säilyi varsin samanlaisena kuin puolisoitensa suorassa tuessa. (Kuvio 26.)



KUVIO 26. Vastaajien kokemus puolison kehuista ja kiitoksista lapsen liikunnallisuudelle koulutusasteittain

Kaikkien eri koulutusasteiden (n=1106) vanhempien yleisimmin raportoima perheen yhteisen harrastamisen määrä oli 1-2 kertaa viikossa (36,5%). Määrällisesti vanhempia sisältäneissä koulutusasteissa (toinen aste, amk ja yliopisto) prosentuaalisesti eniten perheen yhteistä harrastamista (yli 3 kertaa viikossa) raportoi yliopistokoulutuksen saaneet (n=302) vanhemmat 57,3%. Toiseksi eniten amk-koulutuksen saaneet vanhemmat (n=352) 55,7% ja kolmanneksi eniten 2. asteen koulutuksen saaneet vanhemmat (n=410) 54,4%. (Kuvio 25.)



KUVIO 27. Vanhempien kokemus perheen yhteisestä liikunnan harrastamisesta koulutusasteittain

Vanhempien sosioekonomisen taustan (koulutus) tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen tarkasteltiin ja analysoitiin Spearmanin järjestyskorrelaation avulla (Liite 3.). Vastaajan koulutus oli eniten kaikista valituista sosioekonomisista taustamuuttujista tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä vanhempien osoittamaan tukeen lapsen liikunnallista aktiivisuutta kohtaan. Korrelaatiot olivat tosin varsin matalia. Vanhempien koulutus oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä sekä vastaajan omaan viikoittaiseen liikunnan määrään ( $r=.078$ ,  $p=0.010$ ) sekä puolison arvioituun viikoittaiseen liikunnan määrään ( $r=.146$ ,  $p<0.001$ ). Näin ollen mitä korkeampi koulutus vanhemmillä oli, sitä todennäköisimmin he itse harrastivat liikuntaa useita kertoja viikossa.

Koulutuksen tilastollisesti merkitsevä yhteys oli nähtävissä sekä vanhempien osoittamaan suoraan tukeen (taloudellista panostusta vaativaan tukeen) sekä sanalliseen tukeen. Vanhempien korkeampi koulutus oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä sekä vastaajan osoittamaan suoraan tukeen lapselle ( $r=.183$ ,  $p<0.001$ ) että vastaajan arvioon puolison osoittamasta suorasta tuesta lapselle ( $r=.173$ ,  $p<0.001$ ). Toisin sanoen mitä korkeampi vanhempien koulutusaste oli,

sitä todennäköisemmin he osoittivat suoraa taloudellista tukea lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle taloudellista panostusta vaativien tuen muotojen muodossa (kyyditseminen ja varusteiden ja välineiden osto).

Vanhempien koulutusasteen ja vanhempien osoittaman sanallisen tuen (kiitokset ja kehut) viikoittaisen osoittamisen määrässä oli myös tilastollisesti merkitsevä yhteys sekä vastaajan ( $r=.090$ ,  $p=0.003$ ) että puolison arvioitun tuen osalta ( $r=0.95$ ,  $p=0.003$ ). Vanhempien korkeampi koulutus ennusti näin suurempaa viikoittaista sanallista – sosiaalisen tuen määrää lapsen arjessa. Kokonaisuutena vanhempien koulutusaste oli tilastollisesti yhteydessä kaikkeen vanhempien osoittamaan tukeen ( $r=.121$ ,  $p<0.001$ ), kun summamuuttuja tarkastelussa oli mukana sekä vastaajan että vanhemman suora ja sanallisesti tapahtuva tuki sekä vanhemman ilmoittama perheen viikoittain tapahtuva yhteisen liikunnan harrastamisen määrä.

Tarkasteltaessa vanhempien tuen määrän ja vanhempien koulutuksen tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä vastaajan sukupuolen (äiti – isä) mukaan, äidin koulutusaste oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä äidin osoittamaan suoraan tukeen ( $r=.182$ ,  $p<0.001$ ), äidin sanalliseen tukeen ( $r=0.84$ ,  $p=0.010$ ) sekä äidin kokonaistukeen yhteensä ( $r=0.83$ ,  $p=0.010$ ). Isän koulutusaste oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä ainoastaan isän osoittamaan suoraan tukeen ( $r=.189$ ,  $p=0.026$ ). Tämän ohella vanhemman koulutusaste korreloi äidin ja isän osoittamana yhteistukeen ( $r=0.86$ ,  $p=0.004$ ).

Puolison koulutuksen tilastollisesti merkitsevät yhteydet noudattivat kyselyyn vastanneen vanhemman osalta esille tulleita yhteyksiä (Liite 3). Ainoina poikkeuksina puolison koulutus ei ollut tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä kyselyyn vastanneen vanhemman viikoittaiseen oman liikunnan harrastamisen määrään. Vanhempien koulutuksen tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä tarkasteltaessa voidaan todeta, että vanhempien korkeampi koulutusaste indikoi kautaltaan suurempaa vanhempien osoittamaa tukea lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle.

Vanhempien eri koulutusasteiden välisiä eroja tarkasteltiin lisäksi riippumattomien otoksien t-testillä. Vanhempien koulutus jaettiin kahteen luokkaan ”ei korkeakoulututkintoa” – ”korkea-

koulutuskinto”. T-testin avulla tarkasteltiin alemman ja ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien tilastollisesti merkitseviä eroja vanhempien osoittaman tukeen liittyvien muuttujien osalta. (Taulukko 7.)

Vanhempien oman liikunnan osalta alemman ja ylemmän koulutusasteen vanhempien omassa ja puolison liikunnan harrastamisessa oli tilastollisesti merkitsevä ero. Korkea-asteen tutkinnon suorittaneiden vanhempien oma liikunnan harrastaminen tapahtui määrällisesti useammin viikossa kuin ei korkea-asteen koulutuksen saaneiden vanhempien. Samoin korkea-asteen suorittaneen vanhemman puolison oma liikunnan harrastamisen useus viikossa on korkeampaa kuin alemman koulutuksen saaneilla puolisoilla. Näin ollen korkea-asteen koulutuksen saaneet olivat tässä aineistossa tilastollisesti merkitsevästi liikunnallisesti aktiivisempia kuin alemman koulutuksen saaneet vanhemmat. (Taulukko 7.)

Korkea-asteen koulutuksen suorittaneiden vanhempien suoran tuen osoittamisen määrä oli viikossa isompi kuin ei korkea-asteen koulutuksen saaneiden vanhempien. Samoin korkeamman koulutuksen saaneiden vanhempien arvio oman puolison osoittamasta tuesta oli määrällisesti korkeampaa kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien. Sama oli nähtävissä kyselyyn vastanneen vanhemman sanallisesti osoittamassa tuesta sekä vastaajien arviossa oman puolison osoittamassa sanallisessa tuesta. Korkea-asteen koulutuksen saaneiden vanhempien (puolisot mukana) kokonaistuki oli viikoittain useammin tapahtuvaa kuin ei korkea-asteen koulutuksen saaneiden vanhempien. Tämän ohella aineistossa korkea-asteen koulutuksen saaneiden äitien tuki oli viikoittain useammin tapahtuvaa niin suoran tuen ja sanallisen tuen kuin äidin osoittaman kokonaistuenkin osalta. Isien kohdalla vastaavaa tilastollisesti merkitsevää ero ei ollut havaittavissa. (Taulukko 7.)

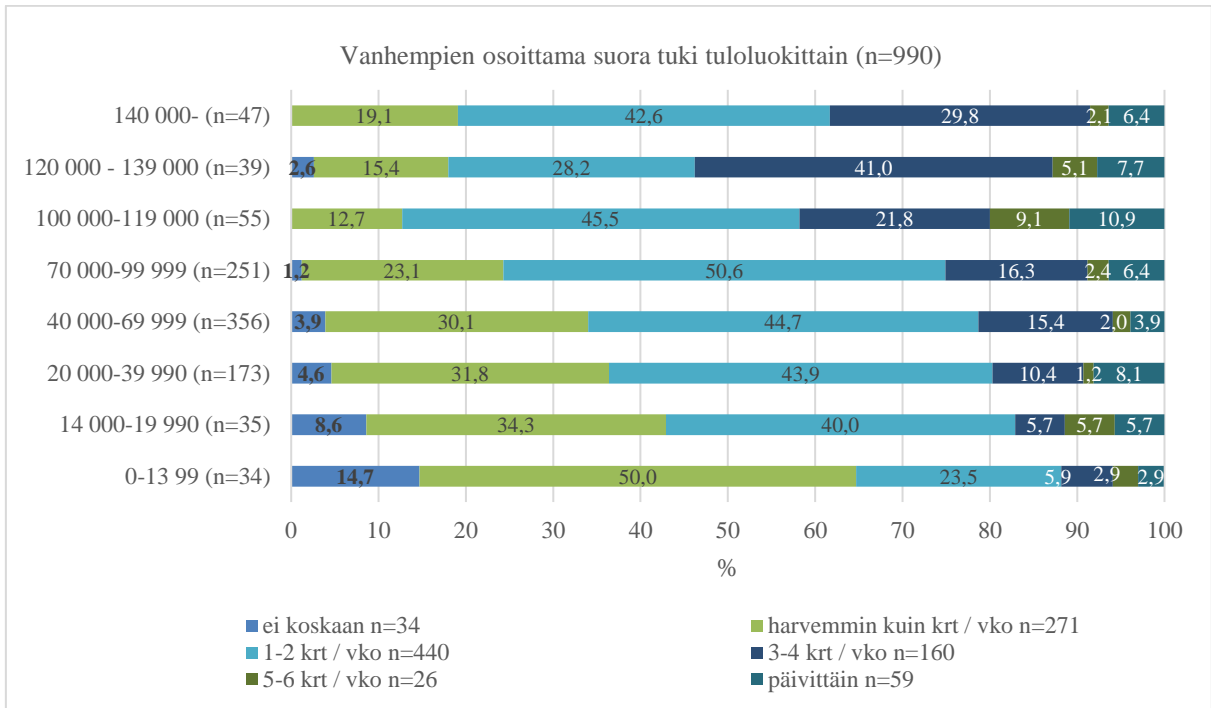


TAULUKKO 7. Vanhempien osoittama tuen erot ei korkeakoulutuksen ja korkeakoulutuksen saaneiden vanhempien välillä (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Vastaaja harrastaa liikuntaa	Ei korkeakoulututkintoa	449	2,616	1,0948	-2,313	0,021
	Korkeakoulututkintoa	654	2,765	0,9933		
Puoliso harrastaa liikuntaa	Ei korkeakoulututkintoa	374	2,257	1,2938	-5,187	0,000
	Korkeakoulututkinto	596	2,680	1,1374		
Vastaajan osoittama suora tuki lapselle	Ei korkeakoulututkintoa	437	1,71	1,794	-3,461	0,001
	Korkeakoulututkinto	649	2,08	1,688		
Vastaajan arvio puolison osoittamasta suorasta tuesta	Ei korkeakoulututkintoa	370	1,56	1,713	-2,825	0,005
	Korkeakoulututkinto	597	1,88	1,725		
Vastaajan osoittamat kehu tai kiitokset lapselle	Ei korkeakoulututkintoa	446	4,07	2,408	-2,940	0,003
	Korkeakoulututkinto	653	4,49	2,273		
Vastaajan arvio puolison kehuista tai kiitoksista	Ei korkeakoulututkintoa	375	3,62	2,445	-2,981	0,003
	Korkeakoulututkinto	602	4,08	2,334		
Vanhempien osoittama kaikki tuki yhteensä	Ei korkeakoulututkintoa	366	2,82	1,495	-3,730	0,000
	Korkeakoulututkinto	595	3,19	1,505		
Äidin suoratuki	Ei korkeakoulututkintoa	375	1,61	1,632	-3,750	0,000
	Korkeakoulututkinto	564	2,02	1,642		
Äidin kehu ja kiitokset	Ei korkeakoulututkintoa	382	4,06	2,372	-2,564	0,011
	Korkeakoulututkintoa	568	4,45	2,289		
Äidin kokonaistuki	Ei korkeakoulututkintoa	387	3,05	1,57	-2,14	0,033
	Korkeakoulututkinto	569	3,26	1,49		

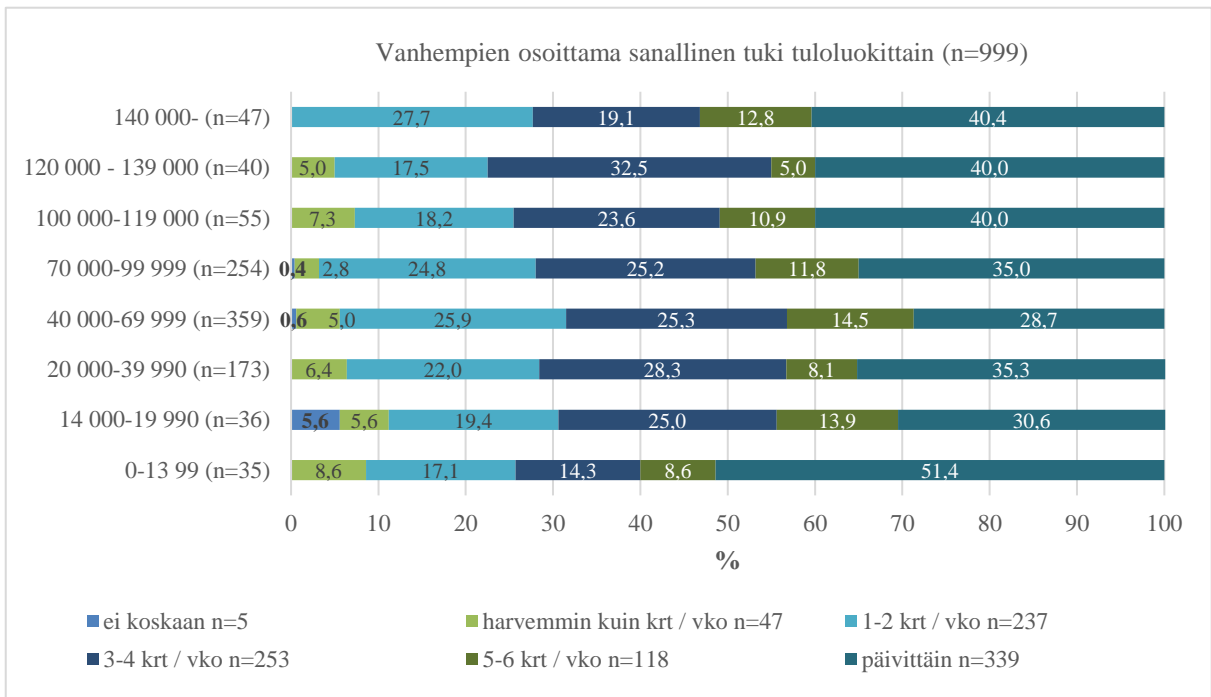
## 7.5.2 Tulotaso

Eri tuloluokkien tarkastelussa vanhempien osoittaman tuen osalta oli nähtävissä, erityisesti suoran tuen osalta, selkeä prosentuaalinen eroavaisuus eri tuloluokkien jakaumissa (Kuvio 28.) Mitä korkeammaksi vanhempien tuloluokka muuttui, sitä useammin vanhemmat ilmoittivat osoittavansa viikoittaista suoraa tukea lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle.



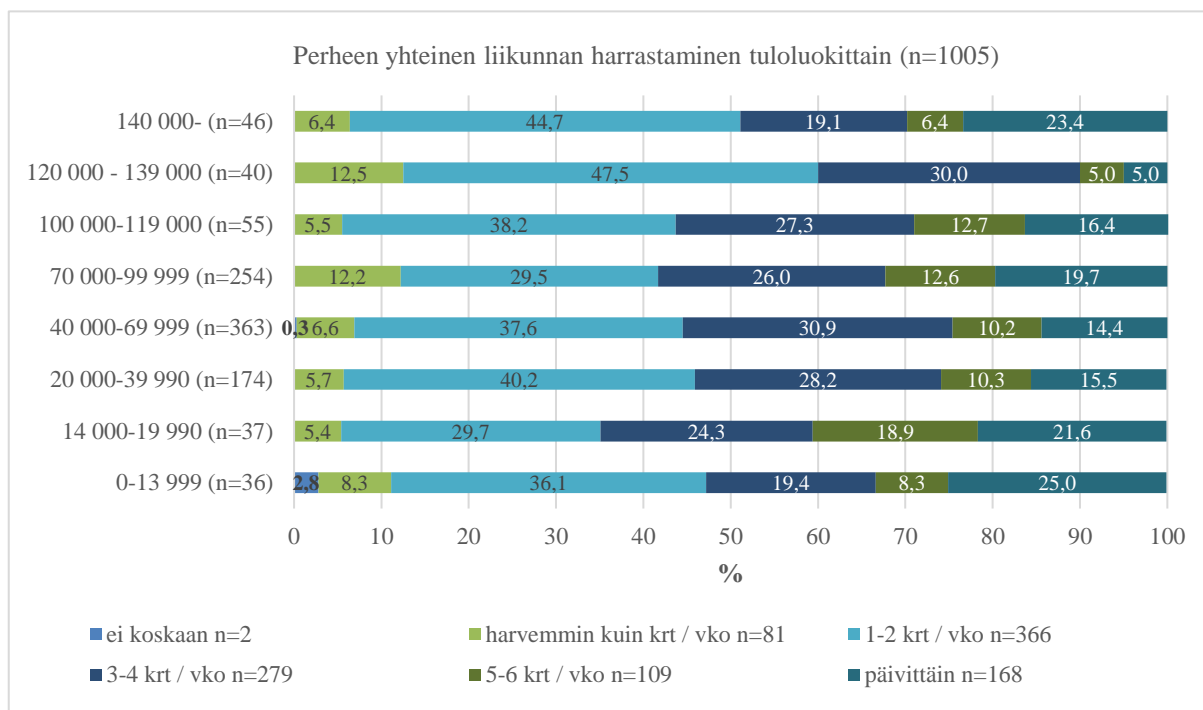
KUVIO 28. Vanhempien osoittama suora tuki tuloluokittain

Vanhempien viikoittain (vastaaja) osoittamien keuhujen ja kiitoksien osalta tilanne ei eronnut tuloluokittain niin selkeästi. (Kuvio 29.)



KUVIO 29. Vanhempien osoittama sanallinen tuki tuloluokittain

Eri tuloluokkien ilmoittama perheen yhteinen harrastaminen oli osittain saman suuntainen kuin vanhempien suullisesti osoittaman tuen määrä viikoittain (Kuvio 30.)



KUVIO 30. Perheen yhteinen liikunnan harrastaminen tuloluokittain

Kahden alimman tuloluokan vanhemmat (alle 20 000€) ilmoittivat päivittäin tapahtuvaa perheen yhteistä harrastamista enemmän kuin ylempien tuloluokkien perheiden vanhemmat. Vaikkakin kahden alimman tuloluokan vanhempien määrä (n=73) oli merkittävästi pienempi kuin seuraavan kolmen tuloluokan vanhempien määrä (n=791).

Kotitalouden vuosittaisten bruttotulojen tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä tarkasteltiin Spearmanin järjestyskorrelaatiokertoimen avulla (Liite 3.). Kotitalouden vuosittaiset tulot olivat tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä puolison liikunnan harrastamisen määrään viikossa ( $r=.119$ ,  $p<0.001$ ). Vastaavaa yhteyttä ei ollut havaittavissa kyselyyn vastanneen vanhemman liikunnan harrastamisen osalta. Näin ollen, mitä korkeammat kotitalouden vuosittaiset tulot olivat, sitä useammin kyselyyn vastanneet vanhemmat arvioivat puolison harrastavan liikuntaa viikossa.

Kotitalouden vuosittaiset tulot ennakoivat myös suurempaa vanhempien osoittamaa suoran tuen määrää viikossa. Vanhemman arvio oman suoran tuen osoittamisen määrästä viikossa oli tilastollisesti merkitsevästi yhteydessä kotitalouden vuosittaisiin tuloihin ( $r=.210$ ,  $p<0.001$ ). Samoin vastaajan arvio puolison osoittamasta tuesta korreloi kotitalouden vuosittaisten tulojen kanssa positiivisesti ( $r=.212$ ,  $p<0.001$ ). Tämän ohella tilastollisesti merkitsevä yhteys kotitalouden tulojen ja vanhempien tuen välillä, löydettiin vanhempien kokonaistuesta yhteensä (vastaaja + puoliso), jossa mukana on sekä vastaajan että puolison suora- ja sanallinen tuki sekä vastaajan arvio perheen yhteisestä viikoittain tapahtuvasta liikunnasta ( $r=0.86$ ,  $p=0.011$ ). Toisin sanoen mitä korkeammat kotitalouden vuosittaiset tulot olivat, sitä useammin vanhemmat osoittivat taloudellisesti määrittynyttä suoraa tukea lapsen liikunnalliselle aktiivisuudelle.

Tarkasteltaessa äidin ja isän osoittaman (vastaajat) tuen yhteyksiä kotitalouden vuosittaisiin tuloihin, ainoa tilastollisesti merkitsevä yhteys löytyi äidin kokonaistuen (suora- ja sanallinen tuki sekä äidin arvioiman perheen yhteisen viikoittaisen liikunnan harrastamisen määrän osalta, joskin yhteys oli asteikolla tilastollisesti melkein merkitsevä ( $r=0.71$ ,  $p=0.036$ ).

Vanhempien osoittamaa tukea tarkasteltiin lisäksi kahden eri tuloluokan näkökulmasta, jossa alkuperäiset kahdeksan tuloluokkaa luokiteltiin suomalaisten kotitalouksien vuoden 2016 mediaanitulon mukaisesti (Tilastokeskus 2018) alempaan  $< 40\,000\text{€}$  ja ylempään  $> 40\,000\text{€}$  tuloluokkaan. Kahden eri tuloluokan ja vanhempien tukeen liittyvien muuttujien keskiarvojen tilastollisesti merkitseviä eroja tarkasteltiin riippumattomien otosten t-testillä (Taulukko 8.). Vanhempien (vastaaja) osoittaman suoran tuen määrä oli viikoittain useammin tapahtuvaa ylemmässä kuin alemmassa tuloluokassa. Samoin vastaajan arvio puolison osoittamasta tuesta oli isompaa yli  $40\,000\text{€}$  vuositulot omaavissa perheissä.

Lisäksi vanhempien sukupuolen tarkastelun kautta (äiti -isä) löydettiin ylemmän tuloluokan äitien osoittamasta suoran tuen määrästä tilastollisesti merkitsevä ero alempaan tuloluokkaan nähden. Ylemmän tuloluokan äidit osoittivat näin enemmän taloudelliseen tukeen määrittynyttä suoraa tukea lapsilleen kuin alemman tuloluokan vanhemmat. Vastaavasti isän alempi tuloluokka erosi ylemmästä tuloluokasta isän osoittaman isomman sanallisen tuen viikoittaisessa määrässä sekä isän osoittaman kokonaistuen määrässä viikoittain. Alemman tuloluokan isät

osoittivat näin useammin tukea lapsen liikunnallisuutta kohtaan kuin ylemmän tuloluokan isät. (Taulukko 8.)

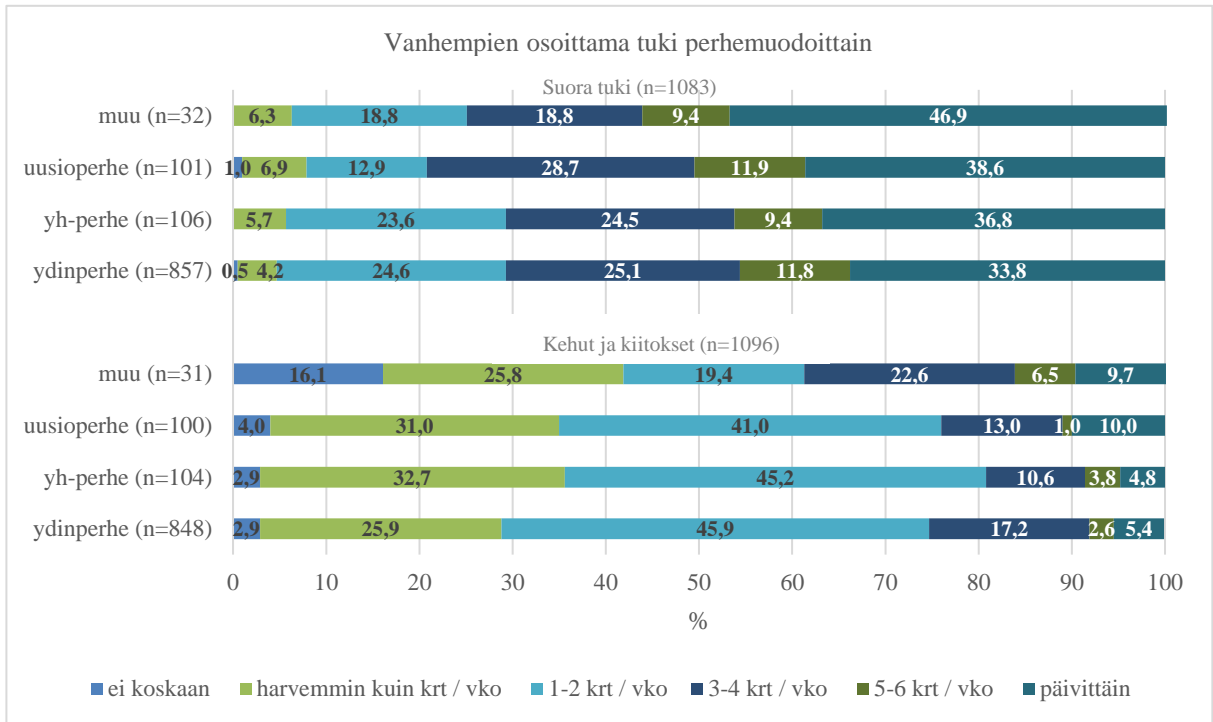
TAULUKKO 8. Alemman ja ylemmän tuloluokan väliset erot vanhempien osoittamassa viikoittaisessa tuessa (t-testi)

		n	ka	kh	t-arvo	p-arvo
Vastajaan osoittama suora tuki lapselle	Tulot < 39 990	242	1,70	1,813	-2,328	0,020
	Tulot > 40 000	748	2,00	1,715		
Vastajaan arvio puolison osoittamasta suorasta tuesta	Tulot < 39 990	145	1,48	1,675	-2,151	0,032
	Tulot > 40 000	731	1,82	1,752		
Äidin suoratuki	Tulot < 39 990	221	1,54	1,574	-3,332	0,001
	Tulot > 40 000	633	1,97	1,675		
Isäm kehut ja kiitokset	Tulot < 39 990	21	5,52	2,562	2,135	0,035
	Tulot > 40 000	112	4,33	2,300		
Isän kokonaistuki	Tulot < 39 990	22	4,31	2,173	2,636	0,009
	Tulot > 40 000	112	3,28	1,557		

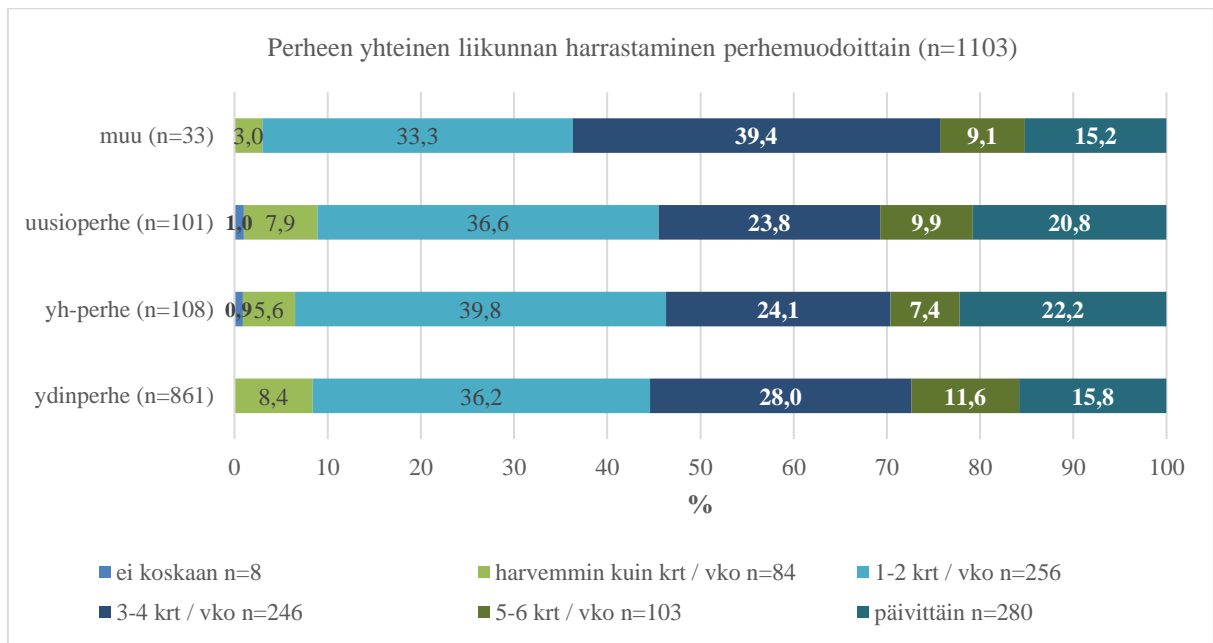
### 7.5.3 Perhemuoto

Eri perhemuotojen välillä esiintyneet erot kyselyyn vastanneen vanhemman osoittaman tuen osalta on nähtävissä kuviossa 26. Suoran tuen osalta eri perhemuotojen prosentuaaliset osuudet ovat hyvin lähellä toisiaan. Kehujen ja kiitoksien osalta ydinperheiden vanhemmat ovat ilmoittaneet hiukan suuremman määrän 1-2 kertaa viikossa tapahtuvaa tukea kuten myös 3-4 kertaa viikossa tapahtuvaa tukea. (Kuvio 31.)

Kaikkien perhemuotojen (n=1103) eniten ilmoittama määrä perheen yhteiselle liikunnan harrastamiselle viikossa oli 1-2 kertaa viikossa (36,5%). Perhemuotojen välillä ei ollut havaittavissa merkittäviä eroavaisuuksia yhteisen harrastamisen osalta. Merkille pantavinta oli se, että yksinhuoltajaperheiden (n=108) vanhemmat ilmoittivat perheen yhteistä liikunnan harrastamista 6,4% enemmän kuin ydinhuoltajaperheen (n=861) vanhemmat (15,8%). Tarkastelussa on huomioitava eri perhemuotojen vanhempien määrällisen eron merkittävyys. (Kuvio 32.)



KUVIO 31. Vanhempien osoittama tuki perhemuodoittain



KUVIO 32. Perheen yhteinen liikunnan harrastaminen perhemuodoittain

## 8 POHDINTA

Uudet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset (Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä 2016) asemoivat lapsen oikeuksien turvaamisen keskeiseksi osaksi alle kouluikäisten lasten liikuntakasvatusta. Vanhempien sosioekonominen asema on täysin lapsesta riippumaton tekijä, mutta on toisaalta alati läsnä kaikkien pienten lasten elämässä. Lapsen oikeudet määrittävät lapsen oikeuden hyvään elämään. Elämään, jossa lapsen turvallisen kasvun ja kehityksen turvaamiseksi tulee toteutua jokaisen lapsen yhdenvertainen mahdollisuus leikkiin ja vapaaseen liikkumiseen; riippumattomasti lapsen perhetaustasta. Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää vanhempien sosioekonomisten taustatekijöiden yhteyksiä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen arjessa. Toisaalta tutkimuksen avulla päästiin tarkastelemaan lapsen oikeuksien toteutumista lapsen arjessa – fyysisen aktiivisuuden ja siihen yhteydessä olevien tekijöiden näkökulmasta. Sosioekonomisina taustatekijöiksi tässä tutkimuksessa määriteltiin vanhempien koulutus, kotitalouden vuosittaisten bruttotulot sekä perhemuoto (ydinperhe – yksinhuoltajaperhe). Lasten fyysistä aktiivisuutta tarkasteltiin lapsen fyysisen elinympäristön, lapsen ulkoilun, ohjattuun liikuntaharrastamiseen osallistumisen ja mediaviihteen käytön sekä vanhempien osoittaman tuen muodossa.

### 8.1 Tuloskooste

#### *Vanhempien koulutusaste*

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että vanhempien koulutusasteella oli yhteyksiä lapsen fyysisessä elinympäristössä oleviin leikkiä ja vapaata liikkumista edistäviin tekijöihin. Vanhempien korkeampi koulutus oli positiivisessa yhteydessä lapsen lupaan käyttää perheen asunnon läheisyydessä olevaa piha-aluetta leikkiin tai vapaaseen liikkumiseen sekä korkeampaan saatavilla olevien lähiliikuntapaikkojen määrään sekä niiden käyttöasteeseen. Korkeamman koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla oli enemmän mahdollisuuksia vapaaseen liikkeeseen niin oman piha-alueen läheisyydessä olevalla piha-alueella kuin lähialueella sijaitsevien liikunta- ja ulkoilun alueiden näkökulmasta kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla. Tämän

ohella korkeamman koulutuksen saaneiden vanhempien kokemus asunnon sisätilan riittävydestä lapsen leikkiin tai liikkumiseen oli korkeampi kuin alemman koulutuksen saaneilla.

Korkeamman koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla oli vähemmän käytössään medialaitteita kuin alemman koulutuksen saaneiden vanhempien lapsilla. Vanhempien koulutusaste oli myös yhteydessä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen arjessa. Ylemmän koulutuksen saaneiden vanhempien lapset ulkoilivat arkena vähemmän kuin alemman koulutuksen saaneet lapset, mutta osallistuivat enemmän ohjattuun liikuntaharrastukseen. Ylempi koulutusaste liittyi myös lapsen vähäisempään mediaviihteen käyttöön arkena ja kokonaisuutena viikon aikana.

### *Kotitalouden vuosittaiset tulot*

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että kotitalouden vuosittaisilla bruttotuloilla oli tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä lapsen fyysisen elinympäristön muotoutumiseen. Kotitalouden korkeammat tulot olivat yhteydessä isompaan omakotitaloasumisen todennäköisyyteen sekä piha-alueella sijaitsevan laajan leikki- tai vapaan liikkumisen mahdollistavan tilan olemassaoloon. Samoin kotitalouden tuloilla oli positiivinen yhteys lapsen lähiympäristössä saatavilla olevien liikunta- ja ulkoilupaikkojen määrään sekä niiden korkeampaan käyttöasteeseen. Yhteyksien tarkastelu alemman ja ylemmän tuloluokan välillä (<40 000€>) oli linjassa korrelaatioiden osoittamien yhteyksien kanssa. Ylemmän tuloluokan vanhempien lapsien fyysinen elinympäristö tarjoaa enemmän tilaa ja mahdollisuuksia lapsen leikkiin, vapaaseen liikkumiseen ja myös erikseen rakennettujen olosuhteiden käyttömahdollisuuteen sekä niiden suurempaan käyttöasteeseen (t-testit).

Kotitalouden vuosittaisilla bruttotuloilla oli myös yhteyksiä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen arjessa. Merkille pantavaa tuloksissa oli ylemmän tuloluokan lasten vähäisempi ulkoilun määrä suhteessa alempaan tuloluokkaan. Korkeamman tuloluokan lapset osallistuivat kuitenkin enemmän ohjattuun liikuntaan, jonka ohella tilastollisesti merkitsevä yhteys oli löydettävissä korrelaationanalyysissä myös osallistumiskertojen useuteen viikossa. Kuitenkaan t-testissä useuden välillä ei löytynyt alemman ja ylemmän (<40 000€>) tuloluokan välistä tilastollisesti merkitsevää eroa. Ylemmän tuloluokan ja lapsen viikoittaisen mediaviihteen (kaikki



yhteensä) väliltä löytyi negatiivinen korrelaatio eli kotitalouden korkeammat vuosittaiset tulot ennustavat lapsen vähäisempää mediaviihteen käyttöä viikolla. T-testien analyysissa tilastollisesti merkitsevää eroa määriteltyjen tuloluokkien väliltä ei ollut kuitenkaan löydettävissä.

### *Perhemuoto*

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että ydinperheiden vanhempien koulutusaste oli korkeampi kuin yksinhuoltajaperheiden koulutusaste. Samoin miltei itsestään selvänä tuloksena oli, että ydinperheiden kotitalouden vuosittaiset tulot olivat korkeammat kuin yksinhuoltajaperheiden vuosittaiset bruttotulot. Eri perhemuotojen vanhempien määrällinen ero oli merkittävä, mutta silti voidaan todeta, että eri perhemuotojen välinen sosioekonominen taustaero oli olemassa.

Tutkimuksen tuloksien mukaan perhemuodolla oli yhteyksiä ainoastaan lapsen fyysisen toimintaympäristön muotoutumiseen. Ydinperheiden ja yksinhuoltajaperheiden asumismuoto erosi toisistaan. Yksinhuoltajaperheistä 54,1% asui kerrostalossa ja 61,4% ydinperheistä asui omakotitalossa. Näin myös saatavilla oleva piha-alue lapsen leikkiin tai vapaaseen liikkumiseen erosi tilastollisesti merkitsevästi valitun kahden perhemuodon välillä. Lapsen lähialueella olevien liikunta- ja ulkoilualueiden saatavuus ja käyttöaste erosivat myös eri perhemuotojen välillä. Ydinperheiden lapsilla oli saatavillaan enemmän lähiliikuntapaikkoja ja ulkoilualueita, joita he myös käyttivät enemmän kuin yksinhuoltajaperheiden vanhempien lapset. Samoin vanhempien kokemus asunnon sisätilan riittävydestä lapsen leikkiin ja liikkeeseen oli kokemuksesta suurempaa ydinperheillä kuin yksinhuoltajaperheillä.

### *Sosioekonomisten tekijöiden yhteydet vanhempien osoittamaan tukeen*

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että vanhempien koulutusastella sekä kotitalouden vuosittaisilla tuloilla oli tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä vanhempien osoittamaan tukeen. Ainoastaan tähän tutkimukseen tarkasteluun valittujen perhemuotojen välillä (ydinperhe- yksinhuoltajaperhe) ei havaittu tilastollisesti merkitseviä eroja vanhempien tuessa eri perhemuotojen välillä.

*Vanhempien korkeampi koulutus* ennustaa sekä kyselyyn vastanneen vanhemman että hänen puolisonsa korkeampaa viikoittaista liikunnan kertamäärää sekä isompaa suoran tuen ja sanallisen tuen osoittamisen viikoittaista määrää lapsen liikunnallista aktiivisuutta kohtaan. Korkeasteen koulutuksen saaneet vanhemmat osoittavat sekä suoraa taloudellista panostusta vaativaa että sosiaalista (sanallista) tukea lapsen liikunnallisuutta kohtaan useammin viikossa kuin ei korkea-asteen koulutuksen saaneet vanhemmat. Tämän ohella äidin korkeampi koulutus oli yhteydessä kaikkiin äidin osoittamiin tukimuotoihin sekä äidin kokonaistukeen yhteensä. Korkeasteen koulutuksen saaneet äidit osoittivat useammin viikossa, niin suoraa tukea kuin sanallistakin tukeaan lapsen liikunnallisuutta kohtaan kuin ei korkea-asteen koulutuksen saaneet äidit. Korkeampi koulutus oli tilastollisesti merkitsevästi positiivisessa yhteydessä äidin ja isän kokonaistukeen (ilman puolisoita), vaikkakaan tilastollisesti merkitsevää eroa ei korkea-asteen ja korkea-asteen t-testivertailussa löydetty.

Tutkimuksen tuloksien mukaan *kotitalouden vuosittaisilla tuloilla* oli yhteys vanhempien osoittamaan suoraan tukeen. Vanhempien koulutus korreloi positiivisesti sekä vastaajavanhemman että hänen arvioonsa puolison suoran tuen määrästä. Myös alemman ja ylemmän tulotason (<40 000€>) vanhempien vertailussa löydettiin tilastollisesti merkitsevä ero suoran tuen toteutumisen väliltä. Vastaavaa korrelaatiota tai tilastollisesti merkitsevää ryhmien välistä eroa ei ollut löydettävissä vanhempien osoittaman sanallisen tuen (kehut ja kiitokset) osalta. Tämän ohella ylemmällä tulotasolla oli yhteys äidin osoittamaan suoraan tukeen ja myös alemman ja ylemmän tulotason (<40 000€>) ryhmien välinen ero oli tilastollisesti merkitsevä. Alemman ja ylemmän tulotason ryhmien välisten erojen tarkastelussa löytyi myös tilastollisesti merkitsevä ero isien osoittaman sanallisen tuen ja kokonaistuen osalta, mutta käänteisesti äiteihin nähden. Näin ollen kotitalouden vuosittain korkeammat tulot ennustivat äitien suurempaa viikoittaista tuen määrää suoran tuen muodossa. Vastaavasti isien vuosittaiset alemmat tulot ennustivat suurempaa viikoittaista sanallisen- ja kokonaistuen määrää.

## **8.2 Tulokset suhteessa aiempaan tutkimukseen**

Lapsen fyysiseen aktiivisuuteen yhteydessä olevia ja siihen vaikuttavia tekijöitä voidaan pitää monisäikeisenä, jos ei jopa kompleksisena kokonaisuutena. Sterdts, Liersch & Walter (2014)

systemaattisessa tutkimuskatsauksessaan päätyivät määrittelemään lapsen fyysiseen aktiivisuuteen yhteydessä olevat tekijät biologisiin, psykologisiin, sosiokulttuurisiin ja ympäristöllisiin tekijöihin. Katsauksessaan he tuovat esille sosioekonomisten tekijöiden tutkimuksen heterogeenisyyden suhteessa lapsen ja nuorten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Tutkimusnäyttö on osin ristiriitainen miltä osin vanhempien sosioekonominen tausta on yhteydessä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen. Näyttääkin sille, että isoin haaste yhteyksien tarkastelussa on eri tutkimusten erilainen käsitteen määrittely niin sosioekonomisen taustan määrittelyn kuin lasten fyysisen aktiivisuuden osalta. Tämä sama tuotiin esille myös Valtion liikuntaneuvoston laatimassa *Mitä maksaa?* – raportissa (2014), jossa lapsen sosioekonomisen ja fyysisen aktiivisuuden yhteyksiä tarkastelleiden tutkimusten koosteen yhteenvedossa todettiin vakiintuneiden käsitteiden ja menetelmien puute, kun tutkitaan vanhempien sosioekonomiseen taustan yhteyksiä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumisessa. Näin ollen tämänkin tutkimuksen tulokset tulee suhteuttaa vielä varsin jäsentymättömään tutkimuskenttään. Voitaneekin siis todeta, että tässä tutkimuksessa käytetyillä muuttujilla ja menetelmillä löydettiin useita tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä vanhempien sosioekonomisen taustan ja lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen liittyvien muuttujien väliltä. Kuitenkin tutkimusta tarvitaan edelleen lisää, entistä yhtenäisimmillä muuttujilla ja menetelmillä.

Tässä tutkimuksessa lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumisen arviointi perustui vanhempien arvioon. Aktiivisuuden muuttujina oli lapsen ulkoilun viikoittainen määrä, ohjattuun liikuntaan osallistuminen sekä mediaviihteen parissa vietetty viikoittainen aika. Sosioekonomista taustaa taas tarkasteltiin erikseen niin vanhempien koulutusasteen, kotitalouden vuosittaisten tulojen kuin perhemuodon osalta. Selvitys pohjautui vanhempien antamiin tietoihin ja arvioihin. Useissa tutkimuksissa lapsen fyysisen aktiivisuuden mittaaminen on tehty käyttäen jotain objektiivisen mittaamisen tapaa. Suomalaislapsia koskeneessa tutkimuksessa Määttä ym. 2017 löysivät yhteyden äidin korkeamman koulutustaustan ja poikien runsaamman (3-6-vuotiaiden) reippaan liikunnan välillä arkena, mutta vastaavasti vähäisempään tyttöjen reippaaseen liikkumiseen arkena ja viikonloppuna. Tutkimuksessa käytettiin liikemittaria (Actigraph) ja koulutustaustaa kysyttiin osana vanhemmille osoitettua lapsen tutkimukseen osallistumisen suostumuslomaketta. (Määttä ym. 2017). Tämän tutkimuksen erovaisuus suhteessa edelliseen, objektiivisesti mitatun liikunnan määrän ja vanhempien koulutustaustaan liittyviin yhteyksiin, on

merkittävä. Vaikkakin tulokset heijastelevat vanhempien koulutustaustan osalta osittain yhteneviä tuloksia, on näiden kahden tutkimusasetelman ero toisiinsa nähden suuri, joka heikentää tuloksien keskinäistä vertailtavuutta merkittävästi.

Liikemittaria käyttäneiden tutkimuksien kooste Liikuntaneuvoston *Mitä maksaa?* (2014) raportissa, tuo myös esille vanhempien sosioekonomiseen taustaan liittyvien yhteyksien heterogeenisyyttä lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Tanskalainen tutkimus (European Youth Heart Study) käytti sosioekonomisen aseman mittarina vanhempien ammattiaseman määrittelyä. Lapsien (8-10 ja 14-16-vuotiaat) fyysistä aktiivisuutta mitattiin kiihtyvyyksimittarilla ja aktiivisuus luokiteltiin kolmeen tasoon: kevyeen, kohtuukuormitteiseen ja reippaaseen. Tuloksena oli, että korkeamman sosioekonomisen taustan pojat olivat ennakkokäsityksestä poiketen passiivisempia kuin alhaisemman sosioekonomisen taustan perheiden pojat.

Englantilainen Speedy-tutkimus (10-vuotiaat) tarkasteli kiihtyvyyksimittareiden avulla lapsen fyysisen aktiivisuuden suositusten täyttymistä ja vanhempien koulutuksen välisiä yhteyksiä. Suositusten täyttävien lapsien osuus oli riippumaton vanhempien koulutustaustasta. Kansainvälisten tutkimuksien koosteessa esille nousee väistämättä muun muassa sosioekonomisten tekijöiden luokittelumenetelmät, joiden voidaan katsoa oleva kulttuurisidonnaisia. Toisin sanoen tuloksien yleistämistä erilaiseen yhteiskuntajärjestelmään ei voida pitää luotettavana. (Hakamäki 2014, 20-24.) Kantomaa, Jaako & Tammelin (2014) tarkastelevat *Mitä maksaa?*- raportissa katsauksen omaisesti myös suomalaisia seurantatutkimuksia sosioekonomisen taustan yhteydestä nuorten liikunnan harrastamiseen. Katsauksessa on merkille pantavaa myös suomalaisten tutkimustuloksien heterogeenisyys sekä niissä käytettyjen käsitteiden määrittelyjen moninaisuus. Näin ollen myös tämän tutkimuksen tuloksien peilaaminen suhteessa aiempiin tutkimuksiin tulee tehdä harkiten, erityisesti tuloksien laajemman yleistämisen näkökulmasta. Toisaalta voidaan sanoa, että tämä tutkimus asemoituu siihen tutkimuskentän nurkkaan, jossa vanhempien sosioekonomisilla taustatekijöillä on löydetty yhteyksiä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Parhaiten asemointi luonnollisesti onnistuu peilaten tämän tutkimuksen tuloksia samankaltaisten tutkimusasetelmien ja käsitemaailmojen omaavien tutkimuksien kanssa.

Tämän tutkimuksen aineiston osalta voitaneen siis kuitenkin todeta, että alemman sosiaalisen taustan omaavien vanhempien lapsien fyysinen elinympäristö muodostuu fyysisen aktiivisuuden ja liikunnallisen elintavan tukemisen näkökulmasta ainakin joltain osin eri tavoin kuin alemman sosioekonomisen taustan omaavien vanhempien lapsilla. Tandon ym. (2012) viittaavat samaan tulkintaan tutkimuksessaan, jossa he tutkivat 6-11-vuotiaiden lasten elinympäristön ja sosioekonomisten tekijöiden yhteyksiä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen, istumiseen sekä ruutuaikaan. Tutkimuksen tuloksien mukaan alemman sosioekonomisen luokan (mm. koulutus ja vuosittainen tulotaso) omaavien vanhempien lapsilla oli isompi määrä medialaitteita käytössään omassa makuuhuoneessaan, mutta vähemmän käytössään kannettavia leikkiin tai pelaamiseen tarvittavia välineitä. Samoin heidän viikoittainen ruutuaikansa oli korkeampi kuin ylemmän sosioekonomisen luokan lapsilla. Lisäksi alemman sosioekonomisen luokan vanhemmat määrittivät lapsen ulkoilua rajatuimmilla säännöillä kuin ylemmän sosioekonomisen luokan vanhemmat. Tutkimuksessa ei kuitenkaan ollut löydettävissä tilastollisesti merkitseviä yhteyksiä lapsen fyysisen aktiivisuuden ja sosioekonomisen luokan välillä. Näin ollen tässä tutkimuksessa esille tullut yhteys vanhempien koulutustaustan ja perheen vuosittaisten tulojen sekä lapsen fyysisen aktiivisuuden mahdollisuuksia tarjoavan elinympäristön välillä, näyttäytyy osin linjassa Tandon ym. (2012) löydöksiensä kanssa.

Vastaavasti Ferreira ym. (2006) tunnistivat kuusi potentiaalista toimintaympäristöllistä tekijää, joiden yhteyksiä tutkittiin lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Esimerkiksi asuinalueen lähiliikuntapaikkojen saatavuudella ei ollut yhteyttä lapsen fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen. Näin ollen tämän tutkimuksen valossa näyttäytynyt yhteys korkeamman sosioekonomisen aseman perheiden aktiivisuuteen enemmän kannustavasta elinympäristöstä tulee tulkita edelleen varsin varovaisesti. Tämä myös sen vuoksi, että tässä tutkimuksessa esiintyneet korrelatiiviset yhteydet jäivät kaikki voimakkuudeltaan varsin pieniksi.

Määttä ym. (2017c) löysivät yhteyden ruutuaajan osalta tutkiessaan vanhempien sosioekonomisen taustan yhteyksiä alle kouluikäisten lasten viikoittaista istumisen aikaa. Korkeamman koulutuksen saaneiden vanhempien lasten viikoittainen ruutuaika oli vähäisempi kuin alemman koulutuksen saaneilla. Hekin päätyivät tutkimuksessaan toteamaan jo aiemmin mainitun seikan siitä, että yhteydet vanhempien sosioekonomisen tausta ja alle kouluikäisten lasten fyysisesti

passiivisen ajan välillä ovat kontekstisidonnaisia ja aina riippuvaisia millaisia muuttujia käytetään – niin sosioekonomisen taustan kuin passiivisuudenkin osalta.

Steele ym. (2010) päätyivät tulokseen, jossa vanhempien sosioekonomisilla tekijöillä ei ollut yhteyttä 9-10- vuotiaiden viikoittaiseen fyysiseen aktiivisuuteen. Heidän tulkintansa onkin, että lasten fyysisen aktiivisuuden tukemiseen tähtäävien interventioiden tulisi kohdistua tasapuolisesti kaikille lapsille, riippumattomasti lapsen vanhempien sosioekonomisesta taustasta. Kuitenkin Ferreira ym. (2006) löysivät lapsen fyysiseen aktiivisuuteen liittyvien tutkimuksien katkaussessa, että selkeimmät tutkimuksien valossa olevat perhetekijöiden yhteydet lapsen fyysiseen aktiivisuuteen olivat muun muassa äidin koulutus ja perheen tulotaso. Erityisesti tutkimukset, joissa vanhempien koulutusastetta ja perheen vuosittaisia tuloja oli tarkasteltu itsenäisesti, ilman molempien yhteisvaikutusta, äidin korkeammalla koulutustasolla ja perheen korkeammalla tulotasolla oli havaittu positiivinen yhteys lapsen fyysiseen aktiivisuuteen. Tästä näkökulmasta tämän tutkimuksen osin poikkeava tulos siitä, että alemman koulutuksen ja tulotason omaavien perheiden lapsen ulkoilivat arkisin enemmän kuin ylemmän koulutuksen ja tulotason perheiden lapsen, on ristiriitainen suhteessa edellä mainittuihin tutkimuksiin. Lapsen ulkoilu ei yleensä vaadi taloudellisia panostuksia, mikä voi olla yksi selittävä tekijä sille, että juuri alemman tuloluokan lapsen osallistuvat vähemmän ohjattuun liikuntaharrastukseen, mutta ulkoilevat enemmän kuin ylemmän tuloluokan perheiden lapset. Huomionarvoista tämän tuloksen osalta on myös se, että alemman tuloluokan perheiden lasten fyysinen elinympäristö oli leikin ja vapaan liikkumisen mahdollistamisen kannalta rajoitetumpi juuri alemman tuloluokan ja koulutuksen saaneilla perheillä. Toisaalta ristiriitaa voitaneen tulkita myös siten, että tämänkin tutkimuksen tuloksien tarkastelu suhteessa aiempaan tutkimukseen nostaa esille yleisesti useissa tutkimuksissa jo tunnistetun haasteen sosioekonomisen taustan ja lapsen fyysisen aktiivisuuden välisten yhteyksien tutkimusasetelmien heterogeenisyyteen liittyen (mm. Määttä ym. 2017c; Mikä maksaa? 2014; Sterdts, Liersch & Walter 2014).

Lehto, Corander, Ray & Roos (2009) löysivät myös yhteyksiä perheen sosioekonomisen aseman alakouluikäisten lasten terveellisiä elintapoja kartoittaneessa tutkimuksessaan. Perheen kuuluminen ylempään tuloluokkaan sekä koulutusryhmään lisäsi lapsen todennäköisyyttä liikunnan harrastamiseen. Merkille pantavaa myös heidän tutkimuksessaan oli se, että tarkastel-

taessa yhteyksiä eri tekijöiden monimuuttujamallinnuksen kautta, ainoastaan perheen korkeammat tulot olivat enää yhteydessä lapsen liikunnan harrastamisen todennäköisyyteen. Tässä tutkimuksessa tarkasteltiin kaikkia yksittäisiä sosioekonomisia tekijöitä erikseen lapsen fyysiseen aktiivisuuteen liitettäviin muuttujiin, jolloin tuloksia voidaan ainakin osittain pitää linjassa aiempien tutkimuksien löydöksiin. Edelleenkin on huomioitava se, että korrelaatioiden voimakkuus oli kaikkien muuttujien osalta varsin pientä ja monimuuttujamenetelmiä ei käytetty lainkaan. Näin ollen tämän tutkimuksen osalta ei voida tehdä tulkintaa siitä, miten vanhempien sosioekonomiset tekijöiden yhteisvaikutuksien tarkastelu olisi muuttanut yhteyksien olemassa oloa tai voimakkuutta.

Tässä tutkimuksessa esille noussut ylemmän sosioekonomisen taustan omaavien perheiden lasten osallistuminen enemmän ohjattuun liikuntaharrastukseen on linjassa muun muassa Telama ym. (2009) tutkimuksen kanssa. He löysivät vahvan yhteyden, tosin nuoria (12-, 15- ja 18-vuotiaat) koskeneessa tutkimuksessa perheen sosioekonomisen taustan ja urheiluseurassa tapahtuvan ohjatun liikunnan harrastamisen kanssa. Tutkimuksessa perheen sosioekonomista asemaa määrittä isän koulutustausta. Uudempi vuonna 2016 tehty tutkimus osoitti, että perheissä, joissa isä on suorittanut korkea-asteen tutkinnon, nuoret olivat fyysisesti aktiivisempia kuin ne nuoret, joiden isä ei ollut suorittanut korkea-asteen tutkintoa. Samoin niiden perheiden nuoret, joiden vanhemmat olivat suorittaneet korkea-asteen tutkinnon, osallistuivat muita todennäköisemmin ohjattuun urheiluseuraharrastukseen. (Palomäki ym. 2016.) Tosin tutkimus oli osa Liikkuva koulu tutkimusta, joten sekään ei kohdistunut tämän tutkimuksen kohderyhmään, alle kouluikäisiin. Edellisten tutkimusten linjassa voidaan todeta, että vastaava yhteys oli löydettävissä tässä aineistossa myös alle kouluikäisten lasten kohdalta.

Vanhempien osoittamaa tukea tässä tutkimuksessa tarkasteltiin vanhempien oman liikunnan harrastamisen (roolimallin), vanhempien osoittaman suoran ja sanallisen tuen sekä perheen yhteisen liikuntaharrastamisen muodossa. Määttä ym. (2014) löysivät positiivisen yhteyden äidin liikunnallisuuden ja koulutustason ja lapsen kouluajan ulkopuoliseen liikuntaan. Samoin isän oma liikunnallisuus ja koulutustaso olivat yhteydessä lapsen viikonlopun aikaiseen liikuntaan. Seabra ym. (2013) päätyivät tulokseen, missä korkeamman sosioekonomisen taustan omaavat lapset pitävät muita todennäköisemmin vanhempiaan liikunnallisena roolimallina kuin alemman sosioekonomisen taustan omaavien perheiden lapset. He myös päätyivät lapsen fyysiseen

aktiivisuuteen vaikuttavien psykososiaalisten tekijöiden yhteyksiä kartoittaneessa tutkimuksessaan siihen, että korkeamman sosioekonomisen taustan omaavien perheiden lapset saavat kokonaisuudessaan enemmän sosiaalista tukea vanhemmiltaan kuin alemman sosioekonomisen taustan lapset.

Tutkimusnäyttö vanhempien osoittaman tuen yhteydestä lapsen fyysiseen aktiivisuuteen näyttäisi olevan varsin vahva (mm. Gustafson & Rhodes 2006; Trost & Loprinzi 2011; Pyper, Harrington & Manson 2016). On huomioitava, että sekä vanhempien oman liikunnallisuuden että heidän osoittaman tuen roolia lapsen fyysisen aktiivisuuden tukemisessa voidaan pitää myös moninaisena. Vaikka vanhempien oma liikunnallisuus roolimallin näkökulmasta näyttäisi olevan yhteydessä lapsen fyysisesti aktiiviseen elämäntapaan, vanhempien osoittamalla tuella on ikään kuin portinvartijan asema lapsen liikunnallisuuden mahdollistamisessa. Vanhemman osoittama suora tuki näyttäytyy taloudellisina panostuksina, kyyditsemisenä ja varusteiden ym. hankintana. Toisaalta sosiaalinen tuki ei maksa mitään, ja tämän tutkimuksen näkökulmasta vanhempien tuloluokkien välinen merkitsevä ero löytyi nimenomaan suoran tuen osalta. Näin ollen, vanhempien sosiaalisella – sanallisella tuella voi olla myös merkittävä rooli lapsen fyysisen aktiivisuuden tukemisessa, vaikka vanhempi ei itse olisikaan liikunnallisesti aktiivinen tai taloudellinen tilanne estäisi suoran tuen tarjoamisen. (Sterdt, Liersh & Walter 2014.)

Vanhempien sosioekonomisen taustan ja lapsen fyysisen aktiivisuuden välisten yhteyksien voidaan sanoa tutkimuksien valossa olevan osin ristiriitaisia tai paremminkin isosti heterogeenisiä. Valtion liikuntaneuvoston Mitä maksaa? (2014) raportissa todetaankin, että sosioekonomisten tekijöiden tarkastelu ei ole ollut lasten fyysiseen aktiivisuuteen liittyvän tutkimuksen keskiössä. Tästä voitaneen johtaa myös tulkinta siitä, että sosioekonomisen taustan ja lasten fyysisen aktiivisuuden yhteyksiä tarkastelevien tutkimuksien käsitteellinen operationalisointi vaikuttaa liian moninaiselta pitkälle menevien yleistysten tekemiseksi esimerkiksi yhteiskuntajärjestelmien tasolla. Tämän ohella tämän tutkimusprosessin edetessä oli merkille pantavaa, kuinka iso osa tutkimuksista koskettaa yli kahdeksan vuotiaita tai vanhempia lapsi. Tämä tosin selitettiin useissa eri tutkimuksissa lapsen iän mukana tuomien harrastuskustannuksien nousuna ja vastaavasti alle kouluikäisten lasten fyysisen aktiivisuuden maksuttomuutena.



Tämän tutkimuksen tuloksien ja siihen liittyvän teoreettisen taustakontekstin valossa sekä suomalaisen yhteiskunnallisen eriarvoistumiskeskustelun näkökulmasta voidaan kuitenkin tehdä päätelmä siitä, ettei kaikilla lapsilla ole yhdenvertaisia mahdollisuuksia kiinnittyä fyysisesti aktiiviseen elämäntapaan. Perhe ja kotiympäristö määrittävät lapsen luonnollisen kasvuympäristön muodostumista, jolloin vanhempiin liitettävät sosioekonomiset tekijät, joita tässäkin tutkimuksessa tarkasteltiin, ovat väistämättä alati läsnä jokaisen alle kouluikäisen lapsen elämässä. Suomen aikuisväestöstä vuoden 2017 tilaston mukaan vain 31% oli suorittanut korkea-asteen tutkinnon (40-44-vuotiaat korkeimmin koulutettuja 2017, 2019). Vuonna 2017 pienituloisia kaikista suomalaisista oli 12,1% väestöstä ja lasten pienituloisuusaste oli 11,1%. Lapsiperheköyhyyden katsotaan koskettavan 119 000 lasta Suomessa. Vuonna 2017 aikana pienituloisuus oli pienentynyt kaikissa muissa elinvaiheeryhmissä paitsi lapsiperheissä. Yhden vanhemman perheissä asuvien köyhyysriski on suurempi kuin kahden aikuisen lapsiperheissä. (Kotitalouden elinvaihe ja pienituloisuus, 2019.)

Tämän tutkimuksen pohjalta voitaneen tehdä varovainen arvio siitä, että suomalaisessa yhteiskunnassa on samassa prosentuaalisessa suhteessa alle kouluikäisiä lapsia, joiden vanhempien vuosittainen tuloluokka ja koulutusaste noudattelevat samaa jakaumaa kuin tämän tutkimuksen aineisto. Näin ollen meillä kaikilla liikuntakasvatuksen alueella toimivilla on käsissään sosioekonomisesti moninaisista taustoista tulevia lapsia, joille fyysisen aktiivisuuden suosituksen täyttäminen ei ole itsestään selvyyttä; täysin lapsista itsestään riippumattomista syistä. Lisäksi tämän tutkimuksen valossa voidaan myös tehdä päätelmä siitä, ettei kaikkien lapsien elinympäristö tarjoa yhdenvertaisia mahdollisuuksia monipuolisten liikuntakokemusten saamiseen. Tästä näkökulmasta liikuntakasvattajien yksi keskeinen tehtävä onkin huolehtia siitä, että kaikki lapset pääsevät monipuolistamaan omia liikuntakokemuksiaan niin sisä- kuin ulkotiloissa tapahtuvien liikunta- ja leikkiympäristöjen osalta. Kokonaisuutena tämä viitekehys asettaa meille kaikille, fyysisen aktiivisuuden rakennusaineen omaan dna:han saaneille, varsin ison tehtävän. Millaisilla keinoilla voimme taata, että jokaisella suomalaisella alle kouluikäisellä lapsella on yhdenvertainen oikeus saada kasvaa liikuntaan ja tulla kasvatetuksi liikunnan avulla; kaikissa lapsen luonnollisissa kasvu- ja elinympäristöissä?

### 8.3 Tutkimuksen vahvuudet ja heikkoudet

Tämän tutkimuksen vahvuutena voidaan pitää tutkimusjoukon suuruutta (n=1238) sekä aineiston keruuvaiheessa toteutetun ryväotannan mahdollistamaa otoksen edustavuutta. Aineiston voidaan katsoa edustavan hyvin suomalaisen varhaiskasvatusympäristön perusjoukkoa sekä huomioivan varsin luotettavasti maantieteellisen kattavuuden. Taitavat tenavat- kyselylomakkeen laadintaan osallistui lasten- ja varhaiskasvatuksen asiantuntijoita ja lomakkeen laadinta pohjautui sekä kansalliseen että kansainväliseen tutkimusnäyttöön niistä tekijöistä, joiden tiedettiin olevan yhteydessä lasten fyysiseen aktiivisuuteen. Kyselylomakkeen kehittäminen pohjautui kahteen kansainväliseen luotettavaan ja validiin tutkimukseen (Telfor ym. 2004; Rodrigues, Saraiva & Gabbard 2005), joiden tavoitteena oli kehittää luotettava mittari lapsen fyysisen aktiivisuuden ja lapsen kotiympäristön mahdollisuuksien arviointiin vanhempien vastaamana. Näin ollen tämän pro gradu- tutkimuksen aineiston keruuta, että aineistoa voidaan pitää korkeatasoisena ja luotettavana ilmiön tutkimisen kannalta.

Tutkimuksen pääasiallisena kohdejoukkona oli 3-7-vuotiaat lapset ja heidän vanhempinsa käsitykset lapsen elinympäristöstä, fyysisestä aktiivisuudesta ja vanhempien osoittamasta tuesta lapsen liikunnallisuutta kohtaan. Tämän ohella vanhempien sosioekonomista asemaa mitattiin vanhempien omaan vastaamiseen perustuvilla koulutusaste ja tuloluokka kyselyillä. Vanhempien vastauksissa ja arvioissa voi olla mukana vanhempien vääristymiä omasta sosioekonomista asemasta sekä väärin mitoitettuja arvioita lapsen aktiivisuutta kartoittavien muuttujien osalta. Kyselyyn vastaaminen perustui vahvasti vanhemman kykyyn arvioida itseään että lastaan. Sosioekonomisiin taustatekijöihin liittyvät henkilökohtaiset asenteet ovat voineet vaikuttaa vanhempien vastaamiseen. Kysely toteutettiin nimettömänä ja vastaukset palautettiin suljetussa kirjekuoressa. Tällä pyrittiin turvaamaan jokaisen vastaajan yksilönsuoja ja kunnioittamaan yksityisyyttä mahdollisesti vastaajan arkaluontoiseksi kokemissaan asioissa. Missään kyselyyn vastaamisen eikä kyselyn tuloksien tulkinnan vaiheessa, vastaajien tunnistaminen ei ollut mahdollista. Tämän voidaan katsoa tukevan oletusta vanhempien rehellisestä vastaamisesta.

Toisaalta tarkasteltaessa tämän tutkimuksen kannalta keskeisiä muuttujia kyselylomakkeen näkökulmasta, on hyvä huomioida myös sosioekonomisia tekijöitä kuvaavien kysymyksien vastaamatta jättäminen. Vanhemmista 232 jätti vastaamatta kotitalouden vuosittaisia tuloja selvittäneeseen kysymykseen, 133 jätti vastaamatta perhemuotoa selvittäneeseen kysymykseen ja 130 vastaajavanhemman koulutustaustaa selvittäneeseen kysymykseen. Näin ollen tulotasoa kuvanneesta muuttujasta jäi puuttumaan merkittävästi enemmän vastauksia suhteessa koulutukseen ja perhemuotoon. Sosioekonomisten tekijöiden; erityisesti rahatulojen ilmoittaminen, vaikka kyseessä on nimetön, täyden anonymiteetin takaava tutkimusprosessi, voidaan kokea henkilökohtaisemmaksi tiedoksi kuin esimerkiksi perheen liikunnallista elintapaa kuvaavat tekijät. Vastaamatta jättäminen voi kertoa siitä, että osa vanhemmista koki rahatulojen ilmoittamisen arkaluontoiseksi kysymykseksi, jonka vuoksi jättivät vastaamatta siihen. (Kuula 2011, 135-137.)

Tässä tutkimuksessa päädyttiin käyttämään Spearmanin järjestyskorrelaatiokerrointa sosioekonomisten ja lasten fyysiseen aktiivisuuteen liittyvien muuttujien välillä. Kaikkien tilastollisesti merkitsevien korrelaatioiden voimakkuus jäi alle 0.3. Tätä voimakkuutta voidaan pitää korrelaatioiden riippuvuuden käytännön merkityksen kannalta pienenä, vaikka tilastollisen merkitsevyyden raja-arvot täytyisivätkin. Korrelaatioiden lineaarisuutta ei tässä tutkimuksessa tarkasteltu erikseen. (Nummenmaa, Holopainen & Pulkkinen 2014, 227-230.) Otokokoa voidaan kuitenkin pitää tässä tutkimuksessa suurena, jolloin ei voida kiistää korrelaatioiden erovaisuutta nolosta tilastollisesti merkitsevästi. Siitä huolimatta korrelaatioiden merkittävyyteen tulee suhtautua kriittisesti (Metsämuuronen 2002, 44-45).

Sosioekonomisten muuttujien osalta päädyttiin käyttämään riippumattomien otosten t-testiä suhteessa erikseen jokaiseen muuttujaan. Näin toimittiin myös Spearmanin järjestyskorrelaatioiden kanssa. Mukana oli ainoastaan satunnaisesti tehtyjä summamuuttujia. Tämä aiheutti sen, että tilastollisesti merkitseviä tuloksia oli paljon ja aineistosta nousseen informaation pelkistäminen jäi puutteelliseksi. Tutkimuksessa ei myöskään päädytty käyttämään lainkaan monimuuttujamenetelmiä, jonka avulla olisi voitu tarkastella eri muuttujien välisiä riippuvuuksia tarkemmin sekä pystytty selittämään nyt löytyneitä yhteyksiä paremmin.

## 8.4 Tutkimuksen eettisyys

Taitavat tenavat- tutkimushanke sai tutkimuskäytänteitä puoltavan lausunnon Jyväskylän yliopiston eettiseltä lautakunnalta vuonna 2015. Tästä näkökulmasta tämän tutkimuksen aineistoon liittyen tutkimuksen voidaan katsoa täyttäneen hyvän tieteellisen käytännön kriteerit (HTK-ohje 2012). Tässä tutkimuksessa on pyritty avoimesti kuvaamaan tutkimuksen toteutuksen kokonaisprosessi sekä toteuttamaan Taitavat tenavat- tutkimuseettisiä periaatteita. Tutkimuksen aineisto siirrettiin tutkijalle tätä pro gradu- työtä varten noutamalla aineisto muistitokulle tallentamalla Jyväskylän yliopistolla sijaitsevalta, salasanaa suojatulta tietokoneelta. Missään vaiheessa tämän pro gradu- tutkimukseen liittyvässä aineiston siirrossa tai sen käsittelyssä tutkimusaineistoa ei siirretty kolmannelle osapuolelle. Kaikki aineiston käsittely tehtiin vain tutkijan käytössä olevalla ja salasanasuojatulla tietokoneella, jolle aineisto siirrettiin heti noutamisen jälkeen. Kaikki aineisto myös hävitetään asianmukaisesti heti tutkimusprosessin päätyttyä.

Taitavat tenavat- tutkimuksen aineiston keruuprosessin missään vaiheessa vastaajien anonymiteetti ei ollut uhattuna. Kyselylomakkeen toimituksen yhteydessä kaikista tutkimuksen tavoitteista ja aineiston keruun vaiheista tiedotettiin tutkimukseen osallistuneiden lasten vanhempia erillisellä suostumuslomakkeella (Liite 1.), jonka pohjalta kaikkein osallistujien osallistumisen perustui vapaaehtoiseen osallistumiseen sekä yhdenvertaiseen tietoon tutkimuksen tarkoituksesta, tutkimusprosessista ja tulevan aineiston käsittelyyn liittyvistä tavoista. Tämän pro gradu tutkimuksen tieteelliset menetelmät valittiin tieteellisen tutkimuksen kriteereihin pohjautuen, eri asioiden yhteyksien tutkimukseen soveltuvien menetelmien joukosta. Tutkimusprosessi sekä tulokset on pyritty kuvaamaan tarkasti, osin varsin yksityiskohtaisesti sekä avoimesti suhteessa valittuihin menetelmiin siten, että raportin lukijalla on käytössään kaikki sama tietoa kuin tutkijalla. Tämän työn teoreettinen viitekehys on laadittu kunnioittaen tutkimuksen aiheeseen liittyvien tutkijoiden työtä kiinnittämällä erityistä huomiota lähdeviittausten laadintaan läpi tutkimusraportin. Tutkimuksen lopputuloksena syntyneet päätelmät pohdinnassa ja sekä jatkotutkimuksien osalta on laadittu avoimuutta noudattaen saatujen tutkimustuloksien pohjalta siten, että myös muilla tutkimusraportin lukijoilla on mahdollisuus päätyä samankaltaisiin tulokintoihin.

Tämän tutkimuksen kohteena olivat alle kouluikäiset päiväkotilapset. Kuitenkin heidän kohteellisuutensa oli välillistä, sillä aineiston keruu tapahtui vanhempien kautta. Näin ollen lapsen oikeuksiin lukeutuvaa lapsen osallisuutta ei tässä tutkimuksessa suoranaudessa muodossa ilmennyt. Lasten tutkimukseen liittyvä yleistä, ohjeistavaa lainsäädäntöä ei ole laadittu, mutta lasten voidaan katsoa kuuluvan niin sanottuun ”vajaakykyisten” henkilöiden määritelmän alle, jolloin lasten tutkimukseen tarvitaan aina huoltajan lupa ja / tai erillinen suostumus. Vaikkakin tutkimuseettinen neuvottelukunta on antanut ohjeistuksena siitä, ettei tämä ole aina välttämätöntä. Tässä tutkimuksessa kyselylomakkeessa oli kuitenkin tunnustetietoja, jotka itsessään jo velvoittavat tutkijoita vanhempien suostumuksen hankkimiseen. (Kuula 2011, 147, 149.) Lisäksi aina on suositeltavaa, että lapsen omaa tahtotilaa kuullaan suostumuksen osalta; toteuttaen näin kaikille lapsille kuuluvaa perustuslakiin nojaavaa ihmisen itsemääräämisoikeutta (Nieminen 2010, 33). Tässä tutkimuksessa lasten erityisasema huomioitiin kattavalla, vanhemmille kohdistetulla suostumuslomakkeella, jossa myös vanhempia pyydettiin erikseen kertomaan lapselle tutkimuksen kulusta ja siihen liittyvistä toimenpiteistä.

## **8.5 Jatkotutkimusaiheet**

Tämän tutkimuksen tulokset antavat viitteitä siitä, että vanhempien sosioekonomiseen taustaan liittyvät tekijät vaikuttavat lapsen fyysisen aktiivisuuden mahdollisuuksien yhdenvertaisuuteen lasten fyysisen elinympäristön osalta, mutta myös joltain osin lasten fyysisen aktiivisuuden toteutumiseen lapsen arjessa. Alhaisemman sosioekonomisen aseman omaavien vanhempien osoittama tuki on myös osin alhaisempaa kuin ylemmän sosioekonomisen aseman vanhempien. Tuloksia voidaan hyödyntää alle kouluikäisille kohdistettavien interventioden suunnittelussa ja toteutuksessa. Jatkossa interventioden suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin yhteydessä tulisi ottaa huomioon lasten sosioekonomisten taustojen vaikutus perheen ja lähiympäristön mahdollisuuksiin tukea lapsen liikunnallisen elintavan syntymistä ja liikunnan avulla tapahtuvaa turvallista lapsen kehitystä ja kasvua. Erityisesti pitäisi kiinnittää huomiota lapsen elinympäristön mahdollisuuksiin tukea lapsen liikunnallisen elintavan kehittymistä, mutta myös kohdistaa huomiota vanhempien osoittamaan sosiaalisen tukeen – kannustuksen ja keuhihin rooliin lapsen liikunnallisuuden tukemisessa. Tämän ohella lasten vanhempien sosioekonomisen taustan ja lapsen fyysisen aktiivisuuden välisten yhteyksien olemassa olon tietoisuuden lisäämistä tulisi vahvistaa kaikissa liikunta-alan eri asteiden koulutuksissa.

Tämän tutkimuksen tulosten perusteella jatkotutkimuksen kannalta olisi tärkeää kohdistaa lasten fyysisen aktiivisuuden tutkimusta entistä kohdistetummin alempien sosioekonomisten perheiden mahdollisuuksiin edistää lapsen fyysistä aktiivisuutta. Tarvitaan lisätietoa erityisesti siitä, miten pienituloisten tai lapsiperheköyhyyttä kokevien perheiden päivittäinen pääomien niukkuuden kokemus on yhteydessä vanhempien mahdollisuuteen tukea lapsen fyysisesti aktiivisen elämäntavan kehittymistä. Toisaalta tarvitaan lisätietoa myös siitä, millaiset liikuntakasvatukselliset käytänteet tukevat ja ovat yhteydessä lapsen yhdenvertaiseen mahdollisuuteen kasvaa liikuntaan ja liikunnan avulla; riippumattomasti lapsen sosioekonomisesta taustasta.

## LÄHTEET

- Alderman, B.L., Benham-Deal, T.B. & Jenkins, J.M. 2010. Change in parental influence on children's Activity over Time. *Journal of Physical Activity and Health* 7, 60-67.
- Amato, P. R. 2000. The Consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family* 62 (11), 1269-1287.
- Armstrong, G. P., Maitland, C., Lester, L., Trost, S.G., Trapp, G., Boruff, B., Marzooqi, M.K.A. & Christian, H.E. 2019. Associations between the home yard and preschoolers' outdoor play and physical activity. *Public Health Research Practice* 29 (1): e2911907. doi.org/10.17961/phrp2911907.
- Bagley, S., Salmon, J. & Crawford, D. 2005. Family structure and children's television viewing and physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise* 38 (5), 910-918.
- Beets, M.W., Cardinal, B.J. & Alderman, B. L. 2010. Parental social support and the physical activity-related behaviors of youth: A Review. *Health Education & Behavior* 37, 621-644.
- Broberg, A., Hynynen, A., Iltanen, S., Kyttä, M. & Paronen, O. 2011. Yhdyskunta rakenne muokkaa lasten ja nuorten liikkumista. *Liikunta ja Tiede* 48 (2-3), 11-17.
- Brown, W. H., Pfeiffer, K. L., McIver, K. L., Dowda, M., Addy, C. L. & Pate, R. R. 2009. Social and environmental factors associated with preschoolers' nonsedentary physical activity. *Child Development* 80 (1), 45-58.
- Bauman, A.E., Reis, R.S., Sallis, J.F., Wells, J.C., Loos, R.J., & Martin, B.W. 2012. Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *Lancet, Series on Physical Activity* 380(9838), 258-271.
- Blair, S.N. 2009. Physical inactivity: the biggest public health problem of the 21 st century. *British Journal of Sport Medicine* 43 (1), 1-2.
- Booth, V.M., Rowlands, A.V. & Dollman, J. 2015. Physical activity temporal trends among children and adolescents. *Journal of Science and Medicine in Sport* 18 (4), 418-425.
- Bornstein, D.B., Beets, M.W., Byun, W. & McIver, K. 2011. Accelerometer-derived physical activity levels of preschoolers: A meta-analysis. *Journal of Science and Medicine in Sport* 14, 504-511.

- Bouchard, L., Albertini, M., Batista, R., Montigny, J. 2015. Research on health inequalities: A bibliometric analysis (1066-2014). *Social Science & Medicine* 141, 100-108.
- Carson, V., Hunter, S., Kuzik, N., Grey, C.E., Poitras, V.J., Chaput, J-P., Saunders, T.J., Katzmarzyk, P.T. Okely, A.D., Gorber, S.C., Kho, M.E., Sampson, M. & Tremblay, M.S. 2016. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in school-aged children and youth: an update. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism* 41, 240-265.
- Caspersen, C.J., Powell, K.E. & Christenson, G.M. 1985. Physical activity, exercise and physical fitness. Definitions and distinctions for health related research. *Public Health Reports* 100 (2), 126-131.
- Cleland, V., Timperio, A., Salmon, J., Hume, C., Telford, A. & Crawford, D. 2011. A Longitudinal study of the family physical activity environment and physical activity among youth. *American Journal of Health Promotion* 25 (3), 159-167.
- Connor, T.M., Jago, R. & Baranowski, T. 2009. Engaging parents to increase youth physical activity. A Systematic review. *American Journal of Preventive Medicine* 37 (2), 141-149.
- Constitution of the world health organization. 2006. Basic documents. 45.edition. Viitattu 30.9.2019. [https://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_en.pdf](https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf).
- Dar, A. & Wall, J. 2011. Children's Political Representation: The Right to Make a Difference. *International Journal of Children's Rights* 19 (4), 595-612.
- Ding D., Sallis, J.F., Kerr, J., Lee, S. & Rosenberg, D.E. 2011. Neighborhood environment and physical activity among youth a review. *American Journal of Preventive Medicine* 41 (4), 442-455.
- Dias, K.A., Green, D.J., Ingul, C.B., Pavey, T.G., Coombes, J.S. 2015. Exercise and vascular function in child obesity: A Meta-analysis. *Pediatrics* 136 (3), 648-659.
- Dollman, J. 2010. Changing associations of Australian parents' physical activity with their children's sport participation: 1985-to 2004. *Australian and New Zealand Journal of Public Health* 34 (6), 578-582.
- Dowda, M., Pfeiffer, K.A., Brown, W.H., Mitchell, J.A., Byun, W. & Pate, R.R. 2011. Parental and environmental correlates of physical activity of children attending preschool. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine* 165 (10), 939-944.



- Downing, K.L., Hnatiuk, J. & Hsketh, K. D. 2015. Prevalence, of sedentary behavior in children under 2 years: A Systematic Review. *Preventive Medicine* 78 (9), 105-114.
- Dwayer, G.M., Baur, L.A. & Hardy, L.L. 2009. The challenge of understanding and assessing physical activity in preschool children: Thinking in beyond the framework of intensity, duration and frequency of activity. *Journal of Science and Medicine in Sport* 12, 534-536.
- Edwardson, L. & Gorely, T. 2010. Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise* 11, 522-535.
- Ferreira, I., van der Horst, K., Wendel-Vos W., Kremers, S., van Lenthe, FJ, Brug, J. 2006. Environmental correlates of physical activity in youth – a review and update. *Obesity Reviews* 8, 129–154.
- Fjørtoft, I. 2001. The natural environment as playground for children: the impact of outdoor play activities in pre-primary school children. *Early Childhood Education Journal* 29 (2), 111-117.
- Global recommendations on Physical activity for health 2010. Viitattu 7.4.2019.  
<https://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/9789241599979/en/>.
- Gustafson, S.L. & Rhodes, R.E. 2006. Parental Correlates of Physical activity in children and early adolescents. *Sport Medicine* 36, 79-97.
- Haapala, A., Pulakka, A., Haapala, H.L. & Lakka, T.A. 2016. Fyysisen aktiivisuuden ja fyysisen passiivisuuden yhteydet terveyteen ja hyvinvointiin lapsilla. Teoksessa Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016:22, 12-21.
- Hakalehto-Wainio, S. 2013. Lapsen oikeudet lapsen oikeuksien sopimuksessa. Teoksessa T. Koivurova & E. Pirjatanniemi (toim.) *Ihmisoikeuksien käsikirja*. Helsinki: Tietosanomaa, 133-164.
- Hakamäki, M. 2014. Lasten ja nuorten objektiivisesti mitatun fyysisen aktiivisuuden ja sosio-ekonomisen aseman yhteys kansainvälisissä tutkimuksissa. Teoksessa *Mikä Maksaa? Valtion liikuntaneuvoston julkaisu* 2014:2, 20-24.
- Hallal, P.C., Andersen, L.B., Bull, F.C., Haskell, W. & Ekelund, U. 2012. Global physical activity levels. surveillance progress, pitfalls and prospects. *Lancet* 380, 247-257.

- Hart, S.N. 1991. From property to Person status. Historical perspective on Children's Rights. *American Psychologist* 46 (1), 53-59.
- Hart, S.N. & Pavlovic, Z. 1991. Children's rights in education: An historical perspective. *School Psychology Review* 20 (3), 345-358.
- Henriksen, P.W., Ingholt, L., Rasmussen, M. & Holstein, B.E. 2016. Physical activity among adolescents: The role of various kinds of parental support. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 26, 927-932.
- Hills, A.P., King, N.A. & Armstrong, T.P. 2007. The contribution of physical activity and sedentary behaviours to the growth and development of children and adolescents: Implications for overweight and obesity. *Sports Medicine* 37 (6), 533-45.
- Hinkley, T., Crawford, D., Salmon, J., Okely, A.D. & Hesketh, K. 2008. Preschool children and Physical Activity. A review of correlates. *American Journal of Preventive Medicine* 34, 435-441.
- HTK- ohje. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta.
- Ilo kasvaa liikkuen-ohjelma. Varhaiskasvatuksen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma. Viitattu 28.3.2019. <http://dev.ilokasvaaliikkuen.oddysites.fi/>.
- Janssen, I., & Leblanc, A.G. 2010. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *The international Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 7:4: <http://www.ijbnpa.org/content/7/1/40>.
- Kaikkonen, R., Mäki, P., Murto, J., Pentala, O., Hakulinen-Viitanen, T. & Laatikainen, T. 2014. Suomalaisten lasten ja lapsiperheiden terveys ja toimintakyky. Teoksessa J. Lammi-Taskula & S. Karvonen (toim.) *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014*. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinninlaitos, 150-168.
- Kantomaa, M.T., Tammelin, T.H., Näyhä, S. & Taanila, A.M. 2007. Adolescents' physical activity in relation to family income and parents' education. *Preventive Medicine* 44, 410-415.
- Kantomaa, M., Jaako, J. & Tammelin, T. 2014. Sosioekonomisen aseman yhteys nuorten liikunnan harrastamiseen – tuloksia suomalaisista seurantatutkimuksista. Teoksessa *Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2014:2 Mikä Maksaa?* Helsinki, 25-34.
- Karppanen, A-K., Ahonen, S-M., Tammelin, T. Vanhala, M. & Korpelainen, R. 2012. Physical activity and fitness in 8-year-old overweight and normal weight children and their

- parents. *International Journal of Circumpolar Health* 71 (1): 17621. doi:10.3402/ijch.v71i0.17621.
- Kaseva, K., Hintsala, T., Lipsanen, J., Pulkki-Råback, L., Hintsanen, M., Yang, X., Hirvensalo, M., Hutri-Köhönen, N., Raitakari, O., Keltinkangas-Järvinen, L. & Tammelin, T. 2017. Parental Physical activity Associates With Offspring's physical activity until middle age: A 30-year study. *Journal of Physical Activity and Health* 14 (7), 520-531.
- Katzmarzyk, P.T., Barreira, T.V., Broyles, S.T., Champagne, C.M., Chaput, J-P., Fogelholm, M., Hu, G., Johnson, W.D., Kuriyan, R., Kurpad, A., Lambert, E.V., Maher, C., Maia, J., Matsudo, V., Olds, T., Onywera, V., Sarmiento, O.L., Standage, M., Tremblay, M.S., Tudor-Locke, C., Zhao, P. & Church, T.S. 2015. 'Physical activity, sedentary time, and obesity in an international sample of children', *Medicine & Science in Sports & Exercise* 47 (10), 2062-2069.
- Khan, K.M. 2009. Mid-year review: physical inactivity universally accepted as biggest public health problem of the 21st century, shoulder axams challenges, and progress against the scourges of anterior knee pain and ACL injuries. *British Journal of Sports Medicine* 43, 469-470.
- Kohl, H.W., Graig, C.L., Lambert, E.V., Inoue, S., Alkandari, J., Leetongin, G. & Kahlmeier, S. 2012. Physical activity 5. The pandemic of physical inactivity: global action for public health. *Lancet* 380, 294-305.
- Kokko, S., Mehtälä, A., Villberg, J. Ng, K. & Hämylä, R. 2016. Itsearvoitu liikunta-aktiivisuus, istuminen ja ruutu-aika sekä liikumisen seurantalaitteet ja sovellukset. Teoksessa Kokko, S. & Mehtälä, A. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäminen Suomessa. Liitu tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2016:4, 10-15.
- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. 2. uudistettu painos. Jyväskylä: Bookwell Oy.
- Kyttä, M., Broberg, A. & Kahila, M. 2009. Lasten liikkumista ja terveyttä edistävä urbaani ympäristö. *Yhdyskuntasuunnittelu* 47 (2), 6-25.
- Leblanc, A.G., Spence, J.C., Carson, V., Corber, S.C., Dillmann, C., Janssen, I., Kho, M.E., Stearns, J.A., Timmons, B.W. & Tremblay, M.S. 2012. Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in the early years (aged 0–4 years). *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism* 37 (4), 753-772.

- Lehto, R., Corander, C., Ray, C. & Roos, E. 2009. Perheen sosioekonomisen aseman ja perherakenteen yhteydet alakouluikäisten lasten terveellisiin elintapoihin. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 46, 258-271.
- Lammi-Taskula, J. & Karvonen, S. (toim.) 2014. *Lapsiperheiden hyvinvointi 2014*. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.
- Lapsen aika. Kohti kansallista lapsistrategiaa 2040. Valtioneuvoston julkaisuja 2019:4. Viitattu 20.9.2019. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/161441>.
- Lasten ja nuorten liikunta. Suomen tilannekatsaus 2014 ja kansainvälinen vertailu. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 15.4.2019. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-5848-0>.
- Lapsen oikeuksien julistus. Viitattu 29.3.2019. <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/lapsen-oikeuksien-julistus/>.
- Lasten hyvinvoinnin kansalliset indikaattorit. Tavoitteena tietoon perustuva lapsipolitiikan johtaminen. 2011. Opetus- ja kulttuuriministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2011:3. Viitattu 29.3.2019. <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/>.
- Lau, R.R., Jacobs Quadrel, M. & Hartman, A. 1990. Development and change of young adults' preventive health beliefs and behavior: Influence from parents and peers. *Journal of Health and Social Behavior* 31(9), 240-259.
- Laukkanen, A., Pesola, A., Finni, T. & Sääkslahti, A. 2017. Parental support and objectively measured physical activity in children: a year-long randomized controlled trial. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 88(3):293-306.
- Laukkanen, A., Niemistö, D., Finni T., Cantell, M., Korhonen, E., Sääkslahti, A. 2018. Correlates of physical activity parenting: The Skilled Kids study. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports* 28 (12): 2691-2701. [doi.org/10.1111/sms.13287](https://doi.org/10.1111/sms.13287).
- Lee, I-M., Shiroma, E.J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S.N. & Katzmarzyk, P.T. 2012. Effect of physical inactivity on major non-communicable diseases worldwide: analysis of burden of disease and life expectancy. *Lancet* 380, 2019-229.
- Lehto, R., Corander, C., Ray, C. & Roos, E. 2009. Perheen sosioekonomisen aseman ja perherakenteen yhteydet alakouluikäisten lasten terveellisiin elintapoihin. *Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti* 46, 258-271.
- Liikunta. Käypähoito-suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecim ja Käypä-hoito-johtoryhmän asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen lääkäriseuran Duodecim, 2016. Viitattu 15.11.2019. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50075>.

- Liikuntalaki 2015. 10.4.2015 / 390.
- Likes koordinoi valtakunnallisia liikunnanedistämisenohjelmia. 2019. Viitattu 16.4.2019. <https://www.likes.fi/ohjelmat>.
- Langøy, A., Smith, O., Wold, B., Samdal, O. & Haug, E.M. 2019. Associations between family structure and young people's physical activity and screen behaviors. *BMC Public Health*, 19:433. doi.org/10.1186/s12889-019-6740-2.
- Låftman, S.B. 2010. Family structure and children's living conditions. A Comparative study of 24 countries. *Child Indicators Research* 3, 127–147
- Matarma, T., Tammelin, T., Kulmala, J., Koski, P., Hurme, S. & Lagström, H. 2016. Factors associated with objectively measured physical activity and sedentary time of 5-6-year old children in the STEPS study. *Early Child and Development and Care* 187 (12), 1863-1873.
- Matsudo, V.K.R., Ferrari, G.L.M., Araujo, T.L., Oliveira, L.C., Mire, E., Barreira, T.V., Tudor-Locke, C. & Katzmarzyk, P. 2015. Socioeconomic status indicators, physical activity, and overweight / obesity in Brazilian children. *Revista Paulista De Pediatria* 34 (2), 162-170.
- McDonald, S., Dowda, M., Colabianchi, N., Porter, D., Dishman, R. K. & Pate, R. R. 2015. Perceptions of neighborhood environment and children's afterschool moderate-to-vigorous physical activity. *Pediatric Exercise Science* 27 (2), 243–251.
- McLanahan, S. & Percheski, C. 2008. Family structure and the reproduction of inequalities. *Annual Review of Sociology* 34, 257-276.
- McMillan, R., McIsaac, M. & Janssen, I. 2015. Family structure as a predictor of screen time among youth. *PeerJ*:e1048. doi10.7717/peerj.1048.
- Metcalf, B., Henley, W., & Wilkin, T. (2012). Effectiveness of intervention on physical activity of children: Systematic review and meta-analysis of controlled trials with objectively measured outcomes (*EarlyBird* 54). *BMJ*, 345: e5888. doi:10.1136/bmj.e5888.
- Metsämuuronen, J. 2002. Tilastollisen päättelyn perusteet. Helsinki: International Methelp Ky.
- Mikä Maksaa? 2014. Valtionliikuntaneuvoston julkaisuja 2014:2. Helsinki.
- Mikä on lapsen oikeuksien sopimus. Viitattu 29.3.2019. <https://www.unicef.fi/lapsen-oikeudet/mika-on-lapsen-oikeuksien-sopimus/>.
- Morgan, P.J., Collins, C.E., Plotnikoff, R.C., Callister, R., Burrows, T., Fletcher, R., Okely, A.D., Young, M.D., Miller, A., Lloyd, AB., Cook, A.T., Cruickshank, J., Saunders,

- K.L. & Lubans, D.R. 2014. The 'healthy dads, healthy kids' community controlled trial: A community-based healthy lifestyle program for fathers and their children. *Preventive Medicine* 61, 90-99.
- Muuronen, K. 2016. Yhdistyneiden kansakuntien (YK) lapsen oikeuksien yleissopimus Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksen perustana. Julkaisussa: Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:22, 7-11.
- Muuronen, K. & Pollari, K. 2015. Uusi liikkumis- ja hyvinvointiohjelma varhaiskasvatuksessa – lapsen oikeuksien näkökulma. Viitattu 29.3.2019. [https://blog.edu.turku.fi/varhaisliikunta/files/2016/01/IloKasvaaLiikkuen\\_asiakirjan\\_artikkelikooste\\_final.pdf](https://blog.edu.turku.fi/varhaisliikunta/files/2016/01/IloKasvaaLiikkuen_asiakirjan_artikkelikooste_final.pdf).
- Mäkinen, T., Kestilä, L., Borodulin, K., Martelin, T., Rahkonen, O. & Prättälä, L. 2009. Effects of childhood socio-economic conditions on educational differences in leisure-time physical activity. *European Journal of Public Health* 20 (3), 346–353.
- Määttä, S., Nuutinen, T., Ray, C., Eriksson, J.G., Weiderpass, E. & Roos, E., 2014. Vanhempien sosiaalisen tuen ja koulutustason yhteys lasten liikuntaan. *Liikunta & Tiede* 51 (6), 71-77.
- Määttä, S., Lehto, R., Sajaniemi, N., Erkkola, M. & Roos, E. 2017a. Sukupuolen ja äidin koulutustaustan yhteydet 3-6-vuotiaiden lasten objektiivisesti mitattuun liikkumiseen. *Liikunta & Tiede* 54 (6), 81-87.
- Määttä, S., Konttinen, H., Haukkala, A., Erkkola, M. & Roos, E. 2017b. Preschool children's context-specific behaviours and parental socioeconomic status in Finland: a cross sectional study. *BMJ Open* 7: e016690. doi:10.1136/bmjopen-2017-016690.
- NCD Risk Factor Collaboration. 2017. Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128·9 million children, adolescents, and adults. *Lancet* 390, 2627-2642.
- Nieminen, L. 2010. Lasten ja nuorten tutkimus: oikeudellinen tarkastelu. Teoksessa H. Lagström, T. Pösö, N. Rutanen & K. Vehkalahti (toim.) Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto / Nuorisotutkimusseura, 25-42.
- Niemistö, D., Barnett, L.M., Cantell, M., Finni, T., Koronen, E. & Sääkslahti, A. 2019. Socioecological correlates of perceived motor competence in 5- to 7-year-old Finnish children. *Scandinavian Journal of Medical Science in Sports* 29, 753-765.

- Nikander, R., Sievänen, H., Heinonen, A., Daly, R. M., Uusi-Rasi, K. & Kannus, P. 2010. Targeted exercise against osteoporosis: A systematic review and meta-analysis for optimising bone strength throughout life. *BMC Medicine* 8 (47), 1-16.
- Ng, M., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margano, C., Mullany, E.C., Biryukov, S., Abbafati, C., Ferde, C., Abraham, J.P., Abu-Remeileh, N.M.E., Achoki, T., Albuhairan, F.S., Alemu, Z.A., Alfonso, R., Ali, M.K. & Gakidou, E. 2014. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013. *Lancet* 384, 766-781.
- Nummenpää, L., Holopainen, M. & Pulkkinen, P. 2014. Tilastollisten menetelmien perusteet. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Nyström, C.D., Henriksson, P., Martinez-Viscaino, V., Medrano, M., Cadenas-Sanchez, C., Arias-Palencia, N.M., Löf, M., Ruiz, J.R., Labayen, I., Sanchez-Lopez, M. & Ortega, F.B. 2017. Does cardiorespiratory fitness attenuate the adverse effects of severe/morbid obesity on cardiometabolic risk and insulin resistance in children? A Pooled analysis. *Diabetes Care* 40, 1580-1587.
- Ovaskainen, M-L., Nummela, O., Holstila, A-L., Kosola, M. & Helakorpi, S. 2013. Ihmisen ja ympäristön hyvinvointi: Terveellisen liikunnan ja ravinnon edistäminen. Hyvinvoipa-projektin väliraportti. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 9/2013.
- Pahkala, K. Heinonen, O.J., Lagström, H., Hakala, P., Sillanmäki, L. & Simell, O. 2007. Leisure-time physical activity of 13-year-old adolescents. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 20 (12), 324-330.
- Palomäki, S., Laherto, L., Kukkonen, T., Hakonen, H. & Tammelin, T. 2016. Vanhempien hyvä koulutus- ja tulotaso lisäävät nuorten liikkumista etenkin urheiluseurassa. *Liikunta & Tiede* 53 (4), 92-98.
- Palomäki, S., Huotari, P. & Kokko, S. 2017. Vanhempien ja kavereiden tuen yhteys nuoruusiän fyysiseen aktiivisuuteen. *Liikunta & Tiede* 54 (2-3), 83-90.
- Pellegrini, A.D. & Smith, P.K. 1998. Physical activity play: The Nature and function of a neglected aspect of Play. *Child Development* 69 (3), 577-598.
- Perusopetuslaki 1998. 21.8.1998 / 628.

- Physical Activity Guidelines for Americans. 2018. 2.nd edition. Viitattu 15.11.2019. [https://health.gov/paguidelines/second-edition/pdf/Physical\\_Activity\\_Guidelines\\_2nd\\_edition.pdf](https://health.gov/paguidelines/second-edition/pdf/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf).
- Poitras, V.J., Gray, C.E., Borghese, M.M., Carson, V., Chaput, J-P., Janssen, I., Katzmarzyk, P.T., Pate, R.P., Corber, S.C., Kho, M.E., Sampson, M. & Tremblay, M.S. 2016. Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism* 41, 197-239.
- Pyper, E., Harrington, D. & Manson, H. 2016. The Impact of different types of parental support behaviours on child physical activity, healthy eating and screen time:a cross sectional study. *BMC Public Health* 16:568: DOI 10.1186/s12889-016-3245-0.
- Pyykkönen, T. 2013 (toim.) Liikuntaympäristöt kulttuuriperintönä – opas arviointiin. Liikuntatieteellisen Seuran julkaisu n:o 170.
- Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2013. Liikuntapedagogiikka varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: Jakkola, T., Liukkonen, J. & Sääkslahti, A. (toimi.) Liikuntapedagogiikka. Jyväskylä: PS-kustannus, 462-481.
- Reunamo, J., Saros, L. & Ruismäki H. 2012. The amount of physical activity in Finnis day care. *Procedia- Social and Behavioral Sciences* 45, 501-506.
- Robinson, L. E., Stodden, D. F., Barnett, L. M., Lopes, V. P., Logan, S. W., Rodrigues, L. P. & D'Hondt, E. 2015. Motor competence and its effect on positive developmental trajectories of health. *Sports Medicine* 45 (9), 1273-1284.
- Rütten, A., Abu-Omar, K., Gelius, P. & Schow, D. 2013. Physical inactivity as a policy problem: applyihin a concept from policy analysis to public health issue. *Health research Policy and systems*:11:9. <http://www.health-policy-systems.com/content/11/1/>.
- Reynaert, D., Bouverne-De Bie, M. & Vandeveldde, S. 2009. A review of choldren´s rights literature since the Adoption of the United Nations Convention on the Rights of the Child. *Childhood* 16 (4), 518-534.
- Sallis, J.F., Prochaska, J.J. & Taylor, W.C. 1999. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & Science in Sports & Exercise. Epidemiology*, 963-975.



- Seabra, A., Mendonca, D., Maia, J., Welk, G., Brustad, R., Fonseca, A. & Seabra, A.F. 2011. Gender, weight status and socioeconomic differences in psychosocial correlates of physical activity in schoolchildren. *Journal of Science and Medicine in Sport* 16, 320-326.
- Skinner, A.C., Ravnabakht, P.A., Skelton, J.A., Pryn, E.M. & Armstrong, S.C. 2018. Prevalence of Obesity and Severe Obesity in US Children, 1999-2016. *Pediatrics* 141(3): e20173459. DOI: <https://doi.org/10.1542/peds.2017-3459>.
- Soini, A., Laukkanen, A., Mäki, P., Reunamo, J. 2016. Fyysistä aktiivisuutta ja liikkumista edistävä ympäristö. Teoksessa *Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016*. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016:22, 44-48.
- Soini, A. 2015. Always on the move? Measured Physical Activity of 3-Year-Old Preschool Children. University of Jyväskylä. *Studies in Sport, Physical Education and Health* 216.
- Sterdt, E., Lierch, S. & Walter, U. 2014. Corralates of physical activity of children and adolescent: A systematic review of reviews. *Health Education Journal* 73 (1), 72-89.
- Sääkslahti, A., Numminen, P., Salo, P., Tuominen, J., Helenius, H. & Välimäki, I. 2004. Effects of a three-year intervention on children's physical activity from age 4 to 7. *Pediatric Exercise Science* 16, 167-180.
- Tandon, P.J., Chou, C., Sallis, J.F., Cain, K.L., Franks, L.D. & Saelens, B.E. 2012. Home environment reationship with children's physical activity, sedentary time and screen time by socioeconomic status. *International Journal of Beahvioral Nutrition and Physical Activity* 9:88. <http://www.ijbnpa.org/content/9/1/88>.
- Telama, R., Laakso, L., Nupponen, H., Rimpelä, A. & Pere, L. 2009. Secular trends in youth physical activity and parents's socioeconomic status from 1977-2005. *Pediatric Exercise Science* 21, 462-474.
- Therborn, G. 2014. *Eriarvoisuus tappaa*. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- Thomson, E. & McLanahan, S.S. 2012. Reflections on "Family Structure and Child Well-Being: Economic Resources vs. Parental Socialization". *Social Forces* 91 (1), 45-53.
- Tieteelliset perusteet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suosituksille 2016. Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016:22.
- Tilastokeskus. 2019. Perheiden määrä jatkanut laskuaan. Viitattu 30.09.2019. [https://www.stat.fi/til/perh/2018/perh\\_2018\\_2019-05-22\\_tie\\_001\\_fi.html](https://www.stat.fi/til/perh/2018/perh_2018_2019-05-22_tie_001_fi.html).
- Tilastokeskus. 2018. Talous ja toimeentulo. Viitattu 30.09.2019. <https://www.tilastokeskus.fi/tup/tasaarvo/talous-ja-toimeentulo/index.html>.

- Timmons, B.W., Naykor, P.J. & Pfeiffer, K.A. 2007. Physical activity for preschool children — how much and how? *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism* 32, 122-134.
- Trost, S.G. 2007. Measurement of physical activity in children and adolescents. *American Journal of Lifestyle Medicine* 1 (4), 249-255.
- Trost, S.G. & Loprinzi, P.D. 2011. Parental influences on physical activity behavior in children and adolescents. *American Journal of Lifestyle Medicine* 5 (2), 171-181.
- Trost, S.G., Blair, S.N. & Khan, K.M. 2014. Physical inactivity remains the greatest public health problem of the 21st century: evidence, improve methods and solutions using the '7 investments that work' as a framework. *British Journal of Sports Medicine* 48 (3), 169-170.
- Tulot ja kulutus. 2018. Tulojakotilasto 2016. Viitattu 15.11.2019.  
[https://www.stat.fi/til/tjt/2016/02/tjt\\_2016\\_02\\_2018-03-23\\_fi.pdf](https://www.stat.fi/til/tjt/2016/02/tjt_2016_02_2018-03-23_fi.pdf).
- Tuloskortti 2016. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 318. Jyväskylä: LIKES- tutkimuskeskus.
- Tuloskortti 2018. Lasten ja nuorten liikunta Suomessa. Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 345. Jyväskylä: LIKES- tutkimuskeskus.
- Vaarama, M., Siljander, E., Luoma, M-L. & Meriläinen, S. 2010. Suomalaisten kokema elämänlaatu nuoruudesta vanhuuteen. Teoksessa M. Vaarama, P. Moisio & S. Karvonen (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2010*. Helsinki: Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos, 126-149.
- Valtioneuvosto. 2019. 3.6. Pääministeri Rinteen hallitusohjelma 2019. Viitattu: 30.9.2019.  
<https://valtioneuvosto.fi/rinteen-hallitus/hallitusohjelma>.
- Van Sluijs, E.M.F., Kriemler, S. & McMinn, A.M. 2011. The effect of community and family interventions on young people's physical activity levels: a review of reviews and updated systematic review. *British Journal of Sports Medicine* 45, 914-922.
- Varhaiskasvatuslaki 2018. 13.7.2018 / 540.
- Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. 2005. Sosiaali- ja terveysministeriö. Nuori Suomi ry. Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2005:17.
- Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet. 2005. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus. Oppaita 56.
- Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. 2016. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21.

- Viitasalo, A., Eloranta, A-M., Lintu, N., Väistö, J., Venäläinen, T., Kiiskinen, S., Karjalainen, P., Peltola, J., Lampinen, E-K, Haapala, E.A., Paananen, J., Schwab, U., Linfi, V. & Lakka, T.A. 2016. The effects of a 2-year individualized and family-based lifestyle intervention on physical activity, sedentary behavior and diet in children. *Preventive Medicine* 87, 81-88.
- WHO 2013. Physical activity promotion in socially disadvantaged groups: principles for action. PHAN Work Package 4, Final Report. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2013.
- Wilk, P., Clark, A. F., Maltby, A., Tucker, P. & Gilliland, J.A. 2017. Exploring the effect of parental influence on children's physical activity: The mediating role of children's perceptions of parental support. *Journal of Preventive Medicine* 106, 79-85.
- Yao, C.A. & Rhodes, R.E. 2015. Parental correlates in child and adolescent physical activity: a meta-analysis. *Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 12:10. doi10.1186/s12966-015-0163-y.
- YK:n yleissopimus lapsen oikeuksista. Viitattu 30.3.2019. [https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060/19910060\\_2](https://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060/19910060_2).

Liite 1.

## SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISEEN



Hyvät lapsen huoltajat,

Lapsenne päiväkotiki osallistuu ”Taitavat tenavat”-nimiseen Suomen Opetus- ja Kulttuuriministeriön (OKM) rahoittamaan hankkeeseen, jossa kartoitetaan 3-6-vuotiaiden päiväkotilasten motorisia perustaitoja, ja niihin yhteydessä olevia tekijöitä eri puolilla Suomea. Hanke on osa Jyväskylän yliopiston Liikuntatieteellisen tiedekunnan tutkimustyötä, jonka tarkoituksena on edistää päiväkotikäisten lasten motorisia perustaitoja, liikunta-aktiivisuutta ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Tutkimus selvittää, onko lapsen sisäisillä tai ulkoisilla tekijöillä yhteyttä hänen motorisiin taitoihinsa. Lapsen sisäisiä tekijöitä ovat hänen fyysinen kasvunsa, käsitys itsestä liikkujana sekä hänen temperamentin piirteensä. Ympäristötekijöitä ovat fyysiseen ympäristöön (kuten päiväkodin ja kodin leikkipaikat) sekä sosiaaliseen ympäristöön (vanhempien ja päiväkodin henkilökunnan tukeen ja kaverisuhteisiin) liittyviä asioita.

Tutkimuksessa lasta pyydetään tekemään erilaisia liikuntatehtäviä kuten kävelyä, juoksua, hyppäämistä, heittämistä, kiinniottamista sekä mailalla lyömistä. Lasten taitoja mitataan tunnetuilla motorikan testistöillä, kuten TGMD-3 (mukailtu Ulrich 2000), KTK (Kiphard & Schilling 2007) tai APM testistö (Numminen 1995). Ennen taitojen mittaamista lasta pyydetään erilaisten kuvien avulla arvioimaan sitä, miten hän omasta mielestään suoriutuu erilaisista liikuntatehtävistä. Tässä arvioinnissa käytetään apuna kansainvälistä minäpystyvyyssmittaria (Pictorial instrument for assessing fundamental movement skill perceived competence in young children, Barnett ym. 2013). Lapsen fyysinen kasvu tutkitaan mittaamalla lapsen pituus, paino ja vyötärönympäryys.

Lapsenne päiväkotiki on sitoutunut täyttämään taustatietolomakkeen päiväkodin arjesta ja siihen liittyvistä fyysiseen aktiivisuuteen yhteydessä olevista tekijöistä (kuten lasten leikkiympäristö, liikuntavälineet, päivän ulkoiluhetket ja vapaat leikkituokiot). Lisäksi tutkimukseen osallistuvien lasten huoltajia pyydetään ystävällisesti täyttämään kysely lapsensa liikuntatottumusten taustatekijöistä sekä temperamentista (Colorado Childhood Temperament Inventory questionnaire, Rowe & Plomin 1977) sekä teidän aikuisten omasta liikunta-aktiivisuudestanne (IPAQ). Näihin kyselyihin vastaamiseen kuluu aikaa yhteensä noin 15 minuuttia. Vastaamalla ja palauttamalla lomakkeen lapsenne päiväkotiki osallistuu lasten liikuntavälinepaketin arvontaan. Näin kaikilla lapsilla on mahdollisuus saada päiväkotikiin lisää uusia liikuntavälineitä. Päiväkodissa vierailevat tutkijat kuvaavat päiväkodin pihan, ympäristön sekä raportoivat päiväkodin liikuntavälinemäärän.

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Halutessaan lapsi voi kieltäytyä tekemästä mitä tahansa pyydettyä tehtävää ilman seuraamuksia. Tutkimus tapahtuu päiväkodin omissa tiloissa sovittuna ajankohtana. Tutkijat tekevät liikuntamittaukset turvallisessa, niille varatussa tilassa. Vain tutkimukseen luvan saaneet lapset osallistuvat mittauksiin. Mittaustuokioista ei aiheudu vaaraa. Huoltajien toivotaan selvittävän tutkimukseen osallistuvalla lapsella tutkimuksen tarkoituksen sekä kertovan, että tutkimus on lapselle vapaaehtoinen ja että hän voi keskeyttää sen niin halutessaan. Tutkijat sekä päiväkodin henkilökunta antavat mielellään lisätietoja tutkimuksesta, niihin liittyvistä mittauksista sekä tutkimuksen tarkoituksesta. Kaikki tutkimukseen liittyvä toiminta tehdään yhteistyössä päiväkodin henkilökunnan kanssa normaalia päivärytmiä ja toimintaa kunnioittavasti.

Tutkimusaineisto tullaan käsittelemään täysin luottamuksellisesti. Tulosten raportoinnissa kenenkään henkilöllisyys ei tule selville ja tietoja käytetään ainoastaan tutkimustarkoituksiin. Tutkimusaineisto tallennetaan Jyväskylän yliopiston tietoturvaliselle suojatulle palvelimelle, jossa aineistoa käsitellään niin, että lapset eivät ole tunnistettavissa lopullisesta tutkimusaineistosta. Manuaalinen aineisto säilytetään tutkijaryhmän hallussa Jyväskylän yliopiston liikuntakasvatuksen laitoksella lukituissa tiloissa. Jyväskylän yliopiston henkilökunta ja toiminta on vakuutettu. Tutkimuksissa lapset on vakuutettu tutkimuksen ajan ulkoisen syyn aiheuttamien tapaturmien, vahinkojen ja vammojen varalta. Mikäli tutkimushanke tulee saamaan lisärahoitusta, on mahdollista että tutkimukseen järjestetään seurantamittauksia. Tällaista mahdollista seurantaa varten huoltajilta tullaan pyytämään uusi, erillinen suostumus. Nyt pyydetty tutkimussuostumus kattaa siis vain tämän yhden kerran aineistonkeruun.

Tutkimus on merkittävä, sillä se tarjoaa varhaiskasvattajille ja lasten huoltajille tietoa siitä, kuinka he voivat tulevaisuudessa muokata lapsen ympäristöä niin, että lapset liikunnalliset taidot kehittyvät lasten leikkien lomassa. Tutkimus tuottaa uutta ja tärkeää tietoa lapsen osaamisen kokemuksista ja hänen temperamentin piirteidensä yhteydestä taitoon liikua ja leikkiä fyysisesti aktiivisella tavalla. Tutkimuksen tulosten avulla me aikuiset opimme huomioimaan yksilöllistä erilaisuutta paremmin sekä opimme tukemaan jokaisen yksilöllistä kehityskulkua aikaisempaa paremmin.

Lisätietoja tutkimuksesta mielellään antavat

Liikuntakasvatuksen laitoksen tohtorikoulutettava Donna Niemistö, puh. [REDACTED], [donna.m.niemisto@jyu.fi](mailto:donna.m.niemisto@jyu.fi) sekä tutkimusprojektin johtaja LitT, dosentti Arja Sääkslahti, [arja.saakslahti@jyu.fi](mailto:arja.saakslahti@jyu.fi).

Pyydämme teitä ystävällisesti palauttamaan alaosan täytettynä päiväkotiin mahdollisimman pian.

Yhteistyöstä kiittäen,

Tohtorikoulutettava Donna Niemistö ja tutkimusryhmä

Leikkaa .....

**Pyydämme palauttamaan ”suostumus tutkimukseen osallistumiseen” -liuskan täytettynä päiväkotiin mahdollisimman pian.**

Lapsen nimi: \_\_\_\_\_

Rastita haluamasi vaihtoehto:

Annan luvan lapsen osallistumiselle liikuntatutkimukseen

En anna lapselle lupaa tutkimukseen osallistumiselle

Päiväys ja paikka: \_\_\_\_\_

Huoltajan allekirjoitus: \_\_\_\_\_

Liite 2.



## Taitavat tenavat –kyselylomake huoltajille

Lapsen etu- ja sukunimi: \_\_\_\_\_

Tyttö: \_\_\_\_ Poika: \_\_\_\_\_ Syntymäaika: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Syntymäpaino: \_\_\_\_\_ g Millä raskausviikolla lapsi syntyi? \_\_\_\_\_

Tutkimukseen osallistuva lapsenne on syntymäjärjestykseltään perheen \_\_\_\_ lapsi  
(merkitse numerolla, 1=esikoinen, 2= toisena syntynyt lapsi jne.)

Lapsen äidinkieli: \_\_\_\_ suomi \_\_\_\_ ruotsi \_\_\_\_ jokin muu, mikä? \_\_\_\_\_

Lapseni päiväkoti on nimeltään: \_\_\_\_\_

Minkä ikäisenä lapsi oppi kävelemään ilman tukea? \_\_\_\_\_ kk ikäisenä

Vastaajan ikä: \_\_\_\_\_ Sukupuoli: \_\_\_\_ mies \_\_\_\_ nainen

Vastaajan koulutus:

- \_\_\_\_ peruskoulu
- \_\_\_\_ ammattikoulu/lukio
- \_\_\_\_ ammattikorkeakoulu
- \_\_\_\_ yliopisto

Vastaaja harrastaa liikuntaa:

- \_\_\_\_ ei lainkaan
- \_\_\_\_ satunnaisesti muutaman kerran kuukaudessa
- \_\_\_\_ noin kerran viikossa
- \_\_\_\_ 2-3 kertaa viikossa
- \_\_\_\_ yli 4 kertaa viikossa

Minkälaista liikuntaa? \_\_\_\_\_  
Kuinka paljon? \_\_\_\_\_ minuuttia / kerta

Perheesi elämisen muoto:

- \_\_\_\_ ydinperhe
- \_\_\_\_ yksinhuoltaja
- \_\_\_\_ uusperhe
- \_\_\_\_ jokin muu, mikä? \_\_\_\_\_

Perheen koko: \_\_\_\_\_ aikuista \_\_\_\_\_ lasta

*Jos perheeseen ei kuulu puolisoa, voit siirtyä puolisoa koskevan kohdan yli.*

Puolison ikä: \_\_\_\_\_ Sukupuoli: \_\_\_\_ mies \_\_\_\_ nainen

Puolison koulutus:

- \_\_\_\_ peruskoulu

ammattikoulu/lukio  
 ammattikorkeakoulu  
 yliopisto

Puoliso harrastaa liikuntaa:

ei lainkaan  
 satunnaisesti muutaman kerran kuukaudessa  
 noin kerran viikossa  
 2-3 kertaa viikossa  
 yli 4 kertaa viikossa

Minkälaista liikuntaa? \_\_\_\_\_  
Kuinka paljon? \_\_\_\_\_ minuuttia / kerta

Merkitse rasti alla olevaan laatikkoon, joka vastaa kotitaloutenne vuosittaisia bruttotuloja.

0- 13 999€	14 000- 19 999 €	20 000- 39 999 €	40 000- 69 999 €	70 000- 99 999 €	100 000- 119 000€	120 000- 139 000€	140 000- €

Minkälaisessa talossa asutte?

Kerrostalo       Rivitalo       Omakotitalo

Onko asuinpaikkanne piha-alueella lapsella laaja tila leikkimiseen tai vapaasti liikkumiseen? (taka- tai etupiha, puutarha tms.)

Kyllä       Ei

Kuinka usein lapsenne saa käyttää asuinpaikan ulkopuolella olevaa laajaa tilaa leikkimiseen tai vapaasti liikkumiseen? (taka- ja etupiha, puutarha tms.)

Lähes päivittäin  
 Silloin tällöin  
 Viikonloppuisin  
 Ei koskaan

Arvioikaa, kuinka usein lapsenne on käyttänyt omalla paikkakunnalla tai lähikunnissa sijaitsevia liikuntapaikkoja. Arviointiasteikko: 0 = kyseistä paikkaa ei ole olemassa, 1 = ei juuri koskaan, 2 = satunnaisesti, 3 = viikoittain, 4 = keskimäärin päivittäin.

**Huom! ympyröi kustakin kohdasta jokin numeroista 0-4.**

Liikuntapaikka	ei ole olemassa	ei juuri koskaan	satunnaisesti	viikottain	keskimäärin päivittäin
Pallokenttä	0	1	2	3	4
Yleisurheilukenttä	0	1	2	3	4
Uimahalli	0	1	2	3	4
Urheiluhalli /Sali	0	1	2	3	4
Jäähalli	0	1	2	3	4
Luistinrata	0	1	2	3	4
Pururata	0	1	2	3	4
Virkistys- ja luontoalue	0	1	2	3	4
Leikkipuisto	0	1	2	3	4
Uimaranta	0	1	2	3	4
Muita, mitä (paikka ja arvio 0-4)					

Koetko, että asuntonne sisällä on riittävästi tilaa lapsenne vapaaseen leikkiin tai liikkumiseen?

\_\_\_\_\_ Kyllä                      \_\_\_\_\_ Ei

Saako lapsenne käyttää sisällä olevaa tilaa vapaaseen leikkiin tai liikkumiseen?

\_\_\_\_\_ Kyllä                      \_\_\_\_\_ Ei

Onko lapsellanne oma huone?

\_\_\_\_\_ Kyllä                      \_\_\_\_\_ Ei

Onko lapsellanne omassa käytössään tai huoneessaan jokin tai useampi seuraavista:

\_\_\_\_\_ Ei mitään

\_\_\_\_\_ Televisio

\_\_\_\_\_ Pelikonsoli

\_\_\_\_\_ Tietokone

\_\_\_\_\_ Älypuhelin / tabletti / Ipad tms. älylaite

\_\_\_\_\_ Jokin muu, mikä? \_\_\_\_\_

Kuinka paljon lapsenne keskimäärin ulkoilee arkinen päiväkotipäivän jälkeen?

\_\_\_\_\_ ei lainkaan

\_\_\_\_\_ alle 30 minuuttia päivässä

\_\_\_\_\_ noin 30-60 minuuttia päivässä

\_\_\_\_\_ yli 60 minuuttia päivässä

Kuinka paljon lapsenne ulkoilee keskimäärin viikonloppuisin?

\_\_\_\_\_ ei lainkaan

\_\_\_\_\_ alle 30 minuuttia päivässä

\_\_\_\_\_ noin 30-60 minuuttia päivässä

\_\_\_\_\_ 1-2 tuntia päivässä

\_\_\_\_\_ yli 2 tuntia päivässä

Kun vertaat lastanne muihin samanikäisiin lapsiin, ulkoileeko hän mielestäsi

\_\_\_\_\_ vähemmän

\_\_\_\_\_ saman verran

\_\_\_\_\_ enemmän kuin muut lapset

Kun vertaat lapsenne liikuntataitoja muihin samanikäisiin lapsiin, onko hän mielestäsi

\_\_\_\_\_ vähemmän taitava kuin muut

\_\_\_\_\_ yhtä taitava kuin muut keskimäärin

\_\_\_\_\_ liikunnallisesti taitavampi kuin muut lapset

Onko lapsellanne todettu vamma, sairaus tai ominaisuus, joka tarvitsee erityistä tukea?

\_\_\_\_\_ ei

\_\_\_\_\_ kyllä

Jos kyllä, niin mikä: \_\_\_\_\_

Harrastaako lapsenne ohjattua liikuntaa jossakin ryhmässä tai liikuntaseurassa?

\_\_\_\_\_ ei

\_\_\_\_\_ kyllä, minkälaista liikuntaa? \_\_\_\_\_

Kuinka usein? \_\_\_\_\_ kertaa / viikossa

Kuinka paljon? \_\_\_\_\_ minuuttia / kerta

Koetko, että lapsenne nauttii fyysisestä aktiivisuudesta?

\_\_\_\_\_ ei koskaan

\_\_\_\_\_ harvoin



- en osaa sanoa
- yleensä
- lähes aina

Kuinka paljon lapsenne nukkuu keskimäärin vuorokauden aikana **arkipäivisin** (päivä- ja yöunet)?

- alle 8 tuntia
- 8-9 tuntia
- 9-10 tuntia
- 10-11 tuntia
- yli 11 tuntia

Kuinka paljon lapsenne nukkuu keskimäärin vuorokauden aikana **viikonloppuisin** (päivä- ja yöunet)?

- alle 8 tuntia
- 8-9 tuntia
- 9-10 tuntia
- 10-11 tuntia
- yli 11 tuntia

Mieti lapsesi tyypillistä päivää ja tilannetta, jossa lapsesi istuu, makaa tai muuten viettää aikaansa paikallaan (esim. autossa, hiekkalaatikolla, rattaissa, tv:n äärellä, palapeliä tehdessään). Kuinka pitkän aikaa tällainen yhtäjaksoinen ja keskeytyksetön paikoillaan oleminen kestää pisimmillään?

- noin 15 minuuttia tai vähemmän
- noin 30 minuuttia
- noin 60 minuuttia
- noin 90 minuuttia tai enemmän

Mieti lapsenne tyypillistä päivää. **Kuinka usein** näitä pitkiä yhtäjaksoisia paikallaan olemisen jaksoja istuen, maaten tms. esiintyy päivässä?

- 1 kerta
- 2-3 kertaa
- 4-5 kertaa
- yli 6 kertaa

Kuinka paljon lapsenne viettää aikaa **arkipäivisin** mediaviihteen parissa yhteensä (televisio, tietokone, pelikonsoli, tabletti, älypuhelin jne.)?

- ei lainkaan
- alle 30 minuuttia päivässä
- noin 30-60 minuuttia päivässä
- 1-2 tuntia päivässä
- 2-3 tuntia päivässä
- yli 3 tuntia päivässä

Kuinka paljon lapsenne viettää aikaa **viikonloppuisin** mediaviihteen parissa yhteensä (televisio, tietokone, pelikonsoli, tabletti, älypuhelin jne.)?

- ei lainkaan
- alle 30 minuuttia päivässä
- noin 30-60 minuuttia päivässä
- 1-2 tuntia päivässä
- 2-3 tuntia päivässä
- yli 3 tuntia päivässä

Arvioi, kuinka usein osoitat suoraa tukea tutkimukseen osallistuvan lapsenne liikunnalliselle aktiivisuudelle. Suoralla tuella tarkoitetaan tässä esimerkiksi seuraavia asioita: liikuntaharrastuksiin kyyditseminen, liikunnalliseen toimintaan osallistumisesta koituvien kulujen maksaminen sekä liikuntavälineiden tai -vaatteiden ostaminen.

- ei koskaan
- harvemmin kuin kerran viikossa
- 1-2 kertaa viikossa
- 3-4 kertaa viikossa
- 5-6 kertaa viikossa
- päivittäin

Jos sinulla on puoliso, arvioi kuinka usein hän osoittaa suoraa tukea tutkimukseen osallistuvan lapsenne liikunnalliselle aktiivisuudelle. Suoralla tuella tarkoitetaan tässä esimerkiksi seuraavia asioita: liikuntaharrastuksiin kyyditseminen, liikunnalliseen toimintaan osallistumisesta koituvien kulujen maksaminen sekä liikuntavälineiden tai -vaatteiden ostaminen.

- ei koskaan
- harvemmin kuin kerran viikossa
- 1-2 kertaa viikossa
- 3-4 kertaa viikossa
- 5-6 kertaa viikossa
- päivittäin

Arvioi, kuinka usein osoitat kehuja tai kiitosta tutkimukseen osallistuvalla lapsella tämän liikunnallisen aktiivisuuden tai liikuntataitojen johdosta.

- ei koskaan
- harvemmin kuin kerran viikossa
- 1-2 kertaa viikossa
- 3-4 kertaa viikossa
- 5-6 kertaa viikossa
- päivittäin

Jos sinulla on puoliso, arvioi kuinka usein hän osoittaa kehuja tai kiitosta tutkimukseen osallistuvalla lapsella tämän liikunnallisen aktiivisuuden tai liikuntataitojen johdosta.

- ei koskaan
- harvemmin kuin kerran viikossa
- 1-2 kertaa viikossa
- 3-4 kertaa viikossa
- 5-6 kertaa viikossa
- päivittäin

Arvioi, kuinka usein perheenne harrastaa yhdessä liikkumista (esim. pyöräilyä, kävelyä, ulkona pelailua, retkeilyä, sisäliikuntaa, pelailua tai leikkimistä). Perheenä harrastamisella tarkoitetaan tässä sellaista toimintaa, johon osallistuu vähintään yksi aikuinen perheenjäsen ja jonka rooli ei rajoitu pelkkään valvomiseen vaan sisältää aktiivisen osallistumisen toimintaan.

- ei koskaan
- harvemmin kuin kerran viikossa
- 1-2 kertaa viikossa
- 3-4 kertaa viikossa
- 5-6 kertaa viikossa
- päivittäin

Lomake palautetaan päiväkodin henkilökunnalle mahdollisimman pian. *Kiitos vastauksistanne!*

### Liite 3. Spearman järjestyskorrelaatiot

#### VANHEMPIEN SOSIOEKONOMISET TAUSTATEKIJÄT

	Vastaajan koulutus	Puolison koulutus	Kotitalouden tulot
Vastaajan koulutus (n=1108)	1.000	.522***	.462***
Puolison koulutus (n=973)		1.000	.4.11***
Kotitalouden vuosittaiset tulot (n=1006)			1.000

p<0.001\*\*\*, p< 0.01\*\*\*, p< 0.05\*

#### LAPSEN FYYSINEN ELINYMPÄRISTÖ

	Vastaajan koulutus	Puolison koulutus	Kotitalouden tulot
Minkälaisessa talossa asutte? (n=1110)	-	-	.225***
Onko piha-alueen laajtila leikkiin saataville (n= 1106)	-	-	.109**
Lapsi saa käyttää laajaa leikki tilaa pihalla (n=1105)	.064*	-	-
Saatavilla olevien lähiliikuntapaikkojen summa (n=1110)	.140***	-	.173***
Lähiliikuntapaikkojen ja ulkoilual. käyttöaste summa (n=1110)	.220***	.147***	.169***
Lähiliikuntapaikkojen käyttöaste ilman pihaa (n=1119)	.189***	.130***	.146***
Kaikkien lähiliikuntapaikkojen käyttöaste summa (n=1118)	.180***	.126***	.133***
Asunnon tilan riittävyys (n=1110)	.060*	-	.115***
Onko lapsella oma huone (n=1107)	-	-	.133***
Lapsella käytössä media-laite summa (74) (n=1091)	-.188***	-.156***	-.113***

p<0.001\*\*\*, p< 0.01\*\*\*, p< 0.05\*

#### LAPSEN FYYSINEN AKTIIVISUUS

	Vastaajan koulutus	Puolison koulutus	Kotitalouden tulot
Lapsi ulkoilee viikolla (n=1109)	-.198***	-.148***	-.097**
Lapsi osallistuu ohjattuun liikuntaan (n=1108)	.220***	.130***	.181***
Lapsi osallistuu ohjattuun liikuntaa krt / vko (n=605)	-	-	.154***
Lapsi mediaviihteen parissa arkena (n=1108)	-.106***	-.122***	-
Mediaviihde kaikkia yhteensä (n=1107)	-.068*	-.094**	-.063*

p<0.001\*\*\*, p< 0.01\*\*\*, p< 0.05\*

#### VANHEMPIEN OSOITTAMA TUKE

	Vastaajan koulutus	Puolison koulutus	Kotitalouden tulot
Vastaaja harrastaa liikuntaa (n=1107)	.078*	-	-
Puoliso harrastaa liikuntaa (n=971)	.146***	.175***	.119***
Vastaaja harrastaa liikuntaa min / krt (n=1000)	-	-.129***	-
Vastaajan osoittama suora tuki lapselle (n=1193)	.183***	.174***	.210***
Vastaajan arvio puolison osoittamasta suorasta tuesta (n=970)	.173***	.210***	.212***
Vastaajan osoittamat kehu tai kiitokset lapselle (n=1105)	.090**	.074*	-
Vastaajan arvio puolison kehuista tai kiitoksista (n=980)	.095**	.125***	-
Vanhempien osoittama kaikki tuki yhteensä (n=964)	.121***	.124***	.086*
Äidin suoratuki (n=941)	.182***	.138***	.225***
Äidin kehu ja kiitokset (n=952)	.084**	.070*	-
Äidin kokonaistuki (n=958)	.083**	.073*	.071*
Isän suoratuki (n=140)	.189*	.284**	-
Kokonaistuki äidit ja isät - ei puolisoita (n=1101)	.086**	.181*	-

p<0.001\*\*\*, p< 0.01\*\*\*, p< 0.05\*